DOSSIER DE PRESSE

25.05.2018

SPF JUSTICE
COMMISSION DES
JEUX DE HASARD

#FAUT AIMER PERDRE

SPF JUSTICE COMMISSION DES JEUX DE HASARD

Communiqué de presse

#FautAimerPerdre

A l'occasion de la Coupe du Monde et à l'initiative du Ministre de la Justice, M. Koen Geens, La Commission des jeux de hasard lance une campagne de prévention pour les paris sportifs en ligne.

Vendredi 25 mai 2018 – **La Coupe du Monde approche et sa tornade publicitaire également[1]. Il est probable que de nombreux jeunes vont être confrontés aux tentations des paris sportifs en ligne. Or, les joueurs présentant le plus de pathologies liées au jeu effectuent leur premier pari en moyenne vers 20 ans, soit 5 ans plus tôt que les joueurs non-problématiques[2]. Afin de protéger ces joueurs vulnérables, la Commission des jeux de hasard prend - en tant que régulateur des jeux de hasard - les devants et lance une action de sensibilisation ludique à destination des jeunes et de leur entourage.**

La campagne russe de nos Diables Rouges à la Coupe du Monde de football en Russie s'annonce prometteuse. Or, durant les matches, de plus en plus de jeunes se tournent vers leur smartphone pour suivre l'évolution des cotes émises par les sites de paris sportifs qui les stimulent à grands coups de messages publicitaires et de notifications. Résultat : ils perdent tout du spectacle et parfois beaucoup, beaucoup d'argent.

Pire, comme 5,2% de la population belge adulte[3] soit près de 500,000 personnes, une partie d'entre eux peut développer des troubles psychologiques (anxiété, la dépression, problèmes de sommeil,) voire même entrer dans le cercle infernal de l'addiction avec toutes les souffrances que cela implique pour le joueur et son entourage.

Le jeu n'est pas un moyen de gagner de l'argent

Si les jeux de hasard ont toujours existé, ils doivent désormais être encadrés. Avec l'arrivée des jeux en ligne et les montants colossaux investis dans la publicité, il est essentiel d'inviter les jeunes et les plus vulnérables à la prudence et à s'informer sur les dangers d'un comportement de jeu abusif.

A côté de son rôle de régulation des opérateurs de jeux de hasard, la Commission des jeux de hasard entend prendre des mesures de prévention en lançant une campagne de sensibilisation à grande échelle. Cette campagne a un message clair : le jeu n'est pas un moyen durable de gagner de l'argent.

---

[1] [1] En juin 2014, lors de la dernière Coupe du Monde de Football, les montants investis dans la publicité pour les partis sportifs ont presque triplés par rapport aux montants mensuels moyens investis par mois entre début 2014 et fin 2015.

[2] Source VAD 2017, http://www.vad.be/assets/factsheet_gokken_december_2017finaal

[3] idem

Avec le FC Losers, #FautAimerPerdre

Rien ne vaut l'humour quand il s'agit d'aborder des sujets complexes. La Campagne **#FautAimerPerdre** attire l'attention sur le fait que les chances de gagner aux paris en ligne sont tellement minces qu'il faut presque aimer perdre pour s'y adonner les yeux fermés.

Des passants bruxellois en ont fait l'expérience durant le tournage en caméra cachée. Attirés par les prouesses d'un formidable jongleur de ballons, ceux-ci ont été encouragés par un coach à parier sur les prouesses de son poulain.

Résultat : A chaque fois, comme par hasard, un élément imprévu venait perturber l'artiste du ballon rond. Pour seule consolation, les parieurs malheureux se voyaient remettre par le coach le maillot du FC Losers. Un club fictif de celles et ceux qui ont joué et malheureusement perdu aux paris sportifs.

Cette vidéo, promue sur les réseaux sociaux et via une campagne média oriente alors les jeunes vers un site de prévention www.fautaimerperdre.be qui reprend conseils, adresses pour obtenir de l'aide et le moyen de se faire interdire de jeu en cas de perte de contrôle de son comportement lié au jeu. Un numéro d'appel d'aide gratuit SOS JEUX: 0800/35.777, joignable 24h/24, 7j/7, est mis à la disposition des joueurs et de leur entourage.

Les conseils de la Commission des jeux de hasard

- Si vous avez moins de 18 ans, il vous est interdit de parier. Si vous pariez en ligne, ne le faites que sur des sites contrôlés par la Commission des jeux de hasard.
- Définissez votre mise maximale (Décidez avant la Coupe du Monde le montant maximal que vous être prêt à dépenser)
- Profiter du match entre amis ou en famille doit rester votre priorité
- Si vous perdez le contrôle, vous pouvez vous faire interdire de jeu auprès de la Commission des jeux de hasard
- Parier n'est pas un moyen de devenir riche

Contacts presse

Voice Agency
press@voice.be - +32 493 16 13 01
Pour la Commission des jeux de hasard
Etienne Marique – Etienne.Marique@gamingcommission.be - +32 495 58 49 33

#FautAimerPerdre

A l'occasion de la Coupe du Monde et à l'initiative du Ministre de la Justice, M. Koen Geens, La Commission des jeux de hasard lance une campagne de prévention pour les paris sportifs en ligne.

