



UMA RELAÇÃO AMOROSA SEM CIÚMES? O POLIAMOR SOB A PERSPECTIVA DA ABORDAGEM DA GESTÁLT-TERAPIA¹

A LOVING RELATIONSHIP WITHOUT JEALOUSY? THE POLYAMORY FROM THE PERSPECTIVE OF THE GESTALT THERAPY APPROACH

Eustáquio Oliveira Lopes Júnior²
Maria Ignez Costa Moreira³

RESUMO: O objetivo principal deste artigo é a apresentação da pesquisa realizada sobre as relações poliamorosas e a existência ou não do ciúme nessas relações, sob a perspectiva da abordagem gestáltica. As relações poliamorosas são aquelas vividas por mais de duas pessoas, com a ciência e o livre consentimento de todos e todas envolvidos (as), neste sentido as relações poliamorosas diferem do padrão das relações monogâmicas e heteronormativas. A pesquisa, de cunho qualitativo, foi conduzida por meio da estratégia da netnografia. A netnografia tem se afirmado como uma ferramenta metodológica que permite ao pesquisador tomar como campo de pesquisa as redes sociais. Tal escolha implicou na conexão do pesquisador, com a autorização dos membros, em um grupo virtual de poliamoristas que tem como finalidade a troca de suas experiências. Os relatos das conversações, por aplicativos de conversa virtual, foram analisadas a partir das categorias do ciúme, da compersão e da maturidade, compreendidas pela teoria da Gestal-terapia.

PALAVRAS-CHAVE: Poliamor; Ciúme; Compersão; Maturidade; Gestal-terapia.

ABSTRACT: The main objective of this article is the presentation of the research carried out on polyamorous relations and the existence or not of jealousy in these relations, from the perspective of the Gestalt-therapy approach. Polyamorous relationships are those experienced by more than two people, with science and the free consent of everyone involved, in this sense polyamorous relationships differ from the pattern of monogamous and heteronormative relations. The qualitative research was conducted through the netnography strategy. Netnography has established itself as a methodological tool that allows the researcher to take social networks as a field of research. Such choice implied in the connection of the researcher, with the authorization of the members, in a virtual group of polyamorists whose purpose is the exchange of their experiences. The reports of the conversations, through virtual chat applications, were analyzed from the categories of jealousy, compersion and maturity, understood by Gestalt-therapy theory.

KEYWORDS: Polyamory; Jealousy; Compersion; Maturity; Gestalt-therapy.

1 INTRODUÇÃO

As relações poliamorosas se configuram de modo distinto das relações monogâmicas, uma vez que elas se estabelecem entre no mínimo três pessoas, com o consentimento e ciência de todas as pessoas envolvidas. Para uma parcela da população, o poliamor é muitas vezes idealizado como uma relação “evoluída” e sem ciúmes, ao contrário das relações conjugais monogâmicas. Essa constatação do senso comum motivou essa pesquisa, realizada para a elaboração da monografia de conclusão do curso de Psicologia.

O modelo hegemônico da família conjugal e monogâmica reflete os princípios cristãos que nortearam a formação da sociedade brasileira desde a colônia. Tal modelo normativo foi

¹ Este artigo é parte de uma Monografia apresentada ao Curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

² Graduado em Psicologia pela PUC Minas. eustaquio.junior@edu.pbh.gov.br

³ Professora da Graduação e do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da PUC Minas.

tomado “correto” e “saudável”, de modo que as famílias não nucleares e não monogâmicas passaram a ser compreendidas como “desestruturadas”, “patogênicas” e “imorais”. De acordo com Santana (2015), nesse sentido, as relações amorosas eram controladas por ditames políticos e religiosos. No entanto, encontraremos, ao longo da história da família no Brasil, ações de resistência e rompimento com esse modelo hegemônico, de modo que a família ao longo do tempo apresentou-se como plural, como discutem Costa (1983); Vaitsman (1994) e Del Priore (1995), entre outros estudiosos da família brasileira.

No entanto, apesar do modelo hegemônico da família nuclear, conjugal e heterossexual ter sido tomado no imaginário social como único, múltiplas configurações estiveram sempre presentes ao longo da história. Neste artigo serão tratadas as relações poliamorosas, como uma das configurações possíveis que tem se afirmado na sociedade contemporânea. Segundo Pilão (2015), poliamor é uma categoria nativa que designa a possibilidade de se estabelecer simultaneamente mais de uma relação amorosa com a concordância dos envolvidos.

O poliamor surge, impulsionado pela busca da flexibilidade nas relações amorosas, da superação do ciúme e do sentimento de posse, uma vez que esses sentimentos indesejáveis eram tomados como próprios das relações, monogâmicas. Segundo Pilão (2015), o poliamor passa a ser tomado como alternativa à monogamia, sem que contudo, os adeptos do poliamor tivessem a intenção de suprimir qualquer prática monogâmica, ou seja, o poliamor se pretende como uma alternativa e não como substituto da norma dominante.

A etimologia da palavra “poliamor” indica o sentido de “muitos amores”, no entanto, não se trata de relação fraternal, mas de uma relação que envolve a prática sexual seja ela homossexual ou heterossexual. O poliamor busca romper a ideia de propriedade e de exclusividade presentes nas relações monogâmicas. No poliamor, o ideário é que eu não “tenho” o outro, mas, “estou com” o outro.

A filosofia adotada no poliamor considera que amar uma única pessoa pelo resto da vida é algo inconcebível, que o amor não deve excluir o mundo ou as pessoas. Desse modo, os indivíduos podem amar e ser amados por mais de uma pessoa simultaneamente; esta é a lógica que esta ideologia procura defender. Contudo, para que essa forma de relacionamento seja possível, seus adeptos tendem a cultivar princípios que são norteadores para tal prática. Dois princípios se destacam: honestidade e consenso. (FREIRE, 2013, p. 43).

Como afirma Freire (2013), é preciso que haja transparência e o chamado “comum acordo”, o consenso, de todos os envolvidos, desse modo as múltiplas relações perdem o caráter clandestino e de traição presentes nas relações extraconjugais vividas em muitas uniões monogâmicas.

Outro traço presente nas relações poliamorosas é a não obrigatoriedade da presença integral do parceiro ou parceira. Nesse sentido, a coabitação não envolve todos os membros da relação, por exemplo, um casal morar na mesma casa e um (a) terceiro (a) ou quarto membro morarem em casas diferentes. Inclusive são comuns os casos de parceiros que moram em cidades diferentes.

Todas as relações, monogâmicas ou não, possuem os seus acordos ou contratos. Nessa perspectiva, a traição e a deslealdade são consideradas como uma quebra desse acordo. As relações poliamoristas não estão a salvo do rompimento de acordos. Tanto no poliamor quanto em qualquer outra relação, não teremos apenas acordos declarados e discutidos de forma clara, ou seja, nem tudo é expresso. Existem os chamados acordos tácitos, onde os envolvidos agem de forma consoante ao longo do tempo, criando direitos e obrigações. Os acordos tácitos, quando rompidos, também caracterizarão deslealdade e traição.

Os acordos entre os parceiros também passarão pela administração do tempo. Conciliar a agenda de compromissos, trabalho, distância geográfica e família não é tarefa fácil e exigirá muitos acordos. Isso pode ser ainda mais complicado quando na configuração poliamorosa, os parceiros fazem programas separados, com apenas uma parte da polécula⁴.

O tema do poliamor tem sido debatido em muitas redes sociais e fóruns virtuais, onde poliamoristas discutem e opinam sobre temas relevantes às relações poliamorosas, esclarecem dúvidas de pessoas poliamoristas ou candidatas a se tornarem poliamoristas, a exemplo do *site* Vida Poliamor⁵.

Apesar de não haver regras estabelecidas pelo código civil brasileiro, encontramos nas relações poliamorosas uma prática instituída divulgada, especialmente pelas comunidades virtuais que criam novas terminologias, apontam possibilidades e afirmam ou negam determinadas práticas como pertencendo ao poliamor ou não, ou seja, o poliamor não é como pode parecer ao senso comum um espaço desprovido de regras e limites. Ao mesmo tempo, o poliamor apresenta diversos problemas, sejam de aceitação de novos membros na polécula, administração do tempo ou mesmo em relação às questões sociais, pautadas em uma lógica monogâmica e heteronormativa.

