© Joueurs Info Service - 6 septembre 2026

Forums pour les joueurs

addiction aux paris sportifs.. que c'est douloureux

Par vh_inko Posté le 25/09/2023 à 07h50

Bonjour, c'est vrai qu'il est difficile d'en parler tellement c'est douloureux, tant dans la fierté que dans le moral de ses proches qu'on a envie de proteger.
J'ai 26 ans, et je parie de façon addictif depuis trop longtemps, j'ai eu des gros succès à une époque et depuis je ne fais que perdre de l'argent en espèrant retrouver mes gains.
J'ai des périodes où je peux m'arreter pendant quelques semaines et d'un coup, comme un déclic, je me remets à parier de façon tellement excessive sur une période très courte (un week end).
Je gagne ma vie correctement mais je vie comme quelqu'un qui n'a plus de ressources. J'ai du faire un pret pour retrouver de la trésorerie, dont j'ai parié la moitié (à perte !).
Je sais que la meilleure solution peut etre d'en parler à ses proches, mais je ne peux pas, je ne veux pas leur faire du mal parce que c'est tellement douloureux d'etre dedans et de savoir au fond de soi que c'est malsain de parier de façon comme je le fais.
Ce n'est plus un jeux, c'est de la survie.
Je ne sais pas trop à qui m'adresser, mais j'ai ce besoin de parler anonymement, de liberer ce que je veux dire.

Aujourd'hui, je suis conscient que je suis malade face aux paris sportifs et je veux sortir de là. Je veux etre conscient tout le restant de ma vie, de ma jeunesse, de me dire que le jeux sportif n'est pas fait pour moi. Je veux sortir de là, et de me dire que oui je peux avoir une superbe vie avec l'argent que je gagne via mon travail et rien d'autre.

7 réponses

Daniee - 28/09/2023 à 08h02

Bonjourr vh_inko,

Je tenais personnellement à te félicité car c'est vraiment très courageux de ta part de venir témoigné, sa montre aussi ton envie et ton désir de t’en sortir.

Je comprend tout à fait ce que tu vis, s'est vraiment difficile de parler de ses problème de jeux a ses proches j'ai moi même eu ce problème avec le jeux.

Tu es encore jeune et tu as toutes la vie devant toi donc donne toi les moyens de réussir face à ton addiction, dans ton message tu es bienveillant avec tes proches et tu ne veux pas les faire du mal à cause de ton addiction je te propose de te battre aussi pour eux face à ton addiction.

Le jeux d'argent est un cercle vicieux qui emmener nulle part à part détruire le joueurs qui es addict

mentalement, financièrement etc.

Quand on es dans notre cas, jouer ne vas faire que empiré notre situation car quand tu gagne tu vas continuer a jouer pour continuer à récupéré tes pertes, et quand tu pers tu vas continuer à jouer pour te refaire jusqu'à tout perdre au final et se mettre encore plus dans la merde donc la seule SOLUTION EST D'ARRÊTER . L'argent perdu est perdu donc faut faire sont deuil car on ne SE REFAIT JAMAIS.

Si je peux me permettre je te conseille de ferme tout les sites de paris sportif la ou tu es inscris et de demande de l'aide si besoins avant que ta situation ne s'empire.

Force et courage à toi

vh_inko - 18/10/2023 à 08h51

Bonjour Daniee, merci beaucoup pour ton retour,
Cela fait quasiment 1 mois que j'ai arrêté, et je suis tellement plus heureux, je ne suis plus accros à suivre les résultats, à regarder des matchs inutiles parce que je parlais dessus, plus accro aux côtés, quel bonheur d'avoir arrêter !

vh_inko - 08/12/2023 à 07h21

Bonjour, voilà ça fait presque 2 mois et demi que je n'ai pas parié, et vous savez quoi ? Je n'ai jamais ete aussi bien dans ma vie. Financièrement, je rattrape les prêts que j'avais du contracté, je ne passe plus mon temps sur mes comptes bancaires pour savoir si je peux parier ou non.
Vraiment, je sais que ça fait que 2 mois et demi, mais je ne replongerai jamais dedans !
Un petit conseil supplémentaires : J'ai désinstallé les applications qui donnent les résultats de façon instantanés.
En plus de cela, je ne passe plus mon temps à suivre les résultats, faire des analyses qui finissent par bousiller le moral car on finit toujours par perdre aux paris, la seule façon de gagner, c'est d'arrêter ! Je vous promets, arrêter c'est la meilleure des choses, vraiment ça vaut le coup !

Je le répète, quel bonheur d'avoir arrêter

John28 - 08/12/2023 à 10h57

Bonjour,

Merci de partager un super retour comme ca !
Félicitations à toi pour cette belle perf que d'arrêter 2.5 mois !

J'espère pouvoir suivre ton chemin bientôt.

Perso déja le fait d'avoir arrêter de jouer la semaine c'est super mais quand je serais à ton niveau ca sera le top !

Merci encore pour ton partage qui donne du courage et de la motivation !

Ink_danny - 12/12/2023 à 08h31

Bonjour,

Je suis également dans ton cas. J’ai 29ans et je n’arrive pas à arrêter. J’ai eu des petites périodes sans jeux mais je replonge directement..
J’ai dû déjà faire un plan de surendettement banque de France mais je n’arrive pas à arrêter. Je viens d’avoir un enfant mais les jeux sont plus fort que moi..

Je gagne bien ma vie mais je ne mets rien de côté, je ne peux rien entreprendre car je perds tout mon salaire tout les mois..

Je me suis déjà interdit de jeu mais j’arrive toujours à jouer au tabac, à trouver des sites en ligne hors ARJEL pour jouer..

Si certains ont des conseils, je suis preneur. J’ai vraiment le souhait d’arrêter..

vh_inko - 23/12/2023 à 23h20

Bonjour John, Bonjour Danny,
Merci pour vos messages ,

Pour ma part, cela fait 3 mois que j'ai arrêté ! Vraiment ça vaut le coup, accrochez vous !

vh_inko - 18/01/2024 à 19h47

Bonjour à tous,
Cela fait quasiment 4 mois que j'ai arrêté les paris sportifs, depuis ce 24/09/2023, je retrouve la joie de vivre, la joie de partager des moments avec mes proches et d'avoir à nouveau une sécurité financière.
Je me répète comme toujours, mais je suis juste heureux d'avoir arrêter les jeux, je suis tellement fier de moi, ça me remplit de bonheur.
Je vis, je profite des journées, je ne suis plus planqué tout seul à regarder tous les résultats sportifs, ce temps est révolu et quel bonheur.
Ayez le courage, mettez y du cœur, je vous assure, ça vaut le coup !
Accrochez vous, soyez fier d'avoir arrêter de parier et allons de l'avant ensemble !