

# Un groupe thérapeutique intégrant des outils Mes Choix Jeu pour faciliter l'accès aux traitements

Maité Hegmann, Arnaud Lovy  
et Coralie Zumwald

Centre du jeu excessif, Service de  
médecine des addictions, CHUV





# **EXCESSIVE GAMBLING: PROMOTING AND PROTECTING HEALTH IN A DIGITALISED WORLD**

5th International Multidisciplinary Symposium

18th - 20th June 2025

Caux • Montreux

## **Declaration of Financial Interests or Relationships**

---

I have no financial interests or relationships to disclose regarding the subject matter of this presentation.

# Plan

- ▶ Introduction
- ▶ Description du groupe
- ▶ Témoignages et vignettes
- ▶ Discussion

# Introduction

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the page, creating a modern, layered effect. The rest of the page is a plain white background.

# Stigma et trouble lié aux jeux d'argent (TJA)

- ▶ TJA= un des troubles de santé mentale les plus stigmatisés
- ▶ Stéréotypes: personnes cupides, irresponsables, défectueuses dans leur caractère, incontrôlables
- ▶ Internalisation du stigma: auto-stigmatisation
- ▶ Conséquences: dissimulation, retrait social, baisse de l'estime de soi, absence de recherche de traitement

Quigley, 2022; Rolando, Ferrari & Beccaria, 2023

# Barrières dans l'accès au traitement

- ▶ Peur de parler, honte
- ▶ Préoccupations liées à la confidentialité
- ▶ Accessibilité et disponibilité des traitements (liste d'attentes, horaires inappropriés, coût financier)
- ▶ Manque de qualité de services (pas suffisamment spécifiques)

... Alors que les fenêtres de motivation sont souvent de courte durée dans les TJA

Schettini, Lindner, Ekström & Johansson, 2024; Rolando, Ferrari & Beccaria, 2023; Dabrowska, Moskalewicz & Wiczorek, 2017

# Traitements

- ▶ **TCC: traitement validé pour les TJA** (Higueruela-Ahijado, Lopez-Espuela, Caro-Alonso, Novo Rodríguez-Martín, 2023; Pfund, Forman, Whalen, James, Zech, Ginley, Peter, McAfee & Whelan, 2023)
- ▶ **Programme «Mes choix jeu» : intervention manualisée pour les TJA** (Giroux, Boudreault, Simoneau, Tremblay, Ferland & Blanchette Martin, 2018)
- ▶ **Efficacité des TCC en groupe** (Bieling, McCabe & Antony, 2022)
- ▶ **Avantages du setting de groupe: économicité, apprentissage vicariant, fiabilité, réduction du stigma** (Bieling, McCabe & Antony, 2022)

# Description du groupe thérapeutique

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. The shapes are primarily triangles and polygons, creating a dynamic, layered effect. The overall composition is clean and modern, with the text centered on a white background.

# Cadre du groupe

- ▶ Gratuit et sans liste d'attente
- ▶ Semi-ouvert
- ▶ Séances d'1h30 hebdomadaires, de 17h30 à 19h00
- ▶ Orientation cognitivo-comportementale
- ▶ Animation: psychologue et psychologue stagiaire
- ▶ Participants : Toute personne majeure concernée par une problématique de JHA (ou trading, crypto) qui souhaite changer son comportement de jeu

- ▶ Entretien individuel préalable
- ▶ Engagement pour 10 séances, feuille d'inscription
- ▶ Formule mensuelle
- ▶ Rappels en cas d'absence



# Objectifs

Le groupe vise à :

- Echanger entre personnes concernées par des problématiques semblables
- Se sentir compris, sortir de la honte et de l'isolement
- Soutenir la motivation au changement
- Prendre conscience des fonctionnements automatiques et s'en distancier

# Déroulement d'une séance

- ▶ Tour de table basé sur les auto-évaluations :
  - ▶ Des envies de jeu
  - ▶ Du sentiment de contrôle sur le comportement de jeu
  - ▶ De la motivation
  - ▶ De l'émotion du moment présent
- ▶ Retour sur la thématique précédente et sur les éventuelles tâches à domicile
- ▶ Introduction de la thématique, exercices et discussions, support écrit
- ▶ Rituel de fin

