© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les joueurs

Rechute après 6 mois d'arrêt

Par Profil supprimé Posté le 29/04/2021 à 08h40

J'ai dû commencer à faire des paris sportifs vers l'âge de 15/16 ans puis de fil en aiguille après un gros gain c'est devenu une addiction. J'ai été voir un addictologue une première fois avec qui je n'ai pas continué car je devais partir à l'étranger pour les études. Le deuxième professionnel que j'ai rencontré au mois d'octobre m'a lâché au fur et à mesure du temps. J'avais réussi à rester sobre pendant 6 mois jusqu'à une rechute dernièrement. Ma situation financière n'est pas catastrophique grâce aux plafonds de mes cartes bancaires.

Mon problème est que je suis un grand fan de sport et je fais des études autour de ça. J'ai l'impression que mon addiction m'a fait perdre goût à toute les autres choses simples de la vie. Je n'arrive tout simplement pas à trouver mon intérêt dans autre chose. La première chose à laquelle je pense quand je m'ennuie c'est regarder du sport et donc me soumettre à une tentation de jeu

Aujourd'hui je décide de refaire un pas en avant pour arrêter comme je l'avais fait pendant 6 mois. Je viens sur ce forum pour trouver de l'aide, un bon centre aide qui ne me lâchera pas et surtout des trucs & astuces pour réussir à m'ouvrir à d'autres choses que le sport.

Merci d'avance pour votre lecture et vos retours

2 réponses

Moderateur - 06/05/2021 à 15h39

Bonjour Pxk75,

Lorsqu'on n'a qu'une seule passion qui tourne à l'obsession c'est très difficile de s'intéresser à autre chose. Vous n'êtes pas le seul à avoir cette difficulté.

Il ne faut pas vous attendre, au début, à être intéressé par quoique ce soit d'autre. Par contre je vous recommande de vous mettre dans un état d'esprit où vous acceptez de vous laisser surprendre ou de vous laisser faire.
Ensuite, adressez-vous à vos proches pour faire avec eux des choses que vous n'avez pas l'habitude de faire et qui soient en dehors de votre domaine de prédilection. Cela peut être de petits moments comme des plus grands. L'idée c'est de faire quelque chose avec quelqu'un sans trop vous poser de question et de vivre alors l'instant présent.

Si, au départ, cela ne vous intéressera pas trop il se peut que vous retiriez de la satisfaction ou du plaisir à certaines activités que vous aurez faites. Ce sont vos premiers pas pour donner la place à d'autres choses dans

votre vie.

Essayez de faire en sorte que ces "événements" avec des proches se reproduisent de plus en plus souvent, jusqu'à plusieurs fois par semaine par exemple. Le temps passé avec eux sera autant de temps passé en moins dans le sport et les paris. C'est une manière de commencer à reprendre le contrôle.

Pour ce qui est de retrouver un spécialiste évidemment nous vous y encourageons. Notre ligne d'écoute ou notre rubrique "adresses utiles" peuvent vous fournir des adresses.

Cordialement,

le modérateur.

leudoc - 08/05/2021 à 13h27

Bonjour Pxk75

Vous étes dépassé par le jeu,le jeu vous submerge,il faut réagir et reprendre le controle,on est addicte a vie,c'est pour cela que vous avez replongé,chaque jour suffit sa peine,le jeu doit rester un plaisir.

Vous étes jeune,le vie s'offre a vous,essayez de resister aux sirénes du jeu,faites des petites mises,essayez de faire d'autres activitées,sortez,quand cela sera possible,avec vos amis,profitez de la vie.

au plaisir de vous lire