

Forums pour les joueurs

## Il est temps !

Par Alexandre57300 Posté le 14/08/2024 à 20h35

Bonjour ,

Je vous écris car je pense être un joueur addictif. Cela fait un peu près une dizaine d'année que je joue .

Au début c'était 10€ et jamais plus que 100€, et puis ensuite je suis devenu dirigeant et je pensais pour passer mon stress et mes problèmes en jouant .

Les sommes ont grimpé mais je n'ai jamais joué de l'argent que je n'avais pas , je n'ai jamais endetté ma famille , elle manque de rien . Et j'ai encore de l'argent .

Sauf que , depuis peu je déclenche des crises d'anxiété quand je joue pas , ou quand je joue et que cela ne passe pas . Au début je pensais que j'étais trop stresser avec le travail mais en vrai j'ai compris que c'était lié au jeu .

J'ai pu voir des reportage , quand on a gagné on est super heureux avec nos familles ou autre et quand on perd on est mauvais .

Je ne sais plus quoi faire ou penser, je me remet en question sur ma vie et rumine tellement à en avoir des crises de plus en plus fréquentes .

Je deviens impatient et irritable avec mes enfants, mes ouvriers.

Et je me dis la meilleure façon d'arrêter c'est de tout bloquer , mais je l'ai déjà fait 20 fois je trouve toujours des solutions pour jouer .

Alors comment se sortir ce tourment .

Aujourd'hui je ne manque de rien et je suis en bonne santé physique.

J'ai besoin qu'on m'aide mais je ne sais pas comment faire .

Je vois des centres spécialisés pour les addictions mais je ne suis ni drogue ou autre et ne veux pas me retrouver dans des endroits bizarres .

En espérant avoir un guide vers la guérison