

Atelier #22

27 octobre 2022

Conduites addictives en milieu professionnel

Quelques définitions :

L'Assurance Maladie définit l'**addiction** comme une dépendance à une substance ou à une activité, qui aurait des conséquences néfastes sur la santé de l'individu. Elle explique :

*La **dépendance** se caractérise par un désir souvent puissant, voire compulsif, de consommer ou de pratiquer une activité. Cette consommation ou cette pratique entraînent un désinvestissement progressif vis-à-vis des autres activités. Ainsi, une personne est dépendante lorsqu'elle se retrouve dans l'impossibilité de s'abstenir de consommer ; elle **perd le contrôle** de l'usage d'une substance ou d'un comportement et ce, malgré la survenue de conséquences négatives sur son équilibre émotionnel, sur sa santé et sur sa vie personnelle, familiale et sociale. La perte de contrôle conduit à des tentatives répétées pour réduire ou stopper l'usage ou le comportement. En l'absence d'une prise en charge spécifique, ces tentatives se soldent fréquemment par des **rechutes**.*

On distingue 2 types d'addiction :

- **Addictions aux substances psychoactives** liées à la consommation de **substances psychoactives**, telles que :
 - Le tabac et l'alcool, qui sont les plus répandues
 - Le cannabis
 - Les opiacés (héroïne, morphine)
 - La cocaïne
 - Les poppers
 - Les dérivés de synthèse (la méthamphétamine, par exemple) ;
 - Certains médicaments (amphétamines, morphine, etc.).

⚠ Certaines consommations comme celle du protoxyde d'azote ne sont pas considérées comme des addictions mais comportent des dangers.

- **Addictions "comportementales" ou « addictions sans substance »** en lien avec un comportement irrépressible et incontrôlé vis-à-vis :
 - Des jeux de hasard et d'argent
 - Des jeux vidéo
 - De son alimentation (anorexie et boulimie)
 - De son téléphone...
 - L'exercice physique

⚠ D'autres addictions comportementales sont actuellement à l'étude : la cyberdépendance, les addictions au sexe, à l'exercice physique ou encore les achats compulsifs.¹

Dans le cadre de notre **atelier RB #22**, nous avons souhaité nous intéresser aux conduites addictives qui pourraient être présentes au sein des entreprises. L'addiction en entreprise, mythe ou réalité ? Y a-t-il des profils types d'entreprise ? Les entreprises et ces dirigeants ont-ils un rôle à jouer ? Comment y faire face, mieux accompagner les collaborateurs ?

Pour en parler ce jeudi 27 octobre, nous recevons :

- **Ariane Pommery**, Patiente-Experte & Formatrice en addictologie à l'AP-HP
- **David Butet**, Président du MEDEF Côte d'Or
- **Renaud de Kergorlay**, DRH au sein de Proxim'RH

L'addiction en entreprise, mythe ou réalité ?

Les addictions sont parfois associées à des mythes que l'on aura tendance à exagérer. En entreprise, le sujet n'est que peu abordé voire ignoré. On sépare presque automatiquement la vie personnelle de la vie professionnelle, l'addiction relevant souvent de la sphère privée. Pourtant, les différentes activités, les événements, les émotions et sentiments que l'on peut vivre, influent à tous les instants. La vie personnelle déborde lors de la vie professionnelle, et vice-versa. Ainsi, il n'y a pas de réelle frontière entre ces deux mondes. Les addictions ne restent généralement pas au bas de la porte de l'entreprise. Le comportement en entreprise peut en être modifié, et cela peut présenter des risques, pour l'individu et pour son entreprise. Les intervenants s'accordent pour dire que **les addictions en milieu professionnel sont bien une réalité** et un sujet dont il est urgent de s'emparer. En effet, les addictions sont la cause de **20% des accidents de travail**.

La réalité des addictions, reste un grand isolement. Faire face à ses problèmes c'est avant tout, les accepter et la plupart des personnes addictes sont très souvent dans un profond déni. Alors en entreprise, où la performance est de mise, ce phénomène est d'autant plus accentué. En entreprise, "l'addict c'est celui dont tout le monde parle mais à qui personne ne parle", nous dit Ariane Pommery. L'entourage professionnel de la personne malade se rend pourtant compte des problèmes de comportement de celle-ci, mais n'ose pas aborder le sujet directement.

