

# Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Les jeux de hasard et d'argent en ligne et le sentiment de solitude : un examen systématique des facteurs de risque et de protection

**Chercheure principale**

Andrée-Anne Légaré, Université de Sherbrooke

**Cochercheuses**

Magaly Brodeur

Eva Monson

Adèle Morvannou

**Établissement gestionnaire de la subvention**

Université de Sherbrooke

**Numéro du projet de recherche**

2024-0JXS-339042

**Titre de l'Action concertée**

Programme de recherche sur les jeux de hasard et d'argent et autres dépendances

**Partenaire(s) de l'Action concertée**

Le ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

## **Contexte et arrimage avec les besoins de l'Action Concertée**

Les jeux de hasard et d'argent en ligne (JHAL) ont connu une forte croissance au Québec en raison de leur accessibilité. Toutefois, ils sont considérés comme l'une des formes de jeu de hasard et d'argent le plus préjudiciable, ayant des impacts négatifs sur les personnes, leur entourage et la société. Parmi les méfaits associés à la participation aux JHAL, les recherches montrent que les personnes qui jouent aux JHAL sont plus susceptibles de ressentir de la solitude que celles qui ne jouent que hors ligne, suggérant un lien entre cette pratique et la solitude.

Le sentiment de solitude est considéré comme une problématique importante dans la santé publique en raison de ses impacts nombreux sur la santé physique et mentale des personnes. Il s'agit d'un état émotionnel souffrant engendré par la présence d'un écart de satisfaction entre le lien social perçu et celui souhaité, que ce soit par rapport à la quantité de liens ou à la qualité de ceux-ci. La solitude est un facteur de risque associé à la participation aux jeux de hasard hors ligne ainsi qu'au trouble du jeu de hasard et d'argent (TJHA), une pratique persistante du jeu générant de la détresse psychologique et des impacts négatifs sur la personne atteinte, son entourage et sa communauté. Les personnes qui jouent hors ligne et qui se sentent seules sont plus susceptibles de subir des préjudices liés au jeu et de développer un TJHA. Bien que le lien entre le sentiment de solitude et jeux de hasard ait été bien documenté dans le contexte des jeux hors ligne, l'association avec les jeux en ligne reste sous-explorée.

Un élément apparaît toutefois clair : tant la pratique des JHAL que le sentiment de solitude sont associés à des méfaits importants pour la personne, son entourage et sa communauté, et leur association chez le même groupe de personnes apparaît préoccupante sur le plan de la santé publique. Dans l'optique de réduire les méfaits chez les personnes joueuses ou les personnes vivant de la solitude, la réalisation d'un examen systématique de la documentation scientifique sur le sujet apparaît nécessaire. Ce projet de synthèse des connaissances répond aux besoins de l'appel de proposition de l'Action concertée en approfondissant les connaissances sur les JHAL. Il propose la première revue systématique portant sur les JHAL et le sentiment de solitude et permet l'identification des facteurs de risque et de protection associés à la solitude chez les personnes pratiquant les JHAL tels que documentés dans la littérature scientifique. Cette synthèse des connaissances met en évidence l'impact de la solitude sur le développement des habitudes de JHAL et du TJHA. Enfin, ce

projet permet de formuler des recommandations en matière de prévention et d'intervention destinées aux personnes œuvrant dans le domaine de la santé, dans le milieu de l'éducation et aux personnes décideuses. Ces recommandations visent à mieux détecter les personnes à risque ainsi qu'à réduire les méfaits associés à la solitude et aux JHAL.

### **Objectif, question de recherche et méthodologie**

L'objectif de cette recension systématique de la documentation est de synthétiser les connaissances existantes concernant la relation entre les JHAL et le sentiment de solitude. Le projet vise à explorer la manière dont s'articule cette relation en tenant en compte de la nature et de la direction de la relation en plus d'explorer la présence de facteurs contribuant à cette relation.

Le projet s'appuie sur la méthode d'examen de l'étiologie et les facteurs de risque élaboré par le Joanna Briggs Institute. En s'appuyant sur cette méthode, une question de recherche a été élaborée : « Quelle est la nature et la direction de la relation unissant la participation aux jeux de hasard et d'argent en ligne et le sentiment de solitude chez les adultes ? ».

