

Jsem alkoholik?

Vložil Káťa - 20/07/2012 13:44

Ahoj, ani nevím, jak mám začít. Jsem na mateřské, mám tři děti, manžel se vrací domů dost pozdě a tak jsem si občas otevřela večer víno. Jenže frekvence se zvyšují a teď už to vypadá, že piju obden. Už mi je i jedno co, dřív jsem pila jen víno, teď sáhnu i po tvrdém alkoholu. Mívám neodolatelnou chuť si něco dát, to jsem dřív nepoznala. Nikdo to o mně neví, dokonce ani manžel. Dáme si někdy víno spolu, má rád, když jsem "piclá". On určitě alkoholik není, to já ho vždy nutím do další flašky. Ale nejvíc piju sama, když mě nikdo nevidí, uklidňuje mě to. Jsem na děti úplně sama, někdy mám pocit, že se zblázním. Manžela miluji, vím, že má hodně práce, a že se musí otáčet, aby nás všechny uživil, a proto mám další depku z toho, že já jsem na mateřské, nic nedělám a přitom ještě piju. Je to takový kolotoč, a pak si řeknu, že zase tolik nepiju, a že to stejně nikomu nevadí.

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Jana Mertosová - 20/07/2012 14:33

Ahoj-rozhodně to není dobrý.Začínáš se rozpíjet směrem do závislosti.Láhev sis našla místo společníka.Tím sis našla i odůvodnění k pití-samota.Co takhle změnu?Vím,že 3 děti znamenají starosti a kupu práce.A ta samota,bez manžela.Co kdyby jsi z té práce začala ubírat a hledala začlenění se mezi maminkami na mateřské?Také trpí podobně jako ty.Vím,že v městech jsou kluby pro maminky s dětmi.Děti si tam vyhrají,maminky popovídají,je tam společné cvičení,hry a zábava jak pro děti,tak pro mámy.Společně jezdí na výlety,do ZOO a pod.Touto aktivitou by jsi zamezila černé díře,kdy saháš po láhvi.Touto aktivitou by sis také odpočinula od běžných myšlenek, které tě k pití přivádí.Nabízí se ti tak možnost poznat nové přátele.Pokud se budeš držet toho svého- jak žiješ teď?Zaručeně tě alkohol dostane do své moci.

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Liba - 20/07/2012 16:18

Káťo, piješ už dost, a za chvíli to vadit bude Tobě, všem.Aby nebylo pozdě.Najdi si nějakého koníčka, zábavu, relax.

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Jana Mertosová - 20/07/2012 18:11

Káťo,píšeš,že tvoje pití nikomu nevadí!Musím tě ujistit,že tomu tak není!Vadí zatím jedinému-a tím jsi ty.Něco v tobě tě správně chce varovat před tím,co ti opravdu hrozí!Proto brouzdáš na tomto fóru.Já ze zásady nikoho neposlouchala-poslouchala jsem jen sebe-to co jsem chtěla já.Moje něco přitom řvalo-já byla k němu hluchá.Můj alkoholismus-a to,že se mi vůbec podařilo přestat mi sundalo klapky z uší a

naučilo řídit se tímto hlasem.

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Katka - 21/07/2012 11:41

Přes den je to dobré, to nemám čas myslet na blbosti. Ale když přijde večer a děti spí a manžel zase není doma, tak mě přemůže ta chuť si něco dát. Říkám si, že jen skleničku, ale pak piju a přestanu pozdě v noci, to abych ráno mohla vstát k dětem. Samozřejmě ráno jsem mimo, a pak si to vyčítám...Vlastně nevím co sama večer dělat. Uklízím celý den, tak to přece nebudu dělat ještě v noci. Taky jsem zkoušela studovat cizí jazyk, ale k tomu se moc dokopat neumím....

