

Capítulo 14

Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

Rafael Diniz de Lima
Thiago de Almeida

“João amava Teresa que amava Raimundo
que amava Maria que amava Joaquim que amava Lili
que não amava ninguém.
João foi para os Estados Unidos, Teresa para o convento,
Raimundo morreu de desastre, Maria ficou para tia,
Joaquim suicidou-se e Lili casou com J. Pinto Fernandes
que não tinha entrado na história.”
(QUADRILHA - Carlos Drummond de Andrade)

Soaria clichê dizermos que estamos passando por um momento onde as relações amorosas tomam múltiplas formas? Como exemplos dessas novas dinâmicas afetivas podemos citar o ficar e a prática do swing dentre outras possibilidades.

Se lhes perguntássemos o que o termo poliamor significaria para você será que você estaria preparado para responder corretamente? Talvez você relacionasse esse termo com poligamia, prática adotada em várias culturas, como exemplo dos países muçulmanos. Faz se necessário lembrar que existem duas vertentes dentro da poligamia. A poliginia que é a mais frequente de todas as expressões poligâmicas, que é quando o homem pode se casar simultaneamente com várias mulheres, tal qual um sultão em seu harém. E a poliandria seria a situação na qual uma mulher se casa simultaneamente com vários homens. No Atlas Murdock, no qual são localizadas no mapa-múndi



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

as várias formas de “casamento” nas culturas: poligamia, monogamia, casamentos arranjados, iniciação sexual pela mãe etc. Foram listadas cerca de 1200 sociedades, das quais, 800 privilegiam a poligamia (apenas sete culturas seguem a poliandria).

Você também poderia nos dizer que o poliamor é um amor múltiplo, e se aproximaria muito da resposta que esperamos de você.

Você já considerou a possibilidade de nos apaixonarmos por várias pessoas e termos vários relacionamentos ao mesmo tempo? Seria ético para você não ter apenas um (a) parceiro (a)? Será que em nosso íntimo nunca tivemos a curiosidade de experiências amorosas simultâneas, e de não se ater única e exclusivamente apenas a um relacionamento amoroso? Será o ser humano um ser realmente monogâmico ou talhado para relacionamentos duradouros? Para algumas pessoas, flertar com esses pensamentos pode gerar um sentimento de culpa, fazê-las se sentirem infiéis, contudo, esse é o cotidiano de algumas pessoas que se intitulam poliamoristas e que vivenciam as bases de um amor, conhecido como ‘poliamor’ que tem como preceitos a liberdade de amar e de vivenciar a dinâmica afetivo-sexual de forma livre.

Etimologicamente, a palavra poliamor resulta da aglutinação do termo grego “Poli” com o termo amor, e tem o sentido de múltiplas relações, muitos amores, simultaneamente vividos em relação a um relacionamento que já foi estabelecido. Segundo Weitzaman; Davidson Jr (2010) o poliamor é um modo alternativo de relação onde os indivíduos têm o direito de ter mais que um relacionamento amoroso, existindo o consentimento de tal fato entre ambas as partes. Então, essa modalidade de relacionamento abre campo para que homens e mulheres passem a vivenciar uma maior liberdade no que diz respeito à monogamia tão pregada em nossa cultura ocidental contemporânea. Segundo Pilão, Goldenberg (2012) que traz uma definição do site denominado “Poliamor Brasil” essa prática seria uma recusa a monogamia como princípio fundamental e a necessidade de formar parcerias simultâneas, o que possibilita aos seus adeptos, experiências de vários amores de forma profunda e duradoura.



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

Para Almeida e Vanni (2013) o poliamor tem sua origem na nossa capacidade de sentirmos afeto, atração sexual e atração romântica por várias pessoas. Aqueles que permitem que esta capacidade seja expressa por meio dos seus comportamentos acabam desenvolvendo vários tipos de relacionamentos, com vários parceiros. Outros termos já foram usados para descrever este tipo de relacionamento: “relacionamento aberto”, “amizade colorida”, “amizade com benefícios”, “amizade com privilégios”. Estes autores ainda apontam que para o poliamorista:

