Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 26/01/2019 12:39

Zdravím Vás
Ve středu jsem poprvé navštívila psychologa. Mám pocit, že celá diskuze se točila kolem tématu mého vztahu s otcem alkoholikem, i když jsem tam šla s úplně jinými problémy. Doktor mi doporučil knihu Dospělé děti alkoholiků. Ještě jsem ji nedocetla, ale zatím jsem každou stranu oplakala, protože mi to tolik promítá moje dětství.
Řekla jsem si, že nikdy nechci aby se takto cítili moji kluci, aby je moje pití nějakým způsobem poznamenalo a oni se pak trápili jako já teď...

Je to čtvrtý den, chuť na alkohol zvládám dobře, neláká mě to se napít, nevadí mi, když vedle mě někdo pije...

Jsem ale nervní, rozklepaná, tak strašně moc ospalá. Pořád něco jím, výrazné chutě...

Patří tyto projevy k abstinenčním příznakům? Kdy přejde ta šílená únava? Máte s tím zkušenosti?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 26/01/2019 13:24

Nervozita a rozklepanost - u me to bylo soucast abstaku. Preslo to cca do tydne.

Vyrazne chute - telo se vzpamatovava z vecne otravy a tak se upravuje a opravuje v organismu kde co. Bude asi i zvysena spotreba sladkeho.

Jo, to je takovy sikovny zasritaci manever - par dni po vysazeni - vzdyt mi to nechybi, nemam chut, nic na tom neni a zatezkavaci zkousky prisly az posleze :)

Tak to vam psycholog poradil dobrou knihu a zacal evidentne u korene problemu.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 26/01/2019 13:29

Myslím že jo... Je mozny, že si to jen nalhavam že to nepotřebuji ...

Ale děkuji za odpověď, týden vydržet to je reálný... Právě jsem snědla pikantní čínskou polévku a nato kafe ... Předtím energy drink

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 26/01/2019 17:54

To nevim. Mluvim o tom, jak jsem to mel ja.
Kazdopadne drzim palce v abstinenci.
U me se chute a precpavani se, ustalily a jim normalne jako kdysi mimo alko karieru.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 26/01/2019 21:31

Milá Iveti
Chápu tě a držím palce. Když dostaneš chuť se napít zaměstnej ruce třeba uklizeji nebo tvoř. Mě to zatím zabírá. Psychologa jsem zatím odmítla musela bych tam říci příčiny pití a to by asi partner nerad slyšel.
Jsem pevně rozhodnuta to zvládnout sama. Pokud budeš chtít můžeme jít v tom spolu a vzájemně se rozptýlit a vydržet.
Nechci tu slabinu v mé hlavě aby mě dostala na dno.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 26/01/2019 22:29

A jak by se partner dozvedel, ze jste u psychologa a notabene, co mu tam rikate?
Partner se podporuji v dobre i zlem, proto jsou partneri.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 27/01/2019 07:16

Ahoj. Tak kdy začínáš? Můžeme se "kontrolovat"... ????

Nemusí se dozvědět, že jsi byla u psychologa.

Budete si jen povídat. Já jsem šla od něj a cítila jsem se líp a silnější.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 27/01/2019 08:03

Psychológ je v podstate len taká butľavá vŕba. Vykecáš sa. A práve to pomáha. Dobrý psychológ ti nikdy nepovie, čo presne máš spraviť. Len ťa nasmeruje, ako by bolo dobré daný problém riešiť, poradí.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 27/01/2019 08:20

Ja bych to napsal takto: psycholog je pruvodce.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 27/01/2019 11:19

Ahoj začínáme hned pokud ti to nevadí. Já už naposledy pila 2.1.2019.Vim žádný úspěch. Ale pokud budeš chtít můžeme si v nejtěžších chvílích napsat podpořit se. Není to lehké hlavně když je člověk ve stresu.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 27/01/2019 13:19

Držíš se skvěle. Ano nejhorší chvile, kdy se mi chce po tom sáhnout jsou když jsem ve stresu.

Z čeho máš nervy?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 27/01/2019 14:44

Špatný vztah, mám v péči rodiče a doma starost o 2 děti. Přítel jezdí domu jen na víkend. Snažím se vše zvládat asi mě dříve chybělo docenění. Ale už padám na hub...

