



STOWARZYSZENIE
LUDZIE PRZYSZŁOŚCI

Testy Partnerskie wg „5 Języków Miłości”
GARY CHAPMAN

Profil *dla* żon

Wyrażenia afirmatywne, dobry czas, przyjmowanie podarunków, drobne przysługi czy dotyk? Co jest twoim ojczystym językiem miłości? Poniższy test pomoże ci się tego dowiedzieć. Po jego wykonaniu ty i twój mąż możecie porozmawiać o waszych językach miłości i wykorzystać tę wiedzę do poprawy waszego małżeństwa!

Test składa się z 30 par zdań. W każdej parze należy wybrać tylko jedno zdanie, które w danym wypadku bardziej odpowiada twoim rzeczywistym pragnieniom. Przeczytaj każdą parę zdań, a następnie w prawej kolumnie zakresł tę literę, która odpowiada wybranemu przez ciebie zdaniu. Czasem wybranie jednego zdania może być bardzo trudne, ale w każdej parze należy wybrać tylko jedno, jeśli wyniki testu mają być dokładne. Po dokonaniu wyboru we wszystkich parach policz, ile razy zakresliłaś poszczególne litery. Wpisz wyniki w odpowiednie miejsca na końcu testu. Twój ojczysty język miłości to ten, który uzyskał najwięcej punktów.

Być może twój mąż nie robi niektórych rzeczy opisanych w teście – gdyby jednak je robił, to którą możliwość z każdej pary byś wolała?

- | | |
|--|--------|
| 1. Chciałabym dostawać zabawne albo romantyczne emaile i smsy.
Chciałabym, aby mąż częściej mnie przytulał. | A
E |
| 2. Lubię być sam na sam z moim mężem.
Chciałabym, żeby mój mąż sam wykonał jakąś pracę domową. | B
D |
| 3. Chciałabym dostać od mojego męża prezent zupełnie bez okazji.
Uwielbiam długie wycieczki z moim mężem. | C
B |
| 4. Czułabym się kochana, gdyby to mąż zajął się praniem.
Lubię, gdy mąż mnie dotyka. | D
E |
| 5. Chciałabym, żeby mój mąż czasem mnie objął.
Chciałabym, aby mąż przywoził mi prezenty z wyjazdów. | E
C |
| 6. Chciałabym, żeby mój mąż też lubił nasze wspólne wyjścia.
Lubię trzymać męża za rękę. | B
E |
| 7. Czuję się kochana, gdy mąż daje mi prezenty.
Wiem, że mąż mnie kocha, ale chciałabym, żeby mi to mówił. | C
A |
| 8. Lubię, gdy mój mąż siedzi blisko mnie.
Chciałabym, żeby mąż mówił mi, że dobrze wyglądam. | E
A |
| 9. Uszczęśliwia mnie spędzanie czasu z moim mężem.
Chciałabym, żeby mąż dawał mi drobne, ale przemyślane prezenty. | B
C |
| 10. Byłoby świetnie usłyszeć od mojego męża, że jest ze mnie dumny.
Chciałabym, żeby mąż pomagał mi w sprzątaniu bez pytania. | A
D |

11. Niezależnie od tego, czym się zajmujemy, uwielbiam robić różne rzeczy wspólnie z mężem. B
Chciałabym, żeby mąż częściej udzielał mi werbalnego wsparcia. A
12. Chciałabym, żeby mąż robił dla mnie coś miłego. D
Uwielbiam się przytulać do mojego męża. E
13. Chciałabym częściej słyszeć pochwały od mojego męża. A
Chciałabym, aby mąż dawał mi bardziej przemyślane prezenty. C
14. Wystarczy, że mój mąż jest blisko, bym czuła się dobrze. B
Chciałabym, żeby mąż zrobił mi masaż. E
15. Chciałabym, aby mąż bardziej chwalił mnie za moje osiągnięcia. A
Chciałabym, aby mąż pomagał mi w tym, czego nie lubię robić. D
16. Nigdy nie mam dość całusów od mojego męża. E
Chciałabym, żeby mąż bardziej interesował się tym, co jest dla mnie ważne. B
17. Czuję się kochana, gdy mąż pomaga mi w realizacji moich projektów. D
Ciągle cieszy mnie otwieranie prezentów od mojego męża. C
18. Chciałabym częściej słyszeć komplementy od męża. A
Chciałabym, żeby mąż częściej mnie słuchał i szanował moje pomysły. B
19. Nie mogę się powstrzymać przed dotykaniem mojego męża, gdy jest blisko mnie. E
Chciałabym, żeby mąż zaoferował mi swoją pomoc w załatwianiu sprawunków. D

