

# Der große Liebessprachen- Test

Welche Muttersprache spricht Ihr Herz?

Dieser Test soll Ihnen helfen herauszufinden, welches wirklich Ihre persönliche Liebessprache ist – Lob und Anerkennung, Zweisamkeit, Geschenke, Hilfsbereitschaft oder Zärtlichkeit.

Der Test besteht aus jeweils 30 Satzpaaren. Bitte wählen Sie die Aussage, die am besten umschreibt, was Ihnen in Ihrer Partnerschaft am meisten bedeutet. Die Aussagen treffen auf Ihre persönliche Situation vielleicht nicht genau zu, doch entscheiden Sie sich bitte für die Aussage, die das Wesentliche dessen einfängt, was Ihnen am wichtigsten ist. Nehmen Sie sich zehn bis fünfzehn Minuten Zeit, um den Test auszufüllen. Warten Sie, bis Sie etwas Zeit dafür haben, und hetzen Sie nicht durch den Fragebogen. Dann tragen Sie die Ergebnisse zusammen. Auf Seite 3 finden Sie die Auswertung des Fragebogens.



- |          |   |   |
|----------|---|---|
| <b>1</b> | <input type="checkbox"/> Wenn mein/e Partner/in mir kleine Liebesbriefe oder eine SMS schreibt, fühle ich mich gut.               | A |
|          | <input type="checkbox"/> Wenn mein/e Partner/in den Arm um mich legt, gibt mir das ein gutes Gefühl.                              | E |
| <b>2</b> | <input type="checkbox"/> Ich bin sehr gern mit meiner/meinem Partner/in allein.   | B |
|          | <input type="checkbox"/> Wenn mein/e Partner/in eine lästige Aufgabe (z.B. Rasenmähen) für mich erledigt, fühle ich mich geliebt. | D |
| <b>3</b> | <input type="checkbox"/> Ich freue mich riesig über Geschenke von meiner/meinem Partner/in.                                       | C |
|          | <input type="checkbox"/> Ich genieße lange Autofahrten mit meiner/meinem Partner/in.  | B |
| <b>4</b> | <input type="checkbox"/> Ich fühle mich geliebt, wenn mein/e Partner/in das Auto tankt oder den Einkauf übernimmt.                | D |
|          | <input type="checkbox"/> Ich genieße es, wenn mein/e Partner/in mich berührt.   | E |
| <b>5</b> | <input type="checkbox"/> Ich fühle mich geliebt, wenn mein/e Partner/in mir liebevoll die Schultern massiert.                     | E |
|          | <input type="checkbox"/> Ich weiß, dass mein/e Partner/in mich liebt, weil sie mich regelmäßig mit Geschenken überrascht.         | C |
| <b>6</b> | <input type="checkbox"/> Es bedeutet mir viel, mit meiner/meinem Partner/in spazieren zu gehen.                                   | B |
|          | <input type="checkbox"/> Ich halte gern Händchen mit meiner/meinem Partner/in.  | E |
| <b>7</b> | <input type="checkbox"/> Die Geschenke, die ich von meiner/meinem Partner/in bekomme, bedeuten mir immer sehr viel.               | C |
|          | <input type="checkbox"/> Ich höre es gern, wenn mein/e Partner/in sagt, dass er/sie mich liebt.                                   | A |
| <b>8</b> | <input type="checkbox"/> Ich mag es, wenn mein/e Partner/in dicht neben mir sitzt.  | E |
|          | <input type="checkbox"/> Wenn mein/e Partner/in mir ohne besonderen Grund Komplimente macht, spüre ich seine/ihre Liebe.          | A |
| <b>9</b> | <input type="checkbox"/> Wenn ich Zeit mit meiner/meinem Partner/in verbringe, bin ich glücklich.                                 | B |
|          | <input type="checkbox"/> Selbst das kleinste Geschenk von meiner/meinem Partner/in bedeutet mir etwas.                            | C |

