© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour les joueurs

Je me détruire

Par Profil supprimé Posté le 02/10/2022 à 00h00

Bonsoir je me nomme Bakayoko alassane je suis ivoirien de 27 Ans j'ai commencé a jouer aux Paris en ligne en 2018 mais maintenant je me retrouve dans une situation qui m'échappe complètement je n'ai aucun contrôle sur moi je n'arrive plus a économiser tout ce que je gagne je joue avec j'ai supprimé mon compte de Parie a plusieurs fois mais cela ne m'empêche pas de revenir dans le jeux je suis entrain de me détruire je n'arrive plus a mettre un sous de côté je n'arrive pas a aider mes parents si vous avez des conseils à me donner pour m'aider a m'en sortir j'en serai ravie merci

1 réponse

Moderateur - 11/10/2022 à 09h57

Bonjour Hassane-41,

Soyez le bienvenu dans ce forum.

Mon premier conseil c'est d'essayer de vous poser un moment et d'écrire sur une feuille, dans deux colonnes distinctes, les bonnes raisons que vous avez de jouer et les bonnes raisons que vous avez de ne plus jouer. Attribuez aussi une note à chaque item que vous aurez mis pour repérer les plus importants pour vous. En faisant cet état des lieux vous verrez mieux vos motivations à jouer et à ne pas jouer.

Il faudra ensuite renforcer vos motivations à ne pas jouer et trouver des stratégies pour renoncer ou déjouer vos motivations à jouer. Mais ça c'est une autre étape.

Au plaisir de vous lire.

Cordialement,

le modérateur.