

la relation amoureuse



S'il n'y a pas d'âge pour être amoureux, il n'y en a pas non plus pour avoir un petit copain ou une petite copine.

Alors que certains ne sont pas pressés, d'autres manifestent assez tôt le désir d'avoir une relation amoureuse.

L'important est de ne pas se comparer aux autres et d'y aller à son rythme et selon ses valeurs.

Il existe de multiples façons d'aimer et les relations amoureuses sont parfois complexes.

Les difficultés dans les relations amoureuses peuvent surgir lorsque les partenaires n'ont pas les mêmes besoins, ne vont pas au même rythme ou ne partagent pas les mêmes sentiments.

On ne peut pas forcer quelqu'un à nous aimer.

Il n'existe pas non plus de recette miracle pour s'assurer que tout fonctionne à merveille.

En accordant une grande place au respect, à l'honnêteté et à la communication, il y a toutes les chances de vivre une belle expérience.

apprendre à construire une relation amoureuse

Tout comme l'amitié, une relation amoureuse se développe graduellement. Avant de commencer à sortir avec quelqu'un, il y a quelques étapes à franchir.

Ainsi tu dois d'abord t'assurer que la personne te remarque. Pour ce faire, tu peux lui sourire ou le saluer.

Il est important aussi, que toi et l'autre personne preniez le temps de mieux vous connaître en discutant de vos goûts et de vos intérêts, et en menant des activités communes.

Cette étape te permettra de constater si vous avez des points en commun, si tu as envie d'aller plus loin ou si tu préfères simplement garder cette personne comme amie.

Si tu veux sortir avec elle, n'hésites pas à prendre ton courage à deux mains et lui manifester ton intérêt. Tu sais, il y a plusieurs façons de faire. L'important est de te sentir à l'aise avec la personne que tu choisiras.

Pour une relation harmonieuse, il est essentiel de :

* Communiquer :

Quand il y a une bonne communication, les partenaires sont capables d'exprimer clairement leurs émotions, leurs besoins et leurs attentes. Ils manifestent une bonne écoute l'un envers l'autre et savent faire preuve d'ouverture.

* S'engager :

Dans une relation amoureuse, l'engagement mutuel (de la part des deux partenaires) est essentiel. Avez-vous la même définition de la fidélité et de la liberté ? Avez-vous abordé ces questions ?

* Etre soi-même :

Pour qu'une relation amoureuse soit satisfaisante, chacun des deux partenaires doit sentir qu'il peut prendre des décisions tout en étant soi-même et pas uniquement pour faire plaisir à l'autre (choix des sorties ou des activités, partage des tâches...)