

Päť jazykov lásky



Vo svete existujú rozličné jazyky: angličtina, francúzština, nemčina a takisto aj v medziľudských vzťahoch existuje niekoľko jazykov. A rovnako, ako keď sa cudzinci nemôžu navzájom dorozumieť, keď nebudú študovať cudzie jazyky, aj my často zostávame nepochopení, keď sa nepokúšame naučiť hovoriť jazykom lásky inej osoby.

Zvlášť je to dôležité v manželstve. Keď majú manželia rozdielne spôsoby vyjadrovania lásky, potom môže byť naozaj ťažké vyhnúť sa krivdám a nepochopeniu.

1. jazyk lásky: „Slová“

Hovorí sa takáto anekdota: Americký prezident sa prechádzal popri čerpacom stanici, kde pracoval muž, ktorý v mladosti dvoril jeho manželke. Prezident sa zasmial a povedal svojej žene: "Vieš si predstaviť? Keby si si nesprávne vybrala, tak by si teraz bola žena majiteľa čerpacom stanice." Žena nato odpovedala: „Ale nie, ty by si teraz predával benzín a on by bol prezident!“

Samozrejme, možno len predpokladať, koľko úsilia vložila táto žena do toho, aby pomohla svojmu manželovi, aby mohol úspešne postupovať v kariérnom rebríčku, avšak existuje jeden spôsob, ktorý môžeme úspešne použiť vo svojom živote – sú to slová podpory a povzbudenia.

Prezidentova žena poznala jazyk lásky svojho manžela a dokázala ho použiť. Pochvala, podpora a povzbudenie - to je veľmi účinná motivačná sila.

Ak je váš manžel citlivý na tento spôsob vyjadrenia lásky, potom je veľmi dôležité, aby často počul slová podpory, vďaka čomu sa jeho emocionálny svet naplní pocitom, že ho milujú, že je milovaný. Takže, skúste využiť každý vhodný moment a povedať mu kompliment, pochváliť ho, podporiť jeho vieru vo vlastné sily. Povedzte mu: „Som na teba hrdá" alebo „Milujem ťa".

Ženy môžu pomôcť svojim manželom dosiahnuť veľa vecí pomocou pochvaly, ak je to jeho jazyk lásky.

2. jazyk lásky: „Čas“

S týmto jazykom lásky sa skôr stretneme medzi ženskou populáciou.

Pre človeka, ktorému je tento jazyk blízky, je dôležité, aby trávil spoločný čas s partnerom a spoločne s ním prežíval rôzne udalosti. V prípade napríklad spoločného pozerania televízie sa táto potreba nenapĺňa. Vyberte si niečo viac aktívnejšie: choďte spolu do divadla, kaviarne alebo sa jednoducho spolu prechádzajte alebo zostaňte doma a porozprávajte sa. Hlavné je, aby tu bola možnosť hovoriť a spoločne zdieľať skúsenosti.

3. jazyk lásky: „Pomoc“

Napríklad - žena chce, aby jej manžel pomohol urobiť niečo v domácnosti, ale muž si myslí: „môj otec nikdy nič nerobil v našej rodine, takže ani ja to nemusím robiť“. Muž to môže dokonca aj odmietnuť, pretože verí, že žena dokáže sama urobiť všetko vynikajúco.

Avšak, ak „pomoc“ je to, čo manželka chápe ako lásku, potom jeho odmietnutie jej spôsobí hlbokú ranu, vďaka ktorej ona začne pochybovať o svojej hodnote v jeho očiach.

Jeden muž povedal: "ja vysávam doma nie pretože sa mi to páči, ale preto, že milujem svoju manželku - teda prinášam určitú obeť zo svojej strany, aby som jej ukázal, že ju milujem."

4. jazyk lásky: „Dotyk“

Ak jazykom lásky vášho manžela sú dotyky, znamená to, že on je veľmi citlivý na všetky druhy hmatových vnemov - ako príjemných, tak aj nepríjemných.

Najmä v prípade nepríjemných vnemov je dôležité, aby sa tomu zabránilo. Ak chcete, aby sa takýto človek cítil milovaný, jeho partner nesmie ignorovať alebo brať na ľahkú váhu ani čo i len letmý dotyk.

Veľmi dobre napĺňa túto emocionálnu potrebu lásky takého človeka masáž. Skúste urobiť masáž svojmu partnerovi. Možno nebude profesionálna, ale takým spôsobom môžete dať svojmu milovanému nádherný darček. A láska, ktorú ste darovali, sa vždy vráti.

5. jazyk lásky: „Darčeky“

Darček je prejav lásky pre všetky deti, ale mnohí ľudia aj ako dospelí vnímajú darčeky ako podmienku lásky.

Darčeky nemusia byť v každom prípade drahé, veľké a dôležité. Môže to byť maličkosť, ktorá je vyrobená vlastnými rukami. Je veľmi príjemné nachádzať na rôznych miestach maličké papieriky s odkazmi alebo darčeky - prekvapenia.

Je dôležité vedieť, že ak je váš a partnerov jazyk lásky odlišný a vy vyjadrite lásku jazykom, ktorý je pre partnera nepochopiteľný, nikdy nebudete schopní dosiahnuť u neho dostatočné pochopenie.

Pozrime sa, napríklad na rodinu, kde pre manžela je dôležitý jazyk lásky „slová“ a pre jeho ženu jazyk „pomoc“. Ak takýto manžel bude hovoriť o láske svojej manželke, ktorá od

neho chce, aby umyl riad a opravil bez pripomenutia tečúci vodovodný kohútik, potom budú jeho slová vnímané ako prázdne alebo neosobné frázy. Ak sa manželka - namiesto obdivu, ktorý očakáva jej manžel - bude snažiť pomôcť mu v jeho záležitostiach, tak jej pomoc môže byť prijatá rozhorčene a dokonca aj ako krivda.

Ak chcete vedieť, aký máte vy jazyk lásky alebo aký je jazyk lásky vášho manžela, potrebujete začať viac pozorovať situácie okolo vás. Všímajte si, čo si váš manžel najviac pýta od vás a čo je pre vás dôležité v danej situácii. A naopak, všimnite si, čo sa vám nepáči a na čo sa váš manžel často sťažuje.

Čo je pre vás dôležitejšie: pomoc alebo komunikácia? Darčeky alebo slová lásky? Ľudia najčastejšie spájajú v sebe potrebu niekoľkých foriem vyjadrenia lásky, ale jeden alebo dve sú viac dominantnejšie ako ostatné.

Jazyky lásky sú univerzálne. Ak o nich viete a uplatňujete ich základné princípy, môžete ich použiť nielen v manželstve, ale môžete vďaka nim urobiť pevnejšie a radostnejšie vaše vzťahy s deťmi, priateľmi, rodičmi...



Autorka:
Lyudmila Andrašina,
psychologička

Preložené so súhlasom www.3angels.ru.