

“ LE COMPORTEMENT DE JEU D'UN·E PROCHE VOUS INQUIÈTE-IL ? ”

Le comportement de jeu d'un·e proche vous inquiète-t-il ?

Oui Non

Avez-vous des problèmes d'argent à cause des comportements de jeu d'un·e de vos proches ?

Oui Non

Formulez-vous des menaces, par exemple de rupture, pour démotiver les comportements de jeu de votre proche ?

Oui Non

Vous arrive-t-il de mentir pour couvrir les comportements de jeu de quelqu'un d'autre ?

Oui Non

Est-ce que vous culpabilisez de ne pas pouvoir contrôler le jeu de votre proche ?

Oui Non

Pensez-vous que votre proche et ses comportements de jeu sont responsables de vos problèmes ?

Oui Non

Vous sentez-vous en colère, anxieux·se ou déprimé·e la plupart du temps ?

Oui Non

Avez-vous l'impression que personne ne peut comprendre vos problèmes ?

Oui Non

Si vous avez répondu « oui » à l'une de ces questions, les spécialistes vous conseillent de demander de l'aide et de vous orienter vers des professionnel·le·s.

Test inspiré et traduit de l'Al-anon questionnaire

POUR PLUS D'INFORMATION

Si ce dépliant a soulevé des questions, si une personne de votre entourage présente un problème de jeu de hasard et d'argent ou si vous vous sentez vous-même concerné·e, rendez-vous sur :

www.jeu-excessif.ch

www.stop-jeu.ch

POUR OBTENIR DE L'AIDE

Le Centre du jeu excessif est une unité spécialisée du CHUV qui propose une prise en charge pour toutes les conduites addictives dites comportementales, comme les troubles liés aux jeux de hasard et d'argent

- ▶ Les intervenant·e·s sont soumis·es au secret médical et vos informations restent confidentielles.
- ▶ L'accueil des demandes est ouvert et sans jugement.
- ▶ Les soins sont fondés sur une approche intégrative, au terme d'une analyse approfondie des besoins médico-psycho-sociaux propres à chaque situation.
- ▶ Les objectifs du traitement s'élaborent en collaboration avec le/la patient·e.

CENTRE DU JEU EXCESSIF

Service de médecine des addictions
Département de psychiatrie
Centre Hospitalier Universitaire Vaudois
cje@chuv.ch

CONSULTATIONS DU CENTRE DU JEU EXCESSIF :

Policlinique d'addictologie

Rue du Bugnon 23, 1011 Lausanne, 021 314 84 00

 Centre du jeu excessif

 canton de vaud

 FILLITON IMPRIMERIE

Un·e proche
qui joue
trop ?



“ LE JEU UN PROBLÈME QUI VOUS TOUCHE ? ”

Les jeux de hasard et d'argent sont toutes les formes de jeu qui impliquent la mise d'une certaine somme d'argent dont l'issue dépend principalement du hasard. Les formes les plus courantes sont les jeux de loterie (billets à gratter, loteries électroniques, etc.), les jeux de casino (machines à sous, roulette, blackjack, etc.) et les paris sportifs. Il est également possible d'y jouer en ligne.

Le jeu est une activité divertissante et agréable mais qui comporte des risques. Il peut conduire à une perte de contrôle du temps et de l'argent qui lui sont consacrés. Le trouble lié aux jeux de hasard et d'argent est une addiction reconnue par les professionnel-le-s.

Quand le jeu prend trop de place dans la vie d'une personne, celle-ci est rarement la seule concernée : les conjoint-e-s, enfants, parents, ami-e-s, collègues et employeurs-euses subissent aussi de nombreuses conséquences négatives, qu'elles soient financières, sociales ou émotionnelles. Ils-Elles peuvent traverser des phases de soupçons, d'épuisement, de détresse ou d'impuissance.



“ QUELLES SONT LES DIFFICULTÉS LES PLUS FRÉQUENTES ? ”

Les problèmes de jeu excessif peuvent prendre une place importante dans l'entourage de la personne concernée. Les proches sont alors mis-es dans une situation difficile et peuvent manifester les réactions suivantes :

- ▶ Entendre des discours répétés minimisant l'ampleur du jeu de la part de la personne qui joue.
- ▶ Être confronté-e à des promesses non tenues (promesses d'arrêter de jouer).
- ▶ Se mettre en colère ou se sentir trahi-e.
- ▶ Éprouver de la culpabilité et de l'impuissance face au comportement de jeu excessif.
- ▶ Se sentir obligé-e de réparer les dommages causés par le jeu excessif et d'en assumer toutes les responsabilités.
- ▶ Se retrouver face à des demandes de prêt d'argent de la part de la personne qui joue.
- ▶ Rester seul-e face au problème sans pouvoir en parler ouvertement à des tiers et sans trouver de soutien ni d'aide.

“ COMMENT S'EN SORTIR ? ”

Pour faire face à ces conséquences négatives, prendre les mesures suivantes peut se révéler utile :

- ▶ Faire un état des lieux des finances et des dettes, éviter les prêts, mettre en place des systèmes de protection (p. ex., restreindre l'accès aux comptes bancaires).
- ▶ Éviter l'isolement, en parlant du problème du-de la proche avec des tiers et en continuant à avoir des activités agréables.
- ▶ Exprimer clairement ses attentes au-à la proche tout en lui offrant son soutien.
- ▶ Éviter de mentir pour le-la protéger, ne pas justifier ses habitudes de jeu et ne pas croire que le jeu puisse être une solution aux problèmes.
- ▶ Chercher de l'aide auprès de professionnel-le-s du domaine social ou médical.

En cas de difficulté, vous n'êtes pas seul-e !

En tant que proche, il est possible de demander de l'information ou du soutien aux professionnel-le-s du Centre du jeu excessif (CJE), que vous soyez accompagné-e ou non de la personne concernée.

