

Prise de décision éclairée dans les jeux de hasard et d'argent

Pr YASSER KHAZAAL^{a,b}

Rev Med Suisse 2019; 15: 1181-3

Les troubles liés aux jeux de hasard et d'argent (JHA) sont caractérisés par des difficultés à contrôler le temps et l'argent dédiés aux jeux. Ces difficultés de contrôle sont notamment associées à des distorsions cognitives relatives aux jeux d'argent, des difficultés à percevoir le temps passé à jouer et les sommes d'argent dépensées durant les sessions. Ces phénomènes pourraient être accrues pour des jeux électroniques et sur internet. Des limites de jeu préétablies par la personne à risque de JHA, avec un feedback en cours de session et une information sur les mécanismes du jeu au début des séances, pourraient contribuer à des conduites de jeux basées sur une décision éclairée et possiblement mieux contrôlée chez une partie des personnes souffrant de JHA.

Informed decision-making in Gambling

Gambling disorder (GD) is characterized by difficulties in controlling time and money dedicated to games. Pre-established game limits with in-session feedback and information on game mechanics at the beginning of the sessions could contribute to informed decision-making and possibly better controlled behavior in some of the people suffering from JHA.

INTRODUCTION

Récemment, dans une ville européenne, une affiche publicitaire trônait à un arrêt de bus. Elle présentait l'offre d'un opérateur de jeux d'argent.

L'affiche montre un jeune homme excité, les yeux écarquillés. Il a un smartphone à la main et exhibe un écran combinant l'image d'un match de foot et des données de paris sportifs. L'image s'accompagne du texte: «Quand t'as le max de choix pour parier: jusqu'à 190 paris dispos par match». Au bas de l'affiche, une note indique en petits caractères: «Jouer comporte des risques: dépendance, isolement...».

Cette anecdote illustre la percée des jeux d'argent en ligne, la large exposition du public à ces publicités et le type d'information donnée au joueur. Elle remet en question le caractère adapté des stratégies et politiques de prévention.¹ En effet, une étude auprès d'un échantillon représentatif de la population suédoise montrait récemment que les personnes affectées par une problématique liée aux jeux d'argent mentionnaient un effet délétère de la publicité sur leurs conduites de jeux et sur leurs tentatives de les contrôler.²

Le joueur illustré par l'affiche pourrait, pris par l'excitation du jeu et le nombre inouï de possibilités, perdre le contrôle sur ses mises et sur le temps passé à jouer. Ce phénomène peut notamment être accentué par la permanence des offres de jeux en ligne et les paiements électroniques (parfois perçus moins réels que les paiements cashs).

Il pourrait alors se retrouver confronté à un trouble lié aux jeux de hasard et d'argent (JHA) (gambling disorder). Ce trouble est considéré dans le DSM-5 comme une addiction sans substance.³ Les personnes confrontées à cette problématique ont des difficultés persistantes ou répétées à contrôler le temps (durée, fréquence) passé à jouer et l'argent dépensé pour ces activités.⁴ Cette problématique s'accompagne de conséquences négatives variées (financières, sociales, professionnelles...).

Le JHA s'associe à un risque accru de comorbidités, en particulier des troubles anxieux et de l'humeur, des addictions à l'alcool ou à d'autres substances ainsi qu'à un risque accru de conduites suicidaires.⁵

On suppose que des facteurs individuels (psychologiques, génétiques, comorbidités...), interfèrent avec un contexte social (par exemple, représentations sociales des jeux d'argent, isolement, migration...) et que le produit consommé de manière répétée (les jeux d'argent et de hasard) contribuent ensemble, et de manière différente d'une personne à l'autre, à un risque de développement du JHA chez un individu donné. Des mécanismes de conditionnement comportemental durant les sessions de jeu (actions conduisant à une excitation, renforcements par des gains intermittents, apaisement d'affects négatifs...) parfois combinés à une vulnérabilité émotionnelle ou à des conduites impulsives contribuent également à diversifier les profils des personnes confrontées à ce risque.⁵

