

Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Morfeus - 20/11/2016 12:19

Zdravím všechny, již nějakou dobu nepiju a nechápu jednu věc. Proč se vlastně tolik váhá s tou abstinencí? Já když jsem pil, a měl jsem přestat přišlo mi to jako šílený problém vůbec nepít. Jako by to nešlo. Vždyť se přeci tolik shodím, tím, že nepiju, jak jen budu existovat ve společnosti? Přišlo mi to hrozně tvrdé.. A přitom jsem zjistil, že to nebylo tak zlé, jak jsem myslel. Já prostě nechápu, když někdo jen uvažuje, že má s pitím problém a není si vůbec jistý, proč raději nepřestane pít klidně i preventivně? Je to tím, že už je to alkoholik a nechce se zbavit svojí lásky? Nebo je ten důvod, že by musel dělat změny ve svém životě a to se mu nechce? Nebo, že by přišel o svoje kamarády? Ten tlak společnosti, nebo jaký je ten důvod, proč tolik lidí, kterým činí alkohol i ten nejmenší potíže pořád váhá, raději šteluje pítí, ubírá, přibírá, mění nápoje, než aby přestali pít úplně? Nebo je to jiný důvod? Co myslíte?

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Šantalka - 20/11/2016 18:23

Ja myslim, ze by chteli uplne nepit, ale obcas podlehnou. Bazeni, smutky atd. Nebo jsou proste nejisti v tom rozhodnuti, tomu moc porucit nejde nekomu.

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Ja - 20/11/2016 18:39

Šantalka napsal:

Ja myslim, ze by chteli uplne nepit, ale obcas podlehnou. Bazeni, smutky atd. Nebo jsou proste nejisti v tom rozhodnuti, tomu moc porucit nejde nekomu.

Dom sa stavia od základov. :)

Ale mnohí pijani by najradšej ihned "glajchovali" ako prvú strechu. :silly:

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Gennosuke - 20/11/2016 19:04

Morfeus napsal:

Já prostě nechápu, když někdo jen uvažuje, že má s pitím problém a není si vůbec jistý, proč raději nepřestane pít klidně i preventivně?

Protože alkohol umí být skvělý sluha a výborný pomocník. Zazene strach a obavy, zbaví nejistoty, utlumí bolest, dodá sílu a rozhodnost. Vyzene stres a tremu, uklidní a pohládí na duši. Udělá Te lepším,

vykonnejsim a efektivnejsim. A to nejlepsi? Nic za to nechce a pokud nejsi hlupak tak to tak take zustane. Jenze nekteri lide jsou hlupaci coz vede k tomu ze si od nich zacne alkohol za sve sluzby taky brat. Ale porad to neni nic hroznyho, porad to neni nic co by se nedalo zvladnout. Jasny, vsude slysis, vidis nebo ctes varovani ale ty se prece netykaji Tebe - Ty zadny problem nemas, jsi uplne normalni uzivatel jako miliony dalsich. A tak to jde dal a dal (a muze to jit klidne dlouhe a dlouhe roky) nez si uvedomis ze je *neco* spatne. Ze ten skvely a uzasny sluha se urval ze retezů a najednou ze si vlastne mnohem vic bere nez dava. Chces to zacit resit, chces to zastavit ale ten hajzl uz je hluboko v Tobe, uz Te ovlada a kontroluje a Tvoje myslenyky uz nejsou tak uplne cele Tvoje. Rozhodnost, vule a sila jsou podkopany a podemlely a s kazdym dnem je tezi a tezi to zastavit. Nekdo to zvladne, nekdo bohuzel ne. Rozhodne neni lehky to zvladnout :-).

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Morfeus - 20/11/2016 19:22

Tomuhle úplně nerozumím. Můžeš to prosím vysvětlit nějak polopaticky? Myslíš tím snad, že by chtěli odstranit depky a maléry a přitom neřeší ten základ, tj. přestat pít? Ale já přeci nemluvím jen o lidech pro které je alkohol závislost. Mluvím i o těch pijanech, kteří jsou ještě na hraně, třeba a ještě můžou přestat svojí vůlí..

