© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour l'entourage

Jouer au jeux téléphone

Par Profil supprimé Posté le 22/05/2020 à 16h06

Bonjour,

Depuis un an mon conjoint joue a un jeu sur son téléphone.
On a eu pas mal de problèmes financières (pas due a son jeu). Son excuse pour jouer était pour se vider un peu la tête, avoir un peu de distraction en rentrant du travail etc.
Maintenant depuis environ 4 mois il joue vraiment non stop. Cad, en se levant, sdb, dans la voiture, a table, au lit, devant la télé, quand on reçoit de la famille (!) quand on reçoit des amis.
Il a commencé a dépensé des sommes énormes a ce jeux.
J'ai également découvert qu'il correspond beaucoup avec les personnes du jeux, et qui se trouve également dans le même cas que lui (des accros). Ils ont le même sujet de discussion donc s'entendent bien.
J'ai essayé (et également sa mère) de lui en parler. Il a réduit les dépenses mais il continue a jouer excessivement.
On ne peut pas lui parler, il faut lui répéter constamment la même chose, quand on lui demande de poser son téléphone il le pose 15 sec, pas plus. On ne passe plus de moment ensemble et tous ce qu'il compte c'est son jeux. Quand on lui demande de faire attention à nous la seule réponse qu'on a de sa part c'est « part si ça te plait pas » ou encore « tu m'embête » ou il répond avec beaucoup d'agressivité. Je sais qu'il joue également a son travail car il rentre tous les jours avec une batterie vide.

Que faire? Je pense a moi et ma fille, on ne mérite pas ça, j'ai également de la peine....je ne sais pas quoi faire.
Quelqu'un dans le meme cas que moi?

Merci d'avance de vos réponses.

21 réponses

Moderateur - 25/05/2020 à 16h23

Bonjour Cakefortwo,

D'une certaine manière votre conjoint a, pour une raison ou pour une autre, plongé dans son jeu et s'est coupé des autres. Ce faisant il s'est mis en absence de votre couple et de ses obligations. De votre côté, comme vous n'êtes pas dans la même dynamique, vous essayez naturellement de maintenir le lien, la vie quotidienne et d'obtenir son attention.

Et si vous faisiez vous-même un pas de côté ? Par habitude il s'attend sans doute à ce que vous fassiez un certain nombre de choses pour lui dont il ne s'occupe pas. S'il est absent pour vous peut-être pouvez-vous être absente pour lui dans certains domaines ? Pour attirer son attention et provoquer la discussion. Une vie de couple est souvent bâtie sur une répartition des tâches plus ou moins explicite. Si l'un des deux rompt l'équilibre l'autre essaie de compenser. Cette compensation maintient plus ou moins cet équilibre mais elle a un coût certain pour celui qui court après l'autre. De plus, tant que l'équilibre est maintenu pourquoi l'autre changerait ? Alors faut-il peut-être rompre l'équilibre pour rappeler que sans l'autre cela ne se passe plus de la même manière ?

Ce n'est bien sûr qu'une suggestion.

Comme votre conjoint ne semble pas vouloir lever le nez de son téléphone, il va être pour le moment résistant à toute demande en ce sens. Vous l'avez déjà constaté : il vous répond de manière très désagréable même s'il ne pense certainement pas vraiment ce qu'il dit. Donc lui demander directement de poser le téléphone n'est peut-être pas la "bonne" stratégie.

Une manière alternative de faire peut être que vous parliez de vous à la place. Dites ce que vous ressentez au moment où cela se passe. Employez le "je", identifiez vos émotions, vos inquiétudes et vos besoins et dites-les lui. En s'adressant à lui en lui parlant de vous, vous déplacez le problème à votre niveau. Cela peut avoir un effet parce qu'alors vous ne parlerez plus de son jeu mais des conséquences de son comportement pour vous. Votre demande pourrait être non pas qu'il arrête de jouer (il ne veut pas en entendre parler) mais qu'il vous aide à vous sentir mieux. Le pari de cette stratégie est qu'il se sente moins sur la défensive (évitez, en parlant de vos émotions et de vos besoins, de "l'accuser" même si c'est bien à cause de lui que vous êtes dans cette situation) et que vous le mettiez au contraire dans la posture de celui qui peut aider l'autre. S'il tient à vous il y a de fortes chances qu'il se sente obligé de faire certains "efforts" sans même que vous ayez à lui demander de poser le téléphone. Essayez cette attitude sur plusieurs jours ou semaines et non sur une seule tentative.

