© Joueurs Info Service - 18 décembre 2025

Forums pour les joueurs

"C'est la dernière fois que je joue"

Par Profil supprimé Posté le 22/08/2018 à 18h41

Bonsoir,

Cette phrase à souvent été prononcée par mes soins durant les 4 années , pendant lesquelles j'ai laissé environ 14000€ aux bookmakers et dû emprunter environ 3000€ à ma famille.

Cependant il faut que ça cesse.

FIni les mensonges à mes parents qui s'interrogent sur mes retraits en liquide (je suis interdit sur tous les sites arjel plus volontairement difficile ma réinscription au site non arjel que je fréquentais. Hélas il reste le tabac) et qui ont tellement de désespoir en me voyant replonger dans ce truc. Ce sera un beau jour celui ou je leur aurai tout remboursé.

Fini de m'arracher les cheveux sur des matchs de divisions obscures a en Colombie à 2 heures du matin et de chercher le prochain en cas de perte, peu importe le sport ou le pays.

Fini de me torturer l'esprit en me demandant comment j'ai pu encore dépenser un billet dans ce truc avec mon passif.

Aujourd'hui est le jour 0, demain sera le jour 1, et ainsi de suite. J'ai essayé le jeu raisonnable, a petites doses, et ça a été une catastrophe. La seule solution est l'abstinence totale.

Merci de m'avoir lu et bonne soirée.

10 réponses

LiliB - 23/08/2018 à 10h04

Bonjour Parzival,

Tout d'abord bienvenue parmi nous.

J'espère de tout mon cœur qu'effectivement tu ne joueras plus jamais.

Ton approche est la bonne. Faire le choix, un jour à la fois, de ne pas jouer et refaire le même choix demain et après-demain.

Je te suggérerais de faire de tes parents tes alliés. Ils peuvent t'aider tu sais ? Bon, c'est certain que le coup sera dur à encaisser au départ mais comme ils t'aiment ils seront là pour t'épauler.

Pour ma part lorsque j'ai avoué à mon mari mon problème de jeu il a été un énorme soutien. Bon, bien sur, au début, il me demandait à tous les jours si j'avais joué ou pas etc. Mais je ne voulais tellement pas lui faire de la peine et risquer de le perdre que j'ai tenu bon et aujourd'hui il ne me demande plus si j'ai joué ou pas, la confiance est revenu.

Oui la dépendance au jeu est une réelle torture. Non seulement on se demande comment on a encore pu mettre une telle somme dans les machines, dans l'achat d'un billet de loterie etc. mais en plus on est constamment sur la corde raide, partager par la joie extrême, l'extase même, lorsque l'on gagne des miettes et le désespoir lorsque l'on perd ... comment peut-on se torturer autant ? Le pire, malgré la souffrance, c'est qu'on y retourne ... c'est vraiment un poison que cette dépendance.

Alors je te dirai ... bon courage ... garde le cap ... Haut les coeurs ... un jour à la fois ... tu vas réussir à résister aux chants des sirènes.

Nous sommes là pour toi, à ton écoute.

Soga22 - 23/08/2018 à 13h10

Bonjour Parzival,

Comme souvent dit sur ces forums, le simple fait d'en parler et de reconnaître son addiction est un premier pas vers le mieux.

Comme toute dépendance, le sevrage est difficile .... Il peut se faire du 1er coup (ce que je te souhaite) ou parfois il y a des rechutes. Surtout ne pas abandonner ! Il faut se faire violence c'est vrai mais inutile d'être trop dur avec soi-même.
C'est souvent là qu'on craque encore plus et qu'on fait n'importe quoi !

Ce qui aide beaucoup c'est de mettre des obstacles entre le jeu et toi : ne plus avoir de cartes bancaires et/ou très peu de cash sur soi, interdiction dans les casinos, interdiction sur les sites de jeu, résilier les comptes sur les sites de jeu.... tout ce qui fera que lorsque tu auras envie ce sera difficile d'y accéder.
C'est très frustrant et rageant , mais une fois ces sentiments passés on est assez content de soi.

