

Ciúme

*e suas consequências para os
relacionamentos amorosos*

THIAGO DE ALMEIDA



FICHA TÉCNICA

Editora Certa Ltda.

Todos os direitos reservados.

1ª edição - 2007

Editor Responsável

Vanderlei Coelho

Coordenação editorial

Marli Andrade

Diagramação

Ghislaine Bomm

Revisão

Linéia Passos

Joceline Alemar

Pareceristas científicos



www.editoracerta.com.br

www.livrariatecnica.com.br

certa@editoracerta.com.br

80.420-080 Curitiba, PR

A447c Almeida, Thiago de

O ciúme e suas conseqüências para os relacionamentos
amorosos / Thiago de Almeida. – Curitiba: Ed. Certa, 2007.

243p. ; 23 cm.

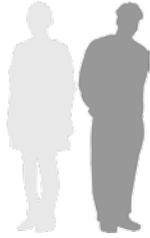
1. Relacionamentos amorosos 2. Amor 3. Ciúme
4. Infidelidade 5. Psicologia I. Título

CDD (20.ed.)

152.4

Dados internacionais de catalogação na publicação.

Bibliotecária Responsável: Maria Luiza Lourenço CRB 8ª 5037



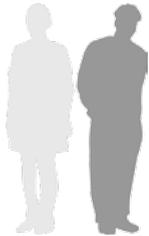
... porque eu já sou parte do Amor
que eu tanto procuro...



Dedicatória

Dedico este livro para alguém muito especial que carrego em meu coração, um amor verdadeiramente talhado por Deus, e que não importa onde quer que eu vá, está sempre junto a mim, em meus mais nobres pensamentos, sentimentos e comportamentos.

Thiago de Almeida





Agradecimentos

Primeiramente gostaria de agradecer a Deus pela força, confiança, amparo e pelo seu investimento em minha pessoa. Certamente, sem a sua Provisão dele, eu nunca teria chegado tão longe.

Ao Prof. Dr. André Luiz Moraes Ramos cujos conhecimentos e encaminhamentos muito puderam me servir de diretriz para os meus projetos acadêmicos e que com seu apoio e carinho sempre me incentivou a desbravar as sendas da pesquisa do ciúme romântico.

Ao Prof. Dr. Ailton Amélio da Silva que graças ao seu exemplo de dedicação, empenho e zelo acadêmico, imprimiram em meu ser uma consideração toda especial em seguir esta carreira acadêmica.

A mãe e amiga Cleide Ana Mangino de Almeida pelos esforços compartilhados em comum.

A bibliotecária e amiga Maria Luiza Lourenço pela correção cuidadosa das referências bibliográficas deste trabalho e por todas suas outras orientações que muito me auxiliaram em meu trabalho.

Quero evidenciar o meu muito obrigado aos professores, professoras, alunos e alunas da Faculdade de Filosofia, Letras, e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo, sobretudo, nas pessoas de Ruth Leftel, Ulrike Schröder, Lenita Maria Rimoli Esteves, Maria Zulma Moriondo Kulikowski, Camila Rodrigues, Adrián Fanjul, Lenita Maria Rimoli Esteves, Elisabetta Santoro e Paola Baccin, que com seus muitos conhecimentos, sobretudo, no entendimento do que significa o ciúme e suas representações para outras culturas, puderam, em muito, instrumentalizar o meu conhecimento.

A todos os pesquisadores e pesquisadoras nacionais e estrangeiros referenciados ao final deste livro, que me apoiaram tanto neste empreendimento, encaminhando-me suas referências, impressas ou no prelo, com tamanha solicitude.

Agradeço, em especial, o convite da Editora Certa, de seus colaboradores, pareceristas e revisores técnicos e o incentivo do mesmo manifestado e personificado de forma especial na pessoa de Marli Caetano, Coordenadora Editorial.

Sem me esquecer, é claro de todos os meus amigos e amigas que pude contar com o apoio e a compreensão, mesmo quando precisei me afastar para escrever este livro que espero que sirva para iluminar a vida de muitas pessoas.

Quero também aqui registrar meus agradecimentos a todas as pessoas que me permitiram compreender um pouco mais o que são os relacionamentos amorosos e seus desdobramentos, e assim, agradecer imensamente a todas as pessoas que contribuíram com suas histórias de vida muitas alegres, muitas tristes, mas todas estas, pedaços de si mesmas que estão cristalizadas neste livro e que certamente servirão para ajudar a vida de muitas outras pessoas que vivenciam situações similares e que graças a vocês, talvez, não precisarão passar mais por estas mesmas situações.

Finalmente, agradeço você querido(a) leitor(a) que consigo leva hoje este manuscrito. Espero que ele possa lhe trazer muita sabedoria, acolher suas dúvidas, confortar sua vida e ser um pouco de luz para os seus relacionamentos, tanto os atuais como os que um dia poderá ter. Se isso acontecer, para mim este livro já terá valido a pena ter sido escrito. A todos vocês, meu muito obrigado!

Thiago de Almeida



Índice

• Prefácio	11
• Introdução	15
• Capítulo I	21
A Psicologia do Amor	
• Capítulo II	33
Conceituando a infidelidade na tentativa de se compreendê-la e entender o que é o ciúme	
• Capítulo III	65
A Gênese do ciúme	
• Capítulo IV	85
Teorias Globais a respeito do ciúme	
• Capítulo V	107
O ciúme, a infidelidade e a teoria evolutiva: quando o biológico precede o cultural	
• Capítulo VI	121
O panorama do ciúme pelo mundo: seu histórico e implicações da infidelidade em diferentes culturas e épocas	
• Capítulo VII	135
Ciúme Realístico e ciúme irrealístico	
• Capítulo VIII	151
Ciúme(s) e alguns (outros) desdobramentos para os relacionamentos amorosos	
• Capítulo IX	179
Relacionamentos amorosos no novo milênio	
• Capítulo X	187
Será que o ciúme de um parceiro leva o outro parceiro à prática da infidelidade?	
• Capítulo XI	195
O ciúme e a ansiedade	
• Capítulo XII	203
O ciúme e a inveja	
• Capítulo XIII	215
O ciúme Homossexual	
• Considerações finais	227



Prefácio

Há dois anos, conheci uma pessoa interessada em ciúme, que se destacava pelo acurado interesse científico e pelas estratégias amáveis e convincentes de buscar informação e amizade. Estou falando do autor desta obra, o psicólogo, psicoterapeuta, pesquisador, mestre e doutorando em Psicologia Thiago de Almeida.

Uma das coisas em que eu acredito é que a *internet* aproxima as pessoas. Tanto que um dia recebi um *e-mail* de um, até então, desconhecido Thiago, que estava estudando o ciúme e queria adquirir o meu livro *Ciúme Romântico*. Por escassez de tempo, não pude remeter o livro prontamente, mas, assim que pude, enviei-lhe o material solicitado com uma incentivadora dedicatória. Um mês depois, recebo outro pedido dele, para que enviasse outro livro para uma colega que também pesquisava sobre o tema. A este pedido, sucederam-se remessas de artigos, arquivos de textos e testes sobre ciúme, até que ele me convidou para participar de sua banca de mestrado.

Impressionaram-me as diversas vezes em que este jovem perseguiu insistentemente um texto, uma análise, uma opinião sobre o ciúme. Surpreendi-me com os questionamentos que ele me apresentava e a complexidade das dúvidas com que ele me bombardeava, atrás de respostas para as quais ainda não havia pesquisas sobre o assunto.

Assim se construiu uma amizade baseada na admiração e respeito mútuos. O ciúme, que tanto separa as pessoas, cientificamente tende a aproximar os estudiosos do tema.

O ciúme sempre chamou a atenção de todas as pessoas. Tem sido um tema explorado na poesia, na literatura, no cinema, nas novelas, na música, especialmente quando um indivíduo sente que um relacionamento afetivo valorizado está ameaçado, a exclusividade do amor de um parceiro amoroso corre perigo, pela interferência de um rival real ou imaginário.

O ciúme tem suas raízes nas experiências triangulares vividas por cada um de nós. Desenvolve-se precocemente na infância quando a exclusividade de um relacionamento (por exemplo: com a mãe) esteve ameaçada (pelo pai ou pelos irmãos).

