© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Addiction aux paris sportif invivable pour moi et mon entourage

Par Bebel77340 Postée le 04/08/2022 17:35

> Bonjour à tous, Je m'appelle Kevin et suis un homme de 33 ans qui pourrait avoir une vie de rêve que n'importe qui aimerai avoir. Ma femme et moi même gagnons bien notre vie, nous allons avoir une petite fille dans 4 mois…. Mais voilà que la vie de rêve possible se transforme en cauchemars a cause de moi seul. Je joue depuis que j'ai 17 ans, commençant par de petites sommes et finissant il y a encore 1 ans a 25 000 euros de dette en totalité gaspiller dans les paris sportif. J'ai la chance d'avoir rencontré la femme que j'attend depuis toujours et qu'est ce que je fais de mieux pour la convaincre d'être un homme bon et adulte ? Je rejoue encore il y a 1 mois. Je joue, joue , et à la fin en faisant les comptes , je ne me souviens pas de combien j'ai dépenser. Encore enfoncer dans cette spirale infernal de démolition de moi même et de mon entourage , j'ai dépenser 1000 euros. La culpabilité me hante et ma femme le découvre comme à chaque rechute. Que faire dans ces moments là ? Ou plus rien ne va, elle ne me fais plus confiance (ce qui est normal). Je l'aime à en mourir et ma future fille aussi , mais comment prendre conscience que je gâche ma vie et celle des autres et ne voit pas le danger quand je rechute. Pourquoi tant d'innocence et de naïveté de ma part quand je retombe et fais face à la réalité quand tout se sait … Je veux m'en sortir , ce n'est pas vivable. Je suis en train de perdre tout le monde et toute ma vie entière dont je possède et qui pourrait être tellement beau sans le jeu. J'espère avoir des réponses à ce message de détresse ou solutions , je n'arrive plus à réfléchir de moi même.

Mise en ligne le 05/08/2022

Bonjour,

L'introduction de votre message nous laisse penser que vous souhaitez vous adresser à d'autres joueurs ou personnes en lien avec une addiction au jeu. Pour cela, nous vous joignons ci-dessous les liens des espaces « Forums de discussion » et « Témoignages » de notre site.

Cependant, dans la mesure où nous avons pris connaissance de votre message, c'est en tant que professionnel nous nous permettons d'y apporter une réponse.

Nous comprenons une perte de contrôle récurrente de votre pratique de jeu qui vous conduit à des pertes financières conséquentes et des états émotionnels envahissants.

Vous interrogez la façon dont vous pourriez prendre conscience d’une situation problématique et des risques associés à votre pratique de jeu mais la lecture de votre message atteste d’une réelle prise de conscience et de ce que l’on nomme addiction ou conduite addictive.

La dépendance est une perte de liberté de ne pas consommer malgré une prise de conscience des conséquences délétères et une volonté de ne pas jouer. C’est pourquoi il n’existe pas de « solutions génériques ». Chaque usager, chaque individu a son propre rapport à la consommation, au jeu. Afin de se libérer de la dépendance, il est essentiel d’identifier ce à quoi cette pratique vient répondre, les attentes et les besoins qui vous conduisent à la perte de contrôle. Il est souvent nécessaire de faire le deuil des sommes perdues, de modifier des habitudes, d’utiliser les mesures d’interdiction possibles, …

Nous vous joignons plusieurs liens ci-dessous qui vous apporteront des pistes de réflexion. Celui de l’ANJ (Autorité Nationale des Jeux) vous permettra de procéder directement à l’interdiction si cela vous semble nécessaire.

Si vous souhaitez être aidé dans cette démarche d’arrêt, il existe des dispositifs dans lesquels des professionnels spécialisés sur les questions d’addiction y compris celle du jeu pathologique, proposent des consultations individuelles, confidentielles et gratuites. Il en existe dans tous les départements, dans de nombreuses villes. Ne disposant d’aucune information pour vous orienter, le lien « adresses utiles » vous permettra d’effectuer votre propre recherche.

Si vous souhaitez évoquer la situation sous forme d’échanges anonymes dans un premier temps, avoir davantage d’informations sur l’aide proposée, nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 09 7475 13 13 ou par chat via notre site de 14h à minuit.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Forums Joueurs info service
- Témoignages Joueurs info service
- Le jeu et vous
- Quelques éléments clés pour arrêter de jouer
- Se faire interdire
- Demande d'interdiction de jeu

Autres liens :

- Adresses utiles du site Joueurs info service