- Não existe idealização do parceiro: um poliamorista não aceita a ideia de que o parceiro possa completá-la de todas as maneiras e nem mesmo a ilusão de que os dois vão se transformarem numa só pessoa. Por isso não exige exclusividade nas relações;
- O poliamor pressupõe honestidade: os poliamoristas argumentam que não se trata de procurar obsessivamente novas relações pelo fato de ter essa possibilidade sempre em aberto, mas sim de viver naturalmente tendo essa liberdade em mente. Para quem é poliamorista, esta prática pressupõe uma total honestidade dentro da relação. Não se trata de enganar nem magoar ninguém. Tem como princípio que todas as pessoas envolvidas estão a par da situação e se sentem confortáveis com ela;
- O poliamor vai além da relação sexual: A ideia principal do poliamor é admitir uma variedade de sentimentos que se desenvolvem em relação a várias pessoas, e que vão além da mera relação sexual. Para os poliamoristas o sexo é visto apenas como complemento secundário e o relacionamento amoroso como o fator primordial para que a pessoa se sinta muito mais feliz e completa;
- Poliamor é diferente de poligamia: poligamia é o casamento de uma pessoa com várias outras simultaneamente. Poliamor é você amar e ser amado por mais de uma pessoa ao mesmo tempo;



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

- O poliamor requer controle do ciúme: para os poliamoristas, o amor não precisa ser monopolizado na monogamia. É um exercício diário para aprender a lidar com o ciúme e saber dividir o relacionamento com várias pessoas ao mesmo tempo. Realmente não existe traição quando ambas as partes estão de acordo;
- Poliamoristas prezam pela lealdade da relação. É uma questão de transparência, sinceridade e de expor a situação. Não tem relação com fidelidade. Ser leal e ser fiel são comportamentos bem diferentes;
- No poliamor não existe o conceito de traição: traição, na opinião dos praticantes do poliamor, é sinônimo de posse, e amor verdadeiro não requer possessividade e sim liberdade. O fato de o parceiro vir a se sentir atraído ou até mesmo amar outra pessoa não significa que esteja deixando de amar seu primeiro companheiro e sim que encontrou em outra pessoa outra característica que lhe agrada e que o complementa.

Dentro do universo poliamoroso podem existir práticas como o “casamento em grupo” e o “relacionamento em grupo” onde é normal a troca de parceiros amorosos, onde todos se relacionam com todos. Você logo poderia pensar que uma pessoa poliamorista por manter relacionamentos simultâneos, estaria agindo de má fé, já que a exclusividade amorosa do (a) parceiro (a) com a qual se relaciona não estaria sendo respeitada. Engana-se quem pensa assim, pois o poliamor acontece de forma consentida e o diálogo aberto é uma das chaves da vivência dessa dinâmica.

Embora, por questões culturais óbvias, esse assunto encontre-se fora da pauta da maioria dos casais, o poliamor não é algo recente e nem está em compasso com o que se entende por promiscuidade. O poliamor existe como movimento organizado nos Estados Unidos há mais de 20 anos. Em novembro de 2005 foi realizada a Primeira Conferência Internacional sobre Poliamor em Hamburgo, Alemanha.



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

Praticantes do poliamor trazem consigo discursos como a liberdade de amar, e se é possível amarmos pai e mãe de formas iguais, por que não ser possível amarmos romanticamente vários parceiros. A monogamia para os poliamoristas seria uma prisão a qual a sociedade teria que se libertar e praticar a forma evoluída do amor, ou seja, o que intitulam poliamor.

Segundo Weitzaman; Davidson Jr. (2010) dentro do poliamor existe as seguintes formas típicas.

- **Primário-plus:** é quando um casal que esteja dentro de uma relação estável decide procurar individualmente formas de relacionamentos adicionais. Pode existir um grande investimento nessas novas relações, ou apenas virarem amantes ocasionais;
- **Tríade:** é quando três pessoas passam a ter uma relação séria, onde o compromisso entre todos é igual. É comum também que casais já consolidados aceitem a entrada de um novo membro no relacionamento, caracterizando a tríade;
- **Individual com vários primários:** Quando a pessoa não mantém nenhum relacionamento estável, passa a se relacionar fortemente com ambos os parceiros já estabelecidos;
- **Casamento de grupo ou polifamília:** Quando é formado um sistema estável de relação unida. Nesse contexto, pode acontecer de eles serem exclusivos sexualmente dentro do grupo. Se houver parceiros fora do grupo é preciso que haja o consentimento entre os envolvidos, e de como essas relações se darão;
- **Redes íntimas:** Se daria com “amigos” eróticos onde podem ter relações dos mais variados graus de intimidade;
- **Polinamoro:** Seria o namoro com vários parceiros. Onde existiria relação íntima liberal entre todos os envolvidos.

