

À l'heure où l'hyper-connexion et la pression de performance redéfinissent les frontières du travail, l'entreprise porte une responsabilité sociale majeure dans l'émergence des nouvelles formes d'addictions, qu'elles soient chimiques ou comportementales. L'usage de substances pour « tenir » ou la dépendance aux notifications ne sont plus des failles individuelles, mais les symptômes d'une organisation qui fragilise ses ressources les plus précieuses.

Cette formation invite les directions à prendre conscience du lien entre culture de l'urgence et mécanismes de dopage professionnel, afin de mettre en place une régulation managériale concrète, seule garante d'une performance durable et d'une santé préservée au sein des collectifs de travail.

1 journée (7 heures)

Groupe de 5 à 8 personnes

Directions générales, managers d'équipes, responsables RH, référents santé au Travail et RSE.

Prérequis

Aucun

Méthodes et Moyens Pédagogiques

En présentiel

Méthode d'animation

Alternance de séquences réflexives et d'apports structurants (droit, toxicologie, management).

Moyens techniques

Livret pédagogique digital, fiches de repérage des signaux faibles, outils d'audit de l'organisation du travail.

Dispositif d'évaluation

Amont : questionnaire de recueil des attentes et positionnement.

Pendant : mises en situation et études de cas interactives.

Aval : quiz de validation des acquis et formulaire de satisfaction

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les nouvelles substances (NPS, médicaments détournés) et les addictions comportementales (digital, adrénaline) présentes en milieu professionnel.
- Analyser le lien de causalité entre les modes d'organisation (pression, réactivité, manque de déconnexion) et le développement des conduites addictives.
- Repérer les signaux faibles et les changements de comportement au sein d'une équipe pour intervenir de manière préventive.
- Actionner des leviers managériaux concrets pour réguler la charge de travail et restaurer un cadre sécurisant (droit à la déconnexion, culture de l'erreur).

Programme

1. État des lieux et nouvelles réalités

- Panorama des nouvelles drogues (NPS) et usage détourné de médicaments de la performance.
- L'addiction sans produit : l'engrenage du « toujours plus » numérique et du stress chronique comme moteur chimique.

2. La responsabilité systémique de l'entreprise

- Comment l'organisation du travail (urgences, notifications, injonctions contradictoires) crée un terrain fertile à l'addiction.
- Neurosciences : quand le cerveau cherche un « raccourci chimique » pour répondre à l'épuisement ou à la sur-sollicitation.

3. Agir en manager responsable

- Détection et cadre légal
- Savoir identifier les signaux faibles (retraits, irritabilité, hyper-activité) sans tomber dans le diagnostic médical.
- La responsabilité civile et pénale de l'employeur face aux risques de santé mentale et physique.

4. Levier d'action : De la déconnexion à la régulation

- Atelier pratique : Repenser ses rituels d'équipe pour limiter la pression de réactivité et poser des limites claires.
- Instaurer une « sécurité psychologique » : permettre l'alerte et l'accompagnement sans stigmatisation.
- Construction du plan d'action individuel : 3 engagements managériaux immédiats.