FORUMS POUR LES JOUEURS

SOUTIEN MORAL

Par Profil supprimé Posté le 06/02/2014 à 12h00

bonjour
cela fait environ 6 ou 7 ans que je joue sur des casinos en ligne.
j'ai commencer a jouer pour oublier une période de ma vie . en jouant j'avais le contrôle de la situation alors que pendant le même temps dès que l'écran était éteint la réalité me sautait aux yeux . le jeu était un échappatoire .
puis un jour j'ai fais le calcul de ce que j'avais miser jouer et perdu .
aimant les chiffres j'ai fait un tableau excell avec mon budget mensuel bien calculé et me laissant le droit de jouer une petite somme par mois .
puis les pertes ont commencées a s'accumulées et j'ai commencer a grappiller un peu plus chaque jour sur le budget ménage . donc pour remonter la pente on fait un petit crédit et ni vu ni connu le compte redevient positif .mais la dette commence.
ma situation perso était devenu tellement difficile que je suis retourner chez ma mere histoire de remonter la pente . aussi bien moralement , physiquement et financierement aussi.
j'ai remonter la pente physiquement et moralement mais financierement c'est la cata.
je suis arriver a 18000euros de crédit .
j'ai toujours mon fichu tableau excell qui me rappelle a chaque fois combien il est nul de jouer .
aujourd'hui j'en arrive a un stade ou je ne sais même pas comment payer mes impôts mon assurance voiture ....
je me suis dit que j'ai besoin d'interdit .
je me suis déjà fait interdire de certains sites mais ce n'est que momentané alors j'ai rejouer de plus belle.
aujourd'hui avec mon inscription sur ce site j'ai vraiment envie de m'en sortir . je veux qu'avec votre aide et nos expérience mon fichu tableau excell change de couleur .(mes sommes négatives s'affichent en rouge et les positives en noir. aujourd'hui il y a plus de rouge que de noir).

donc ma 1ere démarche a été de m'inscrire sur ce site.
la deuxième va être de me désinscrire de plusieurs sites de jeu.
et je crois que je vais arrêter ma carte bancaire.

avec ces sites en lignes on a plus la notion de l'argent. nos compteurs ne sont que des chiffres mais on arrive plus a se dire que c'est de l'argent . on s'en aperçoit uniquement quand le compte est négatif et que les factures ne sont plus honorées . la on se dit c'est de l'argent que je joue . je bosse pour jouer et non pour vivre et me payer un petit plaisir.

je pense avoir tout dit (enfin pour ce soir) j'espère revenir très bientôt soit pour lire vos messages de soutien soit pour vous faire part de ma démarche et du succès de mon projet.

bonne soirée et bon courage a tous dans votre souhait d’arrêter .

13 RÉPONSES

Profil supprimé - 06/02/2014 à 12h00

Bonjour Sandrine,

Soyez la bienvenue dans ce forum et merci de l'avoir choisi comme l'un des supports pour vous aider à vous en sortir. Nulle doute que d'autres joueurs présents ici vont vous aider et partager avec vous leur expérience.

Une suggestion que l'on peut vous faire est aussi de vous faire aider par un centre prenant en charge les problèmes de jeu. Notre module "Adresses Utiles" peut vous aider à trouver une adresse. Car si l'interdiction de jeu est une aide, vous dites aussi de vous-même qu'au départ vous avez joué "pour oublier" une période de votre vie. Disons plutôt pour vous occuper l'esprit et ne pas y penser car il est fort probable justement que vous n'oubliez pas cette période. Si votre pratique de jeu a été là pour compenser un traumatisme, un soutien psychologique pour essayer de le gérer émotionnellement pourrait peut-être vous apporter une clé pour faire du jeu quelque chose d'accessoire pour vous.

Bon courage dans votre démarche pour stopper le jeu et redevenir "positive" et au plaisir de suivre votre évolution.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 07/02/2014 à 12h00

Bonjour Sandrine,

Ayant joué pendant des années, je vais te donner des conseilles que j'ai mis en application pour moi.

Puisque tu joues sur les casinos en ligne, se qui était en cas, tu dois appliquer les règles suivantes :

1) fermer tous les compte en lignes
2) Comme tu joues depuis ton ordinateur, il est impératif de mettre en place un contrôle parentale pour ne plus avoir avec aux jeux, celui-ci doit être activé soit par une ou un ami, soit par un membre de ta famille avec qui tu aurais partagé ton problème
3) ne plus lire les mails des différents casinos avec leur bonus en tous genres, a supprimer directement
4) certainement le plus dur, fais une croix sur les sommes que tu as perdu, car tu ne pourras pas les récupérer, tu gagneras de l'argent, le jour ou tu arrêteras d'en perdre
5) inutile d'arrêter ta carte bancaire, tu peux aussi demander a ta banque de limiter les paiements avec celle
Voila des conseilles que tu peux mettre en application, mais le plus important dépend de toi, car seule ta volonté te permettra de remonter et de reprendre le court de ta vie.

