© Joueurs Info Service - 17 décembre 2025

Forums pour les joueurs

Témoignage

Par dav19 Posté le 14/03/2013 à 11h00

Bonjour à Tous,

J'ai 32 et 3 ans de jeux derrière moi. Je joue aux casinos dans les cercles de jeu et sur internet. En ce moment ma vie entière est controlée par le jeu. J'ai perdu toutes mes économies soit à peu près 20000 euros en 3 ans. Lorsque je vais jouer désormais, je n'en ressors plus jamais gagnant car je ne sais pas m'arreter, a chaque fois je sors des établisséments de jeux ruinés et déprimés par l'image que je me donne de moi meme.

Pourtant ma vie ce n'est pas l'enfer, j'ai un bon boulot, une jolie nana et une famille solide. Mais ce foutu besoin m'adrénaline, qui m'a déjà conduit a prendre des drogues, me poursuit et ne me laisse jamais tranquille. Le jeu a pris le pas sur tout. Je n'achète plus rien pour moi, ni fringues, ni divertissements...Tout passe dans le jeu.

Cet après midi, j'ai encore perdu 700 euros en faisant n'importe quoi. J'étais dans un état second, incapable de m'arreter, de me controler...J'aurais pu en crever tellement mon corps devenait incontrolable.

Je veux arreter, je veux de l'aide pour le faire...j'en peux vraiment plus, j'ai l'impression de foutre ma vie en l'air.

Please Help

92 réponses

Profil supprimé - 01/01/1970 à 11h00

Bonjour Dav,

En relisant vos différents messages je vois que vous reconnaissez être dépendant aux jeux. Mais prenez-vous la mesure de ce que cela signifie ? Vous ne vous contrôlez plus.

Vous avez besoin probablement d'une aide relativement soutenue pour traiter votre addiction et pourtant vous ne parlez à aucun moment des aides que vous pourriez avoir sollicitées. Les interdictions de jeu ne sont pas suffisantes dans votre cas. Je vous invite à vous rapprocher d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention des addictions (Csapa) qui saura vous aider. Utilisez notre rubrique "Adresses utiles" pour trouver un centre proche de chez vous.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 01/01/1970 à 11h00

Bonjour,

C'est la bonne décision. N'hésitez pas à nous appeler pour en parler et qu'on vous donne des adresses. Ou utilisez notre rubrique "Adresses utiles" comme indiqué dans mon précédent message.

Bon courage !

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 01/01/1970 à 11h00

Bonjour Dav19,

Avez-vous pris contact avec un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa) comme nous l'avions évoqué déjà une fois ? Vous n'en parlez pas alors que cela serait susceptible de vous aider à arrêter de jouer et à réguler vos envies.

J'espère que vous avez pu tenir un peu au moins dans votre résolution d'arrêter.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 14/03/2013 à 11h00

Bonjour dav,je comprends exactement ce que tu ressents ,j'ai été addicte au poker pendant 2 ans,je sors de cure il y a 2 mois et demi je me suis fais soigner car j'étais accroc j'ai dépenser environ 90000 euros pour jouer je me suis endetté bien sur et psychologique ment je te laisse imaginer dans l'état que j'étais,aujourd hui c est derière moi je me suis fait interdir des casinos et aussi sur internet,j'ai fait une cure de dexintox et oui ça existe même pour le jeu et je me fais toujours suivre dans un centre addictologue toutes les semaines,je te conseille de te faire aider comme moi je l'ai fait mais pour ça il faut que t'acceptes d'enterrer le jeu tu dois l'oublier faire un deuil je sais que c'est dur je suis passée par la mais crois moi c est une délivrance aujourd hui pour moi de ne plus jouer je suis enfin libre.Je te souhaite beaucoup de courage et je suis là si tu veux parler.Cordialement christelle

Profil supprimé - 18/03/2013 à 11h00

Et financièrement vous vous en êtes sortie comment?

dav19 - 21/03/2013 à 11h00

Hello,

Tout d'abord merci pour vos réponses. Ca y est je me suis fait interdire de jeux au ministère de l'intérieur. Je suis passé à Nanterre, et en une signature c'était fait. Le délai pour l'interdiction commence le 1 er avril et j'ai quand meme trouver le moyen d'aller au casino lundi. J'ai perdu encore 500€. Cette fois je suis écoeurer et dans la bonne voie, j'en aie marre, ras le bol.
J'ai vécu une phase de déprime et de desespoir intense ces derniers moi, alors que je suis pourtant la positive attitude en personne. C'est décidé je laisse tout ca derrière moi, je me sens soulagé par ma décision d'interdiction.

J'ai besoin d'acheter des fringues, de m'entretenir et d'offrir une meilleure vie a ma femme et j'espère mon futur enfant. Je mets toutes les chances de mon coté avant qu'il ne soit trop tard.

Financierement mattgear, j'ai perdu 25000€ toutes mes économies alors que je gagnais bien ma vie. Aujourd'hui je suis a moins 3000€, donc pas trop dans la merde, mais j'ai foutu pas mal de projet en l'air alors que j'aurais pu avoir la belle vie. Je suis bien dégouté

Profil supprimé - 21/03/2013 à 11h00

pour m en sortir financierement j ai fait un dossier de surendettement qui a ete accepté.

Profil supprimé - 02/08/2013 à 10h00

Salut quand je lis ton témoignage je me vois. Je suis accroc au poker sur le net. T'en que j'ai de l'argent je la claque jusqu'à ce que je peux plus jouer. Je n'ai plus de notion d'argent sur le net alors que dans la vie normal je suis pas comme ça. Je joue depuis au moins 5 ans sur le net et j'ai du perdre au moins 40000€. J'ai clôturer tout mes comptes mais c'est tellement facile de ce réinscrire sur les sites. Aujourd'hui j'ai vraiment décider d'en faire mon combat face à cette addiction. J'ai déjà appelé pour me faire aider et j'ai l'impression qu'on parle à un gamin donc je vais me débrouiller seul et je vais en finir avec mes démons cars avoir son compte à zéro pendant 5 ans et rien s'acheter c'est malheureux. Vos témoignages sont la bien venu

Profil supprimé - 21/08/2013 à 10h00

Bonjour
Le jeu le diable ce cache derriere, moi j'ai commence sur internet au pmu, course hippique et poker puis jeu en ligne casino.
J'ai perdu 35000€.
Et a ce jour je suis surendette a hauteur de 18000€ un dossier de surendettement est en cours,
Je joue encore toujours en esperant me refaire j'ai foutu toute ma vie en l'air.
J'ai plus un rond de cote le peux que j'ai je le joue.
J'ai plus de voiture et peux plus faire de credit.
Pour moi il me faudrai vraiment une cure si cela existe.
Ma vie est devenu un enfer.

Profil supprimé - 04/11/2013 à 11h00

Bonsoir Dav

Avez vous réussi à sortir de cette engrenage ?

Profil supprimé - 04/11/2013 à 11h00

Bonsoir Niko

J'espère que vous avez réussi votre combat, le mien commence

Profil supprimé - 12/11/2013 à 11h00

salut
pour arreter le jeu faite vous interdire de casino pour 3ans déjà via le ministere de l'interieur et ensuite j'ai une autre astuce car vous pouvez quand meme jouer au casino en ligne (certain) meme en etant interdit genre supreme play , mona casino et compagnie....
vous commandez une nouvelle carte de credit et sans le visualiser vous effacez le cryptogramme au dos (3chiffres) !!! du coup vous ne pourrez plus vous en servir sur le net....(gratouillez avec un couteau doucement ça marche!)
au pire faite le visualiser par un tiers de confiance qui vous le communiquera UNIQUEMENT pour les transactions en ligne autres que pour jouer !!!!!!!!
bon vent et bon courage les amis 8-)

Profil supprimé - 15/07/2014 à 10h00

bonjour ancien joueur de poker je vais vous expliqué comment je suis sortie de cette enfer deja premieres question que vous devez vous poser c'est comment 'etait la vie avant le jeu et comment en etes vous arrivé la est ce que le jeu a rendu votre vie meilleur ensuite essayé de voir le vrai visage du jeux de hazard beaucoup de gens pense que c'est un moyen de gagner ca vie on parle aussi de reve americain partir de rien pour arriver au somment croyez moi c'est du vent faites la comparaisons entre un gain gagner sur le jeu et un gain obtenue avec un vrai travail ce n'est pas du tous la meme chose prenez un autre exemple sur l'argent mal aquis genre le canabis on peut pas etre sastisfait a gagner ca vie comme ca surtous si on reflechi sur les concequence que cela peut apporté au gens et bien croyez moi pour le jeu c'est pareil l'orsque vous batez un adversaire sur le net vous le mettez en mauvaise posture pour vous c'est un coup pour lui c'est une perte si la personne elle maitrise temp mieu mais si c'est un joueur impulsif c'est la descente au enfer(comme nous^^)la chose qui differe dans tous ca c'est la legalité croyez moi lachez le jeu essayé de touvé du travail et si vous en avez maintenez

je voudrais rajouté une chose quand vous arretez vous etes mieu spycologiquement vous etes libéré vous apreciez mieu la vie vous respirez financierement attention il peut y avoir des rechute mais c'est pas grave moi on m'a toujour dit le plus important ce n'est pas le resultat mais les effort que l'on a fourni

Profil supprimé - 17/07/2014 à 10h00

Bonjour,

J'ai besoin de vos conseils et de l'aide de qqun qui a pu sortir de cet enfer.
Mon mari joue depuis maintenant 2 ans au poker (cercle de jeux), jeux en ligne, Pmu..
Au début, travaillant dans un café de 15h à minuit, il passait ses nuits au poker dans les cercles de jeux. Mensonges, abandon, pb d'argent...cette période a été très difficile. Je me suis demandé pls fois s'il m'aimait, et comment était il possible qu'il me fasse subir ça (des nuits à ne pas dormir sans savoir où il était, des mensonges, jamais d'argent pour notre vie..). il a toujours prétendu m'aimer plus que tout..et je le sais mais ses pulsions de jeux sont incontrôlables. ..c'est plus fort que lui. Il a besoin d'y aller peut importe les

conséquences.
Puis, Il a pris un deuxième travail pour arrêter très courageux de sa part), n'ayant plus le temps, tout c"était calmé.
Tout s'étant calmé, il n'a gardé qu'un des 2 travails..le matin.. se levant à 5h il n'avait plus la possibilité de passer ses nuis dans les cercles. il s'est éloigné des personnes avec qui il jouait. Il n'y allait que de temps en temps, puis il s'est fait interdire de jouer à Cadet...son endroit préféré... cet endroit qu'il a préféré à notre maison.
Mais le jeu, il l'a dans la peau... plus de poker...désormais c'est le PMU, les paris sportifs. On ne peut jms aller nul part..puisqu'il n'a jamais d'argent.. ne parlons pas des dépenses de notre quotidien..qui sont quasi toutes à ma charge. Il a conscience que ce n'est pas une vie.. il veut arrêter, me donner plus..mais il n'y arrive pas.

Je l'ai quitté depuis peu..je lui ai dit de partir après deux ans à avoir tout essayé.... ce que je ressens...c'est que je n'étais pas assez importante pour qu'il arrête.
Peut être qu'il se rendra compte que ce qui comptait c'était moi... malgré qu'il soit revenu avec de bonnes résolutions il a aussitôt rejouer et m'a rementi. Trop pr moi.
Je sais qu'il m'aime profondément mais il est dans une phase de destruction...il ne voit pas la porte de sortie et je vous avouerai que moi non plus...la solution parait simple comme ça..choisir de vivre heureux avec moi, de profiter de la vie et de sortir de cet enfer qui le détruit chaque jour un peu plus.... Il a tout pour être heureux..une famille, des amis, un travail, une bonne situation, moi...

Comment faire? comment avez vous arrêter de jouer? thérapie? magnétiseur, hypnotiseur? ..arrêtera t 'il ? A quel moment aura t il vraiment envie d 'arrêter? aidez nous svp.

dav19 - 29/04/2015 à 10h00

Hello,
Me revoilà donc quasiment 3 ans après. Et si je ne vais plus dans les casinos et cercles de jeux, je suis encore dépendant.
Je ne claque plus des sommes monumentales (quoique), mais je dépense maintenant régulièrement de l'argent dans les paris sportifs.
Je suis actuellement dans une série noire ou j'enchaîne les dépenses dues au jeu.
Je ne comprends pas pourquoi j'ai aussi peu de rigueur morale. Les gens disent que je suis intelligent et doué et pourtant je gaspille mon temps et ma santé à jouer comme un débile.
J'ai rencontrer une femme fantastique et jolie (une nouvelle) mais rien n'y fait. J'ai l'impression que le jeu m'entoure...
Si vous connaissez une solution miracle?

Profil supprimé - 05/05/2015 à 10h00

Dav19, la solution miracle je la voudrais bien également!