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 28/01/2019 18:00

To si ani neumím představit. To musí být makačka.... Jak jsou děti staré?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 28/01/2019 19:07

---

6 a 10.Nekdy je to takový kolotoč že jsem si říkala dám si to dnes ta odměnu. Ale pak mě ničilo když jsme měla znova ráno fungovat. Nejvíc mě vyčerpávající hádky a rodiče

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 29/01/2019 06:33

Já si taky dávám za odmenu... Ale teda zatím mi to drží a dneska je to týden. Jak jsi na tom ty?

Děti už máš velké, já bych je zapojila do práci v domácnosti. Pomáhají ti ?

Chodíš do práce?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 29/01/2019 14:18

Já se držím od 2.1.a zatím nepocituji chutě. Máš pravdu jsem hodně sobestacna. Do práce chodím vlastne do dvou. Vždy když jsem vydržela 14 dní hned se něco našlo abych se napila. Teď už ale chci Stopku.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 30/01/2019 12:39

Dostala jsem pozvání na ples od nové známosti ... Říkal,že když neumím tančit, tak můžeme sedět na baru...

A sakra.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lola - 30/01/2019 12:49

Ahoj, tak se rychle nauč tančit a bar ber obloukem :lol:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lucie - 30/01/2019 14:36

---

jo, Macku, souhlas s Lolou.. nějakého šlapáka určo vyplodíš, baru se vyhni, to by vůbec nedopadlo dobře, věř mi B)

hlavně v tom začátku člověk nemá ještě tak natrénováno odmítání (to už si v hlavě připrav na otázky všech kolem proč nepiješ.. buď můžeš být frajerka a říct, že nepiješ, ale obvykle postačí nějaká historka, že bereš léky B)

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 30/01/2019 14:53

Si dej na baru limonadu, ne? :-)

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Ja - 30/01/2019 14:57

Lucie napsal:
jo, Macku, souhlas s Lolou.. nějakého šlapáka určo vyplodíš, baru se vyhni, to by vůbec nedopadlo dobře, věř mi B)

hlavně v tom začátku člověk nemá ještě tak natrénováno odmítání (to už si v hlavě připrav na otázky všech kolem proč nepiješ.. buď můžeš být frajerka a "říct, že nepiješ", ale obvykle postačí nějaká historka, že bereš léky B)
..."a čo takto, vybaliť na frajera holú/nahú pravdu??!" :ohmy:
(...napríklad, že: "sorry, wole, ale už nepijem!!!") :dry:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lola - 30/01/2019 16:36

Nebo to trochu zaobalit a říct, že nepiješ, protože ti z toho je blbě. V konečném důsledku je nám všem z pití blbě... Takže lež to není :silly:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 30/01/2019 17:50

Pozor na to. Já si kol vánoc lizla dámské visnovice a chutě se rozjeli. Třeba řekni že ti to nedělá dobře na žaludek

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 31/01/2019 07:18

Já fakt neumím tyhle společenský tance. Ale je fakt, že plouzak snad zvládnu a nebo nějaký to poskakování.

Takže bych zrovna brala antibiotika?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 31/01/2019 07:53

Dobrá volba. Chripek je všude no nebude to divný. A zkus pozorovat co to s tebou dělá když někoho vidíš pít alkohol. Mě samotnou to ani nehne. Spíš si vzpomenu jaký to mělo na mě dopad a jak mě bylo zle. Užij si večer. A drž se.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Gennosuke - 31/01/2019 09:46

IvetaN napsal:
Takže bych zrovna brala antibiotika?

Bud pravdu a rict ze proste nepijes (a pit nebudes ani v budoucnu!) protoze Ti to nedela dobre a nebo antibiotika. Mas problemy se zlatym stafylokokem. Ma ho v sobe 50% lidi, nakazlivost nehrozi ale u urciteho maleho % procenta lidi dela problemy a musi se nasazovat antibiotika. Opakovane a dlouhodobe :-).

