



FreeInDeed

Anonymous

The truth will set you free!

SUCHTFORMEN

Alkohol, Drogen in jeglicher Form, Sex- und Pornografie Sucht, Essstörungen, Co-Abhängigkeit, Social-Media-Abhängigkeit, Glücksspiel, Kaufsucht, zwanghaftes Lügen, Nikotin. (Diese Liste ist nicht vollständig.)

Andere Ursachen, die eine Sucht auslösen können

- Geistige und emotionale Störungen
- Homosexualität
- Prostitution
- Menschenhandel zum Zweck sexueller Ausbeutung
- Missbrauch in verschiedenen Formen, insbesondere sexueller Missbrauch
- Schmerz
- Verschiedene traumatische Erlebnisse

Sogenannte verborgenere Süchte und Zwänge

- Bestimmte Medikamente
- Arbeit, Leistung oder Erfolg
- Geld: übermäßiges Ausgeben, Glücksspiel, Horten
- Kontrolle: das Bestreben, andere in persönlichen, familiären, geschäftlichen oder sexuellen Beziehungen zu kontrollieren
- Essen: übermäßiges Essen oder Hungern
- Sexualität: jede Form sexueller Betätigung außerhalb der Ehe, einschließlich Masturbation
- Anerkennung: das Bedürfnis, anderen zu gefallen, um ihre Beachtung und Bewunderung zu erlangen
- Retten: das Bedürfnis, andere zu retten, koste es, was es wolle
- Körperlichkeit: übermäßige Sorge um das körperliche Wohlbefinden und die Gesundheit des eigenen Körpers
- Sport: körperliches Training, Steroidgebrauch übertriebene Sorge um Gewichtsabnahme oder Medikamente zur Gewichtskontrolle
- Körperpflege: übertriebene Sorge um Kosmetik, Kleidung oder Schönheitsoperationen
- Religion: gedankliche Fixierung auf die Form, Regeln und Vorschriften religiöser Praktiken; übertriebene Sorge um die Gesetzmäßigkeit der Religion; die Unfähigkeit, ein ausgeglichenes, geistliches Leben zu führen
- Perfektionismus: die Besessenheit, perfekt zu sein; die Unfähigkeit, einen Fehler einzugestehen; eine Person, die „nie falsch liegt“



FreeInDeed

Anonymous

The truth will set you free!

- Sauberkeit: die „Mr.-Clean“-Person; ständig um Sauberkeit um jeden Preis bemüht
- Organisation: muss alles im Leben in perfekter Ordnung haben; bekommt eine Panikattacke, wenn etwas nicht in Ordnung ist

Wie man eine möglicherweise suchtkranke oder Co-abhängige Person erkennt

- Sie werden von einer oder mehreren zwanghaften (nicht kontrollierbaren) Gewohnheiten angetrieben
- Sie sind gefangen und gequält von der Art und Weise, wie es in ihren ursprünglichen Familienbeziehungen war.
- Sie haben ein sehr geringes Selbstwertgefühl.
- Sie haben die Vorstellung, dass ihr Glück von einer anderen Person abhängt.
- Sie haben große Schwierigkeiten, mit anderen auszukommen. Sie sind in ihren Beziehungen unausgeglichen – sie streben entweder völlige Abhängigkeit von einer anderen Person oder völlige Unabhängigkeit von anderen an.
- Sie sind Meister der Verleugnung – unfähig, die Realität so zu erkennen, wie sie ist, und sie lügen ständig, um ihre Sucht und ihr Verhalten zu vertuschen.
- Ihr Leben ist voller ausweichender, extremer Verhaltensweisen.
- Sie sorgen sich um Dinge, die sie nicht ändern können, und ignorieren völlig die Dinge, die sie ändern könnten. Sie versuchen, Dinge auf alle möglichen seltsamen, unehrlichen und hinterhältigen Arten zu verändern. Sie werden zu Meistern der Manipulation.
- Sie tun alles oder geben alles auf, um ihr süchtiges Verlangen zu befriedigen. Sie sind völlig unfähig, ihre Gewohnheit zu stoppen, selbst wenn sie danach schreien und es eigentlich wollen.