

TOP Sante

1^{er} magazine féminin belge*

■ MIGRAINE ■ MÉNopause ■ TABAC
l'acupuncture, ça marche

Dormez bien!
De A à Z, on vous donne les solutions pour y arriver

Comment soigner une gastro

HALLUX VALGUS
une nouvelle opération rapide et sans douleur

Je m'occupe de moi...



MES CHEVEUX
LES NOUVELLES COLORATIONS PLUS DOUCES

MON ASSIETTE
C'EST BON POUR MOI L'ASPARTAME?



MA FORME
LA POWER PLATE C'EST QUOI EXACTEMENT? ON A TESTÉ



SUPER FACILE A VIVRE

le régime WeightWatchers®

► des recettes archi-simples

26 menus faciles à combiner

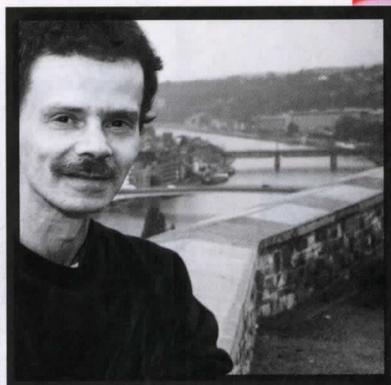
► les astuces clés pour maigrir à coup sûr!

N°205 - OCTOBRE 2007 - www.topsante.com

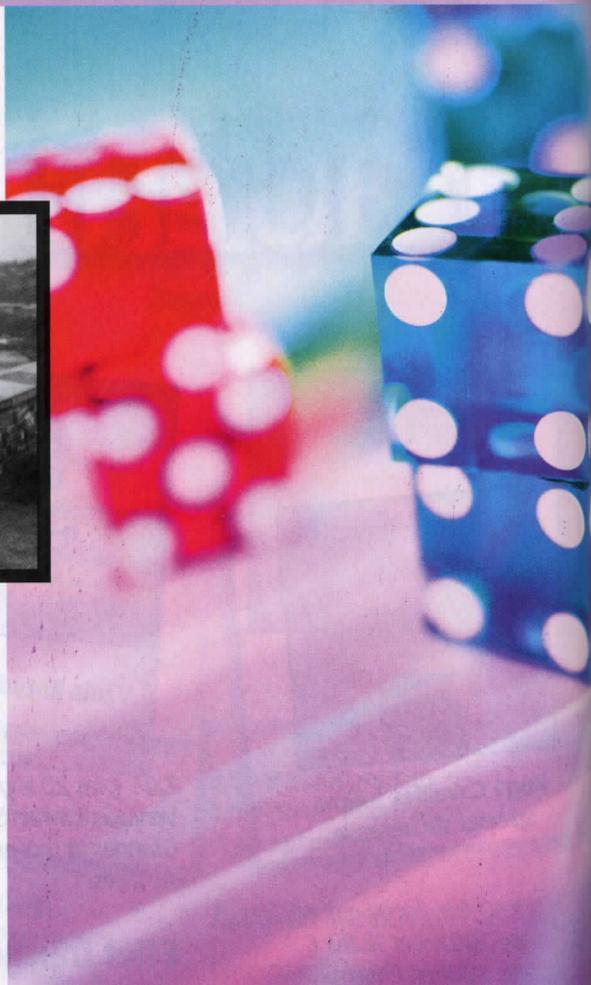
BEL 2,80 € - LUX 2,80 € - CH 4,90 FS - ITA 2,90 €
ESP 3,25 € - PORTCONT 3 € - GB 2,60 £ - GR 2,90 €
DOM 4,50 € - CAN 3,95 \$CAN - MAR 22 DH - ALG 260 DA
TUN 3,6 DTU *en nombre de lecteurs CIM 05/06.



Pascal s'est vu un jour interdire l'entrée des casinos. Joueur compulsif, il était pris dans un engrenage. Sa fuite en avant l'a peu à peu mené à la ruine. Mais il a eu la force de dire stop. Tiré d'affaire depuis cinq ans, c'est lui, désormais, qui aide les autres à s'en sortir.



MARIANNE DI SANTO - GETTY IMAGES



“Je me suis désintoxiqué du jeu”

Une malheureuse fois suffit pour que tout bascule. Ce qui était un jeu d'enfant au départ devient vite un jeu interdit ! » Depuis que Pascal a décidé de jeter définitivement les dés, il reconnaît que le jeu était plus fort que lui et qu'il engendrait une accoutumance aussi destructrice que la prise de drogue. « J'avais 17 ans lorsque j'ai commencé à jouer. Lors de mon premier contact avec le bingo, j'ai gagné une somme importante. Ça m'a donné une impression de plénitude. J'ai alors recommencé une fois, deux fois, trois fois... jusqu'à ce que je devienne irrémédiablement dépendant », raconte-t-il. Tout comme le cocaïnomane estime, en comptant ses billets, la dose qu'il va pouvoir snifer, le joueur compulsif évalue le temps dont il dispose pour se refaire. « L'argent est notre coke, raconte Pascal. Une sensation de bien-être s'associe à l'effet euphorisant du jeu et on ne peut plus arrêter, même si l'on est à moi-

ti conscient que l'on va tout perdre. » Le joueur est poussé par un rêve grandiose. « J'étais convaincu que je pouvais déjouer les lois de l'Univers et que le hasard n'existait pas », reprend-il.

