© Joueurs Info Service - 5 septembre 2026

Forums pour les joueurs

Addict au trading je n’en peu plus et je souhaite en sortir

Par kevinch Posté le 02/12/2025 à 14h46

Bonjour à tous,
Je me présente : je suis marié à une femme en or, nous avons deux enfants et une maison.
Je suis addict aux jeux, en particulier au trading.
Je vais vous raconter mon histoire.
En 2021, j’ai commencé à jouer après avoir vu des publicités sur les réseaux sociaux qui faisaient rêver (comme quoi, les réseaux sociaux parfois…). Bref, j’ai commencé par mettre 50 € par-ci par-là. J’ai suivi des personnes qui tradaient, et j’ai ajouté un peu plus d’argent : parfois je mettais 50 €, j’en gagnais 100, puis j’en reperdais 100, j’en gagnais 200, j’en perdais 400… ainsi de suite. Mais au final, j’étais perdant. J’ai remis encore, remis, et encore remis…
Le jeu est devenu une addiction, je ne m’en sortais plus. Nous devions nous marier en 2023, sauf qu’au moment venu, j’ai dû annoncer à ma femme que j’avais perdu tout mon argent, que j’étais tombé dans les jeux d’argent. Quand je dis « perdu mon argent », c’est énorme : c’était un héritage.
Je lui ai tout avoué en lui promettant d’arrêter et de me reprendre en main. Nous avons dû reporter le mariage, car il nous était impossible de le financer. Ma femme est restée, l’amour a pris le dessus… et j’ai arrêté. Mais je n’ai rien mis en place pour m’aider réellement.
Quelques mois plus tard — je serais incapable de dire combien de temps — j’ai replongé. Pareil : petites sommes, puis moyennes, puis grosses. Puis un prêt, puis de l’entraide de la famille et des amis… Jusqu’au jour où, il y a peu, j’ai dû emprunter 1 000 € à un inconnu. Cet inconnu appartient visiblement à un milieu pas fréquentable, et tout s’est fait sur Internet.
J’ai été idiot : je n’ai pas voulu le rembourser, en me disant qu’il ne me retrouverait jamais. Sauf qu’il a retrouvé ma femme sur les réseaux et lui a parlé. Et là, le drame : la vérité éclate. Je dois de l’argent à un inconnu dangereux, je dois de l’argent à la banque… Ma vie s’écroule, celle de ma femme aussi.
J’ai pris les choses en main et j’ai remboursé très vite cette personne, car sans le savoir, j’ai mis la vie de ma famille en danger. Et c’est ma plus grande crainte.
Aujourd’hui, ma femme sait tout. Elle souffre énormément, elle n’a plus du tout confiance en moi. Cela fait plus de 10 ans que nous sommes ensemble, pour elle je suis un inconnu et j’ai l’impression de foutre ma vie en l’air. J’ai peur de perdre ma femme et mes enfants. Je l’ai trahie, manipulée, menti… Et le pire, c’est que ce n’était pas volontaire. J’AI HONTE et j’avais honte de lui avouer que je jouait à nouveau.
La puissance du jeu nous contrôle, nous fait perdre nos moyens, nos valeurs, notre état d’esprit. Je ne suis pas comme ça normalement. Ma femme m’a donné une première chance que je n’ai pas su saisir. Maintenant, je vais tout faire pour avoir une deuxième chance. Elle n’a plus la force de me faire confiance. Elle ne veut pas de cette vie-là et je la comprends.
J’ai perdu le goût de la vie, je suis passé à côté de tant de choses simples avec mes enfants et ma femme. Je regrette, et j’ai honte de leur avoir fait subir ça.
Je me sens seul, épuisé, fatigué… mais je veux tellement me battre pour rattraper le temps perdu et réparer mes erreurs.
J’ai décidé d’avancer, de mettre des choses en place : dans un premier temps, j’ai besoin de digérer, de mettre

des mots sur cette situation. Je vais donner une procuration sur mes comptes pour que ma femme puisse tout voir, et m'aider à ne plus craquer. Je vais me faire suivre — je ne sais pas encore comment — mais je souhaite guérir et je ne veux plus toucher à cette merde !
Ma priorité va être d'apprendre à aimer à nouveau les choses simples de la vie, aimer mes proches, vivre avec eux, passer du temps avec eux, et surtout rendre ma femme heureuse et lui redonner goût à la vie.
Je l'aime tellement, je suis prêt à tout pour elle.
Quels conseils avez-vous à me donner ?
Pouvez-vous raconter vos expériences si vous avez été dans le même cas ?
Comment avez-vous fait pour vous en sortir ?
Comment votre femme a-t-elle joué un rôle dans votre guérison ?
Merci.

