

HELP ! JE NE M'EN SORS PLUS

Par [Profil supprimé](#) Posté le 07/10/2017 à 12h16

Bonjour à tous,

Voilà je joue depuis quelques années déjà, sur les sites de casino en ligne. J'ai essayé à plusieurs reprises d'arrêter mais impossible.

J'ai toujours eu peur de me retrouver sans argent et du coup je pense que je me suis tournée vers cette solution. Je joue beaucoup et surtout je nous met mon couple et moi dans des situations très difficiles.

J'ai des dettes, je dois pas mal d'argent, je ne dors plus, j'ai un besoin d'aller sur ses sites. J'ai bien réussi le mois dernier à ne rien jouer, j'étais fière de moi mais ce mois-ci j'ai replongé.

Comme un fumeur qui arrête deux jours et refume le double.

Je ne sais pas vers qui me tourner, j'ai l'impression de ne pas avoir assez de motivation. J'en ai, mais est-ce qu'elle est suffisante? Je me sens faible, je vais perdre ma moitié qui me soutient depuis des années.

Avez-vous des conseils? en dehors des blocages de sites, interdiction de jeux et contrôle parental? j'ai des amis proches qui sont au courant mais j'ai l'impression d'être seul quand même.

J'ai des projets pleins la tête, et cette addiction me fait perdre pied complètement...

Aidez-moi s'il vous plaît. Je sais que je peux y arriver il suffit juste que je trouve le déclic.

Merci

2 RÉPONSES

[ratatouille](#) - 09/10/2017 à 22h14

Bonsoir

Je pense que tu as besoin d'aide avec un thérapeute, sinon vient souvent sur ce site qui est bien fait et imprègne toi de tous ces messages qui expliquent bien que le jeu ne mène à rien seulement des soucis financiers et personnels qui peuvent devenir graves. Quand tu sens que tu vas craquer ne va pas sur ton ordinateur prends un bouquin, ou regarde un bon film rigolo pour t'évader.

Sais-tu pourquoi tu as joué, et quand as-tu commencé à jouer?

L'addiction est une pathologie qui peut se soigner, il faut peut-être un peu de volonté et comprendre pourquoi on en est arrivé là. La parole est importante, la compréhension est importante et surtout s'entourer de personnes qui ne nous jugent pas et surtout avoir envie de s'arrêter pour retrouver une vie normale et sereine.

Pourquoi tu ne veux pas qu'on bloque ton ordi? ce serait une solution radicale je pense.

Moi j'allais au casino et je me suis fait interdire donc terminé pour moi les casinos.

Je reste à ton écoute.

Bon courage et crois en toi.

[Moderateur](#) - 19/10/2017 à 10h56

Bonjour Wedd13,

Le conseil c'est d'accepter de vous faire aider pour lutter contre votre addiction. Arrêter est possible et vous en êtes capable puisque vous avez déjà tenu un mois entier. Mais tenir la distance, résister à la tentation, déjouer les pièges nécessite de pouvoir dialoguer au long cours avec un professionnel.

Je vous recommande d'avoir recours aux services d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa). Vous trouverez les coordonnées du centre le plus proche de chez vous en appelant notre ligne d'écoute ou en utilisant la rubrique "adresses utiles" de ce site. Les consultations sont gratuites.

Racontez-nous comment cela évolue pour vous. Même si vous n'y arrivez pas.