No poliamor, a possibilidade de hierarquia das relações não está descartada e tais relações podem ser primárias, secundárias e assim por diante, dependendo do tamanho da polécula

⁴ A polécula é o nome dado às diversas possibilidades de configurações poliamorosas. Trata-se da geometria das relações, a partir da quantidade de envolvidos e suas interações.

⁵ O site Vida Poliamor – tudo o que você queria saber sobre poliamor (<https://vidapoliamor.wordpress.com>) foi criado em 26/01/2016 para ajudar as pessoas em questões sobre o Poliamor. O site também aceita contribuições de textos dos internautas.

la. Vale ressaltar que nem todas as configurações poliamorosas possuem tais hierarquias. Como o relacionamento ocorre simultaneamente com mais de uma pessoa, é desmistificada a ideia de que todos serão amados na mesma intensidade, com a mesma distribuição de tempo e reconhecimento social.

A relação primária é a relação já estabelecida por um casal antes de assumir a perspectiva poliamorista, o que faz supor que haja entre os parceiros dessa relação primária um maior grau de proximidade e de abertura de negociação, tendo em vista a aceitação de ambos pela inclusão de novos parceiros. A relação primária, em muitos casos, é a “oficial”, reconhecida pelas famílias de origem dos envolvidos e pela sociedade de modo amplo. Já a relação secundária, é aquela estabelecida pela inclusão de novos parceiros. As relações poliamorosas não são desprovidas de disputas e hierarquias, ou seja, há a vivência de conflitos entre os membros da relação primária com os membros da relação secundária.

As redes íntimas e românticas no poliamor são chamadas de poléculas. Há várias configurações entre as quais destaco: as relações em V, nas quais uma das pessoas, chamada “vértice”, relaciona-se com as outras duas, no entanto, essas outras duas não se relacionam entre si (aquelas que não se relacionam entre si são chamadas “metamor” uma da outra); as relações triângulo ou tríade, na qual temos todos os envolvidos se relacionando; as relações em N ou Z, composta por 4 pessoas, onde duas pessoas que se relacionam entre si e também se relacionam com mais uma cada, mas estas últimas não se relacionam entre si; as relações em quadrado cada pessoa se relaciona com outras duas pessoas. Há também poléculas mais complexas, nas quais encontramos vários parceiros.

Apesar de pensarmos que o poliamor caracteriza-se como uma configuração amorosa da pós-modernidade, podemos observar que há traços tidos como tradicionais que se repetem. Bauman (2004) apresenta-nos que o mundo contemporâneo traz consigo afetos individualistas e efêmeros, onde os padrões de amor foram rebaixados. Para França (2016), os poliamoristas fogem dos extremos, tanto do sexo casual sem vínculo amoroso, quanto de uma monogamia exclusivista.

O que seria elevado padrão de amor, o amor monogâmico? O que seria esse sentimento rebaixado, noites avulsas de sexo? Poliamoristas não permanecem nos extremos, nos polos contrários, porque acreditam que é possível amar, sim, e muito, mais de uma pessoa inclusive. Mas, pensam que esse afeto e esse sentimento não se resumem a uma noite de prazer sexual. (França, 2016, p. 24)

Entre a Monogamia e o poliamor há pontos de convergência entre ambos, como por exemplo, o ideal do amor romântico, em relação à escolha dos pares. No caso do poliamor,

que, em muitos casos, começa com um casal buscando uma terceira pessoa para compor a polécua ou mesmo um outro casal, busca-se uma afinidade afetivo sexual de ambos para aceitar o(s) novo(s) parceiro(s).

A associação amor e sexo é característica importante tanto para os parceiros monogâmicos quanto para os poliamoristas, a vinculação de amor e sexo, em ambas as configurações, é condição para que o relacionamento aconteça. O sexo dissociado do amor, promovido na revolução sexual é hoje realizado nos relacionamentos abertos e no *swing*, já na monogamia e no poliamor, o vínculo tradicional do amor e sexo está preservado. No relacionamento aberto, os envolvidos acordam entre si que podem se relacionar sexualmente com outros parceiros, sem envolvimento afetivo. No *swing*, há uma troca de casais no ato sexual, visando a uma variação da rotina. Há consentimento e é realizado com todos os envolvidos presentes.

O poliamor é uma proposta de relacionamento afetivo-sexual que revela ao mesmo tempo práticas que podemos considerar “modernas” e práticas “conservadoras”. Ao examinar as tensões entre o movimento “moderno” que busca romper práticas monogâmicas e o movimento “conservador” que resgata traços das famílias nuclear, conjugal e heteronormativa, destaco os elementos do ciúme, compersão e maturidade, que serão discutidos à luz da teoria da *Gestalt*.

PRÁTICAS DISCURSIVAS DOS POLIAMORISTAS

A metodologia utilizada por mim foi a Netnografia. De acordo com Kozinets (2014), citado por Dias (2015), a netnografia é baseada nas ferramentas exploratórias de pesquisas na internet, visando à busca de análises mais completas, através do comportamento que os indivíduos se expressam *on-line* e *off-line*. As ferramentas virtuais foram grandes auxiliares na pesquisa, no *site* “Vida Poliamor” e através do grupo “fechado” do *Facebook* “Poliamor e Mentes Livres”, na localização dos entrevistados e no fornecimento de informações, uma vez que os três moram distantes de Belo Horizonte (Rio de Janeiro-RJ, Amapá-MP e Vitória da Conquista-BA). Depois de ser aceito como membro do grupo “fechado” do *Facebook*, fiz uma postagem sobre a minha pesquisa e obtive retorno de três pessoas que faziam parte de configurações poliamorosas. A partir daí, as conversas comigo se deram através do aplicativo *Messenger* e *Watsapp*. Os nomes citados abaixo são fictícios.

Quadrado ou Quadrisal (dois homens e duas mulheres)

Quitéria, entrevistada, é uma mulher de 35 anos, militar, casada há 5 anos com Quirino, 32 anos, também militar e têm 3 filhos. Eles se conheceram no trabalho. Após algum tempo de relacionamento e de muita conversa, eles queriam viver uma relação poliamorosa. Começaram a procurar nas redes sociais, em grupos de poliamoristas, tendo em vista que não há reconhecimento social dos poliamoristas e, na maioria das vezes, essas pessoas vivem sem revelar publicamente seu desejo de fazer parte de uma configuração poliamorosa.

Viam os anúncios na internet, de casais que procuravam por outros parceiros e não achavam-nos interessantes, *“pois eram muito superficiais”* (sic). Quitéria e Quirino decidiram criar um grupo virtual no aplicativo *WhatsApp*, adicionando membros apenas do Rio de Janeiro, e logo apareceram interessados para se conhecerem melhor. Em uma semana, eles conheceram virtualmente outro casal, tiveram um primeiro encontro e viveram uma relação poliamorosa que durou por 03 meses. O casal era Quincas, um homem de 28 anos, profissional de TI e Quésia, uma mulher de 36 anos. Eles têm 1 filho. Inicialmente, Quirino foi resistente e não queria, porque ele não estava preparado para ver Quitéria com outro homem. Por isso, Quitéria disse que eles não *“ficaram”* no primeiro encontro. *“Apenas nos conhecemos e conversamos. No segundo encontro, um mês depois, as coisas melhoraram.”* (sic). As mulheres da polécua, Quitéria e Quésia, são bissexuais, ou seja, cada uma delas se relaciona com os outros três parceiros da polécua. Os homens da polécua, Quirino e Quincas eram heterossexuais, inicialmente, ou seja, cada um deles relacionava-se apenas com as mulheres do quadrisal. No entanto, Quincas já havia demonstrado interesse em experimentar *“de tudo”* (sic) e aceitava relacionar-se também com Quirino. Quirino não queria vivenciar uma experiência homossexual. Para Quitéria, o relacionamento durou muito pouco tempo. *“Quésia era muito possessiva e queria um relacionamento sério ‘logo de cara’”* (sic). Quirino queria ir *“mais devagar”* (sic). Os desejos dos casais que formaram o quadrisal eram diferentes. Quitéria disse que Quésia e Quincas cobravam muita seriedade dela e de Quirino. Quésia queria que a polécua fosse *“fechada”*, ou seja, a relação dos quatro não estaria aberta à adição de novos parceiros. Quincas queria deixar a polécua *“aberta”*, para que ele pudesse conhecer novos parceiros para experiências com ambos os sexos. Os quatro não chegaram a morar juntos e as famílias de origem de ambos os casais não souberam desse relacionamento dos quatro. De acordo com Quitéria, sempre houve ciúmes, egos feridos, muita conversa e vontade de fazer dar certo, mas a distância e alguns pontos divergentes na ideia de como levar adiante, levaram os dois casais de origem a se separarem.

