

W ramach działań związanych z informowaniem społeczeństwa, Intergrupy i grupy mają wiele możliwości, w tym między innymi tworzenie "Pakietów informacyjnych" do przesłania lub przekazania osobiście, przygotowywanie ulotek, organizowanie otwartych spotkań i wydarzeń oraz korzystanie z nieodpłatnych form informacji publicznej (media takie jak telewizja, radio, strony internetowe, gazety, katalogi telefoniczne itp.).

### PAKIETY INFORMACYJNE

"Pakiety informacyjne DDA" mogą być tworzone z wykorzystaniem literatury ACA WSO, zatwierdzonej przez Konferencję ACA, która została napisana i sprawdzona przez wspólnotę. "Pakiet informacyjny DDA" może zawierać jedną lub kilka pozycji, na które grupa może sobie pozwolić, jak np. Tekst wspólnoty DDA (Wielka Czerwona Księga DDA), zeszyt ćwiczeń "Dwanaście Kroków DDA", ulotki takie jak "Czy jestem dorosłym dzieckiem", "Niezbędnik DDA", "DDA jest..." i/lub broszury, np. "Dokumenty tożsamości" i "Książeczka dla nowicjusza". Literatura zatwierdzona przez Konferencję ACA jest dostępna na stronie internetowej ACA WSO: [www.adultchildren.org](http://www.adultchildren.org).

Uwaga: Aby zapobiec wyrzucaniu pakietów, w niektórych przypadkach dobrym pomysłem może być wysłanie najpierw do potencjalnego odbiorcy listu lub e-maila, w celu potwierdzenia, że osoba ta jest zainteresowana otrzymaniem informacji o DDA.

W przypadku wysyłania "Pakietu informacyjnego DDA", należy dołączyć do niego list przewodni, który przedstawia nadawcę, podaje powód korespondencji i prosi odbiorcę o rozważenie rozprowadzenia załączonych materiałów w gronie współpracowników lub wystawienia ich w miejscach prowadzenia działalności. W zależności od posiadanych zasobów, grupa może zaproponować wysłanie na życzenie większej ilości pakietów lub zalecić odbiorcy kontakt z Intergrupą DDA w celu zakupu dodatkowych materiałów. W tej ulotce podany jest przykład listu przewodniego.

Przy osobistej prezentacji "Pakietu informacyjnego DDA" rozmowa może zacząć się od tego, że DDA jest niezależnym programem Dwunastu Kroków i Dwunastu Tradycji dla osób wychowanych w rodzinach alkoholowych lub w inny sposób dysfunkcyjnych. Takie wprowadzenie i następująca po nim propozycja przekazania "Pakietu informacyjnego" może wystarczyć. Jeśli zostaniesz zapytany o to, jak działa Program, pamiętaj prosić, że mówisz tylko w swoim własnym imieniu, a nie całej wspólnoty DDA. Dzielenie się swoimi osobistymi doświadczeniami, siłą i nadzieją będzie prawdopodobnie bezpieczniejszym kierunkiem.

### ULOTKI

Intergrupy i grupy mogą tworzyć ulotki, zawierające informacje o konkretnym mityngu lub wszystkich mityngach w ich okolicy. Ulotka może również przedstawiać rodzaje wymienionych mityngów: czy są one zamknięte, czy otwarte, i co to oznacza.

### OTWARTE MITYNGI LUB SPOTKANIA

Niektóre grupy mogą zdecydować się na zorganizowanie specjalnego otwartego mityngu lub spotkania, jako okazji do podzielenia się informacjami o DDA z resztą społeczeństwa. Spotkania te są zazwyczaj koordynowane przez wybrany zespół zaufanych służebnych z jednej grupy, kilku grup, Intergrupy lub służb regionalnych. Nie ma standardowego sposobu organizowania takiego wydarzenia. Należy jednak pamiętać, że spotkania te są otwarte dla społeczeństwa i nie mają tu zastosowania zwyczajowe zasady anonimowości i poufności. W związku z tym wszyscy uczestnicy otwartych spotkań DDA muszą zostać poinformowani, że ich udział w takim spotkaniu nie będzie traktowany jako poufny. Do udziału w otwartych spotkaniach DDA można zaprosić przedstawicieli mediów i poprosić ich, by nie robili zdjęć i nie przypisywali żadnych cytatów konkretnym osobom. Ponieważ jest to spotkanie organizowane przez wspólnotę DDA, zazwyczaj tylko osoby z programu DDA mogą przekazywać swoje doświadczenie, siłę i nadzieję. Podczas niektórych wydarzeń, w celu udostępnienia społeczeństwu informacji, sprzedaje się i/lub oferuje bezpłatną literaturę zatwierdzoną przez Konferencję DDA.

