

Forums pour les joueurs

# Gérer l'arrêt après interdiction par ANJ

Par Deceptful38 Posté le 11/12/2023 à 13h44

Bonjour,

J'ai déjà eu l'occasion de publier par ailleurs (cf. rubrique confessionnal). Pour résumer, j'ai expliqué que je m'étais faite interdire notamment des casinos terrestres pendant 3 ans minimum à la suite d'une véritable addiction.

Je ne voulais pas prendre une décision aussi radicale que j'ai repoussée pendant des mois : je pensais pouvoir gérer : je me disais toujours : tu ne retournes pas au casino avant X jours, tu je joues que 50 euros mais ce ne fut qu'un vœu pieux : impossible à tenir. J'ai gagné beaucoup, plusieurs jackpots d'affilé et j'ai tout rejoué en moins de temps qu'il ne faut pour l'écrire. J'ai réalisé que c'était un puit sans fond. Plus je jouerai, plus je perdrai car à la fin je ne jouais plus par plaisir mais par addiction, comme un automate, un zombie incapable de s'arrêter. Alors, j'ai pris la décision de me faire interdire. Et là, je suis dans le dur. Certes soulagée mais horriblement mal de ne plus pouvoir jouer. J'aimerais avoir le témoignage d'autres joueurs qui sont passés par là et savoir comment vous avez surmonté les premiers jours, mois sans jeu. Je suis convaincue d'avoir pris la meilleure décision mais le manque est là...

Merci de m'avoir lue.

## 1 réponse

---

Antony - 11/12/2023 à 14h50

Le mieux quand on arrête une addiction c'est d'en discuter avec un psy qui est capable de nous apporter de la lumière et de nous faire comprendre pourquoi on joue et comment arrêter de jouer...

Ce qui est bien c'est d'en parler à sa famille aussi car cela fait un bien fou d'en parler.