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 31/01/2019 09:47

Iveto, proste nepijes a je to, nic vic. Neni nic potreba vysvetlovat a vymyslet, hledat.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 31/01/2019 15:02

Pravda! Prostě nepiju.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 31/01/2019 15:04

Je to až na konci února. A myslím, že nejvíc budu pozorovat sebe, protože už teď se vidím na plese, jak si budu chtít dát pití...
A taky mi pití pomáhá se bavit...
Jo to je taky jeden z bodů Dospělých děti alkoholiků

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 18:17

... třetí den piju

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 20:19

Však ešte nebol ples...
Teraz vážne. Veľa stresu, nová známosť alebo len obyčajná chuť napiť sa?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 20:35

Nová známost, která na společný večer donesla láhev a kamarádka druhý den donesla donesla na návštěvu víno jako dárek ... A pak klasika, stres, vyčerpání z dětí, pocit že nic nestíhám, že jsem otrok domácnosti

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Ja - 04/02/2019 21:08

IvetaN, píšeš:
Nová "známost, která na společný večer donesla láhev a kamarádka druhý den donesla donesla na návštěvu víno" jako dárek ... A pak klasika, stres, vyčerpání z dětí, pocit že nic nestíhám, že "jsem otrok domácnosti"
..."nebuď mäkkýš/(měkkota) ani otrok čohokoľvek a definitívne sa rozhodni a *pi!/slop!/(chlastej!*) na plný úväzok!!!"... :angry: (...TO, čo nevyslopeš dnes, (to) už zajtra nedobehneš!!!) :silly:

(...ako potom zistíš: *o čo si prichádzaš, IvetaN??!*) :ohmy:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 21:26

Cože?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 21:29

Řekla jsem si, že nikdy nechci aby se takto cítili moji kluci, aby je moje pití nějakým způsobem poznamenalo a oni se pak trápili jako já teď...

Známosť si nechaj, priateľku tiež. Len ich nauč, že nepiješ. Ak to nepochopia, ich problém. Ak im na tebe bude záležať, nemalo by im vadiť, že nepiješ.
A tu domácu otročinu? Skús zapojiť chlacov, ak už majú na to vek. Rozdeliť si prácu na viac dní. A nestresovať sa z toho. Musíš vedieť aj vypnúť-triezvo. Nájsť si niečo pre seba.

P.S. JA, koľko samostatných pokusov o nepitie si mal, kým si sa dotrepal na Prednú Horu?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 21:49

Kolik pokusů jsi teda měl?

Děcka mám dvě ... Jednomu jsou dva roky a druhému rok... A jsem na ně sama, hovno mi pomůžou

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 21:51

Ok řeknu jim, že nepiju.... Jen se bojim, že jejich reakce mě sakra zabolí ...

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 04/02/2019 22:26

Ivetko.... Holka zlatá.Nedavno jsi se těšila na ples a teď tě zkoli každodenní stres. I já s ním bojovala a myslela si že alkohol vše vyřeší. Nevyřeší. Děti na mě koukali a ten nejmenší mě říkal zase jsi pila. Děti vycítí že jsi v ne pohodě. Tři dny v tahu to je moc..... Zkus to prosím po týdnech krůček po krůčku. Nedávno jsme si řekli že se podržíme. Věřím ti to zvládneš. Porazit tu mrchu alkohol

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 22:44

Těžko se mi to říká novým lidem v okolí ... Kamarádce jsem to říkala ale nějak nedbala.

Pocity/sympatie, který k lidem citim, když jsem pod vlivem... Nelze považovat za opravdové?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 22:48

Takých malých krpčekov? Však to ani nemusíš vysvetľovať, prečo nechceš piť.
Pre boha živého. Však nikomu nemusíš hovoriť, že si alkoholička, resp. že máš problémy s alkoholom. Ak spomenieš, že kvôli deťom, každý normálny človek to musí pochopiť. Si na nich sama a to je dostatočný dôvod byť triezva a byť im stále k dispozícii. Čo ak niektorý z nich ochorie a ty budeš naliata? Kamarátka, ktorá to nepochopí, nie je kamarátka. Len potrebuje niekoho, s kým vypije fľašu vína. Chápem, že byť sám je na nič, ale tá tvoja nová známosť to musí pochopiť tiež. Aspoň ja by som nechcel ženu, ktorá dá prednosť mne a chlastu pred tak malými deťmi. Ale tak ja mám rozhodovanie jednoduché. Mňa aj tak tie potvory nechcú :woohoo:
To všetko však platí, len ak skutočne chceš abstinovať. Pretože je aj možnosť, že v skutočnosti chceš oboje. Nepiť, ale zároveň aj občas sa napiť a pocítiť účinok alkoholu.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 04/02/2019 22:50