Pourquoi une campagne de sensibilisation ?

Pléthore de publicités pour les paris sportifs, le poker, la roulette, les machines à sous, le blackjack, les jeux de dés, jeux accessibles en ligne en quelques clics… il n'a jamais été aussi simple de parier. En prévision de la Coupe du Monde, à l'initiative du Ministre de la Justice, M. Koen Geens, la Commission des jeux de hasard lance une campagne de sensibilisation à l'attention notamment des jeunes, qui seront particulièrement sollicités et peut-être tentés de parier pour la première fois. Le message de cette campagne ? **Parier n'est pas un moyen de gagner de l'argent,** et l'on peut profiter d'un événement pour lui-même, tout simplement.

La mission de la Commission des jeux de hasard

La Commission des jeux de Hasard contrôle et réglemente les sociétés de paris et veille aux intérêts des joueurs. Plus de 5000 plaintes et demandes d'informations sont traitées chaque année, des sanctions sont prononcées chaque mois et des contrôles effectués chaque semaine.

En parallèle à une campagne de prévention visant à protéger les jeunes des dangers des paris en ligne durant la Coupe du Monde, la Commission des jeux de Hasard prend des initiatives toute l'année, dont un système d'identification en ligne plus performant qui permet un meilleur contrôle sur internet. Par ailleurs, un arrêté royal devrait prochainement clarifier les règles en matière de publicité et permettra aux joueurs d'être mieux et davantage protégés.

Une campagne ludique de sensibilisation

Rien ne vaut l'humour quand il s'agit d'aborder des sujets complexes. La campagne **#FautAimerPerdre** attire l'attention sur le fait que les chances de gagner aux paris en ligne sont tellement minces qu'il faut presque aimer perdre pour s'y adonner les yeux fermés.

Des passants bruxellois en ont fait l'expérience durant le tournage en caméra cachée. Attirés par les prouesses d'un formidable jongleur de ballons, ceux-ci ont été encouragés par un coach à parier sur les prouesses de son poulain.

Résultat : À chaque fois, comme par hasard, un élément imprévu venait perturber l'artiste du ballon rond. Pour seule consolation, les parieurs malheureux se voyaient remettre par le coach le maillot du FC Losers. Un club fictif de celles et ceux qui ont joué et malheureusement perdu aux paris sportifs.

Cette vidéo, promue sur les réseaux sociaux et via une campagne média oriente alors les jeunes et moins jeunes vers un site de prévention www.fautaimerperdre.be qui reprend conseils, adresses pour obtenir de l'aide et des informations sur la façon de se faire interdire de jeu en cas de perte de

contrôle de son comportement lié au jeu. Un numéro d'appel d'aide gratuit SOS JEUX : 0800/35.777, joignable 24h/24, 7j/7, est mis à la disposition des joueurs et de leur entourage.

Objectifs de la campagne

La démarche de cette campagne consiste à fournir aux jeunes les éléments qui leur permettront de comprendre les règles auxquelles sont soumis les jeux d'argent. Une compréhension erronée de ces règles et l'ignorance face aux pièges que les jeux renferment peuvent mettre en danger certains jeunes. En outre, il se peut que certains jeunes soient déjà confrontés à une situation problématique ou de dépendance aux jeux, notamment via leurs familles ou connaissances.

Les jeux de hasard font l'objet d'une publicité effrénée, sur tous types de médias et surtout sur Internet. Depuis 2011, le montant annuel des dépenses publicitaires pour le secteur des jeux de hasard a doublé pour approcher les 80 millions d'euros investis en 2016 (l'équivalent du budget publicitaire annuel du secteur santé et bien-être en 2015).

En juin 2014, lors de la dernière Coupe du Monde de Football, les montants investis dans la publicité pour les partis sportifs ont presque triplés par rapport aux montants mensuels moyens investis par mois entre début 2014 et fin 2015. Les jeunes sont les premiers visés. L'offre de jeux sur Internet incite à l'apprentissage du jeu par les plus jeunes.

La Commission des jeux de hasard dispense ses conseils et dispose d'un site internet http://www.aide-aux-joueurs.be/ et d'une ligne téléphonique (0) 800 35 777 permettant d'obtenir un accompagnement en cas de problème. En cas d'addiction sévère, il est même possible de se faire interdire de jeu auprès de la Commission des jeux de hasard. Ces services d'aide ont mis en lumière le fait que de nombreuses consultations émanent de jeunes âgés de 18 à 24 ans.

Prévalence

Les études menées dans plusieurs pays européens montrent que jusqu'à à 3,2% de la population générale seraient concernés par des problèmes de dépendance aux jeux. Parmi les gens qui jouent de manière régulière, ce pourcentage monte à 14%, et 42% sont des joueurs « à risques » (Étude Rodin, 2004).

En Belgique, 5,2% des personnes adultes – soit 467.081 personnes pourraient être considérées comme joueur à risques (386.240) ou à problèmes (80.841[4]).

