

Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 02/02/2014 12:19

Ahoj všichni,

nechci propagovat ani jeden ze způsobů léčby, chci jen poukázat na rozdílné přístupy k léčbě.

Ze své vlastní zkušenosti vím, že když se člověk dostane na psychiatrické oddělení s problémem "alkoholismus", je postaven před alternativu - buď se půjdeš léčit do protialkoholní léčebny nebo nad Tebou zlomíme hůl...

Ne pro všechny je léčba v léčebnách vyhovující, ne všem pomůže dril pracovní kázně. Já už jsem zde jednou psala o protialkoholní léčebně v Bohnicích. Troufám si tvrdit, že nejméně padesát procent "pacientek" zde bylo proto,

- a) aby si odpočinuly od rodiny a dětí,
- b) kvůli ztrátě zaměstnání (mně osobně to stejně nebylo nic platné)
- c) kvůli rozvodovému řízení

...

já osobně jsem se z léčby vzpamatovávala více než půl roku, nyní 2 roky abstinuji, a to především díky sama sobě,

rozhodně neležím na vavřínech, pročítám besedy, čtu knihy o alkoholismu

a hlavně děkuji všem dobrým lidem kolem mě, pro které jsem nikdy nepřestala být člověkem, i když jsem byla na dně.

Do Bohnic mě vyslal můj lékař s tím, že je to nejlepší, co pro mě může udělat,

od té doby se mi již několikrát omluvil, že to udělal (byl za mnou v Bohnicích na návštěvě a dlouho se z toho nemohl vzpamatovat)

stejně tak můj manžel, ten se zařekl, že mě už nikdy nikam takhle nepošle, viděl, co se mnou "léčba" provedla

Chci zdůraznit, že takhle jsem to cítila já, nechci Bohnice zcela odsuzovat, ale chci poukázat, že existuje i jiný model, který bohužel pojišťovna neproplácí, i když by jí dle mého názoru mohl ušetřit nemalé prostředky...

Alena

Model 33 dní nebo ústavní léčba 3 měsíce?

Základní rozdíly v přístupu našeho soukromého zařízení v rámci pobytového terapeutického programu 33 dní v Domě Moniky Plocové a přístupu ústavních lůžkových léčeb závislostí při psychiatrických léčebnách v délce 3-4 měsíce.

Ústavní léčba při psychiatrických léčebnách

V naší společnosti jsme zvyklí na jeden model léčby závislosti. Je to ústavní léčba závislosti při psychiatrických léčebnách. Jedná se o tři až čtyř měsíční pobyt psychiatrické léčebně pod dozorem lékařů v bílých pláštích, za mřížemi a zamčenými zámky. Počet klientů v komunitě je okolo třiceti.

Základním faktorem této ústavní léčby je "skleníkové prostředí", t.j. oddělení člověka od vnějšího světa, aby si nemohl dát návykovou látku.

Dalším podpůrným prostředkem je medikace psychofarmak.

V dílčí míře (vzhledem k velkému množství klientů) tu psychologové a terapeuti pracují s klienty psychologickými prostředky v rámci psychoterapeutických skupin a terapií.

Kolik času má možnost odborní věnovat individuální práci s klientem? S jistotou můžu říci, že málo.

Deset let jsem pracovala v ústavní léčbě závislostí. I když jsem se snažila, nebyl prostor.

Přístup v ústavních léčbách je postaven na kognitivně - behaviorální terapii, t.j. přecvičování škodlivého

chování.

Závislost je považována za psychiatrické onemocnění.

Péče je hrazena pojišťovnou s výjimkou základních stanovených poplatků, které si pacient platí sám.. Úspěšnost léčby závislosti je v tomto modelu okolo 20%. Do čísla se počítají i klienti, kteří abstinují jen jeden rok. Takže výsledné číslo je menší. Jsem ráda, že tato léčba existuje. Byla to ona, která mě před dvanácti lety pomohla. Vážím si všech odborníků, kteří s lidmi závislými na návykových látkách pracují. Hodně zkušeností jsem načerpala právě od nich.

