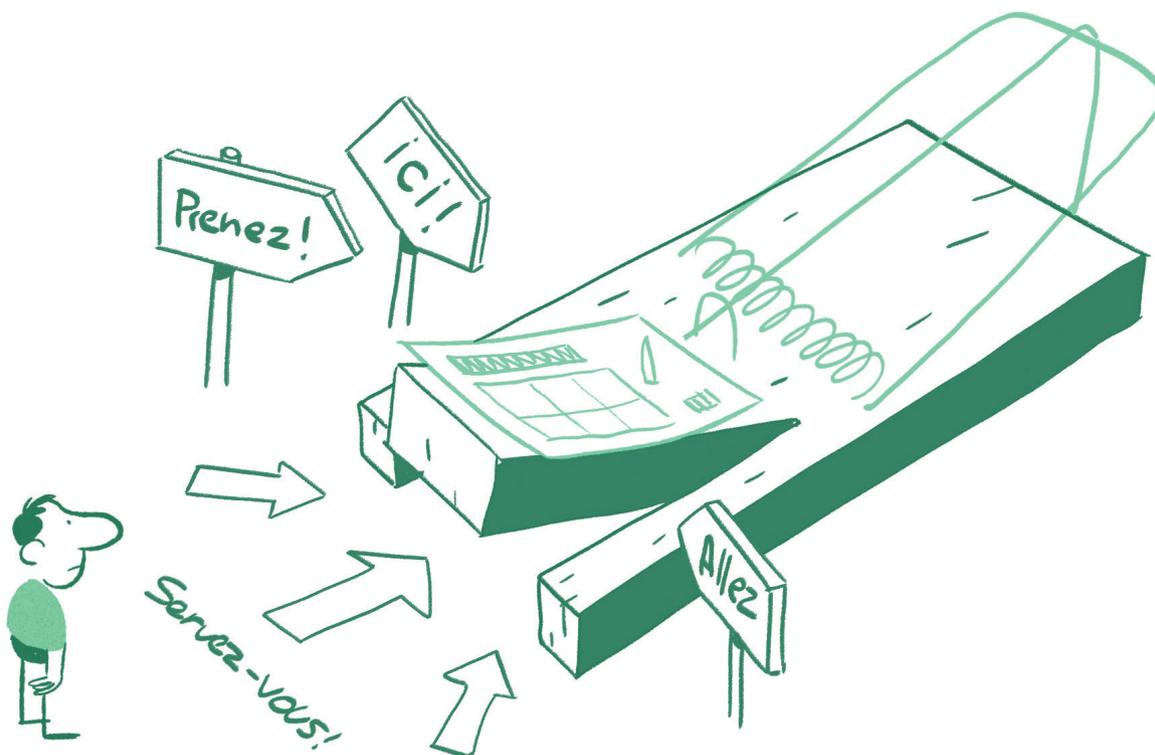


# 25 RÉPONSES SUR LES TROUBLES LIÉS AUX JEUX D'ARGENT



Centre du jeu excessif  
Médecine des addictions



Edité par le Centre du jeu excessif - [www.jeu-excessif.ch](http://www.jeu-excessif.ch) - © CJE  
Reproduction autorisée sur demande préalable et mention de la source  
1<sup>ère</sup> édition avril 2012, 2<sup>e</sup> édition janvier 2014, 3<sup>e</sup> édition mai 2025

1<sup>ère</sup> et 2<sup>e</sup> édition écrites et réalisées par :  
Coralie Zumwald, Antonella Luongo, Carina Ferrari, Cristina Rivera, Daisy Joye, Olivier Simon

3<sup>e</sup> édition mise à jour par : Marion Bieri, Coralie Zumwald, Ingrid Vogel, Olivier Simon

Nous remercions Adrien Anex, Lionel Canosa et Gowtham Rajadurai pour leur contribution.

Illustrations : Cartoonbase Suisse

Le Centre du jeu excessif est une unité spécialisée du CHUV créée avec le soutien du Service de la santé publique de l'Etat de Vaud  
Mise en page : FILLION imprimerie

# SOMMAIRE

## De quoi s'agit-il ? ..... p. 5-10

1. Jeux de hasard et d'argent  
**Qu'entend-on exactement par un jeu de hasard et d'argent ?**
2. Cadre légal  
**Quelle loi encadre les jeux de hasard et d'argent en Suisse ?**
3. Motivations à jouer  
**Pour quelles raisons est-on amené à jouer à des jeux de hasard et d'argent ?**
4. Trouble  
**Qu'est ce qu'un trouble lié aux jeux d'argent ?**
5. Chiffres  
**Quelle proportion de la population est touchée par un comportement de jeu excessif ?**
6. Substances/jeux d'argent  
**Quelles sont les similitudes ?**
7. Mécanismes  
**Pourquoi développe-t-on un trouble lié aux jeux d'argent ?**

## Comment se manifeste le trouble lié au jeu d'argent ? ..... p. 11-16

8. Personnes à risque  
**Existe-t-il des prédispositions à développer un trouble lié aux jeux d'argent ?**
9. Types de comportements  
**Quels sont les différents types de comportements de jeu ?**
10. Conséquences du jeu excessif  
**Quelles sont les conséquences d'un jeu excessif ?**
11. Crimes et délits  
**Un comportement de jeu excessif peut-il amener à commettre des actes illégaux ?**
12. Troubles psychiques  
**Les personnes qui jouent de manière excessive ont-elles fréquemment des troubles psychiques ?**
13. Substances  
**Les personnes qui jouent de manière excessive ont-elles fréquemment un trouble lié à l'usage de substances ?**
14. Suicide  
**Un comportement de jeu excessif peut-il conduire au suicide ?**

## Les jeux d'argent en ligne ..... p. 17-20

15. Jeux d'argent en ligne  
**Comment expliquer l'essor des jeux de hasard et d'argent en ligne ?**
16. Danger potentiel  
**Les jeux de hasard et d'argent sont-ils plus dangereux lorsqu'ils sont pratiqués en ligne ?**
17. Type de profil  
**Quel est le profil des personnes qui jouent en ligne ?**
18. Jeux vidéo/jeux de hasard et d'argent  
**Quels sont les liens entre les jeux de hasard et d'argent et les jeux vidéo ?**
19. Cryptomonnaies  
**La spéculation de cryptomonnaies s'apparente-t-elle à un jeu de hasard et d'argent ?**

## Prévenir et agir ..... p. 21-28

20. Prévention  
**Quelles sont les mesures de prévention du jeu excessif ?**
21. Entourage  
**Comment se comporter envers un-e proche qui joue de manière excessive ?**
22. Arrêter-diminuer  
**Existe-t-il des outils pour arrêter ou diminuer le jeu ?**
23. Traitements  
**Existe-t-il des traitements spécifiques au trouble lié aux jeux d'argent ?**
24. Dettes  
**Que faire en cas de dettes ?**
25. Rechutes  
**Les rechutes sont-elles fréquentes et comment les éviter ?**

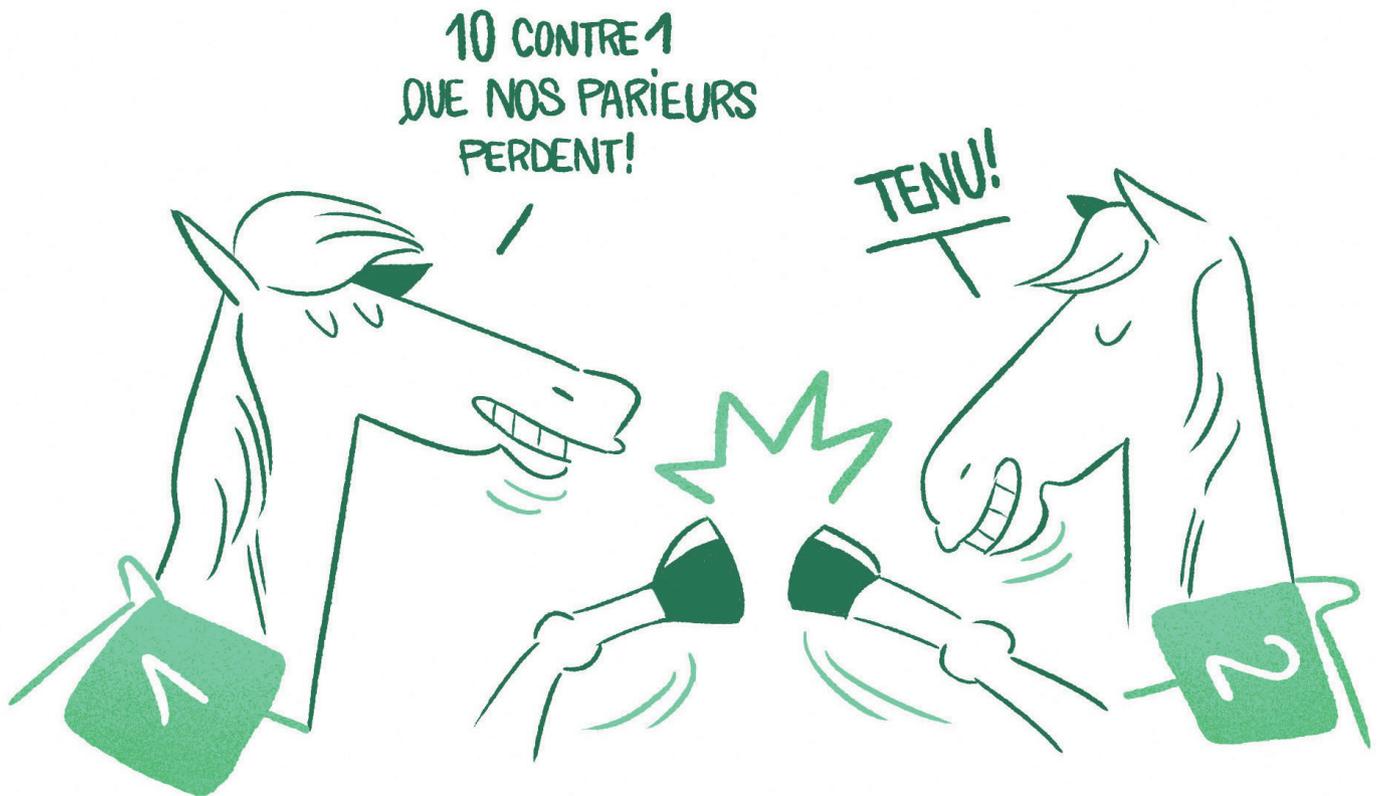
## Ressources d'aide et bibliographie ..... p. 29-35

Les comportements de jeu répondent à des besoins d'apprentissages variés et remplissent un rôle central dans le développement de l'enfant et de l'adulte. A ce titre, les jeux de hasard et d'argent sont habituellement représentés comme une activité récréative. Néanmoins, l'exposition aux jeux de hasard et d'argent comporte des risques inhérents. Une partie non négligeable des personnes qui jouent vont faire l'expérience d'une perte de contrôle plus ou moins importante et durable de leur comportement de jeu, pouvant mener à des conséquences négatives importantes pour la personne elle-même et pour son entourage. L'offre de jeux toujours plus disponible, qu'elle soit terrestre ou en ligne, apparaît de plus en plus préoccupante.

« 25 réponses sur les troubles liés aux jeux d'argent » est la 3<sup>e</sup> édition de la brochure originale. Elle a été augmentée et révisée, notamment pour s'adapter au nouveau cadre légal en vigueur en Suisse. Elle apporte des éléments de compréhension sur les jeux de hasard et d'argent, les conséquences d'un comportement de jeu excessif, les traitements existants ainsi que sur les caractéristiques spécifiques des jeux de hasard et d'argent en ligne.

Cette brochure s'adresse tant aux personnes qui présentent un comportement de jeu à risque, qu'aux proches, aux professionnel-le-s, et à toute personne souhaitant en apprendre davantage sur ce domaine.