Diverses études et enquêtes ont montré que les jeunes ne sont pas à l'abri de ces risques. En effet, malgré les restrictions d'âge, 30% des élèves de secondaire ont déjà joué avec un jeu à gratter[5]. On observe également que les joueurs identifiés comme « à problèmes » ont tendance à prendre l'habitude de jouer 5 ans plus tôt que les joueurs ne présentant pas de problèmes liés au jeu[6].

[4] Source : http://www.vad.be/assets/factsheet_gokken_december_2017finaal
[5] idem
[6] idem

CHAPITRE 1 : Comment prévenir ?

Pourquoi joue-t-on ?

Outre **l'espoir du gain** qui est l'une des premières motivations, pour certains, jouer est d'abord **un moyen de se détendre**, de **se distraire**, de passer un moment convivial dans une ambiance feutrée et agréable, seul ou **en groupe**.

Pour d'autres, il s'agit plutôt de **soulager des émotions négatives**, de fuir des situations personnelles douloureuses, un état dépressif, de **combler l'ennui**.

Certains sont davantage à la recherche d'émotions, de sensations fortes, stimulantes et/ou excitantes que le jeu peut procurer : ils recherchent le pic d'adrénaline et sont attirés par la prise de risque. Au contraire, d'autres cherchent à réduire leur état d'éveil ou d'anxiété grâce à **l'effet sédatif** du jeu.

Pour d'autres enfin, le jeu permet de se sentir reconnu, d'améliorer **l'estime de soi**. Il comble aussi la curiosité de celui qui s'y adonne en faisant appel à ses facultés d'analyse qui lui permettent de saisir les règles du jeu et du hasard, de résoudre des problèmes parfois complexes.

Les raisons qui poussent au jeu ne sont pas les mêmes pour tous :
• l'espoir de gagner de l'argent facilement et rapidement, le désir de s'offrir un luxe ;
• le plaisir, l'amusement, la distraction, la détente ;
• combler l'ennui ;
• passer un moment convivial, seul ou en groupe ;
• fuir des émotions désagréables et pénibles, une situation difficile, un état dépressif ;
• rechercher des sensations fortes, la prise de risques et l'excitation qu'elle procure ;
• réduire un état d'anxiété ou d'éveil élevé ;
• pallier une faible estime de soi

• le désir de comprendre ou de défier « le système ». Il s'agit souvent d'une transmission culturelle entre membres d'une même famille.

La réduction des risques

- **Les dangers du jeu**

Les jeux de hasard ont une puissante faculté de séduire certaines personnes, parfois à des moments de plus grande fragilité. Le jeu commence toujours innocemment, par de faibles mises, mais le joueur

non attentif ou mal informé peut se laisser entraîner, jusqu'à ne plus pouvoir maîtriser son comportement.

Bien entendu, tous les joueurs ne jouent pas de manière excessive et la plupart savent maîtriser leur jeu.

Le jeu excessif entraîne des dégâts importants en termes de décrochage scolaire, de soucis professionnels, de surendettement (faillites) ou de criminalité, mais aussi en termes de souffrance personnelle ou familiale et de santé (maladies liées au stress). D'où la nécessité **d'une action préventive.**

Comme pour d'autres addictions, le joueur n'imagine pas qu'il risque de finir par perdre le contrôle et devenir dépendant. Le jeu envahit sa vie, au détriment de toutes les autres activités. Il perd de vue ses réelles possibilités de gain. En outre, en cas d'addiction sévère, il peut devenir un expert en manipulation pour se procurer de l'argent ou dissimuler ses pertes.

De manière générale, on observe que les joueurs ne sont pas assez informés des dangers que le jeu comporte. C'est pourquoi une **pratique responsable** et informée du jeu doit être promue dès les premières occasions et tout au long de la pratique des jeux de hasard. Cette campagne de prévention s'inscrit dans cet objectif.

Le jeu pathologique est une maladie silencieuse, car non visible, et taboue, du fait qu'elle touche à l'argent. Le jeu devrait rester une activité récréative occasionnelle. L'appât du gain ou la recherche de sensations fortes ne devraient pas l'emporter.

- **Les trois phases de l'émergence de la dépendance aux jeux**

1. La phase de gain : quand tout va bien

Au début, l'activité de jeu est sous certains aspects innocente. Les sensations que le jeu apporte comblent ou soulagent celui qui s'y adonne. Progressivement, le joueur augmente les **sommes misées** pour assouvir son besoin de sensations. Il faut mentionner ici que le bénéfice pour le joueur d'un **gain important** en début de carrière augmente considérablement les risques de développer ultérieurement une dépendance aux jeux de hasard, car il se sent alors chanceux, comme « béni des dieux ».

2. La phase de perte : on tente de se refaire

Le **temps consacré au jeu** croît et empiète sur les autres activités, les amis, la famille, les études, le travail. Le joueur s'**isole**. Il est irrésistiblement attiré par le jeu et ne peut réfréner ses pulsions. Toutes ses pensées vont vers le jeu, qui

devient une réelle **obsession**. L'argent normalement destiné aux besoins basiques comme le logement, la nourriture, les soins de santé est **dilapidé**. Le joueur se met à emprunter, doit mentir à son entourage pour occulter ses pertes. Il se crée alors **une double vie**. Dans cette phase, le joueur

tente de regagner l'argent englouti par le jeu. Parfois, il gagne bien une petite somme, mais cela ne suffit pas.