Moi j'ai mis du temps à comprendre, mais maintenant je garde cette direction. Je sais que c'est dur car l'envie de jouer est toujours la. Mais depuis plus d'un moi et surtout depuis mon inscription j'ai repris le contrôle de ma vie face au jeu.
J'ai même remis de l'argent de coté, alors que cela ne mettait pas arrivé depuis longtemps.

Alors garde espoir, trouve d'autre centre d'intérêt, occupe ton esprit car les prochains jours ne seront pas faciles et quand tu sens que tu peux craquer, écrit sur site, sort, car il faut savoir que se sont les 10 premières minutes les plus durs a tenir lorsque l'on veux jouer, après cela passe.

Applique bien les règles et surtout le contrôle parental

Bon courage a toi

Profil supprimé - 07/02/2014 à 12h00

Sandrine,

Concernant la restriction, elle est valable uniquement sur les casinos terrestres, car la plus part des casinos en lignes sont illégaux, donc cela ne marchera pas.

Donc il est important pour toi de faire les démarches de ton coter comme le contrôle parental sur ton ordinateur et de prendre la décision de ne plus jouer en ligne.

Bon courage

Profil supprimé - 10/02/2014 à 12h00

merci patrice pour tes conseils

mais je me rend bien compte de la situation dans laquelle je me suis mise

et c'est ca qui est difficile a accepter

je suis en colere contre moi meme d'etre obligée de mettre un controle parental sur mon pc.

je veus justement m'en sortir sans faire ceci .

je suis consciente que ca va etre difficile mais j'aimlerais y réussir sans faire aucune démarche .

juste avec la volonté ....

Profil supprimé - 10/02/2014 à 12h00

Bon courage a toi et si tu penses ne pas tenir , tu pourras toujours mettre en place les mesures, car elles pourront te protéger.

Garde ta volonté, elle t'aidera a sortir du cette situation

Courage pour la suite

Profil supprimé - 12/02/2014 à 12h00

Bonjour

Je comprends ce que tu vis.
Tenir un journal de ses pertes permet de laisser une trace de l'hémorragie financière .
Tu racontes une descente aux enfers qui faut écho à ma propre expérience.
Comment s'en sortir? Surtout que et il faut bien le reconnaître, le jeu nous procure sur le moment des bénéfices en termes de rupture avec un quotidien douloureux.
En venant ici sur le site on fait une sorte de coming out même s'il est anonyme ça fait du bien, c'est une première pierre à l'édifice, mais

le chemin sera long selon toutes vraisemblance.
Le jeu quand on l'a dans le sang c'est comme un virus qui mute avec notre état personnel.
Là je le sens présent ce virus qui pulse au même rythme que mon cœur pour ainsi dire, avec moi il a toujours eu le dessus , je suis en mesure de le reconnaître comme un compagnon d'infortune.

Bon courage!

Profil supprimé - 13/02/2014 à 12h00

bonsoir les amis
je reviens ce soir sur le site car depuis ma derniere connexion il y a eu des chamboulements .
je m'explique : hier matin ding dong le facteur sonne tenez madame recommandé de votre banque . aie aie ma tete a fait toutes les couleurs de l'arc en ciel .non pas a cause du recommandé mais plus par la présence de ma mere qui me demandait ce qui se passait . et la bien obligée de le faire je lui explique tout .surtout ma situation financiere . elle m'a aidé une derniere fois a remettre mon compte à 0 puis on a convenu ensemble de la gestion de mon compte . j'ai rendu ma carte bancaire . et maintenant toutes les dépenses seront faites en espèces .avec un billet en main on réalise de la valeur des choses plutot qu'avec un carré en plastique .

behn franchement je suis encore plus motivée .
sans le vouloir ma banque a ete dans mon sens . je reprend les rennes en main . c'est ma vie c'est moi qui décide et on va le faire a ma maniere .

bizarrement ca fait 1 semaine que j'ai pas remiser et bien je gagne de l'argent .

