

# Etre attentif aux nouveaux risques des pratiques addictives (hors tabac et alcool)

Code H016

## OBJECTIFS

- Identifier les caractéristiques des comportements d'addiction,
- Mieux comprendre la notion d'addiction,
- Observer et nommer pour soi et les autres les comportements anodins qui peuvent être des addictions (en-dehors de l'alcool, les drogues,) ...
- Intervenir auprès d'une personne : partager une perception et orienter,
- Intervenir auprès d'une personne pour prévenir un risque.

## PUBLIC

Toute personne ayant une utilisation intensive de son smartphone, des réseaux sociaux...  
Groupe spécifique pour les accompagnateurs managers et les RH.

## PRE-REQUIS

Connaître la démarche d'accompagnement de l'entreprise.

## DUREE

3 heures par groupe de 10 personnes.

## ACCESSIBLE EN PARCOURS BLENDED



Teaser de lancement

E-learning

Présentiel ou classes virtuelles

Suivi - tutorat

Ancrage

## PROGRAMME

Nous constituons une équipe d'experts en addictologie ou en comportement (médecin ou formateur ou psychologue).

**Présentation du thème.** Recensement des questions et des attentes ainsi que l'évocation pour vous du terme d'addiction ?

**Une conférence - interactive** qui présente les caractéristiques du comportement addictif : De quoi s'agit-il ?

- Qu'est-ce qui définit l'addiction : comprendre la personne en situation de dépendance. La notion de dépendance, de manque et de besoin, de recherche active pour obtenir ... , de changement de comportement ...
- Comment fonctionne l'addiction ?
- Quels sont les principaux symptômes et comportements observables chez une personne addictive ?
- Quels sont les types d'addiction ? recensement de produits qui peuvent induire une addiction : l'alcool, le tabac, les drogues (cannabis, héroïne, cocaïne...) le téléphone, les réseaux sociaux, le besoin de répondre à ses sms la nuit ou alors que l'on est plein travail, le travail alors que l'on est en vacances, le sexe, etc.),
- Le sens des addictions : le produit devient la solution.

**Les pistes d'actions . Libre discussion.** Comment permettre à chacun (soi, l'autre) d'être dissuadé, permettre de s'en sortir ?

**Travail autour de la notion de liberté ou du sentiment de liberté** Recensement des freins, recensement de pratiques de sevrage.

**Co-veillance** : un principe à partager dans le respect de tous pour alerter (à ne pas confondre avec dénoncer).

Si la situation est caractérisée dangereuse, alerter la hiérarchie. « *tu es quelqu'un d'important pour moi, j'évalue la situation critique et dangereuse, je t'informe que je prévois... Tu ne peux pas [...] dans cet état* ».

- Dépister : observer les changements d'attitudes,
- Partager avec la personne concernée sa perception,
- Orienter vers les services de soins.

**Synthèse sur les suggestions pour prévenir pour soi et les autres le risque d'addiction.**

**Entraînement .**

## METHODES

Animation par notre formateur et en présence médecin du travail en interne.  
Sous-groupes, échange, questionnaire, mise en situation.

## EVALUATION

Évaluation à chaud.

Option : évaluation à froid auprès des managers et des médecins du travail.