3. La phase de désespoir : les difficultés s'accumulent

Le jeu n'est plus un plaisir, mais devient **une nécessité, un besoin**. Pour assouvir sa passion, le joueur tente de **se procurer l'argent** nécessaire par tous les moyens. Ce besoin impérieux peut se solder par des actes délictueux (vol, chantage, escroquerie, détournement, meurtre). **L'espoir du gain** devient **déraisonnable**. Le joueur joue sans compter, connaît d'importants problèmes financiers et pense encore que jouer pourra l'aider à les résoudre. Chaque jour, il s'en remet à la chance, au jeu, aux signes qu'il aperçoit. Lorsqu'avec le temps, il se rend compte que Dame Fortune ne semble pas lui sourire, il continue néanmoins à jouer machinalement, par automatisme. Le jeu peut alors se pratiquer **dans le dégoût**. La santé physique et psychique du joueur sont mises en péril.

« Je vous parie 100 balles que je peux m'arrêter de parier quand je veux. »

__ Régis Hauser, écrivain

Trois types de joueurs

Une distinction doit être faite entre le joueur occasionnel, le joueur excessif et le joueur dépendant. En réalité, il y a plusieurs manières de jouer, qui mises bout à bout illustrent l'escalade vers la dépendance :

• il y a le jeu ludique, activité agréable qui facilite les contacts sociaux et comble la curiosité. Ce jeu est sans danger ;

• l'abus de jeu ou jeu excessif est une activité régulière à laquelle le joueur s'adonne malgré ses pertes. Pour récupérer l'agent investi, il continue à jouer ;

• la dépendance aux jeux : ici, la personne joue, car elle ne peut plus s'en passer. Cette situation peut pousser certaines personnes à se mettre en danger ou à mettre en danger autrui.

« Il n'y a de joueurs repentants que parmi les perdants. »

__ Philippe Bouvard

7 conseils pour réduire les risques de dépendance*

Il est important de jouer en étant informé et de détecter quand le jeu commence à occuper une part trop importante dans la vie de quelqu'un. Pour ceux qui choisissent de jouer, certaines règles peuvent être gardées en mémoire de manière à garder le jeu sous contrôle et à réduire les risques. Il faut apprendre à poser des limites.

1. Jouer n'est pas un moyen de gagner de l'argent : la vérité c'est que les opérateurs de jeux, qu'ils soient en ligne ou réels, légaux ou illégaux, sont programmés pour engranger des gains. Ceci signifie que le temps passant, vous perdrez plus d'argent que vous n'en gagnerez. Les jeux de hasard sont ainsi conçus : une petite minorité gagne de gros lots sur le dos de la grande majorité. En réalité, tous les joueurs nourrissent la même croyance, celle de gagner gros.

2. Ne jouez que l'argent que vous pouvez vous permettre de perdre : ne dépensez au jeu que l'argent mis de côté pour vos loisirs, comme aller au cinéma ou boire un verre. N'utilisez jamais de l'argent destiné à des postes importants comme les courses, les transports, le loyer, vos syllabus, vos abonnements ou frais divers, etc.

3. Fixez une limite à vos dépenses : avant de commencer à jouer, fixez la somme d'argent que vous pouvez vous permettre de jouer/perdre. Lorsque cet argent est perdu, arrêtez de jouer. Si vous avez gagné, profitez-en, mais rappelez-vous que cela ne se reproduira pas si souvent.

4. Fixez une limite de temps : décidez pendant combien de temps vous pouvez vous permettre de jouer. Lorsque vous avez atteint cette limite, arrêtez de jouer.

5. N'essayez pas de récupérer l'argent que vous avez perdu : si vous perdez, n'essayez pas de récupérer l'argent perdu en misant plus que ce que vous vous étiez fixé au départ. Ceci conduit en général à des pertes plus importantes encore.

6. Ne jouez pas lorsque vous êtes déprimé ou de mauvaise humeur : il est difficile de rester lucide au jeu lorsqu'on n'est pas en forme.

7. Pratiquez d'autres activités : il est important que le jeu ne prenne pas une place trop importante dans votre vie. Le jeu ne doit rester qu'un divertissement parmi d'autres !

**Ces recommandations sont basées sur celles du Conseil du jeu responsable de l'Ontario au Canada.*

CHAPITRE 2 : Les risques

Les facteurs environnementaux (publicité)

Publicité et jeu

Souvent, il s'agit de publicités insidieuses où il est question **d'apprentissage et d'initiation au jeu**, en particulier sur Internet. En effet, très souvent, les opérateurs de jeux en ligne proposent tout d'abord des jeux gratuits, des crédits de jeu à hauteur de 10 € ou plus sont souvent offerts. Les taux de redistribution de ces **jeux factices** ne répondent à aucune réalité commerciale. Ils sont la plupart du temps réglés sur des taux de 150%, qui laissent croire que l'on gagne facilement et souvent. La société de consommation où l'argent et l'image sont rois ne tempère pas les appétits suscités par l'industrie des jeux de hasard. L'adolescence n'étant pas une période évidente, les jeunes pourront être tentés de fuir leurs problèmes en s'octroyant un moment de rêve, en s'offrant l'excitation de la possibilité d'un gain.

