

Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Neoman - 16/01/2018 21:03

Zdravím všechny členy fóra. Rád bych věděl kolik zdejších členů má problémy s alkoholem kvůli tomu, že má sociální fobii nebo je případně nervózní před lidmi a alkohol mu pomáhal tuto situaci ulehčit? Proč se ptám. Já sám trpím sociální fobií a alkohol mně určitě pomáhá se uvolnit když jsem někde na oslavě, návštěvě atd. Také po požití alkoholu cítím úlevu a takovou dá se říct větší pohodu, takže si třeba dám rád večer skleničku na uvolnění. Všechno pak vidím optimističtěji, že ta nervozita není tak velká a že se to určitě spraví. Momentálně určitě nejsem alkoholik, ale mám k tomu předpoklady, protože otec alkoholik byl a na následky požívání alkoholu i umřel. A pokud bych neměl práci, rodinu, dítě tak bych si určitě dokázal představit, že bych do toho určitě spadnul. Hlavně mě dost omezuje ta nervozita z lidí. Zkoušel jsem už různé psychology a medikamenty, ale zatím to není takové jak bych chtěl.

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Krtek - 16/01/2018 21:23

Kolko máš rokov?

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Krtek - 16/01/2018 22:14

Pýtam sa preto, či máš tú fóbiu nejakou diagnostikovanú. Alebo je to len tvoj pocit, že máš fóbiu. Pretože spomínaš oslavy, návštevy atd. Ja som bol doteraz v tom, že taký človek sa tomu vyhýba, kde môže. Ja som presne z takého dôvodu začal piť. Objavil so zázračný recept na môj jazyk. Lenže som si na ten pocit "uvoľnenia a pohody" zvykol a začal to aplikovať na akúkoľvek situáciu. No a teraz som tu, ako zaslúžil alkoholik.

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Neoman - 16/01/2018 23:45

Je mně 33. No určitě mám lehčí formu a věkem i terapiemi se to zmírnilo. A asi to umím i dobře maskovat, takže to na mě na první pohled není vidět, že jsem nervózní. Teda kromě občasného červenaní. Druhá věc je "diagnóza" Dospělé dítě alkoholika. To mně poradila si o tom přečíst jedna psychologka a musím říct že to na mě hodně sedí..

<http://monikaplocova.cz/dospele-deti-alkoholiku1>

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 06/02/2018 19:38

Jakákoliv fobie je pouze stav Vaší mysli. Nic víc. Představte si, že neexistuje termín "sociální fobie". Co teď? Není lepší si přiznat, že se trochu jen více stydíte, že jste nesmělý než si hned lepit na čelo tyto hloupé moderní výrazy? Skleničku vína nebo pár skleniček pivečka si můžete dát i bez nálepky kterou zde popisujete, buďte pozitivní člověk, hledejte legraci, smějte se, dívejte se na komediální filmy a uvidíte, že nějaká hloupá moderní sociální fobie zmizí stejně tak rychle jako přišla. Jinými slovy - jak budete vysílat, tak budete přijímat.

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Angelina - 06/02/2018 20:00

Ahojky Neoman,

prosímky vydrž s námi, všichni Ti chtějí tolik říci, ale dnes jsme se o Tobě teprve dověděli, tak každý bere své douška Ti něco určitě říci...

Zdravíme Tě a líbí se nám to, že ses tady k nám přidal...

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Michal - 06/02/2018 20:14

Richard Abraham,

hezky sevoťte a souhlasím, že nejde až tak o pojmenování dané nemoci/poruchy, ale verte, že existuje obrovská škála psychiatrických nemocí a poruch až po agorafobii, generalizovanou úzkostnou poruchu, sociální fobii, hranicní poruchu isibnosti atd atd atd jsou jich desítky a je to souhrn pocitů a nejen psych. ale i fyz. symptomů, které nejdou ovlivnit životosprávou, pozitivním myšlením či xyz změnami v živ. stylu :) cíli pokud má napr. generalizovanou úzkostnou poruchu nejde to změnit lusknutím prstu a vylecit se takto to nefunguje :) mozek je genialní ale zároveň složitý orgán a pokud v něm nefungují některé chemické procesy a přenosy různých látek, tak jak má... nepomůže příroda ani snídaní ovesné káse s chia semínkami jen tak musel jsem reagovat :)

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Ja - 06/02/2018 20:34

...před r.1989 jestvovali "iba" socialistické strašáky; dnes společensky transformovali na sociálne.

Můj deda by povedal: "oboje je panský švindl!" :angry:

(Strach alebo fobia; nadávať sa dá aj po slovensky/česky... ,či?) :P

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 06/02/2018 20:35

Rozumím, ale když se dospělý člověk dokáže naučit chodit s absencí míchy, může ovlivnit i svůj vnitřní stav. Souhlasím, že naše společnost velmi špatně vychovává děti a tak se z nich stávají tzv nemocné bytosti závislé na prášcích atp ...

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Ja - 06/02/2018 20:42

Richard Abraham, píšeš:

Rozumím, ale když "se dospělý člověk dokáže naučit chodit s absencí míchy, může ovlivnit i svůj vnitřní stav." Souhlasím, že naše společnost velmi špatně vychovává děti a tak se z nich stávají tzv nemocné bytosti závislé na prášcích atp ...

