

33

Aufgaben

für die Liebesprache "Berührung"

Vorwort

Menschen mit der Liebesprache "Lob" fühlen sich sicher, wenn man vom Partner berührt wird. Dabei muss es nichts sexuelles sein, denn bereits eine Umarmung reicht dir schon aus. (Zärtliche) Berührungen bedeuten einem mehr als gesprochene Worte.

Dieses Büchlein hast du aus folgenden zwei Gründen in der Hand:

- A) Du möchtest deinem Partner zeigen mit welchen Dingen er dir ein Lächeln ins Gesicht zaubern kann.
- B) Dir ist es wichtig die Liebesprache und Bedürfnisse deiner:s Partner:in besser zu verstehen.

Genau dafür sind die folgenden 33 Aufgaben konzipiert. Sie zeigen, mit welchen kleinen Dingen man den:die Partner:in glücklich machen kann. Dafür braucht es nicht viel, sondern nur die richtigen Dinge. Und welche das sind, verraten wir dir.

#01

Aufgabe #01

Gebe deinen:r Partner:in einen kurzen Kuss
zur Begrüßung und Verabschiedung.

#02

Aufgabe #02

Dein:e Partner:in ist gestresst? Umarme sie für mind. 45 Sekunden und halte ihn:sie in den Armen.

#03

Aufgabe #03

Biete eine kurze 10 Minuten Massage an z. B. für Schultern oder Hände.

#04

Aufgabe #04

Ihr seid mit Freundin unterwegs? Achte darauf zwischendurch Körperkontakt zu haben. Sei es die Hand auf den Arm oder Rücken zu legen.

#05

Aufgabe #05

Streichel deine:n Partner:in zärtlich, wenn ihr zusammen auf der Couch sitzt.

#06

Aufgabe #06

Macht einen abendlichen Spaziergang und haltet dabei Händchen.

#07

Aufgabe #07

Ihr lauft irgendwo dran vorbei, wo ein schönes Lied läuft? Nehme deine:n Partner:in an die Hand und tanze ganz leicht mit ihm:ihr.

#08

Aufgabe #08

Geht gemeinsam baden oder duschen. Ihr könnt auch auch gegenseitig einschäumen.

#09

Aufgabe #09

Du merkst, dass dein:e Partner:in traurig ist? Gebe ihm:ihr eine kurze, aber innige Umarmung.

#10

Aufgabe #10

Legt euch gemeinsam unter eine Kuschedecke und kuschelt.



Aufgabe #11

Dein:e Partner:in ist müde und erschöpft vom Tag?

Biete eine Rückenmassage an.

#12

Aufgabe #12

Eine liebevolle Streichelmassage für den Kopf geben, wenn ihr abends auf der Couch oder im Bett liegt.

#13

Aufgabe #13

Plane einen gemeinsamen Filmabend und kuschelt dabei eng miteinander.

#14

Aufgabe #14

Gib deine:n Partner:in ein Kuss, um Zuneigung zu zeigen.

#15

Aufgabe #15

Begleite deine:n Partner:in mit sanften
Berührungen beim Einschlafen.

#16

Aufgabe #16

Streichel deine:n Partner sanft, während ihr euch abends auf der Couch unterhaltet.



Aufgabe #17

Verwende eine sinnliche Massagekerze, um eine romantische Atmosphäre zu schaffen und deiner:m Partner:in mit duftendem Wachs zu massieren.

#18

Aufgabe #18

Setzt euch gegenüber, Sorge für eine romantische Atmosphäre und berührt euch gegenseitig.

#19

Aufgabe #19

Nehme deine:n Partner:in spontan in den Arm
und umschlinge sie:ihn fest.

#20

Aufgabe #20

Dein:e Partner:in braucht etwas Entspannung?

Biete eine liebevolle Kopfmassage an.

#21

Aufgabe #21

Küsse deine:n Partner:in liebevoll und langsam, um Intimität zu zeigen.

#22

Aufgabe #22

Halte die Hand von deiner:m Partner:in, wenn ihr längere Autofahrten vor euch habt.

#23

Aufgabe #23

Überrasche deine:n Partner:in mit einem sexy Abend, wo du Sekt, Snacks und gute Musik vorbereitet hast.

#24

Aufgabe #24

Gebe deine:n Partner:in ungefragte Küsse über den Tag verteilt. Zum Beispiel, wenn ihr beide im Home Office arbeitet, du dir was aus der Küche holst und an ihm:ihr vorbei lauft.

#25

Aufgabe #25

Macht es euch zum Ritual, euch jeden Abend vor dem einschlafen einen Kuss und eine ausgiebige Umarmung zu geben.

#26

Aufgabe #26

Schlage vor, das ihr gemeinsam zu einem Tanzkurs geht. Beim Bachata ist Körperkontakt vorprogrammiert.

#27

Aufgabe #27

Lade deine:n Partner:in ins Schlafzimmer ein,
verbinde die Augen und verwöhne sie:ihn mit
deiner Zunge und Händen.

#28

Aufgabe #28

Organisiere eine gemeinsame Massageölsitzung und deiner:n Partner:in mit einer entspannenden Ganzkörpermassage zu verwöhnen.

#29

Aufgabe #29

Macht gemeinsam Yoga, um eure Körpernähe und Verbindung zu stärken.

#30

Aufgabe #30

Besorge Bodypainting Farbe und bemalt euch.

#31

Aufgabe #31

Besorge eine Leinwand und wasserlösliche Farbe.
Bemalt euch damit und habt auf der Leinwand Sex.

#32

Aufgabe #32

Verbindet euch gegenseitig die Augen und ertastet euch blind. Alles was daraus entstehen könnte, ist erlaubt.

#333

Aufgabe #33

Bestellt euch die Date-Box Spicy Edition, um mehr Intimität zu spüren.

© 2023 33Happenings. Alle Rechte vorbehalten.

1. Auflage

Herausgeber: 33Happenings, Waldsaumstr. 5A, 81377 München

#welove33happenings

33happenings.com

