

**Faculté des sciences économiques,
sociales, politiques et de communication**

La communication face à l'addiction : le cas des jeux d'argent en ligne.

Auteur : Dehon Julien
Promoteur(s) : Kieffer Suzanne
Année académique 2023-2024
Master [120] en communication, à finalité spécialisée : stratégie et
communication web

Remerciements

Je tiens tout d'abord à remercier ma promotrice, Suzanne Kieffer, pour son accompagnement et ses conseils durant ces deux années de réalisation du mémoire.

Je souhaite également remercier les différentes personnes qui ont accepté de s'entretenir avec moi pour la récolte de données. Parler de son addiction n'est jamais évident et je leur suis donc vraiment reconnaissant.

Je remercie également mes parents et mon frère qui m'ont soutenu tout au long de mon parcours universitaire.

Enfin, je remercie également mes amis, Alessandro, Colin et Valentin pour ces deux belles années de master ainsi que pour le soutien apporté durant l'écriture de ce mémoire.

Table des matières

1	Introduction	1
1.1	Objectifs et question de recherche.....	1
1.2	Apports du mémoire	2
1.3	Plan de l'étude	2
2	État de l'art	4
2.1	Les jeux de hasard	4
2.1.1	Les caractéristiques des jeux d'argent en ligne	4
2.1.2	Les différents types de jeu : vue globale	6
2.2	L'addiction	7
2.2.1	Le jeu pathologique	7
2.2.2	L'expérience de l'assuétude	8
2.3	La technologie persuasive	9
2.3.1	La persuasion.....	10
2.3.2	Le principe d'influence.....	11
2.3.3	Le système persuasif adaptatif et le profilage implicite	12
2.4	La communication persuasive	13
2.4.1	Les serious games.....	14
2.5	Le gaming.....	15
2.5.1	La gamification.....	16
2.6	L'expérience utilisateur	17
2.6.1	Le nudge	17
3	Méthodologie.....	19
3.1	Objectifs	19
3.2	Entretiens semi-directifs.....	19
3.3	Le questionnaire	22

3.4	Participants	23
3.4.1	Recrutement des participants.....	23
3.5	Corpus de données.....	24
3.6	Méthodes d'analyse des données collectées.....	24
3.6.1	Méthode d'analyse des données du questionnaire.....	27
3.6.2	Méthodes de construction de l'effet-miroir	28
4	Résultats et interprétation	30
4.1	Synthèse des résultats	30
4.1.1	Les personnes touchées par l'addiction	30
4.1.2	Les joueurs occasionnels	33
4.2	Croisement des résultats	34
4.2.1	Les données qui ne se rejoignent pas.....	35
4.3	Les résultats et interprétations de l'entretien semi-structuré	36
4.4	Les résultats et interprétations du questionnaire.....	44
4.5	Exemples de campagnes de prévention et technologies persuasives	45
5	Conclusion	48
5.1	Synthèse.....	48
5.2	Limites de la recherche.....	49
5.3	Discussion et perspectives	50
6	Bibliographie	51
7	Annexes	55
7.1	Retranscription des entretiens.....	55
7.1.1	Retranscription du premier entretien	55
7.1.2	Retranscription du second entretien	66
7.1.3	Retranscription du troisième entretien.....	73
7.1.4	Retranscription du quatrième entretien.....	78
7.1.5	Retranscription du cinquième entretien	82

7.1.6	Retranscription du sixième entretien	84
7.2	Rapport statistique des réponses au questionnaire	90
Figure 1.	Évolution des jeux d'argent (Jeux Argent Belgique)	4
Figure 2.	Modèle de l'assuétude (Drogue Aide et référence)	9
Figure 3.	Les 6 principes d'influence (Cialdini, 1984)	12
Figure 4.	Modèle de réactions affectives à la publicité. Edell et Burke, 1989	14
Figure 5.	Exemple de classement sur l'application Tennis Temple.....	16
Figure 6.	Structure de l'entretien semi-directif. (Radhouane, 2014)	21
Figure 7.	Message de recrutement des participants à l'entretien	24
Figure 8.	Les étapes d'analyse de contenu. (Vernette, 2017)	25
Figure 9.	Exemple de diagramme crée par Google Forms	27
Figure 10.	Exemple de la manière dont des réponses "ouvertes" sont regroupées par Google Forms	28
Figure 11.	Arborescence et étapes de construction de l'effet-miroir (Savat et al., 2008).....	29
Figure 12.	Exemple de message préventif sur Unibet	33
Figure 13.	Campagne de prévention pour la sécurité routière en France	46
Figure 14.	Campagne de prévention sur l'usage des drogues en France	46
Figure 15.	Application Ouiquit, pour arrêter de fumer.....	47

1 Introduction

Depuis plusieurs années maintenant, les jeux d'argent en ligne sont omniprésents. Que ça soit via des spots publicitaires en télévision, des publicités sur les réseaux sociaux ou via le sponsoring d'événements, ils sont partout. Aux premiers abords, ces jeux peuvent apparaître comme un loisir. Comme l'explique David Sinbandhit (2013, page 85 à 95), « À première vue, les jeux d'argent en ligne offrent, ou plus exactement vendent de l'espoir. En se lançant à corps perdu dans ces pratiques, on veut croire que, par de bienheureuses circonstances, on remportera enfin le pactole. Les jeux nous font d'ailleurs miroiter la possibilité d'un changement apporté par l'argent_». Cependant, ce plaisir du jeu dans un premier temps peut mener à des risques d'addiction et devenir une sorte de "toxicomanie sans drogues" (Valleur et Matysiak, 2003).

A l'heure actuelle, au sein de la littérature scientifique, de nombreux articles à ce sujet sont présents. Ceux-ci expliquent bien le phénomène d'addiction aux jeux d'argent, comment il se développe et quelles en sont les caractéristiques. Diverses solutions sont également présentées afin de lutter contre cette addiction. Cependant, ces solutions proposées n'ont été que très peu voire pas du tout évaluées. Nous pouvons donc observer un vrai manque quant à l'analyse de la faisabilité et de l'efficacité de ces différentes solutions. L'impact de la publicité pour ce genre de sites n'est également pas suffisamment étudié.

Etudier comment lutter contre cette addiction est un enjeu important car c'est un problème qui touche de nombreuses personnes. Cette addiction peut entraîner des conséquences négatives sur la vie des individus, tels que des problèmes financiers ou sociaux. Trouver des solutions afin de lutter et de prévenir face à cette addiction en devient un enjeu essentiel afin d'améliorer la qualité de vie des personnes touchées et de réduire les effets négatifs que subit la société.

1.1 Objectifs et question de recherche

Le premier objectif est de répondre à la question de recherche suivante :

« Comment l'information préventive peut-elle permettre de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent chez les jeunes adultes ? »

Les deux objectifs principaux de la recherche sont :

- Déterminer ce qui pousse les gens à se rendre sur les sites de jeux d'argent.

- Déterminer l'impact de la publicité des sociétés de jeux d'argent sur le comportement des joueurs.

En plus de ces deux objectifs, cette étude va également permettre de discuter des différentes solutions pouvant être mises en place via la communication afin de lutter et prévenir face à cette addiction.

1.2 Apports du mémoire

Ce mémoire propose une étude approfondie de l'impact de la publicité sur les joueurs. Cette recherche contribue à une meilleure compréhension des mécanismes de persuasion présents dans ce type de publicité.

Ce mémoire discute également des différentes solutions pouvant être mises à partir de discussions menées avec des personnes touchées par l'addiction.

1.3 Plan de l'étude

Les différents concepts principaux de cette étude sont les suivants :

- L'addiction qui est « un processus par lequel un comportement, qui peut fonctionner à la fois pour produire du plaisir et pour soulager un malaise intérieur » (Goodman, 1990).
- La technologie persuasive qui est définie comme « logiciel(s) ou système(s) d'information informatisé(s), utilisé(s) de manière volontaire, conçu(s) pour renforcer, changer ou façonner des attitudes, des comportements sans recourir à la coercition ou à la tromperie. » (Van Gemert-Pijnen, Kelders, Beerlage-de Jong et Oinas-Kukkonen, 2018).
- La communication persuasive qui vise à exercer une influence sur le comportement des individus en utilisant des messages et discours qui auront un impact sur leur comportement.

La méthodologie de cette étude se base une approche mixte :

- Une analyse quantitative composée de six entretiens avec des personnes ayant été addicts aux jeux
- Une analyse quantitative avec l'élaboration d'un questionnaire partagé auprès de joueurs occasionnels.

À la suite de cela, il y a la partie « Interprétation des résultats », où seront discutés des différents résultats obtenus via les deux méthodes de récolte de données. Les résultats seront analysés méthode par méthode, puis seront croisés afin de comparer les données récoltées chez les personnes ayant été addicts avec celles récoltées chez les joueurs occasionnels.

La dernière partie de cette recherche est la conclusion dans laquelle un résumé de la recherche est proposé. Les limites de la recherche y sont également abordées ainsi qu'une discussion des différentes perspectives.

2 État de l'art

2.1 Les jeux de hasard

La première notion qui va être abordée est celle des jeux de hasard. Ceux-ci font partie des quatre catégories de jeux identifiées par Roger Callois dans son ouvrage « Les jeux et les hommes ». « Les jeux de hasard sont caractérisés par une réciprocité de perte et de gain acceptée par plusieurs joueurs, un enjeu généralement monétaire, et par un résultat qui est le fruit du hasard. Les jeux de hasard sont ainsi le plus souvent des jeux d'argent. » (Fortis, 2009).

Ces jeux de hasard, également appelé jeux d'argent, sont apparus sous leur première forme environ 3000 ans avant JC. Au fil du temps, ils connaîtront une longue et riche évolution, allant du simple jeu de dé aux jeux en ligne (Figure 1).



Figure 1. Évolution des jeux d'argent (Jeux Argent Belgique)

2.1.1 Les caractéristiques des jeux d'argent en ligne

La naissance des jeux en ligne a été rendue possible par trois étapes/moments :

- Milieu des années 70 : développement des logiciels de jeux qui vont remplacer les machines à sous traditionnelles
- Début des années 90 : Internet permet de relier des ordinateurs entre eux ce qui permet le partage d'applications de jeux
- 1994 : « adoption d'un cadre réglementaire reconnu par certaines autorités qui joue un rôle décisif pour l'essor des jeux en ligne » (Blanchard-Dignac, 2011).

C'est en 1995 que le premier casino en ligne a fait son apparition aux Etats-Unis. Rapidement, différentes recherches et études ont été menées afin de connaître le potentiel addictif de ce type de jeu. De cette manière, Valleur et Bucher (1997) décrivent Internet comme « un support facilitant l'accès au jeu pour des joueurs pathologiques, mais également pour des joueurs à risques , c'est-à-dire susceptibles de développer une addiction. » Selon ces deux auteurs, l'informatique facilite l'accès au jeu, notamment chez les mineurs, qui apparaissent comme les sujets les plus à risques. Internet est alors perçu comme pouvant entraîner un potentiel addictif important. En effet, « les avantages qu'offre Internet (facilités d'accès, disponibilité, etc.) ont pour conséquence le développement et l'augmentation des pathologies de type cyberdépendance et jeu pathologique. » (Barrault et Varescon, 2016).

Griffith (2003) a développé l'idée qu'Internet posséderait des caractéristiques situationnelles et structurelles qui seraient propices à l'augmentation du jeu excessif. Les caractéristiques situationnelles peuvent être définies comme un ensemble de choses qui vont faciliter une pratique, à savoir celle du jeu.

Les caractéristiques structurelles sont quant à elles un ensemble d'éléments qui vont renforcer la pratique de jeu et la satisfaction du joueur. (Barrault et Varescon, 2016).

Tableau 1. Caractéristiques situationnelles et structurelles

Caractéristiques situationnelles	Caractéristiques structurelles
La localisation	L'accessibilité
L'offre de jeu importante	L'anonymat
L'omniprésence de la publicité	Le confort
	L'accessibilité financière
	La fuite du quotidien

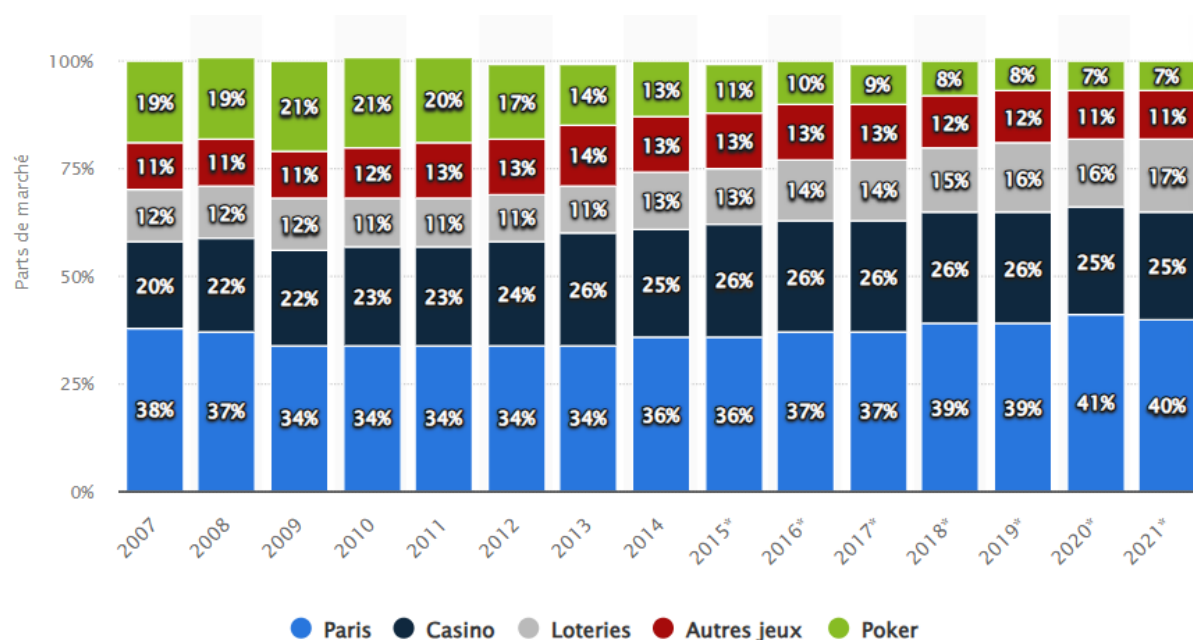
	L'interactivité
	La fréquence des évènements

Griffith ajoute que « l'anonymat fourni par Internet favorise les conduites de jeu, parce qu'il autorise le joueur à jouer sans peur d'être stigmatisé, et à perdre sans que l'adversaire ne voie son expression » (Barrault et Varescon, 2016). D'après lui, les jeux sur Internet seraient plus dangereux que dans le réel car le joueur « n'a pas de filet de sécurité pour l'aider à limiter ses mises (Griffith, 2003). En effet, par le développement d'Internet, les jeux sont de plus en plus nombreux, ce qui augmente la possibilité de jouer, ce qui est propice à l'addiction (Fortis, 2009).

2.1.2 Les différents types de jeu : vue globale

Les jeux d'argent en ligne comportent quatre catégories principales, à savoir les paris sportifs, le casino, le poker et les jeux de loteries.

Tableau 2. Répartition des jeux d'argent dans le monde de 2007 à 2021, par catégorie de produit.



Comme il peut être observé dans ce tableau, ce sont les paris sportifs qui sont les plus populaires, représentant 40% de parts de marché dans le secteur des jeux d'argent, devant les

jeux de casino. Le poker a quant à lui connu une baisse significative au cours des dix dernières années, passant sous la barre des 10 % de parts de marché dans le secteur en 2021.

2.2 L'addiction

C'est au philosophe Nelson Goodman que l'on doit la conceptualisation théorique de l'addiction. Selon lui, « l'addiction est un processus par lequel un comportement, qui peut fonctionner à la fois pour produire du plaisir et pour soulager un malaise intérieur », est utilisé sous un mode caractérisé par :

1. L'échec répété dans le contrôle de ce comportement (donnant lieu à un sentiment d'impuissance)
2. La persistance de ce comportement en dépit de conséquences négatives significatives (autrement appelées « défaut de gestion »). » (Lambrette, Delannoy, 2016).

Différents experts du domaine de l'addiction et de la psychologie ont travaillé sur le cycle d'addiction aux jeux d'argent. Celui-ci peut être résumé en cinq étapes : phase d'initiation, phase de gains, phase de perte de contrôle, phase de désespoir et il peut également y avoir une phase de rechute.

Un lien peut être fait entre ce cycle et la définition de l'addiction. La phase de perte de contrôle est associée à l'échec du contrôle du comportement. La persistance du comportement pourrait quant à elle être associée à la phase de désespoir.

D'autres auteurs ont quant à eux résumé le parcours du joueur en trois phases principales : la phase de gain, la phase de perte et la phase de désespoir. « Pendant la phase de gain, le fait de jouer est agréable et le joueur est gagnant. Pendant la phase de perte, le joueur essaie de se refaire. Dans la phase de désespoir, le joueur est exténué et souffrant. Le suicide, l'incarcération, l'appel à l'aide et la fuite semblent être ses seules options ». (Valleur et Bucher, 2006, pp. 52-53 ; Suissa, 2005, pp. 126-127). A la suite de ces trois phases survient ce que Valleur et Matysiak (2004) appellent « l'escalade des difficultés sociales, relationnelles, psychologiques et/ou médicales ».

2.2.1 Le jeu pathologique

Le jeu pathologique est défini comme « un comportement répété et persistant de jeu d'argent qui entraîne des conséquences sociales, professionnelles et personnelles négatives » (Adès et

Lejoyeux, 2001). À la suite de nombreux débats concernant les conséquences négatives des jeux d'argent, le jeu pathologique a fait son entrée en 1980, dans le DSM III de l'Association américaine de psychiatrie en tant que « trouble du contrôle des impulsions » (Valleur et Matysiak, 2006, p. 169). Par la suite, ce jeu pathologique sera défini comme « une pratique inadaptée, persistante et répétée du jeu » (Valleur et Matysiak, 2006, p. 169).

Une des caractéristiques que l'on retrouve chez le joueur pathologique est que le jeu devient la chose la plus importante pour lui, faisant passer cette activité « au détriment d'autres investissements affectifs et sociaux » (Valleur et Matysiak, 2006, p. 165).

2.2.2 L'expérience de l'assuétude

L'assuétude peut être mise en parallèle avec l'addiction au jeu. L'assuétude « est rattachée à l'effet que produit un psychotrope sur une personne donnée, dans des circonstances données, un effet recherché qui supprime l'angoisse et qui (paradoxalement) diminue la capacité de l'individu à faire face à la vie, de sorte que toutes les situations anxiogènes de la vie s'aggravent pour lui. » (Peele, 1977). Tel que schématisé dans la figure 2, l'individu peut rencontrer des éléments générateurs, tel que des soucis dans sa vie sociale qui entraînent des problèmes dans la vie de tous les jours. Parmi ces problèmes, l'individu ressent de l'angoisse, du stress, de la peur, ce qui va le pousser à chercher des solutions pour atténuer ses problèmes. Les solutions trouvées sont l'alcool, la drogue ou le jeu. Elles permettent un soulagement temporaire à leurs maux qui va provoquer de la surconsommation et ainsi engendrer de l'addiction.

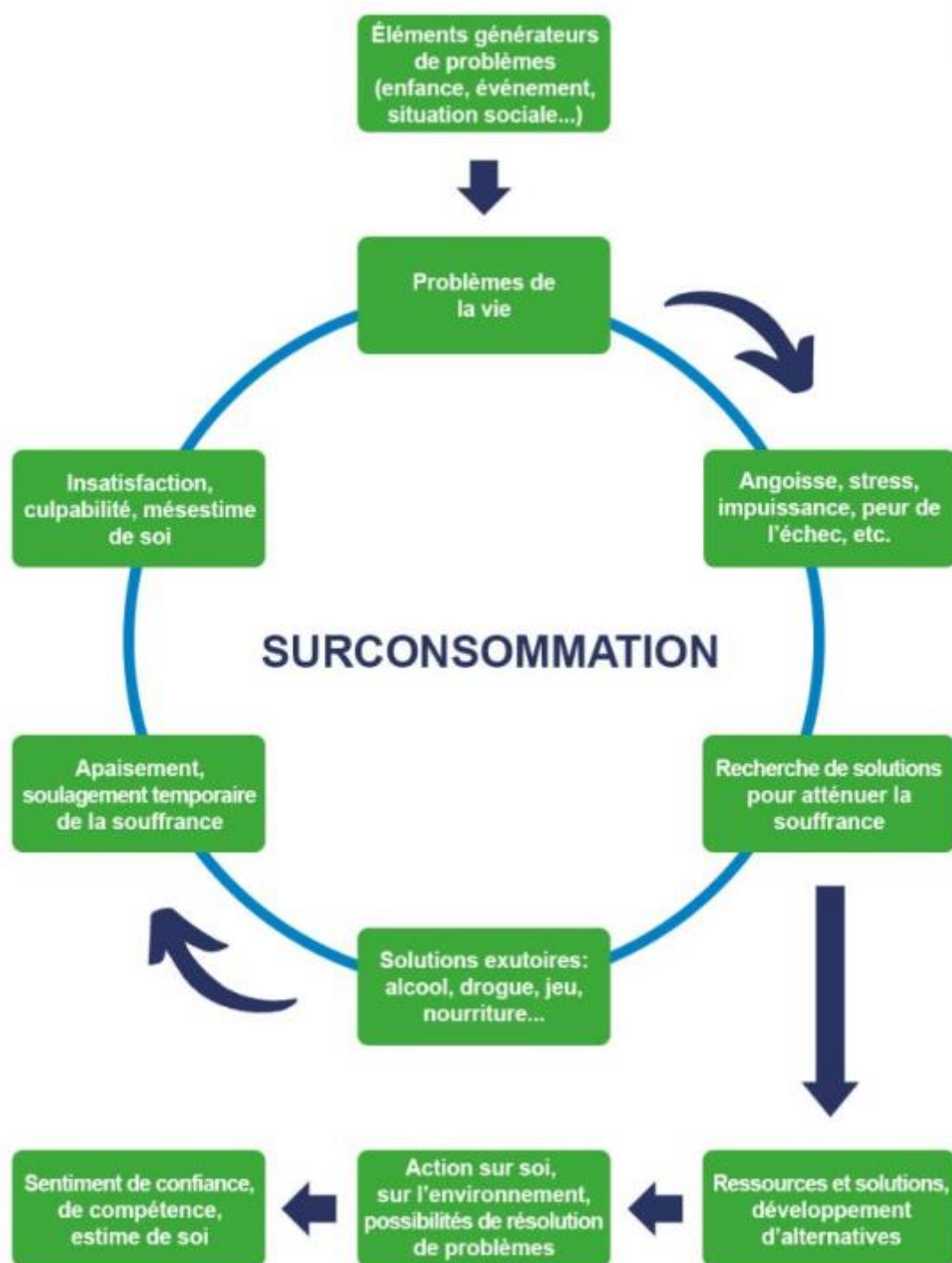


Figure 2. Modèle de l'assuétude (Droque Aide et référence)

2.3 La technologie persuasive

Les technologies persuasives sont définies comme « logiciel(s) ou système(s) d'information informatisé(s), utilisé(s) de manière volontaire, conçu(s) pour renforcer, changer ou façonner des attitudes, des comportements sans recourir à la coercition ou à la tromperie. » (Van Gemert-Pijnen, Kelders, Beerlage-de Jong et Oinas-Kukkonen, 2018). Ces technologies permettent

notamment d'inciter les individus à adopter de meilleurs comportements en termes de santé. Elles permettent aux patients de s'auto-gérer car elles proposent une forme de « soins personnalisés qui donnent aux patients le pouvoir d'agir sur ce qu'ils savent de leur propre santé et de suivre leurs propres progrès » (Greiwe et Nyenhuis, 2020). L'objectif recherché par l'utilisation des technologies persuasives est de « modifier les attitudes et comportements des personnes à travers la persuasion et l'influence sociale, mais avec de fortes considérations concernant la transparence et l'éthique. » (Ali et al., 2021).

Ce système de technologies persuasives présente différents avantages. Il permet tout d'abord de suivre la gestion et l'évolution du patient ce qui permet d'observer du progrès ou non. Les applications de technologies persuasives fonctionnent de la façon suivante : elles envoient des notifications aux patients afin de leur proposer de réaliser certaines tâches afin d'améliorer le bien-être.

Ces technologies peuvent être classées en deux catégories : les technologies persuasives pour la promotion de la santé et la prévention et les technologies persuasives pour la gestion des maladies. « Les technologies persuasives pour la promotion de la santé et la prévention visent les comportements adoptés par les individus dans le but de prévenir la maladie, de détecter les symptômes précoces de la maladie et de maintenir le bien-être général. » (Orji&Moffatt, 2018)

D'autres auteurs comme Brangier et Valléry (2021) parlent quant à eux de persuasion interactive. Cette persuasion interactive utilise des techniques comme les nudges afin d'accélérer la prise de décision, l'objectif étant de promouvoir des comportements bienveillants. Afin d'être efficace, la persuasion interactive doit être utilisée avec précaution. « Certains principes doivent être respectés : la vie privée, la transmission d'informations non erronées, l'intelligibilité des finalités recherchées, la cohérence avec les valeurs de l'utilisateur et la conscience de l'impact des interactions sur les utilisateurs. » (Brangier & Valléry, 2021).

Ces technologies peuvent donc être très intéressante pour les personnes souhaitant lutter face à leur addiction aux jeux d'argent. Cependant, afin que celles-ci soient effectives, il est nécessaire que ces personnes reconnaissent qu'elles ont un problème d'addiction. Dans le cas contraire, ces technologies ne seraient pas très pertinentes.

2.3.1 La persuasion

La persuasion constitue l'élément clé de ce type de technologie. Elle se définit comme « un mode d'interaction ayant pour visée l'influence d'un individu (contrairement à la propagande

qui cherche à influencer des masses). » (Pluchart, 2023). Afin d'être efficace, la persuasion nécessite différentes choses : « un émetteur d'un message comportant une intentionnalité persuasive, un individu récepteur de ce message qui peut modifier son attitude et/ou son comportement, et enfin une attention particulière est portée sur la dimension interactive entre l'émetteur et le récepteur. » (Markova, 2007, p. 39-57).

2.3.2 Le principe d'influence

Le psychologue américain Robert Cialdini s'est fortement intéressé à tout ce qui concerne la persuasion, qu'il définit comme « une modalité de communication qui nous permet de prendre une décision rapide face à une situation en faisant l'économie d'une réflexion longue et parfois fastidieuse, pouvant donner lieu à un conflit interne. » (Cialdini, 1984). Selon lui, il existe six principes d'influence (figure 3), à savoir la réciprocité, l'engagement et la cohérence, la preuve sociale, l'appréciation, l'autorité et la rareté. Dans le cadre de ce mémoire, c'est au principe de la preuve sociale auquel je vais m'attarder.

Cialdini résume le principe d'influence la preuve sociale de la manière suivante : « Suivant ce principe, l'un des moyens de déterminer ce qui est bien est de découvrir ce que d'autres personnes pensent être bien. » (Cialdini, 1984). De cette façon, l'individu adoptera un comportement similaire à celui du groupe dans lequel il se situe afin d'éviter de se retrouver dans une situation de doute. Ce comportement que va adopter l'individu sera mesuré par « la réaction des utilisateurs en interaction avec l'application usant des technologies persuasives. » (Kaptein *et al.*, 2012, p. 176-188).



