

Liefdestypen

Eens las ik in een boek (dat uit de handel is en dat ik trouwens mocht lenen van Nederlandse enige Lovelifecoach Marion van der Stad, check ook haar website op www.aquarion.nl) dat er zeker 5 verschillende manieren zijn waarop een mens zich gekoesterd en bemind kan voelen. Mensen weten dit vaak niet en een relatie kan in de problemen komen als je jouw partner bemint volgens stijl A, terwijl die persoon zich helemaal niet bemind voelt door stijl A. Bij haar moet je juist aankomen met liefdesstijl D.

Wat dit allemaal nog ingewikkelder maakt is niet alleen dat we er geen weet van hebben dat er meerdere stijlen van 'koesteren' zijn, maar dat we in onze onwetendheid er ook nog van overtuigd zijn dat er maar één manier van koesteren bestaat, namelijk de onze.

Allereerst: Wat is koestering?

Koestering is datgene dat maakt dat we ons bemind en geliefd voelen. Datgene dat ons dat warme gevoel bezorgt dat je krijgt als je weet dat er van je gehouden wordt.

Wat maakt dat iemand zich gekoesterd voelt? Ja, dáár zul je het hebben:

- De een voelt zich gekoesterd als je tastbare, materiële bewijzen van liefde geeft. Cadeautjes dus. Nou denken sommigen van u misschien afkeurend 'Wat een materialistisch type'. Maar die afkeuring is nergens voor nodig. Materiële bewijzen willen is niet gekker dan romantische woordjes willen horen. Sommige mensen zullen dit veel praktischer vinden.

Mijn moeder was van het cadeau-type. Mijn vader (en wij) kon haar niet blijer maken dan met een (klein) goedgekozen mooi 'ding'. Lieve woordjes interesseerden haar eigenlijk niet. (Toen ze ouder werd wel trouwens. Toen ging ze ook aangeven dat ze geen 'dingen' meer hoefde. Het huis pulde ervan uit.)

- Anderen hebben op gezette tijden (liefst vaak) een goed gesprek nodig. Echte communicatie betekent voor hen echte intimiteit. Het gevoel dat je er bent voor elkaar, je voor de andere interesseert, elkaar wat te melden hebben, je gedachten samen deelt. Als er in hun relatie te lang geen tijd is voor een goed gesprek, gaat deze groep zich verwaarloosd voelen. Zonder precies te weten hoe het komt, zullen ze het gevoel hebben dat zij en de partner uit elkaar drijven, en dat de liefde minder is dan voorheen.

- Weer anderen hebben niet zozeer een goed gesprek nodig, maar drijven op lieve woordjes en complimenten. Voor de liefde is het van levensbelang dat zij regelmatig iets liefs te horen krijgen. Iets waaruit blijkt dat de partner nog gek op hen is, hen bijzonder vindt.

- Een andere groep heeft juist behoefte aan iemand die iets praktisch voor hen doet; de vuilnisbak buiten zetten, of iets zwaars tillen, het gras maaien, of juist de knopen aan zijn hemd zetten. Een goed gesprek vinden ze mooi, maar een goede daad vinden ze beter.

- En dan is er tenslotte een groep die van lichamelijke aanraking een koesterend gevoel krijgt. Geen sex, dat willen we bijna allemaal wel om ons bemind te voelen. Sex blijft nadrukkelijk buiten deze lijstjes. Maar een lichamelijke aanraking; een kus, een knuffel, een arm om je heen, misschien wel een

massage. Maar uit mijn onderzoek blijkt dat als je tot deze groep hoort je ook nog een absoluut favoriete aanraking kunt hebben. Ik ken iemand die bijvoorbeeld een verrukkelijk geborgen en geliefd gevoel krijgt als iemand van achteren de armen om haar heen slaat en haar zo tegen zijn borstkas laat leunen. Mmmm, heerlijk. O pardon, ja inderdaad, dat ben ik.

Dit zijn de vijf liefdestypen. U kunt zich voorstellen dat als je tot de lieve woordengroep hoort, iemand je kan blijven verwennen met cadeaus of attente daden, zonder dat u zich echt gekoesterd voelt. Of u naait knopen aan voor uw partner tot u een ons weegt en hebt iedere avond een goed gesprek, maar hij zou zich veel en veel gelukkiger voelen als u zo nu en dan zei: "Wat ben je toch een lieve minnaar/goede kok/fijne vader." Niet weten welk liefdestype de andere is, niet weten dat er andere liefdestypen bestaan, kan zelfs tot echtscheiding leiden. Maar zelfs als het niet zo ver gaat, zou de relatie toch fijner en bevredigender verlopen als men op de juiste liefdeswijze met elkaar was omgegaan. Het is dus belangrijk te weten welk type uw partner is, en welk type u bent. Een van de manieren om daar achter te komen is kijken waar u veel van krijgt en wat u zelf veel doet. Geeft u veel complimenten bijvoorbeeld, dan is de kans groot dat u die zelf erg nodig heeft. Is uw partner erg aanhankelijk lichamenteel, dan is dat waarschijnlijk de manier waardoor hij zich gekoesterd voelt.

U denkt dat u van alle vijf wel iets wilt? Dat is zeer waarschijnlijk. Maar 1, hooguit 2 liefdestypen zullen er voor u waarschijnlijk uitspringen.

Deze hele theorie heb ik getoetst in de praktijk en volgens mijn bevindingen zit er zo veel waars in dat het de moeite waard is om er even op te letten in uw liefdesrelatie.

Mocht u nog meer 'koesteringstypen' kennen, mail mij dat dan maar gerust. Ik hou me aanbevolen.

Joan de Windt