



## PROGRAMME DE L'OFFRE DE FORMATION

MOOC "6 clés sur les addictions et pour le pouvoir d'agir"

### NIVEAU

Pas de niveau requis

### DURÉE ESTIMÉE

12h00

### PUBLIC CIBLE

Les questions liées aux drogues et aux addictions ne concernent pas que les spécialistes. Elles nous concernent tous. Que l'on soit, parent, jeune ou vieux, collègue de travail, citoyen, usager ou pas ; que l'on soit professionnel de la prévention, de l'éducation, des soins, de l'action sociale, de la justice, de la police, nous voudrions prévenir et agir, mais sur quoi et comment ?

- Travailleurs sociaux (éducateur spécialisé, assistant social, CESF...)
- Professionnel de la prévention (chargé de prévention, animateur de prévention...)
- Paramédical (infirmier, aide-soignant, ergothérapeute...)
- Enseignement (professeur, enseignant, formateur, intervenant scolaire, accompagnateur..)
- Psychanalyste / psychologue
- Chargé de mission / de projets, coordinateur...
- Médecins
- Usager, pair-aidant, patient-expert, médiateur santé pair...
- Chef de service, direction...
- Administratif, secrétariat
- Justice (juriste, chargé de mesures socio-judiciaires...)
- Etudiant
- Autres (diététicien nutritionniste, sophrologues, consultant, hypnotiseur, auteur, artiste, chercheur, formateur, président, bénévole, sans emploi...)

### PRÉ-REQUIS



# Oppelia Conseil & Formation

- Avoir une bonne connexion au réseau internet pour visualiser correctement l'ensemble de ces contenus. Si vous rencontrez des difficultés de visualisation, n'hésitez pas à vous connecter sur un autre navigateur.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Les 6 clés pour répondre à 6 questions de base sur les drogues et les addictions ;  
Le porte clés qui les relie toutes.

- Participer à des actions de prévention et d'intervention précoce
- Comprendre le pourquoi et le comment agir ensemble
- Acquérir un langage commun et des outils de transdisciplinarité
- Se sentir plus à l'aise pour entrer dans un dialogue sur drogues et addictions

## APTITUDES

En savoir plus sur cette thématique.

## COMPETENCES

Se référer aux objectifs pour développer ses compétences.

## CONTENUS PÉDAGOGIQUES

Vous trouverez dans ce MOOC, étape par étape, les réponses claires à 6 questions simples qui correspondent aux grandes interrogations de chacun vis-à-vis des drogues et des addictions. Ce sont les 6 clés. Les 3 premières concernent les drogues, les 3 suivantes les comportements de consommation et le processus de l'addiction. Ces clés vous ouvrent les portes d'un langage commun, c'est-à-dire d'un ensemble d'éléments de compréhension et de repères accessibles à tous, indispensables pour entrer en dialogue et agir ensemble. Le porte clé, pour finir, donne le fil conducteur et la synthèse du parcours : pour faire face aux addictions et à leurs dommages, nous disposons d'une arme efficace, l'exercice de notre pouvoir d'agir sur soi et son environnement.

- Clé n°1 – Qu'est-ce qu'une drogue ?