Figure 3. Les 6 principes d'influence (Cialdini, 1984)

2.3.3 Le système persuasif adaptatif et le profilage implicite

Les personnes utilisant les technologies persuasives ne vont pas être influencées par les mêmes principes. Afin d'être efficace, la persuasion doit être individualisée en fonction de la personnalité de chaque utilisateur. (Kaptein et al., 2012). Sur cette base, Mauritz Kaptein a proposé un nouveau dispositif qu'il appelle système persuasif adaptatif. Dans le but d'adapter ce système, chaque utilisateur se voit établir des profils de persuasion. (Kaptein et al., 2015, p.40). La mise en place de ces profils nécessite la récolte de données dont la méthode la plus efficace est celle que Kaptein nomme "profilage implicite". Avec cette méthode de récolte de données, l'utilisateur n'a pas besoin d'encoder d'informations, il n'a qu'à utiliser l'application afin que les données entrent dans le système. (Pluchart, 2023). Ce profilage implicite va entraîner l'augmentation des interactions avec les systèmes persuasifs. (Pluchart, 2023). Le profilage implicite offre une expérience personnalisée en continu en fonction des intérêts de l'utilisateur. La personnalisation des contenus et des interactions offre et favorise une expérience interactive et persuasive continue, influençant les individus et pouvant entraîner des changements dans leurs attitudes et/ou comportements. (Pluchart, 2023).

2.4 La communication persuasive

J'en viens à présent à la communication persuasive. Celle-ci présente un point commun avec la technologie persuasive évoquée juste au-dessus. En effet, ces deux notions visent à exercer une influence sur le comportement des individus en utilisant des messages et discours qui auront un impact sur leur comportement. Elles ont également en commun, comme leurs noms l'indiquent, d'avoir recours aux principes de persuasion. Pour en revenir à la communication persuasive, elle peut être définie comme « un type particulier de communication qui consiste à formuler un message de façon à inspirer son interlocuteur » (Site Occigène).

Selon Darpy et Kojoue (2020, p175 à 189), la persuasion est un outil qui contient plusieurs caractéristiques :

- Elle suppose le succès de la démarche, car dans le cas contraire il n'y a pas de persuasion.
- Il existe une intention d'atteindre un objectif spécifique
- Le destinataire est libre de réagir ou non
- Le succès est obtenu par la communication d'un émetteur vers un destinataire.

La communication persuasive joue un rôle important dans le processus de changement d'attitude. Différentes études ont été menées dans le domaine de la communication persuasive et « ont montré que le changement d'attitude faisait suite à la réception d'un message persuasif, et en particulier, que des messages utilisant la peur pouvaient agir efficacement sur les attitudes et les comportements » (Piperini, 2012).

La communication persuasive est également utilisée dans le cadre de la publicité. L'objectif recherché est de créer des réactions affectives sans se concentrer sur les caractéristiques du produit. Il va être observé aussi bien l'attitude du consommateur envers la publicité que son attitude envers la marque. « Ainsi les émotions sont les cognitions pour comprendre les effets d'une publicité. D'une part les réactions affectives sont relatives au consommateur, d'autre part les jugements relatifs à l'annonce est fonction de l'annonce. Les réactions affectives ont un effet simultané sur l'attitude par rapport à la publicité et l'attitude par rapport à la marque. » (Darpy & Kojoue, 2016). Tout cela est schématisé par Edell et Burke (1989) dans la figure 4 ci-dessous.

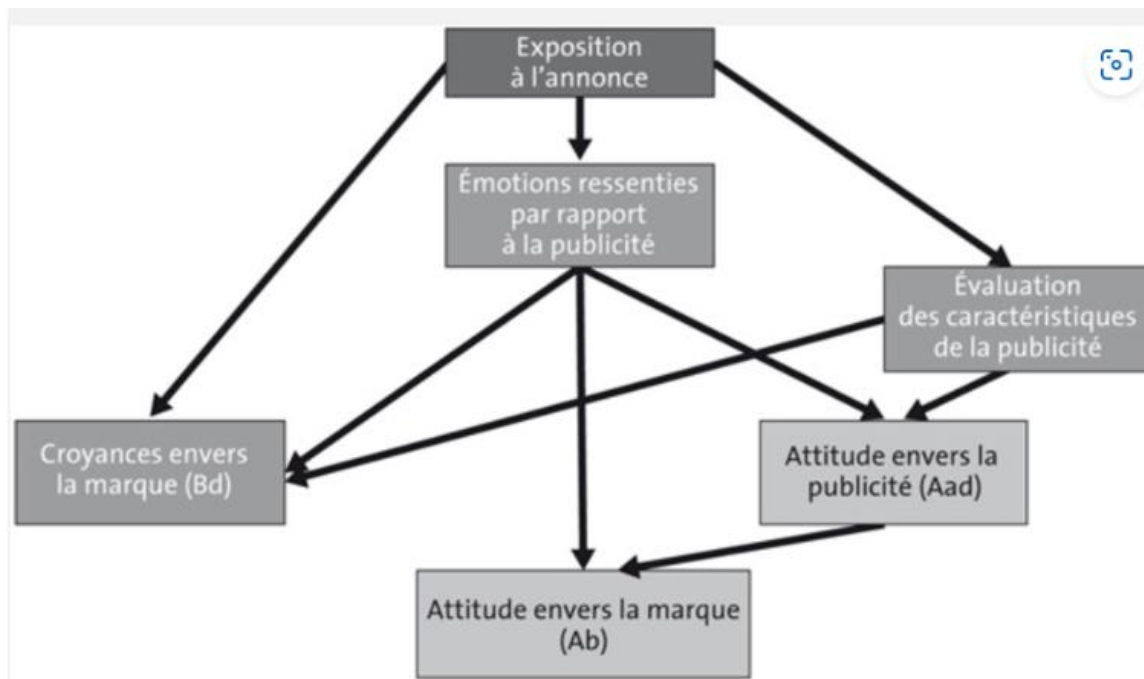


Figure 4. Modèle de réactions affectives à la publicité. Edell et Burke, 1989

2.4.1 Les serious games

Cette communication persuasive a également connu une évolution avec l'apparition d'Internet. Avec le développement des technologies d'Internet, d'autres moyens de persuasion sont apparus. Parmi ceux-ci, on retrouve les serious games. D'après Fourquet-Courbet et Courbet (2015), *les serious games numériques sont définis comme des applications informatiques utilisant les procédés à visées ludiques des jeux vidéo pour réaliser des objectifs*. Selon Wouters et al. (2013), les serious games ont les caractéristiques principales des jeux vidéo : ils sont interactifs, sont basés sur un ensemble de règles et de contraintes acceptées par les joueurs et dirigent vers un objectif clair impliquant la résolution de problèmes ludiques.

Les serious games sont perçus comme des médias de communication qui vont permettre aux joueurs de régler leurs problèmes de façon ludique, ce qui permet de provoquer un changement comportemental. De bons résultats sont obtenus quand « les serious games permettent de simuler des tâches de façon que les réussir dans le jeu implique les mêmes traitements cognitifs que ceux attendus pour réaliser la tâche dans le monde réel » (Tobias et al., 2011).

Il est également important de considérer les facteurs liés aux serious games, tels que la dimension ludique et ses propriétés (flow, engagement, immersion, interactivité, plaisir du jeu, etc.)

- Le flow : « est un sentiment de satisfaction et de plénitude dans la réalisation d'une activité pour laquelle toute l'attention se porte sur la tâche en cours. »(Csikszentmihalyi, 2008).
- L'engagement se manifeste par une profonde implication dans l'utilisation du jeu, et contrairement à l'addiction, il produit des effets bénéfiques. (Charlton, & Danforth, 2010).
- La présence est liée à l'engagement, notamment à l'implication, mais aussi à l'immersion, un état psychologique où l'on se sent enveloppé, inclus et en interaction avec un environnement qui offre un flux continu de stimuli et d'expériences. (Witmer et Singer, 1998).

Ces trois propriétés sont primordiales dans l'efficacité des serious games.

2.5 Le gaming

Tout d'abord, il faut savoir que le gaming en ligne est l'une des activités de loisir en ligne les plus populaires. Cependant, son utilisation excessive a des conséquences négatives comme la diminution des expériences dans la vie réelle car comme l'explique Ko (2014), « Les nouvelles technologies d'Internet qui permettent une interaction en temps réel et un champ visuel fluide ont donné lieu à des expériences de jeu comparables à celles du monde réel et ont conduit à la mise au point de systèmes de distribution efficaces qui procurent une grande satisfaction à l'utilisateur. »

Cette notion de gaming permet de mieux comprendre le phénomène d'addiction aux jeux d'argent en ligne. Car en effet, avant l'apparition du web, quand une personne voulait parier ou jouer de l'argent, elle devait se rendre dans un lieu physique pour s'y adonner. Avec le web, le joueur a dorénavant la possibilité de jouer depuis son domicile ou tout autres lieux, quand il le veut. L'expérience utilisateur est donc bien meilleure. Les différentes technologies digitales ont notamment permis d'améliorer le design des plateformes des jeux d'argent. Et comme le dit Joost Raessens, ceci a pour effet de renforcer le côté ludique de l'ensemble des plateformes de jeux.

Au fil du temps s’est développé le concept de gamification. Il est défini par Zichermann et Cunningham (2011) comme un processus qui consiste à user de l’état d’esprit et de la mécanique du jeu pour résoudre des problèmes et faire participer les usagers, les principes de base du design de jeu étant appliqués dans différents contextes. Ce terme provient de la littérature anglophone et est parfois traduit en français comme “ludification”.

En somme, ces technologies renforceraient la « *ludification* » de la culture (Bonenfant et Genvo, 2014). Cette notion de *ludification* a par la suite été définie comme « une tendance plus générale où le jeu prend une place de plus en plus importante dans la société aujourd’hui. » (Bonenfant et Genvo, 2014).

En lien avec cette notion de gamification, il existe de nombreuses applications sur téléphones mobiles qui permettent de pronostiquer les résultats de rencontres dans différents sports, le tout sans utilisation d'argent. Dans la recherche de ludification de l'activité, ces applications mettent en place des classements, des compétitions, des cadeaux et autres afin de donner un certain enjeu à cette pratique. (Figure 5).

Général		Hebdomadaire	Journalier	Tournois	24 juin 2024			
#					Points	Bons	Faux	% B/F
1. +1		TheRetorker			2039	839	530	61.29%
2. -1		WillyRafa			2032	848	548	60.75%
3.		 SiM263 			2004	834	552	60.17%
4.		GoMaestroGo			1980	828	540	60.53%
5. +1		MaenderAlkoor			1977	814	587	58.1%

16

2.6 L'expérience utilisateur

« L'expérience utilisateur (UX) résulte de l'ensemble des perceptions, interactions ou ressentis qu'un utilisateur éprouve vis-à-vis d'un produit ou service, avant, pendant et après son utilisation. » (Michel et Trognon, 2015). De cette manière, l'expérience utilisateur (UX) se rapporte à la relation qu'une personne établit lorsqu'elle interagit avec une technologie spécifique dans un contexte dynamique où diverses composantes influencent cette relation. (Bastien et Brangier, 2021).

Dans cette optique, Puscillo et Cascini (2014), ont développé l'idée qu'un utilisateur perçoit des qualités pragmatiques et hédoniques d'un produit ou d'un service. Les qualités pragmatiques permettent la réalisation d'objectifs d'actions qui « apportent un sentiment de satisfaction à l'utilisateur. » (Michel et Trognon, 2015). Les qualités hédoniques permettent de remplir des objectifs personnels qui procurent du plaisir. Ce plaisir ressenti par l'utilisateur sera par la suite associé au produit ou au service, ce qui a pour effet d'augmenter sa valeur.

Différentes recherches ont montré que l'expérience utilisateur possède deux fonctions :

- Une fonction interactionnelle : l'interaction doit être utilitaire et « présenter un niveau élevé de facilité d'utilisation. » »(Bastien et Brangier, 2021).
- Une fonction expérientielle : elle répond à une quête d'émotions, d'interactions et de sensations.

Cela correspond parfaitement à ce que l'on observe avec les jeux d'argent en ligne. Ces jeux offrent une utilisation facile, accessible à tout moment et en tout lieu, répondant ainsi à la fonction interactionnelle. En ce qui concerne la fonction expérientielle, les jeux d'argent en ligne visent également à procurer des émotions fortes et des sensations intenses, telles que l'adrénaline, recherchées par les utilisateurs.

2.6.1 Le nudge

C'est dans l'ouvrage *La méthode douce pour inspirer la bonne décision*, de Sunstein et Thaler (2008) que la notion de nudge a été popularisée. Les deux auteurs définissent le nudge comme « architecture du choix qui modifie de façon prévisible le comportement des gens sans interdire aucune option ou modifier de façon significative les incitations financières. » (Sunstein et Thaler, 2008). En d'autres mots, le principe des nudges consiste à influencer les comportements

des individus en employant des procédés incitatifs, tout en préservant la liberté des utilisateurs. (Lairesse, 2022).

Daniel Kahneman, psychologue américain, a inspiré le nudging. D'après lui, lors des choix individuels, deux systèmes du cerveau humain entrent en action. Il y a le système dit « automatique » qui agit immédiatement et le système réflexif, qui est plus lent. C'est sur le système automatique que repose le nudge, « entraînant ainsi des comportements de la part de l'individu sans qu'il n'ait ni besoin de réfléchir, ni même d'avoir connaissance du dispositif. » (Lairesse, 2022).

Sur cette base, il existe des applications appelées technologies persuasives, comme évoqué précédemment, qui permettent de lutter contre certaines addictions en incitant à adopter de meilleurs comportements, tout en laissant l'individu libre.

3 Méthodologie

3.1 Objectifs

L'objectif de cette recherche est de mettre en avant la façon dont l'information préventive pourrait être mise en place pour permettre de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent chez les jeunes adultes.

- Le premier objectif de la recherche est de déterminer ce qui pousse les gens à se rendre sur des sites d'argent en ligne, ce qu'ils recherchent en fréquentant ce genre de plateformes.
- Le second objectif est d'observer si la publicité massive opérée par les entreprises de jeux d'argent a un impact sur le comportement des joueurs, si cela les incite à jouer ou non. Un questionnaire sur la manière dont peut être utilisé l'information préventive sera également mis en place.

Afin de répondre à ces deux objectifs ainsi qu'à la question de recherche, il est nécessaire de récolter des données auprès de personnes ayant souffert d'une addiction aux jeux d'argent, mais aussi des données auprès de personnes jouant à ce genre de jeux occasionnellement sans connaître de soucis d'addiction.

La méthodologie se base sur une approche mixte :

- Une analyse qualitative composée de six entretiens avec des personnes ayant été addicts aux jeux d'argent
- Une analyse quantitative avec l'élaboration d'un questionnaire partagé auprès d'utilisateurs occasionnels des sites de jeux d'argent.

L'approche mixte permet de mettre en avant des similitudes ou des différences dans les réponses de deux groupes de personnes distincts, à savoir d'anciens addicts aux jeux et des personnes s'adonnant aux jeux d'argent sans connaître de problèmes.

3.2 Entretiens semi-directifs

Des entretiens semi-directifs sont menés avec pour objectif de récolter des données sur la manière dont ces personnes ont commencé à fréquenter les sites d'argent ainsi que la fréquence d'utilisation, les causes et les conséquences de cette addiction. Le but premier recherché au travers de cette méthode de recherche est de comprendre comment cette addiction se développe. Ceci fait écho avec les propos de Geneviève Imbert (2010) qui définit ce processus comme une

logique compréhensive qui privilégie la description des causes plutôt que l'explication des causes. Ces entretiens permettent également de discuter des stratégies qui pourraient être mises en place. Un guide d'entretien a été élaboré en se basant sur l'état de l'art. Celui-ci a été organisé en différentes catégories. Afin de constituer ce guide d'entretien, j'ai suivi différentes phases (Figure 6) :

- Il y a tout d'abord la "question facile" qui permet la mise en confiance de l'interlocuteur. Dans un premier temps, j'explique à la personne interviewée qu'il m'arrive également de jouer aux jeux d'argent. Ceci a pour effet de mettre la personne la confiance, lui montrer que je connais le monde des jeux d'argent en ligne. Puis je lui pose une question sur sa propre expérience.
- La phase introductive : cette phase permet de présenter les différents thèmes et catégories de question qui vont être abordés durant l'entretien. Cette phase permet également d'interroger la personne sur ce qui l'a poussé à jouer, ce qu'elle recherchait. Tout cela permet de mettre du contexte et de mieux connaître la personne interrogée.
- La phase de centrage du sujet : cette phase va traiter précisément des causes qui ont provoqué l'addiction aux jeux d'argent. Un questionnaire sur l'impact de la publicité est également proposé au cours de cette phase. Cette phase de centrage du sujet doit permettre de répondre au second objectif de la recherche, à savoir, l'impact de la publicité opérée par les sociétés de jeux d'argent sur le comportement des joueurs.
- La phase d'approfondissement du sujet : cette phase permet de se rapprocher de l'objectif finale de la recherche. La personne est interrogée sur les différentes conséquences que l'addiction a provoquées. Cette phase permet de découvrir plus en profondeur l'état dans lequel se trouve les personnes sous l'emprise de l'addiction aux jeux d'argent. Avoir plus de connaissances sur ce phénomène permet de mieux comprendre les choses pouvant être mises en place, notamment via la communication.
- La phase conclusive : cette dernière phase est assez importante. En effet, elle permet de discuter des différentes choses qui sont mises en place actuellement, de leur efficacité et des différentes améliorations pouvant voir le jour. Au cours de cette phase, les différentes personnes interrogées vont avoir l'occasion de s'exprimer sur des choses qui devraient être mises en place selon elles. Enfin, cela permet également d'aborder la question des alternatives gratuites et de leur efficacité.

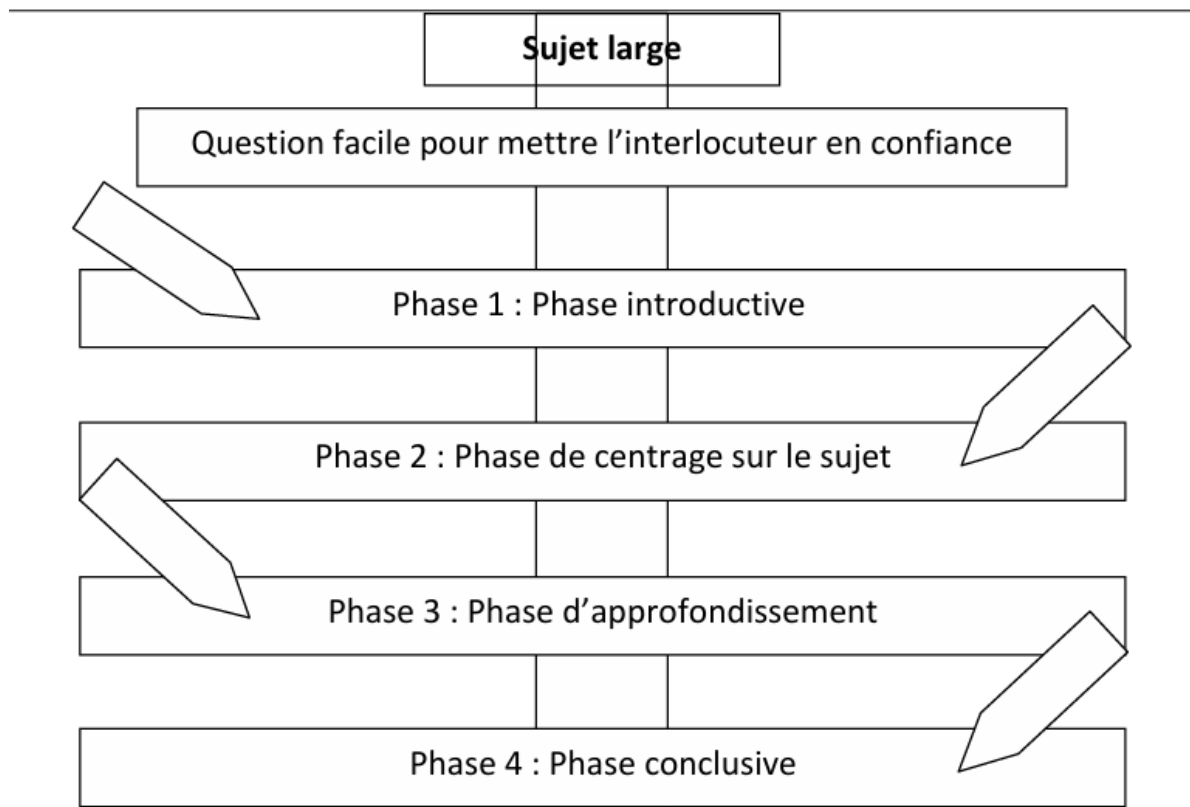


Figure 6. Structure de l'entretien semi-directif. (Radhouane, 2014)

Guide d'entretien

Expérience :

- Pouvez-vous me parler de votre histoire avec les jeux d'argent ?
- Qu'est-ce qui vous a poussé à fréquenter ce genre de site ?
- Que recherchez-vous en jouant à ces jeux/paris ?
- Maintenant que vous êtes sorti de cette addiction, comment vous sentez vous par rapport à cette addiction ?

Cause :

- Identifiez-vous ces différentes phases dans ce que vous avez vécu ? (Expliquer à l'interviewer les différentes étapes du cycle de l'addiction)
- Qu'est-ce qui vous a poussé à jouer de plus en plus ?
- Comment vous sentiez-vous lorsque vous jouiez ?
- En télévision, sur les réseaux sociaux, un peu partout, on voit des publicités pour ces sites. Est-ce que cela avait un impact sur votre comportement ?
- Y a-t-il eu des éléments déclencheurs qui vous ont poussé à jouer de façon compulsive ?

Conséquences :

- Comment cette addiction a affecté votre relation avec votre entourage ?
- Cette addiction a-t-elle entraîné des conséquences financières importantes ?
- Est-ce que vous ressentiez de la culpabilité ?
- Avez-vous, vous ou votre entourage, observé un changement dans votre comportement ?

Stratégies :

- Comment êtes-vous parvenu à sortir de cette addiction ?
- (Expliquer les technologies persuasives) Selon-vous, est-ce que ces technologies peuvent être intéressantes ?
- Pensez-vous que la mise en place de message préventif, d'alternatives gratuites, seraient pertinentes ?

3.3 Le questionnaire

Ce questionnaire a été mis en place dans le but de récolter des données auprès de personnes n'ayant pas connu de problème d'addiction. Les premières questions de ce questionnaire ne sont pas en rapport avec ce qui a été observé dans la littérature scientifique, celles-ci sont plutôt des questions de type général pour en savoir un peu plus sur les personnes répondant au questionnaire. Les autres questions sont basées sur ce qui a été observé dans la littérature scientifique. Ce type de questions est très intéressant pour le questionnaire. « En effet, afin de mieux connaître l'objet d'enquête et les différentes pratiques individuelles, il convient souvent de faire une pré-enquête qualitative. » (Amsellem-Mainguy et Vuattoux, 2018). Cela permet de « mieux délimiter le champ de la recherche, d'identifier le terrain et/ou la population, de définir le contenu des notions. » (Amsellem-Mainguy et Vuattoux, 2018). Il y aura notamment des questions sur l'impact de la publicité sur notre comportement car il a pu être observé que la publicité entraînait des réactions affectives chez les consommateurs. Les dernières questions concernent les stratégies de prévention pouvant être mises en place tel que développé dans la partie sur les technologies persuasives.

Les questions posées étaient les suivantes :

- Quel site de jeu d'argent utilisez-vous ?
- A quelle fréquence allez-vous sur ces sites ?
- A quoi jouez-vous sur ces sites ?

- Que recherchez-vous en utilisant ce genre de site ?
- Qu'est-ce qui vous a donné envie de vous inscrire sur ce genre de site ?
- Les spots publicitaires ont-ils un impact sur votre comportement face au jeu ?
- Que pensez-vous de l'omniprésence des sociétés de jeu de hasard dans le monde sportif ?
- Etes-vous favorable à l'interdiction de la publicité pour les jeux de hasard ?
- Pourquoi ?
- Considérez-vous les applications de pronostics gratuits comme une bonne alternative aux paris ?
- Pourquoi ?
- Seriez-vous favorables à la mise en place de campagnes de prévention face aux jeux de hasard ?

3.4 Participants

Au total, j'ai mené six entretiens (P1 à P6) et collecté 18 réponses complètes au questionnaire. J'ai recruté six personnes qui ont été confrontées à des problèmes d'addiction aux jeux d'argent afin de pouvoir comparer les différents interviews. Quatre d'entre-elles sont sorties de l'addiction, une autre était en phase d'arrêt du jeu et la dernière était encore sévèrement touchée par l'addiction. Les données sont utilisées pour confirmer ce qui a été observé dans la littérature scientifique et développé dans l'état de l'art.

Les données collectées via le questionnaire sont principalement axées sur les personnes qui fréquentent les sites de jeux d'argent en ligne.

L'échantillon de la population est composé de deux catégories de personnes comme expliqué précédemment. D'un côté, des personnes ayant connu une addiction aux jeux d'argent pour les entretiens semi-directifs. De l'autre, des personnes étant des joueurs occasionnels ou réguliers mais qui ne sont pas touchés par l'addiction.

3.4.1 Recrutement des participants

J'ai recruté les différentes personnes pour les entretiens de la manière suivante. P1 fait partie de mon cercle de connaissance. P2 est une connaissance de P1 et ce dernier nous a mis en relation. J'ai recruté P3, P4, P5 et P6 via une annonce sur le réseau social X. (figure 7)

Bonjour à tous. Je réalise un mémoire sur l'addiction aux jeux d'argent en ligne. Je cherche des personnes qui ont été affectées par ce problème et qui accepteraient d'en parler lors d'un entretien (qui resterait anonyme).
👉 DM

Figure 7. Message de recrutement des participants à l'entretien

Concernant le questionnaire, je l'ai administré à des amis et connaissances fréquentant ce genre de plateformes afin d'obtenir des données de qualités et non biaisées par des personnes malintentionnées.

3.5 Corpus de données

En ce qui concerne les entretiens semi-directifs, il est attendu d'en réaliser au minimum six et de les retranscrire.

Quant au questionnaire, il est attendu d'en observer la participation de minimum quinze personnes. Finalement, dix-huit personnes ont répondu au questionnaire. Au travers de ce questionnaire, l'objectif est de se concentrer sur le comportement des utilisateurs de plateformes de jeux d'argent en ligne, ne connaissant pas de soucis de dépendance.

3.6 Méthodes d'analyse des données collectées

Tout d'abord, concernant l'analyse qualitative, la première étape nécessaire est la retranscription de chacun des entretiens dans son entièreté. Par la suite, les entretiens sont analysés chacun à leur tour et des catégories sont établies afin de mettre en avant certains éléments-clés. Cette catégorisation constitue l'une des quatre étapes de l'analyse de contenu. (Vernette, 2017). Les quatre étapes de l'analyse apparaissent dans la figure 8 ci-dessous. Une comparaison est ensuite effectuée entre les différents entretiens afin de mettre en avant les similitudes observées. La retranscription des entretiens est à retrouver dans la partie " annexes". Tel qu'apparaissant dans la figure 8, une grille d'analyse est mise en place sur base des différents thèmes abordés lors des entretiens et de l'état de l'art.

