

## *Los celos no son amor*

Vienen de la inseguridad y/o de la desconfianza.  
Son un problema, no un síntoma de «cuánto me quiere».



## *Que le hicieran sufrir no justifica que te haga sufrir a ti*

No es tu responsabilidad aguantar hasta «que se arregle».  
Si te trata mal porque fue lo que sufrió, el círculo nunca se rompe.



## *Que su pasado explique su conducta no la justifica*

Todos actuamos como lo hacemos por algo.  
Pero NADA justifica el maltrato, físico ni psicológico.



## *Los insultos no son amor*

Ni lo es que te humille, que se ría de ti o que te menosprecie.  
Aunque sea poco. Aunque después siempre te pida perdón.



## *El control no es amor*

Que te mire el móvil, te diga qué debes vestir y a quién puedes ver...  
Que te aisle de tu entorno es uno de los primeros síntomas de maltrato.



## *El maltrato no son solo golpes*

Insultos, menosprecios, crueldad, control...  
El maltrato psicológico también duele, aunque no se vea.

