

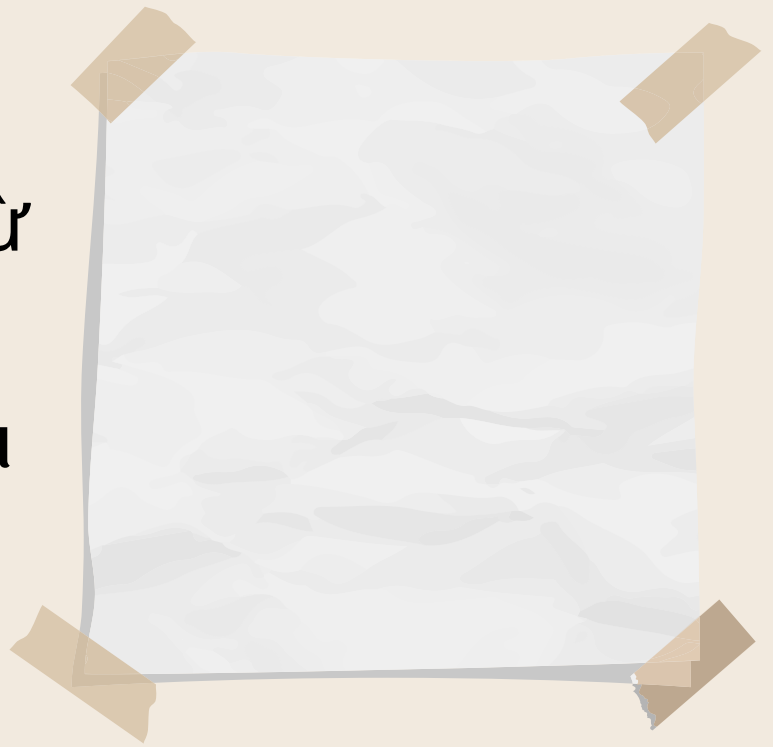


*How I met my
green flag?*



Tình yêu là gì?

Hãy vẽ hoặc viết 1 từ
khiến bạn liên
tưởng đến tình yêu



- *Những cảm xúc, rung động với 1 người khác.*
- *Bắt đầu xuất hiện vào tuổi dậy thì*
- *Là một cảm xúc thu hút mạnh mẽ có nhu cầu muôn được ràng buộc, gắn bó*



Từ điển tình yêu gen Z

Từ	Giải nghĩa
FA	Độc thân do lựa chọn hoặc tình thế xô đẩy
CRUSH	Người mình thích (nghĩ đến đã tim đập chân run)
GREEN FLAG	Dấu hiệu tích cực trong tình cảm -> nên tiến tới
RED FLAG	Dấu hiệu báo động xấu trong tình cảm -> nên xem xét lại
GOST	Hành động làm lơ, bơ như không có gì xảy ra
TRAP	Trêu đùa, lừa gạt tình cảm (trap boy/trap girl)
EX	Người yêu cũ (một danh từ rất ba chấm)
7 LOVE	Thất tình



DOPAMINE

hài lòng, thỏa mãn

Chăm sóc người ấy
Giúp đỡ crush hoàn thành nhiệm vụ
Được crush khen, ghi nhận



OXYTOCIN

được yêu thương

Ôm ấp, nắm tay
Cử chỉ quan tâm
Chơi đùa cùng nhau

Hoormon Hạnh phúc



ENDORPHIN

giảm đau, dễ chịu

Mỉm cười
Ca hát
Cảm xúc nhưng nhớ crush



SEROTONIN

bình yên, tập trung

Khi đi cạnh nhau
Cảm giác muốn gắn bó, ở bên người này
Cảm thấy yên bình khi ở bên hoặc nghĩ
về đối phương

Dấu hiệu bạn thích người ấy



1. Kể cả khi không có “cậu ấy” ở bên cạnh, bạn cũng không thể ngừng nghĩ về họ.
2. Kể cả những điều “siêu nhỏ nhặt” trong cuộc sống cũng sẽ khiến bạn nghĩ đến “cậu ấy”.
3. “Cậu ấy” cho bạn sức mạnh rằng bạn có thể làm được tất cả mọi thứ (từ việc nhỏ đến việc to như giải cứu cả thế giới, từ việc tích cực cho tới cả những điều tiêu cực,...).
4. Nhờ có “cậu ấy” mà bạn như khám phá ra những điều về bản thân mình mà từ trước tới nay bạn chưa từng hay biết tới.
5. Bạn muốn bạn bè của bạn cũng yêu mến “cậu ấy”.
6. Khi ở bên cạnh “cậu ấy”, nguồn năng lượng của bạn như được tăng lên gấp bội và tưởng chừng như đó là nguồn sức mạnh vô biên.
7. Bạn chợt nhận ra mình thích luôn cả những sở thích của “cậu ấy”, kể cả khi những sở thích đó bạn từng rất ghét trước đây.
8. Trước khi gặp “cậu ấy”, bạn đã chuẩn bị sẵn hết một danh sách những việc mà bạn muốn hai người sẽ cùng làm với nhau.
9. Bạn thích họ, bạn cảm mến họ vì họ là chính họ, bạn chấp nhận và yêu thương mọi nhược điểm mà “cậu ấy” có.
10. Bạn từng nghĩ tới mọi rủi ro khi mình thích “cậu ấy”, nhưng rồi cuối cùng bạn lại mặc kệ tất cả những rủi ro đó chỉ để có thể thích người ta.



