**Тематика:** *«Семья. Психология отношений мужчины и женщины»*
**Название:** «5 языков любви» (на основе одноименной книги Гери Чемпена)

(отрывок)

**Любовь – это Результат Совместного Труда, а Не Отправная Точка**

Любовь – что это означает практически? Неужели мы можем думать, что это нечто настолько дешевое, что дается даром в самом начале отношений?

Нечто воспетое всеми поэтами, литераторами, художниками, музыкантами, драматургами, людьми всех времен и народов, нечто столь желанное для всех – вот так вот даром с первых же минут отношений, без труда и усилий? Нет. **Мы даже «Феррари» себе так не получим, не говоря уже о любви.**

Ради какого-то «Феррари» нужно попотеть, чтобы заработать на него, что же говорить тогда про любовь, которая доставляет гораздо, несравнимо большее удовлетворение?

Нужно в самом начале поставить и исправить себе акцент в этом понятии. Любовь – это не существительное, а глагол. Если человек любит кого-то, что происходит? Он начинает делать что-то для объекта своей любви. Другими словами **любовь – это активная деятельность, направленная на то, чтобы её объект был счастлив**.

В самом начале отношений так и происходит – парень очень активен в удовлетворении своей возлюбленной, однако, толкает его на это чувства, о которых мы говорили выше. Когда чувства пресыщаются или начинают испытывать отвращение – всё меняется.

Разбирая понятие любви, мы придем к логичному и по идее очевидному определению любви в семье: **«Любовь – это когда каждый из партнеров идет на всё, чтобы делать её (его) счастливым».**

Раньше это было на автоматическом режиме, сама природа изнутри толкала влюбленных делать это, теперь же, когда чувства успокаиваются, необходимо начать это делать **осознанно** – в таком случае начнет пробуждаться настоящая любовь.

**5 Языков Любви**

Этот принцип называется прекрасным словом **«служение».** В семье муж и жена должны начать служить друг другу, действовать из любви и желания доставить радость. Теперь, когда чувства успокоились, необходимо трезво посмотреть на жену или мужа и сказать себе: *«Я хочу узнать эту личность глубже, я хочу понять её и сделать счастливым!».*

Здорово! Теперь всё хорошо, вы начали пытаться делать что-то для неё (него) **осознанно, даже если не сильно хочется пока что** – вы всё равно купили ей цветы или коробку конфет, приготовили вкусный обед, именно как он любит, починили окно, которое она уже давно просила починить, сходили погуляли и уделили друг другу время, несмотря на **108%** загруженности на работе…

Пытаясь выражать таким образом своей половинке любовь, вы вдруг можете заметить, что её не всегда цепляет то, что вы делаете.

Вы начали ей постоянно говорить приятые слова, комплименты, как написано в книге по семейным отношениям, но её что-то не сильное вдохновляет это. Или делаете подарки за подарком, но лед в отношениях как-то не трогается. И так далее.

Дело в том, что **не все мы говорим на одном и том же «языке любви».** В своих работах, Гари Чепмен, изучение книги «5 языков любви» которого открыло нам много нового, вывел 5 основных способов наполнять сосуд любви друг друга.

Один человек может говорить на китайском и ему это будет понятно, другой на русском – ему это тоже понятно, но вот **друг друга они не поймут**, как бы громко ни кричали и много не говорили.

Аналогичным образом, каждый человек говорит на своем, понятном именно для него языке любви.

Исходя из своей многолетней практики консультации в семейных отношениях, Гари Чепмен вывел **5 основных языков любви**, которые наполняют наше сердце, мы чувствуем и видим, что нас любят, мы нужны:

1. Действие, практическое служение.
2. Слова
3. Подарки
4. Качественное время
5. Прикосновения

Если ваш язык любви **слова** – вы любите, когда вам говорят приятные вещи, вдохновляющие слова, комплименты, благодарят и так далее, то вы автоматически будете считать, что тоже самое надо делать и для вашего партнера.

Однако, вполне может оказаться, что её или его основной язык любви это не слова, а практические действия, например. Он чувствует себя нужным и любимым, когда вы всё идеально дома убираете, стираете, зашиваете, выготавливаете ради него 1008 блюд на обед, завариваете чай, когда он болеет и так далее.

Для неё же, например, первым языком любви оказываются слова, а вторым прикосновения. Когда муж понимает это и начинает стабильно делать комплименты, обнимать, гладить по голове, прижимать, благодарить – она чувствует себя нужной и любимой.

Кому-то нужно качественное время и регулярные подарки, все остальное имеет меньшее значение. И так далее.

Все эти пять языков будут важны для каждого из нас, однако, у каждого будет своя последовательность важности.

Проведите этот анализ и попробуйте понять, **какой язык на каком месте стоит для Вас, а какой для Вашего партнера** и начните сознательно прикладывать усилия, **строить** отношения на основе деятельности с желанием доставить удовольствие и сделать счастливым человека рядом – и результаты вас поразят.