La recherche documentaire se concentre sur les études empiriques publiées en français ou en anglais au cours des 25 dernières années, qui incluent des personnes âgées de 18 ans et plus. Les recherches sur les jeunes ou les jeux hors ligne sont exclues. La stratégie de recherche a été élaborée en collaboration avec une personne spécialiste en recherche documentaire des Services des bibliothèques de l'Université de Sherbrooke. La recherche a été menée sur diverses bases de données scientifiques (EBSCOHOST, SCOPUS, etc.) ainsi que dans la littérature grise. Les textes identifiés sur la base de la stratégie de recherche ont été importés dans Covidence pour procéder à la sélection des articles selon une méthode en double aveugle. La qualité des articles retenus a été évaluée selon des outils standardisés. L'extraction des données a permis de mettre en évidence les principaux résultats en lien avec les JHAL et la solitude, qui ont ensuite été synthétisés sous forme narrative afin de faciliter leur application dans la pratique et les politiques publiques.

### **Principaux résultats**

À l'issue du processus de sélection, huit études publiées entre 2013 et 2024 ont été incluses au corpus, majoritairement issues de pays européens, ainsi que d'Australie et du Nigéria. Elles comprennent cinq études quantitatives transversales, une étude expérimentale et deux qualitatives. Les populations étudiées (16-83 ans) incluent des personnes ayant des habitudes de JHAL variées,

avec une distinction entre celles pratiquant régulièrement, parfois à risque de TJHA, et des groupes issus de la population générale ou étudiante.

L'ensemble des études recensées ont comme variable principale la participation aux JHAL, dont l'évaluation repose sur différents indicateurs, et incluent l'utilisation d'outils standardisés visant à identifier un TJHA, et d'autres questionnaires bonifiant les informations recueillies sur les motivations et les cognitions en lien avec le JHAL. Cette évaluation exhaustive des habitudes de JHAL contraste avec la qualité de l'évaluation du concept de solitude dans les études recensées. Au sein des huit études du corpus, une seule étude examine directement son lien avec les JHAL, tandis que sept l'incluent comme variable secondaire. Seulement deux études utilisent des outils standardisés pour mesurer la solitude.

L'un des objectifs du présent projet est de documenter la relation unissant le sentiment de solitude à la participation au JHAL. Les données tirées des articles convergent toutes vers la même conclusion: la solitude influence la participation aux JHAL et peut contribuer à l'apparition d'un TJHA. Les recherches menées auprès des personnes étudiantes et de la population générale montrent que la solitude est associée à une participation accrue aux JHAL, ainsi qu'associée à la présence de TJHA chez les personnes étudiantes. L'étude expérimentale indique que les personnes confrontées à l'exclusion sociale ont tendance à jouer davantage aux machines à sous en ligne, suggérant que cette activité pourrait servir de mécanisme d'adaptation face à la détresse émotionnelle.

Les quatre études portant sur les personnes qui jouent régulièrement aux JHAL ou qui sont à risque de développer un TJHA mettent en lumière une association entre la solitude et le niveau de risque de présenter un TJHA. D'abord, une étude révèle que les personnes qui présentent des habitudes de JHAL à risque ressentent davantage de solitude pendant leur séance de JHAL, et elles sont également plus susceptibles de rapporter jouer seules, sans interagir avec d'autres personnes joueuses via les plateformes de JHAL. Cette préférence en matière de JHAL seul est également rapportée dans une autre étude du corpus qui vise à élaborer des profils de personnes s'adonnant aux JHAL. Parmi ces profils se dégage celui des personnes joueuses solitaires et endettées, caractérisées par de hauts taux de solitude, par la présence de dettes associées à la participation aux JHAL et par une tendance à jouer seul. Ce profil de personnes joueuses est associé à des niveaux de risque élevé de présenter un TJHA. Enfin, les données tirées des deux études qualitatives

montrent que la solitude, combinée à des circonstances personnelles difficiles, telles que la perte d'une personne chère, le fait d'être en situation de handicap ou de souffrir de troubles mentaux, en combinaison avec l'accessibilité des JHAL, peuvent favoriser l'initiation et l'aggravation des comportements de JHAL, et ultimement conduire au développement d'un TJHA.

