FORUMS POUR LES JOUEURS

L'ENFER DU JEU

Par Profil supprimé Posté le 11/06/2019 à 15h29

Bonjour,

Le constat est aujourd'hui que j'ai absolument bousillé ma vie à cause des jeux de grattage. Je suis aujourd'hui en depression et surendettée. J'ignore si c'est la dépression qui m'a conduit aux jeux où l'inverse mais ma situation est absolument critique. Je travaille mais mon salaire passe dans les dettes à régler. Je ne fini plus les mois depuis longtemps. Je joue moins sauf en cas de crise d'angoisse mais j'ai la sensation qu'il est déjà trop tard pour moi.
J'aimerai connaitre vos expériences et témoignage. Puis-je sortir de cet enfer?

13 RÉPONSES

LiliB - 14/06/2019 à 02h54

Bonjour Mag2428,

Tout d'abord bienvenu parmi nous.

Ici, nous sommes tous des joueurs compulsifs.

Nous ne jugeons personnes et cherchons à nous entraider par nos témoignages et conseils.

Ma dépendance est aux jeux en ligne. Cela a commencé par le poker en ligne et puis d'autres jeux du même genre.

Tous les joueurs en viennent à être dépendant aux jeux (casino terrestre ou virtuel, jeux de grattage, paris spportif etc.) pour des raisons très similaires à ce qui mène un alcoolique et un drogué à consommer.

Par ennuis, parce qu'on a des soucis personnels, familiaux, professionnels, par manque d'estime de soi, etc.

Moi j'ai commencé à jouer en ligne pour 2 raisons … la première est que mon mari et moi avons des horaires très différents et donc je me retrouve seule le soir pendant de longues heures … alors j'utilisais ses heures à surfer sur le net et c'est en allant sur un petit site de jeux bien inoffensif que je me suis retrouvé dans une méchante galère.

J'ai surtout perdu le contrôle suite à une très grande catastrophe dans mon village qui a fait 47 morts.

Le besoin de m'évader, de fuir la réalité, d'oublier m'a fait m'isoler davantage et m'a rendu plus sensible "aux chants des sirènes" …. tu sais … celles qui t'attirent vers le jeu en te susurrant des mots doux …

Aujourd'hui, après avoir perdu beaucoup d'argent … m'être détruite moralement et physiquement … je sens que je suis sur le bon chemin parce que je fais le choix … un jour à la fois … de ne pas jouer ..

Le passé est le passé … mes pertes … à oublier … je ne pourrai jamais me refaire …. impossible … les dés sont pipés d'avance … il te faudra tirer un trait sur tout cela et faire le choix de miser sur toi … un jour à la fois … Bon courage … Haut les cœurs !

Profil supprimé - 17/06/2019 à 13h02

Bonjour LiliB,

Merci pour cette réponse.
Effectivement, vous avez raison pour beaucoup de choses, tout d'abord c'est effectivement l'ennui et une certaine solitude qui m ont conduit vers cette débâcle. Le sentiment constant de ne pas accéder à la normalité des choses de la vie. D'être différente par ma vie passé.
Aujourd'hui, j'encaisse les conséquences de mes erreurs, avec des moments d'espoir et des baisses de moral violentes. Je joue moins, en espérant ne plus toucher à cela d'ici quelque temps. Chaque fois que je dis "NON", est une petite victoire sur moi-même. En souhaitant, que bientôt je ne poserai plus la question et que les pulsions que je juge auto-destructrices, s'attenuent.

J'espère que vous avez réussi et que votre reconstruction vous apporte ce bonheur simple attendu.
Bonne journée.
MAG2428

LiliB - 18/06/2019 à 03h15

Bonjour Mag,

Si j'ai réussis ?

Disons simplement que chaque jour sans jeu est une réussite … je n'ai pas joué aujourd'hui alors oui … j'ai réussis …

J'ai de moins en moins de pulsion plus le temps passe mais il faut dire que j'essaie de ne plus aller sur aucun site de jeu histoire de ne pas replonger.

Je sais que je suis vulnérable alors autant ne pas tenter le diable … JE SAIS qu'un joueur compulsif ne peut jouer à des fins récréatives …. il ne peut se limiter car son but c'est de retrouver l'adrénaline du début .. et pour cela il doit jouer de plus en plus et des mises de plus en plus importantes …. nous savons que le joueur compulsif, en bout de ligne, ne gagne jamais.