### MEDIA

Niektórzy mogą stwierdzić, że dla przekazania ogólnych informacji o programie DDA warto wykorzystać czas przeznaczony na ogłoszenia publiczne w lokalnej stacji telewizyjnej lub radiowej. O ile na poziomie prasy, radia, telewizji lub filmu nie dochodzi do naruszenia anonimowości żadnej osoby i publikowane są tylko ogólne informacje, może to być sposób na informowanie społeczeństwa. W obecnej erze cyfrowej do rozpowszechniania naszego posłania można korzystać z różnorodnych środków elektronicznych - pod warunkiem, że żadna osoba nie jest identyfikowana jako członek DDA. Jak mówi Tradycja Dwunasta, anonimowość jest duchowym fundamentem wszystkich naszych Tradycji, zawsze przypominającym nam o tym, że zasady są ważniejsze od osobowości. Również w erze cyfrowej anonimowość ma swoje znaczenie.

Niektóre grupy umieszczają swoje mityngi w rubryce "Grupy wsparcia" w lokalnych książkach telefonicznych, podając daty i godziny swoich mityngów.

Docierając do ogółu społeczeństwa, zawsze z dużym szacunkiem podchodzimy do woli osób, z którymi nawiązujemy kontakt. Jeśli nie chcą one rozpowszechniać lub zamieszczać informacji o DDA, pokornie dziękujemy im za poświęcony czas i z szacunkiem spełniamy ich prośbę.

### PRZYKŁADOWY LIST PRZEWODNI

(Data)

Dotyczy: Dorosłe Dzieci Alkoholików/Rodzin Dysfunkcyjnych  
Zwracamy się do Państwa w imieniu (lokalnej grupy/Intergrupy) Dorosłych Dzieci Alkoholików i Dorosłych Dzieci z Rodzin Dysfunkcyjnych, ze względu na obszar Waszej działalności i ewentualną pomoc, jakiej wspólnota DDA może udzielić osobom, z którymi pracujecie i którym służycie.  
Program DDA, założony w 1978 roku, oparty na Dwunastu Krokach i Dwunastu Tradycjach, jest niezależnym programem zdrowienia dla dorosłych wychowanych w rodzinach alkoholowych lub dysfunkcyjnych. Od ponad 40 lat DDA pomaga osobom dorosłym wychowanym w dysfunkcyjnych rodzinach goić rany z przeszłości i żyć odpowiedzialnie w wieku dorosłym.

Aby zaznaczyć Państwa z programem DDA, chcielibyśmy wyjaśnić kilka podstawowych pojęć i przekonań dotyczących DDA:

- DDA uważa, że dzieci dotknięte w dzieciństwie chorobą alkoholizmu lub dysfunkcją rodziny, w życiu dorosłym odtwarzają jej skutki. Dzieci w tego typu rodzinach przejmują model uzależnienia zewnętrznego i wewnętrznego, który odraeagowują w dorosłym życiu.
- Wpływ alkoholizmu lub dysfunkcji rodziny jest wielopokoleniowy. Dziecko doświadczające traumatycznych przeżyć, aby czuć się bezpiecznie, ukazuje światu fałszywe Ja i ukrywa swoje prawdziwe Ja, aby ochronić się przed traumą i przetrwać w przerażającej rzeczywistości.
- Jako dorośli, w obliczu trudnych sytuacji w dorosłym życiu, takie osoby nieświadomie cofają się do okresu dzieciństwa. Dlatego w literaturze DDA omawiane są tematy takie jak alkoholizm, uzależnienie zewnętrzne i wewnętrzne, pokoleniowa dysfunkcja, zespół stresu pourazowego, dysocjacja, zależność, współzależnienie, żaloba, depresja, zaburzenia obsesyjno-kompulsywne, uzależnienie behawioralne, kazirodztwo, molestowanie i regresja jako niektóre z konsekwencji wychowania w rodzinie alkoholowej lub w inny sposób dysfunkcyjnej.

