© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour l'entourage

Aidez nous !

Par Couquette Posté le 16/01/2026 à 06h13

Bonjour,
Je suis la conjointe du joueur concerné.

Il y a quelques années, mon conjoint a commencé à jouer de temps en temps. Il s'en est sorti car les mises n'étaient pas énormes.
Cependant, depuis deux il n'a plus de travail (chômage technique), et il est retombé dedans … il m'a avoué ce matin qu'il a même fait des prêts à sa banque pour avoir plus d'argent et parier ensuite. Sauf, qu'il a tout perdu. Et il doit rembourser la somme des prêts à la banque.
Je ne sais plus comment l'aider et le soutenir.
Avez vous des conseils.
Merci beaucoup
Couquette

1 réponse

Moderateur - 16/01/2026 à 11h16

Bonjour Couquette,

Tout d'abord c'est très positif que votre mari ait réussi à vous en parler. Le poids du secret pèse sur beaucoup d'épaules de joueurs et cela a dû le soulager en partie. Cela permet d'en parler. Cela vous permet de poser ici vos questions. Il devient possible d'essayer de trouver des solutions.

Vous vous demandez peut-être comment il a pu en arriver là. Vous vous sentez peut-être trahie aussi mais au moins le fait qu'il vous en parle est l'occasion d'essayer d'affronter à deux un problème qui submerge en fait votre mari.

Peut-être pourriez-vous lui parler de l'addiction pour l'aider à prendre la mesure de ce que cela veut dire d'avoir une addiction aux jeux d'argent. On ne sait pas toujours que l'on souffre d'une addiction, ce qui veut dire qu'on croit qu'on va pouvoir se maîtriser mais en fait non. Mais comme on n'arrive pas à s'empêcher de tout jouer dès qu'on a de l'argent, on perd progressivement l'estime de soi-même tout en ayant l'espoir qu'un gros gain vienne tout résoudre. On est pris au piège. En l'occurrence votre mari a perdu la liberté de s'abstenir de jouer. C'est alimenté par le fait qu'il cherche sans doute à se refaire, c'est-à-dire à regagner l'argent perdu. Mais ce n'est pas possible avec les jeux d'argent et de hasard et encore moins lorsqu'on en est "addict". D'abord parce que ces jeux sont construits de telle sorte que l'on perd plus qu'on ne gagne. Plus on va jouer sur le long terme, plus on va perdre même si de temps en temps on gagne un peu. Ensuite parce même si on

gagne une importante somme d'argent on va la rejouer dans l'espoir de gagner plus et on finit par tout reperdre. Avec encore plus de culpabilité et une très faible estime de soi.

Essayez d'aider votre mari à accepter que l'argent perdu est définitivement perdu, qu'il ne regagnera pas. Sa seule façon de s'en sortir est d'arrêter de jouer et de retrouver un travail et de rembourser progressivement ses dettes.

Pour ce remboursement ne l'aidez pas parce que tant qu'il ne se soigne pas tout argent que vous allez verser pour l'aider va contribuer à le faire continuer à jouer. Parce que c'est plus fort que lui. Se confronter à des remboursements de prêts qu'on ne peut pas tenir est terrible mais c'est aussi ce qui arrête certains joueurs (pas tous cependant).

Votre mari a besoin de soins et vous avez besoin de soutien. Vous pouvez trouver les deux auprès d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Les consultations sont gratuites et confidentielles.

Vous pouvez utiliser notre annuaire sur ce site : https://www.joueurs-info-service.fr/Adresses-Utiles ou nous appeler au 09 74 75 13 13 pour en parler et obtenir des adresses.

Avant d'accepter de se faire aider, il va malheureusement falloir que votre mari accepte de reconnaître qu'il a un problème d'addiction et ensuite qu'il a besoin d'aide pour ce problème. Ne soyez donc pas surprise ou trop en colère s'il refuse cette option dans un premier temps. Cela ne doit pas vous empêcher de faire cette démarche pour vous de votre côté.

Par ailleurs, si votre mari en est d'accord il peut se faire interdire de jeux pour une durée de 3 ans minimum. Cette interdiction l'empêchera de jouer sur les sites de jeux en ligne légaux et dans les casinos. La procédure est expliquée ici : https://www.joueurs-info-service....ux/L-interdiction-volontaire-de-jeux

Enfin nous vous conseillons de vous renseigner sur l'addiction aux jeux d'argent par des lectures. Cela vous permettra de mieux comprendre comment fonctionne votre mari et pourquoi il ne peut pas s'empêcher de jouer ou qu'il continue à s'enfoncer alors qu'il sait que cela lui porte préjudice.

Courage pour la suite,

le modérateur.