© Joueurs Info Service - 18 décembre 2025

Forums pour les joueurs

La rechute

Par Dafy Posté le 10/10/2023 à 16h50

Bonsoir à tous
je me décide enfin à venir écrire sur le site pour demander de l'aide, après une longue période d'abstinence, dont j'ai été contrainte et forcée car je jouais au casino des sommes considérables, qui m'ont totalement mises en surendettement et en grand danger psychologique.
Après des mois et même des années de combat, j'ai pu obtenir un accord avec la banque de France pour mon dossier de surendettement et me suis faites interdire de casino.
A ce jour, j'ai "enfin" fini "mon dossier de surendettement (14 ans de procédure et de remboursement au total) mais je me sens à nouveau très vulnérable et m'oriente vers les jeux de grattage, ce que je ne faisais jamais auparavant.
J'ai arrêté de jouer totalement pendant ces 14 ans et même après. Je me suis réinvestie dans mon travail, j'ai ouvert un cabinet d'expertise avec une associée et parallèlement j'étais toujours suivi par un psy.
Depuis plusieurs mois, j'ai arrêté de travailler (le covid a eu raison de notre activité) et je lutte beaucoup contre moi même pour ne pas aller jouer en journée quand je suis seule. Malheureusement je n'ai à priori pas les ressources en moi car tous les jours je joue aux jeux de grattage en cachette de mon entourage et me met à nouveau en grande difficultés financières.
J'en ai parlé à mon psy qui est très à l'écoute mais m'a aussi conseillé de venir sur ce site pour échanger avec d'autres joueurs et appeler des spécialistes du jeu, quand j'ai une pulsion pour m'aider à passer le cap et prendre ainsi le plus de distance possible avec mon addiction,
Il est disponible mais bien sur pas à chaque fois que l'envie me prend et il m'aide donc à trouver des solutions pour dépasser mes pulsions.
Je lance aujourd'hui un SOS car je sens au fond de moi que je n'ai plus la force et la volonté de lutter, à nouveau la spirale du jeu entre dans ma vie et j'en ai une peur terrible
Si par des échanges en direct ou différés vous pouvez m'aider, je partagerai volontiers mon expérience et encouragements avec vous en retour,
Merci à ceux qui m'ont lu et merci d'avance à ceux qui accepterai de m'aider,
Très belle soirée à tous,
Dafy

4 réponses

Thanan - 14/10/2023 à 07h18

Bonjour Dafy,

Vous êtes déjà très courageuse de venir en parler ici et vous avez tout mon soutien.

Je vous félicite également pour le combat que vous menez. Vous prenez les bonnes initiatives en vous entourant de professionnels.

J’ai le sentiment que le jeu est un refuge quand on se sent seul et que l’on s’ennuie.

Vous avez l’air d’être une belle personne, intelligente et confiante en elle. Le genre de personne que l’on imagine pas avec avoir des soucis avec les jeux d’argent.

Dans votre témoignage, vous n’évoquez pas votre famille ou vos amis. Qu’en pensez-vous ?

À vous lire et bon week-end,

Shaka - 15/10/2023 à 12h23

Bonjour Dafy,

Je suis désolé pour toi de lire ça, c’est déjà beau d’avoir tenu 14ans.

Je vais dire des banalités sûrement, mais est-ce que la fierté de t’être abstenue pendant tout ce temps ne peut pas servir de moteur?

Personnellement je suis en pleine phase de rechute après plusieurs mois, et, en plus de perdre de plus en plus d’argent, le fait de se sentir minable d’avoir replongé ne fait qu’ajouter à ce sentiment, ce qui emmène vers une autre session de jeu etc etc etc.

Je te souhaite sincèrement de pas replonger. De voir des personnes abstinentes depuis autant de temps est aussi une motivation pour les gens qui cherche à se sortir de cette sale habitude.

Courage!

Dafy - 18/10/2023 à 10h15

Bonjour à vous,
Grand merci de votre message qui m'a fait plaisir de constater que j'avais été lue et pouvais commencer à échanger sur ce forum,
Je ne pense pas être une "belle personne", j'essaie au mieux de me battre contre un démon qui s'appelle "LE JEU" et me renvoi plutôt l'image d'une femme pitoyable qui n'a rien compris à sa mauvaise première expérience,
J'ai malheureusement encore joué beaucoup cette semaine et je n'arrive pas à trouver l'ancrage pour résister,, plus le temps passe, plus je me demande si je vais y arriver et trouver en moi la force de renoncer définitivement. A ce jour, je ne l'ai pas et échanger ou écrire sur ce forum est déjà une grande aide,
J'en ai tellement besoin!!!
Vous me demander pour ma famille et mes amis, eh bien comme la dernière fois, où j'ai caché ma double vie, je fais pareil aujourd'hui... La dernière fois c'est quand j'ai été dos au mur et les huissiers régulièrement au pied de ma porte sans aucune solution que j'ai craqué et informé mes proches de ce qu'il se passait.
Les réactions ont été très différentes les uns des autres et j'ai envie de dire que les amis ont été moins jugeant que ma famille,
J'ai une fille de 30 ans aujourd'hui, qui à l'époque avait 10/12 ans, je l'ai totalement traumatisé et elle n'a rien oublié de nos nuits d'angoisse de peur d'expulsion, d'huissier qui sont venus saisir la voiture, d'amis qui

faisaient des courses pour la nourrir, des appels de la mairie (j"habitais un tout petit village et les avis de saisis passaient par la mairie avant d'arriver chez moi. La discrétion des élus locaux et de la secrétaire de mairie n'ont pas été très efficace et rapidement nous avons été montré du doigt. Ma fille, encore une fois l'a mal vécu à l'école puis au collège où l'histoire l'a suivi...)
Bref, je suis en colère contre moi et j'ai tellement honte pour hier et encore plus aujourd'hui de la tromper à nouveau la dessus. De tromper les gens que j'aime...
J'en ai parlé à 2 amies qui ne jugent pas mais ne savent pas comment faire pour m'aider car une addiction au jeu est totalement impossible et incompréhensible pour elles.
Je lance mes messages comme des bouteilles à la mer et j'espère sincèrement pouvoir échanger avec certains d'entre vous et vous amener également ma contribution dans ce parcours si difficile, douloureux et dangereux,
Belle journée à tous,
Dafy

Shaka - 24/10/2023 à 00h28

Bonsoir Dafy,

Désolé pour le délai de réponse mais j’ai eu une grosse rechute cette dernière semaine. Je comprends ce que c’est d’avoir l’impression de trahir les gens qu’on aime (il n’y a qu’un seul ami qui est au courant que je joue encore).

Tout ce qu’on peut essayer c’est d’être la meilleure version de nous meme et se battre un jour après l’autre. La différence de la dernière fois c’est que tu as conscience du problème et que tu fais des choses pour éviter de retomber.

Courage