

Witam. Proszę o przeczytanie dołączonego materiału, który pozwoli wprowadzić nas w temat: Co naprawdę liczy się w miłości? Do wykonania są dwa ćwiczenia. Niech będą okazją do poznawania siebie i nie tylko.

8. Zakochanie pozwala się w miłości. Dostaliśmy do tego, że nie jesteśmy idealni. Znamy swoje zalety i wady. Lubiemy spędzać razem czas, choć nie zawsze jesteśmy jedynymi. Ale nawet jeśli się ze sobą nie zgadzamy, chcemy się porozumieć i szukać kompromisu. To pragniemy szczęścia i dobra dla tego, kogo kochamy.

Wielkim do naszego mało romantycznego wstępu. Miłość to coś więcej niż uczucia i coś więcej niż patrzenie sobie w oczy. Miłość to patrzenie w tym samym kierunku, czyli wzięcie odpowiedzialności za drugą osobę i za miłą z nią przyszłość. Do takiej deklaracji trzeba dotrzeć. Wyrażenie miłości, jeśli to tylko słowa crucone na wiatr, może bardzo szkodli.

Zanim wyznasz miłość drugiej osobie, pomyśl, co naprawdę chcesz jej powiedzieć? Czy to "kocham cię" czy "bardzo mi się podobasz, lubię z tobą gawędzić, jesteś świetną osobą"? Jeśli tak, bardziej zgodną z prawdą byłaby deklaracja: "zakochałem się w tobie".

"Kocham cię" powieści dopiero tej osobie, dla której będziesz w stanie poświęcić swoje własne szczęście i którą poczniesz w górę, gdy ona będzie spadać w dół.

**1 Twoje zdanie na temat miłości**

Masz do dyspozycji 100 punktów. Po zaszerowaniu się ze stwierdzenia mi, czym jest miłość, przydziel punkty do poszczególnych zdań, dając im odpowiednią gratyfikację (bądź). Będzie ona odzwierciedleniem Twojego zdania na temat miłości i jej tywobien, która Cię nie przekona, możesz nie przydzielać punktów). Porównaj wyniki swojej pracy z kolegami/koleżkami.

LP	Miłość to...	punkty
1	Uczucie i fascynacja dajana radość i entuzjazm	
2	Silne pożądanie	
3	Poczucie, że jestem kochany/kochana i kocham	
4	Bezgraniczne poczucie szczęścia	
5	Postawiający i otwartości wobec drugiego człowieka	

**2 Stan zakochania**

Spośród poniższych określeń, charakteryzujących stan zakochania, wybierz tylko osiem, Twoim zdaniem najważniejszych, i zapisz je na promieniach koła. Możesz porównać z wynikami pracy swoich kolegów/koleżanek i uzasadnić swój wybór.

Zsumowanie wyników Waszych prac mogą być materiałem do sporządzenia klasowego rankingu typowych objawów zakochania.

motyle w brzuchu  
intensywne uczucia  
poczucie szczęścia  
długie rozmowy  
wiele śmiechów  
wznuszenia  
silne przeżycia  
słabsze oceny  
konflikty z rodzicami  
idealizowanie partnera  
fascynacja emocjonalna  
nowa energia psychiczna

emocjonalne uzależnienie  
rozczarowanie  
namiętność  
marzenia  
randki  
fantazje  
sekrety  
radość  
wrażliwość ciała  
pragnienie bliskości  
przytulenia, pocałunki  
patrzenie przez „różowe okulary”



