

Warszawa, 10.12.2020

Nieporozumienia w związku? Poznaj 5 języków miłości,   
które rozwiążą ten problem

**Wszyscy chcą czuć się kochani. Wynika to z podstawowej potrzeby emocjonalnej każdego człowieka. Mierzymy innych własną miarą, więc to uczucie okazujemy w sposób taki, jaki sami chcielibyśmy otrzymywać. I tu pojawiają się schody. Brak zrozumienia czy poczucie nieodwzajemnionej miłości prowadzi do konfliktów między parą, która się kocha, ale nie potrafi tego okazać, by spełnić potrzeby partnera. Rozwiązanie tych nieporozumień jest proste. Wystarczy poznać 5 języków miłości, by dowiedzieć się, jak ją wyrażać oraz w jaki sposób powinna nam być okazywana.**

–*Język miłości jest to genialne narzędzie, które pozwoli nam stworzyć szczęśliwą relację. W związku partnerskim obie strony muszą czuć odwzajemnianą miłość, aby pozostać szczęśliwymi. Każdy z nas mówi dwoma głównymi oraz jednym dodatkowym językiem miłości. Twórca koncepcji, amerykański psychoterapeuta Gary Chapman chciał się dowiedzieć, dlaczego kobiety i mężczyźni uważają siebie za takie osoby w związku, które więcej się angażują niż ich partnerzy. Chapman udowodnił, że ludzie inaczej się komunikują i zazwyczaj chcą doznawać odwzajemnionego uczucia w taki sposób, w jaki sami je okazują. Bardzo rzadko kiedy współmałżonkowie tworzą wspólny język miłości. Dlatego tak często dochodzi do nieprzyjemnych sytuacji* – mówi Lea M. Pyć-Leszczuk, autorka książki "Świadoma Bogini. Jak zdobyć wszystko i być szczęśliwą".

Oto 5 języków miłości, które pomogą w prawidłowej komunikacji w związku

**Słowa**

Pierwszym językiem miłości są słowa. Partnerzy, u których dominuje ta część, pragną jak najczęściej słyszeć wypowiadane przyjemne i miłe słowa na swój temat, podczas prywatnych rozmów oraz w towarzystwie przyjaciół. Potrzebują czuć się wyróżniani i doceniani za wszelką cenę, co gwarantuje prawienie komplementów. Sprawia to, że na co dzień czują się kochani. Wszyscy doskonale wiemy, że wypowiadane słowa mają ogromną moc. Zazwyczaj, kiedy wypowiadamy je w pozytywnym wydźwięku, mogą przynieść nam wiele dobrego.

**Dotyk**

Kolejny język zarezerwowany jest dla osób, które uwielbiają czuć dotyk. Nie chodzi tylko i wyłącznie o zbliżenia intymne, ale w dużym stopniu o czułe gesty takie jak np. uścisk, trzymanie za rękę, relaksujący masaż. Partnerzy, którzy posiadają potrzebę dotykania przez najbliższą osobę, na pewno będą czuć się kochane i bezpieczne, jeśli w ten sposób zostanie im okazana wymagana czułość. Długie rozstania i krótkie rozłąki stają się bardzo bolesne i mogą doprowadzić do pogarszania się stosunków, a nawet rozstania. Dlatego powinniśmy podejmować szczere rozmowy na ten temat, aby nie doprowadzać do powstawania negatywnych emocji.

**Czas**

Wspólne chwile spędzone z partnerem są istotne dla osób, które posługują się językiem czasu. Nie powinniśmy zaliczać do niego wszystkich czynności wykonywanych w pośpiechu takich jak prace domowe. Znaczący jest tutaj pełny czas poświęcony ukochanej osobie. Tak naprawdę chodzi o jego wysoką jakość, widoczne starania oraz pełne skoncentrowanie. Doskonałym elementem może być przygotowanie romantycznej kolacji lub wspólny długi spacer. Pomysłów jest wiele, wszystko zależy od tego, jak wspólnie lubimy spędzać chwile. Przykra sytuacja okazuję się wtedy, kiedy partnerzy nie poświęcają czasu swoim drugim połówkom, ponieważ wolą spędzać czas np. w gronie znajomych.

