



FICHE PÉDAGOGIQUE DE FORMATION

| Comprendre les comportements addictifs

(Niveau 1)

FICHE PEDAGOGIQUE DE FORMATION

Comprendre les comportements addictifs			CODE de la formation : ADD1
<u>Modalité :</u>	Présentiel / Distanciel	<u>Module de formation :</u>	SANTE PHYSIQUE
<u>Nb de participant :</u>	15 personnes	<u>Niveau :</u>	Débutant (niveau 1)
<u>Public cible :</u>	Tous collaborateurs	<u>Durée de la formation :</u>	2h
<u>Prérequis :</u>	Aucune connaissance théorique ou technique particulière n'est requise	<u>Répartition du temps :</u>	60% pratique 20% échanges 20% théorique
<u>Description de la formation</u>	La formation "Comprendre les comportements addictifs" du module "SANTÉ PHYSIQUE" a été créée par les formateurs d'Otium pour sensibiliser vos collaborateurs aux risques des comportements addictifs dans le contexte professionnel. Nos journées sont ponctuées de sources de stress et de pressions subies aléatoirement. En conséquence ces états psychiques peuvent nous pousser vers des comportements addictifs afin de "relâcher la pression". On distingue alors deux catégories d'addictions ; les addictions comportementales et les addictions aux substances. Cette session offre à vos collaborateurs un aperçu global du sujet leur permettant de comprendre et d'identifier les signes précurseurs des addictions. Par ailleurs, cette formation à visée préventive a été pensée de manière à favoriser le dialogue afin de renforcer la résilience de tous autour d'un sujet considéré comme tabou dans le milieu professionnel.		
<u>Objectifs de la formation</u>	- Différencier les deux "types" d'addictions ; comportementales et aux substances - Comprendre les processus physiologiques liés à la récompense - Rassurer et rappeler les pistes de prévention existantes - Partager l'expérience de chacun sur le sujet des addictions		
<u>Modalités pédagogiques</u>	- Formation avec apports théoriques - Retours et partages d'expérience entre les formateurs et les participants - Travaux pratiques, jeux ludiques, mises en situation		
Programme détaillé			
<u>Contenu</u>	<u>Techniques pédagogiques</u>		
Accueil - Présentation - Cadrage de la formation	Icebreaker - Tour de table - Questions à mains levées - Post it		
A chacun son rapport aux addictions	Temps d'échange - Brainstorming collaboratif Mise en situation - Jeu de la pelote de laine		
Le circuit universel de la récompense	Mise en situation - Jeu du WIN/WIN en binôme		
Temps de pause : BREAK vitaminé			
Les pistes de prévention face aux addictions	Temps d'échange - Brainstorming collaboratif		
Clôture	Evaluation de montée en compétences		
<u>Profil du formateur</u>	Toutes nos formations sont réalisées et animées par nos soins. Les conseils, informations et concepts retranscrits sont issus de nos années d'expérience sur le terrain et de nos formations d'ingénieurs spécialistes dans les domaines du " Biomédical " et de la " Prévention des risques professionnels ".		
<u>Modalités d'évaluation et de suivi</u>	L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des ateliers et des mises en pratique. Une évaluation à chaud est également effectuée en fin de session pour mesurer la compréhension et la satisfaction des apprenants.		