

## REFUGE CONTRE LA DOULEUR

---

Par [asarius](#) Posté le 21/09/2021 à 10h07

Bonjour,  
Moi c'est Camille, j'ai 41 ans. Je suis marié avec 2 adorables enfants.  
J'ai une maladie handicapante depuis 15 ans qui génère des douleurs en continu.  
Je me suis en partie réfugié dans le jeu vidéo, car ca permet d'oublier les douleurs, de sentir comme les autres derrière son écran.  
Depuis quelques années, la maladie progresse et je passe plus de temps sur l'ordinateur ou les jeux pour oublié.  
Depuis le début d'année, ca en devient effrayant car en plus, je veux être le meilleur, le premier, connaître la sensation de victoire.  
J'ai dépensé plus de 3000€ dans deux jeux sur google play et forcément cela me rend euphorique sur le moment, mais après très triste et très en colère contre moi même.  
Je me met en danger, mais aussi ma famille.  
J'ai besoin d'aide, besoin de sortir de la et voir si je peux récupérer mon argent car je mange les économies de la famille.  
Merci

### 1 RÉPONSE

---

[LiliB](#) - 22/09/2021 à 23h16

Bonjour Camille,

Tout d'abord bienvenu parmi nous.

Je suis navré de te savoir malade.

De l'aide existe. Sur ce site il y a des références pour des gens compétents en addictologies.

Il est évident que ta situation de santé te rends encore plus vulnérable aux chants des sirènes.

J'ai entendu parler de logiciels qui bloquent les jeux en ligne et qui pourrait peut être t'aider aussi.

Si un forumeur à des infos la dessus se serait bien d'en faire part à Camille.

Mon conseil est la technique du un jour à la fois qui ma réussit puisque cela fais quelques années déjà que je joue plus.

Aujourd'hui fais le choix de ne pas jouer. Résiste, une toute petite journée. Puis fais le même choix demain. Un petit pas à la fois.

Bon courage !

Haut les coeurs !

---