Os poliamoristas acreditam piamente que é possível haver o amor romântico destinado a vários indivíduos. As aproximações



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

amorosas nessa prática se dão partindo desse conceito. Para eles, o sexo não é o único pilar de uma relação, e muito menos, a exclusividade sexual, mas sim, o amor sem fronteiras, que não se limita à monogamia.

Podemos ver que este tema nos provoca, e nos levanta indagações como: será que é possível amarmos e mantermos relacionamentos amorosos com vários parceiros (as) simultaneamente? Quais as implicações práticas no cotidiano os adeptos ao poliamor se deparam? O que os levaram a deixar a monogamia tal qual conhecemos de lado? Será o poliamor uma relação mais feliz que a monogâmica? Como os profissionais poderiam agir ao se depararem com tal fenômeno? O poliamor atualiza-se como uma prática dissonante para a tradicional monogamia além de colocar em cheque toda essa ditadura do amor exclusivo? Tomemos essas perguntas como ponto de partida, bem vindos à realidade poliamorosa.

Poliamor: algumas constatações científicas

Ainda são escassos estudos em psicologia que tratem da relação poliamorosa, algumas constatações que serão citadas foram realizadas por estudos de Knapp (1976), Rubin (1982), além dos estudos de Twitchell e de Bunk citados por WEITZMAN, DAVIDSON, PHILLIPS JR (2010), no qual os autores chegam as seguintes conclusões.

- Pessoas poliamoristas não são neuróticas, emocionalmente imaturas ou sexualmente desajustadas;
- Constatou-se que, casais com casamentos abertos na Holanda, tiveram níveis em termos de satisfação conjugal, de autoestima e de neuroticismo semelhantes em relação à amostra padrão com o casamento aos moldes dos casamentos monogâmicos ocidentais tradicionais que conhecemos.
- Não existem diferenças nos ajustes e felicidade de casais monogâmicos e poliamoristas.
- Não houve diferença significativa referente à estabilidade conjugal de casais exclusivos e poliamoristas.



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

Essas constatações acabam colocando a relação poliamorista muito próxima dos níveis de satisfação se comparado à monogamia. Mesmo não existindo exclusividade entre os parceiros, vemos que o modo de se relacionar e a saúde do relacionamento não são afetados.

Os benefícios da vivência das relações poliamorosas.

Um dos principais motivos para que o poliamor ganhe cada vez mais adeptos é porque a cada dia há menos idealização do outro e você pode se relacionar com a pessoa do jeito que ela é. Outras vantagens apontadas pelos poliamoristas são: (1) 'Redução de estresse', já que não é preciso mentir para ter o outro em sua vida; (2) Pode-se fazer economia doméstica, já que a relação pode envolver mais de duas pessoas; (3) Maior satisfação sexual, aprendizado de tolerância, clareza dos sentimentos, paz de espírito afetivo e educação conjunta de filhos.

Em um estudo conduzido por Pilão; Goldenberg (2012) foram detectadas quais concepções homens e mulheres que vivem uma relação poliamorosa têm sobre tal prática. Os pesquisados sempre colocaram a relação poliamorista como um resultado da evolução da maneira de amar. Para eles essa relação se sobressai à monogamia por ser menos provida de ciúme, de competição, de controle, de posse e de mentira. Não tendo essas características as relações poliamorosas; segundo os pesquisados; seriam mais saudáveis e propensas ao sucesso em termos de satisfação e de durabilidade da mesma. Entre poliamoristas ter algum desses tipos de comportamentos seria voltar às margens da monogamia, e viverem práticas não poliamorosas.

