Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil Pavel - 30/05/2013 21:20

Je mi 29 let,jsem z uplné rodiny, která mě má ráda a mám ve svém okolí lidi, kterým na mě záleží, i když za svůj mladý život jsem jich už také spoustu ztratil právě kvůli alkoholu. Nepiji pravidelně, jedná se spíš o jednorázové akce, na kterých se dostanu do stavu, kdy o sobě nevím. V těchto stavech ubližuji slovně svým nejbližším a dostávám se i do situací, kdy chci vyprovokovat hádku nebo rvačku i s cizími lidmi. Například na oslavě svých narozenin jsem se opil tak, že jsem nadával sprostě lidem, kteří přišli na mou oslavu a dokonce jsem utekl z hospody a začal nadávatsvé přítelkyni. Oslovoval jsem ji jako děvku aj... Kopal jsem do všeho, byl agresivní i na kolemjdoucí. Druhý den jsem si nic nepamatoval. Nezvladám agresivitu v opilosti a myslím, že je můj problém daleko hlubšího charakteru. Chtěl bych se dozvědět, kde se ve mě bere agresivita a neúcta k lidem, když jsem pod vlivem alkoholu. Jestli se nejedná jen o problém s alkoholem ale i něco jiného. Se svým alkoholismem začínám bojovat. Nechci o vše ve svém životě přijít. Dlouhou dobu jsem se obelhával a namlouval si, že se jedná o nepodstatnou věc. Když jsem něco hnusného provedl, omluvil jsem se a sliboval.Nějakou dobu jsem se držel. Když jsem si začal myslet, že jsem na dobré cestě,vše se začalo zlepšovat, dokonce jsem se i začal bavit při pití alkoholu, znova jsem to nějak zkazil. Poslední hnus, co jsem udělal je, že jsem se na jedné společné akci s mojí přítelkyní opil z tvrdého alkoholu a líbal jsem se se známou mé přítelkyně a ponížil jsem svou přítelkyni přímo před jejíma očima. Ona po hádce a dalších mých urážkách odjela, já tam zůstal. Chci aby se už nic z toho neopakovalo. Jednak končím úlně s alkoholem, což bude těžké a potřeboval bych poradit, co vše proto udělat, abych to zvládnul. Dále bych si chtěl s někým promluvit o příčinách mé agresivity a uvědomit si, co může být za tím vším. Děkuju moc

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil Petr N - 30/05/2013 22:11

Pavle,
pokud nepiješ pravidelně, tak si najdi dobrého psychologa nebo zkus ambulantní léčbu.
Petr

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil Pavel - 30/05/2013 22:18

Ahoj Petře,
máš také podobné problémy nebo jsi měl? Jestli ano, tak mi popiš svoji situaci a jak jsi se s tim vypořádal? Nedokázal by jsi mi nějakého psychologa doporučit (z Prahy a okolí)?

Děkuju moc

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil Liba - 31/05/2013 04:43

Pavle, můžeš být kvartální alkoholik.Kde se bere agresivita, nevím, nejsi sám, kdo ubližuje nalitý.Přestaň pít úplně, budeš mít klid, okolí také.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil PetrCh - 06/06/2013 19:51

Pavle, alkohol je hnus..Ubližuje spoustě lidem v tvem okolí..Jediná šance je nepít vůbec, jakmile se rozpiješ, je už pozdě, já to znám

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil Sylvie - 09/06/2013 07:47

Ahoj Pavle,
soucitim s Tebou. Můj přítel se totiž chová stejně. Zjistila jsem, že agresivitu v něm vyvolává pití tvrdého alkoholu či přemíra pití piva. Nemá tkv. klapku. Bohužel, si na rozdíl od Tebe, tento problém neuvedomuje. Kolikrát jsem byla terčem výsměchu, nadávek a tak podobně. Když vystrizlivi, tak má chvíli morální kocovinu, ale nic s tím nedela. Jediny způsob, jak tomu zabránit je nepit vůbec nebo když uz, tak si stanovit hranice a nejít přes ne.
Agresivita spojena s alkoholem je strašná. Pokud můj přítel nepije, je to moc hodný a dokonce plachý člověk. Pitím alkoholu ovšem získá na sebevědomí a začne se jakoby předvádět.
Najdi si psychologa, který s Tebou určitě udělá zázraky. Na internetu je spousta možnosti i třebaaanonymních pomocí prostřednictvím mailu. Lepší je ovšem si o problémů promluvit osobně. Já se teď k němu chystám. A věřím tomu, že poradi, jak takové situace zvládat a co delat, aby k ním nedocházelo.
Preji hodně úspěchu v dalším životě a nejlépe bez alkoholu - je to totiž droga!

