FORUMS POUR LES JOUEURS

BESOIN DE SOUTIEN ET D'ÉCHANGES POUR ARRÊTER DE JOUER

Par Elise37 Posté le 12/08/2021 à 19h53

Bonjour, je suis nouvelle ici. J'ai 48 ans et je suis donc addicte aux de casinos en ligne. Aujourdhui, j'ai à nouveau craqué au bout de 10 mois d'abstinence et sans médicament.. Paroxetine ou effexor (venlafaxine).
Depuis 13 ans, je joueuse.. J'ai gagné beaucoup et perdu aussitôt... Mon conjoint est au courant mais pas sur cette dernière partie (la pure folie m'a envahie de fin juillet à aujourdhui.. Où, là je dis stop)
J'ai tellement honte. Honte d'avoir tout dépensé bêtement tout ce que j'ai eu du mal à mettre de côté depuis presque un an..
J'ai une fille de 17 ans. Elle, ne sait pas toutes les addictions.. La bouf, la cigarette et mon rapport curieusement à l'argent.
Pour me punir, je mange très peu. Bref...
J'ai pas eu une enfance facile. Suivie xxx fois par des psy.. J'en ai un peu marre de répéter ma vie.. Et pourquoi ci et pourquoi ça.
J'ai perdu mon père il y à 4 ans, l'année d'après mon oncle et encore après mon petit cousin...
Le covid a fermé ma marmitte et là... Ça a couronné le tout.
La paroxethine, je l'ai arrêtée car ça me donnait des violents maux de têtes. Puis, je me suis faite internir de carte bancaire.
J'étais fière il y a avant le 20 juillet 2021..et puis ma soeur est venue et son conjoint m'a franchement dérangé dans des propos qui me rappelait ma mère.
Qu'est ce que l'on peut etre conne par moment.
Bref, je suis suivie par une psy dans un centre contre les addictions.. Mais je l'a voit 1x par mois.. C'est vraiment trop peu.
J'ai des phobies énormes... Je gére..
Je suis sauvage car plus d'une fois déçue par les gens...
La jalousie des gens.. m'a fait mal plus d'une fois et j'ai vraiment du mal à travaille. J'ai pas le permis voiture et encore moins le vélo...

6 RÉPONSES

FierDeMoi - 13/08/2021 à 14h47

Bonjour Elise!

Ton message me touche et me rejoint. On dirait bien que la rechute fait souvent partie du chemin pour se défaire d'une addiction.

Il y a eu plusieurs déclencheurs récemment pour te rendre difficile de rester abstinente, les deuils successifs, la COVID-19 et puis ce beau-frère dont les propos ont été la goutte qui a fait débordé le vase. Beaucoup d'émotions qui se sont accumulées jusqu'au trop-plien du 20 juillet dernier.

À te lire, je te trouve bien dure avec toi-même. Tu te traites de conne et tu te punis en mangeant très peu. Ça me fait mal de lire ça. Tu es en colère, et c'est légitime, mais de la retourner comme ça contre toi, ça me semble très sévère. Je ne te vois pas comme une personne conne, mais comme une personne qui souffre.

Je te souhaite de garder courage sur ta décision de ne pas rejouer. Tu as réussi à le faire déjà, tu peux réussir encore!

cathcath75 - 29/08/2021 à 21h50

Bonjour,

Non pas dur car je comprends. Je suis addict aussi et veux arrêter mais que c'est dur je le déteste et je recommence... je suis dans une situations pénible financière du coup. Et personne à qui parler.
Je m'arrête sur un site et recommence sur un autre.
Si quelqu'un a la phrase magique ou la technique qui fonctionne je suis preneuse...
Merci

tortuebleue - 08/09/2021 à 10h46

bonjour à tous et à toutes,
je suis addict aux paris en ligne depuis dejà plusieurs années à chaque fois j'essaie d'arreter aussi et je reprends. à chaque fois je je perds je rejoue. j'ai fermé certains compte de paris en ligne. Je me suis endetté et ait pris des crédits et je suis surendetté en fin de compte. au final je pense toujours que je vais gagner. je gagne une fois, puis deux puis je reperds et je rejoue encore et encore.honnêtement cathcath75 plus on va continuer plus on va continuer à perdre à un moment à un autre. ça n'en vaut pas la peine en lisant tous ces messages je m'en rends compte mais je n'ai pas trouvé d'autres occupations qui me procurent cette sensation. Pourtant ce n'est que du stress en fin de compte. Je compte sur votre soutien si vous voulez bien car j'ai vraiment besoin de votre aide. J'ai joué hier alors que j'ai dit que je ne le ferai pas je vais essayer aujourd'hui de m'y tenir.

Marie974 - 20/09/2021 à 18h01

Bonjour à tous. Je suis aussi une addicte au jeux en ligne . Mais une addicte en bonne voie 5 mois sans jouer alors que je passait quasi 17heures par jour dessus . 5mois aussi sans cigarette une énorme fierté pour moi mais aussi pour mon entourage. Je me suis mise à tricoter et me permet de me faire un peu d'argent et aussi d'oublier le jeux . On peu y arriver etre plus fort que ces costards en cravate qui ne manque de rien eux . Soyons fort tous ensemble.

Ben73 - 03/10/2021 à 22h09

Bonsoir à toutes et à tous,

Je viens pour parler de mon cas qui est également très pénible.
J'ai 48 ans, je joue notamment aux courses hippiques depuis près de 30 ans et de fortes sommes depuis 15 ans.
Comment arrêter cette m....?
J'ai essayé les aide via les centres de désintoxication, j'ai également tenté une sophrologue, bref ça marche un temps et rebelote....
C'est usant, frustrant ....
Je ne sais plus quoi faire le désespoir est là.
Bref j'ai lu différentes choses ici mais hélas la recette miracle n'existe pas.
Bon courage à vous.
Amicalement.

Marie974 - 04/10/2021 à 10h02

Bonjour à tous pas de remède juste la force de tenir jour après jour ne pas se fixer de temps juste jour après jour . Malgré les envies de jouer résister et repenser à tout le mal causer et se poser les bonnes questions . Courage à tous

---