Segundo os poliamoristas, com o passar dos anos, ocorre uma melhora na comunicação e na expressão dos sentimentos, devido à necessidade de negociação e acordos que os parceiros sempre estão sendo submetidos. É necessário negociar a forma com a qual se dará a relação, discutir os possíveis pontos negativos da relação e como se dará sua dinâmica. A honestidade é extremamente pregada, o poliamoroso sempre coloca sua opção antes que qualquer tipo de relação, não quer enganar e nem ser enganado, relacionando-se apenas



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

com indivíduos que aceitem o poliamor. Os poliamoristas aceitam não terem a exclusividade sexual e emocional e, ao mesmo tempo, não se reconhecem também como amando apenas uma pessoa.

As relações poliamorosas são marcadas por uma liberdade maior para a manifestação do amor. “Não tendo que necessariamente os investimentos amorosos para uma só relação”. Os poliamoristas movidos pelo sentimento amoroso investem seus recursos em várias relações. As mulheres também passam a ter uma liberdade maior, considerado que no universo monogâmico, a imposição social prega que ela faça seu marido feliz, cuide da família e mantenha a fidelidade. Onde o mesmo não se aplica aos cônjuges, que muitas das vezes acabam por trair, e reiteram, por exemplo, aquele dito popular que homem realmente é infiel, logo, a mulher deverá aceitar. Mas, isso vem se desconstruindo aos poucos. Os poliamoristas apontam que nesse universo as mulheres não são escravizadas pela monogamia, e podem desfrutar sem sofrer retaliações sociais.

Relações íntimas com várias pessoas seriam também algo que soma na vida dos poliamoristas. Seus discursos remontam a um melhor crescimento pessoal. Ao ter contato com um maior número de personalidades distintas, o poliamoroso, acabaria por construir estratégias emocionais e comportamentais para lidar com os indivíduos, tendo que reciclar sua maneira de se comportar para incluir os outros amores, exigindo certa “plasticidade” comportamental. Podem também se sentirem mais aceitos e serem vistos e desejados sexualmente por vários, levando o poliamorista a um aumento em sua autoestima.

Se por um lado, pela ótica monogâmica, o modelo de relacionamento poliamorista possa soar como promiscuidade, ou ainda, como uma escancarada desvalorização do relacionamento amoroso, sobretudo, pela ocorrência tautocrônica dos relacionamentos afetivos sexuais; por outro lado, no universo monogâmico também é possível existir o desejo de manter relações íntimas simultâneas. Práticas como o swing e a própria traição, mostram na prática esta perspectiva. A divergência é que no universo monogâmico essas características soam como uma decompostura e tais comportamentos não são socialmente



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

aceitos, que podem vir a ocasionar sentimentos de culpa nos seus adeptos, quer por sentir, reprimir ou negar esses desejos.

A exploração do aspecto sexual também pode ser maior nesse universo. Mesmo os poliamoristas colocando sempre o vínculo afetivo a frente do comportamento sexual, tais relações abrem espaço para uma maior exploração, na qual fantasias, desejos não são passados no crivo da censura, e a relação amorosa e sexual lúdica é totalmente aceita.

Várias necessidades psicológicas dos indivíduos poliamoristas são sanadas na relação. Não existe o compromisso de satisfazer o parceiro em todos os aspectos, já que o mesmo poderá buscar tal elemento em outras pessoas. O crescimento intelectual aumenta devido às novas interações, e a liberdade é maior para a expressão da personalidade real e total.

Há de se considerar que nas relações poliamoristas possam existir uma maior colaboração entre as famílias. Morando várias pessoas debaixo de um mesmo teto, e sendo essas pessoas uma só relação amorosa, o custo de vida pode ser diminuído, ao considerar que se tem mais colaboração financeira para a manutenção do lar.

Ao viver com essa dinâmica alternativa de relacionamento existe, para os poliamoristas, uma experimentação maior e uma maior profundidade nas relações interpessoais. Ao estarem abertos sempre a novas experiências, não existe uma preocupação e medo de um possível enamoramento paralelo que não terão ciência do mesmo. Pessoas monogâmicas, às vezes, colocam limites de contato com uma pessoa do sexo oposto, já que não deve existir um desejo sexual e, muito menos, nutrir qualquer sentimento amoroso destinado a tal pessoa, sendo essa preocupação não existente no poliamor.