J'ai 35 ans, 1 mari, 3 enfants,... accro aux jeux sur le net...
Mon mari était au courant que je jouais à l'époque où je jouais des toutes petites sommes, pas de difficultés particulières, le jeu restait du plaisir, de la détente, quelques petits gains, histoire d'emmener les gosses aux parcs d'attraction, bref un aspect positif du jeu.
Puis augmentation des mises mais là encore j'avais une bonne étoile au dessus de ma tête, plusieurs gros gains en l'espace de qq mois, de quoi rembourser les crédits à la conso, faire un apport pour une maison,... et se faire vraiment plaisir!

Et c'est là que l'engrenage à commencé, j'ai joué de plus en plus gros, sans calculer mes dépenses, à passer

des journées devant l'ordinateur, à faire des virements du compte épargne au compte courant pour couvrir les pertes,...
J'ai tout caché à mon mari, mais lui continuait à vivre la vie faste des beaux jours, et le fossé s'est creusé... jusqu'au jour ou ne pouvant plus même payer les frais de cantine de mon fils, ou j'ai dû reprendre un crédit à la conso pour remplir les trous,... j'ai du tout avouer, en larmes, cris et sanglots... J'avais tellement peur de perdre ma famille... il a crié bien sûr, m'a fait la tête mais ne m'a pas quitté, m'a aidé, a fait un crédit pour rembourser les dettes... m'a fait promettre d'arrêter, j'ai promis....

Et pourtant... cela ne m'a pas arrêté,... il aurait du me quitter... ça m'aurait peut être fait réagir...
J'ai continué à jouer, j'ai dû vendre des affaires à moi, lui mentant que j'avais des dettes d'avant, que je ne jouais plus,...
Aujourd'hui, je me retrouve à découvert partout, le moindre sous qui rentre ressort aussitôt dans le jeu, je préfère même ne pas manger ou ne pas aller chez le coiffeur pour garder cet argent pour jouer,...
Je suis au bout du rouleau, je lui ment, il ne sait rien de notre situation, je ne fais même plus plaisir à mes enfants, et pourtant je les aime tellement.... j'ai peur qu'il s'en aille avec les enfants, et pourtant bientôt je n'aurai pas d'autres choix que d'avouer... avouer ou mourir... voilà où j'en suis...

Profil supprimé - 06/07/2015 à 10h00

Bonjour à tous,

J'ai lu attentivement tous vos commentaires... Je me suis vu croyez moi et cela fait vraiment bizarre... Je suis triste pour vous, et pour moi même. j'ai bientôt 25 ans, et cela fait 15 ans que je joue aux paris sportifs. entre mes 10 ans et 20 ans, j'ai joué dans des PMU car je n'avais pas encore de carte bancaire... J'ai bien évidemment gagné plusieurs fois, mais la fin a toujours été la même : 0 euro.
j'ai toujours essayé de stopper, mais je n'ai jamais réussi... 90% des embrouilles qui ont eu lieu avec mes parents sont dues aux jeux. Et ça continue...
cela fait donc 5 ans que je joue sur le net, j'ai aggravé ma situation, autrement dit, le cap a été franchi, mais vers le moment sens... qui dit présence de carte bancaire dit grosse somme... au total j'ai du perdre 20 000 euro environ à seulement 25 ans.
Quand je reviens en arrière, ça fait mal au coeur, j'ai mal car j'ai fait beaucoup de mauvaises choses à cause de ça... Etudes/Famille/Proche/Amour/vie sociale etc.

Mais ce n'est pas pour autant que j'ai lâché de jouer. Dès que j'ai l'occasion je m'en prive pas. Au final, je fini par avoir mal à la tête... ça a beaucoup joué sur mon état esprit évidemment. 15 ans déjà...

Il faut que j'arrête, et je vais le faire... j'ai l'impression que je m'enfonce chaque jour...

Profil supprimé - 09/07/2015 à 10h00

J'ai lu vos témoignages et je me retrouve moi aussi lorsque vous racontez.
Cela fait 7 ans que j'ai arrêté de jouer aux machines à sous. On dirait que je vais mieux, il semble que si on ne touche plus du tout aux jeux d'argent et ce durant longtemps, l'envie ne peut que passer.
Sincèrement je ne souffre plus du manque. Et, scoop : j'arrive à penser au Casino sans ne plus ressentir de sentiment de frustration.
Voilà ce que j'ai fait :
- interdiction de casino jamais levée (pas l'envie qui m'en a manqué mais j'ai lutté, je me disais toujours, attends demain pour faire ta lettre de levée d'interdiction !)
- psychothérapie
- ne plus jamais jouer à des jeux d'argent, j'ai bien de temps acheté des tickets à gratter mais maintenant je n'en prends plus

- j'ai renouvelé petit à petit toute ma garde-robe, durant l'addiction, je ne m'achetais plus rien, je comptais sur tout, je gardais l'argent pour le casino
- dès que je peux me faire plaisir avec une fringue ou autre (dans l'ordre du possible) ou gâter les proches, je le fais - avant jamais...
- il faut revoir son rapport avec l'argent, apprendre à le dépenser oui l'argent est fait pour ça, non pas pour être entassé à la banque pour ensuite d'obscurs besoins, c'était mon travers, mais bien pour en profiter avec une vraie contrepartie, ce point est très important ! j'ai fini par me sortir le jeu de la tête en dépensant de l'argent...!!!

Il faut se dire que ce sera long et difficile (c'est très important de le savoir - mais vous avez tout le loisir de vous faire plaisir autrement) et surtout dans ce coup là : vous êtes seul !!! c'est avec vous-même qu'il faut vous battre, N'attendez rien de personne, lorsque vous avez perdu votre argent et que vous rentrez chez vous, PERSONNE ne vous le remboursera. Quelle misère

l'issue est ensuite tellement limpide, quand on repense comme on a été malheureux du temps du jeu, l'arrêt devient une délivrance.

Et puis, j'ai appris à réfléchir, tiens on peut aussi peut-être creuser de ce côté là. Avant la thérapie, j'étais quelqu'un qui ne réfléchissait jamais... je n'aimais pas me creuser la tête, je ne voyais pas plus loin que le bout de mon nez, je me posais rarement des questions... comme je disais "j'aime le jeu j'ai bien le droit de jouer" - un peu caractérielle sur les bords...

Une belle lacune que j'ai du combler et qui, le moins qu'on puisse dire m'aura coûté !

Tenez bon, vous verrez, l'envie passe (mais il faut se déshabituer).

Iris

Profil supprimé - 07/09/2015 à 10h00

Bonjour Iris,

Nous sommes sans doute de la même génération et je doute que vous puissiez m'aider mais je lance une bouée : mon fils de 23 ans joue depuis 6 ans (dès qu'il a quitté la maison pour ses études, abandonnées depuis).

Tout ce que nous tentons échoue car il ne veut pas se soigner : il sait parfaitement qu'il est addict, pense parfois qu'il "gère", parfois non, mais refuse toute aide. Il a usé bien des psys à qui il mentait (je joue depuis 8 jours, mes parents exagèrent) et qui n'ont pas su déceler qu'il mentait, ni pourquoi...

Je lui ai parlé de ce site où j'ai trouvé quelques réponses (enfin, au moins les proches ne sont pas exclus !), il a fait semblant de noter l'adresse du centre le plus proche et... rien !

Enfin si : son compte bancaire est à zéro (voire à découvert depuis), il a cessé sa thérapie et ses médocs...

Notre fils a fini par finir un CAP de cuisine et travaille -hasard ?- dans un casino où il est logé depuis quelques semaines car sa copine, lassée de ses mensonges et ses dérapages financiers, l'a fichu dehors.

Il habite à 100 km de la maison, autant dire qu'il ne peut plus rentrer ici où on lui maintenait un rythme diurne/nocturne cohérent pendant sa formation.

Comme il ne dort quasiment plus, il va sans doute finir par se faire virer et/ou se blesser au travail où il doit

ressembler à un zombie (il est venu 24 h la semaine dernière, je crois qu'il a dormi 20 h...)

Vu que je ne peux le contraindre, ni me résoudre à attendre le coup de fil de l'hôpital ou la morgue, je tente une nouvelle approche, savoir quel est le déclencheur d'une thérapie suivie (dépression ET addiction) ? Qu'est-ce qui a déclenché l'envie de cesser de plonger ? Quel moteur a été utile ? À contrario, qu'est-ce qui a été nuisible dans votre entourage ?

Je pose la question à Iris mais tous les témoignages de repentis sont bons à prendre, j'en ai besoin autant que mon fils...

Profil supprimé - 15/09/2015 à 10h00

Bonjour Solstice,
33, Gironde,

Les éléments nuisibles ?

L'enfance,
J'ai été l'enfant bleu. Avant 13 ans j'avais déjà cessé de jouer.
Le jeu ? Chez moi on en parlait beaucoup, mon père m'a appris les cartes, à la maison, nous jouions au bridge et autres jeux, tous les deux, au grand dam de ma mère qui venait « les arracher », et dans ma famille on commentait les sorties au Casino, mes grands-parents habitaient Nice et j'ai passé une grande partie de mon adolescence dans cette ville.

Le lieu
Durant un temps qui a duré, je me suis retrouvée régulièrement proche d'un Casino avec du temps de libre.

Le conjoint.
Un conjoint joueur peut vous inciter à jouer. « Vous enseigner comment gagner », bien sûr en tout bien tout honneur. Seulement si le terrain est propice, le mal est fait.
Une relation conflictuelle, différence d'âge, de goûts, de milieu, au bout d'un moment il semble qu'on ait envie de se sortir d'un carcan qui vous obsède, de se trouver des occupations autres que communes, ou tout simplement d'avoir un impérieux besoin de s'amuser, sortir d'une vie trop différente de celle d'avant.
Son caractère. Ils ne veulent pas toujours notre bien vous savez, comment faire face à quelqu'un qui préfère vous voir vous embourber que d'aller mieux ? Affaire d'égo, de narcissisme, de possession, on ne peut jamais savoir exactement ce qui se passe dans la tête d'un autre. Je suis absolument certaine qu'au début il me préférait joueuse à repentie.

A la lecture de votre témoignage, il semble que vous montriez un investissement important dans la vie de votre fils. Quelqu'un comme moi ne peux comprendre, c'est sûr, vu la définition courante qu'on fait de la bonne mère que je n'ai pas eue. C'est pourquoi, je vous dirais de le laisser vivre sa vie…. S'impliquer ainsi risque devenir maternage, ne serait-ce pas cela en fait qui l'infantilise ?

Car l'addiction aux jeux n'est rien de plus, qu'un désir de retomber en enfance, de retrouver un cocon, le casino un cocon de lumières, un endroit vers lequel on court car on se sent bien…

Une enfance sans doute qu'on n'a pas eue ? Dur alors d'en sortir comme de quitter le Casino, combien le retour chez soi est pénible en cas de malchance, comme de quitter la maison familiale.
Pourquoi voulez-vous retrouver votre fils à la morgue ou à l'hôpital ? Il ne faut jamais envisager le pire, le moindre mal fait déjà assez souffrir.

Le déclencheur de l'arrêt est peut être le « lien » avec le psy, ce fameux transfert dont on parle. N'importe

quel psy digne de ce nom fera l'affaire. Le salutaire est de parler. J'ai eu la chance de ne pas tomber sur un mauvais. Mais il faut que ce soit votre fils lui-même qui décide d'y aller. Si pour un adulte le déclencheur sera assez fort car il en va de sa vie de s'arrêter de perdre de l'argent, pour un jeune ce sera peut-être plus secondaire, … il est en droit de penser qu'il a toute la vie devant lui.

Le fait qu'il travaille est positif et encourageant toutefois, un Casino est quand même le dernier endroit où se faire embaucher pour quelqu'un qui a souffert par le jeu…
Oui mon psy m'a soigné pour dépression il me parlait d'un fond de dépression pourtant moi je n'ai jamais pensé être dépressive, mais puisqu'il le disait… car ce qu'il faut savoir aussi pour arriver à guérir est, si vous êtes dépressive à cause du jeu ou bien si c'est la dépression qui vous a conduit à l'abus de jeu.
Ce qui a déclenché l'envie de cesser de jouer est en priorité le stress, je ne supportais plus l'état de transe dans lequel je me trouvais être régulièrement à cause de cette passion. La vie normale vous échappe. L'enfer du jeu C'EST VRAI. Il vous obsède, vous envahit. Plus aucune dépense, tout passe dans la recherche du gain. En fait, j'étais devenue extrêmement malheureuse et j'ai voulu que ça cesse. Après une ultime perte, je me suis dit que ça relevait d'une maladie mentale et j'ai sonné à la porte d'un psychiatre.

Plus jamais ça !!

Bon courage Solstice.
Bien cordialement.

dav19 - 07/10/2015 à 10h00

Et ca continue, toujours et encore...

