

Sprachen der Liebe

Entdecke Deine Liebensprache!

Ziel: Einteilung der Liebensprachen nach persönlichen Prioritäten.

EINLEITUNG

- I. Wir wollen uns nun Gedanken machen, -
 - A. welche Muttersprache der Liebe spreche ich?
 - B. mit welcher Sprache der Liebe fülle ich den Liebestank oder den Liebesbrunnen meines Partners?
 - C. mit welcher Sprache wird der Brunnen von anderen Personen, die mir am Herzen liegen gefüllt?
- II. Die fünf Sprachen der Liebe lauten:
 - A. Lob und Anerkennung: Aufrichtige Komplimente
 - B. Zweisamkeit: Zeit für Dich
 - C. Geschenke: Geschenke die von Herzen kommen
 - D. Hilfsbereitschaft: Einander Dienen
 - E. Zärtlichkeit: Berührungen, Streicheleinheiten, sexuelle Intimität
- III. Wie werden diese fünf Sprachen beim Herrn angewandt? (Mt. 22,37)
 - A. Den Herrn loben und preisen durch den Gottesdienst (Apg. 2,42; Jak. 1,26).
 - B. Sich Zeit nehmen, um das Wort Gottes zu lesen und zu studieren (Apg. 17,11).
 - C. Dem Herrn finanzielle Gaben darbringen (2. Kor. 9,7).
 - D. Der Gemeinde (öffentlich) dienen, denn Glaube ohne Werke ist tot (Jak. 2,26).
 - E. Mit dem Herrn intim werden durch das persönliche Gebet (Mt. 6,5-6; Joh. 17,3).

HAUPTTEIL

I. Welche Muttersprache der Liebe spreche ich? (Frageblatt!)

- A. Bitte kreuze eine der folgenden Aussagen in den nächsten 60 Sekunden an, die am meisten auf Dich zutrifft! Oder umgekehrt gefragt: Was kränkt Dich ganz besonders am Verhalten Deines Partners? (Das Gegenteil davon ist vermutlich Deine Liebensprache)
 1. Wenn Dir z. B. die Kritik des Partners am meisten zu schaffen macht, dann ist wahrscheinlich **Lob und Anerkennung** Deine persönliche Liebensprache.
 2. Wenn Du Dich verletzt fühlst, wenn der Partner Dir im Haushalt nicht hilft, dann ist **Hilfsbereitschaft** die Muttersprache der Liebe für Dich.
 3. Wenn es Dich bekümmert, dass der Partner Dir z.B. zum Geburtstag nichts geschenkt hat, dann sind **Geschenke** deine persönliche Sprache der Liebe.
 4. Wenn Du gekränkt bist, weil der Partner mit Dir zu wenig Zeit verbringt, dann ist **Zweisamkeit** Deine persönliche Liebensprache.
 5. Wenn Du Dich nicht genügend geliebt fühlst, weil Dein Partner
 - a) Dich z.B. nicht umarmt, wenn er nach Hause kommt, oder
 - b) Dir auf der Strasse nicht die Hand gibt, usw. (**Zärtlichkeit**).
- B. Wie kann Dich Dein Partner am meisten verletzen?
- C. Worum habe ich meinen Partner in meinen Ehejahren am häufigsten gebeten? (Das, was Du am häufigsten erbittest, ist für Dich ein unmissverständlicher Liebesbeweis.)
- D. Welchen Stellenwert haben die fünf Liebensprachen für Dich und Deinen Partner? (1-5 einteilen und Prioritätenliste miteinander austauschen)

II. Weitere Fragen zur Klärung des Frageblatts

- A. Wie bringe ich meinem Partner gegenüber meine Liebe zum Ausdruck?
1. Wenn ich z. B. Geburtstag habe,
 - a) möchte ich dann lieber, dass der Partner sich einen Tag lang Zeit für mich nimmt (Zweismamkeit), oder
 - b) wäre es mir lieber, wenn er mir ein Überraschungsgeschenk macht?
 2. Geben mir Zärtlichkeiten in irgendeiner Form, auch wenn sie nicht sexueller Natur sind, mehr als die andern Sprachen der Liebe? (Vorsicht: Weil der Mann regelmässig körperlichen Drang nach sexueller Entspannung verspürt, liegt der Gedanke nahe, dies sei auch seine Liebessprache)
- B. Fragen für die, deren Liebesbrunnen gefüllt oder schon lange leer ist und Mühe haben ihre persönliche Liebessprache zu identifizieren:
1. Wie war es damals, als ich verliebt war?
 2. Was habe ich an meinem Partner damals am meisten geschätzt?
 3. Was hat er getan und geäussert, dass ich so gern mit ihm zusammen war?
 4. Wenn ich den vollkommen Partner finden könnte, was wären für mich die wünschenswerten Eigenschaften?
- C. Viele Männer machen den Fehler, zu glauben, Zärtlichkeit sei ihre wichtigste Liebessprache, weil sie ein starkes Verlangen nach der körperlichen Liebe haben.
1. Was wäre, wenn Du mit Deiner Frau so oft schlafen könntest wie Du wolltest, Sie aber Dich gleichzeitig kritisiert und vor andern schlecht macht.
 2. Würdest Du Dich dann trotzdem durch den Liebesakt geliebt fühlen?
- D. Weil der Mann verhältnismässig regelmässig den Drang nach sexueller Entspannung verspürt, liegt der Gedanke nahe, dies sei seine Liebessprache.
1. Wie viel geben ihm aber Zärtlichkeiten, wenn sie nicht sexueller Natur sind?
 2. Der Sexualtrieb hat im Grund wenig mit dem Verlangen nach Liebe zu tun.
 3. Der Wunsch nach dem Geschlechtsakt kann zwar gross sein, aber er wird niemals das Bedürfnis stillen, von der Partnerin geliebt zu werden.

III. Was sind seine und ihre Bedürfnisse?

- A. Seine Bedürfnisse und Ihre aus einer repräsentativen Umfrage!
- B. Die 5 Grundbedürfnisse **des Mannes** in der Ehe und seine Erwartungen nach Rängen geordnet:
1. Sexuelle Erfüllung (⁵Zärtlichkeit)
 2. Gefährtin zum Entspannen und Erholen (²Zweismamkeit)
 3. Anziehende, Attraktive Frau (³Geschenke)
 4. Unterstützung und Hilfe im Haushalt (⁴Hilfsbereitschaft)
 5. Bewunderung (¹Lob und Anerkennung)
- C. Die 5 Grundbedürfnisse **der Frau** in der Ehe und ihre Erwartungen nach Rängen geordnet:
1. Zuneigung, englisch „affection“ (²Zweismamkeit)
 2. Gespräch (²Zweismamkeit)
 3. Ehrlichkeit und Offenheit (¹Lob und Anerkennung)
 4. Finanzielle Unterstützung und Sicherheit (⁴Hilfsbereitschaft)
 5. Hingabe und Verpflichtung zur Familie (⁴Hilfsbereitschaft)

SCHLUSSTEIL

- I. Teile nun, gemäss dem Frageblatt, Deine Liebessprachen nach Deinen persönlichen Prioritäten ein!
- II. Lese den Zusatzartikel:
- A. Was eine Frau braucht
 - B. Was ein Mann braucht