

Los 14 tipos de pareja: ¿cómo es tu relación sentimental?

Hay muchos tipos de noviazgo. ¿Quieres saber cuál es la característica fundamental de cada uno?

El amor es una de las grandes motivaciones del ser humano, y, de hecho, tener pareja es uno de los grandes objetivos vitales que tenemos las personas.

Estar enamorado es genial, y hace que te levantes cada mañana como si estuvieses en una nube. Sin embargo, ese periodo inicial de enamoramiento luego hay que trabajarlo. Estar en pareja es una negociación constante donde coexisten, en muchas ocasiones, distintas personalidades.

Claves para tener una relación de pareja sana

Este choque de personalidades, intereses e incluso objetivos, puede convertir las relaciones de pareja en un auténtico calvario. Posiblemente siga habiendo una gran atracción, sin embargo, las dificultades que pueden ir surgiendo y sobre todo la mala comunicación, pueden provocar que la relación de pareja se convierta en tóxica. Para que esto no ocurra siempre debemos:

- Amar desde la libertad y el respeto
- Comunicar de manera efectiva
- Negociar y plantear soluciones intermedias
- Compartir tiempo con la pareja
- Mimar la relación
- Cambiar si es necesario
- Confiar en el otro

El amor según la teoría de Sternberg

Han existido muchos teóricos del amor, uno de los más conocidos es Robert Sternberg. En su teoría triangular del amor, el psicólogo estadounidense afirma que existen tres

componentes diferentes que se manifiestan en cualquier relación: intimidad, pasión y compromiso:

La intimidad: La intimidad se refiere al afecto, al acercamiento con la pareja, a esa conexión que solo sentimos con la persona que amamos.

La pasión: Es el sentimiento intenso de estar con esa persona de forma íntima y de expresar los deseos románticos. Es la excitación y el deseo intenso a pasar momentos a solas con el otro.

El compromiso: El compromiso es la decisión de estar con la otra persona y de mantener ese amor a lo largo del tiempo. Es lo que ayuda a superar los malos momentos.

Tipos de pareja amorosa

En el amor no todo es blanco o negro, sino que hay muchas formas de querer. Pero, ¿cómo podemos clasificar las parejas? Siguiendo la teoría de Sternberg, éste propone distintos tipos de amor y, por tanto, tipos de pareja diferenciados.

En este artículo puedes encontrar los distintos tipos de pareja. Son los siguientes:

1. Encaprichamiento

Las parejas encaprichadas se caracterizan porque solo tienen una característica de las tres que se han comentado en el apartado anterior: la pasión. A pesar de estar juntos, los miembros de la pareja no se conocen realmente, lo que resulta en una intimidad baja. Asimismo, tampoco sienten compromiso. El encaprichamiento puede referirse al inicio de la relación.

2. Relaciones vacías

El amor vacío es aquel que se caracteriza por tener compromiso, pero no hay pasión ni intimidad. Básicamente, hace referencia a los matrimonios por conveniencia.

3. Parejas románticas

El amor romántico se caracteriza por tener intimidad y pasión, no obstante, no hay compromiso. Sería el típico amor de verano o las relaciones cortas en las que no se racionaliza nada ni se establecen pactos entre las personas implicadas. Todo se experimenta de forma espontánea sin tratar de establecerlo como una relación claramente sólida.

4. Parejas sociables

El amor sociable se refiere al amor que sienten dos personas cuando hay intimidad y compromiso, pero no pasión. Por ejemplo, cuando llevan muchos años de relación y ya no tienen encuentros íntimos, sino que se rigen más bien por la rutina y por aquellas actividades compartidas que también pueden ser hechas en el ámbito social más allá de lo doméstico.

5. Relaciones fatuas

En estas parejas la intimidad nunca llega a construirse. Se caracterizan porque existe pasión y compromiso, pero no intimidad. Eso hace que sea frecuente guardarse muchos secretos para uno mismo, incluso si estos son importantes y atañen a la otra persona implicada en la relación. Se experimenta el amor como una experiencia unilateral.