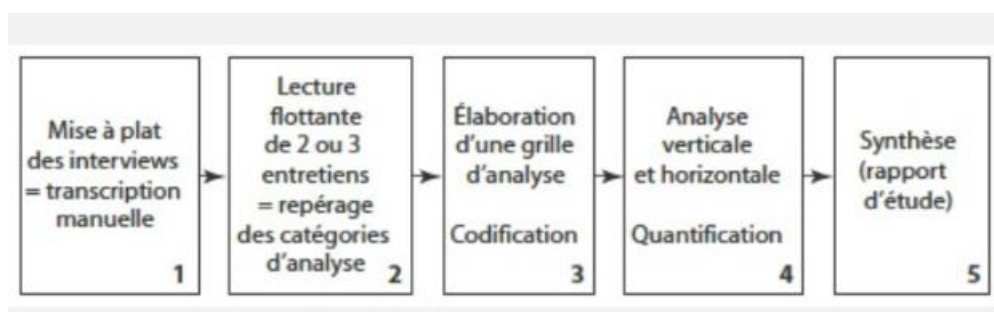


Figure 8. Les étapes d'analyse de contenu. (Vernette, 2017)

Tableau 3. Grille d'analyse des entretiens

Catégorie	P1	P2	P3	P4	P5	P6
Motivation						
Effet recherché						
Sentiment par rapport à l'addiction						
Motivation à jouer +						
Sensation						
Impact publicité						
Eléments déclencheurs						
Relation avec entourage						
Conséquences financières						
Changement comportement						
Solution						

Ensuite, l'analyse quantitative avec le questionnaire. Celui-ci a été réalisé via Google Forms. Cette application présente l'avantage d'élaborer des statistiques et graphiques des réponses concernant chacune des questions. Sont utilisées, l'ensemble des statistiques descriptives fournies par l'application où a été rédigé le questionnaire. Ces statistiques permettent de créer des catégories en fonction des différentes réponses, notamment via des graphiques ce qui rend beaucoup plus aisée l'analyse des données récoltées au travers de ce questionnaire. En effet,

« les représentations graphiques permettent d’extraire et de donner à voir les résultats les plus pertinents ; elles ont donc généralement avantage de puissance persuasive qu’un tableau » (Monso et de Saint Pol, 2010).

Par la suite, j’ai également réalisé une comparaison entre les données récoltées aux travers de ces deux méthodes. Le but recherché est de mettre en avant des similitudes ou des différences dans les réponses de deux groupes de personnes distincts, à savoir d’anciens addicts aux jeux et des personnes s’adonnant aux jeux d’argent sans connaître de problèmes.

3.6.1 Méthode d’analyse des données du questionnaire

Le questionnaire a été créé sur le logiciel Google Forms. Ce type de logiciel permet « d’appréhender un ensemble de données et offrir une vue d’ensemble. » (Vilatte, 2007). Le logiciel fournit des statistiques descriptives (figure 9) qui permettent de créer des catégories en fonction des différentes réponses, notamment via des graphiques ce qui rend beaucoup plus aisée l’analyse des données récoltées au travers du questionnaire.

Que pensez-vous de l'omniprésence des sociétés de jeu de hasard dans le monde sportif

18 réponses

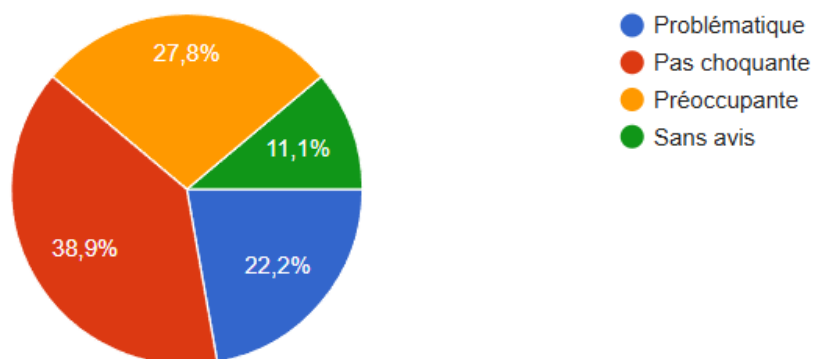


Figure 9. Exemple de diagramme créé par Google Forms

Cependant, en ce qui concerne les questions ouvertes, Google Forms ne produit pas de graphique ou autres statistiques. Les réponses sont simplement rassemblées ensemble, questions par questions (figure 10).

Que recherchez-vous en utilisant ce genre de site ?

18 réponses

Plaisir
Suivre le tennis, faire un combi quand les cotes sont intéressantes
Gagner de l'argent
De l'adrénaline
Gagner de l'argent + adrénaline
des gains et un boost d'adrénaline
Pas grand chose je sais que je peux perdre l'argent que je met l'idéal c'est de s'en faire un petit peu mais sinon c'est plus pour l'amusement
Gagner de l'argent et vivre un peu de pression

Figure 10. Exemple de la manière dont des réponses "ouvertes" sont regroupées par Google Forms

3.6.2 Méthodes de construction de l'effet-miroir

« L'effet-miroir se construit à partir des notes d'entretiens, en sélectionnant puis en classant des expressions émanant des acteurs, appelées « *phrases-témoins* » – ou *verbatim* – dans une arborescence constituée de thèmes, sous-thèmes et idées-clés. » (Krief et Zardet, 2013). (Figure 11).

Cette méthode présente l'intérêt de « confronter les idées spécifiques et contextuelles des acteurs aux idées génériques exprimées par le chercheur. » (Krief et Zardet, 2013). Cette méthode de construction est utilisée aussi bien pour l'analyse des données récoltées lors des entretiens que pour l'analyse des données du questionnaire.

La méthode de construction de l'effet miroir présente les avantages suivants :

- Elle permet d'éviter toute interprétation erronée du chercheur
- Elle facilite l'identification des thèmes
- Elle facilite l'analyse comparative des propos des différents acteurs
- Elle permet de mieux organiser les données

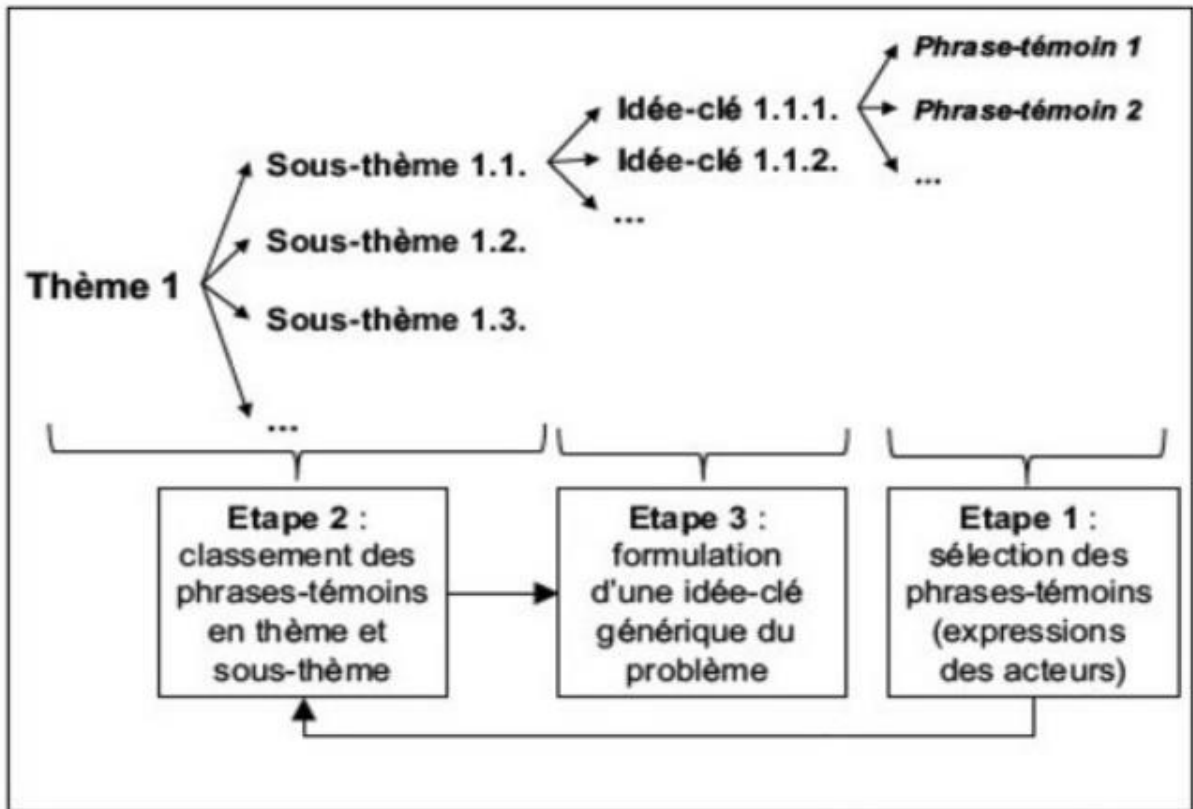


Figure 11. Arborescence et étapes de construction de l'effet-miroir (Savat et al., 2008)

4 Résultats et interprétation

4.1 Synthèse des résultats

4.1.1 Les personnes touchées par l'addiction

4.1.1.1 *La recherche du gain*

Ce qui a poussé les personnes interrogées à fréquenter les sites de jeux d'argent en ligne, c'est la recherche du gain d'argent. Ces personnes, fans de sport, y voient un moyen facile de gagner de l'argent grâce à leurs connaissances sportives. En effet, se situant dans la tranche d'âge 18-25 ans, ces personnes font face à de nouvelles responsabilités tels que le loyer à payer, les dépenses pour les courses et autres. Peu informées face aux dangers des jeux d'argent, leur image de cette pratique est positive et elles y voient un moyen facile de gagner de l'argent.

4.1.1.2 *Les effets recherchés*

L'un des effets principaux recherchés par les personnes que j'ai interrogées est la montée d'adrénaline associée aux jeux d'argent en ligne. L'adrénaline est une hormone produite par les glandes surrénales en réponse à une situation de stress ou de forte excitation.

Jouer sur des matchs de football qui ne les intéressent pas à priori, va donner une certaine excitation, de l'intérêt pour ces matchs, puisqu'ils y verront un enjeu financier. Ce sentiment d'excitation, d'attente et de risque stimule la production d'adrénaline, ce qui crée du plaisir et de l'euphorie pour certains. Cette montée d'adrénaline rend l'expérience sur les sites de jeux d'argent plus attrayante. La recherche d'adrénaline fait que les joueurs continuent de se rendre sur ces sites.

4.1.1.3 *Le risque de rechute*

Différents profils ont été interviewés dans le cadre de ce mémoire. Parmi ceux-ci, on y retrouve des personnes n'étant plus en situation d'addiction. Cependant, bien que sorties de l'addiction, ces personnes estiment que le risque de rechute est toujours présent. De plus, elles estiment qu'on ne sort jamais totalement de cette addiction, que la tentation de rejouer revient parfois. Aussi, certaines de ces personnes continuent de jouer occasionnellement, mais de manière modérée et contrôlée, parvenant à limiter leurs temps de jeux et leurs dépenses.

4.1.1.4 *Des émotions négatives*

Qu'elles soient encore touchées ou non par l'addiction, l'ensemble des personnes interviewées ressentent la même chose : de la culpabilité et de la honte.

La culpabilité provient des conséquences négatives qu'elles ont connues comme les pertes d'argent, la dégradation de la relation avec leurs entourages. Ces personnes ressentent également de la honte d'être devenues addictives aux jeux d'argent car elles pensaient pouvoir se contrôler dans leurs pratiques ainsi que le fait que certaines d'entre-elles avaient été mises en garde par l'entourage. Ces sentiments de honte et de culpabilité font qu'il est encore très difficile pour ces personnes de parler de leurs problèmes d'addiction.

4.1.1.5 Les pertes comme motivation à continuer de jouer

La raison principale qui a poussé les personnes interviewées à continuer de jouer est la perte d'argent. En effet, après avoir perdu de l'argent, elles ressentent un besoin fort de continuer de jouer dans l'espoir de récupérer leurs pertes. Ce comportement les pousse à jouer toujours plus, tout en augmentant les sommes investies. L'objectif recherché est de récupérer l'argent perdu.

Par ailleurs, cette situation de perte crée un sentiment de frustration comme l'explique une des personnes interrogées : « Ce qui m'a poussé à y jouer de plus en plus, comme je l'ai déjà dit, c'était de récupérer ce que j'avais perdu et aussi la frustration de ne pas réussir à gagner de l'argent aussi facilement que prévu. » La frustration de ne pas atteindre ce que l'on pourrait appeler des "objectifs financiers" est une motivation supplémentaire qui pousse à jouer de manière toujours plus importante. Cette situation les entraîne dans un cycle de jeu addictif.

4.1.1.6 L'impact de la publicité

Les réponses des personnes interrogées varient concernant l'impact de la publicité. Certaines estiment ne pas être influencées par ce type de publicité et affirment ne pas y être réceptives. Elles considèrent que leur décision de jouer aux jeux d'argent en ligne est indépendante des messages publicitaires, jouer provient d'une motivation personnelle.

En revanche, d'autres personnes se déclarent réceptives à ces publicités. Elles considèrent que l'omniprésence des publicités pour les sociétés de jeux d'argent détient un impact sur leurs comportements de jeux. Elles reconnaissent que les techniques de marketing utilisées par ces plateformes peuvent effectivement stimuler leur envie de jouer, en mettant en avant des éléments tels que les bonus, les offres spéciales, et les témoignages de gagnants.

4.1.1.7 Evolution de la relation avec l'entourage

Le changement de comportement lié à l'addiction varie en fonction des personnes interrogées et de leur caractère. Certaines personnes, plus discrètes, ont su garder leur addiction et leur mal-être cachés, minimisant ainsi l'impact sur leurs relations avec leur entourage. Cette capacité à

cachez leurs problèmes permet de maintenir une vie sociale saine, sans dégradation de la relation avec l'entourage.

Cependant, pour d'autres personnes, il est plus compliqué de cacher ses émotions. Ces personnes ont tendance à s'isoler et à devenir irritable, ce qui entraîne des répercussions négatives sur la relation avec l'entourage.

L'impact de l'addiction sur les relations sociales dépend alors du comportement individuel et de la manière donc chaque personne vit et gère son addiction.

4.1.1.8 Changement au niveau du comportement

Toutes les personnes interrogées ont rapporté des changements de comportement similaires liés à leur addiction aux jeux d'argent. Elles ont toutes connu une tendance à l'isolement, provoquée par leurs pratiques du jeu.

L'irritabilité est également un trait commun observé parmi les personnes interrogées. La frustration face aux pertes d'argent provoque chez elles de l'énervement, qui se fait sentir dans la relation avec l'entourage.

De plus, ces personnes ont également admis avoir recouru aux mensonges afin de dissimuler les pertes financières, et par conséquent leurs addictions.

4.1.1.9 L'impact des technologies persuasives

Les personnes interrogées se montrent favorables au développement de technologies persuasives, telles que les applications conçues pour aider à arrêter de fumer ou de boire. Elles considèrent ces technologies comme potentiellement efficaces pour lutter contre l'addiction. Toutefois, elles estiment qu'un certain nombre de conditions doivent être réunies.

Premièrement, il est primordial que l'individu soit conscient de son addiction. La prise de conscience est l'étape la plus importante dans le processus de lutte face à l'addiction. Mais aussi, sans une volonté ferme et un engagement personnel à surmonter leur dépendance, ces technologies ne peuvent pas être efficaces.

4.1.1.10 Les messages préventifs

L'ensemble des personnes interrogées s'accorde à dire que le message préventif actuellement exposé est sans effet. (Figure 12) Elles estiment que ces messages sont trop simples et peu convaincants. De ce fait, ces messages ne parviennent pas à capter l'attention ni à sensibiliser de manière profonde sur les dangers des jeux d'argent. En conséquence, les personnes

interrogées sont favorables au développement de campagnes de sensibilisations fortes face aux différents dangers des jeux d'argent.



**ASSUREZ-VOUS QUE LE JEU RESTE UN
DIVERTISSEMENT. JOUEZ DE MANIÈRE
RESPONSABLE.**

Figure 12. Exemple de message préventif sur Unibet

4.1.1.11 Les alternatives gratuites

Certaines personnes interrogées ont abordé la question des alternatives gratuites aux jeux d'argent en ligne. Elles considèrent ces alternatives comme efficaces, car elles présentent l'intérêt de proposer différents classements et compétitions. Ces éléments créent un enjeu et une certaine attractivité pour ces applications, rendant l'expérience de jeu agréable, sans devoir se soucier de l'aspect financier. Ces alternatives représentent un moyen efficace dans la lutte contre l'addiction.

4.1.2 Les joueurs occasionnels

4.1.2.1 Les effets recherchés

Les joueurs occasionnels ayant répondu aux questionnaires ont exprimé rechercher quatre principales motivations lorsqu'ils s'engagent dans les jeux d'argent en ligne : le divertissement, l'adrénaline, le gain d'argent, et l'amusement.

4.1.2.2 Les motivations à s'inscrire sur ce genre de site

Les joueurs occasionnels qui ont répondu aux questionnaires ont évoqué diverses raisons les motivant à s'inscrire sur les sites de jeux d'argent. L'une des principales motivations est le gain d'argent.

Une autre motivation est la possibilité de profiter du streaming gratuitement. En effet, les divers abonnements pour les compétitions sportives peuvent s'avérer onéreux, ce qui pousse certaines personnes à s'inscrire sur des sites de jeux d'argent afin de profiter du streaming.

La dernière motivation évoquée est les amis. Plusieurs personnes ont indiqué s'être inscrites sur ce genre de site, car des amis les fréquentaient déjà.

4.1.2.3 L'impact publicitaire

Dix-huit joueurs occasionnels ont répondu au questionnaire. La majorité d'entre eux ont répondu que la publicité des sociétés de jeux d'argent n'a pas d'impact sur leur comportement face au jeu.

4.1.2.4 La mise en place de campagnes de prévention

Les personnes ayant répondu au questionnaire se déclarent favorables à la mise en place de campagnes de prévention concernant les jeux d'argent en ligne. Selon elles, ces campagnes seraient essentielles afin de mieux prévenir la population face aux dangers des jeux d'argent. Ces campagnes doivent également permettre d'informer les joueurs quant aux différentes ressources disponibles et stratégies pouvant être mise en place. Ces campagnes doivent pouvoir fournir un soutien primordial pour les joueurs.

4.1.2.5 Les alternatives gratuites

La majorité des personnes ayant répondu au questionnaire considèrent les alternatives gratuites comme de bons substituts aux jeux d'argent. Ces alternatives permettent aux joueurs de vivre une expérience agréable, sans risque de connaître des pertes d'argent. La mise en place de classements et compétitions sur ces applications permet d'ajouter une dimension attrayante pour les joueurs.

4.2 Croisement des résultats

Dans cette partie, je vais comparer les données récoltées aux travers des différents entretiens semi-structurés et du questionnaire afin d'en déduire si des idées se rejoignent ou se contredisent.

Tableau 4. Les résultats qui se rejoignent

Personnes touchées par l'addiction (Entretiens)	Joueurs occasionnels (Questionnaire)

La recherche du gain (5.1.1.1)	Le gain d'argent (5.1.2.2)
La recherche d'adrénaline (5.1.1.2)	La recherche d'adrénaline (5.1.2.1)
Souhaitent des campagnes de sensibilisations fortes (5.1.1.10)	Favorables aux campagnes de prévention (5.1.2.4)
Alternatives gratuites sont efficaces (5.1.1.11)	Alternatives gratuites sont de bons substituts (5.1.2.5)

Tout d'abord, aussi bien les personnes touchées par l'addiction que les joueurs occasionnels ont commencé à fréquenter les jeux d'argent dans le but de gagner de l'argent. Etant fans de sports pour la majorité d'entre eux, ils y voyaient un moyen facile de gagner de l'argent.

Ensuite, l'effet principal recherché par les personnes ayant été addict est la montée d'adrénaline que leur apporte cette pratique. Cela coïncide avec les réponses récoltées chez les joueurs occasionnels qui recherchent principalement quatre choses au travers des jeux d'argent, dont l'adrénaline.

De plus, les personnes touchées par l'addiction estiment les messages préventifs proposés actuellement sans effet, c'est pourquoi elles souhaitent la mise en place de campagnes de sensibilisations fortes. Ces propos s'accordent avec ce qui a été observé au travers du questionnaire. En effet, les joueurs occasionnels sont favorables à la mise en place de campagne de prévention.

Enfin, les personnes ayant été touchées par l'addiction considèrent les alternatives gratuites comme efficaces. Ils utilisent ces applications comme substituants aux jeux d'argent. Cela fait écho avec ce qui est observé avec le questionnaire puisque les joueurs occasionnels voient ces applications comme de bons substituants également.

4.2.1 Les données qui ne se rejoignent pas

Concernant les données qui ne se rejoignent pas, il y a :

- L'impact publicitaire : en effet, du côté des personnes touchées par l'addiction, les résultats sont mitigés. Certaines personnes estiment ne pas être réceptives à la publicité et non donc pas été impactées dans leurs comportements de jeu. Et d'autres affirment avoir été impactées par la publicité à différents moments. En ce qui concerne les joueurs occasionnels, une grande majorité estime ne pas être impactée.

- Les effets recherchés : au fil du temps, les personnes touchées par l'addiction ne recherchent plus qu'à gagner de l'argent pour récupérer ce qui a été perdu. Tandis que du côté des joueurs occasionnels, ils recherchent principalement quatre effets, à savoir le divertissement, l'adrénaline, le gain d'argent ainsi que le plaisir de jouer.

4.3 Les résultats et interprétations de l'entretien semi-structuré

Dans cette partie, je vais rassembler les idées qui se rejoignent ou se ressemblent, et ensuite, je vais les interpréter.

Question : *Qu'est-ce qui t'a poussé à fréquenter ce genre de site ?*

Interview 4 : *Je dirai le manque d'argent à ma majorité. Je n'avais pas de revenu car j'avais des problèmes pour suivre correctement une formation professionnelle. J'espérais finir avec assez d'argent pour passer un bon été.*

Interview 5 : *Je me disais que je pouvais gagner de l'argent en plus de pouvoir regarder mes sports favoris.*

Interview 6 : *J'avais un loyer à payer pour mon appartement. Et donc, je commençais à m'inquiéter car je ne savais pas comment faire. Du coup, j'ai commencé à jouer aux paris sportifs car un pote à moi y jouait et il gagnait.*

Tout d'abord, on peut voir que ce qui pousse les gens à fréquenter les sites de jeux d'argent en ligne est la recherche d'argent. En proie à des difficultés financières, ils y voient les jeux d'argent comme un moyen facile de gagner de l'argent et donc, de pouvoir résoudre leurs problèmes financiers. De plus, étant des passionnés de sport, ils y voyaient l'opportunité de gagner de l'argent tout en regardant leurs sports favoris.

Question : *Que recherchais-tu en fréquentant ces sites ?*

Interview 1 : *C'était l'adrénaline. Regarder un match qui, de base, ne t'intéresse pas et dont tu es content que le scénario que tu t'es mis en tête va se passer grâce à ton analyse. C'était un principe d'avoir un peu plus d'adrénaline sur un match.*

Interview 2 : *Au début, c'était le fait d'analyser un peu les matchs et de faire ça avec un ami. Et puis, il y avait aussi l'adrénaline je dirai. Ça apportait un peu d'excitation au match et c'est quelque chose qui me plaisait.*

Interview 5 : *Je recherchais cette adrénaline que je ressentais lorsque je jouais.*

Ce que recherchent certaines personnes au travers des jeux d'argent, c'est l'aspect analytique des matchs et l'espoir que tout se déroule comme ils l'ont prévu. Cette approche du jeu leur permet de se plonger dans la prédiction et l'évaluation de la forme et des performances des équipes/sportifs, ce qui améliore l'expérience de jeu. En effet, ces analyses peuvent être faites en groupes, ce qui leur procure des discussions enrichissantes autour de leur passion pour le sport.

Ensuite, la recherche d'adrénaline est une motivation importante pour les joueurs. La montée d'adrénaline leur procure de l'excitation, elle apporte un attrait supplémentaire pour l'évènement sportif sur lequel ils ont joué.

Question : *Que recherchais-tu en pariant ?*

Interview 3 : *Je n'ai pas commencé les paris pour l'adrénaline des matchs. J'ai juste fait ça pour essayer de gagner de l'argent.*

Interview 4 : *Je recherchais la rentabilité, faire des beaux bénéfices avec de petites mises.*

Interview 6 : *L'adrénaline, ce n'est pas quelque chose que je recherchais. Comme j'ai dit avant, je cherchais à récupérer ce que j'avais perdu.*

Cependant, pour d'autres joueurs, l'adrénaline n'est pas un facteur de motivation. Ce qu'ils recherchent principalement, c'est le gain d'argent. Ils y voient les jeux d'argent comme une source de profit financier et non comme une source de sensations fortes ou d'excitation. Leur approche du jeu se voit alors uniquement axée sur les résultats, avec la recherche de la maximisation des bénéfices.

Question : *Maintenant que tu es sorti de cette addiction, comment te sens-tu par rapport à cette situation ?*

Interview 1 : *De la honte, il y en a quand même d'avoir été aussi loin. Que tu me dises que je suis sorti de l'addiction, non car je pense qu'être sorti de l'addiction, ça inclut de ne plus du tout jouer. Mais ça m'arrive encore de craquer, mais de manière plus occasionnelle.*

Interview 2 : *Je dirai que je ne suis pas réellement sorti de cette addiction car ça m'arrive encore de faire des paris, mais de façon plus mesurée. Je n'en suis pas fier et d'ailleurs, je n'en ai jamais parlé à mes parents. Je ressens un peu de honte.*

Interview 3 : *Maintenant que j'ai arrêté, ça m'arrive de temps en temps de vouloir réinstaller BWIN, mais heureusement, jamais au point que ça ne soit trop tentant non plus.*

Interview 4 : *Je me sens très mal car même si j'ai récupéré une stabilité financière, je garde toujours cette boule au ventre quand je vois passer une pub de jeux d'argent. Je ressens une haine et un dégoût envers moi-même.*

Interview 5 : *Je ne suis pas encore totalement sorti, je peux rechuter à tout moment, des fois c'est dur, mais je tiens.*

Différents sentiments sont ressentis par les personnes qui ont été touchées par l'addiction. Dans un premier temps, elles ressentent une profonde honte par rapport à cette situation. Elles se sentent mal à l'aise et embarrassées par l'incapacité qu'elles ont eues à contrôler leur comportement de jeu. Il est encore difficile pour ces personnes de parler de ça avec leur entourage, ce qui provoque également de la culpabilité.

Pour certaines personnes, ce sentiment de honte va même plus loin et se transforme en dégoût envers elles-mêmes, de ne pas avoir été capables de s'arrêter à temps.

Ces personnes estiment également ne pas être sorties de l'addiction. Selon elles, on ne peut se considérer comme sorti de l'addiction uniquement si on ne joue plus jamais, ce qui n'est pas leurs cas puisque la tentation reste toujours présente. Elles sont conscientes que, bien qu'elles n'aient plus joué depuis un moment, l'envie de rejouer peut resurgir tout moment. Cette perception de la sortie de l'addiction montre bien la difficulté de s'en libérer complètement.