Os poliamoristas consideram esta dinâmica afetiva como uma evolução e que o mundo deveria adotar tal prática. A monogamia, segundo eles, então estaria ultrapassada e determinada aos moldes de meras imposições sociais. Neste sentido, ser poliamorista é estar livre



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

para amar e ser amado. Ser fiel aos sentimentos e ser leal às pessoas são seus principais conceitos.

O que o poliamor pode trazer de negativo

Engana-se aquele que possui a ideia que as relações poliamorosas só apresentam aspectos positivos. Em outras palavras, nem tudo é um mar de rosas para o poliamorista que reconhece também as seguintes desvantagens nessa prática: (1) sentir a falta de uma companhia fixa; (2) é necessário ter habilidade de negociação; (3) aprender a lidar com o repúdio e com a incredulidade social; (4) nem sempre é fácil liquidar o ciúme e o sentimento de posse por parte do (a) outro (a) parceiro (a) não poliamorista.

Os poliamoristas colocam que os problemas recorrentes são, na maioria das vezes, de base monogâmica. Resquícios de sentimentos presentes na monogamia, por vezes, permanecem e criam problemas nas relações poliamorosas. Tornando imprescindível que os indivíduos que queiram caminhar no campo poliamorista larguem tudo o que for desadaptado da monogamia.

Um dos problemas citados mais recorrentes e que pretendemos descrever melhor é a presença do ciúme. Existe uma falsa concepção que a relação poliamorosa é desprovida de ciúme, mas será que os seus adeptos conseguem ter controle sobre esse sentimento? O ciúme para as relações poliamoristas, assim como nas relações monogâmicas, pode ser sim uma grande fonte de dificuldades. Dentro de uma relação triangular, por exemplo, se um parceiro começa a dar mais afeto para apenas um deles, o parceiro que foi deixado de lado pode, movido pelo ciúme, contestar essa atitude, instalando assim o conflito. E se considerarmos que estudos apontam que em algum momento da vida, em menor ou maior grau sentiremos ciúme, a relação poliamorosa também sofrerá com esse fenômeno.

Podem ocorrer de pessoas se aventurarem no universo poliamoroso, para terem ganhos secundários. Podem querer ter vários parceiros e fingir até gostar de todos para apenas se relacionar e não



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

levar a sério o poliamor. Os poliamoristas rechaçam tal atitude, sendo necessário, o discernimento dos verdadeiros poliamoristas dos falsos. Acontece também que muitas pessoas se apaixonam por pessoas adeptas ao poliamor, e acreditando que um dia tais pessoas possam voltar à monogamia, ela aceita essa não exclusividade no início do relacionamento. Mas com o passar do tempo, podem perceber que não serão exclusivos nunca, eles podem entrar em confronto com o (a) parceiro (a) e ter danos psicológicos consideráveis. É nesse momento que vemos a necessidade do compromisso ético ao aderir essa dinâmica relacional e o conhecimento acerca da realidade psíquica de um poliamorista anteriormente ao investimento com uma relação séria. Portanto, não é aconselhável praticar o poliamor, para obter ganhos secundários.

Cabe salientar que casais monogâmicos, com o passar dos anos, poderão enfrentar situações de monotonia. É neste momento, que o casal percebe uma abertura para a inserção de mais um (a) parceiro (a) na relação. Tal atitude pode ser positiva para o casal, se houver consentimento entre ambas as partes. Mas se pegarmos casais emocionalmente frágeis, ao invés de contribuir, esse comportamento pode vir a causar dificuldades ainda maiores. Lembrando que o poliamorista perceberá isso não como uma prática do verdadeiro poliamor, e muitos deles chegam a condenar essas atitudes. Sem contar que o debate pode se multiplicar, seria a adesão de mais um parceiro para apimentar a relação, um poliamor?