En fait ca reprends de plus belle à chaque fois que j'ai une grosse échéance à payer: impôts, panne sur la voiture...

Je crois imaginer que le jeu va pouvoir me payer mes frais et que je vais ainsi pouvoir dépenser dans des choses qui me plaisent : voyage, vetements...Choses que je n'achète finalement jamais à cause du jeu d'ailleurs.

je suis un gamin, incapable de se controler, je gagne parfois mais je re-mise tout, rien ne me suffit jamais de toute facon. Et puis j'ai l'impression d'avoir une poisse internationale en plus.

J'ai retrouvé une nana sympa mais elle commence à remarquer que j'ai un comportement étrange ces derniers temps, evidemment elle ne comprends pas. Je sais qu'a un moment je vais perdre le controle si je continue ainsi. Je vais fondre en larmes et promettre d'arreter...puis je recommencerais parceque c'est plus fort que moi. Et quand je vois ce que j'ai laissé derrière moi j'ai juste envie de gerber.

Je ne sais pas comment me faire aider, je sais plus quoi faire.

dav19 - 08/10/2015 à 10h00

Oui vous avez raison je vais me faire aider, tout ca va beaucoup trop loin.

Profil supprimé - 08/12/2015 à 11h00

bonjour , je suis un peu dans le même cas que vous sauf que pour ma part , j'ai été ruiné dans un casino en corse lors d'un voyage et donc j'ai demandé a la mafia corse de m'avancé 1000 euros pour que je puisse

rembourser mes dettes mais je ne pouvais plus les rembourser eux donc ils me menace et menace de tué ma famille j'en peu plus la police ne veux rien faire car ils ne me croient pas je suis sous traitement mais j'ai l'impression que ces médicaments me tu encore plus j'ai vraiment besoin d'aide s'il vous plaît aidez moi je suis au bout je veux me suicider mais j'ai l'impression que si je me suicide je laisserais ma famille derrière moi et ils se feront tué par les mafieux malheureusement je n'ai pas leurs noms mais je reconnais leurs visages ils me surveille tous les jours dans une camionnette noirs vitre teinté et parfois ils sonne à ma porte pour réclamé l'argent je ne sais plus quoi faire.

Profil supprimé - 21/12/2015 à 11h00

bonsoir. je viens de rédiger ma lettre de demande d'interdiction de casino pour 3 ans. je joue depuis 15 ans, ne me prive de rien mais je suis veuve depuis 2 ans et j'ai failli vendre ma maison car je n'y arrive pas alors que sans jouer je peux m'en sortir. j'en ai marre de faire de la route, fatigue, dépenses et de m'installer sur un siège en attendant que ça tombe !!! on dirait que ça me faisait plaisir de glisser des billets de 50 euros !!!!! j'en ai marre, la vie ce n'est pas ça et je garde la maison que nous avons construite mon mari et moi

Profil supprimé - 06/01/2016 à 11h00

Bonjour; vos temoignages c'est comme si vous decriviez ma propre vie. Accro au poker en ligne depuis 7 ans; je me suis fait interdire par le ministére de l'intérieur il y a 5 ans mais cela ne sert à rien car vous trouvez tjrs la maniére de rentrer dans un site; le plus facile c'est le PMU; il suffit que vous ayiez plusieurs adresses mail etc; ils s'en foutent ; ils sont là pour vous prendre l'argent.
Je suis à bout; j'ai perdu plusieurs dizaines des milliers d'euros.
J'ai gâché ma vie; 7 ans perdus, j'ai pensé au suicide mais j'aime mes enfants et il faut que je sois là pourt eux.Je prie à la vie de me donner une année de sobrieté; une seule année et aprés en voyant le bonheur que cela peut me produire continuer le reste de ma vie sans jouer

dav19 - 07/03/2016 à 11h00

Bonjour,

C'est de nouveau moi.

Mon interdiction de jeu va prendre fin en Mars. Ca fait 3 ans que j'ai fait cette démarche et rien ne s'est arrangé.

Je suis toujours aussi drogué au jeu. Et maintenant je commence à me demander ce que je vais perdre en premier : mon cerveau, ma santé ou ma copine.

Je ne profite plus de mes moments de libre, je suis rivé sur mon téléphone toute la journée à regarder le résultat de mes paris. Je ne profite plus de mes nuits, les insomnies et les douleurs gastriques sont devenues mon quotidien.
Je ne baise plus, je n'ai plus de libido.

J'hésite à me faire interner ou suivre en HP, quand je regarde les chose lucidement je me fais vraiment pitié. J'ai perdu ma créativité et ma volonté de faire,plus rien ne me fait avancer si ce n'est les tickets de grattage et les paris sportifs.

Je ne suis pas guéri.

J'ai décidé une nouvelle foi d'arreter après une semaine terrible financièrement. J'ai résisté ce matin et je vais essayer de continuer car sinon je vais vraiment vers le black out.

Souhaitez moi bonne chance...

Profil supprimé - 14/03/2016 à 11h00

Bonjour,

En lisant et relisant tous les témoignages de ce fil, en fait voilà ce que je pense, moi , ancienne joueuse, si cela peut apporter de l'aide.
Pour l'instant je m'en suis sortie. Et en aucun cas je ne ressens l'envie de recommencer les pertes, l'engrenage infernal. C'est ce leitmotiv que je me remémore lorsque reviennent des pensées de jeu.

Pourtant je retourne ici, donc le jeu "à grande échelle", (qui fait ouvrir la bouche de surprise aux joueurs lambdas) ne s'oublie jamais.
J'appelle jeu à grande échelle une fréquence semi-hebdomadaire, même journalière par exemple en vacances dans un lieu où se trouve un Casino.

Si j'ai un conseil à donner, à l'arrêt du jeu, les envies sont tellement obsédantes qu'on arrive à s'en sortir qu'avec vraiment de grandes résolutions et du caractère.
Fini de s'apitoyer sur son sort.
Sans décourager qui que ce soit, c'est EXTREMEMENT difficile de faire son deuil.

D'autre-part, si on ne possède pas un fond de moralité, de courage, des qualités personnelles, on ne s'en sort pas. Hé oui ça passe par un retour sur soi, un choix entre le bien et le mal. Tout ceci va bien au-delà du jeu.

On est tombé", donc on doit se reprendre en main. Si on est quelqu'un qui se respecte, on ne peut pas continuer ainsi.

Dès qu'on décide de reprendre le droit chemin, il faut bannir toute complaisance envers soi-même. C'est cela le plus dur. Ne plus s'écouter.
De toute façon si on ne fait rien pour s'en sortir, cette vie vous rattrapera, vous le paierez un jour ou l'autre par bien d'autres problèmes dans votre vie qui découleront du jeu.

Se dire que c'est pour notre bien.

Seulement ensuite, longtemps après, viendra la récompense qui sera une souffrance diminuée car on pense de moins en moins au jeu, Il faut savoir attendre.

On arrive ensuite enfin à trouver d'autres centres d'intérêt et tout s'enchaîne pour le meilleur.

C'est un peu comme pour le tabac, on est vraiment désintoxiqué lorsqu'on entre dans une pièce qui sent le tabac mais qu'on y prête pas attention.
On est vraiment désintoxiqué du jeu quand on passe devant un casino et qu'on tourne la tête dans l'autre direction.
C'est ce qui m'arrive à présent, mais je n'ai pas levé l'interdiction...

Surtout, ayez le courage de vous montrer intransigeant avec vous-même c'est la souffrance qui fait avancer..
Bon courage.

dav19 - 27/12/2016 à 10h58

Bonjour à tous,

Je viens vous donner quelques nouvelles.

Suite à 7 mois très difficile m'ayant ruiner autant physiquement que financièrement, j'ai entamé un sevrage de jeux depuis début Novembre.

Concernant les paris et jeux de grattage j'ai pour le moment réussit à m'en ecoeurer suite à un épisode tres difficile ou sur une journée j'avais claquer plus de 800 euros et ou je m'etais saoulé pour oublier.

Ce jour là j'ai vraiment atteints le plus bas et j'ai juré sur la tête de ma femme et de ma mère de ne plus jamais regratter un ticket ou de refaire un paris (sauf si on me donne de l'argent pour le faire lol). Et pour le moment ça marche, je n'en aie plus envie. Parfois ca me reviens en tete, mais le sentiment de ne plus être addict les yeux rivés sur mon portable est un vrai bonheur. J'apprends a re dépenser de l'argent normalement.

J'ai ombattu la superstition par la superstition, le fait de me dire qu'il pourrait arriver malheur a qqun que j'aime m'a finalement convaincu de ne plus jouer. C'est un conseil que je peux donner aux autres joueurs car jusque là aucun psy n'était parvenu à me raisonner.

Pour le casino c'est plus compliqué, je m'étais astreinta une fois par mois, mais en décembre ca s'est transformé en désastre avec une perte de 1000 balles. J'ai juré aussi d ene plus y retourner sachant que je me prive d'un grand plaisir, mais quand je vois le résultat.

Je vais essayer de tenir, j'ai compris que dans mon cas les interdictions ne servent à rien. Seuls des résolutions forte de ma part me permettront d'arreter. Je suis un toxicomane du jeu en voie de rémission.

je vous tiendrais au courant de mes aventures...

Profil supprimé - 14/05/2017 à 08h04

Bonjour. Je suis malheureusement aussi un joueur en perte. J'ai tout d'abord commencé par les casinos en remportant des sommes qui par la suite m'on mené à perdre beaucoup . Crédits , emprunts, je bossé et perdait mon salaire en une soirée.je me suis fais donc interdire mais trop tard..... de la je me suis mis à jouer au paris sportif . Et le même scenario...J'ai également perdu bcp d'argent sans compter le stress ,les mensonges..La questions ? Comment arriver à sortir de tout ça et retrouver une vie normale ? Cordialement

ratatouille - 25/09/2017 à 12h20

Bonjour
Oui je suis dans le même cas qu vous je me dégoute tellement j acheté des jeux de grattage donc en se soutenant tous on va y arriver il faut sortir de cette merde qu est le jeu
Pourquoi ne pas proposer de créer un filtre dans les tabacs avec une carte d identite pour les gens interdits n aient plus la possibilité d en acheter il faut envoyer un courrier à notre député qui fera le lien avec les ministres pour mettre n place quelque chose ainsi cela éviterait de mettre les gens addicts donc malades d être encore plus dans des situations financières compliquées .
Je pense qu à plusieurs on peut y arriver qu en.pensez vous ???????

Profil supprimé - 26/09/2017 à 12h09

Bonjour à tous,

Vous avez aucune chance de gagner aux jeux de grattage sur le long termes, vraiment AUCUNE.

Pour exemple pour le Cash, 3 Chance sur 15 000 000 de gagner 500.000€ et le reste sont des petits lots principalement.

Vous donner juste votre argent à l'état.

Essayer d'éviter le tabac sur le trajet du boulot, faites du sport, trouver vous une occupation.

PS: Je joue depuis + de 10 ans aux casino en lignes, paris sportif, poker, pmu, j'ai arrêté donc je sais de quoi je parle.

dav19 - 25/04/2018 à 16h42

Bonjour à tous,

J'ai été l'un des premiers a venir écrire mon témoignage sur ce site et je vois que depuis beaucoup ont écris et ont permis de mieux faire connaitre cet enfer qu'être un addict des jeux d'argent.
J'ai pris le temps de relire tous les messages hier et ca m'a rendu triste car j'ai vu que finalement rien n'avais vraiment changé depuis mon premier message et pourtant j'ai connu des phases d'arrêt, un suivi psychologique, mais rien n'y fait...
J'ai une chance par rapport à d'autre c'est de ne pas etre trop endetter car je gagne bien ma vie mais quand je pense à tout cet argent foutu en l'air j'ai envie de vomir. J'ai honte quand je vois un clochard. J'ai honte quand je regarde ma fiancé et que je suis obligé de lui faire subir une vie au rabais. Bref c'est pas beau à voir, je ne me respecte pas et je ne respecte pas mes engagements.

personne ne sait que j'ai ce soucis car je ment à merveille, je dissimule mes activités. Donc quand je perds je prends tout sur ma pomme et un de mes meilleurs amis est devenu l'alcool. Je vous fait pas un tableau vous avez deviné l'état dans lequel je me trouve.

Les points + sont que je me suis remis au sport et que j'ai réussi a faire des pauses parfois mais malheureusement certains coups de folie viennent tout anéantir et me font repartir à 0.
Si un novice me lit, je lui conseille de ne jamais jamais commencer, j'y ai perdu le sens de ma propre vie.
Bien à vous

LiliB - 26/04/2018 à 11h19

Bonjour Dav,

J'ai donc lu ce fil depuis le début, histoire d'en apprendre un peu plus sur toi.

Premièrement, tu as l'honnêteté d'admettre que tu as un problème avec le jeu.

Deuxièmement, tu veux réellement sortir du cercle vicieux dans lequel tu te trouves.

