

Die 6 Sprachen der Liebe (frei nach Garry Chapman)

⊖ Komplimente (oberflächliche und tiefgründige)

- du bist attraktiv
- du machst dich gut als Vater/Mutter
- dein Essen ist mal wieder fantastisch
- super wie diplomatisch du den Konflikt mit deinem Chef gelöst hast
- schön, dass du mir bei meinen Bewerbungen geholfen hast
- toll, dass du so ein guter Handwerker bist

⊖ Dienstleistungen

- für den anderen kochen oder einkaufen
- Haus und Garten in Ordnung halten
- Auto putzen oder warten
- kinderfreies Wochenende ermöglichen
- mit zu Schwiegereltern gehen

⊖ Geschenke

- Blumenstrauß oder Blume vom Wegrand
- Stein in Herzform finden oder kaufen
- Lieblingsschokolade mitbringen
- Schlüsselanhänger/ Postkarte mit passendem Spruch
- Wellnesswochenende(alleine oder gemeinsam)

⊖ gemeinsame Zeit

- Kino, Theater, Musical
- Sport, Wellness
- Spaziergehen
- Spieleabend
- Fernsehen (bewusst)
- Freunde treffen

⊖ Körperliche Nähe

- Begrüßungskuss
- Berührungen im Alltag
- Händchenhalten
- auf Sofa kuscheln
- Massagen
- Sexualität

⊖ Interesse (durch Kommunikation)

- an Beziehungszufriedenheit und Verbesserungswünschen
- Vergangenheit(Kindheit, Beziehungen,Traumata...)
- Weltanschauung
- Zukunftsvisionen
- an momentaner Befindlichkeit
- an Freunden/ Arbeit/ Hobbys