

Test pěti jazyků lásky

Slova ujištění, pozornost, dárky, skutky služby, fyzický kontakt. Který z těchto jazyků lásky je pro vás primární? Možná že už to tušíte, možná že nemáte ponětí. „Test pěti jazyků lásky“ vám pomůže nabýt jistoty. Test obsahuje třicet dvojic různých výroků. Každou dvojici si přečtete a vyberte si výrok, který lépe vyjadřuje to, čemu dáváte přednost. Na konci řádku potom zakroužkujte písmeno, které ke zvolenému výroku patří. V některých případech budete mít možná chuť označit obě věty, ale měli byste si vybrat pouze jednu, aby byly výsledky testu co nejpřesnější.

Až si v testu budete pročítat jednotlivé možnosti, setkáte se s výrazy jako „blízký člověk“ a „milovaný.“ Když pomyslíme na lásku a její jazyky, možná nás okamžitě napadne milostný vztah. Lásku a náklonnost však projevujeme v celé řadě situací a vztahů. Až si budete test procházet, myslete přitom na nějakého důležitého člověka, který je vám blízký - na přítele či přítelkyni, s kterým chodíte, na dobrého kamaráda, na jednoho z rodičů, kolegu v práci apod.

Pusťte se do testu tehdy, až k tomu budete mít klid a nebude vás tlačit čas. Až projdete všechny dvojice, vraťte se na začátek a sečtete si, kolikrát jste si každé písmeno zvolili. Výsledky zapište do příslušných kolonek na konci testu. Pak si přečtete „komentář k testu“, uvedený v závěru.

1. Rád/a slyším pochvalné poznámky. **A**
Jsem rád/a, když mě někdo obejmě. **E**
2. Rád/a trávím o samotě čas s člověkem, který je mi blízký. **B**
Když mi někdo s něčím praktickým pomůže, cítím se milován/a. **D**
3. Mám rád/a, když mně lidé dávají dárky. **C**
Mám rád/a neformální návštěvy kamarádů a lidí, které miluji. **B**
4. Když mi lidé s něčím pomohou, mám pocit, že mě mají rádi. **D**
Když se mě někdo dotýká, cítím, že mě má rád. **E**
5. Když mi někdo, koho mám rád/a nebo koho obdivuji, položí ruku kolem ramen, cítím, že mě má rád. **E**
Cítím se milovaný/milovaná, když dostanu dárek od někoho, koho mám rád/a nebo koho obdivuji. **C**
6. Rád/a někam jezdím s přáteli a s lidmi, které mám rád/a. **B**
Rád/a si podávám ruku nebo se držím za ruce s člověkem, který je mi blízký. **E**

7. Viditelné symboly lásky (dárky) jsou pro mě velmi důležité. **C**
Když mě lidé slovně ujišťují, cítím se milován/a. **A**
8. Když někoho rád/a vidím, rád/a mu sedím nablízku. **E**
Jsem rád/a, když mi lidé říkají, že jsem hezká/hezký. **A**
9. Rád/a trávím čas s přáteli a milovanými lidmi. **B**
Rád/a dostávám od přátel a milovaných lidí drobné dárky. **C**
10. Slova přijetí jsou pro mě důležitá. **A**
Že mě má někdo rád, poznám podle toho, že mi pomáhá. **D**
11. Rád/a trávím čas s přáteli a milovanými lidmi, když spolu navíc něco společně děláme. **B**
Jsem rád/a, když se mnou někdo mluví laskavě. **A**
12. Více mě ovlivňuje to, co někdo dělá, než co říká. **D**
Když mě někdo obejmě, mám pocit, že jsme si blízcí a že si mě cení. **E**
13. Cením si pochvaly a snažím se vyhýbat kritice. **A**
Několik malých dáreků pro mě znamená víc než jeden velký dar. **C**
14. Když s někým něco společně dělám a přitom si povídáme, cítím se mu blízko. **B**
Když se mě přátelé a lidé, které mám rád/a, často dotýkají, cítím se jim blíž. **E**
15. Mám rád/a, když mě lidé za moje úspěchy pochválí. **A**
Když pro mě někdo udělá něco, co dělá nerad, vím, že mě má rád. **D**
16. Mám rád/a, když se mě přátelé nebo milovaní lidé dotknou, když kolem mě procházejí. **E**
Těší mě, když mi lidé naslouchají a projevují opravdový zájem o to, co říkám. **B**
17. Když mi přátelé a milované osoby pomáhají s povinnostmi a různými úkoly, cítím, že mě milují. **D**
Opravdu rád dostávám od přátel a milovaných lidí dárky. **C**
18. Mám rád/a, když mě lidé pochválí, že mi to sluší. **A**
Když lidé vynaloží čas na to, aby porozuměli mým pocitům, cítím se jimi být milován/a. **B**
19. Když se mě blízký člověk dotýká, mám pocit bezpečí. **E**
Když mi někdo prokazuje skutky služby, cítím se milován/a. **D**