13 réponses

---

kevinch - 03/12/2025 à 13h55

1er jour sans trading !
Que c'est dur… Je me sens vidé, j'ai mal au ventre, mais j'ai tellement envie de me battre pour offrir une vie meilleure à ma famille.
Ce matin, j'ai demandé la clôture de tous mes comptes liés au trading et j'ai supprimé toutes les applis de mon téléphone. Je suis fier d'avoir réussi à tout enlever. Ce n'est que le début, ça va être long, mais la force est là. Je veux rendre ma femme heureuse et lui redonner la confiance qu'elle avait en moi.
Hier soir, une chose toute simple : je joue avec mon fils et il me dit : « Papa, c'était bien hier quand on a joué, tu n'as même pas pris ton téléphone. »
Ça m'a fait mal, mais en même temps tellement plaisir, parce que j'ai tout à rattraper.

Bench - 04/12/2025 à 21h40

Salut kevinch
Je me reconnais complètement dans ton histoire.
Je suis devenu complètement accro au trading de crypto. Ça me prend tout mon temps mon argent et ma santé mentale. Comme toi plus j'ai gagné d'argent (fictif au final) plus la descente au enfer à était importante.
Heureusement ma femme me soutient. J'ai clôturé tous mes comptes de trading récemment et essai aujourd'hui de m'en sortir financièrement. Tu n'es pas seul dans ce cas je pense que nous somme beaucoup et on va s'en sortir!

kevinch - 05/12/2025 à 13h30

Bonjour Bench,
Tu as eu raison de tout clôturer. Personnellement, ça m'a fait un bien fou ! Ma femme est au courant de tout, je n'ai plus rien à lui cacher. Ça a été douloureux pour elle, ça l'est toujours d'ailleurs, car elle a été trahie. Mais elle me soutient, et on va s'en sortir : à deux, on est plus forts. Si j'ai le moindre doute, je lui en ferai part.
Ça fait maintenant trois jours que je n'ai pas tradé et je n'en ressens absolument pas le manque. En trois jours, je me suis rendu compte de plein de choses que j'avais ratées, que ce soit avec ma femme ou avec mes enfants. Je revis, ça me fait du bien. Il faut tenir et faire confiance à son entourage.

J’ai la chance d’avoir une femme en or, et je lui ai fait tant de mal en n’ayant pas été là pour elle pendant tout ce temps…
Comme toi, j’ai la conviction qu’on va s’en sortir. On se tient au courant

Bench - 05/12/2025 à 16h38

C’est vrai que je profite bien mieux des moments avec ma femme et les enfants, je suis content d’avoir tout clôturer j’ai également tout fermé il y a 3 jours mais ça continue à m’obséder je n’arrête pas de penser au moment où j'aurais du m’arrêter. Je me retrouve en difficulté financière et c’est dure à accepter. J’espère pouvoir vite remonter la pente.
Courage à toi!

Anonymos - 09/12/2025 à 18h04

Bonjour bench! Je me sens tellement dans ton histoire comme si tu l’avais raconté pour moi, cela fais 4 ans maintenant que je suis dans ce vice de jeu hasard et j’arrive sincèrement toujours pas à m’en sortir je me bat j’arrête et après je replonge tout mon argent partais dans ce jeu, c’est comme si je travaillais pour Nourrir ce jeu de hasard(dormir, travaille, jeu hasard et c’était toujours pareille pendant 4 ans) j’étais devenu tellement paresseux et obsédé du faîte que je pourrais gagner une grosse somme qui pourrais changer ma vie et rembourse toutes mes dettes, j’étais complètement ’ isolé de ma famille mes amis et ma copine pourtant j’étais le pilier de ma famille c’est moi qui prenait tout en charge, lorsque ma famille a suis cela ils ont essayé de m’aider et tout allais bien j’ai même fais la promesse de ne plus rejouer, mais après encore quelque semaines je dis bien quelque semaines je recommençais encore à jouer en cachète a l’idée de toujours gagner une grosse somme et arrêter définitivement, sans m’en rendre compte je perdais énormément d’argent dans ce jeu pourtant cet argent pouvais bien aussi rembourser quelque dettes vraiment je suis fatigué épuisé mentalement et physiquement j’aimerais vraiment arrêter ce jeu mais garce a vos témoignages, je vois que les jeux de hasard ne peut vraiment rendre quelqu’un riche mais si tu l’es tu perdras tout encore dans ce jeu… je prie de toutes mes forces pour pouvoir rattraper tout ce temps perdu avec tout mon entourage et les bons moments ou j’ai pas puis bien profiter avec ceux que j’aime et oublier complètement ces jeux de hasard et reprendre une nouvelle vie. Je regrette énormément tellement, j’ai tellement fais du tord à ceux qui ont confiance en moi et ma famille et à moi même aussi je me suis fais du tord, force et courge à nous