Há uma multiplicidade de estudos sobre o ciúme. As investigações sobre ciúme entre irmãos abordam a rivalidade entre os filhos, inicialmente frente à atenção dos pais, e depois se alastra para as outras pessoas significativas. Há outras situações inusitadas de ciúme que não têm sido devidamente

te consideradas em pesquisas científicas: ciúme entre amigos, ciúme entre sogra(o) e nora/genro, ciúme entre enteado(a) e madrasta/padrasto, ciúme do estudo (parceiro cdf), trabalho (*par workaholic*), do esporte (torcedor fanático ou desportista contumaz), da religião (fanatismo religioso), e tudo o mais que possa rivalizar com o relacionamento.

Certamente, o fascínio é maior sobre o chamado ciúme romântico, amoroso ou sexual. Observa-se, na literatura científica, que estudos sistemáticos sobre o ciúme aumentaram significativamente a partir de 1977, quando da realização de reuniões anuais que incluíam o ciúme como tema de estudo, em especial nos eventos da *Midwestern Psychological Association* e da *American Psychological Association*. E hoje este é um dos assuntos que mais cativa os pesquisadores em todo o mundo.

Nota-se, entretanto, que são raras as obras científicas de consulta psicológica disponíveis em Língua Portuguesa, com destaque para os livros de autores brasileiros *Ciúme patológico* de Antônio Mourão Cavalcante, *Ciúme* de Wilmer Botura Jr., *Ciúme: o medo da perda* de Eduardo Ferreira-Santos e *Ciúme Romântico: teoria e medidas psicológicas* de André Luiz Moraes Ramos; além de dois livros traduzidos, a saber: *Ciúme: a outra face do amor* do italiano Willy Pasini e os norte-americanos *A paixão perigosa: por que o ciúme é tão necessário quanto o amor e o sexo*, de David Buss, e *A síndrome de Otelo: vencendo o ciúme, a traição e a raiva em seu relacionamento* de Kenneth Ruge e Barry Lenson

A presente obra contribui para a compreensão de tópicos relevantes sobre o ciúme.

André Luiz Moraes Ramos



Soneto de Fidelidade

De tudo, ao meu amor serei atento
Antes, e com tal zelo, e sempre, e tanto
Que mesmo em face do maior encanto
Dele se encante mais meu pensamento.
Quero vivê-lo em cada vão momento
E em seu louvor hei de espalhar meu canto
E rir meu riso e derramar meu pranto
Ao seu pesar ou seu contentamento.
E assim, quando mais tarde me procure
Quem sabe a morte, angústia de quem vive
Quem sabe a solidão, fim de quem ama
Eu possa me dizer do amor (que tive):
Que não seja imortal, posto que é chama
Mas que seja infinito enquanto dure.

Vinícius de Moraes¹

¹ Moraes, V. (1960). *Antologia Poética*. Editora do Autor: Rio de Janeiro, p. 96.



Introdução

*“A suspeita é como veneno empregado na medicina.
Se pouco salva. Se muito, mata”*

(Antonio Perez)

Como muitas produções acadêmicas, o presente livro é fruto de um árduo e longo caminho, todavia sendo conduzido com muito amor.

Não sei quanto a vocês, mas em relação às pessoas com as quais eu me deparo, estas vivem se perguntando: Por que não encontro alguém com que possa ter um romance íntimo, profundo e que me cause alegria ao invés de tormentos? Existe o ciúme bom? O ciúme “até certo ponto” é válido? O ciúme em excesso pode ter efeito inverso, isto é, os cuidados em demasia do parceiro ciumento podem contribuir para que o parceiro se encaminhe para uma possível infidelidade? O meu namorado não sente mais ciúme por mim, isso é bom?

Entre todos os tipos de ciúme citados na literatura científica, o ciúme romântico, isto é, aquele que ocorre em relacionamentos amorosos, é um dos que tem despertado maior atenção de psicólogos e leigos. Segundo alguns teóricos, ele seria inerente, isto é, constitutivo da natureza humana de maneira com que todos nós seríamos ciumentos em maior ou em menor grau. Ele pode ocorrer em quaisquer tipos de relacionamentos, mas está comumente associado aos relacionamentos amorosos (Bringle, 1995a).

Geralmente associamos a experiência do ciúme como uma emoção profundamente negativa que surge quando uma relação importante é ameaçada por um rival. Mas, será que o ciúme tem somente uma função negativa?

É o ciúme romântico que iremos discutir durante todo este texto. Ele possui uma natureza paradoxal e, dependendo das suas dosagens e manifestações nos

relacionamentos, servir tanto para aproximar casais, bem como para afastá-los. Conseqüentemente veremos que, juntamente com as complexidades inerentes das relações sociais das quais eclode, uma teoria simples que adequadamente tente capturar a complexidade do mesmo, torna-se inviabilizada.

Dentre as mais diferenciadas emoções humanas, o ciúme é uma emoção extremamente comum (Kingham & Gordon, 2004). Todos nós cultivamos certo grau de ciúme. Afinal, quem ama cuida. Mas, como este desvelo pode variar na interpretação de uma pessoa para a outra, de forma análoga, o ciúme também o variará. Portanto, desenvolve-se quando sentimos que nosso parceiro não está tão estreitamente conectado conosco como gostaríamos (Rosset, 2004). O ciúme surge quando um relacionamento diádico valorizado é ameaçado devido à interferência de um rival e pode envolver sentimentos como medo, suspeição, desconfiança, angústia, ansiedade, raiva, rejeição, indignação, constrangimento e solidão, dentre outras, dependendo de cada pessoa (Daly & Wilson, 1983; Haslam & Bornstein, 1996; Knobloch, Solomon, Haunani & Michael, 2001; Parrott, 2001). Assim, segundo Ramos (2000) é possível se ter ciúme até mesmo em relacionamentos platônicos, em que se há um amor unilateral não correspondido.

Um pensamento que ecoa pelo cotidiano, que me choca e assusta é o dito que tudo o que é bom dura pouco. Por que, a despeito da imensa capacidade criativa e de se adaptar do ser humano, será que continuamos a recriar os mesmos relacionamentos, geralmente, fadados ao fracasso que tanto rejeitamos? Nesse sentido, o ciúme provém do medo de ser excluído de uma relação. Será mesmo verídica a necessidade de se passar à vida toda temendo o fim de um grande amor? Ou talvez, precisamos aceitar a idéia de que o amor não é para todos? Por que o 'eu te amo' de ontem parece não valer mais para hoje? Por que geralmente temos em mente que para encontrar e viver um amor que nos satisfaça precisamos ser dotados de sorte ou de algum tipo de poder mágico de encantamento? E o que nos acontecerá se perdermos a amada pessoa que nos é tão cara, de modo que ela passe a se interessar por alguma outra pessoa que nos substituirá no mesmo papel que anteriormente representávamos para a vida dela?

Claro, porque se teme tal encontro com parceiros potencialmente mais atraentes e gratificantes do que nós mesmos, alimenta-se repetidas vezes a insegurança. Nesta intensificação progressiva e, por conseqüentemente, se encarar os relacionamentos amorosos como empreitadas de alto risco e, talvez com não tão significativos benefícios, vive-se em busca de se tirar o melhor de cada um, a cada momento, numa dinâmica contraproducente à qualidade de qualquer relacionamento. Dessa forma, acordos pré-nupciais já prevendo



futuras rupturas e abandonos, palavras cada vez de menor valia e promessas cada vez mais rigorosamente supervisionadas a fim de serem cumpridas são realidades cada vez mais presentes na vida de inúmeros casais que clamam por uma atenção especializada, para que a qualidade e a própria estrutura do relacionamento não seja indelevelmente comprometida. Estas e muitas outras rumações mentais a respeito do amor e seus desdobramentos, distorcem e afastam mais e mais as pessoas umas das outras ao invés de encaminhá-las para serem felizes juntas e unidas por um mesmo ideal (Beck, 1995).

O ciúme, então, se configura como um conjunto de emoções desencadeadas por sentimentos de alguma ameaça à estabilidade ou qualidade de um relacionamento íntimo valorizado. Para muitos, teóricos da área e para as pessoas em geral, o ciúme é uma manifestação de afeto, zelo ou até mesmo de amor que uma pessoa sente por outra. Segundo o escritor e pensador, Roland Barthes, dada à complexidade do ciúme, o ciumento sofreria quatro vezes, pois esse sentimento o excluiria, o tornaria agressivo, o deixaria louco e, ainda faria seu portador sentir-se banal (Barthes, 1981). De tal forma que, muitas pessoas não imaginam o amor sem o ciúme. Mas, será mesmo que existe esta obrigatória relação de dependência? Pelo menos é esta a realidade que transparece atualmente e que pode ser retratada pela nossa atual sociedade ocidental porque ao que parece sentir ciúme é uma contingência de caráter quase que obrigatório para se sentir amor e ter um relacionamento satisfatório. Assim, muitas pessoas não conseguem imaginar o ciúme não dissociado do amor.

