

Kam na skupinu?

Vložil dredi - 22/12/2012 18:07

Ahoj,

potřebovala bych poradit. Již rok a něco abstinuji- mám asi 8měsíců po léčbě a chtěla bych začít chodit na nějakou skupinovou terapii nebo i individuální. Přestěhovala jsem se za přítelem s kterým jsme se seznámili v léčebně do Brna a neznám to tady, co se psychologů a poraden týče. Nemohl by mi někdo poradit, kam by se tady dalo chodit? Necítím chuť se napít. Jen asi potřebuju trochu mezi lidi. Nikoho tady neznám a jsme více méně furt jen s přítelem, tak at se dostanu i mezi jiné lidi a mohu s nimi sdílet své starosti i radosti:-) S přítelem toho řešíme hodně, ale musím i mezi jiné lidi. Budu ráda za každou radu! Díky a taky ráda popovídám o tématu nepítí ,co prožívám a tak. peta

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Jana Mertosová - 22/12/2012 19:23

Najed' si na lištu pod kolonkou LÉČBA najdeš psychiatra v Brně. Jinak v Brně fungují skupiny Anonymních alkoholiků (kontakt najdeš také tam), kde můžeš sdílet s nimi veškeré zkušenosti, najdeš tam porozumnění i opravdové přátele.

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Liba - 22/12/2012 19:33

Dredi, v Brně funguje několik skupin AA, jsou tam mladí, starší, lidé, výborní. Tam najdeš zázemí, přátele. Jsou na Křenové ulici, a i jinde, několikrát za týden. Určitě nepodceňuj doléčování, jdi tam, poznáš, posoudíš sama.

=====

Kam na skupinu?

Vložil dredi - 22/12/2012 20:24

Děkuju za rady:-). Ale v léčebně mi někdo říkal, že u anonymních alkoholiků to funguje tak, že se jeden postaví před ostatní a mluví, ale já bych spíš potřebovala nějakou skupinu - kde bychom povídali a hned se reagovalo. U anonymních alkoholiků se prý nemůže reagovat??? jako mluvit někomu do té jeho řeči?? Nebo to mám nějaké popletené? a taky se tam bojím jít... nemám ráda nové věci... tak to musím nějak asi překonat...peta

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Hanka - 23/12/2012 00:32

Ahoj, se skupinovou terapii ti poradi psychiatr ev. psycholog, v Brne je toho urcite plno... a za mně rada... hledej si přátele i mezi zdravými lidmi!

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Liba - 23/12/2012 04:34

Jdi tam, posuď sama. Tam se naučíš žít vedle alkoholu, hodně Ti to pomůže. Nejlepší odborník na alkoholismus je v Brně paní dr. Květa Vrbová.

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Jana Mertosová - 23/12/2012 09:57

psychologa si buď vyhledáš sama-pak budeš muset platit za každou konzultaci. Nebo ti ho doporučí psychiatra tam neplatíš. Počítej s tím ani psycholog ti nebude radit ani reagovat-stejně jako v AA se neraguje, ani neradí. Všichni mluví o své zkušenosti a je na tobě co si vybereš. Stejně i u psychologa si ty sama musíš uvědomit proč jsi potřebovala mluvit právě o tom ,o čem jsi mluvila, stejně to ,nakolik je, nebo právě to bylo pro tebe důležité a proč. Je to i uvolnění veškerých potlačených emocí v životě, kterým jsi nikdy nedala průchod ze strachu, z nemístných ohledů na druhé a já nevím z čeho ještě. Právě toto tě má možnost nesmírně osvobodit. Ať si vybereš co chceš-každé ti nějak pomůže.

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Jana Mertosová - 23/12/2012 23:02

Protože zde je také skupina lidí, kteří hledají odpovědi sami tápou, či jinak trpí ráda bych všem popřála šťastné Vánoce, klid a mír v duších. Zdraví trpělivost a láska ať vás provází v příštím roce. Ten kdo opravdu miluje nechce ani nemůže ubližovat druhému natož sám sobě. Ať se daří nepít, či pít kontrolovaně, bez problémů a komplikací druhým lidem-těm nejbližším .

=====

Re: Kam na skupinu?

Vložil Michal - 24/12/2012 19:25

Ahoj Peťo, jmenuji se Michal, jsem alkoholik a jsem z Brna a nějaký pátek chodím zde do AA. Jen Ti chci říci, že jsem ještě nikdy nestál na mítinku AA před ostatními když mluvím, naopak, jsem lenoch tak sedím. Ano v AA se nereaguje, neradí a neposuzuje. Ale je to zvláštní, aniž bych se ptal, své odpovědi dostávám. V Brně je mítink AA každý den. což je pro mě bezva, chodím jak potřebuji, jak se mi chce. A

co AA mi změnilo? No úplně vše v mém životě, opravdu, ale hlavně mi to přineslo neuvěřitelnou svobodu, kterou si užívám každý den.

Peťo je to na Tobě, chápu Tvé obavy, když jsem já tam šel poprvé cítil jsem to podobně, naštěstí jsme tam tehdy šli dva, jinak nevím, byl jsem zblblý z léčebny, že je to sekta, že se tam musí to či ono a td. No a pak jsem čučel, že vlastně nemusím nic. Ono dokud nepoznáš, nebudeš vědět zda Ti to může pomoci. To není rada, to je má zkušenost a jsem rád, že jsem do toho tehdy šel.

Přeji Ti a všem pěkné Vánoce a Peťo klidně Ti mohu dát kontakt, či jinak dát vědět, když budeš chtít, AA je především o dobrovolnosti. Michal

=====