

Vos questions / nos réponses

Mon copain n'arrive pas à s'arrêter de jouer aux jeux en ligne

Par [Julietteenprovence](#) Postée le 18/07/2025 09:16

Bonjour à tous.tes ! Cela fait maintenant un an et demi que je fréquentes mon copain. Tout était parfait, on sortait souvent, il venait chez moi régulièrement (on habitons à 300km l'un de l'autre) et j'allais parfois en vacances chez lui. Nous avions beaucoup d'activités et de loisirs, jusqu'au jour où il a commencé à jouer en novembre 2024. Il était gagnant au départ et très vite, il est tombé dans la spirale infernale du jeu. Il jouait tout les soirs. Et plusieurs fois par jours. Quand il perdait, il arrivait à se contrôler et à jouer à nouveau qu'au bout de quelques jours. Depuis le mois de mars 2025, qu'il perde ou qu'il gagne, il joue chaque jour ou plusieurs fois par semaine. Il est devenu distant avec sa famille, ses proches et moi... nous n'avons plus du tout la même relation, on se voit moins souvent et il est vraiment froid. J'ai fait plusieurs crises d'angoisses, je l'ai prévenu qu'il risquait de tout perdre dès le départ mais j'ai l'impression que plus j'essaie de le conseiller, plus il s'éloigne.... Logique puisque je vais à l'encontre de ce qu'il veut faire. Il refuse d'aller voir quelqu'un pour le moment mais il dit en avoir besoin et il est très conscient de son problème. De mon côté, j'essaie de me ménager mais ce n'est pas simple. Je voudrais qu'on revienne au début, où nous vivions un conte de fée... J'ai toujours espoir qu'il s'en sorte, ça ne fait « que » 8 mois qu'il a commencé... Que pensez-vous qu'il faut que je fasse ? Je n'ai pas envie de le laisser tomber pour cela... Merci pour vos conseils ??

Mise en ligne le 24/07/2025

Bonjour,

Nous comprenons que vous viviez mal cette situation. Il est toujours difficile pour l'entourage d'un joueur excessif de se sentir démunis et impuissant.

Nous entendons qu'actuellement votre copain ne se sent pas prêt à se tourner vers une aide extérieure. Pour information, il existe des structures tout à fait adaptées pour accompagner les joueurs en difficulté dans leur maîtrise des Jeux d'Argent et de Hasard. Ces lieux se nomment Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'aide proposée prend la forme de consultations individuelles, dans un cadre gratuit et confidentiel. L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier... Ces professionnels peuvent aider le joueur à modifier son rapport au jeu (diminuer, arrêter, essayer de ne plus perdre le contrôle...) et lui proposer un soutien psychologique s'il le souhaite. À votre niveau, vous pouvez l'informer de l'existence de ces aides mais ce sera son choix de s'y rendre ou non.

Ces mêmes professionnels de CSAPA peuvent également proposer des conseils, du soutien, et un espace de parole à l'entourage. Ainsi, même si votre copain refuse toute aide extérieure pour le moment, vous pouvez tout de même être aidée dans ces structures.

Vous trouverez en bas de réponse un lien "adresse utiles" afin d'effectuer une recherche de CSAPA dans vos zones géographiques respectives.

Si vous souhaitez du soutien ponctuel ou échanger davantage sur votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Joueurs Info Service du lundi au vendredi de 14h à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Le début de votre question laisse à penser que vous souhaitez peut-être échanger sur nos forums avec d'autres internautes. Si tel est le cas, vous trouverez en bas de réponse un lien vers nos forums où il vous est possible de poster votre texte.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- [Forums Joueurs info service](#)
- [Témoignages Joueurs info service](#)
- [Adresses utiles du site Joueurs info service](#)

Autres liens :

- [Encourager le joueur à se faire aider](#)