En faisant cet "exercice" vous allez aussi vous recentrer sur vous, sur vos besoins. Lorsqu'on vit avec une personne dépendante aux jeux c'est important. Prenez du temps pour vous, donnez-vous les moyens de prendre du recul et au besoin essayez de vous faire aider par des proches ou des professionnels. N'hésitez pas à contacter notre ligne d'écoute pour en parler, ou le chat sur ce site.

Une question aussi : savez-vous à quel jeu joue votre conjoint ?

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 29/05/2020 à 11h02

Bonjour,

Merci pour votre réponse qui m’a déjà beaucoup aidé.
J’ai pris un peu mes distances, appliqué ce que vous m’avez conseillé. J’avais prévu de continuer dans ce sens là jusqu’à hier.

Hier au dîner, à table, (il m’a fait comprendre qu’il a lancé un attaque dans son jeux donc il était très concentré) il a eu un comportement inadmissible envers notre fille, ce qui m’a fait un déclic.
Il y a beaucoup de choses que j’accepte, je prend sur moi, mais a un moment donné on ne peut pas aller dans un stade de « violence ».
J’ai pris la parole et je lui ai dis tous ce que j’avais sur le cœur en finissant que si les choses ne changent pas

que je partirais. Je ne peux PAS accepter ce qu'il a dis/fait. Il s'est excusé auprès de notre fille.
Il m'a écouté, sans me couper la parole, j'avait l'impression qu'il était choqué par mes paroles, mes pensées, les pensées de nos amis. Je lui ai expliqué que je suis là pour lui et que je voudrais l'aider, je me bats pour nous, mais je peux pas me battre seule.
La nuit est passé.....ce matin au réveil quand je suis venu le dire bonjour il a posé son téléphone. Dans la voiture (j'ai du l'emmener au travail) il a également posé son téléphone et on a discuté de tout et de rien, j'ai même eu un bisou de sa part en le déposant au travail.
Je souhaite savoir comment procéder par la suite pour l'aider.
Le jeux qu'il joue:

MAFIA CITY (comparable a Clash of clans)

Auprès ce que j'ai compris d'un ami à moi c'est qu'on ne peut pas arrêter. On a un « rang ». Le mieux on joue le mieux on es classé, si on joue mal, cela ne sert à rien d'être dans un clan et tu seras « viré ». Il doit donc toujours entretenir son compte, son rang. La solution est simple (pas pour lui je pense) vendre son compte ou le donner.
Réduire n'est pas une solution, enfin c'est ce que je pense.

Je reste à ma décision. Si mon compagnon souhaite jeter 13 ans de vie commun (mariage prévu l'année prochaine) dans la poubelle pour un jeu je continuerais ma vie sans lui.

Dans l'attente de votre réponse

Bonne journée et merci d'avance pour les conseils et l'écoute.

Moderateur - 03/06/2020 à 14h05

Bonjour,

Il semblerait que vous ayez eue une "saine" colère qui lui a fait lever le nez de son jeu. J'espère que sa réaction va tenir mais j'ai l'impression que vous lui avez fait passer le message.

Ce qui peut être difficile pour lui c'est de renoncer à son "statut" dans le jeu. Mais votre colère lui a rappelé que la réalité était ailleurs.

