Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Alex Lev - 31/05/2012 21:31

_____

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil David - 01/06/2012 01:44

_____

Ahoj, přečetl jsem si tvůj příběh, problém s alkoholem určitě máš, i když asi to není zatím nějaká silná závislost.Zkus to zvládnout sama a když to nepůjde, jsou další možnosti. Líba ti určitě poradí Anonymní alkoholiky. Já sám mám s alkoholem velký problém, začal jsem pít ve 14 - pivo ze zvědavosti, na střední jsme už občas zašli do hospody a pilo se na čundrech, protože to k tomu tak nějak patřilo. Víc jsem se pak rozpil na VŠ, kdy jsem začal alkoholem řešit psychické problémy-deprese. To už byl počátek škodlivého pití a závislosti. Pil jsem často sám po hospodách nebo jsem si koupil domů lahev. Tak jsem to dělal až doteď - více než 10 let, už jsem to měl zažité jako životní styl. Ne denně, ale zhruba ob den litr vína, u toho jsem poslouchal písničky a měl jsem "hezký večer". Jednou za čas, tak za 14 dní, jsem se zlil pořádně. Druhý den jsem přepíjel kocovinu. Teď po jednom větším opití se pokouším přestat, zatím nepiju týden, ale jednou jsem to porušil. Zatím nejsem smířen s tím, že bych si nesměl dát nikdy nic, říkám si, že stačí, když se odnaučím pít o samotě a že příležitostně ve společnosti si dát můžu. No uvidíme, jak to budu zvládat, každopádně můžu říct že střízlivé dny jsou daleko hezčí a Tobě přeju, ať to taky zvládneš.

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Liba - 01/06/2012 04:45

_____

Alex, díky za upřímný příběh, za to, že jsi dokázala vypsat svůj boj s pitím.Zkus zajít na AA, tam se Ti uleví, hodně Ti to pomůže, budeš vědět, jak na ty chutě, depky.....Máš pravdu v tom, že alkoholiků je daleko víc, než vidíme.Oni si to nepřipouští, je tu u nás prostě zakodované, že to je jen ten, kdo je bez domova, válí se po zemi, špinavý....vůbec ne.Vytáčí Tě, že nesmíš pít, a známe to, zakázané ovoce nejvíc chutná, ne?Přátelům klidně řekni, že nepiješ proto, že Ti alkohol přestal chutnat, no a?Jsi svéprávná, dospělá, můžeš pít, co chceš!Nyní nesmíš pít, ono to odezní, a pak už nebudeš vůbec chtít pít, zjistíš, že bez toho chlastu je výborně, dobře, tak proč sahat po flašce?Na AA se to naučíš.Davide, já AA doporučuji, i léčebnu proto, že obojí dobře znám.Nejsem terapeutka, lékařka, píšu jen o tom, co mám ověřené, vyzkoušené, vím, že to pomůže.Sám člověk alkoholismus nepřekoná.Pár dní ano, jenže nevydrží.Za týden jedu do Jeseníků na sjezd AA, všem bych Vám přála zažít , vidět stovku abstinujících lidí, slyšet jejich příběhy, nabrali byste energii, chuť do abstinence, viděli byste, že to jde, jedete někdo?Můžete!Těžko se to popisuje, to se musí zažít!Není to tak drahé, hotel, na každou nemoc si musí člověk kupovat léky, na naši, alkoholismus, žádné nejsou, takže peníze vložené do sjezdu jsou minimální položka.Alex vydrž, kdyby něco, klidně mě zavolej, napiš soukromě.....

