© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Addiction au jeu

Par Footix63 Postée le 07/09/2026 13:40

> Pourquoi alors que je ne joue quasiment plus, il suffit d'une fois et d'une somme dérisoire pour que mon cerveau se remette à me jouer des tours et me faire passer une mauvaise nuit ?

Mise en ligne le 10/09/2026

Bonjour,

En effet, même après un arrêt ou une importante diminution de la pratique du jeu, les sensations éprouvées lors ces moments de jeu ne disparaissent pas toujours, le cerveau les a enregistrées et peut les éprouver à nouveau quand la situation se répète. Adrénaline et dopamine se retrouvent à nouveau activées intensément.

Nous ne savons pas si ce moment de jeu est pour vous un retour à une fréquence de jeu plus élevée ou problématique, ou si vous arrivez, même avec difficulté, à ne pas reprendre une pratique excessive.

Nous manquons d’informations sur ce que vous vivez pour vous apporter une réponse plus éclairante alors si vous souhaitez prendre le temps d’échanger plus précisément sur votre situation, nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien cordialement.
