

Forums pour les joueurs

# Guérir

Par Gwendolo Posté le 31/05/2025 à 07h55

Bonjour

Cela fait maintenant 8 mois que j'ai rechuté dans le jeux avec des conséquences financières assez élevées mais pas insurmontable.

Au travers de mes lectures, j'ai cru comprendre que faire le deuil de l'argent perdu est une étape cruciale à la guérison. Elle permet notamment de s'enlever de la tête l'idée de se "refaire".

Ca fait maintenant une semaine que j'en ai parlé a mes proches et me libérer de mes mensonges me fait un bien fou. Aujourd'hui je travaille sur le deuil de l'argent perdu et me focus sur une sérénité financière.

Mais il est dur pour moi de ne pas penser a tout ce que j'ai perdu.

Par chance je ne pense pas a jouer depuis une semaine, l'idée m'en dégoûte, mais je sais que ce n'est pas acquis, que cette notion de se "refaire" traîne peut être dans mon inconscient.

Avez vous des solutions concernant cette étape? Des retours d'expérience?

Ce message est le premier d'une longue série, j'ai vraiment envie de guérir..

Merci pour vos retours

Bonne journée

Gwendal