

Koncom roka 1976 alebo začiatkom roka 1977 štyria či piati mladí ľudia z programu Alateen, ktorí dosiahli dospelosť, prestúpili do programu Al-Anon, ktorý bol verziou programu Alateen pre dospelých. V Alateene spoznali, aký vplyv mali na ich život rodičia alkoholici, spoluzávislí rodičia a vyrastanie v rodine ovplyvnenej alkoholizmom. Po príchode do programu Al-Anon boli zrazu postavení pred myšlienku naučiť sa žiť vyrovnané v dysfunkčnom prostredí. Môžeme len tušiť, aký vnútorný zmätok to znamenalo pre týchto dospelých mladých ľudí, nehovoriac o strachu, že si pohnevajú členov spoločenstva Al-Anon, ktorých vnímali ako osobnosť rodiča.

V programe Alateen sa dobre naučili, ako sa postarať o naplnenie svojich potrieb. A tak si vytvorili svoju vlastnú skupinu Al-Anon, ktorú nazvali „Nádej pre dospelé deti alkoholikov“. Stretávali sa v budove Smithers na Manhattane. Prevzali uvítanie a záver z mítingov programu Al-Anon, ale zvyšok si vytvorili sami.

V tom čase sa jeden starší člen Al-Anonu a AA vo svojej výpovedi zameral na dôsledky „dávnej minulosti“ v rodine alkoholikov na jeho život v dospelosti. Vtedy mal Tony A. asi päťdesiat rokov. Cindy, členka skupiny „Nádej pre dospelé deti“, si Tonyho vypočula a požiadala ho, aby ako hosť prehovoril v jej skupine.

Tony A. prišiel a podelil sa o svoje skúsenosti, silu a nádej. Hovoril o charakteristikách, ktoré sa podľa neho prejavovali v jeho dospelosti ako dôsledok vyrastania v rodine ovplyvnenej alkoholizmom. Noví členovia z Alateenu mali zhruba dvadsať rokov, zatiaľ čo Tony mal za sebou pol storočia. Vekové rozdiely medzi nimi sa však rozplynuli, keď sa podelili o svoje skúsenosti, pocity a o to, v akom prostredí vyrastali. Nechýbali slzy, smiech, pocit spolupatričnosti a porozumenia, ktoré presiahli hranice času. Stotožnili sa s Tonym a on zostal v skupine. Asi po šiestich alebo siedmich mesiacoch sa namiesto rozrastania členstva, ktoré očakávali, novovznikajúca skupina zúžila na troch či štyroch ľudí. Hrozilo, že skupina zanikne.

Nejaká sila Tonyho motivovala k tomu, aby pozval členov Anonymných alkoholikov pripojiť sa k tejto malej skupinke. Napokon, niektorí z nich mali sami rodičov alkoholikov, alebo nie?

Ďalší týždeň sa objavilo sedemnášť členov AA. Na nasledujúcom mítingu bolo 50 ľudí a na tom ďalšom viac ako 100 členov AA. S pomocou niektorých veľmi

dobrych priateľov sa trochu radikálna skupina Al-Anon vydala na svoju vlastnú cestu.

Skupina bola založená, niektorí z členov rozbehli ďalšiu skupinu v Kostole sv. Jána Krstiteľa. Tony A. viedol túto druhú skupinu s názvom „Generácie“. V tomto období navštevoval aj mítingy skupiny „Nádej pre dospelé deti“.

„Generácie“ neboli pridružené k žiadnej organizácii. Asi šesť mesiacov fungovali bez akéhokoľvek formátu mítingu. Členovia tejto skupiny dôrazne nabádali Tonyho, aby sa niečo spravilo – formálne schválilo, zdokumentovalo – niečo, čo by skupinu charakterizovalo.

Nasledujúce ráno sa teda Tony pustil do práce a za dve hodiny spísal 13 charakteristík spoločenstva. O tejto skúsenosti povedal: „Bolo to, akoby tento zoznam písal prostredníctvom mňa niekto Iný.“

Tony pracoval neďaleko Chris, ktorá sa ponúkla, že prepíše zoznam na stroji, a tak jej ho odovzdal. Chris teda týchto 13 charakteristík prepísala. Potom si Tony uvedomil, že zabudol pridať tú drobnú zmienku o strachu, a zamyslel sa: „Nie, oni by si nikdy ‚nepriznali‘ strach. Vzrušenie. Áno, to je lepšie. Vzrušenie by pripustili...“

Tony spísal charakteristiky. Napísal aj Riešenie. Chris Riešenie upravila (výrazy ako „Boh“ sa pri zmene nahradili slovami on/ona/ono).

Keď na nasledujúcom stretnutí Tony čítal charakteristiky, Barry, jeden z členov zvolal: „Hej, veď to je predsa môj zoznam!“ Odvtedy sa tento zoznam charakteristík označuje ako Zoznam črt dospelého dieťaťa.

