

# 7 WOCHEN LEICHTER



GESAGT ALS GETAN –  
GETAN ALS GESAGT

BRIEF 3

## LIEBE FAMILIE,

Let's play a game!

とても素敵なプレゼントをありがとう！

¡Sabes hacer los gofres más ricos del mundo!

来吧，我们来一场枕头大战。

### Na – habt Ihr alles verstanden ...?

Vermutlich eher nicht – es sei denn, Japanisch, Englisch, Spanisch oder Chinesisch gehören zu den Muttersprachen, die ihr in eurer Familie sprecht (oder ihr habt schon so einiges in der Schule gelernt!). Alle anderen finden die Übersetzungen später noch in diesem Brief – versprochen!

Es gibt viele verschiedene Sprachen auf unserer Erde – das weiß jedes Kind! Aber wusstet ihr schon, dass es auch Muttersprachen der Liebe gibt?

Das jedenfalls behauptet der amerikanische Autor Gary Chapman. Er hat herausgefunden: Jedes Familienmitglied, egal ob Kind oder Elternteil, braucht einen gefüllten „Liebestank“, um sich angenommen und wertvoll zu fühlen, glücklich zu sein und kraftvoll durchs Leben zu gehen.

Und wie dieser Tank gefüllt werden kann, dafür gibt es verschiedene Möglichkeiten. Beim Auto gibt's schließlich auch Benzin und Diesel oder den Elektroantrieb. Für einige Menschen ist ein freundliches Wort ein Super-Kraft-Stoff. Für andere wirkt es wie Premium-Sprit, wenn jemand etwas für sie tut.



## Füllt eure Liebes-Tanks!



Illustration: ©Patrick Schöden

Der Segen Gottes möge dich umarmen.

*Hört miteinander das Lied und macht die Gesten dazu.*

Der Segen Gottes möge dich umarmen.

*Sich selbst oder jemanden anderen umarmen*

Egal, wohin dich deine Wege führn.

*Am Platz gehen*

Die Liebe

*Hände auf das Herz legen*

und sein göttliches Erbarmen,

*Hände nach oben strecken*

sollst du bis in die Zehenspitzen spürn.

*Hände gleiten vom Kopf zu den Zehenspitzen*

Der Segen Gottes möge dich umarmen.

*Sich selbst oder jemanden anderen umarmen*

Segensgebet mit Gesten/  
Bewegung bei YouTube  
[www.ogy.de/597y](http://www.ogy.de/597y)



**Manchmal ist etwas Liebes leichter gesagt – manchmal leichter getan.** So nach dem Motto: Liebe ist ein Tu-Wort! Da sind wir Menschen ganz unterschiedlich.

**Hier ein paar Beispiele. Vielleicht erkennt ihr euch wieder?**

Johanna fühlt sich richtig doll geliebt, wenn ihre Mama sich Zeit für sie nimmt und ohne die kleinen Geschwister ihr Lieblingsspiel mit ihr spielt: **Liebessprache Zweisamkeit.**

Let's play a game! Lass uns 'ne Runde spielen!

Jakob verbringt Stunden damit, das passende Geburtstagsgeschenk für seinen Freund auszusuchen: **Liebessprache Geschenke.**

とても素敵なプレゼントをありがとう!

Danke für dieses tolle Geschenk!

Papa findet es toll, wenn Malia ihm ein Kompliment macht: **Liebessprache Lob und Anerkennung:** ¡Sabes hacer los gofres más ricos del mundo! Du bist der weltbeste Waffelbäcker!

Leon mag es mehr als seine Geschwister, wenn Mama oder Papa mit ihm toben oder eine Kissenschlacht machen: **Liebessprache Körperkontakt und Zärtlichkeit!**

来吧，我们来一场枕头大战。

Komm, wir machen eine Kissenschlacht!

Jak jest to w Waszych Rodzinach? Oh, sorry! Und wie ist das in eurer Familie? Welche Muttersprachen der Liebe sprecht ihr? Findet es heraus – das macht das Liebe-schenken-und-empfangen leichter und tut allen in der Familie gut. Egal, ob gesagt oder getan.

eure Bettina

## Fünf Sprachen der Liebe

(nach Gary Chapman):

etwas Wertschätzendes sagen

Zeit miteinander verbringen

sich Mühe mit Geschenken machen

anderen helfen

sich berühren und zärtlich sein

## IMPULSE

| Gutes leicht gesagt:  
Ermutigungsdusche für Kinder und Eltern<sup>1</sup>

Eine Ermutigungsdusche tut einfach nur gut! Wie das geht? Alle aus der Familie kommen zusammen. Auf dem Teppich im Kinderzimmer. Rund um den Esstisch. Oder draußen auf dem Rasen, wenn das Wetter mitspielt.

Im Mittelpunkt der Ermutigungsdusche steht immer nur ein Familienmitglied – alle anderen nehmen ihn oder sie wohlwollend in den Blick. Nacheinander sagt nun jede:r aus dem Kreis einen ganz persönlichen Satz der Anerkennung/Wertschätzung/Bewunderung, der die Person in der Mitte bestärkt und unterstützt.

<sup>1</sup> aus dem Elternkurs *Kess erziehen*.  
Buchtipp: „Kess erziehen. Der Elternkurs“  
von Christof Horst.  
Online-Tipp: [www.elternbriefe.de/ermutung](http://www.elternbriefe.de/ermutung)

Zum Beispiel so:  
„Das mag ich an dir ...“  
„Mir hat total gefallen als du ...“  
„Richtig Spaß macht mit dir ...“

| Gutes leicht getan:  
Liebestanks füllen

Womit kann ich den anderen in der Familie oder im Freundeskreis eine Freude machen und ihre Liebestanks füllen? Überlegt euch eine kleine Aktion – passend zu den Liebessprachen oder „einfach so“ – und überrascht euch gegenseitig.

| Manchmal nicht so leicht gesagt ...

Danke – Bitte – Entschuldigung!  
Laut Papst Franziskus die drei Schlüsselworte der Liebe in jeder Familie.

© Christoph Kießig/zehka@t-online.de



| gesagt-gegan-gesegnet

Sich gegenseitig segnen ist etwas Schönes und es schenkt Kraft – abends beim Schlafengehen, vor dem Schulweg, einer Prüfung, einem Vorstellungsgespräch ... Der lateinische Name für Segen ist Programm: Gutes sagen (lat. bene-dicere) – und dabei ein Zeichen setzen (lat. signare), zum Beispiel ein Kreuzzeichen auf die Stirn oder eine liebe Berührung. Ganz leicht – und so gut-tuend!

„Sei gesegnet!“

„Sei behütet!“

„Gott segnet und behütet dich!“

„Gott hat dich lieb!“

Martin Pepper,  
Ich wünsch dir Gottes Segen  
[www.ogy.de/xxey](http://www.ogy.de/xxey)