Question : *Ce qui t'a poussé à jouer de plus en plus, c'est la perte d'argent ?*

Interview 3 : *Ce qui m'a poussé à y jouer de plus en plus, comme je l'ai déjà dit, c'était de récupérer ce que j'avais perdu, et aussi la frustration de ne pas réussir à gagner de l'argent aussi facilement que prévu.*

Interview 4 : *Ce qui me poussait à toujours jouer plus, c'était les pertes qui s'accumulaient. Je voulais absolument récupérer ce que j'avais perdu et c'est pourquoi je jouais toujours plus.*

Interview 5 : *Oui, il y avait le côté de vouloir me refaire après avoir perdu de l'argent.*

Question : *Et donc, ce qui t'a poussé à jouer de plus en plus, c'est le gain d'argent. Tu t'es dit que tu allais gagner de l'argent en plus et ça t'a fait augmenter ton temps de jeu ?*

Interview 1 : *Il y avait ça : quand tu gagnes, il faut toujours gagner plus alors qu'avant il n'y avait pas d'objectif. Et puis il y a le côté que quand tu joues, tu y es habitué et donc l'adrénaline avec des petites mises ne suffit plus.*

On peut voir que deux raisons poussent à jouer toujours plus. D'une part, il y a la volonté de récupérer les pertes accumulées. Après avoir perdu de l'argent, les joueurs espèrent pouvoir récupérer ce qui a été perdu, ce qui les pousse à toujours jouer plus. A ce stade, les joueurs jouent de manière compulsive.

D'autre part, il y a également ce que l'on peut appeler l'effet des gains. Lorsqu'un joueur gagne, il ressent beaucoup de satisfaction. Cette réussite crée alors chez lui une envie de continuer à jouer, avec l'espoir de toujours gagner plus d'argent. Ce sentiment de réussite pousse le joueur à augmenter ses mises et à jouer de plus en plus, en espérant enchaîner les victoires.

De plus, à force de jouer, certains joueurs constatent qu'ils ne retrouvent plus l'adrénaline qu'ils recherchent en jouant de petites mises. Ils vont alors jouer des sommes de plus en plus importantes afin de retrouver cette adrénaline.

Question : *Est-ce que la publicité pour les jeux d'argent avait un impact sur ton comportement ?*

Interview 1 : *Dans mon cas, ça n'avait pas d'impact ou alors c'était inconscient. Mais je ne suis pas très réceptif. Ce n'est pas parce que je vais voir trois pubs que je vais avoir plus envie de jouer que d'habitude.*

Interview 2 : *Non, franchement, je ne suis pas réceptif à ce genre de messages, et heureusement d'ailleurs car la visibilité pour ces sites est vraiment énorme.*

Interview 6 : *Il y a le fait qu'ils disent que plus tu mises, plus tu vas gagner. Mais pour moi, ce n'est pas vraiment ça, je ne pense pas avoir été trop influencé par ce genre de messages.*

Question : *Est-ce que la publicité pour les jeux d'argent avait un impact sur ton comportement ?*

Interview 4 : *Oui, les publicités avaient un impact sur mon envie de jouer ou non.*

Interview 5 : *Indirectement, oui, voir les publicités partout influence forcément.*

Au travers de ses différents témoignages, on peut voir que l'impact de la publicité pour les jeux d'argent varie d'une personne à l'autre. Certaines personnes estiment ne pas être réceptives à

la publicité et ne pensent pas avoir été influencées. Pour elles, l'omniprésence des sociétés de jeux d'argent n'a pas d'impact sur leurs comportements de jeu.

En revanche, d'autres personnes se déclarent réceptives à cette publicité. Elles reconnaissent que l'omniprésence de la publicité pour ces jeux avait un impact sur leurs comportements de jeu. Voir de la publicité pour les jeux d'argent en télévision par exemple, pouvait les influencer à jouer.

Question : *Est-ce que cette addiction a affecté ta relation avec ton entourage ?*

Interview 1 : *Il y a eu une rupture de confiance entre moi et mes parents quand je leur disais que je jouais plus alors qu'il suffisait d'aller voir mon compte pour voir que quinze transactions avaient été faites en un mois.*

Interview 5 : *Aussi, je passais beaucoup moins de temps avec mon entourage, je n'avais plus vraiment envie de sortir avec mes proches, ça m'arrivait de changer de plan en dernière minute en fonction des paris. Et surtout, il y avait des mensonges.*

Interview 6 : *Ça m'arrive souvent d'annuler des sorties pour rester à jouer chez moi, je trouve des excuses pour pas sortir. Aussi, ça affecte ma relation avec ma mère car je deviens facilement irritable.*

L'addiction aux jeux d'argent a un réel impact négatif sur la relation avec l'entourage pour plusieurs raisons. Il y a tout d'abord une perte de confiance qui se ressent car les personnes touchées par l'addiction ont tendance à mentir pour cacher ce problème qu'ils connaissent. Les mensonges répétés ont pour conséquence de diminuer la confiance et de provoquer un état de méfiance et de suspicion constant.

De plus, l'addiction provoque dans de nombreux cas l'isolement social. Les joueurs passent moins de temps avec leurs familles et leurs amis car ils préfèrent s'isoler pour jouer. L'isolement peut se traduire par l'annulation de sorties ou d'activités, ce qui a un impact négatif sur les relations sociales.

Également, l'addiction peut être cause de nombreuses disputes avec l'entourage. Les pertes financières plongent les joueurs dans un état de nervosité qui les rend irritables. Du fait de cette situation, un rien peut les agacer et provoquer des disputes.

Question : *Est-ce que tu as observé des changements dans ton comportement ?*

Interview 4 : *La seule personne qui souffrait de mon addiction, c'était ma copine car je la délaissais totalement, je m'isolais.*

Interview 5 : *Personnellement, je sentais bien que j'étais facilement irritable, j'enchainais les mensonges pour couvrir mes pertes et mon addiction alors que ça ne me ressemble pas du tout. Et aussi, j'avais l'impression de devenir bipolaire.*

Interview 6 : *Oui, il y a le fait qu'avant, je travaillais et qu'après, je ne faisais plus rien, je m'isolais. Il y a aussi le fait que je répondais de façon agressive quand ça n'allait pas, j'étais assez irritable.*

Un changement au niveau du comportement peut être observé chez certaines personnes touchées par l'addiction. L'un des premiers signes observés est l'isolement. Ces personnes ont tendance à privilégier le fait de rester seules pour jouer plutôt qu'à passer du temps avec la famille et les amis. Cet isolement renforce leur addiction et les éloigne de leur entourage petit à petit.

En parallèles, ces personnes deviennent également facilement irritables. Les différentes pertes ainsi que la nécessité de continuer à jouer pour tenter de récupérer ce qui a été perdu les plonge dans un climat d'agacement qui va provoquer des disputes avec l'entourage et renforcer encore plus l'isolement.

Enfin, l'addiction entraîne une baisse de la productivité. Pour ces personnes, le jeu prend une place importante dans leurs vies au quotidien, à tel point qu'elles ne s'adonnent plus qu'à cette activité. Elles passent moins de temps ou négligent leur travail ce qui peut mener à des conséquences financières encore plus importantes en cas de lourdes pertes.

Question : *Au sujet des technologies persuasives. Penses-tu que ce genre d'application peut être efficace ou bien ce n'est pas pertinent ?*

Interview 1 : *Je pense que ça peut être efficace, mais pour être réceptif à ça, il faut déjà qu'on ait fait un travail par nous-mêmes, en étant conscient de la situation dans laquelle on est. Si on se ment à soi-même, je pense que n'importe quel procédé ne fonctionnera pas, car tu ne seras pas réceptif.*

Interview 2 : *Je pense que ce genre d'application peut être efficace. Mais pour qu'elle le soit, il faut que la personne soit consciente de son problème, qu'elle soit prête à le reconnaître. Si la personne est dans une situation de déni, je pense que l'application ne sera pas efficace.*

Interview 3 : *Oui, je pense que ça pourrait être une bonne idée, on peut voir que ces applications rencontrent du succès pour d'autres addictions. Je pense que ça serait vraiment efficace car ça encouragerait les gens à modifier leur comportement. Ça apporte aussi une certaine fierté d'être arrivé à s'en sortir par soi-même.*

Interview 6 : *J'ai déjà utilisé ce genre d'application pour arrêter de fumer, mais ça dépend vraiment de ta détermination. On est libre, faut vraiment avoir l'envie.*

Les personnes touchées par l'addiction se montrent favorables à la mise en place d'applications appelées technologies persuasives. Ces applications peuvent être efficaces pour inciter à adopter de meilleurs comportements. Cependant, elles posent une condition pour que ce type d'application soit efficace : il est important que le joueur soit conscient de son addiction, qu'il soit prêt à en sortir. Dans le cas où le joueur refuse d'admettre qu'il a un problème d'addiction, ces personnes estiment que ce type d'application, ou tout autre stratégie, ne peuvent être efficaces. On peut donc en conclure que la prise de conscience et la détermination du joueur à s'en sortir sont indispensables pour maximiser les bénéfices des technologies persuasives.

De plus, il est gratifiant pour ces joueurs de parvenir à sortir de l'addiction via l'utilisation de ces technologies car cela leur permet de résoudre leurs problèmes d'addictions par eux-mêmes. Par l'utilisation des technologies persuasives, elles y verraient l'opportunité de reprendre le contrôle de leurs vies et de surmonter leur dépendance de manière autonome.

Question : *Est-ce que tu penses que la mise en place de campagnes de sensibilisation serait pertinente ?*

Interview 1 : *Il faut qu'il y ait un impact, que la vidéo soit forte. Pour les paris sportifs, il n'y a jamais eu aucune vidéo assez trash où l'on explique le quotidien d'un joueur qui finit par tout perdre. Il faut que le message soit vraiment choquant, poignant.*

Interview 2 : *Je pense que si tout d'un coup, on commence à voir régulièrement ce type de messages, ça pourrait vraiment avoir un impact positif dans la lutte contre l'addiction aux jeux d'argent. Mais il faut vraiment que le message soit fort. L'idéal serait une campagne diffusée en télévision, à la radio et sur les réseaux sociaux.*

Question : *Est-ce que tu penses que la mise en place de campagnes de sensibilisation serait pertinente ?*

Interview 3 : *Pour moi, les messages préventifs ne veulent rien dire et ils sont inefficaces. Je pense que le message préventif le plus efficace, c'est de présenter le vécu des gens qui y ont joué et qui peuvent dissuader d'autres personnes de jouer.*

Interview 6 : *Je pense que ça peut être efficace, que ça peut dissuader, mieux informer sur les risques que l'on peut rencontrer, mais à condition de mettre en avant le vécu d'autres personnes. Il n'y a que les personnes victimes de cette addiction qui peuvent comprendre ce qu'on ressent.*

Les personnes touchées par l'addiction estiment que les messages de prévention qui existent actuellement sont inefficaces. Elles estiment que ces messages manquent de pertinence et de clarté, ce qui diminue leur impact. Selon elles, ces messages ont peu de signification et ne permettent pas d'informer correctement sur les dangers des jeux d'argent. On peut donc en conclure que ces messages de prévention ne parviennent pas à dissuader les comportements de jeux à risque.

Cependant, ces personnes estiment que la mise en place de campagnes de sensibilisation et de prévention pourrait être efficace, à condition d'être bien conçue. Afin de maximiser l'impact de ces campagnes, elles suggèrent l'exposition de messages forts, voire choquants, avec l'objectif de réussir à capter l'attention et ainsi pouvoir mieux informer sur les dangers des jeux d'argent.

Ces personnes suggèrent également de présenter les témoignages de personnes ayant été touchées par l'addiction. D'après elles, seuls ceux qui ont vécu l'addiction peuvent comprendre la réalité et la difficulté de combattre cette addiction. Ces témoignages rendraient les messages de prévention plus percutants et plus pertinents.

Question : *Et dans ces campagnes, ils pourraient aussi mettre en avant les alternatives gratuites. Qu'en penses-tu ?*

Interview 1 : *Effectivement, ça peut bien marcher parce que tu fais ça avec des potes, ça se fait sous forme de classement. Tu as quand même l'adrénaline par principe du jeu. Ça peut être une bonne alternative de promouvoir plus ce genre d'application, qui reste vraiment dans l'ombre.*

Interview 2 : *Oui, je pense que ça serait aussi important d'en parler. Ils pourraient insister sur le côté amusement entre amis avec ce genre d'application.*

Au travers de ces témoignages, on peut en déduire que les alternatives gratuites devraient être davantage mises en avant, car elles n'ont que trop peu de visibilité à l'heure actuelle. Ces applications offrent la possibilité de jouer avec des amis, intègrent des classements, ce qui permet de trouver une certaine adrénaline similaire à celle des jeux d'argent.

Dans la promotion de ces applications, il serait intéressant de mettre l'accent sur le côté amusement entre amis. En appuyant sur ce côté ludique, ces applications pourraient attirer de nombreuses personnes et les inciter à opter pour des alternatives sans risques financiers.

Enfin, les personnes touchées par l'addiction déclarent que ces alternatives gratuites pourraient être intégrées aux campagnes de prévention afin de bien montrer l'existence d'options viables et attractives pour remplacer les jeux d'argent.

4.4 Les résultats et interprétations du questionnaire

Tout d'abord, à la question « A quoi jouez-vous sur ces sites ? » 94,4% ont répondu jouer aux paris sportifs. Et les résultats du questionnaire montrent que ces joueurs occasionnels recherchent différentes choses sur les sites de jeux d'argent, à savoir gagner de l'argent, s'amuser, profiter du streaming proposé sur ces sites. Tout comme les joueurs ayant connu l'addiction, l'adrénaline est également une sensation que ces joueurs recherchent.

Ensuite, on peut voir que les personnes interrogées ne sont pas influencées par la publicité pour les jeux d'argent. En effet, à la question « Les spots publicitaires pour ce genre de sites ont-ils un impact sur votre comportement face au jeu ? », 88,9% ont répondu non. Ceci montre donc que, comme évoqué précédemment, le plaisir et le divertissement sont des motivations importantes pour les joueurs occasionnels.

Toujours en ce qui concerne la question de la publicité, les réponses des participants du questionnaire sont partagées. En effet, 50% considèrent l'omniprésence des sociétés des jeux de hasard comme préoccupante et problématique, alors que 39% ne juge pas ça choquant. De plus, 50% des répondants se montrent favorables à l'interdiction de la publicité pour ces jeux.

De ce fait, l'échantillon des personnes interrogées ne semblent pas être tellement dérangé par cette publicité, ce qui peut s'expliquer par le fait que ces personnes ne soient pas réceptives à la publicité, qui n'a pas d'impact sur leurs comportements de jeu.

De plus, les personnes se montrant contre l'interdiction de la publicité évoquent plusieurs raisons. Elles estiment que chacun doit être responsable de ses actions et de ses choix en termes

de jeu. Il en est de la responsabilité de chacun de gérer son rapport avec les jeux d'argent. Aussi, ces personnes considèrent qu'un message préventif est suffisant pour avertir les joueurs des risques. Tant que ces avertissements sont présents, elles ne voient pas d'inconvénients à la diffusion de publicités pour les jeux d'argent. On peut en déduire que pour ces personnes, l'éducation et la sensibilisation sont des outils plus efficaces que l'interdiction pure et simple de la publicité.

Puis, à la question « Considérez-vous les applications de pronostics gratuits comme une bonne alternative aux paris ? », 55,6% ont répondu oui. En ce qui concerne les personnes qui ont répondu non à la question, on peut voir dans les justifications que la raison principale est l'argent. Pour elles, l'attrait principal des jeux d'argent, c'est de gagner de l'argent. Sans cet enjeu financier, l'excitation et l'intérêt pour le jeu diminuent fortement.

De plus, certaines personnes estiment que les alternatives gratuites peuvent servir de tremplin vers les jeux d'argent. Elles estiment que, bien que moins attrayante sans enjeu financier, ces applications gratuites peuvent donner un avant-goût des jeux d'argent et susciter l'envie de passer sur les plateformes de jeux d'argent.

Elles considèrent également que ces applications peuvent créer un intérêt initial et créer une habitude de jeu qui peut se traduire par un passage aux jeux d'argent. Dans ce sens, ces applications détiennent un potentiel incitatif pour commencer à jouer avec de l'argent réel.

Enfin, à la question « Seriez-vous favorable à la mise en place de campagnes de prévention face aux jeux de hasard ? », 94,4% ont répondu oui. On peut en conclure que les répondants considèrent ces campagnes comme nécessaires afin d'informer le public face aux différents dangers pouvant être rencontrés, mais qu'elles pourraient également apporter du soutien aux personnes déjà touchées par l'addiction.

4.5 Exemples de campagnes de prévention et technologies persuasives

Dans cette partie, je vais présenter des exemples de campagnes de préventions qui existent actuellement afin de lutter contre d'autres problèmes sociaux. Et également aborder une application utilisée dans le cadre d'une autre addiction.



Figure 13. Campagne de prévention pour la sécurité routière en France



Figure 14. Campagne de prévention sur l'usage des drogues en France

Comme discuté lors des entretiens avec des personnes ayant été addicts, il est nécessaire de mettre en place des campagnes de prévention avec un message fort et choquant. De tels campagnes sont déjà mises en place pour d'autres enjeux tels que la sécurité routière (Figure 13) ou bien l'usage des drogues (Figure 14).



Figure 15. Application Ouiquit, pour arrêter de fumer

Précédemment, j'ai évoqué l'utilisation des technologies persuasives pour lutter face à certaines addictions. Ces applications permettent un traitement par soi-même et présente l'avantage de montrer une évolution, de voir les bienfaits de l'arrêt de cette pratique addictive (Figure 15).

5 Conclusion

5.1 Synthèse

En conclusion, je peux affirmer que la communication peut apporter diverses solutions afin de prévenir et de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent.

L'objectif principal de cette recherche était de mettre en avant la manière dont l'information préventive pourrait être mise en place pour permettre de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent chez les jeunes adultes. L'objectif était également de répondre à la question de recherche « Comment l'information préventive peut-elle permettre de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent chez les jeunes adultes ? »

Afin de débiter cette recherche, j'ai tout d'abord réalisé un état de l'art. Dans un premier temps, j'ai abordé ce que sont les jeux de hasard en présentant leurs caractéristiques et en donnant une vue globale des différents types de jeu existants. (Tableau 2). J'ai ensuite présenté les différents concepts et notions concernant le sujet de l'étude. Chacun de ces éléments a été définis.

Ensuite, j'ai rédigé la méthodologie qui se base sur une approche mixte :

- Une analyse qualitative composée de six entretiens avec des personnes ayant été addicts aux jeux d'argent
- Une analyse quantitative avec l'élaboration d'un questionnaire partagé auprès d'utilisateurs occasionnels des sites de jeux d'argent.

A la suite de cette méthodologie, l'étape suivante était l'analyse et l'interprétation des résultats. J'ai pu déterminer ce qui pousse les gens à se rendre sur les sites de jeu d'argent et ce qu'ils recherchent, ce qui constitue le premier objectif de la recherche.

Tableau 5. Les raisons qui poussent à se rendre sur les sites de jeux d'argent.

Les personnes touchées par l'addiction	Les joueurs occasionnels
Recherche du gain	Gagner de l'argent
Recherche d'adrénaline	L'amusement
Analyse des matchs	Profiter du streaming
Entourage qui y joue	Recherche d'adrénaline
	Le divertissement

	Entourage qui y joue
--	----------------------

On peut en conclure, qu'ils soient joueurs occasionnels ou touchés par l'addiction, les individus recherchent les mêmes choses sur les sites de jeux d'argent. En effet, ils sont attirés par les gains financiers, l'adrénaline et l'excitation, ainsi que par le divertissement et le plaisir que ces sites peuvent offrir.

Le second objectif était d'observer si la publicité massive opérée par les entreprises de jeux d'argent a un impact sur le comportement des joueurs, si cela les incite à jouer ou non. Mais aussi de se questionner sur la manière dont peut être utilisée l'information préventive.

Concernant ce point, les résultats diffèrent entre les données récoltées via les entretiens et le questionnaire.

- Les joueurs occasionnels : la publicité n'a pas vraiment d'impact sur leurs comportements de jeu.
- Les personnes touchées par l'addiction : l'impact de la publicité varie. Certaines personnes n'y sont pas du tout réceptives. D'autres le sont et sont influencées à certains moments dans leurs comportements face au jeu.

À la suite des interviews menées, différentes solutions ont pu être discutées afin de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent via la communication. Ces discussions permettent de répondre à la question de recherche « Comment l'information préventive peut-elle permettre de lutter face à l'addiction aux jeux d'argent chez les jeunes adultes ? » Les solutions sont les suivantes :

- La mise en place de campagnes de prévention avec un message fort et présentant les témoignages de personnes touchées par l'addiction.
- La promotion des alternatives gratuites aux jeux d'argent.
- Le développement d'applications de types « technologies persuasives » comme il en existe pour lutter face à d'autres addictions comme le tabac ou l'alcool

5.2 Limites de la recherche

Tout d'abord, l'enquête auprès des joueurs occasionnels a été réalisée avec un échantillon réduit, ce qui constitue une première limite de cette recherche. Il serait donc intéressant de

mener une enquête auprès d'un échantillon plus large afin de récolter plus de données et de renforcer la validité des conclusions.

Deuxièmement, les entretiens ont été menés auprès de personnes jouant au même type de jeux, à savoir les paris sportifs. Cette similarité peut limiter la portée des résultats. Il serait donc intéressant de s'entretenir avec des personnes jouant à d'autres types de jeux comme les jeux de casino en ligne ou le poker. Cela permettrait d'obtenir une compréhension plus complète des motivations à se rendre sur ces sites.

Troisièmement, les solutions proposées ne sont que des propositions. A l'heure actuelle, il n'existe pas de données concrètes sur l'efficacité des alternatives gratuites, et une application dédiée à la lutte contre cette addiction n'existe pas encore. Les suggestions formulées reposent sur des avis recueillis. L'impact restera à évaluer si ces suggestions sont mises en place.

5.3 Discussion et perspectives

Comme je l'ai évoqué ci-dessus, les solutions proposées ne sont que des propositions puisqu'il n'existe pas encore de campagnes de prévention fortes tels que dans le cadre de la sécurité routière (Figure 13), ou d'applications tels que celles pour arrêter de fumer (Figure 15). Si dans le futur, ces suggestions devaient voir le jour, de futures recherches pourraient être menées afin d'évaluer leurs impacts.

De plus, le Conseil Supérieur de la Santé a récemment donné de nouvelles recommandations à la suite de l'augmentation du nombre de joueurs sur les sites de jeux d'argent. Il recommande notamment l'interdiction de toute publicité pour les jeux de hasard ou encore d'interdire l'accès à ces jeux aux moins de 21 ans. De nombreux projets de loi contre la publicité pour ces jeux voient le jour. De plus, dès janvier 2025, les sociétés de jeux d'argents ne pourront plus être sponsor principal des maillots des clubs de football belge, ce qui devrait diminuer leur visibilité.

Si ces recommandations ou projets de lois venaient à être mis en place, de futures recherches pourraient être menées sur base des données que j'ai récoltées. Cela permettrait de mesurer l'impact de ces mesures en comparant les résultats obtenus avant et après leurs mises en place.

6 Bibliographie

Amsellem-Mainguy, Y. Vuattoux, A. (2018) Enquêter sur la jeunesse. Outils, pratiques d'enquêtes, analyses. Chapitre 5. Dans Enquêter sur la jeunesse. 2018 Pages 107 à 120

[Chapitre 5. Enquêter par questionnaire | Cairn.info](#)

Barrault, S. Varescon, I. (2016) L'addiction aux jeux de hasard et d'argent en ligne : quelles spécificités ?

<https://doi.org/10.4000/terminal.1523>

Bastien, C. Brangier, E. (2021) Expérience utilisateur. Dans Ergonomie : 150 notions clés. Pages 274 à 278

[Expérience utilisateur | Cairn.info](#)

Bellow, E. Majd, T. Lopez, J. (2020) Technologie Persuasive et Gestion des Soins : un examen Systématique. Dans Management et Avenir Santé 2020/2 (numéro 7), pages 57 à 75

[Technologie Persuasive et Gestion des Soins : un Examen Systématique | Cairn.info](#)

Blanchard-Dignac, C. (2011) La révolution numérique des jeux d'argent. Dans Pouvoirs. 2011/4 (numéro 139), pages 25 à 38

[La révolution numérique des jeux d'argent | Cairn.info](#)

Bonenfant, M. Genvo, S. (2014) Une approche située et critique du concept de gamification doi.org/10.4000/sdj.286

Brangier, E. Valléry, G. (2021) Persuasion interactive Dans Ergonomie : 150 notions clés Pages 394 à 396

[Persuasion interactive \[1\] | Cairn.info](#)

Cohard, P. (2015) L'apprentissage dans les serious games : proposition d'une typologie. Dans GRH 2015/3 (Numéro 16) Pages 11 à 40

[L'apprentissage dans les serious games : proposition d'une typologie | Cairn.info](#)

Darpy, D. Kojoue, L. (2016) Chapitre 6. La persuasion Dans Comportements du consommateur Pages 173 à 188

[Chapitre 6. La persuasion | Cairn.info](#)

Fourquet-Courbet, M. Courbet, D. (2015) Les *serious games*, dispositifs de communication persuasive Quels processus sociocognitifs et socio-affectifs dans les usages ? Quels effets sur les joueurs ? État des recherches et nouvelles perspectives Dans Réseaux 2015/6 (Numéro 194) Pages 199 à 228

[Les serious games, dispositifs de communication persuasive | Cairn.info](#)

Imbert,G. (2010) L'entretien semi-directif : à la frontière de la santé publique et de l'anthropologie. Dans Recherches en soins infirmiers. (Numéro 102) Pages 23 à 34
[L'entretien semi-directif : à la frontière de la santé publique et de l'anthropologie | Cairn.info](#)

Jarvinen-Tassopoulos, J. (2010) Les jeux d'argent : un nouvel enjeu social ? Dans Pensée Plurielles 2010/1 (Numéro 23) Pages 65 à 76
[Les jeux d'argent : un nouvel enjeu social ? | Cairn.info](#)

King,D. Delfabbro,P. (2020) The convergence of gambling and monetised gaming activities
Volume 31 Pages 32-36
doi.org/10.1016/j.cobeha.2019.10.001

Ko,C. (2014) Internet gaming disorder
[Internet Gaming Disorder | SpringerLink](#)

Krief, N. Zardet, V. (2013) Analyses de données qualitatives et recherche-intervention. Dans Recherches en sciences de gestion 2013/2 (Numéro 95) Pages 211 à 237
[Analyse de données qualitatives et recherche-intervention | Cairn.info](#)

Monso,O. de Saint Pol, T. (2010). La perception graphique : mieux construire et interpréter les graphiques. Dans Courrier des Statistiques (Numéro 129) Pages 67-74
[Résultats de la recherche | Insee](#)

Oliveri,N (2014). Jeux d'argent en ligne : entre usages virtuels et problématiques réel Dans Pensée Plurielle (numéro 37) pages 43 à 52
[Jeux d'argent en ligne : entre usages virtuels et problématiques réelles | Cairn.info](#)

Orji,R. Moffatt,K. (2018) Persuasive technology for health and wellness: State-of-the-art and emerging trends
[Persuasive technology for health and wellness: State-of-the-art and emerging trends \(sagepub.com\)](#)

Piperini,M. (2012) L'effet paradoxal de la communication persuasive en sessions d'éducation pour la santé. Dans Santé Publique 2012/6 (Vol.24) Pages 533 à 546
[L'effet paradoxal de la communication persuasive en sessions d'éducation pour la santé | Cairn.info](#)

Pluchard, S. (2023) Les effets subjectifs des technologies persuasives : entre illusions et fiction. Dans Recherches en psychanalyses 2023/1-2 (Numéro 35-36) Pages 85 à 100
[Les effets subjectifs des technologies persuasives : entre illusion et fiction | Cairn.info](#)

Pucillo, F. Cascini, G. (2014) A framework for user experience, needs and affordances. *Design Studies*, 2014, n°35, p. 160-179
[A framework for user experience, needs and affordances | Request PDF \(researchgate.net\)](#)

Sinbandhit, D (2013). Addict aux jeux d'argent en ligne – De l'ordinaire à la barbarie. Dans Le Sociographe 2013/3 (numéro 43), pages 85 à 95
[Addict aux jeux d'argent en ligne | Cairn.info](#)

Vernette,E (2017). Chapitre 2. Conduire une étude qualitative. Dans Techniques d'études de marché. Pages 31 à 48

[Chapitre 2. Conduire une étude qualitative | Cairn.info](#)

7 Annexes

7.1 Retranscription des entretiens

7.1.1 Retranscription du premier entretien

J: Du coup, la première question, ça va être un peu sur ton expérience avec les jeux donc du coup est-ce que tu peux parler un peu de ton histoire avec les jeux d'argent pour commencer ?

