© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour les joueurs

Au bord du suicide

Par Profil supprimé Posté le 09/10/2022 à 19h35

Bonjour à tous, mon histoire est tellement longue est compliquée que je ne sais pas si j'arriverais à la raconter d'un seul coup...
J'ai commencé à jouer à l'âge de 10 ans en accompagnant mon père dans les cafés, hippodromes...Il n'y a que là que je le voyais et que je passais du temps avec lui..
Aujourd'hui j'ai la trentaine et 4 enfants...
Ca a commencé par des mises "minables" de 2-3€ puis quand j'ai commencé à travailler, mon salaire y passait intégralement, même avant de le recevoir car je demandais des acomptes et je finissais mes journées au PMU du coin..
J'ai travaillé sur les marchés, debout à 4h du matin, fin à 14h, les 200 à 300€ de recettes gagnés durement finissaient au café entre 15h et 18h..
Puis, j'ai été taxi plusieurs années, travail 7j sur 7, 13 à 15h par jour, très bien gagné ma vie, sans en voir la moindre couleur, m'arréter avec des clients devant un bureau de tabac pour mettre quelques centaines d'euros sur un match "sûr"...Sans parler du fait que ma femme et mes enfants n'attendaient qu'une chose, c'est que je rentre...dépité car sans rien dans les poches...
Le pire avec le taxi est qu'avec cette put*** d'addiction, j'en suis arrivé à escroquer la CPAM en faisant des fausses factures de transports médicaux à hauteur de 150 000€, je passe en jugement dans les prochains jours...
Je suis endetté de tous les côtés, chaque jour de l'an, anniversaires de chaque membre du foyer, je me dis STOP C'est fini ! Ca dure 2 jours, puis c'est reparti...
J'en suis arrivé à des mises allant de 1000 à 2000€ sur un match, un jour pour 1000€ misés sur un combiné, 10500€ de gains, l'intégralité perdu durant le week-end..
Je n'en peux plus, je ne pense qu'à une chose , c'est me foutre en l'air car je ne tiens plus.
J'ai tenté une nouvelle fois un sevrage depuis le 1er Octobre, craquage le 7 et 8.
Demain Lundi, j'essaie de reprendre mais je n'arrive même plus à croire en moi.
Merci infiniment pour votre aide.

4 réponses

Profil supprimé - 10/10/2022 à 15h18

Salut cher ami. Bcp de courage. Moi aussi je suis dans le même cas que toi.. Je suis dans le désespoir.. après 20 ans de pratique de jeu pari hippique, j ai perdu l équivalent de 12 ans de mon salaire et suis régulièrement endetté. Je stresse bcp et j ai commencé à avoir des maladies cardiaques. Je me suis rendu compte il y a juste 10 jours que je suis un addict et qu'il faut abandonner. Depuis une semaine je ne joue plus mais je me sens très affaibli physiquement et malade depuis que je ne joue pas. Mon corps chauffe.
Il faut tenir et surtout ne faut pas prendre de décision fatale

Courage à toi

Soga22 - 10/10/2022 à 16h30

Bonjour Joueurdefou,

Je lis beaucoup de souffrance au point de penser à l'irréparable.
Surtout ne fais pas ça ! Gagne au moins cette partie !
Je te conseille un retour au calme : au lieu de te dire je vais arrêter pour toujours et te mettre la pression qui te reconduit aux jeux, dis toi : aujourd'hui je ne joue pas , j'ai besoin de calme, je le fais pour moi , pour mon bien être . Essaie cela 1 jour , puis 2 , puis 3.
Le retour au calme va te permettre de prendre de meilleures décisions pour la suite.
Comme nous tous, tu te détruis , sans substances, à petit feu et pourtant la destruction est bien là.
Je te suggères d'essayer de comprendre ce qui te conduit à ce comportement de sabotage.
Tu dis que tu as connu le jeu avec ton père , ce n'est que dans ces moments là que tu passais du temps avec lui ; n'y a t il pas quelque chose à creuser ?
Peut être que tu n as pas envie car ça te fait du mal mais finalement du mal tu t'en fais au centuple.

Arrêter de jouer est le début de la sobriété ; il faut travailler sur soi pour modifier le schéma que nous répétons sans cesse en connaissant pourtant l'issue !
Fais toi aider , c'est le meilleur moyen pour réussir à s'en sortir.

Je te parle en connaissance de cause ; je mène le même combat. J'ai trouvé une personne qui me convient avec qui je fais un travail introspectif. Je sens enfin que j'avance.