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Petr N - 20/11/2016 19:29

Morfeus,
píjani nechtějí přestat proto, že jim chlast zatím dává víc než bere.

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Krtek - 20/11/2016 19:34

No dost' ich práve ti depky a maléry rieši práve alkoholom. Je to taký začarovaný kruh, z ktorého je ťažké sa dostať.

No a väčšina pijanov to má stále ešte "pod kontrolou". Môžu prestať kedy chcú, len oni (na nešťastie svojich blízkych) ešte nechcú. Aspoň oni si tak myslia.

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Včelař - 20/11/2016 20:01

Myslím si, že alkoholik nepřestává pít dokud sám nepřijde na to, že je v koncích. Dokud mu to jen

všichni kolem říkají, tak o tom přemýšlí. A pokud není blbej, tak ví, že to asi nebude dobře to jeho počínání. Ale dokud to nějak lze utáhnout, tak s tím buď bojuje, nebo nebojuje. Zlom nastává až ve chvíli, kdy přijde na to, že takhle už to dál nejde...

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Žilinčan - 20/11/2016 20:40

Za odsúvaním "asi treba niečo riešiť, ale dnes ešte nie..." môže byť aj obyčajný strach zo zmeny, možno.

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Krtek - 20/11/2016 20:50

Akej zmeny. Takmer každý kto prvý krát sa rozhodne prestať má predstavu, že len prestane piť a vyriešené. Aké jednoduché. Že všetko ostane po starom.

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Ja - 20/11/2016 20:57

Krtek napsal:

Akej zmeny. Takmer každý kto prvý krát sa rozhodne prestať má predstavu, že len prestane piť a vyriešené. Aké jednoduché. Že všetko ostane po starom.

Krtko,

fľaše sa príliš nezmenili, nuž treba zmeniť pitivo... :p

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Petr N - 20/11/2016 22:21

Krtek napsal:

Akej zmeny. Takmer každý kto prvý krát sa rozhodne prestať má predstavu, že len prestane piť a vyriešené. Aké jednoduché. Že všetko ostane po starom.

Osobně nevidím jediný důvod proč by to tak nemohlo být, pokud dotyčný měl i jiné zájmy než chlást.

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Krtek - 20/11/2016 22:53

Ale v poriadku. Samozrejme. Ja som to myslel ináč. V tom zmysle, že keby to bolo také jednoduché, len prestať piť, tak je napríklad úspešnosť tých, čo chcú prestať, možno 100%. Aké záujmy môže asi mať alkoholik alebo pijan, ktorý ja večne naložený v chlase?

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Rachel - 21/11/2016 07:52

Nechtělí vystoupit ze svojí komfortní zóny, bejt jiný. Víc jim to pořád dává, pocit jedinečnosti na večírku, pocit společnosti se sebou doma, rozpuštění úzkosti. Mají pocit, že o mnoho přijdou bez pití. Mluvím o sobě :laugh: :lol:

Navíc opravdu se to nevyřeší jen přestat pít, v určitým stádiu už ten mozek funguje jinak, je potřeba projít nepohodlím a to se nikomu nechce..

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Šantalka - 21/11/2016 15:26

Rachel, presne ;-) zni to jednoduse, ale...

=====

Re: Proč se tak váhá s abstinencí?

Vložil Krtek - 21/11/2016 16:17

Rachel napsal:

...je potřeba projít nepohodlím a to se nikomu nechce..

Ved' práve. Máš cravingy, chute vypít si. A musíš zmeniť určité zvyky. A to sa vôbec nechce. Máš z toho blbú náladu, stresy, depky. A tak sa radšej vrátiš k pitiu. Skúšaš piť kontrolovane, aby si sa vyhol tým nepríjemným stavom. Ale to už nejde. A tak sa v tom bludisku motáš a motáš. A roky utekajú. Kým nepochopíš, že tie počiatkové nepríjemné stavy k tomu začiatku jednoducho patria. A časom tie stavy zmiznú a už je to len jednoduchšie. Zvykneš si na ten život bez alkoholu. A je to skrátka fajn.

A dôležité je upratať si v hlave. Zmieriť sa s tým, že alkohol do môjho života nepatrí. Nebojovať s ním. P.S. To bolo o mne.

=====