

Comment savoir si je suis amoureux/amoureuse ?

MOTS CLÉS

crush | emotions | respect | honnêteté | instinct



Si tu te surprends à rêver d'une personne, à avoir des papillons dans le ventre, à vouloir toujours être près d'elle ou à te sentir un peu ailleurs quand elle n'est pas là, il se peut que Cupidon soit en train d'opérer sa magie sur toi.

Voyons d'abord ce que disent les experts en ce qui concerne l'amour naissant.

- As-tu l'impression d'être **hyper concentré(e) sur ton crush et de te désintéresser des autres** ? C'est un signe ✓ classique.
- As-tu été confronté(e) à des **montagnes russes d'émotions** ? C'est tout à fait normal, mon ami(e).
- ✓ Est-ce que tu **te soucies soudain beaucoup de ce que les autres pensent de ton crush** ? L'amour peut nous rendre ✓ plus sensibles à l'opinion des autres.

Si tu souhaites en savoir plus sur la science qui se cache derrière le fait de tomber amoureux et sur les effets physiologiques que cela a sur nous, consulte cette chouette [infographie](#) !



Revenons maintenant à l'aspect émotionnel de la chose. Être éperdument amoureux/amoureuse ne se résume pas à faire de grands gestes romantiques. C'est aussi une question de **petits moments de la vie de tous les jours**. Si tu apprécies la compagnie de cette personne, que vous partagez des plaisanteries et des centres d'intérêt, et que tu peux te montrer authentique avec elle, tu es peut-être déjà amoureux/amoureuse.

Cependant, l'amour ne se limite pas à des sentiments flous : il s'agit aussi de **respect**, de **compréhension** et de **soutien dans les moments difficiles**. Si tu te soucies également de son bien-être, que tu soutiens ses rêves, que tu es fier(e) de ses réalisations et que tu apprécies sa personnalité au-delà de son apparence physique, il s'agit là d'amour.

Parlons de la façon dont vous communiquez l'un avec l'autre : si vous avez envie de parler de tout, de votre journée ou du sens de la vie, et que vous savez aussi bien être des oreilles attentives, c'est un bon signe. C'est d'autant plus vrai si vous vous **montrez disposés à résoudre les conflits** en trouvant une solution satisfaisante pour tout le monde.



Alors, comment savoir si tu es amoureux/amoureuse ? **Fais confiance à ton instinct**. Prête attention à ce que tu ressens en la présence de la personne concernée, à la façon dont tu parles d'elle à tes amis et à la façon dont tu es prêt(e) à affronter les hauts et les bas de la vie ensemble et à faire des projets à long terme.

L'amour est un voyage, pas une destination, il est donc normal de prendre son temps pour le découvrir. **L'amour n'est pas toujours un coup de foudre** : il peut s'approcher furtivement, comme une mélodie tranquille

Accepte l'incertitude et profite du voyage !



LES RELATIONS AMOUREUSES



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.