# Oppelia Conseil & Formation

- o Se mettre d'accord sur une définition des drogues et sur leur classification constitue la première étape. Loin des idées fausses, de la confusion et des clivages erronés, nous pouvons entrer dans l'univers des substances psychoactives en sachant de quoi nous parlons. À partir de cet
- Clé n°2 - Quels sont les dangers des drogues et pourquoi les consomment-on ?
  - o On a souvent des idées très précises sur les dangers des drogues, surtout celles des « autres ». Mais en réalité on est vite en difficulté pour en parler sans exagérer ou minimiser. Avec le modèle des « cubes », on peut comprendre l'essentiel sans gommer les différences entre les substances. Comprendre notamment que, si on veut être crédible, il faut savoir parler des dangers des drogues, mais savoir tout autant parler des bonnes raisons qui nous font les utiliser.
- Clé n°3 - Quels sont les effets des drogues sur l'organisme ?
  - o Les drogues agissent sur notre cerveau et notre organisme. Elles procurent à l'utilisateur un effet, mais pas seulement celui qui est recherché. Les drogues nous font naviguer entre plaisir et déplaisir. Mieux vaut savoir pourquoi et comment.
- Clé n°4 - Pourquoi n'avons-nous pas tous les mêmes expériences ?
  - o Les drogues, ça fait de l'effet, mais ça ne fait pas le même effet à tout le monde. Certains en ressentent le besoin, d'autres s'en passent. Pour certains la vie est meilleure avec, pour d'autres c'est le contraire. Comprendre de quoi dépendent de telles différences, cela permet de prévenir ou de soigner de façon adaptée.
- Clé n°5 - Comment déterminer si un comportement de consommation est problématique ou pas ?
  - o Tous les usages de drogues ne sont pas problématiques et ceux qui le sont ne le sont pas toujours pour les mêmes raisons. La communauté médicale s'emploie depuis des décennies à affiner ses instruments d'évaluation de la gravité des « troubles de l'usage ». Cela nous a fait progresser, mais l'important est moins que le médecin ou le soignant mesure cette gravité que de permettre à l'utilisateur de s'auto-évaluer pour mieux prendre conscience et se déterminer.



# Oppelia Conseil & Formation

• C

lé n°6 - Comment entre-t-on dans le cycle de l'addiction et comment y échapper ?

- o Toute consommation de drogue ne conduit pas à une addiction, c'est-à-dire à une difficulté d'arrêter alors qu'on le voudrait, mais certaines le deviennent au point de créer de la souffrance. Il est donc très important de comprendre ce qui peut conduire de l'usage à faible risque à la perte de contrôle. Et d'en tirer beaucoup d'enseignements pour éviter de se trouver dans ce cas, ou, si on l'est, de connaître toutes les portes de sortie du « cycle de l'addiction ».
- Le porte-clés
  - o En intégrant toutes les connaissances simples que nous ont apporté chacune des 6 clés, se révèle à nous une vérité souvent oubliée : nous avons tous le pouvoir d'agir, chacun à sa façon, sur nous-mêmes et sur notre environnement, pour éviter, prévenir, réduire les risques, changer, aider, s'entraider. C'est là une force bien plus puissante que toutes les dépendances et emprises addictives. À condition qu'on se l'approprié, qu'on la partage et qu'on lui donne les leviers pour agir.

## METHODES MOBILISEES

Chacun des modules est conçu pour apporter les repères d'un langage commun sur le thème qu'il aborde. Pour cela, il propose : - un texte et une vidéo introductifs - un texte, une infographie et/ou une vidéo présentant la thématique du module et une clé de compréhension (pour les modules de 2 à 7) - des documents complémentaires - des notes « pour aller plus loin » - une petite bibliographie - des quizz et exercices d'auto-évaluation des connaissances, et des cas pratiques

## MOYENS TECHNIQUES

> Ordinateur, tablette, smartphone > Bonne connexion internet

## MOYENS D'ENCADREMENT

Formation en e-learning



## **MODALITES D'EVALUATION**

> Évaluation en début de parcours / Évaluation en fin de parcours > Quizz et exercices d'auto-évaluation des connaissances

## **MODALITÉS D'ACCÈS**

Formation e-learning : contenus accessibles via les écrans. Les vidéos ne sont pas sous-titrées.

## **DURÉE D'ACCÈS**

Cette formation en ligne est accessible sur une durée de 8 semaines (à des dates fixes).

## **TAUX DE REUSSITE**

70%

## **DEBOUCHES**

En effectuant l'ensemble du parcours, vous obtiendrez non seulement un vrai porte-clés mais aussi une attestation de formation utile pour participer à des actions de prévention ou des formations d'approfondissement.