

Forums pour les joueurs

# Addiction aux casinos en ligne

Par linpeyra555 Posté le 11/03/2025 à 06h35

Bonjour, je souhaiterais avoir du soutien, des solutions ... le package ultime en fait. Je suis un étudiant de 23ans, je joue depuis mes 18 ans, à côté de mes études j'ai toujours travaillé le soir, les week end, et cet argent gagné à toujours fini au même endroit, les CASINOS physiques et en ligne, suite à un passage compliqué de jeune vie d'esclave de ces organisations, j'avais décidé de m'interdire auprès de l'ANJ, donc interdiction des casinos physiques depuis mes 19ans ! Je l'ai maintenu mais ça n'a rien changé car maintenant et depuis ce sont les casinos en ligne qui m'aspire l'âme. Pour vous faire un récapitulatif, j'ai un prêt de 20 000€ étudiant, j'ai perdu ces 20 000€ + environ 20 000€ (si ce n'est pas plus). Tous les mois mon salaire y passe encore. Et c'est toujours le même schéma, je m'auto exclu des sites, je me ban je me prive et puis je trouve toujours un moyen d'arriver à mes fins car c'est plus fort que moi. Je ne sais pas comment me résonner car je suis persuadé de pouvoir tout regagner sur un coup de chance car j'y ai déjà gagné des sommes astronomiques, (je parle de centaines de milliers d'€). J'en ai déjà un peu parlé sans grossir les chiffres à mon entourage mais ils "ne comprennent pas comment on peut être addict à ça" et donc ne comprennent juste pas. Aidez moi, je poste ce message juste après avoir perdu encore mon salaire et c'est la première fois que je poste sur un forum alors j'y retournerai chaque jour pour voir si des confrères y répondent. En vous remerciant.

## 1 réponse

---

Moderateur - 11/03/2025 à 10h08

Bonjour Linpeyra555,

Vous n'arrivez pas à arrêter mais vous avez fait des efforts. Déjà bravo à vous !

La première difficulté que vous rencontrez est que vous continuez à jouer sur les sites de casinos, qui sont illégaux en France et donc pour lesquels l'interdiction de l'ANJ est inopérante. Face à cela à cela il y a plusieurs solutions possibles et je vous invite à lire les 5 conseils que nous donnons dans cet article : <https://www.joueurs-info-service....es-a-savoir-sur-les-casinos-en-ligne>

Une autre difficulté à laquelle vous êtes confronté est que vous jouez dans l'espoir de vous refaire et aussi que si vous gagnez une grosse somme vous la reperdez parce que vous continuez à jouer. Ici sont à l'œuvre des croyances erronées et votre addiction. Car oui vous êtes addict aux jeux d'argent et de hasard, c'est-à-dire que vous ne contrôlez plus vos envies de jouer et vous êtes prêt à faire beaucoup pour pouvoir jouer même si vous savez que cela vous porte préjudice. C'est comme si votre cerveau rationnel était déconnecté de votre cerveau impulsif. C'est à peu près cela qui se passe d'ailleurs.

Prenez la mesure de votre addiction : vous ne contrôlez plus votre capacité à ne pas jouer ou à jouer raisonnablement. C'est une activité presque sans limites pour vous, qui doit vous apporter quelque chose auquel vous êtes accro. Dans cette situation acceptez de vous faire aider par des spécialistes des addictions. Pas à pas ils vous aideront à déconstruire tout ce qui vous conduit à jouer et à élaborer des stratégies pour résister à l'envie de rejouer.

Vous trouverez de tels spécialistes dans les CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Les consultations sont gratuites et notre annuaire les répertorie :

<https://www.joueurs-info-service.fr/Adresses-Utiles>

Enfin, ce qui manque aussi dans votre démarche entamée jusqu'à présent ce sont les activités et sources de plaisir alternatifs. Dans votre description on perçoit que vous n'avez pas de relais de plaisir quand vous arrêtez le jeu. C'est pourtant important de s'occuper, d'avoir des sources de plaisir "saines" (c'est-à-dire ne remplacez pas le jeu par l'alcool ou les drogues ou d'autres jeux d'argent) pour prendre le relais et de poursuivre des objectifs tels que des projets qui vous tiennent à cœur. Tout cela fait partie de l'arrêt au même titre que les démarches pour vous éloigner du jeu (interdictions, logiciels de filtrage, etc.) et l'aide pour traiter votre addiction. Aussi je vous encourage à passer plus de temps avec vos amis, votre famille et à consacrer d'ores-et-déjà du temps à d'autres activités que le jeu.

Arrêter est un chemin long et semé d'embûches mais sachez que vous êtes déjà sur ce chemin. Ne lâchez pas votre objectif d'arrêter de jouer, combattez - avec de l'aide - ces pensées et ces déclencheurs qui vous poussent à jouer, comprenez que les rechutes sont inévitables au début mais que l'important c'est de persévérer. Vous comprendrez au fur et à mesure ce qui est nécessaire pour y arriver.

En tout cas bravo encore une fois, en osant écrire dans ce forum vous venez de franchir un pas supplémentaire.

Si vous avez besoin de parler n'hésitez pas aussi à appeler notre ligne téléphonique : 09 74 75 13 13 (appel anonyme non surtaxé, 7j/7 de 8h à 2h).

Cordialement,

le modérateur.