C: Alors donc j'ai commencé en 2014, enfin commencé au tout début donc j'avais 15 ans et j'avais juste été une fois avec mon cousin au Ladbrokes, c'était juste joué 2€, c'était lui qui avait joué pour moi et puis voilà, j'avais bien aimé mais à l'époque, ce qui était fun, c'était regarder les matchs du jour et commencer à les analyser et voir quelles sont les probabilités de gains, et cetera. Donc de 2014 à 2015, je me suis juste contenté de jouer vraiment un, ou 2€ par ci par là tous les mois, tous les 2 mois, n'y avait rien de grave et après le premier dépôt que j'ai fait, c'était avec l'accord de mon père et on avait mis 20€ sur un site, j'avais 16 ans mais c'était lui qui gérait le compte et qui me disait que je pouvais jouer. Et une fois, j'ai gagné une grosse somme. Donc en 2015, j'avais gagné 330 en jouant 2 euros un truc comme ça en donc ça a été un peu le début du processus et de l'addiction quand j'ai vu qu'il y avait autant d'argent sur mon compte voilà, c'était un peu plus compliqué à gérer. Et après donc vers 2016, là, j'étais encore mineur, j'allais avoir 18 ans seulement en fin d'année. Je m'étais inscrit sur tous les sites de paris avec le nom de mon père et de ma mère pour avoir un maximum de bonus car à ce moment-là, avant 2020, 2021 je sais plus, quand tu t'inscrivais parfois, tu recevais même de l'argent sans devoir mettre de l'argent en fait donc en gros, mes parents, sans qu'il le sache mais ils ont fini par le savoir, ils étaient inscrits sur différents sites. Et donc vers 2016, c'est là que j'ai commencé à jouer vraiment beaucoup, je m'étais inscrit sur tous les sites et donc je recevais 10 balles et je les rejouais directement. Et le premier vrai gain que j'ai gagné, c'était en septembre 2016, je m'en rappelle bien et j'avais gagné 1500€ en mettant 15,00€ et j'avais mis 6 matchs. Et là, l'appareil, quand tu vois que tu as 1500 euros sur ton compte, il faut être assez fort mentalement, pour déjà garder les mêmes mises et ne pas commencer à mettre plus. Voilà, donc je n'ai jamais eu vraiment le mental pour bien gérer quand j'avais une grosse somme d'argent sur mon compte de paris. J'étais bon dans l'analyse,

franchement j'avais des bons avis et tout mais ce n'est pas ça le problème, c'était surtout la gestion. Une fois que je gagnais c'était comment faire pour continuer à gagner et après il y a la période de perte. Tu te mets à perdre et t'essayes de te refaire. Et puis tu accumules pertes on va dire entre guillemets. Donc, voilà, de 2016 à 2018 j'ai continué à jouer sans que ce soit trop grave non plus. Puis, il y a eu 2019 où là, je suis arrivé à à mon prime de solde sur Unibet, j'étais monté à 10000€ ça fait quand même énorme et c'est là que ça a commencé à être totalement fou par rapport aux mises. Plus j'avais dans les années, plus il fallait beaucoup pour garder l'adrénaline. Mettre 5 pour gagner 20, je ne ressentais absolument rien et fallait mettre plus et c'est la honte parce que en 2019, quand j'avais 12000€ sur mon compte y a des fois je claquais des 1000€ sur un sur un match. C'est fou de dire ça, de se dire je claqué 1000 euros sur un match que je ne maîtrise pas, c'est grave quoi. Et donc au final j'ai craqué, dans les 12000 euros, je n'ai pas repris l'entièreté, j'ai perdu une partie mais au final j'ai réussi à me forcer à reprendre une partie donc ça va je ne suis pas revenu sans rien mais bon c'était assez grave. Ensuite en 2020, donc le confinement, le confinement, qui dit plus aucun match à parier. Sauf que les sites de paris ont quand même trouvé la méthode. Ils avaient commencé à faire des matchs de volley d'amateur ou faire du tennis de table. Des Ukrainiens qui jouent à 03h00 du matin, tu paries sur eux, tu sais même pas c'est qui mais tu joues quand même. Et au final et là ça fait que je suis encore passé dans dans un stade, où je ne pariais même plus en connaissance des matchs, en ayant analysé, c'était littéralement parier au hasard, tu mettais des gens au hasard en espérant que ça passe. Donc c'était un élément supplémentaire de l'addiction, tu paries sur des trucs en ayant aucune connaissance. Et donc voilà, après les années ont passés les années, il y a des moments où j'ai plus craqué que d'autres, des moments où j'ai été plus raisonnable. Et voilà. Aujourd'hui, franchement, ça va car mes parents me surveillent beaucoup. J'ai plusieurs contraintes. Voilà, je ne suis plus dans cette addiction-là, parfois je craque occasionnellement mais je suis arrivé à un stade où, disons que j'ai plus besoin de mettre 50€, voire plus sur un ticket. 5 euros simplement ça peut suffire. Mais là, j'essaie vraiment d'arrêter de parce que c'est un peu comme l'alcoolisme. Une fois que tu recommences, tu es vraiment dans un engrenage. Donc c'était mon histoire depuis 2015.

J : Et du coup, au départ ce que tu recherchais en pariant, c'était comme tu disais, un peu l'adrénaline, le goût du risque, c'est ça ?

C : C'était l'adrénaline oui, regarder un match ou bah de base tu t'en fou un peu des deux équipes et que t'es content que le scénario que tu t'es mis dans la tête va se passer grâce à ton

analyse que tu as fait la veille. la liste c'est ça aussi donc au début c'était juste un principe d'avoir un peu plus d'adrénaline sur un match et d'espérer que tout ce que tu avais analysé se déroule comme tu avais prévu.

J : Pour cette “ catégorie expérience ” que j'avais, une dernière question : maintenant que tu es sorti de cette addiction, comment tu te sens par rapport à cette période ? Est-ce que t'as honte d'en parler, tu ressens comme de la culpabilité ou pas du tout ?

C : Bah je sais bien que l'histoire tu sais de pouvoir mettre 2000€ sur un combiné, je vais, je sais qu'il y a certaines personnes, il ne faut pas le dire quoi, parce que c'est quand même assez sensible et c'est quand même assez honteux d'en être arrivé là et d'avoir totalement, en fait j'ai perdu la valeur de l'argent uniquement quand je joue, sinon dans n'importe quelle autre situation, la valeur de l'argent, je l'ai. Tu vois par exemple si une paire de chaussures à 150 balles, je vais me dire 150 balles, ça représente ça. Je vais essayer une chaussure un peu moins chère. Par contre, une fois que c'était des paris, je n'étais pas capable mentalement de dire, ça va pas, c'est trop cher. Et encore même parfois quand je gagnais, je ne me faisais même pas plaisir en disant oui j'ai 1000€, je pourrais faire tout ça, c'est juste un solde que j'avais sur mon compte. Je n'avais même pas la capacité de réfléchir à ce que j'allais pouvoir en faire. Donc voilà, de la honte, il y en a quand même été d'avoir été aussi loin. Que tu me dises que je suis sorti de l'addiction, non, parce que je pense qu'être sorti de l'addiction, ça inclus de ne plus du tout jouer, mais ça m'arrive encore parfois de craquer, mais de manière plus occasionnelle.

J : Du coup, là, j'ai des questions, plutôt sur les causes, donc dans mes recherches j'ai vu qu'il existait un cycle d'addiction, qui était en 5 étapes, donc d'abord t'as l'initiation puis tu as une période où tu gagnes, une autre période qu'ils appellent perte de contrôle, puis t'es dans une situation de désespoir et puis bah il peut avoir une rechute. Est-ce que tu te reconnais un peu dans ces étapes ou pour toi ce cycle ne représente pas la façon dont cela se passe ?

C : Non, c'est totalement vrai. Au début tu commences avec une petite mise, ensuite tu gagnes, ça tombe de nulle part, tu gagnes et donc bah les paris c'est que du positif parce que tu te dis wow, c'est pas mal, je gagne et cetera et après on arrive à la perte de contrôle, ou plus tu joues plus tu as envie d'augmenter les mises en tout cas pour ma part, je sais que ce n'est pas le cas pour tout le monde. Il y a des gens qui peuvent toute leur vie se contenter de mettre 2€ par-ci, 5€ par-là. Et moi je n'arrivais pas, il fallait que je mette des énormes mises comme je disais avant. Puis la quatrième étape c'était quoi ?

J : C'est la phase de désespoir, ils veulent dire que comme tu perds, tu veux toujours récupérer.

C : voilà et après donc tu joues une partie de ton pour t'épargne et après bah tu es en désespoir : ohh merde pourquoi j'ai fait ça ? Catastrophe et après là tu poses un truc en mode pour je vais rejouer pour tenter le tout pour le tout quoi en mode, bah je suis déjà dans la merde, autant essayer de m'en sortir. C'était un peu cet optique-là. C'est tu es dans la merde donc tant pis, je tente le tout pour le tout Si je perds, je perds encore plus mais j'ai déjà perdu. Donc oui c'est exactement ça.

J : Et donc ce qui t'as poussé à jouer de plus en plus, c'est comme tu gagnais beaucoup, tu t'es dit que t'allais de gagner de plus en plus et donc ça t'a fait augmenter ton temps de jeu ?

C : Il y avait ça : il y avait quand quand tu gagnes il fallait gagner toujours plus et il fallait toujours toujours plus alors qu'autrefois je n'avais aucun objectif derrière cet argent là pour le gagner. Donc il y avait ça et puis y avait aussi ben une fois que tu joues bah t'es habitué et donc l'adrénaline avec des petites mises ça ne suffisait plus quoi il fallait augmenter pour que l'adrénaline soit toujours aussi importante qu'avant quoi. Donc voilà, c'est ça.

J : Donc oui tu parlais d'adrénaline mais après quand tu étais en perte de contrôle, comment tu te sentais à ce moment-là ?

C : Bah je me sentais mal. C'était même plus de l'ADRENALINE positive, c'était de l'adrénaline négative. Parce qu'en fait, en plus de ça, mes parents, à cause de ça, ils ont encore le contrôle de mes comptes, tu vois donc ils peuvent voir les ils peuvent voir les différentes transactions et donc bon parfois ça pouvait passer quand je leur inventais que telle ou telle transaction, parce que ce n'était pas marqué à chaque fois Unibet sur le compte, c'était des sociétés diverses. Donc parfois je pouvais raconter des trucs, parfois ça fonctionnait. La majorité du temps, ça ne fonctionnait pas et donc bah une fois qu'il y avait des transactions qui s'accumulaient comme ça sur le compte. Je savais que l'épée de Damoclès allait finir par tomber au bout d'un moment. Et j'étais en mode aujourd'hui, ils n'ont pas cramé, peut-être demain ils crameront et parfois donc c'était un peu pesant parce que je jouais en sachant qu'à un moment donné, mes parents aller voir toutes les transactions et donc je n'ai toujours pas totalement arrêté quoi. Y avait aucun plaisir encore. Je pense qu'on ne peut même pas avoir de plaisir en jouant sur des matchs de tennis table russe et ukrainiens et dont on ne sait même pas voir le match et en plus c'est vraiment truqué ces trucs-là, donc c'était vraiment que du négatif. Et une fois que t'as perdu le principe de jouer 2€ et de regarder le match, il n'y a plus que du négatif.

J : J'avais une autre question aussi. Je remarque que sur les réseaux sociaux, en télévision, les sites comme Unibet, Ladbroke's, il y a vraiment beaucoup de publicités qui t'incitent à jouer avec des messages positifs. Est-ce que toi, par exemple, quand tu regardais un match de foot, si tu avais une publicité pendant le match ou après comme c'est souvent le cas, est-ce que ça t'incitait à jouer, avait une influence sur ton comportement ?

C : Ça je ne sais pas, je dirais plus non que oui au sens que bah en tout cas ou alors je me rappelle plus mais vu que maintenant je suis arrivé à un stade que quand je pariais, je mettais des trucs n'importe quoi donc voilà ce n'était pas en regardant un match que je me disais ah ce match-là, il faut vraiment que je le parie. Donc généralement, maintenant les matchs que je regarde, je ne les paris même plus, c'est plus vraiment des conneries de matchs de tennis. Je parais plus les 800ème mondiales contre le 453 -ème que le premier contre le cinquième. Donc non je n'étais pas trop réceptif à toutes ces publicités. Encore une fois, ce n'est sûrement pas général parce que s'il y en a autant, c'est que ça doit bien marcher mais je pense dans mon cas ça n'avait pas d'impact ou alors c'était inconscient, mais je ne suis pas très réceptive. Ce n'est pas parce que je vais voir trois pubs que je vais avoir encore plus envie de jouer que d'habitude.

J : Et justement sur toute cette publicité, tu ne trouves pas que le message concernant la prévention des risques devrait être plus important car j'ai l'impression que c'est toujours en fin de publicité et toujours écrit en petit, et qu'ils insistent vraiment sur le côté positif.

C : Ça, j'ai l'impression que ça change un petit peu, qu'ils mettent un peu plus l'accent sur ça mais effectivement c'est des publicités totalement manipulatrices et mensongères. Quand tu vois que ça c'est vraiment en fait, c'est là je pense, c'est une des seules addictions, ou bah il te la vente comme si c'était un truc incroyable. De l'alcool, ils ne vont pas commencer à, les pubs d'alcool ça n'existe même pas je pense. Non, effectivement, il souligne aucun aspect négatif, le petit bandeau, c'est vraiment pour se dédouaner ils sont en mode oui les gars il y a tout de même des risques, mais ils te font croire qu'en faisant trois paris, alors que t'es pas sur le terrain et que tu maîtrises rien et que ce n'est pas en faisant une analyse que tu vas gagner sur le long terme. Enfin pour je pense qu'il y a une très faible minorité qui sont non seulement compétents à trouver les bons pronostics et en plus à être bon, fort mentalement, car c'est ça le plus important, c'est être fort mentalement, ce que je n'ai jamais été. Donc voilà, c'est une très faible minorité et donc ça ne représente absolument pas la vie réelle. Ils font des pubs, tout est beau, tout est rose. Par contre, j'ai un truc, c'est sûr Prime vidéo tu vois c'est là où est diffusé la Ligue 1. Eux ils ont aucun partenariat avec les paris sportifs. Genre avant les

matches, je n'ai jamais vu une seule pub pour les sportifs, c'est toujours des pubs Ubereats ou des trucs comme ça, les partenaires de la Ligue un et récemment j'ai vu une pub anti-paris sportifs justement où ils mettent en mode : les paris sportifs, y a uniquement les agences de paris qui sont gagnantes et jamais le parieur et ça c'est la première fois que j'ai vu ça c'est vraiment une chaîne Prime vidéo qui a fait de la publicité contre le pari sportif et je me suis dit que c'était vraiment pas mal.

J : Ah bah, je n'étais pas au courant, je ne suis pas trop la Ligue 1, je regarde juste le championnat de Belgique et on peut voir que pratiquement tous les clubs sont sponsorisés par des entreprises de paris. Et même le championnat, tu as toujours des pubs pour Unibet, Ladbrokes avant les matchs et donc je pense qu'en Belgique, il y a vraiment un travail à faire là-dessus et ils pourraient alors s'inspirer de la France.

C : Ce n'est pas s'inspirer de la France mais de Prime Vidéo car les chaînes comme Bein Sport, il y a vraiment beaucoup de pubs pour les paris.

J : Ah d'accord je n'avais pas trop compris. Maintenant je vais te poser quelques questions sur les conséquences que ton addiction avait. Est-ce que toi ou ton entourage, avez observé pendant cette période d'addiction, un changement dans ton comportement ?

C : Ah franchement, dans mon comportement, non parce que je suis quelqu'un qui est assez discret, qui garde un peu ses émotions, donc j'arrivais bien à faire pas vraiment semblant, mais ce que je ressens, je le garde en moi, donc ils n'ont jamais vraiment remarqué, je sois au au plus mal des paris en mode le plus de pertes comme le fait que je sois à mon prime de tous les gains que j'avais gagné. Je répète que tous les gains que j'avais gagné, la grande majorité du temps, je finissais par tout perdre. Donc c'était très temporaire. Il n'y a finalement pas eu énormément de retraits que j'ai fait donc je me souviens, j'avais beaucoup sur un compte mais en trois à quatre jours, parfois il n'y avait plus rien. Donc non que je sois au plus haut ou au plus bas, on ne pouvait pas voir un changement de comportement. Même si parfois j'étais mal, comme je te disais, je savais qu'au bout d'un moment ils allaient voir les transactions. Ils n'ont pas repéré un changement de comportement mais dans ma tête, c'était différent.

J : Et est-ce que cela a affecté ta relation avec ton entourage ? Car j'avais pu voir par exemple qu'il y a des gens qui s'isolent pour jouer, s'ils ont des amis qui vont en soirée, ils n'allaient pas y aller. Ils passaient vraiment leurs temps à jouer. Est-ce que c'est quelque chose que tu as connu ou justement non ?

C : Une rupture de confiance entre moi et mes parents quand je leur disais, oui t'inquiète, je joue plus, alors qu'il suffisait d'aller voir sur mon compte pour voir qu'il y avait 15

transactions qui avaient été faites en un mois. Ça provoque une perte de confiance et donc bah ça engendre des problèmes familiaux entre guillemets. Si en fait, j'ai doublé ma première 5e mais c'était à cause des paris en fait parce que j'ai eu quatre examens de passage de ma 5e à ma 6e. Ça, ce n'était pas vraiment à cause des paris. Mais quand je devais les étudier au mois d'août, j'étudiais, je faisais que parier. Mais au moins, j'étais encore dans une période où c'était de l'analyse des matchs. Mais du coup, j'avais en tête que les paris qui prenaient 80% de la place dans mon cerveau. J'étais incapable d'étudier et une fois que le premier match commençait à 15h00, tu pouvais oublier, je pouvais plus étudier quoi que ce soit sur l'école car je pensais qu'aux paris et au final bah je n'arrivais pas à étudier à cause des paris. Au final j'ai doublé, j'ai fait zéro sur quatre à mes examens. Sinon, pour les soirées, non mais ça m'est arrivé, les soirées ou parfois j'arrive à, j'arrive à faire deux choses en même temps, à part pour les paris mais par exemple en soirée, personne ne va savoir, mais ça m'est déjà arrivé que personne le sait et entre deux bières, je suis sur mon téléphone et je vais valider un pari à 50€. Et qu'il soit gagnant ou perdant, personne ne le savait.

J : Et du coup, à quel moment tu t'es rendu compte que tu avais un problème d'addiction ? C'est quand, tu as raté tes examens à cause des paris, ou déjà avant tu ressentais qu'il y avait un problème ?

C : J'ai quand même nié le problème pendant longtemps, car je me suis senti assez fort en mode non ce n'est pas une addiction, voilà j'arrive à m'en sortir. C'est juste que, au fond, moi je le veux peut-être pas vraiment parce que j'aime bien quand même faire ça et tout donc non, je ne le veux pas. Donc j'ai très longtemps réfuté alors que mes parents disaient "bah non, t'es accro, t'es accro", je disais oui, je suis accro, mais je pense que ça va, ça va aller, il suffit juste de regarder plus longtemps mes comptes bla bla bla et donc ils ont quand même fait plusieurs. Ils m'ont emmené 2 fois à l'hôpital de Bruxelles, enfin pas l'hôpital de Bruxelles, c'est un truc, je ne sais pas trop ce que c'est. Mais en gros, j'ai eu rendez-vous avec une addictologue. Cela n'a pas vraiment été concluant car c'était la période où je réfutais donc elle parlait un peu à un mur. Je répondais mais je n'étais pas convaincu de ce qu'elle racontait. Je me suis vraiment rendu compte que j'étais malade en juillet. Donc c'est en tombant sur une vidéo Youtube. C'est l'émission 50 minutes aujourd'hui sur France 2. En gros, c'est cette émission télévisée de témoignages où chacun exprime son problème, par exemple, problème familiale. Et quand j'ai regardé, c'était par rapport aux paris sportifs. Chaque personne expliquait et en face, il y avait un psychologue qui expliquait un peu pourquoi les gens réagissent comme ça. Et à chaque témoignage de la personne, je me, je me reconnais en elle, donc ça me rassurait, en me disant

que je n'étais pas le seul à vivre des trucs comme ça. Et que donc, effectivement, c'était possible de s'en sortir parce que les gens qui étaient là, certains étaient sortis totalement du truc. Donc c'était aussi un message d'espoir en mode il y a moyen de s'en sortir totalement.

Donc c'est finalement que l'année passée que je me suis rendu compte que j'avais officiellement quelque chose dans ma tête qui me faisait que l'addiction était forte, que c'est quelque chose de scientifique l'addiction, ce n'est pas quelque chose dans le vent.

J : C'est vraiment en ayant vu quelqu'un d'autre avoir ce problème dans la vidéo qui t'as fait comme un électrochoc.

C : oui, oui, c'est ça. Enfin, je pense que je me le cacher. En fait, je le savais au fond de moi, mais c'est que l'année passée que je me le suis officiellement avoué après avoir vu cette vidéo.

J : Et finalement, comment as-tu réussi à sortir de cette addiction ? Tu as parlé des psychologues mais ça n'a pas été trop efficace.

C : Ah, ça a été fait un peu sous la contrainte, ou en fait c'était que ma mère qui avait accès à mon compte mais elle se mettait un peu aussi des œillères en mode pas de nouvelle, bonne nouvelle quoi, si je ne vais pas voir son compte, je ne risque pas de me énerver et d'être triste car il a dépensé plein d'argent pour de la merde. Donc ça, c'était un peu, ça me sauvait et donc ce qui me faisait, ce qui ce qui me faisait arrêter temporairement, c'est le fait que je savais qu'il y avait une pression derrière moi en mode, attention ils vont directement le savoir et donc voilà sauf qu'au bout d'un moment, elle finissait par ne plus regarder. Et donc là, il y a quelques mois, c'est mon père qui a pris la relève et il a installé l'application Belfius. Et que c'est lui qui lui vraiment tous les jours aller voir et ça me forçait à arrêter parce qu'il y avait la pression que si je jouais, le jour même, il allait le voir. Donc la sanction était un peu plus forte. Et c'est ça qui a fait que petit à petit, je jouais un peu moins. C'était un peu comme une résiliation. De toute façon je ne peux plus jouer parce que je me faire avoir et petit à petit, là, j'ai un peu moins l'envie de jouer. Donc c'est un peu par la contrainte que je m'en suis sortie. Mais à tout moment, il y a une rechute et je refais n'importe quoi, je trouve un autre stratagème, je recrée un compte en banque. Enfin je ne sais pas tu vois, mais je ne sais pas si vraiment j'ai eu le déclic total parce que là, la contrainte peut être à court terme ça va fonctionner être mais à long terme je ne sais pas parce que vérifier mes comptes ils ne le font pas toute la vie hein. À 30 ans, ils vont arrêter de faire ça et donc je pense que la bataille n'est pas encore finie.

J : Comme autres techniques qui permettent de lutter face à cette addiction, j'ai vu qu'ils parlaient des technologies persuasives. Donc il y a notamment le nudge comme on a vu en cours donc c'est pour t'inciter à adopter un comportement mais sans avoir recours à la contrainte. Et donc par exemple, ça serait une application qui va t'envoyer certaines notifications à différents moments de la journée pour te motiver à ne pas parier, t'inciter à faire certaines tâches, pour occuper l'esprit. Et sur cette application, tu pourrais noter quand tu joues, ça permet un suivi, une évolution à long terme mais tu contrôles tout par toi-même. Est-ce que tu penses que ça pourrait être une bonne chose pour lutter contre cette addiction ?

C : Peut-être qu'une application complète comme tu l'expliques, oui, je pense, ça peut être efficace mais encore une fois pour être réceptif à ça, il faut que déjà, on ait fait un travail par nous-mêmes en étant conscient de la situation dans laquelle on est. Si on accepte, oui mais si on se ment à soi-même, je pense que n'importe quel procédé ne fonctionnera pas parce que tu ne seras pas réceptif quoi. Donc, la première étape, c'est d'abord d'être conscient de tous tes problèmes et conscient que tu veux en sortir. À partir de là, c'est plus facile. Sinon, oui je pense que ça peut marcher du coup, une fois que tu es conscient de ta situation. Et du coup moi, pour mon cas, j'avais installé à l'époque, je ne sais pas si tu connais l'application sober, l'm sober, donc ça veut dire je suis sobre et en fait c'est une application qui recueille plein, plein d'addictions. Et donc tu sélectionnes l'addiction et après en gros t'as un compteur jusqu'à ce que tu en fasses plus je pense. C'est un peu comme tu expliques, je pense qu'il y a une version payante qui donne un peu plus d'accès. Et donc selon ton addiction, bah il y a un forum qui s'ouvre à toi et après t'as chaque personne qui raconte son expérience après un jour bon voilà "jour 1, je n'ai pas joué" mais après y a un autre un autre onglet "jour 15 je n'ai pas joué" bla bla bla. Et donc ça c'est, il n'y a pas que les jeux d'argent, il y a aussi l'alcoolisme et la drogue et des trucs comme ça. Mais encore une fois quand je l'avais installé, je n'étais pas prêt à très arrêter quoi. Mais c'est une bonne idée.

J : Et tu pensais quoi, un peu comme la lutte contre l'alcoolisme, des messages préventifs en télévision. Est-ce que tu penses que cela t'aurait permis de lutter contre cette addiction si tu avais vu régulièrement des messages à la télévision, sur les réseaux sociaux ? Ou bien tu penses que ce genre de message n'a pas réellement d'impact ?

