

2023年爱的五种语言读后感免费阅读(精选5篇)

读后感，就是看了一部影片，连续剧或参观展览等后，把具体感受和得到的启示写成的文章。这时候最关键的读后感不能忘了。那要怎么写好读后感呢？接下来我就给大家介绍一下优秀的读后感范文，我们一起来看一看吧，希望对大家有所帮助。

爱的五种语言读后感免费阅读篇一

这是一本两性关系的书。作者给出了夫妻关系维护的五种方法，事实上，“爱的五种语言”——“肯定的言词、精心的时刻、接受礼物、服务的行动、身体的接触”都不是什么很高深的东西，但是恰恰就有很多人“明知而不为”。

肯定的语言。古人语：恶言一语伤人心，良言一句暖三冬。包括鼓励的、谦和的、仁慈的话语。中国人都很含蓄，这一点对我们来说貌似有点挑战，赞美你的爱人，想想，你多久没赞美他了，是不是很久了；想想你上次指责他是在什么时候，是不是就在不久前，呵呵。

接受礼物。礼物作为人与人之间感情的承载物，自然有着重要的意义：我在乎你。

服务的行动。帮你的配偶做事，做使他（或她）感到高兴的事，做让他（或她）感受到你爱意的事。

身体的接触。我们的身体是一个精妙的“机器”，任何微小的情绪都会引起身体相应的反应。我爱你，那么我愿意靠近你，接触你。

爱的五种语言读后感免费阅读篇二

一直以来，我在寻找让自己内心安宁，恢复家庭关系的方法。读了很多书，受到一些启发。但是这些启发大多还是从自己的角度去理解对方，接纳对方。主要是是调节自己的心态。可是夫妻关系是双方的，即使自己努力的调整自己，但是对方没有任何改变的情况下，还是会很困惑。所以，一直以来，我虽然努力的反思，学习控制自己的情绪等等，我依然有一种迷雾之中的感觉，找不到根本解决问题的方法。

前几天，我开始看《爱的五种语言》这本书。这本书的作者是美国的盖瑞·查普曼博士。他在美国举办婚姻研讨会，并帮助已婚人士做婚姻指导。他通过研究12年里辅导过的夫妇记录，根据他们的回答，分成了五类，通过分析形成了爱的五种语言。分别是：肯定的语言，精心时刻，接受礼物，服务的行动，身体的接触。每个人所理解的爱的行为不同，造成我们对对方的行为认识的'偏差。所以出现了我们夫妻之间彼此都认为自己在付出，对方却认为得不到爱的误解。

在看这本书之前，我也一直在思考这个问题。我有了一些模糊的想法，但是还没想明白具体该怎么做。看了这一章，我觉得清晰明朗起来。我觉得我找到了可以尝试的方法，虽然需要时间，但是，至少有了努力的方向。

这本书并不深刻，200多页。但是，我觉得如果夫妻关系感觉到了困惑，值得一读。

爱的五种语言读后感免费阅读篇三

如果你没有嫁给爱情，或者你们的爱情已到期，而你还想维系你们二人的婚姻，怎么办？

读完《爱的五种语言》这本书，我心里有了答案：

爱他！

爱情是个名词，或许是一种荷尔蒙刺激后的对异性的近似神魂颠倒的迷恋；

爱是个动词，是你对身边人实施的、让对方感受到温暖和美好的言辞或行为。

那问题又来了：

“怎么爱？”

“说他的爱的语言”

“什么是爱的语言？”

“爱的语言是每个人喜欢的接受爱的方式，包括五大类：肯定的言辞、精心的时刻、服务的行动、身体的接触和接受礼物。”

我们知道这个世界上有英语、汉语、日语、西班牙语等等语言。而作者的巧妙之处就在于把这五种表达爱意的方式比喻为不同的“语言”，如果你爱人最主要的爱语是“肯定的言辞”，那你在适当的时候表达一下对他的肯定、鼓励或者赞美，比你每天给他送“礼物”都管用，因为只有你说他“听得懂的语言”，他才知道“你爱他”。又比如，你爱人主要的爱语是“服务的行动”，那你把家里收拾的井井有条，生活安排的妥妥当当，比你一个劲的鼓励他要管用。再比如，你爱人的主要的爱语是精心的时刻，你不需要刻意的说鼓励的话语，也不需要什么家务都做，你需要的是静静的陪着他，一起看日出日落，共同经历悲伤快乐，听他讲出他内心的故事。

