

Dépendance au jeux d argent

Par Profil supprimé Posté le 17/06/2019 à 18h25

Bonjour, je suis dépendant au jeux d argent (Casino) . Je joue depuis à peu près 2 ans et demi depuis ma séparation. Je joue tout mon argent , j ai même contracté des empreints pour pouvoir jouer . Je suis complètement perdu j aimerais pouvoir échanger avec des personnes qui s' sont sorti ou qui essaie. Donc voilà je suis à l écoute si quelqu'un peut m'aider... merci

1 réponse

LiliB - 20/06/2019 à 00h58

Bonjour Help,

Tout d'abord bienvenu parmi nous.

Je suis une joueuse compulsive présentement en rémission si j'ose dire.

Ce qui m'a beaucoup aidé, dans mon cas, c'est de un: trouver les causes qui m'ont menées à cette dépendance ... pourquoi j'en suis venu à fuir ma réalité dans le jeu ... deux: mettre en place des murs pour rendre l'accès au jeu plus difficile ... trois: trouver autre chose à faire de mon temps libre car, il faut bien se l'avouer, le jeu prend beaucoup de place dans nos vies trop de place.

Je dirai que le principal aussi c'est d'oublier hier ... les sommes perdues ne reviendront jamais ... tu auras beau tenter de te refaire jour après jour .. rien à faire.

Un joueur compulsif ne peut jouer à des fins récréatives ... il lui faut miser toujours plus ... beaucoup plus ... pour retrouver l'adrénaline à laquelle il carbure.

Il faut te pardonner aussi et faire tout ce qu'il faut pour ne pas jouer aujourd'hui ... tenir une petite journée ... et puis une autre et une autre ... avec le temps on se refait un système immunitaire qui nous permet de résister aux chants des sirènes (les propriétaires des sites de jeux).

Allez courage ... Mise sur toi ... ne joue pas aujourd'hui ...