

ALAIN BERENBOOM
ÉCRIVAIN

« Moi, Benjamin Franklin... »

Moi, Benjamin Franklin, père fondateur des Etats-Unis, ne me demandez pas de dire du mal de son actuel président, le 47^e du nom, M. Donald Trump. Si c'est pour ça que vous m'avez sorti de mon sommeil, vous vous êtes mis le doigt dans l'œil.

J'entends que certains lui reprochent de limiter l'immigration, de renvoyer chez eux ces millions d'étrangers qui sont venus s'installer chez nous. J'ai moi-même donné l'exemple en m'opposant à l'arrivée massive d'immigrants allemands. Je me suis inquiété de ce que notre langue risquait de disparaître, noyée par le sabir de ces « rustres de Palatins » dont j'affirmais qu'ils ne faisaient même pas partie de la race blanche. Comme je le disais : « Les femmes allemandes sont généralement si déplaisantes pour l'œil anglais qu'il faudrait une dot considérable pour inciter un Britannique à accepter un tel mariage. »

Avouez, j'ai eu du flair. On a fini par leur faire la guerre aux Allemands. Pourtant, malgré leur défaite, ils n'ont cessé de nous envahir avec leurs sacrées bagnoles, leurs produits pharmaceutiques. Pour 161 milliards d'euros rien que l'an dernier. Vous imaginez le nombre de billets portant mon effigie que les Américains leur ont versé ? La encore, Trump a bien fait de leur coller de sacrés droits de douane pour arrêter ce flux. Consommons peu mais consommons américain.

Que dites-vous ? Que Trump est d'origine allemande ? Que ses ancêtres étaient bavarois ?

Ah oui ? Dans ce cas évidemment, je suis d'accord avec vous. Il faut faire attention à certaines de ses décisions néées peut-être d'une mauvaise influence teutonne.

« Qu'aurait fait Trump de mes recherches ? »

Je comprends mieux alors pourquoi ce fils de Palatin s'en est pris à la science. Trahisant une de mes plus importantes activités. Ainsi donc, si Trump avait été président, il m'aurait empêché d'apporter au monde des inventions comme le paratonnerre, les lunettes à double foyer ou le poêle à combustion contrôlée. Empêché de mener à bien mes travaux sur l'électricité. Et qu'aurait-il fait de mes recherches dans le domaine de la météorologie où je me flatte d'avoir été pionnier ? Voilà que vous m'apprenez que Trump veut liquider la Noaa, l'Administration des océans et de l'atmosphère, licencié mille scientifiques qui y travaillent, supprimer les alertes météo, leur enjoint de ne plus communiquer avec leurs collègues étrangers, vise à faire disparaître ceux qui luttent contre les changements climatiques et qui avant tout les observent et préviennent les catastrophes ? Alors là, je dis non ! Pas touche à la météo ! Une science américaine ! Dire que j'ai été le premier à cartographier le Gulf Stream. Que va-t-il devenir si on le laisse à l'abandon ?

Au lieu de s'agiter comme un moulin à vent, que Trump se rappelle qu'« en ce monde rien n'est certain que la mort et les impôts ».

www.berenboom.com

l'experte « En croyant bien faire, un proche peut avoir des comportements qui accentuent la dépendance »

J.BS

Combien de parents, de conjoints, d'enfants vivent au quotidien avec l'addiction au jeu d'un proche ? Le nombre précis de joueurs excessifs est inconnu en Belgique. Une méta-analyse publiée récemment dans la revue scientifique *The Lancet* estime qu'à l'échelle mondiale, 15,8 % des adultes et 26,4 % des adolescents qui jouent aux casinos en ligne ou aux machines à sous, et 8,9 % des adultes et 16,3 % des adolescents adeptes des paris sportifs en ligne, présentent des « troubles de jeu ». Des chiffres importants lorsqu'on sait que 600.000 Belges ont joué à un site de jeu ou de paris sportifs au cours de l'année 2023 et que, chaque jour, 150.000 personnes jouent en ligne à un jeu d'argent. Même avec les estimations les plus prudentes, l'assuétude touche donc des milliers de Belges.