Continuez à partir de vos besoins et à poser des limites quand l'inacceptable est franchi. En lui assurant votre solidarité et que vous serez prête à l'aider s'il en avait besoin vous faites tout ce qui est en votre pouvoir. De son côté les "petits gestes" montrent qu'il tient à vous malgré tout, ce qui donne de l'espoir.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 22/09/2020 à 12h53

Bonjour,

Je suis frappé par votre récit car je rencontre les mêmes problèmes que vous à l'identique j'avais même

l’impression vous étiez en train de parler de mon mari ! Pourriez-vous me dire si vous avez trouvé une solution si depuis le mois de mai votre situation a changé et si oui évidemment comment avez-vous fait moi je suis totalement désemparée, depuis le 22 juillet il a dépensé 2600€ sur ce jeux, Il s’est coupé de notre famille et tout comme vous dès que j’ai commencé à aborder le sujet je n’essuie que des « tu vas pas encore me soûler »!!! Il me fait passer pour la méchante alors je suis d’une patience si vous saviez… Depuis quelques semaines je me suis naturellement détaché de lui tellement je ne supporte plus ce qu’il est devenu alors que je suis quelqu’un de très Caline très à l’écoute très patiente, J’en deviens à être inquiet de mon comportement, sauf que lui tellement le nez sur mafia City il ne voit même pas que l’on partage plus rien et que nous ne communique plus du tout.

J’espère que pour vous cela s’est arrangé depuis cela voudrait dire que mon couple normalement solide avant ce maudit jeu pourrais retrouver une vie normal.

Dans l’attente de votre retour, Belle après midi à vous

Profil supprimé - 01/10/2020 à 05h50

Bonjour je suis dans le même cas exactement pareil que vous sauf que j'ai découvert qu'il avait une relation malsaine avec une joueuse des messages ou ils se drague ouvertement ou ils se disent des choses qui m'ont fait beaucoup de peine je comprends mieux pourquoi il me cache sont tel
Je ne sais pas comment faire pour qu'il arrête et j'ai besoin d'en parler
Dans l'attente d'un retour

Profil supprimé - 01/10/2020 à 07h52

Coucou les filles,

Je suis vraiment désolée pour vous. Je sais que c’est une situation horrible et vous mets hors de vous et que vous avez l’impression de ne rien pouvoir faire.
J’ai eu plusieurs conversations avec mon conjoint et également accompagné de nos amis (je ne l’avais pas prévenu) Je lui ai dis tous ce que j’avais sur le cœur. Il m’avais dis qu’il arrêterait et qu’il voulait rester auprès de sa famille, se marier...faire des efforts.

Finalement il m’a quitté il t a trois semaines...je suis dévastée. Depuis il joue encore plus sur son jeux, et parle a d’autres femmes (il m’a avoué quand il m’a quitté qu’il flirtait avec des femmes). Il devient amis avec elles sur facebook et sur whatsapp. Il délaisse complètement sa fille qui ne comprend pas la situation. Elle n’a que 8 ans. J’ai heureusement la garde.
Maintenant je vois comme notre relation dependait de son jeux... je ne veux pas vous désespérer mais si votre conjoint trouve son jeux et ses petits plaisir plus important que sa famille, c’est qu’il a un réel problème. Il faut vraiment parler, essayer même en accompagnant avec vos amis, il va peut être plus s’ouvrir envers vous.

Pour revenir sur votre situation « il cache son téléphone » ou encore « il avait des relations malsaine avec des filles ». Je suis exactement passé par là ! J’ai même pu photographier les conversations ou il disait « je peux pas te parler ma femme est a côté de moi ». Faites vous respecter les filles, je sais que c’est dur mais je vois maintenant comme lui il es mal et moi je suis mieux, et ma fille aussi. J’ai trouvé une maison, du travail. Lui il perds son travail, habite chez sa mère et prend plaisir, il a des problèmes d’argent mais un jour il le regrettera et ce sera trop tard ....

Je vous souhaite beaucoup de courage car il en faudra, vous allez trouver une solution, que ce soit seule ou ensemble. Tenez moi au courant svp!

