

DZIENNIK BLISKOCÍ

MÓJ JĘZYK MIŁOCÍ

Cel: zwiększenie wzajemnego zrozumienia potrzeb emocjonalnych.

2

PYTANIE DNIA

Kiedy czuję się najbardziej
kochany/a przez Ciebie?



ĆWICZENIE DNIA

Zaznacz trzy rzeczy, które sprawiają, że czujesz się najbardziej kochany/a:

- ☐ czułe słowa ☐ wspólnie ☐ drobne gesty / prezenty
☐ pomoc w codziennych sprawach ☐ dotyk i bliskość

NASZE REFLEKSJE

MOJA ODPOWIEDŹ ← → TWOJA ODPOWIEDŹ

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
6. _____

1. _____
2. _____
3. _____
5. _____
6. _____

MAŁY KROK

Jedna rzecz, którą zrobię w tym tygodniu,
żeby okazać Ci miłość w Twoim języku.

• _____



PSYCHOLOG OD SERCA
Izabela Kłak