Les joueurs compulsifs échafaudent des scénarios : ils se projettent dans l'avenir, s'imaginent toutes ces choses extraordinaires qu'ils s'offriront une fois qu'ils auront touché le pactole « J'ai baigné en permanence dans le fantasme d'une vie plaisante, rendue possible seulement grâce au jeu. Mais n'oublions pas que la publicité et le marketing élaborés par les organisateurs du Loto et autres jeux de grattage sont uniquement fondés sur cette fantasmagorie. Eux aussi nous vendent du rêve ! », souligne Pascal. Et, même si le gain est au rendez-vous, il ne semble jamais suffisant, car le joueur poursuit une chimère. C'est un éternel insatisfait. Lorsqu'il gagne, il devient de plus en plus « gourmand »,

étendant encore le champ de ses fantasmes. Pour satisfaire son besoin irrésistible, il doit emprunter de l'argent sous n'importe quel prétexte, quitte à mentir.

Tôt ou tard, il est incapable de rembourser. Bientôt, les dettes s'accumulent et le conduisent inexorablement à rechercher de l'argent sans se soucier des règles de la morale. Pour les psychiatres, ce comportement correspond à une « faillite de l'éthique ». « Le court terme est primordial, car l'essentiel est de continuer à jouer, avoue Pascal. Un jour, je n'ai pas hésité à tromper l'une de mes connaissances. Je savais que cette personne aimait les animaux et je lui ai fait croire que je devais faire piquer mon chien, parce que je n'avais pas les moyens de le soigner. Elle m'a donné généreusement la somme demandée. »

Quand il est aux abois, le joueur n'a plus aucun scrupule. Ce qui est souvent contraire à sa nature profonde. « J'ai sollicité tous mes proches : amis, parents, collègues, y compris mon épouse. Un jour, je suis allé jusqu'à simuler une panne de voiture, dans le seul but de justifier mes dépenses aux yeux de ma femme. » Chez les accros du jeu, il peut exister d'autres dépendances pathologiques, comme l'alcoolisme, la toxicomanie... Les pensées suici-



L'argent avait le même effet euphorisant que la cocaïne. Je ne pouvais plus m'arrêter de jouer, au risque de tout perdre.

daires ne sont pas rares chez eux. Et neuf fois sur dix, d'après les spécialistes, ils présentent un trouble de la personnalité.

Doctor Jekyll et Mister Hyde, sourit Pascal. J'ai menti à mon épouse durant des années. Quand je perdais, je lui cachais la vérité en prétextant des travaux coûteux. Mais, dès que je gagnais, je la couvrais de cadeaux prétendument achetés au rabais. Le manque se manifestait par une sorte de transe, avec sueur, tremblements, pâleur, rougeur... Mais il lui est impossible de faire face à des dépenses aussi énormes, sans commune mesure avec ses revenus. « J'étais au bout du rouleau, ruiné, désespéré. Et j'ai tout fait pour que mon épouse se rende compte de mon problème. Non pas en le lui avouant directement, mais en vidant intégralement notre compte en banque. Pendant des années, je lui ai menti, c'est vrai, mais je me sentais rongé par la honte. Malgré tout, lorsqu'elle l'a su, elle m'a pardonné et m'a aidé. »

>>>



3 QUESTIONS À LA SPÉCIALISTE

Florence Bierlaire, psychothérapeute.

TOP SANTÉ. De quelle façon réagit l'entourage ?

Florence Bierlaire. On distingue en général plusieurs étapes. Dans un premier temps, le proche passe souvent par une phase de doute, de scepticisme, durant laquelle il est amené à se poser des questions. Cette étape est suivie d'une période de stress et d'insécurité intense. En effet, à ce moment-là, les soupçons sont confirmés et les consé-

quences, notamment financières, déjà lourdes. Cette période peut déboucher sur un état d'épuisement total. Dans certains cas, s'installe alors une dépression.

T.S. Pourquoi est-ce tellement dur à vivre ?

F.B. L'entourage éprouve des sentiments d'échec, d'impuissance... Il oscille entre colère et tolérance, amour et haine, ce qui constitue un terrible

cocktail émotionnel. Il existe aussi un « double jeu » de l'autre, car la dépendance le conduit à mentir, à manipuler...

T.S. Quels conseils donner aux proches ?

F.B. Tout d'abord, sortir de l'isolement et rechercher un soutien auprès d'amis ou d'un professionnel. Il est important aussi de ne pas se sentir coupable et de bien comprendre, avec l'aide d'un

spécialiste, la « dynamique » de la dépendance au jeu. Il faut se rappeler que l'amour ne suffira jamais à sortir le joueur du piège où il est enfermé. C'est toujours à lui que revient, en dernier lieu, la décision de jouer ou de renoncer à sa passion. Inutile, donc, d'exercer des pressions sur lui ou de chercher à le contrôler. Sur-tout, il est essentiel de se préserver, à la fois psychologiquement et financièrement.