

## B1.10.1 Consejos para una relación sana

*Consigli per una relazione sana*



En muchas relaciones hay **altibajos** y también puede aparecer el **distanciamiento**. Cuando ocurren errores, es necesario **perdonar** y expresar con claridad lo que uno siente. Si conoces mejor a tu pareja, puedes entender sus necesidades y *así que* es más fácil cuidarla. Además, compartir el **sentido del humor** ayuda: reír juntos reduce la tensión y fortalece la relación.



*In molte relazioni ci sono **alti e bassi** e può anche comparire il **distanziamento**. Quando si commettono errori, è necessario **perdonare** ed esprimere con chiarezza ciò che si prova. Se conosci meglio il/la tuo/a partner, puoi capirne i bisogni e quindi è più facile prendersene cura. Inoltre, condividere il **senso dell'umorismo** aiuta: ridere insieme riduce la tensione e rafforza la relazione.*

1. ¿Qué es habitual cuando una relación atraviesa dificultades?
  - a. Romper en cuanto aparece la primera tensión.
  - b. Que todo sea perfecto y sin discusiones.
  - c. Tener momentos difíciles y algo de distancia.
  - d. Evitar hablar de sentimientos para que no empeore.
2. ¿Qué ayuda a entender mejor a la otra persona y a hacerla más feliz?
  - a. Conocerla mejor para entenderla.
  - b. Esperar a que adivine lo que sientes.
  - c. Hacer planes sin consultarla.
  - d. Cambiar de tema cuando algo molesta.

**1-c 2-a**

### **2. Si avvicina l'anniversario e stai cercando un pensiero per il tuo partner o un amico per mantenere la relazione vicina.**

**Compito:** Elige un regalo (indica el precio) y escribe un mensaje explicando para quién es y por qué, así que ayudará a apoyar la relación.

**URL:** Comprar un regalo en El Corte Inglés

**Use in your answer:** regalos originales / álbum de fotos / regalos personalizados / juegos de mesa / regalos con mucho cariño / así que