Ainda, que haja alguma controvérsia sobre a inerência do ciúme, pode-se inferir que o ser humano sente, não raramente, alguma forma de ciúme por algo, ou ainda, por alguém nas diversas fases dos relacionamentos interpessoais que vivencia. Alguns estudiosos ainda consideram este fenômeno como universal e inato, proveniente do desejo de exclusividade no amor de determinada pessoa. São tantas as manifestações do ciúme por pessoas, e mesmo por objetos, que, não raro, pode dificultar a compreensão da origem desse sentimento. E, durante toda a minha vida, enquanto um estudioso das relações interpessoais, e de maneira especial, tendo em vista os relacionamentos amorosos, e enquanto psicoterapeuta, acolhi e procurei dar suporte a estes e muitos outros questionamentos que me foram encaminhados. Desta forma, como escopo de meu estudo escolhi enfocar o ciúme, sobretudo, o de natureza romântica.

O ciúme romântico não somente é um dos mais importantes temas que envolvem os relacionamentos humanos, bem como um desafio para muitos destes. Uma grande dificuldade ao se estudar o fenômeno do ciúme é o fato de que para muitos ainda, o ciúme é uma manifestação de afeto, de zelo ou até de amor que uma pessoa sente por outra. Talvez isto seja mesmo verda-

de em algumas situações, e provavelmente não em muitas outras. E quem ama mata? Provavelmente não, mas quem sente ciúme sim. E esta morte, embora seja algumas vezes cruelmente real, no íntimo das pessoas ela ocorre de forma bem mais sutil e velada. São inúmeras as mortes imaginárias, que ocorrem por meio de mecanismos não perceptíveis à consciência e que sem as pessoas se darem contas, mais as afastam do que as aproximam.

Muito tem sido escrito sobre esse fenômeno chamado ciúme, que tantas vezes se instala em nós e em quem amamos, e que priva a tranquilidade, a concórdia e a confiança de nossos relacionamentos que nos são caros. É importante falarmos a respeito de um tema como este porque provavelmente, em algum momento da vida, ou por ele seremos afetados por sentirmos ciúme, ou ainda, porque seremos vitimizadas como alvo de uma pessoa ciumenta. Dessa maneira, em algum momento da vida, por nos depararmos com esta possibilidade é necessário sabermos a diferença entre o ciúme considerado 'normal' e o 'patológico', dentre outras propriedades do ciúme.

Se não nos dermos o trabalho de refletir a respeito deste tema, talvez estejamos perdendo uma preciosa oportunidade para otimizar a qualidade dos nossos relacionamentos amorosos os quais tanto valorizamos e os quais queremos preservar por meio dos mecanismos do ciúme. E se assim, quer como vítimas ou como algozes, se não o admitirmos em nosso cotidiano, podemos deixar de investir no relacionamento que realmente nos é tão caro e libertarmos os parceiros vítimas de nosso "inexplicável" desassossego para que assim possamos recuperar parte de nós mesmos que talvez esteja se perdendo para um fenômeno que nos faz marionetes de nossas próprias emoções.

Em relação ao ciúme algumas perguntas permanecem em aberto, tais como: Porque sentimos ciúme, este se subsidia no amor a outra pessoa ou a nós mesmos? Se, como diz o senso comum: "A primeira impressão é a que fica", porque existem tantas brigas amorosas e tantas separações, muitas destas em função do ciúme? Somente o amor, pode conservar a unidade estrutural de um relacionamento? Quando o ciúme é útil? De qual tipo de rival se tem mais medo? A aplicação do que reza o dito popular: "Conforme a cama que fizeres, assim nela te deitarás" subsidia-se na realidade? Sentimos ciúme derivado de um instinto de posse ou pelo apego à monogamia que a nossa educação nos incute? Amar é desejar o que for melhor para o amado, ainda que isto custe um possível abandono em nossa relação afetiva vivenciada, ou ainda, seria manter o outro sob controle e vigilância a fim de não perdê-lo(a)? E afinal, quem ama tem ciúme?

Apresento agora este livro, capítulo por capítulo, a fim de fazermos uma pequena incursão juntos para que cada um faça a sua própria viagem a *posteriori*.



No primeiro capítulo acompanharemos como a teoria etológica caracteriza o amor acerca da preservação da espécie humana e a formação desta ciência recente dentro da psicologia intitulada Psicologia do amor que se ocupa de estudar o relacionamento amoroso e os seus desdobramentos para os relacionamentos interpessoais. Também veremos as dificuldades encontradas por cientistas e outras pessoas em tentar entender conceitos como o amor e o ciúme.

No segundo capítulo buscarei explicar o que é a fidelidade e a infidelidade e explicar como esta última estaria relacionada ao conceito de ciúme. Dessa forma, lançarei algumas hipóteses iniciais porque as pessoas se engajariam em comportamentos associados à infidelidade, suas diversas manifestações, seus mitos e suas relações com o ciúme romântico.

No terceiro capítulo o enfoque recairá na gênese do ciúme e quais os fatores e mecanismos que tentam explicar seu surgimento e os desdobramentos do mesmo para os relacionamentos amorosos. Diversas perspectivas teóricas por meio de seus diferentes modelos explicativos para interpretar o ciúme nos ajudarão nesta jornada.

No quarto capítulo entraremos em contato com mais definições e concepções sistematizadas a respeito do ciúme na tentativa de entendermos o porquê de muitas de suas expressões em nosso comportamento e de algumas explicações de porque traímos e de sermos traídos.

No quinto capítulo veremos como algumas teorias como a etológica, que estuda as origens dos comportamentos em pessoas em animais resgatando suas origens, responde se o ciúme é algo inerente ao ser humano ou se o mesmo seria algo aprendido culturalmente, como advoga a teoria sócio-cultural.

No sexto capítulo, por meio de uma retrospectiva histórica, procuraremos resgatar como a concepção do ciúme mudou ao longo da história e como ela influenciou as pessoas e vice-versa, conforme foi transcorrendo o tempo.

No sétimo capítulo será discutido como o ciúme pode beneficiar os relacionamentos em contraposição quando ele pode prejudicá-los, sobretudo, quando relacionado à possessividade.

No oitavo capítulo serão contemplados alguns pontos como as conseqüências do ciúme e seus desdobramentos para os relacionamentos amorosos, o ciúme real e ciúme imaginário, o que é o ciúme real, quando o ciúme pode se tornar patológico e suas relações com transtornos psicológicos tais como alcoolismo, obsessões e esquizofrenia.

No nono capítulo discutirei o rumo para o qual estão se enveredando os relacionamentos amorosos do novo milênio, sobretudo, em relação ao ciúme e a questão da infidelidade: suas vivências e expectativas.

No décimo capítulo discutirei se as nossas crenças ciumentas e a insegurança que temos sobre a infidelidade dos nossos parceiros podem contribuir de alguma forma para que os mesmos se engajem em comportamentos relacionados à infidelidade.

No décimo primeiro abordaremos as relações entre ansiedade e ciúme no dia-a-dia e na literatura científica mundial.

No décimo segundo tratarei da relação os conceitos de ciúme e de inveja e a coexistência desses fenômenos nas pessoas e no cotidiano delas.

No décimo terceiro capítulo versarei a respeito do ciúme romântico para a população homossexual e quais os pontos de intersecção e de ruptura entre os conceitos de ciúme homossexual e heterossexual existentes.

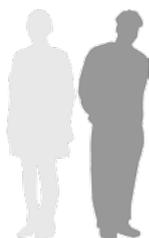
Este livro pretende contemplar ao longo de suas páginas estes e muitos outros questionamentos que são feitos a respeito. O amor e as questões de fidelidade, o ciúme, a inveja e as traições são elementos que sempre estiveram presentes desde as mais remotas histórias bíblicas e mitológicas. Dessa forma, fundamentando-me no passado, ou mesmo, pautado nas referências contemporâneas, procurei durante a tessitura do mesmo, dado o fato que ter lido uma grande quantidade de publicações relacionadas ao tema, elaborar um livro que mesclasse pesquisas científicas e não meras especulações.

