

Jednych już dopadło, innych jeszcze nie. Chodzi o zakochanie, czyli wybuch oczarowania drugą osobą. Skąd bierze się nagle oczarowanie? Naukowcy określają to zjawisko chemią miłości. Badania wykazują, że początek uczuciowej więzi ma miejsce w mózgu. Tam są wytwarzane hormony, które wywołują stan zakochania. Okazuje się, że jest ich co najmniej kilka, m.in. dopamina, endorfiny, serotonina, fenyloetamina, a w miłości dojrzałej dochodzi oksytocyna. Ważną rolę odgrywają także znane już wam hormony płciowe: u mężczyzn – testosteron, u kobiet – estrogeny.

Jest więc tych hormonów całkiem sporo.

Zakochanie i co dalej...

Działaniu hormonów zakochania towarzyszą znane objawy: przyspieszone bicie serca, „motyle w brzuchu”, czerwienienie się na widok

ukochanej osoby. Inne objawy, nie zawsze sympatyczne, to: pocenie się rąk i stóp, uginanie się kolan, czasem drżenie rąk. Niektórzy tracą apetyt i mają problem z zasypianiem.

Jeśli zakochanie jest odwzajemnione i nawiązuje się uczuciowa więź, dochodzi do stanu, który można nazwać odurzeniem. Typowe objawy to: euforia, radość i podniecenie. Towarzyszy im nierzadko uczucie zazdrości i zaborczości: „on będzie mój i tylko mój”, „ona może być i na pewno będzie tylko moja”. Zakochani są absolutnie pewni, że ich miłość jest wyjątkowa, cudowna i że nigdy się nie skończy. Towarzyszy im przekonanie, że są wybrańcami losu, a to co przeżywają jest najcudowniejsze i tylko ich mogło to spotkać. Nie wyobrażają sobie, że ich miłość może kiedyś się skończyć.

Czy tak będzie, czas pokaże – jak mówi stare porzekadło.

Zdarza się, że młodzięcza miłość przerodzi się w miłość dojrzałą – najpierw w związku narzeczeńskim, a potem małżeńskim. Jednak nie każde zakochanie ma taki finał. Najczęściej młodzięcze fascynacje są nietrwałe. Rozpadają się, a rozstania bywają bolesne i są powodem cierpienia. W tej sytuacji bliski kontakt z przyjaciółką czy przyjacielem lub z kimś bliskim z rodziny może okazać się niezbędny. Łatwiej wtedy znieść smutek i przygnębienie. Trzeba więc zmierzyć się z trudnymi przeżyciami i pogodzić z osobą, z którą doszło do rozstania. Nie będzie to łatwe, ale lepiej nie ranić siebie nawzajem i wszystko wyjaśnić.

Czy to oznacza, że nie warto się zakochiwać? Nie. Każdy, komu dane było przeżyć młodzięcze zauroczenie jest w pewnym sensie bogatszy. Nie tylko odkrywa cechy kobiecości i męskości, ale też wie, jak odczuwa się tęsknotę za kochaną osobą i uczy nazywania uczuć. Ponadto miłość uzdalnia do empatii i uwrażliwia na potrzeby drugiego człowieka.

Jeżeli kiedyś nawiąże się nową znajomość i przeżyje następne zakochanie, może będzie to już wstęp do stałego związku – tego na całe życie. Warto uczyć się miłości.

