

Vos questions / nos réponses

problème de copain qui game tout le temps

Par [veto94](#) Postée le 11/10/2025 12:59

Bonjour, Je vous contacte parce que je ne sais plus quoi faire .. Mon copain est au chômage depuis mi septembre parce qu'il s'est fait licencier pour plusieurs fautes. Il dit que son employeur est con mais bon dans la réalité des choses il était capable de refuser des déplacements pour rester gamer à la maison et ses jours de télétravail il game minimum 2 à 3 heures facilement, entre chaque réunions. Il joue en ligne à Call of Duty R6 tout ça toujours avec des gens au bout du fil à tout heure de la journée (mais que font ces gens ?!?) Il s'énerve tout le temps c'est des cris dans la maison bref insupportable. En plus, il est complètement accro maintenant qu'il est au chômage c'est il passe ses journées à ça et le soir quand je rentre "tu as fait quoi aujourd'hui mon cœur ?" "j'ai joué" ... bref je trouve ça nul inintéressant ça n'apporte rien j'aimerais qu'il se sorte de ça parce que je pense qu'il est capable de monter des projets intéressants plutôt que de faire ça. Il sort le chien vite fait 20 minutes et ensuite il game, prend pas le temps de cuisiner mange des pizzas ou commande devant les jeux. Il se sort juste 2 fois par semaine pour faire son sport et voilà et le pire c'est que quand je discute avec lui non ya pas de soucis à ça, il n'est pas mal, ne se remet pas en question etc enfin, a force de crier sur tout le monde dans ses jeux il en arrive à me crier dessus régulièrement mais "c'est ma faute" parce que je l'énerve ou je juge. résultat je ne peux plus m'exprimer au quotidien ... mais vraiment des que je fais autre chose comme travailler à la maison direct il se met sur ses jeux, impossible d'essayer de siester (je bosse de nuit des fois) quand il est la car ça crie h24. Perso j'ai une vie bien remplie je m'instruit tous les jours fait des trucs utiles au quotidien j'aide les gens beaucoup et je me sens utile en société et ça me dérange de voir tous les jours que lui en fait rien et même si je lui demande d'aller faire des courses il va raler car il a pas envie de jouer... bref mois de chômage et mois de gaming à minimum 3 heures par jour mais pouvant aller jusqu'à 10 heures par jour sans soucis, à défaut de son chien qui se fait chier dans son panier. Pouvez-vous m'aider ? est-ce que c'est moi le problème ? comment l'aider même si il dit que c'est normal qu'il va bien et que c'est instructif de faire panpan dans les jeux vidéos toute la journée ? je pensais sincèrement que au bout d'un mois il se ferait chier mais en fait non ça continue tous les jours pareil et j'en peux plus merci d'avance

Mise en ligne le 17/10/2025

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre situation et au fait que vous la vivez mal actuellement.

Notre dispositif d'aide à distance Joueurs Info Service ne traite pas des problématiques liées au gaming (jeux vidéo) mais uniquement de celles liées aux Jeux d'Argent et de Hasard (gambling).

Nous allons toutefois essayer de vous proposer des pistes de soutien extérieur. Le jeu vidéo lorsqu'il est pratiqué de manière excessive, au détriment d'autres activités équilibrées et lorsqu'il isole la personne ou crée des conflits avec l'entourage, peut être classé dans la famille des addictions "comportementales ou sans produit".

A ce titre il est possible pour un joueur qui souhaite de l'aide ou pour son entourage en souffrance, de se tourner vers des dispositifs d'accompagnement dans le champ de l'addictologie. Il existe notamment des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) où des consultations sont possibles. Il s'agit de rendez-vous individuels, confidentiels et non payant (pris en charge par la sécurité sociale).

Les équipes de CSAPA sont généralement composées de médecin addictologue, psychologue, infirmier... Ils peuvent aider un joueur à modifier son rapport au jeu ou soutenir l'entourage en difficulté notamment s'il refuse de l'aide ou que la communication sur le sujet est dégradée.

Si cette piste vous intéresse, vous trouverez en bas de réponse des coordonnées de CSAPA dans le périmètre géographique que vous nous avez indiqué.

En vous invitant à ne pas hésiter à solliciter un soutien extérieur.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes

CSAPA MELTEM

6, avenue Marx Dormoy
94500 CHAMPIGNY SUR MARNE

Tél : 01 41 77 40 30

Site web : www.udsm-asso.fr/les-structures-adultes/le-csapa-meltem?id=3

Secrétariat : Du lundi au vendredi

Accueil du public : Lundi de 9h à 18h, mardi 9h à 19h, mercredi 9h à 12h, jeudi 9h à 19h, vendredi 9h à 17h

Substitution : Délivrance de traitement de substitution aux opiacés aux horaires d'ouvertures au public, pour les usagers suivis au centre de soin.

[Voir la fiche détaillée](#)

Antenne de Csapa Epice94 : Centre IAP (Informer, Accompagner, Prévenir)

58 rue Gustave Eiffel
94000 CRETEIL

Tél : 01 43 53 04 36

Site web : www.drogues-et-societe.com/

Service de prévention : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h30 à 17h30 (fermé le vendredi après-midi)

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes consommateurs (mineurs et entourage) sur rendez-vous.

[Voir la fiche détaillée](#)

Centre Ithaque : CSAPA

9 rue Bizet
94800 VILLEJUIF

Tél : 01 47 26 01 89

Site web : www.afaser.org/centre-ithaque.html

Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi-mardi-jeudi et vendredi de 9h30 à 17h00 - mercredi de 9h30 à 18h30 - Possibilité de laisser un message sur le répondeur en cas de non-réponse entre 12 h et 14h.

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur rendez-vous du lundi au jeudi des jeunes de 13 à 25 ans, avec ou sans entourage

Substitution : Suivi, prescription et délivrance de traitement de substitution pour les usagers suivis : sur rendez-vous

[Voir la fiche détaillée](#)

Csapa Intervalle

8 bis rue des Vignes
94190 VILLENEUVE SAINT GEORGES

Tél : 01 43 86 21 00

Site web : www.chiv.fr/structures/service-de-traitement-des-maladies-ad

Secrétariat : Lundi de 13h30 à 17h - Mardi au vendredi de 9h00 à 17h00

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes de moins de 25 ans avec ou sans entourage.

Substitution : Prescription et délivrance sur place de traitement de substitution aux opiacés (usagers suivis) : horaires du centre de soin

[Voir la fiche détaillée](#)