



CONSELLS | Actualitzat el 22/09/2018 a les 19:00

L'amor té 5 etapes, però molts es queden encallats a la tercera



Un dels perills de l'amor a primera vista és quan **arriba un punt en la relació en què et sents que la teva parella ja no és el teu "tipus" i penses que és irritant**. T'excuses i comences a evitar-la. El psicòleg Jed Diamond explica que la majoria de persones troben una bona parella, però no aconsegueixen superar totes les etapes de l'amor i es queden estancades sense ganes de superar els obstacles encara que hi hagi amor real.

Aquestes són les cinc etapes de l'amor, descobreix si et quedes encallat a la tercera:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);(document,'script','playbuzz-sdk');
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz:

1. Enamorament

Etapa en què tens papallones a l'estómac cada cop que veus aquesta persona especial. Et sents eufòric per les hormones de la felicitat i comences a projectar tots els teus desitjos i esperances a la teva parella. La idealitzes, creus que és la persona perfecta i que sempre estarà amb tu.

2. Inici de la relació

En aquest punt l'amor es torna més fort i la relació s'estabilitza. Sentiu el desig de viure junts i



passar més temps al costat de l'altre. Us coneixeu millor, us expliqueu el que feu i els plans de futur. Esteu més units i us teniu més confiança. Et sents feliç, estimat i protegit, sempre creient que aquesta persona és l'amor de la teva vida.

3. Decepció

Després de tants moments feliços, a vegades les parelles tendeixen a caure en la decepció. El compromís i l'esperança trontolla i pot ser que no suportis la teva parella. Sents que l'amor s'apaga i que res és com abans. Sents la necessitat de prendre't una pausa i allunyar-te perquè creus que la teva parella ja no és per tu. Sol passar?

4. Superació de la crisi i traspàs a l'amor real

Si hi ha amor de veritat i ganes, sempre podràs aconseguir superar la tercera etapa. Després arribes a la següent, en què deixes de tenir tantes expectatives de la teva parella i deixes d'idealitzar-la. Ja no és la persona que imaginaves, és algú real amb defectes i virtuts. L'acceptes i aprens a conviure-hi i a entendre-la. Això et permet tenir una relació més sana perquè us estimeu de veritat.

5. Ús de potencial per canviar el món

Després de superar les diferències i aprendre a entendre l'altre, aconseguíu tenir una connexió profunda i forta. Els dos us sentiu amb la força de lluitar contra el que sigui i fins i tot canviar el món. Sentiu que teniu un propòsit i hi lluitareu junts. Comenceu a pensar com un de sol i supereu totes les etapes per sentir-vos segurs que aquesta persona que està al vostre costat és la vostra persona.