Profil supprimé - 01/10/2020 à 13h59

Bonjour cakefortwo
Je suis désolé pour vous votre histoire me fait peur
Je pense lui en parler ce week-end car notre fille sera chez sa copine
Nous avons 20ans de vie commune et j'espère le faire réagir je lui demanderai d'arrêter son jeu et de le supprimer on verra ce qu'il se passera
Je vous retiens au courant la semaine prochaine

Profil supprimé - 01/10/2020 à 14h45

Bonjour Pepette,

Je vous souhaite bon courage. Avec les personnes qui sont addict il faut utiliser les bons mots, ne pas faire des reproches car il sera directement sur la défensive. Expliquez lui que son jeux a trop d'influence dans votre vie de couple...dites lui ce que vous ressentez, que vous avez besoin de lui, que sa fille a besoin d'un papa... peut être il pourra faire des efforts petit à petit, je l'espère de tout cœur pour vous

Profil supprimé - 06/10/2020 à 13h09

Bonjour
Comme prévu ce week end il y a eu de longue conversation avec mon conjoint.Il a été étonné que je sois au courant de tant de chose et a d'abord nié pour ensuite avoué,d'une part que le jeu lui prend en effet beaucoup de temps et ensuite pour avoir entretenu une relation malsaine avec des joueuses mais sans lendemain selon lui.Il a apprécié plaire et a dit qu'il était facile sur les réseaux de flirter comme il l'a fait il s'est laissé prendre au jeu comme il dit mais pour moi le mal est fait.
Je suis assez déçu et blessé car j'avais une grande confiance en lui pour moi même si il n'y a rien eu de physique je me sens trompé.
Nous sommes aujourd'hui mardi et il a décidé de tout arrêté car je ne me sens pas a l'aise avec son jeu maintenant et il le voit,je lui ai même demandé de partir de colère.Du coup il l'a fait devant moi tout désinstaller jeu et messagerie je ne sais pas quoi penser ni comment réagir car ça a duré presque 2 ans et pas avec une seule.

Profil supprimé - 06/10/2020 à 13h54

Bonjour Pepette

Bravo à vous, je sais qu'il faut du courage pour parler d'un sujet si sensible.
Le fait d'avoir tout dèsinstallé prouve qu'il tient plus à vous qu'à son jeux, et bravo car deux ans de jeux c'est vraiment long, mon ex ne voulait pas arrêter après un an de jeux. J'espère que les choses vont s'arranger, il faudra du temps car je pense que cela va être difficile également pour votre conjoint de se retrouver du jour au lendemain sans jeux, mais il se rendra compte de tous ce qu'il a raté (!).
En effet j'ai eu le même sentiment, même sans que ce soit physique en effet je trouve que c'est une tromperie d'une certaine façon.
Bon courage à vous

Profil supprimé - 06/10/2020 à 15h00

Oui je pense que cela ne va pas être évident pour lui comme pour moi
Nous verrons dans le temps...
Merci pour vos retour

Profil supprimé - 06/01/2021 à 23h30

Bonjour en vous lisant je le retrouve exactement dans le même cas que vous .
Pepette61 avez vous réussi à faire stopper votre compagnon ?

Profil supprimé - 15/01/2021 à 01h44

Bonjour g commencer à jouer y'a 6 mois suite à une rupture de 6 ans ou début c été un amusement 10€ a 20€ par semaine des petit parions sport la c 1000€ par semaine g calculé c voire 5000€ par mois si je joue pas il me manques quelque chose une occupation g voulut moi qui aime la moto les voitures le bateau g f des balade mes sa change rien les voyage c raté av ce covid g voulut partir pour faire un Brek c raté g beau me regardez un film pour toute efacé mes sa revien je reçoit d publicité je voie Fdj je joue de ce faite g rencontré une copine je l'es perdu car je passé la journée à jouer elle pensé que j était av une autre bref j arive pas a arétez la plue grosse somme que g jouer un weed ken c 3500€ dans g gagner 800€ je. C pas si qunlqun sa lui et déjà arrivé si vous pouvez me répondre merci.

Moderateur - 15/01/2021 à 08h48

Bonjour Bleufeur,

Je n'ai pas bien compris pourquoi vous aviez publié votre message dans ce fil de discussion en particulier parce que cela n'a pas grand-chose à voir avec la discussion. Je n'ai pas voulu le refuser parce que votre situation correspond à la thématique de nos forums.