1 euro non misé est 1 euros de gagné.
et comme je ne perds plus d'argent je recommence a sourire .

je sais que rembourser mes dettes sera long et difficile mais je sais que je ne suis plus seule dans ce combat.je ne dois pas décevoir les gens qui m'aident . je veux qu'on soit fier de moi .

j'essaie d'être optimiste au max et j'y crois .

et puis si j'ai envie de jouer behn oui je le fait mais en fictif .

n'oubliez pas 1 euro non misé est 1 euro de gagné.

je crois que je vais l'écrire partout cette phrase elle est gravée dans ma tête en permanence .

bonne soirée les amis et bon courage a tous au plaisir de vous relire .

Profil supprimé - 13/02/2014 à 12h00

Bonjour Sandrine,

Je suis tres content pour toi, continu ton combat et reste forte. Garde ta motivation et je suis d'accord avec toi, 1 euro non misé c'est 1 euro de gagné

Bon courage pour la suite

Profil supprimé - 17/02/2014 à 12h00

oui effectivement faire attention au au démarrage car il se peux que ce soit difficile de tenir bon car les premiers jours sont toujours faciles et après l'envie est la et il est bien difficile de déchrocher. Alors il faut éviter de lire souvent les mails de son ordinateurs car il y a beaucoup de pub pour les jeux et surtout les casinos en ligne, d'autre part il y a aussi les bonus ou bien les sommes des casinos qui te disent qu'ils ont crédités ton compte pour que tu joues et après tu retrouve a nouveau dans le bain et tu rejoues de l'argent réel. Alors bien faire attention car la tentation est grande et tu tombes dans le piège. Meme si cela t'arrive ce n'est pas grave car a partir du moment ou tu est conscient

courage

Profil supprimé - 24/02/2014 à 12h00

bonjour patrice

il est vrai que la tentation est grande mais moi bizarrement les mails que je recois ne sont valable qu'avec un depot effectué et comme je n'ai plus de carte behn le probleme ne se pose pas ....j'ai peut etre choisi une solution radicale mais c'est un mal pour un bien .

je trouve dommage que peu de personne ose parler sur ce site car vraiment comparer nos histoires aide énormément .

et toi ton combat ou en es tu ? ne perd pas espoir ...

bonne continuation

a bientot

Profil supprimé - 25/02/2014 à 12h00

Bonjour Sandrine,

Le mois de Février a été plutôt dur, car après 45 jours sans jouer, j'ai rejoué a plusieurs reprises et j'ai perdu de l'argent même si je couvre mes pertes je suis très déçu de moi. Alors obliger de recommencer de nouveau. Je savais ce cela serait difficile, mais il faut encore plus de volonté, encore plus de hargne pour ne plus jouer. Il faut beaucoup de temps. Le jeu est comme une drogue, il y a un sevrage pour arrêter.

Mais je reste toujours motivé, car il y pas d'autre solution, il faut mettre un terme au jeu

Je pense que le mois de Mars sera mieux, j'en suis sur !!!

Merci

Patrice

Profil supprimé - 03/03/2014 à 12h00

Bonjour à tous et bonjour Sandrine.
Comment a évolué ta situation? As-tu réussi à passer un cap ou te bats-tu toujours? Sens-tu les choses évoluer dans le bon sens?
Information sur ma situation:
J'ai 35 ans et je joue aux jeux depuis 2008. D'abord le poker et puis les paris sportifs (football). J'ai perdu une première fois 20 000 euros en 3 mois au poker, j'ai arrêté, remboursé, j'ai rechuté en 2012, j'ai perdu 15 000 euros dans un premier temps. Un jour j'ai fait un pari avec 5 euros de mise et j'ai gagné 15 000 euros. J'étais heureux car j'avais récupéré mes pertes. Je me souviens avoir fumé une cigarette sur mon balcon en me disant que la vie était belle et que je m'étais sorti de la merde, que j'arrêtais tout.
Comme on sait, un gros gain peut déstabiliser les joueurs fragiles. En fait je me suis senti puissant, j'ai continué à jouer et j'ai monté mes gains à 28 000 euros, je me disais que je pourrais vivre des jeux, que c'était facile et que j'étais bon.
Et puis ce fut la descente aux enfers, en l'espace de 9 mois j'ai perdu tous mes gains et je me suis mis de 50 000 euros de pertes en plus, des dettes, des crédits contractés dans toutes les agences. Là j'ai voulu ouvrir la fenêtre et sauter.
J'ai mis mes parents au courant, choqués, ils ont fait un crédit pour prendre en charge toutes mes dettes, un crédit que je rembourse, et ils m'ont donné 20 000 euros, sachant qu'ils sont modestes. Alors honte, culpabilité, colère envers soi-même etc...
J'ai demandé une interdiction complète de jeu à la PJ des jeux, c'est déjà une excellente solution pour les joueurs ayant mon profil, je la conseille vivement.
Je commence à m'en sortir mais j'ai considérablement freiné mon évolution sociale, le confort dû à ma femme et ma fille, on ne peut même pas envisager un autre enfant vu notre situation financière.
Et voilà, j'ai recommencé, je jouais 5 euros au bar sur les paris sportifs, j'ai gagné 350 euros, tout perdu, et de 5 euros je suis passé à 20, puis 50 et voici deux semaines j'ai perdu 600 euros un week-end, de l'argent pris dans l'enveloppe de nos vacances. ma femme n'a encore rien vu et je ne peux pas remettre l'argent. Alors je joue, je joue, et ce week-end j'ai encore perdu 300. L'enfer recommence. Le problème c'est que je ne peux demander à personne de m'aider, ma femme et mes parents m'ont dit que si je retouchais aux jeux ils se détourneraient de moi.
J'ai encore prévu des paris pour la semaine prochaine, j'aimerai récupérer l'argent perdu et arrêter, enfin arrêter, souffler.
je sais que ce n'est pas la bonne solution, putain! Je vais trouver une solution mais je voulais moi aussi livrer mon témoignage.
You never walk alone.
Bon vendredi y'a un jackpot de 100 millions au loto, waarf, chaque fois que je vois cette affiche le désir de jouer monte en moi. Pas facile la société de séduction.

