© Joueurs Info Service - 25 septembre 2026

Présentation des jeux d'argent et de hasard

Paris sportifs : comment éviter de finir hors-jeu ?

On croît souvent maîtriser ses paris, surtout quand on est expert de son sport, mais c'est souvent une illusion. Que l’on ne s’y trompe pas : dans les paris sportifs, la **part du hasard est importante.** De nombreux évènements imprévisibles influencent le résultat final : blessure ou baisse de performance d’un joueur, erreur d’arbitrage, météo… De plus, **le fonctionnement même des paris sportifs empêche les gains élevés.**

L’illusion de contrôle

Les paris sportifs **allient connaissances sportives et hasard.** C’est pourquoi il est fréquent de penser que plus on est informé, plus nos chances de gagner sont importantes.

Ainsi certains joueurs passent beaucoup de temps à étudier les statistiques des matchs, consulter des pronostics, s’informer sur l’état de forme des joueurs. Cela les renforce dans la croyance qu’ils peuvent prédire l’issue d’un match : **c’est l’illusion de contrôle.**

Elle entraîne :

- une **surestimation de notre capacité à gagner**
- une augmentation du **risque de perte de contrôle** (emballement des mises, du temps passé à jouer…)

En réalité, l’expertise ne suffit pas pour gagner :

- **la part du hasard est importante.** De nombreux évènements imprévisibles influencent le résultat final : blessure d'un joueur, erreur d'arbitrage, météo…
- **le fonctionnement même des paris sportifs empêche les gains élevés.** Le système de cotes implique que pour obtenir un gros gain, le parieur **doit prendre des risques en misant sur une cote élevée, c'est à dire sur un résultat improbable**. Dans ces conditions, les parieurs même très expérimentés ne peuvent en réalité jamais gagner beaucoup d'argent.

Lire aussi : **Les croyances erronées**

.

Un risque d'addiction

L'ambiance festive des matchs et **les consommations d'alcool associées** peuvent inciter à miser davantage, ou à multiplier les paris (buteur, score exact, résultats à la mi-temps…).

Les sensations fortes vécues pendant le match peuvent entraîner une perte le contrôle et le dépassement des limites qu'on s'était fixées (mises plus élevées, paris qui s'enchaînent). Lorsqu'on gagne, **l'euphorie pousse à parier à nouveau,** et lorsqu'on perd, **la déception et l'espoir de gagner ou de « se refaire » nous incitent également à parier rapidement sur un autre match.**

Encore plus de risques d'addiction avec les paris sportifs en ligne

Les paris se font majoritairement en ligne, ce qui augmente le risque d'addiction. En effet, plusieurs facteurs spécifiques aux jeux d'argent en ligne augmentent le risque de perte de contrôle :

- la possibilité de parier partout et à tout moment
- la possibilité de parier sur plusieurs sites en même temps
- la dématérialisation de l'argent joué
- le fait de jouer seul, loin du regard des autres peut faire perdre la notion du temps passé et de l'argent dépensé et perdu
- parier sur des sites illégaux (non agréés par l'ANJ) n'offre aucune garantie de toucher ses gains et aucun recours en cas de litige

.

En France, les paris sportifs sont interdits aux mineurs, comme tous les jeux d'argent et de hasard. Seuls les sites agréés par l'Autorité Nationale des Jeux (ANJ) sont légaux en France.

Partagez vos expériences et échangez avec des internautes sur nos forums.