

SPIS TREŚCI

Od autorki	5
Wstydliva choroba	12
Fakty, mity, paradoksy	12
Trzeźwość to początek drogi	20
Leczyć, nie karać	32
Lekarz tego nie zrozumie	40
List do J.	51
Dwanaście kroków do Hazelden	60
Ratować całą rodzinę	80
Al-Anon: sposób na życie	81
Koalkoholizm — choroba nas wszystkich	84
„Miłość własna jest mniejszym grzechem, niż brak miłości do siebie”	86
Terapia rodzinna w Hazelden	91
Terapeuta Jeff	93
Pogoda ducha	99
Ja też chcę kochać swego tatę	109
Rodzice własnych rodziców	120
Na alkoholizm nigdy nie jest za wcześnie	128