Pod vlivem nejsi to ty a ovládá tě alkohol. Nejsi opravdová. Zkus se vcítit kdybys nepila nebyla bys z

prvu tak otevřená ale uvedomovala by sis realitu. Kor když máš malé děti nemůžeš tolik pít. Třeba potřebuješ jiný okruh přátel.
Ivetko kdyby jsi bydlela blyze pokecali by jsme.
Chlast je ničitel naší osobnosti. Uvědomuji si to na sobě čím dál častěji.
Fuj ty rána kdy jsem zvracela a zvracela a musela jsem mezi lidi. Fuj ten pohled a dech na mě hnus

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 22:56

Ivetka. Ja tiež nikomu nehovorím, že som alkoholik. A to, že nepijem, vie tiež len pár najbližších ľudí a kolegovia v práci(občas nejaká akcia kde nepijem). Nie si povinná vysvetľovať prečo nepiješ a už vôbec nie každému, koho niekde stretneš. Kamarátke vysvetlí, že budeš rada ak príde na návštevu. Ale bez vína. Trvaj na tom. Však sa dá piť aj káva, čaj džús....

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 23:06

Je to fakt těžký s těma dětma.jsou tak malí a od rana do vecera na mě řvou.

Psycholog mi říkal, že to co prožívám pod vlivem alkoholu nejsem já. Jednam strašně impulzivně...

Nová známost přinesla Gin s tonikem.... Říkal mi, že po práci pije každý den. Cítila jsem něco jako sounáležitost, a zároveň ho trochu odsoudila ....

Zbytek ginu nechal u mě doma. A k tomu tu zůstalo to víno od kamarádky.

Mně je to trapný jim něco říkat ,????...

Teď mě zas napadlo známost vymazat , jako to mám ve zvyku když se objeví zádrhel ...

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 23:08

Pocity/sympatie, který k lidem citim, když jsem pod vlivem... Nelze považovat za opravdové?

Občas tu nejaké žienky napísali, že pod vplyvom šli do postele s niekým, s kým by za triezva nikdy nešli. Čiže alkohol odbúrava určité zábrany v mysli. Takže Pocity/sympatie, který k lidem citim, když jsem pod vlivem... môže byť len obyčajné odbúranie zábran spôsobených alkoholom.
Aj keď asi by som ani celom netvrdil, že keď si pod vplyvom, tak by ti ten človek nemohol byť sympatický

aj za triezva. Môže samozrejme.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 23:17

Aj keď absolútne nechápem, v čom je problém povedať: "Nemôže, mám vedľa v izbe 2 malé deti". A nikto ani netvrdí, že im to musíš povedať už vo dverách. Len keď ťa niekto bude núkať vypiť. Rozhodnutie je len na tebe.

P.S. Nehnevaj sa, ale myslím, že budeš pokračovať ako Lenka. Neodsudzujem, len konštatujem. Máte veľa spoločného.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 23:19

S tím člověkem jsem se doposud seznamovala jen za strizliva... Za těch 10 dní... A bylo to tak fajn... Opravdové .... A teď to zase uklouzlo do pochybnosti.

Největší problém u mě asi bude odmítání ... Říct tu větu že nepiju ... Mám zafixovane v hlavě že už to samotné znamená něco, za co bych se měla stydet.... A to že neumím chlastat ...

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 04/02/2019 23:20

Jaká Lenka? Můžeš mě nasměrovat?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 23:48

Kategoria:Jsem alkoholik a nevím co dál.Téma: Jak to je.

A v čom podobné príbehy? Slobodné matky s deťmi. Motivácia abstinovania na začiatku deti. Výsledok? Podobný ...

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 04/02/2019 23:55

S tím člověkem jsem se doposud seznamovala jen za strizliva... Za těch 10 dní... A bylo to tak fajn... Opravdové .... A teď to zase uklouzlo do pochybnosti.

