

甚麼是愛的語言？

愛的語言是一種能向孩子表達感情的方法。



「愛」需要表達出來，孩子才會知道，並向你回饋。

學懂使用愛的語言會令親子關係變得更好。

相反，長期把「愛」埋藏，對親子關係無益，亦可能增添誤會，破壞感情。

愛的語言包括以下 5 種

肯定言語

- ✓ 即是以語言向對方表達愛，例如稱讚、鼓勵或表達感謝。對人而言，「肯定的言語」是精神寄託，因為人深處的渴望，是被人賞識和肯定

服務行動

- ✓ 即是以真誠的心服務對方，來表達你對他的關心，例如送對方回家、臨睡前說故事，分擔家務等。動機都是為對方著想，希望令對方減少生理及心理上的負擔。

真心禮物

- ✓ 即是以禮物表達祝福及思念。人們會視禮物為自己的情感寄託。「真心的禮物」的寶貴不一定在於價格，而是禮物讓人記得你，並感受到你的支持及鼓舞。

精心時刻

- ✓ 即是將精神及時間投於對方身上，透過相處時光達到心靈上的交流和了解。小如到海邊散步、大如精心策劃的約會、或一同享受做運動的樂趣等，都是表達方式。

身體接觸

- ✓ 即是透過身體接觸向對方傳達愛，例如親吻、牽手、擁抱，都能為對方給予支持與鼓勵。在這些行為之中雙方都會接觸到對方，彼此直接地感受到對方身體的溫度。