## 10 séances, 10 thèmes

Dont →

## Des sous-thèmes à choix

1. Le hasard

2. Principes des JHA

3. Pensées à risque

4. Psychoéducation

5. Motivation

6. Situations à risque

7. Prévention de la rechute

8. Identification et fonction des émotions

9. Outils de gestion émotionnelle

10. Divers

Cartes

Jeux de rôles

Auto-observation

Cercle vicieux du jeu

Neurobiologie

La place du jeu dans ma vie

Balance décisionnelle

Mes déclencheurs

Analyse d'un épisode de jeu

La rechute

Plan d'urgence

Baisser l'intensité

La pleine conscience

Emotions spécifiques

Gestion financière

Mes ressources

### Formule mensuelle

Mes valeurs

Cultiver les émotions agréables

Le deuil

Stades de réhabilitation

Communiquer avec les proches

Nourrir les relations

Equilibre au quotidien

Affirmation de soi

A l'approche des fêtes

# Nombre de demandes liées aux JHA et nombre de participants au groupe en 2024

- ▶ 132 nouvelles demandes liées aux JHA
- ▶ 92 proviennent directement de la personne touchée (40 de proches)
- ▶ 37 personnes intéressées à participer au groupe
- ▶ 30 personnes ont bénéficié d'un entretien d'indication
- ▶ 23 personnes ont participé à min. 5 séances

# Profil des participant-e-s

- ▶ Nette majorité d'hommes (0 femme en 2024)
- ▶ Age: majorité de jeunes adultes entre 20 et 40 ans (18-53 ans en 2024)
- ▶ Majorité de participant-e-s inséré-e-s professionnellement
- ▶ Type de JHA les plus fréquents: paris sportifs, casino online et terrestre, loterie électronique

# Témoignages et vignettes

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the slide, creating a modern, layered effect. The text is positioned on the left side of the slide, set against a plain white background.

Ce qu'en pensent les participants ...



# Vignette Monsieur M (37 ans)

- ▶ Problématique en lien avec les paris sportifs, évoluant depuis environ 2 ans
- ▶ Conséquences : perte de la totalité de ses économies, mensonges, vols et emprunts à ses proches, honte et isolement
- ▶ Marié et père d'un enfant en bas âge
- ▶ Inséré professionnellement
- ▶ A pris contact avec notre centre mais la demande était également portée par son épouse
- ▶ Premier entretien d'évaluation en présence de son épouse qui l'encourage à tenter le groupe thérapeutique

# Parcours de Monsieur M au sein du groupe

- ▶ Suivi de 2x 10 séances et passage en formule mensuelle
- ▶ Identification des situations à risque : l'ennui, les conflits
- ▶ Fonction du jeu : s'évader, se couper des émotions désagréables
- ▶ Stratégies : planification des journées à l'avance, investissement de nouvelles activités ressourçantes, se confier à des personnes de confiance, développer un plan d'urgence