Proč do pochybností?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Ja - 05/02/2019 06:08

Krtek, píšeš:
...P.S.: "Ja, koľko samostatných pokusov o nepitie si mal, kým si sa dotrepal na Prednú horu?"
Krtek & IvetaN,

..."podstatné je, že mi stačil jediný pobyt nato, aby som *konvertoval/(zmenil si svoje nastavenia v hlave*) a odvtedy nepijem-abstinujem a súčasne aj triezviem!" :blush:

"Rozhodol som sa a vytrvalo pokračujem!"
(...s "rovnakým odhodlaním ako som pil → teraz triezviem!") :ohmy:

Hoci sa zrejme už nikdy nedozviem, o čo prichádzam ani koľko by som toho vypil a koľko by ma to stálo (problémov) - neľutujem; naopak → "som hrdý, že triezviem!"... :laugh:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 05/02/2019 08:37

Iveto, gin si mu mohla strcit na cestu domu a nebo ho vylit do drezu. To same s vinem.
Porad mi prijde lepsi citit se trapne pri rikani: ja nepiju, nez mit kocoviny a k tomu dve male deti, ktere vyzaduji peci od rana do vecera.
Navic, nepiju, nemam chut, nechci, mam dve male deti. Za to se prece clovek nemusi stydet, naopak je to zodpovedne!
A co si tak pamatuji, tak opit se pomuze, ale ten druhy den s dvema detma na krku bylo peklo :-)

A otec deti nefunguje proc?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 05/02/2019 15:29

Milá Ivo. Radit ti tady může kdokoliv. Jde jen o tebe a tvé rozhodnutí. Pokud máš pocit že jediná cesta jak přečkat běžné věci a dny a starosti je pití.... je to jen tvé rozhodnutí. Na stranu druhou budou i tvé děti více hodné a empaticke když budeš v pohodě. Neboj s jarem až budeš více chodit s dětmi ven uvidíš svět růžově. Zkus prosím v sobě najít sílu a zkus týden po týdnu se nenspit. Třeba se za každý zvládnutý týden odměn třeba čokoládou :kiss:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Gennosuke - 05/02/2019 16:13

IvetaN napsal:
Největší problém u mě asi bude odmítání ... Říct tu větu že nepiju ... Mám zafixovane v hlavě že už to samotné znamená něco, za co bych se měla stydet....

Ted napisu neco osklivyho (a od ozralyho alkoholika jako ja to fakt sedi) ale stydet by jsi se mela spis za to ze pijes! Normalni je totiz nepit. A pokud jsi doma se dvema malyma detma tak by to nemelo byt "normalni" ale "samozrejmost". Ciste teoreticky - umis si predstavit co by se mohlo stat kdyby u mrnouse doslo k nejake nehode nebo urazu? A co by nasledovalo kdyz by privolana zachranka kontaktovala policii ze je mama ktera je zavolala opila?

Proste nepijes a tecka. Nesmis protoze mas na starosti dve male deti a nemuzes protoze Ti to nedela dobre. A pokud je nekdo natolik tupy a omezeny ze to takto striktne podane nepochopi tak zvaz jestli by nebylo lepsi takovou osobu ze sveho okoli vyskrtnout.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Allie - 05/02/2019 16:26

S tim souhlasim. Co se stane, až tě budou děti potrebovat a ty budeš v lihu? Nedejbože nějaký úraz. Nechci domýšlet.

Jinak tady zaznělo, že se pije kvůli stresu, kvůli tomu, že toho člověk má moc, má starosti atd atd. Omyl. Alkoholik pije kvůli chlastu. Jen a jen kvůli chlastu. Důvod si umí vymyslet s rychlostí blesku.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 05/02/2019 18:45

Radit není adi potřeba. Člověk k tomu kroku do střízlivosti a abstinenci musí každý sám. Pokud ho neovlivňuje ani okolnosti pak jen čekat.... Já mám také všeho nad hlavu starost o děti, rodinu staré ležící rodiče a ještě chodím uklízet. I já jsem si vždy něco nalhavala proč jsem pila. Ale ne vyřešilo to nic. Ani starosti, ani depku ani vycerpanost nebo samotu. Jen to ktatilo čas a zkreslovalo úsudek.
Ivetko pokud chceš pomocnou ruku aspoň přátelskou jsem tu. Někdy stačí jen spřízněna duše která ví jaké to je.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lola - 05/02/2019 20:43

Taky jsem si dala občas víno, když jsem byla doma sama s dítkem. Už bych to neudělala. Jednou se skutečně stalo, že byl úraz, ale to jsem dlouhodobě nepila nic ze zdravotních důvodů. Kdybych v tu dobu pila, tak mi dítě asi vezmou.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 06/02/2019 12:36

Čau lidi. Všechno jsem si tu od vás poctivě přečetla a nevím, co na to napsat. Jsem nemožná.

