

# DIE 5 SPRACHEN DER LIEBE

Jeder Mensch drückt seine Zuneigung und Liebe auf eine ganz besondere Art aus. Der eine mag es berührt zu werden, während die andere Berührungen zwar ganz nett findet, ihr Herz aber aufgeht, wenn sie gemeinsam für eine halbe Stunde über das Leben und ihre Gefühle sprechen. Wieder ein anderer mag es von einer Frau Komplimente für seine harte Arbeit und seine Mühen zu hören, während seine Freundin sich jedes Mal mehr in ihn verliebt, wenn er das Abendessen für sie zubereitet.

Wenn du deine Liebessprache kennst, wird es deine Beziehungen auf das nächste Level heben. Nicht nur weißt du, womit du deiner Partnerin das Gefühl geben kannst, auf eine tiefe und innige Art von dir geliebt zu werden, sondern du kannst ihr ebenfalls kommunizieren, was du brauchst, damit du dich bei ihr wie zu Hause fühlen kannst.

Es wird dir zudem helfen, Beziehungen aus der Vergangenheit besser zu verstehen, wieso es zwischen euch nicht geklappt hat, und was die Zeichen für die Zukunft sind, solltet ihr mit euren Liebessprachen "aneinander vorbei" reden. Dir wird außerdem vielleicht das ein oder andere Licht aufgehen, wie deine Eltern sich untereinander Liebe gezeigt haben, und wieso du dich immer bei der ein oder anderen Sache extrem geliebt - oder extrem vernachlässigt gefühlt hast - und dabei verstehen, wie es in IHRER Liebessprache von ihnen gemeint war.

Mit dem folgenden Test basierend auf Dr. Gary Chapmans Buch "Die fünf Sprachen der Liebe" kannst du deine Liebessprache herausfinden.

Packe als kleines Spiel ruhig mal auf deinem nächsten Date dieses PDF aus und findet gemeinsam ihre Liebessprache heraus.

# DIE 5 SPRACHEN DER LIEBE

Kreuze jeweils die Aussage an, die am besten zu dir passt.

1. A  Ich mag es, kleine Notizen von dir zu lesen, in denen du mir Anerkennung zeigst  
E  Ich mag es, wenn du mich umarmst
2. B  Ich mag es, Zeit alleine mit dir zu verbringen  
D  Ich fühle mich geliebt, wenn du mir praktische Hilfe anbietest
3. C  Ich mag es, wenn du mir Geschenke gibst  
B  Ich mag es, lange Spaziergänge mit dir zu machen
4. D  Ich fühle mich geliebt, wenn du Dinge für mich tust, um mir zu helfen  
E  Ich fühle mich geliebt, wenn du mich umarmst oder berührst
5. E  Ich fühle mich geliebt, wenn du mich in den Armen hältst  
C  Ich fühle mich geliebt, wenn du mich mit etwas beschenkst
6. B  Ich mag es, mit dir zu reisen  
E  Ich mag es, mit dir Händchen zu halten
7. A  Ich fühle mich geliebt, wenn du mir Bestätigung gibst  
C  Sichtbare und anfassbare Symbole der Liebe (Geschenke) sind mir sehr wichtig
8. E  Ich mag es, in deiner Nähe zu sitzen  
A  Ich mag es, wenn du mir sagst, wie attraktiv du mich findest
9. B  Ich mag es, Zeit mit dir zu verbringen  
C  Ich mag es, kleine Geschenke von dir zu erhalten