## DE QUOI S'AGIT-IL ?



# DE QUOI S'AGIT-IL ?

## 1. JEUX DE HASARD ET D'ARGENT

### *Qu'entend-on exactement par un jeu de hasard et d'argent ?*

On peut définir un jeu de hasard et d'argent comme une activité ludique qui implique de l'argent ou un bien, et dont l'issue dépend en partie ou exclusivement du hasard. Il est important de bien différencier les jeux de hasard et d'argent des jeux d'adresse.

En effet, dans les premiers, il n'y a pas ou peu d'influence possible sur le jeu par les compétences ou l'expérience des personnes qui jouent : le résultat dépend exclusivement ou en grande partie du hasard. Dans les jeux d'adresse (p. ex., billard, fléchettes, etc.), au contraire, les compétences et l'expérience de la personne qui joue influencent clairement l'issue du jeu.

Quelques exemples de jeux de hasard et d'argent :

- Machines à sous
- Appareils de loterie électronique
- Paris sportifs et hippiques
- Roulette
- Poker
- Jeux de loterie de tirage (p.ex. loto)
- Jeux de loterie de grattage

A l'heure actuelle, pratiquement tous les jeux de hasard et d'argent sont accessibles en format online.

Dans les jeux de hasard et d'argent, la probabilité de perdre est statistiquement toujours plus importante que celle de gagner, pour des raisons structurelles : l'opérateur qui exploite les jeux y veille tout particulièrement, puisque la viabilité de son entreprise dépend de sa commission. Pourtant, retiré de son contexte statistique, le jeu est propre à stimuler chez tout individu des pensées anticipant l'agrément d'un gain important ainsi que des pensées non rationnelles relatives à la probabilité de gains. Certaines personnes pourront même se croire en mesure de développer une stratégie pour « battre le système ». De telles croyances peuvent favoriser une perte de contrôle du comportement de jeu, occasionnant des pertes considérables. Cette perte de contrôle est difficile à anticiper, dans la mesure où les facteurs de vulnérabilité sont multiples. Il apparaît donc très important de prévenir toutes les personnes qui jouent de ce danger potentiel. Dans la plupart des pays industrialisés, et notamment en Suisse, les lois encadrant les jeux prévoient un devoir d'information aux usager·ère·s de la part des industries concernées et des instances de régulation, à l'exemple des exigences introduites pour d'autres produits susceptibles d'affecter la santé (p. ex., tabac, certains produits agroalimentaires, produits dangereux pour les enfants, etc.).

# DE QUOI S'AGIT-IL ?

## 2. CADRE LÉGAL

### *Quelle loi encadre les jeux de hasard et d'argent en Suisse ?*

En Suisse, il s'agit de la Loi fédérale sur les jeux d'argent (LJAR)<sup>1</sup>, entrée en vigueur avec son ordonnance (OJAR)<sup>2</sup> le 1<sup>er</sup> janvier 2019. Cette loi vise à :

- Protéger de manière appropriée la population contre les dangers inhérents aux jeux d'argent.
- Assurer une exploitation sûre et transparente des jeux d'argent.
- Garantir que les bénéficiaires nets des jeux de grande envergure (p. ex., loteries nationales, billets à gratter, paris sportifs), à l'exception des jeux d'adresse et de certains jeux de petite envergure, soient affectés intégralement et de manière transparente à des buts d'utilité publique.
- Garantir qu'une partie du produit brut des jeux de casino soit affectée à l'assurance-vieillesse, survivants et invalidité (AVS/AI).

Cette loi s'applique aux loteries (Swisslos et Loterie romande) et aux casinos (terrestres et en ligne). Elle met en place des organes de surveillance, au niveau fédéral pour les casinos (Commission fédérale des maisons de jeu - CFMJ) et au niveau intercantonal pour les loteries (Interkantonale Geldspielaufsicht - Gespa). Elle prévoit la mise en place de mesures de protection des personnes qui jouent dont l'obligation, pour les jeux dont le potentiel de dangerosité est élevé, de détecter et d'exclure les personnes jouant au-delà de leurs moyens.

La loi prévoit également que seuls les casinos suisses ont accès au marché des jeux de casino en ligne et elle prévoit le blocage des sites étrangers proposant des jeux de hasard et d'argent. L'offre en

ligne nationale de jeux de casino s'est développée à partir de la mise en vigueur de la LJAr. Auparavant, les seules offres de jeu en ligne légales étaient les jeux de loterie et les paris sportifs/hippiques, et seules les loteries nationales, Swisslos et la Loterie romande, étaient autorisées à les exploiter.

La LJAr fournit ainsi un cadre à l'exploitation des jeux en ligne, dans le but affiché d'éviter de potentielles dérives. En effet, les offres étrangères illégales de jeux en ligne présentent de nombreux risques, notamment moins de contrôle sur les jeux, pas de contrôle sur la probabilité statistique de gains, une publicité mensongère, un retrait des gains difficile et une absence de mesures de protection des personnes qui jouent. Concernant cette protection, le cadre d'exploitation suisse des jeux en ligne prévoit en revanche que les opérateurs de jeu doivent mettre en œuvre des mesures de repérage et d'exclusion des personnes jouant au-delà de leurs moyens, de manière similaire à ce qui est attendu des casinos terrestres.

En 2025, et en l'état actuel de la mise en œuvre effective de la LJAr, il reste difficile d'empêcher l'exploitation de jeux en ligne étrangers en Suisse, d'encadrer la publicité, en particulier sur les réseaux sociaux, et d'encadrer des jeux de loteries et paris hybrides (mi-online, mi-terrestres) qui échappent à tout ou une partie de l'obligation de détection et d'exclusion. L'Office fédéral de la justice a reçu le mandat du Conseil fédéral de mettre sur pied un processus d'évaluation de la LJAr.

# DE QUOI S'AGIT-IL ?

## 3. MOTIVATIONS À JOUER

### *Pour quelles raisons est-on amené à jouer à des jeux de hasard et d'argent ?*

Pour les personnes qui jouent de façon récréative, sans que leur comportement de jeu n'occasionne de difficultés, les motivations à jouer sont le plus souvent liées (1) aux émotions ainsi procurées (recherche de divertissement, de tension, d'excitation, de plaisir, etc.), (2) au contexte social (passer un bon moment avec des ami·e·s, se sentir reconnu·e, etc.) et (3) à l'argent (chercher à « tenter sa chance », espoir de gagner, etc.)<sup>3</sup>.

Ces mêmes motivations se retrouvent fréquemment chez les personnes qui jouent de manière excessive. Toutefois, elles prennent une autre tournure car d'autres motivations deviennent prépondérantes. Par exemple, l'espoir de gagner devient celui de récupérer ses pertes (« se refaire ») et la recherche de sensations fortes agréables se mue en volonté de fuir des problèmes ou de diminuer des émotions négatives, un sentiment de frustration, voire un état dépressif<sup>4</sup>.

## 4. TROUBLE

### *Qu'est-ce qu'un trouble lié aux jeux d'argent ?*

Les troubles liés aux jeux d'argent sont reconnus comme des troubles psychiques. Le DSM 5<sup>5</sup>, manuel diagnostique de référence en matière de psychiatrie, intègre le trouble lié aux jeux d'argent dans la catégorie des troubles addictifs. Le diagnostic doit être posé par un·e professionnel·le de la santé et se base sur la liste des 9 critères ci-après. Il est retenu si la personne présente 4 critères ou plus, sur une période d'au moins 12 mois. Si la personne présente 2 ou 3 critères, on parle alors de jeu problématique ou de jeu à risque (voir question 9).

1. A besoin de jouer avec des sommes d'argent croissantes pour atteindre l'état d'excitation désiré
2. Est agitée/irritable lors des tentatives d'arrêt ou de réduction
3. A fait des efforts répétés mais infructueux pour contrôler, réduire ou arrêter la pratique de jeu
4. Est souvent préoccupée par le jeu (p. ex. remémoration d'épisodes de jeu passés ou anticipation de nouveaux épisodes)
5. Joue fréquemment lors d'un vécu de stress (sentiment d'impuissance, culpabilité, anxiété, etc.)
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, 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.

# DE QUOI S'AGIT-IL ?

## 5. CHIFFRES

### *Quelle proportion de la population est touchée par un comportement de jeu excessif ?*

Sur le plan international, entre 0.1% et 5.8% de la population sont touchés par un comportement de jeu excessif, ces pourcentages variant selon les outils d'évaluation, les pays et l'accessibilité aux différentes offres de jeux<sup>6</sup>. En Suisse, d'après une enquête nationale réalisée en 2022, 4.3% de la population sont concernés si l'on se base sur les 12 derniers mois<sup>7</sup>. Une étude menée auprès de jeunes hommes (18-22 ans) en Suisse romande estime que 17.6% ont présenté un comportement de jeu à risque au cours des 12 derniers mois, et 3.6% ont présenté un comportement de jeu problématique<sup>8</sup>.

## 6. SUBSTANCES/JEU D'ARGENT

### *Quelles sont les similitudes ?*

Le trouble lié aux jeux d'argent est considéré comme une « addiction comportementale », au sens d'un trouble addictif non lié à une substance. Il partage cependant un certain nombre de points communs avec les troubles liés à l'usage de substance. Ces caractéristiques communes sont notamment : une envie « irrésistible » de consommer le produit ou de pratiquer le jeu (*craving*), une perte de contrôle de la consommation ou du comportement, des tentatives infructueuses pour arrêter ou limiter le comportement problématique et des conséquences négatives découlant du comportement en question. On observe aussi fréquemment des symptômes de tolérance, c'est-à-dire un besoin d'augmenter la quantité de la substance ou du comportement problématique pour obtenir un effet satisfaisant ainsi que, dans certains cas, des symptômes de sevrage, qui se traduisent par une tension ou une nervosité lorsque la prise du produit ou le comportement ne peuvent avoir lieu.

# DE QUOI S'AGIT-IL ?

## 7. MÉCANISMES

### *Pourquoi développe-t-on un trouble lié aux jeux d'argent ?*

Différents modèles tentent d'expliquer pourquoi certaines personnes sont plus sujettes que d'autres à développer un trouble lié aux jeux d'argent. Les modèles comportementaux mettent en avant le rôle joué par l'apprentissage. Lorsqu'une personne joue et gagne, elle va apprendre que son comportement (jouer) est suivi d'une conséquence positive (gagner de l'argent). Ce phénomène est appelé renforcement positif. Dans les jeux de hasard et d'argent, on parle de renforcement intermittent car les gains sont occasionnels et non prédictibles. Des recherches ont confirmé que, confrontées à ce type de renforcement, les personnes ont tendance à poursuivre le comportement, même si les conséquences positives ne sont qu'occasionnelles<sup>9</sup>. La personne qui joue va ainsi continuer à jouer dans l'espoir de gagner, même si ses pertes sont plus importantes que ses gains. Nombre de personnes ayant développé un comportement de jeu excessif rapportent avoir eu un gain significatif quand elles ont commencé à jouer, cette expérience restant comme ancrée dans leur mémoire, nourrissant la croyance qu'elles pourraient reproduire un tel gain.

Les modèles cognitifs expliquent le développement d'un trouble lié aux jeux d'argent par des croyances incorrectes sur les jeux d'argent et, en particulier, sur la possibilité d'influencer positivement l'issue du jeu<sup>10</sup>. Ces croyances renforceraient l'espoir de gagner, et donc intensifieraient le comportement de jeu. Or, dans les jeux de hasard et d'argent, il est important de se rappeler de deux principes fondamentaux, l'espérance de gain négative et l'indépendance des tours : l'espérance de gain négative renvoie au fait que, statistiquement, la personne qui joue est inmanquablement perdante à long terme, dès lors qu'elle va rejouer les sommes gagnées. À l'inverse, l'industrie du jeu qui organise la structure statistique des gains de manière à toucher une commission, sera toujours gagnante à long terme. L'indépendance des tours implique que, dans les jeux de hasard et d'argent, il n'y a pas de lien entre les différentes parties. Chaque partie jouée étant indépendante, il est impossible de prévoir l'issue des mises en fonction de la connaissance des mises précédentes. Les

croyances incorrectes vis-à-vis des jeux d'argent vont à l'encontre de ces deux principes fondamentaux. Par exemple, la personne qui joue va penser que plus elle joue, plus elle a de chance de gagner. Si un gain a déjà eu lieu, elle peut penser, soit qu'elle a plus de chance d'obtenir un second gain, soit qu'elle en a moins.

