

## RELACJE ROMANTYCZNE

# Skąd mogę wiedzieć, że jestem zakochany?

SŁOWA KLUCZOWE

emocje | szacunek | szczerość | przeczucie



Jeśli złapiesz się na tym, że marzysz o tej wyjątkowej osobie, masz motyle w brzuchu, zawsze chcesz być blisko niej lub czujesz się trochę niekomfortowo, gdy nie ma jej w pobliżu, Kupidyn może po prostu działać na Ciebie swoją magią.

Przyjrzyjmy się najpierw temu, co eksperci mówią o początkach miłości.

- ✓ Czy czujesz się nadmiernie skoncentrowany na swojej sympatii i niezainteresowany innymi? To klasyczny znak. Czy doświadczasz **nieprawdopodobnych emocji**? To zupełnie normalne, przyjacielu.
- ✓ A czy nagle bardzo przejmujesz się tym, co inni myślą o Twoim zauroczeniu? Zakochanie może sprawić, że będziemy bardziej wrażliwi na opinie innych.

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o tym, co stoi za zakochaniem i o tym, jak wpływa ono na nas fizjologicznie, sprawdź tę fajną infografikę!



Wróćmy teraz do rozmowy o emocjonalnej stronie rzeczy. Zakochanie po uszy to nie tylko wielkie, romantyczne gesty. Chodzi o **codzienne chwile**. Jeśli je lubisz, dzielisz się żartami i zainteresowaniami oraz potrafisz być autentycznym sobą, możesz być już zakochany.

Ale czekaj, miłość to nie tylko rozmyte uczucia; chodzi o **szacunek, zrozumienie i pozostanie zainteresowanym w trudnych chwilach**. Jeśli dbasz również o dobre samopoczucie partnera, wspierasz jego marzenia, jesteś dumny z osiągnięć i akceptujesz jego osobowość wykraczającą poza wygląd fizyczny, to słowo na L jest "w akcji".

Porozmawiajmy o tym, jak się ze sobą komunikujecie: Jeśli chętnie rozmawiasz o wszystkim, od swojego dnia po sens życia, i jesteś równie aktywnym słuchaczem - to dobry znak. Tym bardziej, jeśli wykazujesz gotowość do **rozwiązywania konfliktów** ze szczęśliwym efektem dla wszystkich.



Skąd więc możesz wiedzieć, czy jesteś zakochany? **Zaufaj swojemu instyktowi**. Zwróć uwagę na to, jak się czujesz, gdy jesteś w pobliżu tej osoby, jak rozmawiasz o niej z przyjaciółmi i czy jesteś gotowy, aby wspólnie doświadczać wzlotów i upadków oraz robić długoterminowe plany.

Miłość jest podróżą, a nie celem, więc dobrze jest poświęcić trochę czasu na jej zrozumienie, ponieważ **nie zawsze bywa jak błyskawica** - może zbliżyć się do Ciebie jak cicha melodia.

Przyjmij niepewność i ciesz się emocjami!



RELACJE ROMANTYCZNE

