

BESOIN D AIDE POUR ARRÊTÉ DE JOUER

Par [Bcle76160](#) Posté le 11/03/2021 à 01h10

Bonjour,

J'aimerais pouvoir discuter avec quelqu'un qui a réussi à sortir du cercle du jeu. Depuis trop d'année je perd énormément d'argent, je suis pris à miser beaucoup d'argent sur une équipe, un joueur ou autre. Aujourd'hui j'ai envie de sortir de tout ça car ça nuit à ma santé et à la vie tout simplement. Merci pour vos réponses

6 RÉPONSES

[mick50180](#) - 11/03/2021 à 09h55

Bonjour, moi aussi j'ai été joueur et le serait encore malgré moi. Cela fait trois semaines que je n'ai pas misé, j'ai fermé tout mes comptes. Les premières semaines ont été compliquées psychologiquement mais après ce n'est que du bonheur. Courage

[Bcle76160](#) - 11/03/2021 à 12h29

Merci pour le retour. J'ai déjà essayé d'arrêter j'ai réussi à tenir 3 semaines avant de replonger. Je n'arrive pas à me fixer de limites. Avez-vous des conseils à me donner car aujourd'hui j'ai envie de m'en sortir.

[mick50180](#) - 11/03/2021 à 15h19

Bonjour
Vous faire aider par un centre d'addictologie et fermer tout vos comptes de jeux. C'est ce que j'ai fait ! C'est très dur, il faut s'accrocher car on a une sensation de manque et c'est très difficile à supporter mais accrochez-vous

[Liliane](#) - 13/03/2021 à 11h23

Bonjour,
Je tiens de plus en plus longtemps. Et je dépense de moins en moins. Ne lâchez pas. Un jour tu n'y penses même plus. Bonne continuation

[Banban059](#) - 19/03/2021 à 00h59

Bonjour, 1ère chose à faire, il faut fermer tous tes comptes que tu as ouverts.
Chose importante aussi et qui a été très difficile pour moi, c'est de faire le deuil de l'argent perdu (50000 euros) pour moi. Cela fait 32 jours que je ne joue à rien, je prend chaque jour comme une victoire et surtout je ne prend rien pour acquis. Dans mon cas j'ai aussi arrêté de regarder du foot à outrance comme avant, ce qui permet d'éviter le matraquage publicitaire. Et n'oublie pas que tu es seul, c'est une maladie qu'il faut soigner.
Courage à toi.

[chris81](#) - 10/05/2021 à 19h40

Bonsoir,
J'ai 39 ans, je joue depuis 19 ans. J'ai avoué à mon épouse mon addiction aux jeux depuis le 17 septembre 2020. Je suis ce que l'on peut appeler un joueur pathologique. Je suis gérant d'un PMU, j'ai tout joué aux courses, même l'argent qui n'était pas à moi (salaire de madame, nos économies, le prix de vente de notre 1ère maison, les économies de mes parents, j'avais procuré sur leurs comptes, et le pire c'est que je suis marié depuis 14 ans et mon épouse ne s'est jamais connectée à notre compte en ligne, elle ne faisait totalement confiance). Entre 2019 et septembre 2020, j'ai joué 900ke dans mon point de vente, et près de 500ke en ligne. Je ne pensais plus à travailler. Je pensais aux courses, aux méthodes pour gagner, toute la journée, au boulot, à la maison, en allant récupérer mes enfants à l'école. On gagnait confortablement notre vie, mais tout a basculé à cause du jeu. Pour sortir de cette spirale, j'ai tout avoué à ma femme en ce jour de septembre, je lui ai dit qu'on avait plus d'économies, que 3000 euros sur notre compte joint, que j'ai souscrit des emprunts à son nom en imitant sa signature, que l'on devait déposer un dossier de surendettement pour 800 000 euros de dettes personnelles (maison, et crédits conso pour 200000 euros). C'était vraiment un moment terrible mais libérateur pour moi, pour les mensonges, les relevés bancaires maquillés, l'usurpation de son identité. Depuis je me fais aider en faisant des thérapies avec un médecin addictologue au CHU, mon psychologue du CSAPA et mon psychothérapeute pour des séances d'hypnose, et des temps d'échanges aussi. J'ai au moins un rdv par semaine chez l'un ou l'autre. Essaie le CSAPA, la prise en charge est gratuite et il y a un réel

suivi des patients. Pour les pulsions de jeu, mon médecin m'a prescrit du REVIA et du tercian, à voir avec ton addictologue si cela pourrait de convenir. Je n'ai pas de pulsions depuis le mois de septembre, et je n'ai pas joué depuis. Passe du temps auprès de tes enfants si tu en as, discute au maximum avec ton épouse, et surtout ne reste pas seul. Si tu as des amis, de bons amis, ces derniers ne te jugeront pas, ils feront le maximum pour t'aider à t'en sortir. Moi c'est en parlant que j'ai pu arrêté avec mes psy, mon médecin, ma femme, mes amis, je n'ai pas eu besoin de prendre des médicaments car l'envie de jouer s'est évaporé lorsque ma femme et mes enfants ont su toute la vérité et surtout l'étendue des dégâts que le jeu a causé chez moi. Courage à vous !
