

JĘZYKI MIŁOŚCI

Test do samodzielnej analizy



SŁONIK

gabinet terapii dysleksji

www.slونik-terapia.pl

ISTNIEJE PIĘĆ JĘZYKÓW OKAZYWANIA MIŁOŚCI DRUGIEJ OSOBE:

słowa (wyrażanie afirmatywne), czas (spędzanie ze sobą czasu), prezenty (drobne upominki),
pomaganie (przysługi), pomaganie (drobne przysługi), dotyk (bliskość).

Przeważnie u każdego z nas dominuje jeden z powyższych języków. Test pozwala odkryć, jaki język miłości preferujemy, jaki rodzaj uwagi do nas przemawia. Poznanie języka miłości bliskiej nam osoby służy dopasowaniu stylu komunikacji, sprzyja relacji i umacnia ją.

SŁOWA

Werbalny język miłości wyrażany jest poprzez piękne słowa. Osoba obdarzona tym językiem miłości czuje się kochana, kiedy wyrażamy jej miłość przez słowa. Taka osoba lubi słowną formę komunikacji, cieszy się z komplementów, podkreślenia jej zalet, wspierania jej i słuchania słów na swój temat. Dla niektórych będzie to pochwała słowna, podkreślenie sukcesów. Osoby, które przemawiają tym językiem nie zniosą krytyki – nie ma znaczenia czy konstruktywnej. Nawet jedna uwaga jest dla nich silnym ciosem.

CZAS

Osoby przemawiające tym językiem cenią czas poświęcony drugiej osobie. Lubią bycie "tu i teraz". Nie ma znaczenia, czym jest ten wspólny czas wypełniony- gotowaniem, sprzątanym, nauką, spacerem, oglądaniem filmów czy czytaniem książek.

PREZENTY

Drobne gesty miłości w postaci upominku, kwiatów, słodczy, prezencików o wartości niekoniecznie materialnej są dla niektórych dowodem miłości. Przedmiot zapewnia o pamięci drugiej osoby. Nie ma w tym nic złego, nie jest to oznaka materializmu. Takim osobom nie chodzi wcale o nic drogiego czy dużego. To może być niewielki przedmiot, byle kupiony z myślą o tej drugiej osobie.

POMAGANIE

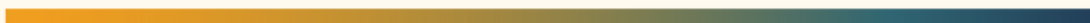
Wzajemna pomoc, wspólnie wykonane zadanie, pomoc przy codziennych czynnościach domowych, zrobienie herbaty, prace domowe – to tylko przykłady przysług wykonanych z miłości. Dla części osób wykonanie takiej czynności będzie właśnie dowodem na miłość. Więc jeśli nie dostajemy prezentów ani komplementów, ale widzimy, że ktoś bliski z chęcią robi nam herbatę lub kawę, to mamy pewność, że przemawia językiem pomagania i przysług.

DOTYK

Dla większości osób dotyk jest uniwersalnym językiem miłości. Rzecz niby oczywista, bo kto wyobraża sobie relację bez dotyku, a jednak nie dla wszystkich jest tak samo ważny. Niektóre osoby uważają, że gesty i dotyk są ważniejsze od słów. Często języki miłości można połączyć w jedną, kolorową tęczę uczuć. Przytulanie, poklepanie po ramieniu, głaskanie, całowanie, zaczepianie – to gesty, których niektórzy potrzebują tak samo jak słów.

UCZMY SIĘ JĘZYKÓW :)

Pośród 38 kartoników ze sformułowaniami wybierz 18, które najbardziej do Ciebie pasują. Przeanalizuj, jaką wartość wnosi dana postawa i jaki obrazuje język miłości. Podlicz sformułowania, które występują najliczniej. Rozpoznaj swój język miłości.



Lubię, gdy ktoś
jest blisko
mnie i zawsze czuwa.

Lubię
spacery
z kimś.

Cieszę się
z prezentów.

Lubię chodzić
do kawiarni.

Nie lubię,
jak ktoś
krzyczy.

Lubię
chodzić
boso.

Lubię coś robić
z kimś wspólnie.

Lubię szum
morza.

polecenie

Lubię łaskotki.

Lubię ciepło.

Uwielbiam
mówić.

Zakupy sprawiają
mi przyjemność.

Lubię siedzieć
z kimś w ławce.

Lubię dostawać
prezenty
na urodziny.

Chcę
bezinteresownie
komuś pomóc.

Lubię, gdy ktoś
mówi miłe słowa.

polecenie

Chcę, by ktoś
za mnie odrabiał
lekcje.

Kocham
przyrodę-
dźwięki.

Nie lubię
być sam
w domu.

Lubię, jak ktoś
spędza ze mną
czas.

Lubię
słuchać ludzi.

Podoba mi się,
jak ktoś mnie
drapie po plecach.

Lubię jeść.

Lubię głaskać
kota, psa.

polecenie

Lubię
dotyk rąk.

Lubię drobne
upominki.

Chcę, by mnie
ktoś wyręczał
w lekcjach.

Lubię
słuchać
piosenek.

Uwielbiam
podróżę.

Podoba mi się,
jak ktoś mnie
drapie po plecach.

Lubię jeść.

Czuję radość,
gdy słyszę
świergot ptaka.

polecenie

Lubię, gdy ktoś
zrobi coś
za mnie.

Lubię piec
ciasto z mamą,
tata.

Lubię pracę
w parach.

Lubię
jeździć autem
z rodzicami.

Lubię, gdy
mama mnie
przytula.

Jestem
gadżeciarzem.

Czuję się
doceniany, gdy
ktoś mi pomaga

Kocham
pomagać.

polecenie



powodzenia