

B1.10.1 Consejos para una relación sana

Porady dotyczące zdrowego związku



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.

*W wielu związkach zdarzają się **wzloty i upadki** i może też pojawić się **dystansowanie się**. Gdy dochodzi do błędów, trzeba **wybaczać** i jasno wyrażać to, co się czuje. Jeśli lepiej znasz swojego partnera, możesz zrozumieć jego potrzeby i w ten sposób łatwiej jest o niego dbać. Ponadto wspólne **poczucie humoru** pomaga: śmiech razem zmniejsza napięcie i wzmacnia relację.*

1. ¿Qué es habitual cuando una relación atraviesa dificultades?
 - a. Evitar hablar de sentimientos para que no empeore.
 - b. Romper en cuanto aparece la primera tensión.
 - 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. Conocerla mejor para entenderla.
 - b. Hacer planes sin consultarla.
 - c. Cambiar de tema cuando algo molesta.
 - d. Esperar a que adivine lo que sientes.

1-c 2-a

2. Zbliża się rocznica i szukasz drobnego prezentu dla partnera lub przyjaciela, aby utrzymać bliską relację.

Zadanie: 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