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Jana Mertosová - 21/07/2012 12:44

Katko-jde o to ,že tvůj život se stal stereotypní a naprogramovaný.Potřebuješ toto všechno změnit.Budeš-li ve společnosti ostatních maminek na mateřské dostaneš se na jiné myšlenky,naučíš se společnému sdílení-což s ti s manželem chybí.Chráníš ho protože víš,že má hodně práce.Ty nebudeš s žádným problémem mezi nimi sama.Tím ti odpadne pocit samoty večer,kdy už děti spí.Tím,že se budeš stýkat s jinými a děti budou společně s vámi prožívat tato setkání-začneš časem usínat zcela jinak.Naučí ti to mít radost z naplněného dne-což ti nyní chybí.Navíc večery se těmito srazy naučíš trávit tím,co jsi chtěla a potřebovala udělat během dne,kdy jste měli tyto setkání.Rozumíš mi toto chce od tebe změnu.Navíc mámy si předávají recepty,některé umějí něco spíchnout na sebe a pro děti-toto tě taky bude motivovat k tomu,aby jsi se naučila také ty něco,něčím se ukázala.Muži a převážně ti,kteří jsou celý den v práci přijdou unavení-a časem už ani nejsou schopni toto ocenit.ŽENY FUNGUJÍ JINAK.A hlavně ženy na mateřské časem mají pocit,že zakrňují,jsou nedostatečně oceňovány-a samy tím trpí.

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Zina - 22/07/2012 15:45

ahoj, chtěla bych poprosit o radu. myslím si, že manžel má problém s alkoholem,který si nechce přiznat.

Když byl mladý, svobodný, tak pil často, na zábavách, mimo ně, s kamarádama v týdnů... Když jsme spolu začali před 5ti lety chodit,tak se opil tak 1-2x za 14dní, jinak pivo si dal normálně tak 1-2 na zahradě,při práci..poslěze,asi před rokem si otevřel už pivo i doma, ale fakt tak jedno no ale pak se párkrát stalo, že usnul venku,před bytem na chodbě, v zimě ve sněhu, před obchodem tak slíbil, že se na alkohol ani nepodívá. můžu říct, že opravdu jsem myslela že to dokázal,protože nepil vůbec - teda aspon si myslím, přede mnou ho prostě nepil....nyní, po 5ti měsících jsem si všimla, že už si občas dá 1pivo, 3 pivka...když jsem mu říkala, at to nepije, tak se naštvál, co z něj dělám... nyní se stalo, že víkend strávil v alkoholu, jeden den usnul v sušárně na zemi, nebyl schopný dojít domů, ráno se vzbudil, odešel z domu a zas jsem ho našla v noci spát pozvraceného na chodníku. On si nic nepamatuje...když mu něco řeknu, tak mi odpoví, no co, tak jsem se opil. k doktorovi jít nechce, že není alkoholik, co by

tam dělal, jen že neví, kdy má přestat, že nepije furt, ale jednou za čas...

Já mám z toho obavy, jeho otec byl alkoholik. máme spolu 2 děti a já jsem na alkohol už alergická. nechci, aby ho děti viděli jak spí oblečený na gauči, protože dcera už má 10 let a pozná, že tatínek pil...Je mi líto, aby kvůli alkoholu naše manželství ztroskotalo, ale jak mu pomoci, když si myslí, že on problém nemá.

nebo má pravdu a problém nemá???

V práci ani doma problémy nemá, finanční situace je normální, můžeme si dovolit dovolené apod... myslím si, že v tom trošku hrají podíl kamarádi, protože ti chodí do hospody často a on ne. neříkám, že za to můžou, nikdo mu to do krku neleje, ale chce být víc s něma...on mi to předhazuje, že ten je tam každý den, druhý že každý víkend. apod... já vždy odpovídám - nežiju s ním, ale s tebou a pokud nevíš, kdy máš dost, neměl bys tam chodit a pit vůbec...

děkuji za vaše rady...

=====

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Liba - 22/07/2012 15:57

On dobře ví, že jistě není normální pospávat na chodníku poblitý, a jinde. Alkohol ho dostává. Myslím si, že si pití schovává někde po domě, pije tajně. Normální jev u alkoholika. Zapřemýšlejte o rozvodu, aspoň ho postrašte, sama se napojte na Al-anon, pro příbuzné alkoholiků. Bude to s ním jen horší. Nemůže řešit kamarády, měl by řešit svoje stavy, nechce si je připustit, rozloučit se s chlastem.

=====