En particulier, la structure des jeux d'argent contribue intrinsèquement au risque de JHA de manière différenciée. A titre d'exemple, les loteries qui invitent à miser des petites sommes pour des gains importants sont par exemple moins associées au JHA que les machines électroniques qui engagent dans de longues sessions composées de successions répétées et rapides de jeux.⁶

Fréquemment, les joueurs combinent l'usage de jeux via internet à des conduites de jeux en dehors d'internet (par exemple, casinos, achat de billets à gratter...). Une récente étude allemande, portant sur environ 15 000 sujets, montre qu'une augmentation de 10% de la part de jeu sur internet d'une personne est associée à un risque accru de JHA (de 8,8 à 12,6%)⁷ suggérant, comme d'autres études y compris chez

^a Service de médecine des addictions, Département de psychiatrie, CHUV, 1011 Lausanne, ^b Centre de recherche, Institut universitaire en santé mentale, 7401 rue Hochelaga, Montréal, QCH1N3M5, Canada
yasser.khazaal@chuv.ch

les 15-19 ans,⁸ que jouer sur internet pourrait s'associer à un risque accru de JHA pour des personnes plus vulnérables. On ne peut cependant pas exclure que des personnes avec JHA aillent plus fréquemment jouer sur internet.

CONTRÔLE DIMINUÉ SUR LES CONDUITES DE JEUX

Sans être exhaustif, les difficultés à contrôler le temps et/ou l'argent dépensé durant les sessions de jeu peuvent être expliquées par différents phénomènes qui peuvent se potentialiser:

- Distorsions cognitives et croyances liées au jeu d'argent:⁹
 - L'illusion de contrôle (surestimer sa probabilité de gain en comparaison avec la probabilité réelle).¹⁰ Le joueur tiendra compte dans un jeu de roulettes des précédents résultats pour parier, alors que chaque tour de jeu est indépendant de l'autre. Il utilisera des stratégies basées sur la connaissance des équipes pour organiser ses paris, alors que cette expertise n'est pas associée à une meilleure prédiction des issues des jeux et en particulier des résultats des paris sportifs.¹¹
 - L'impression qu'un gain doit forcément arriver après une série de pertes.
 - Les phénomènes de «presque gain» (par exemple, gagner deux des trois numéros nécessaires à un gain) génèrent, malgré la perte, une excitation semblable à celle qui serait produite par un gain et pousse la personne à rejouer.¹²
 - Croyances magiques et superstitions.
 - Croyances métacognitives sur ses propres états mentaux (par exemple, «Jouer m'aide à oublier mes soucis», «Je n'aurais jamais de contrôle sur le jeu»...).¹³
- Pression financière pour récupérer ses pertes (se refaire après des pertes).
- Processus cognitifs:
 - Biais d'attention et de mémorisation (attribution des gains à son habilité au jeu; mémorisations des gains plutôt que des pertes; gains intermédiaires dépensés dans le jeu sans être comptabilisés dans les pertes éventuelles). Une illustration de ce processus est la forte sous-évaluation des dépenses de jeux d'argent par les ménages. Dans une étude australienne, les ménages rapportaient avoir dépensé en jeux d'argent moins de 20% de la valeur réellement dépensée.⁵
- Conduites impulsives durant le jeu:
 - Préférence des gains à court terme versus à long terme.¹⁴
 - Urgences négative et positive (conduites impulsives respectivement sous l'effet d'émotions négatives ou positives, y compris celles induites par le jeu).^{15,16}
- Régulation des émotions:
 - Le jeu, comme pour d'autres conduites addictives,^{17,18} est utilisé par certaines personnes afin de réguler des affects négatifs, une humeur dépressive, ou un sentiment de solitude.¹⁹
- Motivations sociales aux jeux d'argent:
 - Certains jeux, sur internet et en dehors (par exemple, loto), sont associés à différentes formes d'interactions sociales qui peuvent être les motivations principales du joueur.
- Modification de la perception du temps:
 - L'excitation et l'immersion dans le jeu pouvant conduire à une forme de dissociation durant les sessions, altérant la perception du temps de jeu.²⁰