Existe-t-il un profil type pour le développement d'addiction ?

Selon nos experts, il n'existe **pas de profil type** face aux conduites addictives. En revanche, l'environnement joue un rôle clé. **Les exigences, les attentes, les urgences, les délais, les frais, les charges... sont des éléments source de stress et de pression** qui peuvent plonger l'individu dans un état d'angoisse qu'il aura tendance à compenser avec d'autres comportements. C'est dans cet état-là que peut se développer une addiction. Évidemment, les addictions peuvent se développer pour des raisons externes à l'entreprise.

⚠ Il existe des catégories d'emploi augmentant les risques de stress et de fatigue, tel que les entreprises imposant des charges mentales et physiques à ses employés. Il faut donc **être plus en alerte** au sein de ces entreprises.

Les entreprises et ces dirigeants ont-ils un rôle à jouer ?

L'entreprise a un rôle à jouer dans le bien-être de ses employés. La crise sanitaire que nous venons de vivre, a fait bousculer les priorités. Les salariés recherchent un environnement de travail sain. Alors il est important de donner les clés aux encadrants pour gérer ces problématiques.

Nos trois intervenants ont partagé leurs idées pour répondre et prévenir des risques.

- Dans un premier temps, il faut **pouvoir déceler ces comportements addictifs**. Nous devons tous être en alerte si l'on décèle un changement de comportement chez une personne de notre entreprise.
- Arianne Pommery parle de **signaux faibles : changement léger dans les habitudes (retard, vêtement, hygiène, concentration, fatigue...)**. Ces éléments étant observables peuvent initier une conversation en montrant son inquiétude. **L'objectif étant de tendre une main à cette personne qui présente des signaux faibles.**
- Au sein du MEDEF Côte d'Or, David Butet initie des **formations pour accompagner les entrepreneurs à prendre soin d'eux**, afin de limiter, du côté des dirigeants, le développement d'addictions. Par cette action, la **question de la santé mentale** reprend sa place au sein des entreprises.
- Proxim'RH intervient dans le milieu professionnel **pour sensibiliser sur le sujet**. Renaud de Kergolay priorise les interventions au sein des entreprises dites à risques. Il cherche à ne pas stigmatiser, ni les personnes, ni les entreprises. L'objectif de ces interventions est **d'informer les équipes pour permettre une détection précoce et de donner des éléments pour intervenir**. Le cabinet initie également **l'inscription des risques propres à l'entreprise dans son règlement intérieur**.

Prévenir des risques est donc une première action. Nos experts essayent de garantir qu'il n'y ait pas d'addiction possible au sein des entreprises. Comment ? **En informant et en limitant, voire en interdisant.**

Lorsque les addictions sont déjà présentes, il faut avant tout **libérer la parole**. Les conduites addictives sont des sujets tabous. **Pouvoir communiquer afin de demander ou de donner de l'aide est essentiel**. Cette notion de libération de la parole est revenue très souvent lors de cet atelier.

Cependant, l'entreprise et ces salariés ne sont pas des travailleurs sociaux et ne doivent pas le devenir. En revanche, le milieu professionnel peut être témoin ou source des dérives. **Les managers** jouent un rôle crucial dans cette démarche. Sélectionneurs, leaders, coachs, arbitres ou fans de leurs collaborateurs, ils sont les premières cibles des formations.

Le sujet des conduites addictives est bien une réalité taboue en entreprise. Il est urgent d'agir. Cet atelier nous rappelle que la **priorité reste avant tout l'humain**.

Retrouvez les ressources existantes en ligne :

<https://www.addictaide.fr/>

<https://www.addictaide.fr/pro/>

<https://www.drogues.gouv.fr/>

rb&associés
COMMUNICATION

Contacts Presse :

Clémence Darmet
c.darmet@rb-associes.fr
07 85 95 28 92

Stéphanie Wanmi
s.wanmi@rb-associes.fr
06 32 98 38 56