Bon courage pour la suite …. prenez 1 journée à la fois … Haut les cœurs !

Profil supprimé - 18/06/2019 à 09h51

Bonjour,

Bravo de résister. C'est vrai chaque jour sans jouer est une vrai victoire. Un gros travail sur soi-même qui portera ses fruits.
Aujourd'hui j'ai réussi à aller boire un café sans dépenser dans le jeu. Hier un peu moins, mais j'ai résister et su m'arrêter. Le dégoût de moi-même influe et me freine. J'aimerai redevenir comme avant, avec cette sensation étrange que cela n'arrivera pas.
J'essaie de me concentrer sur l'essentiel c'est dur quand on a oublié ce dernier et que l'on se hait au point de se détruire matériellement et intellectuellement.
Les chocs de la vie, les mauvais choix, la solitude et la conviction de ne pas avoir d'avenir entraîne ces mauvais comportements et entraîne cette régression que nous avons subi. C'est une petite mort, longue et sournoise.

J'avais vécu déjà beaucoup de chose mais je me déteste encore plus d'avoir cette addiction.

Bonne journée et surtout que cette journée soit une petite victoire.
Bon courage
MAG

LiliB - 20/06/2019 à 02h52

Bonjour Mag,

Il y a différentes raisons qui nous mène a la dépendance (au jeu, à l'alcool, aux drogues etc.).

Je pense sincèrement qu'il faut pouvoir les identifier pour pouvoir travailler sur soi histoire d'être moins vulnérable aux chants des sirènes.

Bon courage pour aujourd'hui et demain …. et les jours d'après.

Mise sur toi …. un jour à la fois

Profil supprimé - 24/06/2019 à 16h18

Bonjour Lili,

Merci pour vos messages d'encouragement!
3 jours sans jeux et pas de réel manque pour l'instant, par contre toutes les conséquences générées par ce problème sont bien présentes et la haine de moi-même et de tous mes échecs aussi.

J'espère que vous tenez le coup!!!

Bon courage!
La reconstruction est longue et difficile
MAG

Soga22 - 03/07/2019 à 09h12

Bonjour MAG,

J'ai lu tes échanges avec Lilib.
Comment vas tu ?
Comme tu le dis la reconstruction est longue , difficile et parfois il y a des chutes , rechutes . Le tout est de se relever est d'apprendre , comprendre , apprivoiser cette addiction.
Nous sommes là pour la même raison , c'est incapacité parfois à lutter contre nous même. Contre le nous intérieur qui prend le dessus sur la raison, le bon sens….
Il n'y a malheureusement pas de recette miracle. Un jour après l'autre comme dit Lilib on y arrive.
Pour ma part, je tiens… et je recommence…. et je retiens….mon chemin est bourré de trous, je tombe et j'essai de me relever.
je cache pas que c'est de plus en plus difficile.

Le jeu me fait beaucoup de mal , il est vraiment temps de prononcer le divorce !

Courage MAG
Donne nous des nouvelles

Au plaisir de te lire

Profil supprimé - 03/07/2019 à 10h20

Bonjour Soga22,

Merci pour ce message. J'ai rechutée ce week-end, en sachant pertinemment que je vais être en galère très tôt dans le mois, j'ai de nouveau perdu le contrôle. J'essaie pourtant mais effectivement les pulsions sont incontrôlables et éliminent toute intelligence et bon sens. Je me hais. Cela augmente les angoisses et du coup augmente les pulsions. C'est un cycle infernal!!!
J'espère que pour vous les choses s'améliorent et que tout ceci ne fait plus de votre vie un enfer.
En espérant un suivi dans ces échanges. Bonne journée!!
MAG

Profil supprimé - 05/07/2019 à 18h45

Bonjour a tous et toutes moi aussi je suis une joueuse addict j ai ruiner mon conjoint je lui ai dilapider toutes ces economies et j en suis a un.point ou j ai honte de lui avoir fait autant de mal car je l.aime.plus que tout mais je preferes qu il soit seul.que.mal accompagner. Je n y arrive pas trop a arreter et le.probleme c est que on croit toujours regagner ce qu on a perdu mais faux et c est la que le vice s installe. Je voudrais etre heureuse sans tout cela le mensonge oui avant je mentais mais maintenant je dis la vérité je dis que j ai jouer bien sur emparer par la honte mais ne plus mentir sa ne sert a rien juste a se donner un coup de pouce arecommencer. Je voudrais bien m en sortir et retrouver mon conjoint c est moins qui lui ai dit qit qu il serait mieux seul car avec moi c est mal accompagner. Merci a tous de m avoir lu