AMÉLIORER LE CONTRÔLE DES CONDUITES DE JEUX

Les objectifs de changement des personnes concernées (arrêt total des conduites de jeux ou contrôle de celles-ci) peuvent varier pour une même personne d'une période à l'autre et d'un type de jeu à l'autre.²¹ Des objectifs de contrôle du jeu (modifier certaines conduites de jeux plutôt que d'autres, poser des limites de temps et d'argent), semblent correspondre à des objectifs, perçus comme réalistes, par une partie des joueurs.²¹ Malgré un nombre encore limité d'études, l'option de jeu contrôlé semble être une option possible qui devrait être suivie et évaluée si elle correspond au choix du patient.²² Cette posture clinique est cohérente avec la théorie de l'auto-détermination²³ qui identifie le respect de l'autonomie des choix, comme un des éléments essentiels des changements comportementaux.

PRISE DE DÉCISION ÉCLAIRÉE

Le joueur dispose habituellement des règles du jeu (par exemple, si trois cases gratées sont identiques alors la somme indiquée est gagnée) mais aucune information n'est habituellement donnée sur la mécanique interne du jeu (par exemple, probabilité de gain, indépendance des tours...). Durant les sessions, le joueur aura par ailleurs une difficulté à monitorer par lui-même le temps passé et l'argent dépensé. Des informations spécifiques relatives à ces aspects, concernant spécifiquement la personne et données au bon moment pourraient faciliter une prise de décision éclairée du joueur.

Les jeux d'argent sur internet se prêtent particulièrement bien à ces modèles d'information vu les possibilités de suivi de toutes les actions en cours et de leurs effets dans une session de jeu.

Dans une étude, les auteurs ont demandé aux joueurs combien d'argent ils avaient perdu ou gagné durant les trois derniers mois. Sur la base des données de leurs comptes, les auteurs leur ont donné un feedback. Ceux qui avaient sous-estimé leurs pertes ont significativement réduit leurs mises et leurs pertes durant les 3 mois suivants.²⁴

Dans une autre étude, 72 joueurs (machines électroniques) ont été invités à fixer une limite monétaire de jeu avant la session. Un feedback informait du dépassement de cette limite. Parallèlement, la moitié des participants voyaient avant la session soit une vidéo neutre, soit une vidéo informant des mécanismes du jeu en question. Il est apparu que les participants qui ont eu le feedback ainsi que ceux qui avaient vu la vidéo informative, juste avant la session de jeu, respectaient mieux que le groupe contrôle la limite de dépenses qu'ils s'étaient fixée.²⁵

LIMITES DE JEUX PRÉÉTABLIES

Les limites de temps malgré leur importance pour certaines formes de jeux (en particulier les jeux électroniques et ceux offerts sur internet) sont rarement préétablies. De nombreux joueurs se fixent néanmoins des limites financières en fonction de la perte qu'ils seraient prêts à accepter.²⁶ Ces dernières sont cependant souvent définies de manière floue et sans

plan précis. Elles sont dépassées, lors d'une session de jeu électronique, par plus de 40% des personnes avec un JHA contre 8% des autres joueurs.²⁷ L'adhésion aux limites de jeux est améliorée lorsqu'elles sont clairement définies en début de session.²⁰

Ces limites de temps et d'argent définies par le joueur lui-même, avant l'immersion émotionnelle dans le jeu, pourraient améliorer les capacités de contrôle des joueurs.²⁸ Les limites préfixées imposées aux joueurs donnent, quant à elles, des résultats mitigés quant à l'amélioration des possibilités de contrôle du jeu.^{29,30}

L'APPLICATION «JEU CONTRÔLE»