Un second objectif de ce projet vise à mettre en lumière des facteurs de risque et de protection en lien à la relation unissant la participation au JHAL et la solitude. Les études recensées montrent que la solitude influence la participation aux JHAL et peuvent contribuer au développement du TJHA, mais les recherches sur ce sujet demeurent limitées. Aucun facteur de protection spécifique à la solitude n'a été identifié dans les huit études recensées.

Selon les données disponibles, les variables sociodémographiques ont peu d'impact direct sur l'isolement, bien qu'une étude indique que les hommes rapportent davantage de solitude que les femmes. Les préférences en matière de JHAL pourraient moduler le lien entre la solitude et les JHAL, mais les données disponibles ne permettent pas d'établir une association claire avec des types précis de JHAL, comme le poker ou les machines à sous en ligne. Cependant, le fait de jouer de manière solitaire semble être lié au TJHA et à un sentiment accru de solitude, bien que ce lien demande à être approfondi.

Certaines caractéristiques sur le plan psychosocial semblent contribuer à la présence du sentiment de solitude chez les personnes joueuses : il semble que les enjeux sur le plan du manque d'activité sociale et les événements de vie difficiles, comme la perte d'une personne chère, agissent comme des facteurs de risque accentuant l'association entre la solitude et le JHAL.

### **Principales pistes de solution ou d'action soutenues par ces résultats.**

Cette synthèse des connaissances sur la relation entre la solitude et la participation aux JHAL met en lumière plusieurs constats ayant des implications pour les milieux cliniques, académiques, politiques et pour le grand public. Ces implications s'articulent autour de trois messages clés destinés aux parties prenantes :

- La solitude contribue à la participation aux JHAL et au développement d'un TJHA.
- Certains facteurs, tels que le manque d'activités sociales, l'effritement du réseau social et les enjeux de santé mentale, accentuent la solitude et influencent indirectement les comportements de jeu.

- La recherche sur cette problématique est encore limitée, notamment en contexte québécois, nécessitant davantage d'investigations pour mieux comprendre ces dynamiques et orienter les interventions.

Les résultats de cette recension soulignent l'importance de la détection de la solitude et de son lien potentiel avec la pratique des JHAL. En ce qui concerne les personnes œuvrant dans le domaine de la santé, il est essentiel de considérer la solitude comme un facteur de risque d'initiation du JHAL et du développement d'un TJHA. À cet égard, il est recommandé de sensibiliser et de former les personnes œuvrant dans le domaine de la santé afin qu'elles puissent détecter la solitude en utilisant des outils de détection, comme le *UCLA-Loneliness Scale* ou l'Échelle *ALONE*. En parallèle, il est nécessaire de renforcer la prise en charge des personnes souffrant de TJHA en intégrant la solitude comme facteur de risque et d'encourager l'utilisation d'interventions susceptibles de réduire l'incidence de solitude, par exemple, en priorisant les interventions de groupe et la réinsertion sociale. Les personnes œuvrant au communautaire ont également un rôle clé à jouer en favorisant des activités collectives et des groupes de soutien pour réduire l'isolement social et faciliter la réintégration des personnes en situation de solitude. Sur le plan de la formation, il est essentiel que les formations en santé incluent ces connaissances pour mieux outiller les personnes étudiantes vis-à-vis les enjeux croissants liés à la solitude et aux comportements associés, comme le JHAL. En ce qui concerne les personnes décideuses, il est essentiel de reconnaître la solitude comme un facteur influençant l'engagement dans les JHAL, en plus de ses impacts typiquement associés à la santé publique. Les stratégies de prévention pourraient être renforcées en intégrant une sensibilisation aux risques liés aux JHAL auprès des populations vulnérables, comme les personnes âgées et les jeunes adultes. Finalement, un besoin accru de recherche émerge afin de mieux comprendre comment la participation aux JHAL influence le sentiment de solitude et d'identifier des pistes d'intervention adaptées. Une telle compréhension permettrait d'orienter les services et les politiques publiques vers une approche plus globale de la solitude, intégrant des stratégies de sensibilisation aux risques du JHAL et de promotion d'alternatives sociales adaptées aux populations à risque.