

## Sprachen der Liebe

Quelle: Gary Chapman „5 Sprachen der Liebe“.

Wenn du zufällig einen sympathischen Menschen aus dem Senegal triffst, der/die nur seine/ihre Muttersprache spricht, dann wird die verbale Kommunikation mühselig und kommt nicht richtig ins fließen.

Wir können aber die Sprache des anderen lernen und irgendwann uns auch in dieser Sprache fließend verstehen und ausdrücken.

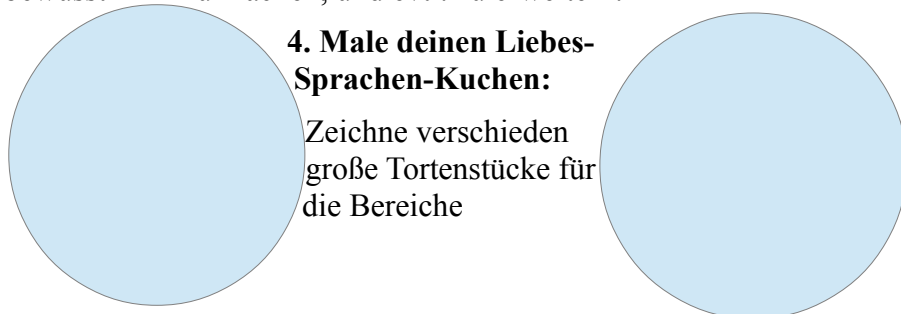
Beziehung/Bindung wird von Kindheit an gelernt. Der größte Teil unserer Kommunikation ist Nonverbal. Welches ist deine Muttersprache in Beziehung? Welche Sprachen kannst du verstehen und in welchen Sprachen kannst du dich fließend ausdrücken?

Folgende Haupt-Sprachen sind Orientierung:

- **L**ob und Anerkennung
- **Z**weismamkeit – Ungeteilte Aufmerksamkeit
- **G**eschenke, die von Herzen kommen
- **H**ilfbereitschaft
- **Z**ärtlichkeit

Real kennt jeder einige Begriffe aller Haupt-Sprachen, aber die feinen Nuancen in einigen Dialekten gehen an uns vorüber. Gary Chapman benutzt das Bild eines „Liebestank“. Wenn wir die „Liebe“ in unserer Umgebung „verstehen“, können wir unseren Liebestank besser füllen.

Sinn der folgenden **Übung** ist es, sich die eigene „Sprachfähigkeit“ bewusst zu machen, und evtl. zu erweitern.



### 1. Wann fühlst du dich geliebt?

Schreibe einige Ereignisse der jüngeren und früheren Vergangenheit auf, wo du dich richtig gut gefühlt hast. Ordne die Handlung deines Gegenüber in eine der 5 Haupt-Sprachen ein.

### 2. Wie liebst du?

Schreibe einige Handlungen der jüngeren und früheren Vergangenheit auf, mit denen du deine Liebe ausgedrückt hast bzw. ausdrücken wolltest\*. Ordne die Handlung in eine der 5 Haupt-Sprachen ein.

\*) Vielleicht verstand dein Gegenüber deine Sprache nicht, oder du hast etwas „falsch betont“

### 3. Welche Liebes-Sprache kannst du?

Notiere einige Situationen, in denen du die Rückmeldung bekommen hast, dass sich dein Partner von dir geliebt fühlt? Ordne die Handlung in eine der 5 Haupt-Sprachen ein.

