

Programme de formation

Prévention des conduites addictives en milieu professionnel

| | |
|---------------------------------|--|
| Public | — |
| Objectif général | Renforcer l'expertise des collaborateurs pour anticiper, identifier et soutenir les problématiques de dépendance en entreprise, tout en adoptant une approche relationnelle juste et en exploitant les réseaux d'accompagnement disponibles |
| Objectifs pédagogiques | A l'issue de la formation, les participants seront capables de : <ul style="list-style-type: none"> • Décrire les mécanismes des addictions et distinguer les différentes formes de conduites addictives. • Identifier les facteurs personnels et professionnels pouvant favoriser l'apparition de comportements addictifs. • Repérer les signes de vulnérabilité ou d'alerte dans un cadre professionnel. • Appliquer une posture adaptée pour aborder une situation préoccupante et orienter vers les ressources appropriées |
| Pré requis | Aucun |
| Durée | 7h |
| Effectif | Jusqu'à 12 participants |
| Modalités de formation | Présentiel |
| Moyens pédagogiques | <ul style="list-style-type: none"> • Accès à notre plateforme regardepsy formation pour les formations e-learning • Méthodes pédagogiques ludiques et participatives (Ludo pédagogie) et • Approche expérientielle et interactive, outils concrets et transférables, supports de présentation transmis aux participants • Ateliers participatifs et mises en situation • Études de cas inspirées de situations professionnelles réelles • Élaboration d'un plan de développement personnel |
| Validation des acquis | <ul style="list-style-type: none"> • Quiz avant/après • Mise en situation et étude de cas • Tour de table final |
| Sanction de la formation | Attestation de formation et certificat de réalisation |

Programme

F1 : Comprendre les mécanismes des addictions

P1 : Définition de l'addiction : substances, comportements, usages problématiques

P2 : Fonctionnement cérébral et mécanismes de dépendance

P3 : Différences entre consommation, usage, abus et dépendance

F2 : Facteurs de risque et contextes professionnels

P1 : Vulnérabilités individuelles : stress, isolement, régulation émotionnelle

P2 : Facteurs organisationnels : pression, charge, culture du travail

P3 : Addictions numériques et hyperconnexion

F3 : Savoir repérer et comprendre les signaux

P1 : Signaux faibles et modifications comportementales

P2 : Situations préoccupantes : absentéisme, irritabilité, désorganisation

P3 : Limites du rôle du collègue ou de l'équipe

P4 : Rôle et limites du manager

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour envisager les aménagements nécessaires.

Programme de formation

Prévention des conduites addictives en milieu professionnel

F4 : Posture et orientation

- P1 : Écoute active, non-jugement, confidentialité
- P2 : Comment aborder la situation avec bienveillance
- P3 : Ressources internes (RH, médecine du travail) et externes (consultations, associations)
- P4 : Élaboration d'un plan de développement personnel : repères et prévention

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour envisager les aménagements nécessaires.