



Kenmerken relatieverslaving...

1. Ik kom uit een gezin waarin niet tegemoet werd/wordt gekomen aan mijn emotionele behoeften.
2. Ik ben heel zorgzaam. Vooral voor jongens of mannen die het op de één of andere manier moeilijk lijken te hebben.
3. Ik reageer intens op het type van de emotioneel niet-beschikbare man die ik door mijn liefde probeer te veranderen.
4. Ik doe van alles, zelfs de gekste dingen om een relatie in stand te houden.
5. Bijna niets kost me teveel moeite, te veel tijd, of is me te duur, zolang het de man in mijn leven maar 'helpt'.
6. Ik ben bereid te wachten, te hopen en nog harder mijn best te doen om het de ander maar naar de zin te maken.
7. Ik ben bereid veel meer dan 50% van de verantwoordelijkheid, schuld om welke relatie dan ook op me te nemen.
8. Mijn gevoel van eigenwaarde is gevaarlijk laag.
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar
- Volledig herkenbaar
 - Beetje herkenbaar
 - Niet herkenbaar

Pretty Woman



9. Diep in mijn hart geloof ik niet dat ik het verdien om gelukkig te zijn; ik geloof eerder dat ik het recht op geluk zelf moet verdienen.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

10. Ik heb een grote behoefte mijn partners en relaties onder controle te houden.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

11. Ik ben verslaafd aan mannen en aan emotionele pijn.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

12. Ik ben vaak grenzeloos in het gebruik van drugs/alcohol of bepaald voedsel, vooral zoetigheden.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

13. Ik houd me in een relatie veel meer bezig met de droom van hoe het zou kunnen zijn dan met de werkelijke situatie.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

14. Doordat ik me aangetrokken voel tot mensen die problemen hebben, of doordat ik verward raak in situaties die chaotisch, onzeker en pijnlijk zijn, voorkom ik het dat ik me moet richten op mijn eigen leven en verantwoordelijkheden ten aanzien van mezelf (gezondheid, school, werk etc.)

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

15. Eigenlijk ben ik heel somber maar door allerlei spannende situaties op te zoeken, voel ik dat niet.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar

16. Ik voel me niet aangetrokken tot jongens of mannen die vriendelijk, stabiel, betrouwbaar en geïnteresseerd in mij zijn. Zulke mannen vind ik eigenlijk naar saai en vervelend.

- Volledig herkenbaar
- Beetje herkenbaar
- Niet herkenbaar