

Forums pour les joueurs

Aide joueur surendettement

Par Moi4321 Posté le 30/11/2025 à 19h06

Bonjour,

Voilà...j'ai joué et je veux m'arrêter car c'est une descente aux enfers. J'ai pris rdv avec un addictologue de jeux en ligne. Je pleure tous les jours et je m'en rends malade. Mon conjoint ne sait rien de mon addiction et je n'arrive pas à lui en parler car j'ai tellement honte. Il travaille et moi je dépense l'argent qu'il n'y a pas ???? je veux arrêter tout ça mais je ne sais pas si un dossier de surendettement pourrait m'être accordé car ils vont voir les extraits de compte et s'apercevoir que j'ai énormément joué. Je ne sais plus quoi faire et je me sens vraiment très mal vis à vis de cette situation. J'ai l'impression que mon cerveau et mon cœur vont lâchés tellement j'ai honte et peur de tout perdre. Est ce que des personnes ont pu s'en sortir et comment avez-vous fait ? Merci de m'avoir lu ?????

1 réponse

soso875 - 30/11/2025 à 23h15

Bonjour,

Si je dois te donner un vrai conseil, le plus important est de te focaliser sur toi même pour pouvoir t'en sortir... Je m'explique : Il faut que tu te dise pourquoi cette envie de jouer arrive régulièrement et quelles sont les réelles causes de cette addiction qui t'entoures et te ronge au fond de toi... Et tu verras qu'à partir de là, tu pourras déjà mieux cerner tes pulsions et cela te permettra de jauger la dopamine qui est en toi pour éviter de craquer à nouveau...