Les modèles neurobiologiques mettent l'accent sur des voies d'activation liées aux processus émotionnels, communs à tous les troubles addictifs. Dans ce type de troubles, on observe une mise en action de ce que l'on appelle le « circuit de la récompense », dans lequel l'un des principaux neurotransmetteurs impliqués est la dopamine. Des études ont montré que les personnes présentant un trouble lié aux jeux d'argent présentent une dérégulation du circuit de la récompense dopaminergique, notamment lors de l'anticipation de la récompense<sup>11</sup>. Selon ces modèles, le comportement de jeu serait alors un moyen de réguler le niveau de dopamine, diminuant ainsi momentanément un mal-être.

La tendance actuelle est de considérer que les causes d'un trouble lié aux jeux d'argent sont multiples et renvoient à des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux. Le modèle dit des *pathways*, que l'on pourrait traduire par « trajectoire »<sup>12</sup> propose d'intégrer cette complexité. Un premier *pathway* rend compte des personnes qui vont développer un comportement de jeu régulier après avoir été exposées à une offre de jeu accessible, et qui vont être soumises aux mécanismes du renforcement intermittent caractéristiques des jeux d'argent (gains occasionnels et imprédictibles). Pour certaines personnes, lorsque le plaisir associé à l'anticipation du gain tend à prévaloir sur d'autres sources de plaisir, un emballement est susceptible de conduire à une perte de contrôle du comportement de jeu. Un deuxième *pathway* décrit les personnes qui vont également être exposées à une offre de jeu accessible, et qui vont être soumises aux mêmes mécanismes de renforcement intermittent, mais qui présentent une vulnérabilité émotionnelle préexistante. Cette vulnérabilité est liée à leur histoire personnelle et/ou à la présence de troubles émotionnels comme un trouble anxio-dépressif. Finalement un troisième *pathway* décrit les personnes qui remplissent les mêmes caractéristiques que dans le deuxième *pathway* mais qui, en plus, présentent une vulnérabilité biologique préexistante, caractérisée par une tendance à l'impulsivité et à la recherche de sensations.

# COMMENT SE MANIFESTE UN TROUBLE LIÉ AUX JEUX D'ARGENT ?



## 8. PERSONNES À RISQUE

### *Existe-t-il des prédispositions à développer un trouble lié aux jeux d'argent ?*

Il n'existe pas un profil-type des personnes qui développent un trouble lié aux jeux d'argent. Ce dernier peut toucher des personnes de tous âges et de toutes catégories sociales. Néanmoins, les statistiques indiquent que ce trouble se manifesterait plus fréquemment chez des personnes de sexe/genre masculin, jeunes (env. 20-30 ans), avec un statut socio-économique modeste, séparées ou divorcées, et présentant des traits impulsifs<sup>13,3,14</sup>. Une étude menée en Suisse romande estime que les adolescent-e-s et jeunes adultes seraient 10 fois plus à risque de développer un trouble lié aux jeux d'argent que des personnes plus âgées<sup>15</sup>.

D'autres facteurs de risques sont associés à l'apparition d'un trouble lié aux jeux d'argent, tels qu'une accessibilité croissante à des offres de jeux ou encore une consommation excessive d'alcool et/ou d'autres substances psychoactives<sup>16,13</sup>.

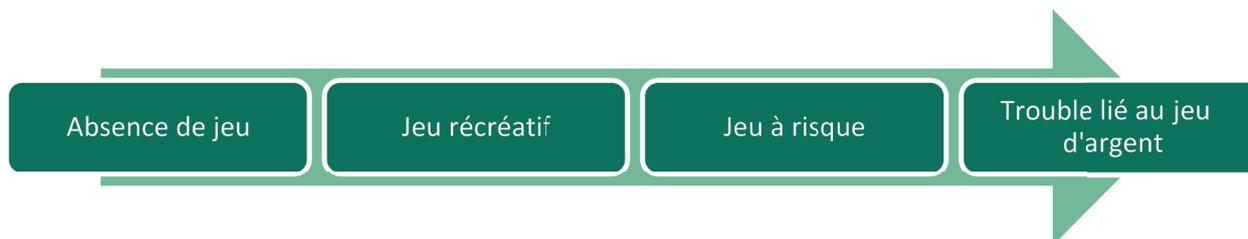
Pour ce qui est des offres de jeux en ligne, les jeunes adultes sont particulièrement vulnérables. Les personnes qui présentent un comportement de jeu en ligne à risque ou problématique sont davantage représentées chez les 18-29 ans que dans les autres tranches d'âges<sup>17</sup>. Ces observations montrent l'importance de mener des actions de prévention auprès des adolescent-e-s et jeunes adultes, au même titre que pour les consommations de substances et d'autres conduites à risque.

## 9. TYPES DE COMPORTEMENTS

### *Quels sont les différents types de comportements de jeu ?*

Pour certaines personnes, jouer à des jeux de hasard et d'argent représente une activité divertissante et agréable, sans conséquences particulières. Mais une partie non négligeable des personnes qui jouent va faire l'expérience d'une perte de contrôle plus ou moins importante et durable de son comportement de jeu, pouvant mener à des conséquences négatives dramatiques pour la personne elle-même et pour son entourage. Le plus souvent, ce processus n'apparaît pas d'un jour à l'autre mais se développe graduellement et de manière imperceptible. Le schéma de la page suivante représente les différents comportements de jeu observables dans la population générale. Il est inspiré du système de classification développé par Shaffer et al.<sup>18</sup>.

# TROUBLE LIÉ AU JEU D'ARGENT



L'absence de jeu concerne évidemment les personnes qui ne jouent pas aux jeux de hasard et d'argent.

On parle d'un comportement de jeu **récréatif** pour définir un comportement qui ne pose pas de problème particulier. Pour les personnes qui jouent de cette manière, le jeu est un divertissement. Elles jouent occasionnellement, tiennent compte de leurs possibilités financières et peuvent mettre un terme à leur jeu de manière contrôlée. Elles acceptent de perdre l'argent misé et ne rejouent pas pour essayer de récupérer leur mise.

On parle d'un comportement de jeu **à risque** pour définir un comportement qui entraîne un certain nombre de conséquences négatives<sup>19</sup>. Ces conséquences peuvent être de nature financière, familiale, professionnelle, sociale et/ou psychologique. La personne qui joue a tendance à augmenter ses mises et il lui arrive de jouer plus d'argent, plus

souvent et plus longtemps que prévu, dans l'espoir de « se refaire », c'est-à-dire de récupérer l'argent perdu. Le risque qu'un trouble constitué se développe est augmenté.

On parle d'un **trouble** lié au jeu d'argent pour définir un comportement qui implique un niveau de sévérité supérieur. Les personnes rencontrent de sérieuses difficultés à contrôler leur comportement de jeu, multipliant les conséquences négatives. Jouer devient une préoccupation qui envahit les relations familiales, sociales et/ou professionnelles. Il n'est pas rare que des troubles émotionnels (dépression, anxiété) et des idées suicidaires se développent. Les personnes qui présentent un tel comportement empruntent fréquemment de l'argent pour continuer de jouer ou tenter de se sortir de situations financières problématiques (surendettement).

On parle d'un comportement de jeu **excessif** pour désigner à la fois les comportements de jeu à risque et le trouble lié au jeu d'argent.

# TROUBLE LIÉ AU JEU D'ARGENT

## 10. CONSÉQUENCES

### *Quelles sont les conséquences d'un comportement de jeu excessif ?*

Un comportement de jeu excessif entraîne toujours des conséquences négatives, avec un degré de gravité variable selon la situation individuelle. Les conséquences les plus couramment rapportées par les personnes qui jouent et par leur entourage sont listées dans le tableau suivant.

Santé mentale et physique	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dépression, anxiété, stress, honte, culpabilité</li><li>- Insomnies</li><li>- Idées suicidaires avec ou sans passage à l'acte</li><li>- Irritabilité, fatigue</li></ul>
Situation financière et judiciaire	<ul style="list-style-type: none"><li>- Endettement, factures impayées</li><li>- Crédits multiples</li><li>- Restriction du budget</li><li>- Poursuites financières ou judiciaires</li><li>- Précarisation (p. ex., perte de logement)</li><li>- Actes illégaux</li></ul>
Vie sociale, familiale, affective	<ul style="list-style-type: none"><li>- Difficultés de communication</li><li>- Conflits relationnels, isolement social,</li><li>- Ruptures affectives</li><li>- Perte de confiance, honte d'en parler</li><li>- Mensonges, violence verbale et/ou physique</li></ul>
Vie scolaire ou professionnelle	<ul style="list-style-type: none"><li>- Manque de concentration</li><li>- Absentéisme, retards</li><li>- Licenciement</li></ul>

## 11. CRIMES ET DÉLITS

### *Un comportement de jeu excessif peut-il amener à commettre des actes illégaux ?*

Une minorité des personnes qui présentent un comportement de jeu excessif va recourir à des activités illégales pour continuer à financer sa pratique de jeu ou pour tenter de remédier aux difficultés financières liées à son comportement. Les délits les plus fréquents sont non violents (vols, fraudes, escroqueries diverses, etc.) et sont généralement motivés par la nécessité d'obtenir de l'argent pour jouer<sup>20</sup>. Néanmoins, d'autres raisons pourraient expliquer ce lien entre comportement de jeu et actes illégaux, telles que la prise de risque<sup>21</sup>. On notera que, souvent, au moment du vol ou de la fraude, la personne pense pouvoir rendre l'argent volé pour jouer après qu'elle aura gagné, considérant ainsi son acte davantage comme un emprunt que comme un vol.

# TROUBLE LIÉ AU JEU D'ARGENT

## 12. TROUBLES PSYCHIQUES

### ***Les personnes qui jouent de manière excessive ont-elles fréquemment des troubles psychiques ?***

Globalement, les personnes qui présentent un comportement de jeu excessif présentent plus souvent des troubles psychiques que la population générale. On estime qu'entre 17 et 23% des personnes qui ont un comportement de jeu excessif présentent des troubles de l'humeur (p. ex., état dépressif) ou des troubles anxieux<sup>22</sup>, prévalence plus élevée que chez les personnes ne présentant pas de difficultés avec les jeux d'argent. Il est souvent difficile de déterminer si c'est le comportement de jeu excessif qui conduit aux troubles psychiques ou l'inverse, le type d'interdépendances variant d'une personne à l'autre<sup>23</sup>. Il est cependant certain que le stress occasionné par les pertes financières et les difficultés diverses liées au comportement de jeu excessif ne favorisent pas le bien-être psychologique de la personne qui joue. La détresse et le sentiment d'impasse peuvent être parfois si importants qu'ils conduisent à des idées suicidaires.

## 13. SUBSTANCES

### ***Les personnes qui jouent de manière excessive ont-elles fréquemment un trouble lié à l'usage de substances ?***

On estime que 21% des personnes qui ont un comportement de jeu excessif présentent un trouble lié à l'usage d'alcool et 56% ont une dépendance à la nicotine<sup>22</sup>. Sept pour cents présentent un trouble lié à l'usage de substances psychoactives<sup>22</sup>. Ces prévalences sont plus élevées que chez les personnes ne présentant pas de comportements de jeu excessif.

La nature de ce lien n'est pas entièrement claire. On retrouve plus de consommations problématiques de substances chez les personnes présentant un comportement de jeu excessif, et l'on retrouve plus de problèmes de comportements de jeu excessif chez les personnes présentant une consommation problématique de substances. Une hypothèse est qu'il existerait des facteurs de vulnérabilité communs aux différents comportements problématiques, que ce soit avec ou sans substances<sup>24</sup>.