Voilà les 2 ingrédients principaux à la réussite d'une démarche d'abstinence, qui, selon ce que je peux

comprendre, sera double dans ton cas.

Pourquoi développons nous une dépendance, que ce soit au jeu, à l'alcool, à la drogue ?

Pour combler des vides, pour mettre un baume sur nos souffrances, pour oublier ... les raisons sont multiples.

Tu dis avoir consulté un psychologue alors tu dois savoir ce qui t'a amené à devenir dépendant non ?

As tu fait des changements dans ta vie par rapport à cela ou pas ?

Je te donne un exemple: un ami est devenu alcoolique parce qu'il n'aimait pas du tout son travail. Il ne se sentait pas apprécié à sa juste valeur. Il se sentait humilié, diminué.

Il a finit par changer de travail ce qui l'a beaucoup aidé et il a mit de l'avant la méthode des AA à savoir, vivre un jour à la fois.

Pour les joueurs compulsifs c'est la même chose.

Il faut oublier hier. Il faut faire le deuil des pertes d'hier. Il faut vivre aujourd'hui et faire le choix AUJOURD'HUI de ne pas jouer DU TOUT et refaire ce même choix demain et les jours suivants.

Et il faut remplir les vides pour éviter d'être encore trop sensible aux chants des sirènes.

Faire du sport, réaliser des projets qu'on a toujours reporté faute d'argent ou de temps, car oui le jeu nous vole non seulement de l'argent mais aussi du temps précieux.

Allez ... Haut les coeurs ! Prend un jour à la fois ... un pas devant l'autre ... et tu verras ..

Nous sommes là pour toi .

Profil supprimé - 26/04/2018 à 13h41

Salut dav19,

J'ai également lu tes multiples messages et je suis sensible à ta situation car elle se rapproche de la mienne...

Comme le dit lilib, le deuil des pertes c'est impératif de le faire et trouver des activités annexes est super important également.

Je comprends ton état de frustration quand tu joues car tu espères te refaire quand tu perds et lorsque tu gagnes, vu que tu as perdu beaucoup par le passé, tu espères récupérer un peu et après tu perds ce que tu avais gagné et tu rejoues pour récupérer encore et encore pour au final, tout perdre...

Tu n'es pas un looser, tu n'es pas plus bête que la moyenne, on ne peut tout simplement pas gagner, je travaille dans le milieu du jeu et je peux te garantir qu'aucun de mes clients est gagnant sur la durée...

Un jour à la fois, évite de jouer et contente toi d'un vie normale, simple, modeste mais heureuse avec ta petite famille.

Garde le contrôle
Ne craque pas

dav19 - 19/07/2018 à 07h29

Salut à tous

Je reviens par ici tous les 3/4 mois on dirait avec toujours les mèmes messages et toujours les mêmes intentions qui ne se réalisent pas. j'ai claqué l'intégralité d ma prime de commercial (15000€) en 4 mois et je me suis mème endetté.

Quel exploit ridicule et comment vais je l'expliquer à ma femme pour qui j'ai plus un euro a dépenser cet été. Je suis une sombre merde qui laisse sa vie partir à veaux l'eau.

J'essaye une nouvelle fois d'arreter. La nouveauté cette foi c'est que je suis ecoeurer du jeu, mais vraiment. Je me suis jurer de ne plus toucher aux jeux de grattage et j'ai déchirer ma carte du casino devant la patronne. Bon s'en serait presque drôle si ce n'était pas si dramatique.

J'espere vraiment tenir cette fois, parceque je pense etre vraiment atteint à un niveau 10/10 sur l'echelle de jeuster

Profil supprimé - 19/07/2018 à 09h05

Bonjour dav19

J'espere que celle ci sera la bonne pour toi. T'as l'envie de changer ton mode de vie et c'est déjà pas mal. C'est sur l'arrêt ne ce fait pas en un claquement de doigt. Il y a des hauts et des bas, mais l'important et de vouloir s'en sortir.

Concernant ta gestion d'argent pour jouer, tu as déjà essayer de mettre en place des stratagèmes pour limiter la casse ? (genre changement de CB, seuil de retrait, limitation de dépôts...)
En ce qui me concerne j'avais peur sombrer, et j'avais imaginé laisser ma compagne gérer mon argent à ma place, une sorte de tutelle. Comme ma femme n'est pas au courant de mes soucis j'avais imaginé lui dire que c'était mieux pour la gestion des finances sans forcément parler de mes paris.

Par contre pour que cette technique marche il faut lui faire une procuration et lui donner cartes et chéquier. Ne jamais faire un compte courant car il faut avant tout protéger nos conjoints.

En tout cas j'espère que cet fois ci sera la bonne. Laisse de coté ce dégout que t'as envers toi. On lève les épaules on bombe le torse et on part croquer la vie

Nicolas

LiliB - 20/07/2018 à 00h55

Bonjour Dav 19,

Il est malheureux que tu ais du te rendre à cette extrémité pour comprendre qu'au jeu, on est jamais gagnant.

Donc, te voilà rendu dans le fond du baril.

Tu pourrais effectivement pleurer sur ton sort, tu pourrais en vouloir au monde entier.

Garde ton énergie tu vas en avoir besoin pour la suite. Car le sevrage ce n'est pas facile mais c'est faisable.

Oublie hier, l'argent perdu ? Il n'y a plus rien à faire tu ne le reverras jamais.

Fais le choix AUJOURD'HUI de ne pas jouer.

Fais ce choix pour toi.

Et refais le même choix demain et après demain.

C'est un pas à la fois que tu sortiras de l'addiction.

Bon courage.

Nous sommes là pour toi.

dav19 - 20/07/2018 à 08h31

Bonjour Nova,

Je ne vais pas mettre en place des seuils meme si tu as raison ca serait la solution la plus raisonnable. Mais ma femme me quittera si elle s'apercoit que je l'ai bernée pendant tous ce temps. Je vais donc essayer de m'en sortir avec ma seule volonté, le jeu 'ma ecoeurer cette foi. Je n'ai jamais eu ce sentiment de répulsion. Merci pour tes encouragements, on se serre les coudes.

LiLIB ca fait 3 jours que j'ai pas jouer, c'est deja une mini victoire. Je pense souvent a cet argent perdu, mais tu as raison ca ne sert a rien. Je me prépare a affronter de graves difficultés financières, je suis assez endetté et je risque de ne pas percevoir d'argent avant un moment. Je dois combattre l'envie de vouloir me refaire, accepter la galere et attendre des jours meilleurs. J'espere que je pourrais un jour en parler au passé.

Soga22 - 20/07/2018 à 09h29

Bonjour à tous,

Cette discussion ouverte depuis 2013 est le reflet de ce que je vis.

Voilà 9 ans que je joue. Au départ dans les casinos terrestres. Peut être la chance du débutant , au début je gagnais de super somme avec des petites mises. Et puis un soir/nuit j'ai claqué 2000 balles (toute mes économies!).
Le lendemain je me suis faite interdire de casinos. Je n'ai plus joué pendant plusieurs mois /années.

La fièvre du jeu était pourtant là car lors d'un voyage en Espagne avec mon conjoint j'ai inventé je ne sais plus quelle excuse pour filer en douce jouer un casino de la ville ou nous étions. J'ai bien sur tout perdu et surtout perdu le budget loisir des vacances !

Puis je suis arrivée au bout des 3 ans de l'interdiction …. je l'ai levé pensant pouvoir gérer.
En 3 mois j'ai perdu beaucoup d'argent, mon conjoint a failli me quitter, avec ma famille c'était chaud bouillant …. Je me suis fait interdire à nouveau.

Puis un jour , je tape sur Google : casino en ligne. Et là c'est pas le choix qui manque !!!!
Ca fait maintenant 3 ans que je joue sur ces sites !
A ce jour, ça n'a jamais été aussi catastrophique financièrement. J'ai un énorme découvert, plusieurs prêts à la consommation …..

Depuis le mois de mai je suis une thérapie comportementale et cognitive. ça m'aide à voir certaines choses cependant je n'ai pas arrêté pour autant.

Ce mercredi 18 juillet , j'ai joué de 09h30/10h00 jusqu'à 17h (ça aurait pu encore durer si je n'avais pas tout perdu!) J'ai joué 250 euro et je suis montée à 3200 euros :SUPER sachant que j'ai besoin d'argent pour combler les trous. L'issu a été 0/0 car je ne sais pas m'arrêter !!!! On dirait un robot incapable de réfléchir lorsque je suis en session de jeux ! Je me suis dégoutée, je m'en voulais , j'aurais pu me taper la tête contre les murs !

Suite à cela je me suis inscrite sur ce site joueurs-info-service. J'ai résilié mes cartes de paiement (de toute façon j'ai atteint le max pour chacune d'entre elle!) ça m'évitera de m'en resservir lorsque le salaire va tomber. J'ai clôturé mon compte sur le site de jeu sur lequel je vais le plus souvent. J'en ai un 2ème… je ne l'ai pas clôturé.

J'ai décidé de ne plus jouer. Un jour après l'autre. Aujourd'hui sera le 2ème jour.

Nous pouvons nous entraider dans ce sevrage.

Dav19 je comprends que trop bien le dégout de toi meme que tu peux éprouver. Faisons en sorte de ne plus jamais connaître ce sentiement. Il y a tellement mieux à vivre !
Ces forums sont un vrai puit d'encouragement et de délivrance car on peut en parler librement . Rien que ça , ça soulage un peu.

BON Courage , on va y arriver . De belles choses , aventures nous attendent , ne laissons pas le jeu gâcher tout ça !

LiliB - 20/07/2018 à 11h16

Bonjour Dav19.

Lorsque j'ai amorcé mon sevrage je me suis rendu compte à quel point le jeu avait prit beaucoup de place dans ma vie, énormément de place.

Je m'étais abonné à un cour de natation que j'ai déserté au bout de 2 cours parce que cela m'empêchait d'aller sur les sites de jeux.

Lorsque je gagnais ... je me sentais la reine de la montagne ... il me semblait que j'étais quasiment indestructible ... c'est fou non ?

Lorsque je perdais je me sentais comme la pire des merdes.

Je pense que l'homme a un mécanisme de défense qui lui a permit de survivre pendant des siècles et donc, quand on perd ... on est comme programmé pour retourner dans la bataille.

Par conséquent, lorsque l'on perd au jeu on veut absolument se refaire ... on veut battre l'ennemi ...

Je ne sais pas si cela vous semble tordue ce que je dis là mais je ne sais pas comment expliquer pourquoi malgré toute la douleur qu'engendre la dépendance au jeu, malgré toute la torture mentale, on y retourne comme si notre raison prenait le large, qu'on arrive plus à penser logiquement.

Le nombre de fois ou je me suis dis ... c'est terminé ... stop ... et 2 heures plus tard j'y retournais ... et pourtant je suis une femme volontaire et déterminée.

Une chose est certaine ... la seule façon de ne plus être tenté par le démon du jeu est de prendre les choses un jour à la fois et de s'accrocher.

Tenez bon.

Bonne journée sans jeu.

dav19 - 04/01/2019 à 09h58

6 ans que j'ai écrit ce premier message sur le site et comme vous pouvez le constater je n'en suis pas sorti.

je vais tout faire pour changer en 2019, quand on a toucher le fond on ne plus que remonter ...du moins j'espère

dav19 - 07/01/2019 à 09h09

Bonjour à tous,

Je vais essayer de relater ce qu'il s'est passé jeudi dernier et vous faire part de ma réelle volonté cette fois de mettre un terme à mes conneries (désolé je en vois pas d'autres mots).

Jeudi donc, je me suis levé avec une envie compulsive d'aller jouer au casino. J'ai donc appelé mon travail, j'ai déclaré que j'étais malade et je suis parti jouer.
J'ai retiré 450 € que j'ai commencé à jouer à la roulette électronique, je les ai perdu en 30 minutes. J'ai retiré de nouveau le même montant, que j'ai reperdu en 20 minutes.

puis comme je ne pouvais plus retirer a cause de mon plafond hebdo , j'ai fait une demande de retrait exceptionnel de 800 e que j'ai obtenu. J'en ai fait n'importe quoi, prenant des positions plus folles les unes que les autres pour me refaire.

Résultat des courses : 1700 € de perdu en seulement 1 heure. Et le pire c'est que j'ai essayé de nouveau de retirer de l'argent mais impossible car le service anti fraude de ma banque s'en est mélé et m'a harcelé au téléphone pour comprendre ce qu'il se passait.

Je suis donc rentré chez moi, sonné et abasourdi par ce que je venais de faire. Mais apparemment ca n'avait pas suffit puisque je suis ressorti au pmu en bas pour faire des payements en carte pour jouer au rapido et aux jeu de grattages. A ce moment précis de l'histoire, j'étais en pleine déprime, je buvais biere sur biere et fumais clope sur clope. Bref dérive totale entre 14h et 17h et 600 € de perdus.