Desde que se casaram há 5 anos, Quitéria e Quirino sempre definiram a relação como sendo aberta a novos amores. Há uma difícil tarefa de explicar, para as pessoas e familiares mais próximos, a desconstrução da ideia de posse do outro e quais as implicações disso tem para a vida deles. Ela diz que a maioria das pessoas do seu convívio diz entender, mas não aceita. *“O maior trunfo é a transferência da relação, não há motivos para mentir, nem para omitir. Isso deixa a relação mais gostosa. Organizar uma relação com pessoas é uma tarefa muito difícil. Havia compersão da parte de uns e ciúme da parte de outros. Era um misto de sentimentos.”* (sic)

As famílias de origem de ambos os casais (pais, irmãos etc.) do quadrisal não sabiam da relação dos quatro. Não houve tempo de revelar às famílias porque a relação durou apenas 3 meses (justificativa de Quitéria). No entanto, os planos eram de abrir a história para todos após um tempo de relacionamento. Além dos ciúmes, havia conflitos de interesse e divergências políticas também.

Em relação às discussões políticas, Quitéria disse que era devido ao fato dela e Quirino serem militares (bombeiros) e Quésia e Quincas serem “pró-comunismo”. Isso causava várias divergências no dia a dia. *“Os ciúmes ocorriam mais da Quésia em relação ao Quincas, pois ele estava mais “disperso” no quadrisal, querendo conhecer pessoas de fora, sendo que os outros 3 parceiros queriam “fechar” entre os 4”* (sic).

Os filhos não sabiam da existência do quadrisal. Os encontros dos 4 parceiros acontecia cerca de 3 vezes por semana. Quitéria disse que localizava diversas formas de preconceito, tanto da família quanto da sociedade. De acordo com ela, muitas pessoas, inclusive amigos gays e lésbicas, bem como um casal simpatizante do movimento hippie, demonstravam preconceito com a relação poliamorosa. Ela fez essa referência para dizer que mesmo aquelas pessoas que sofrem preconceito na sociedade, sendo de grupos hierarquicamente inferiorizados, também eram preconceituosas em relação à experiência poliamorosa.

Os encontros eram com todos os 4, 3 ou mesmo 2. Não havia uma forma engessada, era de acordo com as escalas de trabalho e disponibilidade dos parceiros. No entanto, Quitéria disse que era *“bem mais gostoso estando os 4 juntos”* (sic). Não havia regras em relação a isso.

Atualmente, Quitéria e Quirino vivem um relacionamento aberto, relacionam-se com outras pessoas, mas ainda nada no formato poliamorista. Ela disse que eles estão abertos a um relacionamento poliamoroso que seja natural e tranquilo.

Relacionamento em V (3 mulheres)

Vitória é estudante de Psicologia. É adepta da filosofia do poliamor há pouco mais de um ano. Está numa relação poliamorosa há alguns meses. Estava numa relação com outra mulher, Verônica, e diz que o mesmo sempre foi aberto, ou seja, ambas já tinham acordado que novas parceiras poderiam passar a fazer parte da relação, relacionando-se diretamente com uma ou com as duas. Verônica diz que sempre se atentou para a possibilidade dela ou da parceira se apaixonar por outra pessoa e ter outro relacionamento. Há alguns meses isso aconteceu. Trata-se de uma relação em V, sendo Vitória é o vértice, relacionando-se com ambas as parceiras, Verônica e Vânia. As duas parceiras de Vitória são metamores uma da outra.

Uma das duas parceiras, Vânia, se relaciona com outras pessoas fora do relacionamento poliamorista. Isso é consentido entre elas. Verônica e Vânia, parceiras de Vitória, não têm ciúme uma da outra, mas têm ciúmes de pessoas “de fora” da configuração poliamorosa. Vitória mora com Verônica. Os programas, algumas vezes, são feitos com as três juntas. Ela diz que precisa ter muita maturidade para dar certo.

Trisal (um homem e duas mulheres)

Tânia, mulher, contadora, tem 26 anos. Adepta da filosofia poliamorista, encontrou há 3 anos e meio com um casal (Tiago, presidente de um sindicato, com 51 anos e Teresa, professora, com 45). Esse casal não pode ter filhos e já estava junto há mais de 20 anos quando Tânia passou a fazer parte do trisal. Tânia também não deseja ter filhos. O casal que originou o trisal, Tiago e Teresa, é evangélico e as famílias de origem de ambos, bem como a igreja que frequentam não têm conhecimento da existência da relação poliamorosa. Tânia conheceu Tiago quando foi ao sindicato homologar uma rescisão. Marcaram de sair e tomar um vinho. *“As coisas foram acontecendo naturalmente, até que ficamos”* (sic). Ao contrário dos outros casos citados anteriormente e dos relatos que observamos nos grupos virtuais fechados de poliamor, essa configuração amorosa teve início com uma traição dentro da relação monogâmica, uma vez que Teresa não sabia da existência de Tânia e não havia sequer acordado com Tiago a possibilidade de incluírem um terceiro parceiro na relação. Após ficarem juntos algumas vezes, Tiago e Tânia planejaram como incluiriam Teresa na relação, originária de forma extraconjugal. Em um certo momento, Tiago viajou para Fortaleza e pediu para que Tânia ficasse com Teresa, fazendo companhia para a sua esposa durante a sua viagem. Nesse período, *“nós ficamos”* (sic), disse Tânia referindo-se a ela e à Teresa. Tânia mora com eles e disse

que passou a fazer parte desse casal para “apimentar” a relação. Disse que organiza a casa, as finanças e as brincadeiras sexuais também. Ela disse que a vida cotidiana é normal. Acordam cedo, vão para a academia juntos. Ao retornarem, tomam café da manhã, saem para trabalhar, voltam para o almoço (também juntos). As tarefas domésticas são divididas. Cada um tem seus afazeres e responsabilidades na casa. As despesas financeiras (casa, carro, seguro, saúde) também são divididas.

Tânia disse que, atualmente, não há problemas com ciúmes. Havia muito ciúme no início. Hoje, cada um sabe do valor que tem para si próprio e isso ajuda muito na maturidade da relação. Eles dormem juntos. Tânia disse que dorme no meio da cama, entre Tiago e Teresa. Isso acontece desde que moram juntos.

A família de origem dele sabe, mas, de acordo com Tânia, finge não saber. A família de Tânia sabe da relação e aceita “*numa boa*” (sic). A família de Teresa é tradicional evangélica. Segundo Tânia, eles sabem, mas não aceitam de forma alguma. Chegam a criticar e difamar Tânia. “*Dizem que eu sou a aparência do mal*” (sic).

Tânia disse que o poliamor é muito complexo, exigindo muita maturidade dos parceiros. Disse que conviver com mais dois parceiros é para quem tem mente aberta. É preciso saber lidar com a atenção e carinho para o outro, uma vez que cada um tem a sua forma de se expressar. “*A mulher sempre envolve mais com a outra, por ser mais carinhosa, ao contrário do homem, que tem ‘um instinto mais animal’*” (sic). Ela ressalta que é preciso estar preparado para as críticas da família e da sociedade também, pois é algo novo e o novo assusta. Por fim, é preciso saber se é isso mesmo que se quer, para não acabar machucando a si próprio e aos outros.

Tânia disse que tudo o que eles fazem é “a três”, inclusive a relação sexual. Isso passou a ocorrer depois que, em várias transas com apenas dois parceiros, o terceiro queixava-se, com ciúmes: “*Ah, mas você faz isso nela (nele), mas não faz em mim*” (sic). Segundo ela, isso gerava muitas comparações.

Disse que se sente insegura porque o homem já havia traído a esposa em outras ocasiões, antes mesmo dela fazer parte dessa polécúla.