Zkusím to znovu.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 06/02/2019 12:44

Nikdy se neopiju do němoty. Nikdo to na mě nepozná. Jen popíjím průběžně celý den. Je to vyloženě abych otupila hlavu, problémů je nad hlavu.

Žiju s dětma sama. Otec si je bere každý druhý víkend.

Myslela jsem si, že to mám trošku pod kontrolou (jo no, po 10ti dnech asi těžko lol)... Neotevrene flašky jsem si chtěla vystavit na polici v komoře jako trofeje a takhle i další sbírat a mít je připravený pro návštěvu ....

Ani prd.

...myslela jsem si, že si dám s ním jen ten večer a zase pojedu v mým režimu.

Tahle taktika nepůjde

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 06/02/2019 12:56

Iveto, ja bych nerekl, ze si nekdo z nas tady pisicich, mysli, ze jsi nemozna. Ja tedy urcite ne. Jen jsme si tim peklem prosli, podarilo se nam nejak vyskocit a zatim fungujeme bez alkoholu. A mame zkusenosti

a vidime nase opakujici se chyby u jinych :) Tak se nam to dobre rad :)
No vidis, uz mas vyzkouseno, co nejde, tak jen najit tu cestau, ktera bude schudna :)
Jestli se a otcem deti hovorit a domluvit, asi bych ho pozadal o castejsi pomoc s detma. Tezko rict. V te situaci nejsem. Jen mne to tak napadlo.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 07/03/2019 23:15

Ahoj Ivet jak to zvládáš. Dlouho jsem tě tu neviděla. Jen se hlásím jak jsme si slíbili v naší společné podpoře. Tak já hlásím stále úspěch abstinuji.Nijak mě to neovlivňuje a naopak cítím nechuť k alkoholu. Když si třeba vzpomenu na kyselost vína je mě šoufl. Brzy se ozvy

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 13/03/2019 08:16

Ahoj. Jsem ráda, že se ti to daří. Já se v tom plácám. Mám právě nejhorší období svýho života.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 13/03/2019 08:25

Iveto, tak se v tom neplacej. Chyt to za nejaky konec, vyhledej odbornou pomoc. Sup, sup :-)

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 13/03/2019 08:38

Iveto s alkoholem bude každý období blbý. Znám to jak své boty. Myslela jsem si že chvilka s lahvinkou to vyřeší. Chyba problémy se zvětšování a nebrali konce. Už jsem měla chuť rezignovat. Díky nějaké síle jsem stále tady a na alkohol teď prohlížím s odporem.
Každý den je cena začít znova.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Ivana - 14/03/2019 20:10

Jsem abstinujici alkoholik 15 let,u mne to bohužel přešlo v deprese ale to zvládají léky,nebojte se psychiatra já u ní a sestřičky v ordinaci najdu sílu se rvát alkohol je démon a pokud k tomu jsou sklony je to i genetika pronásleduje celý život..piš můžu poradit,pomoct....

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Edward N Quintana - 20/03/2019 13:25

Chlapi, mám opravdové problémy. Jsem vítaná osoba. Ale o víkendech se mi líbí pít, a poté ztratím všechny peníze v online hrách, jako je casina online. Jak se s tím vypořádat? kdo může pomoci ???

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Ja - 20/03/2019 13:39

Edward N Quintana napsal:
Chlapi, mám opravdové problémy. Jsem vítaná osoba. Ale o víkendech se mi líbí pít, a poté ztratím všechny peníze v online hrách, jako je casina online. Jak se s tím vypořádat? kdo může pomoci ???
..."príjmi prácu výpalníka!" :woohoo:
(..."zabiješ všetky muchy jednou ranou!") :silly:

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 28/03/2019 05:28

Zkouším znovu. Dneska je to třetí den. 2 kg nahoře. Pořád jím. Večer spím jak mimino. Jsem protivná a výbušná. Tak si zase počkám až to přejde.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Allie - 28/03/2019 07:16