33 denní terapeutický program v Domě Moniky Plocové

Model 33 dní je postaven na opačném přístupu než v ústavních léčbách:

Člověk, který propadl do závislosti na některé z návykových látek má nemocnou duši ve významu "psychického strádání, psychické bolesti" Jeho užívání návykové látky je únikem od bolesti, kterou prožívá. Je to letitý proces lidského strádání a bezvýchodnosti, od kterého si člověk ulevuje tímto nešťastným způsobem. Model léčby 33 dní je postaven na principech hlubinné terapeutické práce s lidskou psychikou. Důležité je odhalení a odstranění příčin, které člověka vedou k závislostnímu chování. Náš přístup je individuální a intenzivní. Tuto přednost nám dovoluje počet klientů, kterých je nejvíce sedm.

Každý problém je třeba řešit od jeho kořenů. Základem naší léčby je tedy hlubinný přístup. S kognitivně - behaviorální terapií, tedy přecvičováním návykového chování pracujeme až na druhém místě (opačný sled oproti ústavním léčbám).

Prostředí domu je svobodné, bez mříží a zamčených zámků. Jedná se o zcela dobrovolný pobyt.

Součástí týmu jsou terapeuti s vlastní zkušeností se závislostí, kteří svůj problém překonali, abstinují několik let od závislostních látek, doplnili si vzdělání.

Rozhodnutí klienta "nechci pít, nechci brát" a následně intenzita terapií na principech odbornosti, sebezkušenosti terapeutů, lidskosti, vede k jeho silnému prožitku sebe sama. Tato relativně krátká doba tak skýtá dostatečný prostor pro započítí změny osobnosti člověka a jeho náhledu na život, pokud sám je na tuto změnu připraven a otevře se jí.

Závislost nemusí být psychiatrické onemocnění. Závislost vzniká často jako důsledek nevhodného životního stylu.

S odborníky medicíny spolupracujeme externě, t.j. máme nasmlouvanou péči vně našeho zařízení.

Externě probíhá i medikace psychofarmak, pokud si to stav klienta žádá.

Náš pobyt 33 dní je v případě potřeby anonymní.

Na model 33 dní navazuje dlouhodobá pravidelná následná péče.

Péče je hrazena ze soukromých prostředků klienta.

Roční statistika uzdravného modelu 33 dní ukazuje úspěšnost více než 30% (viz Statistika pobytu 33 dní a pilotní studie). Číslo je relativní a bude se hýbat.

V zahraničí je běžný model léčby 28 dní i úhrada léčby z vlastních finančních prostředků.

Model intenzivní terapie 33 dní v Domě Moniky Plocové je alternativní možností k ústavním léčbám.

Skýtá pro mnohé klienty možnost "uzdravit se" (tedy změnit náhled na sebe a své chování "už nechci pít") nepsychiatrickou cestou.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil petrch - 02/02/2014 12:48

Nějak mi uniklo co tím chtěl básník říci

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 02/02/2014 12:58

básník chtěl říci, že nic není samospasitelné,
že každý člověk je "jedinečný" a stejně tak by měl mít možnost volby
ne tak, že když už sebereš tu odvahu a jdeš s pravdou ven,
tak bys měl být v dobré cestě povzbuzen a ne zapuzen, pokud nepřijmeš povětšinou jedinou volbu, která
se ti nabízí - léčebna

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil petrch - 02/02/2014 13:30

No, s tím se dá souhlasit..Ale je také zapotřebí uvést, že 33denní léčba v Domě Moniky Plosové vyjde
zhruba na 60,000 ,- což né každý alkoholik má

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 02/02/2014 15:08

proto napsala, že léčbu zde pojišťovna bohužel neproplácí a že si myslím, že by aspoň zčásti měla, aby
takových domů mohlo být více
na druhou stranu, když si člověk spočítá ztráty a nálezy, tak
už i ta platba za úvahu stojí...

