© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Aborder le problème

Comment savoir si un proche a un problème de jeu ?

L’un de vos proches joue et sa pratique peut susciter chez vous des interrogations. Quels sont les signes qui vont vous permettre de savoir s’il a un problème de jeu ? Devez-vous vraiment vous inquiéter pour votre proche ?

Du jeu récréatif au jeu excessif

Votre proche peut avoir une pratique de jeu régulière et contrôlée, sans rencontrer de difficultés particulières. Le jeu reste pour lui un loisir et il n’y pas lieu de s’inquiéter.

À l’inverse, sans être dépendant, il peut jouer à des fréquences relativement espacées mais miser des sommes d’argent très conséquentes et se mettre ainsi en difficultés financières.

Votre proche peut également être un joueur dépendant. Dans ce cas, sa pratique de jeu passe avant toute chose, il joue pour rattraper ses pertes sans pouvoir se contrôler. Jouer est plus fort que lui, il ne peut plus se passer de jouer.

L’objectif n’est pas que vous posiez un diagnostic mais d’évaluer si sa pratique de jeu est un problème, si elle entraîne des conséquences négatives pour lui ou son entourage.

Des signes peuvent révéler une pratique de jeu problématique

Certains signes peuvent vous alerter quant à la pratique de jeu de l’un de vos proches. En étant attentif à sa manière d’appréhender le jeu, vous pouvez identifier certains comportements révélant une pratique excessive.

Jeux d'argent : les signes inquiétants

Le temps que votre proche emploie à jouer est une manière d’estimer la place que le jeu prend dans sa vie. Y consacre-t-il, selon vous, beaucoup de temps ? Joue-t-il de plus en plus souvent ?

Si votre proche joue de manière excessive, il est probable que son comportement en soit modifié. Constatez-vous qu’il est différent lorsqu’il ne joue pas ? Notez-vous chez lui une tendance à l’irritabilité ?

Une pratique excessive de jeu peut également avoir un impact sur ses finances. Constatez-vous qu’il lui arrive de ne plus remplir certaines de ses obligations financières ? Se retrouve-t-il souvent à découvert ? Vous demande-t-il de l’argent ? Avez-vous connaissance de dettes qu’il aurait auprès de tiers ?

Sa manière de parler du jeu peut également vous donner des pistes sur le rapport qu’il entretient avec sa pratique. Envisage-t-il cette activité comme un passe-temps ou comme un moyen de s’enrichir ? En comprenant sa manière d’appréhender le jeu, vous pourrez mieux définir l’importance qu’il lui donne.

La place qu’il accorde au jeu par rapport à ses autres activités peut être un indice fort d’une pratique problématique. Avez-vous remarqué qu’il préférait parfois donner la priorité au jeu plutôt qu’à ses engagements ?

Enfin, des remarques extérieures peuvent également vous alerter sur l’ampleur du jeu dans sa vie.

L’ensemble de ces questions peut vous aider à repérer si votre proche a un rapport au jeu préoccupant et si votre inquiétude est légitime. Cependant, il n’y a pas de signe unique permettant de déceler une pratique problématique. Vous devez plutôt prendre en compte un ensemble d’éléments pour vous faire une opinion et faire également confiance à votre perception.

Les signes que vous aurez pu relever vous amèneront peut-être à penser que votre proche a un problème de jeu. Si cela peut vous inquiéter, cela vous met aussi en position d’agir. Un premier pas a été franchi. Sur ce site vous trouverez les informations et l’aide nécessaires pour y faire face.