..."dokážeš TO aj Ty?" :P

(...alebo "len" machruješ cez klávesnicu? /PC/) :silly:

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Michal - 06/02/2018 20:42

Samozřejmě souhlasím, že úzkost a nepříjemné pocity ve společnosti se alkoholem neresí ba naopak vede to k mnohem horším důsledkům :(...no je hrozná doba bohužel s lepší už to nebude...kdyby to slo zrušil bych všechny soc.sítě myslím,že to je alfa a omega problému této generace..

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Ja - 06/02/2018 20:47

Mišo,

..."horšie aj lepšie už bolo." B)

(...aspoň, že je možnosť *si vybrať!*) :P

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 06/02/2018 21:19

Já míchu mám, ale jsem si jist, ze bych to dokázal. Musíš jen chtít.... Nic víc.

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Michal - 06/02/2018 21:23

Doufam,ze Vam bude zdravi slouzit a nepotka Vas zla nemoc jako napr."Erska"=roztrousena skleroza...to mozna nazor zmenite nebo se naucite chodit na rukou?! :)

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Neoman - 06/02/2018 22:32

To Richard: No je to sice stav mysli, ale take i fyzicka zalezitost a urcite to neni tak jednoduchy si proste rict ze je vsechno v poradku. No co jste napsal je dost zjednodusený a bohuzel realita je pro hodne lidi jina. Ja jsem urcite pozitivni clocek a knizek a pozitivnim mysleni atd. jsem precetl uz mraky, ale zatim to bohuzel nefunguje tak jak bych chtel..

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Neoman - 06/02/2018 22:36

Angelina napsal:

Ahojky Neoman,

prosíky vydrž s námi, všichni Ti chtějí tolik říci, ale dnes jsme se o Tobě teprve dověděli, tak každý bere své douška Ti něco určitě říci...

Zdravíme Tě a líbí se nám to, že ses tady k nám přidal...

Díky Angelina!

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Petr N - 06/02/2018 22:44

Richard Abraham,

ten život bez míchy je předpokládám úplně nový objev odměněný pravděpodobně Nobelovou cenou, ne? ;)

Bez PÁTEŘE a potažmo bez MÍCHY se fakt žít nedá. Mícha a z ní vedoucí nervy nemají na starosti jen pohyb ale i funkci vnitřních orgánů. Z tohoto důvodu je poranění míchy/páteře zejména v oblasti krční páteře často smrtelné.

Co se fobií a úzkostných poruch týká, tak kdyby to bylo tak jednoduché, nebyla by potřeba antidepressiva, anxiolytika a další léčiva.

Také by nebyly potřeba různé terapie. V tomto případě asi KBT(CBT).

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Sochár - 07/02/2018 08:12

Slovo dipsománie přesně znamená dle slovníku cizích slov: "občasné chorobné nutkání k několikadennímu pití alkoholu až do stavu otravy, kvartální pijáctví."

Objev! Ta cizí slova! Božítku! Člověk se pořád učí. Mohu si tedy říct, nejsem alkoholik, jsem pouze dipsoman! Hurááá!

Ne, dělám si z té "vědy" legraci, jasně, že jsem alkoholik. Jen si vysvětluju proč jsem se dokázal, snad bez větších škod a docela rychle vrátit do střízlivosti. Ale stejně je to o hubu, požitím alkoholu se kola tkzv. dipsománie můžou roztočit tak, že bych šel rovnou do hajzlu, kvartál, nekvartál. Dobré ráno!

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Ja - 07/02/2018 09:10

Sochár,

"di-pso aj tri-pso"~ maniaci (ne)môžu byť aj majitelia 2 alebo 3 psov?

Ak majú psov ešte viac, tak sú omni-psomaniaci alebo stále ešte aj kvartálni ožrani, s excesmi alebo aj bez (nich/excesov)? :P

(Takéto pomenovanie si určite vymyslel "vážený" papaláš, aby ho netrápilo, že pije len občas a nie ako každý poriadny opilec/ožran; (dennodenne!). :silly:

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 07/02/2018 09:41

Dá..

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Ja - 07/02/2018 11:01

Richard Abraham napsal:

Dá..

"Dá alebo nedá sa byť
aj piť dipsomaniakom aj bez miechy, Fidel?"
(Fidelius bezCastrólius) :ohmy: :silly:

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 07/02/2018 11:21

Nebudu odpovídat na nekorektní hloupé narážky.
Děkuji za pochopení.

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Petr N - 07/02/2018 11:28

Richard Abraham,
Co (se) "Dá..." žít bez páteře/míchy?

Odkazy na nějaké studie by byly?

(Weby typu aeronet, parlamentnilisty, blesk, nova atd. neberu jako relevantní zdroj)

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 07/02/2018 11:39

Ano jde to....je již mnoho lidí, co toto dokázali ...

=====

Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Stopka - 07/02/2018 11:45

Zdravím,
požádám vás, řešit míchu ve vláknu volnější pokec, nebo v chat okně.
Jste zde už úplně mimo tématu tohoto vlákna.

Stopka admin

=====
Re: Sociální fobie - uvolnění s alkoholem

Vložil Richard Abraham - 07/02/2018 12:39

potvrzují.

=====