

## Qu'est-ce que le jeu excessif ?

### Historique

Les jeux de hasard et d'argent font partie intégrante de notre culture depuis des millénaires. En

effet, on retrouve la trace de pratiques de jeu de dés ainsi que de paris dans l'Egypte ancienne, chez les Grecs ou encore chez les



Romains. À ces époques, le hasard avait également une grande place dans les pratiques divinatoires. Notons que ce statut du jeu lié au divin est encore bien présent chez les joueurs actuels. Les gouvernements se sont aperçus très tôt des revenus potentiels que le jeu pouvait leur amener. Dès l'époque romaine, les dirigeants organisaient des loteries publiques. Aujourd'hui, l'industrie du jeu est extrêmement prolifique et lourdement réglementée dans les pays occidentaux et les gouvernements tirent du jeu un profit non négligeable.

### Les jeux de hasard

Un jeu de hasard n'est ni plus ni moins un jeu pratiqué par au moins une personne et dont l'issue est aléatoire (ou pseudo-aléatoire). La plupart du temps, celui-ci s'accompagne d'une mise monétaire ou de choses de quelconque valeur que ce soit.

Les offres de jeu se veulent à présent très accessibles et variées. Parmi les plus pratiquées, on trouve notamment les jeux de casino, les machines à sous, les loteries et billets à gratter, les paris en tout genre, le trading et les jeux de hasard sur Internet. Cette dernière catégorie enregistre une forte croissance depuis quelques années. Une situation qui inquiète les gouvernements du fait qu'ils n'ont quasiment aucun contrôle sur ces sites et des capitaux non négligeables sortent de leur territoire par ce biais.

Malgré cela, l'industrie du jeu est une affaire très rentable, forte d'une expérience séculaire et fortement contrôlée. Elle procure à une large majorité de ses utilisateurs du divertissement, de l'amusement et du rêve. Mais pour une petite minorité de personnes, le jeu devient petit à petit, insidieusement, une activité sur laquelle ces joueurs perdent tout contrôle.

### Le jeu excessif

Le jeu excessif est certainement apparu dans le même temps que le jeu lui-même. Il n'est pas rare de trouver dans des récits historiques des personnes ayant perdu au jeu jusqu'à leur femme ou leur liberté. Cette pratique de jeu malade a souvent étonné et interrogé les témoins de l'époque.

Qu'est-ce qui peut pousser un homme à jouer jusqu'à tout perdre? La réponse à cette question est longtemps restée ouverte à toutes les interprétations.



Aujourd'hui avec les nombreuses recherches effectuées sur le sujet, nous entrevoyons plus clairement la problématique sous un angle multifactoriel. En effet, les troubles psychologiques doivent systématiquement être appréhendés comme des phénomènes complexes dont la cause résulte de l'interaction de nombreux facteurs.

### Les différents types de jeu et de joueurs

Tous les jeux ne se valent pas aux yeux des joueurs. Certains attireront d'avantage de monde selon leurs caractéristiques. Citons notamment, l'illusion de contrôle pour le joueur, la vitesse d'exécution des parties et de paiement, la complexité

apparente du jeu et les taux de renforcement aléatoires.

Globalement, on peut décrire 3 stades de jeu :

- Récréatif. Le jeu est une source de plaisir et d'amusement, l'occasion de passer un bon moment entre amis ou encore une solution permettant de fuir des problèmes. Une très large majorité des personnes se trouve dans cette phase.
- Problématique. À ce stade la personne ne maîtrise plus complètement son comportement de jeu. Elle y passe beaucoup de temps et joue plus que ce qu'elle pensait de prime abord.
- Pathologique. Dans ce dernier niveau, la personne a complètement perdu le contrôle sur son activité de jeu. Elle ressent une obligation de jouer et les conséquences négatives sont très importantes (perte d'emploi, divorce, suicide...). À noter que désormais, le terme de « jeu excessif » est préféré à celui de « jeu pathologique ».