20. Oceňuji všechno, co pro mě mí blízcí dělají. **D**
Rád/a dostávám dárky, které mi moji blízcí udělají. **C**
21. Opravdu mě moc těší, když mi někdo věnuje soustředěnou pozornost. **B**
Opravdu mě moc těší, když mi někdo prokáže nějakou službu. **D**
22. Když mi někdo dá k narozeninám dárek, cítím, že mě miluje. **C**
Když mi někdo u příležitosti narozenin řekne něco, co pro mě mnoho znamená, cítím, že mě miluje. **A**
23. Když mi někdo dá dárek, vím, že na mě myslí. **C**
Když mi někdo pomůže s mými povinnostmi, cítím se být milován/a. **D**
24. Oceňuji, když mi někdo trpělivě naslouchá a nepřerušuje mě. **B**
Oceňuji, když si na mě někdo ve zvláštní dny vzpomene s dárkem. **C**
25. Jsem rád/a, když vím, že mým milovaným na mně záleží natolik, že mi pomáhají s každodenními povinnostmi. **D**
Moc rád/a podnikám delší výlety s někým, kdo je mi blízký. **B**
26. Rád/a políbím lidi, kteří jsou mi velmi blízcí, a jsem rád/a, když oni políbí mě. **E**
Když dostanu bez zvláštního důvodu „jen tak“ dárek, jsem nadšený/nadšená. **C**
27. Jsem rád/a, když mi někdo řekne, že si mě váží. **A**
Mám rád/a, když se na mě druhý během rozhovoru dívá. **B**
28. Dárky od přítele nebo blízkého člověka pro mě vždycky mnoho znamenají. **C**
Když se mě přítel nebo blízký člověk dotkne, je mi dobře. **E**
29. Když někoho o něco požádám a on to s nadšením udělá, cítím, že mě má rád. **D**
Když mi někdo říká, jak si mě velice váží, cítím se milován/a. **A**
30. Jsem rád/a, když se mě každý den někdo dotýká. **E**
Jsem rád/a, když mě každý den někdo slovně povzbudí. **A**

A:

B:

C:

D:

E:

A. Slova ujištění

B. Pozornost

C. Dárky

D. Skutky služby

E. Fyzický kontakt

Jak vyhodnotit a použít výsledky testu?

Který jazyk lásky u vás dosáhl největšího počtu bodů? Je to váš primární jazyk. Pokud dva jazyky dosáhly stejného počtu bodů, jste „dvojjazyční“ a máte dva primární jazyky lásky. A pokud máte sekundární jazyk nebo jazyk, který se počtem bodů blíží vašemu jazyku primárnímu, znamená to, že oba druhy projevů lásky jsou pro vás důležité. Nejvyšší možný počet bodů pro kterýkoli jednotlivý jazyk je 12.

I když jste možná určité jazyky lásky ocenili vyšším počtem bodů než jiné, snažte se neopomíjet ostatní jazyky jako nedůležité. Možná že vám přátelé a blízké osoby těmito způsoby projevují lásku, a vyplatí se vám, když to budete chápat. Stejně prospěje i vašim přátelům a blízkým, když budou znát vaši řeč lásky a budou vám projevovat náklonnost způsoby, které si jako lásku vykládáte. Pokaždé, když vy nebo oni promluvíte jazykem toho druhého, po emocionální stránce u něho bodujete. Nikdo si o tom pochopitelně nevede záznam. Výsledkem toho, že hovoříme jazykem druhého člověka, je silnější pocit, že „ten člověk mi rozumí a záleží mu na mně“. Během času tento pocit zesílí v pevné pouto.

Když rozpoznáme něčí jazyk lásky a promlouváme jím, posiluje to vztah s druhým člověkem. Když to naopak neděláme, může to v příteli nebo blízkém člověku zanechat pocit, že ho nemáme rádi. Když si lidé neprojevují lásku způsobem, který druhý jako lásku pociťuje, pak je jejich snaha, i když je míněná upřímně, poněkud marná. To může být jak pro dárce, tak pro zamýšleného příjemce zklamáním. Možná jste se nevědomky provinili tím, že jste v minulosti s někým, koho jste milovali, hovořili „cizí“ řečí. Když porozumíte myšlence jazyků lásky, může vám to pomoci, abyste věděli, jak účinně projevovat svoje city takovým způsobem, aby je druzí přijali a vyložili si je tak, jak jste zamýšleli.

Zvláště lidé, kteří mají jako primární jazyk lásky fyzický kontakt, si potřebují dávat pozor na své jednání a na své reakce při vtazích s druhým pohlavím (kromě svého manželství). Nemoudrý fyzický kontakt s druhým pohlavím může lehce roznítit nežádoucí vášně, před kterými máme naopak utíkat. Proto apoštol Pavel mluví o smilstvu, které vzniklo z dotýkání a vybízí k čistotě a k „šřavnatému“ na fyzický kontakt rozvinutému manželství (viz 1K 7,1-2).

Nezapomeňte, že i kdyby naše jazyky lásky nebyly od druhých lidí naplňovány, nejsme oběti, ale Bohem milovaní lidé. Bůh k nám mluví všemi pěti jazyky lásky a proto můžeme druhé účinně milovat. **A my jsme uvěřili a poznali lásku, kterou Bůh má k nám. Bůh je láska, a kdo zůstává v lásce, zůstává v Bohu a Bůh v něm. My milujeme, neboť on první miloval nás.** (1J 4,16.19)