© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

4 informations utiles pour aider un proche en difficulté avec le jeu

Un article précédent montrait que le rôle des proches est essentiel pour qu'un joueur accepte de se faire aider. Il est notamment conseillé aux proches de ne pas hésiter à se renseigner sur l'aide spécialisée et de trouver d'ores-et-déjà le ou les centres d'aide les plus proches. Un guide de conseils australien [1] rappelle quatre informations clé que les proches peuvent délivrer à la personne qui joue afin de l'encourager à se faire aider.

1. **Les problèmes de jeu peuvent être soignés**

   Chaque année beaucoup de joueurs sont accompagnés par les professionnels des Centres de soins, d'accompagnement et de prévention an addictologie (CSAPA). Basée le plus souvent sur l'écoute et des techniques comportementales, l'aide permet de revenir à une pratique de jeu raisonnable ou d'arrêter de jouer.

2. **Chercher de l'aide c'est faire preuve d'intelligence et non de faiblesse**

   Un joueur peut éprouver beaucoup de réticence à reconnaître qu'il a besoin d'aide pour résoudre son problème. Se faire aider c'est être courageux en étant capable de reconnaître sa différence et intelligent parce c'est avec l'aide de professionnels que l'on se donne le plus de chances de s'en sortir.

3. **Plus on s'attaque tôt au problème, plus il est facile de s'en débarrasser**

   La situation du joueur dépendant, malgré ses espérances, ne s'améliorera pas avec le temps. En se faisant aider rapidement, le joueur aura moins de problèmes financiers à résoudre et son addiction sera plus facile à surmonter.

4. **En France, l'aide pour se sortir d'un problème de jeu est gratuite et confidentielle**

   C'est inscrit dans la loi : les soins dans les CSAPA sont gratuits et confidentiels. Leurs équipes pluridisciplinaires peuvent aider le joueur tant sur le plan médical que psychologique ou social. Le joueur est accompagné par les professionnels selon son rythme et sa volonté. C'est essentiel pour la réussite.

Notre rubrique Adresses utiles répertorie les CSAPA de France métropolitaine et d'Outre-mer.

Source :

[1] "Aider quelqu'un qui a des problèmes de jeu", guide de bonnes pratiques en anglais, par Mental Health First Aid Australia (Premiers Secours en Santé Mentale Australie).

Article en lien :

Encourager le joueur à se faire aider