© Joueurs Info Service - 17 décembre 2025

Forums pour les joueurs

tout stopper avant que ça soit trop tard, c'est dure

Par Profil supprimé Posté le 17/02/2020 à 21h14

Bonjour, je ne pensais pas un jour en venir à en parler, même simplement sur un forum...
je joue uniquement aux pari sportifs en ligne, pas de casino ni grattage ... depuis environ 5 an.
j'ai toujours procédé de la même façon. je démarré sur un pari je met 15€, toujours un pari simple, cote environ 1.5. si il est perdant, je rejouais pour récupérer mes 15€... 90% foot, et les 10% restant du tennis et NBA

je ne dépassais jamais 3 bets perdus de suite, dans mon suivi de pari, sur une année je gagnais peu mais je gagnais.
sauf que ce dernier mois, j'ai perdu quasiment 2000€... que des paris perdant, environ 10 de suite... pourtant des paris simple et logique...
dans mon malheur, ces 2000€ étaient le résultat de 5 ans de benefs grace à un PEA ... j'essaye de positiver en me disant que j'ai perdu du bénéfice de bourse, mais ça me fait mal... et je me rends compte que je suis limite à tenter des coups de poker pour les récupérer

j'ai clos mes 2 comptes, qui était Winamax et Betclic... je me contiens pas à en ouvrir un autre mais c'est compliqué.

le plus dur c'est qu'avant les paris, je regardais un match de foot avec plaisir, mais maintenant je trouve que ça n'a plus d'intérêt

j'espère tenir, et bonne chance à tous ceux qui sont dans un cas similaire

1 réponse

Moderateur - 18/02/2020 à 15h19

Bonjour gaara70,

Vous n'imaginiez pas devoir écrire un jour dans un forum consacré aux problèmes de jeux d'argent et de hasard mais vous avez bien fait ! Soyez le bienvenu ici. En écrivant dans ce forum vous permettez à la communauté des joueurs en difficulté de se reconnaître et de partager avec vous leur expérience. Nous vous invitons à ne pas hésiter à répondre aussi à d'autres joueurs dans d'autres fils. S'exprimer soi-même et répondre aux autres sont tous les deux aidants pour soi. Ceci posé regardons ce qui vous arrive...

Vous êtes sans aucun doute à un moment charnière de votre pratique de jeu. Un moment "à risque" car en fonction des décisions que vous allez prendre vous pouvez vous embarquer dans plus de difficultés ou partir

sur la voie de la résolution de votre problème.

Tout d'abord, soyez en certain, lorsqu'on joue régulièrement à ces jeux on ne peut pas finir gagnant. C'est la théorie des grands nombres et la manière dont sont construits ces jeux qui veut cela. En 1 mot comme en 100 : plus vous jouez plus vous perdez.

Vous avez fait l'expérience de plusieurs années avec des petits gains et vous vous retrouvez maintenant dans un moment de pertes. C'est ce que nous appelons votre "moment charnière". En effet - et vous dites bien que vous ressentez cette tentation - lorsqu'on commence à perdre et qu'on accumule les pertes on est tenté de vouloir jouer "pour se refaire" (vous parlez de vouloir tenter des "coups de poker"). Or, "jouer pour se refaire" est l'erreur à ne pas commettre en matière de jeux d'argent et de hasard. C'est le moment de bascule où tous ses repères de jeux éclatent, où les sommes jouées peuvent augmenter et où la pression des pertes qui s'accumulent ne fait qu'augmenter l'envie de jouer. C'est le moment où l'on passe de l'habitude de jouer à la perte de contrôle.

Mais en fait, gaara70, vous ne pouvez que vous féliciter car pour l'instant vous avez fait les bons choix : arrêter de jouer et fermer vos comptes. C'est difficile, c'est frustrant et la tentation est grande de rejouer. Mais c'est dans la tête et si vous résistez cela va passer.

La piste à suivre pour vous c'est de faire le deuil de l'argent perdu. Il ne reviendra pas et certainement pas par le jeu. Le jeu n'est aucunement une source de revenu. Le jeu doit uniquement être une source de plaisir et si ce n'est plus le cas il faut arrêter. Or, vous vous en êtes aperçu, le jeu vous a enlevé le plaisir de regarder un match de foot.

Nous vous conseillons, dans la période qui vient, de réaménager vos centres d'intérêt et vos activités. Changez-vous les idées, recherchez des activités qui puissent vous faire plaisir. Reconnectez-vous à vos proches aussi. Ils sont bien souvent sources de réconfort et de bon moments. Au début cela sera peut-être un peu difficile. Si c'est le cas essayez de vous forcer.

En tout cas retenez que pour le moment vous avez fait les bons choix pour ne pas tomber dans l'addiction. Il va y avoir un moment de "manque" mais il va passer. Il passera d'autant mieux et facilement si vous vous investissez dans d'autres activités et laissez de côté toute pratique de jeu d'argent et de hasard pour le moment.

Cordialement,

le modérateur.