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Liba - 02/02/2014 17:48

Mám opačný názor, jeden takový dům stačí.Ono to zní krásně, to jejich logo"Vyléčíme alkoholismus za
tři týdny!", což je lež.Znám paní, co si na to půjčila, pije a splácí dluhy.To je pak pád!!

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Danny - 02/02/2014 17:57

Paní Aleno,

už jednou jsem vám psala, abyste neočerňovala PL Bohnice. Můj bratr tam byl minimálně 3 x na detoxu, vím, jaké to tam je a zdaleka mě to nezarazilo. Vy píšete pejorativně o polovojenském režimu a značně přeháníte. Asi jste nebyla v takovém stupni závislosti jako můj brácha, ale pro těžké alkoholiky s delirií, záchvaty apod. je tato léčba doslova život zachraňující. Urážíte lékaře, sestry, které dle mého mají "svatozář", protože s alkáči opravdu nemůže pracovat každý. Alkoholici jsou sebestřední, zvykaní egoisté, co si své trápeníčko pěstují, takže ta vaše slova o ztrápených duších jsou fakt jen slova! Nemusíte být nutně alkoholička, abyste měla trápení. Ale, pokud jste statečná ženská, tak se s tím perete sama a neobtěžujete druhé tím, že chlastáte! Promiňte ten ostrý tón, jsem s tou sebestředností a sobeckostí alkoholika konfrontována, tudíž vím, že potřebují řád, pravidelné povinnosti a hlavně, hlavně!!! oprostít se od sebelítosti.

Paní Aleno, napsala jsem to ostře, ale v obecné rovině, vám určitě moc fandím, že abstinujete, jste silná osobnost a držte se!

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Liba - 02/02/2014 18:57

Neumím si představit, co paní Aleně prováděli. V každé léčebně je přísný režim, musí být. Má to smysl. Pacienti se učí žít normální život, mít povinnosti, určitě je to dobrá věc. A kdyby stačily 3 týdny léčby, neberou se terapeuti, lékaři, a jistě by to bylo levnější, než ty měsíce tam strávené. Někomu je málo i tato doba. Mimochodem, AA mají největší úspěšnost v abstinování, jsou zadarmo. Znáám hodně lidí, co se v Bohnicích léčili, takové nářky jsem od nikoho neslyšela. A vážím si všech, co tam pracují, je to těžká práce.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil petrch - 02/02/2014 21:17

zajímavé

http://www.jellinek.eu/brain/index.html?KeepThis=true&TB_iframe=true&height=588&width=672

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 02/02/2014 22:12

Víte Danny,
vy to zřejmě znáte jen z té druhé strany, ze strany toho, kdo se na alkoholika dívá. Nikdo, kdo si ten stav neprožil, kdo neví jak strašné to je a následně jak velice těžké je s touto nemocí bojovat, nemůže úplně pochopit.

Jestli jste někdy prošla kolem oddělení osm, všimla jste si okolí pavilonu? trocha trávy, beton, ostnatý plot, ke kterému když se někdo přiblížil z jedné či druhé strany, byl okamžitě rázně okřiknut.

Pokud jde o personál, můj nesmírný obdiv a díky patří těm, kteří se k nám chovali jako k lidem. Díky. K těm druhým se vyjadřovat nebudu, to nemá a ani nemělo smysl. Vždy měl pravdu ošetřující personál, vždyť alkoholik je lže, vidíte?

Mohla bych psát dál, ale nebudu.

Jen vím, že soucítím se všemi, které démon alkohol ochromil.

Je mi líto všech, i těch, co boj prohrávají.

Kdo vstane, jde dál, zakopne, leží a leží, ale opět vstane, ten v sobě musí mít obrovskou vůli.

