© Joueurs Info Service - 15 octobre 2026

Forums pour les joueurs

Éternel recommencement

Par Moimeme5959 Posté le 27/07/2024 à 19h58

Bonjour à tous . J'ai 38 ans et j'ai un gros problème avec le jeu depuis une quinzaine d'années.
Je me suis rendu compte très tôt que j'avais un soucis car étant jeune (14 - 15 ans) on faisait ses loto foot avec les potes, c'était une adrénaline sympa et ça n'impactait pas du tout nos vies car on jouait un ou deux euros .
Le problème c'est que les années passant. J'ai remarqué que mes potes avaient arrêter et que moi non seulement je continuais mais en plus j'avais sévèrement augmenter mes mises.

J'ai ensuite eu la malchance de devenir un joueur gagnant au poker en ligne, je pouvais gagner jusqu'à 10 000€ par mois car le niveau à l'ouverture du marché était très faible .
Le problème c'est que les sites de poker proposent tous des paris sportifs et que depuis 10 ans je laisse une grosse partie de de ce que je gagne en travaillant dessus . Environ 15 000€ chaque année .
Impossible d'arrêter, chaque fois je place des matchs avec de gros favoris et chaque fois je perds.

Pour ne rien arranger j'ai dans le même temps développer une autre addiction au PMU.
Au départ je jouais petit puis rapidement, j'ai pensé pouvoir trouver les arrivées des courses en les étudiant.
J'arrivais avec mon journal et mes feuilles et je jouais toute la journée .
Il m'est arrivé de perdre 15 000€ d'économies en une journée sur des courses PMU.

Au total j'estime mes pertes PMU, paris sportifs et de temps en temps mais beaucoup moins souvent à environ 300 000€.

Aujourd'hui, et depuis 5/6 ans , je sais pertinemment qu'il est impossible de gagner même en analysant et je sais en me rendant au tabac ou sur les sites que je vais perdre mon argent.

Malheureusement, ça ne suffit pas pour arrêter, je n'y arrive pas .
Aujourd'hui, j'ai perdu en une journée mon salaire que j'avais touché cette nuit en virement et chaque mois, je ne tiens pas plus que 3 jours avec mon salaire .

Je suis fort mentalement heureusement et j'arrive toujours à repartir de l'avant mais cela commence à m'épuiser de recommencer chaque mois, chaque année là même chose : travailler / jouer / perdre / retravailler pour rejouer et reperdre .

J'ai déjà été voir un addictologue mais ça n'a eu aucun effet.

J'en ai ras le bol. Je prends plus soin de moi . J'achète aucun habit, aucun bien, ma voiture est une ruine . Je me dégoûte .

J'aurais aimer échanger avec vous

2 réponses

Moderateur - 13/08/2024 à 08h33

Bonjour Moimeme5959,

J'espère que vous aurez des réponses de la communauté bientôt.

Servez-vous du dégoût dans lequel vous amène le jeu pour commencer à vous en séparer. C'est une lutte psychologique que vous devez mener où il faut laisser de côté les espoirs de vous refaire et d'être plus fort que l'adversité du hasard. Cela passe par regagner de l'estime de vous-même. Même la moindre journée où vous repoussez le fait de jouer doit être une victoire pour vous.

Je vous conseille d'une part de mettre en place une interdiction de jeux si ce n'est pas déjà fait, d'autre part de retourner voir des addictologues dans le cadre d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Il peut y avoir plein de raisons pour lesquelles cela n'a pas marché la première fois mais cela ne veut pas dire que ces professionnels ne peuvent pas vous aider. Retournez-y, peut-être avec une autre personne si c'est la personnalité du premier addictologue qui ne vous convenait pas mais en tout cas ne lâchez pas le morceau.

Progressivement vous allez quitter la honte et vous allez vous reconstruire. Si vous êtes une personnalité forte et courageuse c'est un avantage. Mais acceptez d'être vulnérable et de vous faire aider aussi.

Courage, pour trouver un CSAPA vous pouvez appeler notre ligne d'écoute ou utiliser notre annuaire : https://www.joueurs-info-service.fr/Adresses-Utiles

Cordialement,

le modérateur.

Incognito03 - 13/08/2024 à 14h45

Salut
Je comprends je suis à peu près dans le même cas que toi avec des pertes similaires avec un passage du poker/ paris sportifs vers le pmu.
Tu as du soutien autour de toi ? Conjoint, amis ?
Perso ça va faire 7 semaines que j’ai tout arrêté, plus un centime, malheureusement pour en arriver là j’ai dû avouer à ma femme que j’avais replongé et je n’ai plus accès à mes comptes bancaires, carte bancaires etc, je me suis également réinscrit sur le site de l anj pour l interdiction des jeux. Cela n empêche pas de jouer au pmu mais ça peux te permettre quand même de réduire tes jeux.