



## Així són les "relacions en piràmide" en què potser et trobes



En l'era de les xarxes socials i la connexió constant, les relacions humanes estan canviant i sorgeixen nous termes per descriure dinàmiques que potser has viscut sense adonar-te'n. Un d'aquests termes és el de les "relacions en piràmide", un tipus de relació que potser et sona.

Les "relacions en piràmide" fan referència a aquelles amistats o relacions personals en què existeixen diferents nivells de proximitat i importància. A la base de la piràmide, tens les persones amb qui parles de tant en tant, però no tens una connexió forta. A mesura que pugues en aquesta piràmide, hi ha menys persones, però la connexió és més profunda i intensa, fins arribar al cim, on se situen aquelles persones més importants per a tu, com el teu millor amic o parella.

Com saber si estàs en una "relació en piràmide"?

**Tens grups diferents d'amics:** T'has adonat que no comparteixes la mateixa intensitat o proximitat amb tots els teus amics? Potser tens un cercle gran de coneguts, però només alguns amb qui realment parles dels teus sentiments més profunds.

**Les converses varien segons el nivell:** Amb alguns parles de temes quotidians i amb altres, a



---

la part alta de la piràmide, comparteixes emocions més personals o plans a llarg termini.

**Algunes persones es queden més enrere:** Pot ser que algunes amistats o relacions es quedin a la part baixa de la piràmide. Això és normal, ja que no tothom pot ser igual d'important en tots els moments de la teva vida.

Què pots fer per gestionar aquestes relacions?

Les "relacions en piràmide" no són ni bones ni dolentes, simplement reflecteixen que no totes les persones poden tenir el mateix paper a la teva vida. Aquí tens alguns consells:

**Respecta els límits:** No esperis que tothom estigui a la part alta de la piràmide. Algunes persones prefereixen quedar-se en un nivell més superficial, i això està bé.

**Cuida les relacions importants:** Dedicar temps a aquelles persones amb qui realment vols tenir una connexió profunda.

**No forçis la proximitat:** Deixa que les relacions evolucionin de manera natural. Si intentes forçar una amistat cap al cim, pot acabar sent incòmode per a tots dos.

És dolent estar a la base de la piràmide?

No necessàriament. A vegades, una relació casual o més distant pot ser el que ambdues persones necessiten. També és possible que algunes relacions evolucionin amb el temps i vagin pujant en la piràmide o, al contrari, es tornin més distants.

Reflexiona sobre la teva pròpia "piràmide" de relacions. En quin lloc et trobes amb cadascú dels teus amics i quines connexions són les que realment vols aprofundir?