



Identificación de conductas invasivas.

La escena muestra una conversación tensa en la que una persona intenta marcar un límite. Es útil para trabajar el reconocimiento temprano de actitudes que generan presión, incomodidad o desgaste emocional.

Fuente visual: Portal Contábeis / Pixabay



Ataques verbales y postura defensiva.

La fotografía representa un intercambio desigual dentro del ámbito laboral. Permite analizar señales corporales, tono de la conversación y recursos para responder con firmeza sin escalar el conflicto.

Fuente visual: SSG Training & Consultancy / Adobe Stock

3



Conversación difícil con escucha activa.

Dos compañeras dialogan de manera directa, una expresa su malestar y la otra escucha. La imagen se relaciona con técnicas de comunicación asertiva y resolución de conflictos interpersonales.

Fuente visual: Donnelly Effect

4



Desgaste emocional frente a vínculos negativos.

La persona aparece saturada y preocupada mientras trabaja. Esta situación ayuda a reflexionar sobre cómo los comentarios hirientes, la manipulación o la crítica constante afectan la concentración y el bienestar.

Fuente visual: YourTango / Shutterstock

5



Recuperar el control mediante límites claros.

Una profesional conduce una conversación con serenidad y seguridad. La escena simboliza la capacidad de responder sin culpa, sostener decisiones y proteger el propio espacio personal o laboral.

Fuente visual: YourTango / Shutterstock

6



Acompañamiento profesional y análisis del vínculo.

Una consulta individual permite revisar patrones de manipulación, celos, narcisismo o indiferencia afectiva, y desarrollar respuestas más saludables frente a relaciones que producen malestar.

Fuente visual: OHLALÁ! / Getty Images

7



Expresión de emociones y comunicación consciente.

La fotografía representa a una persona que explica una situación difícil mientras otra escucha. Sirve para estudiar cómo transformar la queja, la frustración o el enojo en pedidos concretos y respetuosos.

Fuente visual: El País Uruguay / Freepik

8



Límites en relaciones familiares o cercanas.

La escena muestra un diálogo incómodo en un entorno cotidiano. Permite abordar sentimientos de culpa, presión emocional y estrategias para mantener vínculos respetuosos sin aceptar conductas dañinas.

Fuente visual: Transformation Counselling / Unsplash

9



Redirección del conflicto hacia objetivos concretos.

Durante una reunión, los participantes intentan volver al tema central. La imagen se vincula con la necesidad de evitar provocaciones, separar hechos de opiniones y buscar acuerdos posibles.

Fuente visual: YourTango / Shutterstock

10



Escucha crítica frente a consejos no solicitados.

Una persona escucha con atención, pero mantiene una postura firme. La escena permite trabajar respuestas educadas para rechazar intromisiones, preservar la autonomía y evitar discusiones innecesarias.

Fuente visual: YourTango / Shutterstock