© Joueurs Info Service - 8 septembre 2026

Forums pour les joueurs

Addiction jeux en ligne

Par Profil supprimé Posté le 18/03/2022 à 07h47

Bonjour à tous , je me permet de vous laissez un petit message car aujourd'hui je commence enfin réaliser que j'ai un très très gros problèmes avec les jeux de paris sportifs , à l'heure d'aujourd'hui j'ai 22 ans et je joue depuis que j'ai 18 ans , tous les jours j'ai cette petite voix dans ma tête qui "m'oblige" à parier en ligne, aujourd'hui après 4 ans à faire des paris sportifs tous les jours , je suis à plus de 40000€ De pertes , les moindres argent que j'ai que ce soit 10€ ou 1000€ automatiquement je mise tout, aujourd'hui j'ai prit la décision de m'auto exclure de tous les sites de paris sportifs en ligne.. mon seul souhait est de réussir à m'en sortir de cet engrenage infernal… et comment en parler à la famille ? La solitude a prit le dessus , je me suis isolé à force d'être tous les jours sur les paris sportifs, comment expliquer a sa famille qu'on est accros à des jeux en ligne ? Que j'ai dépenser plus de 40000€ en 4 ans , sans compter les paris que j'avais gagner entre deux et qui au final l'argent a été re perdu, depuis que je joue en tout et pour tout je dois être à plus de 100000€ de miser et de perdu … comment sortir de cet engrenage infernal ? Aidez moi s'il vois plus j'ai plus de solution.. je n'ose pas en parler à ma famille par peur d'être prit pour un "malade" … despenser autant d'argent en si peu de temps c'est plus possible pour moi , j'arrive plus à avancer dans la vie , j'ai toujours des pensées pour les paris sportifs , j'ai toujours envie d'avoir cet adrénaline quand je mise.. SAVE ME

4 réponses

---

dav19 - 18/03/2022 à 14h12

Bonjour Joueurfou,

Tu viens de faire le premier pas de ta guérison en mettant un doigt sur ton problème : tu es addict aux jeux.

Jusqu'ici ton addiction te procurais du plaisir mais les conséquences financières et sociales commencent à te rattraper et tu dois te sentir pris au piège.
Tu fais bien de te réveiller car tu es encore jeune et tu as la possibilité de remettre les compteurs à 0.
Es tu endetté ? as tu emprunté de l'argent à des amis ?

Je te conseille d'en parler à tes parents pour deux raisons :

1/ tu pourras soulager ton coeur en avouant ton passif et te delester de tout ce poids qui te pèse. Ne reste pas seul avec ce problème
2/ tu auras un contrat moral avec tes parents et tu essayeras de ne plus leur mentir à l'avenir.

Il ne faut pas que tu aies peur d'etre pris pour un malade car tu es malade, malade psychologique de l'addiction aux jeux.

A mon grand désarroi je le suis aussi et je tente depuis plusieurs années a sortir de ce cercle infernal. J'y arrive un peu mieux ces derniers mois et cela doit te donner de l'espoir.
A 22 ans ta carrière est devant toi et tu peux largement rattraper toutes ces pertes et te refaire une santé. Cela prendre peut etre 2/3 ans pour te remettre à flot et ensuite tu pourras de nouveau profiter de ta vie dans tes loisirs plus sains je l'espère.

Tiens nous au courant

Profil supprimé - 20/03/2022 à 14h47

Bonjour,
Juste pour apporter mon témoignage. Cela fait une dizaines d années que je joue en ligne avec comme beaucoup des periodes d abstinence qui m on permis de refaire un peu surface.
Le jeu m a isolé il m a changé j ai menti j ai trahi .....
Vous parlez tous de l argent gagné et perdu mais en fait c est vous qui vous etes perdu. Pour se sortir de cette adduction il faud en parler à sa femme, son mari, ses parents, ses amis et même à ses enfants la parole libere plus qu on ne le crois.
Le jour ou la banque m a appelé pour me retirer ma carte bleu j ai compris que ma vie allait etre tres compliquée. J ai immédiatement parlé à mon conjoint de la situation il m en a voulu quelques temps mais queque ça ma fait du bien.
Lorsque j ai rejoué quelques mois après j en ai parlé à ma conseillère à la banque qui a compris mon addiction et m a toujours soutenu dans mon combat. Enfin aujourd'hui après avoir un peu pres tout essayé je respire de nouveau mon périple est long et je ne veux pas vous ennuyer.
Si certains veulent savoir contacter moi et je prendrais le temps de vous expliquer.

Profil supprimé - 21/03/2022 à 07h45

Merci à vous pour vos messages
Dav19, non heureusement j'ai réussi à me fixer quelque limite , je n'ai jamais demander de l'argent à des amies ou autre pour parier , ou quand c'est arriver c'était des petites sommes jusqu'à maximum 100-200€ heureusement je ne suis pas endeter auprès de ma famille ou de mes amies, mais par contre je travail depuis que j'ai 15 ans et demi donc ça fait maintenant 6 ans et demi que je travail et j'ai liquide toute mon argent dans les paris sportifs, or à cette heure ci je le dis que si je veux avancer dans ma vie il faut à tout p'tit que je sorte de ce cercle infernal, je souhaiterais savoir si vous a cette heure ci vois avez réussi à ne plus du tout toucher ou paris sportifs ou est ce que il vous arrive encore de parier avec plus de limite qu'auparavant ? Car tout le problème est la , est ce que c'est vraiment possible de ne plus parier ? Avec toutes ces pubs toutes les 5 mins , comment ne pas y penser ? Merci à vous pour votre temps et vois réponses

dav19 - 21/03/2022 à 13h04

Bonjour joueurfou,

Oui il est possible de ne plus parier, j'arrive en tout cas à passer des semaines sans le faire. J'ai parfois des rechutes mais voilà mes méthodes.

1/ Etre prêt à s'engager dans le combat mentalement (tu sembles l'être)

2/ Renoncer à devenir riche par le jeu, donc changer son mindset

3/ Prendre un calendrier, et mettre du fluos sur les jours ou tu ne joue pas. A titre personel ca m'encourage et

me redonne de l'estime de moi meme

4/ s'engager auprès de quelqu'un qui vous est cher. C'est toujours terrible de briser la confiance de proche qui compte sur vous donc ca devrait te retenir quelques temps

5/ trouver du temps pour occuper son esprit : jouer à console, faire du sport, sortir avec des amis. Sinon l'ennui va vite te repousser dans tes travers

6/ Réfléchir a ce qu'on veut faire de sa vie et etre capable de se fixer des objectifs. C'est sans doute le point le plus difficile car on joue toujours pour palier à des carences. Moi c'est mon travail qui ne me plait plus alors dès que j'ai un coup de moins bien, l'envie est à portée de main.

En ce qui te concernes, tu n'as pas de dettes c'est une très bonne chose. Certes tu as perdu de l'argent mais tu peux repartir d'une page vide. Tu ne recupereras pas tes 100 k€ c'est une certitude. Va de l'avant, parle en a tes parents et tu verras après plusieurs jours sans jouer tu verras les choses différemment.

Le plus dur c'est de se mettre en route.