标题：性单恋怎么谈恋爱

开头：每个性单恋的人总有一份，不属于自己的恋爱经历，在恋爱中被动主要表现为

正文：1. 自我否定，想象自己是一个软弱无能的人。

2. 渴望被保护，又害怕被抛弃，一直处于焦虑感中。

3. 以他人为中心，不惜一切代价地取悦他人。

4. 自我分离，过于关注别人而忽视自己的愿望和感受。

结尾：这种依附性的关系模式往往会导致个人失去自我，即使受到伤害也不愿放弃依赖，也容易让别人承担自己不愿意承担的责任和压力，其结果就是虽然自己渴望爱情，但又害怕真正步入爱情。