© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les joueurs

Je suis en train de gâcher complétement ma vie

Par Damn421 Posté le 24/02/2023 à 00h16

Bonjour à tous,

J'ai 24 ans et je joue aux jeux depuis mes 18 ans. J'entends jeu par poker et paris sportifs. Aujourd'hui c'est la première fois que j'écris afin d'obtenir du soutien et des possibilités d'aller mieux.

En effet, autant je suis gagnant au poker (+ 25k€, selon des sites qui repertorient clairmeent les choses et donc aucune possibilité de se tromper), et j'ai toujours plutôt bien gérer à ce niveau.

Ce qui gâche complétement ma vie, c'est les paris sportifs. J'ai gagné par période, mais énormément perdu sur d'autres, et à l'heure actuelle, ça n'a plus aucun sens et je suis juste en train de ruiner complétement ma vie.

A cause de cette addiction au jeu, je me rends compte que je n'ai rien fait de ma vie depuis ma majorité, ou presque. Que ma vie sociale dépend de "si j'ai gagné récemment, ou si j'ai perdu".
J'ai menti un nombre incalculables de fois à mes proches pour le jeu, et je les ai mis dans des situations financières difficiles.
Je culpabilise énormément, mais le jeu semble plus fort que ça. Mais voilà, ce soir j'écris tout ça parce que j'ai le sentiment d'avoir une vie complêtement anormal pour un homme de mon age, j'ai perdu la notion de l'argent et été complétement irresponsable pleins de fois. Mettant toute ma vie en danger pour le jeu.

Et j'ai peur qu'il soit déjà assez tard pour réagir, tant les conséquences sur ma vie et celle de mes proches sont assez grandes (factures en retard par exemple), et du coup, je joue en espérant sortir la tête de l'eau.
Mais cette fois, je sais que ce n'est pas comme ça que je vais m'en sortir, et que si je continue, je vais juste VRAIMENT gâcher ma vie, définitivement.
Il y a encore un peu d'espoir sans doute, je suis encore relativement jeune même si j'ai gâché beaucoup de temps et que ça m'angoisse. Les conséquences financières sont assez grandes, mais pas non plus absolument insurmontable.

Le souci est que : je cache le fait que je n'ai pas le contrôle sur ma pratique du jeu. Et donc, mes proches ou la grande majorité du moins, pensent que ça va. Et je n'ai donc absolument aucun soutien dans ma quête d'arrêt.

Pourquoi je ne leur dit pas tout me diriez vous? Parce que les conséquences relationnelles dans ma famille serait juste immense, la connaissant. Il faut que je parvienne à me responsabiliser seul, et sortir la tête de l'eau seul. Avoir une vie d'homme, et non pas une vie de déchet qui dicte absolument toute sa vie par le jeu.

J'ai 24 ans, mais j'ai le sentiment que c'est maintenant ou jamais car ensuite les problèmes seront irréversibles et je ne supporterais pas d'avoir ruiner ma vie, qui était ambitieuse au départ.

Par où commencer ?

Merci de m'avoir lu

2 réponses

Tom67 - 27/02/2023 à 15h03

Bonjour,

J' ai lu ton message et je me suis inscris pour pouvoir te répondre
Cela m' a donné mal au ventre car je connais ta situation !!
Pour ma part, je fais des paris sportifs depuis environ 10 ans
J' ai perdu beaucoup d' argent, les paris c' est gagner de temps en temps et perdre souvent pour un match souvent qui ne passe pas...
Oui quand on tombe dedans c' est extrêmement difficile d' en sortir mais cela reste possible
Moi aussi ma vie sociale est devenu pathétique, beaucoup de mensonges et impossible pour moi de sortir quand des paris sont en cours par exemple
Je pense qu' il existe tout de même des solutions radicales comme s' exclure des sites de paris, en parler à un ami proche qui peut t' accompagner les premières semaines pour ne plus parier, ou alors avant d' arrêter complètement peut être faire des petits paris à 10 euros de temps en temps pour avoir une petite dose d' adréaline car je pense que cà peut être violent d' arrêter du jour au lendemain, est ce possible d' ailleurs ? Pour certains oui
Je sais qu' on se sent tellement con et coupable d' avoir plongé là dedans mais eux aussi ont une immense responsabilité, par exemple on peut mettre jusqu' à 700 euros par semaine sur un site, c' est beaucoup trop, 700 x 4 semaines c' est la ruine annoncée pour beaucoup et dans les tabacs ils s' en foutent de nous, pleins de jeunes peuvent parier leur argent de poche de la semaine
Enfin j' aurais tellement de choses à dire
Si jamais tu veux échanger avec moi, tu peux par exemple me laisser ton mail

Tiens bon !

Addiction-de-merde - 23/03/2023 à 00h27

Salut mec , tu es jeune 24 ans, j aurais aimé m en rendre compte à ton âge c à peu près la que j ai commencé … maintenant j en ai 43 et moi je peux dire que j ai gâché la mienne.. donc t en as pris conscience ARRETE TOUT , moi je me suis interdit de jeu aujourd’hui..
J ai commencé comme toi au poker j ai fait de gros gains, l addiction commence ici, j aurais même aimé en faire mon métier comme les pros que tu vois à la télé … (un rêve voyager en pratiquant sa passion)ils représentent les rooms ils sont là pour nous attirer, ils ont des coachs qui gèrent leur bankroll… toutes ces années j ai voulu faire un one time qui me sortirait de l ombre mais ce n est jamais arrivé … au lieu du one time je n ai rien, du stress permanent, une perte d estimé de soi, des mensonges, j ai du quitter la maison car je ne prenais plus soin de ma femme… tu es jeune tu a l avenir devant toi quand tu auras une famille ça sera trop tard que tes enfants souhaiteront faire des études que tu pourras pas leur payer mais qui eux pourtant non rien demandé!!! Force et honneur à toi …