© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Les paris sportifs

Par Profil supprimé Postée le 03/02/2019 21:33

> Bonsoir depuis 15 ans je joue aux paris sportifs j'ai perdu beaucoup d'argent mais bon je pense plus trop à cette argent là vu que je ne pourrai jamais les récupérer le problem je jou presque tout les jours alors que je sais que je ne serai jamais gagnant je jou a cause de l'ennui je dois trouver quelque chose pr m'occuper ou si j'ai une forte envie de jouer je me dit je miserai que 1€ je sais pas je suis perdu j'ai besoin d'aide mais je pourrai en parler à personne et j'ai pas envie de voir un psy ect que faire merci

---

Mise en ligne le 05/02/2019

Bonjour,

Votre besoin de jouer pour pallier à l'ennui, le fait de continuer à jouer malgré les pertes, semble s'apparenter à une dépendance aux jeux.

Nous comprenons que cette situation vous mette en difficulté et que vous souhaiteriez trouver des solutions.

Le fait de continuer à jouer malgré les pertes est probablement dans l'idée et/ou l'espoir de vous « refaire » mais, en contrepartie, cela vous maintient dans un sentiment de malaise, de perte, de manque de confiance en vous et d'estime de vous.

La volonté ne suffit pas toujours pour arrêter, c'est pour cela que nous orientons fréquemment les joueurs dépendants vers des centres de soins spécialisés dans la prise en charge des addictions tels que les CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie).

Nous entendons que vous ne souhaitez et/ou vous n'êtes pas encore prêt à bénéficier de ce type d'aide.

Ainsi, dans un premier temps, vous pourriez évitez de sortir avec de l'argent sur vous, de vous désinscrire des sites de jeux et/ou de vous faire interdire de jeux, en fonction de vos pratiques.

Vous nous parler d’ennui, et nous pensons effectivement que c’est en grande partie ce sentiment qui vous amène à jouer depuis tant d’années. Il semble alors important que vous puissiez faire le point sur votre vie, sur la façon dont vous organisez votre quotidien, vos habitudes, …. Il parait nécessaire d’insuffler des changements dans l’organisation de votre journée, dans la façon de prendre soin de vous. Vous pourriez ainsi vous créer ou recréer de nouvelles occupations, des loisirs, allez voir des gens, ou toutes activités qui pourraient vous apporter un bien-être.

Vous ne souhaitez visiblement pas aller voir de psychologue mais sachez qu’il existe aujourd’hui de nombreuses aides alternatives qui pourraient vous aider : sophrologie, hypnose, acupuncture, ….

Parler de ses difficultés à son entourage est souvent compliqué, par peur du jugement, du conflits, ...

De ce fait, sachez que nos écoutants restent à disponibles pour parler avec vous de façon plus approfondie sur le sujet. Ils sont joignables soit par téléphone au 09 74 75 13 13, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat, via notre site internet www.joueurs-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

N'hésitez pas également à jeter un coup d'oeil sur notre forum de discussion ainsi qu'aux témoignages de joueurs. Leurs récits pourraient vous éclairer sur votre situation personnelle. Vous trouverez ci-dessous un lien vers ses services.

Bien à vous

En savoir plus :

- Forums Joueurs info service
- Témoignages Joueurs info service
- Adresses utiles du site Joueurs info service