



# Spécial Enseignement : Hyperconnexion, cyberharcèlement & IA

Comprendre, prévenir, protéger

Public cible

Ecoles, collèges, lycées - Professeurs, élèves, APEL

Participants

De 6 à 60 participants maximum

Format et durée

Formation – 2 jours – Présentiel / distanciel / hybride

Intervenants

Psychologues-addictologues



# Objectifs de la formation

**En 2025, le harcèlement et le cyberharcèlement touchent plus d'1 adolescent sur 3**

## Compétences visées

### COMPRENDRE

Les fondamentaux des addictions digitales, des usages numériques et les impacts sur la santé

### IDENTIFIER

Les mécanismes de captation attentionnelle et l'influence des plateformes numériques sur les comportements

### PRÉVENIR

Les situations de cyberharcèlement et appréhender les leviers de régulation des situations qui y sont liées

# Programme



Spécial Enseignement : Hyperconnexion et cyberharcèlement

## Comprendre les conduites addictives

- Définitions, Modèle des 5C de l'addiction, Notion d'Addict-arbre, Rôle des mécanismes neurobiologiques (dopamine, renforcement)
- Rappels sur quelques addictions avec substances : alcool, tabac...

## Typologie des addictions digitales

- Smartphone, réseaux sociaux, jeux vidéo, intelligence artificielle et objets connectés
- Jeux d'argent et paris sportifs, cryptomonnaies, trading et bourse

## Impacts sur la santé mentale et le fonctionnement

- **Impacts sur la santé**
  - Psychologiques, Physiques, Sociaux et Scolaires

## Mécanismes de captation des plateformes

- Fonctionnement des plateformes numériques
- Biais cognitifs et renforcement des usages

## Cyberharcèlement

- Définitions, chiffres clés
- Profils : victimes, auteurs et suiveurs
- Mécanisme psychologique, signaux d'alertes

## Prévention et recommandations

- Cadre légal du cyberharcèlement
- Rôle des adultes et des institutions
- Dispositifs de signalement et d'accompagnement
- Conduite à tenir face à une situation de cyberharcèlement



# Moyens Pédagogiques

Approches interactives et engageantes pour la formation



## Quiz & auto-diagnostic

Présentation et supports pédagogiques



## Cas d'usages réels

Situations concrètes issues du terrain, adaptées au secteur



## Mises en situation

Jeux de rôle et exercices pratiques en sous-groupes



## Témoignages & experts

Paroles de personnes concernées pour humaniser les enjeux

## Un besoin sur-mesure ?

Vous avez besoin d'un accompagnement sur-mesure, contactez-nous dès maintenant pour établir ensemble une offre dédiée



138 Avenue Henri Barbusse, 92140 Clamart, France



[dw@digitalwellness.fr](mailto:dw@digitalwellness.fr)



06 71 53 04 68



[www.digitalwellness.fr](http://www.digitalwellness.fr)