Este livro também conta alguns e não tantos casos clínicos basilares para ilustrar os tópicos sobre os quais discorro no intuito de deixar o texto mais agradável. Este recurso, também visará proporcionar ferramentas úteis na lida com o ciúme levando-se em consideração que neste livro há exemplos clínicos citados de diversos casos de pessoas que sofreram de ciúme e como conseguiram resolver seu problema. Aos amantes da lírica, poética e aos curiosos de modo geral, sempre haverá uma surpresa para se depararem ao longo de sua leitura. E ao desvelar esta e outras questões que, porventura, virão a surgir, poder entender melhor as manifestações ciumentas cotidianas e a lutar de forma mais consciente contra seus, por vezes, maléficos efeitos. E, que ninguém se ache imune ao ciúme. Destarte, para as pessoas ciumentas (sobremaneira, as em excesso, ainda que até o momento desta leitura não tenham se reconhecido enquanto tal), para pesquisadores, clínicos e a quem este livro mais possa interessar, que vocês todos possam recorrer a esta leitura, com vistas a ter uma melhor qualidade no relacionamento que tanto querem assegurar. Esperando, que este trabalho acolha as suas dúvidas, contemple-as e possa orientá-los de forma simples e prática.

Desde já, desejo uma boa leitura a todos...

Thiago de Almeida

Capítulo I



A Psicologia do Amor

“É impossível exprimir a perturbação que o ciúme causa a um coração em que o amor ainda se não tenha declarado”

(Madame de La Fayette)



É fato que os seres humanos, por serem seres sociais, precisam uns dos outros e isto adquire uma maior importância quando o assunto é o amor² (Almeida, 2004). Segundo William James (citado por Murray, Griffin e Holmes, 2000) a relação social mais peculiar que uma pessoa pode ter é o relacionamento amoroso romântico, pois, a grande proximidade entre os indivíduos traz a tona as mais intensas emoções.

Dessa forma, o amor é um assunto muito presente em nossas vidas, e constitui o tema central de diversas manifestações artístico-culturais, tais como músicas, filmes, poemas e romances, dentre outros. Dessa forma, podemos dizer que, em nosso cotidiano quase que freneticamente se busca cada vez mais o amor. Apesar disso, o amor é algo que permite o levantamento de inúmeras questões a seu respeito, a começar pela sua própria definição. Vários teóricos se questionam se há a possibilidade de existir uma definição unificada para o amor que possa abarcar sua variedade de conceituações e representações. O que é, de fato, o amor e como poderíamos fazer não confundi-lo? Por que será que nos ocupamos tanto desse fenômeno?

O amor: considerações evolutivas.

Ainda que o amor seja uma pauta atemporal, as raízes do que se concebe do amor, remontam aos povos das cavernas, que o retratavam em pinturas rupestres. Pesquisas indicam que o amor é um conceito universal, isto é, ele está presente em todas as culturas que se conhece (Vincent, 2005).

Abstraindo-se nossas aspirações mais românticas, o amor seria uma espécie de contrato biológico entre um homem e uma mulher. Para a etologia, ciência que estuda as origens dos comportamentos dos seres humanos e animais, esse contrato determinaria que, em troca de recursos trazidos por um homem para garantir a alimentação, o abrigo e a proteção da mulher e dos filhos dele, esta, em contrapartida, disponibilizaria o seu útero, com exclusividade, à disposição do mesmo.

Dessa forma, se por um lado, ao longo do tempo como diretriz norteadora, o homem deveria procurar disseminar o seu precioso material genético

² Embora o amor seja algo que permita o levantamento de inúmeras questões a seu respeito, a começar pela sua própria definição, o que se conceberá por amor durante todo o texto refere-se a um sistema complexo e dinâmico que envolve cognições, emoções e comportamentos e que estão relacionados à interação romântica entre dois seres humanos, e que diferiria da paixão, pois, este movimento com tendências gregárias teria geralmente uma duração maior do que esta.

com o maior número de mulheres possíveis, por outro lado, as mulheres deveriam escolher o melhor provedor possível para que as fecundasse e permitisse uma boa descendência. Este provedor deveria ter alguns atributos: físicos e psicológicos que garantissem a sobrevivência não somente da prole constituída, mas também de si mesma. Isso pode não ter aparente importância para os dias atuais, nos quais as mulheres ascenderam ao mercado de trabalho e geralmente as pessoas não se unem visando diretamente uma reprodução em curto prazo, mas em épocas remotas, esta união seria o diferencial entre permitir a existência ou não das pessoas. E, assim, segundo os etólogos este mecanismo de atração e manutenção dos vínculos, concebido como amor, propiciou ao homem não somente disseminar seu material genético, mas também perpetuar até a contemporaneidade.

Entretanto, apesar de todas as pesquisas e descobertas, ainda paira uma sensação de que a evolução, por algum motivo, deu-se no sentido de que surgisse o amor não-associado à procriação, quem advoga esta teoria, fundamentada em muitas de suas pesquisas é a antropóloga Helen Fisher. Calcula-se que isso deva ter acontecido há aproximadamente 10 mil anos e que tenhamos herdado este legado amoroso. Dessa forma, os homens passaram realmente a amar as mulheres, não como meras reprodutoras, e algumas destas passaram a olhar os homens como algo mais além de provedores para o sustento de si mesmas e de suas proles (Fischer, 1995; 2006). Assim, pelo menos sob uma perspectiva ecológica as paixões, e conseqüentemente, alguns casos amorosos que derivavam delas podem ser consideradas funcionais do ponto de vista evolutivo. “Somos sobreviventes de uma grande competição evolutiva entre as espécies” (Buss 2000).

Há que se ter em mente que o amor, a princípio, é uma crença emocional. Como toda e qualquer crença “pode ser mantida, alterada, dispensada, trocada, melhorada, piorada ou abolida. Nenhum dos seus constituintes afetivos é fixo por natureza” (Costa, 1998, p. 12). Ao longo dos séculos, muitos pensadores manifestaram suas idéias a respeito do amor, quer ressaltando seu valor positivo e exclusivamente humano quer identificando nele a expressão inefável da transcendência, ou ainda, tratando-o como meta inalcançável, e relacionando-o, como algo alienador e, portanto, execrável.

Quer estejamos ou não convencidos a respeito da importância do amor perpassando os séculos, a princípio, biologicamente, o vínculo afetivo é vital para os mamíferos, conforme vários experimentos têm demonstrado. Entre os mais conhecidos, está o estudo de Harlow & Harlow (1965) com chimpanzés. Esses pesquisadores e seus colaboradores separaram os filhotes de suas mães após o nascimento. Em seu experimento, cada filhote teve acesso



a duas mães artificiais, uma delas sendo uma armação de arame com rosto de madeira e uma mamadeira à altura do peito, e a outra semelhante, mas revestida de um tecido felpudo. Então, os filhotes ficavam com ambas as mães, mas, à medida que cresciam, mostravam uma forte ligação com a mãe de pano. Quando deparavam com um intruso (por exemplo, um urso mecânico de pelúcia), fugiam para junto da mãe de pano, agarravam-se a ela e, então, confortados e sem medo, examinavam o urso. De forma similar, quando colocados numa sala estranha, procuravam imediatamente a mãe de pano e se agarravam a ela em busca de consolo, antes de iniciarem a exploração. Segundo os estudiosos que correlacionam esses tipos de achados com humanos, em termos de estruturas cerebrais, comportamento social e resposta ao estresse, esse vínculo teria garantido a evolução do *Homo sapiens* e a preservação da espécie, uma vez que cabia aos mais fortes cuidar dos mais fracos, garantindo-lhes cuidado e proteção.

Ao nos referirmos especificamente aos seres humanos, outros estudos (*e.g.* Bowlby, 1989) apontam que as primeiras vinculações com outro ser humano (no caso seus cuidadores que podem ser representados pela mãe, pai, avós, dentre outros) podem favorecer o aparecimento do fenômeno amoroso. A proposta de Bowlby tentava responder como as crianças vinculavam-se emocionalmente aos seus primeiros tomadores de cuidados e ainda como as crianças tornavam-se angustiadas na ausência dos mesmos. A partir do conjunto da obra de Bowlby puderam se estabelecer as definições de comportamento de apego e suas características. Assim, comportamento de apego foi definido pelo autor como qualquer forma de comportamento que resulta em uma pessoa alcançar e manter proximidade com algum outro indivíduo, considerado mais apto para lidar com o mundo (Bowlby, 1989, p. 38).

A despeito da natureza deste complexo sentimental e cognitivo-comportamental os autores Shaver, Hazan & Bradshaw (1988) vão desenvolver uma teoria ontológica para o surgimento do amor fundamentada na teoria bowlbyana. A hipótese de Shaver, Hazan e Bradshaw sumarizada no capítulo lido é a de que, baseada na teoria bowlbiana dos estilos de apego (Seguro, ansioso-ambivalente e rechaçador, cada um destes com características que lhe seriam peculiares), a vinculação primeva influenciaria sobremaneira as crianças de tal forma que poderiam ser categorizadas e, posteriormente, esses perfis de vinculação refletiriam nos relacionamentos amorosos adultos.

