5 senyals de l'enamorament durant l'adolescència, estàs enamorat/da o no?

[inicicentrareport]Durant l'adolescència es viuen emocions i sentiments per primera vegada, el més comú i esperat és l'enamorament. Però com podem saber que realment estem enamorats/des si no ho hem viscut mai abans? Avui et compartim 5 senyals de psicòlegs/es per detectar l'enamorament en l'adolescència:

1. Sents atracció cap a algú

No saps molt bé per què però t'has fixat en una persona que ha captat la teva atenció. Alguna cosa et fa tenir ganes de conèixer-la més, saber què li agrada, passar temps junts/es? És una atracció constant que creix cada cop més.

2. Notes papallones a l'estómac

Et sents nerviós/a cada cop que veus, sents o parles d'aquesta persona especial. Són nervis incontrolables i intensos però que no són desagradables. És un pessigolleig que inclús pot ser agradable.

3. Perds la gana

Són precisament els nervis o "papallones" a l'estómac el que fa que algunes persones perdin la gana de forma temporal.

4. Necessites estar connectat

En general tots i totes les adolescents de l'actualitat necessiteu estar connectats/des gairebé 24/7 a les xarxes socials, però aquesta necessitat s'incrementa encara més quan estàs enamorat/da. De cop sents que necessites parlar molta estona amb la persona especial i saber què està fent. No passa res si sents que ho necessites, però intenta establir uns horaris i que aquesta necessitat no condicioni altres activitats importants de la teva vida. Sinó això pot comportar pitjor rendiment acadèmic, dificultats de relacions socials, discussions familiars?

5. Poses més atenció a la teva aparença

A causa de les xarxes socials ens fixem cada cop més en la nostra aparença, però ho fem encara més quan estem en una fase d'enamorament ja que volem cridar l'atenció de la persona que tant ens agrada. Acabes mirant-te molt més al mirall, fas més esport, vols estrenar roba? [ficentrareport]