

¿Sabes cuál es el lenguaje de tu cónyuge?

Javier Vidal-Quadras propone a los matrimonios hacer este sencillo test para que logren identificar cuál es el lenguaje con el que cada uno prefiere que su cónyuge le recuerde lo mucho que lo ama. Al finalizar, es importante que juntos compartan sus respectivas respuestas.

PUEDA ACCEDER AL TEST AQUÍ:

Cada pregunta te presenta un par de frases. Las dos indican formas buenas y saludables de expresar el amor. Sin embargo, cada persona es diferente y prefiere una de las dos afirmaciones sobre la otra. Por eso, en cada caso, elige solo una opción.

1. **A** Me gusta que mi cónyuge me abrace
E Me gusta que mi cónyuge me dé regalos
2. **B** Me gusta estar a solas con mi cónyuge
D Me siento amado cuando mi cónyuge me prepara algo de comer
3. **C** Me encantaría recibir más regalos de parte de mi cónyuge
B Me gustaría hacer más viajes a solas con mi cónyuge
4. **D** Me siento amado cuando mi cónyuge me ayuda en alguno de mis proyectos
E Me gusta que mi cónyuge me abrace
5. **E** Me gusta que mi cónyuge me acaricie
C Me gusta que mi cónyuge me sorprenda con regalos
6. **B** Me gusta salir con mi cónyuge a cualquier lugar
E Me gusta que mi cónyuge y yo andemos de la mano
7. **C** Me encanta recibir regalos de mi cónyuge
A Me encanta que mi cónyuge me diga que me ama
8. **E** Me gusta que mi cónyuge se siente junto a mí
A Me gusta que mi cónyuge me diga que me ve muy bien
9. **B** Poder pasar tiempo con mi cónyuge me hace sentir muy bien
C Valoro mucho cualquier regalo que recibo de mi cónyuge aunque sea un pequeño detalle
10. **A** Siento que mi cónyuge me ama cuando me dice que está orgulloso(a) de mí
D Cuando mi cónyuge 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 cónyuge
A Me encanta que mi cónyuge haga comentarios buenos de mí
12. **D** Las pequeñas cosas que mi cónyuge hace por mí son más importantes que cualquier cosa que me pueda decir
E Me encanta abrazar a mi cónyuge
13. **A** Me importa mucho que mi cónyuge valore lo que yo hago
C Es muy importante para mí que mi cónyuge me dé regalos que de verdad me gusten
14. **B** Me gusta mucho pasar tiempo con mi cónyuge
E Me gusta que mi cónyuge me deje notitas de amor de vez en cuando
15. **A** Me encanta ver que mi cónyuge reacciona de manera positiva a lo que yo hago
D Valoro mucho que mi cónyuge me ayude en algo que sé que no le gusta hacer
16. **E** Me encanta que mi cónyuge me dé besos
B Me encanta cuando veo que mi cónyuge muestra interés por algo que es importante para mí
17. **D** Me gustaría contar con el apoyo de mi cónyuge en todos mis proyectos
C Me encanta recibir regalos de mi cónyuge
18. **A** Me gusta que mi cónyuge me diga que le gusto
B Me gusta que mi cónyuge respete mis ideas y me escuche
19. **E** Me encantaría que mi cónyuge y yo siempre nos abrazáramos
D Me gustaría que mi cónyuge me ayudara más cuando tengo mucho que hacer
20. **D** Mi cónyuge merece un premio por todo lo que hace por mí
C Me emociona recibir regalos de mi cónyuge
21. **B** Me gusta tener la completa atención de mi cónyuge
D Que mi cónyuge me ayude con las tareas del hogar es algo importante para mí
22. **C** Espero con emoción los regalos de mi cónyuge en fechas especiales
A Me gustaría que mi cónyuge siempre me dijera lo importante que soy para él/ella o para ella
23. **C** Creo que es importante que alguien que te ama te dé regalos
D Que alguien que te quiere te ayude sin preguntarte qué necesitas es importante para mí
24. **B** Me gustaría que mi cónyuge me escuchara con atención y sin interrupciones
C Me gustaría que mi cónyuge siempre me diera regalos
25. **D** Cuando estoy cansado lo que realmente necesito es que mi cónyuge me ayude
B Me encanta hacer planes divertidos con mi cónyuge
26. **E** Me gusta que mi cónyuge me haga cariños
C Me gusta que mi cónyuge me dé regalos sorpresa
27. **A** Necesito las palabras de mi cónyuge para tener confianza en mis proyectos
B Me encanta ir al cine o a cenar con mi cónyuge
28. **C** Los regalos son muy importantes para mí
E Las caricias son muy importantes para mí
29. **D** Es muy importante que mi cónyuge me ayude en la casa
A Es muy importante para mí que mi cónyuge reconozca lo que hago
30. **E** Me gusta abrazar y besar a mi cónyuge cuando nos tenemos que separar por un periodo corto
A Me gusta escuchar que mi cónyuge me diga que me extraña

Ahora cuenta el total que tuviste de cada letra

A _____ B _____ C _____ D _____ E _____

A = Palabras de afirmación B = Tiempo de calidad

C = Recibir regalos D = Actos de servicio

E = Contacto físico

Tu puntuación más alta indica tu lenguaje amoroso principal. Compártelo con tu cónyuge y comprometeos los dos a explorar estos cinco lenguajes del amor cada cierto tiempo y, sobre todo, a expresar el amor con mayor frecuencia en el lenguaje en que el cónyuge espera recibirlo.