Aussi je vous invite à créer votre fil de discussion mais dans le forum pour les joueurs plutôt qu'ici dans le forum pour l'entourage.

A moins que vous ayez une question à poser aux proches qui se trouvent ici ?

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 19/01/2021 à 03h29

Bonjour Nana14
Tout va mieux aujourd'hui mais ça n'a pas été sans mal
Il a tout arrêter d'un coup et j'ai bien senti un manque du jeu
Entre nous ça a été compliqué beaucoup de remise en question et beaucoup de pleurs pour ma part, le problème aujourd'hui c'est mon manque de confiance en lui
Au bout de 20 ans de relation je n'ai jamais été aussi méfiante mais on travail encore sur tout ça et je vois bien tooiut les efforts qu'il fait de son côté

Profil supprimé - 07/04/2021 à 13h28

Pour avoir joué à Mafia City intensivement je peux vous dire une chose importante
Ce jeu est conçu pour dévorer votre temps, y jouer de manière modérée est impossible
Tous les matins vous avez un certain nombre de tâches à accomplir puis de nombreux evenements
SI vous n'avancez pas, vous reculez au classement, si vous vous faites des amis ça devient encore plus dur de se déconnecter, de plus il y a des offres spéciales tout le temps pour avancer plus vite il faut payer plus.
Donc mon conseil précis pour ce jeu:
Ne pas tisser de liens d'amitiés
Rester hors des ruches
Et dans un moment de lucidité quittez votre clan supprimez votre compte voir tous les comptes lies à ce jeu ou à
Tous les autres jeux en ligne.
Un jeu n'est qu'une drogue conditionnement effort récompense
qui empêche de faire face aux vrai problèmes.
Donc supprimez tout des que vous vous en sentez capable et mettez le maximum de barrières pour ne pas y retourner, même si ça consiste à se passer de smartphone ou de tablette.
La vie vaut mieux qu'un conditionnement Pavlovien
Et si ce n'est pas le cas rendez votre vie plus belle.
Amitiés

Profil supprimé - 06/10/2021 à 07h06

Bonjour,
Je suis dans la même situation que vous sauf que c'est ma femme qui est devenu addict depuis plusieurs mois au jeu dès qu'elle ouvre les yeux elle joue, elle va au toilette elle joue, elle cuisine elle joue, avant la douche elle joue, quand on est avec du monde elle joue, devant la télé elle joue, avant d'aller dormir elle joue
Elle dépense de l'argent, c'est un sujet sensible dès qu'on parle de ça
Cerise sur le gâteau je découvre qu'elle s'est échangé son numéro de téléphone avec un autre membre et ils se sont appelés et échangé des SMS en cachette
Elle m'a dit qu'elle a arrêté de lui parler et maintenant je découvre que d'autres mecs la draguent ouvertement sur les discussions et malheureusement elle ne veut pas arrêté son jeu et est prête à gâcher une relation de 9 ans
Elle ne fait même plus attention quand mes 2 filles de 3 et 5 ans lui parlent et qu'elle est sur son jeu
Elle passe tellement de temps que j'ai plus de chaussettes propres et j'en passe les détails
Je suis prêt de mon côté à tout arrêter avec elle car je suis fatiguée de tout le temps vérifier ses messages

Profil supprimé - 06/10/2021 à 07h30

Coucou pepette, c’est bien que vous avez eu une conversation et qu’il décide de tout arrêter. Est ce que tu as confiance en lui que ça va durer?
J’espère que vous allez surmonter ça. Parler dans une relation est important, et surtout dire la vérité même si cela peux blesser la personne. Vous pouvez travailler sur ce qui ne va pas, prendre du temps ensemble.

