

استبيان لغات الحب الخمس

أ	ملاحظات الحب التي تبديها زوجتي تجعلني أشعر شعوراً طيباً	١
هـ	أحب أن تعانقني زوجتي	
ب	أحب أن أكون أنا وزوجتي على انفراد	٢
د	أشعر بالحب عندما تساعدني زوجتي على عمل بعض الأشياء في الحديقة	
ج	استلام هدايا خاصة من زوجتي يشعرنني بالسعادة	٣
ب	استمتع بالرحلات الطويلة مع زوجتي	
د	أشعر بالحب عندما تغسل زوجتي الملابس	٤
هـ	يروقني الأمر عندما تلمسني زوجتي	
هـ	أشعر بالحب عندما تلف زوجتي ذراعيها حولي	٥
ج	أعرف أن زوجتي تحبني لأنها تفاجئني بالهدايا	
ب	أحب بشدة الذهاب مع زوجتي في أي مكان	٦
هـ	أحب أن أمسك بيد زوجتي	
ج	أقدر الهدايا التي تعطيها لي زوجتي	٧
أ	أحب أن تقول لي زوجتي إنها تحبني	
هـ	أحب من زوجتي أن تجلس بجواري	٨
أ	تخبرني زوجتي بأنني أبدو في صورة حسنة ويعجبني ذلك	
ب	قضاء الوقت مع زوجتي يشعرنني بالسعادة	٩
ج	أصغر هدية من زوجتي مهمة بالنسبة لي	
أ	أشعر بالحب عندما تخبرني زوجتي بأنها فخورة بي	١٠
د	عندما تطهو زوجتي لي وجبة ما أعرف أنها تحبني	
ب	أحب عمل بعض الأشياء مع زوجتي بغض النظر عما تفعله	١١
أ	التعليقات المؤيدة من قبل زوجتي تجعلني أشعر شعوراً طيباً	
د	تعني لي الأشياء البسيطة التي تفعلها زوجتي من أجلي أكثر بكثير من الأشياء التي تقولها لي	١٢
هـ	أحب أن أعانق زوجتي	
أ	مدح زوجتي لي يعني الكثير	١٣
ج	يعني لي الكثير أن تعطيني زوجتي هدية تعجبني حقاً	
ب	أن أكون بجانب زوجتي فقط، فهذا يشعرنني بالسعادة	١٤
هـ	يروقني الأمر عندما تدلك زوجتي ظهري	
أ	ردود فعل زوجتي لما أحققه من إنجازات مشجعة جداً	١٥
د	يعني لي الكثير أن تساعدني زوجتي على فعل شيئ أعرف أنها تكرهه	

هـ	لا أمل أبداً من قبيلات زوجتي	١٦
ب	أحب أن تظهر زوجتي اهتماماً حقيقياً بما أفعله	
د	أستطيع أن اعتمد على زوجتي في مساعدتي في مشاريعي	١٧
د	لا أزال أشعر بالإثارة عن فتح إحدى هدايا زوجتي	
أ	أحب ان تثني على مظهري	١٨
ب	أحب أن تستمع زوجتي إلى أفكاري ولا تتسرع في إصدار الأحكام أو توجيه النقد	
هـ	لا أستطيع التوقف عن لمس زوجتي عندما تكون قريبة مني	١٩
د	في بعض الأحيان تقضي زوجتي بعض المهام بدلاً مني وأنا أقدر هذا	
د	تستحق زوجتي جائزة لكل الأشياء التي تفعلها لمساعدتي	٢٠
ج	في بعض الأحيان أندهش للكيفية التي تثير بها هدايا زوجتي تفكيرني	
ب	أحب أن تعطيني زوجتي انتباهها الكامل	٢١
د	المحافظة على البيت نظيفاً هو عمل خدمي مهم	
ج	أطلع لرؤية هدية زوجتي لي في ذكرى زواجنا	٢٢
أ	لا أمل من سماع زوجتي وهي تقول لي إنني مهم بالنسبة لها	
ج	تخبرني زوجتي بأنها تحبني عن طريق الهدايا التي تعطيها لي	٢٣
د	تظهر زوجتي حبها لي عن طريق مساعدتي على متابعة مشاريعي من البيت	
ب	لا تقاطعني زوجتي أثناء كلامي وهذا يعجبني	٢٤
ج	لا أمل أبداً من تسلم الهدايا من زوجتي	
د	تعرف زوجتي متى أكون متعباً وهي ماهرة في السؤال عن الكيفية التي تستطيع بها مساعدتي	٢٥
ب	إنني أحب الذهاب إلى بعض الأماكن مع زوجتي ولا يهمني المكان الذي نذهب إليه	
هـ	أحب ممارسة العلاقة الحميمة مع زوجتي	٢٦
ج	أحب الهدايا المفاجئة من قبل زوجتي	
أ	كلمات زوجتي المشجعة تشعرنني بالثقة	٢٧
ب	أحب مشاهد التلفاز مع زوجتي	
ج	لا يمكنني أن أطلب هدايا أفضل من التي أحصل عليها من زوجتي	٢٨
هـ	لا أستطيع أن أبعد يدي عن زوجتي	
د	يعني لي الكثير أن تساعدني زوجتي بينما لديها أشياء ينبغي لها أن تفعلها	٢٩
أ	عندما تخبرني زوجتي بأنها تقدرني فإن هذا يجعلني أشعر شعوراً طيباً حقاً	
هـ	أحب أن أعانق زوجتي وأحتضنها عندما ابتعد عنها لفترة	٣٠
أ	أحب أن تقول لي زوجتي أنها تثق بي	

أ كلمات التشجيع ب تكريس الوقت ج تبادل الهدايا د الأعمال الخدمية هـ الاتصال البدني