Na kila se teď vykašli. Nepridelavej si další problém. Že dobre spíš je fajn. A podrážděnost ber jako příznak. Vydrž, ono se to srovná.
Držím palce.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Ja - 28/03/2019 11:12

IvetaN napsal:
Zkouším znovu. Dneska je to třetí den. 2 kg nahoře. Pořád jím. Večer spím jak mimino. "Jsem protivná a výbušná. Tak si zase počkám až to přejde."
..."psyché/duša obývajúca telo (si) hľadá rovnováhu/(homeostázu)." B)

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 05/04/2019 20:10

Hej lidi. Mně se to vůbec nedaří.
Já nevím, co mám dělat.
Jsem matka samoživitelka. Nemám podporu rodiny, skoro nikoho. Zbyva mi každý měsíc asi 3 tisíce na jídlo a plenky a to nemám žádné dluhy. Jo i tak si koupím to hnusné levné víno protože jsem úplně v háji.
Kmitám od rána jak otrok a děti na mě pořád řvou, nemám svůj vlastni život, čas na koníčky. Nic. Jen to jídlo a pití.
Já nevím, co mám dělat.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Karolína - 05/04/2019 20:36

Ivet, jsi na mateřské, nebo pracuješ?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 05/04/2019 21:25

Na mateřský.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lukáš - 05/04/2019 22:16

Ivet napis mi kdyz tak na lukasalkoholik@gmail.com

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 06/04/2019 13:21

IvetaN sama píšeš že s penězi nevychazíš a přesto si najdeš na víno. Sama vydis co to s tebou dělá. Vím jaké to je sama se starat o děti a k tomu na mateřské. Proto tě nechci zatěžovat radami. Sama k tomu kroku musíš dojít. Nehledej spásu u jiných. Tobě samotné má být tvůj stav vyhovující.
Pokud ti to vážně nejde zkus aspoň kvůli dětem. Třeba se objeví i nějaký přítel.
Pití ještě nikomu nepomohlo z problémů.
Držím ti palce a silnou vůli

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 06/04/2019 15:49

Iveto, deti maji otce(?). Kdyz by to neslo domluvou upravit peci o deti, je tu OSPOD, soud a dasi instituce, ktere pomohou rozhodnout, kdyz se nemuzou rodice domluvit.
Existuji krizova centra a xy dalsich organizaci, kam se clovek muze obratit at uz o pomoc nebo o radu.
Dale tu jsou AT ambulance, non-alko skupiny.
Argumenty, ze na to nemas cas, protoze deti, neni validni. A to z toho duvodu, ze nelecene alkoholismus (obecne) povede k nezvladani situace a zivota jako takoveho (socialne, pracovne, psychicky) a o deti dany jedine prijde, budou mu odebrany a nebo odepren styk s nimi.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 07/04/2019 13:06

Myslíš tím, že mám uvazovat o tom, jestli by jim nebylo líp s ním?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Krtek - 07/04/2019 14:19

Myslíš, že zrovna to nemyslel. Len, že krpčekovia majú dvoch rodičov.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 07/04/2019 16:12

Ne, to jsem na mysli nemel. Ale ze otec muze deti pohlodat a ty si jit resit problem s pitim. Napriklad.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lu..a - 14/04/2019 21:14

Tak jak to jde Ivet?

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 17/04/2019 09:28

Dostali stě mě s těma deckama. I když jsem to blbě pochopila, od ty doby jsem nic nepila.

A je mně pěkně blbě

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Maris - 17/04/2019 12:00

Ahoj Iveto,jo človeku je blbě ze sebe,když si vše začne uvědomovat. A to je právě ten první krok k tomu,že chce přestat pít.Že si začne uvědomovat jak to je.Přiznat si svoji prohru.
Nikdy nikdo nad alkoholem nevyhrál,lze jen přestat,zkoušet to pořád ,dokud to nepůjde.
A ono to jde ať s odborníkama ,AA atd.nebo bez nich.Tady záleží strašně moc na vůli a chuti přestat opravdu pít.Uvědomit si svou smrtelnost a zranitelnost.
Tak vydrž,bude to jen lepší bez chlastu.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 17/04/2019 15:22

Iveto, dobra zprava je, ze ted uz to bude jen lepsi :-) (bez piti alkoholu).

