



Paroles valorisantes

Tu te sens aimé quand on te complimente ou on te félicite.

Par exemple: Je t'aime ou bravo, tu as bien réussi.

Tu apprécies quand on te dis des choses spécifiques qu'on aime chez toi.



Temps de qualité

Passer du temps ensemble et recevoir toute l'attention de quelqu'un que tu aimes fait que tu te sens aimé. La personne se concentre sur toi sans téléphone, télé, ou ordinateur. Faire une balade ensemble, aller au restaurant ou discuter autour d'un café.

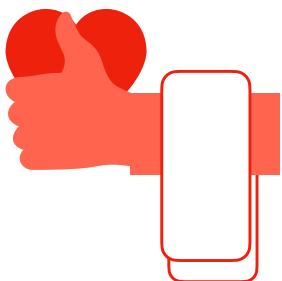


Cadeaux

Tu aimes beaucoup les cadeaux qui sont pensée pour toi.

Ca n'a pas besoin d'être quelque chose d'exceptionnel qui coute cher.

C'est la pensée et l'effort derrière le cadeau qui font que tu te sens aimé.



Services rendus

Tu te sens aimé quand on fait des choses pour t'aider.

Ça peut être faire la vaisselle, faire les courses, quelqu'un qui t'aide avec tes devoirs... ou n'importe quel service qui t'apporte un soulagement.



Toucher physique

Mettre un bras autour de l'épaule, une main posé sur la main de l'autre, faire des câlins et des bisous sont tous des gestes qui communiquent l'amour par le touché.