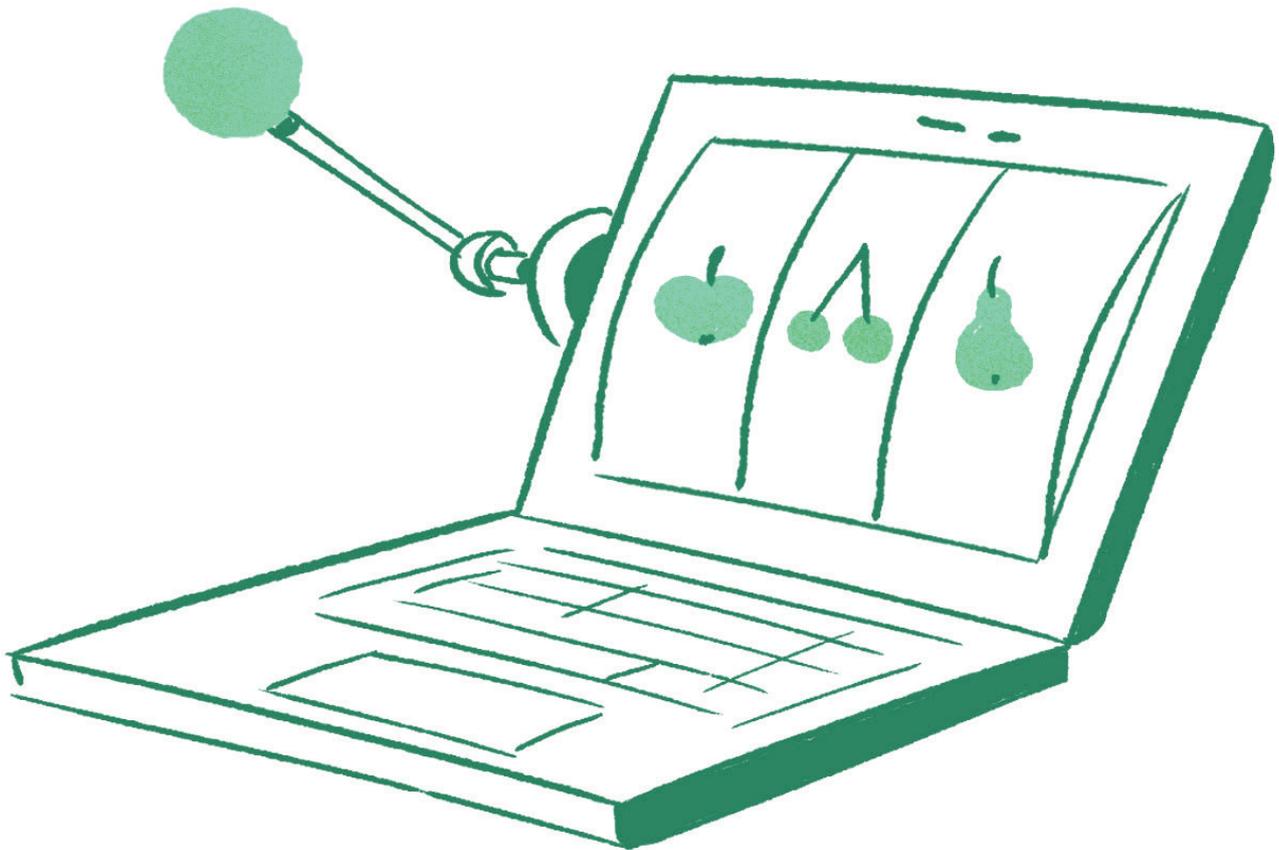
## 14. SUICIDE

### *Un comportement de jeu excessif peut-il conduire au suicide ?*

Il existe une association statistique entre jeu excessif et suicide. Une étude a estimé que la mortalité des personnes adultes présentant un trouble lié aux jeux d'argent était multipliée par deux par rapport à la population générale, et que la mortalité par suicide était multipliée par quinze<sup>25</sup>. On observe également que les personnes qui consultent pour un comportement de jeu excessif ont fréquemment des idées suicidaires et qu'un pourcentage non négligeable d'entre elles a déjà fait une ou plusieurs tentatives de suicide<sup>26</sup>.

Plusieurs facteurs peuvent expliquer le développement d'idées suicidaires chez les personnes ayant un comportement de jeu excessif. Premièrement, les nombreuses pertes associées (financières, relationnelles, sociales, etc.) peuvent mener à une détresse importante et à un sentiment d'impasse existentielle. Deuxièmement, le comportement de jeu excessif est fréquemment associé à des troubles psychiques et à des troubles liés à l'usage de substances, eux-mêmes identifiés comme fortement associés à des risques de suicide<sup>27</sup>. Enfin la tendance à un comportement impulsif, qui est un trait fréquemment retrouvé chez les personnes présentant un trouble lié aux jeux d'argent<sup>14</sup>, peut contribuer au risque de passage à l'acte suicidaire.

# LES JEUX D'ARGENT EN LIGNE



## 15. JEUX D'ARGENT EN LIGNE

### *Comment expliquer l'essor des jeux de hasard et d'argent en ligne ?*

L'offre de jeux de hasard et d'argent en ligne est en pleine expansion dans le monde, tout comme en Suisse où cette offre a triplé entre 2019 et 2021, passant de 4 à 10 casinos en ligne<sup>28</sup>. Cela s'explique par l'entrée en vigueur de la nouvelle Loi sur les jeux d'argent (LJAr)<sup>1</sup>, qui autorise depuis 2019 les casinos suisses à proposer une offre en ligne. L'offre de jeux de hasard et d'argent en ligne ne se limite pas aux jeux de casino : les paris sportifs, jeux de loterie, tirages ou grattages, ainsi que les jeux illégaux en ligne, en font partie intégrante.

D'après une étude réalisée en Suisse, chez les personnes qui jouent, le nombre de personnes jouant en ligne une fois par semaine ou plus a lui aussi augmenté entre 2018 et 2021, passant de 25% à 30%<sup>17</sup>. Durant cette période, la démultiplication de l'offre disponible, le marketing intensif de ces pratiques ainsi que l'enchaînement de périodes de semi-confinement (covid-19) pourraient expliquer pourquoi cette pratique s'est particulièrement répandue.

## 16. DANGER POTENTIEL

### *Les jeux de hasard et d'argent sont-ils plus dangereux lorsqu'ils sont pratiqués en ligne ?*

En 2021, environ 6.6% des personnes ayant joué à des jeux de hasard et d'argent en ligne ont rapporté des comportements problématiques modérés à sévères en lien avec les jeux en ligne<sup>17</sup>, contre 4.4% en 2018. Les personnes qui jouent en ligne ont une fréquence de jeu plus importante que les personnes qui jouent à des jeux « terrestres » et rapportent des difficultés financières plus importantes<sup>29</sup>.

Les jeux d'argent en ligne comportent en effet des caractéristiques qui les rendent particulièrement attractifs aux yeux des utilisateur·rice·s.

Ces caractéristiques sont :

- Accessibilité et disponibilité
- Possibilité de mises simultanées et sur différentes plateformes
- Anonymat relatif
- Dématérialisation de l'argent misé<sup>29</sup>
- Présence de bonus
- Vitesse du jeu accrue<sup>30</sup>

Les personnes jouant en ligne rapportent aussi des conséquences négatives plus importantes que les personnes jouant uniquement aux jeux « terrestres »<sup>31</sup>.

À titre d'exemple, les paris sportifs en ligne sont de plus en plus populaires, notamment auprès des jeunes adultes<sup>17,8</sup>. A l'instar des autres jeux de hasard et d'argent en ligne, il est désormais possible de parier n'importe quand et depuis n'importe où sur n'importe quel sport ou n'importe quelle compétition. Outre les éléments déjà mentionnés, les paris sportifs présentent des caractéristiques addictives supplémentaires, telles que l'illusion de contrôle accrue par la connaissance des équipes et des disciplines (alors que le rôle de ces facteurs est minime), les paris « en direct » et la possibilité d'effectuer des micro-paris sur des actions ponctuelles dans le match<sup>32</sup>. Par ailleurs, l'offre de paris sportifs en ligne se déploie dans le contexte d'une augmentation générale de la publicité et du marketing numérique. L'exposition des adolescent·e·s et jeunes adultes à un marketing agressif est particulièrement problématique car ce marketing contribue à la fois à la valorisation sociale et à la banalisation de ce type de jeux pouvant mener à des conséquences négatives majeures<sup>33</sup>.

## 17. TYPE DE PROFIL

### *Quel est le profil des personnes qui jouent en ligne ?*

Une étude menée en Suisse auprès de personnes jouant en ligne a révélé que parmi elles, deux sur trois ne pratiquent aucun jeu d'argent « terrestre ». Les personnes âgées de 18 à 39 ans sont plus nombreuses à combiner le jeu terrestre et en ligne, comparées aux personnes plus âgées qui, elles, privilégient davantage uniquement l'offre en ligne<sup>17, 34</sup>.

La dangerosité des jeux de hasard et d'argent en ligne sur les populations les plus jeunes est un constat qui ressort de différentes études internationales<sup>35, 36</sup>.

## 18. JEUX VIDÉO/JEUX DE HASARD ET D'ARGENT

### *Quels sont les liens entre les jeux de hasard et d'argent et les jeux vidéo ?*

La frontière entre jeux vidéo et jeux d'argent s'estompe en raison de différents mécanismes plus ou moins visibles. On observe un double phénomène : les jeux vidéo empruntent des caractéristiques des jeux de hasard et d'argent (« gambification du gaming »), et inversement (« gamification du gambling »)<sup>34</sup>.

Les incitations à dépenser de l'argent réel se multiplient, notamment dans les jeux vidéo dits « free-to-play » (littéralement « gratuit pour jouer »), abrégé « F2P ». Le mécanisme de monétisation de ces jeux a priori gratuits s'appuie d'une part sur l'aspect compétitif et propre aux modalités du jeu, et d'autre part sur des stratégies de marketing incitatrices empruntant parfois les caractéristiques des jeux de hasard et d'argent<sup>37</sup>.

Le « pay-to-win » (litt. « payer pour gagner »), abrégé « P2W », fait référence à des jeux vidéo gratuits qui proposent des achats intégrés permettant d'augmenter considérablement les probabilités de gagner par rapport aux personnes qui jouent sans faire ces achats. Cette pratique tend à dissimuler les coûts à long terme de ces microtransactions et peut engendrer des problèmes financiers réels pour les personnes qui jouent<sup>37</sup>.

Le « skin betting » (litt. « pari sur la peau ») consiste à engager des mises sous forme de skins, objets virtuels faisant partie intégrante des jeux vidéo et qui présentent des avantages cosmétiques (tenues, vêtements, etc.) ou stratégiques (armes, outils, etc.), dans le cadre de paris sur des rencontres de eSport ou des jeux de casino classiques. Ces objets virtuels ont donc une valeur monétaire qui dépend de leur rareté ou de leur popularité. Les plateformes qui permettent ce type de pratiques ne sont pas toutes légales et restent peu encadrées par la loi.

Les « loot boxes » (litt. « boîte à butin ») sont des objets disséminés dans les jeux vidéo et présentés sous la forme de boîtes virtuelles. Elles s'obtiennent simplement en jouant ou en les achetant avec de l'argent réel ou virtuel. Le contenu d'une loot box n'est pas connu à l'avance par la personne qui joue. Il peut être cosmétique ou stratégique et permet de progresser plus rapidement dans le jeu.

Cette dimension aléatoire est similaire à celle des jeux de hasard et d'argent : miser une somme sans avoir de contrôle sur le résultat<sup>38</sup>. Une étude suisse relève différents éléments problématiques des loot boxes<sup>34</sup> :

- Modalités d'acquisition : les loot boxes s'achètent avec de l'argent virtuel, ce dernier étant cependant souvent acquis avec de l'argent réel
- Possibilité d'acquisitions illimitées : un nombre illimité de loot boxes peut être acheté
- Méconnaissance des probabilités : les probabilités de gains ne sont pas systématiquement indiquées
- Existence d'un jackpot : il est possible de miser à nouveau le gain pour accéder à d'autres loot boxes
- Quasi-gain : lorsque le bien virtuel obtenu n'est pas important, le mécanisme laisse à penser que c'était « presque gagné »
- Existence d'un marché : les biens virtuels obtenus peuvent parfois être échangés ou revendus contre de l'argent réel
- Contenu non aléatoire : les probabilités de gains dépendent du comportement de jeu de la personne qui joue.