Toto bol oficiálny začiatok DDA. Nikto si už presne nepamätá dátum tejto významnej udalosti. Kto by však vtedy čakal, že sa z týchto skromných začiatkov stane celosvetové hnutie, ktoré pomáha riešiť podstatu následkov zlého zaobchádzania s deťmi?

„Keď sme začínali,“ povedal Tony, „vládol medzi nami úžasný pocit vzájomnej lásky, empatie a porozumenia.“

V skupine „Generácie“ sa pokúšali pracovať s Krokmi AA, ale väčšina jej prvých členov mala pocit, že sa ich tieto Kroky netýkajú.

Približne v tom čase jedna pani z Houstonu, ktorá prišla na návštevu, požiadala o kópiu Zoznamu črt dospelého dieťaťa. Zobrala ho do Texasu, aby tam

založila skupinu. Istý pán menom Jack E. sa sťahoval do Kalifornie. A potom tam bola ešte pani zo Švajčiarska...

Jedného večera koncom roka 1979 alebo začiatkom roka 1980 sa na konci mítingu skupiny „Generácie“ prihovorili Tonymu dve dámy. Boli zo Všeobecnej služby programu Al-Anon a pozvali skupinu „Generácie“, aby sa k tomuto programu pridala. Jedinou konkrétnou podmienkou bolo, že skupina musí prestať používať Zoznam črt dospelého dieťaťa. Členovia skupiny „Generácie“ sa jednoznačne zhodli na tom, že sa svojho Zoznamu nevzdajú. Toto bol začiatok odklonu od spoločenstva Al-Anon.

V roku 1979 vyšiel v týždenníku Newsweek článok o Claudii Black, Dr. Stephanie Brown a Sharon Wegscheider (teraz Wegscheider-Cruise). Bol to úplne prvý oznam na celoštátnej úrovni o tom, že rodinná dynamika v domove ovplyvnenom alkoholizmom môže spôsobiť, a aj spôsobuje, že si na celý život osvojíme vzorce dysfunkčného správania. Tento článok bol v podstate druhým príspevkom k literatúre DDA. Vďaka značnému ohlasu, ktorý vzbudil koncept rodinných systémov v oblasti duševného zdravia, sa do povedomia dostávala literatúra mimo programu DDA. Dialo sa to prostredníctvom každodenných diskusných relácií s pozvanými hosťami. V začínajúcom programe s nádychom húževnatého bojovníka zavládlo všeobecné nadšenie, aby spoločenstvo prijalo používanie literatúry zvonka.

V tom čase sa ľudia z AA pozerali na Tonyho tak trochu ako na blázna. Zdalo sa, že obhajuje odklon od Krokov AA. V roku 1978 alebo 1979 Tony napísal s pomocou Dona D. Kroky, ktoré sa mu zdali vhodnejšie pre obeť zlého zaobchádzania. Tieto Kroky povzbudzovali k tomu, aby sme urobili inventúru rodičov a precítili sebalútosť za to, že sme sa stali obeťou (teraz označované ako „práca so žiaľom“). Tony nevidel žiadnu logiku v myšlienke „obnoviť duševné zdravie“, pretože obnoviť niečo znamená, že sa nám vráti to, čo sme kedysi mali. Vzhľadom na to, že sme pochádzali z chorej rodiny, sme však nemali žiadne duševné zdravie, od ktorého by sme sa mohli odraziť.

Keďže Tony bol súčasne aj členom AA (čo vysvetľuje tú stovku priateľov, ktorí zachránili a vybudovali skupinu „Nádej pre dospelé deti“), cítil, že Dvanásť tradícií AA pre tento konkrétny program nepostačuje. Nevidel možnosť využitia Tradícií AA pre dospelé deti.

Podobne sa domnieval, že koncept anonymity nie je v DDA až taký dôležitý ako v AA. K tejto téme sa vyjadril nasledujúcimi slovami: „Anonymita je potrebná na to, aby sme nehovorili o ostatných členoch a ich príbehoch. Myslím si, že osobná anonymita môže byť porušená na

rôznej úrovni – v tlači, rozhlase atď. Napokon, anonymita môže predstavovať skôr choré rodinné tajomstvo než niečo zdravé.“

Tony začína mať pocit, že sa dostáva do pozície autority, ktorou nikdy nechcel byť. Vrazil: „Mal som strach z autorít a z toho, že by som sa jednou z nich mohol stať. Za autoritou sa podľa mňa môže ukrývať aj páchatel.“ Obával sa tiež vplyvu všetkej tejto pozornosti na svoje vlastné uzdravovanie. Preto skupinu opustil a držal sa mimo programu.

Keď sa vrátil na návštevu, ihneď ako vstúpil do miestnosti, zavládlo ticho. Pocítil opojný nával ega, ale obával sa o svoje uzdravenie aj o to, že by v programe mohli byť niektorí jednotlivci „viac“ než ostatní. A to sa mu nezdalo správne. V roku 1981 preto odišiel a medzitým navštevoval program Al-Anon.