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil ewa - 01/06/2012 07:59

Zdravím Alex,děkuji za Tvá slova.Podporu zde určitě najdeš,moje zkušenost je ta,že od té doby,co chodím sem na forum psát a čerpat,se mi daří plně abstinovat,cca 2měsíce.Nešlo to hned,byl to boj a vlastně ještě stále je.Ale nemám abst příznaky,již pominuly,občas úzkost,,ta k tomu patří.Nemám zdaleka vyhráno ale nikdy jsem snad nezažila tolik střízlivých dnů jako nyní.Já to mám možná jednodušší v tom,že nevyhledávám společnost lidí,kde se holduje alkoholu,chápu jsi asi mladší než jsem já,pamatuju na mejdany,když jsem já sama byla na škole,nevím,možná tam se to tenkrát mohlo spustit,kdo nepil-nepatřil do party.Zkus anonymní alkoholiky,já tam občas zajdu a vždy odcházím povznešená,nabitá,úžaslá.Nikdo tam nekritizuje,každý má svůj příběh,takže zjistíš,že ty nejsi žádná vyjímka.Příběhů a osudů na tomto foru je dost.Budu Ti moc držet palce,jsem v tom s Tebou!Vydržíme! Přeju všem krásný střízlivý den.

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Alex Lev - 01/06/2012 09:20

Moc Vám všem děkuji za reakce, hodně mi to pomáhá. Je super když se člověk může svěřit a dopředu tuší, že se nedočká negativní odezvy a když se to opravdu potvrdí a příjdu jen slova útěchy a podpory, k tomu ještě vlastní zkušenost je to vážně dobrý pocit. Věřím, že ve společnosti anonymních alkoholiků to musí být super, jen asi na to nejsem připravená, doufám, zatím, že to zvládnu sama, resp. s přítelem, který by měl být a asi i bude první na koho bych se obrátila, kdybych to nevydržela a napila se, ale pevně věřím, že to nebude potřeba.

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Alex Lev - 01/06/2012 09:40

Ahoj, děkuji za reakci. Je hrozné když má člověk spojený alkohol, jako neškodnou součást života. Taky jsem si ráda doma sedla, i sama, otevřela láhev vína a udělala si pohodičku, ale nevydržím víc než dvě tři skleničky, samotnou mě to moc nebaví, ale ve společnosti se vždycky uvolním, vzpomenu na starý časy a chci se za každou cenu bavit. Když totiž nepiju nejsem moc dobrý společník a dlouho trvá než se zapojím vůbec do konverzace, navíc chci jít brzo domů a to se zas nelíbí ostatním, ale hold si musí zvyknout. Jsem moc ráda, že jsem na to přišla brzo, myslím si, že s přibývajícím věkem by to bylo horší a horší. Navíc mě v abstinenci utvrzuje to, že jednou budu chtít mít rodinu a nedokážu si představit, že by mé děti, měli řešit, že jejich matka pije, hlavně po přečtení příběhů na tomto fóru. Vždyť to akorád odnesou ti nejbližší a ta bezmoc, kterou prožívají, je to hrozné. I z vlastních zkušeností vím jaké to je vědět, že rodiče mají problém s alkoholem, ale nemám vůbec právo jim do toho mluvit, nikdy jsem se neopovážila se o tom jen zmínit, snad když sama přestanu pít budu moci pomoct i jim. Ale jen abych se jich zastala, jinak jsou moc super, jen kdyby omezily ten alkohol bylo by to přínosné pro všechny.

Davide tobě přeji aby si to vydržel a z toho, že si to porušil, si nic nedělej, mě trvalo zkoro dva roky než jsem si konečně uvědomila, že to tak nejde, vždycky jsem si totiž našla nějakou výmluvu, abych se sama sobě obhájila. Bude to běh na dlouho trať, ale věřím, že to zvládnem. Tohle fórum je vážně super.

:-)

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Alex Lev - 01/06/2012 09:45

_____

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Alex Lev - 01/06/2012 09:47

_____

Ewo děkuji a zároveň gratuluji ke dvou měsícům abstinence už teď se těším až budu moct napsat to samé já :-)

==========

Re: Ne vždy je to poznat (můj příběh)
Vložil Alex Lev - 01/06/2012 09:50

_____

Libo tobě taky děkuji a chci vyjádřit, že máš můj obdiv, že se snažíš takhle pomáhat, když bude nejhůř, vím už na koho se obrátit.

==========