La loi interdit la pratique des jeux de hasard aux mineurs d'âge, mais force est de constater que les jeunes, loin d'être épargnés par la publicité, sont tentés d'essayer. L'exemple de personnes ayant décroché la timbale grâce à une mise modique est galvaudée. Il en est de même pour les sites de jeux d'argent, de paris ou de poker en ligne, où la réussite financière de quelques-uns occulte les nombreuses pertes ou défaites des autres.

« Ce qu'il y a de plus difficile à supporter pour un joueur, ce n'est pas d'avoir perdu, mais de cesser de jouer. »

__ Mme de Staël

Les facteurs de risques du jeu sur Internet

La dangerosité de ces jeux réside surtout dans leur accessibilité (dans le temps et dans l'espace), un contrôle social moindre et leur caractère virtuel. Internet affecte aussi la notion du temps : en classe,

les professeurs peuvent être confrontés à la somnolence d'élèves qui passent des nuits entières derrière leurs écrans à jouer entre amis. En outre, ces sites de jeux ont développé des forums où les joueurs peuvent se rencontrer et échanger, ce qui renforce la convivialité.

Voici, outre la dépendance, les autres risques majeurs encourus en jouant sur des sites de jeux de hasard illégaux :

• les arnaques n'épargnent pas Internet. Le fait que certains joueurs puissent disposer de plus d'informations que d'autres porte atteinte à l'honnêteté des jeux. Au poker, on entend souvent parler de super-comptes grâce auxquels quelques « initiés » parviennent à voir les mains des autres joueurs. Ceci n'est pas qu'une fable. Des cas similaires ont été dévoilés à Kahnawake par exemple, réserve indienne jouissant d'une indépendance administrative et située au Québec. En Belgique, la Commission des jeux de hasard veille au respect de l'équité des jeux organisés par les opérateurs sous licence.

• l'inscription est en général aisée. Il suffit d'entrer son nom, son prénom, sa date de naissance et les coordonnées de sa carte bancaire, et la magie peut opérer. En revanche, la désinscription et la récupération des sommes non dépensées sont un véritable parcours du combattant, ce qui peut pousser le jeune à jouer son argent jusqu'au dernier cent. Enfin, les mineurs savent-ils que certains sites illégaux les autorisent à jouer, mais ne leur permettent pas de récupérer leurs gains? ;

• l'utilisation des coordonnées bancaires par des opérateurs non réglementés pose aussi question. Le joueur qui crée un compte et y verse de l'argent pour miser n'a aucune garantie de l'utilisation qui pourrait être faite des informations bancaires qu'il aura transmises. En outre, les coordonnées personnelles pourront être facilement réutilisées à des fins de relance, voire être revendues à d'autres opérateurs à des fins commerciales.

Les fausses croyances

Le joueur dépendant, se laissant envahir par le jeu, finit par oublier ce qu'est le hasard. Il en vient à croire que sa connaissance et sa maîtrise du jeu ne peuvent que le faire gagner. Il met en place des stratégies, développe des martingales, devient superstitieux et interprète les signes, les événements… Les règles des jeux de hasard les plus évidentes finissent par lui échapper, et il en oublie qu'au final, c'est toujours la banque qui gagne.

Le joueur développe ainsi plusieurs idées erronées qui le rendent prisonnier du jeu. En guise de prévention, nous souhaitons mettre ces fausses croyances en évidence :

- **Une mémoire sélective**
  Le joueur a tendance à ne se souvenir que de ses « gains » et non de ses « pertes ». Ceci le conforte dans l'idée qu'il est un « gagnant », qu'il est « chanceux ». Les pertes sont reléguées au second plan, même si elles sont plus importantes que les gains engrangés. En outre, il pense que « le joueur ne perd jamais » … la plupart du temps il a « presque » gagné.

- **La mauvaise compréhension de la notion d'espérance de gain négative**
  Les joueurs dépendants sont en général persuadés qu'ils « doivent gagner » et finissent par oublier qu'au final c'est toujours la « banque » qui gagne. L'avantage de l'exploitant est toujours pris en compte, à travers le taux de retour, un prélèvement ou l'avantage de la

banque (comme le zéro à la roulette). Le joueur ne récupère jamais la totalité de ses mises et rejoue l'argent qu'il a gagné. L'argent qu'il mise s'épuise ainsi petit à petit dans le jeu. Or les joueurs interprètent souvent le taux de redistribution comme une chance supplémentaire qu'ils ont de gagner, et jamais comme l'argent qui sera retenu sur l'ensemble de leurs mises.