L'application «Jeu-contrôle» a été développée avec le soutien du Programme intercantonal contre la dépendance au jeu. Elle est accessible via Google Play (Android) et l'App Store (iOS) gratuitement. Elle permet à la personne de fixer avant chaque session ses limites de temps et d'argent. Un feedback est donné au terme de la limite de temps. La personne jouant peut ensuite visualiser graphiquement l'évolution de ses limites, sa capacité à les contrôler et les moments de mauvais ou meilleur contrôle. Pour des personnes qui jouent ailleurs que sur internet, sur plusieurs sites ou sur des sites qui ne permettent pas de fixer soi-même les limites de temps et d'argent, l'application pourrait permettre de garder un accès au suivi instantané de ses propres limites. De futures études devraient permettre d'évaluer l'efficacité de l'application sur les conduites de jeu.

CONCLUSION

Les JHA se caractérisent par une difficulté à contrôler les conduites de jeux d'argent. Ce contrôle pourrait être amélioré par des conditions pour limiter le risque de dépendance. Celles-ci incluent, en particulier, un suivi en temps réel des limites de temps et d'argent prédéfinies par la personne. Malgré un degré d'évidence encore limité, une information sur le mécanisme spécifique du jeu, au moment de la session, pourrait également faciliter une décision éclairée et rendre le contrôle plus accessible à une partie des joueurs. En son absence, il s'agira d'explorer lors des séances de traitement, avec la personne concernée, ses conduites de jeux et ses croyances.³¹

Conflit d'intérêts: L'auteur n'a déclaré aucun conflit d'intérêts en relation avec cet article.

IMPLICATIONS PRATIQUES

- Inviter les patients qui souhaitent contrôler leurs conduites de jeux à fixer des limites de temps et d'argent bien définies avant chaque session
- Investiguer les croyances associées aux conduites de jeux
- Donner une information claire sur les mécanismes spécifiques aux jeux de hasard

1 Khazaal Y, Chatton A, Bouvard A, et al. Internet poker websites and pathological gambling prevention policy. *J Gambl Stud* 2013;29:51-9.

2 * Binde P, Romild U. Self-reported negative influence of gambling advertising in a Swedish population-based sample. *J Gambl Stud* 2018; epub ahead of print.

3 Temcheff CE, Paskus TS, Potenza MN, Derevensky JL. Which diagnostic criteria are most useful in discriminating between social gamblers and individuals with gambling problems? An examination of DSM-IV and DSM-5 criteria. *J Gambl Stud* 2016;32:957-68.

4 * Pickering D, Keen B, Entwistle G, Blaszczynski A. Measuring treatment outcomes in gambling disorders: a systematic review. *Addiction* 2018;113:411-26.

5 * Hodgins DC, Stea JN, Grant JE. Gambling disorders. *Lancet* 2011;378:1874-84.

6 * Binde P, Romild U, Volberg R. Forms of gambling, gambling involvement and problem gambling: evidence from a Swedish population survey. *Int Gambl Stud* 2017;17:490-507.

7 Effertz T, Bischof A, Rumpf HJ, Meyer C, John U. The effect of online gambling on gambling problems and resulting economic health costs in Germany. *Eur J Health Econ* 2018;19:967-78.

8 Canale N, Griffiths MD, Vieno A, Siciliano V, Molinaro S. Impact of Internet gambling on problem gambling among adolescents in Italy: Findings from a large-scale nationally representative survey. *Comput*

Human Behav 2016;57:99-106.

9 Grall-Bronnec M, Bouju G, Sébille-Rivain V, et al. A French adaptation of the Gambling-Related Cognitions Scale (GRCS): an useful tool for assessment of irrational thoughts among gamblers. *J Gambl Issues* 2012;27:1-21.

10 Langer E. The illusion of control. *J Pers Soc Psychol* 1975;32:311-28.

11 * Khazaal Y, Chatton A, Billieux J, et al. Effects of expertise on football betting. *Subst Abuse Treat Prev Policy* 2012;7:18.

