

原來花有「花語」；
愛也有「愛的語言」。
善用五種「愛的語言」，
有助親子關係的發展。

愛的語言

1. 服務的行動 (Acts of Service)

家長除了每日為子女辛勞付出、處理生活中的繁瑣事務，更可多點聆聽子女的需要和想法，以表關心。

2. 精心的時刻 (Quality Time)

特別營造親子間的陪伴，把專注放在對方身上，一起從事喜歡的活動，如：玩桌遊、親子閱讀、看電影等，都是促進良好親子關係的方法。

3. 真心的禮物 (Receiving Gifts)

贈送禮物也是表達愛的方式之一，禮物不一定要昂貴，關鍵在於看到對方的需要，如：以手作心意物品、投入其興趣中等，都能讓孩子感覺愉快。

4. 肯定的言語 (Words of Affirmation)

包括稱讚、鼓勵或向他人表達感謝。對孩子的努力及付出，表達欣賞，能令他們感覺滿足並保持正面行為。

5. 身體的接觸 (Physical Touch)

牽手、擁抱、親親臉頰，都是一種身體的接觸，這些小行動都能增加彼此的感情，傳達愛意，令家庭倍添溫暖。