C : Il faut qu'il y ait un impact, mais il faut que la vidéo soit forte. Tu vois c'est comme quand le gars de Vias était venu. Il nous avait parlé des campagnes contre la vitesse, et cetera, avec des vidéos hyper choquantes où le gars fait un accident et il meurt et on comprend ce qui se passe. Et maintenant par rapport à toutes ces vidéos là c'est devenu un peu redondant, genre ça

ne fait plus trop d'impact. Mais par contre, pour les paris sportifs, il n'y a jamais eu aucune vidéo assez trash où on explique le quotidien d'un joueur qui finit par tout perdre et cetera. Donc oui, je pense, ça peut être, ça peut être réceptif à ça, ça peut fonctionner, mais il faut que le message soit vraiment choquant, poignant. Et ça ne peut pas se limiter à un petit bandeau ou juste un petit message de 30 secondes, en mode jouer comporte des risques. Il faut vraiment mener une campagne dans le temps. Je pense que les gens seraient plus réceptifs, un peu faire comme on a fait à au début des campagnes contre la vitesse et l'alcool au volant quoi.

J : Et dans ces messages préventifs, ils pourraient peut-être mettre en avant des alternatives gratuites car il existe des applications gratuites où tu peux faire des paris mais sans mettre d'argent et tu as un classement avec d'autres personnes.

C : Effectivement, ça peut bien marcher genre parce que si tu fais ça avec tes potes ou même pas, ça fait sous forme de classement, bah t'as quand même l'adrénaline juste par principe de jeu mais sans aucun argent. Et l'adrénaline est quand même présente. Je l'avais fait aussi pour la Coupe du monde ou l'euro, c'était un peu le même principe. Tu prends tu pronostiquais le score exact. Et donc bah une fois que ça va être encore exact, tu es content de gagner, t'étais content de monter dans le classement donc ça peut être effectivement une bonne alternative, peut-être plus promouvoir ce genre d'application, qui reste vraiment super dans l'ombre hein, parce qu'on n'entend jamais parler. Puis c'est aussi possible de pronostiquer sans mettre de l'argent. Et puis derrière, il peut avoir, bah ce que je recherchais au début, c'est-à-dire avoir les bons scores et de bonnes analyses réaux au classique donc on reviendrait aux fondements de pourquoi on joue au début : c'est pour avoir le plaisir de regarder des matchs en ayant un enjeu.

J : Est-ce que tu penses à d'autres stratégies dont je n'ai pas parlé, qui pourraient être mises en place ?

C : Il y a l'histoire des joueurs anonymes, c'est un peu comme les alcooliques anonymes. Bah là, je sais qu'il y a pareil pour les joueurs anonymes. Ça peut marcher, ça peut être réceptif aussi parce que si tu parles de ton problème à des gens qui ont le même problème, bah tu peux te porter vers le haut avec ces personnes-là, Je pense que les alcooliques anonymes ça fonctionne donc je pense que les joueurs anonymes, il n'y a pas de raisons que cela ne fonctionne pas. Sinon là tout de suite comme ça je ne sais pas. Et je pense que vraiment la première étape, c'est d'être conscient de son problème. Mais comment être conscient du problème ? Parfois, il y a un déclic. Parfois, il faut faire plein de choses. Je ne sais pas.

J : Et justement ces réunions, comment tu en as entendu parler car personnellement je n'en ai jamais entendu parler ?

C : J'en ai entendu parler quand j'avais été à mon rendez-vous en d'addictologie. Là, j'ai eu 2 rendez-vous. J'ai eu un rendez-vous en janvier 2017, je venais d'avoir 18 ans. Et le 2^e rendez-vous, je l'ai eu en juillet 2019. Et ça, c'était quelques mois après la période où j'avais eu de gros gains là tu vois. En fait il y a eu vraiment ces 2 périodes où en 2017, c'était, je venais d'avoir 18 ans, donc il y a, il y avait mon carnet d'épargne qui a été ouvert et donc là je m'étais directement servi dessus. Et en fait, j'ai vraiment eu de la chance dans ma malchance. J'ai eu de la chance, c'est donc mon compte épargne s'est ouvert pile à 18 ans. Hop, j'ai commencé à retirer. J'ai commencé à jouer. En 2 semaines, j'avais déjà perdu 1500€. Et donc là, j'étais dans une optique il faut que je me refasse, mes parents vont quand même le cramer. Et donc je me dis bon bah je refais un pari donc là pareil. Et bah là à la 95^{ème} d'un match, il y a eu un but qui a fait que j'ai gagné 1500€, donc on j'avais perdu 1500 mais j'ai tout récupéré ce que j'avais perdu et dans ma malchance, j'ai eu de la chance, c'est que mes parents m'ont cramé. Du coup le lendemain donc les 1500€ que j'avais regagné, je n'ai pas eu le temps de les rejouer et donc ils ont été remis directement sur mon compte. Donc au final, ça a fait moins 1500+1500 donc ça a fait 0 dans la balance mais ils ont même vu tout le danger d'avoir perdu 1500 en 2 semaines quand même. Si je les ai regagnés, ça revient au même. Et donc c'est là qu'ils ont pris l'idée d'aller chez un addictologue. Et en 2019, c'était un peu pareil, quoi. C'était après avoir gagné que j'avais reperdu et bla bla bla quoi. Donc, c'est cette psychologue-là qui m'en a parlé. Mais si je n'y avais pas été, je n'en aurais pas entendu parler.

J : Donc, ça serait quelque chose aussi à mettre en avant dans les messages préventifs.

C : Moi, je suis officiellement interdit de jouer. Donc je me suis interdit. Je pense du coup on en gros tu dois envoyer ta carte d'identité recto verso, et cetera. Tu dois compléter un formulaire qui t'interdit donc en gros bah si je veux, si je veux aller dans un casino, moi on me dit bah non, t'es sur la liste rouge tu ne peux pas rentrer et idem pour tous les sites de paris, je peux plus, tous mes comptes ont été supprimés et je ne peux plus m'inscrire nulle part ailleurs. Je ne peux plus non plus rentrer dans un Ladbrokes, mais bon, tu sais comment ça va, il s'en foute un peu de regarder. Ils regardent juste si tu as 18 ans. Donc je pense que ça aussi, il y a une stratégie à faire. Mais apparemment depuis quelques mois, ça fait quelques mois que je n'ai plus été dans un Ladbrokes parce qu'apparemment ils peuvent vérifier ta carte d'identité à tout moment voir si t'es justement dans la liste rouge en fait. Voilà, mais ça, c'est pour les

ladbrokes. Peut-être parce que, à cause de la loi, il y a une nouvelle loi là-dessus en octobre. Mais donc là, à la rigueur, le joueur, s'il veut jouer, il va plus dans un ladbrokes mais il va dans un Night and Day où il y a une machine à argent. Le mec qui est au Night and Day, il n'a pas la liste rouge donc il y aura toujours moyen de jouer même s'il y a une interdiction officielle. Et pareil pour moi, il y a toujours moyen de jouer. Je demande à un pote "ouais, est-ce que je peux jouer sur ton compte. On fait 50, 50. Et voilà quoi.

J : Et la liste rouge, il y a une possibilité que tu en sortes ? Ça se passe comment ?

C : Il y a toujours une possibilité qu'on en sorte. C'est, c'est refaire le même procédé. Mais c'est beaucoup plus compliqué. Il y a moyen en fait sur certains sites tu peux t'exclure tu vois. Tu peux t'exclure mais en 2 clics tu peux déjà te remettre dessus quoi. J'avais déjà fait, je m'exclus 6 mois donc pendant 6 mois je ne peux plus rien faire et après 6 mois mon compte il réouvre et je peux rejouer. Ou alors sur Bwin. Je l'avais déjà fait, c'est tu t'exclus et après, si je veux rejouer, je leur envoie un mail et ils me demandent pourquoi je veux rejouer ?

J'explique ouais que j'ai envie de rejouer et puis mon compte, ils l'ouvrent quoi ? Mais ici ça je l'ai vraiment. Enfin ça c'est vraiment je l'ai fait au jeu, à la commission du jeu de hasard je pense un truc comme ça. Et pour rejouer, pour être sorti de la liste rouge, je dois refaire le même principe, je dois compléter un formulaire, je dois envoyer ma carte d'identité recto verso en photocopie. Et ça se réouvre sous 3 mois quoi. Et du coup ça demande un peu plus de choses à faire plutôt que d'envoyer 3 clics quoi, c'est un peu. Du coup, ça demande plus de temps quoi. Mais encore une fois c'est possible en 3 mois. Maintenant dans 2 minutes, si je veux dans 3 mois, je peux de nouveau jouer. Mais est-ce que c'est légal qu'une fois que t'es sur la liste rouge, tu peux plus en sortir en ressortir, ça je pense que c'est une question de loi, je ne sais même pas si tu peux alors si. Toujours un moyen d'en sortir là je ne pense pas que dans la loi tu peux.

J : Je ne sais pas du tout moi.

Du coup, je n'ai plus de questions donc si tu n'as rien à ajouter, je pense qu'on peut couper.

C : Non, je n'ai rien d'autres à ajouter.

J : D'accord, bah merci à toi d'avoir répondu à mes questions.

C : Avec plaisir !

7.1.2 Retranscription du second entretien

J : Pour commencer, je vais te poser quelques questions sur le côté expériences que tu as avec les jeux d'argent. Donc tout d'abord, peux-tu me parler de ton histoire avec les jeux d'argent.

R : Oui, alors j'ai commencé les paris quand j'étais en bac1. Un ami en faisait et donc ça m'avait donné envie d'en faire donc c'est comme ça que j'ai ouvert mon compte sur Unibet. Au départ je m'étais dit que je garderai le compte surtout pour profiter du streaming car en laissant un centime sur le compte, on a accès à tous les matchs de tennis donc je trouvais ça bien. Sauf que par la suite, j'ai revoulu mettre de l'argent pour essayer de me refaire sauf que je finissais toujours par perdre. Mais jusque-là, ça allait, je parvenais à contrôler mon temps de jeu. C'est vraiment pendant le premier confinement que j'ai commencé à beaucoup parier. C'est assez paradoxal car à cette période, la majorité des sports étaient à l'arrêt. A ce moment j'ai commencé à parier sur des matchs de tennis de table en Russie, des matchs de football en Biélorussie. C'est donc à ce moment-là que j'ai commencé à faire un peu n'importe quoi. Et après le confinement, avec la reprise des compétitions, je pariais un peu sur tout ce qu'il y avait. Dans mon malheur, je vais dire que j'ai eu la chance de toujours faire des petits dépôts d'argent, qui n'ont jamais dépassé les 20 euros et donc au final je n'ai perdu que 280 euros si je peux dire ça comme ça même si cela reste beaucoup d'argent.

J : Et qu'est ce qui t'as poussé à fréquenter ce genre de sites ? Pour profiter du streaming ?

R : Alors oui, d'un côté il y avait l'accès au streaming. J'avais déjà pensé par le passé à faire un compte pour pouvoir regarder le tennis. Mais c'est surtout le fait que je voyais un ami de l'université en faire. Après il y avait le plaisir d'en parler avec lui, analyser un peu les matchs et de faire des combinés et d'un peu vibrer ensemble je dirai pendant les matchs. Ça rendait aussi les matchs un peu plus intéressants à suivre puisqu'on avait un intérêt à voir la victoire de telle ou telle équipe.

J : Et tu recherchais quoi en fréquentant ces sites ?

R : Au début, comme je disais, c'était le fait d'analyser un peu les matchs et de faire ça avec un ami. Et puis il y avait aussi un peu l'adrénaline je dirai. Ça apportait un peu d'excitation au match et c'est quelque chose qui me plaisait. Je me souviens une fois par exemple d'un but à la dernière minute qui me faisait réussir un pari, ça rendait vraiment heureux, limite j'avais crié ce soir-là dans ma chambre au moment du but. (Sic). Donc je dirai que je recherchais aussi du plaisir car au début, quand tu parviens à gérer ton temps de jeu, c'est un passe-temps, une activité qui peut t'apporter un certain plaisir.

J : Pour cette catégorie expérience, j'ai une dernière question à te poser. Maintenant que tu es sorti de cette addiction, comment te sens tu par rapport à ça. Est-ce que tu as honte, tu éprouves de la culpabilité ?

R : D'abord, je dirai que je ne suis pas réellement sorti de cette addiction car ça m'arrive encore de faire des paris mais de façon beaucoup plus mesurée qu'auparavant. Maintenant, c'est occasionnel, par exemple quand c'est le Tour de France ou un tournoi du grand chelem en tennis. Mais toujours sur des matchs que je maîtrise, plus comme avant où je pouvais parier sur des équipes et joueurs que je ne connaissais même pas. Mais pour en revenir à ta question, forcément je n'en suis pas fier et d'ailleurs je n'en ai jamais parlé à mes parents car ils m'ont toujours dit qu'il fallait éviter de fréquenter ce genre de sites car ça n'amène rien de bon. Et même parmi mes amis, très peu savent que j'étais addict aux paris sportifs. Donc, oui je dirai que j'ai un peu honte de cette situation, surtout que mon père m'avait prévenu quand j'avais ouvert mon compte mais je lui avais assuré que c'était juste pour bénéficier du streaming.

J : A présent, je vais te poser des questions sur les causes de cette addiction. Quand j'ai effectué des recherches au travers de lectures d'articles scientifiques, j'ai pu voir qu'il existait un cycle d'addiction. Donc il y a 5 étapes, donc d'abord t'as l'initiation puis tu as une période où tu gagnes, une autre période qu'ils appellent perte de contrôle, puis t'es dans une situation de désespoir et puis bah il peut avoir une rechute. Est-ce que tu te reconnais un peu dans ces étapes ou pour toi ce cycle ne représente pas la façon dont cela se passe ?

R : Alors oui, je pense que pour beaucoup de personnes qui ont cette addiction, ce cycle est assez juste, c'est bien ce qui se passe. Pour mon cas, je me reconnais dans les trois premières étapes je vais dire. Mais je pense que je n'ai jamais réellement été dans une phase de désespoir ou j'étais de l'argent pour récupérer ce que j'avais perdu en mode « ça passe où ça casse ». Et jusqu'à maintenant, je n'ai pas vraiment connu de rechute. Comme je disais tout à l'heure je ne suis pas sorti complètement je pense de cette addiction puisque que ça m'arrive encore de parier occasionnellement mais je parviens à me contrôler donc pour le moment, non, il n'y a pas de problèmes de rechute dans mon cas.

J : Qu'est-ce qui t'as poussé à jouer à une fréquence de plus en plus importante ?

R : Je pense que la Covid19 et le premier confinement ont réellement eu un impact important. Durant cette période, on ne pouvait pas sortir mis à part pour faire du sport et donc à un moment bah je commençais un peu à m'ennuyer et je pense que c'est pour ça que j'ai commencé à parier sur des matchs de tennis de table en Russie, ça permettait de passer le temps. Le problème, c'est qu'après, je ne faisais plus que ça parfois limite et après le confinement j'ai continué de jouer beaucoup. Et donc, à partir de ce moment, ce n'était plus

du tout comme au début ou je jouais pour le plaisir, ici c'était presque devenu un besoin, il n'y avait plus d'amusement du tout.

J : Comment te sentais tu lorsque tu jouais ?

R : Bah au début, quand tout allait bien, comme je disais juste avant, ça m'apportait du plaisir, c'était un passe-temps, que je partageais avec un pote. Mais après, quand j'étais dans cette phase d'addiction, je ressentais de la culpabilité. Et aussi, je ne sais pas comment ça se fait, j'avais plus de 18 ans mais ma mère avait toujours accès à mon compte et je ne le savais pas. Et comme elle est assez curieuse, elle allait régulièrement voir mon compte mais je ne le savais pas. Je l'ai su quand une fois elle m'a demandé ce que j'avais acheté pour 20 euros. Et c'est un truc qu'elle m'a demandé plusieurs fois et je trouvais toujours une excuse. Mais donc à chaque dépôt que je faisais, il y avait un peu de stress je dirai car à tout moment je savais qu'elle pouvait voir d'autres transaction et je savais que la même excuse ne passerait pas toujours. Mais finalement, j'avais demandé à la banque qu'elle n'y ait plus accès.

J : En télévision, sur les réseaux sociaux numériques, un peu partout, on voit des publicités pour ces sites de paris sportifs. Est-ce que cela avait un impact sur toi ou tu n'es pas réceptif à ce genre de message ?

R : Non, franchement, je ne suis pas réactif à ce genre de messages et heureusement d'ailleurs car la visibilité pour ces sites de paris est vraiment énorme. Tu vois, moi je regarde le football belge et je pense qu'il y a réellement un problème. Quand tu regardes un match de football, tu as une publicité avec les côtes du match juste avant le début de la rencontre, un spot publicitaire à la mi-temps et tu en as encore un autre à la fin du match. Sans parler du fait que toutes les équipes sont sponsorisées par une société de paris. Et ces sponsors apparaissent sur la majorité des maillots des clubs belges donc cela donne encore plus de visibilité. Et même les publicités en télévision, c'est toujours un message percutant qui te vend du rêve je vais dire. Ils te donnent vraiment une image très positive des paris mais le message préventif est toujours situé en fin du spot publicitaire et c'est un message assez court et écrit en petit. On voit vraiment qu'ils sont obligés de mettre ce message.

J : Donc sur toi, ça n'avait pas d'impact mais sur d'autres personnes tu penses qu'il peut y avoir une influence ?

R : Clairement, ici je parlais pour mon propre cas mais bien sur je pense que ça joue sur certaines personnes. Je pense que s'il n'y avait aucun impact, ils ne nous bobarderaient pas avec autant de publicités à la télévision et sur les réseaux sociaux. Et ils n'investiraient pas autant en tant que sponsor dans le milieu sportif.

J : Ok. Alors maintenant, je vais te poser des questions plutôt sur les conséquences que cette addiction peut avoir.

Donc, première question, comment cette addiction a-t-elle affecté ta relation avec ton entourage ?

R : Je pense que cette addiction n'a pas eu d'impact sur mon entourage. Je suis quelqu'un d'assez réservé, je garde beaucoup de choses pour moi et je ne suis pas très émotif devant les gens. Donc quand ça n'allait pas trop, bah personne ne s'en doutait, d'ailleurs comme je le disais tout à l'heure, mes parents ne savent pas que j'ai connu cette addiction. Je pouvais être triste d'avoir encore perdu et puis quand j'arrivais devant eux, je me comportais normalement, ils n'auraient jamais pu voir qu'il y avait un problème. Car j'ai tendance à me renfermer sur moi-même quand j'ai un problème, je ne vais pas forcément chercher à obtenir de l'aide. Donc non, ça n'a pas affecté ma relation avec mon entourage mis à part peut-être le fait que je passais quand même beaucoup de temps sur mon téléphone mais bon ça c'est quelque chose qui touche beaucoup de jeunes je vais dire.

J : Et cette addiction a-t-elle eu des conséquences financières importantes ?

R : Alors, non car dans mon malheur comme je disais, j'ai toujours eu la chance de me contenter de jouer des petites mises. Donc pendant longtemps, j'ai fait des petits dépôts de 5 euros, c'est juste vers la fin que je commençais à faire des dépôts de 20 euros. Et donc au final je pense que j'avais perdu 300 euros environ donc ça va encore, on n'est pas sur une perte de milliers d'euros comme beaucoup connaissent. Et sur les 300 euros que j'ai perdus, j'ai réussi à en récupérer 280 par la suite donc voilà au final je n'ai perdu que 20 euros donc ça peut encore aller.

J : Donc, comme tu disais, ton entourage n'a jamais été au courant de cette addiction. Mais toi, est-ce que tu as observé un changement dans ton comportement ?

R : Je ne pense pas avoir connu réellement de changements de comportements. Les seules choses que je pourrai signaler, c'est peut-être le fait que je m'isolais chez moi quand je jouais beaucoup et donc peut-être que je passais moins de temps avec ma famille. Et aussi le fait que parfois quand j'allais à une soirée chez des amis, je passais un peu temps sur mon téléphone pour placer quelques paris, suivre un peu les résultats. Mais sinon, non, je n'ai pas vraiment connu de changements de comportements, en tout cas, je n'en ai pas ressenti.

J : J'y repense seulement maintenant, mais j'ai oublié de te demander. Comment tu t'es rendu compte que tu avais un problème avec les paris ?

R : Oui, alors en fait je m'en suis rendu compte par moi-même. A une période, je commençais à parier sur des matchs de NBA. Qui dit match de NBA dit matchs qui se déroulent la nuit. Et donc là une fois j'avais pratiquement passé une nuit complète à regarder des matchs pour suivre des paris. A ce moment-là je me disais déjà qu'il y avait peut-être un problème. Et puis, quelques jours plus tard, je m'étais à nouveau retrouvé à passer une nuit sur Unibet. Sauf que cette fois-ci je pariais sur des matchs de football au Venezuela, au Pérou, tous des matchs en Amérique du Sud. Mais je ne connaissais même pas les équipes et certains matchs n'étaient même pas diffusés donc je pariais vraiment sur tout et n'importe quoi. Et c'est donc le lendemain quand je me suis réveillé que je me suis dit que j'avais vraiment déconné et que j'avais un problème. Et donc là, j'avais pris une décision radicale on va dire, j'avais désinstallé l'application pendant une semaine et ça m'avait vraiment fait du bien.

J : Justement, j'allais te poser des questions un peu sur le côté stratégie, ce qui pourrait être mis en place, comment sortir de cette addiction.

Donc tu expliquais, que c'est par toi même que tu as compris que tu avais un problème d'addiction. Mis à part la fermeture de ton compte, d'autres choses t'ont aidé à quitter cette addiction ?

R : J'avais déjà par le passé fait des petites pauses donc je savais que je pouvais m'en passer juste quelques jours donc c'était déjà un indicateur je vais dire donc avoir désinstallé une semaine l'application m'a vraiment aidé. Mais aussi à côté, j'utilisais une application de tennis. Et sur celle-ci, on a la possibilité de pronostiquer 5 matchs par jour et il y a un classement avec l'ensemble des pronostiqueurs avec un système de division et des prix à gagner pour les premiers. Donc j'utilisais cette application un peu comme un substituant qui présentait l'avantage d'être totalement gratuit et donc je pense que ça m'a grandement aidé à sortir de cette addiction. Et donc j'ai pu m'en sortir tout seul sans avoir besoin d'aide donc d'un certain côté, j'étais un peu fier de moi on va dire.

J : Ah bah c'est super. Justement, au cours de mes recherches, je m'étais un peu intéressé aux alternatives aux paris sportifs. Mais j'ai l'impression que ce genre d'applications que tu as utilisé, elles ne sont pas vraiment mises en avant.

R : Oui je suis totalement d'accord. C'est vraiment dommage car il existe quand même pas mal d'application de ce genre. Il y a une application qui s'appelle Scorecast où tu peux pronostiquer les scores des matchs et tu peux faire ça avec des potes. Pendant la coupe du monde par exemple, j'utilise cette application avec des amis et c'est vraiment une belle alternative je trouve.

J : J'utilise aussi cette application, c'est vrai que c'est vraiment pas mal. J'avais vu aussi que dans le cadre d'addiction comme l'alcoolisme, il existe ce qu'on appelle des technologies persuasives. Il y a notamment le nudge donc cela consiste à t'inciter à adopter un comportement mais sans avoir recours à la contrainte. Et donc par exemple, ça serait une application qui va t'envoyer certaines notifications à différents moments de la journée pour te motiver à ne pas parier, t'inciter à faire certaines tâches, pour occuper l'esprit. Et sur cette application, tu pourrais noter quand tu joues, ça permet un suivi, une évolution à long terme mais tu contrôles tout par toi-même. Est-ce que tu penses que ça pourrait être une bonne chose pour lutter contre cette addiction ?

R : Oui je pense que ce genre d'application peut être efficace. Mais pour qu'elle le soit, il faut que la personne soit consciente de son problème, qu'elle soit prête à le reconnaître. Car si la personne est dans une situation de déni, je pense que l'application ne sera pas efficace. Mais sinon, oui je pense ça peut vraiment être intéressant, ça serait un peu comme l'application pour les gens qui essaient d'arrêter de fumer et je pense que c'est assez efficace. Mais comme tu le disais avec les applications où l'on peut pronostiquer gratuitement et qui ne sont pas mises en avant, bah j'ai l'impression que ce genre d'application n'est pas non plus fort mis en avant.

J : Je pense aussi, je ne connaissais pas toutes ces applications personnellement, c'est parce que j'ai mené un autre entretien dans la semaine et la personne m'en a parlé justement. Pour terminer l'entretien, j'ai quelques questions sur les stratégies qui peuvent être mises en avant, notamment au niveau des messages préventifs. Est-ce que tu penses que cela t'aurait permis de lutter contre cette addiction si tu avais vu régulièrement des messages à la télévision, sur les réseaux sociaux ? Ou bien tu penses que ce genre de message n'a pas réellement d'impact ?

R : Il n'y jamais eu de messages préventifs en télévision et sur les réseaux sociaux je pense que c'est assez rare. Donc, oui je pense que si tout d'un coup, on commence à avoir régulièrement ce type de messages, ça pourrait vraiment avoir un impact positif dans la lutte contre l'addictions aux jeux d'argent. Mais il faut vraiment que le message soit fort, voir même choquant s'il le faut. L'idéal serait vraiment de mener une campagne je pense qui serait diffusée en télévision, à la radio, sur les réseaux sociaux.

J : Et dans ces campagnes, ils pourraient aussi mettre en avant les alternatives gratuites.

R : Oui je pense que ça serait aussi important d'en parler et montrer comme avec l'application Scorecast dont nous avons parlé tout à l'heure. Ils pourraient insister sur le côté amusement entre amis avec cette application.

J : Est-ce que tu penses à d'autres stratégies dont je n'ai pas parlé, qui pourraient être mises en place ?

R : Euh honnêtement, non sur le coup, il n'y a rien d'autre qui me vient à l'esprit sur le moment.

J : Bon du coup, je n'ai plus de questions à te poser donc si tu n'as rien d'autres à ajouter, je pense que nous pouvons en rester là.

R : Ok ça marche.

J : Merci à toi d'avoir répondu à mes questions et bonne chance pour tes examens.

R : Avec plaisir, bonne chance à toi également !

7.1.3 Retranscription du troisième entretien

J : Peux-tu me parler de ton histoire avec les jeux d'argent ?

Y : Pour ma part, j'ai eu la chance de ne pas rester trop longtemps dans ça. Ça a duré quelque chose comme deux mois, au début avec des petites sommes puis avec des sommes plus grosses, mais j'ai eu la chance de savoir m'arrêter quand j'ai compris que ça pouvait vite m'échapper. Au début je n'arrêtais pas de basculer entre des +20€ et des -20€, avec des mini sommes de 1€ ou 2€ par pari. Je perdais, je gagnais mais je n'arrivais pas à stabiliser une croissance stable. J'avais mis une liste dans mes notes où je notais chaque évolution de ma cagnotte pour garder le compte. Puis j'ai perdu 10€ d'un coup sur Man United, puis 20€ sur l'Inter Miami, puis 50€ sur la Gantoise, toujours en espérant récupérer ce que je venais de perdre. En une soirée je suis passé de 0 à -80€, j'ai mis les jeux en pause pendant un moment (une semaine) et j'ai tout récupéré d'un coup sur un match du Real. Mais pour ça j'ai misé 100€ et j'ai eu beaucoup de chance. Et après j'ai mis genre 50€ sur l'Inter Miami, j'en ai gagné 94€ et à ce moment-là j'ai commencé à utiliser les paris sportifs pour payer mes courses hebdomadaires. Et pendant trois semaines ça fonctionnait, je gagnais genre 100€, je les dépensais en courses, je regagnais 100€ etc. Puis d'un coup je me suis retrouvé à -50€, puis -100€. J'ai remis 100€ sur Copenhague-Galatasaray, et j'ai fini avec -200€. Et j'ai arrêté à ce moment-là.

