

# 性与爱上瘾症的12 的特征

© 1990 The Augustine Fellowship, S.L.A.A., Fellowship-Wide Services, Inc. All Rights Reserved

© 1990 年奥斯丁支援团体，性与爱上瘾无名会，服务团体组织版权所有。

1. 缺乏健康的界线，会在还没有了解一个人之前，就让自己陷入性或情感的关系中。
2. 因为害怕被遗弃的感觉，所以会让自己处在或回到痛苦与破坏性的关系中，并对自己或他人隐藏依赖的感觉，然后变得愈来愈孤立，与朋友、亲人、上天与自己的关系愈来愈疏远。
3. 因为害怕缺乏情感或性，所以强迫自己追求或陷入一段又一段的关系，有时甚至还会同时有一段以上的性或情感的关系。
4. 把爱与需求、身体与性的吸引力、怜悯与需要、拯救或被拯救全都混淆在一起而无法分辨。
5. 当自己一个人时，会感觉空虚或不完整，然后即使害怕亲密关系与承诺，仍会持续追求情感与性的接触。
6. 将压力、罪恶感、寂寞、愤怒、羞耻与嫉妒等种种不同的情绪都与性产生连结，并将这些对性或情感的依赖，当作滋养、照顾及支持自己的替代品。
7. 利用性与感情的关系来操纵及控制他人。
8. 因对情感、性欲的迷恋、或强迫性的幻想，而让自己变得不能正常生活，甚至产生严重性的毁灭行为。
9. 经常与无法给予爱的人陷入情感关系，藉以逃避对自己的责任。
10. 像奴隶般停留在对感情的依赖、爱情的刺激或强迫性的性行为中。
11. 为了避免感到无助，会断绝所有的亲密关系，将对性与情感的不需要与厌倦症状当成戒瘾成功。
12. 赋予他人神化的特质。神化并追求他人，然后责备他们没有达到自己的幻想与期待。