- 10**  Ich fühle mich geliebt, wenn mein/e Partner/in zu mir sagt, wie stolz er/sie auf mich ist. A  
 Wenn mein/e Partner/in mir bei einer unangenehmen Aufgabe hilft, weiß ich, wie wichtig ich für ihn/sie bin. D
- 
- 11**  Egal was wir tun – Hauptsache ist, wir tun es gemeinsam. B  
 Ich fühle mich gut, wenn mein/e Partner/in mich aufmuntert. A
- 
- 12**  Gefälligkeiten meines Partners/meiner Partnerin bedeuten mir mehr als tausend Worte. D  
 Ich nehme mein/e Partner/in gern in den Arm. E
- 
- 13**  Ein Lob von meiner/meinem Partner/in bedeutet mir viel. A  
 Es bedeutet mir viel, wenn mein/e Partner/in mir das schenkt, was ich mir gerade wünsche. C
- 
- 14**  Sobald mein/e Partner/in in der Nähe ist, fühle ich mich wohl. B  
 Ich mag es, wenn mein/e Partner/in mir den Rücken massiert. E
- 
- 15**  Wie mein/e Partner/in reagiert, wenn ich etwas geleistet habe, ist für mich immer wieder Ansporn. A  
 Es bedeutet mir viel, wenn mein/e Partner/in etwas für mich erledigt, was er/sie selbst nicht gern tut. D
- 
- 16**  Ich kann nie genug kriegen, wenn mein/e Partner/in mich küsst. E  
 Ich finde es schön, wenn mein/e Partner/in sich für meine Arbeit interessiert. B
- 
- 17**  Ich kann mich darauf verlassen, dass mein/e Partner/in mir mit Rat und Tat zur Seite steht. D  
 Ich bin immer noch aufgeregt, wenn ich ein Geschenk von meiner/meinem Partner/in auspacke. C
- 
- 18**  Es macht mich stolz, wenn mein/e Partner/in mir sagt, dass ich gut aussehe. A  
 Ich freue mich darüber, wenn mein/e Partner/in mir in Ruhe zuhört. B
- 
- 19**  Wenn mein/e Partner/in in der Nähe ist, kann ich nicht anders, als ihn/sie zu berühren. E  
 Mein/e Partner/in nimmt mir immer wieder Erledigungen ab und das schätze ich sehr. D
- 
- 20**  Mein/e Partner/in hätte eigentlich einen Preis verdient für so viel Hilfsbereitschaft. D  
 Ich staune immer, wie viele Gedanken sich mein/e Partner/in macht, bevor er/sie mir etwas schenkt. C
- 
- 21**  Mir ist es wichtig, dass mein/e Partner/in nicht auf sein/ihr Smartphone schaut, wenn wir uns unterhalten. B  
 Wenn mein/e Partner/in lästige Alltagspflichten für mich übernimmt, fühle ich mich geliebt. D
- 
- 22**  Ich bin schon riesig gespannt, was mein/e Partner/in mir wohl zum Geburtstag schenken wird. C  
 Ich kann nie genug davon bekommen, wenn mein/e Partner/in mir sagt, welch eine wichtige Rolle ich in seinem/ihrem Leben spiele. A
- 
- 23**  Wenn mein/e Partner/in mir etwas schenkt, weiß ich, dass er/sie mich liebt. C  
 Mein/e Partner/in zeigt mir seine/ihre Liebe, indem er/sie mir hilft, ohne dass ich ihn/sie bitten muss. D
- 
- 24**  Mein/e Partner/in unterbricht mich nicht, wenn ich rede, und das schätze ich sehr. B  
 Geschenke kann ich nie genug von ihm/ihr bekommen. C
- 
- 25**  Mein/e Partner/in sieht gleich, wenn ich nicht mehr kann. Und dann steht er/sie mir sofort zur Seite. Das ist schön. D  
 Es ist mir egal, wohin wir gehen oder fahren – Hauptsache, wir sind zusammen. B
- 
- 26**  Ich fühle mich geliebt, wenn wir miteinander schlafen. E  
 Ich liebe es, mich von meiner/meinem Partner/in mit Geschenken überraschen zu lassen. C

- 27  Es gibt mir Kraft, wenn mein/e Partner/in mich lobt. A  
 Ich gehe mit meiner/meinem Partner/in gern ins Kino. B
- 
- 28  Mein/e Partner/in hat ein Gespür dafür, was ich mir manchmal insgeheim wünsche. Das finde ich großartig. C  
 Wenn mein/e Partner/in in der Nähe ist, habe ich das starke Bedürfnis, ihn/sie zu berühren. E
- 
- 29  Es bedeutet mir viel, wenn mein/e Partner/in mir hilft, obwohl er/sie selbst genug zu tun hätte. D  
 Ich fühle mich großartig, wenn mein/e Partner/in mir sagt, wie viel ich ihm/ihr bedeute. A
- 
- 30  Wenn wir eine Weile getrennt waren, kann ich es kaum abwarten, mein/e Partner/in in die Arme zu schließen und ihn/sie zu küssen. E  
 Ich höre es gern, wenn mein/e Partner/in mir sagt, dass er/sie an mich glaubt. A

## Auswertung

### Anzahl der Antworten

A:	B:	C:	D:	E:
----	----	----	----	----

**AUSWERTUNG:** Die Liebensprache mit der höchsten Punktzahl (maximal 12) ist Ihre persönliche Muttersprache der Liebe. Ergibt sich Punktgleichheit für zwei Sprachen, sind Sie eben »zweisprachig«. Und liegen die Punktzahlen dicht beieinander, bedeuten Ihnen beide Sprachen etwa gleich viel.

Die niedrigen Werte deuten auf Sprachen hin, die Sie selten einsetzen, um Ihre Liebe zum Ausdruck zu bringen, und wahrscheinlich sprechen sie Sie auf emotionaler Ebene kaum an. Auch Ihr/ihre Partner/in sollte Ihre Liebensprache kennen, denn davon profitieren Sie beide. Wenn Sie und Ihr/Ihre Partner/in miteinander Ihre Liebensprachen sprechen, tut dies Ihrer Beziehung nur gut. Die zwischenmenschliche Bindung wird gestärkt, die Kommunikation gelingt besser, Verständnis wird geweckt und schließlich stellt sich wieder die Romantik ein, die Sie so lange vermisst haben.

### Ihre Liebensprache:

- A = Lob und Anerkennung
- B = Zweisamkeit
- C = Geschenke
- D = Hilfsbereitschaft
- E = Zärtlichkeit

Der Liebensprachentest wurde dem Bestseller „Die 5 Sprachen der Liebe“ von Dr. Gary Chapman entnommen.



207 Seiten  
 Paperback  
 ISBN 978-3-86122-126-5  
 € D 13,95

**Francke**