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí

Vložil pepan - 19/05/2014 09:12

---

ahoj jmenuji se pepa je mi 53let ajsem agresivni alkoholik od svych 17let mam problemy s agresivytou v opilosti v jadru jsem
aš plachy člověk mouše bych neublížil ale když se napiju je to
katastrofa stracim veškere zabrany a jsem schopen jakehokoliv svynstva bezduvodně ubližiju každemu kdo se mi postavi do cesty.za coš jsem si vysloužil 13let kryminalu ,když mne vroce 2005 propustily po 7letech ,tak jsem vcelku abstynoval přes 10let abylo všechno v pohodě uš jsem si myslel že jsem nad alkoholem vyhral .tak ve velkem horku jsem si dal pivo, ale ouha během roku jsem se znova dostal do područi alkoholu znovu .jsem měl okno a ostuda aš na pudu no katastrofa napadeni samozřejmně bezduvodne ,je to uš dva měsice ale furt mně to žere
a asi dlouho bude ale tet uš vym jistě jsem do smrti postiženy

a nikdy se nesmim napit žadneho chlastu musim si pomoct sam prostě vym že nesmim alkohol a konec ,pokud si to člověk alkoholik neuvědomi.prostě že je to nemoc a že se nesmi napit.
tak žadny doktor i sebelepši ti nemuže pomoc.musi člověk chtit
jinak to prostě nejde ,moje rada je abstynovat alkohol je jed.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Ja - 28/05/2014 17:16

Pepan,
vojaci boli pred útokom, voľakedy, dopovaní alkoholom. Dnes je mier. Ak nie si ninja alebo samovrah, tak skúšaj fungovať bez alkoholu. Môžeš všetko ako každý - okrem drogy. Užívaj si slobodu, ktorú máš. Vieš, že v lochu je iný - zdeformovaný svet, s pokrivenými vzťahmi. Tu ich deformuje alkohol.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Jana Mertosová - 28/05/2014 20:34

Pepane válku s alkoholem nikdy vyhrát nemůžeš,pokud jsi překročil bludný kruh závislosti.Nepít znamená přestat bojovat se vším,všemi,a už vůbec ne sám se sebou.Naučit se přijímat život,sám sebe a všechny ostatní kolem sebe v úctě,lásce a pokoji.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Liba - 30/05/2014 13:45

Lidi neposlechnou, jejich ego maká, myslí si, že zrovna oni ukáží všem, jak to zvládnou sami, dokáží nemožné, musí si tu hubu nabít pořádně, pak zkrotnou-možná-, a abstinují, nebo ne, pak umřou.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Ja - 30/05/2014 18:21

Liba napsal:
Lidi neposlechnou, jejich ego maká... a abstinují, nebo ne, pak umřou.
Liba,
"umrieme všetci - raz. Ale prečo sa ponáhľať, však?"

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Ja - 30/05/2014 18:22

Liba napsal:
Lidi neposlechnou, jejich ego maká... a abstinují, nebo ne, pak umřou.
Liba,
"umrieme všetci - raz. Ale prečo sa ponáhľať, však?"

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Jana Mertosová - 30/05/2014 18:25

Jak jsme na svět přišli,tak z něho i odejdem.Záleží na každém z nás,jestli tu chce zanechat po sobě spoušť nebo tu nechat to nejlepší,čeho jsme schopni.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Liba - 31/05/2014 04:57

A také je snad důležité, jak žijeme.Buď jako trosky s alkoholem,čekáním na smrt, nebo důstojně bez něj.

==========

Re: Jsem alkoholik a ubližuju svýmu okolí
Vložil Ja - 31/05/2014 05:53

Liba napsal:
A také je snad důležité, jak žijeme.Buď jako trosky s alkoholem,čekáním na smrt, nebo důstojně bez něj.

Liba,
externý prejav odráža stav Duše(vnútra) a psychiku ale na prevýchovu nikdy nie je neskoro! Radšej dúfam ako zúfam. Dôstojne.

==========