

Prosim pomozte!

Vložil Zdenka - 07/10/2012 18:20

Zdravím, je mi 20 let s alkoholem jsem neměla nikdy větší problémy až asi poslední 2 roky kdy se něco zlomilo a já zažila mnoho večírků z kterých místo dobrých pocitů převažovali výčitky svědomí za své chování, uvědomuji si jak jsem riskovala mnohokrát i své zdraví apod.:/ svůj problém si uvědomuji protože zkrátka at si říkám stokrát že už se to nezopakuje jdu a šup mám menší okénka někdy, a poté neskutečné výčitky a pocity deprese a zmaru, nevím jak dál chci si nějak pomoci, vím že problem je někde hloubš, chystám se ke konzultaci s psychologem...měla bych i podotknout že matka je vyléčená alkoholička a v rodině byl alkohol vždy dost tolerován, prosím poradte jak si nějakým způsobem stanovit pravidla aby se člověk nedopouštěl stále stejných destruktivních činů??:/

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil zdenka - 07/10/2012 19:08

druhá věc je že to není pravidlem ale chybí mi tzv. záklopka že mám dost, piji poslední dobou dokud nemám dost, nikdy bez větších problémů jen ssama před sebou mám pocit že se dělo něco hrozného:// stane se tak jednou do měsíce, prosím napište někdo nějaké shrnutí:/

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Michal Pooh - 07/10/2012 19:53

Ahoj Zdenko, nevím, jestli Ti tato odpověď pomůže, ale pokud je člověk alkoholikem, jediná cesta, která z toho vede ven, je úplná abstinence.

Pokud nejsi odhodlaná k tomuto životnímu stylu, je dost těžké Ti nějak poradit. Pokud se s tím nějak smíruješ, bude nejlepší navštíviš-li specializovanou alkoholicko-toxikologickou poradnu. Pokud máš v okolí možnost, zkus navštívit i skupinu AA. Jinak na těchto stránkách najdeš také mnohé materiály o alkoholismu a mnozí v tomto fóru Ti určitě nějaké zkušenosti předají.

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil petr - 07/10/2012 19:57

otázkou je kde je ta hranice že je někdo alkoholik, v tom případě jsou alkoholici 80 procent dnešní mládeže apod., například zdenka je nejspíš citlivá osoba která to hodně řeší, ale je dobře ýže si uvědomuje že jí tento styl nevyhovuje, každý dělá chyby, pouč se a jdi dál a kašli co si myslí okolí, on každý má dost starostí se sebou"

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Michal Pooh - 07/10/2012 20:08

Toto fórum je primárně pro alkoholiky. Tak už napovídá název stránek. :)

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Marketa - 07/10/2012 22:36

Ahojky,moc te zdravim.Jsi mladounka,ale jiz sama tuis,ze na tvem pití není nic v pořádku.Dle mého názoru(jsem také alkoholická),jsi přesně vystihla příznaky pocínajícího alkoholismu...Muzu se mylit a ver ,moc bych si to prala,ale bohužel můj odhad silně podporuje i fakt,že máš v rodině alkoholika...:(...

Me chování bylo naprosto stejné v tvém věku,stále jsem ale ještě dobře fungovala,budovala si slušnou kariéru,cestovala,uzívala život,vdala se za báječného muže a porodila syna.Alkohol si však získával stále více a více z mé svobody.Dnes je mi 35.

Je strašně těžké přestat v době,kdy jsi mladá,alkohol ti ještě hodně dává,netušíš,jak moc je to zákeřné a silné,ale nějaký specialista na závislost a hlavně aa,ti dokazou otevřít oči a ušetřit ti tak roky padu na dno-ci téměř jistou smrt..

Prosim nepodceňuj to,jeste netušíš,s čím máš tu cest,jsi chytrá mladá,silná holka,zajímej se o svůj problém,hledej řešení,duvody,pomoc.Moc ti fandím,pa a davej o sobě vědět,ju?

Pa a dobrou noc,Marky

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Zdenka - 07/10/2012 23:17

Marki děkuji Ti moc za reakci.Co je nejhorší je fakt, že v situaci kdy vidíte člena své rodiny skoro umírat na tyto následky vám stejně nezabrání dospouštět se stejných chyb.Myslím a doufám že ve chvíli kdy si to člověk i přes veškerou toleranci nadměrného užívání alkoholu společností uvědomuje jako problém, který by se mohl i nadále vyvíjet , je to jakási cesta kupředu. Moc si přeji se s tím poprat, být jako dřív veselá a ne stále řešit ty samé situace a klamat sama sebe.Chci být sama sobě přítelem a ne naopak, a věřím že to zkrátka půjde! děkuji za vyslechnutí:)

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Liba - 08/10/2012 06:42

Zdenko, pleteš se v jednom, mamka není vyléčená, nikdy nebude, jen abstinuje, což je bezvadný.Ty

sama víš, že ta záklopka je zlá, nemůžeš přestat, a jestli nepřestaneš pít, zničíš se brzy.

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Zdenka - 08/10/2012 10:21

bojim se že život už pro mě nemá smysl:/

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Liba - 08/10/2012 10:58

Nepřeháněj to. Vždy je čas přestat pít-já přestala pít ve svých 54 letech-, každý střízlivý den stojí za to si ho užít, nevěš hlavu, neboj se, není čeho, nepodceňuj se, hlavně přestaň pít, řešit hlouposti, a žij-Uvidíš, jak se Ti ten život začne být lepší, najdeš spoustu motivace, chuť k žití, úsměv, jen nefňukej a něco se sebou dělej.

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Jana Mertosová - 08/10/2012 12:09

Zdenko.Tvoje máma se uchlastá-možná A tvůj život přestává má mít svůj smysl?Je to její rozhodnutí jestli chce přestat nebo ne.Je to tvoje rozhodnutí,jestli se v tom chceš utopit též!myslíš si,že tím někomu pomůžeš?zajdi si na All anon mezi ženy,ktelé se s tím potýkají.nebudeš sama najdeš podporu a naučíš se žít bez rozdílů na tom,jestli máma bude pít,či nikoliv.

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Zdenka - 08/10/2012 14:11

píši zde že nepije už tak 2 roky prošla si léčením a alkoholu se netkne!

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Petr N - 08/10/2012 15:25

Zdenko, nestraš ve 20 aby neměl život smysl? Vždyť ho máš celý před sebou. Můžeš ho prožít krásně a smyslupně. Od kolika vlastně piješ?

Každopádně to zkus alespoň omezit třeba jednou za čtrnáct dní nebo jednou za měsíc. Najdi si dobrého psychologa, nemyslím si, že máš problém jen s pitím.

Petr

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Zdenka - 08/10/2012 15:56

Problém sem začala pociťovat tak před rokem a půl. Ano vím že vše se vším souvisí, a snaha utopit to v alkoholu je dost marná, děkuju za Vaše názory. Z

=====

Re: Prosim pomozte!

Vložil Jana Mertosová - 08/10/2012 16:29

Zdenko-ty prožíváš stavy beznaděje. Dobrý-máma nepije. Ale co ty? v tobě je pocit hořkosti, zoufalství-všechno hluboko potlačené. Myslím to vážně, že potřebuješ společnost stejných lidí, kteří si to prožili a nebio formu psychoterapie, ty ti můžou dát odpovědi na otázky, s kterými se sama ničíš. Pomůžou ti osvobodit se od mámy, jejího problému, který tě drtí. Pomůže ti to najít sama sebe

=====