Comme dit LiliB , on est là pour toi, à ton écoute ; n'hésite pas (parfois écrire un mot sur ce forum quand on a envie de jouer la diminue nettement)

Bon courage

ratatouille - 24/08/2018 à 05h36

bonjour à tous et bienvenue parmi nous PARZIVAL
En effet rien n est simple mais tout est possible
Joueuse compulsive, les echanges depuis plusieurs mois maintenant sur ce site m ont bcp aidés dans mon arret du jeu mais en effet j ai mis toutes les chances de mon cote pour y parvenir

peu d especes carte bleue limitée, interdiction de casino ma chance est que je ne joue pas en ligne
Cela m est arrivé de jouer a des jeux gratuits sur facebook
nos echanges nos permettent de se sentir soutenu et surtout pas seul face a cette dependance
Personne ne juge personne et ce soutin est indispensable pour avancer vers la serenite
Ne pense plus à tes pertes d argent , on ne se refait pas mais au contraire on plonge, donc oublie mais tous les jours mets toi le defi de ne plus jouer et tous les jours tu recommences, un jour apres l autre on y arrive meme s il y a frustration et angoisse mais la fierte ressentie d avoir reussi un jour apres l autre nous motive à continer
fais toi confiance
n hesites pas a venir nous parler encore et encore et ensemble on est plus fort
bon courage à toi

Profil supprimé - 21/11/2018 à 22h22

Mise à jour 3 mois après :

Mes belles résolutions de ce 22 aout n'ont pas tenues longtemps.

Dès mi septembre, j'ai eu la chance de trouver des collègues étudiants pour faire mes trajets en fin / début de semaine en covoiturage avec ma voiture. Comme ils me payaient en espèces, j'ai vite été au bureau de tabac le lundi ou le samedi matin pour mettre mon petit ticket parionssport. Au début ça allait, comme souvent, mais c'est vite reparti en vrille, comme a chaque fois. Les "petites" sommes (façon de parler) étant perdues, j'en réengage de plus grosses pour essayer de me refaire sur des rencontres sportives soi disant "sures" (soi disant étant le maître mot)

Il en a résulté, le 22 octobre, que j'ai besoin de demander 250€ à un membre fortuné de ma famille pour me renflouer, me jurant, une nouvelle fois, que c'était la dernière. Mais j'ai repris, environ 10 jours après, me promettant de jouer inteligemment. Ce que j'ai fait, au début, et seulement au début.

J'ai perdu 290€ de dimanche matin à mardi dans la nuit (Ayant changé de compte bancaire, j'ai repris un découvert plus important que l'ancien et aie récupéré la possibilité de jouer sur internet)

J'ai redemandé a mon frère de me renflouer et heureusement il ne m'a pas répondu. S'il l'avait fait j'aurais probablement recommencé sans aucun scrupule incessamment sous peu.

J'ai donc du me tourner vers mes parents, qui conservent mes salaires de cet été, pour leur en demander une partie afin de me renflouer.

J'ai, une fois encore, refoutu en l'air le peu de confiance que j'avais réussi à regagner envers eux. Je suis dorénavant "blacklisté" par ma famille entière sur le plan financier et ne pourrai plus compter sur un seul centime de leur part (et c'est une très bonne chose). Je vais remettre des mesures particulières sur mon compte en banque pour limiter au plus les dégâts.

J’écris ces lignes pour, en partie me décharger, et pour me rappeler que je suis impuissant façe à ce problème et que si je m'abandonne à rejouer une nouvelle fois ça risque de repartir en vrille.

PS : Merci pour vos messages suite à la première participation, que j'ai lus et appréciés.

ratatouille - 22/11/2018 à 08h19

Hello parzival
Bravo d être revenu vers nous, non rien n est pas facile
Adopté le 1jour à la fois juste un jour et après on recommence
Essaie aussi le jamais plus jamais juste une fois ça peut aider car tu sais à te lire que lorsque tu commences à jouer tu es incontrôlable tu n arrives plus à te maîtriser alors jamais plus juste une fois
Faut te faire violence non tu n as pas le droit de te détruire non tu n as pas le droit de prendre de si grands risques financiers
Le jeu détruit, le jeu est néfaste, le jeu n amene rien à part des soucis des craintes pour l avenir alors on n à pas le droit de foudre sa vie en l air pour quelque chose qui nous apporte rien rien et rien
Tu as bien fait de nous écrire mais maintenant lis nous et essaies le juste un jour à la fois ça marche....
Alors bon courage aujourd'hui tu fais le choix de ne pas jouer
On garde le contrôle
On ne lâche rien
On y croit
Belle journée à tous

dav19 - 22/11/2018 à 10h09

Bonjour Parzival,

Je me reconnais au mot pour mot dans ton témoignage, j aurais pu écrire les memes lignes que toi;

La seule solution pour des joueurs comme toi et moi c'est l'abstinence, car meme si nous parvenons a garder le controle pendant un laps de temps, il y aura toujours un jour ou ca va partir en vrille plus que les autres.