J : Qu'est-ce qui t'a poussé à fréquenter ce genre de site ?

Y : En soi les sites de paris sportifs sont tellement omniprésents dans la pub que tôt ou tard je pense qu'on finit tous par être au moins tentés d'essayer pour le kiff. Perso j'avais commencé avec Omada y'a quelques années et, contrairement à ce que les gens derrière l'appli disent, je ne pense pas que ça soit un substitut viable aux vrais paris sportifs mais plutôt une étape intermédiaire avant de se lancer « vraiment » dedans, avec du “ vrai argent”. Perso j'ai installé Bwin lors des demis de LDC Real-City en mettant 50€ sur le Real. Je me disais que si le Real se qualifiait je gagnais 50€, et s'ils perdaient je m'en foutais de l'argent perdu parce que j'étais content qu'ils soient éliminés. Après ça j'ai commencé à y jouer pour de vrai pour récupérer les 50€ que j'avais perdus.

J : Je ne connais pas Omada. Tu peux un peu me parler de son fonctionnement, comment tu as connu l'application ?

Y : Omada, j'en avais entendu parler via la chaîne YouTube de “Pieds Carrés”. En gros, c'est présenté comme une alternative aux jeux de paris sportifs mais où tu ne dépenses que du “faux argent”. Puis, il y'a des classements et tout et tu peux recevoir des récompenses, mais c'est surtout présenté comme un jeu de paris sportifs qui ne te ruine pas on va dire.

J : Donc, en soi, ce qui t'a poussé à jouer la première fois, peut-on dire que c'est l'omniprésence des sociétés de paris au niveau publicitaire ?

Y : Bah notamment oui, forcément. Mais en vrai, c'est aussi beaucoup la façon dont ils sont dédramatisés par leurs consommateurs sur les réseaux sociaux, et par les youtubeurs qui font des partenariats avec ces marques-là.

J : Toujours en lien avec la publicité, on peut voir que dans ce type de publicités, il y a une image assez positive des paris, avec une minimisation des risques. As-tu l'impression de t'être fait avoir par les belles paroles publicitaires en pensant gagner de l'argent facilement ?

Y : Je n'ai pas l'impression de m'être fait avoir, je savais très bien les risques que j'encourais quand j'ai commencé. Finalement j'étais juste un peu dégouté parce que quand j'avais commencé, ça se passait bien, puis ça a fini par « dérailler ». Mais je ne me suis pas senti trahi ou quoique ce soit.

J : Que recherchais-tu en pratiquant les paris ?

Y : En fait, contrairement à d'autres personnes, je n'ai pas commencé les paris pour « l'adrénaline des matchs » ou ce genre de choses. Pour le coup j'ai toujours trouvé que ça rendait l'expérience des matchs très désagréable et stressante inutilement. J'ai juste fait ça pour essayer de gagner de l'argent, c'était juste « pragmatique » on va dire

J : Maintenant que tu es sorti de cette addiction, comment te sens-tu par rapport à cette situation ?

Y : Maintenant que j'ai arrêté, ça m'arrive de temps en temps de vouloir réinstaller Bwin mais heureusement jamais au point que ça soit trop tentant non plus. Je n'ai plus refait de pari depuis septembre 2023. Depuis que j'ai arrêté, je n'en ai plus fait.

J : Et qu'est-ce qui te donne envie de réinstaller l'application Bwin ?

Y : Juste le fait de parfois voir des matchs où je me dis « en vrai si je mets une grosse somme d'un coup j'ai une chance sur deux de récupérer tout l'argent que j'avais perdu ». Mais jamais envie au point de vraiment la réinstaller.

J : Ok. A présent, je vais te poser des questions plutôt sur les causes. En effectuant mes recherches, j'ai découvert qu'il existe un cycle d'addiction en 5 étapes. D'abord il y a l'initiation, puis il y a une période où tu gagnes. Une autre période qu'ils appellent perte de contrôle, puis tu es dans une situation de désespoir, et puis, il y a la rechute. Est-ce que tu te reconnais dans ce cycle ou bien pour toi, cela n'est pas représentatif de ce que tu as vécu ?

Y : Oui, c'est totalement ça. Il y a la première qui est la curiosité et le côté « pour rigoler » de quand j'ai mis 50€ sur le Real Madrid. Puis la deuxième phase quand j'ai commencé à y jouer pour récupérer ce que j'avais perdu, avec de petites sommes. Puis la troisième quand j'ai commencé à mettre de « très grandes » sommes pour essayer de récupérer tout ce que j'avais perdu.

J : Ce qui t'a poussé à jouer de plus en plus, c'est donc de récupérer ce que tu avais perdu ?

Y : Oui, c'est vraiment ça. Ce qui m'a poussé à y jouer de plus en plus, comme je l'ai déjà dit, c'était de récupérer ce que j'avais perdu et aussi la frustration de ne pas réussir à gagner de l'argent aussi facilement que prévu.

J : Comment tu te sentais lorsque tu jouais ?

Y : Quand je jouais je ne ressentais rien de spécial, à part du stress pendant le match. J'étais dégoûté quand je perdais et content quand je gagnais.

J : Tu pariais toujours sur des équipes que tu connaissais. Ou bien tu laissais la chance au hasard on va dire. Est-ce que tu suivais tous les matchs sur lesquels tu pariais ?

Y : Je pariais majoritairement sur des équipes que je connaissais, mais ça m'était arrivé 2-3 fois de miser sur des équipes que je ne suivais pas trop. Parfois je regardais les matchs en direct et parfois je suivais juste le score sur Sofascore.

J : On en parlait tout à l'heure, en télévision, sur les réseaux sociaux, on voit des publicités pour ces sites. Est-ce que cela avait un impact sur ton comportement ?

Y : Les publicités et tout, comme j'ai déjà dit tout à l'heure quand on parlait de l'expérience, ça n'a pas eu un impact sur mon comportement une fois que j'avais commencé, ça ne m'a pas vraiment poussé à y jouer plus, mais c'est sûr que ça m'a poussé à commencer.

J : Ne penses-tu pas que le message concernant la prévention des risques devrait être plus important ?

Y : Le message de prévention sur les risques devrait évidemment être plus important mais honnêtement on est plus à ce faible niveau de morale près puisqu'ils n'en ont aucune.

L'interdiction des paris sportifs c'est moral, l'autorisation des paris sportifs c'est immoral, il n'y a pas d'entre-deux.

J : Comme tu le disais, la publicité est omniprésente, beaucoup de clubs belges affichent le nom d'une société de paris sur leurs maillots ou dans le stade. A partir de 2025, la publicité pour ces sociétés ne sera plus autorisée en dans les stades. Que penses-tu de ce genre de mesures ? Penses-tu que cela aura un impact ?

Y : Je suis favorable à ce genre de mesure d'interdire les publicités de paris sportifs dans les stades mais comme je l'ai dit je ne pense pas que ça sera suffisant, et je ne pense même pas que ça fera une grosse différence.

J : Comme toi, je ne pense pas que ça fera une grande différence, mais c'est déjà un premier pas on va dire. J'en ai fini avec mes questions concernant les causes de l'addiction. Je vais maintenant les conséquences. Tout d'abord, est-ce que cette addiction a affecté la relation avec ton entourage ?

Y : Au niveau des conséquences, je dirai que je m'en suis bien sorti, je n'ai pas vraiment connu de problèmes. Je vis encore chez mes parents, mais ils ne se sont jamais rendu compte de rien, il n'y a pas eu de problèmes à ce niveau- là. De même pour mes amis, personne n'était au courant de ce problème auquel je faisais face.

J : Est-ce que cela a provoqué des conséquences financières importantes ?

Y : A ce niveau, heureusement, que ce soient les factures ou les courses obligatoires, je ne m'en occupe pas. J'ai « financé » mes paris sportifs avec l'argent que je gagnais grâce à mes jobs d'étudiants mais jamais au point où je ne pouvais plus rien dépenser, j'avais un petit matelas de sécurité. Finalement j'ai eu la chance de pouvoir arrêter « préventivement » et pas quand c'était trop tard. 100€ ou 200€ de plus et là j'aurais été dans une position plus délicate.

J : Ressentais-tu de la culpabilité durant cette période ?

Y : La culpabilité, je la ressentais à chaque fois que je passais un cap : quand j'ai perdu mes premiers 20€, quand j'ai misé mes premiers 20€, quand j'ai perdu mes premiers 80€, quand

j'ai misé mes premiers 100€ et finalement quand j'ai perdu mes 200€. Et heureusement juste ça, ça a suffi à me faire arrêter à 200€, je n'ai même pas vraiment eu à mettre en place une stratégie ou quoique ce soit pour arrêter.

J : J'ai une dernière petite question qui me vient pour cette partie. Est-ce que ton addiction a eu un impact sur ta vie sociale. Par exemple, tu étais avec des amis, de la famille. Et tu t'isolais pour placer des paris par exemple. Est-ce que ça t'est arrivé ?

Y : Ah non, je n'en étais pas du tout arrivé à ce point-là, dieu merci. Encore une fois, comme je l'ai déjà dit, on va dire que c'était une petite addiction, mais on peut quand même parler d'addiction. J'ai perdu 200 euros environ, mais c'était sur l'espace de quelques jours et heureusement, j'ai réussi à m'arrêter très vite. Donc, on pourrait ne même pas réellement considérer ça comme une addiction. Ça serait plutôt un début d'addiction qui aurait pu mal tourner, mais j'ai réussi à m'arrêter juste à temps je dirai.

J : Ok, c'est intéressant car tu as un profil différent des précédentes personnes avec qui je me suis entretenu. Dans ton cas, tu as su te ressaisir on va dire, tu as vite compris que tu devais t'arrêter.

Y : Oui c'est ça, je me suis rendu compte que si je continuais, les conséquences auraient pu être grave, mais heureusement, j'ai su couper avec les paris au bon moment.

J : Ça marche. On va donc entrer dans la dernière partie de l'entretien, avec la dernière catégorie de questions. Cette catégorie concerne tout ce qui est solution pour lutter face à cette addiction, ce qui est mis en place. Lorsque je réalisais mes recherches, j'ai vu qu'il existait des technologies dites persuasives. Ce sont des technologies qui vont t'inciter à adopter un comportement, mais sans avoir recours à la contrainte. Par exemple, une application va t'envoyer des notifications à différents moments de la journée pour te motiver à ne pas parier, t'inciter à faire certaines choses pour t'occuper l'esprit. Et sur cette application, tu pourrais noter quand tu joues. Ça permet un suivi, de voir une évolution à long terme mais tu contrôles tout par toi-même. Qu'en penses-tu ?

Y : Oui, je pense que ça pourrait être une bonne idée, on peut voir que ces applications rencontrent du succès pour d'autres addictions. Je pense que ça serait vraiment efficace car ça encouragerait les gens à modifier leur comportement, ça apporterait également du soutien car c'est toujours difficile de parler de son addiction avec les proches, donc ça faciliterait la prise en charge on va dire. Et je pense aussi que si ce genre d'applications permet de sortir de l'addiction, ça apporte une certaine fierté, être fier d'être arrivé à s'en sortir par soi-même. Comme pour les gens qui essaient d'arrêter de fumer, ça serait bien d'également pouvoir voir

l'argent économisé on va dire en ne pariant plus. Donc oui, je pense que ce type d'applications peut être utile.

J : Je suis totalement d'accord avec toi. Comme tu le disais, ce n'est pas toujours facile de parler de son addiction avec nos proches, on peut ressentir un peu de honte. Ça pourrait donc faciliter la prise en charge on va dire. Une autre solution pour lutter face à cette addiction, comme pour d'autres, est la mise en place de messages préventifs. Il pourrait y avoir des campagnes de prévention, où l'on mettrait également en avant des alternatives gratuites.

Qu'en penses-tu ?

Y : Pour moi, les messages préventifs ne veulent rien dire et ils sont inefficaces. Je pense que le message préventif le plus efficace, c'est de présenter le vécu des gens qui y ont joué et qui peuvent dissuader d'autres personnes de jouer. Les messages imposés par le gouvernement, les gens n'y font même plus attention. Ça me fait penser aux messages qu'on voit pour la bière. Il y a le message "une bière brassée avec savoir se déguste avec sagesse". C'est devenu un slogan plutôt qu'un vrai message de prévention.

J : Une solution pour toi, serait de diffuser des campagnes publicitaires qui présenteraient des témoignages de personnes qui ont été touchées par cette addiction, comme on voit pour l'alcool donc ?

Y : Oui, totalement, ça serait tout aussi pertinent. Mais il en faudrait beaucoup, il faudrait de la répétition. Il devrait y avoir les témoignages de nombreuses victimes. Et surtout, il faudrait mettre en avant des statistiques impactantes afin de bien marquer les esprits.

J : Dernière petite question concernant les alternatives gratuites dont tu m'as parlé en début d'entretien. Quel est ton opinion les concernant ?

Y : En fait, les alternatives gratuites, comme je l'ai dit avec l'application Omada, ces applications sont beaucoup utilisées par des personnes de moins de 18 ans. Ces applications peuvent être comme une passerelle avant le vrai truc on va dire et les vraies sensations. Mais dans mon cas, ça m'a plutôt incité à commencer pour de vrai alors que ça devrait être l'inverse. Je ne sais pas si c'est vraiment efficace, mais ça reste un ressenti personnel, ça peut être différent pour d'autres personnes. Je pense que c'est au cas par cas, mais si ça peut être efficace pour certaines, autant essayer de mettre ces applications en avant.

7.1.4 Retranscription du quatrième entretien

J : Peux-tu me parler de ton histoire avec les jeux d'argent ?

M : J'ai commencé les jeux d'argent à ma majorité, avec des paris sportifs, sans me rendre compte des risques. J'ai maintenant 19 ans et j'ai peut-être perdu plus de 1500€.

J : Qu'est-ce qui t'a poussé à fréquenter ce genre de site ?

M : Je dirai le manque d'argent à ma majorité. Je n'avais pas de revenu car j'avais des problèmes pour suivre correctement une formation professionnelle. Je suis née en mai et donc j'espérais finir avec assez d'argent pour passer un bon été.

J : Que recherchais-tu en pariant ?

M : Je rechercher la rentabilité, faire des beaux bénéfices avec des petites mises

J : Maintenant que tu es sorti de cette addiction, comment te sens-tu par rapport à cette situation ?

M : Je me sens très mal car même si j'ai récupéré une stabilité financière, je garde toujours cette boule au ventre quand je vois passer une pub de jeux d'argents. Je ressens une haine et un dégoût envers moi-même, je suis une personne compulsive financièrement, je m'en veux de ne pas avoir pu me stopper à temps.

J : Je vais te maintenant te poser des questions sur une catégorie que j'ai appelé "cause". Donc tout d'abord, j'ai pu voir qu'un cycle de l'addiction avait été développé. Il possède différentes phases : celle de l'initiation, la phase de gain, la phase de perte de contrôle, la phase de désespoir et enfin il peut y avoir la rechute. Est-ce que tu te reconnais dans ce cycle ou bien ce n'est pas représentatif de la réalité ?

M : Oui, je me reconnais dans ce cycle. D'abord, la phase de débutant on va dire, je misais 10€ par semaine, je faisais des combinés totalement irréfléchis et j'espérais gagner des milliers d'euros à la fin de la soirée. Puis, il y a la pré-phase de gain en juin. Je gagne mon premier pari après des centaines d'euros dépensés, mais je n'en profite même pas car je remise tout en perdant. Ensuite, la phase de perte totale de contrôle. J'ai commencé le casino en ligne avec des jeux de mines, je perdais des dizaines d'euros par quarts d'heures et j'ai vidé mon compte bancaire en une soirée jusqu'à avoir réalisé que j'ai passé une nuit blanche entière à miser des sommes alors que j'étais sensé surveiller ma copine qui était fortement malade. Après, il y a une phase de conscience je dirai, en septembre 2023, où je me suis promis de ne plus y toucher. Mais en novembre 2023, il y a la phase de rechute comme tu disais. J'ai repris petit à petit les paris mais je perdais tout. Puis, il y a la phase de mise en danger en février 2024, bien que j'étais stable financièrement, j'ai craqué un soir. J'ai misé plusieurs centaines d'euro en quelques heures, j'étais très proche des gains autour des 1000 euros, mais j'ai tout perdu avec un seul match sur un combiné. Je suis devenu fou et j'ai parié

jusqu'à l'épuisement avant d'être retrouvé en crise totale dans ma chambre par ma copine. Phase d'arrêt total Mars / Avril 2024 je m'auto exclu des 3 quarts des sites de jeux d'argent et je reprends une vie stable mentalement et financièrement. Dernière expérience et fin du cauchemar en avril 2024 avec les matchs de Ligue des Champions, je mise 40 euros sur un petit combiné simplement pour augmenter mes gains et sans forcément être inquiet si je perds ou non, le réal Madrid se qualifie aux tirs au buts et je remporte 344 euros. C'était suffisant pour moi pour considérer cette victoire comme ma vengeance face aux applications de paris sportifs et sites de casinos en lignes. Et depuis je n'ai plus jamais mises et je ne compte pas reprendre.

J : Ce qui t'a donc poussé à jouer de plus en plus, c'est la perte d'argent ?

M : Oui, c'est ça. Ce qui me poussait à toujours jouer plus, c'étaient les pertes qui s'accumulaient. Je voulais absolument récupérer ce que j'avais perdu et c'est pourquoi je jouais toujours plus.

J : Comment te sentais-tu lorsque tu jouais ?

M : Je ne sais pas trop comment décrire ça. En fait, c'est comme si je ne me sentais plus, j'étais complètement déconnecté de la réalité. Je ne me rendais absolument pas compte de ce que je faisais.

J : En télévision, sur les réseaux sociaux, dans les événements sportifs, et un peu partout, on voit des publicités pour les sites de jeux d'argent. Est-ce que cela avait un impact sur ton comportement ?

M : Oui les publicités avaient un impact sur mon envie de jouer ou non.

J : Est-ce qu'il y a eu des éléments déclencheurs autres que les pertes d'argent qui t'ont poussé à jouer de façon compulsive ?

M : Non, il n'y a pas vraiment eu d'éléments déclencheurs qui m'ont poussé à jouer plus si ce n'est les importantes pertes d'argent.

J : Ok, c'était ma dernière question pour cette partie sur les causes. Maintenant, je vais te poser quelques questions sur les conséquences qu'a provoqué cette addiction chez toi. Alors, tout d'abord, comment cette addiction a affecté ta relation avec ton entourage ?

M : Il n'y a pas eu de conséquences avec mon entourage car j'ai toujours caché mon addiction et mon mal être en mentant sur mon manque d'argent en trouvant toujours des moyens de justifier ça. La seule personne qui souffrait de mon addiction, c'était ma copine car je la délaissais totalement.

J : Cette addiction a-t-elle entraîné des conséquences financières importantes pour toi ?

M : Oui, car comme je disais tout à l'heure, lors d'une soirée, j'avais vidé mon compte bancaire. Aussi, ça m'est souvent arrivé de me retrouver avec zéro euro sur mon compte au milieu du mois donc c'était assez compliqué.

J : Ressentais-tu de la culpabilité ?

M : Oui, je ressentais beaucoup de culpabilité. D'un côté, de la culpabilité de ne pas avoir été capable de me protéger, mais aussi de ne pas avoir su protéger ma copine qui était malade comme je disais et du fait qu'elle a également été impactée par mon addiction.

J : Est-ce que toi ou ton entourage avez observé un changement dans ton comportement ?

M : Oui, il y a ma copine qui m'expliquait que je ne dormais plus la nuit, que je passais la nuit à parler tout seul avec une personne imaginaire comme si je regardais les matchs sur lesquels j'ai parié avec elle.

J : Ok. Maintenant, on va entrer dans la dernière catégorie de questions. Je l'ai appelée stratégie. Donc, ce sont des questions sur les solutions qui sont ou qui pourraient être proposées pour lutter face à l'addiction aux jeux d'argent. Mais d'abord, tu peux m'expliquer comment tu es sorti de cette addiction, ce que tu as fait ?

M : En fait, je me suis rendu compte que ma vie allait devenir un enfer si je continuais. Et surtout, je voyais que cette situation rendait ma copine très malheureuse. Cette situation la rendait impuissante car je n'en faisais qu'à ma tête. Donc, cela avait vraiment un impact négatif sur elle et ça m'a poussé à chercher à sortir de cette addiction.

J : Au cours de mes recherches, j'ai découvert qu'il existait des technologies persuasives. Ces applications t'incitent à adopter un comportement sans avoir recours à la contrainte. C'est comme les applications pour arrêter de fumer. Ça te montre une évolution au fil du temps, tu peux voir l'argent économisé. Selon toi, est-ce que ces technologies peuvent être intéressantes ?

M : Pour moi, je ne pense pas que ça serait efficace. Je pense que ce qu'il faut mettre en place, c'est une réglementation des mises et des dépôts, avec des sommes très faibles pour éviter toute addiction. Je pense également que tout devrait être surveillé et réglementer par l'Etat directement.

J : Penses-tu que la mise en place de messages préventifs, la mise en avant d'alternatives gratuites, seraient pertinentes ?

M : Pour moi, on peut placer tous les messages préventifs que l'on veut, si l'Etat n'agit pas, rien ne changera. Les entreprises de jeux d'argent continueront à alimenter cette addiction qui

touche des personnes dans le monde entier avec des stratégies très efficaces et parfaitement rodées.

7.1.5 Retranscription du cinquième entretien

J : Tout d'abord, peux-tu me parler de ton histoire avec les jeux d'argent ?

S : Quand j'ai commencé, j'étais encore mineur. Je jouais dans des nights and days, des librairies où ils ne demandaient pas la carte d'identité. Après en plus de ça, j'utilisais la carte de mon frère pour avoir un compte sur Unibet et j'achetais des Paysafecard pour mettre de l'argent sur le compte. Quand j'ai eu 18 ans j'ai créé mes propres comptes que j'alimentais au début toujours avec des Paysafecard. Ensuite j'ai commencé à m'inscrire sur plusieurs sites et faire de plus en plus de dépôts, sans jamais retirer ou pratiquement. En déposant 10 euros, je montais à 100, je me disais que je pouvais encore monter mais au final, je retombais à 0. Une fois je suis monté à 3000euros et en une nuit j'ai tout perdu en voulant me « refaire ». Et depuis j'ai continué avec quelquefois, des tentatives d'arrêts mais sans réussite mais cette fois c'est la bonne enfin j'espère.

J : Qu'est-ce qui t'a poussé à fréquenter ce genre de site ?

S : Étant fan de sport, je pensais connaître très bien le sport, mieux que les bookmakers. Je me disais que je pouvais gagner de l'argent en plus de pouvoir regarder mes sports favoris. Une fois que j'ai mis de l'argent, je suis devenu accro à l'adrénaline que les paris me provoquaient, comme un drogué par exemple, mais ici ça ne se voyait pas.

J : Que recherchais-tu en jouant à ces jeux/paris ?

S : Au début, c'était pour gagner de l'argent. Après, comme j'avais perdu de l'argent, j'ai continué à jouer car je voulais me refaire et récupérer ce que j'avais perdu. Et aussi, comme je viens de dire, je recherchais cette adrénaline que je ressentais lorsque je jouais. Et je dirai qu'aussi, je jouais pour passer le temps je pense.

J : Donc actuellement, tu n'es pas encore sorti totalement de cette addiction, tu essayes d'en sortir si je comprends bien. Comment tu te sens par rapport à cette addiction ?

S : Exactement. Je ne suis pas encore totalement sorti, je peux rechuter à tout moment, des fois c'est très dur mais je tiens. Je me sens moins sur les nerfs, je profite plus du moment présent et de mes proches, des activités que je fais. Avant je ne profitais jamais à fond car je pariais toute la journée.

J : Ca marche. A présent, je vais te poser des questions sur les causes de l'addiction. Au cours de mes recherches, j'ai pu observer qu'un cycle d'addiction avait été développé. Il y a tout d'abord la phase d'initiation, puis la phase de gain, la phase de perte de contrôle, la phase de désespoir et enfin il peut y avoir une rechute. Ce cycle de l'addiction correspond-il à ce que tu as vécu ? Et qu'est-ce qui t'a poussé à jouer de plus en plus ?

S : Oui je remarque les différentes phases, c'est exactement ça. Ce qui m'a poussé c'est l'adrénaline et l'envie de me refaire, j'avais l'impression que j'adorais quand je pariais, je ne pensais à rien d'autres, j'aimais bien jusqu'à ce que je perde. Quand je perdais toutes les mauvaises choses arrivaient, mais tout était amplifié.

J : Comment tu te sentais lorsque tu jouais ?

S : Quand je jouais de grosses mises, je ressentais beaucoup de stress. Quand les paris se passaient bien, que je gagnais, forcément, je me sentais bien. Mais quand je perdais, je me sentais super mal. Le problème, c'est que quand ça se passait bien, ça ne durait jamais longtemps vu que je remisais directement ce que je venais de gagner.

J : En télévision, sur les réseaux sociaux, un peu partout, on voit des publicités pour ces sites. Est-ce que cela avait un impact sur ton comportement ?

S : Indirectement oui, voir les publicités partout influence forcément

J : Toujours concernant la publicité, ne trouve-tu pas que le message concernant la prévention des risques devrait être plus important ?

S : Oui mais je ne sais pas si ça changera quelque chose. Pour moi, il n'y a que quand on est dans cette situation qu'on peut comprendre. Avant que je devienne accro aux paris, je ne vais pas dire que je me moquais des personnes qui étaient accro, mais je n'en n'étais pas loin. Je me disais que ça ne m'arriverait jamais, que si je commençais les paris, je serai capable de me contrôler.

J : Y a-t-il eu des éléments déclencheurs qui t'ont poussé à jouer de façon compulsive ?

S : Franchement, je ne pense qu'il y a eu réellement des choses qui m'ont poussé à jouer beaucoup plus. Sauf le côté de vouloir me refaire après avoir perdu de l'argent. Mais je ne vois pas d'autres choses-là.

J : D'accord. A présent, on va entrer dans une autre catégorie. Nous allons maintenant aborder l'aspect conséquences de l'addiction aux jeux d'argent. Alors tout d'abord, est-ce que cette addiction a influencé ta relation avec ton entourage ?

S : Oui clairement. En temps normal, je suis plutôt quelqu'un d'assez calme. Mais à partir du moment où je devenais accro, j'étais devenu facilement irritable. Aussi, je passais beaucoup

moins de temps avec mon entourage, je n'avais plus vraiment envie de sortir avec mes proches, ça m'arrivait de changer de plan en dernière minute en fonction des paris et surtout il y avait des mensonges.

J : Cette addiction a-t-elle entraîné des conséquences financières importantes chez toi ?

S : Oui car j'ai quand même perdu aux alentours des 4500 euros. Sur le temps d'une vie, ça ne reste pas tant d'argent que ça on va dire mais sur le moment même, ça représente beaucoup d'argent, surtout pour un étudiant.

J : Ressentais-tu de la culpabilité ?

S : Oui, je ressentais de la culpabilité vis à vis de différentes choses. Tout d'abord, vis à vis de mes proches et surtout de mes parents car je devais toujours leur mentir sur mes dépenses, je devais trouver des excuses pour justifier que j'avais dépensé tel ou tel somme d'argent à un moment. Donc je culpabilisais de toujours leur mentir à ce niveau-là. Mais il y a aussi le côté d'être tombé dans une addiction, que j'avais toujours pensé pouvoir me contrôler mais qu'au final j'étais devenu comme les personnes dont je me moquais comme je te disais tout à l'heure et donc je me sentais coupable également par rapport à ça.

