© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les joueurs

Nouvelles résolutions

Par Profil supprimé Posté le 10/03/2014 à 11h00

Bonjour,
je viens de me rendre compte de la perte d'argent , de temps et de l'impact sur l'humeur que les jeux avaient eu sur moi.
J'ai sérieusement rogné mes économies et je me retrouve coincé pour contracter un prêt immobilier (moins d'apport, peur qu'on nous refuse a cause des sommes qui sont débitées par mois pour le jeux etc...).
Peu à peu je me suis renfermé sur moi en restant des heures à jouer à la maison. Cela me permettait d'oublier mes soucis. Par contre je n'ai pas affronté ces problèmes en face et ils se sont amplifiés au point de mettre ma carrière en danger .
Le jeu me rendait irritable et débordait sur le temps que j'aurais pu passer avec ma compagne. Elle est très compréhensive et très soutenante mais elle s'impatiente de me voir régler ce problème. Chaque jour la pression augmente.

Je n'ai pas joué d'argent depuis une semaine aujourd'hui. J'avais déjà beaucoup ralenti mes dépenses et cherchais comment m'en sortir en occupant différemment mes journées. Mais j'ai craqué j'ai joué 330 euros au poker dans la journée, sans jamais rien gagner . En plus j'ai fait une chose très dangereuse, j'ai pris beaucoup d'anxiolytique ce jour-là. Tellement que je ne pouvais plus suivre une conversation ni parler normalement. J'ai mis ma vie en danger en avalant toutes les réserves d'anxiolytique de la maison. Il y en aurait eu plus ou si il y avait eu de l'alcool a la maison et je tombais d'overdose. Je m'en rends compte maintenant.

Je ne veux plus jouer, cela me fait peur .

J'ai identifié la raison de ce craquage mais je m'y retrouve a nouveau confronte ce jour. j'ai essaye de mettre des choses en place pour bien gérer cette fois.

Donc , voilà où j'en suis.

1 réponse

Profil supprimé - 12/03/2014 à 11h00

Bonjour Batante66,

Vous avez beaucoup de courage et vous ne vous laissez pas abattre par les rechutes alors bravo ! J'aurais cependant ce conseil pour vous : essayez de vous faire aider à "faire face" à ce qui vous fait replonger mais aussi mettre votre vie en danger en prenant anxiolytiques et alcool. Les Centres de soins, d'accompagnement

et de prévention en addictologie (Csapa) sont notamment là pour vous apporter l'aide dont vous auriez besoin. Ils reçoivent sur rendez-vous et son gratuits. Vous pouvez utiliser notre module "Adresses utiles" en haut à droite de cette page pour trouver les coordonnées du Csapa le plus proche.

En espérant que vous allez bien et continuerez à aller mieux

Cordialement,

le modérateur.