**OUTIL LES 5 LANGAGES DE L’AMOUR** (30mn)

**Objectifs :**

* découvrir son propre langage d’amour
* Découvrir le langage de son fiancé
* Apprendre à manifester son amour dans le langage attendu par l’être aimé.

**Déroulement :**

Etape 1 : Chercher dans son expérience comment manifester son amour

*Nous écrivons les questions au tableau :*

* Question 1 : Comment manifestez-vous votre amour à votre fiancé (e) ?
* Question 2 : A quel moment, à quel signe, vous sentez-vous aimé (e) ?

Distribuer des **post-it** et demander aux fiancés qu’ils écrivent 1 idée par papier

Etape 2 : Découvrir les 5 langages

Ramasser les post-it petit à petit (anonyme), puis les installer (ou recopier) sur un tableau partagé en 5 colonnes, selon les 5 langages. (voir ordre ci-dessous)

A la fin, lire colonne par colonne, et faire deviner le titre à donner

Etape 3 : Relecture et précisions (5mn)

Les mots et l’échange verbal, on l’a vu, ne permettent pas à eux seuls l’expression de l’amour et du désir de connaissance intime. Gary Chapman\*, conseiller conjugal, identifie 5 moyens principaux d’expression, par lesquels chaque individu peut manifester son amour : (\**Les langages de l’amour - Farel Editions)*

* **1- Les paroles valorisantes :** les paroles d’encouragement, compliments, demandes ou propositions qui développeront le sentiment d’estime que votre conjoint aura de lui-même et le rassurera.
* **2- Les moments de qualité :** le fait de prendre du temps pour passer des moments ensemble dans l’écoute et le partage, dans des activités communes.
* **3- Les cadeaux :** sont des symboles visibles de votre amour. Ils montrent que vous pensez à lui/elle et traduisent la valeur que vous attachez à votre relation.
* **4- Les services rendus :** accomplis librement et gratuitement, conformes aux souhaits de votre conjoint.
* **5- Le toucher physique :** en tant que langage d’amour, il peut être une puissante forme de communication.

Etape 4 : Trouver son propre langage et celui de son fiancé :

*Chaque être humain est plus particulièrement sensible à l’un de ces langages d’amour. … A vous de découvrir votre langage essentiel, et celui de votre conjoint… Il vous faudra alors apprendre à le pratiquer, pour combler ses attentes.*

* Distribuer à chacun le document : **« Nos langages de l’amour »** Chacun répond de son côté, découvre son langage, et devine celui de l’autre, puis ils échangent à 2.
* Cet exercice se termine par un tour de table lors duquel les animateurs demandent à chacun s’il (elle) avait bien identifié(e) son (ou ses deux) langages de l’amour et s’il avait trouvé celui (ceux) de son conjoint (e).
* Il est rappelé à tous que s’ils découvrent actuellement les langages de l’amour, il importe de les « pratiquer » toute leur vie pour constamment redonner du bonheur à son (sa) conjoint(e).