Z mého pohledu je potřeba vážit si všech, kteří se o boj s alkoholem snaží.

Já sama každý rok do Bohnické léčebny jezdím. Podívat se, Zvenku. A užívám si to, to mi věřte.

V tomto mi léčba opravdu pomohla.

Alena

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Liba - 03/02/2014 05:26

Okolí bylo to poslední, co jsem v léčebně řešila. A přiblížit se k plotu se nesmělo? Jasně, nikdo neví, kdo by Vám tam mohl hodit láhev, fet.... Věřte, že v léčebně má vše smysl, nikdo netouží nikoho zbytečně buzerovat, týrat.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 03/02/2014 08:31

Já to chápu Libo,

mně jde jen o to, aby se nevšeobecňovalo.

Někdo to nedá a je v háji, protože je odsouzenej.

Proto si myslím, že by měla být alternativa, a to nejen ambulantní.

Př. Marku Brodskému byla tato obvyklá léčba přímo nedoporučena.

Četla jsem i řadu zahraničních pojednání, kde se alkoholismus a jeho léčba řeší. Určitě to není jednoduchý problém.

Já vím, že moc přemýšlím a nejsem dobrý voják.

Ale snažím se přijít na to, jak pomoci i ostatním.

AA jsou jistě skvělí, ale někdo potřebuje opravdu hospitalizovat. A k čemu pak je, když vzápětí po příjmu uteče?

Proto se snažím hledat alternativu.

Alena

P.S. Já okolí řešila. Vycházka po betonu mi nepřipadá zrovna funkční.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Danny - 03/02/2014 11:00

Paní Aleno,

máte pravdu, že to vidím jen zvenku. Nedovedu pochopit, jak kdysi inteligentní, zdravý, sportovní chlap se upíjí denodenně, bojím se říct až k jakému konci. Člověk, který zvnějšku neměl větší starosti, problémy. Pomoci mu nedokážu, proto jako světýlka naděje vidím léčebny, ano i tu bohnickou, na kterou si i jiní lidé stěžují. Víím, že nejvíce je to o lidech, zdravotníci mohou mít i lidskost, nebo trpí syndromem vyhoření a chovají se neadekvátně. A ten beton, prostředí je o tom, že psychiatrie je v této zemi Popelkou.

Aleno, také se domnívám, že lidé, kteří čtou toto fórum a mají s alkoholem problémy, se spíše z toho dostanou, protože se aktivně zajímají, jak ze závislosti ven. Prostě nejsou ztraceni. Nedovedu si to představit, jak děsivá je závislost uvnitř duše člověka, ale je to i tom, že se ta nemoc nemá podceňovat a vše řešit. Každému vyhovuje něco jiného, jen se obávám, aby na zoufalství alkoholiků a jejich blízkých někdo nevydělával, neslučuje se to s mými etickými požadavky na léčení. A to nejlepší, t.j. AA je zdarma!! Je to jen zase o lidech! Vše dobré!

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Vera - 03/02/2014 11:58

Bydlím v Bohnicích přímo proti dnes už nemocnici. Je tam nádherný park, kostel, farma, která pomáhá jako terapie pro různě nemocné klienty. V areálu jsou procházky, které jsou balzámem nejen pro klienty, ale i pro nás oszatní. Není pravda, že se tam chodí po betonu, potkávám tam dosz často na vycházkách i klienty z oddělení závislostí, chodí s nimi i zdravotní doprovod. Je tam nádherný kostel, během roku se pořádají různé akce atd. Chápu, že v pavilonech 7 a 8 je přísný režim, ale to je asi dobře, protože se tam klienti chodí léčit, mám za to, že tam chodí pro sebe, přece je tam nildo necpe proti jejich vůli.

Takže to shrnu, na léčení jsem tam nebyla, nemohu soudit, ale okolí a procházky jsou opravdu balzám, popisoval to ve své knize i herec Miroslav Macháček, který se tam léčil.