# DIE 5 SPRACHEN DER LIEBE

10. D  Ich weiß, du liebst mich, wenn du mir hilfst  
A  Deine Worte der Akzeptanz sind mir wichtig
11. B  Ich mag es, mit dir zusammen zu sein, wenn wir Dinge unternehmen  
A  Ich mag die lieben Dinge, die du mir sagst
12. E  Ich fühle mich vollkommen, wenn du mich umarmst  
D  Was du tust, beeinflusst mich mehr, als was du sagst
13. A  Ich schätze dein Lob und versuche Kritik von dir zu vermeiden  
C  Mehrere günstige Geschenke sind mir mehr Wert, als ein großes, teures.
14. E  Ich fühle mich dir näher, wenn du mich berührst und anfasst  
B  Ich fühle mich dir näher, wenn wir reden oder etwas Gemeinsames machen
15. A  Ich mag es, wenn du mir Komplimente für meine Leistung gibst  
D  Ich weiß, du liebst mich, wenn du Dinge für mich tust, die dir keinen Spaß machen
16. E  Ich mag es, von dir berührt zu werden, wenn du an mir vorbeiläufst  
B  Ich mag es, wenn du mir aufmerksam zuhörst
17. C  Ich genieße es sehr, Geschenke von dir zu erhalten  
D  Ich fühle mich geliebt, wenn du mir mit meinen häuslichen Projekten hilfst
18. A  Ich mag es, wenn du mir Komplimente für mein Aussehen machst.  
B  Ich fühle mich geliebt, wenn du dir Zeit nimmst, meine Gefühle zu verstehen

# DIE 5 SPRACHEN DER LIEBE

19. E  Ich fühle mich sicher, wenn du mich anfasst  
D  Durch deine praktische Hilfe fühle ich mich geliebt
20. D  Ich schätze die vielen Dinge, die du für mich tust  
C  Ich mag es, kleine Geschenke zu bekommen, die du für mich gemacht hast
21. B  Ich genieße das Gefühl sehr, wenn du mir deine ungeteilte Aufmerksamkeit schenkst  
D  Ich genieße das Gefühl sehr, wenn du mir in irgendeiner Weise einen Dienst oder Hilfe erweist
22. C  Ich fühle mich geliebt, wenn du meinen Geburtstag mit einem Geschenk feierst  
A  Ich fühle mich geliebt, wenn du meinen Geburtstag mit bedeutsamen Worten feierst (geschrieben, oder gesprochen)
23. D  Ich fühle mich geliebt, wenn du mir bei meinen Aufgaben hilfst  
C  Ich weiß, du denkst an mich, wenn du mir etwas schenkst
24. C  Ich schätze es, wenn du besondere Tage mit einem Geschenk würdigst  
B  Ich schätze es, wenn du mir geduldig zuhörst, ohne mich zu unterbrechen
25. B  Ich genieße längere Reisen mit dir  
D  Ich mag es, zu wissen, dass du dich um mich sorgst, um mich bei meinen täglichen kleinen Aufgaben zu unterstützen
26. E  Mich unerwartet zu küssen, gibt mir ein wohliges Gefühl  
C  Mir ein Geschenk aus keinem besonderen Anlass herauszumachen, gibt mir das Gefühl, geliebt zu werden

# DIE 5 SPRACHEN DER LIEBE

27. A  Ich mag es von dir zu hören, dass du mich wertschätzt  
B  Ich mag es, wenn du mich anschaust, wenn wir miteinander reden
28. C  Deine Geschenke sind immer etwas Besonderes für mich  
E  Ich fühle mich geliebt, wenn du mich küsst
29. A  Ich fühle mich geliebt, wenn du mir sagst, wie sehr du mich schätzt  
D  Ich fühle mich geliebt, wenn du voller Freude etwas machst, worum ich dich gebeten habe
30. E  Ich brauche es, jeden Tag von dir umarmt zu werden  
A  Ich brauche dein Lob und deine Anerkennung jeden Tag

Addiere die Anzahl deiner jeweiligen Antworten und trage die Summe hier ein:

- A \_\_\_\_ Lob und Anerkennung  
B \_\_\_\_ Gemeinsame Zeit  
C \_\_\_\_ Geschenke  
D \_\_\_\_ Hilfsbereitschaft  
E \_\_\_\_ Zärtlichkeit