© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Je n'en peux vraiment plus... je m'était refait

Par Profil supprimé Postée le 06/05/2019 07:03

Bonjour,

Je suis pris de paris sportif depuis 3 ans maintenant. Au debut je gagnais 1000 chf par mois et je dépensais quasiment tout la dedans (je vivais chez mes parents).

Depuis 9 mois, je suis avec un salaire de 4000 CHF par mois et chez mes parents. (j'ai 24 ans). J'avais préparé un budget de 200 chf par mois. Mais impossible je le dépassais chaque mois.

En mars 2019, j'ai fait une folie (car énervé et pleins d'angoisse concernant ma vie), j'ai eu perdu 4000 chf en 2 jours.... Totalement énervé, j'ai décidé de me refaire en étant vigilant et en faisant extrêmes attention.

Ici vient le pire..

Je pose 1000 CHF sur plusieurs match et j'arrive a me refaire 4500 CHF en 5 jours. Un soir je remet 500 chf je perd et je suis très énervé. Je rejoue, rejoue jusqu'à redescendre à 1000 CHF et la je suis vraiment complétement désemparé. J'avais prévu un voyage linguistique et je ne pourrais peut être plus le faire a cause de toutes ces conneries. Je dois etre a -10'000 CHF en 1 ans... Je suis vraiment perdu perdu perdu..

J'ai encore envie de jouer 1000 chf comme j'ai pu me refaire mais je sais que c'est malsain.. Mais pourquoi je ne devrais pas ressayer ? Je suis bon la dedans... enfin... on peux perdre tellement vite...

Voila ça me fait du bien d'en parler... si vous avez quelques conseils

---

Mise en ligne le 09/05/2019

Bonjour,

Il semble en effet que vous soyez "pris" dans une addiction aux paris sportifs. Vous en décrivez les mécanismes dans le fait de ne pas pouvoir vous en tenir aux limites que vous vous fixez, de vouloir vous refaire et vous mettre d'autant plus en difficulté, de penser aussi apparemment que vous auriez des "compétences" alors que les paris relèvent aussi de jeux de hasard.

Votre manière de jouer vous met à mal et prête à conséquence puisque vous nous dites devoir notamment vous priver d'un voyage que vous aviez envisagé. S'il ne vous est pas possible, seul, de mettre un terme à ces habitudes que vous avez prises dans les jeux, nous ne pouvons que vous inviter à réfléchir à l'opportunité de consulter pour vous faire aider.

Nous ne pourrons pas vous renseigner sur les modalités de prise en charge possibles en Suisse ni vous orienter sur un lieu de consultation spécialisé pour les joueurs en difficulté mais vous trouverez ci-dessous le lien vers nos homologues suisses pouvant vous donner ces informations.

Nous vous souhaitons bonne continuation dans vos démarches.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Addiction Suisse"