20. Chciałabym, żeby mąż pomagał mi w obowiązkach domowych. D
Czułabym się kochana, gdyby prezenty od męża były C
bardziej przemyślane.
21. Chciałabym, aby mój mąż w pełni skupiał się na mnie, B
gdy rozmawiamy.
Byłoby wspaniale, gdyby mój mąż pomógł mi w domowych D
porządkach.
22. Nie mogę się doczekać tego, co mąż da mi na urodziny. C
Chciałabym usłyszeć od męża, jak wiele dla niego znaczę. A
23. Chciałabym, żeby mąż częściej dawał mi prezenty. C
Chciałabym, aby mąż pomagał mi z własnej inicjatywy. D
24. Nie lubię, gdy mąż mi przerywa. B
Nigdy nie nudzą mi się prezenty od męża. C
25. Chciałabym, żeby mąż pomógł mi, gdy jestem zmęczona. D
Lubię wychodzić z moim mężem – niezależnie od tego, B
gdzie idziemy.
26. Chciałabym, żebyśmy z mężem częściej się przytulali. E
Chciałabym, aby mąż częściej zaskakiwał mnie różnymi prezentami. C
27. Pozytywne słowa z ust męża dodają mi pewności siebie. A
Uwielbiam oglądać filmy wspólnie z moim mężem. B
28. Chciałabym, żeby mąż dawał mi prezenty bez okazji. C
Chciałabym, aby mąż częściej mnie dotykał. E

29. Pomoc mojego męża wiele dla mnie znaczy. D
Chciałabym, żeby mąż czasem powiedział: „Jesteś dla mnie ważna”. A
30. Lubię obejmować męża, gdy wraca do domu. E
Chciałabym usłyszeć od męża, że tęskni za mną, gdy mnie nie ma. A

A: _____

B: _____

C: _____

D: _____

E: _____

A = wyrażenia afirmatywne

B = dobry czas

C = przyjmowanie podarunków

D = drobne przysługi

E = dotyk

Interpretowanie i korzystanie z twoich wyników testu

Twoim ojczystym językiem miłości jest ten, który wybierałaś najczęściej. Jesteś „dwujęzyczna” i masz dwa ojczyste języki miłości, gdy dla dwóch języków uzyskałaś taki sam wynik. Jeśli drugi wynik w kolejności jest bardzo blisko wyniku najwyższego, ale nie mają tej samej wartości, oznacza to, że obydwa sposoby wyrażania miłości są dla ciebie ważne. Najwyższy możliwy do osiągnięcia wynik dla każdego z języków to 12.

Mogłaś oceniać niektóre języki miłości wyżej niż inne, ale nie uznawaj tych innych języków za nieważne. Twój mąż może wyrażać swoją miłość właśnie w taki sposób i warto, abyś przyswoiła sobie tę informację.

Również twój mąż odniesie korzyść, jeśli pozna twój język miłości i będzie wyrażał swoje uczucia do ciebie w sposób, który ty rozumiesz jako miłość. Za każdym razem, gdy któreś z was mówi językiem miłości tej drugiej osoby, oboje gromadzicie punkty uczuciowe. Oczywiście w tej grze nie ma tablicy wyników. Nagrodą za mówienie językiem miłości drugiej osoby jest większe poczucie przywiązania do siebie, co przekłada się na lepszą komunikację, zrozumienie, a ostatecznie na przypływ uczuć.

Jeśli twój mąż jeszcze tego nie zrobił, zachęć go do wykonania testu dla mężów, który zaczyna się na stronie 237. Porozmawiajcie o waszych językach miłości i zastosujcie uzyskane informacje do poprawienia waszego małżeństwa!

Interaktywna wersja tego profilu w języku angielskim znajduje się na stronie: www.5lovelanguages.com.

**STOWARZYSZENIE
LUDZIE PRZYSZŁOŚCI
PROSIMY O WSPÓŁPRACĘ
PRZY PROJEKTACH**

34-530 Bukowina Tatrzańska, ul. Wierch Buńdowy 37

tel. +48 18 20 775 44

www.ludzieprzyszlosci.com

mail: info@ludzieprzyszlosci.com

Czujesz się zawsze bezpieczna,
masz dobrą pracę, wspaniałego
męża/partnera, kochającą się Rodzinę?
Jeśli znasz Kogoś, kto tego nie ma
i **POTRZEBUJE POMOCY**,

podaj mu bezpłatne, całodobowe numery telefonów:

800 120 002 niebieska linia przeciw przemocy, pomoc
prawna

800 70 22 22 centrum wsparcia dorosłych w kryzysie
psychicznym

600 07 07 17 szeroka pomoc /oprócz bezdomności /
Fundacja Centrum Praw Kobiet

116 123 telefoniczna poradnia dla osób w kryzysie
emocjonalnym

116 111 telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

997 lub 112 telefon alarmowy

Zestresowani i sfrustrowani sytuacją,
jaka opanowała cały świat
- budujemy wokół siebie bańkę spokoju
i świadomego życia
w Rodzinie, pracy i społecznościach.
Pomagamy bez zastanawiania się,
czy da nam to zyski;
tak postępując przyciągamy
do siebie podobnych ludzi.
Porzucamy stare nawyki
i szukamy nowych sposobów,
by wyrazić swoje pozytywne uczucia;
to szklanka herbaty dla Babci,
majsterkowanie z Dziadkiem,
kwiatek dla żony
lub nieoczekiwana pochwała dla męża.
Drobiazgi ... a może nie?
Jeżeli wokół nas jest bezpiecznie,
radośnie i spokojnie
- można się wówczas skupić
na budowaniu dalszych fantastycznych
relacji międzyludzkich.

To z kolei rozszerza się na szacunek dla natury,
podziwianie piękna, jakim jesteśmy otoczeni.

Wygraliśmy, bo zaczęliśmy od siebie!!!