



# Risques PsychoSociaux au travail et conduites addictives

18 septembre 2017



Situation de travail

**Stress** – **Conduites addictives**

**Comment s'installe le cercle vicieux ?**



Solène Piano  
Psychologue, chargée de prévention  
Association PARAD-Prév'Conseil

Espace **I**nvestigation Prévention Accompagnement du Stress

# Situation de travail → Stresseurs

L'individu va alors s'adapter, réguler, compenser pour pouvoir atteindre le but qu'il s'est fixé.



→ Stratégies plus ou moins valorisées

# Les fonctions professionnelles des consommations



S'anesthésier



Se détendre



Se stimuler



S'intégrer, entretenir  
des liens professionnels

# Conduites dopantes au travail

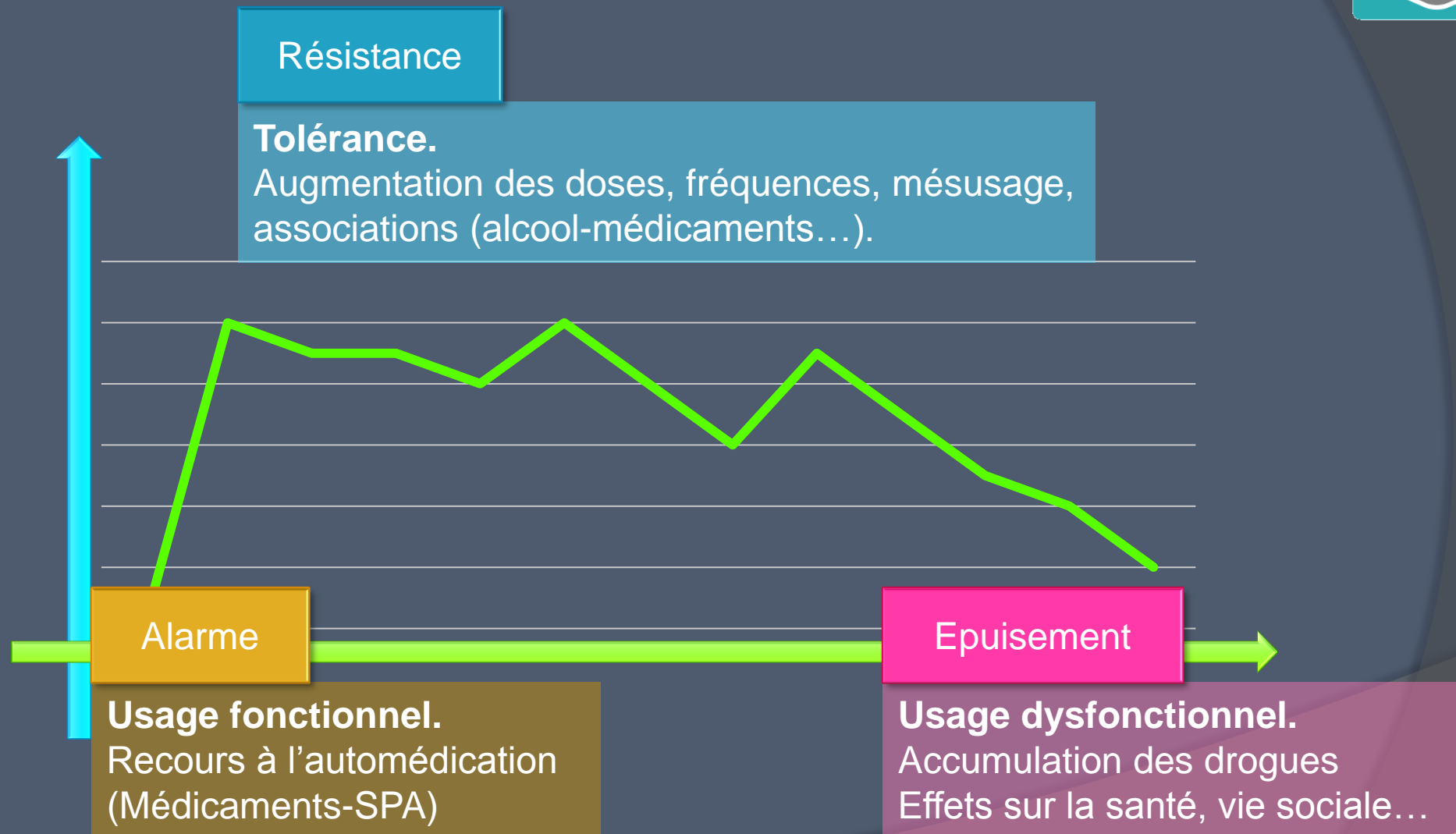
*« Stratégie d'évitement de l'échec »*

*(P. Laure, 2011)*

*« Compenser des déséquilibres entre l'exigence et les ressources au travail et l'impossibilité de résoudre collectivement ces déséquilibres. »*

