

Характеристики залежних від сексу і любові

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

1. Маючи кілька здорових меж, ми втягнули себе у сексуальні відносини з і / або емоційно прив'язали до людей, не знаючи їх насправді.
2. Побоюючись бути покинутими і самотніми, ми залишаємося і повертаємося до хворобливих, руйнівних відносин, приховуючи нашу залежність від себе та інших, стаючи при цьому більш ізольованими і відчуженими від друзів і близьких, себе і Бога.
3. Побоюючись емоційної і / або сексуальної втрати, ми нав'язливо переслідували і втягували себе в одні відносини за іншими, іноді маючи при цьому більше одного сексуального чи емоційного зв'язку одночасно.
4. Ми плутаємо любов з потребою, фізичним і статевим потягом, жалем і / або необхідністю рятувати і бути врятованим.
5. Ми відчуваємо себе спустошеними і дефективними, коли ми знаходимося на самоті. Навіть якщо ми боїмося близькості і зобов'язань, ми постійно шукаємо стосунків і сексуальних контактів.
6. Ми хочемо сексу коли відчуваємо стрес, почуття провини, самотність, гнів, сором, страх і заздрість. Ми використовуємо секс або емоційну залежність як заміник піклуванню про себе та підтримки.
7. Ми використовуємо секс і емоційну залежність, щоб маніпулювати і керувати іншими.
8. Ми стаємо малорухливими або серйозно відволікаємося на романтичні або сексуальні нав'язливі ідеї або фантазії.
9. Ми уникаємо відповідальності за себе закохуючись у людей, які є емоційно недоступними.
10. Ми залишаємося рабами емоційної залежності, романтичної інтриги, або надмірної сексуальної поведінки.
11. Щоб уникнути болю, ми можемо уникати всіх інтимних стосунків, плутаючи сексуальну і емоційну анорексію з одужанням.
12. Ми надаємо іншим магичні властивості. Ми ідеалізуємо і переслідуємо їх, а потім звинувачуємо за те, що вони не відповідають нашим фантазіям та очікуванням.