### **Les facteurs de risque**

La disponibilité des offres de jeux est positivement corrélée avec les problèmes de jeu. De même, plus l'initiation au jeu débute tôt et plus grande est la probabilité de présenter un problème de jeu ensuite. On observe que les hommes sont plus susceptibles que les femmes de développer un comportement excessif de jeu. De plus, les personnes issues de l'immigration auraient également plus de risques d'y être confrontées.



Les adolescents et les jeunes adultes sont une population particulièrement vulnérable face aux problèmes de jeu. Ainsi, il y aurait

chez eux une proportion deux à quatre fois plus grande de joueurs excessifs.

Les événements critiques de vie tels qu'un décès ou un divorce peuvent être de puissants déclencheurs. Dans ces moments, la personne peut trouver dans le jeu une source de réconfort ou de sécurité temporaire.

Etant donné le facteur génétique de l'addiction au jeu et la recherche de modèle à travers les paires ou la famille, une personne sera plus susceptible de développer un problème de jeu excessif si quelqu'un de sa famille en souffre déjà (parents, frères et sœurs) ou/et si des paires importants sont également impliqués dans le jeu excessif.

### **Critères et outils de détection du jeu excessif**

Selon le manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-V), est considérée comme joueur excessif toute personne présentant les critères suivants :

#### **A. Pratique inadaptée, persistante et répétée du jeu, comme en témoignent au moins quatre des manifestations suivantes :**

1. A besoin de jouer avec des sommes d'argent croissantes pour atteindre l'état d'excitation désiré.
2. Est agité/irritable lors des tentatives de réduction ou d'arrêt de la pratique du jeu.
3. A fait des efforts répétés mais infructueux pour contrôler, réduire ou arrêter la pratique du jeu.
4. Est souvent préoccupé par le jeu (remémoration ou anticipation d'épisodes de jeu).
5. Joue fréquemment lors d'un vécu de stress (sentiments d'impuissance, de culpabilité, d'anxiété).
6. Après avoir perdu de l'argent au jeu, 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 perd 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 n'est pas mieux expliquée par un épisode maniaque.**

À côté de cela, plusieurs questionnaires d'évaluation/auto-évaluation existent pour dépister les problèmes de jeu. Le plus connu est le « South Oaks Gambling Screen » (SOGS). Un questionnaire très concis simple d'utilisation est le « Lie-Bet » qui pose deux questions :

- (1) Avez-vous déjà dû mentir à des personnes proches concernant votre comportement relatif aux jeux d'argent?
- (2) Avez-vous déjà senti le besoin de miser toujours plus d'argent?

Les études ont constaté que si les deux réponses étaient positives, il y avait de forte chance que la personne se trouve face à un problème de jeu.

### **La prise en charge**

Bien qu'il existe des offres de traitements de qualité, on constate malheureusement que les joueurs qui consultent ne le font qu'après avoir atteint un seuil critique (divorce, lourde perte, licenciement, dettes...) et que ceux-ci se présentent dans les centres de soins en moyenne 5 à 6 ans suivant le début des problèmes de jeu. Les spécialistes du domaine tentent de redoubler d'efforts en ce qui concerne la détection et la prise en charge précoces de ces personnes mais, pour l'instant, seul 3% des joueurs excessifs suivraient une thérapie.

De plus, l'alarme est souvent donnée par un proche, un tiers ou encore à la suite d'une consultation pour un autre trouble

(une dépression ou un abus de substance notamment) qui aura révélé dans le même temps les problèmes de jeu.

Plusieurs approches existent quant à la prise en charge des joueurs excessifs. La thérapie peut se faire de manière individuelle ou en groupe. Une des prises en charge les plus utilisées consiste à allier une approche motivationnelle et une thérapie cognitive. Cette dernière a notamment pour but de permettre l'identification des pensées erronées du joueur concernant le jeu et de modifier celles-ci.

### **Conclusion**

Le jeu excessif est un problème touchant 1 à 2 % de la population selon les différentes études. Ce chiffre est d'une certaine importance étant donné les nombreuses conséquences négatives et les coûts sociaux que le jeu excessif entraîne. Les chercheurs dans le domaine devront faire preuve d'ingéniosité afin de mieux amener les joueurs vers les offres d'aide existantes et dans de meilleurs délais qu'actuellement.