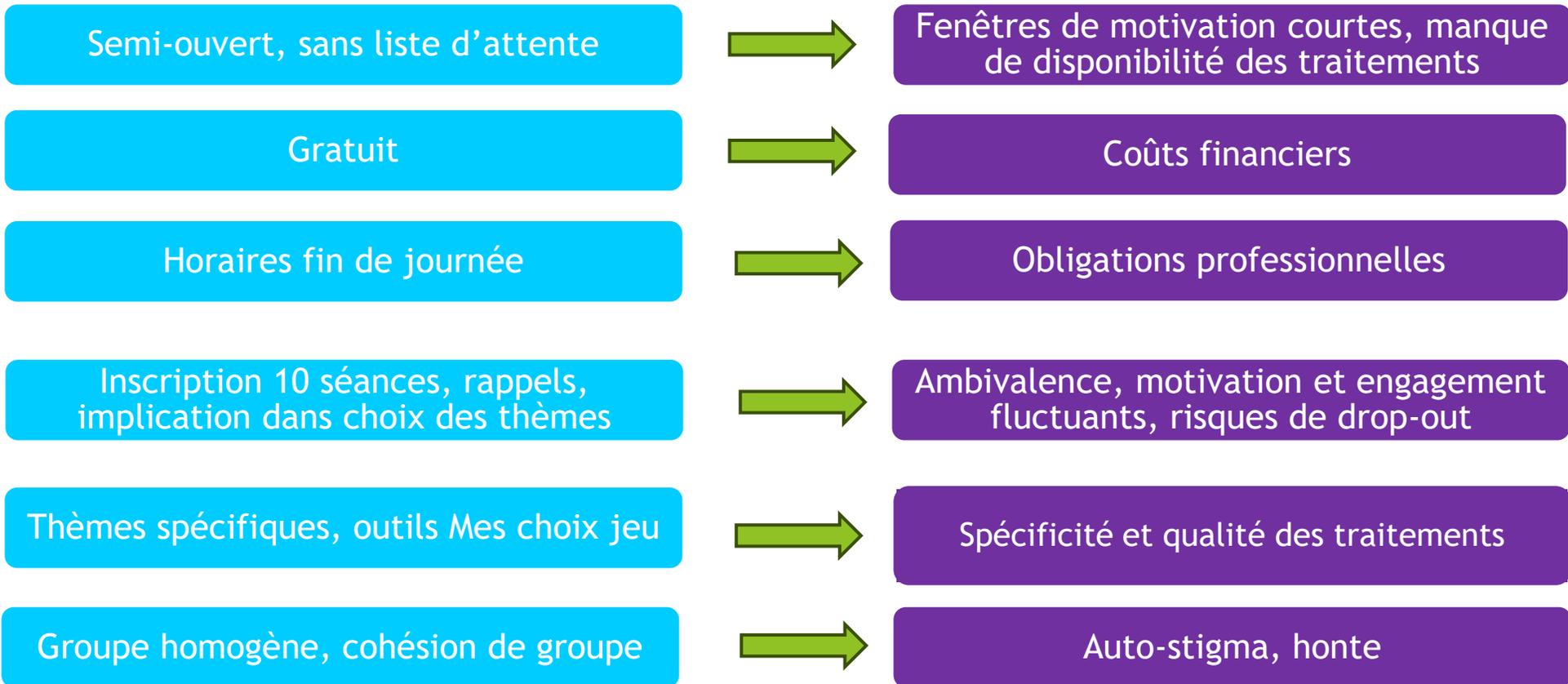
# Les résultats du parcours de Monsieur M jusqu'à maintenant

- ▶ Maintien de l'arrêt du jeu depuis sa demande de soin
- ▶ Augmentation de l'estime de soi et de l'affirmation de soi
- ▶ Satisfaction relationnelle autant conjugale que dans son rôle de père
- ▶ Satisfaction au travail avec plus de tâches à responsabilité
- ▶ Ce qui l'a particulièrement aidé : s'être senti compris et non jugé au sein du groupe, la reconnaissance de son parcours, de ses difficultés et de ses progrès, voir les bénéfices d'arrêter de jouer

# Discussion

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the page, creating a modern, layered effect. The rest of the page is plain white.

# Un groupe conçu pour adresser les défis de l'entrée et la rétention en traitement dans les TJA



# Limites de l'approche en groupe

- ▶ Atteint seulement env. 50% des personnes demandeuses de traitement au CJE
  - ▶ Obstacles liés à la langue
  - ▶ Horaires non compatibles
  - ▶ Difficultés à respecter le cadre du groupe
  - ▶ Réticence au format de groupe
- ▶ Insuffisante lors de besoins individuels spécifiques (sévérité du trouble, crise suicidaire, troubles co-occurents, crise conjugale/familiale, etc.)
- ▶ Nécessite une double expertise (TJA + animation de groupe)

Merci pour votre attention ! 😊