© Joueurs Info Service - 13 septembre 2026

Forums pour l'entourage

Mon mari est joueur compulsif

Par Profil supprimé Posté le 16/01/2022 à 18h36

Bonjour je vis depuis 15 ans avc un joueur compulsif que faire aidez moi je suis au fond du trou j en peux plus je l’aime tellement

1 réponse

Moderateur - 24/01/2022 à 09h21

Bonjour Jade42,

Vous donnez peu de détails et en même temps vous dites tout. L'amour n'empêche pas l'addiction et l'addiction n'implique pas forcément que l'amour cesse. Mais entre les deux il y a malheureusement une situation très difficile, où le bateau sombre, où il y a beaucoup d'impuissance à voir quelqu'un "se détruire" et embarquer sa famille avec lui.

Voici quelques conseils pour vous, un peu hors sol parce que vous ne donnez pas de détails mais qui s'appliquent à la plupart de situations :

- vous dites que vous n'en pouvez plus : c'est bien souvent le cas dans une telle situation. Prenez du recul, prenez du temps pour vous ou carrément faites une pause indépendamment du fait que vous l'aimiez. Vous avez besoin de vous ressourcer, de vous détacher un peu de son problème. Cela vous permettra de reprendre de l'énergie et de réfléchir plus sereinement ;

- parlez-en autour de vous : c'est capital ! Nous savons qu'il y a souvent beaucoup de honte à en parler, y compris pour un conjoint mais il ne faut pas s'enfermer dans le silence. Certains de vos proches ou des professionnels peuvent vous soutenir, vous aider, vous conseiller. La pire des situations serait que vous restiez en tête-à-tête avec le problème de jeu de votre conjoint ;

- protégez vos finances. La compulsion au jeu fait dépenser des sommes folles qui mettent en cause l'équilibre financier de la famille et cela peut créer un endettement difficile à gérer. Séparez vos comptes, coupez-lui l'accès à vos comptes, mettez les biens à votre nom, n'engagez aucun emprunt avec lui et encore moins pour rembourser des dettes de jeu ou financer son jeu. Malheureusement dans certains cas il faut aussi cacher ses moyens de paiement. Ne donnez jamais votre code de carte bancaire. Ne payez pas les factures au-delà de celles nécessaires à la vie de votre foyer, notamment ne payez pas ses factures même si cela l'amène à avoir des problèmes.

- ne lui prêtez pas d'argent, ne comblez pas ses déficits. C'est une attitude difficile à tenir pour un conjoint

qui, forcément, a tendance à être solidaire avec son partenaire. Néanmoins prenez conscience que prêter de l'argent, régler ses factures, éponger ses dettes alors qu'il joue est une très mauvaise idée. En effet, cela ne fait que lui permettre de jouer plus longtemps car le problème d'addiction reste. Ce sont souvent les difficultés financières du joueur qui l'amènent à vouloir stopper ou ralentir ce qu'il fait. C'est difficile pour lui mais sans ces difficultés il n'a souvent pas de raison d'arrêter. Ne pas lui prêter d'argent est une manière de l'aider. C'est un conseil valable aussi pour la famille et les amis.

- refusez la violence, la pression : s'il a des difficultés à financer sa pratique de jeu il se peut qu'il devienne irascible, violent, menaçant ou qu'il vous mette la pression pour que vous lui donniez de l'argent. Ne vous laissez pas faire, le fait qu'il ait un "problème" n'est pas une excuse. Mettez bien des limites pour que cela n'arrive pas et ne pas vous laisser faire. Vous voulez qu'il arrête de jouer et vous ne voulez pas devenir complice de sa pratique de jeu. Renvoyez-le à ses responsabilités et faites vous aider par vos proches pour bien lui faire comprendre qu'il y a des limites à ne pas dépasser avec vous.

- faites vous aider : faire face à cette situation c'est difficile. Vous pouvez être aidée par des professionnels spécialisés en addictologie. Ceux-ci reçoivent souvent les proches des personnes dépendantes, y compris s'ils ne connaissent pas la personne concernée. Aussi devriez-vous par exemple prendre rendez-vous dans un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) pour parler de votre situation. Vous y recevrez de l'information sur l'addiction aux jeux d'argent, sur ce que vous pouvez faire et ne pas faire en tant que conjoint. Vous pourrez aussi vider un peu votre sac, dire votre épuisement, votre désarroi. Cela fait du bien de pouvoir le faire. Les consultations en CSAPA sont gratuites et vous pouvez obtenir les coordonnées d'un CSAPA par exemple en nous appelant ou en consultant la rubrique d'adresses utiles de ce site (accessible via la carte de France ci-contre à droite si vous utilisez un ordinateur pour lire ce message).

- Entraidez-vous : vous n'êtes pas la seule conjointe ou proche à être confrontée à cette situation. Ce forum pourrait vous permettre d'engager la conversation avec d'autres personnes dans votre situation. Chacun a son histoire mais vous vous trouverez des points communs. N'hésitez pas à aller visiter d'autres conversations ici pour essayer d'engager quelque chose. Vous verrez que si cela marche cela peut vous aider aussi. Par exemple nous avons reçu récemment ce nouveau fil de discussion qui attend lui aussi une réponse : https://www.joueurs-info-service....orums-pour-l-entourage/Je-suis-perdu

N'hésitez pas, enfin, à revenir ici pour nous dire ce qui se passe pour vous.

Courage, nous sommes à vos côtés,

le modérateur.