

# Jouer pour vivre ou vivre pour jouer?

Jacques Besson, médecin-chef de la Division d'abus de substances, Lausanne

*(réd) Le jeu fait partie, depuis toujours, de l'humanité et c'est notamment par l'entremise du jeu que l'enfant s'individualise. Par ailleurs, nombre de sociétés utilisent le jeu, sous forme de rituels, pour communiquer avec le monde invisible. A partir de quel moment, en tant qu'individu et en tant que société, le jeu passe-t-il d'un élément vivant et dynamique à une souffrance individuelle qui étouffe? Quelques réflexions philosophiques.*

## Introduction

On ne peut que constater l'universalité du jeu dans toutes les cultures et toute l'histoire de l'humanité. Le jeu fait partie du phénomène humain, mais on observe une lente modification de son statut dans la société. De ses origines ritualisées et probablement sacrées, où tirer les sorts permettait de communiquer avec le monde invisible, le jeu est devenu profane. Sous la forme des jeux de hasard et d'argent, d'abord dans les Casinos, puis dans les machines à sous, il accède actuellement à un développement industriel.

Pour l'individu humain, la capacité de jouer sous toutes ses formes fait partie de la santé mentale. Dans le développement affectif normal, le jeu occupe une position cruciale dans les processus d'individuation et l'enfant, à travers le jeu, accède à la dimension métaphorique du "comme si" et à l'espace du "je".

Les jeux de hasard et d'argent concernent avant tout l'adulte par l'appât d'un gain, mais peuvent aussi constituer une trace des expériences infantiles où l'éventualité d'un retour à la pensée magique peut toujours surgir.

Pour la majorité de la population, les jeux de hasard et d'argent sont soit sans intérêt, soit l'occasion d'un délasserment limité. Par contre, pour les 0,8% de la population générale qui sont joueurs pathologiques et les 2% qui sont potentiellement pathologiques, on assiste à une prise au piège, où s'intriquent des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.

## La réponse au stress: entre dépression et addiction

La modernité est complexe pour l'individu livré à la mondialisation, à la communication de masse et au néo-libéralisme. Précarité des repères, fragilité des valeurs, flou des identités ajoutent au stress de l'individu face à lui-même. Car l'idéal de la réussite individuelle exige des gagnants, dans un narcissisme collectif inaccessible, créant d'innombrables "losers". Pour l'individu érigé en son propre idéal, c'est le fondement d'un inévitable sentiment d'échec, un des facteurs amenant à la si fréquemment observable dépression.

Toutefois, dans l'idéologie ambiante, cette dépression est inacceptable et conduit à de nombreuses stratégies d'évitement et de lutte contre la dépression. Cette fuite en avant prend bien souvent la forme d'une addiction. Les conduites addictives explosent littéralement actuellement avec ou sans substances psychoactives, que ce soit sous forme de troubles alimentaires, d'abus de psychotropes ou précisément de dépendance au jeu.

## Psychologie du joueur excessif

En effet, il est intéressant de noter que les progrès des neurosciences font converger les connaissances vers un même système complexe où s'intriquent la réponse au stress, les voies de la récompense et la

modulation de l'humeur. Des neurotransmetteurs comme la dopamine, la sérotonine ou les endorphines et des hormones comme le cortisol interagissent dans la réponse au stress et peuvent influencer divers troubles psychiatriques comme les troubles dépressifs, les troubles compulsifs ou impulsifs et les troubles addictifs. D'ailleurs, ces troubles sont fréquemment associés et c'est la notion de comorbidité psychiatrique. La dépendance à Internet et le jeu excessif ont un statut encore hybride entre compulsion, impulsivité et addiction. Toutefois, la plus grande analogie se présente avec le syndrome de dépendance à des substances psycho-actives, auquel le jeu excessif est fréquemment associé, dans plus de 30% des cas. La comorbidité avec la dépression est également fréquente, qu'elle soit primaire ou secondaire. Il existe peu de modèles animaux du jeu excessif, mais des travaux effectués sur des rats dans les services universitaires de Lausanne ont montré que chez cet animal l'attrait d'un gain aléatoire est supérieur à un désagrément prévisible. Ce type d'expérimentations permet d'espérer des avancées thérapeutiques biologiques de type pharmacologique pour interagir avec les systèmes concernés.

## Des systèmes de croyance

Evidemment, du rat à l'homme il y a un sérieux pas, même si le cerveau des émotions est très semblable dans les deux espèces. De fait, les travaux des chercheurs cognitivo-comportementalistes spécialisés dans l'étude des joueurs excessifs ont montré chez ceux-ci d'importantes distorsions cognitives, comme la méconnaissance de la nature du hasard par exemple. On peut parler d'une psychopathologie des systèmes de croyance. Ces systèmes sont de plus en plus étudiés en médecine dans diverses conditions, notamment dans le rapport du sujet à la maladie. Ils sont d'un grand intérêt pour le psychothérapeute qui peut trouver là des ressources internes au patient. Ces systèmes de croyance se comportent comme des superstructures psychiques qui modulent l'ensemble des activités du sujet, que ce soit en référence ou non à des valeurs religieuses. Un bon exemple est le dispositif collectif à disposition des Alcooliques Anonymes, où la vision du monde centralement modifiée amène à des changements de comportement radicaux. La thérapie du joueur excessif d'orientation cognitivo-comportementale selon Ladouceur vise notamment à

corriger les croyances du joueur et donne des résultats intéressants.

Mais là où le joueur excessif nous interpelle tous, au-delà de ses vulnérabilités individuelles biologiques ou psychologiques, c'est dans sa lutte avec le destin, dans son défi aux lois du hasard.

Car qu'est-ce que le hasard? Ne sommes-nous pas tous des joueurs excessifs sur les chemins de nos vies? Nous ferions bien d'améliorer notre lucidité sur nos systèmes de croyance. Les patients entre dépression et addiction sont bien souvent en quête de sens individuel et collectif, et les joueurs excessifs ont besoin de nous pour retrouver le goût de jouer pour vivre et non de vivre pour jouer.

## Références

- Ladouceur R. et al: Le Jeu excessif: comprendre et vaincre le gambling. Les Editions de l'Homme, Montréal 2000
- Cassaing J.L. et al.: Ecrits psychanalytiques classiques sur les toxicomanies. Editions de l'Association freudienne internationale, Paris 1998.
- Winnicott D.W.: Jeu et réalité, l'espace potentiel. Editions Gallimard, Paris 1995.
- Ehrenberg A.: La Fatigue d'être soi; dépression et société. Editions Odile Jacob, Paris 1998.

# d é p e n d a n c e s

La revue "dépendances" s'adresse à toute personne intéressée par le champ des toxicomanies légales et illégales. Elle paraît trois fois l'an et traite de ces questions sous les angles social, politique, de prise en charge, de prévention et de réduction des risques.

Abonnement 45.- frs par an/20.- frs par numéro.

### Parmi les thèmes publiés:

Le devenir des patients alcooliques (no 2) - Balade au pays du tabac (no 4) - Politique des dépendances: réflexions, propositions (no 5) - La prévention, d'une définition à un choix de société (no 6) - Groupes d'entraide (no 7) - Les institutions résidentielles en crise (no 9) - Pour une prise en compte des rapports hommes-femmes (no 11) - Former des spécialistes en addiction (no12)

### A consommer sans modération!

Editée par:



Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies



Groupement romand d'études sur l'alcoolisme et les toxicomanies