

# CARACTERÍSTICAS DE UNA RELACIÓN SALUDABLE

Se expresan emociones, necesidades y límites con claridad y sin miedo.

Se valoran las diferencias, se acepta la individualidad, y no hay humillaciones ni agresiones.

Los desacuerdos se manejan con empatía y disposición para escuchar.

Se fomentan los sueños, intereses y bienestar del otro.

No hay control ni dependencia excesiva, cada parte tiene autonomía.

Resolución pacífica de conflictos

Comunicación abierta y honesta

Respeto mutuo

Equilibrio e independencia

Apoyo emocional y crecimiento personal  
