



# ILLUSTRER LES PROBLÈMES DE JEU AVEC DE VÉRITABLES DEMANDES D'AIDE

## INTRODUCTION

Pour une petite partie des joueuses et des joueurs, les jeux d'argent peuvent devenir problématiques, voire addictifs. Malheureusement, ces personnes attendent généralement plusieurs années avant de requérir de l'aide, alors que les conséquences sont déjà lourdes. Les centres de prévention et de thérapies pour les problèmes de jeux reçoivent alors des demandes alarmantes de la part des joueuses ou des joueurs eux-mêmes, ou de leurs proches, comme l'illustrent les exemples de la page suivante.

Si vous traitez du thème des jeux d'argent avec vos élèves (à l'aide d'une autre fiche de ce type, par exemple), il peut être intéressant de rendre concrets les effets indésirables que le jeu peut amener, en utilisant des demandes réelles de personnes en proie à des problèmes de jeu



## OBJECTIF

Cette fiche propose d'illustrer et/ou de travailler sur le jeu excessif à l'aide de réelles demandes d'aide pour des problèmes de jeu. Différents objectifs sont poursuivis :

- Rendre concret ce qu'est un problème de jeu.
- Dégager des signaux qui indiquent un problème de jeu.



## PUBLIC

Cette fiche est destinée à tous les enseignant-e-s qui traitent ponctuellement des jeux d'argent dans leur cours.

## CHIFFRES CLÉS

**220'000** Le nombre de personnes touchées par le jeu excessif en Suisse \*

**16** L'âge moyen de la première mise

**2** Le facteur de multiplication, entre 2014 et 2018, de la part de jeunes au comportement à risque et problématique (0,4 à 4,5%)

\* Voir les chiffres complets à ce sujet sur le site du GREA  
Site du GREA: [grea.ch/dossiers/jeux](http://grea.ch/dossiers/jeux)

## EXEMPLES DE DEMANDES <sup>\*</sup>

« Mon mari est dépendant aux paris sportifs en ligne. Cela fait déjà environ 3 ans, mais la situation s'aggrave d'année en année. Au début, il jouait seulement les samedis et se limitait à environ 100 francs. Puis il a commencé à jouer deux fois par semaine, puis trois, etc. Et depuis trois mois, il joue chaque jour. La semaine dernière, je lui ai donné 200 francs par jour, parfois même 2000 francs en une semaine pour qu'il puisse jouer, et ça ne suffit jamais. Parfois, c'est la guerre entre nous. Il ne s'intéresse pas à moi ni à nos enfants, il n'a que le jeu en tête. Il n'a plus d'amis, seuls son père et sa sœur lui parlent encore. Tout ce qui l'intéresse, c'est jouer pour récupérer ce qu'il a perdu. »

« Je suis la maman d'un jeune adulte de 19 ans qui passe beaucoup de temps sur les jeux vidéo. Il y consacre vraiment tout son temps, au point de ne pas dormir la nuit, de négliger son hygiène personnelle et même le ménage dans sa chambre. Ce qui m'inquiète aussi, c'est qu'il dépense beaucoup d'argent dans ces jeux. Je ne sais pas quoi faire pour l'aider, il est souvent de très mauvaise humeur et n'accepte pas les remarques que son père et moi pouvons lui faire. »

« Ma copine est dépendante depuis de nombreuses années. Elle jouait surtout au casino. Avec mon aide, elle s'est fait interdire de casino, mais aujourd'hui elle joue sur des sites étrangers qui se moquent des lois suisses. Parfois, elle dépense beaucoup trop d'argent, avoue tout, promet de ne plus recommencer, mais recommence quand même. C'est un cycle sans fin. Elle a décidé d'être honnête avec moi et me dit clairement l'argent qu'elle dépense, mais ça me met mal à l'aise, car ce sont des sommes énormes. Au début, je pensais que c'était une bonne chose, mais j'ai peur que ça lui donne l'impression que je cautionne. Je ne sais plus quoi faire. »

« J'ai 29 ans et je joue depuis 6 ans. Je joue essentiellement aux machines à sous (casino) et aux paris sportifs. En l'espace de 6 ans, j'ai perdu entre 15'000 et 20'000 francs suisses. Depuis quelques mois, je parviens à ne plus me rendre au casino, mais je compense avec les paris. Je ne sais pas quoi faire pour arrêter définitivement. Est-ce que ma situation mérite une thérapie ? »

« J'ai de graves problèmes de jeux d'argent... Je joue tous les jours et j'en deviens malade, je ne suis plus sociable et j'ai l'impression d'avoir raté une partie de ma vie alors que je n'ai que 23 ans. Le seul moment où j'arrête, c'est quand je n'ai plus d'argent et que je n'arrive pas à en trouver. Malgré mes prises de conscience, je ne parviens pas à m'arrêter, et je ne sais pas à qui en parler. »

## EXERCICES

- Sélectionner une ou plusieurs de ces demandes pour montrer concrètement aux élèves ce qu'est un problème de jeu.
- Demander aux élèves d'extraire de ces demandes les éléments qui indiquent un problème de jeu, en s'appuyant sur les critères diagnostiques du DSM-V<sup>\*\*</sup> (voir le tableau ci-dessous).

### Quelques questions ouvertes pour poursuivre la discussion

- A quel moment le jeu devient-il, selon les élèves, un problème ?
- Est-ce que leur perception des jeux d'argent a changé suite à la lecture de ces demandes ?
- Que peut faire une personne qui a un problème de jeu ou un-e proche ? Voir à ce sujet : [sos-jeu.ch](http://sos-jeu.ch)

### Critères diagnostiques d'un trouble lié au jeu d'argent, selon le DSM-V

A. Pratique inadaptée, persistante et répétée du jeu d'argent, conduisant à une altération du fonctionnement ou une souffrance, cliniquement significative, comme en témoigne, chez le sujet, la présence d'au moins quatre des manifestations suivantes au cours d'une période de 12 mois :

1. Besoin de jouer avec des sommes d'argent croissantes pour atteindre l'état d'excitation désiré.
2. Agitation ou irritabilité lors des tentatives de réduction ou d'arrêt de la pratique du jeu.
3. Efforts répétés mais infructueux pour contrôler, réduire ou arrêter la pratique du jeu.
4. Préoccupation par le jeu (par ex. préoccupation par la remémoration d'expériences de jeu passées ou par la prévision de tentatives prochaines, ou par les moyens de se procurer de l'argent pour jouer).
5. Joue souvent lors des sentiments de souffrance/mal-être (par ex. sentiments d'impuissance, de culpabilité, d'anxiété, de dépression).
6. Après avoir perdu de l'argent aux jeux, retourne souvent jouer un autre jour pour recouvrer ses pertes (pour «se refaire»).
7. Ment pour dissimuler l'ampleur réelle de ses habitudes de jeu.
8. Met en danger ou a perdu une relation affective importante, un emploi ou des possibilités d'étude ou de carrière à cause du jeu.
9. Compte sur les autres pour obtenir de l'argent et se sortir de situations financières désespérées dues au jeu.

B. La pratique du jeu d'argent n'est pas mieux expliquée par un épisode maniaque.

\* Ces demandes ont été reçues par le Groupement romand d'études des addictions (GREAA). Elles ont été rendues anonymes afin de garantir la protection des données des personnes concernées.

\*\* Le DSM-V est la dernière version d'une classification et d'une description des troubles mentaux selon l'Association américaine de psychiatrie (APA). Le DSM-V est l'un des deux ouvrages de référence pour les psychologues et les psychiatres, l'autre étant la Classification internationale des maladies (CIM-10), édictée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS).