

Die fünf Sprachen der Liebe: Zeit der Zuwendung



Hier ist die zweite Sendung einer fünfteiligen Serie. Die Art und Weise wie wir geliebten Menschen gegenüber unsere Liebe ausdrücken ist wichtig. [Adam Navis](#) und [Marina Santee](#) berichten davon, wie sehr sich Liebe ausdrückt, wenn wir Zeit miteinander verbringen. (48) (75)

(Spotlight English: 1593 syllables)

(lerne-alman: 1577 Silben)

Sprecher 1

[Marina](#)

Willkommen bei ‚lerne-alman‘, ich bin [Marina Santee](#). (11) (15)

Sprecher 2

[Adam](#)

Mein Name ist [Adam Navis](#). In den Sendungen von ‚lerne-alman‘ findest du deutsche Texte, die interessant sind und die du leicht verstehen kannst. (41) (39)

Sprecher 1

Marina

Viele Jahre studierte Dr. Chapman, wie Menschen ihre Liebe ausdrücken und wie Signale der Liebe verstanden werden. Dabei hat er ‚Fünf Sprachen der Liebe‘ entdeckt. Diese ‚Sprachen der Liebe‘ zu kennen und zu ‚sprechen‘ hilft uns gute Beziehungen zu bauen. In der letzten Sendung sprachen wir über Lob und Anerkennung, heute geht es um „Zeit der Zuwendung“. (84) (98)

Sprecher 2

Adam

Eines Tages besuchen Paul und Sara Dr. Chapman. Sie fühlen sich unglücklich in ihrer Ehe. Sie haben in allem eine unterschiedliche Meinung und streiten viel. Über gemeinsame Stunden freuen sie sich überhaupt nicht mehr. Sie glauben, dass sie sich nicht mehr lieben. (68) (73)

Sprecher 1

Marina

Dr. Chapman bittet Paul und Sara einander freundliche Worte zu sagen. Er schlägt vor, dass Paul Sara sagt, dass sie schön aussieht und ihr für alle Dinge dankt, die sie tut. Und Sara soll es genauso machen. Wenn Paul im Haus hilft, soll sie ihm danken und ihm sagen, dass sie sich über seine Arbeit sehr freut. (97) (77)

Sprecher 2

Adam

Sara und Paul machen das zwei Monate lang an jedem neuen Tag. Sie geben sich Mühe einander zu loben und Anerkennung zu zeigen. Ihre Beziehung verbessert sich Stück für Stück. Trotzdem gibt es noch ein Problem. (45) (54)

Sprecher 1

Marina

Nach zwei Monaten trifft Dr. Chapman sich mit jedem von ihnen einzeln. Er fragt sie nach der Qualität ihrer Ehe. Paul ist sehr glücklich. Durch Sara's freundliche Worte fühlt er sich geliebt. Er fühlt sich wieder wie ein Mann. Aber für Sara ist das anders. Sie ist nicht so glücklich wie Paul. Paul lobt sie und sie mag diese Anerkennung sehr. Aber etwas fehlt ihr. Sie braucht noch etwas anderes als freundliche Worte. (127) (112)

Sprecher 2

Adam

Heute setzen wir unsere Serie ‚Die fünf Sprachen der Liebe‘ von Dr. Gary Chapman fort. In seinem Buch beschreibt er fünf verschiedene Formen um Liebe auszudrücken:

- Lob und Anerkennung
- Zeit der Zuwendung
- Geschenke, die ankommen
- Hilfsbereitschaft
- körperliche Berührung (79) (76)

Sprecher 2

Adam

In Jahren der Forschung fand Dr. Chapman heraus, dass nicht jeder Mensch auf gleiche Weise Signale der Liebe empfangen kann. Es ist wichtig zu wissen, wie man sich ausdrücken muss, damit Signale der Liebe ankommen und ein Mensch sich geliebt fühlt. (60) (66)

Sprecher 1

Marina

In unserer Geschichte wird klar, dass Paul und Sara unterschiedliche Sprachen der Liebe sprechen und verstehen. Paul fühlt sich geliebt, wenn Sara liebevolle Worte zu ihm sagt. Doch Sara braucht noch etwas anderes, um sich von Paul geliebt zu fühlen: (55) (68)

Sprecher 3

Sara

„Dr. Chapman, unsere Beziehung hat sich verbessert. Paul gibt mir durch seine freundlichen Worte Anerkennung. Das tut mir gut. Doch er verbringt kaum Zeit mit mir. Er arbeitet immer so viel, dass wir nie Zeit für einander haben.“ (55) (60)

