Quelles sont les conséquences du jeu ?

Les conséquences du jeu problématique pour le joueur

Tous les jeux d’argent et de hasard peuvent conduire les joueurs à perdre le contrôle. Le jeu problématique peut avoir des conséquences négatives dans tous les domaines de la vie du joueur. Il le met en difficulté financière, il affecte sa santé physique et psychologique, il dégrade ses relations familiales et amicales et déborde parfois sur son activité professionnelle.

Des difficultés financières

L’espoir de gain ou de regagner l’argent perdu, la recherche de sensations mais aussi **les incitations des opérateurs de jeux** poussent certains joueurs à jouer plus d’argent qu’ils ne peuvent se le permettre. Ces dépenses déséquilibrent leurs finances et les entraînent dans un cercle vicieux : le joueur joue tout ce qu’il a et met tous ses espoirs dans le jeu pour « se refaire ». Il perd encore plus et il s’endette

Le joueur en difficulté sait qu’il devrait arrêter mais il n’y arrive pas. Dans certains cas cela peut le pousser à commettre des délits pour obtenir de l’argent (escroquerie, abus de confiance, vol, etc.) mais surtout cela perturbe son équilibre psychique.

"Il est 00:47 et je ne dors pas. En l’espace de 2 jours j’ai perdu plus de 2000 euros, soit mon salaire… je me sens mal… pourtant je n’arrive pas à arrêter de jouer. Je pense au jeu au réveil, et je joue beaucoup, beaucoup trop."

"J'ai un crédit à régler que je n'arrive pas à honorer et une grosse dette à régler au plus vite envers mes proches. Je suis actuellement à découvert sur mon compte bancaire. Chaque fin de mois, toute ma paye part dans les paris sportifs."(*)

Un équilibre psychologique menacé

La préoccupation permanente pour le jeu engendre une tension chez le joueur. Il peut ressentir une forte excitation avant de jouer ou pendant le jeu. Il se sent très frustré quand il ne peut pas jouer. Il peut être très abattu, découragé ou agressif quand il perd. Ces changements d'humeur répétés perturbent son équilibre psychologique.

Avec le temps, le mal-être s'accentue, et peut le plonger dans une dépression. Certains joueurs peuvent trouver refuge dans la consommation de produits psychotropes (alcool, médicaments ou autres drogues). Loin d'alléger la situation, ces consommations amènent de nouvelles difficultés.

"Le plus horrible dans tout ça est l'aspect psychologique. L'angoisse permanente, le stress ainsi que le fait de mentir systématiquement nous tue à petit feu. Il est 2h du matin et je n'arrive plus à fermer les yeux tellement ça me brise..."

"Je suis actuellement en arrêt pour dépression après avoir perdu 8000€ dans les paris sportifs et que ma copine l'a découvert. Je ne récupérerai jamais l'argent et ça me met au plus mal, surtout quand je pense à tout ce que j'aurai pu faire avec."(*)

Des difficultés sociales et professionnelles

La pratique du jeu isole le joueur et diminue le temps et l'attention qu'il accorde à son conjoint, ses enfants et sa famille. Ses mensonges, ses comportements imprévisibles voire violents dégradent le climat familial ou amical. Les proches ne lui font plus confiance.

"Ma vie sociale est devenu pathétique, beaucoup de mensonges et impossible pour moi de sortir quand des paris sont en cours par exemple."(*)

Les difficultés peuvent également s'étendre à la sphère professionnelle. Le temps important consacré au jeu, les troubles du sommeil, la dépression peuvent être à l'origine d'une perte d'intérêt pour l'activité professionnelle ou d'absentéisme. L'incapacité à se concentrer, la baisse de la qualité de travail peuvent-être amplifiées par la possibilité de jouer en ligne pendant les heures de travail.

"J'ai perdu mon travail. En même temps je comprends mon employeur, je ne pouvais plus du tout gérer, j'étais complètement ailleurs, perdu dans les méandres du jeu."(*)

Parfois, un grand désarroi

L'ensemble de ces difficultés dans toutes les sphères de la vie du joueur, en particulier la dépression, peuvent plonger le joueur dans une grande souffrance à l'origine d'idées suicidaires. Devant l'ampleur des problèmes, il se sent impuissant, et ne voit pas comment il va pouvoir y faire face.

"Je n'arrive plus à dormir... Les idées sombres se font de plus en plus présentes, je pense vraiment au pire."(*)

Des solutions existent pour aider les joueurs :

- Rejoindre les forums d'entraide pour les joueurs
- Appeler Joueurs info service en tout anonymat au 09 74 75 13 13 (7j/7 de 8h à 23h)
- Chatter avec Joueurs info service (anonyme, de 12h à 19h)
- Poser une question dans Questions/Réponses
- Trouver un lieu d'aide près de chez soi dans les adresses utiles

(*) Citations issues du forum d'entraide pour les joueurs.