

B1.10.1 Consejos para una relación sana

Tips voor een gezonde relatie



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 veel relaties zijn er **ups en downs** en kan ook **afstand nemen** voorkomen. Wanneer er fouten gebeuren, is het nodig om te **vergeven** en duidelijk uit te drukken wat je voelt. Als je je partner beter kent, kun je zijn/haar behoeften begrijpen en dus is het makkelijker om goed voor hem/haar te zorgen. Bovendien helpt een gedeeld **gevoel voor humor**: samen lachen vermindert de spanning en versterkt de relatie.*

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

1-c 2-c

2. Het jubileum nadert en je zoekt een attentie voor je partner of een vriend om de relatie hecht te houden.

Taak: 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