Et puis il faut aussi te pardonner , cette addiciton est une maladie , c'est plus fort que nous , pardonne toi .
De plus , pour l'escroquerie tu vas payer à la société ce que tu dois. ne te mets pas le poids de la culpabilité en plus (facile à dire je sais)

Courage à toi!
Ecris nous vite

Au plaisir de te lire

Moderateur - 11/10/2022 à 09h08

Bonjour Joueurdefou, bonjour Papitou,

Vous traversez une phase de désespoir mais sachez que vous pouvez remonter la pente. Vous vous en voulez beaucoup pour ce que vous avez fait, pour l'argent perdu, pour le temps perdu et les occasions manquées. Cela prend votre énergie et cette expérience vous empêche encore de regarder votre futur avec confiance. Mais ce futur existe et il peut être beau.

Même si aujourd'hui vous n'avez pas confiance en vous pour y arriver, sachez que vous allez pouvoir retrouver de l'estime de vous-même en y allant "un jour à la fois".

Le meilleur des conseils c'est Soga22 qui vous le donne. Ne regardez pas hier, ne regardez pas demain mais concentrez-vous sur aujourd'hui. Un jour à la fois, chaque jour concentrez-vous ce qui se passe maintenant. Prenez la décision de ne pas jouer aujourd'hui. Tenez vous-y et savourez le soir ou le lendemain votre victoire. Car oui, lorsqu'on est addict chaque jour, chaque heure passée sans jouer doit être pour vous une

victoire dont vous pouvez être fiers. C'est par là que tout commence.

Joueurdefou vous dites que vous n'arrivez en général pas à arrêter plus de 2 jours. Mais vous avez réussi à tenir 6 jours pleins sans jouer depuis le 1er octobre si j'ai bien compris. C'est trois fois plus que d'habitude et moi j'y vois un énorme progrès. De plus vous venez nous en parler le 9 c'est donc qu'après deux jours de craquage vous ne lâchez pas l'affaire. C'est en fait super positif même si ce n'est à vos yeux pas encore une réussite. C'est avec le temps que vous allez apprendre à ne plus jouer, à déjouer les pièges de votre environnement et de votre cerveau. N'oubliez pas que vous êtes addict, c'est-à-dire que votre cerveau est conditionné pour jouer et que cela va lui prendre du temps d'adopter d'autres schémas. En y allant "un jour après l'autre" et en trouvant du soutien vous allez vous donner toutes les chances d'y arriver.

Papitou pareil pour vous. Vous avez des regrets sur votre passé mais essayez de ne pas trop vous encombrer avec cela. L'important c'est ce que vous faites aujourd'hui et même si c'est dur vous tenez depuis (plus de) 10 jours !! Bravo et nous sommes là pour en parler avec vous.

L'un comme l'autre n'hésitez pas à venir vous raconter ici. C'est un exercice de projection qui peut vous aider à y voir plus clair et à recevoir de l'aide et des conseils de la part de la communauté. Que cela soit pour nous raconter vos réussites ou vos échecs nous sommes là pour vous lire. Vous pouvez aussi appeler notre ligne d'écoute au 09 74 75 13 13. Nos écoutants vous feront bon accueil.

Alors n'en venez surtout pas à une extrémité fatale. Vous n'êtes plus seuls.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 12/10/2022 à 17h49

Bonjour à tous,
Tout d'abord, merci beaucoup pour vos retours..

Papitou, je te comprends tout à fait car je me sens exactement pareil dans les moments où je ne joue pas, c'est extrêmement difficile !
Le plus important je pense est de se rendre compte qu'on est addict et qu'il faut se faire soigner.
Bon courage à toi.

Soga22. honnêtement, concernant mon père, je serais incapable de dire s'il y a quelque chose à creuser ou si c'est mon esprit qui refuse de creuser...
J'essaye de faire mon maximum pour oublier cette merde et trouver des occupations dans la vie de tous les jours mais la plupart du tout, sans ça, et cette adrénaline, je trouve tout le reste "fade" et sans intérêt, cela est très difficile car ça me fait du mal à moi mais aussi à mes proches..

Je suis suivi dans un centre d'addictologie, la personne qui me suivait est parti, je rencontre la personne qui la remplace la semaine prochaine, en espérant que ça passe bien.
Il est vrai que je culpabilise beaucoup par rapport à cette situation et à toutes les dettes que cela à engendrer, sans parler des moments gâchées...

Modérateur,
C'est vrai, un de mes gros problème est que je veux me projeter et me dire que j'arrête de jouer pour de bon ou plusieurs mois plutôt que de partir sur le principe d'un jour à la fois...
L'année dernière, j'ai tenu 45 jours sans 1 euro dans les jeux, ,puis une contrariété, un évènement sportif et un peu de sous sur le compte et PAF, 500€ sur un combiné pour potentiellement 2000€, ça ne passe pas, on

refuse la perte et c'est reparti...
Depuis ça, que de petits arrêts quelques jours puis ça repart, j'aimerais ne plus connaitre ça du tout, je sais c'est plus facile à dire...

Je vous remercie beaucoup pour votre aide...
Bon courage également dans cette difficile épreuve.

Au plaisir de vous lire.