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Vera - 03/02/2014 12:32

Omlouvám se za překlepy, psala jsem to v rychlosti. Všem nemocným přeji hodně zdraví, klid v duši a radost z každého střízlivého dne. Nedávno zemřel jeden známý, byl to velmi pracovitý člověk, bohužel podlehl a nemohl se ze závislosti na alkoholu dostat, přesto že se opakovaně léčil.

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Jan - 03/02/2014 20:11

Já si spíš myslím, že pro každé stádium alkoholismu je potřeba jiná míra "polovojenského režimu". Stát bohužel nemá prostředky, aby tyto skupiny mohl dělit a uzpůsobovat jim péči. Také si myslím, že v

domě paní Pancové pacient přijde o krutou realitu kam až se dá s alkoholem dojít a nepotká lidi, kteří opravdu padli až na samotné dno. A i když to zní divně i toto uvědomění je opravdu hodně! Navíc si myslím, že venku život není také žádný med a určitě není fér, takže trocha zátěže na psychiku neuškodí. Terapie dělají hodně, ale rozhodně nejsou vše.

Berte to jen jako můj osobní názor, pohled na léčbu s odstupem..

Možná že jsou Bohunice extrém nevím..

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Jana Mertosová - 03/02/2014 22:05

Jsem toho názoru, že nejdůležitější je najít motivaci sám za sebe a pro sebe. Najít odvalu začít situaci řešit a opravdu chtít přestat. Vědět, že tentokrát musím vynaložit veškeré úsilí k tomu abych abstinoval. Jinak - přiznat si holou skutečnost, bez příkras, holou pravdu JSEM ALKOHOLIK-ČKA! Potom je zcela jedno, v jaké léčbě se nacházím. Je to má zkušenost. Tentokrát jsem byla na tom tak zle, že jsem celou alkoholickou léčbu absolvovala hned ve třech léčebnách. Nebyla jsem schopna dodržet program a režim, tak jsem byla vyloučena. Ihned tentýž den jsem nastoupila do druhé, kde jsem opět dojela. Ani v jednom případě však nešlo o porušení abstinence. Byla jsem rozhodnutá nepít a také rozhodnutá CELOU LÉČBU ABSOLVOVAT - A UDĚLALA JSEM PROTO MAXIMUM - I když s chybami - tak jsem měla vypatlaný mozek! Ale nevzdávala jsem to.

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Vera - 04/02/2014 01:40

Když dáte do vyhledávačepl bohnice pavilon 8, uvidíte , jak vilka vypadá.

Pokud se nepletu, tak soudím z knih od p. Plocové, že absolvovala léčbu zrovna v tomto pavilonu. Léčbu úspěšně dokončila a abstinguje. Pracovala potom jako terapeutka v bohnické léčebně, kde získala plno zkušeností a potom se osamostatnila.

Lékaři a personál bohnické léčebny určitě nemají zájem klienty šikanovat, chtějí pomáhat nemocným. Je to těžké být najednou v izolaci, ale venku je to mnohem těžší.

Ne každý je milý a příjemný, to může být vzájemné....lékař, pacient, terapeut, sestra atd. Věřím, že léčba v soukromém zařízení má jiné podmínky, ale ne každý má tolik peněz, aby si to mohl dovolit.

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Karel Preisler - 04/02/2014 06:15

Já osobně jsem léčbu absolvoval v Bílé Vodě a na každý opakovací pobyt tam se těším stejně jak na dovolenou. Mě tam bez nadsázky zachránily život a co se týče režimu - žádný režim není pro nás alkoholiky dost tvrdý. Kdybych věděl na 100% že to pomůže, nechal bych se tam i mlátit! Záleží na tom, jak moc chce člověk přestat! No a pokud jde někdo na léčení, ale není přesvědčený že přestat pít chce,

jde tam podle mého názoru zbytečně.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 04/02/2014 07:28

