



T'has enamorat i tens parella? Això és el que has de tenir en compte

[inicentrareport]Que aparegui algú a la teva vida capaç de despertar-te sentiments és una de les coses més boniques que et poden passar, però **la cosa es complica quan tens parella.**

Tot i que creguis que mai et passarà, **és possible que algun dia aparegui algú a la teva vida que et faci replantejar si realment vols estar amb la teva parella actual.** Pot començar com una simple amistat, però si sents que la química va creixent fins al punt que no pots parar de pensar en ell/a, haurà arribat l'hora de valorar què t'està passant.

El primer que cal fer és no precipitar-se. **Els pensaments són legítims i no t'has de culpar per això.** Sentir connexió amb algú nou pot fer que tornis a experimentar les papallones a l'estómac i l'adrenalina de la primera etapa. **Però això acaba quan la relació evoluciona i, per tant, has de tenir clar que el que sents ara no serà per sempre.** Al final, es tracta que la teva parella et transmeti pau, i l'enamorament està ple de moments d'estrès i angoixa que amb el temps s'esfumen.

També t'has de plantejar si realment t'agrada aquesta persona o si l'has idealitzat. **Molts cops ens enamorem del personatge que creem al nostre cap i no sempre s'ajusta a la realitat.** És difícil conèixer els defectes i vulnerabilitats d'una persona que fa poc que coneixes i arriscar-se a deixar una relació on estàs bé per aquesta persona pot ser perillós.

Per tant, abans de prendre una decisió, **valora com estàs amb la teva parella.** Potser pillar-te per una altra persona és un indicador de què la relació no funciona. Si sents que han disminuït les mostres d'afecte i els moments íntims i notes que alguna cosa ha canviat, el primer que has de fer és comunicar-te amb la teva parella. Un cop fet aquest pas, hauràs de valorar i prendre una decisió.

[facentrareport]