Bench - 10/12/2025 à 17h32

Salut
Je pense que nous avons une mauvaise période à passer.
Pour ma part je me met à fond au boulot, j’évite d’avoir des moments de vide qui le font repenser et qui me tente.
Essai de te mettre à fond dans le boulot ou de te trouver une occupation.
J’essai également de prévoir à long terme mon plan de sauvetage pour me remettre à flot financièrement. Ça me permet de me rendre compte que plus aucun écart est possible dans la trésorerie. Courage à toi et n’hésite pas à en parler autour de toi ou à nous en parler on sait ce que tu vie!

Aieaie - 06/02/2026 à 15h35

Bonjour,

De même pour moi … accro à ces foutus sites de trading … en espérant qu’un jour je devienne riche mais malheureusement ce jour n’arrivera jamais … 90% des joueurs en ligne sont perdant …

Cela dois faire maintenant 2-3 ans si ce n’est plus que j’suis dans le trading, j’ai beaucoup gagner mais aussi énormément perdu …

Comme tu l’a si bien dit , on a perdu beaucoup de temps que l’on aurait pu consacrer à notre famille.

Ces derniers temps j’ai perdu pas mal d’argent … j’ai même dû faire des emprunt auprès de banques en ligne, je suis au plus mal financièrement et mentalement …

j’ai une femme et un enfant en bas âge, il est tant d’arrêter tout ça et de repartir sur de bonne base pour une vie plus saine . Bien sûr c’est plus facile a dire qu’à faire …
Je n’ose pas en parler à ma femme car peur enfin je dirai même plus par honte …

J’espère que l’on trouvera la force et le courage de ne pas replonger.

Jojod - 20/08/2026 à 15h53

Bonjour à tous

J'ai pris le temps de lire vos messages, et je me sens un peu moins seule dans ce vice à ce jour....
C'est vraiment terrible, j'aurai besoin de me confier pour pouvoir m'en sortir... j'aimerai savoir si certain voulez vous échanger en privé avec moi ?

En attendant d'avoir vos réponses

Pierrejpp - 27/08/2026 à 23h13

Je veux bien échanger en privé je suis au fond du trou

Bench - 28/08/2026 à 07h34

Bonjour,

Donnez moi un moyen de vous contacter si vous voulez pour qu’on en discute.

Moderateur - 28/08/2026 à 09h00

Bonjour,

J'interviens pour vous rappeler que ce forum est anonyme. Nous n'autorisons pas l'échange de coordonnées pour se contacter en privé.

Nous vous invitons à discuter ici, l'anonymat vous protège et vos échanges peuvent profiter à d'autres.

Cordialement,

le modérateur.

kevinch - 28/08/2026 à 09h11

Bonjour a tous,

Un petit message pour vous donner des nouvelles et surtout afin de repondre a tout ceux qui vivent actuellement ce que j’ai vecu.
Ça va bientot faire 1 an… sachez une chose la vie est bien meilleur après le trading. J’ai tout coupé, je n’ai plus d’envie… alors oui ça m’a traversée l’esprit plein de fois mais maintenant je suis bien dans ma peau. Ma femme est heureuse que j’antout arrêté même si desfois elle a peur. Mais dites vous une chose l’avenir sera meilleur il’faut tenir bon. Et financièrement ça va mieux. Occupez vous l’esprit, apprennez à bricoller, sortez avec vos enfants, faites de la lecture, regarder des documentaires, profitez de vis amis. C’est dur mais putain que ça en vaut le coup !!!!

Jojod - 28/08/2026 à 22h27

Salut Pierrejpp,
Apparemment il est impossible de s'échanger nos coordonnées... Malheureusement ça ne respecte pas la charte....
Nous pouvons tout de même échanger sur ce fil de discussion si tu veux
Dis moi, pourquoi te dis tu au fond du trou ?

À bientôt pour te lire.