Os poliamoristas podem trazer consigo uma tendência de sempre obter satisfação dentro das relações. Por compartilharem de uma cultura de estarem abertos a experiências e por reconhecer que um só indivíduo não pode lhe satisfazer totalmente, se não tomarem cuidado, esta pensamento pode virar uma obsessão. É necessário um olhar mais cauteloso, quando existe uma necessidade exacerbada de satisfação a tal ponto de ficar se aventurando demasiadamente atrás de relações que os satisfaçam. Um ciclo de insatisfação constante levará o indivíduo a uma busca desenfreada, gerando talvez, comportamentos desadaptados.



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

E, o poliamorista pode sentir o medo do abandono? Como é de se imaginar o poliamorista não está incólume de sentir o medo. Acostumado a sempre estar em contato com vários parceiros e de ser desejado sexualmente em grande escala, o poliamorista pode sofrer grandes danos, ao perceber que todos esses aspectos, foram diminuídos ou perdidos. É importante que o indivíduo reconheça que essa possibilidade existe, e se vier a acontecer de fato, buscar ajuda adequada.

A dinâmica liberal do poliamor deixa a relação totalmente sem roteiros pré-definidos. Enquanto na monogamia, você está com um parceiro e teoricamente terá suas necessidades afetivo-sexuais sanadas por tal relação, o poliamorista vive em constante incerteza. Nunca se saberá se o (a) parceiro (a) será aquele (a) em definitivo, ou se o (a) parceiro (a) vai querer ter outros relacionamentos. Ficará dificultada a demarcação de até onde a relação pode se estender, e aprender a lidar com tal incerteza, pode acabar sendo penoso para o poliamorista.

O poliamor exige do praticante uma bagagem emocional rebuscada, para lidar bem com as situações que a prática exige. Você estaria preparado para ver seu (sua) parceiro (a) ter relações com outrem? Esse é apenas um exemplo de situações que deverão ser vivenciadas e assimiladas pelos poliamoristas.

A prática do poliamor pode colocar, frente a frente, valores pessoais e morais que os indivíduos possuem. O poliamorista pode ser praticante de atividades que preguem a monogamia e qual reação que ele terá frente a isso? É nesse momento que sentimento de culpa por tal prática pode surgir. Ou você acha que o poliamorista está ileso a essas possibilidades?

Muitos poliamoristas têm a ideia de serem inadequados socialmente. Como podem eles vivendo em uma sociedade conservadora, manter uma dinâmica afetiva tão alternativa? E nesse momento que profissionais que trabalham com tal questão, como os psicólogos, entram no processo. É importante conhecer e produzir conhecimento científico para trabalhar com essas demandas.



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

Os poliamoristas podem ser vítimas de preconceito, sendo vistos como promíscuos, antiéticos, dentre outras denominações pejorativas. Estaria a sociedade preparada para conviver com o poliamor? Poliamoristas estão sujeitos a todos os tipos de preconceitos e retaliações, apenas por não andarem nos ditames sociais levando a muitos deles a não assumir tal prática.

Outra consideração importante é que não apenas o público leigo que trata o poliamor com um olhar excludente e discriminatório, mas psicólogos, que muitas das vezes são encarregados de acolher poliamoristas em seus consultórios acabam por manter um comportamento não assertivo perante o poliamorista. Estudos realizados por Knapp (1975) descreve as seguintes considerações.

- 24% dos psicólogos colocam os indivíduos poliamoristas como pessoas com medo de compromisso ou intimidade;
- 7% traziam consigo que essas pessoas teriam problemas de identidade.

Essas constatações mostram que os poliamoristas passam a ser estigmatizados por aqueles que deveriam acolher. Onde, muitas, vezes os profissionais trabalham no sentido de impor a monogamia a essa pessoa, atitude essa que não é a maneira correta de trabalhar com a questão.

Macklin (1981) apresenta um resumo onde estariam citados os problemas mais comuns de casais não tradicionais:

- Comunicação inadequada entre os parceiros;
- Faltam habilidades para a solução de problemas;
- Sentimentos de culpa referente ao estilo de vida escolhido;
- Aparecimento do ciúme;
- Se sentir deixado de fora na relação, sendo excluído de determinadas atividades dos parceiros;



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

- Falta de bagagem emocional para lidar com as implicações das relações;
- Desaprovação social e de pessoas significativas;
- Falta de um grupo externo a relação onde os indivíduos podem compartilhar com liberdade os detalhes referentes ao estilo de vida;
- Sentimentos de isolamento, solidão e insegurança.