**Prezenty**

Sprawienie drugiej osobie przyjemności poprzez obdarowanie jej drobiazgami należy do czwartego języka miłości. Nie chodzi jednak o kupowanie drogich prezentów, które mogą prowadzić do pokazania naszej materialistycznej postawy. Dla takich ludzi liczy się sam gest wręczenia podarunków nawet w formie symbolicznego przedmiotu. Zapewne będzie to bardzo przychylnie odebrane. Własnoręcznie przygotowane rzeczy na pewno będą o wiele bardziej wartościowe. To świadczy o tym, że partner włożył duży wysiłek, aby stworzyć wyjątkowy prezent.

**Pomoc**

Ostatnim językiem miłości jest pomoc, czyli tzw. drobne przysługi, które wyświadczamy ukochanym. Mogą być to najprostsze działania takie jak naprawa zepsutych rzeczy w naszym domu lub pomoc w codziennych czynnościach. Osoby, u których dominuje ten język, znacznie lepiej czują się wyręczane z takich czynności, które sprawiają im trudność lub z takich, których nie lubią wykonywać. Widoczne starania zostaną odczytane jak potwierdzenie, że dany partner jest dla nas kimś wyjątkowym.

Okazywanie uczuć i ich przyjmowanie świadomie po poznaniu języka miłości partnera i własnego pozwala utrzymać stałą, dojrzałą relację. Ważne są oczywiście również pozostałe kwestie. Długotrwały związek mają szansę zbudować ci, którzy mają wspólny, najlepiej długofalowy cel i pamiętają o wywiązywaniu się ze swoich obowiązków. Miłość to nie tylko motyle w brzuchu, ale wza­jemne wsparcie, dbanie o siebie, zainteresowanie, towarzyszenie oraz szczere i czyste sprzyjanie sobie wzajemnie. To umiejętność tworzenia dłu­gotrwałej partnerskiej relacji, a tę umiejętność – jak każdą inną – można wyćwiczyć – podsumowuje Lea M. Pyć-Leszczuk.

Test, który będzie pierwszym krokiem do okre­ślenia dominujących języków miłości, dostępny jest na stronie www.swiadomabogini.pl.

**Kontakt dla mediów:**

Inga Ryfka

Account Executive

+48 790 393 471

[i.ryfka@agencjafaceit.pl](mailto:i.ryfka@agencjafaceit.pl)

**LEA MAGDALENA PYĆ-LESZCZUK**

Autorka książki i projektu "Świadoma Bogini. Jak zdobyć wszystko i być szczęśliwą" oraz mocno‌ ‌stąpająca‌ ‌po‌ ‌ziemi‌ ‌kobieta‌ ‌biznesu.‌ Na co dzień właścicielka firmy poligraficznej Best Factory w Warszawie. Jest spełnioną rodzinnie, biznesowo i twórczo kobietą. Jest dumna z tego, że harmonijnie łączy życie prywatne i zawodowe. ‌Odniosła‌ ‌sukces‌ w‌ ‌każdej‌ ‌dziedzinie‌ ‌życia.‌ ‌Projekt‌ „Świadoma Bogini” ‌to‌ ‌nowa‌ ‌odsłona‌ ‌działalności,‌ ‌również‌ ‌tej‌ biznesowej‌ ‌i‌ ‌dowód,‌ ‌że‌ ‌można‌ ‌spełniać‌ ‌misję‌ ‌w‌ ‌najlepszym‌ ‌wydaniu.‌

Potrafi zainspirować i zmotywować do skutecznej przemiany. W książce „Świadoma Bogini. Jak zdobyć wszystko i być szczęśliwą” pokazuje, że każda kobieta może osiągnąć co zechce, pod warunkiem, że umiejętnie po to sięgnie. Dzieli się w niej nie tylko swoją drogą, ale też mapami, z których korzystała. Lea potrafi zainspirować i zmotywować do skutecznej przemiany. Jej efektem będzie poczucie spełnienia w każdym obszarze życia oraz osadzenia w kobiecości.