Ela disse também que a relação está bem desgastada. Quando vêm parentes de outras cidades, das famílias de origem de Teresa ou Tiago, para passarem uns dias na casa deles, ela tem que sair de casa e procurar um lugar para ficar, até que possa retornar para sua casa quando as visitas vão embora. Tânia diz que isso desgasta bastante. Tânia pensa em se separar, apesar de não ser consentido da parte de Teresa e Tiago.

Ela disse que, atualmente, a transa tem ocorrido mais vezes entre Tânia e Teresa, excluindo Tiago, que segundo Tânia, estava restringindo a relação à ênfase apenas nas partes genitais e “*nenhuma mulher aguenta isso*” (sic).

O ciúme, a compersão e a maturidade

As três relações apresentadas, apesar de termos três poléculas diferentes (um quadrisal, uma relação em V e um trisal), apresentaram algumas características em comum. A partir das práticas discursivas nas três conformações amorosas, podemos observar três elementos discursivos comuns: o ciúme, a compersão e a maturidade. Vale ressaltar que essas práticas discursivas foram coletadas apenas de um membro da configuração poliamorosa, apresentando, portanto, algumas limitações, sendo uma única visão de uma relação com no mínimo 3 envolvidos. Além disso, as ferramentas virtuais utilizadas apresentam-se como uma alternativa de pesquisa na contemporaneidade, sem que percamos de vista também as suas limitações, sobretudo quanto ao fenômeno a ser estudado e analisado, tendo como base apenas os discursos colhidos.

O sentimento do ciúme, seja em menor ou maior grau, pode ocorrer entre as pessoas que estão dentro da relação poliamorosa, tanto entre os parceiros quanto entre os metamores, como também de pessoas que possam vir de fora da relação, ou seja, há situações entre os envolvidos e pessoas que não fazem parte da configuração amorosa também podem interferir, gerando ciúmes nos membros da polécula.

Para falarmos do ciúme, recorreremos às relações monogâmicas. Nas relações monogâmicas, uma de suas prerrogativas é a exclusividade, sendo muito presente o ciúme quando essa exclusividade é ameaçada. O aparecimento do ciúme ocorreu de forma diferente de acordo com o momento histórico. O sentimento do ciúme apresenta-se no decorrer da história da humanidade, em diferentes épocas e por razões diferentes. Quando observamos o texto bíblico, o povo de Israel, há mais de 1.000 a.C., liderados por Moisés, estabeleceu nos Dez Mandamentos certa regulação das relações conjugais, ao tratar da cobiça pela propriedade alheia, colocando em pé de igualdade as mulheres, os escravos, os animais e as demais propriedades dos homens. “Não cobiçarás a casa do teu próximo. Não cobiçarás a mulher do teu próximo, nem o seu servo, nem a sua serva, nem o seu boi, nem o seu jumento, nem coisa alguma que pertença ao teu próximo” (Ex 20, 17).

O tempo passou e a ideia de propriedade ainda está presente. Mesmo com a possibilidade da escolha do parceiro, outras idealizações também se manteriam. A busca idealizada do

parceiro traria uma série de frustrações para as relações amorosas, que estavam fadadas à impossibilidade do rompimento traduzida na célebre frase proferida nas cerimônias religiosas de casamento “até que a morte os separe”.

O ciúme pode ser gerado pelo medo ou insegurança da perda da pessoa amada. Pode surgir pela quebra de algum acordo ou mesmo uma insegurança pessoal. Como já vimos na seção anterior, a quebra de acordo configura a traição. Na relação monogâmica, a possibilidade de que o parceiro se apaixone, ou seja seduzido por outra pessoa é um grande risco de término da relação, uma vez que “só há lugar para um parceiro”. No poliamor, novos parceiros são agregados à relação, o que pode diminuir o risco de insegurança. Os poliamoristas propõem diálogo franco e aberto sobre as inseguranças pessoais de cada envolvido. No entanto, como pudemos perceber nas práticas discursivas, lidar com o ciúme não é tarefa fácil, gerando conflitos e até o término da relação, como ocorre nas relações monogâmicas. O ciúme estará presente nas relações poliamorosas, mesmo que não seja na conotação de insegurança ou perda da pessoa amada, mas, pelas dificuldades de administração do tempo, insegurança pessoal e quebra de acordos.

Atualmente, os poliamoristas têm assumido a existência do ciúme em suas relações. No *site Vida e Poliamor*, o ciúme é tratado como existente nas relações poliamorosas, sendo motivo de muito diálogo na busca da continuidade da relação.

Poliamor não é desprovido de ciúmes. Se enganam aqueles que pensam que os poliamoristas são pessoas que não sentem nenhum tipo de ciúme nunca. Pelo contrário, não acreditamos existir pessoa neste mundo que não tenha inseguranças e que não deixe estas inseguranças aparecerem em seus relacionamentos. A diferença é que no poliamor, nós lidamos com esse ciúme de maneira diferente, e a abertura ao diálogo (com mais de uma pessoa inclusive) costuma ser ferramenta bastante presente para amparar as inseguranças daqueles com quem nos relacionamos (ou mesmo as nossas). (Vida e Poliamor, acesso em 30/03/2017).

A segunda temática que é tratada na narrativa dos sujeitos que participaram dessa pesquisa é a compersão. De acordo com Pilão (2015), citado por Marques (2015), a palavra compersão é uma tradução do neologismo “compersion”, um “novo” sentimento, oposto ao ciúme. Para os poliamoristas, é necessário pensar a relação como uma rede, onde todos podem se beneficiar com a felicidade do parceiro.

Para todos os grupos, o sentimento que se contrapõe ao ciúme (ligado à ideia do amor romântico) é a *compersão*. Esta é vista como um componente do amor, em que as experiências do outro companheiro (seja ele reconhecido ou não) tornam-se a felicidade daquele que, socialmente em uma relação monogâmica, deveria sentir ciúmes. A compersão entende os demais elos afetivos como enriquecedores e promotores da felicidade de todos os envolvidos. (Kessler, 2013, p. 370)

O sentimento da compersão é antagônico, neste aspecto ao sentimento do ciúme. No ciúme, os pares sentem insegurança e medo de perder a parceira. Na compersão, os envolvidos nas relações poliamoristas sentem-se felizes pelo fato, mesmo com outro parceiro, pois tenho consciência de que sou beneficiado pela sua felicidade, proporcionada por outro ou outros membros da polécula. A busca é pela superação do sentimento de posse.

O termo foi introduzido, aparentemente, por uma comunidade *new age* californiana, para designar um sentimento que se contrapõe ao ciúme embora não o negue, isto é, a compersão seria a felicidade (em sentido amplo) que se sente ao ver a felicidade (em sentido amplo) de um/a parceiro/a ao estar engajado em outra relação sexual e afetiva. Nesse sentido, a compersão seria uma alternativa ao sofrimento comumente causado pelo ciúme, não uma alternativa ao ciúme em si. (França, 2016, p. 15)

No entanto, ciúme e compersão, embora antagônicos, não serão excludentes em todo o tempo. Os dois sentimentos podem estar presentes ao mesmo tempo na relação poliamorosa, como foi dito pela entrevistada do quadrisal. Estamos inseridos numa sociedade mononormativa e, mesmo no poliamor, poderemos ter alguns “lampejos” de compersão, cercados de ciúmes. À medida que a relação passa a ser mais duradoura, como é o caso do trisal citado, podemos encontrar mais momentos de compersão, como no caso de Tiago, que ficou feliz por Teresa encontrar Tânia. O mesmo sentimento de Teresa, ao ver que Tânia fazia bem a Tiago. No site Vida e Poliamor, a compersão é tratada como uma condição empática.

Ser compersivo é ter empatia, perceber que se alguém faz bem à pessoa que você ama, isso acaba fazendo bem a você também, entendendo que a pessoa amada está sendo bem cuidada, está feliz, e não está sendo lesada, magoada ou machucada dentro desta outra relação. Algumas pessoas encaram a compersão como sendo um sentimento diametralmente oposto ao ciúme. Mas compersão e ciúme podem acontecer ao mesmo tempo, com a mesma pessoa, em relação a uma mesma situação ou parceiro (a). A pergunta então é: é possível alguém sentir empatia e insegurança ao mesmo tempo? Claro que sim. Apesar de compersão e ciúme serem às vezes definidos como opostos, na verdade eles apenas estão em espectros diferentes. (Vida e Poliamor, acesso em 30/03/2017).

