Prévenir le jeu excessif chez les adolescents

C'EST TOUJOURS GAGNANT!

4720.5560.46 (septembre 2009)

FONDATION MISE SUR TOI

Le jeu doit rester un jeu

Centre international d'étude sur le jeu et les comportements à risque chez les jeunes

WWW.JEUCHEZLESJEUNES.COM

30 %

Pourquoi ce dépliant?

> Le rôle des parents est déterminant dans la prévention du jeu excessif chez les adolescents.

Comme parents, vous êtes au fait des intérêts, des besoins et des craintes de votre adolescent. Et, contrairement à ce que l'on pourrait croire, vos choix, vos valeurs et vos comportements exercent une grande influence sur les siens. Cette relation privilégiée vous permet d'aider votre adolescent à développer une attitude **saine et responsable** relativement aux jeux de hasard et d'argent. Les résultats d'une récente étude pancanadienne* montrent qu'environ 95 % des parents canadiens jugent qu'ils sont les premiers responsables pour prévenir la participation des jeunes aux jeux de hasard et d'argent. De même, une majorité d'entre eux croit qu'ils sont la première ressource vers laquelle les adolescents se tourneraient pour obtenir de l'aide s'ils avaient un problème de jeu.

Nous espérons que le contenu de ce dépliant saura guider vos interventions auprès de votre adolescent dans le but de diminuer les risques que celui-ci développe un problème de jeu.

Ce document peut aussi servir à accompagner toute personne qui veut aider autant un adolescent aux prises avec un problème de jeu que les membres de l'entourage de celui-ci.

Afin d'intervenir efficacement, n'oubliez pas que votre message et vos intentions doivent être cohérents avec vos comportements.

* DECODE, *Des parents partenaires, Résumé de la phase quantitative de la recherche nationale sur les perceptions parentales à l'égard de la participation des adolescents aux jeux d'argent,* 2009.

Saviez-vous que...

- Environ 36 % des élèves du secondaire au Québec rapportent avoir participé au moins une fois à une forme de jeux de hasard et d'argent au cours d'une période de 12 mois*;
- Les élèves québécois du secondaire sont initiés aux jeux de hasard et d'argent en moyenne vers l'âge de 11 ans*;
- Parmi les élèves du secondaire, les garçons sont plus nombreux (41 %), toutes proportions gardées, à avoir participé à au moins une forme de jeux de hasard et d'argent que les filles (31 %)*;
- Plus de 20 % des élèves du secondaire mentionnent avoir déjà reçu des billets de loterie en cadeau, et ce, malgré la *Loi interdisant la vente de produits de loterie aux mineurs* (moins de 18 ans), en vigueur depuis le 1er février 2000*;
- Environ 30 % des élèves du secondaire sont des joueurs occasionnels (moins d'une fois par semaine) et 6 % sont des joueurs habituels (sur une base hebdomadaire ou quotidienne)*;
- Les jeux de cartes, les billets à gratter (communément appelés « gratteux »), les paris sur les jeux d'habiletés et les paris sportifs font partie des formes de jeux de hasard et d'argent les plus populaires auprès des élèves du secondaire*;
- Les parents québécois accordent moins d'importance à la problématique des jeux de hasard et d'argent, comparativement à d'autres problématiques adolescentes telles que l'utilisation excessive de jeux vidéo, le tabagisme, la consommation de drogues et d'alcool, l'alcool au volant, etc.**;
- Près de 75 % des parents québécois croient que leurs adolescents n'ont jamais joué à des jeux de hasard et d'argent**.

* INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC, *Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire,* 2006.

** DECODE, *Des parents partenaires, Résumé de la phase quantitative de la recherche nationale sur les perceptions parentales à l'égard de la participation des adolescents aux jeux d'argent,* 2009.

Le jeu excessif chez les adolescents

- Bien que les jeux de hasard et d'argent soient réservés aux personnes âgées de 18 ans ou plus, ils font néanmoins partie de la réalité quotidienne de la plupart des adolescents. Nous n'avons qu'à penser à l'exposition des jeunes aux publicités faisant la promotion de ces jeux et à leur acceptation sociale. Ils sont perçus par certains adultes comme une forme de divertissement inoffensif.

- L'adolescence est une période de la vie où les jeunes ont besoin d'autonomie, d'indépendance et de reconnaissance sociale. Ils cherchent également à renforcer leur estime de soi. La participation à des jeux de hasard et d'argent peut leur donner l'impression de combler certains de ces besoins. D'ailleurs, des recherches démontrent un lien entre une faible estime de soi, une quête de reconnaissance sociale et un risque accru de développer un problème de jeu.