Néanmoins, cette mauvais expérience (dont je ne suis pas encore sorti), a tout de même de bons côtés. J'ai appris la modestie, je ne juge plus les gens car j'ai été moi-même une grosse merde en mettant en danger ma famille, j'ai compris ce qui était important et ce qui ne l'était pas dans la vie, j'ai appris à identifier mes désirs véritables. Mais voilà, je suis encore malade, et faut que je trouve cette petite somme d'argent pour avoir la conscience tranquille. Je sais que je suis sur le fil, je ne cache pas que j'aime ça et ça me fait peur d'aimer le risque.
Un sentiment contradictoire que l'on connaît tous avec l'expérience, le sentiment de déconner mais la sensation de risque qui nous grise.
Sauf qu'une fois au fond du trou on n'a pas forcément la force de se relever.
Dire que je parle de papiers, de métal, de chiffres...quel pauvre homme je fais!

Bon courage à tous!

Profil supprimé - 07/03/2014 à 12h00

bonjour heisenberg

meme si mes dettes n'ont pas atteint un tel montant je te comprend bien. moi aussi j'espere un gros gain pour récuperer mes pertes mais je sais très bien que si ca devait arriver ce serait a quel prix !!!! combien de nuit blanches devrais je encore passer a cogiter sur la bonne maniere pour recuperer tout ca ....a qui devrais je mentir encore pour pouvoir jouer et esperer regagner .....te rend tu compte dans quel galere tu vas te mettre pour recuperer les 600 euros que tu as pris dans le budget vacances ....combien vas tu jouer ??? 3 fois plus ....non non non arrete ca de suite stp ...il est peut etre plus facile de recuperer les 600 que les je ne sais combien que tu vas depenser .....souffle un peu ...respire reflechit bien ... regarde ta famille et analyse ce que tu risque de perdre ....a mon avis tu ne perdras pas que de l'argent ....

moi je t'avoue depuis que j'ai plus de carte je n'ai pas remiser 1 ct sur le jeu . je savais que c'etait cette methode qu'il me fallait ....depuis ca, mon compte est toujours en positif de pas beaucoup mais il est en +... et surtout je ne debloque plus d'argent a credit pour me refaire et la je me dit que c'est en ca que je suis gagnante....ca ne fait qu'un mois c'est vrai faut voir sur le long terme mais pour le moment je revit un peu ...je me suis mise en danger j'ai engager les economies de ma mere c'est bon j'arrete la les degats ...on a qu'une vie et je ne veus plus me la bouffer a cause du jeu ....

j'en suis meme arriver une faire gerer mon compte par ma mere tant que je n'ai pas tout regler.pour moi c'est une honte mais je le fais pour mon bien etre ....

tu vois on a a peu pres le meme parcours et je te comprend bien ...alors si tu eprouve l'envie de te refaire oublie stp oublie ....comme je dis "1 euros non jouer est 1 euros de gagner" repete toi ca plusieurs fois et dis moi ce que tu en pense ...

n'hesite pas a venir sur le site parle parle parle et si tu as envie de jouer behn non parles nous ....a bientot