

# Des couples font le pari gagnant

**Dominique Forget**

Depuis 1975, au Québec, le jeu pathologique aurait augmenté de 45 % chez les personnes âgées de plus de 65 ans. Le chiffre étonne et effraie. Qu'est-ce qui aurait pu conduire à une telle hausse des maladies du jeu? «La venue du casino à Montréal en 1994 y est sûrement pour quelque chose», croit Gilles Trudel, professeur au Département de psychologie de l'UQAM. «Mais d'autres facteurs sont certainement impliqués. Les gens à la retraite ont plus de temps libres et ils sont davantage sollicités. On leur offre des forfaits, transport compris. Loto-Québec organise même des séances où elle paie des clients potentiels pour venir tester de nouveaux jeux.»

Les aînés ne sont pas les seuls à être aux prises avec des problèmes de jeu pathologique. Quoique moins spectaculaires, des hausses ont été enregistrées au sein de tous les segments de la population. Pour venir en aide aux jeunes et aux moins jeunes, le professeur Trudel a imaginé une approche originale : offrir des séances de thérapie aux individus, certes, mais également aux conjoints qui doivent vivre avec les joueurs pathologiques. «Il a déjà été démontré, dans les cas de dépression, d'anxiété ou d'alcoolisme, que la thérapie conjugale pouvait aider à régler certains problèmes et à diminuer les risques de rechute,



Photo : Martin Brault

**Gilles Trudel, professeur au Département de psychologie de l'UQAM, accompagné de deux étudiantes, Vanessa Villeneuve et Anic Anderson.**

explique le professeur. J'ai pensé que cette même approche pourrait profiter aux joueurs pathologiques.»

Au printemps dernier, il a reçu 150 000 dollars du Conseil de recherches en sciences humaines du Canada pour tester le bien-fondé de cette nouvelle approche thérapeutique. Avec l'aide de deux étudiantes

au doctorat, Vanessa Villeneuve et Anic Anderson, il a entrepris de recruter 120 couples. «Nous avons formé trois groupes, explique Mme Villeneuve. Le premier regroupe des couples où aucun des membres n'est aux prises avec un problème de jeu. C'est notre groupe contrôle. Le second réunit des couples où l'un des membres

éprouve des problèmes mineurs. Il peut avoir certains épisodes dépressifs, quelques querelles avec le conjoint. Dans le troisième, on retrouve les joueurs compulsifs. Chacun de ces sous-groupes est divisé en deux : les 54 ans et moins d'un côté et les 55 ans et plus de l'autre.»

Le recrutement n'est pas facile. «On n'a pas vraiment de problème pour le groupe numéro un, affirme Anic Anderson. Plusieurs étudiants de l'UQAM ont accepté de participer à notre étude. Pour le groupe numéro trois, ça va assez bien aussi. Nous travaillons en collaboration avec le Centre Dollard-Cormier qui nous recommande des patients en attente d'une thérapie pour le jeu excessif. C'est pour le deuxième que nous éprouvons le plus de difficultés. Les joueurs avec des problèmes mineurs sont souvent en négation par rapport à leur relation au jeu.»

L'équipe n'a pas attendu de remplir ses quotas pour commencer les séances de thérapie. Depuis l'automne, des couples se rendent à l'UQAM durant les week-ends pour profiter des services gratuits offerts dans le cadre de ce projet expérimental. «Nous les recevons deux dimanches de suite, cinq couples à la fois, poursuit Mme Villeneuve. Les membres de différents groupes sont mélangés, sans être identifiés. Nous leur proposons des outils et des exercices pour les

aider à améliorer la communication au sein de leur couple. C'est très interactif. On leur montre une technique et on les fait pratiquer immédiatement.»

Trois mois après la fin de la thérapie, les deux étudiantes rappellent les participants pour faire un suivi. «Nous en sommes rendues à cette étape avec quelques couples seulement, dit Mme Anderson. À ce jour, les bonnes habitudes de communication semblent avoir perduré et les impacts sur le jeu pathologique semblent être positifs.» Certains joueurs ont expliqué que, lorsque la tentation d'aller au casino se faisait sentir, ils n'hésitaient plus à en parler avec leur conjoint. Ce dernier se sentait aussi mieux outillé pour aider le joueur à traverser les moments difficiles. Passant moins de temps au casino, les joueurs investissaient aussi plus d'énergie dans leur relation.

«La thérapie conjugale ne remplacera probablement jamais les autres traitements pour le jeu, souligne le professeur Trudel. Cependant, elle pourrait s'ajouter aux autres options disponibles. Actuellement, il n'existe aucune ressource pour les personnes qui veulent venir en aide à leur conjoint qui souffre d'un problème de jeu. Je pense qu'il est important de remédier à cette lacune.»

Pour participer à l'étude du professeur Trudel, on peut téléphoner en toute confidentialité au 987-3000, poste 4847 ●