



# ¿RECUERDAN EL LIBRO DE LOS 5 LENGUAJES DEL AMOR?

## AQUÍ LES DEJAMOS UN RESUMEN:

Todos los seres humanos tenemos un lenguaje del amor con el cual hacemos nuestras expresiones de amor y así mismo es con el que nos gusta que nos expresen amor. Funciona como el idioma materno que es el que mejor dominamos, con el que mejor nos expresamos y el que mejor entendemos.

Nuestro tanque del amor se llena únicamente con nuestro lenguaje del amor

Dale una leída a este resumen y tratá de identificar cuál es tu lenguaje y el de tu pareja.



|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>PALABRAS</b>          | <p>Cuando querés expresarle cariño a alguien le decís palabras de ánimo, apoyo, afecto, felicitaciones, elogios, etc.</p> <p>Cuando alguien te dice este tipo de palabras causan un efecto muy positivo en vos, aumentando tu autoestima, tu seguridad y tu bienestar. Recordás palabras fugaces que marcaron tu vida.</p> <p><b>Ejemplos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-“Como estás de linda”</li><li>- “Te admiro mucho”</li></ul>   |
| <b>TIEMPO DE CALIDAD</b> | <p>Te sentís amado y valorado cuando compartís tiempo con tus seres queridos, escuchándolos y siendo escuchado, sin prisa ni distractores. No hay otro objetivo, más que compartir ese tiempo con la persona que querés.</p> <p><b>Ejemplo:</b></p> <p>Te descomponés cuando alguien está en el celular mientras que le estás contando una historia.</p>  |
| <b>REGALOS</b>           | <p>Los pequeños detalles o regalos simbolizan una expresión de amor para vos, porque sentís que quien te regala ha estado tiempo esforzándose y pensando en vos. Y cuando vas a dar un detalle a una persona disfrutás desde que tenés la idea, hasta después de haber dado el regalo al otro, sin esperar nada a cambio.</p> <p><b>Ejemplos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Dejar pequeñas notas</li><li>Que te traigan una chocolatina del mercado.</li><li>Que te den una flor.</li></ul> |



|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>ACTOS DE SERVICIO</b> | <p>Tratás de agradar a las personas sirviéndoles o haciéndoles favores. Cocinar, limpiar, arreglar cosas, encargarse de las tareas más pesadas o desplazarse a sitios lejanos, son actos que realizás minuciosamente y con una sonrisa en la cara. Te sentís amado y valorado cuando alguien se ofrece a hacerte un favor, ya sea lavar los platos, tender la cama o llevarte a algún lugar.</p> <p><b>Ejemplos:</b><br/>Tender la cama.<br/>Organizar la mesa o la ropa.</p> |
| <b>CONTACTO FÍSICO</b>   | <p>No hay nada más reconfortante que un simple abrazo, un beso o una caricia, todos estos son formas de transmitir y recibir amor para vos, sentís seguridad y felicidad a través de estos gestos; y sin ellos no te sentís amado.</p> <p><b>Ejemplos:</b><br/>Hacer cosquillas<br/>Que te hagan un buen masaje.<br/>Que te den un buen abrazo sin prisa.</p>   |



## TIP

Una forma fácil de identificar es a través de los actos que reclamamos, aquí les dejamos unos ejemplos:

- ⚡ **PALABRAS:** “Vos nunca me decís que estoy bonita”
- ⚡ **TIEMPO DE CALIDAD:** “Por favor dejá el celular a un lado cuando te esté hablando”
- ⚡ **REGALOS:** “Traéme un regalito cuando vengás del viaje, no tiene que ser algo grande”
- ⚡ **ACTOS DE SERVICIO:** “Me podés llevar este paquete cuando vayás de camino a tu casa”
- ⚡ **CONTACTO:** “Vos nunca me hacés cosquillas”



Para este mes queremos recomendarles que identifiquen su lenguaje de amor y el de su pareja, comunicácle al otro lo importante que es para vos y tratá de mantener tu tanque del amor lleno y llenar el de tu pareja con el lenguaje del amor de ella.

## AQUÍ LES DEJAMOS UNAS IDEAS:

### ⚡ PALABRAS

Decíle cuánto amas a tu pareja, expresále las cosas que admirás de ella, decíle lo importante que es para vos, expresále lo agradecido que estás, contále qué te gusta de ella.

### ⚡ TIEMPO DE CALIDAD

Dejá el celular a un lado cuando esten comiendo juntos, cuando te esté contando algo dejá todo lo que estás haciendo a un lado y mirála a los ojos, cuando hablen por teléfono no te distraigás en otra cosa, para ella importa más la calidad que la cantidad.

### ⚡ REGALOS

Traéle una flor del jardín, dejále noticas en el espejo de baño, traéle una chocolatina del mercado o su fruta favorita.



## ⚡ ACTOS DE SERVICIO

Cuando te pida un favor, hazlo con todo el gusto, lavá los platos, organizá el cuarto y ofrecéle acompañarla a hacer esa vuelta que tiene pendiente.

## ⚡ CONTACTO

Hacéle 5 minutos de cosquillas, dale un abrazo con amor y dedicación, dale un beso suave y cariñoso, cogéle la mano cuando vayan caminando, ponéle la mano en la pierna cuando vayan juntos en un carro.