



# El millor moment per dir t'estimo

[inicentrareport]El primer "t'estimo" és un moment molt especial que marca un abans i un després en una relació.

Aquest ha de sortir de manera natural, però també s'ha de saber trobar el moment adequat. **No pots dir-li "t'estimo" a una persona el primer dia que la coneixes**, perquè és impossible estimar realment a algú en tan poc temps.

Com explica la psicòloga Silvia Congost, **"tu li pots dir t'estimo a l'altra persona el primer mes, però no l'estimes perquè no la coneixes** i l'amor és una cosa que sorgeix i es va construint en anar compartint i en anar endinsant-te en aquella relació amb aquella persona".

No hi ha un moment adequat per dir "t'estimo", sinó que **s'ha de dir en el moment en què s'està segur que el que s'està sentint és amor**. És fàcil confondre el sentiment d'estar il·lusionat/da amb el d'estar enamorat/da.

I si et trobes en la situació en què l'altra persona et diu que t'estima i tu sents que encara no esteu en aquest punt, **no has de tenir por a dir-li que tu també estàs il·lusionat/da i que sents que si les coses segueixen així t'acabaràs enamorant d'ell/a**, però que encara us esteu coneixent.

[ficentrareport]