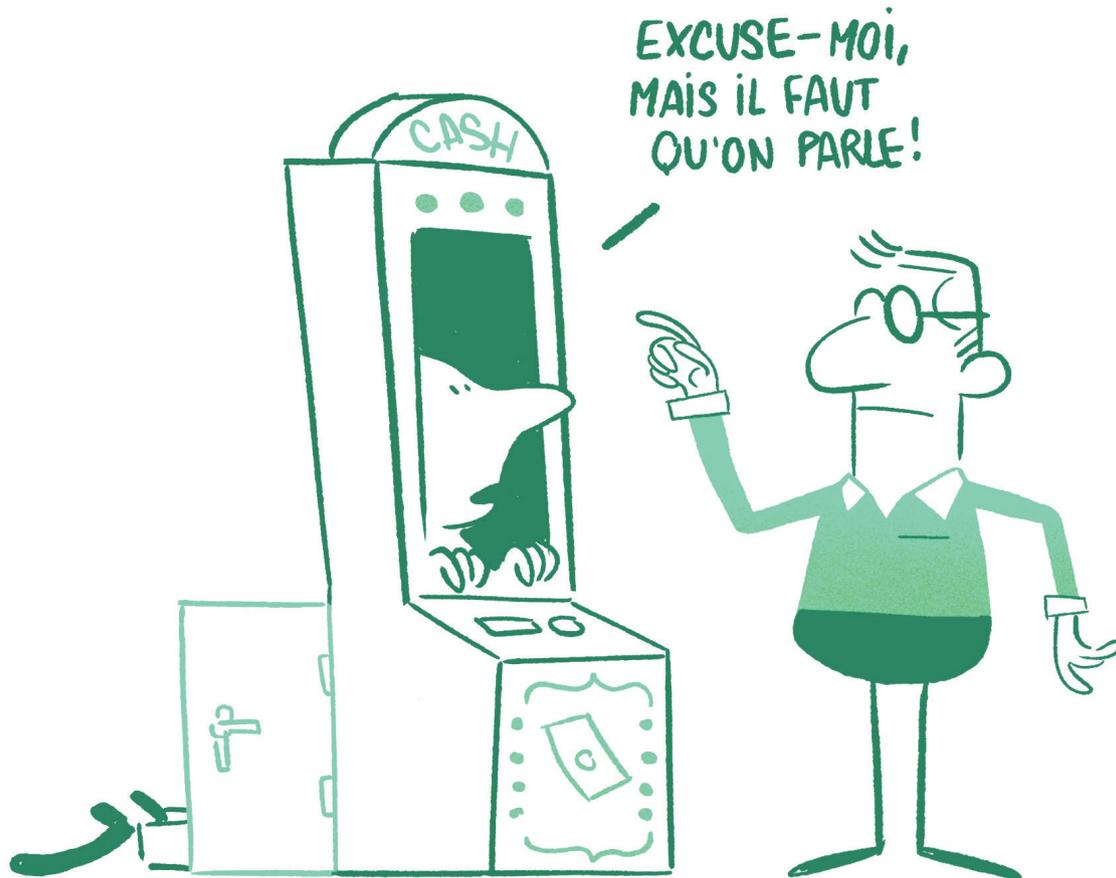
## 19. CRYPTOMONNAIES

### ***La spéculation de cryptomonnaies s'apparente-t-elle à un jeu de hasard et d'argent ?***

Le caractère volatile et continu (24h sur 24h, 7 jours sur 7) du marché des cryptomonnaies peut pousser les personnes qui les manipulent (*traders*) à s'engager dans un comportement spéculatif similaire à celui des personnes qui jouent à des jeux de hasard et d'argent. Il existe des similitudes telles que la perte de contrôle du comportement, le besoin de se refaire et l'emprunt d'argent<sup>39</sup>. Le profil-type des *traders* de cryptomonnaies présente des similitudes avec celui des personnes qui jouent à des jeux d'argent en ligne puisqu'il s'agit d'hommes plutôt jeunes (env. 20-30 ans) ayant une tendance à l'impulsivité. A l'instar des paris sportifs en ligne, la présence importante des cryptomonnaies sur les réseaux sociaux pourrait expliquer pourquoi les jeunes adultes pratiquent en masse ce type d'investissement<sup>39</sup>.

Le *trading* excessif de cryptomonnaies est une problématique récente qui appelle à être étudiée plus en profondeur sur le plan de la recherche scientifique.

# PRÉVENIR ET AGIR



## 20. PRÉVENTION

### *Quelles sont les mesures de prévention du jeu excessif ?*

Il existe des **mesures d'ordre législatif et réglementaire**. Cette prévention, dite « structurelle » ou « contextuelle », fait référence aux mesures visant à agir sur l'environnement des personnes. Les mesures peuvent être d'ordre politique, législatif ou réglementaire et sont relatives aux dispositions sur la publicité, à la limite d'âge ou à la limitation de l'offre disponible (p. ex., heures d'ouvertures des lieux de jeu). La prévention structurelle comprend notamment la formation du personnel des lieux de jeux chargé de détecter et d'exclure les personnes qui jouent au-delà de leurs moyens.

La prévention dite « comportementale » regroupe des **mesures éducatives centrées sur la personne**. Elle vise à influencer directement les comportements individuels, les connaissances et les motivations des personnes. Elle comporte notamment des campagnes de sensibilisation universelles (qui s'adressent à la population générale) ou sélectives (qui s'adressent à des groupes particulièrement à risque), telles que des stands de prévention, des démarches de prévention par les pair-e-s, des spots audio-visuels ou encore des ateliers de sensibilisation en milieu scolaire ou professionnel.

Le **concept de « jeu responsable »** désigne les programmes développés par l'industrie du jeu dans le but de réduire la survenue de comportements de jeu excessifs et/ou d'en limiter les conséquences négatives. Des personnes intervenant dans le champ de la prévention ont proposé d'étendre cette notion à la désignation des politiques publiques de partenariats entre les acteurs industriels et étatiques, les lieux de soins et de recherche ainsi que les personnes qui jouent.

La principale critique faite à ce concept est qu'il n'adresse pas le conflit d'intérêt entre les objectifs économiques premiers des opérateurs de jeu et les enjeux de prévention, dès lors que certaines des mesures peuvent diminuer les revenus des jeux et/ou les taxes qu'ils génèrent. En effet, une part significative de ces revenus (jusqu'à 50%) est issue des personnes jouant de manière excessive<sup>40, 41</sup>.

Ce concept fait aussi débat au sein des milieux professionnels, en raison de l'ambiguïté de la notion de « responsabilité ». Certain-e-s mettent en avant le risque de culpabilisation des personnes touchées par des problèmes de comportements de jeu, le terme de « responsable » pouvant être interprété comme l'accentuation de la responsabilité individuelle des personnes qui jouent, et devenir de ce fait stigmatisant.

## 21. ENTOURAGE

### ***Comment se comporter envers un·e proche (conjoint·e, enfants, parents, ami·e·s, etc.) qui joue de manière excessive ?***

L'entourage des personnes qui présentent un comportement de jeu excessif est le plus souvent touché lui aussi par les conséquences négatives de ce comportement. Selon une estimation<sup>42</sup>, une personne présentant un tel comportement aurait autour d'elle en moyenne six personnes qui en verraient leur vie affectée. Endettement, emprunts, mensonges, absences, promesses non tenues, sautes d'humeur, activités illégales, violences, conduites suicidaires sont autant de conséquences possibles qui impactent l'entourage.

Les proches peuvent ressentir de l'inquiétude, de la méfiance, du désespoir et de la colère envers la personne qui joue. Ils peuvent aussi avoir un sentiment d'impuissance, tant il est vrai que l'entourage ne peut pas changer directement le comportement de la personne qui joue.

L'attitude la plus constructive possible pour un·e proche consiste à exprimer clairement ses inquiétudes et ses attentes à la personne qui joue, en discutant des conséquences de son comportement de jeu excessif, pour elle-même et pour les autres, sans jugement. Autant que faire se peut, la ou le proche est encouragé·e à laisser la personne faire face à ses responsabilités, tout en ayant une présence soutenante selon ses ressources personnelles.

En parallèle, il importe que les membres de l'entourage se recentrent sur eux-mêmes et essaient de rétablir l'équilibre de leur propre vie. Par exemple, il est indiqué de protéger leur argent des dépenses de la personne qui joue. Lorsque le budget familial est impacté, des mesures protectrices permettant de le sécuriser sont souvent nécessaires et aidantes. Pour certaines offres de jeu (notamment casinos terrestres ou en ligne, certains jeux de loterie et paris), il est possible pour les proches de signaler une situation problématique au service des mesures sociales de l'opérateur de jeu. Enfin, la plupart des centres de prévention et de traitement offrent des prestations dédiées aux proches.

## 22. ARRÊTER-DIMINUER

### *Existe-t-il des outils pour arrêter ou diminuer le jeu ?*

Est listée ci-dessous une série de mesures spécifiques qui ont pu aider des personnes présentant un comportement de jeu excessif. Toutes ne sont pas réalisables et efficaces pour toutes les personnes qui jouent. Il revient à chacun-e de les tester avec prudence, voire de créer ses propres outils.

#### **Mesures relatives aux finances**

- Avoir peu d'argent liquide sur soi
- Laisser ses cartes de débit et de crédit à la maison
- Annuler ses cartes de crédit
- Demander à la banque de fixer un montant de retrait quotidien maximal peu élevé
- Mettre en place des virements bancaires permanents pour les factures fixes (loyers, assurances, etc.)
- Définir un budget mensuel (pouvant ou non inclure une somme définie pour le jeu)
- Apprendre à gérer un budget qui soit en adéquation avec ses revenus et ses dépenses
- Pour la gestion des dettes, demander conseil à un service social ou de désendettement.

#### **Mesures relatives au comportement de jeu**

- Utiliser les services d'auto-exclusion ou d'autolimitation des opérateurs de jeux
- Planifier des activités autres que le jeu pour les jours où le salaire est versé et pour toute période à risque
- Éviter pour un certain temps de fréquenter les lieux de jeu
- Modifier ses trajets pour s'assurer qu'aucune occasion de jouer ne se présente sur sa route
- Dans un lieu de jeu, se placer le plus loin possible des jeux, éviter de parler de jeu, essayer de modifier ses habitudes
- Développer et programmer des activités, autres que le jeu, qui soient une source de plaisir
- Penser souvent aux motivations à diminuer/arrêter de jouer
- En cas d'envie de jouer, pratiquer des exercices de respiration ou de relaxation rapides.

# PREVENIR ET AGIR

## Mesures spécifiques pour les jeux en ligne

- Supprimer ou désactiver les applications de jeu en ligne de son téléphone, se désabonner des listes de diffusion automatique, désactiver les notifications ou encore le service de localisation
- Ne jouer qu'à un seul jeu à la fois
- Éviter les offres de jeu dont les conditions d'exploitation ne sont pas clairement énoncées, notamment en termes de garanties juridiques
- Utiliser les paramètres des sites web pour contrôler ses dépenses
- Ne déposer sur le compte du jeu que le montant désiré à mettre en jeu
- Ne pas enregistrer sa carte de crédit sur son compte.

## Aides externes

- Confier les cartes bancaires à un-e proche digne de confiance
- Demander un-e cosignataire pour les retraits bancaires
- Donner le message à ses proches de ne pas prêter d'argent
- Se faire accompagner par un-e proche lors de retraits d'argent
- Parler du comportement de jeu problématique à des personnes de confiance.

## 23. TRAITEMENTS

### *Existe-t-il des traitements spécifiques au trouble lié aux jeux d'argent ?*

Des traitements existent et sont efficaces<sup>43,44</sup>. Plusieurs types d'approches thérapeutiques ont été décrites mais, hormis quelques techniques ciblées développées en thérapie cognitive, aucune ne peut à ce jour être considérée comme réellement spécifique au trouble lié aux jeux d'argent. Les approches thérapeutiques sont fréquemment combinées. Par exemple, la participation à un groupe de paroles, ou des entretiens de famille, peuvent venir compléter un autre type d'intervention. Par ailleurs, il est fréquent que les programmes de traitement pour le trouble lié aux jeux d'argent intègrent un volet socio-éducatif ou socio-thérapeutique, avec des conseils en matière de gestion financière (budget, désendettement, etc.) ou pour la mise en place d'un cadre d'activités de réinsertion socioprofessionnelle.