*(M. Hautefeuille, 2008)*

# Le dopage au quotidien, Hautefeuille, 2004



## Le cercle vicieux

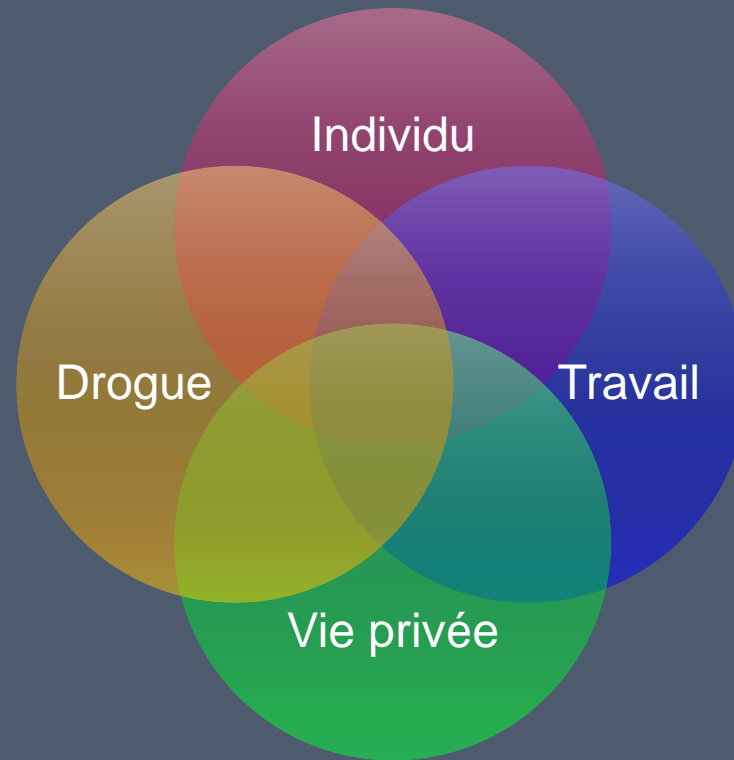
Quand **la consommation** devient à la fois la **seule solution** pour gérer le travail, et la **source de problèmes** au travail.

→ Risque d'entrée dans une dépendance.

Conduites dopantes :

Arrêt possible si d'autres réponses sont proposées pour améliorer la situation.

# Entrée dans l'addiction → Multifactoriel



Stratégies de régulation dans et hors temps de travail.  
Les deux réalités se combinent.

## Les pistes en prévention

Analyse des **contraintes de travail**  
et des **ressources individuelles et collectives**  
disponibles pour y faire face.

- Eviter de renforcer les « conduites dopantes au travail ».
- Limiter les conduites addictives.



# Conclusion

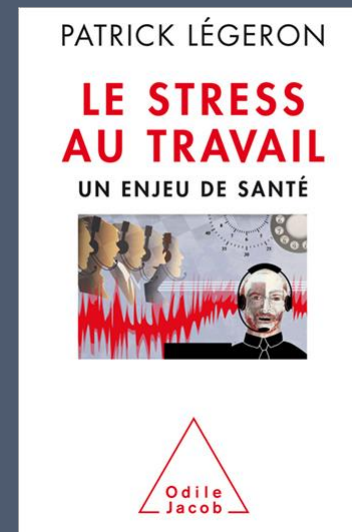
**Le travail** peut contribuer au surgissement,  
au maintien ou à l'aggravation du trouble,  
mais il **ne pourra jamais l'expliquer**  
**de manière univoque.**

Le travail peut rompre positivement  
le problème.

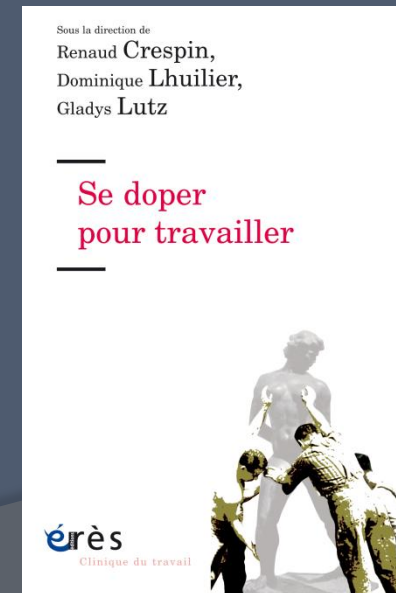
# Références et ressources



- Le stress au travail, 2001.  
P. Légeron. Odile Jacob.



- Se doper pour travailler. 2017.  
R. Crespin, D. Lhuilier, G. Lutz. ÉRÈS.





Merci de votre attention

[www.eipas.org](http://www.eipas.org)



Espace **I**nvestigation Prévention Accompagnement du Stress

