

Forums pour les joueurs

# GROS GAIN GROSSE PERTE

Par Profil supprimé Posté le 11/08/2018 à 05h03

bonjour, je suis un gros joueur environ 300 euros par jour pmu et amigo au minimum avec des excès parfois casino pouvant aller jusqu'à "3000 euros au maximum avec des journées consécutives à jouer et des fois juste du pmu

pourtant j'ai eu un gros gain et je continue toujours, je suis lucide sur mon comportement c'est plus fort que moi je m'en veut fort. j'ai décidé d'arrêter avant d'avoir plus rien j'en ai déjà bouffé beaucoup je me dégoûte mais faut assumer,

je pense que l'abstinence est le meilleur moyen cela va être dur surtout quand tu ne peux rien dire à personne aussi bien les gains que les pertes. ce forum va m'aider.

desormais je vais vivre pour moi et les miens me faire plaisir sans me soucier du regard des gens,

mon déficit en amour propre est une des raisons de mon jeu.

être lucide sur les raisons de mon addiction et rester spectateur de ma vie me rends fou alors j'agis et je vais y arriver

## 3 réponses

---

LiliB - 13/08/2018 à 11h16

Bienvenue parmi nous Noah,

Le premier pas tu viens de le faire en admettant que tu as un problème de dépendance aux jeux.

Le second également, en voulant te reprendre en main et reprendre le contrôle de ta vie.

Hier est déjà loin et tu ne peux rien faire pour récupérer tes pertes.

Aujourd'hui tu peux changer les choses en faisant le choix, un jour à la fois, de ne pas jouer.

Nous sommes là pour t'épauler et t'écouter.

Bon courage.

Haut les cœurs.

Profil supprimé - 13/08/2018 à 13h54

Bonjour et merci pour le soutien malheureusement aujourd'hui j'ai rejouer au plu 20 euros ça va être vraiment dur l'abst Totale

Soga22 - 13/08/2018 à 16h31

Bonjour Noah61,

Je suis dans le même cas que toi ! Enfin moi c'est les casinos en ligne , les machines à sous ....  
J'ai commencé une thérapie en mai , j'ai résilié mes cartes VISA, Mastercard pour ne plus pouvoir payer en ligne, du coup j'ai pris une carte prépayé, j'ai clôturé quasiment tous les comptes sur ces sites de jeux (j'en ai encore 1 d'ouvert) et malgré tout cela, je trouve encore le moyen de jouer !  
Moi aussi j'ai eu des périodes comme toi ou je jouais vraiment beaucoup presque tout les jours.  
Ce qui me vaut de jolies dettes!  
Aujourd'hui, avec ce que j'ai mis en place je joue moins mais dès que j'ai l'occasion je m'y remets ! C'est pas facile l'abstinence totale !  
Jusqu'à présent, le max que j'ai tenu c'est 4-5 jours.  
Je me dis que c'est déjà pas mal vu que jusque là c'était quasi quotidien!

Il faut trouver des astuces pour ne plus pouvoir jouer , planquer toutes les "bouteilles" !  
Les rechutes font partie du processus , seulement pour certains ( comme moi) le sevrage est plus long !

Je ne peux que t'encourager dans ta démarche et comme tu le disais pense à toi et aux tiens. C'est une belle source de motivation.

Et puis on peut discuter régulièrement sur ce forum, ça fait du bien. Les personnes sont bienveillantes et ont de bons conseils. Et on se sent moins seul !

Bon courage ! et bonne semaine !