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 18/04/2019 13:14

Ivet dobrá zpráva pro tebe.... Můžeš si aspoň říci že to vše stojí za to.
A pokud tě jakkoli naštval nebo popíchnul ke kroku buď za to vděčná. Neboť my sami si mnohdy neuvědomujeme svoje chyby nebo slabiny.

Ze své abstinenční cesty mohu říci, že žít se dá nádherně bez pití a bez těch depek to jde ještě lépe.
Dříve jsem se utápěla v minulosti, vzpomínkách a držel mě při tom ten ztracený alkohol.
Dávej na sebe pozor a klidně piš ze své střízlivé cesty.
Měj se krásně

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Milan Smolík - 20/04/2019 12:39

Mě by fakt strašně moc zajímalo, kdy ta chuť napít se přejde. Mám dnes 110 dní bez alkoholu a chuť se stále stupňuje. Mají na tom samozřejmě i podíl Velikonce, kdy jsou všichni naloženi v lihu. Pak jim závidím a chuť je o to větší.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Allie - 20/04/2019 13:04

Jak už jsem psala vedle, Milane, nejvíc špatně je to, že lidem závidíš chlast. Proboha, vždyť není co závidět. ...

A dokud budeš závidět, chuť nezmizí. ....

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 20/04/2019 14:05

Milane neptej se kdy chuť přejde, ale obrat to kdy chuť ti nebude dělat problém.Je fajn že nepiješ, ale strachovat se že neodolaš je začarovaný kruh. Vem si že lidé si závidí hodně věcí, ale proč závidět se opít. Leckdo by ti mohl závidět že abstinujes. To je úspěch.....
Krásné slunečné Velikonoce

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Lu..a - 20/04/2019 16:00

Ahoj a krásné velikonoce, já to furt říkám že je důležité se s závislosti naučit normálně žít. Bude v našem životě furt. Také mám chutě, ale vím že přejdou a pak je to krasnej pocit.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Milan Smolík - 20/04/2019 17:36

Allie napsal:
Jak už jsem psala vedle, Milane, nejvíc špatně je to, že lidem závidíš chlast. Proboha, vždyť není co závidět. ...

A dokud budeš závidět, chuť nezmizí. ....

Já vím, že není co závidět. Ale člověk si z alkoholových akcí pamatuje spíše to lepší, tu radost a smích. Situace, kdy zvracíš, nebo tě z bezvědomí ležícího na veřejném prostranství budí policie, tak tyhle situace jsou zamlženy závojem zapomnění. Ovšem radost a smích, takové ty povedené pařby, to si člověk dobře pamatuje a proto ta závist věči těm, co pijí. :) Ale já to vydržím, kvůli závisti začít znovu pít nehodlám. :)

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 20/04/2019 19:45

Dobrá volba Milane. Máš pravdu alkohol dovede navodit náladu a fajn pocit, ale důsledky známé tady všichni.
Stejně si myslím že pokud člověk se chce bavit a zasmát jde to i bez pití. V opačném případě jsi jen pro smích ostatním.
Dříve jsem to také tak měla. Nedovedla jsem s lidmi komunikovat. Díky alkoholu jsem byla odvazana.
Proto už budu raději jen vytvářet skutečnou zábavu než uměle vytvořenou

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil IvetaN - 28/04/2019 09:59

Tak úspěšně pokračuji. V rámci střízlivosti jsem poslala pár lidí do prdele, jak už jsem to dlouho chtěla udělat. Mám dvě brigádky, kupuju si věci pro radost a dělám si, co chci. S přihlédnutím na děcka samozřejmě...
Začínám se cítit líp, ale fyzicky si připadám jako chodící zombík.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil MichalB - 28/04/2019 12:50

To se po pra tydnech srovna bude uz jen lepe.

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Macek - 28/04/2019 14:28

Ivet všechno bude, neboj.Postupne se tělo bude zotavovat. Je fajn že máš takový přístup. Fandím ti

==========

Re: Kdy to přejde?
Vložil Allie - 28/04/2019 15:59

Ivetko, v podstatě se tomu tělo není co divit. Nalila si do něj fest jedu, tak to bude chvilku trvat, než se tělo vzpamatuje, až ti bude trochu líp, můžeš telu pomoct zdravou stravou a pohybem. Tělo naštěstí umí regenerovat. ...

==========