Keď v roku 1981 odišiel z New Yorku, niekoľko žien zo skupiny DDA „Nádej pre deti“ oficiálne požiadalo Al-Anon, aby prevzal formát literatúry DDA. Preto dnes v programe Al-Anon existujú skupiny DDA, ktoré nie sú pridružené k svetovej službe DDA.

Keď sa Tony presťahoval na Floridu, požiadali ho, aby založil skupinu DDA, ktorá by mala mítingy v utorok v Bethesda-by-the-Sea. V tej oblasti už niekoľko skupín predtým založil, ale iba táto jediná prežila. Potom vznikla ďalšia v Delray, následne v Sarasote, potom jedna v Keys a nasledovalo Orlando...

V roku 1985 Tonyemu volala členka DDA Marty S. z Kalifornie. Ukázalo sa, že niekto iný si verejne pripisoval zásluhy za Zoznam črt dospelého dieťaťa. Marty nabádala Tonyho, aby vystúpil z anonymity a stanovil, kto je legitímnym „zakladateľom“ programu DDA. Samotný Tony sa nikdy nepovažoval za zakladateľa DDA. Namiesto toho prijal status spoluzakladateľa a pripísal tým zásluhy štyrom či piatim členom pôvodnej skupiny „Nádej pre dospelé deti“. On bol však tým, kto spísal pôvodné charakteristiky, ktoré definujú naše spoločenstvo.

Tony A., bývalý burzový maklér v New Yorku, poskytoval poradenstvo chudobným a zároveň pokračoval v práci makléra na Floride. V roku 1988 odišiel pracovať do Inštitútu v Palm Beach a začal písať knihu The Laundry List, ktorá vyšla v roku 1991 nezávisle od programu DDA.

Keď sme začínali, neočakával som, že sa DDA stane celosvetovým programom. Vtedy sme sa snažili udržať malé skupiny. Prvý raz som si uvedomil, že DDA má možnosti uspieť na celostátnej či medzinárodnej úrovni, keď Barry povedal, aby sme získali autorské práva na Zoznam črt dospelého dieťaťa. Predvídaj to, ale ja som o tom nemal ani potuchy. V tom čase som mal pocit, že Zoznam črt by mal zostať anonymný a nikdy by sa naň nemali uplatňovať autorské práva.

Koncept „dospelého dieťaťa“ pochádza od členov spoločenstva Alateen, ktorí založili skupinu „Nádej pre dospelé deti alkoholikov“. Prví členovia nášho spoločenstva, ktorí mali viac ako 18 rokov, boli dospelí, ale ako deti vyrastali v rodinách alkoholikov. „Dospelé dieťa“ však znamená aj to, že keď nás niečo rozruší, svojou reakciou sa podvedome vraciame do určitého štádia svojho detstva.

Mám v sebe tri časti samého seba – Vyššiu silu, svoje Ja a malého Tonyho. Ak sa mám spojiť s Bohom, musím milovať malého Tonyho, dieťa vo svojom vnútri. Malý Tony je moje spojenie s Bohom. Toto som sa naučil z havajského učenia Kahuna. O niekoľko mesiacov neskôr som sa do počul o tom, že v terapeutickom komunite sa začína pracovať s „Vnútrotným dieťaťom“.

Necítim sa kompetentný na to, aby som komunikoval s organizáciami. Keď sme rozbiehali skupinu „Generácie“, bola to antiorganizácia. Verím, že DDA bude aj naďalej pokračovať v zásadách slobodného výberu literatúry. Mojm želaním pre naše spoločenstvo je, aby sa používal pôvodný Zoznam črt dospelého dieťaťa a nové Kroky DDA, ktoré som spísal vo svojej knihe v roku 1990 pre obeť, ktorými sme.

Tento program je o tom, ako sa naučiť bezpodmienečne milovať samého seba a potom aj ostatných. Ak sa tak nedeje, nie sme spojení s Bohom. Dôvera sa musí stať životnou cestou a láska je cesta. Keď si dokážem dôverovať a milovať samého seba, dokážem dôverovať aj druhým a milovať ich.

Myslím si, že sa musíme stať malými deťmi. Pocity sú dobrodružnou duchovnou cestou za spoznávaním Boha. Naším cieľom je Boh.

Tony A.
5. október 1992

*Rozmnožujte len pre potreby spoločenstva DDA
alebo na základe písomného súhlasu od*

Adult Children of Alcoholics®
World Service Organization, Inc.
P.O. Box 811
Lakewood, CA 90714-0811
+1(310) 534-1815

Local information:

Raná história DDA

**5. októbra 1992
Rozhovor s
Tonym A.
s cieľom uviesť ho v
Príručke pre Dospelé deti**



Adult Children of Alcoholics®/
Dysfunctional Families

www.adultchildren.org
info@acawso.org
+1 (310) 534-1815

© 2015 ACA WSO, Inc.
All rights reserved.