

Descubra a sua linguagem do amor

Questionário para esposas

Adaptado do livro “As cinco linguagens do amor” de Gary Chapman

Palavras de afirmação, tempo de qualidade, presentes, atos de serviço ou toque físico? Qual dessas é a sua linguagem do amor primária? O questionário apresentado a seguir ajudar a você saber com certeza. Depois, você e seu marido poderão conversar sobre as suas respectivas linguagens do amor e usar essa informação para melhorar seu casamento!

O questionário consiste em 30 pares de declarações. Você só pode escolher uma declaração de cada par com aquela que melhor representa seu desejo. Leia cada par de declarações e, então, na coluna à direita, marque a letra correspondente a declaração escolhida ponto em alguns casos pode ser difícil decidir entre as duas declarações, mas você deve escolher apenas uma de cada par para garantir um resultado mais preciso.

Reserve de 15 a 30 minutos para responder ao questionário. Faça isso com calma, sem pressa de preenchê-lo. Feitas suas escolhas, conte o número de vezes que marcou cada letra. Marque os resultados no lugar adequado no final do questionário.

Talvez seu marido não faça algumas dessas coisas, mas, se ele fizer, qual alternativa de cada par você prefere?

1	Eu adoraria receber um e-mail ou torpedão romântico de meu marido	A
	Gostaria que meu marido me abraçasse mais.	E
2	Gosto de ficar sozinha com meu marido.	B
	Gostaria que meu marido fizesse uma tarefa doméstica sem precisar pedir.	D
3	Adoraria que meu marido me trouxesse um presente do tipo: "comprei porque tive vontade".	C
	Gosto de fazer longas viagens com meu marido.	B
4	Eu me sentiria muito amada se meu marido lavasse as roupas.	D
	Gosto quando meu marido me toca.	E
5	Gostaria que meu marido me abraçasse de vez em quando.	E
	Gostaria que meu marido me trouxesse presentes quando viajasse.	C
6	Gostaria que meu marido compartilhasse minha paixão por irmos a lugares juntos.	B
	Gosto de segurar a mão do meu marido.	E
7	Sinto-me amada quando meu marido me dá presentes.	C
	Sei que meu marido me ama, mas gosto de ouvi-lo dizer isso.	A
8	Gosto que meu marido se sente perto de mim.	E
	Gostaria que meu marido sempre me dissesse que estou bonita.	A
9	Passar tempo com meu marido me deixa feliz.	B
	Gostaria que meu marido me desse presentes pequenos, mas significativos.	C
10	Gostaria de ouvir meu marido dizer que se orgulha de mim.	A
	Gostaria que meu marido me ajudasse na limpeza sem que eu precisasse pedir.	D

11	Gosto muito de fazer coisas com meu marido, não importa o que seja.	B
	Gostaria de ouvir mais palavras de apoio de meu marido.	A
12	Gostaria que meu marido fizesse coisas gentis e amáveis por mim.	D
	Adoro abraçar meu marido.	E
13	Gostaria que meu marido me fizesse elogios com mais frequência.	A
	Gostaria que meu marido me desse presentes mais bem escolhidos.	C
14	O simples fato de estar perto de meu marido faz que eu me sinta bem.	B
	Gostaria que meu marido me fizesse uma massagem.	E
15	Gostaria que meu marido elogiasse mais as minhas realizações.	A
	Gostaria que meu marido me ajudasse mais com as tarefas que não aprecio.	D
16	Nunca me canso dos beijos de meu marido.	E
	Gostaria que meu marido demonstrasse mais interesse por coisas que são importante para mim.	B
17	Sinto-me amada quando meu marido me ajuda em meus projetos.	D
	Ainda fico entusiasmada quando abro um presente de meu marido.	C
18	Gostaria que meu marido me elogiasse quando eu realizo meus objetivos.	A
	Gostaria que meu marido me escutasse mais e respeitasse minhas ideias.	B
19	Não consigo deixar de tocar meu marido quando ele está perto de mim.	E
	Gostaria que meu marido se oferecesse para ajudar nas tarefas.	D
20	Eu ficaria muito feliz se meu marido me ajudasse com as coisas de casa.	D
	Eu me sentiria amada se os presentes de meu marido demonstrassem atenção para comigo.	C

21	Gostaria que meu marido me desse atenção total quando conversamos.	B
	Gostaria muito que meu marido me ajudasse a limpar a casa.	D
22	Estou ansiosa para saber o que meu marido me dará de presente no meu aniversário.	C
	Quero ouvir meu marido dizer quão importante sou para ele.	A
23	Gostaria que meu marido me desse presentes com mais frequência.	C
	Gostaria que meu marido me ajudasse sem que eu precisasse pedir.	D
24	Fico chateada quando meu marido me interrompe.	B
	Nunca me canso de receber presentes de meu marido.	C
25	Gostaria que meu marido se oferecesse para me ajudar quando eu estiver cansada.	D
	Gosto de ir a qualquer lugar com meu marido.	B
26	Gostaria que meu marido e eu nos afagássemos com mais frequência.	E
	Gostaria que meu marido me surpreendesse mais com presentes.	C
27	Os incentivos de meu marido me dão confiança.	A
	Adoro assistir a filmes com meu marido.	B
28	Gostaria que meu marido me desse um presente fora de alguma ocasião especial.	C
	Gostaria muito que meu marido me tocasse mais.	E
29	O fato de meu marido me ajudar é muito significativo pra mim.	D
	Gostaria que meu marido dissesse: "Gosto de você".	A
30	Adoro abraçar meu marido depois que ele chega em casa.	E
	Quero ouvir meu marido dizer que sente minha falta quando saio.	A

A: ____ B: ____ C: ____ D: ____ E: ____

A= Palavras de Afirmação

B= Tempo de Qualidade

C= Presentes

D= Atos de Serviço

E= Toque físico

INTERPRETAÇÃO E USO DA PONTUAÇÃO DO QUESTIONÁRIO

Sua linguagem de amor primária é aquela que receber a pontuação mais alta. Se houver duas linguagens do amor com a mesma pontuação, você é “bilíngue” e tem duas linguagens do amor primárias. Se a sua segunda linguagem do amor com pontuação mais alta estiver perto, mas a pontuação não for igual a da sua linguagem do amor primária, isso significa que as duas expressões de amor são importantes para você. A pontuação mais alta possível para qualquer uma das linguagens do amor é 12.

Algumas das linguagens do amor podem ter alcançado pontuação mais alta que outras, mas não despreze as de menor pontuação, achando que elas são insignificantes. Sua esposa pode expressar amor daquelas maneiras, e será bom que você entenda isso em relação a ela.

Da mesma forma, é bom que sua esposa saiba qual é a sua linguagem do amor e expresse afeição através de maneiras que você interpreta com amor. Toda vez que você ou seu marido falar a linguagem um do outro, vocês marcam pontos emocionais. É claro que este não é um jogo de que seja necessário manter uma contagem. A recompensa para falar a linguagem do amor um do outro é uma sensação de conexão, se traduza melhor comunicação, maior compreensão e, em última análise, romance melhorado.

Se seu marido ainda não preencheu o questionário, incentive-o a preencher o Questionário para Maridos, disponível aqui também. Discutam as respectivas linguagens do amor de cada um e usem esse *insight* para melhorar seu casamento!