VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

ADDICTION AUX JEUX

Par jesloraxe Postée le 31/03/2023 09:45

> Bonjour, Je rencontre un gros problème d'addiction aux jeux avec mon fils, il a 17 ans. Il est totalement dans le déni, ne veut pas consulter et nous rentrons sans arrêt en conflit. Il reste enfermé dans le noir à jouer dés qu'il rentre de cours, ne sort pas du tout, joue tard le soir et devient limite violent dés que je lui demande d'arrêter. Cela fait plusieurs fois qu'il rate l'école car il n'arrive pas à se lever. Je tiens à préciser qu'il ne va pas chez son papa depuis plus de 3 ans. Je me sens impuissante. Je vous remercie par avance pour votre aide.

Mise en ligne le 31/03/2023

Bonjour,

Vous nous décrivez la situation de votre fils de 17 ans qui joue aux jeux de façon excessive. Ceci impacte son sommeil, son humeur, sa scolarité et vos relations. Lorsque vous tentez de le limiter, il peut se montrer violent. Vous souhaiteriez des conseils car vous vous sentez démunie.

Nous disposons de peu d'éléments de contexte, comme la nature des jeux auxquels il joue (jeux vidéo ou jeux d'argent), l'antériorité de sa pratique, les raisons de la rupture de lien avec son père, etc.

Cependant, nous allons tenter de vous indiquer quelques pistes de réflexion et des possibilités d'orientation pour que la situation évolue.

Il serait intéressant de réfléchir aux évènements familiaux, relationnels, scolaires pouvant être en lien avec un éventuel malaise.

Une addiction est souvent la conséquence de difficultés plus ancrées et profondes, d'ordre psychologique, émotionnel ou affectif. La pratique du jeu peut faire office d'échappatoire dans ce qui peut être vécu comme pénible ou douloureux.

Tentez d'évaluer comment il va, ce qui peut se tramer derrière cette attitude. Que lui permet le jeu et que recherche-t-il en termes de bénéfice, etc.

Ce, au travers d'un échange constructif. Dans un contexte serein, questionnez-le pour lui permettre d'exprimer ce qu'il ressent ou ce qu'il cherche à apaiser.

Nous vous conseillons de lui formuler en quoi cette situation suscite en vous de l'inquiétude, des interrogations et comment elle affecte vos rapports. L'essentiel est de maintenir un échange respectueux, bienveillant et compréhensif.

Pour vous y aider, sachez qu'il existe des Consultations Jeune Consommateur (CJC) destinées aux jeunes de 12 à 25 ans ainsi qu'à leurs parents. L'accueil est confidentiel et gratuit. Les professionnels sont formés en addictologie et ont l'habitude de travailler avec les adolescents, jeunes adultes et leurs parents. Vous pourrez y trouver du soutien, des informations et des conseils adaptés à votre situation. Même si votre fils nie sa problématique et refuse de les rencontrer. Il vous sera possible de bénéficier d'un soutien parental en vue de surmonter les conflits que vous rencontrez pour faire évoluer le contexte.

Nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d'une CJC près de chez vous. Il vous suffira d'y renseigner la ville et de sélectionner « accompagnement parental » ou « consultation jeune consommateur ».

Par ailleurs, il existe d'autres lignes d'écoute gratuites et anonymes venant en aide aux parents en difficultés avec leur adolescent.

Nous vous transmettons en bas de page un lien vers le site « Psycom » qui dispose d'un répertoire national de lignes d'écoute dont celles en lien avec la parentalité.

En attendant, si vous ressentez le besoin d'échanger autour de votre situation vous pouvez contacter nos écoutants par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) tous les jours de 8h à 2h ou par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Joueurs info service
- Lignes d'écoute parentale site Psycom