- La population adolescente est reconnue comme étant vulnérable aux problèmes de jeu. Les résultats de l'enquête de l'Institut de la statistique du Québec* indiquent que de 2 à 6 % des élèves du secondaire au Québec manifestent déjà les signes d'un **problème** lié à leur comportement de jeu. Ces taux sont plus élevés que ceux observés chez les adultes.

- Des recherches** démontrent également la présence d'un lien entre l'âge d'initiation aux jeux d'argent et le risque de développer un problème de jeu : plus on commence à jouer tôt, plus le risque d'être aux prises avec un problème de jeu est grand. Il est donc important d'éviter de favoriser la participation des adolescents aux jeux de hasard et d'argent.

---

* INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC, *Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire*, 2006.

** WINTERS, K. C. et al. « A prospective study of youth gambling behaviors », *Psychology of Addictive Behaviors*, 16, 3-9, 2002.

Votre adolescent est-il à risque?

Voici des indices qui peuvent vous aider à évaluer le risque que votre adolescent développe des problèmes liés à sa participation aux jeux de hasard et d'argent :

- Il manifeste un intérêt nouveau pour les jeux de hasard et d'argent;
- Il a des amis qui jouent régulièrement à des jeux de hasard et d'argent, par exemple au poker;
- Il agit souvent de manière impulsive;
- Il a des difficultés scolaires;
- Il a une faible estime de lui-même et un grand besoin de reconnaissance sociale (il veut être populaire);
- Il a de la difficulté à gérer son stress et à résoudre ses problèmes;
- Il semble obsédé par les résultats de compétitions sportives;
- Il passe un très grand nombre d'heures assis seul devant l'ordinateur;
- Plusieurs membres de votre famille jouent fréquemment à des jeux de hasard et d'argent.

Voici quelques-unes des conséquences graves du jeu problématique, tant pour le joueur que pour les membres de son entourage :

- Troubles de santé mentale (anxiété, symptômes dépressifs, etc.);
- Baisse des résultats scolaires;
- Perturbation ou bris des relations familiales et sociales;
- Problèmes financiers (emprunts, vols et dettes);
- Participation à des activités illicites, dont la consommation de drogues.

Messages gagnants

à communiquer à votre adolescent

Si votre adolescent a déjà commencé à jouer et qu'il le fait sur une base régulière, incitez-le à adopter un comportement de jeu responsable afin d'éviter qu'il ne développe un problème.

- Il n'existe aucun moyen d'augmenter ses chances de gagner aux jeux offerts dans les casinos, aux appareils de loterie vidéo, à la loterie, aux paris sportifs ainsi qu'à plusieurs jeux de cartes, jeux en ligne, etc. Tous ces jeux sont des jeux de hasard, et il est impossible de contrôler le hasard.
- Il y a davantage de risques de perdre de l'argent que d'en gagner.
- Si l'on décide de jouer, il est important de se fixer une limite d'argent avant de commencer et de parier seulement ce que l'on peut se permettre de perdre.
- Il est fort probable qu'il y aura des pertes d'argent, car les jeux sont ainsi faits. Les probabilités de gagner sont très minimes par rapport à celles de perdre. Par exemple, les chances de gagner le gros lot du *Lotto 6/49®* sont d'environ 1 sur 14 000 000.
- Lorsqu'il devient difficile de résister à l'envie de jouer, il faut en parler et demander de l'aide.
- Afin d'éviter que le jeu ne devienne une fuite, il est important de bien gérer les situations difficiles et le stress, par exemple en ayant un passe-temps, en s'adonnant à des activités sportives ou en se confiant à un proche.
- Le jeu excessif peut entraîner de graves conséquences. Tant les risques que les conséquences sont semblables à ceux observés dans les cas de dépendance à l'alcool et aux drogues.

Bien qu'il soit préférable de ne pas parier d'argent lorsqu'on joue aux cartes avec des enfants ou des adolescents, il y a tout de même des façons de le faire qui peuvent diminuer les risques associés aux jeux de hasard et d'argent tout en leur enseignant que le plaisir provient de l'activité elle-même et non du gain. Par exemple, vous pouvez partager entre les joueurs des pièces de monnaie réservées à cette activité. L'argent amassé par chaque joueur doit être remis à la fin de la partie. Vous pouvez aussi utiliser des jetons de bingo qui retourneront tous dans leur contenant à la fin du jeu.