Les modèles de traitement les plus courants sont décrits ci-après.

**L'approche cognitivo-comportementale** part du principe qu'un des éléments majeurs de développement et de maintien du comportement de jeu excessif réside dans les croyances relatives à l'espoir de gain. D'une part, la personne a tendance à surestimer les probabilités de gains et, d'autre part, elle pense pouvoir influencer favorablement le jeu par ses compétences ou son expérience. En considérant que les croyances, comportements et émotions des personnes sont intimement liés et s'influencent réciproquement, la thérapie consiste alors à remettre en question ces croyances incorrectes, avec pour objectif une modification du comportement de jeu. Ce type de traitement consiste également à repérer les situations associées à l'envie de jouer ainsi qu'à identifier et entraîner des stratégies qui permettent de gérer les « situations à risque ». Les traitements utilisant l'approche cognitivo-comportementale peuvent être suivis de manière individuelle ou en groupe.

**Les entretiens motivationnels** sont couramment utilisés dans le domaine des troubles addictifs et cette approche est également pertinente dans le contexte d'un trouble lié aux jeux d'argent. Le principe est de soutenir la motivation au changement, dans un esprit non jugeant et collaboratif. Une attention particulière est portée à l'exploration du sentiment d'ambivalence vécu envers le comportement de jeu. L'approche utilise des techniques d'entretien spécifiques et accorde une place spéciale à la relation thérapeute – personne en traitement.

**L'approche d'inspiration psychanalytique ou psychodynamique** propose un travail dont le but est d'aider les personnes présentant un comportement de jeu excessif à accroître leur compréhension de leurs besoins émotionnels inconscients, en rapport avec leur comportement de jeu. Selon la perspective psychanalytique, la personne qui joue peut, par exemple, présenter un désir inconscient de perdre, qui créerait en elle un sentiment de culpabilité, notamment envers des figures d'autorité comme les parents. Cette approche recouvre plusieurs variantes, avec pour point commun une démarche centrée sur l'analyse des mouvements émotionnels survenant dans le cadre de la relation thérapeutique, appelés transfert et contre-transfert. Cette approche suppose un cadre d'intervention régulier et une durée d'intervention de moyen à long terme (mois-années). Toutefois, ce traitement offre aussi des stratégies et techniques qui peuvent s'intégrer à des interventions brèves et se surajouter à d'autres approches spécifiques.

**Les programmes en 12 étapes** s'inspirent du mouvement des Alcooliques anonymes (AA) et se basent sur le même principe des 12 étapes, amenant les personnes qui jouent à réfléchir à leurs problèmes et à modifier leurs comportements, leurs croyances relatives au jeu et à considérer la signification attribuée à l'existence. Ces programmes proposent des rencontres fixes et hebdomadaires, pendant lesquelles les personnes qui jouent peuvent discuter de leurs problèmes réciproques, s'entraider, s'identifier à d'autres personnes qui jouent et remédier à un sentiment d'isolement. Selon ce type d'approche, le jeu est considéré comme une maladie et seule l'abstinence totale peut conduire au rétablissement.

A l'heure actuelle, aucun **traitement pharmacologique** pour le trouble lié aux jeux d'argent n'est homologué par les autorités impliquées dans l'agrément des médicaments. Des études ont cependant évalué l'effet de certaines molécules utilisées classiquement dans le traitement des troubles addictifs. Dans le contexte des troubles liés à l'usage de substances, les pharmacothérapies visent à soulager les effets de sevrage, réguler les effets des substances d'usage non-médical, bloquer les effets de renforcement ou soulager les troubles associés. Les traitements pour le trouble lié aux jeux d'argent évalués visaient à bloquer les effets des renforcements ou soulager les autres troubles associés.

Dans ce contexte, les études portent essentiellement sur trois types de traitements pharmacologiques<sup>45,46</sup> : les antidépresseurs, les stabilisateurs de l'humeur et les antagonistes opioïdes. Cependant, les différentes interventions pharmacologiques présentent des résultats mixtes sur la réduction des symptômes du trouble lié au jeu d'argent, qui doivent être mis en balance avec les effets secondaires. Plus de recherches sont nécessaires pour conclure quant à leur indication.

Plusieurs études ont montré que **l'implication de la famille et des proches** dans le traitement augmente son efficacité<sup>47</sup>. En effet, les proches ressentent fréquemment de la détresse émotionnelle. La confiance et la communication sont souvent altérées dans la relation avec la personne qui joue. Mais les proches représentent également un facteur central de motivation et de mobilisation. Les interventions impliquant les proches peuvent permettre une meilleure compréhension des mécanismes émotionnels, de l'addiction et un travail sur la communication, pour eux-mêmes comme pour la personne qui joue<sup>47</sup>.

## 24. DETTES

### *Que faire en cas de dettes ?*

Les problèmes financiers, parmi lesquels l'endettement, sont souvent au centre des préoccupations des personnes qui jouent de manière excessive. Ces préoccupations peuvent fréquemment déclencher de nouveaux épisodes de jeu. En effet, se sentant dans l'impasse financièrement, la personne qui joue peut considérer le jeu comme l'unique espoir de « se refaire », la conséquence étant généralement une aggravation de sa situation financière.

La première étape pour désamorcer ce cercle vicieux, consiste à dresser un inventaire des dettes. Cette étape est le plus souvent très difficile émotionnellement, car elle confronte la personne qui joue à la réalité de sa situation financière et des pertes qui ont eu lieu. Mais cette étape est nécessaire pour pouvoir planifier un assainissement qui soit réaliste et tenable dans la durée. La personne concernée peut faire cette démarche seule ou avec l'aide de son entourage ou encore avec celle de professionnel-le-s, par exemple dans un service social spécialisé dans l'accompagnement du désendettement.

## 25. RECHUTES

### *Les rechutes sont-elles fréquentes et comment les éviter ?*

Dans le trouble lié aux jeux d'argent, comme dans la plupart des troubles addictifs, les rechutes font partie intégrante du processus de changement. On peut les définir comme la reprise d'un comportement de jeu non contrôlé. Elles sont d'intensité et de durée très variables. Si l'on n'y est pas préparé, elles peuvent être interprétées comme un recul voire un échec ou, à l'inverse, elles peuvent être banalisées. Or ces deux attitudes (dramatisation/banalisation) ne favorisent pas la reprise de contrôle du comportement de jeu. En effet, la personne qui banalise peut passer à côté d'un signal indiquant une perte de contrôle, laquelle risque de s'aggraver. Inversement, la personne qui dramatise peut interpréter la rechute comme une incapacité à changer durablement et sera tentée de renoncer à ses efforts de changement. Il est plus constructif de considérer la rechute comme une occasion d'analyser les nouveaux éléments permettant de consolider le processus de changement.

## RESSOURCES D'AIDE

### PRISE EN CHARGE SPÉCIALISÉE DANS LE CANTON DE VAUD

#### **Centre du jeu excessif (CJE), Service de médecine des addictions, CHUV**

Information :

<https://www.chuv.ch/fr/jeu-excessif/cje-home>

Contact : +41 21 314 84 00

- Accueil, évaluation, orientation et prise en charge des personnes concernées par un jeu excessif (jeux d'argent ou jeux vidéo) ainsi que de leurs proches.
- Thérapies individuelles, conjugales et familiales, groupes thérapeutiques.

#### **Unité de traitement des addictions – Nord vaudois (UTAd), Service de médecine des addictions, CHUV**

Information : <https://www.chuv.ch/fr/fiches-psy/unite-de-traitement-des-addictions-utad-nord-vaudois>

Contact : +41 21 314 78 20, [utad.info@chuv.ch](mailto:utad.info@chuv.ch)

- Consultation ambulatoire destinée à toute personne concernée par une problématique addictive ou ses proches, avec ou sans substances, résidant ou travaillant dans la région Broye-Nord Vaudois.
- Les prestations sont assurées par une équipe interdisciplinaire composée de médecins, d'infirmier-ère-s, d'assistant-e-s socio-éducatif-ve-s.

#### **Unité de traitement des addictions – Montreux (UTAm), Fondation de Nant**

Information :

<https://nant.ch/adultes-consultations/>

Contact : 0800 779 779

- Prise en charge de personnes concernées par une problématique addictive, avec ou sans substance.
- Cette unité couvre l'Est vaudois (Riviera, Chablais et Pays d'En Haut).

#### **Programme DEPART, Service uni- versitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA), CHUV**

Information : [www.chuv.ch/depart](http://www.chuv.ch/depart)

Contact : [programme.depart@chuv.ch](mailto:programme.depart@chuv.ch)

- Plusieurs centres répartis dans le canton de Vaud.
- Regard spécialisé sur la consommation de cannabis, d'alcool ou d'autres substances psychotropes, ainsi que sur l'usage problématique des écrans et des jeux vidéo à l'adolescence (12-20 ans).
- Entretiens individuels et confidentiels, entretiens de famille.

La page internet de l'Etat de Vaud dédiée aux mesures spécifiques pour faire face aux dangers des jeux d'argent rassemble diverses informations relatives à l'offre d'aide dans le canton : <https://www.vd.ch/sante-soins-et-handicap/prevention-et-maladies/addictions-et-dependances/prevention-contre-laddiction-aux-jeux-dargent#c2096872>

Toutes les informations concernant les centres spécialisés sont disponibles sur la page internet de REL'IER (<https://relier.relais.ch/>), qui a le mandat de répertorier les ressources d'aide pour le canton de Vaud.

# RESSOURCES D'AIDE

## RESSOURCES SOCIALES DANS LE CANTON DE VAUD

### **Centres sociaux régionaux (CSR) - Département de la santé et de l'action sociale (DSAS)**

Trouver le Centre social régional de sa région : [www.vd.ch/csr](http://www.vd.ch/csr)

- Mesures d'insertion sociale ou d'intégration socio-professionnelle.
- Accompagnement personnalisé gratuit qui comprend de l'écoute, de l'information et des conseils dans des domaines variés.

### **Jet Service, Service social Jeunes du CSP Vaud**

Information :

<https://csp.ch/vaud/services/questions-de-jeunes/>

Contact : +41 21 560 60 30, [jet.service@csp-vd.ch](mailto:jet.service@csp-vd.ch)

- Plusieurs antennes réparties dans le canton de Vaud.
- Permanences, consultations sociales et sociojuridiques gratuites dans différents lieux du canton, avec et sans rendez-vous, pour les jeunes de 16 à 25 ans et toute personne en formation.

### **Parlons Cash - Département de la santé et de l'action sociale (DSAS)**

Information : [www.parlons-cash.ch](http://www.parlons-cash.ch)

Contact : 0840 43 21 00 (lun-mer 8h30-17h et mar-jeu 8h30-13h)

- Ligne téléphonique anonyme (appel non surtaxé).
- Aide et conseils gratuits par des spécialistes en matière d'argent et de dettes.

### **Caritas Vaud**

Information :

<https://caritas-regio.ch/fr/a-propos-de-caritas/vaud>

Contact : 021 317 59 80, [info@caritas-vaud.ch](mailto:info@caritas-vaud.ch)

- Plusieurs antennes réparties dans le canton de Vaud.
- Conseils en cas de problèmes liés à l'argent et au budget, familiaux ou professionnels.
- Médiation en cas de problèmes avec les administrations et les autorités.

### **Centre social protestant (CSP)**

Information : <https://csp.ch/vaud/>

Contact : +41 21 560 60 60, [info@csp-vd.ch](mailto:info@csp-vd.ch)

- Conseils pour toute question d'argent ou juridique, de couples, de jeunes, ou encore liée à la formation ou la migration.
- Les professionnel-le-s du CSP Vaud soutiennent toute personne en difficulté, sans distinction de nationalité ou de religion.