E assim, relacionando as similaridades entre características do apego infantil ao relacionamento amoroso adulto, os autores prosseguem traçando esse paralelo e tentam compreender a psicodinâmica que subjaz aos relacionamentos diádicos, sobretudo, os amorosos. Alguns estudos como o de Sha-

ver, Hazan & Bradshaw (1988) e mesmo o de Bansen (2004) vão descrever associações existentes entre os estilos de amor parentais e os estilos que amor que desenvolvemos com nossos parceiros quando adultos.

Ao que se sabe o desenvolvimento emocional se dá imediatamente após o nascimento e percorre um longo caminho através das etapas determinadas pela idade e cultura, que caracterizam a evolução do ser humano (Bowlby, 1989). Será então este conjunto de condutas inatas exibidas pelo bebê, que promoverá a manutenção ou o estabelecimento da proximidade com sua principal figura provedora de cuidados, a mãe, na maioria das vezes. Acontece que o comportamento de apego, além de estar revestido de sua função protecionista, propicia ao bebê uma série de interações sociais que colaboram para um desenvolvimento saudável da criança, além de lhe proporcionar oportunidades de treinar seus comportamentos sociais e perceber as modificações dele no meio (Toni, Salvo, Marins, & Weber, 2004). Dessa forma, em geral, seres humanos que são amados e que respondem com carinho aos outros adquirem uma agradável capacidade de intimidade com outras pessoas.

A Psicologia e a Psicologia do Amor.

Morton M. Hunt, em seu livro “*The Natural History of Love*” (A História Natural do Amor) retratou o século passado como a “Idade do Amor”. Este autor se justificou ao dizer que nunca, em nenhuma outra fase da História da Civilização, houve uma proporção tão vasta da humanidade que tenha dedicado tão elevada consideração ao amor nas suas mais diversas formas para expressá-lo como naquela fase (Hunt, 1959). Contudo, ao que parece esta é uma tendência que tende a permanecer. Na verdade, sua vivência e sua busca tendem a perdurar indeterminadamente e não se restringiria a uma fase ou ainda a um século. O amor é um dos principais requisitos para o casamento nos países ocidentais (Silva, Mayor, Almeida, Rodrigues, Oliveira & Martinez, 2005). Paulatinamente, o amor está se tornando cada vez mais uma condição *sine qua non* para uma vida satisfatória e plenamente realizada, ao menos na concepção dos que o buscam. Embora expresso de maneiras diferenciadas, o amor é sumamente importante para o desenvolvimento da personalidade e crescimento da humanidade. E se por um lado a temática dos relacionamentos amorosos é uma das áreas mais importantes da vida das pessoas, por outro lado, infelizmente, tal importância é mais bem percebida quando as coisas não vão bem. Quando isso acontece, tanto o nosso humor, quanto a nossa capacidade de concentração, a nossa energia, o nosso trabalho e a nossa



saúde, dentre outras dimensões das nossas vidas, podem ser profundamente afetados (Amélio, 2001).

Enquanto um fenômeno *sui generis*, o amor se revela quando uma pessoa deseja e busca de outra pessoa receber e propiciar prazeres ou satisfações, que podem ser de diferentes naturezas, tais como sexuais, de admiração, compreensão, proteção etc. (Doron & Parot, 1991). O amor é também o “movimento que conduz um sujeito em direção a outro”, uma função imanente constitutiva da vida psíquica, dinâmica conduzida por um objeto, mas não provocado por esse, já que o outro é a representação que o próprio sujeito ocasiona (Nobrega, Fontes & Paula, 2005).

E se grande parte dos seres humanos não vive a plenitude do amor, muitas vezes, provavelmente é porque cultivam errôneos ou idealizados conceitos e imagens distorcidas do que este seja. Dessa forma, recorrem a estereotipagens amorosas, que resultam de arremedos afetivos empobrecidos a respeito do que concebem por amor e que tanto as desgastam e os parceiros com os quais estabelecem seus relacionamentos. Assim, pode-se depreender que como conseqüência disso, no mundo há muito amor (talvez latente), mas também há muita solidão.

Até algum tempo, a ciência da psicologia nunca pareceu muito interessada neste assunto, talvez por entender o amor como algo abstrato e que desafiava qualquer proposta de mensuração. As publicações nesta área eram poucas, muitas vezes relacionadas com o amor entre mãe, filhos, etc.

Dentro da História da Psicologia, a História da Psicologia do Amor nasceu de forma modesta e será contada pelo presente texto. Desde Freud, a Psicologia mesmo antes de ser denotadamente reconhecida enquanto uma ciência preocupou-se sobremaneira com os aspectos psicopatológicos do ser humano. Assim, doenças, perversões, e demais desvios no comportamento humano sempre foram pautas de muita análise e discussões para os primeiros psicólogos.

Essa preocupação demorou por um bom tempo até que surgiram os primeiros dissidentes da teoria freudiana que passaram a contestar algumas características da teoria. Estes psicólogos concebiam o ser humano com uma visão mais positiva de sua natureza e evidenciaram fatores outros na personalidade humana que não enfatizavam tanto a redução da ansiedade ao longo da vida, como era proposto na teoria matriz freudiana. Alguns exemplos de autores que evidenciavam em suas teorias o potencial humano são Erich Fromm (1900 – 1980), Carl Rogers (1902 -1987), e Abraham Maslow (1908 – 1970). Erich Fromm, que era um psicólogo humanista, apontava o amor como única resposta e saída satisfatória para o problema da existência humana. Rogers reconhecia o amor como fundamento do casamento e este carregando dentro

de si a possibilidade de manutenção do crescimento e do desenvolvimento do potencial humano. Maslow definiu um conjunto de cinco necessidades vitais, dentre as quais considerava o amor uma das necessidades sociais mais importantes o qual o ser humano não poderia estar privado ao longo de sua vida para poder vir se tornar o que ele próprio deveria ser por natureza. Maslow, citado por Rubin (1977, p. 59) dizia: “Devemos estudar o amor; precisamos poder ensiná-lo, para compreendê-lo, predizê-lo, ainda que esta palavra esteja perdida para a hostilidade e para a desconfiança”.

Então, deste a década de 60 alguns psicólogos como Byrne, London & Reeves (1968) lançaram-se para estudar algo que eles concebiam como atração interpessoal. Este estudo englobou, sobretudo dentro da Psicologia Social, uma variedade de experiências sociais como a admiração, o amor, a amizade, intimidade, luxúria e prazer. É neste campo do saber que foi verificada a influência de três fatores principais que interagiriam no âmbito das relações interpessoais, a saber: atração física, proximidade e semelhança (Huffman, Vernoy & Vernoy, 2003). E, dessa forma, a dinâmica da relação interpessoal entre um homem e uma mulher começou a ser estudada de um modo mais sistemático há menos de quatro décadas. Após um conjunto de investigações em sexologia, posterior à Segunda Guerra Mundial, é que se começou a investir no escrutínio científico dos fenômenos relacionados ao amor romântico, em seu sentido estrito. Dentre os trabalhos que precederam tais estudos contam-se as pesquisas de A. C. Kinsey, W. B. Pomeroy e C. E. Martin, que resultaram no famoso Relatório Kinsey a respeito da sexualidade masculina (*Sexual behavior in the human male*, 1948) e feminina (*Sexual behavior in the human female*, 1953); os trabalhos de William H. Masters e Virgínia E. Johnson (*Human sexual response*, 1966, e *Human sexual inadequacy*, 1970); e o Relatório Hite³ da autora Shere Hite (anos 1980 e 1990). Estas pesquisas acabaram praticamente condicionando a vivência do amor à prática do sexo de forma errônea, porque, o amor pode ser uma das dimensões da sexualidade e não inevitavelmente uma parte inerente ao sexo propriamente dito, tal como concebiam alguns desses estudos.

