



PastoraTovar
C O N S E J E R A

Test

Los cinco lenguajes del amor

www.pastoratovar.com
Teléfono 34-657 269 080



¿Cómo necesitamos que nuestra pareja nos demuestre su amor?. Podemos entender la forma

en la que debemos expresarle nuestro amor a nuestra pareja y seres queridos ya que todos tenemos diferentes necesidades.

Todos expresamos nuestro amor de diferentes maneras: con caricias, con regalos, haciendo algo por la otra persona, con palabras, dedicándole nuestro tiempo a la otra persona. Los problemas llegan cuando deseamos que nuestra pareja nos exprese su amor de la forma en la que nosotros lo necesitamos.

Aprender a identificar de qué manera necesitamos que nuestra pareja nos haga sentir amados es un paso indispensable para poder lograr que nuestro esposo o pareja nos empiece a amar de la forma en que soñamos.

No es tan difícil, resuelve el siguiente Test para descubrir cuál es tu lenguaje del amor.

¿De qué manera necesitas que te digan que te aman? De las siguientes frases escoge aquella que sea más importante para ti.

Trata de responder a la pregunta:

¿Qué prefieres?

Tienes que ser honesta, (o) no te sientas mal por tus respuestas, tan sólo son preferencias sobre cómo deseamos que nuestra pareja (o esposo) nos demuestre su amor.



PastoraTovar
CONSEJERA

TEST

¿Cuál de las dos frases es más importante para ti?

1.
A Que mi esposa me abrace
E Que mi pareja me de regalos

2.
B Me gusta estar a solas con mi pareja
D Me siento amada cuando mi pareja cocina o hace algo de la casa

3.
C Me encantaría recibir más regalos de mi pareja
B Me gustaría hacer más viajes a solas con mi pareja

4.
D Me siento amada cuando mi pareja me ayuda en la casa
E Me gusta que mi pareja me abrace

5.
E Me gusta que mi pareja me toque
C Me gusta que mi pareja me sorprenda con regalos



6.

B Me gusta salir con mi pareja a cualquier lugar

E Me gusta que mi pareja y yo andemos de la mano

7.

C Me encanta recibir regalos de mi pareja

A Me encanta que mi pareja me diga que me ama

8.

E Me gusta que mi pareja se siente junto a mí

A Me gusta que mi pareja me diga que me veo muy bien

9.

B Poder pasar tiempo con mi pareja me hace sentir muy bien

C Valoro mucho cualquier regalo que me da mi pareja aunque sea muy pequeño

10.

A Siento que mi pareja me ama cuando me dice que está orgulloso de mí

D Cuando mi pareja me ayuda en la casa, sé que lo hace porque me ama



11.

B No importa lo que hagamos, me encanta hacer cosas con mi pareja

A Me encanta que mi pareja haga comentarios buenos de mi

12.

D Las pequeñas cosas que mi pareja hace por mi son más importantes que cualquier cosa que mi pareja me pueda decir

E Me encanta abrazar a mi pareja

13.

A Me importa mucho que mi esposo valore lo que yo hago

C Es muy importante para mí que mi esposo me de regalos que de verdad me gusten

14.

B Estar con mi esposo es algo que me gusta mucho

E Me gusta que mi esposo me deje notitas de amor de vez en cuando

15.

A Ver que mi esposo reaccione de manera positiva a lo que yo hago me encanta

D Valoro mucho que mi esposo me ayude en algo que se que odia hacer



16.

E Me encanta que mi esposo me de besos

B Me encanta cuando veo que mi marido muestra interés por algo que es importante para mi

17.

D Me gustaría contar con el apoyo de mi esposo en todos mis proyectos

C Me encanta recibir regalos de mi esposo (a)

18.

A Me gusta que mi esposo me diga que le gusto

B Me gusta que mi esposo respete mis ideas y me escuché

19.

E Me encantaría que mi esposo y yo siempre nos abrazáramos

D Me gustaría que mi esposo me ayudara más en la casa o con los niños

20.

D Mi esposo merece un premio por todo lo que hace por mi

C Me emociona mucho recibir regalos de mi esposo



21.

B Me gusta tener la completa atención de mi esposo

D Que mi esposo me ayude con las tareas del hogar es algo importante para mi

22.

C Espero con emoción los regalos de mi esposo en fechas especiales

A Me gustaría que mi esposo siempre me dijera lo importante que soy para él

23.

C Creo que si es importante que alguien que te ama te de regalos

D Que alguien que te quiere te ayude sin preguntar es importante para mi

24.

B Me gustaría que mi esposo me escuchara con atención y sin interrupciones

C Me gustaría que mi esposo siempre me diera regalos

25.

D Cuando estoy cansada lo que más necesito es que me ayuden

B Me encanta hacer planes divertidos con mi esposo



26.

E Me gusta que mi esposo me haga cariños

C Me gusta que mi marido me de regalos sorpresa

27.

A Necesito las palabras de mi esposo para tener confianza en mis proyectos

B Me encanta ir al cine o a cenar con mi marido

28.

C Los regalos son muy importantes para mí

E Las caricias son muy importantes para mí

29.

D Es muy importante que mi esposo me ayude en la casa

A Es muy importante para mí esposo reconozca lo que yo hago

30.

E Me gusta abrazar y besar a mi esposo cuando nos tuvimos que separar por un corto tiempo

A Me gusta escuchar que mi esposo me diga que me extraño



Ahora cuenta cuántas A _____ B _____ C _____ D _____ E _____

A = Palabras de afirmación.

Son aquellas palabras de reconocimiento por lo que hacemos por otra persona.

B = Tiempo de calidad.

Es cuando tenemos la atención y el tiempo completo de la otra persona para estar con nosotras.

C = Recibir regalos.

Los regalos nos hacen sentir amadas y los necesitamos, sino los tenemos sentimos que no somos importantes.

D = Actos de servicio.

Son las acciones que nuestra pareja lleva a cabo para nosotras y que si no las hace sentimos que no nos quiere lo suficiente.

E = Contacto físico

Son aquellos besos, abrazos, caricias que necesitamos de nuestra pareja para sentir el amor.

Una vez que identificamos de que manera necesitamos que nuestra pareja nos demuestre su amor es necesario que se lo compartamos ya que si él no sabe qué tan importante es para nosotras el recibir regalos o caricias o que haga algo por nosotras o que nos reconozca lo que hacemos o que pase tiempo con nosotras vamos a seguir sintiendo ese hueco.

Tal vez él tenga otra forma completamente diferente de manifestar el amor y su lenguaje sea otro.