

خصائص إيمان الحب والجنس

©1990 زمالة قسطنطين، مدمنى الجنس و الحب المجهولين ,خدمات الزمالة العالمية , جميع الحقوق محفوظة .

1. حيث أن لدينا القليل من الحدود السليمة فى علاقاتنا مع الآخرين ، فإننا نتورط جنسيا و/أو نتعلق عاطفيا مع أناس بدون أن نعرفهم .
2. خوفاً من الهجر والشعور بالوحدة ، فإننا نستمر فى علاقاتنا المدمرة و المؤلمة و نظل نرجع إليها, كاتمين عن أنفسنا و عن الآخرين احتياجنا للإعتماد على الغير .. ونزداد عزلة وتجنباً لأصدقائنا ولمن نحبهم ولأنفسنا والله .
3. خوفا من الحرمان العاطفى أو الجنىى يدفعنا للسعى و التورط فى علاقة تلو الأخرى ,وفى بعض الأحيان يكون لدينا أكثر من علاقة جنسية أو عاطفية فى نفس الوقت .
4. يختلط علينا (الأمر فى فهم الفرق) بين الحب من جهة,, والإحتياج والإنجذاب الجسدى أو الجنىى , والشفقة و/أو الإحتياج لأن ننقذ أحدهم أو ينقذنا أحدهم ,,من جهة أخرى .
5. نشعر بالفراغ والنقص عندما نكون بمفردنا. وعلى الرغم من أننا نخشى الحميمية والإلتزام بها فإننا بإستمرار نبحث عن العلاقات والإتصال الجنىى .
6. نحن عادة ما نصبغ (التوتر والشعور بالذنب والشعور بالوحدة والغضب والخجل والخوف والحسد) بالجنس.فنحن دائماً نستعمل الجنس أوالإعتماد العاطفى كبدائل لإحتياجنا للعناية و الدعم .
- 7.نحن نستعملُ الجنس والتورط العاطفى للتلاعب بالآخرين والسيطرة عليهم .
8. تعوقنا الخيالات العاطفية و الهواجس الجنسية و تشتت أذهاننا بشدة .
9. نتهرب من مسئوليتنا عن أنفسنا بالإرتباط بأناس غير متاحين لنا عاطفيا .
- 10.نظل مستعبدين للإعتماد العاطفى والعلاقات الرومانسية الممنوعة والأنشطة الجنسية القهرية
11. لتجنب الشعور بالضعف،فإننا قد نترجع عن كُلى العلاقات الحميمة ونظن خطأً أن فقداننا للشهية الجنسية والعاطفية يعنى التعافى .
12. نفترض مواصفات سحرية فى الآخرين،نضعهم فى صورة مثالية ونسعى ورائهم , ثم نلومهم لأنهم لم يكونوا عند حسن ظن تخيلاتنا وتوقعاتنا عنهم .