A terceira temática presente nas práticas discursivas é a maturidade, considerada pelos adeptos dessa prática como sendo fundamental para a relação “dar certo”, pode ser entendida por muitos como ausência de conflito. No entanto, o conceito de maturidade vai além de uma ausência de conflitos, uma vez que os conflitos podem promover nos relacionamentos o crescimento dos envolvidos. A maturidade pode ser alcançada por aquilo que denominamos “ade-

quação do casal”. O termo é utilizado nas relações monogâmicas, mas pode também se expandir para as relações poliamorosas.

Uma relação onde todos os envolvidos estão adequados é uma relação madura. Para que isso seja alcançado, o diálogo precisa ser intensificado, buscando os parâmetros dos próprios envolvidos. No caso das relações monogâmicas, os casais buscam adequação do que gostam, suas preferências e suas rotinas. No caso das relações poliamorosas, a adequação dos envolvidos torna-se mais complexa devido à quantidade de participantes, exigindo ainda mais diálogo. Isso pode ser observado em questões peculiares dessas relações. Por exemplo, a adição de parceiros na relação. Para que haja adequação e, conseqüentemente, maturidade na relação, todos os envolvidos deverão estar satisfeitos com a forma de escolha desse (a) parceiro(a) que será adicionado, como será realizada a distribuição do tempo, como serão feitos os programas, sejam eles de toda a polécúla ou quando for apenas uma parte dela.

Além disso, o fato da relação poliamorosa ter mais de duas pessoas, faz com que haja a possibilidade de mais de uma orientação sexual dos envolvidos. Para algumas configurações poliamorosas, isso também é motivo de inadequações entre os parceiros, o que provoca conflitos. Se um (a) parceiro (a) deseja abrir a relação à entrada de novas pessoas e outro (a) membro não deseja abrir, mantendo a polécúla fechada, pode gerar conflitos, disputa de poder e compromete a adequação dos envolvidos.

Vale ressaltar que essa adequação diz respeito a cada configuração amorosa, seja ela monogâmica ou não monogâmica. Nesse ponto, os poliamoristas levam certa desvantagem, uma vez que vivem em um mundo mononormativo, ou seja, uma sociedade onde a monogamia é a norma. Se essa adequação fosse baseada em médias de índices das relações monogâmicas para cada tema proposto, como frequência de relações sexuais, amizade do (a) parceiro (a), relacionamento virtual e traições, os poliamoristas estariam sempre inadequados.

A lógica mononormativa afeta diretamente a vida das relações poliamorosas, devido ao fato da sociedade exercer uma forte pressão sobre a prática dos costumes não monogâmicos. Como muitas relações poliamorosas vivem na “clandestinidade”, em termos sociais, os poliamoristas buscam grupos virtuais, *sites* e outras ferramentas de comunicação para trocar experiências, se fortalecerem e buscarem apoio uns nos outros.

Ao tentar romper com as idealizações monogâmicas, o poliamor também apresenta outras idealizações. Podemos nos perguntar se não haveria uma idealização dos poliamoristas em relação a se sentirem mais avançados que os monogâmicos? A partir das práticas discursivas colhidas por meio das ferramentas virtuais podemos nos perguntar se os poliamoristas

compreenderiam o ciúme como próprio das relações monogâmicas, um comportamento negativo que não estaria presente nas relações poliamoristas?

Se forem esses os motivos da busca por uma nova configuração amorosa, podemos dizer que os poliamoristas idealizam esse modelo de relação, tomado como uma saída para as dificuldades cotidianas das relações monogâmicas e estáveis. No entanto, é possível perceber que nas relações poliamorosas o ciúme também foi encontrado, a exemplo das relações monogâmicas, mesmo que não seja na conotação de exclusividade ou propriedade.

Pudemos observar também o aparecimento de um sentimento novo, até então não observado nas relações monogâmicas. A compersão, quando aparece de fato na relação, faz com que os envolvidos alcancem a maturidade tão almejada. A realidade, contudo, não é estanque. As temáticas não aparecem separadamente, numa lógica cartesiana.

Nas relações poliamorosas, ciúme, compersão e maturidade, aparecerão juntos, em menor ou maior proporção e têm relação um com a outro. A compersão pode ser vivenciada como um sentimento de grande realização, frente à felicidade do meu (minha) parceiro (a) em ser amado (a) por outra pessoa, extinguindo o ciúme que tenho do (a) outro (a) como propriedade, que somente eu posso ter acesso. No entanto, o ciúme da insegurança e da ameaça de perda pode conviver com a compersão, demonstrando que tais sentimentos não são tão opostos quanto possam parecer.

A maturidade da relação, tão almejada em todos os relacionamentos amorosos, sejam eles monogâmicos ou não-monogâmicos, poderá ser observada nas relações poliamorosas, com uma alta proporção de compressão e uma baixa proporção de ciúme, a partir da adequação dos envolvidos.

A ABORDAGEM DA GESTALT-TERAPIA

Nenhuma das pessoas entrevistadas estavam em atendimento psicoterápico e não apresentavam demanda para tal atendimento. No entanto, a partir das práticas discursivas, farei algumas considerações sobre as relações poliamorosas a partir de conceitos da Gestalt-terapia. As relações poliamorosas não são patológicas ou imorais em si, como são tratadas pelo senso comum. Além disso, tais relações são alvo de muitos preconceitos, quando avaliadas segundo os princípios da monogamia e da heteronormatividade. A Gestalt-terapia acredita que o ser humano saudável é aquele que consegue buscar no ambiente a satisfação das suas necessidades, de forma integrada, através do contato, tendo a primazia da experiência desse contato como algo singular. Os valores, apesar de terem forte influência cultural, são também pesso-

ais, sendo que o que é bom para uma pessoa pode necessariamente não ser bom para outra. Ele se abre para o mundo como ser de relação que essencialmente é.

A Gestalt-terapia, em sua fundamentação antropológica, compreende o homem como um ser de possibilidades, dotado de liberdade para escolher sua essência a cada instante, consumando, assim, seu projeto de vida e de ser-no-mundo. Coerente com sua raiz existencial, o ser humano é concebido como abertura para o mundo, e só se constitui como pessoa enquanto está em conexão com o mundo, dando-lhe um sentido. Em suma, ele é inexoravelmente, um ser-em-relação. (Cardoso, 2017, p. 43)

Sendo assim, a abordagem gestáltica não estabelece rótulos, padrões ou diagnósticos. Na Gestalt-terapia, a pessoa “está” doente, ela não “é”. Por isso, penso que essa abordagem seja propícia para a leitura das relações poliamorosas, com vistas a despatologizar e não demonizar tais práticas. Alguns conceitos da *Gestalt* são importantes para a leitura do fenômeno do poliamor.

Awareness

A Gestalt-terapia tem como base uma visão holística, integrada do ser humano, que busca no ambiente a satisfação de suas necessidades. À medida que essas necessidades vão surgindo, elas se destacam como figura, diante do restante das outras situações e coisas que se apresentam, que ficam como fundo. Quando a satisfação da necessidade se dá, outra figura se apresenta, sendo que o que antes era figura, passa a ser fundo e vice-versa.

O conceito de *awareness* diz respeito a uma consciência do meio interno e externo de si mesmo e do ambiente. Consigo, estando em *awareness*, perceber quais são as minhas reais necessidades, discriminando a figura e fundo de cada instante, o que o ambiente pode me oferecer e como posso satisfazer tais necessidades. *Awareness* não será apenas a consciência do meio interno e externo, mas, também, apresentar o potencial de ação para a mudança ou ação necessária diante da identificação de tais necessidades.

Diante disso, apresentar a consciência do meio interno e externo e não apresentar o potencial de ação caracteriza um *awareness* parcial.

A concepção de *awareness* como abertura sensível e geração espontânea de formas está estreitamente relacionada a uma vertente de pensamento da qual a Gestalt-terapia é pioneira e inclui a psicologia no campo das perspectivas ético-estéticas. Perspectivas que se desviam do pensamento interpretativo-explicativo em direção à valorização da experiência, do risco, da aceitação e do acolhimento do novo e da diferença como formas criativas da existência. (ALVIM, 2014, p. 29)

No caso das relações poliamorosas, os poliamoristas se abriram a uma nova experiência de configuração amorosa. A partir do conceito de *awareness*, podemos observar, que a escolha de viver uma relação poliamorosa não apresenta, por si só, nada de patológico. Cada membro da polécua, está em *awareness*, quando consegue identificar suas reais necessidades, suas possibilidades de satisfação no ambiente e seu potencial integrador e de ação.