12 Billieux J, Van der Linden M, Khazaal Y, Zullino D, Clark L. Trait gambling cognitions predict near-miss experiences and persistence in laboratory slot machine gambling. *Br J Psychol* 2012;103:412-27.

13 Spada MM, Giustina L, Rolandi S, Fernie BA, Caselli G. Profiling metacognition in gambling disorder. *Behav Cogn Psychother* 2015;43:614-22.

14 Achab S, Karila L, Khazaal Y. Pathological gambling: update on decision making and neuro-functional studies in clinical samples. *Curr Pharm Des* 2014;20:4000-11.

15 Billieux J, Rochat L, Ceschi G, et al. Validation of a short French version of the UPPS-P Impulsive Behavior Scale. *Compr Psychiatry* 2012;53:609-15.

16 Canale N, Rubaltelli E, Vieno A, Pittarello A, Billieux J. Impulsivity influences betting under stress in laboratory gambling. *Sci Rep* 2017;7:10668.

17 Khazaal Y, Breivik K, Billieux J, et al. Game addiction scale assessment through a nationally representative sample of

young adult men: item response theory graded-response modeling. *J Med Internet Res* 2018;20:e10058.

18 Franc E, Khazaal Y, Jasiowka K, et al. Factor structure of the cybersex motives questionnaire. *J Behav Addict* 2018;7:601-9.

19 Khazaal Y, Chatton A, Achab S, et al. Internet gamblers differ on social variables: a latent class analysis. *J Gambl Stud* 2017;33:881-97.

20 ** Stewart MJ, Wohl MJ. Pop-up messages, dissociation, and craving: how monetary limit reminders facilitate adherence in a session of slot machine gambling. *Psychol Addict Behav* 2013;27:268-73.

21 Stea JN, Hodgins DC, Fung T. Abstinence versus moderation goals in brief motivational treatment for pathological gambling. *J Gambl Stud* 2015;31:1029-45.

22 Ladouceur R, Lachance S, Fournier PM. Is control a viable goal in the treatment of pathological gambling? *Behav Res Ther* 2009;47:189-97.

23 Deci EL, Ryan RM. Self-determination theory in health care and its relations to motivational interviewing: a few comments. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2012;9:24.

24 ** Wohl MJ, Davis CG, Hollingshead SJ. How much have you won or lost? Personalized behavioral feedback about gambling expenditures regulates play. *Comput Human Behav* 2017;437-45.

25 * Wohl MJ, Gainsbury S, Stewart MJ,

Sztainert T. Facilitating responsible gambling: the relative effectiveness of education-based animation and monetary limit setting pop-up messages among electronic gaming machine players. *J Gambl Stud* 2013;29:703-17.

26 Husain F, Wardle H, Kenny T, Balajaran M, Collins D. Examining machine player behaviour: a qualitative exploration. Report prepared for the Responsible Gambling Trust; UK, 2013.

27 Lalonde DR, Ladouceur R. Can cybernetics inspire gambling research? A limit-based conceptualization of self-control. *Int Gambl Stud* 2011;11:237-52.

28 Auer M, Griffiths MD. Voluntary limit setting and player choice in most intense online gamblers: An empirical study of gambling behaviour. *J Gambl Stud* 2013;29:647-60.

29 Kim HS, Wohl MJ, Stewart MJ, Sztainert T, Gainsbury SM. Limit your time, gamble responsibly: setting a time limit (via pop-up message) on an electronic gaming machine reduces time on device. *Int Gambl Stud* 2014;14:266-78.

30 Ladouceur R, Sévigny S. Electronic gambling machines: Influence of a clock, a cash display, and a precommitment on gambling time. *J Gambl Issues* 2009;23:31-41.

31 * Khazaal Y. Approches psychothérapeutiques du jeu pathologique. *Rev Med Suisse* 2010;6:1756-9.

* à lire

** à lire absolument