Agresivní dvojče
Vložil David Kerndl - 22/01/2012 22:35

Zdravím,
upřímně se nepovažuji za alkoholika. Jsem student co si s přáteli zajde jednou dvakrát do týdne na pivo. Mám ovšem problém udržet míru. Zhruba jedenkrát za měsíc to přeženu a absolutně se přestávám ovládat, rvačky, výtržnosti, konec večera obvykle ve vlastních zvratcích. Po takové akci si téměř nic nepamatuji a co se dělo zjišťuji od přátel. Problém je, že tyto přátele pomalu ztácím, neboť jim dělám ostudu. Nejen přátele, ale snad všechny vztahy skončily po takovýchto trapasech. Když pak další den zjišťuji, co se dělo, přijde mi to jako vyprávění o kamarádovi, neboť nemám vůbec potuchy co se dělo, začali jsme tomu říkat "zlé dvojče". Samozřejmně, že se stydím, ale vzhledem k předcházejícímu oknu si plně neuvědomuji, že jsem to provedl já.
Nemáte někdo podobné zkušenosti? Dá se časem nějak "najít" míra nebo je třeba úplně abstinovat?
Díky za odpověď

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Liba - 23/01/2012 05:36

Davide, neříkej, že jsi to pití s mírou už nezkoušel, jestliže jsi alkoholik, nedokážeš to, tušíš to.Sekni s tím, budeš se divit, jak se Ti bude dobře žít bez alkoholu.Neuvěřitelné, ale jde to, a dobře!

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil David Kerndl - 23/01/2012 13:00

Přijde mi, že abstinent v mém věku je výrazně odstřižen od společnosti, Zažil jsem pod vlivem spoustu skvělých zážitků a začal nejeden vztah. Střízlivý bych neměl ani na jedno dostatek kuráže. Když tak nad tím přemýšlím, je asi zbytečné hledat radu někde jinde. Buď úplně přestanu pít a trochu se tím vzdálím dosavadním standardům nebo se občas napiju a prostě se budu muset držet na uzdě.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Jana Mertosová - 23/01/2012 17:53

Ale copak to?Davide???Hovoří z tebe jenom strach ze střízlivosti.noc jiného,než strach.V podstatě se bojí o sebe jen TVÉ DŮLEŽITÉ EGO.Tak jako u každého alkoholika,který chce a potřebuje být nadřazený a pro sebe(kvůli druhým důležitý).Timto jsem ti přesně i zdělila tvoji diagnozu-alkoholik jseš zcela určitě.Čeho se bojí Tvé ego?Jen toho,jak bys vypadal před druhými,že by ses neumněl vůbec bez alkoholu bavit.Je mi tě líto,že to takto vidíš.Můžu TĚ UBEZPEČIT,ŽE JSI NA OMYLU BAVIT SE BEZ ALKOHOLU UMÍ DOOPRAVDY JEN TI LIDÉ,KTEŘÍ SE NAUČILI ŽÍT ZCELA JINAK NEŽ TY ŽIJEŠ A MYSLÍŠ SI SÁM,ŽE JE TO ZÁBAVNÉ-MOŽNÁ JEŠTĚ TROCHU JE.pOZDĚJI TO BUDE TRAPNÁ

ZÁBAVA I PRO DRUHÉ.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Ivana - 23/01/2012 19:29

Ahoj Davide...

upřímně s myšlenkou, že když nebudu pít, tak budu totálně out - mimo - prostě bez přátel... jsem se podotýkala taky. Vlastně proto jsem nechtěla přestat pít a snažila jsem se vymyslet něco tak, aby šlo pít a přitom být s ostatníma v pohodě.
.....zkrátím to.....
Po chvilce toho, kdy se mi to zdálo, že to mám pod kontrolou se všechno vrátilo tam kde to bylo... Šlo to do kopru. Totálně.... a hlavně VŠECHNO! ! !
Takže jsem se dopracovala k tomu, že nepiju. Myšlenka že nepiju už mě nijak neodpuzuje a vůbec mi to nevadí. Dřív jsem chlast považovala jako neodmyslitelnou část života... ale teď???
:) :) :) :) :)
nepiju a co...??? Neomezuje mě to. Chlast není tak podstatnej jak jsem si dřív naivně myslela. Vlastně ho vůbec k životu NEPOTŘEBUJU ! ! !

Je mi 20, nepiju a teď konečně mám pocit, že ten život za něco stojí :silly:

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil David Kerndl - 23/01/2012 19:53

Lidé v mém okolí berou alkohol jako normální neškodnou věc. Ani já nevidím problém v tom zajít si na JEDNO. Nerad bych měnil lidi, kterými se obklopuji. Nepřijde mi, že by měli jakýkoliv vliv na mé absurdní chování a nikdo z nich podobný problém nemá.
Z mého pohledu vidím čistou abstinenci jako prohru. Alkohol vás přece omezí i tím, že ho pít nemůžete. Problém je někde ve mně, kdy nedokážu kontrolovat své chování. Cílem je právě vlastní sebekontrola, která by měla vrcholit tím, že se dostanu do skupiny mající alkohol za normální neškodnou věc.
Když si tak pročítám všechny předchozí řádky, tak vidím, že jsem zabrouzdal do jiných vod, než jsem chtěl.
To máte opravdu všichni takovou zkušenost, že se opilecké agresivity a výpadků paměti nedá zbavit jinak, než abstinencí?

