

33

# Aufgaben

für die Liebesprache "Zeit"

# Vorwort

Zeit ist für diese Personen eine Währung. Sie fühlen sich geliebt, wenn der die ungeteilte Aufmerksamkeit schenkt und regelmäßig Dates - wo nur beide sind - plant. Es müssen jedoch keine stundenlange Dates sein.

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 Liebessprache 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

Legt bewusste kurze Kaffeepausen ein, wenn ihr z.B. gemeinsam im Homeoffice seid. Dabei müsst ihr nicht immer miteinander reden. Nur die Anwesenheit ist schon Balsam für die See.

#02

# Aufgabe #02

Schlage am Abend einen kurzen gemeinsamen Spaziergang vor. Ein perfekter Moment um über den Tag zu reden.

# #03

## **Aufgabe #03**

Ihr arbeitet nicht weit weg voneinander? Überrasche dein:e Partner:in mit einer gemeinsamen Mittagspause.

#04

# Aufgabe #04

Einer von euch ist aktuell auf Geschäftsreise oder im Kurzurlaub mit Freunden? Ruf über FaceTime an und genießt 10 Minuten kurzes Austauschen.

#05

# Aufgabe #05

Macht gemeinsame Yoga- oder Meditationsübung, um euch aufeinander zu konzentrieren und Zeit für Entspannung zu haben.

#06

# Aufgabe #06

Bitte deine:n Partner sich hinzusetzen und fordere ihn:sie auf über den Tag zu erzählen. Wichtig dabei: Gib ihr:ihm das Gefühl, dass du wirklich zuhörst.

#07

# Aufgabe #07

Schlag am Abend vor gemeinsam etwas zu spielen,  
anstatt einen Film / eine Serie zu schauen.

#08

# Aufgabe #08

Plane unaufgefordert ein Date und überrasche damit deine:n Partner:in.

#09

# Aufgabe #09

Kauft euch ein gemeinsames Buch, lest es im gleichen Tempo und sprecht nach jedem Kapitel über den Inhalt.

# #10

## **Aufgabe #10**

Du bist eigentlich verabredet, merkst jedoch das es deiner:m Partner:in nicht gut geht? Sage deine Verabredung ab und nehme dir Zeit für ihn:sie.

#11

# Aufgabe #11

Schnappe dir deine:n Partner:in und macht einen kleinen Ausflug in die Natur.

# #12

## **Aufgabe #12**

Fangt gemeinsam ein DIY Projekt an. So könnt ihr euch aktiv und bewusst Zeit füreinander nehmen.

# #13

## **Aufgabe #13**

Versucht 1 x in der Woche gemeinsam Sport zu machen.

# #14

## **Aufgabe #14**

Den Partner bitten, sich hinzusetzen, und dann ihm/ihr von einem interessanten Artikel oder einer Nachricht erzählen.

#15

# Aufgabe #15

Den Partner bitten, sich hinzulegen, und dann ihm/ihr eine kurze Hand- oder Fußmassage geben.

#16

# Aufgabe #16

Gemeinsam ein kurzes Tanz- oder Bewegungsritual machen, um die Energie zu steigern und Spaß zu haben.



# Aufgabe #17

Überlege dir was ihr gemeinsam Neues lernen könnt und schlage es vor.

#18

# Aufgabe #18

Macht es euch gemütlich und schwelgt gemeinsam  
in Erinnerung.

# #19

## **Aufgabe #19**

Dein:e Partner:in geht Sonntags gerne in ein Café?  
Schnapp sie:ihn dir und los gehts. Lasst die Handy dabei  
in der Tasche.

# #20

## **Aufgabe #20**

Spreche mit deiner:m Partner:in für 10 Minuten lang nur über eure Träume, Wünsche und Ziele. Höre aufmerksam zu und überlege dir, wie du z.B. unterstützen könntest.

# #21

## Aufgabe #21

Es ist wieder eines dieser Tage und dein:e Partner:in und er:sie ist völlig kaputt? Förder ihn:sie auf sich auf die Couch zu legen und verwöhne sie:ihn mit einer Gesichtsbehandlung.

#22

# Aufgabe #22

Zeit bedeutet nicht immer reden. Fahrt zu einer schönen Aussicht und genießt schweigend den Moment.

#23

# Aufgabe #23

Plane eine Fahrradtour und erkundet gemeinsam die Gegend. Tut so, als wärt ihr zum ersten mal dort.

#24

# Aufgabe #24

Legt euch gemeinsam unter den Sternenhimmel und genießt die wunderschöne Aussicht.

#25

# Aufgabe #25

Dein:e Partner:in liebt eine Triologie? Wie wäre es mit einem Filmmarathon?

#26

# Aufgabe #26

Dein Partner hat aktuell mit einer Sache ein Problem?  
Setze dich hin und höre ihm:ihr einfach nur zu.

#27

# Aufgabe #27

Achte darauf, dass wenn dir dein:e Partner:in etwas erzählt, du nicht abgelenkt bist.

#28

# Aufgabe #28

Geht 10 Minuten früher ins Bett, um vor dem Einschlafen nochmal zu kuscheln.

#29

# Aufgabe #29

Dein:e Partner:in geht sonst immer alleine auf Partys und Veranstaltungen? Fang an sie:ihn ab und zu zu begleiten.

# #30

## **Aufgabe #30**

Gebe ihm:ihr bei jedem Gespräch das Gefühl, dass du zu 100% da bist und aufmerksam zuhörst.

#31

# Aufgabe #31

Dein:e Partner:in hat ein Hobby und du weißt eigentlich fast nichts darüber? Perfekter Moment, um dich mal richtig darüber zu erkundigen.

#32

# Aufgabe #32

Nehme dir die Zeit, um deine Gefühl in einem Liebesbrief nieder zu schreiben.

#33

# Aufgabe #33

Bestellt euch die Date-Edition Allgemein, für weitere  
33 abwechslungsreichen Ideen.

© 2023 33Happenings. Alle Rechte vorbehalten.

1. Auflage

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

**#welove33happenings**

**33happenings.com**