- **La mauvaise compréhension de la notion d'indépendance des tours**
  Cette notion signifie que des événements passés ne permettent pas de prédire les événements à venir. En d'autres mots, si une pièce de monnaie tombe dix fois de suite sur pile, la chance qu'elle tombe sur pile ou face au onzième lancé reste inchangée : elle est de 50%.

- **L'illusion de contrôle**
  Les joueurs croient qu'ils sont en mesure d'influencer le résultat du jeu. C'est ainsi qu'ils pensent qu'en jouant beaucoup ils maîtrisent mieux le jeu et ont donc plus de chances de gagner. Certains joueurs associent par exemple le gain à leur adresse ou à leur connaissance du jeu, et les pertes à un manque de chance. Des observations mettent en évidence le fait que pour obtenir un petit chiffre aux dés, le joueur lance les dés doucement alors que pour obtenir un chiffre important, le lancer sera plus énergique.

- **Les pensées irrationnelles**
  On observe chez les joueurs dépendants l'existence d'une pensée magique, qui s'accompagne d'un sentiment de toute-puissance. Certains joueurs perçoivent des signes qui leur indiquent par exemple qu'aujourd'hui c'est leur « jour de chance » ,ou qui leur permettent de « prédire » les chiffres ou les tours gagnants. Ils deviennent superstitieux, misent sur des chiffres spécifiques se référant à des dates importantes, effectuent des prières, des rituels. Certains ont recours à des porte-bonheur ou à des vêtements ou couleurs fétiches.

- **L'espoir de se refaire**
  Les joueurs dépendants nourrissent tous la conviction qu'ils vont gagner, ce qui les pousse à investir toujours davantage d'argent. Il faut leur rappeler qu'il n'y a qu'un seul gagnant au jeu, c'est l'exploitant ; le nombre de gagnants est toujours minime par rapport au nombre de perdants.

« Nul vainqueur ne croit au hasard. »

__Friedrich Nietzsche

CHAPITRE 3 : Comment repérer un.e joueur.se en difficulté ?

Des indices peuvent alerter les proches :

• un stress important, de l'anxiété, la dépression, des problèmes de sommeil ;

• les problèmes de jeu se révèlent aussi de manière somatique : le joueur souffre de troubles gastro-intestinaux, d'alcoolisme, de toxicomanie ou d'idées suicidaires ;

• des retards à l'école ou au travail, de longues absences injustifiées ;

• des prestations en baisse à l'école ou au travail ;

• du désintérêt pour les cours ou les loisirs ;

• des problèmes de gestion de l'argent, y compris de l'argent de poche (emprunts) ;

• des relations sociales et familiales sont souvent affectées ;

• la vantardise d'avoir gagné au jeu ;

• l'agressivité ;

• l'isolement.

La détection de ces signaux est importante afin de réagir rapidement.

Témoignages de personnes souffrant de jeu pathologique

Anna, 40 ans, Gand

Certaines personnes peuvent jouer un peu, de temps en temps sans avoir de problèmes.

Ce n'est, hélas, pas mon cas. J'ai été accro dès la première fois, je crois. J'avais très peu de contacts avec ma famille et encore moins de contacts sociaux en général. En raison de mes propres soucis, mais aussi de la solitude, le jeu était pour moi quelque chose de très tentant et donc, forcément, de dangereux. À travers lui, l'espace d'un moment, je

pouvais « oublier » mes tracas et me sentir un peu moins seul. J'étais donc de plus en plus irrésistiblement attiré par les centres de paris. Il m'est arrivé de rester assis là pendant 14 heures d'affilée. Je pensais, à tort, que je pouvais gagner de l'argent en jouant et ainsi améliorer mon existence. Quand je gagnais, je jouais encore plus gros et je passais toujours plus de temps dans l'officine de jeux. Gagner est un poison mortel pour un joueur, en tout cas pour moi. J'ai commencé à jouer de plus en plus, jusqu'à ce que... tout mon argent ait disparu... jusqu'à ce que je tombe dans la

pauvreté. La tension du jeu, l'attente des résultats, l'émotion qui s'y attache… tout cela vous transporte dans un autre monde. Mais ce n'est qu'une illusion... Je le sais maintenant.

Lorsque jouer devient vraiment une source de problèmes, vous perdez non seulement tout votre argent, mais aussi vos amis, votre famille, votre dignité, votre honnêteté... vous perdez tout. C'était une existence très stressante. À un moment donné, même le désir de vivre m'avait quitté. J'ai cherché de l'aide et, heureusement, j'ai réussi à arrêter de jouer. Je peux dire que je suis à nouveau heureux.

Ne tombez pas dans le piège, surtout si vous vous sentez seul ou angoissé, ne commencez pas. Ne jouez surtout pas ! C'est à ce moment que l'on est le plus susceptible de sombrer dans la dépendance. Ne vous attendez pas à pouvoir mener une vie de luxe grâce au jeu. Laissez tomber cette utopie tant qu'il en est encore temps, ne faites pas la même erreur que moi. Ce n'est qu'en gagnant de l'argent par le travail, en se satisfaisant de ce que l'on a, que l'on peut profiter de la vie. Gardez votre argent dans vos poches et ne jouez pas.