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil David Kerndl - 23/01/2012 20:15

Aktivně sportuji a drtivou většinu času se bavím v "normálním" stavu. Původ agresivnícho chování jsem hledal právě ve zvýšené sportovní aktivitě -> hormony -> vyplavování. Prodělal jsem delší sportovní pauzu, ale agresivita nezmizela.

Další důvod jsem viděl v nespokojenosti s dosavadním životem -> neúspěch ve vztahu -> tak to ze sebe vymlátím. Uplynulý měsíc však byl, převážně díky nové přítelkyni, pravděpodobně nejšťastnější v mém životě, a přesto jsem se neudržel a "vypustil dvojče". Nic mi nechybělo, byl jsem sám se sebou spokojený, a proto bych nečekal, že po opití budu agresivní a nekontrolovatelný.
Abych to zhrnul. Pití alkoholu boří zábrany, když to přeženu dělá nás upřímějšími, ničí přetvářky. Proto se mi zdá, že je třeba hledat spíše "vnitřní rovnováhu", než svalovat vinu na alkohol.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Jana Mertosová - 23/01/2012 21:02

DAVIDE,NEMÁŠ KONTROLU NAD SVÝM PITÍM ANI NAD SVOJÍ AGRESIVITOU,KTERÁ SE OBJEVUJE-STEJNĚ JAKO TVÉ PIJÁCKÉ ÚLETY,KDY ZTRÁCÍŠ KONTROLU NAD PITÍM.JE TO NORMÁLNÍ BĚŽNÁ FORMA ALKOHOLICKÉ NEMOCI-I KDYŽ TY TO POPÍRÁŠ.S ALKOHOLEM ŽÁDNÉ VNITŘNÍ ROVNOVÁHY NIKDO NIKDY NENABYL-TY NEJSI VYJÍMKA.cÍTÍŠ TO SPRÁVNĚ,ŽE POTŘEBUJEŠ ROVNOVÁHU-ALE TÉ JDE DOCÍLIT JEN BEZ ALKOHOLU.KDYŽ PŘIJMEŠ NEPITÍ,KDYŽ DOKÁŽEŠ POROZUMNĚT A PŘIJMOUT SÁM SEBE,POCHOPÍŠ ŽE TVÉ VNITŘNÍ BLOKY (ZÁBRANY) VZNIKLY NĚKDE DOCELA JINDE A JINAK-A NAUČÍ TĚ TO BÝT UPŘÍMNÝM A BEZ JAKÉKOLIV PŘETVÁŘKY ŽÍT BEZ ALKOHOLU.ALKOHOLOVÉ OPOJENÍ VYTVÁŘÍ JEN SEBEKLAM-A TOMUTO PRÁVĚ PODLÉHAJÍ VŠICHNI ALKOHOLICI-BOHUŽEL HODNĚ Z NICH NA TENTO SEBEKLAM UMÍRÁ.STÁLE PLATÍ-ALKOHOLISMUS JE NEVYLÉČITELNÁ A ČASTO RECIDIVNÍ ONEMOCNĚNÍ KONČÍCÍ SMRTÍ.JEDINÁ CESTA JE ABSOLUTNÍ STŘÍZLIVOST-ČÍMŽ JSEM TĚ TÉŽ NEPOTĚŠILA.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil David Kerndl - 23/01/2012 22:33

Pod slovem nemoc si představuji něco uplně jiného. Jsem přesvědčen, že se svým stavem mohu něco udělat.
Upřímně mi vaše názory připadnou poněkud extrémní. Mnoho lidí v mém okolí pije čatěji a třeba i větší množství a přijdou mi naprosto spokojení.
Každopádně díky za sdílené zkušenosti.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Hanka - 23/01/2012 23:22

Ahoj Davide, ponechme stranou, zda jsi či nejsi alkoholik.. to tu nikdo vědět nemůžeme... nicméně, pokud ti opilost působí takové nepříjemnosti, bylo by logické jednoduše nepít... to by udělal člověk, který nemá problém se závislostí... něco jako když mám vyrážku po jahodách, tak je nejím, přesto, že patří k létu a jsou dobrý a krásně voněj... nebudeš je jíst, protože ti způsobí problém a ty to víš... jestli se nedokážeš spontánně bavit bez alkoholu, je to problém psychiky,ale myslím, že k tvému věku to tak trochu patří... nějaká nejistota v sebesama...