Como vimos anteriormente, o poliamor, apesar de ser uma possibilidade de configuração amorosa moderna, possui também suas idealizações de uma relação sem conflitos, sem ciúmes e madura. No entanto, na realidade, vemos que não é bem assim.

Sendo assim, estar *awareness*, para os poliamoristas, é essencial para a continuidade e sucesso da relação poliamorosa. O Gestalt-terapeuta trabalha na busca constante desse estado de *awareness* dos seus pacientes e com os poliamoristas não seria diferente.

Contato: funções, fases, ciclo de contato e fronteiras de contato.

Perls, revisando a teoria e o método de Freud, em 1942, concorda com a interdependência entre o organismo e o meio. “[...] todo contato, seja ele hostil ou amigável, ampliará nossas esferas, integrará nossa personalidade e, por assimilação, contribuirá para nossas capacidades, desde que não esteja repleto de perigo insuperável e haja uma possibilidade de dominá-lo” (PERLS, 2002, p. 110).

A interação do organismo com o seu meio é entendida na Gestalt-terapia como contato. Dentro da perspectiva integradora, o ser humano busca no ambiente a satisfação das suas necessidades em seus vários aspectos.

Todas as funções do animal ou do homem – sejam vegetativas, perceptivas, motoras, afetivas ou mentais – precisam de objetos e do ambiente para se completar, e esse campo interacional, que é físico e social, caracterizando uma visão “unitária”, é chamado na Gestalt-terapia de “campo organismo/ambiente”. (D’ACRI; MORAES, 2014, p. 32).

O contato irá dar-se-á na fronteira entre o organismo e o meio. É nessa fronteira que se dá a experiência. A fronteira precisa ser permeável, para promover trocas entre o eu e o não eu. Nesse contato, quando ocorre de forma saudável, permite a assimilação do novo e ambos podem crescer. Em Gestalt-terapia, há uma diferença entre aceitar e assimilar. A aceitação, pura e simples, do novo que vem do ambiente, denota passividade e não é saudável. Por outro lado, na assimilação, o organismo satisfará suas reais necessidades e assimilará do novo ape-

nas o que for benéfico, de maneira ativa e consciente, como vimos no conceito de *awareness* na seção anterior.

[...] o funcionamento da fronteira pode ser comparado ao funcionamento da membrana citoplasmática – que envolve as células para que elas não percam líquido ou elementos, sendo responsável por sua relação com o meio extracelular. A membrana é seletiva e semipermeável; deixa entrar o que é nutritivo, mantém o conteúdo do meio intracelular estável e elimina o que não é mais necessário. (D’Acri e Moraes, 2014, p. 51)

No indivíduo saudável, a fronteira será permeável quando se tratar de uma novidade assimilável e será defensiva quando for uma novidade difícil ou ameaçadora. Além da permeabilidade, a plasticidade também é uma importante característica da fronteira, permitindo-a expandir ou retrair de acordo com a situação que se apresenta.

De acordo com Perls, Hefferline e Goodman (1997), citados por D’Acri e Moraes (2014), o contato pode ser dividido em 4 fases: pré-contato, processo de contato, contato final e pós contato. Na primeira fase, o corpo é o fundo e a figura. A figura ainda não está definida e discriminada do fundo. Na segunda fase, temos a excitação do fundo e a figura torna-se possibilidade. O ego irá deliberar, a partir do que o ambiente oferece, avaliando, escolhendo ou rejeitando. Na etapa seguinte, do contato final, a figura está em grande destaque e, na última fase, temos a consequência do contato, ou seja, a assimilação da novidade, gerando amadurecimento, crescimento, mudança e transformação. O que foi assimilado vai para o fundo de experiências. Essas fases ocorrem no contato, quando o mesmo se dá de forma saudável, *na* fronteira. Muitos contatos ocorrem de maneira não saudável, devido às fronteiras estarem muito rígidas ou muito permeáveis.

Erving e Miriam Polster (2001), citados por D’Acri e Moraes (2014), falam das funções do contato: tocar, olhar, escutar, cheirar, degustar, falar (voz e linguagem) e movimentar. Através dessas funções, será possível o contato. Essas funções também podem ser utilizadas como resistência e bloquearem o contato.

Nas relações poliamorosas, as fronteiras de contato precisarão da plasticidade para se expandir a esta nova experiência. Os valores monogâmicos impostos pelas instituições sociais, religiosas, jurídicas podem tornar as fronteiras de contato rígidas, impedindo a assimilação do novo. Sintonizar as necessidades, com as consequentes aberturas das fronteiras de contato não é tarefa fácil aos poliamoristas. Se na monogamia, a busca dessa sintonia será entre os dois parceiros, no poliamor teremos que sintonizar três, quatro ou até mais necessidades

dos envolvidos, com as permeabilidades e plasticidades de suas respectivas fronteiras de contato.

Na experiência narrada pelo quadrisal, à qual nos referimos no segundo capítulo, observamos que o término da relação ocorreu porque os quatro envolvidos tinham desejos muito diferentes, seja de abertura para novos parceiros com distintas orientações sexuais, metamores se tornando parceiros ou não.

Além disso, no caso do poliamor, devido ao grande desconhecimento das pessoas ou mesmo pelos valores sociais e religiosos, é possível que as fronteiras de contato dos seus adeptos estejam mais rígidas e não-permeáveis as concepções externas, como uma estratégia para a evitação de maiores conflitos com o sistema social, o que poderia causar danos à relação poliamorista. Por outro lado, podemos pensar também que as críticas e discriminações podem fortalecer os poliamoristas a defender o novo, mostrando a sociedade que seja possível um novo modelo de relação amorosa, mais madura e sem ciúme. Nesse caso, as fronteiras precisam ser permeáveis para que os poliamoristas possam promover mudanças no sistema social.

Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades

Diante de situações complexas e difíceis em sua vida, o ser humano poderá ficar paralisado nos problemas, com a figura rígida e sem potencial de ação para a mudança, ou poderá buscar um novo ajuste diante das possibilidades existentes.

O funcionamento saudável buscará a realização do ser humano, sendo que o ajustamento criativo é uma das prerrogativas desse funcionamento saudável, neste sentido, “O homem realizado para a Gestalt-terapia é o homem aberto, em constante processo de atualização, transformação e realização criativa, capaz de unir-se e de separar-se ritmicamente, de tocar e de ser tocado pelo mundo” (CARDELLA, 2014, p. 108).

O ajustamento criativo é um processo contínuo, que ocorre no encontro do organismo com o meio. O ser humano saudável é responsável pelas suas escolhas, não se adapta excessivamente a uma realidade, mas a transforma, de modo que possa buscar a autorregulação e satisfação das suas necessidades a partir da percepção de que tal realidade é flexível.

Nas relações poliamorosas, podemos perceber que, a partir das relações monogâmicas vividas anteriormente, os casais passaram a ajustar-se criativamente diante das novas necessidades de si e de seus parceiros. A perda da idealização do amor exclusivista monogâmico, fez

com que os poliamoristas pudessem adequar, de forma criativa, nova, as suas necessidades de satisfação.

Por outro lado, os poliamoristas que buscaram o poliamor na expectativa e idealização de que seria uma relação mais madura que a monogâmica, sem ciúmes e “moderna”, também se frustraram ao encontrar uma relação que conservava diversos aspectos “tradicionais”, como vimos nas práticas discursivas. Sendo assim, os poliamoristas, que tiveram que fazer vários ajustamentos criativos para iniciar a relação, precisariam também fazer outros ajustes para permanecer na mesma, fazendo com que percebamos que o ajustamento criativo é contínuo, sobretudo quando se tratam das relações amorosas.

De acordo com Cardella (2014), a Gestalt-terapia busca com os pacientes a restauração do poder de ajustamento criativo, autorrealização e atualização de suas potencialidades criativas. A hierarquia de necessidades irá se referir aos termos figura-fundo. Aquilo que se apresenta como necessidade prioritária para o indivíduo é a figura, tornando-se fundo após a sua satisfação. Quando é satisfeita e volta para o fundo, é fechado o ciclo da Gestalt e novo ciclo se inicia, com outra necessidade que se apresenta ao indivíduo (nova figura), sendo que ele buscará a sua satisfação no ambiente (campo), dentro das possibilidades existentes.