# RESSOURCES D'AIDE

## PRISE EN CHARGE SPÉCIALISÉE EN SUISSE ROMANDE

### FRIBOURG

Centre cantonal d'addictologie Fribourg, traitement ambulatoire des addictions avec substances et comportementales  
Information : <https://www.rfsm.ch/nos-pres-tations-adultes/addiction-et-centre-cantonal-daddictologie>  
Contact : +41 26 308 17 00, [cca@rfsm.ch](mailto:cca@rfsm.ch)

### GENÈVE

- Association de psychothérapeutes pour le traitement des addictions (APTA)  
Information : <https://apta.ch/>  
Contact : +41 22 347 06 06, [info@apta.ch](mailto:info@apta.ch)
- Consultation ReConnecte des HUG (Dre Sophia Achab)  
Information : <https://pro.addictohug.ch/re-connecte/>  
Contact : +41 22 372 57 50, [Reconnecte@hcuge.ch](mailto:Reconnecte@hcuge.ch)
- Fondation Phénix  
Informations : <https://www.phenix.ch/>  
Contact : +41 22 404 02 70 (Centre Phénix Envol), +41 22 404 02 30 (Centre Phénix Aile droite – consultation pour adolescent·e·s et jeunes adultes)
- Association Rien Ne Va Plus – Carrefour Addictions  
Information : <https://carrefouraddictions.ch/rnvp/>  
Contact : 022 329 11 69, [info@rnvp.ch](mailto:info@rnvp.ch)

### JURA

Addiction Jura  
Information : <https://www.addiction-jura.ch/>  
Contact : +41 32 465 84 40, [porrentruy@addiction-jura.ch](mailto:porrentruy@addiction-jura.ch) (Porrentruy), +41 32 421 80 80, [delemont@addiction-jura.ch](mailto:delemont@addiction-jura.ch) (Delémont), +41 32 484 71 30, [clos-henri@addiction-jura.ch](mailto:clos-henri@addiction-jura.ch) (site résidentiel et ambulatoire des Franches-Montagnes).

### JURA BERNOIS

Santé bernoise (consultation et thérapie)  
Information : <https://www.santebernoise.ch>  
Contact : 0800 070 070, [consultation@be-ges.ch](mailto:consultation@be-ges.ch)

### NEUCHÂTEL

Addiction Neuchâtel  
Information : <https://www.addiction-neuchatel.ch/>  
Contact : +41 32 886 86 50, [info.val-de-travers@addiction-ne.ch](mailto:info.val-de-travers@addiction-ne.ch) (site du Val-de-travers), +41 32 886 86 00, [info.montagnes@addiction-ne.ch](mailto:info.montagnes@addiction-ne.ch) (site des Montagnes), +41 32 886 86 10, [info.littoral@addiction-ne.ch](mailto:info.littoral@addiction-ne.ch) (site du Littoral)

### VALAIS

Addiction Valais  
Information : <https://www.addiction-valais.ch/>  
Contact : +41 24 472 51 20 (Monthey), +41 27 723 60 66, (Martigny), +41 27 327 27 00 (Sion), +41 27 456 22 77 (Sierre), +41 27 948 49 00 (Viège), [info@addiction-valais.ch](mailto:info@addiction-valais.ch)

Toutes les informations concernant les centres spécialisés sont disponibles sur la page internet de SOS-Jeu qui répertorie les ressources d'aide pour les cantons romands : <https://sos-jeu.ch/soutien/>.

La Centrale nationale de coordination des addictions (Infodrog) répertorie également les services spécialisés dans la prise en charge et l'accompagnement des addictions avec et sans substances, au niveau national : <https://indexaddictions.infodrog.ch/#/?specializations=5&view=list>.

# RESSOURCES D'AIDE

## RESSOURCES SOCIALES EN SUISSE ROMANDE

### FRIBOURG

Caritas Fribourg

Information :

<https://caritas-regio.ch/fr/a-propos-de-caritas/fribourg>

Contact : +41 26 321 18 54, [info@caritas-fr.ch](mailto:info@caritas-fr.ch)

### GENÈVE

- Fondation genevoise de Désendettement  
Information : <https://www.desendettement.ch/>

Contact : +41 22 777 70 00,  
[info@desendettement.ch](mailto:info@desendettement.ch)

- Point jeunes - Hospice général (18-25 ans)  
Information : <https://www.hospicegeneral.ch/fr/point-jeunes-hospice-general>

Contact : +41 22 420 55 55,  
[pointjeunes@hospicegeneral.ch](mailto:pointjeunes@hospicegeneral.ch)

- Caritas Genève

Information :

<https://caritas-regio.ch/fr/a-propos-de-caritas/geneve>

Contact : +41 22 708 04 44,  
[info@caritas-ge.ch](mailto:info@caritas-ge.ch)

- Centre social protestant (CSP), Genève -  
Organisation privée de soutien social

Information : <https://csp.ch/geneve/>

Contact : +41 22 807 07 00, [info@csp-ge.ch](mailto:info@csp-ge.ch)

### JURA

Caritas Jura

Information :

<https://caritas-regio.ch/fr/a-propos-de-caritas/jura>

Contact : +41 32 421 35 60,  
[caritas.jura@caritas-jura.ch](mailto:caritas.jura@caritas-jura.ch)

### JURA BERNOIS

Centre social protestant (CSP), Berne-Jura

Information : <https://csp.ch/berne-jura/>

Contact : +41 32 493 32 21, [info@csp-beju.ch](mailto:info@csp-beju.ch)

### NEUCHÂTEL

- Centre social protestant (CSP), Neuchâtel

Information : <https://csp.ch/neuchatel/>

Contact : +41 32 886 91 00,  
[csp.neuchatel@ne.ch](mailto:csp.neuchatel@ne.ch).

- Caritas Neuchâtel

Information :

<https://caritas-regio.ch/fr/a-propos-de-caritas/neuchatel>

Contact : +41 32 886 80 70,  
[caritas.neuchatel@ne.ch](mailto:caritas.neuchatel@ne.ch)

### VALAIS

Caritas Valais

Information : <https://www.caritas-valais.ch/>

Contact : 027 323 35 02,  
[info@caritas-valais.ch](mailto:info@caritas-valais.ch)

# RESSOURCES D'AIDE

## AUTRES RESSOURCES

### Ligne téléphonique SOS-Jeu

0800 040 080

- Ligne téléphonique gratuite et anonyme
- 24 heures sur 24, 7 jours sur 7
- Du lundi au vendredi, entre 14h et 16h, la ligne est redirigée vers les spécialistes du jeu excessif du canton, pour une écoute spécialisée
- Cette ligne téléphonique peut être utilisée anonymement par toute personne concernée par un comportement de jeu excessif, aussi bien les personnes qui jouent que les proches ou les professionnel-le-s du réseau socio-sanitaire

### Sos-jeu.ch

<https://sos-jeu.ch/>

- Site internet du Programme cantonal de lutte contre la dépendance au jeu (PILDJ)
- Plateforme d'information sur le jeu excessif
- Renseignements sur la procédure de demande d'exclusion volontaire
- Ressources d'aide romandes
- Matériel de prévention destinés aux professionnel-le-s

### Stop-jeu.ch

- Informations sur les jeux de hasard et d'argent et sur le jeu excessif pour les personnes concernées ainsi que leurs proches
- Outils disponibles : forum de discussion, coaching pour diminuer ou arrêter de jouer, calendrier pour enregistrer sa pratique de jeu
- Ressources externes : témoignages, annuaire des lieux d'aide en Romandie
- Les outils stop-jeu existent aussi sous forme d'application pour smartphone

### Gambling-check.ch

<https://gambling-check.ch/fr/>

- Évaluation du profil de joueur ou joueuse
- Conseils et consultation
- Répertoire d'adresses utiles

### Safezone.ch

<https://www.safezone.ch>

- Tests d'auto-évaluation sur la consommation d'une substance ou un comportement
- Consultations privées en ligne gratuites et anonymes, avec création d'un compte
- Questions-Réponses publiques gratuites et anonymes avec possibilité de poser une question, sans création de compte
- Les consultations et réponses sont assurées par des professionnel-le-s des addictions
- Les offres de SafeZone.ch s'adressent aux personnes concernées et à leurs proches

### Win Back Control

<https://www.winbackcontrol.ch/?language=fr>

- Cours anonyme et se déroulant sur une période de 8 semaines.

### Ciao.ch

<https://www.ciao.ch/>

- Espace destiné aux jeunes de 11-20 ans pour poser des questions à des professionnel-le-s de manière anonyme et gratuite
- Forum de discussion entre jeunes
- Articles d'information
- Répertoire d'adresses utiles en Suisse romande
- Jeux interactifs (test, quiz, etc.)

### Ontecoute.ch

<https://www.ontecoute.ch/>

- Espace destiné aux jeunes adultes de 18-25 ans pour poser des questions à des professionnel-le-s de manière anonyme et gratuite
- Forum de discussion entre jeunes adultes
- Articles d'information
- Répertoire d'adresses utiles en Suisse romande
- Outils interactifs (test, quiz, etc.)

### Till Next Bill - Direction générale de la cohésion sociale (DGCS), Direction générale de l'enfance et de la jeunesse (DGEJ), Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)

<https://tillnextbill.game/>

- Jeu vidéo sérieux de prévention du surendettement.
- Till Next Bill place les personnes qui jouent dans des situations de vie où les questions d'argent sont centrales.

### Promotion santé Valais

[www.tujoues.ch](http://www.tujoues.ch), [www.duspielst.ch](http://www.duspielst.ch)

- Conseils, test d'autoévaluation et ressources d'aide pour les joueurs et leurs proches.

## RESSOURCES D'AIDE EN FRANCOFONIE

### Ressources d'aide en Belgique

[www.cliniquedujeu.be](http://www.cliniquedujeu.be)

### Ressources d'aide au Canada

[www.dependances.gouv.qc.ca](http://www.dependances.gouv.qc.ca)

### Ressources d'aide en France

[www.joueurs-info-service.fr](http://www.joueurs-info-service.fr)

[www.aide-info-jeu.fr](http://www.aide-info-jeu.fr)

[www.crje.fr](http://www.crje.fr)

