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 : • 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	• 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	• 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.

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.