

# Les Cinq langages de l'amour



# Les paroles valorisantes

Prononcer des paroles qui font du bien, des compliments, des mots d'appréciations !

## Des paroles aimables

L'amour est aimable, alors si nous voulons communiquer notre amour verbalement, nous devons employer des mots et un ton aimable.



## Des paroles d'encouragement

Encourager c'est insuffler du courage !  
Cela aide à prendre des initiatives positives. Mais avant d'encourager, nous devons d'abord découvrir ce qui compte pour lui !

## Des paroles humbles

L'amour formule des requêtes et non des exigences ...



# Les paroles valorisantes

**Et vous ?**

Prenez 1 minute pour réfléchir sur ce langage.

**Me concerne-t-il ?**

**Concerne-t-il mon conjoint ?**



**Puis, prenez un temps en couple pour échanger...**

# Les moments de qualité

**Accorder à l'autre une attention totale et sans partage !**

## **Etre ensemble**

On ne parle pas de proximité, mais d'être accordés, sur la même longueur d'onde. Entreprendre une activité ensemble, en accordant de l'attention à son conjoint. Pratiquer des activités qui plaisent à tous les deux et encouragent le dialogue.



## **Pour un dialogue de qualité**

Maintenez le contact visuel avec votre conjoint quand il vous parle.

Ne faites rien d'autre en écoutant votre conjoint.

Ne l'interrompez pas.



## **Pour une activité de qualité**

Je me sens le mieux aimé de mon mari/ma femme lorsque nous .... ?



# Les moments de qualité

**Et vous ?**

Prenez 1 minute pour réfléchir sur ce langage.

**Me concerne-t-il ?**

**Concerne-t-il mon conjoint ?**



**Puis, prenez un temps en couple pour échanger...**

# Les cadeaux

**Un cadeau est quelque chose que l'on peut tenir dans sa main en se disant:  
« regarde, il a pensé à moi ! »**

Quelle que soit la culture (Esquimaux, aborigènes, Mayas, Aztèques, ...), le cadeau fait partie intégrante de la conception du mariage et de l'amour.



**Le concept du don est-il universel ?**



Il faut penser à la personne en question pour lui offrir un présent.

**Le cadeau n'en est que le symbole !**

Son prix n'a aucune importance, ce qui compte c'est qu'on ait pensé à vous et ce geste est l'expression de l'amour. C'est le symbole visible de l'amour (échange des alliances)

# Les cadeaux

**Et vous ?**

Prenez 1 minute pour réfléchir sur ce langage.

**Me concerne-t-il ?**

**Concerne-t-il mon conjoint ?**



**Puis, prenez un temps en couple pour échanger...**

# Les services rendus

**C'est-à-dire les aides qui, à votre connaissance, font plaisir à votre conjoint !**

Votre façon de lui exprimer votre amour consiste à le décharger en faisant certaines choses pour lui. Ces petits services au quotidien (changer le bébé, tondre le gazon, entretenir la voiture, ...) exigent de l'effort, de l'énergie.

Si ils sont accomplis dans un **ESPRIT POSITIF**, ils sont d'authentiques expressions d'amour.

**Pour apprendre le langage d'amour des services rendus, il faut parfois sortir des clichés sur les rôles de l'homme et de la femme !**



# Les services rendus

Et vous ?

Prenez 1 minute pour réfléchir sur ce langage.

Me concerne-t-il ?

Concerne-t-il mon conjoint ?



Puis, prenez un temps en couple pour échanger...

# Le toucher physique

**L'étreinte des mains, les baisers, les enlacements, les relations sexuelles, sont autant de façons de faire ressentir au conjoint qu'il est aimé.**

Le toucher est un puissant moyen pour communiquer son amour.

Le toucher affectueux, furtif, prend peu de temps :

- se blottir l'un contre l'autre sur le canapé,
- passer sa main sur sa nuque,
- se tenir la main en marchant, ...

sont l'occasion et le moyen de communiquer beaucoup de tendresse.



**Toucher mon corps, c'est me toucher dans tout mon être !**



# Le toucher physique

**Et vous ?**

Prenez 1 minute pour réfléchir sur ce langage.



**Me concerne-t-il ?  
Concerne-t-il mon conjoint ?**



**Puis, prenez un temps en couple pour échanger...**

# Les Cinq langages de l'amour



**En face à face**

- Quelle est votre premier langage en matière d'amour ?
- Qu'est-ce qui vous fait le mieux comprendre que votre conjoint vous aime ?
- Votre quinté ?