Je suis rentré chez moi et j'ai du faire semblant de rien auprès de ma femme et rester digne toute la soirée.

Racontez cette histoire me fait encore du mal aujourd'hui. Je n'ai pas dormi depuis 3 nuit et évidemment je suis ruiné mais j'espère que cette fois cela aura été un mal pour un bien.

J'ai vraiment réfléchi et pris conscience des choses. Je vis dans la honte et le mensonge. J'ai perdu l'estime de moi même à cause de ma pratique du jeu. Le jeu a été un défouloir me permettant de me masquer mes problèmes et de ne pas les affronter. Je préferais jouer plutôt que de performer au boulot par exemple. Plus simple et moins contraignant.

Aujourd'hui je veux changer. Je suis donc abstinent depuis jeudi. J'ai abandonné l'idée de me refaire. J'ai acheté un calendrier pour barrer les jours sans jeu et je vais m'y tenir. J'ai pris rdv dans un hôpital spécialisé et j'y vais le 21 pour mon premier rdv.
Je vais entamer une vraie vie sans jouer. Si je vais plus loin par sur que je sois encore là l'année prochaine pour en parler avec vous

LiliB - 08/01/2019 à 00h34

Bonjour Dav,

Je suis sous le choc en lisant ton message.

J'espère que l'aide que tu auras te permettra de mettre cette rage que tu as sur ta reconstruction.

N'abandonne pas. Tu peux y arriver j'en suis certaine.

Courage !

dav19 - 08/01/2019 à 09h17

LiliB merci beaucoup, tu verras je vais m'en sortir. Je suis quelqu'un de normal pris dans une folie totale quand je joue. C'est difficile de mettre des mots là dessus.

ce que je peux dire c'est que le jeu est une addiction extremement puissante , la plus puissante de toute en ce qui me concerne et j'ai eu l'occasion de tester pas mal de chose malheureusement.

j'ai pris une leçon cette fois, je ne peux plus continuer ainsi. Je vais tenir bon. Toute façon je n'ai plus le choix.

LiliB - 08/01/2019 à 12h30

Bonjour Dav,

Oui le jeu est une addiction puissante.

Prenons l'alcool et la drogue … qui finissent par nous causer des maux physiques VISIBLES alors que pour le jeu … niet … personne ne peut savoir qu'on est un joueur compulsif à moins de nous avoir rencontré au casino complètement hypnotisé devant notre machine.

De plus il suffit d'avoir un ordinateur, un téléphone, une tablette pour jouer n'importe ou …

Bref, le jeu c'est d'la merde rireeeee

Allez … tiens bon encore aujourd'hui … une petite journée de plus … on lâche pas !

Profil supprimé - 08/01/2019 à 13h32

Bonjour à tous
dav j ai lu attentivement toute ta conversation qui m à énormément touchée.. Comment vas tu ?
Je suis également une joueuse depuis plusieurs années. Avec des jours avec, et des jours sans
Hier soir j ai perdu 450 euros.. Avec pourtant la résolution 2019 de ne plus jouer.. Dur de s y tenir. Il suffit d un moment de spleen, d un sentiment d abandon.. Et hop cela recommence.
Je comprends bien l état second qu on ressens la bas, et ce sentiment de honte ensuite quand on retourne chez soit..
Je suis en couple depuis peu mais je pense que cela ne va rien donner. Ainsi je me sens souvent seule.
J ai acheté une maison depuis mars 2018 et pour le moment j arrive à me tenir à mes remboursements .. Mais jusque quand.. Difficile à dire. Je pense envoyer le document pour m interdire de jouer au casino. Il est à cinq minutes de chez moi.. Ça n aide pas.
Je vous souhaite bon courage à tous et ravie de pouvoir en parler. C est déjà ça. Chez moi personne n est au courant, et personne le sera. La honte est trop présente..

Soga22 - 09/01/2019 à 10h46

Salut Dav19,

J'ai été très touchée par tes derniers messages.
Tu as touché le fond… et c'est peut être très bien. Tu vas maintenant remonter à ton rythme , tranquillement , mais surement j'en suis sûr.
Moi aussi j'ai été terriblement mal lors de ma rechute de novembre.

En décembre aussi j'ai rechuté en décembre, j'étais dégoutée de moi mais pas dans le même état. J'ai perdu 300 euro et je me suis arrêté là. Je n'ai pas cherché à rejouer à tout prix comme je le faisais y a encore pas si longtemps.
En novembre, c'était tellement violent même physiquement que j'avais l'impression que mon corps était passé sous un rouleau compresseur !
J'ai joué pendant des heures, je me suis même dit que j'allais faire fondre ma cervelle à force!!!

Tout ça pour dire que je te sens motivé à t'en sortir et je suis sûr que tu vas y arriver.
ON VA Y ARRIVER !
hors de question que cette nouvelle année soit la même que l'année dernière.

Courage, au plaisir de te lire

dav19 - 09/01/2019 à 11h31

Salut zoza et soga

Jevous remercie de vous ntéresser à mon témoignage et pour vous répondre actuellement je ne vais pas bien. Tu résumes parfaitement ces moments d'absence qui nous coute si cher.

Je peux me descotcher du jeu quelque jour mais le moment ou je m'y remet c'est sans limite et catastrophique.

Je suis vraiment sur le fil du rasoir, j'ai plus le droit de jouer de toute façon car je suis sur le point de tout perdre si cela arrive. Je dois cacher mes dettes à mon entourage et cela m'oblige a beaucoup mentir. Ma compagne me trouve anormal et elle me menace de me quitter. Elle comprends que je lui acche des choses, mais je n'ose pas en parler. Je l'aime enormement et je ne veux pas la perdre.

Je réalise la situation dans laquelle je me suis mis. Parfois je n'arrive pas a croire que je sois tomber aussi bas. Je dors très peu, je cogite tout le temps. Le mois de janvier jusqu'a ma prochaine paye va etre terriblement long. J'aimerais m'endormir et etre deja en fin de mois.
Quelle vie ridicule je mène à cause de cette connerie. Comme tu le dis soga dans un autre post, je travaille pour enrichir la francaise des jeux. Je me trouve immature, naif et débile.

Je m'en veux beaucoup, ce sentiment ne passe pas...

Mon objectif maintenant c'est de tenir meme si je sais que mon

dav19 - 11/01/2019 à 15h29

Aujourd'hui j'ai appris une bien mauvaise nouvelle, la vente de mon appartement est annulée. Cela devait me servir a éponger mes dettes et a repartir de 0 mais finalement ca ne se fera pas, l'acheteur n'a pas eu son pret. 1 ere fois en 5 ans m'a dit l'agence et vous savez quoi ? je ne suis pas surpris..

Ces derniers mois, j'ai menti, tromper, dépasser les limites pour jouer en ne pensant qu'a ma gueule et bah là le karma me le rends bien.

Si j'avais bien gérer mon argent, je ne serai pas dans une galérè énorme aujourd’hui"hui, si j'avais pas menti pour emprunter de l'argent je serai bien plus tranquille.

La vie me lance un défi, c'est un signe cosmique, le message est passé : j’arrête mes conneries, je me rachète une conduite...puisse un jour mon karma me pardonner

Soga22 - 15/01/2019 à 11h25

Salut dav19,

Merdouille pour ton appart.
Comme tu dis …retour de manivelle.
Ton karma te pardonnera si tu es bienveillant avec lui

Cet acheteur là n'a pas eu le prêt , il y en aura peut être un autre.
Je suis comme toi, je vois ma situation financière aujourd'hui : je pleure!
toujours dans le rouge, une galère pour finir les fins de mois alors que sans mes conneries je serais à l'aise ! je

ne me demanderais pas à chaque fois que je fais un paiement avec ma carte si ça va passer !

C'est une motivation supplémentaire pour arrêter ! pour notre bienêtre et celui du porte monnaie !
J'espère que la situation avec ta femme c'est calmé et que tu as retrouvé un peu de serenité après ces jours difficles.

Courage, on est là !
Au plaisir de te lire

Soga22 - 23/01/2019 à 08h49

Hello Dav19,

Nous n'avons plus de nouvelles depuis plusieurs jours .
Tu ne vivais pas des jours faciles , Comment vas tu ?

Lâche pas, parle nous , pas toujours facile mais libérateur.

A très vite

dav19 - 23/01/2019 à 10h10

Salut SOGA,

Merci de venir aux nouvelles c'est sympa.

Pour faire un bilan de ces deux dernières semaines je dirais qu'il y a du mieux, du moins j'évite les gros craquages comme j'ai pu avoir ces derniers mois.
J'ai commencé une thérapie, j'ai eu le premier rdv lundi dernier. Ca m'aide , l'accompagnant est très a l'écoute et ca me permets de liberer ma parole.
J'ai rdv avec lui et un medecin la semaine prochaine, ils doivent evaluer si ma dependance aux jeux ne serait pas liée à une forme de dépression. Honnetement c'est fort possible, mais c'est pas moi le doc lol...

Autre mesure mise en place : je ne prends plus ma CB le matin ca m'evite les craquages, je joue donc avec le peu de liquide que j'ai et quand j'en aie plus bah j'en aie plus.

C'est un peu mieux comme cela,mais le problème est loin d’être réglé pour autant...

Je continue sur ma lancée, step by step

LiliB - 24/01/2019 à 02h17

Bonjour Dav,

Bien contente d'avoir de tes nouvelles également.

Je te félicite d'avoir débuté une thérapie. Pour ma part cela m'avait fait le plus grand bien ne serait-ce que d'enfin en parler à quelqu'un qui n'allait pas me juger ou me regarder de travers.

J'espère qu'il saura t'épauler et te donner les outils pour te défendre contre cette dépendance débilitante à tout

point de vue.

Bon courage … un jour à la fois

Profil supprimé - 31/01/2019 à 20h03

Bonjour à tous.
Nouveau dans ce forum, je cherche du soutien et de l'ecoute.
Joueur de paris sportifs depuis de nombreuses années, j'ai passe un cap l'an dernier. En effet avant 2018 je jouais de faibles sommes et ma balance gain perte était équilibrée. Mais l'année dernière j'ai complètement disjoncté je suis passé à des sommes plus importantes et j'ai dilapidé en quelques mois plus de 2000e. Lorsque j'écris cette somme j'en suis choqué. Je tentais des paris à 600e...au final j'ai utilisé toutes les économies pour jouer.
Auj le surplus que j'ai à la fin du mois je le dépense dans les paris. J'arrive encore à me contrôler et ne pas me mettre à découvert. Mais au bout d'un moment si je stoppe pas j'ai peur de passer le cap.
Je replonge tout le temps en me disant que cette fois ci ca passera ou en faisant différemment mais le résultat est le même . Janvier perdu 50e et Février déjà 100euros.
Je me dis toujours que je peux rattraper tout ça. C'est fou cette obsession qui finalement me relance dans le jeu.
Je vais prendre le temps de lire vos témoignages. Je suis un petit joueur j'ai l'impression par rapport à certains mais merci d'exister. C'est peut être par vous que j'arrêterai.

dav19 - 01/02/2019 à 08h46

Salut Teddon,

Je ne sais pas si il y a des petits ou des grands joueurs, mais en tout cas le chemin que tu prends semble être glissant.
Lorsque l'on commence à ne plus maitriser ses dépenses et à faire du jeu un élément incontournable de sa vie, on fini par s'y embourber et y rester.

je te conseille vivement d'oublier tes pertes, elles sont peu significatives pour le moment. Tu fais juste quelque mois d'économies et tu es reparti...

N'attends pas de tomber comme moi, qui suis dans une situation catastrophique. Criblé de dettes, noyer dans le mensonge et surtout incapable de mettre fin à l'addiction qui cause tant de dégâts.

Plus on a été loin, plus c'est difficile, j'ai entamé une thérapie, je vais avoir recours à l'hypnose mais mes mauvaises habitudes sont profondément encrées en moi.

LiliB - 01/02/2019 à 11h06

Bonjour Teddon, tout d'abord bienvenue parmi nous.

Tu dis que tu es un petit joueur par rapport à d'autres sur le site mais … mon cher … nous avons tous commencé petit … le hic c'est que nous sommes devenus dépendants et qui dit dépendant dit incapable de se raisonner, qui veut toujours plus et donc qui mise plus.

Nous sommes tous dans le même bateau … et se bateau il tangue et menace de chavirer constamment parce que nous voguons sur une mer déchainée à la merci du chant des sirènes qui nous fait miroiter l'extase, le

bonheur, la richesse.

Il y a plusieurs vérités que tu dois savoir:

1) un joueur compulsif ne peut jouer a des fins récréatives … il veut gagner toujours plus

2) un joueur compulsif c'est comme un alcoolique ou un drogué … il a conscience des méfaits de sa dépendance sur sa santé morale et physique mais il ne peut s'empêcher de jouer

3) les sites de jeux utiliseront tous les stratagèmes pour te garder sous leur coupe … promo incroyable …. difficultés à fermer ses comptes … certains sur ce site ont même été victimes de harcèlement.

