

Рецензия Гэри Чепмен *Пять языков любви*

Marina Sałtykowicz-Wołkowa

Reviewed book

Гэри Чепмен

Пять языков любви

Санкт-Петербург, «Библия для всех», 2019, 180 с., ISBN 978-5-7454-1471-8, 978-5-7454-1551-7.

Marina Sałtykova-Wołkiewicz, dr hab. nauk pedagogicznych; specjalistka z zakresu pedagogiki i psychologii; brała udział w wielu międzynarodowych konferencjach naukowych; autorka licznych publikacji; wydała cztery podręczniki edukacyjne, w tym jeden elektroniczny; pracowała jako pedagog społeczny z dziećmi sprawiającymi trudności wychowawcze; prowadziła warsztaty edukacyjne „Wykorzystanie metody Milтона Ericksona w pracy z dziećmi”; była konsultantem naukowym ośrodka doświadczalnego przy Ministerstwie Edukacji Republiki Białoruś „Stworzenie modelu pracy wychowawczej i profilaktycznej opartej na wspieraniu działalności wielodyscyplinarnych stowarzyszeń dziecięcych”; była sekretarzem naukowym seminarium naukowego do dyskusji nad rozprawami doktorskimi na Wydziale Pedagogicznym GRSU im. Janki Kupały, członkiem Rady Naukowej Biuletynu Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Głogowie („Spotkania. Rocznik Nauk Społecznych” PWSZ w Głogowie); obecnie mieszka w Polsce.



*Facta Ficta Journal
of Theory, Narrative & Media*



Книга имеет оригинальное название «The 5 Love Languages», переведена на русский язык с английского. Автор книги – консультант по взаимоотношениям, практикующий психотерапевт с двадцатилетним стажем. Данная книга имеет теоретическую значимость и практико-ориентированную направленность.

Автором проведен теоретический анализ состояния проблемы непонимания на эмоциональном и коммуникативном уровне партнеров в зависимости от того, какие способы они используют для того, чтобы показать друг другу свои чувства. В книге описываются пути, которые учат понимать своеобразный язык любви другого человека и выражать ему свою любовь. Конкретизированы определения способов демонстрации чувств супругов.

Люди воспринимают и выражают свою любовь различными способами. Из-за разного проявления любви возникают недоразумения. Научиться видеть проявления любви разными способами является очень актуальной задачей при построении отношений. Уметь демонстрировать свою любовь тем способом, который предпочтителен для партнера – это важный шаг к эмоциональному сближению. В то же время, значимым является то, как мы сможем понять свой предпочтительный язык любви и объясним партнеру, что он для нас предпочтителен. Когда люди научатся общаться, опираясь на те проявления своей симпатии и заботы, которые отвечают желаниям другого человека, возможно укрепление отношений, уменьшение конфликтов.

Автор предлагает психологическую концепцию пяти языков любви. Это поощрения, одобряющие слова, ласковые и нежные эпитеты по отношению к другому человеку; время, качественно потраченное на общение с другим; подарки; помощь; физические прикосновения. Если в отношениях супругов, родителей и детей

эти языки не совпадают, то люди начинают обижаться и думать, что их не любят, не понимают, раздражаются друг на друга. Каждый член семьи выражает свою любовь по-своему и ожидает, что другой будет таким же способом проявлять свою. Книга побуждает к наблюдениям над тем, что важнее в проявлении внимания именно к другому человеку, заставляет проанализировать те выражения чувств, которые ожидает от нас партнер.

Различия в языке являются неотъемлемой частью культуры человечества, тем более естественным можно считать тот факт, что люди и в проявлении своих чувств применяют разные языки. Когда человек хочет преодолеть барьеры в общении, он старается изучить тот язык, на котором общается его партнер. Автор книги пишет, что в общении с супругом наш язык может так же отличаться, как английский язык и китайский. Можно искренне проявлять свои чувства с помощью теплых прикосновений, а другой человек ценит хорошие слова. Можно дарить прекрасные подарки, а другой человек раздасодован, потому что ожидает теплого физического контакта. Кто-то старается оказывать помощь жене в бытовых делах, но не говорит ей комплиментов и слов любви, и жена обижается и не замечает, что ее любят. Когда человек общается на одном языке любви, со временем он может выучить и второй язык (например, первый – это качественно проведенное время, а второй – прикосновения), понимать его и «говорить» на нем. Однако наиболее комфортно все равно будет общение на первом языке, который становится как бы родным. Когда мы хотим донести до другого человека, насколько он важен для нас и как сильно мы его любим, мы должны выражать нашу любовь на том языке, который близок другому. Конечно, это требует определенных усилий, даже труда, но как каждый язык после изучения становится эмоционально комфортным способом передачи информации, в данном случае – выражения нашей любви.

В первых двух главах автор рассказывает о том, почему настолько важна любовь для построения взаимоотношений в семье. В главах 3-7 объясняются так называемые языки любви. В восьмой главе даются рекомендации, как распознать основной язык любви партнера и определить свой язык. Далее описываются советы, как выражать свою любовь, используя эти языки. Даются примеры, как выражать любовь к соседям, к одноклассникам, к коллегам.

В то же время, структура книги не всегда четкая, на наш взгляд, несколько затянута описание содержания. Язык понятий, рассуждений и выводов хоть и приведен автором в систему, но присутствуют повторения, зачастую описываются довольно банальные истины.

Положительным является то, что дано много примеров, подтверждающих авторское видение взаимоотношений.

Советы, изложенные Г. Чепменом, можно использовать при проведении психологических консультаций, при создании кейс-технологий взаимоотношений в семье, при проведении социально-психологических тренинговых упражнений, этюдов. Использование книги поможет при проведении занятий для студентов педагогических специальностей на курсах «Психология», «Основы семейной педагогики», «Социально-педагогическая работа» и др.

Практическая часть книги помогает разобраться в себе и дает установку для проработки отношений. Знание языков любви партнера и своих собственных позволяет более оперативно и эффективно прогнозировать возможные варианты отклонений и нарушений в сфере супружеских отношений. Также можно вполне способы выражения и понимания языков любви перенести в приятельские, в детско-родительские отношения. Можно на основе описанных методов распознавания языков любви научиться применять по отношению к детям в семье, к коллегам, к друзьям именно те языки, которые более нужны им, а также обучить своих партнеров использованию тех проявлений чувств, которые ближе самому человеку.