





The 5 Love Languages

Les 5 langages de l'amour



CAFconnection.ca/Greenwood home@greenwoodmfr.ca 902-765-5611    

Combien d'entre nous sont frustrés lorsque nous faisons des choses pour nos partenaires mais ne recevons pas la même chose en retour? Elle le félicite pour son travail bien fait, mais il la complimente rarement lorsque ses réalisations sont impressionnantes. Ou il lui donne des cadeaux bien pensés à l'occasion, mais elle a du mal à trouver un cadeau une fois par an pour lui? Souvent, les deux partenaires du couple ne comprennent pas pourquoi l'autre ne donne pas ce qu'ils reçoivent. Au fil du temps, cette frustration et ce sentiment de désespoir qu'il / elle ne comprend pas l'autre personne, peut avoir des conséquences néfastes sur les relations. Le Dr Gary Chapman écrit que « Des relations durables, comme tout ce qui en vaut la peine, exigent un engagement intentionnel au fil du temps. Mais quand vous n'êtes tout simplement pas sur la même longueur d'onde, garder votre amour en vie peut sembler intimidant, voire impossible. ».

Le Dr Chapman est un conseiller conjugal qui, dans son livre *The 5 Love Languages*, croit que nous donnons et recevons tous l'amour différemment. Ses recherches ont permis de trouver 5 façons dont nous aimons nous sentir aimés et donc 5 façons dont nous aimerions être traités pour nous sentir aimés et valorisés:

- Mots d'affirmation
- Actes de service
- Recevoir des cadeaux
- Temps de qualité
- Toucher physique

Que se passe-t-il lorsque notre langage d'amour est différent de celui de notre conjoint? Vous l'avez deviné, des ennuis au paradis. Lui donner plus de cadeaux quand c'est votre langage d'amour mais pas le sien ne l'aide pas à se sentir aimé. Passer du temps de qualité avec elle ne l'aide pas quand tout ce qu'elle veut, c'est qu'il nettoie la salle de bain et vide le lave-vaisselle. En ayant une meilleure compréhension de notre propre langage d'amour et de celui de notre partenaire, nous pouvons devenir plus confiants dans la communication de cet amour. Pour les couples de militaires, les relations peuvent être difficiles étant donné le mode de vie unique que nous vivons. Voulez-vous en savoir plus sur les langages d'amour, en particulier sur leur relation avec les couples de militaires? L'édition militaire de *The 5 Love Languages* (Dr. Chapman et Jocelyn Green) est disponible au CRFMG. Pour accéder à ce livre ou à d'autres ressources sur les relations conjugales, veuillez contacter la Coordonnatrice de liaison

auprès des familles à gmfrcfamilyliasion@gmail.com. Vous pouvez également écouter le Dr Chapman parler des relations avec Oprah Winfrey sur ce podcast: <https://podtail.com/podcast/oprah-s-supersoul-conversations/oprah-and-dr-gary-chapman-the-five-love-languages/> (en anglais uniquement).

Mais attendez, il y a plus...

Nous avons 5 exemplaires de *The 5 Love Languages* au CRFMG que nous donnerons à 5 heureux gagnants.

Pour participer à notre concours et courir la chance de gagner un exemplaire du livre, veuillez répondre à la question ci-dessous et envoyer votre réponse à home@greenwoodmfr.ca ou par message privé sur Facebook. Toutes les inscriptions doivent être reçues avant le 8 novembre 2020.

Question: Quelle est la croyance du Dr Chapman sur l'amour qui l'a conduit à développer les 5 langages de l'amour?

Les gagnants doivent pouvoir réclamer leur prix en personne

Les participants doivent être âgés d'au moins 18 ans.