Sprecher 2

Adam

Für Sara ist gemeinsame Zeit mit Paul sehr wichtig. Erst wenn Paul Zeit mit ihr verbringt, fühlt sie sich wirklich geliebt. Dr. Chapman erklärt: (23) (35)

Sprecher 4

Dr. Chapman

„Zeit zusammen zu verbringen bedeutet, dem anderen seine volle Aufmerksamkeit zu schenken. Das heißt, man sollte mit seinen Gedanken und seinem Interesse ganz bei der einen Person sein. Zeit der Zuwendung ist eine Zeit der vollen Aufmerksamkeit. Das geschieht nicht beim gemeinsamen Fernsehen, wenn die Aufmerksamkeit dem Fernseher gehört. Das geschieht nur, wenn da sonst nichts ist – nur der andere. Man schaut sich an und spricht miteinander. (42 + 87) (107)

Sprecher 2

Adam

Zur Zeit der Zuwendung gehört gute Kommunikation. Das ist etwas anderes als nur über alltägliches zu reden und auch anders als nur zu loben. Du fragst, wie es dem anderen geht und du willst ihm konzentriert zuhören. Du zeigst Mitgefühl, wenn der andere einen schlechten Tag hatte. Du redest nicht, wenn der andere reden möchte und versuchst nicht, das Problem des anderen zu lösen. Du hörst einfach zu und zeigst, dass du verstehst. (122) (107)

Sprecher 1

Marina

Es kommt darauf an wie man gemeinsame Zeit verbringt und wann man fühlt, dass es wertvolle Zeit ist. Manchmal möchte man mit einander reden und manchmal kann man zusammen etwas tun. Wenn ein Freund dich abholt um mit dir spazieren zu gehen, freust du dich. Dass er gemeinsam mit dir etwas tun will, drückt seine Zuneigung aus. (63) (81)

Sprecher 2

Adam

Zeit der Zuwendung mit jemandem zu verbringen heißt, die Dinge zu tun, die dem anderen Freude machen. Es geht nicht um dich und darum, was dir Spaß macht. Wenn deine Frau sich nicht für Fußball interessiert, dann schlag' ihr nicht vor, zu einem Fußballspiel zu gehen. Frag' sie, was sie gern machen würde und dann macht das zusammen. So zeigst du deiner Frau, dass sie dir wichtig ist. (76) (97)

Sprecher 1

Marina

Solche gemeinsamen Zeiten der Zuwendung werden euch immer in Erinnerung bleiben. In den Jahren danach könnt ihr euch immer wieder daran erinnern. Es sind Zeiten, in denen ihr für einander da wart und diese Zeiten helfen, dass eure Liebe lebendig bleibt. (69) (73)

Sprecher 2

Adam

Dr.Chapman beendet dieses Kapitel über Zeiten der Zuwendung mit folgenden Worten: (18) (24)

Sprecher 4

Dr Chapman

„Doch wie finden wir Zeit für solche Zeiten der Zuwendung?

Jeden Tag finden wir Zeit um uns zu waschen oder Mittag zu essen. Für unsere Beziehungen sind Zeiten der Zuwendung genauso wichtig wie Hygiene oder die Aufnahme von Nahrung für unseren Körper. Natürlich kostet es Mühe solche Zeiten der Zuwendung in unserem Alltag zu planen. Und vielleicht müssen wir persönliche Freizeit dafür aufgeben... Doch als Ergebnis deiner Mühe wirst du dich über glückliche Beziehungen freuen - über Freunde, einen Ehemann, eine Ehefrau, Kinder und Enkel, die wissen, dass du sie liebst.“ (144) (167)

Sprecher 1

Marina

Dr. Chapman sagt, es gibt fünf Sprachen der Liebe. Jeder Mensch reagiert unterschiedlich auf Signale der Liebe. Von den fünf Sprachen der Liebe haben wir schon zwei beschrieben. In der nächsten Sendung geht es um die dritte Art seine Liebe zu zeigen: Um Geschenke, die von Herzen kommen (70) (71)

Sprecher 2

Adam

Die heutige Sendung heißt: „Die fünf Sprachen der Liebe –Zeit der Zuwendung.“ (90) (19)

Sprecher 1

Marina

Weitere Sendungen und Lektionen findest du unter www.lerne-alman.de . Wenn du Fragen oder Anmerkungen hast, schreibe an: lerne-alman@.....

Für heute sagen wir tschüs. (67) (58)
