

Características de relación sana y abusiva

Una relación sana significa que tanto usted como su pareja...

Se está comunicando: usted habla abiertamente sobre los problemas sin tener que gritar o gritar. Usted escucha el uno al otro, escuchar el uno al otro, respetar las opiniones de los demás, y están dispuestos a hacer concesiones.

Son respetuosos: se valora el uno al otro como tú. Cultura, creencias, opiniones y límites son valorados. Tratas entre sí de una manera que demuestra la alta estima que tienen para el uno al otro.

Tienen confianza uno al otro: ambos confían en la otra pareja. Esta confianza ha sido merecida.

Son honestos: ambos son honestos con la otra pareja pero aún puede optar por mantener ciertas cosas privadas. Por ejemplo, ambos saben que es importante ser honesto/a sobre cosas que afectan o se refieren a la relación y todavía sé que también es buena idea mantener ciertas cosas privadas.

Son iguales: tomas decisiones juntos y se mantiene entre sí a los mismos.

Están disfrutar de un espacio personal: ambos disfrutan de pasar tiempo separados y respeto cuando uno de ustedes voces una necesidad de espacio.

Toman decisiones sobre la actividad sexual juntos: usted habla abiertamente sobre las decisiones sexuales. Ambos consienten a la actividad sexual y pueden hablar de lo que está bien y lo que no lo es si tienen relaciones sexuales. Hablan de posibles consecuencias junto, tales como el embarazo o enfermedades de transmisión sexual. Deciden juntos cómo enfrentar ciertos temas, como por ejemplo el uso de los condones y de los métodos contraceptivos.

Una relación de abuso comienza cuando sólo uno de ustedes ...

Se comunica abusivamente: durante los desacuerdos no está gritando, maldiciendo, o amenazando o estas cosas suceden, incluso cuando no hay ningún argumento. Un socio es degradante o insultante hacia el otro.

Le falta el respeto a través del abuso: una pareja intencional y continuamente hace caso omiso de sus sentimientos y la seguridad física.

Falsamente acusa al otro de coqueteo o hacer trampa: a sospechosos asociados coquetear o hacer trampa sin razón y acusa a la otra, a menudo dañar a su pareja verbal o físicamente como resultado.

No toma la responsabilidad del abuso: la pareja violenta o verbalmente abusivo niega o minimiza sus acciones. Ellos tratan de culpar al otro por el daño que están haciendo.

Controla la otra pareja: no hay igualdad en la relación. Lo que una pareja dice que se va, y si la otra pareja trata de cambiar esto han.

Un/a compañero/a aísla la otra pareja: el/la compañero/a controla adonde su pareja va y con quién su pareja habla. La otra pareja no tiene espacio personal y con frecuencia se aísla de otras personas.

Una de las parejas obliga la otra a tener actividad sexual: el cómo, cuándo y dónde de la actividad sexual está determinada por una sola pareja. Las amenazas y la violencia se utilizan antes o durante la actividad sexual.