Assim, pouco a pouco, e passando por muitos percalços, o paradigma da ênfase ao que era doentio e intimamente relacionado ao sexo no ser humano, acabou por ceder espaço ao estudo de outros aspectos menos explorados até

³ Sob a denominação *The Hite Report: A Nationwide Study of Female Sexuality*, este estudo foi publicado pela feminista Shere Hite, em 1976, e provocou grande impacto à época por contestar numerosas noções estabelecidas a respeito da sexualidade feminina, mas, no entanto, é criticado atualmente por suas fragilidades e inconsistências metodológicas, especialmente quanto à representatividade dos achados.



então e que serviriam como pano de fundo para a esta nova teoria que estaria para surgir. Isso mostra que a Psicologia do Amor, enquanto uma ciência que se constitui a partir de um conjunto de conhecimentos sistematizados dentro da Psicologia, e não surgiu em meio a um vácuo, mas estava inserida a um contexto e mesmo de uma necessidade teórico-conceitual. E um dos fatores para o aparecimento desta teoria que se ocupava em tematizar o amor e os desdobramentos dele para os relacionamentos interpessoais é que foram muito estudados os demais fatores. Isso não quer dizer que ninguém tenha pensado em estudar anteriormente o amor, mas o seu escrutínio científico, enquanto um fenômeno investigado pela ciência da Psicologia, somente se deu mais adiante.

Foi então, na década de 70, que se deu o marco inicial do estudo científico do amor romântico. Em 1973, foi publicado o trabalho inaugural do autor Zick Rubin, o qual ele intitulou: "*Liking and loving: an invitation to social psychology*", derivado de sua dissertação de mestrado. Neste trabalho, o autor criou uma escala onde procurou mensurar o fenômeno amoroso. Por meio de suas pesquisas Rubin (1970; 1973), demonstrou não somente que conceitos tão intimamente atrelados como o gostar e o amar podiam ser independentes, diferindo em sua essência e intensidade de afeto, e não como partes de um único contínuo, anteriormente assim entendido, bem como, a partir dos anos 80, inúmeros estudos foram realizados, utilizando amostras probabilísticas, instrumentos psicométricos, comprovando a viabilidade das pesquisas que tematizassem o amor e seus desdobramentos. A partir disso, muitas serão as contribuições para o estudo do amor, como as de Tennov (1979) que diferenciaram o amor da paixão, a criação de escalas e demais teorias e instrumentais para a compreensão da sua dinâmica em um relacionamento interpessoal e para as próprias pessoas que amam. Para Rubin⁴ (1988) os pesquisadores em amor se defrontam com o problema que o "amor" significa diferentes coisas para diferentes pessoas.

A mesma tendência é apontada por Clanton & Smith (1998) que elaboram uma analogia para ilustrar que a palavra ciúme pode ser compreendida como uma prancha de Rorschach, com diferentes significados idiossincráticos. O autor ainda se questiona se o amor seria então uma atitude, uma emoção ou um conjunto de comportamentos? Ou talvez uma orientação individual ou ainda um vínculo diádico? Assim, o autor conclui que há um grave problema operacional para se estudar tal temática que leva muitos pesquisadores desta área a desenvolverem suas próprias taxonomias, isto é a

⁴ In Sternberg, R. J., & Barnes, M. L. (1988). *The psychology of love*. New Haven, CT: Yale University Press, pp. vii- xii.

descrição, identificação e classificação de categorias para o conceito de amor. Logo, para pesquisadores desta área e para muitas outras pessoas o amor é a parte mais importante da vida delas. Sem ele, é como se suas vidas fossem incompletas. Embora isso aconteça, a ciência da Psicologia nunca pareceu muito interessada neste assunto, talvez por entendê-lo como algo abstrato e que desafiasse qualquer mensuração, algo que reflete isso é que as publicações nesta área ainda são incipientes.

Algo que suscita também dúvida é se há alguma diferença entre a Psicologia do Amor e a Psicologia Positiva. Sim, há. A Psicologia do Amor difere grandemente da Psicologia Positiva. A Psicologia Positiva está estabelecida desde 1998 por Martin Seligman. Esta nova orientação da Psicologia está preocupada com o estudo dos sentimentos positivos como a esperança, a alegria, e também o amor como um desses fatores que contribuiriam para o desenvolvimento do potencial do ser humano. Contudo, a Psicologia do Amor é um conjunto de conhecimentos sistematizados que procura estudar especificamente alguns conteúdos como o amor, o ciúme, a infidelidade, dentre outras muitas temáticas relacionadas.

O conceito do amor.

Por muito tempo, buscou-se uma definição que fosse aceita por cientistas e pessoas do senso comum a respeito do que seria o conceito de amor. Em uma de suas prováveis origens, o termo 'amor' deriva etimologicamente do grego, onde 'a' significa sem; já 'mors' é sinônimo de morte. Portanto, o amor, nesta concepção etimológica, corresponderia a algo que transcenderia a morte. Contudo, ainda não há uma descrição, clinicamente exata ou poeticamente elegante, capaz de captar algo que seja sua essência dada a sua magnitude. Logo, deve-se admitir que escrever ou falar de amor é uma façanha cada vez mais árdua. Corre-se o risco de cair na banalidade, na ambigüidade, no espiritualismo ou até mesmo no sentimentalismo, de maneira que os literatos, pregadores, ou mesmo os cantores não são mais convincentes (Almeida, 2003).

Na Psicologia estamos muito longe de uma definição universalmente aceita para conceituarmos alguns termos. Como exemplos disso temos problemas ao se estudar algumas temáticas como: o conceito de amor, o ciúme, a fidelidade, etc. Anteriormente ao surgimento da ciência psicológica, por muito tempo, buscou-se uma definição que fosse aceita por cientistas e pessoas do senso comum a respeito do que seria o amor. Alguma teoria se produziu até então, contudo, ainda não há uma descrição, cientificamente



exata ou poeticamente elegante, capaz de captar algo que seja sua essência. Ao que parece, o amor, apesar de tanta promoção, não passa ainda de um ilustre desconhecido (Almeida, 2003; 2004). Dele ignora-se a fonte, os fundamentos, as raízes, a autoria e até o tempo de aparecimento. Pesquisas indicam que o amor é um conceito universal, isto é, ele está presente em todas as culturas que se conhece (Vincent, 2005) e possui inúmeras formas para se expressar (Lee, 1988). Entretanto, quando formos nos referir ao conceito de amor, operacionalmente aceitaremos a definição empregada por Almeida e Mayor (2006, p. 99). Para eles o amor, enquanto uma relação diádica atemporal e interpessoal, entre os seres humanos é concebida como:

“Um conjunto de sentimentos diversos, distintas topografias comportamentais e múltiplos perfis de respostas cognitivas que embora variados, estão relacionados entre si e são inerentes ao ser humano, tendem a perdurar-se e possuem inúmeras formas válidas de sua manifestação. Assim, em termos comportamentais o amor é visto como uma contingência muito especial não somente por ser multideterminado, mas também devido ao fato de sua pluralidade de conseqüências”.

O conceito de amor e de ciúme para as pessoas e seus estados é eminentemente subjetivo, embora possamos sentir os seus efeitos na vida cotidiana, e geralmente, ninguém ignore as penalidades e vicissitudes pelas quais passamos, quando os experimentamos quer seja na presença ou nas ausências deles. Para as pessoas, geralmente, a consistência do amor deriva e se fundamenta na consistência pessoal, pois o amor é encarado como necessidade e, ao mesmo tempo, como uma construção. Portanto, pesquisar sobre o amor e o ciúme nos coloca frente a fenômenos que conhecemos desde a mais tenra idade, crescemos e o experimentamos diariamente, através das fortes emoções que os acompanham, mas não refletimos sobre as concepções que eles podem assumir. Atualmente, dada à fluidez que cerca os próprios conceitos, em decorrência disso, as definições existentes expressam a dificuldade dos autores ao estudarem estes temas, uma vez que há uma falta de operacionalização dos conceitos.

O amor, inclusive, diferencia-se de um relacionamento amoroso, em sentido restrito, pois, o relacionamento amoroso refere-se ao envolvimento com o outro na relação. Nessa interação com o outro pode ou não haver amor que envolve laços de afeto, apego, libido, dentre outras características e dimensões que o amor pode assumir enquanto um conjunto de comportamentos, sentimentos e pensamentos. Contudo, reconhecemos que as relações significativas, como relacionamentos amorosos podem ser considerados como

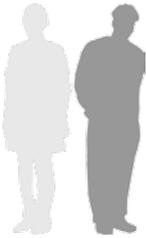
fatores de risco ou de proteção (também chamados de fatores resilientes), dado que ora promovem o sentimento de segurança e a auto-estima e concorrem para o bem estar global do indivíduo, ora geram condições adversas de existência e implicam considerável sofrimento (Canavarro, 1999).

