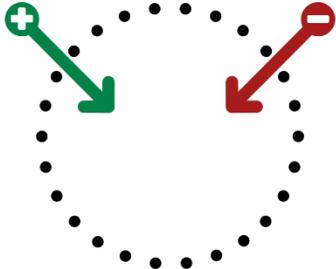
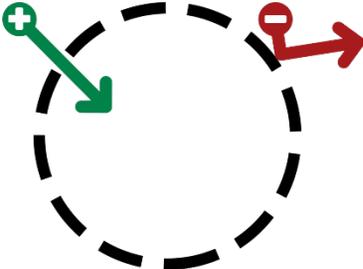
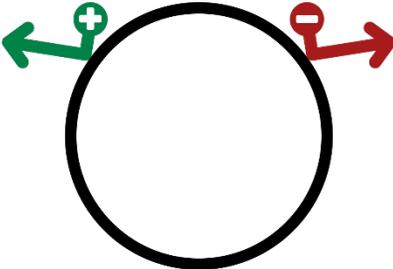


Estilos de límites

Los límites definen lo que es aceptable y lo que no en una relación. Es posible tener diferentes tipos de límites en diferentes relaciones.

<p>Límites porosos</p> 	<p>Límites saludables</p> 	<p>Límites rígidos</p> 
<p>Permite que casi cualquiera se acerque a él/ella</p>	<p>Selecciona a quiénes deja entrar y a quiénes no</p>	<p>Mantiene a distancia a la mayoría de la gente</p>
<p>Tiene una confianza excesiva en los demás, incluso en los desconocidos</p>	<p>Se toma tiempo para crear confianza con los demás</p>	<p>Es muy desconfiado con los demás</p>
<p>Comparte demasiada información personal</p>	<p>Comparte la información personal de forma adecuada</p>	<p>Es muy reservado con la información personal</p>
<p>Le cuesta trabajo decir "no" a los demás</p>	<p>Es capaz de decir "no" cuando es necesario</p>	<p>Dice "no" a los demás la mayor parte del tiempo</p>
<p>Se involucra demasiado en los problemas de los demás</p>	<p>Apoya a los demás sin involucrarse demasiado</p>	<p>Se desapega de los problemas de los demás</p>
<p>Adopta rápidamente las opiniones de los demás</p>	<p>Valora las opiniones propias y ajenas</p>	<p>Suele ignorar las opiniones de los demás</p>
<p>Evita el conflicto cediendo a los demás</p>	<p>Acepta el conflicto como una parte normal de la vida</p>	<p>Evita el conflicto alejando a los demás</p>
<p>No afirma sus valores personales</p>	<p>Se mantiene firme en sus valores personales, pero puede adaptarse</p>	<p>Tiene valores personales inflexibles</p>
<p>Se comunica de forma pasiva</p>	<p>Se comunica de forma asertiva</p>	<p>Se comunica de forma agresiva</p>