Urovnání života

Vložil Martin - 01/10/2017 20:21

Dobrý den, potřeboval nějaký typ, radu co udělat a srovnat si život.

Poslední dobou si silněji uvědomuji, že mám problém s alkoholem. Od začátku roku mám cca 10 akcí, kdy si nepomatuju jejich konec, vždy se probudím doma a mám okno a blbý pocit, že nevím co jsem vyváděl. Alkohol piju jen s kamarády, tak jedna akce za týden. Někdy si člověk dá 2, 3 piva, jednoho panáka a je to ok. Problém nastává, pokud piju delší dobu, tak prostě nevím kdy skončit, i když si na začátku řeknu dám si max. 5 nápojů, tak to nedodržím. Poslední dobou mám i morální kocovinu, člověk má už věk, aby nedělal blbosti a měl nějaký vztah. Co mám vyzkoušet abstinovat, být na sebe přísnější, vyhýbat se akcím, dojít za psychologem?

Martin

==========

Re: Urovnání života

Vložil Ja - 03/10/2017 17:11

Maťo,

odporúčam Ti vyskúšať všetko, čo spomínaš a veriť, že si vyberieš správne.

Život je lotéria... :blush:
(..., v ktorej, lepší vyhráva!) :silly:

==========