所谓“精心的时刻”是两个人在一起共同经历的一些美妙的

时刻，包括精心的活动或者精心的对话等，比如两个人一起旅行，一起看电影、听音乐会、吃大餐、打球，或者面对面的聊天，互相说一说心里话。其他四种爱的语言不需要过多的解释。

那么接来下的这个问题特别重要：“我怎么知道我的或者他的爱语是什么？”

试着回答以下问题：(1)你最常请求你配偶的是什么事？你最常请求的事，可能是最能使你感觉到爱的事。(2)你的配偶做什么事或者不做什么事，伤害你最深？跟这件事相反的，可能就是你的爱的语言。(3)你通常以什么方式向你配偶表示爱？你表示爱的方式也会使你感受到爱。

如果有两种语言似乎对你都同样的重要，说明你是“双语”之人，会的语言越多，越容易感受到爱。

我只能帮你到此了，如果你完全顿悟了，可以不用看这本书；如果你觉得意犹未尽，可以去买这本书来读，上面还有一些实用的操作指导和很多作者作为婚姻咨询师所接触到的案例。

另外，“爱的五种语言”可以扩展的其他关系中，比如亲子关系。

爱他，就说他的“语言”。希望你有一个美满的婚姻。

爱的五种语言读后感免费阅读篇四

读完《爱的五种语言》这本书，我心里有了答案。答案是：爱他。爱情是个名词，是一种荷尔蒙刺激后的对异性的近似神魂颠倒的迷恋；爱是个动词，是你身边人实施的、让对方感受到温暖和美好的言辞或行为。

那问题又来了：“怎么爱？”“说他的爱的语言”“什么是

爱的语言？”“爱的语言是每个人喜欢的接受爱的方式，包括五大类：肯定的言辞、精心的时刻、服务的行动、身体的接触和接受礼物。”

我们知道这个世界上有英语、汉语、日语、西班牙语等等语言。而作者的巧妙之处就在于把这五种表达爱意的方式比喻为不同的“语言”，如果你爱人最主要的爱语是“肯定的言辞”，那你在适当的时候表达一下对他的肯定、鼓励或者赞美，比你天天给他送“礼物”都管用，因为你说的爱的语言他听不懂。

肯定的言辞、服务的行动、身体的接触和接受礼物不用过多解释。“精心的时刻”的意思是两个人在一起共同经历一些美妙的时刻，包括精心的活动或者精心的对话等，比如两个人一起旅行，一起看电影、听音乐会、吃大餐、打球，或者面对面的聊天，互相说一说心里话。

爱的五种语言读后感免费阅读篇五

读完《爱的五种语言》这本书，我心里有了答案。答案是：爱他。爱情是个名词，是一种荷尔蒙刺激后的对异性的近似神魂颠倒的迷恋；爱是个动词，是你对身边人实施的、让对方感受到温暖和美好的言辞或行为。

那问题又来了：“怎么爱？”“说他的爱的语言”“什么是爱的语言？”“爱的语言是每个人喜欢的接受爱的方式，包括五大类：肯定的言辞、精心的时刻、服务的行动、身体的接触和接受礼物。”

我们知道这个世界上有英语、汉语、日语、西班牙语等等语言。而作者的巧妙之处就在于把这五种表达爱意的方式比喻为不同的“语言”，如果你爱人最主要的爱语是“肯定的言辞”，那你在适当的时候表达一下对他的肯定、鼓励或者赞美，比你天天给他送“礼物”都管用，因为你说的爱的语言

他听不懂。

肯定的言辞、服务的行动、身体的接触和接受礼物不用过多解释。“精心的时刻”的意思是两个人在一起共同经历一些美妙的时刻，包括精心的活动或者精心的对话等，比如两个人一起旅行，一起看电影、听音乐会、吃大餐、打球，或者面对面的聊天，互相说一说心里话。

最后一个问题：“我怎么知道我的或者他的爱语是什么？”

试着回答以下问题：

(1) 你最常请求你配偶的是什么？你最常请求的事，可能是最能使你感觉到爱的事。

(2) 你的配偶做什么事或者不做什么事，伤害你最深？跟这件事相反的，可能就是你的爱的语言。

(3) 你通常以什么方式向你配偶表示爱？你表示爱的方式会令你感受到爱。

如果有两种语言似乎对你都同样的重要，说明你是“双语”之人，会的语言越多，越容易感受到爱。

我只能帮你到此了，如果你完全顿悟了，可以不用看这本书；如果你觉得意犹未尽，可以去买这本书来读，上面还有一些实用的操作指南。

爱他，就说他的“语言”。

另外，其实”爱的五种语言“可以扩展至任何关系中，比如亲子关系，团队打造，等等。