4) Tout l'argent perdu l'est à jamais, tu ne pourras jamais te refaire … nada …

Je te conseille d'arrêter de jouer là … maintenant … de tenir un jour … sans jeux …. une toute petite journée … et puis de faire le même choix demain … et après demain … avec le temps tu pourras te refaire un système immunitaire qui t'aidera à résister.

Allez … courage … mise sur toi … un jour à la fois … Haut les cœurs !

Profil supprimé - 01/02/2019 à 12h21

Merci pour vos réponses.

Pour la première fois, j'en ai parlé à quelqu'un hier et ça m'a fait un peu de bien. Je me dis qu'avec cette personne et ce forum je peux tenir.

Mais bon, la tentation est tellement simple. Il y a à peine 5min je regarde les matchs du jour et la j'ai qu'une envie c'est de retenter ma chance en me disant que ca peut que passer... il faut que je résiste.

Bon courage à vous en tout cas, j'espere de tout coeur qu'on sortira tous de cette merde.

Soga22 - 06/02/2019 à 11h04

Salut Dav19,

J'ai pu lire que tu as commencé une thérapie . Comment ça se passe ?
Moi aussi j'avais commencé à voir une addictologue en mai dernier...je l'ai vu 5 fois je crois. Elle veut absolument me mettre sous médicaments! Elle est pas très encourageante. Du coup j'y suis pas retournée.
Je trouve que c'est dur de trouver qq un avec qui ça passe bien le feeling.

J'espère que la personne que tu vois te correspond. Je suis convaincu que ça peux bien aider.

tu pourras lire sur le fil de Ratatouille que j'ai eu un dérapage hier... peu significatif par rapport aux derniers de novembre mais qd même....
Les mauvaises habitudes sont tenaces !
Je voulais me mettre à courir pour me changer les idées ...j'ai pas choisi la meilleure saison! il neige ici , les troittoirs sont glissants du coup, je vais attendre tranquillement le mois de mars !!

Courage, on mise sur nous !!!

Au plaisir de te lire

dav19 - 06/02/2019 à 13h24

Hello SOGA,

Merci de venir aux nouvelles. Comme tu as pu le lire j'ai eu un mois de Janvier terrifiant à tous points de vues et je me suis fait complétement dépassé par le jeu.
Je suis abstinent depuis le 31/01 désormais et je suis effectivement suivi par un medecin psychologue spécialisé dans les addictions.

Il refuse par contre de me mettre sous médicaments car vu le tempérament addictif que j'ai, je risquerai de m'y habituer et de ne plus pouvoir arrêter.
Je crois qu'il a vu juste. On travaille sur autre chose : la résilience, l'honneur, la renaissance.et je dois dire que ça fonctionne plutôt bien même si l'essentiel vient de moi, je ne me laisse plus la possibilité de déconner.

J'ai vu pour ton écart, il faut vite oublier et se refocaliser de nouveau sur une période d'arrêt. En trébuchant moins souvent on gagne quand même du temps et on y reviens moins. Je nous considérè comme des malades. à vie du jeux. La therapie c'est donc un peu tous les jours. Si ton praticien ne te conviens pas, il faut en changer dans la mesure du possible car tu n'arriveras a rien avec lui sinon. Je te souhaite beaucoup de courage, nous savons tous la volonté que cela implique

Profil supprimé - 06/02/2019 à 21h43

Bonjour à tous ,

Bon alors ça y'est je crois qu'il est tant pour moi de me lancer. Ce forum est rempli de plein d'échanges constructifs et je me dis que ce serait l'occasion de partager la mienne aussi.

j''ai 32 ans semaine prochaine et je pense etre accro aux jeux depuis une dizaine d'année . si je fais le calcul de dépenses avec les période de tentatives d'arret et les rattrapages et craquage j'estime a 200 / mois *12 *10 ans j'estime a 25-30 000 euros mes pertes dans les différents jeux de casinos.

Je suis suivi depuis 3 mois par un centre ca me fait du bien d'en parler . Je suis aujourd'hui dans une phase ou je me suis mis un maximum de barrieres ce soir fermé sites et envoyé mail pour en fermer d'autres meme si ceux ci vous font comprendre que c'est compique de faire fermer son compte procédure longue blabla et vous reproposer bonus en attendant pour retomber facilement dans l'engrenage.

J'ai perdu presque 2000 euros ces deux derniers mois et suis en clair remise en question + création projet food truck qui me tient a coeur.
Mon compte courant est sur ma banque depuis tout petit quand au pro pour mon projet je ne m'en sers que pour ca . Je me dis que changer de banque serait sans doute aussi l'occasion d'enterrer le passé et penser à l'avenir .

J'ai commencé par quelques coups de chance et "intutions" / "prémonitions"ou en mettant 2 € dans un ticket a gratter en rentrant a la maison ou maman te dit t'as de la chance. Au cours de ma vie ca a été assez perturbant sur plusieurs situations comme acheter un cash apres 6 mois d'arret juste 1 et gagner 500 euros coup de chance oui certes le jeu est bien fait et je suis dans une phase ou j'ai envie de reprogrammer ces intuitions pour autre chose.

J'ai continué avec roulette poker pendant mes etudes et debut apparition roulette live , poker en ligne de plus en plus accessible et ces dernieres années mon cerveau a fini par switcher en mode machines a sous avec des montées fulgurantes et descente infernales a rester cloitrer des journéees entieres collé a mon ecran de pc et cliquer sur le bouton pour esperer sortir le big jackpot.. LE CASINO GAGNE TOUJOURS

D'autres ou sur certaines visions de chiffres je peux savoir combien ya t'il de petits lancons dans le bol de la peche du jour je dis au hasard 981 il y en avait 982 bref.... , j'en ai d'autres et le jeu doit sans doute réactivé l'inconscient et nous faire croire que ... si jamais

Tout est tellement accessible aujourd'hui et les jeux machines a sous surtout ressemblent de plus en plus aux jeux smartphone type candy cr sans citer de nom jeu auquel je ne joue pas mais ou je vois beaucoup d'accros .

IL m'arrivait meme (je dis m'arrivais) car j'ai vraiment l'intention de stopper , de poser mon telephone sur le support téléphone voiture sur un trajet de 2 ou 3 heures de poser le telephone sur machine a sous a tourner en tours automatiques (dangereux dans tous les sens du terme)

Le plus dur est faire face à mes pulsions et des moments ou je pense etre bien un logo a la tele ou images au bureau de presse donnent envie je fais la mule et compte vraiment éviter de bruler tout mon argent dans cette supercherie qui prend de plus en plus d'ampleur avec les cartes a gratter a 0.5 euros qui donnent l'impression qu'on ne dépense rien ..

Changeons les codes

Bravo a vous tous et bon courage

dav19 - 28/02/2019 à 08h53

Bonjour à Tous,

Voilà une semaine que j'ai arreté de jouer.

Je suis plutot content de réussir à faire des arrets prolongés cela prouve que je peux me passer de jouer, du moins momentanément.
Le soucis est que depuis hier (jour de ma paye), j'y pense dans arrêt. Plus je pense aux dettes que j'ai contractées plus je pense à jouer en pensant que c'est la solution alors que c'est tout le contraire.

Je tiens bon pour le moment, j'ai arreté le jour de la FIV de ma compagne et j'ai décidé de ne pas jouer tant que j'aurais un espoir que ce projet aboutisse. C'est une excellente motivation. et par superstition, je sais que je vais tenir.

Voilà pour les nouvelles, c'est très dur car je suis dans une situation de dettes, mais je vais tenir bon.

LiliB - 01/03/2019 à 01h01

Tiens bon Dav, accroche toi !!!

Tu as raison, le jeu n'est absolument pas le remède à l'endettement, au contraire il accélère la déchéance et nous entraine toujours plus bas.

Allez … une autre journée … et encore une autre … Haut les cœurs !

dav19 - 06/03/2019 à 10h17

merci pour ton message LiliB, ca fait du bien de se sentir encouragé !

De mon coté, cela va faire 14 jours sans jeu, je tiens bon.

Evidemment j'y pense beaucoup, mais moins que la 1 ere semaine. Ces envies viennent souvent lors des périodes ou je m'ennuie. Je les repousse en repensant à la promesse que je me suis faite en mon fort intérieur. Et pour l'instant ca marche, je ne veux pas abimer mon karma une foi de plus, je continuerai tant que ma bonne étoile sera là pour m'accompagner et cela malgré les dettes et les difficultés

LiliB - 06/03/2019 à 12h33

Bonjour Dav,

Je suis ravie de voir que tu tiens bon.

La seule chose que le jeu apporte c'est plus de difficultés et plus de dettes.

Ne lâche pas tu es sur le bon chemin.

Haut les cœurs !

dav19 - 20/03/2019 à 10h04

Bonjour à tous,

Voilà ça fait un mois que j'ai arrête de jouer et c'est déjà une grande victoire pour moi. A vrai dire je crois que ça ne m'ait jamais arrivé depuis au moins 5 ans.
Et le mieux c'est que je n'ai pas trop d'envie, sauf une ou deux journée par semaine (comme hier) ou c'est plus dur car je pense souffrir d'une certaine forme de dépressions et certain jour sont compliqué à gérer.

Pour ceux qui cherche des solutions, voilà ce qui m'a permis d'arrêter :

- Un événement déclencheur : le 1 er jour de la FIV de ma femme je me suis juré de tout stopper, comment un enfant pourrait il s'épanouir avec un père qui flambe tout son argent dans les jeux

- j'ai touché ma prime annuelle : entièrement partie dans le solde de mes dettes de jeux, plus de 10 000 euros et il m'en reste encore 25 000 a rembourser. Des fois ça me fait flipper, mais le fait de rester fort dans ma tète me fait tenir debout et croire que la solution va s'arranger.

-je fais beaucoup de sport et je fume quelque clope (pas bien) pour compenser mes pulsions de jeu

- Je ne regarde plus mon compte en banque et retire une certaine somme de liquide que je dois gérer en début de semaine

Voilà c'est un début et je ne suis pas à l'abri d'une rechute malgré ma détermination. La seule chose que je peux dire c'est que je me sent plus serein que jamais.

LiliB - 21/03/2019 à 11h57

Bonjour Dav,

Tout d'abord bravo pour ton premier mois d'abstinence … c'est super !!!!

Que de chemin de parcouru déjà.

Je pense que ta technique est la bonne. Prendre les choses un jour à la fois … ne pas trop focuser sur le négatif et s'accrocher au positif.

Et du positif il y en a

Ne lâche pas … tu es sur une belle lancée Haut les cœurs !

dav19 - 25/03/2019 à 08h51

Bon voilà, ma femme va faire sa 3 eme fausse couche. Nous n'arrivons pas a faire d'enfants. Ca me déprime terriblement, j'ai du mal à trouver un sens à mon existence.
J'ai l'impression de stagner et que ma vie n'a aucun sens.

dans ces conditions, il est tres diffcile de ne pas jouer, mais pour le moment je résiste. l'envie d'aller noyer mon chagrin et de tout oublier dans un casino est forte mais je sais que cela ne ferais qu'ajouter des problèmes aux problèmes.

En attendant je ne m'éclate pas c'est le moins qu'on puisse dire, je suis très fatigué et sans énergie.

Ps : Désolé de ne pas participer aux autres sujets en ce moment mais je n'ai pas la force à donner aux autres ...désolé vraiment

LiliB - 25/03/2019 à 21h50

Bonjour David,

Je suis navré d'apprendre ce que vous vivez ta femme et toi.

C'est une épreuve difficile. Ne lâche pas, ta femme à plus que jamais besoin de toi.

Courage !

Profil supprimé - 02/04/2019 à 15h34

Bonjour Dav,

contente d'avoir de tes nouvelles. Wow 1 mois c'est super ça. La triste nouvelle doit être vraiment difficile à gérer. J'espère que tu pourras y faire face de manière à éviter le jeu absolument...

Bonne journée et bon courage

Soga22 - 11/06/2019 à 11h13

Salut Dav19,

Je viens un peu aux nouvelles. Comment vas tu?
J ai lu que vous avez passé un moment difficile avec ta femme. J en suis désolée.
Comment as tu géré tout ça ?
De mon coté, j ai fait de la m...e ces 2 derniers mois.
J avoue en avoir marre de raconter toujours la meme chose ! Je vais mieux...et je fais n importe quoi..... encore et encore....
Inutile de dire que je suis bien bien dans le down!

Donne des nouvelles si l envie t en dit

Au plaisir de te lire

dav19 - 13/06/2019 à 14h50

Bonjour SOGA,

Merci de prendre des nouvelles, ca me fait plaisir. Je viens souvent par ici pour vous lire et suivre vos histoires mais ces derniers temps je n'avais pas grand chose à raconter.