Ne misez pas tout sur un coup de dés, ne pariez pas ! Ne pas être dépendant est un vrai luxe dans la vie !

Loïc, 29 ans, Brabant-Wallon.

Je suis un grand amateur de sport et de football, un sport auquel je joue moi-même, au niveau provincial. Dès l'âge de 17 ans, je faisais des paris hebdomadaires. J'ai joué pendant des années. Beaucoup trop.

À un moment donné, j'ai bien dû admettre que j'étais devenu dépendant. Au début, je misais de petits montants, en librairie essentiellement. Dans une librairie ou une officine de paris, je payais en espèce et il était donc plus facile pour moi de réaliser ce que je dépensais vraiment. Mais, un jour, pour obtenir un bonus, j'ai créé un compte en ligne. Au début, là aussi, je ne misais que de petites sommes. Cependant, lorsque mon crédit a été épuisé, j'ai voulu me refaire et j'ai donc joué de plus en plus gros pour récupérer mes pertes. C'est là que ça a commencé à mal tourner, je m'en rends compte à présent. Quand vous pariez de temps en temps, vous gagnez, parfois, et perdez, souvent. Mais, surtout, n'essayez jamais d'éponger vos pertes ni ne commencez à enchaîner les paris. On dépense bien plus en ligne que lorsqu'on doit vraiment sortir les billets de son portefeuille.

Je me suis décidé à demander de l'aide lorsque j'ai essayé, bien sûr en pure perte, de récupérer l'argent, que j'avais perdu en pariant, en jouant au casino. Non seulement cela s'est révélé contre-productif, mais, de plus, j'ai perdu des montants encore plus importants. Heureusement, depuis que j'ai demandé à la Commission des jeux de m'interdire sur ces sites de paris/jeux en ligne, mon monde a changé pour le meilleur. Le jour où je me suis enfin décidé à demander de l'aide, un fardeau est tombé de mes épaules. J'avais déjà arrêté pendant un certain temps auparavant, mais avec de l'aide, je peux maintenant tenir ma résolution et éviter les rechutes. Je suis les conseils en ligne, que l'on peut trouver sur http://www.aide-aux-joueurs.be/

Depuis que je suis « interdit », je ne pense plus à jouer sur le web. Je suis tellement « en colère » d'avoir gaspillé tant d'argent dans ces jeux pendant si longtemps. Désormais, je continue à me passionner pour le foot, mais je ne parie plus sur les matchs.

Mon conseil est donc le suivant : n'oubliez pas que vous perdrez à la fin. Certes, on gagne de temps en temps, et c'est très agréable, mais ne vous imaginez pas que les jeux de hasard peuvent être une activité rentable. Cela reste toujours par essence... hasardeux. Mieux vaut ne pas consacrer trop d'argent à ce vice. Et si vous avez des problèmes, demandez de l'aide ! Ça marche !

Kevin, 24 ans, Jette.

Les jeux m'ont toujours attiré. Enfant, je restais fasciné par les machines à sous des lunaparks pendant des heures. Les lumières, les sons, la possibilité de gagner quelque chose… Tout cela était pour moi très excitant. À l'âge de 16 ans, j'ai découvert les paris. Étudier les cotes et les statistiques à la maison, investir mon argent à la librairie et rêver d'en gagner beaucoup, c'était mon « monde enchanté ». Je n'y étais pas le garçon qui n'arrivait pas à suivre à l'école et qui n'aimait pas beaucoup les contacts sociaux.

C'est là probablement la principale raison de mon addiction : faire quelque chose pour quoi je croyais être doué. Quand parfois, il m'arrivait de gagner, alors, je me sentais invincible. Malheureusement, ce penchant est devenu une obsession… D'abord une passion, puis une obsession. J'étais obnubilé par les paris et l'envie de gagner. Par exemple, lorsque j'avais misé, je suivais les scores en ligne, mais en ne regardant que le score de l'équipe que j'avais désignée comme vainqueur. Je masquais le score de l'autre équipe. J'avais ainsi l'impression de gagner pendant au moins 90 minutes. J'ai toujours eu l'impression d'être un « winner ». C'est pour ça que j'agissais de la sorte… Pour avoir l'air d'un gagnant.

Mais, souvent, c'est la déception qui était au rendez-vous, bien sûr. Notamment lorsque je découvrais le vrai score final. Je me suis senti encore plus nul lorsque mes parents ont découvert que non seulement j'avais vidé mon compte épargne, mais, qu'en plus, je leur avais aussi pris de l'argent. Pff... vouloir tellement être un gagnant et ensuite tellement me décevoir moi-même… sans parler des autres...

J'ai cherché de l'aide et j'ai repris confiance. J'apprends ce que je peux faire pour me sentir mieux et être plus sûr de moi. Je n'ai plus besoin de jouer. C'était un mirage que de penser pouvoir gagner. En réalité, j'ai perdu dans tous les domaines. Maintenant, je me suis remis sur de bons rails.