Jenom dotaz,
psla jsi, že jdeš po 3 letech do zaměstnání...
Můžu se zeptat, cos ty 3 roky dělat. Nemohls sehnat práci?
Alena

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil PetrCh - 04/02/2014 16:29

No to by mě taky zajímalo..protože je sakra rozdíl abstinovat bez stresu doma a chodit do práce

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Helena - 04/02/2014 17:52

Proboha,Petře Ch.,můžete mi vysvětlit rozdíl mezi abstinencí doma a v práci? Nechápu.Bud' abstinujete a potom všude, nebo neabstinujete a potom nikde.
Já osobně, když jsem začala abstinovat,tak jsem ještě chodila do práce a po několika letech abstinence jsem v důchodu(je mi 65 let),neexistuje rozdíl!

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Liba - 04/02/2014 19:18

Ta abstinence patří k normálnímu životu, tak jako chodit do práce.Stres tam nepatří.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil PetrCh - 04/02/2014 19:35

Milá heleno, pokud jste dělala prodavačku (jako že 100%) chápu, že tam rozdíl není.
Pokud někdo šetří denně vraždy, je chlasu blíž než vy u plotny

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil alena - 04/02/2014 19:37

Libo,

stresu se nevyhneme, ani doma ani v práci, je potřeba naučit se sním pracovat.

A Karle, ještě jsi mi neodpověděl, cos dělal ty tři roky?

Alena

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Liba - 05/02/2014 04:26

Stres nás jistě dostává každého, ale neměl by patřit do normálního života. Práce, abstinence ano. Karle, každý dělá to, na co má. Jestliže se v práci ničíš, odejdi, a třeba zkus tu plotnu, možná Ti bude ještě hůř. Helenu neznáš, tak nesud', možná dělá a dělala zodpovědnější i těžší práci, než začínáš Ty. Jsi asi 3 roky doma, takže sil by jsi měl mít dost.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Karel Preisler - 05/02/2014 06:18

Ahoj všichni. Líbo ten příspěvek:

Re: Pochopení x polovojenský režim Před 10 hodin, 9 minut

Milá heleno, pokud jste dělala prodavačku (jako že 100%) chápu, že tam rozdíl není.

Pokud někdo šetří denně vraždy, je chlastu blíž než vy u plotny Jsem nepsal já a nikoho bych si tady nedovolil soudit. Přesto s Petrem souhlasím že člověk, který opustí pracoviště a dál ho zaměstnání osloví až opět vkročí na pracoviště to má jednodušší než ten, který je na telefonu více méně 24 hodin. To byl můj případ před léčbou. Stejně jak mi tu Líba radí, mi to řekla i moje terapeutka v léčebně. Pokud nemusíte, nevystavujte se stresovým situacím. No a protože díky svému podnikání před léčbou do práce chodit nemusím, nešel jsem. Po léčbě jsme se s přítelkyní pustily do půdní vestavby a celkové rekonstrukce RD. Chtěl jsem se vyhnout tomu stresu, ale kdo se občas musí setkat s úředníky na obecních úřadech a potřebuje nějaká povolení ví že tam se stresu nevyhne. Vůbec celá stavba byla jeden stres. Dva týdny jsme měli rozebranou střechu a než byl hotov nový krov, byly to nervy... Hodně o startu do života po léčbě mluvím s jedním kamarádem z léčebny. On do léčby nastoupil z pozice primáře onkogynekologa a po léčbě ihned nastoupil do zaměstnání. Sesadili ho z primářské pozice a zařadili mezi řádové lékaře. Denně se setkává s lidským neštěstím a smrtí a psychicky to těžce nese, ale NEPIJE. Někomu může připadat, že pokud má někdo peníze a nemusí pracovat abstinuje se mu lépe, ale zase: V léčebně byl můj vrstevník, před léčebnou BMW 6 (dost drahé auto) statek o který se mu celoročně stará správce a PIJE. Byl dvakrát u nás a pokaždé říká, že by dal všechno za to, kdyby věděl jak přestat. Upřímně ale musím přiznat, že začátek své abstinence bez koruny někde na ubytovně se spolubydlícím co do sebe od rána háže pivka si moc představit neumím.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil petrch - 05/02/2014 08:41

Ahoj.

