



## セックスと恋愛/愛情依存症の特徴

© 1990 The Augustine Fellowship, S.L.A.A., Fellowship-Wide Services, Inc. 無断転載禁止。

セックス・アンド・ラブ・アディクツ・アノニマス

1. 健康的な境界線がほとんどないため、よく知らない相手と性的な関係を持ったり、感情的に執着したりします。
2. 見捨てられることや孤独を恐れて、痛みを伴う破壊的な関係に留まったり戻ったりして、自分自身や他人に依存欲求を隠し、友人や愛する人、自分自身、そして神からますます孤立して疎外感を抱きます。
3. 感情的、性的な喪失感を恐れて、人間関係を次々に強迫的に追い求めてそれに巻き込まれていき、同時に複数の性的、感情的関係を持つことがあります。
4. 愛情を、愛情に対する飢餓感、身体的・性的魅力、同情、助けたいまたは助けられたいという欲求と混同します。
5. 一人でいるとき、自分のことを空虚で不完全だと感じます。親密さや深い関わりを恐れながらも、絶えず人間関係を持つことや性的な関わりを求めます。
6. ストレス、罪悪感、寂しさ、怒り、恥、恐れ、嫉妬を性的に扱います。ケアとサポートをはぐくむ代わりに、セックスや感情的な依存を用います。
7. 他人を操作したりコントロールしたりするために、セックスや感情的な関わりを用います。
8. 恋愛上または性的な強迫観念や空想によって、身動きが取れなくなったりひどく混乱したりします。
9. 感情的な交流ができない人に執着することで、自分自身に対する責任を回避します。
10. 感情的な依存、恋愛における策略、強迫的な性行動にとらわれ続けます。
11. 自分の傷つきやすさを感じないようにするために、あらゆる親密な関わりから離れ、性的・感情的なアノレクシアを回復と勘違いしたりします。
12. 他人に魔法のような特別な力を与え、理想化して追い求めたあげく、自分の空想や期待を満たしてくれないことを相手のせいにして非難します。

日本語での詳しい情報は、S.L.A.A. ジャパンのウェブサイト(<https://slaafws.org/japanese>)をご覧ください。