Bien que les jeux continuent à m'attirer, je suis à présent prudent avec tout ce qui concerne les jeux et paris. Désormais, c'est au ping-pong que je prouve ma valeur. Seul l'entraînement vous permet de vous améliorer. Les jeux de hasard ne mènent nulle part et, à ma grande honte, j'ai payé très cher pour le savoir.

Comment l'entourage du joueur peut-il le soutenir ?

La famille est souvent démunie face à un joueur qui ne veut ou ne peut s'arrêter de jouer. Il est souvent difficile de faire entendre raison à un joueur, et d'autant plus s'il entretient des idées erronées sur le jeu.

Voici quelques pistes pour aider une personne qui souffre de dépendance aux jeux :
• montrer de l'intérêt, l'écouter sans la juger ou la stigmatiser;
• lui expliquer que jouer ne s'apprend pas, que le jeu dépend entièrement du hasard;
• la remettre face à la réalité en la renseignant sur ses espérances réelles de gains;
• lui expliquer qu'elle ne récupérera pas l'argent perdu et que jouer ne l'aidera pas à résoudre ses problèmes financiers, bien au contraire;
• la motiver à occuper son temps à d'autres activités distrayantes;
• mettre en évidence les difficultés qu'elle rencontre, mais aussi celles éprouvées par son entourage;
• l'aider à identifier ses motivations profondes et personnelles à arrêter de jouer, au-delà de la volonté de son entourage;
• la soumettre à un mini-test de dépistage sur http://www.aide-aux-joueurs.be et la convaincre de chercher de l'aide;
• l'informer sur la possibilité d'entamer une démarche d'exclusion de jeu volontaire auprès de la Commission des jeux de hasard. Plusieurs tentatives peuvent être nécessaires, mais les efforts devraient être récompensés.

• l'encourager à entreprendre une thérapie pour soigner sa dépendance. La famille se sent souvent coupable de ne pas savoir réagir comme il le faudrait, mais il est difficile pour elle d'affronter seule de tels problèmes. C'est pourquoi les psychologues et assistants sociaux entendent également les membres de la famille (voir plus bas).

Il faut souligner que les problèmes de jeu sont parfois complexes et la passion du jeu peut servir d'exutoire à d'autres difficultés, personnelles, relationnelles, parfois familiales sous-jacentes.

Une fois la thérapie entamée, le joueur dépendant aura besoin du soutien de sa famille.

Où trouver de l'aide ?

Lorsque le jeu devient incontrôlable et que les aspects négatifs l'emportent sur les aspects positifs, il est temps pour le joueur de remettre en question son rapport au jeu. Des sites ont été développés pour aider les joueurs à reprendre la maîtrise de leur comportement de jeu :

- **http://www.aide-aux-joueurs.be/**

Ce site a pour objectif d'informer et d'aider les personnes qui rencontrent des difficultés liées à leurs habitudes en matière de jeux de hasard et d'argent. Il s'adresse aussi à l'entourage du joueur. Il propose de l'information, des tests, un forum et un programme d'aide en ligne.

Des forums existent aussi où les joueurs peuvent partager leurs expériences, comme celui des joueurs anonymes : http://users.skynet.be/joueurs/. D'autres où l'on peut poser des questions, y compris d'ordre juridique, comme www.forumjeu.be.

Mais il se peut, lorsque les diverses tentatives de mettre un terme au jeu ont toutes échoué ou que les problèmes de jeu sont trop importants, que ces outils ne suffisent pas. Il peut alors être utile pour le joueur ou ses proches de faire appel à une aide extérieure. Des **psychologues et assistants sociaux spécialisés** dans la dépendance aux jeux peuvent recevoir les joueurs et leur famille.

L'efficacité de la thérapie dépendra de la motivation du joueur. Si le joueur est forcé à consulter, il se peut qu'une première consultation n'aboutisse pas à une prise en charge. Mais des pistes auront pu être données et une **prise de conscience** amorcée chez le joueur. Ce sera l'occasion pour lui non pas d'être jugé, mais d'entendre ce que son comportement implique pour son entourage et jusqu'à quelles extrémités ce comportement peut le conduire. Des entretiens d'information ont été mis en place, notamment à la Clinique du jeu Dostoïevski (voir plus bas).

En ce qui concerne la guérison, certains chercheurs parlent de « guérisons spontanées ». Mais certains joueurs dépendants demandent à intégrer une structure hospitalière afin d'y suivre un sevrage.

La dépendance constitue un réel danger même si elle ne se manifeste pas immédiatement, ou parfois par intermittence. Mais elle est toujours l'aboutissement d'une évolution, liée à **l'histoire personnelle** du joueur, l'accoutumance pouvant être favorisée par des situations de plus grande fragilité.

- **Les centres d'aide spécialisés dans le traitement de la dépendance aux jeux**

Voir le site de la Commission des jeux de hasard, rubrique « Protection des joueurs ».

https://www.gamingcommission.be/opencms/opencms/jhksweb_fr/protection/hulp/

Contacts Presse

Voice Agency
press@voice.be - +32 493 16 13 01
Pour la Commission des jeux de hasard
Etienne Marique – Etienne.Marique@gamingcommission.be - +32 495 58 49 33