Para que aja crescimento constante do ser humano, é importante que as *gestalts* se fechem, completem seu ciclo, uma vez que situações “mal resolvidas” ou o que chamamos de *Gestalts* não fechadas, insistem em retornar ao indivíduo como figura, tornando-se rígida, impedindo o fluxo natural figura-fundo. *Gestalts* não fechadas no passado, podem atrapalhar a vivência no presente.

A hierarquia das necessidades nas relações poliamorosas não difere das relações monogâmicas, é o que pode concluir a partir das narrativas dos poliamoristas recolhidas pelo contato por meio das redes sociais e pelos textos publicados no *site* Vida e Poliamor. Podemos perceber que a administração do tempo e compromissos da vida em comum, necessitam de constante diálogo dos envolvidos para que a configuração amorosa esteja em harmonia e adequada. Essa adequação, não é em relação aos padrões sociais, com discursos carregados pelo moralismo e de cunho religioso, mas trata-se de uma autorregulação da própria polécula.

Autossuporte e heterossuporte

De acordo com Perls (1977), citado por Andrade (2014), o amadurecimento ocorre quando o ser humano passa do apoio ambiental para o autoapoio. O apoio ambiental ou heterossuporte e o autoapoio ou autossuporte se intercomunicam durante toda a nossa vida. À me-

didada que vamos amadurecendo, buscando o funcionamento saudável, precisaremos cada vez menos do heterossuporte. Por outro lado, o funcionamento não saudável ou neurótico, trará dependência da opinião do outro, dos padrões sociais, culturais e religiosos etc.

O caminho do autossuporte não é fácil, uma vez que, enquanto estamos ancorados no heterossuporte, podemos responsabilizar o ambiente pelas nossas escolhas, com um “falso alívio” por tirar uma “suposta culpa” dos nossos ombros e “dividi-la” com o parceiro amoroso, com a sociedade, com a igreja, enfim, com os não eus da nossa vida.

Perls (1977), citado por Andrade (2014) nos diz o ser humano tem dois caminhos: crescer, superar as frustrações, assumindo-se, assim, como pessoa que pensa, age e sente de modo independente ou manter-se dependente da sustentação e aprovação dos outros. O ser humano é integrado com o ambiente e, em contato com ele, faz trocas, assimila novidades, participa da construção do seu destino. O autossuporte refere-se à responsabilidade pelas suas escolhas, de forma saudável.

Os poliamoristas precisam buscar o autossuporte constantemente para as suas relações amorosas, já que não encontram no ambiente social, religioso e cultural, de uma forma geral, apoio e reconhecimento da legitimidade de suas escolhas. O poliamor ainda é clandestino nos meios jurídicos, religiosos, sociais e culturais. Como vimos no exemplo do Trisal, o casal que já estava casado há alguns anos, é atuante na igreja evangélica que frequentam. Por outro lado, a parceira que chegou por último na relação, vive na “clandestinidade”, sem reconhecimento social.

Uma das formas da busca de heterossuporte que os poliamoristas encontraram, além dos próprios parceiros amorosos, foram os grupos virtuais de “WhatsApp”, grupos “fechados” do “Facebook” e páginas com relatos e experiências de poliamoristas, como o *site* Vida e Poliamor. Esse heterossuporte é importante inclusive para a busca de parceiros, sendo que, diante do preconceito, na maioria das vezes, a relação não é aberta ao conhecimento das pessoas.

A neurose na Gestalt-terapia

Diferentemente da psicanálise, o termo “neurose”, em Gestalt-terapia, refere-se à doença, ao disfuncional, em oposição ao funcionamento saudável. Dizemos que o comportamento é neurótico e não o ser humano em si, ou seja, não se trata de uma estrutura, mas de um processo. O sujeito não *é*, ele *está*. O funcionamento neurótico ocorre quando há, por algum motivo, interrupção no contato, devido a todos os parâmetros que já citamos em seções anteriores.

[...] quando a pessoa não consegue lidar com as situações com que depara, não fazendo ajustamentos satisfatórios para dar curso ao que lhe é necessário nem utilizando o que existe em si e no meio mediante novos rearranjos, seu funcionamento apresenta indisponibilidade na forma criativa de viver; a pessoa está interrompida no contato e seu funcionamento não está saudável. (SCHILLINGS, 2014, p. 194).

Perls, Hefferline e Goodman (1997), citados por Schillings (2014) mencionam como formas de contato a confluência, a introjeção, a projeção, a retroflexão, deflexão e o egotismo. Tais formas podem ser saudáveis ou neuróticas, dependendo da forma que forem utilizadas pelo sujeito. Para a nossa monografia, trataremos da confluência, introjeção, projeção e deflexão.

No caso da confluência, há uma ausência de fronteiras, impossibilitando a distinção do organismo e do meio. Pode ser positiva para nos sentirmos em harmonia com o contexto em que estamos. No entanto, se for neurótica, não permite a formação de figura, fazendo com que eu evite o conflito com o outro. Concordo com tudo o que o outro diz ou faz para evitar o conflito. No caso das narrativas que vimos, a confluência ocorre muitas vezes no membro da polícula que não é reconhecido socialmente. Para evitar o conflito, ele fica no “anonimato”, tendo que até sair de casa quando parentes do casal vêm visitá-los. A confluência disfuncional faz com que o sujeito anule suas reais necessidades para acolher a satisfação das necessidades do parceiro.

A introjeção visa à assimilação do que é fornecido pelo meio. Introjetamos e usamos como desejarmos. No entanto, se a introjeção for neurótica, introjetarei normas, atitudes, modos de agir e de pensar que não são verdadeiramente meus. É uma introjeção sem reflexão, sem a consciência do meio interno e externo, sem *awareness*. Em relação aos poliamoristas, pode haver introjeção neurótica quando eles introjetam os ideais das relações poliamorosas apenas por se tratarem de ideais “modernos” ou livre de ciúmes, maduros etc. Há uma ideia, ou valor, ou costume, que a pessoa introjeta sem qualquer reflexão se aquilo que o ambiente lhe fornece atende às suas necessidades ou não.

Em contraposição, muitos ideais mononormativos também são introjetados pelas pessoas, sem qualquer reflexão prévia, fazendo com que várias ideias preconceituosas sobre o poliamor possam ser introjetadas pela sociedade, referindo-se ao poliamor como “safadeza”, “liberdade para trair”, “indecisão” etc.

A projeção, ao contrário da confluência, aponta uma figura clara na fronteira de contato.

É pela projeção que a pessoa pode criar perspectivas daquilo que faz sentido para si, visando a uma maneira melhor de lidar com o meio. Ao utilizar a projeção, visualizamos o meio de maneira diferente da que existe naquele momento – nossa atividade de fantasiar visa intuir algo que não está ainda aparente, com o objetivo de formar ideias para refazer o campo. (SCHILLINGS, 2014, p. 199).

No entanto, a projeção disfuncional pode trazer grandes problemas para os relacionamentos amorosos. Como está ligado às expectativas e idealizações, podem responsabilizar o outro parceiro por atender e satisfazer as minhas necessidades. Além disso, pode ser usado também para projetar reações, visões e responsabilidades minhas no outro.

Para exemplificar a projeção disfuncional, podemos citar o ciúme projetivo, negando o que é seu e atribuindo ao outro. Nas relações monogâmicas, esse ciúme, da insegurança, é mais comum.

No caso do ciúme, é experimentado como provocado pelo outro, o que livra a si mesmo de responsabilidade sobre os próprios sentimentos de desqualificação e insegurança que são projetados no parceiro. É como se o ciúme fosse provocado pelo outro, o que isenta o indivíduo de reponsabilidade, levando-o a uma vitimização. O ciumento pode também projetar os próprios desejos de trair por meio das desconfianças sobre a infidelidade do parceiro. (VIANNA, 2013, p. 244).

Nas relações poliamorosas, o ciúme da insegurança não é muito comum, sendo que os parceiros têm o consentimento da existência de todos e, sobretudo, que não são exclusivos. No entanto, observamos a existência do ciúme em relação às pessoas “de fora” da polécula ou mesmo em relação à administração do tempo, sendo necessária a constante busca de *awareness*, para eliminar as projeções disfuncionais da relação.

