

Forums pour les joueurs

Arrêt des paris pour moi et garder ma famille

Par Stephasse75 Posté le 06/01/2026 à 17h44

Bonjour

Mon psy m'a dit que pour réussir parfois à se sortir du cercle vicieux des paris sportifs, écrire soulageait et faisait du bien

Alors voilà j'ai 50 ans marié avec 2 enfants que j'ai envie de garder à tout prix

Mais voilà cela fait beaucoup d'années que je parie

Au début j'ai gagné pas mal, un peu plus de 10 000 euros et je me suis un peu enflammé en misant des 500 euros à la suite.

Ma femme s'en est aperçue il y a 15 ans et je lui avais promis d'arrêter les paris

Mais je n'ai jamais vraiment arrêté et pendant 10 ans j'ai parié entre 50 et 100 euros par mois discrètement

Puis est arrivée le COVID, je ne sais si ça a vraiment été un déclencheur mais à partir de 2021 j'ai parié 1200 euros ensuite 2022 2200 jusqu'à 6000 euros de pertes en 2025 soit sur 15 ans environ 18000 euros

Ma femme s'en est aperçue début décembre et ça a été compliqué bien entendu

Je fais un travail sur moi-même et je n'ai plus perdu d'argent depuis le 11 décembre

Avez-vous des trucs pour arrêter

Pour l'instant ça va mais j'ai peur que ça me reprenne

Merci de m'avoir lu et je suis prêt à vous écouter en retour

Bonne soirée