J: Tu me disais avoir ressenti un changement dans ton comportement. Mais est-ce que ton entourage a également aperçu un changement. Ou ils ne se sont rendu compte de rien ?

S : Je pense que mon entourage n'a pas observé de changement dans mon comportement. Alors que personnellement, je sentais bien que j'étais facilement irritable, j'enchaînais les mensonges pour couvrir mes pertes et mon addiction alors que ça ne me ressemble pas du tout. Et aussi, j'avais l'impression de devenir bipolaire

7.1.6 Retranscription du sixième entretien

J : Première question : peux-tu me parler de ton histoire avec les jeux d'argent. Comment tu es entré là-dedans

B : Oui, donc en fait, j'ai commencé par rapport à un problème que j'ai eu avec mon travail. Avant, j'étais en CDI, puis j'ai démissionné. Mais normalement, je devais avoir droit au chômage bien que j'avais démissionné. Mais le problème, c'est que Pole Emploi ne m'a pas donné le chômage. J'avais un loyer à payer pour mon appartement. Et donc, je commençais à m'inquiéter car je ne savais pas comment faire. Du coup, j'ai commencé à jouer aux paris sportifs car un pote à moi y jouait et il gagnait. Pour ma part, ce qui s'est passé, c'est que j'ai misé beaucoup dès le début. J'ai d'abord misé 200 euros sur un match, que j'ai perdu. Et

comme j'ai perdu 200 euros, j'ai voulu les récupérer et c'est comme ça que c'est parti. De 200 euros, je suis monté à 70 000 euros de perte.

J : Donc, en fait, ce qui t'a poussé à fréquenter ce genre de sites, c'est le besoin d'argent. Tu t'es dit que ça serait un moyen facile de gagner de l'argent.

B : Exactement. En fait, j'ai vu que pour mon pote, ça fonctionnait bien. Je voyais si vous jouez autant, vous gagnerez autant.

J : En quelque sorte, est-ce qu'on peut dire que tu as été séduit par les beaux messages qu'ils présentent dans toutes leurs publicités. En te disant qu'en jouant autant, tu allais gagner autant mais sans te parler des risques qu'il peut y avoir.

B : Oui, il y a le fait qu'ils te disent que plus tu mises, plus tu vas gagner. Mais pour moi, ce n'est pas vraiment ça, je pense avoir non plus été trop influencé par ce genre de messages.

J : Parmi les autres personnes que j'ai interrogées, beaucoup m'ont parlé d'une recherche d'adrénaline en pariant, qui les poussaient à continuer à jouer. Est-ce que c'est quelque chose que tu recherchais également ou bien tu joues uniquement pour récupérer de l'argent ?

B : Non, ce n'est pas quelque chose que je recherchais, comme j'ai dit avant, je cherchais à récupérer ce que j'avais perdu.

J : Donc là, actuellement, tu es toujours addict, tu n'as pas arrêté de jouer, tu joues encore ?

B : Voilà. En fait j'ai arrêté si tu veux en 2020 je crois. J'ai commencé à jouer en 2018 en gros, même fin 2017 début 2018. En 2020 j'ai arrêté pendant une petite période parce que je ne savais même pas que j'étais addict à ce moment-là, mais j'ai trop perdu, je n'avais jamais douté que j'étais un addict ou quoi. Mais j'ai compris que j'étais addict parce qu'en gros, je suis retombé dedans, en fait c'est une rechute. J'ai arrêté, j'ai repris plusieurs fois et la dernière fois que j'ai repris, c'est parce que j'ai un pote à moi qui m'a parlé de la crypto-monnaie du coup j'ai commencé à faire de la crypto-monnaie et j'ai perdu. Et du coup, je me suis dit qu'il fallait que je récupère ce que j'avais perdu et je suis reparti sur le casino en ligne.

J : D'accord. Quand j'ai fait mes recherches, j'ai vu qu'il existe un cycle de l'addiction. Donc, tu as une phase tout d'abord d'initiation, ensuite tu as une phase de gain, puis ils appellent ça phase de perte de contrôle, phase de désespoir et puis phase de rechute.

Donc toi tu confirmes que tu te reconnais un peu dans ce cycle ?

B : Malheureusement, oui. Je suis totalement dans l'emprise du truc et j'avais déjà appelé le numéro Joueur Info Service pour me faire aider mais il fallait prendre rendez-vous du coup je me suis dit vas-y, je ne vais pas retomber dedans.

J : Il y a quelque chose que tu peux faire, je ne sais pas si tu es au courant mais en Belgique on peut le faire en tout cas. Tu peux te mettre, je pense qu'ils appellent ça une liste rouge en fait et tu es bloqué de tous les sites de Paris, tous les casinos qu'il peut y avoir dans le pays et ça ferme tous tes comptes. Je ne sais pas si tu connais, ça pourrait peut-être être utile parce que du coup après tu ne sais plus t'inscrire nulle part.

B : Bah en vrai non, je ne connais pas de site comme ça. Après moi ce que j'ai fait, je me suis bloqué de tous les casinos en France, les sites comme Bwin, Winamax etc. Mais en fait, les casinos en ligne, c'est illégal en France. Du coup, ça ne ferme pas mon compte, ça ne bloque pas le casino en ligne. Ce que j'ai fait, c'est que j'ai envoyé un mail moi-même aux casinos en ligne pour être bloqué de certains et donc ils m'ont bloqué. Mais il y a plein de sites qui font partie d'une seule et même famille. Donc, c'est compliqué.

J : Il y a des périodes où tu gagnes. Dans ce genre de moments, tu retires ce que tu as gagné ou bien tu le rejoues ?

B : Malheureusement, souvent, je le rejoue en espérant gagner encore plus et je finis par tout perdre.

J : Quand tu joues comme ça, que tu enchaînes les heures et les pertes, en fait, comment tu te sens à ce moment-là ? Est-ce que tu ressens de la culpabilité ? T'as comme de l'énervement envers toi ?

B : Ah oui, bien sûr j'ai de la culpabilité, c'est ça. Avant j'étais prêt, je me disais comment je vais faire pour payer les loyers, comment je vais faire pour vivre. Et donc, je ressentais beaucoup de stress, j'avais du mal de dormir. Je sais qu'il y a des gens qui vivent des situations bien pires. Mais il y a des moments où j'ai envie que ça s'arrête, que je retrouve une vie normale, ce n'est vraiment pas simple à vivre. Je me demandais comment j'allais payer le loyer etc. Après, heureusement, mon compte est bloqué, donc je ne peux pas être en découvert.

J : As-tu déjà parlé de tes problèmes d'addiction avec tes proches ?

B : Oui, j'en ai parlé avec ma sœur il y a deux ans. C'est elle qui m'a aidé à me bloquer de différents sites, en gros de tous les casinos. Mais en fait, elle n'a pas cherché plus loin que ça. Ma mère, je lui en ai parlé également de mes problèmes d'addiction, mais le problème, c'est que je pense qu'elle ne comprend pas trop. Elle ne comprend pas pourquoi je n'ai pas d'argent. Elle ne me demande pas de justification quand je lui demande de l'argent et pourtant je le fais régulièrement.

J : Tu ne lui as jamais expliqué pourquoi tu étais dans cette situation ?

B : Dans la vie, j'essaye d'être quelqu'un d'honnête, mais là, j'ai toujours caché, je ne disais pas que c'était à cause des jeux d'argent que j'avais besoin d'argent.

J : Est-ce qu'il y a eu des éléments déclencheurs qui t'ont poussé à jouer toujours plus, autre que la perte d'argent ?

B : Non, il n'y a pas eu d'éléments déclencheurs. Je jouais pour gagner de l'argent. J'aimerais avoir de l'argent pour avoir une meilleure vie, pouvoir acheter une voiture par exemple.

J : on peut voir que les sociétés de paris, elles sont omniprésentes en télévision réseaux sociaux, dans les événements sportifs et donc, quand tu vois des publicités pour ces sites est-ce que ça a un impact sur ton comportement ? Par exemple, tu vois une publicité, ça te donne envie de jouer. Je sais que chez nous en Belgique, tu as des pubs pour les paris avant les matchs, pendant et après. Es-tu réceptif à ce genre de publicités ou pas du tout ?

B : Non, je ne pense pas être réceptif à ce genre de publicité. Alors oui, peut-être je vais y penser, mais je ne vais pas jouer instantanément.

J : Ok. Voilà, c'était tout ce que j'avais concernant les causes de l'addiction. Maintenant, je vais te parler des différentes conséquences. Comment cette addiction a affecté ta relation avec ton entourage ?

B : Ah oui, totalement. J'aime bien sortir avec des amis. Mais ça m'arrive souvent d'annuler des sorties pour rester à jouer chez moi, je m'isole, je trouve des excuses pour pas sortir.

Aussi, ça affecte ma relation avec ma mère car je deviens facilement irritable. Je me prends vite la tête car je ne suis pas bien, que j'ai déjà beaucoup de problèmes et donc je n'ai pas envie qu'on m'en rajoute d'autres. Aussi, cela affecté ma relation avec mon ex-copine. Sur le moment, je ne comprenais pourquoi ça n'allait pas avec elle et c'est seulement par la suite que j'ai réalisé que ça c'était fini à cause de mon addiction. A présent, je suis dans une autre relation, mais dès le début, j'en ai parlé à ma copine et donc, elle est au courant de mon addiction.

J : Est-ce que ça t'est arrivé d'être en famille, en soirée avec des amis et de t'isoler pour jouer ? Et comment tu justifiais ça ?

B : Oui, ça m'est arrivé plusieurs fois. Je vais te donner un exemple. Quand je suis en voiture, je me mets toujours à l'arrière comme ça je peux jouer tranquillement, on ne me voit pas et donc je ne dois pas me justifier.

J : Et est-ce que toi, tu as observé d'autres changements dans ton comportement ou bien des membres de ton entourage ?

B : Oui, il y a le fait qu'avant je travaillais et qu'après je ne faisais plus rien, je m'isolais, je restais enfermé dans ma chambre donc ma mère, elle ne comprenait pas ce qui se passait. Il y a aussi le fait que je répondais de façon agressive quand ça n'allait pas, j'étais assez irritable comme je disais juste avant.

J : D'accord. Maintenant, on va entrer dans la dernière partie de l'entretien. On va parler ici des solutions qui peuvent être mises en place pour lutter face à cette addiction. Mais tout d'abord, je ne t'ai pas encore demandé. Que fais-tu pour essayer de sortir de cette addiction en plus de t'être bloqué de certains sites ?

B : Bah justement, avant que tu me répondes ici sur Twitter, j'avais appelé InfoService, le numéro qui est proposé sur les sites de jeux d'argent en cas de problème d'addiction. Mais pour finir, tous les agents étaient occupés et donc je suis sur attente. Mais je compte les appeler de nouveau plus tard. Ça fait plusieurs fois que je dis aux gens que je vais le faire, mais ici je vais vraiment le faire. Je vais aller voir un psychologue également pour essayer de sortir de cette addiction.

J : Ok. Tout à l'heure, j'ai oublié de te demander. A quel moment tu t'es rendu compte que tu avais un problème avec les jeux d'argent ? Est-ce qu'il y a quelque chose qui a fait que tu t'es rendu compte que tu avais un problème d'addiction ?

B : En fait, un soir où j'avais perdu pas mal d'argent, j'avais tapé sur internet “ Comment récupérer l'argent qu'on a perdu dans les paris ? “ Et de là, ça m'a renvoyé vers un site où il y avait un questionnaire. Et en répondant aux différentes questions, je me suis rendu compte que j'étais addict aux jeux d'argent.

J : En fait, c'est donc en faisant une simple recherche que tu as compris que tu étais addict.

B : Oui, c'est ça. Suite à ça, j'ai vraiment voulu m'en sortir. J'ai toujours travaillé dans ma vie, je n'ai jamais rien volé. Mais j'ai l'impression de travailler de me fatiguer pour rien vu que je perds tout dans les jeux d'argent. Comme j'ai dit tout à l'heure, l'addiction a provoqué la fin de ma relation précédente. Mais ici, j'ai promis à ma copine que j'allais sortir de ça et je veux tenir parole. Par le passé, j'ai déjà voulu arrêter mais il y a toujours eu des choses qui ont fait que j'ai rechuté. Par exemple, quand on m'a parlé de tout ce qui était cryptomonnaie, ça m'a fait replonger. Car à ce moment-là, j'étais bien, j'avais économisé un peu d'argent. Et après tu rechutes, tu es dans un cercle vicieux et c'est vraiment difficile de sortir de cette situation.

J : Oui, je comprends. Du coup, là, si c'est ok pour toi, il me reste encore deux ou trois questions à te poser.

B : Oui, c'est bon pour moi, pas de soucis.

J : Donc, comme je te disais avant, c'est la dernière catégorie de questions que j'ai à te poser. On va parler des solutions, des choses qui peuvent être mises en place pour lutter face à l'addiction aux jeux d'argent ainsi que de la prévention. Du coup, quand j'ai fait mes recherches, j'ai vu qu'ils existaient des technologies persuasives. Ce sont des applications qui vont t'inciter à adopter un comportement, mais sans avoir recours à la contrainte. Par exemple, ces applications vont t'envoyer des notifications à certains moments de la journée pour t'inciter à faire certaines choses, tu sais voir une évolution ou bien encore l'argent que tu as économisé. En somme, c'est un peu comme les applications pour arrêter de fumer. Est-ce que tu penses que ce genre d'application peut être efficace ou bien ce n'est pas pertinent. Qu'en penses-tu ?

B : J'ai déjà utilisé ce genre d'application pour arrêter de fumer, mais ça dépend vraiment de ta détermination. On est libre, faut vraiment avoir l'envie. Mais dans mon cas, ça n'a pas été pertinent. Après, je pense que c'est au cas par cas. Moi, personnellement, je ne suis pas réceptif mais d'autres personnes peuvent l'être.

J : Est-ce que tu penses que la mise en place de campagnes de sensibilisation avec des messages préventifs où l'on mettrait également en avant des alternatives gratuites, penses-tu que ça pourrait être pertinent ?

B : Je pense que ça peut être efficace, que ça peut dissuader, mieux informer sur les risques que l'on peut rencontrer en jouant, mais à condition de mettre en avant le vécu d'autres personnes.

J : Justement, une des personnes avec qui je me suis entretenu, suggérer d'inclure le témoignage de personnes qui ont été touchées par cette addiction ainsi que d'ajouter des statistiques.

B : Je suis d'accord avec cette personne, c'est exactement ce qu'il faudrait car il n'y a que les personnes qui ont été victimes de cette addiction qui peuvent comprendre ce qu'on ressent. Et donc, oui, leurs témoignages pourraient dissuader les gens de commencer à jouer ou bien de mieux informer sur les dangers que l'on peut rencontrer en jouant aux jeux d'argent.

J : Personnellement, je n'ai plus d'autres questions à te poser. As-tu d'autres choses à ajouter. Par exemple, d'autres choses qui pourraient être mises en place ?

B : Non, je n'ai pas vraiment de choses à ajouter. Il n'y a pas vraiment de solutions qui me viennent à l'esprit non plus. Une solution serait d'interdire les gens de jouer partout dans le monde. Ça serait vraiment une bonne chose, mais ça n'arrivera jamais.

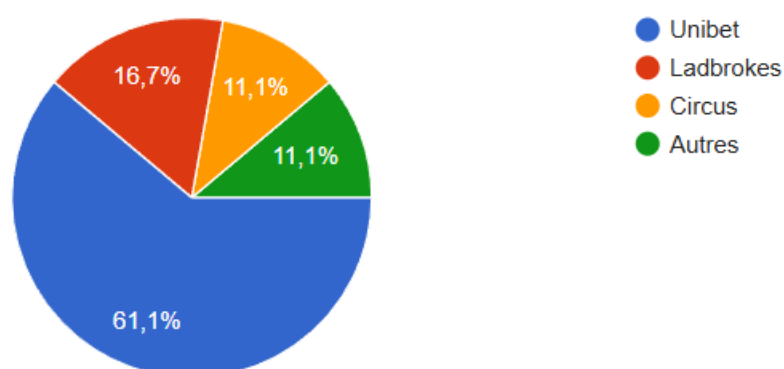
J : Oui, c'est un peu comme une autre personne que j'ai interrogée qui me disait qu'il faudrait un contrôle total de l'Etat sur les jeux d'argent. L'idée peut être intéressante, mais c'est difficilement faisable selon moi. Si c'est ok pour toi, on va en rester là. Merci pour tes réponses.

B : Pas de soucis, et merci à toi pour ton écoute.

7.2 Rapport statistique des réponses au questionnaire

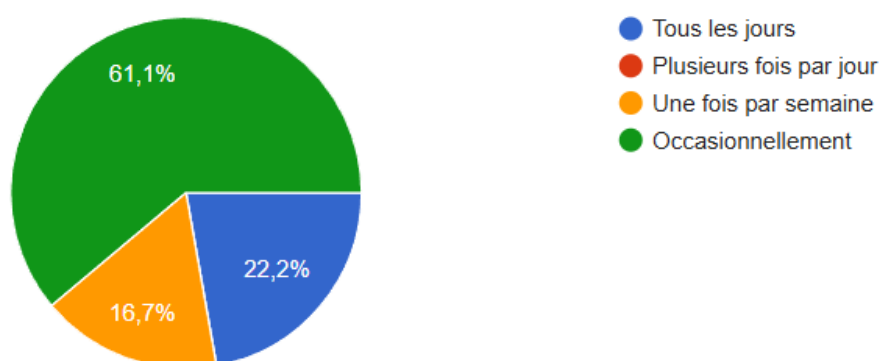
Quel site de jeu d'argent utilisez-vous ?

18 réponses



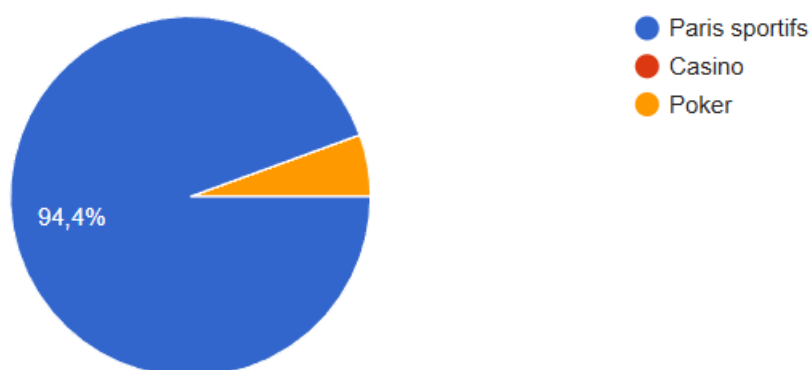
A quelle fréquence allez-vous sur ces sites ?

18 réponses



A quoi jouez-vous sur ces sites ?

18 réponses



Que recherchez-vous en utilisant ce genre de site ?

18 réponses

Plaisir

Suivre le tennis, faire un combi quand les cotes sont intéressantes

Gagner de l'argent

De l'adrénaline

Gagner de l'argent + adrénaline

des gains et un boost d'adrénaline

Pas grand chose je sais que je peux perdre l'argent que je met l'idéal c'est de s'en faire un petit peu mais sinon c'est plus pour l'amusement

Gagner de l'argent et vivre un peu de pression

L'adrénaline

Qu'est-ce qui vous a donné envie de vous inscrire sur ce genre de site ?

18 réponses

Un ami en faisait

Suivre les matchs de tennis

Gagner de l'argent

Le gain d'argent

..

un potentiel gain d'argent après une forte tensions pendant le ou les matchs ou j'ai parié

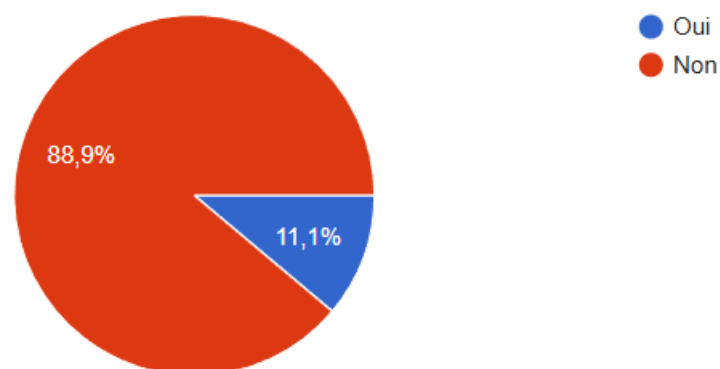
Les personnes autours de moi qui pariait déjà

Ma connaissance en sport et ma passion pour certains sports

Gagner de l'argent

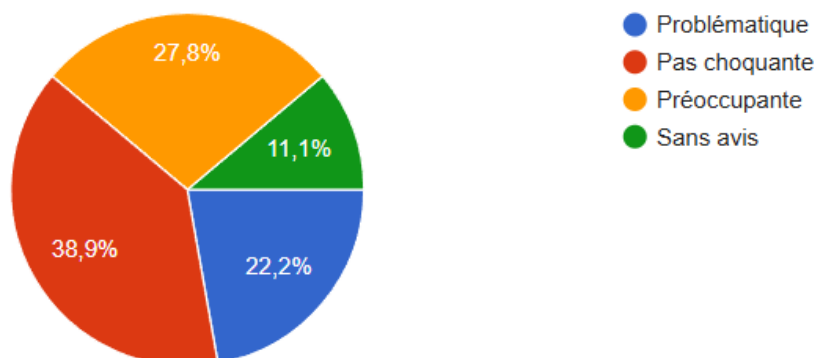
Les spots publicitaires pour ce genre de site ont-ils un impact sur votre comportement face au jeu ?

18 réponses



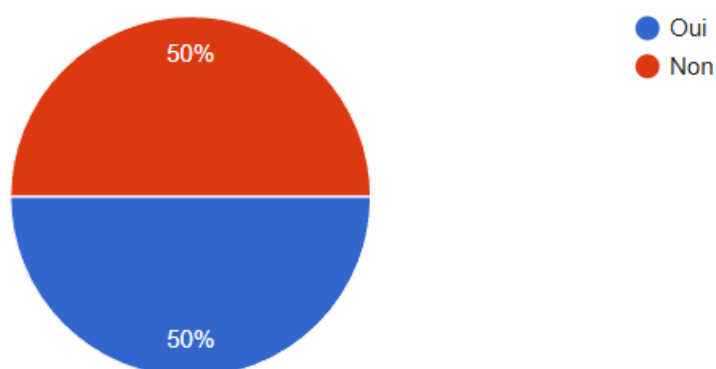
Que pensez-vous de l'omniprésence des sociétés de jeu de hasard dans le monde sportif

18 réponses



Etes-vous favorable à l'interdiction de la publicité pour les jeux de hasard ?

18 réponses



Pourquoi ?

16 réponses

Car ces publicités donnent une image trop positive des jeux de hasard

C'est aux utilisateurs de se responsabiliser.

Il y a des personnes accros, pour qui ce n'est pas un jeu et qui dépensent des salaires chaque mois la dedans. Des mineurs y ont également facilement accès.

L'excès nuit

ça incite les mineurs à parier de l'argent qu'ils n'ont pas

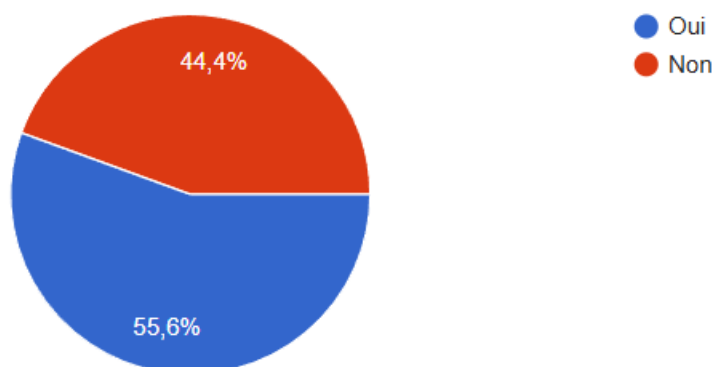
Beaucoup trop de gens ont perdus des sommes astronomiques, les consommateurs ne sont pas assez mis en garde à propos des problèmes d'addictions etc

Non car je pense que chaque adulte est responsable de ses actes. Il est clairement spécifié qu'il ne faut pas être dépendant et connaître ses limites. Donc, chacun est responsable des ses actes.

Protection des consommateurs

Considérez-vous les applications de pronostics gratuits comme une bonne alternative aux paris ?

18 réponses



Pourquoi

18 réponses

Car elles permettent de parier sans utiliser d'argent

Les sites de paris sportifs mettent les directs sur certains sports à disposition. L'alternative gratuite ne le fera jamais, faute de rentabilité.

Ceux qui sont accroc à ça, le sont à cause de l'argent. Si il n'y a pas d'argent en jeu ils n'y joueront pas.

Le but est de gagner de l'argent

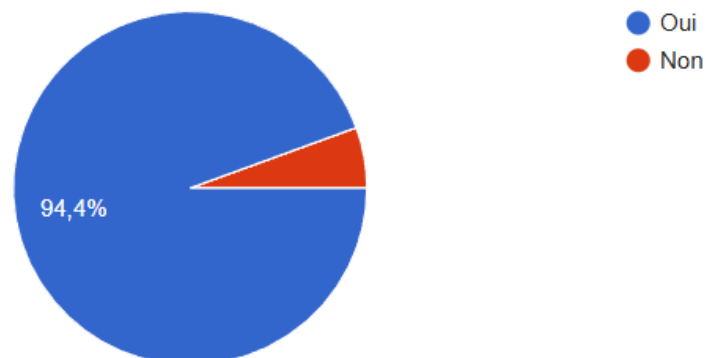
/

les mineures ou les personnes qui ne veulent pas dépenser leurs argents pourraient avoir ce fameux boost d'adrénaline sans pour autant perdre leur argent

Cela dépend pour qui, Un système de points comme lors des grands événements tels que la coupe du monde ou l'euro pour s'amuser entre amis avec des classements sont tout aussi amusant que de mettre de l'argent mais je ne pense pas que cela soit utile pour une personne addict

Seriez-vous favorable à la mise en place de campagnes de prévention face aux jeux de hasard ?

18 réponses



Résumé

Depuis plusieurs années, les jeux d'argent en ligne sont omniprésents. Que ça soit via des spots publicitaires en télévision, des publicités sur les réseaux sociaux ou via le sponsoring d'évènements, ils sont partout.

Ces jeux ont pour caractéristiques de vendre du rêve aux individus en donnant une vision enchantée de cette pratique, qui permettait de gagner de l'argent facilement. Cependant, cette pratique peut mener à des risques d'addiction et devenir une sorte de « toxicomanie sans drogues » (Valleur et Matysiak, 2003).

A l'heure actuelle, de nombreux articles abordent la question de l'addiction à ces jeux, mais trop peu abordent les solutions pouvant être proposées.

Dans ce mémoire, j'étudie ce qui pousse les individus à fréquenter ces sites, l'impact de la publicité sur leurs comportements ainsi que les solutions afin de lutter contre cette addiction via la communication.

Mots-clés : Addiction, jeux d'argent, technologies persuasives, communication préventive, persuasion

UNIVERSITÉ CATHOLIQUE DE LOUVAIN
Faculté des sciences économiques, sociales, politiques et de communication
Chaussée de Binche 151, 7000 Mons, Belgique | www.uclouvain.be/espo