Sugestão aos leitores:

Deixamos aqui a sugestão de dois filmes que remontam a questão do poliamor.

Três formas de amar: O filme conta história de um garoto que se apaixona por sua colega de quarto, e a mesma acaba se apaixonando por outro amigo. Diante de tal situação, eles passam a investir numa relação a três e não estarão imunes a todas as implicações dessa decisão.

De: Andrew Fleming

Com: Stephen Baldwin, Josh Charles e Lara Flynn Boyle. Ano de lançamento: 1994.

E sua mãe também: Conta a história de dois jovens amigos que se apaixonam por uma mulher mais velha em uma viagem de carro. Essa relação não terá implicações positivas e conflitos entre os envolvidos serão constantes.

De: Alfonso Cuarón

Com: Gael García Bernal, Diego Luna e Maribel Verdú. Ano de lançamento: 2001.

Considerações finais

A relação poliamorosa mostra como a maneira de expressão do amor entre seres humanos podem se dar de múltiplas formas, caracterizada pela anuência dos seus membros a essa dinâmica afetiva e enquanto houver satisfação para cada um dos envolvidos, a relação



Capítulo 14 - Relações poliamorosas: quando o amor se multiplica

perdura. Nós que sempre pensamos e crescemos com a ideia monogâmica, de ser feliz dentro de um relacionamento com uma só pessoa, às vezes, podemos ficar impressionados como formas alternativas de relacionamento, possam vir a proporcionar toda a mesma satisfação afetivo-sexual das relações monogâmicas. Quem segue o poliamor, garante que ama e é amado por mais de uma pessoa ao mesmo tempo. Independentemente de tal discussão, o que se observa na prática é quem escolhe este tipo de relação pensa e enxerga os envoltimentos de uma forma um tanto diferente de quem não opta por esse paradigma na forma de se relacionar afetivo-sexualmente.

O poliamor se mostra uma dinâmica afetiva mais liberal. Os poliamoristas possuem uma abertura maior a relação interpessoal, e conseqüentemente, às relações amorosas. Enxergam essa prática como a evolução do amor e colocam o sentimento amoroso como chave da felicidade em nossas vidas. Pregam além de tudo o compromisso ético e o diálogo saudável entre os adeptos, para que ninguém venha a ser desrespeitados em seus sentimentos.

O poliamorista nos remonta a capacidade do ser humano para amar sem limites, e ter esse amor como chave para uma vida de crescimento intelectual e de satisfação pessoal nas relações amorosas.

Referencias

ALMEIDA, T.; VANNI, G. **Amor, ciúme e infidelidade**: como essas questões afetam sua vida. São Paulo: Letras do Brasil, 2013.

KNAPP, J. J. An exploratory study of seventeen sexually open marriages. **Journal of Sex Research**, v.12, p. 206-219, 1976.

HARITAWORN, J.; LIN; C.; KLESSE, C. Poly/logue: A Critical Introduction to Polyamory. **Sexualities**, v. 9, n.5, p. 515–529, 2006.

KNAPP, J. J. Some non-monogamous marriage styles and related attitudes and practices of marriage counselors. **The Family Coordinator**, v. 24, n. 4, p. 505-514,1975.



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois

MACKLIN, E. D. (1981). "Education for choice: implications of alternatives in lifestyle for family life education". **Family Relations**, p. 567-577,1981.

PILÃO, A. C., GOLDENBERG, M. Poliamor e monogamia: Construindo diferenças e hierárquias. **Revista Ártemis**, v.13, p. 62-71, jan-jul, 2012.

RUBIN, A. M. Sexually open versus sexually exclusive marriage: A comparison of dyadic adjustment. **Alternative Lifestyles**, v. 5; n.2, p.101-106, 1982.

SILVA, V. D.et al. **Conjugalidades contemporâneas**: um estudo sobre os múltiplos arranjos conjugais da atualidade. Rio de Janeiro: PUC, 2009.

WEITZMAN, G.; DAVIDSON, J; PHILLIPS JR., R. A. **What Psychology Professionals Should Know About Polyamory**. Baltimore: NCSF, 2010.

