Změna osobnosti při abstinenci

Vložil Ondra - 16/10/2015 19:46

Dva roky úspěšně abstinuji, rok jsem se léčil ambulantně a rok již jsem po léčbě. Brzy po zahájení abstinence jsem začal na sobě pozorovat pozitivní změny,úbytek váhy, mnohem větší efektivita v práci i víc pozitivní energie.Brzy po zahájení abstinence jsem ovšem pomalu začal ztrácet zájem o svou přítelkyni, začaly mi u ní vadit věci které jsem vůbec dříve neřešil.(ona je téměř abstinent)
Najednou mi přišlo že je líná, pomalá v běžném životě, přestal jsem pomalu mít zájem s ní trávit čas,o sexu ani nemluvím)
Krize se stále prohlubuje a přesto že se snažím dělat vše tak aby byla spokojená, cítím že to není ono.Zajímalo by mne zda má někdo podobnou zkušenost a zda je tento problém možné přisoudit mé změně po vysazení alkoholu či je to věc která by přišla tak či onak..
(Jsme spolu celkem 5 let)

==========

Re: Změna osobnosti při abstinenci

Vložil Michal Pooh - 17/10/2015 21:11

Ondro,
to, že se vztah po vysazení alkoholu u závislého partnera dostane do krize se stává relativně často. Psychika člověka se po určité době abstinence skutečně mění a tím se mění také jeho postoje k partnerovi, a role, které partneři ve vzájemném vztahu doposud zastávali.
Tyto změny mohou v určitých případech vést až k rozpadu vztahu.
Vyjádřit se konkrétně k určitému vztahu však vyžaduje jeho hlubší znalost, a ta asi v internetovém fóru chybí.
Možná bych Ti doporučil se především zamyslet nad tím, zda se k partnerce či okolí obecně nestáváš příliš tvrdým. Toto úskalí se na cestě abstinujícího alkoholika vyskytuje často.
Přílišná očekávání ve vztahu k druhým k vyšší kvalitě života povětšinou nevedou. Spokojené vztahy nejsou založeny na dokonalosti partnerů, ale na toleranci a schopnosti odpouštět.
Možná by ses ani po změně partnerky necítil lépe.
Tak přeji hodně štěstí :)
Michal Pooh

==========

Re: Změna osobnosti při abstinenci

Vložil pavel - 20/10/2015 10:22

Takže pokud spolu nemáte děti, tak je rozchod relativně jednoduchý. Možná, že při abstinenci se ukáže ta "pravá" povaha člověka, nebo se dostane možnost konečně rozvinout osobnost nijak nezkreslená, nezkřivená drogou. A pak opravdu někdy (možná i dost často) to odnesou vztahy z dřívějška, nejenom třeba kamarádi, ale i ty intimní doma.
Zkusil bych to možná probrat s nějakým terapeutem - třeba si ujasníte co vlastně v životě chcete.

==========

Re: Změna osobnosti při abstinenci
Vložil Filomenka - 20/10/2015 16:29

Já nechápu, "pokud nemáte děti, tak rozejít se je tak jednoduché". Jednoduché řešení však nebývají ty nejlepší řešení. Abstinuje, zůstane najednou sám a hned je problém. Na vztahu se musí pracovat a je lepší ho udržet než vše bořit. Můj názor.

==========

Re: Změna osobnosti při abstinenci
Vložil Ja - 20/10/2015 17:51

Ondra napsal:
...Krize se stále prohlubuje a přesto že se snažím dělat vše tak aby byla spokojená, cítím že to není ono.Zajímalo by mne zda má někdo podobnou zkušenost a zda je tento problém možné přisoudit mé změně po vysazení alkoholu či je to věc která by přišla tak či onak..

Ondro,
zmenil si svoj vlastný rebríček vnútorných hodnôt a triezve nároky bývajú spravidla vyššie, než tie drogovo závislé. Teraz bilancuješ.

Vysporiadať a vyrovnať sa súčasne so sebou aj s okolím, si vyžaduje čas - najlepšieho lekára duše. Nič Ti neutečie.
Mnohé sa ešte len vykryštalizuje a to, čo práve nevidíš už čaká (niekde) na Teba. Dôveruj si a vtedy to najlepšie zvládneš! B)

"Prajem Ti mnoho zdaru pri hľadaní, aj nachádzaní, samého-seba!" :)

==========