

TERMÓMETRO DE LAS RELACIONES



CORTA LAS RELACIONES QUE CONSIDERES TÓXICAS

La relación con tu pareja también puede serlo

¿Cómo es la tuya?

ABUSIVA

basada en el poder, el dominio
y el control

Acusar
Culpabilizar
Aislar

Amenazar
Manipular
Despreciar

Presionar
Engañar
Ignorar

Confianza
Sinceridad
Autonomía

Comunicación
Libertad

NO SALUDABLE

basada en intentos de controlar
a la otra persona

SALUDABLE

basada en la igualdad
y el respeto

Todas las personas tienen derecho a una vida libre de violencia