

ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗАВИСИМОСТИ ОТ СЕКСА И ЛЮБВИ

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

1. Имея несколько здоровых границ, мы сексуально вовлекаемся с эмоциональной привязанностью к людям, которых мы не знаем.
2. Боясь отказа и одиночества, мы остаемся в и возвращаемся к сложным, разрушительным отношениям, скрывая свои нужды от самих себя и от других, становясь более изолированными и отчужденными от друзей и любимых, от самих себя, и от Бога.
3. Боясь лишиться секса и/или эмоциональной зависимости, мы навязчиво преследуем и вовлекаем себя в отношения с другими, иногда имея более чем одну сексуальную или эмоциональную связь.
4. Мы смешиваем любовь с нуждами, физическую и сексуальную привлекательность, жалость и/или потребность спасти или быть спасенными.
5. Мы чувствуем себя пустыми и неполными, когда мы в одиночестве. Даже при том, что мы боимся близости и обязательств, мы непрерывно ищем отношения и сексуальные контакты.
6. Мы сексуализируем стресс, вину, одиночество, гнев, стыд, страх и зависть. Мы используем сексуальную или эмоциональную зависимость в качестве замены для нежной заботы и поддержки.
7. Мы используем сексуальную и эмоциональную причастность, чтобы манипулировать и управлять другими.
8. Мы становимся бездейственными или серьезно отвлеченными из-за романтических или сексуальных навязчивых идей или фантазий.
9. Мы избегаем ответственности за самих себя, привязывая себя к людям, которые эмоционально недоступны.
10. Мы остаемся поработанными эмоциональной зависимостью, романтической интригой, или навязчивыми сексуальными действиями.
11. Чтобы избежать чувства уязвимости, мы можем избежать интимности, принимая сексуальную и эмоциональную анорексию за восстановление.
12. Мы придаем магические качества другим. Мы идеализируем и преследуем их, затем обвиняем их в том, что они не оправдали наши ожидания и фантазии.