Et dans ces jours là on perds beaucoup. Imagine toi qu vendredi dernier j'ai perdu pas loin de 800 balles dans la journée alors que j'avais réussi a rester calme toute la semaine. Et tout cela a cause d'un pari perdu a 50 balles sur une équipe d'une obscure division comme tu dis.

Evidemment ensuite on est dans le caca comme on dit. On décoit notre entourage, on radine sur tout. Je déteste avoir à vivre cela et sans doute que toi aussi. Donc je le repete notre seul moyen d'y arriver c'est l'abstinence pure et simple

LiliB - 22/11/2018 à 11h10

Bonjour Parzival,

Je pense que tu comprends maintenant qu'un joueur addictif ne PEUT ABSOLUME PAS jouer à des fins récréatives. Impossible. Il est comme un alcoolique qui dès qu'il reprend un verre d'alcool repart de plus belle sur une "brosse" comme on dit au Québec.

Donc une seule solution: ne plus jouer ne serait-ce qu'un euro.

Tu le sais maintenant. Tu ne pourras jamais gagner contre eux. JAMAIS.

Maintenant oublie le passé … ce qui est fait est fait … met toute ton énergie sur la journée … une journée une toute petite journée … et puis demain … tu en feras une autre … un jour à la fois.

Fais le pour toi … fais le aussi pour tes parents …

Je suis certaine que tu peux y parvenir .. ne voit pas trop loin … mène ton combat un jour à la fois

Cherche des occupations … c'est le temps de te mettre à la guitare ou que sais je ? Une passion ? Un centre d'intérêt … fait autre chose de tes temps libres. …

Bon courage et sache que nous sommes à ton écoute.

Haut les cœurs !

Soga22 - 22/11/2018 à 12h13

Bonjour Parzival ,

Je suis de tout cœur avec toi et je compatis vivement.
Tu as raison de venir écrire ici ce qui te pèse.
Le jeu est un fléau ! Moi aussi j'ai fait une grosse rechute il y a quelques jours et j'ai été super mal pendant plusieurs jours. C'est affreux comme on peut tomber bas !
Maintenant il nous reste plus qu'à remonter !

Ratatouille t'a donné de bons conseils. FINI le "juste une fois" . On ne sait pas se maîtriser et ce sera encore la fois de trop qui nous amène à nous détester.

Tu as raison aussi de bloquer tes cartes ou limiter ton découvert à la banque.
J'ai cumulé bcp de dettes. J'ai un salaire confortable et pourtant je ne boucle pas les fins de mois car je dois rembourser bcp. Tout ça pour du vent !!!
Trouve la force pour ne plus déposer un centime sur ces jeux de malheur. Ca te permettra de sauver ton avenir, de construire ton avenir.

Courage, au plaisir de te lire

LiliB - 23/11/2018 à 11h39

Euhhh pourquoi profil supprimé ?

thitou - 06/05/2023 à 17h45

Bonsoir,

(Auteur original, sur un autre pseudo)

Suite à 6 mois excécrables, ou mon seul réflexe si tot mon salaire tombé est de repartir sur ces sites de malheur (satané hors ARJEL), je suis revenu sur ce site et suis retombé sur mon message de 2018.

La situation est tjrs la même. Je passe 1 semaine à m'envoyer des "shoots au cerveau" avec le suspens des paris pour finir, à un moment, par devenir "cinglé" et tout balancer pour pouvoir solder mon compte et ne plus avoir de raison de me reconnecter. J'ai un salaire assez confortable mais tout mon "superflu de salaire" va finir dans les remboursements de crédits dans les prochains mois.

Ca fait tjrs aussi mal après tout ce temps mais on va repartir au combat. J'ai déja resollicité un centre d'addictologie pour ce faire.

(Merci d'ailleurs pour tous les messages ci dessus, en particulier celui de LiliB, qui est tellement pertinent et juste.)

Bonne soirée