

JE VEUX ARRÊTER LES JEUX SPORTIFS

Par [Profil supprimé](#) Posté le 19/12/2017 à 16h14

Bonjour tout le monde tout d'abord désolé pour les faute d'orthographe qui vont suivre alors tout d'abord voilà j'ai commencer à misé des 15 16 ans avec des pote au tabac des somme de 1 ou 2 euros très rarement et il y a 2 ans environ j'ai ouvert mon compte Betclac avec la fameuse offre de 100e remboursé du coup j'ai tenter étudier les match et j'ai gagner mes ce gain là aller devenir le début di longue période de parieur du coup j'ai commencer a mise tout les week and j'étudier les match de foot dès le début du week vraiment a fond les absent les 5 dernier match ect je misé même sur des équipe inconnu et de semaine en semaine je devenez accro je misé pas seulement pour gagner mes aussi pour avoir cette fameuse sensation que on ressent quand on et adicte quand je misé pas j'avais l'impression d'avoir raté mon week end depuis que je joue je regarde des match que jamais j'aurai suivie auparavant quand je perdre je foncez sur mon tel remise sur d'autre match il fallait que mes' paris tienne jusqu'au dimanche soir pour avoir la sensation tout le week ensuite j'ai commencer a misé sur la nhl (hockey) alors que jamais je suivais se sport et ensuite la NBA et ensuite j'ai commencer a mise tout les jours je devais absolument trouver des match à mise chaque jour j'en pouvais pas passer une soirée sans avoir cette sensation du coup je jouer sur le basket la nuit je dormei pas de la nuit malgré le travailler le lendemain juste pour avoir le résultat en live et avoir cette sensation forte en moi du coup avec toutes c'est perte les week ce résume à regarde les match avec ma copine on sort rarement et même défois je l'accuse que c'est à cause d'elle que je perdez car quand elle venez me parler mon équipe ce prenez un but ect problème d'argent pressions dépendance ect résume ma vie actuelle donc j'ai décidé de venir sur le forum après avoir appeler l'assistance téléphonique je vais essayer de réduire grandement mes paris

1 RÉPONSE

Moderateur - 20/12/2017 à 17h02

Bonjour Yastos95,

Vous avez fait un grand pas en prenant conscience de votre situation.

Il est possible de s'en sortir et effectivement une première chose que vous pouvez essayer, pour voir si cela fonctionne pour vous, c'est de diminuer.

Vous pouvez le faire par plusieurs moyens. Vous pouvez décider de ne miser que sur un type de sport, de limiter votre budget consacré à ces paris (éventuellement confiez vos moyens de paiement à votre copine pour plus de contrôle), de ne pas jouer certains jours même s'il y a un "beau" match ce jour-là, de limiter le temps que vous passez à parier et à préparer vos paris, de limiter le nombre de sites sur lesquels vous pariez. Si vous prenez des décisions sur tout cela et que vous êtes au clair avec elles peut-être cela vous apaisera-t-il suffisamment pour diminuer.

Si vous utilisez un site agréé Arjel vous pouvez utiliser les modérateurs de jeu mis à disposition sur ce site pour mieux tenir vos limites.

Il est important également que vous vous attachiez à améliorer vos relations avec votre copine et vos proches. Trouvez-vous d'autres centres d'intérêt pour moins penser aux paris et essayez de trouver du plaisir dans ces activités. C'est autant de gagné sur votre addiction.

Vous gagnerez enfin à pouvoir en parler avec un professionnel. Nous vous conseillons de consulter notre rubrique "Adresses utiles" pour connaître au moins le centre d'aide le plus proche de chez vous. <http://www.joueurs-info-service.fr/Adresses-Utiles>

Venez nous raconter où vous en êtes.

Le modérateur.
