

Spis treści

Wstęp do wydania polskiego	7
Podziękowania	9
Nota od Autora	10
Wstęp: Huck i ja.....	11
Część I	
<i>Droga przede mną</i>	19
Rozdział 1. Czas na uzdrowienie:	
Obietnica nadziei	23
Rozdział 2. Czas na zrozumienie:	
Burzenie murów zaprzeczania	41
Część II	
<i>Droga za mną</i>	53
Rozdział 3. Czas na przypomnienie:	
Dzieciństwo w rodzinie alkoholików	57
Rozdział 4. Czas na uczucia:	
Stres pourazowy i DDA	83
Rozdział 5. Czas na separację:	
Współzależnienie i DDA	115

Rozdział 6. Czas na szczerość:	
Powtórna zdrada	135
 Część III	
<i>Podróż</i>	149
Rozdział 7. Czas na zaufanie:	
Droga do wyzdrowienia	153
Rozdział 8. Czas na wspólnotę:	
Programy Dwunastu Kroków	171
Rozdział 9. Czas na odwagę:	
Leczenie DDA	193
 Posłowie	209
 Aneks I. Gdy twoi rodzice wciąż piją	213
Aneks II. Specjalne słowa do przyjaciół i krewnych DDA	216
Aneks III. National Association for Children of Alcoholics (Krajowe Stowarzyszenie Dzieci Alkoholików)	221
Aneks IV. Diagnostyczne kryteria współuzależnienia	223
 Przydatne adresy	224