Tendances actuelles : ce qu'il faut savoir

Avec les jeux en ligne, certains joueurs peuvent :

- perdre le contrôle du temps passé à jouer et des sommes misées;
- avoir un faux sentiment de contrôle, particulièrement avec les sites de pratique à partir desquels il est possible de jouer sans miser d'argent, d'autant plus qu'il a été démontré que les chances de gagner sont plus élevées sur les sites de pratique que sur les sites de jeu en ligne. Beaucoup de joueurs croient qu'ils peuvent devenir meilleurs et ainsi augmenter leurs chances de gagner;
- être tentés de visiter fréquemment ces types de sites web, car ils sont accessibles en tout temps, sans restriction.

Avec le poker, certains joueurs peuvent :

- croire que leur participation leur donnera accès à un statut semblable à celui des célébrités artistiques et sportives, nationales et internationales, qui s'adonnent à cette forme de jeu. Ils sont prêts à investir temps et argent pour y parvenir;
- croire que cette activité nécessite presque exclusivement des habiletés et que le hasard ne joue qu'un rôle secondaire. Pourtant, dans les faits, c'est exactement le contraire qui se produit;
- croire qu'il s'agit d'un sport.

Avec les paris sportifs, certains joueurs peuvent :

- penser qu'une bonne connaissance des joueurs et des équipes va les amener à gagner à coup sûr et que les risques de perdre sont minimes;
- engager des paris auprès de preneurs aux livres, qui proposent aussi du crédit. Cependant, le crédit est toujours accompagné de taux d'intérêt élevés, que les joueurs se verront forcés de rembourser;
- faire face à des problèmes financiers importants en raison de paris élevés et fréquents. Pour rembourser l'argent dû, certains joueurs s'endettent ou recourent à des activités illicites.

Recommandations pour prévenir le jeu excessif chez les adolescents

Comment aborder le sujet?

- Choisissez un moment où votre adolescent semble disposé à en discuter, par exemple :
  - à la suite d'une émission ou d'une publicité dans laquelle le sujet a été abordé;
  - lorsqu'il aborde lui-même le sujet;
  - lorsqu'il vous fait part des gains ou des pertes de ses amis (par exemple à un pari sportif);
  - lorsqu'il émet un commentaire révélateur du type : « Imagine comme je serais populaire si je gagnais ça! »;
  - lorsqu'un membre de votre famille aborde la question du jeu;
  - lorsqu'un proche parle de ses pertes et de ses gains au jeu.

- Posez des questions. Tentez de connaître la position de votre adolescent relativement aux jeux de hasard et d'argent : ce qu'il en pense, ce qui l'attire, ce qui l'en éloigne et ce qui le laisse indifférent. Par sa réaction, vous pourrez déterminer sous quel angle aborder la discussion.

- Partagez vos craintes et vos opinions à l'égard des jeux de hasard et d'argent (les jeux ne sont pas pour les mineurs; ils comportent des risques). Laissez votre adolescent s'exprimer, mais communiquez clairement vos convictions et vos attentes. Si vous avez déjà connu quelqu'un aux prises avec une dépendance (un ami, un proche), c'est un bon moment pour en discuter avec votre adolescent.

Pour obtenir de l'aide

Pour obtenir de l'information concernant vos habitudes de jeu ou celles de votre enfant, ou pour connaître les ressources offertes aux personnes touchées par le jeu excessif, communiquez avec la ligne **Jeu : aide et référence**.

1 866 SOS-JEUX (767-5389) (partout au Québec)
514 527-0140 (Montréal et environs)

www.jeu-aidereference.qc.ca

Ce service bilingue est confidentiel, gratuit, anonyme et offert en tout temps, jour et nuit. Il vise à offrir une oreille attentive, à fournir de l'information pertinente pour aider à briser la dépendance aux jeux de hasard et d'argent et à faire connaître les ressources offertes dans chacune des régions du Québec.

Voici quelques sites web qui pourraient vous aider dans vos efforts de prévention :

www.jeuchezlesjeunes.com
www.misesurtoi.ca
www.centredollardcormier.qc.ca
www.maisonjeanlapointe.com
www.toxquebec.com
www.msss.gouv.qc.ca
www.legrandchemin.qc.ca
www.responsiblegambling.org/fr/

Nous remercions M. Didier Chelin, qui a grandement contribué à la réalisation de cette brochure.