---

Profil supprimé - 08/07/2019 à 08h37

Bonjour Sasa62,
Merci pour ton message. Je suis triste pour toi aussi. aimer quelqu'un et être obliger de se séparer pour le protéger, c'est raisonnable mais très dur.
Bonjour,

Vendredi cela allait et puis j'ai passé un sale week end, les idées morbides ont repris le dessus, vraiment!! J'ai cherché un médecin samedi, les crises d'angoisses, les malaises et insomnies ne sont plus supportables. Malheureusement, compliqué de trouver un médecin le samedi. Dons je réessaie aujourd'hui.

J'ai joué et j'ai gagné mais j'ai tout dépensée, comme si j'aimais me haïr et avoir mal, je crois que j'en suis rendu là, à ne plus savoir le bien, à aimer avoir mal, je ne suis qu'un monstre pour moi-même, ma pire ennemie!!! Je m'auto-détruit violemment!!

J'ai un ami qui est au courant de ma dépression sévère, il ne sait pas tout mais essaie de m'aider moralement, c'est un soutien quand même.

Je suis au travail aujourd'hui, mal en point, mais je suis là, ces idées noires ne me quittent plus, mais j'essaie de résister au moins pour le travail? Je ne sais plus quel sens ont les choses, je me hais et hais ma vie.
Bon courage à toi, tu as un objectif : ton compagnon, alors tiens le coup, tu peux y arriver!!!
MAG

LiliB - 11/07/2019 à 02h49

Bonjour Sa sa,

Je suis navré de ce qui t arrive.

Navré de constater encore une fois à quel point le jeu nous détruit et détruit les gens que nous aimons.

Tu Dois te battre contre le démon du jeu. Tu dois te battre pour toi mais aussi pour ton couple.

Une seule solution. Faire une croix sur le passé. Tu ne pourras jamais récupérer les sommes perdues. Aujourd'hui tu dois résister. Aujourd'hui ne joue pas. Une toute petite journée. Et puis, demain, tu refais le même choix.

Courage ! Haut les coeurs !

Profil supprimé - 11/07/2019 à 10h29

Bonjour LiliB,

Merci pour ta contribution aux échanges.

Nos pulsions sont auto destructrices. Je crois que nous avons tellement peu d'estime pour nous même que nous dérivons. J'analyse tout cela désormais et ma situation reste sans issue, je m'en veux pour tout, pour ne pas avoir eu l'éléctrochoc avant le mois d'avril. Malgré

cela, cette prise de conscience me génère bien plus de soucis psychiques et physiques que je ne suis apte à en supporter. J'ai l'impression d'être déjà morte, de ne plus avoir envie de rien. Chaque seconde est une souffrance, les actes simples sont compliqués, les forces m'abandonnent.
Bon courage à tous, essayez de tenir!!!
MAG2428

LiliB - 12/07/2019 à 02h23

Bonjour Mag,

Moi aussi je me suis retrouver à bout de souffle, à bout de force,.

Normal car cela n est pas facile de se battre contre le démon du jeu, encore plus quand cela ne vas pas bien au boulot ou dans notre vie affective.

C est un cercle vicieux on joue pour oublier nos problèmes, pour vaincre la solitude avec le résultat qu' on ajoute des problèmes par dessus une pile déjà haute.

On en vient à ne plus voir de porte de sortie.

Mais je t assure qu' il y en a bien une.

Je ne joue plus au poker en ligne depuis plus de avril 2017.

Malheureusement j ai découvert les casinos en ligne et j ai eu du mal à m arrêter mais j y suis aussi arrivee en n allant plus du tout sur aucun site de jeu.

À chaque ce jour je fais le choix de ne pas jouer et je m efforce de respecter cet engagement envers moi même et depuis ma mini rechute en mai, j y arrive.

Alors je suis la preuve vivante que c est possible.

Ce n est pas facile, bien sûr, mais rien n est facile dans la vie.

Courage, n abandonne pas. Mise sur toi !