No mundo contemporâneo muitos são os ingredientes do intitulado amor romântico – apaixonamento, desejo sexual, amor e laço conjugal indissolúvel e observa-se que não estão tão fusionados como outrora. O modelo amoroso romântico, que promete felicidade duradoura, tem também seu ônus de padecimentos, postergações e restrições eróticas que o indivíduo contemporâneo não estaria disposto a sofrer (Lejarraga, 2005). Segundo Costa, o amor romântico nasce na “Era dos Sentimentos” marcado por renúncias, devaneios e projetos em longo prazo, mas hoje, na “Era das Sensações”, com o enfraquecimento da sociedade patriarcal e o culto às satisfações imediatas, esse ideal mostra sua incongruência. O ideal do amor como bem supremo perdura nos dias atuais, combinando-se antinomicamente com o culto às sensações. Assim, nas palavras de Costa: “em suma, vivemos numa moral dupla: de um lado; a sedução das sensações, e do outro, a saudade dos sentimentos. Queremos um amor imortal e com data de validade marcada: eis sua incontornável antinomia e sua moderna vicissitude!” (Costa, 1998, p. 21).

E, embora atualmente parem muitas dúvidas a respeito do que seria o amor, nunca dele se falou tanto. Tido como algo que se deveria aprender cada qual aspira ao amor, a tal ponto que ele se tornou praticamente um desempenho obrigatório no cotidiano das pessoas. Diariamente, nos mais diferentes ambientes, são realizadas perguntas a respeito dele. Tais questionamentos intrigam não somente os indivíduos que as formulam, mas também a muitos psicólogos, mesmo aqueles profissionais cujo enfoque não é aparentemente a questão dos relacionamentos interpessoais. E, certamente, a evolução do que se concebe por amor evoluiu e continua a evoluir constantemente, e acompanha o pensamento das pessoas da época no qual ele está inserido (Almeida & Mayor, 2006).

Discorremos, em psicologia, sobre a aprendizagem, personalidade e emoção. Abordamos técnicas e métodos, mas, com exceção da literatura de auto-ajuda, pouco encontramos sobre o amor e o ciúme, sistematizado em seus processos e em suas formas. Quanto ao ciúme, pode-se dizer que esta temática é recorrente em terapias de casal (Leite, 2001), bem como uma dificuldade de relacionamento nas terapias individuais (Costa, 2005). Ainda assim, mesmo no campo da psicologia clínica, estudos atuais sobre o ciúme são raros. Deste modo, o ciúme constitui uma problemática atual e freqüente no contexto clínico, sendo necessário examinar aspectos importantes que irão nortear a prática do psicoterapeuta (Costa, 2005; Leite, 2001).

Capítulo II



*Conceituando a infidelidade
na tentativa de se
compreendê-la e entender
o que é o ciúme.*

“Muitas mulheres suspeitam que seu marido é o melhor amante do mundo, mas nunca conseguem flagrá-lo”.

(Henny Youngman)



Compreendendo o que é a fidelidade para entendermos o que é a infidelidade.

No início de uma relação, muitas vezes marcada por rompantes de paixão, depositamos nas pessoas um conjunto de desejos e de expectativas que quase sempre nos cegam para a realidade. Mas a paixão, por si só, é transitória, e a relação amorosa começa realmente quando conseguimos sair de um estado de transe e encarar a realidade de frente (Almeida e Rodrigues). Dessa forma, todo casal, quando se forma, traz para o relacionamento, uma espécie de acordo inconsciente que funciona com um fundamento para o que será a delineado como uma vida a dois. Embora muitas vezes, os parceiros concordem aparentemente com este “contrato” automaticamente, este se forma a partir de uma, por vezes, extensa negociação que os componentes desse casal constroem desde os primeiros encontros. Essa negociação acontece e se atualiza na medida em que diversas situações surgem no relacionamento.

Assim, quando duas pessoas decidem se unir, o fazem porque resolvem que é bom para elas tal arranjo. Somos seres gregários por natureza e ao que parece, freqüentemente caminhamos ao encontro do outro aspirando por uma completude. Sobretudo, para os apaixonados, há um grande desejo de fusão. Contudo, o fato de eleger uma pessoa para dedicar uma parte do seu tempo e dos seus recursos não implica que não se possa mudar de idéia posteriormente e, possivelmente, lesar, ou romper este acordo. O problema, então, é que nem sempre esse contrato é compreendido por ambas as partes da mesma maneira. Embora isso possa nos parecer óbvio demais, continuamos a realizar rituais e a fazer promessas de amor eterno (Lemos, 1994). Desta forma, quando um parceiro diz ao outro: “você sempre soube o que eu queria”, cobra o cumprimento desse acordo.

Lemos (1994) discute três pontos importantes ao versamos a respeito da questão da fidelidade. Segundo este autor a fidelidade refere-se a:

1. um modo de agir ou de se envolver com uma outra pessoa que caracteristicamente impede que qualquer um dos participantes do relacionamento se envolva sexualmente com um terceiro;
2. nutrir afeto ou se envolver com uma outra pessoa, ainda que tal envolvimento esteja desprovido de um relacionamento sexual mais duradouro;
3. em outros casos, até mesmo o fato de o parceiro perder o interesse, mesmo sem a existência de uma terceira pessoa, também é um indício da falta da fidelidade, isto é, embora não exista um terceiro, a infidelidade ocorreu porque esta pessoa teria traído a esperança e o

sonho da outra de viver junto o junto por eles construídos por toda a vida.

Embora cada um considere devidamente correto esperar do outro determinadas atitudes, o que acontece, na maioria das vezes, é uma decepção. Ninguém pode viver para atender às expectativas da outra pessoa. Nem seria saudável pretender cumprir esse papel. Portanto, anteriormente à ocorrência da infidelidade propriamente dita acontecer, o que acontece é uma quebra do contrato por uma, ou por ambas as partes do casal.

Então, ao término da paixão, e/ou quando esta se transforma em amor, e o olhar e o investimento potencialmente se deslocam, é preciso reprimir os impulsos para tentar garantir o que chamamos de fidelidade. E fidelidade não seria o mesmo que querer bem a alguém, muito embora o querer bem a alguém é certamente um aspecto da fidelidade (Solomon, 1992).

Mas, o que se concebe afinal como infidelidade?

Para Drigotas & Barta (2001), a infidelidade pode ser definida como uma “violação das normas dos parceiros que regulam o nível emocional ou da intimidade física com pessoas fora do relacionamento” (Drigotas & Barta, 2001, p. 177). Para Pittman (1994) a infidelidade é uma quebra de confiança ou ainda como o rompimento de um acordo. Este autor nos coloca que há vários tipos de infidelidade. Assim, segundo muitos autores, infidelidade pode ser sexual, emocional, ou ambas. A infidelidade sexual é um comportamento que envolve contato sexual, tal como beijar, contato íntimo, sexo oral, ou intercurso sexual. Infidelidade emocional envolve a formação de um apego ou uma afeição por outra pessoa e pode envolver comportamentos como flerte, encontro, conversas íntimas ou se apaixonar.

Consoante Matarazzo (2000), a busca do prazer sexual representa apenas uma pequena parte da motivação que leva ao comportamento adúltero. Menezes complementa dizendo que muitas sejam as motivações diferentes se manifestam na mesma pessoa. Dessa forma, a infidelidade dependerá das características próprio indivíduo e de suas características de sua personalidade (Menezes, 2005). Portanto, há formas e formas para se engajar em comportamentos relacionados à infidelidade. Existem encontros românticos envolvendo sexo casual, há ainda engajamento emocional abdicando do próprio relacionamento em andamento, por vezes, crises da chamada ‘meia idade’ explicam uma parcela de casos relacionados à infidelidade (Lusterman, 1998). Há ainda aqueles que dizem que traem porque se sentiram ofendidos de alguma forma ou porque acharam que seu(sua) parceiro(a) o(a) traiu, ou ainda, descobriu a traição e praticou a infidelidade como uma forma de retaliação e reparação da própria moral (Mussato, 2002; Puglia,



2000; Scabello, 2006). Zamperi (2004) coloca que algumas pessoas dizem terem sido infiéis sexualmente para se vingar de fatos, reais ou imaginários que seus parceiros teriam cometido, com a intenção de lhes ferir ou de destruir o relacionamento, como no caso anteriormente mencionado. Há os que relatam buscar revitalizar um relacionamento de curto ou longo prazo monótono ou por curiosidade, para descobrir como seria estar sexualmente com uma pessoa nova diferente de seu parceiro (Menezes, 2005). Algumas pessoas que praticam a infidelidade ainda expressam suas reiteradas necessidades de convicção de seus próprios atrativos e de suas perícias sexuais. De acordo com Lusterman (1998) cada tipo de infidelidade traz seus próprios problemas, porque têm uma gênese peculiar, e cada uma requer diferentes tipos de estratégias para lidar com a cada situação e com suas conseqüências.