A deflexão, para Polster e Polster (1979), citada por Schillings (2014), é a retirada da energia de contato. Pode ser saudável nas situações que a pessoa precise dar ou receber respostas de grande carga emocional. No entanto, é neurótica, quando desvia a energia de contato, seja em seu modo, ou a quem deveria ser dirigida. Quando a deflexão neurótica é modal, temos uma quantidade de energia inadequada dirigida ao meio. No caso da deflexão neurótica objetual, que nos interessa em nosso estudo, a energia que deveria ser dirigida a um objeto é defletida para outro, interrompendo o conato e funcionamento saudável. Ela ocorre, muitas vezes, nas relações amorosas. A frustração com um parceiro faz com que a pessoa use de deflexão objetual, deslocando a energia para o próximo parceiro ou para todo o gênero, p. e., a esposa se separa do marido, após vários problemas que o mesmo tenha apresentado na relação. A partir daí, ela deflete a energia do contato para os outros homens, pensando: “homem nenhum presta.”

Nas relações poliamorosas, a deflexão neurótica pode trazer estereótipos e idealizações, levando ao fracasso da relação. Cabe ao Gestalt-terapeuta compreender as formas de contato dos pacientes e buscar o funcionamento saudável de todas elas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo das relações poliamorosas trouxe algumas contribuições, trazendo luz a conceitos até então obscuros para a sociedade e a própria Psicologia. Ainda há muito conteúdo que precisa ser sistematizado e divulgado para os pesquisadores dos campos das ciências humanas e sociais, mas também para a sociedade em sentido amplo, pois atualmente as informações sobre essa configuração amorosa circulam, quase que exclusivamente, nos grupos virtuais de poliamoristas e em comunidades virtuais de modo geral.

A Psicologia não pode deixar de estar atenta às constantes mudanças na forma como os seres humanos se relacionam e as novas formas de ver o mundo o próprio amor. Para o acesso a uma temática tão nova e pouco estudada, é preciso também que os pesquisadores estejam abertos para a utilização de novas metodologias, pois novas ferramentas de pesquisa estão sendo criadas, a exemplo da netnografia, recurso utilizado no desenvolvimento da monografia que originou este artigo.

Dentre as contribuições e pistas que obtivemos, foi possível diferenciar o poliamor das outras relações não-monogâmicas, como o relacionamento aberto e o *swing*. Apesar de não exclusivista, o poliamor tem alguns traços semelhantes à monogamia, fazendo com que possamos perceber que mesmo as práticas instituintes, novas, aparentemente paradoxais em relação ao instituído, tradicional e arcaico, possuem traços desse instituído, desse tradicional.

Sendo assim, o poliamor não é tão novo quanto parece, exatamente por trazer características monogâmicas tradicionais, como a prevalência do afeto sobre a relação sexual, ou seja, o instituinte (relações poliamorosas) tem também características do instituído (relações monogâmicas). Além disso, a palavra maturidade, tão repetida nas práticas discursivas, mostrou que tanto monogâmicos quanto poliamoristas buscam a maturidade em suas relações. Outro traço interessante é o da idealização. Nas relações monogâmicas, têm-se idealizações da escolha do parceiro e do amor eterno e que dure para sempre.

O poliamor também carrega as suas idealizações, de uma relação madura e sem a existência do ciúme, uma vez que se tem mais de um parceiro na relação e a mesma não é exclusiva, sendo consentida por todos. Da mesma forma que ocorre nas relações monogâmicas, à

medida que o tempo passa, as idealizações vão dando lugar à realidade do dia a dia, e, portanto às desidealizações.

Respondendo, ainda que provisoriamente, à pergunta do título do artigo, as relações poliamorosas são permeadas pelo ciúme, não tão voltados para a posse e ameaça de perda, como nas relações monogâmicas, mas pelas questões da administração do tempo e até pela escolha do parceiro para compor a polécula.

Mesmo com a existência da compersão, como vimos no decorrer desta monografia, o ciúme não deixa de existir, carecendo de constante diálogo e adequações dos poliamoristas. Compersão e ciúme, embora antagônicos, coexistem simultaneamente nas relações poliamorosas.

A leitura pela ótica gestáltica possibilitou explicitar o fenômeno, mesmo com as limitações de obter apenas as práticas discursivas, e aponta também um caminho. Para a Gestalt-terapia, a busca pela psicoterapia não se dá apenas para a busca de cura ou de algo que incomode o sujeito, mas pode ser também para acelerar o processo de maturidade, de forma singular.

Sendo assim, a maturidade, palavra tão repetida nas práticas discursivas, pode ser buscada no consultório psicoterápico. Por isso, é importante que a Psicologia esteja em constante diálogo com as práticas contemporâneas, aproximando-se de tal fenômeno, oferecendo suporte às pessoas que queiram auxílio. A clínica gestáltica pode contribuir muito nessa busca da maturidade, ampliando a *awareness* e estabelecendo um contato pleno do sujeito, como ser relacional.

A Psicologia pode contribuir com a despatologização do poliamor para a sociedade, desmistificar as idealizações de “contos de fadas” que essa relação tem, inclusive para os seus recém adeptos, além de possibilitar reflexões acerca das questões que possam surgir no decorrer dessas mesmas relações, uma vez que elas se propõem duradouras, sem claro, dizer que durarão para sempre.

Finalmente, esta pesquisa não pretendeu esgotar o assunto, mas terá alcançado seus objetivos se motivar novos pesquisadores do campo da psicologia interessados nas novas configurações familiares e amorosas a darem continuidade a esses estudos.

REFERÊNCIAS

ALVIM, Mônica Botelho. Awareness: experiência e saber da experiência. In: FRAZÃO, Lilian Meyer e FUKUMITSU, Karina Okajima (org). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo. Summus, 2014.

ANDRADE, Celana Cardoso. Autossuporte e heterossuporte. In: FRAZÃO, Lilian Meyer e FUKUMITSU, Karina Okajima (org). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo. Summus, 2014.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor Líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro/RJ: Editora Zahar, 2004.

CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. In: FRAZÃO, Lilian Meyer e FUKUMITSU, Karina Okajima (org). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo. Summus, 2014.

COSTA, Jurandir Freire. **Ordem Médica e Norma Familiar**. Rio de Janeiro: Graal, 1983.

D'ACRI, Rêgo Macedo e MORAES, Gladys Costa. Contato: funções, fases e ciclos de contato. In: FRAZÃO, Lilian Meyer e FUKUMITSU, Karina Okajima (org). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo. Summus, 2014.

DEL PRIORE, Mary. **Ao Sul do Corpo**. Condição feminina, maternidades e mentalidades no Brasil Colônia. Rio de Janeiro: José Olympio, 1995.

DIAS, Vanina Costa. **“Morando na rede” novos modos de constituição da subjetividade de adolescentes nas redes sociais**. 2015. 235 f. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2015.

ÊXODO. In: **A Bíblia: tradução ecumênica**. São Paulo: Paulinas, 2002.

FRANÇA, Matheus Gonçalves. **Além de dois existem mais: estudo antropológico sobre o Poliamor em Brasília/ DF**. 2016. 136 f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Universidade de Brasília, Brasília, 2016.

FREIRE, Sandra Elisa de Assis. **Polyamory, a non-exclusive way of loving: values and affective s correlates**. 2013. 258 f. Tese (Doutorado em Psicologia Social) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2013.

PILÃO, Antônio. Entre a liberdade e a igualdade: princípios e impasses da ideologia poliamorista. **Cadernos pagu**, v. 44, janeiro-junho de 2015, 391-422.

SANTANA, Márcia Cristina de Souza. **Poliamor é possível: saúde, cuidado e famílias**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade de Brasília, 2015.

SCHILLINGS, Angela. Concepção de neurose em Gestalt-terapia. In: FRAZÃO, Lilian Meyer e FUKUMITSU, Karina Okajima (org). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo. Summus, 2014.

VAITSMAN, Jeni. **Flexíveis e Plurais**. Identidade, casamento e família em circunstâncias pós-modernas. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

VIDA POLIAMOR. Disponível em: <https://vidapoliamor.wordpress.com>. Acesso em: 10 jan. 2017.