1. Loi fédérale sur les jeux d'argent, S.C. 935.51 (2017). [https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2018/795/fr#art\\_72](https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2018/795/fr#art_72)
2. Ordonnance sur les jeux d'argent, S.C. 935.511 (2018). <https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2018/796/fr>
3. Gartner, C., Bickl, A., Härtl, S., Loy, J.K. & Häfner, L. (2022). Differences in problem and pathological gambling: A narrative review considering sex and gender. *Journal of Behavioral Addictions*, 11(2), 267-289. doi:10.1556/2006.2022.00019
4. Flack, M. & Stevens, M. (2019). Gambling motivation: comparisons across gender and preferred activity. *International Gambling Studies*, 19(1), 69-84. doi:10.1080/14459795.2018.1505936
5. American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5e ed.). APA.
6. Notari, L., Al Kurdi, C., Delgrande Jordan, M. & Sivanesan, N. (2022). *Jeux de hasard et d'argent, gaming, sexualité, achats, réseaux sociaux et Internet : des conduites addictives sans substance ?* Addiction Suisse. <https://www.addictionsuisse.ch/publication/jeux-de-hasard-et-dargent-gaming-sexualite-achats-reseaux-sociaux-et-internet-des-conduites-addictives-sans-substance/>
7. Groupement romand d'études des addictions (2024, 23 mai). Résultats de l'enquête suisse sur la santé 2022. L'addiction au jeu d'argent a doublé dans la population : il est urgent de corriger le tir. [https://www.grea.ch/sites/default/files/communiqu\\_e\\_jha\\_23.05.2024.pdf](https://www.grea.ch/sites/default/files/communiqu_e_jha_23.05.2024.pdf)
8. Tomei, A., Petrovic, G. & Simon, O. (2022). Offline and Online Gambling in a Swiss Emerging-Adult Male Population. *Journal of Gambling Studies*, 38(4), 1215-1228. doi:10.1007/s10899-022-10106-w
9. Zack, M., St. George, R. & Clark, L. (2022). Dopaminergic signaling of uncertainty and the aetiology of gambling addiction. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 99:109853. doi:10.1016/j.pnpbp.2019.109853
10. Potenza, M.N., Balodis, I.M., Derevensky, J., Grant, J.E., Petry, N.M., Verdejo-Garcia, A. & Yip, S.W. (2019). Gambling disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 5(1), 1-21. doi:10.1038/s41572-019-0099-7
11. Linnet, J. (2020). The anticipatory dopamine response in addiction: A common neurobiological underpinning of gambling disorder and substance use disorder? *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 98:109802. doi:10.1016/j.pnpbp.2019.109802
12. Blaszczynski, A. & Nower, L. (2002). A pathways model of problem and pathological gambling. *Addiction*, 97(5), 487-499. doi:10.1046/j.1360-0443.2002.00015.x
13. Dowling, N.A., Merkouris, S.S., Greenwood, C.J., Oldenhof, E., Toumbourou, J.W. & Yousef, G.J. (2017). Early risk and protective factors for problem gambling: A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Clinical Psychology Review*, 51, 109-124. doi:10.1016/j.cpr.2016.10.008
14. Ioannidis, K., Hook, R., Wickham, K., Grant, J.E. & Chamberlain, S.R. (2019). Impulsivity in Gambling Disorder and problem gambling: a meta-analysis. *Neuropsychopharmacol*, 44(8), 1354-1361. doi:10.1038/s41386-019-0393-9
15. Barrense-Dias, Y., Berchtold, A. & Suris, J.C (2018). La problématique des jeux d'argent chez les adolescents du canton de Fribourg 2017-2018 : résultats transversaux et longitudinaux : rapport intermédiaire. CHUV, Institut universitaire de médecine sociale et préventive. [https://serval.unil.ch/notice/serval:BIB\\_802491C272F8](https://serval.unil.ch/notice/serval:BIB_802491C272F8)
16. Alami, Y., Hodgins, D.C., Young, M., Brunelle, N., Currie, S., Dufour, M., Flores-Pajot, M.-C. & Nadeau, L. (2021). A meta-analysis of problem gambling risk factors in the general adult population. *Addiction*, 115(11), 2968-2977. doi: 10.1111/add.15449
17. Notari, L., Kuendig, H., Vorlet, J., Salvetti, K. et Al Kurdi, C. (2023). Les jeux de hasard et d'argent en ligne à l'ère du COVID-19 et de l'offre légale. *Addiction Suisse*. <https://www.addictionsuisse.ch/publication/les-jeux-de-hasard-et-dargent-en-ligne-a-lere-du-covid-19-et-de-loffre-legale/>
18. Shaffer, H.J., Hall, M.N., Vander Bilt, J. (1999). Estimating the prevalence of disordered gambling behavior in the United States and Canada: a research synthesis. *American Journal of Public Health*, 89(9), 1369-1376. doi:10.2105/AJPH.89.9.1369
19. Weinstock, J., April, L.M. & Kallmi, S. (2017). Is subclinical gambling really subclinical? *Addictive Behaviors*, 73, 185-191. doi:10.1016/j.addbeh.2017.05.014
20. Adolphe, A., Khatib, L., van Golde, C., Gainsbury, S.M. & Blaszczynski, A. (2019). Crime and Gambling Disorders: A Systematic Review. *Journal of Gambling Studies*, 35(2), 395-414. doi:10.1007/s10899-018-9794-7
21. Mestre-Bach, G., Granero, R., Vintró-Alcaraz, C., Juvé-Segura, G., Marimon-Escudero, M., Rivas-Pérez, S., Valenciano-Mendoza, E., Mora-Maltas, B., Del Pino-Gutiérrez, A., Gómez-Pena, M., Moragas, L., Fernández-Aranda, F., Codina, E., Mena-Moreno, T., Valero-Solis, S., Guillén-Guzmán, E., Menchon-J.M. & Jimenez-Murcia, S. (2021). Youth and gambling disorder: What about criminal behavior? *Addictive Behaviors*, 113:106684. doi:10.1016/j.addbeh.2020.106684
22. Dowling, N.A., Cowlishaw, S., Jackson, A.C., Merkouris, S.S., Francis, K.L. & Christensen, D.R. (2015). Prevalence of psychiatric co-morbidity in treatment-seeking problem gamblers: A systematic review and meta-analysis. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(6), 519-539. doi:10.1177/0004867415575774
23. Hartmann, M. & Blaszczynski, A. (2018). The Longitudinal Relationships Between Psychiatric Disorders and Gambling Disorders. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(1), 16-44. doi:10.1007/s11469-016-9705-z
24. Grant, J.E. & Chamberlain, S.R. (2020). Gambling and substance use: Comorbidity and treatment implications. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 99:109852. doi:10.1016/j.pnpbp.2019.109852
25. Karlsson, A. & Håkansson, A. (2018). Gambling disorder, increased mortality, suicidality, and associated comorbidity: A longitudinal nationwide register study. *Journal of Addictive Behaviors*, 7(4), 1091-1099. doi: 10.1556/2006.7.2018.112

26. Edson, T., Slabcynski, J., Lee, T., McAulife, W. & Gray, H. (2023). A Meta-Analytic Investigation of Problem Gambling and Self-Harm: A Causal Inference Perspective. *Psychology of Addictive Behaviors*, 37(7),946-960. doi:10.1037/adb0000858
27. Andreeva, M., Audette-Chapdelaine, S. & Brodeur, M. (2022). Gambling-Related completed suicides: a scoping review. *Addiction Research & Theory*, 30(6), 391-402. doi:10.1080/16066359.2022.2055001
28. Commission fédérale des maisons de jeu CFMJ (2023, 28 novembre). Maisons de jeu en ligne. <https://www.esbk.admin.ch/esbk/fr/home/spielbankenaufsicht/online-spielbanken.html#:~:text=Entr%C3%A9e%20en%20vigueur%20le%20,jeux%20de%20casino%20en%20ligne>
29. Lawn, S., Oster, C., Riley, B., Smith, D., Baigent, M. & Rahamathulla, M. (2020). A Literature Review and Gap Analysis of Emerging Technologies and New Trends in Gambling. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3),744. doi:10.3390/ijerph17030744
30. Chóliz, M., Marcos, M. & Lázaro-Mateo, J. (2021). The Risk of Online Gambling: a Study of Gambling Disorder Prevalence Rates in Spain. *International Journal of Mental Health Addiction*, 19(2), 404-417. doi:10.1007/s11469-019-00067-4
31. Papineau, E., Lacroix, G., Sévigny, S., Biron, J.-F., Corneau-Tremblay, N. & Lemétayer, F. (2017). Assessing the differential impacts of online, mixed, and offline gambling. *International Gambling Studies*, 18(1), 69-91. doi:10.1080/14459795.2017.1378362
32. Gómez, C.D. (2022). État des connaissances sur les paris sportifs en ligne. *Observatoire français des drogues et des tendances addictives*. <https://www.ofdt.fr/publications/collections/revues-de-litterature/etat-des-connaissances-sur-les-paris-sportifs-en-ligne-revue-de-litterature/>
33. Etuk, R., Xu, T., Abarbanel, B., Potenza, M.N. & Kraus, S.W. (2022). Sports betting around the world: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*,11(3), 689-715. doi:10.1556/2006.2022.00064
34. Al Kurdi, C., Notari, L. & Kuendig, H. (2020). Jeux d'argent sur internet en Suisse. Un regard quantitatif, qualitatif et prospectif sur les jeux d'argent en ligne et leur convergence avec les jeux vidéo. *Groupe ment romand d'études des addictions, Addiction Suisse*. [https://www.grea.ch/sites/default/files/rapport\\_jhal\\_20200525-v1.0.pdf](https://www.grea.ch/sites/default/files/rapport_jhal_20200525-v1.0.pdf)
35. Canale, N., Griffiths, M.D., Vieno, A., Siciliano, V. & Molinaro, S. (2016). Impact of Internet gambling on problem gambling among adolescents in Italy: Findings from a large-scale nationally representative survey. *Computers in Human Behavior*, 57, 99-106. doi:10.1016/j.chb.2015.12.020
36. Elton-Marshall, T., Leatherdale, S.T. & Turner, N.E. (2016). An examination of internet and land-based gambling among adolescents in three Canadian provinces: results from the youth gambling survey (YGS). *BMC Public Health*, 16(1), 277. doi:10.1186/s12889-016-2933-0
37. Fiedler, I., Ante, L. & Steinmetz, F. (2018). Definitionen von Gaming und Gambling. Dans I. Fiedler, L. Ante & F. Steinmetz, *Die Konvergenz von Gaming und Gambling: Eine angebotsseitige Marktanalyse mit rechtspolitischen Empfehlungen* (p. 5-10). Springer Fachmedien. doi:10.1007/978-3-658-22749-4\_2
38. Drummond, A. & Sauer, J.D. (2018). Video game loot boxes are psychologically akin to gambling. *Nature Human Behaviour*, 2(8), 530-532. doi:10.1038/s41562-018-0360-1
39. Johnson, B., Co, S., Sun, T., Lim, C.C.W., Stjepanovic, D., Leung, J., Saunders, J.B. & Chan, G.C.K. (2023). Cryptocurrency trading and its associations with gambling and mental health: A scoping review. *Addictive Behaviors*, 136:107504. doi:10.1016/j.adbeh.2022.107504
40. Jeannot, E., Costes, J.M., Dickson, C., Simon, O. (2021). Revenue Associated With Gambling-Related Harm as a Putative Indicator for Social Responsibility: Results From the Swiss Health Survey. *Journal of Gambling Issues*, 48, 122-135. doi:10.4309/jgi.2021.48.6
41. Livingstone, C. & Rintoul, A. (2020). Moving on from responsible gambling: a new discourse is needed to prevent and minimise harm from gambling. *Public Health*, 184, 107-112. doi:10.1016/j.puhe.2020.03.018
42. Goodwin, B.C., Browne, M., Rockloff, M. & Rose, J. (2017). A typical problem gambler affects six others. *International Gambling Studies*, 17(2), 276-289. doi:10.1080/14459795.2017.1331252
43. Di Nicola, M., De Crescenzo, F., D'Alò, G.L., Remondi, C., Panaccione, I., Moccia, L., Molinaro, M., Dattoli, L., Lauriola, A., Martinelli, S., Giuseppin, G., Maisto, F., Crosta, M.L., Di Pietro, S., Amato, L. & Janiri, L. (2020). Pharmacological and Psychosocial Treatment of Adults With Gambling Disorder: A Meta-Review. *Journal of Addiction Medicine*, 14(4):e15. doi:10.1097/ADM.0000000000000574
44. Ribeiro, E.O., Afonso, N.H. & Morgado, P. (2021). Non-pharmacological treatment of gambling disorder: a systematic review of randomized controlled trials. *BMC Psychiatry*, 21(1):105. doi:10.1186/s12888-021-03097-2
45. Dowling, N., Merkouris, S., Lubman, D., Thomas, S., Bowden-Jones, H. & Cowlishaw, S. (2022). Pharmacological interventions for the treatment of disordered and problem gambling. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 9(9): CD008936. doi:10.1002/14651858.CD008936.pub2
46. Goslar, M., Leibetseder, M., Muench, H.M., Hofmann, S.G. & Laireiter, A.R. (2019). Pharmacological Treatments for Disordered Gambling: A Meta-analysis. *Journal of Gambling Studies*, 35(2), 415-445. doi:10.1007/s10899-018-09815-y
47. Tremblay, J., Dufour, M., Bertrand, K., Blanchette-Martin, N., Ferland, F., Savard, A.C., Saint-Jacques, M. & Côté, M. (2018). The Experience of Couples in the Process of Treatment of Pathological Gambling: Couple vs. Individual Therapy. *Frontiers in Psychology*, 8. doi:10.3389/fpsyg.2017.02344

## Des questions ?

Si vous vous sentez concerné-e par un trouble lié aux jeux d'argent ou si une personne proche rencontre de telles difficultés, vous pouvez trouver de l'aide ou de l'information sur le site :

[www.stop-jeu.ch](http://www.stop-jeu.ch)