Je ne suis pas soigné et ma situation est toujours aussi compliquée. Le jeu est un letmotiv, il me fait tenir debout et creuse ma tombe en meme temps, difficile d'envisager un jour sans jouer.

j'arrive par contre a mieux eviter les grosses dépenses et les faux pas très engageants. Je ne vais plus aux casinos, j'essaye de m'arreter de jouer lorsque la chance ne me sourit pas. J'ai donc limité mes pertes et je ne claque plus des milles et des cents comme autrefois. Entre nous je n'ai pas le choiix non plus.

Je fais des progrès mais la route reste très très longue, je me demande si je guérirais un jour. Déjà 8 ans depuis mon premier message.

LiliB - 14/06/2019 à 00h44

Bonjour Dav19,

Je suis contente de te lire.

Je vois que tu as fais de gros efforts pour "améliorer" un peu ta situation.

Je pense qu'effectivement la seule façon d'arrêter de jouer est de ne plus aller dans les endroits ou sur les sites

internet qui nous ramènent à la case départ.

Il faut une abstinence totale et complète.

Pour ma part je me suis trouvé des tas de choses à faire et cela fait en sorte de me tenir loin du jeu … pourvu que ça dure !!!!

Je ne crois pas que nous allons guérir de notre dépendance au jeu …. je crois qu'elle sera toujours en nous … mais je pense sincèrement qu'on peut contrôler nos pulsions de jeu pendant très longtemps … si des alcooliques peuvent arrêter de boire pendant 10 - 15 - 20 ans … nous pouvons arrêter de jouer pour des périodes aussi longues nous aussi..

Allez courage … Haut les cœurs !

Soga22 - 21/06/2019 à 09h23

Hello DAV19,

Heureuse d'avoir eu de tes nouvelles

Même si comme tu dis , rien de bien neuf.
Malgré tout , tu joues avec un peu plus de modération. C'est déjà bien , mieux!
Les changements de comportement notamment vis à vis d'une addiction ne s'opèrent pas du jour au lendemain.
On le voit sur ce forum …
Je ne peux que t'encourager , nous encourager sur la route de l'abstinence.
Essai de ne pas te mettre trop dans la galère financière ; j'y suis jusqu'au cou, je jongle pour éviter une interdiction bancaire ! c'est chaud bouillant !
Courage , à plusieurs on se sent plus forts !
Rien que ça, c'est un réconfort !

Bonne fin de semaine
A +

dav19 - 26/06/2019 à 17h04

Bonjour a tous,

J'ai encore craqué ! et tres gravement, j'ai completement pété un plomb et dépenser 2000€ aujourd'hui...c'est totalement indecent et surtout ca me met dans une mouise considerable.

Cette fois c'est vraiment décidé j'arrete tout, l'abstinence est pour moi la seule et unique solution possible, je suis accroc a un point inimaginable. Je ne sais pas gerer un budget sans penser au jeu.

Je suis griller a 100% par ma banque, j'ai des dettes partout. Cette fois faut que ca cesse.

Je compte sur vous pour m'encourager,

Merci

Moderateur - 28/06/2019 à 09h26

Bonjour Dav19,

Aïe, Aïe, Aïe !!

Oui vous ne contrôlez pas et vous vous mettez dans les ennuis.

Pour aller plus loin pouvez-vous nous dire ce qui s'est passé dans votre tête juste avant de "péter les plombs" ? Qu'espériez-vous ?

Avez-vous cherché à "répondre" à ce moment-là à une émotion ou une situation particulière ?

Enfin, je crois que je vous en avais déjà parlé mais je ne sais plus où vous en êtes de ce point de vue : vous faites-vous aider ou l'envisagez-vous ?

Venez compter ici vos jours sans jouer.

De tout cœur avec vous, oui nous vous soutenons.

Cordialement,

le modérateur.

dav19 - 28/06/2019 à 12h37

Bonjour Modérateur,

Merci pour votre suivi et vos sages propos.

je suis comme vous le savez très dépendants au jeu, au point de ne pas savoir gerer un budget san y inclure les jeux d'argents dedans. Je freine a la dépense sur des tas de trucs basiques (fringues, bouffes) et je depense sans compter pour les jeux.
Je crois en plus avoir découvert que j'etais bipolaire. J'alterne les phases de dépression et les envies de grandeurs avec des jours ou je dors a peine plus de 3 h, mardi faisait partie de ces jours. Dans ces moments là je ne reflechis plus, j'ai juste besoin de jouer et de faire le vide autour de moi.

Le retour a la realité est brutal, et me mets face a mes erreurs que je suis incapable de ne pas reproduire.

Je vais essayer de tenir bon ces prochains jours.

Merci a tous d'etre là

Moderateur - 28/06/2019 à 12h55

Merci pour votre réponse, Dav.

Êtes-vous traité et avez-vous un suivi pour votre trouble bipolaire ? En phase d'excitation c'est vrai qu'il est difficile de se contrôler. Cependant cela peut s'apprendre et vous pouvez aussi mettre des freins pour rendre plus difficile que vous dépensiez de l'argent au jeu (par exemple confiez la gestion de votre argent à un tiers). Si vous ne pouvez pas vous empêcher d'avoir un budget "jeu" peut-être serait-il plus sage que quelqu'un

d'autre vous aide à faire votre budget ?

Vous justifiez votre pratique de jeu par votre envie de grandeur. Bien sûr il y a quelque chose de manichéen et de grandiose à défier le hasard. C'est un peu une tentative de maîtrise du monde et cela peut être vu comme un moyen de ternir éloigné les affects négatifs liés peut-être à une profonde angoisse. Tant que vous n'explorerez pas cette piste ou les pistes similaires vous risquez fort de répéter et répéter encore le même comportement. Il y a un problème sous-jacent et je vous souhaite de l'identifier, l'accepter, le laisser couler à travers vous pour lui trouver, avec l'aide d'un thérapeute, d'autres réponses que le jeu. Vous avez un besoin d'apaisement je crois.

Et en tout cas ne vous laissez pas enfermer dans une étiquette de "bipolarité" (c'est un risque). La bipolarité s'installe sur d'autres "méandres" et peut être soignée.

Enfin astreignez vous à venir ici jour après jour pour compter vos jours sans jouer et conter vos réussites et vos difficultés. Nous essaierons d'être attentifs.

Un jour à la fois.

Cordialement,

le modérateur.

Soga22 - 03/07/2019 à 06h46

Salut DAV19 ,

Je pourrais te dire qu'il ne faut pas regarder derrière , le passé est passé , il faut faire un deuil de ses pertes….Tout ça tu le sais déjà-
Je sais aussi qu'une rechute est souvent dévastatrice, on est hyper mal, dans sa tête , dans son corps….et pis dans son compte en banque aussi !
Il faut réussir à palier cette envie de jeux irrépressible. J'ai clairement identifié les déclencheurs , ce qui m'amène à jouer...par contre j'ai pas réussi à trouver qq chose d'assez forts, d'assez intense pour ne plus jouer.
J'ai moi aussi à nouveau merder… 330 euro joué… rien encaisser comme d'hab. Alors que j'étais monté à 700... tout à fait convenable , le double de la mise…. bah non comme d'hab j'en veux plus...et surtout plus longtemps.
Peut être qu'il faut qu'on aille se faire griller le cerveau pour ne plus avoir ces pulsions !!! Genre une mise à jour , on change le disque dur et la programmation !
...j'ai pas de solutions…. je suis parfois même assez pessimiste à ce sujet.
Je peux t'envoyer tout mon soutien dans tes 1er jours d'abstinence (qui je le sais aussi sont souvent très penibles) et surtout de le rester le plus longtemps possible.
T'avais pas fait des démarches pour voir un addictologue ou un psy ? ça a donné quoi ?

Maigre réconfort : tu n'es pas seul, nous sommes là pour te soutenir et te comprendre.
Courage, écris nous dès que t'as l'occ.

Au plaisir de te lire

Soga22 - 17/07/2019 à 14h16

Salut DAV19

je viens aux nouvelles . Comment vas tu ? tu as réussi à calmer le petit démon du jeu?

Tu disais il y a qq semaines penser être bipolaire.
L'addictologue que j'ai vu m'a dit pareil à mon sujet.
Je ne suis pas sûr du diagnostic.
C'est clair que le jeu nous fait être bipolaire !
Euphorie puis phase depressive , faut tenir le choc !

Au plaisir de te lire

Profil supprimé - 19/07/2019 à 15h34

Bonjour j'ai lu beaucoup de vos situation et je suis en train de basculer également....

J'ai commencé les jeux d'argent trés jeune (13 ans) mais à l'époque c'était 1 euro par ci par là...
.Puis j'ai découvert les paris sportifs où je jouais entre 10 et 20 euros par semaine...Puis à l'age de 18 ans j'ai accélérer ,j'ai commencé a jouer sur les site de paris sportifs en ligne où je jouais environ 80 euros par mois sans gagner assez...
Puis en Septembre 2018,j'ai basculé a la vitesse supérieur, je me suis mis à jouer sur les sites étrangers....Qui dit site étranger et beaucoup de matchs donc tentation...Au départ je jouais comme sur les site français mais depuis janvier ça peut aller jusqu'à 250-300 euros tout les mois...sois la moitié de ma paye...Et maintenant je vis sur un petit découvert mais j'ai pas envie de mal finir....

J'ai eu alors l'idée de me fixer des limites de temps (1h par jour et entre 50 euros et 100 euros par mois)...et de laisser la carte bancaire à ma mére qui me la laisse que pour dépenser autrement...

Pensez vous que ça peut m'aider?

LiliB - 20/07/2019 à 10h04

Bonjour Yo,

Tout d abord bienvenu parmi nous.

J ai lu ton message.

Pour ma part je pense qu' il est primordial de cesser le jeu complètement car le joueur compulsif ne peut jouer à des fins récréatives comme une grande majorité de gens peuvent le faire.

Tant que tu joueras tu auras toujours envie de gagner davantage et, pour gagner plus il faut jouer plus.

Tu as déjà pu constater cet état de chose.

N écoute plus le chant des sirenes.

Fais le choix de ne pas jouer aujourd'hui. Tient une toute petite journée et puis une autre.

Courage !

Profil supprimé - 08/08/2019 à 04h11

Je me permet de participer au débat.

J'ai un rapport assez particulier au jeu, sous toute ses formes, qu'il soit d'argent ou pas. J'adore jouer depuis mon enfance. Ayant l'esprit assez matheux, les jeux d'argent m'ont toujours fasciné de part l'aspect probabiliste caché derrière, et surtout, la possibilité de renverser ses probabilités en notre faveur. Ado, j'ai toujours aimé les films sur les équipes de Blackjack, et ai passé plusieurs heures à me casser la tête sur des calculs de martingales à la roulette. Sans avoir 18 ans, je jouait un peu au Blackjack en Free-to-play en ligne.

Sur ces 2 jeux, j'étais bien conscient que l'avantage était difficile à obtenir. Beaucoup de travail et de concentration pour le Blackjack, pour ne pas dire impossible à la roulette après avoir trituré les martingales dans tous les sens.

Puis peu après mes 18 ans, j'ai découvert le poker. LE jeu où il n'y a pas que la chance en jeu. Mon esprit compétitif a vite voulu se saisir des ficelles du bon joueur de poker, commencé en Free-to-Play avec des Freeroll en ligne. Pour monter péniblement une cave de quelques $ tout aussi vite évaporé en passant aux tournois payants. Je commence donc à faire chauffer la carte bleue. De petits montants à chaque fois, mais pleins de fois 10 ou 20 euros, çà commence à chiffrer.

Après 200 euros de pertes en quelques semaines, entre 2 semestres à la fac, reprise des études, les premiers jours j'ai littéralement la tête dans le cul car je manque de sommeil du aux heures passées au poker. Je me rend compte que cela me nuit et décide de me faire interdire de ce site en particulier. Je range mon ordinateur et reprend ma vie d'étudiant studieux. Mais le poker m'occupe l'esprit. Je ne tiens guère qu'une petite semaine. Je suis toujours interdit du site, mais il y'en as d'autres ... Beaucoup d'autres. J'en aurais essayé de nombreux avant de tomber sur un dont l'ergonomie me plait bien. C'est un des plus gros sites de poker, du trafic en permanence, des tournois à toute heure ... Je remet encore 200 euros pour finalement gagner 1200 $ sur un tournoi à 3$. Et là, c'est l'incompréhension. Impossible de récupérer ses gains. Il me faut jouer une certaine somme pour tout débloquer.

