

L'AMOUR

N°1

Qu'est-ce que l'amour ?

- éprouver de l'affection pour quelqu'un ou pour quelque chose qui nous procure satisfaction
- émotion qui procure bien-être et bonheur
- c'est l'émotion positive par excellence, celle dont les bienfaits sont les plus étendus et les plus puissants
- l'amour est une émotion passagère mais renouvelable à l'infini
- la sexualité peut aussi être associée à l'amour

N°3

Les problèmes liés à l'amour :

- le rejet : aimer mais ne pas être aimé
- la frontière floue entre une cours insistante et du harcèlement
- l'abandon et la perte : ne plus être aimé
- la recherche constante d'amour
- l'amour conditionnel des parents

N°2

A quoi sert l'amour ?

- à révéler et tenter de satisfaire nos besoins : besoin de reconnaissance, besoin de contact physique, besoin d'être aimé...
- à exprimer la satisfaction procurée

N°4

Qu'est-ce qui procure l'amour ?

- la vue ou l'écoute de quelqu'un qu'on aime
- un échange particulier, une occasion favorable, une atmosphère agréable...
- des moments de qualités, des paroles valorisantes, le toucher physique doux, des services rendus, les cadeaux (les 5 langages de l'amour)
- l'engagement (confiance et fidélité)
- parfois la production d'hormones sexuelles

N°5

Comment aider son enfant à se sentir aimé ?

- prendre du temps avec et pour lui
- lui parler les 5 langages d'amour et plus précisément son langage favori
- ne pas faire de chantage affectif
- l'aimer pour ce qu'il est et non pour ce qu'il fait ou ne fait pas (amour inconditionnel)
- le respecter et l'encourager à s'entourer de personnes qui le respectent à sa juste valeur