

性與愛上癮無名會的十二步驟

1. 我們承認自己無力控制性與愛上癮症 - 我們已經無法管理自己的生活。
2. 我們相信有一個比自己還大的力量可以將我們的精神恢復健全。
3. 我們決定把意志和生命交付給我們所瞭解的神手上。
4. 對自己做一次內在的追尋和無畏的道德盤點。
5. 對神和其他人承認我們有錯誤的本質。
6. 完全做好準備，讓神來協助祛除所有品格上的缺失。
7. 謙卑地請神祛除我們的缺點。
8. 列出一個曾經被我們傷害過的所有人的名單，然後願意彌補他們。
9. 用直接的方式彌補曾被我們傷害過的人，除非會造成他們或其他人的傷害。
10. 持續進行道德盤點，發現錯誤時，立刻承認。
11. 透過祈禱和靜心，與神有意識的接觸；祈求知識，讓我們瞭解神對我們的旨意；祈求力量，讓我們以行動來貫徹。
12. 完成十二步驟、獲得心靈的覺醒之後，我們會努力把這個訊息傳遞給其他性與愛上癮者，並且在所有生活事物中持續練習這些原則。

1985 年奧斯丁支援團體，性與愛上癮無名會，服務團體組織版權所有。本十二步驟獲得戒酒者無名協會世界服務企業的允許而重印與採納。AA 允許這個資料的重印與採納，既不表示 AA 已審查或核准本出版物的內容，也不表示 AA 同意本出版物的觀點。AA 只是一個酗酒復健計劃，把十二步驟使用在與 AA 雷同但針對其他問題的計劃和活動上，並不隱含其他的意義。

戒酒無名會十二步驟

1. 我們承認自己無力控制酒精 - 我們已經無法管理自己的生活。
2. 我們相信有一個比自己還大的力量可以回復我們健全的精神。
3. 我們決定把意志和生命交付給我們所瞭解的神的手上。
4. 對自己做一次內在的追尋和無畏的道德盤點。
5. 對神和其他人承認我們錯誤的本質。
6. 完全做好準備，讓神祛除所有品格上的缺失。
7. 謙卑地請神祛除我們的缺點。
8. 列出一個曾經被我們傷害過的所有人的名單，願意彌補他們。
9. 一有機會就以直接的方式彌補他們，除非這樣的行為會造成他們或別人的傷害。
10. 繼續進行道德盤點，發現錯誤時，立刻承認。
11. 透過祈禱和靜心，改善我們與神的有意識接觸，只祈求知識，讓我們瞭解神對我們的旨意；祈求力量，讓我們以行動來貫徹。
12. 完成十二步驟，獲得心靈的覺醒之後，我們會努力把這個訊息傳遞給其他酗酒者，並且在所有事物中練習這些原則。