



五種愛的語言(THE FIVE LOVE LANGUAGES)測驗

人與人的相處需要溝通磨合，每個人的溝通方式不盡相同，而在「愛」與「被愛」的過程裡，人們同樣也有屬於自己的「愛的語言」！而伴侶間若希望彼此的愛能有效溝通，了解自己與對方的愛的語言是重要的。

這個測驗包含 30 項題目，每項題目都有 2 句話，仔細閱讀並從中選擇最符合自己想法的句子。完成後，回頭統計你/你圈選的英文字母各有幾個，就能測出妳／妳自己適合哪種愛之語。

- 
- | | | |
|----|-------------------------------|---|
| 1 | 我喜歡收到寫滿讚美與肯定的小紙條。 | A |
| | 我喜歡被擁抱的感覺。 | E |
| 2 | 我很喜歡和我心目中占有特殊地位的人獨處。 | B |
| | 每當有人給我實際的幫助，我就會覺得他是愛我的。 | D |
| 3 | 我喜歡收到禮物。 | C |
| | 我有空就喜歡去探訪朋友和所愛的人。 | B |
| 4 | 有人幫我做事，我就會覺得被愛。 | D |
| | 有人碰觸我的身體，我就會覺得被愛。 | E |
| 5 | 當我所愛、所景仰的人攬著我的肩膀，我就會有所被愛的感覺。 | E |
| | 當我所愛、所景仰的人送我禮物，我就會有被愛的感覺。 | C |
| 6 | 我喜歡和朋友或所愛的人到處走走。 | B |
| | 我喜歡和在我心目中有特殊地位的人擊掌或手牽手。 | E |
| 7 | 愛的具體象徵（禮物）對我很重要。 | C |
| | 受到別人的肯定讓我有被愛的感覺。 | A |
| 8 | 我喜歡和我所喜歡的人促膝長談。 | E |
| | 我喜歡聽到別人說我很漂亮，很迷人。 | A |
| 9 | 我喜歡和好友及所愛的人在一起。 | B |
| | 我喜歡收到朋友或所愛的人送的禮物。 | C |
| 10 | 我喜歡聽到別人接納我的話。 | A |
| | 如果有人幫我的忙，我會知道他是愛我的。 | D |
| 11 | 我喜歡和朋友與所愛的人一起做同一件事。 | B |
| | 我喜歡聽到別人對我說友善的話。 | A |
| 12 | 別人的表現要比他的言語更能感動我 | D |
| | 被擁抱讓我覺得與對方很親近，也覺得自己很重要。 | E |
| 13 | 我珍惜別人的讚美，盡量避免受到批評。 | A |
| | 送我許多小禮物要比送我一份大禮更能感動我 | C |
| 14 | 當我和人聊天或一起做事時，我會覺得與他很親近。 | B |
| | 朋友和我所愛的人若常常與我有身體的接觸，我會覺得與他很親近 | E |
| 15 | 我喜歡聽到別人稱讚我的成就。 | A |
| | 當別人勉強自己為我做一件事，我會覺得他很愛我。 | D |

- | | | |
|----|------------------------------|---|
| 16 | 我喜歡朋友和所愛的人走過身邊時，故意用身體碰碰我的感覺。 | E |
| | 我喜歡別人聽我說話，而且興趣十足的樣子。 | B |
| 17 | 當朋友和所愛的人幫助我完成工作，我會覺得被愛。 | D |
| | 我很喜歡收到朋友和所愛的人的禮物。 | C |
| 18 | 我喜歡聽到別人稱讚我的外表。 | A |
| | 別人願意體諒我的感受時，我會有被愛的感覺。 | B |
| 19 | 在我心目中有特殊地位的人碰我的身體時，我會很有安全感。 | E |
| | 服務的行動讓我覺得被愛。 | D |
| 20 | 我很感激在我心目中有特殊地位的人為我付出那麼多。 | D |
| | 我喜歡收到在我心目中有特殊地位的人送我禮物。 | C |
| 21 | 我很喜歡被人呵護備至的感覺。 | B |
| | 我很喜歡被別人服務的感覺。 | D |
| 22 | 有人送我生日禮物時，我會覺得被愛。 | C |
| | 有人在我生日那天對我說出特別的話，我會覺得被愛。 | A |
| 23 | 有人送我禮物，我就知道他想到我。 | C |
| | 有人幫我做（家）事，我會覺得被愛。 | D |
| 24 | 我很感激有人耐心聽我說話而且不插嘴。 | B |
| | 我很感激有人記得某個特別日子並且送我禮物。 | C |
| 25 | 我喜歡知道我所愛的人因為關心我，所以幫我做（家）事。 | D |
| | 我喜歡和我心目中有特殊地位的人一起去旅行。 | B |
| 26 | 我喜歡和最親近的人親吻（有身體接觸）。 | E |
| | 有人不為了特別理由而送我禮物，我會覺得很開心。 | C |
| 27 | 我喜歡聽到有人向我表示感謝。 | A |
| | 與人交談時，我喜歡對方注視我的眼睛。 | B |
| 28 | 朋友或者所愛的人所送的禮物，我會特別珍惜。 | C |
| | 朋友和所愛的人碰觸我的身體，那感覺很好。 | E |
| 29 | 有人熱心做我所要求的事，我會覺得被愛。 | D |
| | 聽到別人對我表示感激，我會覺得被愛。 | A |
| 30 | 我每天都需要身體的接觸。 | E |
| | 我每天都需要肯定的言詞。 | A |

【分析說明】

請您統計一下，每個英文字母被選了幾次，並填寫在下列的空格當中

A：_____個 B：_____個 C：_____個 D：_____個 E：_____個

那一個英文字母最多？_____