Dấu hiệu người ấy thích bạn

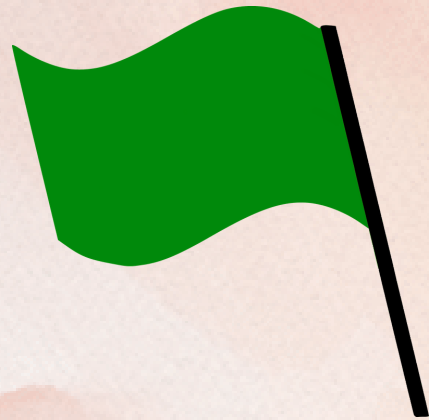
1. “Cậu ấy” cũng đăng ký tham gia những chương trình/ hoạt động mà bạn đã đăng ký trước đó (dù có thể chủ đề đó họ không hề cảm thấy hứng thú).
2. Bên cạnh việc nhắn tin thường xuyên với bạn, “cậu ấy” rất muốn được gọi bạn qua video hàng giờ, hàng ngày.
3. “Cậu ấy” nhại lại những gì bạn nói, bắt chước lại những điều bạn làm.
4. “Cậu ấy” nhớ rất rõ mọi thứ về bạn, kể cả đó là những điều hết sức “ngớ ngẩn”.
5. “Cậu ấy” luôn luôn ngắm nhìn bạn bằng ánh mắt trìu mến.
6. Bạn bè của “cậu ấy” luôn cố gắng giúp “cậu ấy” tạo ra không gian riêng chỉ có 2 người (chỉ có bạn và “cậu ấy”).
7. “Cậu ấy” hỏi bạn về việc bạn có người yêu/ người thương chưa.
8. “Cậu ấy” chụp rất nhiều ảnh, quay rất nhiều video về bạn.
9. “Cậu ấy” sẵn sàng thể hiện những điều ngớ ngẩn của họ trước mặt bạn.
10. “Cậu ấy” chia sẻ với những người khác rằng “cậu ấy” đang (rất) thích bạn.



1. **Đối phương đổ lỗi cho bạn và hay làm bạn bị tổn thương**
2. **Đối phương thiếu sự chủ động dành cho bạn**
3. **Thích kiểm soát và có những hành vi ghen tuông**
4. **Thiếu đi sự giao tiếp cởi mở và lành mạnh**
5. **Có cảm giác không an toàn trong mối quan hệ**

1. **Họ luôn luôn lắng nghe, thấu hiểu bạn**
2. **Họ chủ động trong mối quan hệ của hai người**
3. **Bạn được là chính mình và thoải mái khi ở bên họ**
4. **Họ dễ dàng chia sẻ cảm xúc của mình**

6. **Đối phương đòi hỏi quá nhiều**
7. **Luôn muốn chiến thắng trong mọi cuộc tranh luận và không thỏa hiệp**
8. **Người bạn yêu có thói quen nói xấu người cũ**
9. **Không cho bạn có thời gian riêng tư**
10. **Đối phương rất hay thất hứa**
11. **Nói dối**



5. **Cả hai đều chủ động tiến bộ hơn**
6. **Họ luôn ổn định trong cách cư xử**
7. **Tôn trọng cuộc sống riêng của mỗi người.**
8. **Họ luôn biết cách quan tâm tới bạn mọi lúc, mọi nơi**

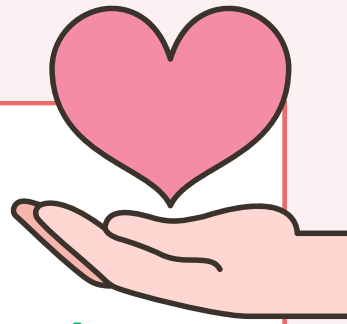
5 ngôn ngữ yêu thương

Lời nói yêu
thương



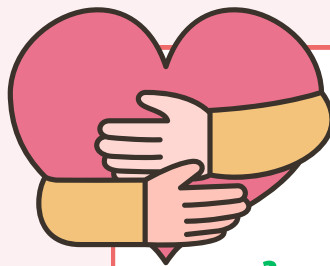
*1 lời khen tặng
1 lời động viên
chỉ ra 1 điểm đặc biệt
của người ấy*

Cử chỉ
thân mật



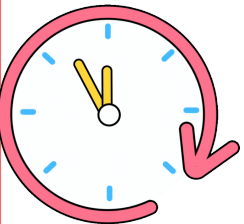
*nắm tay ôm
ánh nhìn trìu mến
lắng nghe chăm chú*

Hành động
giúp đỡ



*chuẩn bị đồ ăn sáng
chuẩn bị ô, áo mưa khi
trời mưa
giảng bài giúp*

Thời gian
chất lượng



*cùng ăn trưa
cùng xem phim, đi dạo
làm bài tập cùng nhau*

Quà tặng

*1 cốc trà sữa
1 gói socola vào
ngày bạn gái đến kỳ
1 đôi tất ấm*