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Sára - 23/01/2012 23:57

_____

To je ale pešek..Myslím, že jsi sem přišel, aby ses ujistil, že je všechno v poho a dostal jsi takovou sodu:-))..
Samozřejmě, že jsi schopný se svým stavem něco udělat, stejně jako my všichni..Záleží jen na tobě, co si vybereš..Nejsme žádní odborníci..Jen každý může dát svůj názor..Já si osobně myslím, že tebou popisovaný stav není v pořádku. Možná to nemusí být alkoholismus, možná je. To nikdo nemůže od PC diagnostikovat..Existuje řada psychických poruch, které se po požití alkoholu rozjedou a z člověka udělají zvíře..Návštěva nějakého odborníka by ti rozhodně neublížila a pokud máš krásný vztah, stojí za to, něco pro jeho udržení udělat..Good luck;-)

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Liba - 24/01/2012 06:06

_____

Davide, neřeš ostatní, řeš své chování.Ostatní ať pijí, nemusí být alkoholici.Klidně chlastej dál, až Ti docvakne ten průšvih, bude možná pozdě.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil David Kerndl - 24/01/2012 14:41

_____

Když jsem zakládal toto vlákno, čekal jsem rady typu: "Mě pomůže když si zajdu před hospodou zaběhat". Po přečtení mnoha pozitivních zkušeností s abstinencí tady i všemožně jinde po internetu, to nepití asi vyzkouším a uvidím co to s sebou ponese.
Když už píšu, tak bych se chtěl ještě zeptat jestli někdo nemáte zkušenosti s užíváním jiných drog během abstinence. Nepřenáší se alkoholové zlozvyky do stavů po podobných povzbuzujících drogách (extáze, kokain). Zatím jsem s nimi v tomto směru neměl problémy.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Jana Mertosová - 24/01/2012 16:19

_____

Davide,Tvého odhodlání ci cením.Máš pravdu a tvůj dotaz je adekvátní.Alkoholismus=závislost.Často se stává člověku se závislostí že po odebrání jedné látky jeho závislost přejde na jinou.Grogy,alkohol,sex,závislost na blízkém člověku,hráčství a podobně.Je vždy třeba o tom vědět a nepodcenit nic.Protože každé takové klopýtnutí k jiné závislosti tě má schopnost opět zpět přehodit i k té původní.A máš vystaráno o pořádný malér.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Jana Mertosová - 24/01/2012 17:05

Já jsem alkoholička.Toto jsem si dokázala přiznat po dlouhých letech svých marných soubojů s alkoholem.Je tomu už víc jak 10let co jsem si celou nemoc přiznala.Donutilo mne to jinak myslet a zcela jinak žít-dávat priority tam kde patří,ne kde bych je chtěla mít já.Můj syn je drogově závislý,mimo jiné citově závislý vždy na své dívce.Drogám se vyhýbá-poznal jejich záludnost.Nicméně se u něj začal projevovat problém s pitím.Ztrácí vždy nad sebou kontrolu tím myslím v chování,stejně jako nad vypitým množstvím.Nedokáže si dát jedno,dvě a VČAS ODEJÍT.Nemá tzv.záklopku,která zdravému vždy řekne dost,to stačí.Dlouho mu trvalo než pochopil co je závislost a že do této kategorie spadá i s tím vším ostatním tak jako všichni závislí lidé.On,stejně jako já a tisíce ostatních jsme ztratili kontrolu ale též i pud sebezáchovy,který je každému dán stálým pokoušením se naučit se pít,užívat drogy,užívat přiměřeně léky,vyhrávat v automatech-můžeš sem dosadit sám....Chtěli jsme pořád pro nás už JEN NEMOŽNÉ.

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Sára - 24/01/2012 20:39

Ahoj Davide,
to je slovo do pranice:-))..Mile jsi mě překvapil. Spíš jsem z tvých předchozích reakcí čekala, že nás všechny pošleš do háje..
Řeknu ti svojí zkušenost, nikdy jsem nebrala žádné léky (na spaní, deprese atd.) Teď, co nepiju, nemůžu občas spát. Přichází mi dost často myšlenka, vzít si prášky na spaní..Nevím, jestli to má takhle každý, ale mám ze sebe pocit, že mi moje zlé dvojče chce vnutit jinou závislost..Moc dobře si uvědomuji, že bych šlápla z bláta do h..., takže jsem si dnes opravdu byla zaběhat (to běhání, není zase tak blbá rada) a pak skočila na meditaci..Zítra jdu do kina..Je mi jasný, že se děsíš šedi a prázdna bez lahve,to jsem na začátku zažili všichni, ale věř mi, že bez té láhve je opravdu líp..Je plno nádherných věcí, které můžeš dělat..Připrav se ale na to, že je fuška..Držím palečkové;-)

==========

Re: Agresivní dvojče
Vložil Bludička - 24/01/2012 22:42

Zdravím Sáro,
musím ti dát za pravdu.I já čekala,že David nás pošle do...pryč.Je to pašák.
Držím též palečky.

==========