Członkowie DDA biorą na siebie odpowiedzialność za swoje życie i nie zrzucają winy za swą sytuację na opiekunów ani na doświadczenia z dzieciństwa. Jedynym warunkiem przynależności do DDA jest chęć zdrowienia ze skutków wychowania w rodzinie alkoholowej lub dysfunkcyjnej. DDA sugeruje swoim członkom, aby czytali literaturę DDA, brali udział w spotkaniach DDA i praktykowali Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji. Członkowie DDA uczą się ponownie wychowywać siebie, z łagodnością, humorem, miłością i szacunkiem. Członkowie DDA zmierzają do osiągnięcia wewnętrznej integracji i przebudzenia duchowego. DDA nie łączy się z żadną religią, programem czy filozofią i nie przyjmuje żadnych dotacji z zewnątrz.

Prosimy o zapoznanie się z załączonymi materiałami i publikacjami DDA, które mogą Państwo wedle uznania kopiować i rozpowszechniać wśród swoich współpracowników i klientów. Jeśli chcieliby Państwo uzyskać więcej informacji lub zakupić dodatkowe materiały, prosimy o odwiedzenie stron [www.dda.org.pl](http://www.dda.org.pl) i [www.adultchildren.org](http://www.adultchildren.org). Mamy nadzieję, że informacje te będą przydatne dla Państwa, współpracowników oraz osób, którym Państwo służą. Dziękujemy za poświęcony nam czas.

Z wyrazami szacunku,  
Intergrupa DDA/grupa DDA (nazwa grupy)  
[W załączeniu: materiały dotyczące DDA]

## SŁUŻBA INFORMACJI PUBLICZNEJ DDA

Ta ulotka ma na celu dostarczenie Intergrupom i grupom wskazówek na temat przekazywania ogółowi społeczeństwa informacji o DDA. To krótkie omówienie nie wyczerpuje tematu. Istnieje równie wiele sposobów na publiczne rozpowszechnianie informacji, jak indywidualnych możliwości niesienia posłania DDA. Mamy nadzieję, że podane tu informacje dostarczą ogólnych pomysłów i wskazówek, które pozwolą naszym Intergrupom i grupom na realizację tej ważnej służby DDA. W razie zaistnienia wyjątkowych okoliczności należy pamiętać, że niezależność waszej grupy jest ograniczona przez działania, które mogą dotyczyć innych grup DDA lub DDA jako całości. Niech waszym przewodnikiem będzie świadome i dobrze poinformowane sumienie grupy.

### **Tradycja Jedenasta DDA mówi:**

*Nasze oddziaływanie na zewnątrz opiera się na przyciąganiu, a nie na reklamowaniu; zachowujemy osobistą anonimowość wobec prasy, radia, telewizji, filmu oraz mediów społecznościowych.*

**Nasza Piąta Tradycja mówi nam: Każda grupa ma tylko jeden główny cel – nieść posłanie dorosłemu dziecku, które jeszcze cierpi.**

W miarę jak nasza wspólnota się rozwija, Intergrupy i grupy chcą dzielić się naszym życiodajnym posłaniem z innymi dorosłymi dziećmi w swoich społecznościach. O ile nie ma chyba lepszego sposobu na niesienie tego posłania, niż wcielanie naszego programu w życie poprzez nasze własne działania, o tyle docieranie do innych dorosłych dzieci poprzez publiczne informowanie jest bardzo ważnym aspektem służby DDA, którą możemy pełnić, aby inni mogli zdrowieć ze skutków dorastania w rodzinie alkoholowej lub w inny sposób dysfunkcyjnej. Dlatego też zalecamy, aby przed podjęciem takiej działalności osoby pełniące tę służbę upewniły się, że przepracowały Dwanaście Kroków i posiadają gruntowną wiedzę o Dwunastu Tradycjach. Poniżej znajduje się lista tych Tradycji, do której można się łatwo odwołać.