Pour ma part, ça n’a pas fonctionné car mon ex ne faisait pas d’efforts et la confiance n’était plus là. A l’époque la séparation m’a fait énormément de mal mais je suis bien contente d’avoir pris cette décision. Il es toujours dans le monde du jeux, copine après copine, tromperies et délaisse sa fille.
J’ai trouvé mon bonheur chez un autre homme, respectueux, qui ne s’intéresse pas au jeux bien évidemment et avec qui je me sens épanouie.
Je n’ai plus de problèmes d’argent contrairement à mon ex qui a des graves soucis. Je me suis rendu compte que je ne méritais pas ça, et surtout ma fille méritait une meilleure vie!
Comme quoi, c’était bien un mal pour un bien. C’est différent pour tout le monde bien sur. Réfléchissez bien

a ce que vous voulez, et a ce que vous et votre enfant méritent. Tiens nous au courant.

Profil supprimé - 06/10/2021 à 09h04

Bonjour,
Cela fait 1 an maintenant qu'il a tout supprimé,ça à été dur au début mais il a tout fait pour se rattraper.
Par contre j'avoue que j'analyse tout se qu'il fait avec son tel,la confiance est toujours plus ou moins faible.
Il me le laisse toujours à porté de main mais je ne veux pas regarder dedans pour reprendre confiance en notre couple,j'avoue j'ai des moments de faiblesse.
Cela fait 20 ans que nous sommes ensemble et je crois en nous,il y a de grandes différences dans nos sorties depuis la suppression du jeu,il est présent tout simplement.

Profil supprimé - 06/10/2021 à 09h47

Contente que ça s'est arrangé je remercie tout le monde pour les conseils et leurs confiance. C'est « drole » de voir combien de personnes sont dans la même situation. Et que la société continue à créer dés jeux comme ceci, tout pour l'argent, et qui visiblement marche bien on doit l'avouer malheureusement

Profil supprimé - 19/11/2021 à 08h37

Bonjour,

Mon copain joue à Mafiacity depuis 1 an. Au départ je ne me suis pas inquiete, c était pour moi simplement un jeu je me disais que je préfère ça qu il aille voir ailleurs...nous vivons une relation à distance depuis 3 ans et demi, nous avions des projets ensembles notamment un restaurant sur Paris on devait faire le pas d habiter ensemble (durant le confinement nous avions vécu 6 mois ensemble) nous avions nos habitudes de nous téléphoner tout le temps, de dormir ensemble ainsi mais depuis qu il a découvert ce jeu c est devenu une priorité et nous n avons plus d appel et seulement des messages, quand nous nous voyons il préfère jouer que de faire l amour, des que j ai le dos tourné il prend son tel, il préfère rester longtemps sur les toilettes pour pouvoir jouer...j ai l impression que c est plus son jeu qui lui manque que moi meme...et quand je lui fais la réflexion en prenant des pincettes...il me dit clairement que je ne suis pas une priorité et que si je suis pas contente..."tu traces ou tu degages" nous nous sommes vu cette semaine...il a essayé faire quelques efforts pdant le peu de temps que nous avons...mais je vois bien que son tel lui manque quand je suis avec lui. Nous avons discuté il m à dit que dans son jeu il y a des problèmes de jalousies..ou qu une femme avec des enfants à des vues sur un autre mecs...et que pour sa part il parlait avec 3 femmes dont une russe...quand je lui ai demandé de me montrer ces conversations avec elle il m à dit "non c est intime" je n ai pas cherché pour ne pas avoir de dispute ni d'insultes...il m à dit qu il n à jamais vu de photo de ces 3 femmes et qu il n y a pas d échange de numéro sauf une car elle devait quittait le jeu donc ils se sont echanges leurs instagram. Je ne sais plus c est quoi la normalité je suis un peu perdu. Est ce mal de regarder les conversations ? De plus ça me semble bizarre que il a des conversations intime il me dit d aider ces personnes quand ils ont des problèmes...du coup j ai installé ce jeu (mais je ne comprends rien) j ai son pseudo j aimerai avoir le cœur clair afin que je puisse voir les membres de son clan ainsi de voir cette fille russe dont il m à parlé mais je ne sais pas comment faire pour accéder à sa ville, son clan via son pseudo. Peut être qu il n y a rien et que ça reste seulement un jeu mais j aimerai avoir le cœur clair. Une personne d entrés vous pourrait il m'aider ? En vous remerciant