Já nikoho nesoudím, nechal jsem se včera trochu unést, za což se omlouvám.

Jinak jak píše Karel, dle mého názoru je rozdíl, když má někdo těžkou práci a jiný je více méně v klidu.. Co si budeme povídat, stres patří k životu víceméně všech ať se nám to líbí nebo ne.

Já jen chtěl říct, že když mám problémy (třeba v té práci) poté co přijdu domů mám někdy větší chuť na pití, které od toho stresu a jiných problémů na chvíli zbaví. A kdořekne že ne, dle mne lže.. To, že to pomůže jen psychicky a nic to neřeší je samozřejmě věc jiná

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Helena - 05/02/2014 11:02

Dobrý den Petře Ch.

Jestli jsem se Vás nějak dotkla, tak se taky omlouvám - to jsem nechtěla. Chtěla jsem jenom říct, že vůbec nezáleží na tom, co kdo dělá, pokud jde o rozhodnutí k abstinenci. Píšete svatou pravdu, že po stresu v práci ta sklenička doma pomohla - já jsem takhle s alkoholem kdysi dávno začínala a po letech jsem skončila 3x na záchytce a s děsnými jaterními testy - až to mě potom probralo k té abstinenci. Nebyla jsem prodavačka, pracovala jsem celý život v cestovních kancelářích a po roce 1990 jsem začala ve stejném oboru podnikat a prakticky v tom pokračuji i nyní v důchodu. Patřím tedy k těm, kteří jsou aktivně na telefonu pořád, jak píše Karel - tam opravdu nejde stáhnout roleta. Já si vážím každé práce, kterou někdo dělá dobře - já například ke svému podnikání nosím i letáky a vůbec se za to nestydím. Jinak průvodcují německy mluvící skupiny, chodím na policii němčinu tlumočit - tím se nechlubím, jenom říkám, že alkoholismus může postihnout kohokoliv a cesta k abstinenci je hodně dlouhá a těžká, ale nikdy bych jí už nevyměnila, bez alkoholu totiž i ten stres se dá přežít. Přeji Vám, abyste k tomu poznání taky došel!

Helena

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Karel Preisler - 05/02/2014 11:49

Píšete to přesně. Za ty tři roky jsem šel x-krát kolem mé oblíbené hospůdky a x-krát jsem do ní i zašel. Žádné chutě ani nápad. No a včera od 7:00 do 21:00 v práci a večer jak jsem projížděl kolem, najednou taková ta chuť na odměnové pívko. Úplně jsem se toho lekl. Přitom při práci na domě (kromě krovu a rozvodů vody a elektřiny jsme vše dělali sami), jsem nikdy takovou chuť se napít neměl. Mám o čem přemýšlet a v úterý na skupině to samozřejmě proberu.

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil petrch - 05/02/2014 12:33

Ahoj Karle a Heleno.

Je to tak. A jak jsem psal ten příspěvek, přesně jsem měl na mysli takové to po práci zajít na pivo (odměnit se, nebo ulevit si, odpočítout). Já mívám totiž tyto stavy, nejsilnější v pátek. A všiml jsem si, že když jsem doma, tak se mi to tak často nestává. Proto mě Helena trošku naštvála, možná ona to má jinak, bral jsem to podle sebe

=====

Re: Pochopení x polovojenský režim

Vložil Liba - 05/02/2014 14:14

Karel tady přesně napsal, jak je ten alkohol v našem mozku usazený, a jen číhá, aby udeřil, hodně lidí to nenese, to našeptávání: Jen jedno, nikdo to nemusí vidět, nebude to znát, to zvládnou.....

=====