Un joueur excessif, six personnes en souffrance

A ces chiffres s'ajoutent les victimes collatérales. « Des études estiment que l'addiction d'un joueur impacte environ six personnes autour de lui. Cela peut être la famille, mais aussi l'employeur, des amis », explique Martine Grooten, assistante sociale et thérapeute systémienne au centre Alfa, établissement de santé mentale agréé par la Région wallonne. « L'addiction aux jeux conduit à des soucis financiers qui impactent directement toute une famille. Si on n'a plus la capacité de payer de loyer, si on fait des dettes, des crédits, cela impacte directement les autres. »

Pour aider ses proches en souffrance, le centre propose une séance d'information en ligne, gratuite, chaque mois. La participation est anonyme : les proches ne sont pas tenus de s'exprimer ni d'activer leur caméra. Une discrétion appréciée face à une situation qui reste taboue. La dépendance au jeu reste largement méconnue et sous-estimée. Un suivi thérapeutique est également proposé aux proches (et aux joueurs) qui le souhaitent.

La pandémie, un tournant

L'initiative est née il y a cinq ans. Un timing qui ne doit rien au hasard. Alors que le covid déferle sur l'Europe et contraint les établissements physiques (casino, salles de jeux...) à fermer leurs portes. L'offre de jeux sur internet se développe à une vitesse fulgurante. Pour la première fois en Belgique, les revenus générés par les jeux d'argent en ligne dépassent ceux du circuit classique. Ce basculement s'est installé dans la durée et a modifié profondément les comportements.

« Nous avons vraiment eu beaucoup de demandes », se remémore l'assistante sociale, qui observe aussi un rajeunissement des profils avec des adolescents de 15 ou 16 ans déjà dépendants aux paris sportifs. « Le jeu est accessible de manière plus rapide et est plus addictogène. Avant, cette immédiateté était

freinée, mais avec la technologie, l'accessibilité est illimitée. On peut se lever à 3 h du matin et faire un pari sur son téléphone en pleine nuit. »

Des temporalités et réalités différentes

« Ce qui revient régulièrement dans le témoignage de proche, c'est ce sentiment d'impuissance, d'incompréhension », poursuit-elle. Le joueur peut longtemps masquer son addiction. Son comportement n'est pas immédiatement altéré comme avec d'autres substances. Il peut y avoir des troubles du sommeil ou alimentaires, mais ils sont plus faciles à cacher. « Lorsque l'entourage s'en rend compte, on est déjà loin dans l'addiction. Toutes ces personnes sont un peu désemparées. Cela permet de donner quelques pistes. »

Ce qui revient régulièrement dans le témoignage de proches, c'est ce sentiment d'impuissance, d'incompréhension

Martine Grooten



Les professionnelles du centre Alfa tentent alors de poser des mots sur le désarroi. La présentation en ligne évoque les décalages de temporalité entre la personne dépendante et ses proches, ces phases vécues à des rythmes différents, qui peuvent empêcher la compréhension mutuelle.

