© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Le jeu est-il un problème ?

Prendre conscience des mécanismes "en jeu"

Les jeux d’argent et de hasard tendent aux joueurs de nombreux pièges qui sont le reflet de mécanismes psychologiques que nous partageons tous. Les comprendre peut vous aider à prendre du recul sur votre pratique de jeu.

Le hasard reste le hasard

Dans les jeux de hasard, le résultat du tour précédent n’influence pas le tour suivant : chaque tour est indépendant.

Seul le hasard fait qu’un élément sort ou gagne plutôt qu’un autre. Il ne peut pas en être autrement.

Par exemple si au jeu de pile ou face, pile est sorti cinq fois de suite, on peut croire qu’il y a plus de chances que face sorte au sixième lancé. On peut croire à l’inverse qu’il s’agit d’une série gagnante et que, c’est sûr, pile va à nouveau sortir. Dans un cas comme dans l’autre, cette croyance est erronée. Au sixième coup, la probabilité que pile sorte reste la même, d’une chance sur deux, ni plus ni moins qu’auparavant.

On peut aussi croire qu’accomplir un rituel, avoir tel objet sur soi, renforce les chances de gagner. Malheureusement, ce n’est que pure illusion : vous ne pouvez pas contrôler le hasard et le résultat d’un jeu ni même les influencer. La combinaison de cartes dans votre main, la victoire de telle équipe sur l’autre ou de tel cheval ne dépend pas de vous ni de ce que vous faites.

L’illusion de l’expertise

Vous pensez peut-être qu'en développant certaines habiletés, qu'en devenant « expert » de votre jeu de prédilection, vous allez gagner.

Si certains jeux requièrent certaines habiletés ou certaines connaissances, comme le poker ou les paris sportifs ou hippiques, et que le rôle du hasard n'y est pas exclusif, il reste prépondérant. Au poker, le « bluff » entre en ligne de compte mais n'a aucune influence sur les cartes en main, dont la distribution relève du pur hasard. Le danger des jeux dits de semi-habileté ou de hasard raisonné est que la possibilité d'un contrôle partiel conduit la plupart du temps le joueur à sa surestimation puis à la perte de contrôle.

Jeux d'argent : les croyances erronées

Construction des jeux

Les jeux d'argent et de hasard sont construits de telle manière qu'ils vous incitent à jouer et à rejouer. Voici quelques techniques parmi d'autres : la possibilité de gagner gros en misant peu (lotos, machines à sous) ; un délai très court entre la mise et le résultat (Rapido®, jeux de grattage) ; l'illusion d'avoir « quasi » gagné, qu'il s'en est fallu d'un cheveu, faisant croire que cela va très bientôt arriver. C'est le cas pour la roulette, le black jack, les jeux de grattage, les machines à sous, etc.

L'environnement et l'atmosphère des salles de jeux et des casinos vous incitent aussi à jouer. L'absence de fenêtres et d'horloges vous fait perdre la notion du temps, du jour et de la nuit, des tours de jeu qui passent. Les lumières clignotantes, les couleurs, les sons des salles de machines à sous (pensez au bruit des pièces qui tombent) vous excitent et vous poussent à jouer. L'utilisation de jetons « dématérialise » l'argent que vous dépensez.

Si vous jouez seul et à distance par Internet, c'est cet isolement qui peut favoriser que vous jouiez plus. Vous n'êtes pas soumis au regard des autres et l'absence de ce contrôle social peut vous confiner dans une atmosphère irréelle, où vous n'avez plus la notion du temps passé, de l'argent dépensé et perdu. La possibilité de jouer sur plusieurs sites en même temps et la dématérialisation de l'argent joué ajoute au risque de dérapage.

Et si nous faisions les comptes ?

Les jeux d'argent et de hasard sont construits de telle manière que l'exploitant du jeu est toujours assuré de gagner plus d'argent qu'il n'en redistribue aux joueurs. Cela ne signifie qu'une chose pour vous : lorsque vous jouez vous avez beaucoup plus de chances de perdre que de gagner !

Il est vain de vouloir rattraper ses pertes précédentes ou rembourser ses dettes en continuant à jouer. Sur le long terme, vous ne pouvez que vous attendre à perdre encore plus. L'espoir d'obtenir le « gros lot » anime presque toute personne. Il nous fait oublier que cet espoir s'accompagne de la quasi-certitude de perdre de l'argent si l'on joue à ces jeux ! Pour les jeux où une expertise peut éventuellement permettre de mieux savoir quoi jouer, c'est alors la structure du jeu qui va empêcher que vous gagniez de grosses sommes. C'est le cas avec tous les paris (paris sportifs, paris hippiques) où le système de « cotes » fait que pour une même somme jouée vous gagnez beaucoup moins pour un favori que pour un outsider.

Il nous paraît important d'attirer votre attention sur le point suivant : l'argent que vous avez perdu l'est définitivement. Vous ne pouvez pas le regagner. Vous n'allez pas vous refaire.

La nature des jeux d’argent et de hasard, leur construction et leur mise en scène sont autant d’éléments qui peuvent piéger le joueur dans des croyances, des illusions. Ces dernières peuvent mener à jouer outre mesure et à se mettre en difficulté. En prendre conscience vous permettra de faire un premier pas décisif pour vous en détacher.