

## LE DÉCLIC

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 09/06/2018 à 23h38

Bonjour,

Je suis jeune et comme l'indique mon pseudo, je suis un imbécile. Un imbécile parce qu'à 19 ans j'ai déjà trouvé le moyen de perdre 1500€... Et à chaque fois que je rejoue en espérant me refaire c'est la même musique et je le sais.. Mais je le fais quand même...

Cela fait plusieurs jours que j'ai envie d'arrêter, voyant que cela influe mon humeur, et mon bonheur, car perdre ne rend jamais heureux... Mais voulant à tout prix me refaire (pas les 1500€) seulement de quoi revenir dans le vert sur mon compte en banque car je suis à découvert d'environ 350€ bien qu'ayant encore 150€ de mise engagés.

Mais sentant bien que cela me nuit beaucoup, mais étant incapable d'arrêter, j'ai décidé de taper ce soir: "comment arrêter les paris" et me voilà...

Alors ça fait plaisir de voir que je ne suis pas le seul à s'être fait avoir et à avoir cru pouvoir gagner de l'argent alors que je suis un joueur compulsif, mais le plus dur est que l'argent joué m'est offert, je n'ai que très peu travaillé jusqu'alors dans ma vie et ce n'est pas vraiment mon argent mes l'argent de mes parents et grands-parents que je jette bêtement par la fenêtre...

Mais arrêter après avoir perdu est très dur, on a forcément envie de se refaire, on aimerait pouvoir revenir en arrière, se dire qu'en jouant de manière intelligente on peut y arriver, mais je ne sais pas le faire, je ne sais que perdre...

Alors voilà si vous avez de quoi m'aider je suis preneur !

Mer ci par avance et bon courage à tout ceux qui sont touchés par ça !

## 4 RÉPONSES

---

[LiliB](#) - 13/06/2018 à 13h52

Bonjour,

Et bien si le fait d'être joueur compulsif fait de nous des imbéciles j'en suis une, et pas de chance je suis vieille en plus 😊

La dépendance aux jeux est du même type que la dépendance à l'alcool, la drogue etc.

En fait, elle se nourrit aux mêmes sources. On joue compulsivement pour les mêmes raisons que l'on boit, se drogue etc.

La première chose à faire c'est d'admettre qu'on est joueur compulsif, voilà, c'est fait, tu l'admits.

La deuxième des choses c'est de faire table rase du passé. Ce qui s'est passé hier n'existe plus ... tu ne peux rien faire pour changer les choses ... les sommes perdues le sont à jamais. Tourne la page. Repars à zéro en faisant le choix AUJOURD'HUI, un jour à la fois, de ne plus jouer. Et fais le même choix demain ... et après demain, un jour à la fois.

La période de sevrage est difficile car le chant des sirènes est très fort ... les journées où on est plus fatigué ... les journées moches au travail ou à la maison ... il y a plein de situation où la tentation de jouer pour oublier, pour se changer les idées, parce qu'on a envie d'une bouffée d'adrénaline ... peu importe ... donc ces journées là c'est pire mais il faut garder le cap ... ne rien lâcher ... parce que le remède fait encore plus de mal que le mal lui-même.

Ce n'est pas juste une question de perte financière ... il y a aussi la perte de l'estime de soi, la honte, l'humiliation, le désespoir même.

Autre point important ... tu ne pourras jamais te refaire et tu sais pourquoi ? parce que les entreprises qui sont derrière tout cela ne sont pas des entreprises sans but lucratif, au contraire! Parce qu'un joueur compulsif n'arrive plus à jouer de façon récréative ... il veut constamment revivre l'adrénaline du gagnant et pour cela il doit miser de plus en plus, de plus en plus gros et qu'il perd de plus en plus et des sommes de plus en plus importantes. En fait le joueur compulsif peut te donner la liste de ces gains à quelques euros près mais ne peut jamais chiffrer ses pertes EXACTEMENT ... parce que lorsque l'on joue on perd complètement cette notion ... on ne raisonne plus .... on est dans une bulle qui lorsqu'elle éclate nous laisse ... par terre ... knock out ... totalement démolit.

Donc, le meilleur conseil que je puisse te donner c'est ... regarde en avant ... plus en arrière ... fais le choix de miser sur toi ... aujourd'hui ne joue pas ... et fais le même choix demain ... et après demain ... un jour à la fois.

Reviens nous voir ... nous sommes plusieurs sur ce site à vivre avec cette problématique et nous bataillons ferme contre le démon du jeu.

Bon courage !

---

**Profil supprimé - 17/06/2018 à 22h18**

Bonjour,

Tout d'abord merci pour votre réponse réconfortante.

J'ai peu à peu commencé à clôturer l'ensemble de mes comptes (j'en avais ouvert une dizaine).

Je joue de moins en moins j'ai perdu tout juste 50€ en 5 jours.

Je n'ai plus de quoi jouer sur mes comptes. J'attends la fin de mes paris encore engagés avant de tout clôturer définitivement je l'espère.

Je fais peu à peu le deuil des sommes perdues, déterminé à regagner "normalement" ce que j'ai perdu en travaillant.

L'impression d'être en train de gagner ma bataille contre le jeu me donne plus de motivation, je vais tout faire pour ne pas lâcher.

Après tout je me dis que je me suis fait avoir, comme beaucoup d'autres, ce n'est pas un crime, juste une erreur, on est humains on a le droit d'en faire, l'important est d'apprendre de ses erreurs.

Merci encore, je reviendrai lorsque j'en aurai terminé avec ça et que l'ensemble de mes comptes seront clôturés.

---

**LiliB - 18/06/2018 à 12h52**

Bonjour,

En effet, nous sommes humains.

L'important c'est de ne pas recommencer les mêmes erreurs encore et encore.

Je le répète, pour le joueur compulsif il est impossible de jouer à des fins récréatives seulement tout comme il n'est pas possible à un alcoolique de prendre une petite bière à l'occasion.

Bon courage pour la suite.

---

**ratatouille - 19/06/2018 à 14h37**

Bonjour

Oui avec l'abstinence totale on peut arriver plus une fois recommencer car pour nous les impulsifs on b à pas le droit à juste une fois on rechute direct quand on est arrivé à se contrôler c est à vie

Mais venir en parler est une belle preuve de ta volonté

Ici nous sommes nombreux à trouver la force de résister à ces démons qui nous rongent la vie

Tu es jeune ne gâche rien, oui c est une. Erreur de parcours qui n en fait pas ?????

Alors tu as la volonté, on peut s aider au quotidien pour y arriver

Ne lâche rien

Bon courage

---