6. Amor consumado

Las relaciones que presentan este tipo de amor son las que pueden estar contentas. Son relaciones sanas, que poseen los tres componentes de la teoría de Sternberg: intimidad, pasión y compromiso.

Otras clases de pareja

Sin embargo, en función de la calidad de la relación, el tiempo que llevan juntas y los valores de la pareja, existen otros tipos de pareja:

7. Los mejores amigos

Dicen que la pareja es un amigo con momentos eróticos. En ocasiones, los momentos íntimos se comparten con esa persona que es tu amigo fiel. En este tipo de pareja, puede que los miembros fueses amigos ya en el colegio, crecieron juntos y compartieron grandes momentos de amistad. Un día, la forma de verse el uno al otro cambió, y entonces surgió el amor romántico entre ellos. Sin embargo, puede ocurrir que las personas se conozcan en edades más tardías y tras ser mejores amigos acaben como pareja.

8. Los peleones

Según afirma un dicho popular, los amores reñidos son los más queridos. Esto puede ser cierto con este tipo de parejas. Tienen discusiones cada dos por tres y se llevan como el gato y el perro, pero ahí siguen, remando contra corriente. Si eres amigo de alguno de ellos seguramente estés harto de consolarle. Y, aunque no lo comprendas, o bien uno de los dos miembros tiene la autoestima baja, o sus momentos de intimidad son realmente excelentes.

9. Los del hobby en común

Sin duda, compartir un hobby con tu pareja es una de las mejores maneras de que la relación siga viva. Algunas parejas se van de camping juntas, surfean o escalan. Otros son amantes del fitness, y otros son fiesteros y amantes de la noche. Estas parejas comparten muchos momentos juntos y disfrutan del uno y el otro.

10. Los de toda una vida

Algunas parejas se conocieron realmente jóvenes y han pasado toda su vida juntos. Estas parejas, sin duda, son la pareja ideal a ojos de la gente, pero no todas las relaciones tienen esta suerte. Muchas se rompen por el camino debido al desgaste producido por la acumulación de crisis y de riñas, o bien por la pérdida de pasión o de intimidad.

11. Las parejas de larga distancia

A veces, puede ocurrir que el amor surge, pero la persona vive otro lugar. Muchos deciden que ésta no es manera de vivir y uno de los dos se muda a donde está el otro. Sin embargo, por distintos motivos esto no siempre es posible, y algunas parejas han de pasar una larga temporada en la distancia. La distancia no es buena para la relación, por eso este tipo de pareja no suele durar mucho.

12. La pareja de interés

Aunque nos cueste aceptarlo, algunas personas están en pareja por interés. Ya sea por interés económico, por conseguir los papeles o por no estar solos. Por muy triste que pueda parecernos, llegan incluso a casarse. Se trata de una manera de entender el amor en el que esta sensación tiene una finalidad instrumental.

13. Los locamente enamorados

Hay algunas parejas que escampan su amor a los cuatro vientos, que están todo el día colgando fotos suyas en las redes sociales y pasan las 24 horas juntos. Si salen con los amigos, están todo el rato el uno encima del otro “besuqueándose sin parar”. Estas parejas no pueden pasar un solo instante el uno sin el otro porque están locamente enamorados.

14. Los de la relación abierta

Muchas parejas son de tipo clásico, sin embargo, hay excepciones. Algunas son parejas liberales, por lo que tienen una forma de pensar distinta a las parejas tradicionales. Mientras muchos pensarían que acostarse con otros es una traición y una infidelidad, las parejas liberales piensan que, para la salud de la pareja, deben ir introduciendo otros actores en las relaciones íntimas. ¿Has oído hablar de las relaciones poliamorosas?

Fuente: <https://psicologiaymente.com/pareja/tipos-de-pareja>