

Testaa itsesi*Piste jokaisesta "kyllä" vastauksesta*

Oletko koskaan miettinyt että tarvitset apua seksuaaliseen ajatteluun tai käytökseen?	
Että sinulle olisi parempi ettet koko ajan "antaisi periksi"?	
Että seksuaaliset virikkeet hallitsevat sinua?	
Oletko koskaan yrittänyt lopettaa tai rajoittaa sitä minkä koit olevan väärin seksuaalisessa käytöksessäsi?	
Turvaudutko seksiin paetaksesi, purkaaksesi ahdistusta tai koska et tule toimeen?	
Tunnetko syyllisyyttä, katumusta tai masennusta jälkeensä?	
Onko seksin tavoittelu muuttunut pakonomaisemmaksi?	
Vaikuttaako se suhteisiisi puolisesi kanssa?	
Onko sinun pakko turvautua kuviin tai muistoihin seksin aikana?	
Tuleeko sinulle pakottava halu kun toinen osapuoli tekee aloitteen tai seksiä tarjotaan?	
Siirrytkö jatkuvasti "parisuhteesta" tai rakastajasta toiseen?	
Tuntuuko sinusta että "oikea parisuhde" auttaisi sinua lopettamaan himoitsemisen, masturboinnin tai siveettömyyden?	
Onko sinulla tuhoisa tarve - epätoivoinen seksuaalinen tai tunneperäinen tarve kumppanista?	
Tekeekö seksin tavoittelu sinut piittaamattomaksi oman itsesi, perheesi tai muiden hyvinvoinnin suhteen?	
Onko sinun tehokkuutesi tai keskittymisesi heikentynyt kun seksi on tullut pakonomaisemmaksi?	
Oletko ollut poissa töistä sen takia?	
Viekö seksin tavoittelu sinut alempaan ympäristöön?	
Haluatko päästä pois partnerisi luota mahdollisimman nopeasti teon jälkeen?	
Vaikka puolisesi on seksuaalisesti sopusointuinen, masturboitko silti tai harrastatko seksiä muiden kanssa?	
Onko sinut koskaan pidätetty seksiin liittyvän rikoksen johdosta?	
	<i>Yhteensä:</i>

1 - 5 - Himo voi olla joidenkin elämäsi ongelmien aiheuttaja ja sinulla on sitä enemmän kuin useimmilla ihmisillä. Saatat olla seksiriippuvainen.

5 - 10 - Melko vahva todennäköisyys että olet seksiriippuvainen.

11 - 20 - On erittäin todennäköistä että olet seksiriippuvainen.

Lisätietoja ja ratkaisu ongelmaan: seksiholistit.com