

## Comprendre et gérer les dépendances (alcool, cannabis, jeux, réseaux sociaux, ...)

En une journée (formation de 6h)

Les travailleurs peuvent être confrontés à des personnes dépendantes et cette dépendance peut mettre à mal leur fonction. Cette formation a pour objectif de questionner et dépasser des idées reçues pour mieux comprendre le processus de dépendance et cela que ce soit à titre personnel ou professionnel. Cette formation permet de mieux appréhender les situations de consommation et de renforcer les compétences professionnelles ou personnelles et la réactivité face à des comportements de dépendance. Mutualiser les ressources au sein d'équipes pluridisciplinaires et développer des partenariats pour favoriser la compréhension de ces situations à risques. Cette formation permettra aussi de mettre à jour les connaissances sur les phénomènes de consommation d'alcool, tabac, cannabis, réseaux sociaux, internet, GSM, jeux-vidéos mais aussi de découvrir des stratégies de détection, d'analyse et d'intervention possibles avec le public cible.

### Public cible

- Cette formation est ouverte à tout public et s'adresse à toute personne intéressée par le sujet
- Pour ceux et celles qui côtoient ou travaillent avec des personnes dépendantes et/ou qui désirent comprendre la notion de dépendance

### Objectifs

- Insérer cette réflexion dans sa pratique professionnelle ou son parcours de vie
- Mettre à jour ses connaissances relatives aux assuétudes : alcool, cannabis, tabac, autres substances illicites ainsi que de nouvelles formes de dépendance comme les réseaux sociaux, internet, le jeu, ...
- Identifier les signes typiques et atypiques auxquels il faut être attentif pour détecter une éventuelle difficulté par rapport aux assuétudes
- Se questionner et dépasser les préjugés qu'on peut avoir sur les produits et leurs usages afin de mieux comprendre les situations liées aux consommations
- Aborder le sujet de la détention et l'usage de produits dans une perspective globale, centrée sur la personne et sur son développement et son parcours de vie
- Apprendre à mettre des limites dans sa pratique et à travailler sa place au sein d'une équipe pluridisciplinaire au regard de situations de consommation

## Contenu

- Une approche théorique de la dépendance (cannabis, alcool, jeu pathologique, réseaux sociaux, ...)
- Les différents signes de la consommation/dépendance
- Les pistes d'intervention
- La notion de plaisir
- Les effets des substances sur le cerveau
- Les notions de cadre, limite, cohérence et celles d'usage, abus et dépendance
- L'apport du virtuel dans les dépendances
- Réflexions autour du rôle des réseaux sociaux

## Méthodologie

- Pédagogie active et participative adaptée aux situations vécues par les participants
- Approche diversifiée privilégiant la variété, le dynamisme et le concret dans l'apprentissage
- Apports théoriques
- Mises en situation et exercices pratiques
- Présentation d'outils
- Jeux de rôles
- Utilisation de médias pédagogiques