**To jest tłumaczenie literatury zatwierdzonej przez ACA, nie zatwierdzone przez lokalną wspólnotę. © 2021 Copyright Adult Children of Alcoholics/ Dysfunctional Families World Service Organization, Inc. Wszelkie prawa zastrzeżone.**

## DWANAŚCIE TRADYCJI DDA

**TRADYCJA PIERWSZA:** Nasze wspólne dobro powinno być najważniejsze; zdrowienie każdego z nas zależy od jedności wspólnoty DDA.

**TRADYCJA DRUGA:** Dla celów działania naszej grupy istnieje tylko jedyny ostateczny autorytet - miłujący Bóg, przejawiający się w sumieniu naszej grupy. Nasi liderzy są jedynie zaufanymi służebnymi, oni nie rządzą.

**TRADYCJA TRZECIA:** Jedynym warunkiem członkostwa w DDA jest pragnienie zdrowienia ze skutków dorastania w rodzinie alkoholowej lub innej rodzinie dysfunkcyjnej.

**TRADYCJA CZWARTA:** Każda grupa jest niezależna, z wyjątkiem spraw dotyczących innych grup lub DDA jako całości. Współpracujemy ze wszystkimi innymi programami Dwunastu Kroków.

**TRADYCJA PIĄTA:** Każda grupa ma tylko jeden główny cel – nieść posłanie dorosłemu dziecku, które jeszcze cierpi.

**TRADYCJA SZÓSTA:** Grupa DDA nigdy nie powinna popierać, finansować ani używać nazwy DDA żadnej powiązanej z nią instytucji lub zewnętrznej organizacji, aby problemy finansowe, majątkowe lub sprawy ambicjonalne nie odrywały nas od głównego celu.

**TRADYCJA SIÓDMA:** Każda grupa DDA powinna być samowystarczalna i nie powinna przyjmować dotacji z zewnątrz.

**TRADYCJA ÓSMA:** Działalność we wspólnocie Dorosłych Dzieci Alkoholików powinna pozostać na zawsze działalnością nie wykonywaną zawodowo i nieodpłatną; nasze służby centralne mogą jednak zatrudniać pracowników specjalnych.

**TRADYCJA DZIEWIĄTA:** DDA nie powinno nigdy stać się formalną organizacją; możemy jednak tworzyć oficjalne rady i komisje bezpośrednio odpowiedzialne wobec tych, którym służą.

**TRADYCJA DZIESIĄTA:** Wspólnota Dorosłych Dzieci Alkoholików nie zajmuje stanowiska w kwestiach zewnętrznych, dlatego też nazwa DDA nie powinna być nigdy uwikłana w publiczne kontrowersje.

**TRADYCJA JEDENASTA:** Nasze oddziaływanie na zewnątrz opiera się na przyciąganiu, a nie na reklamowaniu; zachowujemy osobistą anonimowość wobec prasy, radia, telewizji, filmu oraz mediów społecznościowych.

**TRADYCJA DWUNASTA:** Anonimowość jest duchowym fundamentem wszystkich naszych Tradycji, zawsze przypominającym nam o tym, że zasady są ważniejsze od osobowości.

Dwanaście Tradycji przedrukowano i zaadaptowano za zgodą Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

---

# Informacja publiczna DDA

---



Dorośle Dzieci Alkoholików/  
Rodzin Dysfunkcyjnych  
ACA (DDA/DDD)  
[www.dda.org.pl](http://www.dda.org.pl)  
[intergrupa@dda.org.pl](mailto:intergrupa@dda.org.pl)

Adult Children of Alcoholics®/  
Dysfunctional Families  
World Service Organization, Inc.  
[www.adultchildren.org](http://www.adultchildren.org)  
[information@acawso.com](mailto:information@acawso.com)

©2021 ACA WSO, Inc.  
All rights reserved.