Je me dis que je peux jouer jusqu'à tomber jusqu'à 800$. Mais une fois cette somme atteinte, toujours pas possible à débloquer. Je me maintiens à cette somme puis presque tout s'évapore, puis je m'essaye à d'autres variantes, et je regagne des tournois. Je remonte, je redescend, ... Bref, le yoyo quoi. Mais chaque gros gain en tournoi me conforte dans l'éventualité que je suis bon, et qu'en vrai, je peux le battre le jeu. Si je suis tombé bien bas parfois, c'est que je me suis essayé à des trop gros tournois, à 50 ou 100$. Mais en restant entre 1 et 5$, j'ai l'impression de maitriser la chose. Au final je finis au bout de 3 mois par devoir retoucher à la carte bleue. Puis par vider mon compte de ma première paye de l'été passé, premier job étudiant. Heureusement pour ma folie du jeu (Malheureusement pour ma vie sociale et financière), le vide de mon compte en banque coincide presque parfaitement avec mon anniversaire, qui renflouent donc de quelques billets ma situation, billets dont je trouve le moyen de les transférer sur mon compte en ligne et continuer à flamber pendant 1 mois. Puis la fin du 2° semestre arrive et les emmerdes avec. J'essaye de me remettre au travail mais alternent les jours de poker avec quelques rares jours de révisions (pour ne pas dire de visions ... pour les cours où j'ai du demander à d'autres de me les prêter). Je suis tellement à l'ouest que je rate mon premier jour d'examen sans le savoir, assis devant mon PC à jouer. Je me traîne aux suivants mais le mal est fait. Dans le même temps mes parents ont finis par tomber sur mes extraits de compte et me mettent le nez dans la merde ...

Nous sommes fin mai. Mes parents savent qu'il me reste 20 $ en ligne que je ne peux pas retirer. Je leur donne tout moyen de paiement possible à ma disposition et ils m'accordent de les garder pour jouer. Ils me

dureront tout l'été, à jouer très épisodiquement pour m'aider dans mon sevrage. Le mal était passé.

En novembre de la même année, il me prend l'envie de réessayer. Je choisis spécifiquement un site où je peux me contrôler, et où je peux retirer à tout moment. Dépot maximal au mois : le minimum possible, 10 euros. Je ne souhaites pas gagner, ces 10 euros sont là pour être perdu, je veux voir si j'ai définitivement guéris du jeu pathologique. Je gagnes quelques tournois, monte à 300 et quelques euros. Dès que je sens la phase descendante, j'ai le réflexe de retirer 250 euros tout en m'autorisant à encore perdre 50 euros (je dis bien perdre, plutot que jouer, je pense que c'est le plus important)
Ca aura duré 2 semaines, je supprime mon compte, fin de l'épisode.

Quelques mois plus tard, rebelote. Je me dis que ce serait pas mal de rejouer un peu, pourquoi pas regagner, en gardant l'esprit lucide j'arrive vraiment à produire du bon poker.
Toujours le même site, limite de dépot au mois fixée au minimum possible, 10 euros. Ca dure quelques jours, je ne dépasse guère 20 euros, malgré un jeu serré rien n'y fait, parfois le jeu est tel qu'on a beau bien jouer, on perd tout de même. Même si il y'a une part de talent, cela reste une grande part de hasard. Je retombe à 0, cloture mon compte et ce seront ainsi mes derniers euros dépensés au poker.

Tout cet épisode s'est passé entre janvier 2009 et début 2010. Un peu moins de 2000 euros perdus dans la phase aigue (début 2009) puis désormais 9 ans d'abstinence du poker en ligne. Presque 10 si l'on oublie les 2 épisodes sans jeu pathologique.
Il a du m'arriver en 9 ans de faire 2-3 soirées de poker entre amis (sans argent), mais rien de plus, et c'est plus l'aspect social et festif de la soirée entre pote que le poker qui m'intéréssait là dedans. J'ai également joué de manière épisodique au casino (pas au poker, juste un peu de Blackjack, 4 soirées récréatives en 9 ans, moins de 100 euros perdus au cumul) et je pense être désormais totalement sevré du jeu d'argent pathologique.

Je pense qu'un témoignage de quelqu'un qui s'en est sorti peut toujours aider.

Je pense que le sevrage sous controle a été important, les fameux 20$ restants sur mon compte sans possibilité de recaver (Puis les 2x10 euros avec plafond imposé par le site en ligne). Ils m'ont duré plus longtemps, avec moins de temps de jeu, mais histoire de quitter le jeu en douceur. Le sevrage est souvent négligé dans le processus d'arrêt du jeu, qu'on essaye de faire brutalement, pour cesser net les pertes financières.. Confiez vos moyens de paiements à votre femme/mari, ou à un ami/parent. Et négociez un petit budget mensuel pour jouer.

Je dis çà puisque je vois beaucoup de personnes qui tentent de cesser brutalement avant de rechuter. Et de mon expérience, ce n'est pas la meilleure méthode.

LiliB - 16/08/2019 à 01h03

Bonjour Trajan,

Ravie de voir que vous avez pu vaincre le démon du jeu.

Si la méthode du sevrage progressif vous a réussit ce n'est pas le cas de tout le monde, malheureusement.

Certains, comme moi, ont du tout arrêter d'un coup sec car le sevrage progressif a été désastreux.

Aujourd'hui je ne joue plus.

Suis-je guéris pour autant ? Je ne crois pas. Je crois que lorsque nous sommes dépendants nous le restons même si nous réussissons mieux à nous contrôler.

Bonne continuité !

Profil supprimé - 20/08/2019 à 15h48

Bonjour,
J'avais raconté mon histoire y'a quelques semaines...Je joue un petit peu moins mais encore un peu trop à mon goût...J'ai pris rendez vous à l'addictologue pour Mardi Prochain...J'espere qu'il me donnera des solutions...

Bonne journée a tous...

dav19 - 12/02/2020 à 15h53

Bonjour à tous,

Quelques nouvelles de mon parcours

La première bonne nouvelle c'est que je suis abstinent depuis 2 semaines aujourd'hui. Ca parait peu mais pour moi c'est beaucoup, car je jouais tous les jours et de manière intensive. Toute ma vie était tournée autour du jeu avec les nombreux déboires que vous connaissez en ayant lu mon parcours.

Je m'étais promis d'arreter debut janvier, mais après avoir gagné 1000 e en misant 4 €, je me suis mis à rejouer comme un cinglé, et la suite vous la connaiisez déjà. 1000e de gagné pour 4000€ de perdu ensuite.

Après une enième phase de dépression, de dégout de moi meme, je me suis enfin décidé a faire le grand pas.

pour l'instant je tiens bon et j'en tire une certaine fierté mais le gros soucis c'est que je m'ennuie. Je résiste mais je tourne en rond, je passe mes journée à ne rien faire ou presque sans envie ni motivation particulière.

J'ai un travail mais je n'arrive que très partiellement à bosser etant la plupart du temps en home office. Il faut absolument que je me booste pour trouver des activités, mais toutes ces années passer à jouer m'ont un peu couper du monde réel et du coup rien ne m'intéresse assez pour que je m'y mette a fond.

J'arrive par contre à faire un peu de sport ce qui me permets de soulager mes pulsions car sinon je passe mes journées à manger et fumer des cigarettes.

Je ne suis pas sorti de l'auberge mais je pense que c'est un long chemin. Je n'ai plus ces sensations de perte de controle et ces insomnies terribles a ressasser mes pertes.

Je vous souhaite à tous bon courage dans vos démarches

Moderateur - 14/02/2020 à 10h57

Bonjour Dav19,

Merci de donner de vos nouvelles et merci de votre fidélité. Bravo pour ces deux premières semaine d'arrêt.

Nous savons combien, chez Joueurs info service, chaque heure puis chaque jour gagné au début est une vraie victoire lorsqu'on est dépendant. Vous pouvez être fier de vous.

Nous voulions revenir sur la question de l'ennui que vous éprouvez.

Déjà c'est normal d'éprouver cet ennui lorsqu'on arrête une addiction. Vous avez pour l'instant le goût à rien ou à pas grand chose parce que le jeu prenait toute la place et qu'il faut du temps pour se réhabituer à d'autres plaisirs.

Néanmoins notre conseil c'est, au début, de vous forcer à avoir des activités même si vous n'en n'avez pas envie. N'attendez pas que l'envie vienne et mettez la priorité sur le fait de vous occuper. C'est un enjeu important pour vous détourner de l'envie de jouer et diminuer le risque de rechute.

Vous pouvez vous faire aider par vos proches pour vous mettre le pied à l'étrier. Demandez-leur par exemple de faire avec vous certaines activités pour vous encourager ou simplement pour vous obliger à vous engager à les faire. Si vous n'arrivez pas à faire certaines tâches quotidiennes (ménage, cuisine...) demandez aussi l'aide de proches qui peuvent le faire pour vous (au début) ou avec vous. Il ne faudrait pas que vous vous sentiez démoralisé parce que certaines tâches essentielles ne sont pas faites. Essayez cependant de privilégier les activités qui sont censées vous faire plaisir, même si au début vous n'en n'avez pas envie ou que le plaisir n'est pas tout à fait au rendez-vous. Soyez régulier dans vos activités et avec le temps le plaisir reviendra ainsi que la facilité à faire les choses. Le cap de l'ennui aura alors été passé.

Cordialement,

le modérateur.

dav19 - 17/02/2020 à 09h18

Bonjour Modérateur,

Ces conseils sont bien sage et je vous en remercie. Je tiens bon malgré d'enorme pulsions qui me font un peu peur pour l'avenir.
L'avantage c'est que j'ai un dégout profond du jeu pour le moment c'est ce qui me fait tenir ainsi que l'amour que j'ai pour ma famille et que je ne veux plus détruire.
J'ai encore des difficultés a établir des budgets et gerer mon argent correctement, mais je ne desespere pas d'y arriver un jour.

dav19 - 10/02/2021 à 09h02

Bonjour à tous,

Je reviens donner quelques nouvelles et une fois n'est pas coutume elles sont plutot bonnes.

J'ai écrit le premier message sur ce fil il y a 9 ans déjà et pour la première fois j'entrevois le bout du tunnel dans mon combat contre cette addiction.

4 mois sans jouer et quasiment plus d'envie ni de pulsions. Parfois des idées me passent par la tête mais elles sont très vite refoulées.

J'ai perdu beaucoup de plumes avec cette addiction: Beaucoup d'argent et surement quelques points de vie.

Aujourd'hui j'ai repris un nouveau travail et ma femme est enceinte. Je lui aie avoué mon addiction passée et on fait chemin commun pour que plus jamais ca ne recommence.

Je vous souhaite à tous bon courage, j'espère que grace à mon témoignage vous vous rendrez compte qu'il est possible de décrocher et d'entrevoir la lumière meme dans les périodes les plus sombres.

boulette123 - 11/02/2021 à 15h17

Salut Dav19,

Quel plaisir de lire de si bonnes nouvelles te concernant ! Plein de bonnes choses avec le bébé à venir. C'est top que tu en aies parler à ta femme qui pourra te soutenir face à la tentation.

J'espère du fond du coeur que tu parviendras à décrocher durablement.

Courage à tous !

dav19 - 17/03/2021 à 09h32

Merci boulette123 pour tes encouragements, malheureusement 5 jours après j'ai re craqué, j'aurais tenu 4 mois et demi mon record.

Les causes de ma rechute :

Je n'ai pas cru en moi, j'ai cédé à la facilité une fois de plus. J'ai entamé un nouveau travail et après un echec pourtant mineur j'ai voulu aller me réconforter en grattant des jeux FDJ.
Et le pire c'est que comme souvent le premier jour on gagne. Alors on est content, on rigole, on paye un gros plein de courses les yeux fermés.
Et puis on veux rejouer et là vous connaissez la suite... on perds un pari, puis deux, puis on veux se refaire et on fini par ne plus penser qu'a ça.
Les problèmes du travail semblent loin et on ne fini par ne plus penser qu'au jeu matin midi et soir.

J'ai quand meme tiré des enseignements du passé. Les craquages sont moins importants et les mises plus faibles. J'ai du recul sur ma pratique désormais. Je vais tenter de recommencer un sevrage a la fin du mois le temps de m'y préparer.
Bonne journée à tous

Fly02 - 18/12/2022 à 23h23

Bonsoir à tous
Vol arnaque.
Gain au débit ensuite plus depuis des mois.
La caractère et le comportement des machines à changé du tout au tout. Incroyable vol en bande organisé.
Plus rien ne tourne rond . Les bugs s'enchaîne les pertes aussi et le manque de considération de ma.part du casino et à gerber .
4500 euros de pertes en 7 mois. J'en ai ma haine au cœur. .
Perde ok mais être volé j'accepte pas
[...] De jolie gain au départ plus rien par la suite.

Qui pour porter plainte ou et quand je souhaite la condamnation de ces escroc. Et le dédommagement du préjudice subit.

Merxi à tous.

Soga22 - 21/12/2022 à 07h33

Salut DAV19,

Sur le fil , il est indiqué que tu as laissé un message le 20.12.2022 ; je ne le vois pas.

Viens tu encore par ici ?

J'espère que tout va bien pour toi.

Au plaisir de te lire