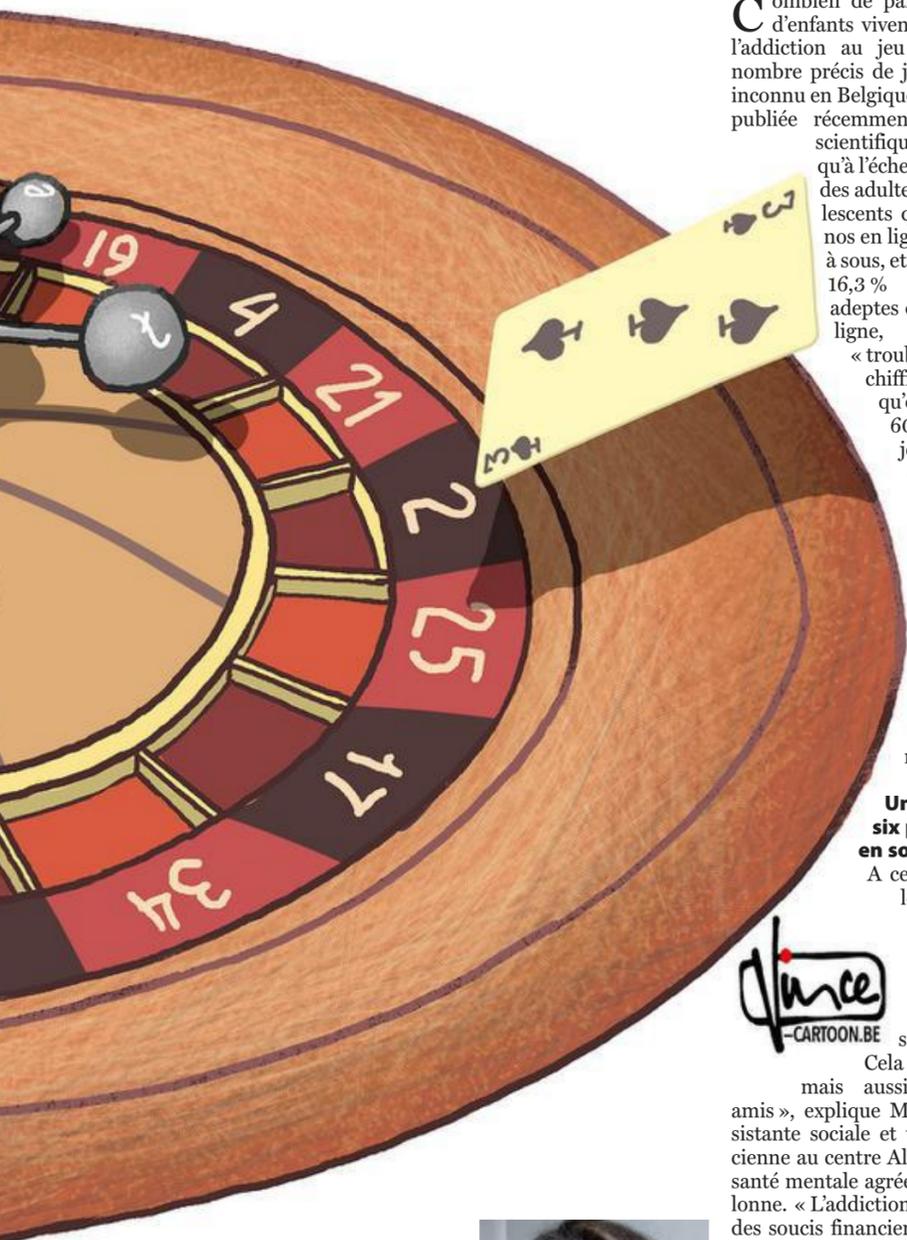
Tolérance, crise, épuisement : l'entourage passe par des étapes émotionnelles fortes, entre culpabilité, déni, anxiété ou envie de reprendre le contrôle. De son côté, le joueur traverse aussi un cycle, ponctué par les gains (et l'illusion de maîtrise), les pertes (et la tentation de se refaire) et parfois le désespoir, avec dettes et idées noires à la clé. Mais rarement les courbes se rejoignent.

Soutenir sans s'épuiser

Habitué à recevoir l'entourage de personnes dépendantes, le centre Alfa livre en une heure quelques clés pour sortir de l'urgence et quelques conseils pour appréhender cette situation. « Il faut éviter de devenir codépendant. En croyant bien faire, un proche peut avoir des comportements qui accentuent la dépendance, comme le remboursement de dettes. Alors, je ne dis pas qu'il ne faut pas le faire, mais il faut réfléchir au cas par cas », avance Martine Grooten.

Le centre insiste sur la nécessité de poser des limites, de se préserver émotionnellement et de se protéger financièrement. « L'idée est de voir comment accepter les choses, comment on peut aider, mais avec des limites, sans s'épuiser. On a déjà reçu des entourages en dépression parce qu'ils y mettent toute leur énergie sans résultat. Si une personne n'est pas prête, elle n'est pas prête. Vous ne pouvez pas changer à sa place. »

« Il faut essayer de ne pas être trop dans le contrôle du joueur. C'est difficile pour les familles qui ont tendance à fouiller dans le GSM, les poches, à questionner sur un retard, à utiliser la géolocalisation », replace Martine Grooten. Si ces actions peuvent partir de bons sentiments, elles peuvent aussi aggraver le comportement du joueur. « Souvent une personne joue pour s'évader d'un quotidien qui est difficile. Si le quotidien devient plus compliqué, on renforce le jeu. »



Souvent une personne joue pour s'évader d'un quotidien qui est difficile. Si le quotidien devient plus compliqué, on renforce le jeu

Martine Grooten
Assistante sociale et thérapeute systémienne au centre Alfa

