

Die 5 Sprachen der Liebe – Ein Überblick

Gary Chapman hat fünf „Sprachen der Liebe“ definiert, die zeigen, wie Menschen Zuneigung empfangen und geben. Diese Sprachen helfen, die Beziehung zu vertiefen und Missverständnisse zu vermeiden.

1. Was ist dir wichtiger?

- A Ein ehrliches Kompliment
- C Ein kleines Geschenk

2. Was gibt dir mehr Freude?

- B Zeit, die jemand speziell für dich reserviert
- E Eine unerwartete Umarmung

3. Was schätzt du mehr?

- C Ein gut durchdachtes Geschenk
- D Hilfe bei einer Aufgabe

4. Wodurch fühlst du dich geliebter?

- A Ermutigende Worte
- B Zeit miteinander verbringen

5. Was ist für dich wertvoller?

- E Eine liebevolle Berührung
- D Unterstützung im Alltag

6. Was tut dir mehr gut?

- A Ein Kompliment, das mich stolz macht
- B Zeit zu zweit ohne Ablenkungen

7. Was zeigt dir mehr Liebe?

- C Ein unerwartetes Geschenk
- D Hilfe bei einer schwierigen Aufgabe

8. Was gibt dir ein besseres Gefühl?

- A Ein herzliches Kompliment
- E Eine zärtliche Umarmung

9. Wodurch fühlst du dich mehr geschätzt?

- C Eine Überraschung wie ein kleines Geschenk
- D Jemand, der dir spontan bei einer Aufgabe hilft

10. Was bedeutet dir mehr?

- B Zeit, die jemand nur mit dir verbringt
- C Ein durchdachtes Geschenk

11. Was gibt dir mehr Zuneigung?

- D Unterstützung bei einer Aufgabe
- E Eine liebevolle Umarmung

12. Was schätzt du mehr?

- A Ein Kompliment über deine Leistung
- B Zeit alleine mit einer geliebten Person

13. Was tut dir mehr gut?

- D Hilfe im Alltag
- C Ein aufmerksames Geschenk

14. Was würdest du lieber erhalten?

- E Eine unerwartete Umarmung
- A Ein Kompliment für deine harte Arbeit

15. Was macht dich glücklicher?

- C Ein schönes Geschenk
- D Hilfe bei einer stressigen Aufgabe

16. Was fühlt sich besser an?

- B Wenn dir jemand seine ungeteilte Aufmerksamkeit schenkt
- A Wenn du ein Kompliment bekommst

17. Was macht dir mehr Freude?

- B Zeit miteinander zu verbringen
- E Eine unerwartete liebevolle Berührung

18. Was würdest du bevorzugen?

- D Jemand hilft dir spontan bei einer Aufgabe
- C Du erhältst ein Geschenk als Zeichen der Zuneigung

19. Was ist für dich wichtiger?

- E Eine liebevolle Berührung wie eine Umarmung
- A Ein aufrichtiges Kompliment

20. Was zeigt dir mehr Zuneigung?

- D Wenn dir jemand bei einer schwierigen Aufgabe hilft
- C Wenn dir jemand ein durchdachtes Geschenk macht

21. Was würdest du lieber erleben?

- B Zeit mit jemandem verbringen, ohne abgelenkt zu sei
- D Hilfe im Haushalt bekommen

22. Was bereitet dir mehr Freude?

- E Eine spontane Umarmung
- A Ein Kompliment über deine Fähigkeiten

23. Was gibt dir mehr Liebe?

- B Zeit, die jemand nur mit dir verbringt
- C Ein besonderes Geschenk

24. Was zeigt dir mehr Wertschätzung?

- A Ein Kompliment über etwas, das du gut gemacht hast
- E Eine unerwartete liebevolle Berührung

25. Was ist dir lieber?

- D Hilfe bei einer Aufgabe, die du nicht magst
- C Ein gut durchdachtes Geschenk

Auswertung:

Zählen Sie, wie oft Sie jede der folgenden Buchstaben gewählt haben:

A: Lob und Anerkennung: Menschen fühlen sich geliebt durch Komplimente und ermutigende Worte.

B: Zweisamkeit (Quality Time): Gemeinsame Zeit ohne Ablenkung steht im Vordergrund.

C: Geschenke: Kleine Geschenke zeigen, dass jemand an dich denkt.

D: Hilfsbereitschaft: Unterstützung im Alltag zeigt Liebe.

E: Körperliche Berührung: Umarmungen und Zärtlichkeiten sind zentrale Zeichen der Zuneigung.

Die Kategorie, in der Sie die meisten Punkte haben, zeigt Ihre primäre Liebesprache an. Wenn mehrere Kategorien ähnlich viele Punkte haben, haben Sie möglicherweise mehrere Liebesprachen, die für Sie wichtig sind.