Amor e (in)fidelidade.

Eu me lembro que há muito tempo atrás quando eu comecei a me dar conta do quão fluídas são as juras de amor entre os seres humanos, questionei um amigo que eu julgava, na época, um excelente parecerista do amor romântico. Então, eu lhe perguntei: “Amigo, por que as pessoas dizem ‘eu te amo para sempre’, ‘quero ficar com você para o resto da minha vida’, ‘estaremos juntos até o final dos nossos dias’. Afinal, por que elas fazem planos para uma época para a qual provavelmente elas, ou os parceiros que elegem não estarão mais presentes?”. Ao que o sábio amigo me respondeu: “É, Thiago, porque talvez o que tenhamos somente seja isso: as palavras de cada momento ao qual nos prendemos...” Sábios dizeres aqueles.

Deveríamos nos lembrar que cada um é responsável pela própria felicidade e fidelidade e não poderíamos colocar o peso dessas responsabilidades sobre ninguém. A relação amorosa não tem a função de preencher vazios ou ainda, solucionar a vida de qualquer pessoa. Por mais temeroso que nos seja refletir sobre isso, o fato de assumirmos o compromisso de viver com uma pessoa deve comportar uma decisão fundamentada talvez nos efêmeros sentimentos do momento, e nada mais que isso! Não se pode antever, nem manipular os acontecimentos futuros de modo que eles coincidam com as nossas melhores expectativas somente porque assim o queremos.

Outra conhecida minha que se considera bastante ciumenta já dizia: “Em se tratando de homens, o que eu posso dizer: eles não trocam, acumulam!”. Em um mundo como o nosso, muitas vezes a fidelidade somente é possível ser edificada a partir de grandes esforços, mas acreditem, há esta possibilidade.

Atualmente, a fidelidade surge como uma escolha basicamente livre e consciente de quem não quer fazer o outro sofrer, de forma que se anteriormente as pessoas não traíam por sanções legais e religiosas, agora elas podem optar a não trair, sobretudo porque não querem (Matarazzo, 2001).

Assim, devemos parar de conferir ao amor romântico uma suposta proteção contra a solidão e a infidelidade e começarmos a acreditarmos que somos o amor que tanto procuramos, ou pelo menos, parte dele. Conseqüentemente, podemos até prometer, mas não podemos cumprir as promessas amorosas que fazemos para o resto de nossas vidas porque desconhecemos a enorme gama de variáveis que nos afetam cotidianamente.

Esquecemo-nos de que todo o relacionamento é o exatamente precisamos naquele momento. É por isso que eu acredito que todos os relacionamentos são funcionais e não tem essa história de relacionamentos que não dão certo, como as pessoas usualmente falam. O que se pode fazer, então, é garantir o respeito de acordo com todas as implicações que a nossa palavra comporta naquele momento. O problema, então é que as pessoas entram freqüentemente com falsas expectativas em seus relacionamentos, sobretudo, a respeito do que querem que a outra pessoa faça em relação a elas. Temos um roteiro pronto e queremos que os outros se adaptem aos nossos roteiros previamente estipulados. Acontece que cada um tem o seu próprio estilo e o próprio roteiro e a convivência vai mostrar os problemas de adaptação desses scripts. Portanto, gostar de uma pessoa, não garante nada, nem para nós, nem para ela (Lemos, 1994).

Amor, lealdade e exclusividade

Muito se fala sobre amor, lealdade e fidelidade. A teoria é uma e a prática é outra e nem sempre há uma correspondência entre o dizer e fazer. Muitos advogam que por permanecer juntos a um(a) parceiro(a), ainda que se engajem esporadicamente nas malhas da infidelidade, que conservam o elo estrutural entre seus(suas) parceiros. Estarão eles certos? Será que realmente existe amor em casos de traição? Quando um caso pode ser somente um caso, ao menos na visão dos(as) parceiros(as) infiéis?

Segundo John Alan Lee, um antropólogo canadense, parceiros que praticam a infidelidade não estariam apenas confeccionando uma argumentação intelectualmente convincente para justificarem este comportamento para eles mesmos para seus parceiros. A resposta que contemplaria tal pergunta, segundo Lee (1988) estaria relacionada aos estilos de amor dessa pessoa.



Por estilos de amor, entendam-se aqueles estilos apontados pela Teoria dos Estilos de Amor de Lee. Este autor lança mão de uma analogia para facilitar a compreensão do que ocorre numa dinâmica afetiva. Faz uma comparação dos mecanismos da nossa visão para cores, com os mecanismos para nossa capacidade de amar. Assim, como existem para os nossos olhos somente receptores para as cores: azul, amarelo e o vermelho e mesmo assim somos capacitados a reconhecer uma infinidade de combinações possíveis entre diferentes tipos de cores; de forma análoga à percepção de cores, Lee, que recorre aos termos gregos e aos romanos, e diz haver três estilos primários de amor: *Eros*, *Ludus* e *Estorge*. Cada um desses estilos teria sua própria peculiaridade.

Para entendermos a dinâmica desses parceiros que se engajam esporadicamente em comportamentos infielis (somente sob a ótica dos parceiros dos mesmos) vou caracterizar somente o estilo lúdico. *Ludus* é a palavra latina correspondente para “jogar” ou “jogo”. Podemos caracterizar o amante lúdico como aquele(a) que não tem um tipo ideal de amado na mente e recusa a dedicar toda uma vida para o desenvolvimento de uma parceria amorosa. Ele é um errante, e ela uma coletora de experiências em busca do prazer. Assim, eles vivem certos de que ele(a) ou qualquer outra pessoa pode amar várias pessoas igualmente e, perfeitamente, ao mesmo tempo. Aos nossos olhos isso nos soa como promiscuidade, ou ainda, como uma escancarada desvalorização do relacionamento amoroso. Contudo, para eles não. Um(a) amante tipicamente lúdico(a) poderia dizer para o(a) parceiro(a): “Por que você me pergunta onde eu estava na noite de sexta-feira; hoje é sábado e estou amando você agora. Isto não é suficiente?” Dessa forma, o estilo lúdico pode ser encarado como um jogo aberto, pois, para pessoas que comunguem destes referenciais um jogo honesto é menos provável de produzir sentimentos de culpa posteriormente.

Amantes lúdicos ainda evitam ver seus parceiros freqüentemente, como se isto prevenisse os parceiros de se envolverem demais. Evitam parceiros ciumentos, levando-se em consideração que para esses o ciúme estraga a diversão do amor. Ao contrário do que outras pessoas que não compartilhem de tais referenciais, eles não são contraditórios em amar muitos parceiros igualmente ou ao mesmo tempo. Sexo para eles é por diversão, não para expressar compromisso, e o amor não é a atividade mais importante na vida. Daí, provavelmente, amantes lúdicos se servirão de dizeres, em relacionamentos de longo prazo, como por exemplo: “Amo a minha mulher, o que eu faço fora de casa não lesa meu relacionamento”, dentre outras variantes. Estas pessoas acreditam estarem sendo leais, embora a fidelidade não seja

um valor priorizado em seu relacionamento. Dessa forma, práticas de sexo casual, relacionamentos românticos ocasionais, ou mesmo ser permissivos a alguns comportamentos de infidelidade passam a ser relativizados. Muito embora seja um estilo de amor tão legítimo quanto os demais, esse estilo não granjeia tanta simpatia por parte das pessoas que se apaixonam por amantes estórgicos. Muitos dos pacientes que se encaminham ao meu consultório, por exemplo, relatam experiências desastrosas com este estilo, quer por não saber reconhecê-lo, quer por não saber como interagir com o mesmo.

Talvez então o mais correto seria dizer que ser fiel e ser leal sejam atributos complementares que estariam associados com as regras com que cada casal assume para si e com a coerência do cumprimento das mesmas para ambas as partes.

Infidelidades e infidelidades.

O pesar relacionado à infidelidade geralmente é profundo e impele a muitos a sofrerem sérias mudanças no comportamento. Quando o homem ou a mulher descobrem que são traídos, a atitude dos mesmos é buscar uma resposta para isso. O conceito de infidelidade amorosa pode abarcar muitas ações e situações distintas, todos relacionados a um mesmo denominador comum: uma relação amorosa e o rompimento de compromisso de exclusividade, explícito ou não. Em minha dissertação de mestrado (Almeida, 2007⁵) eu listei 35 comportamentos relacionados à infidelidade identificados pelos participantes e que constituíram um minucioso inventário de situações relacionadas a este tema.

A rigor pode-se dizer que existem tantos motivos que levam as pessoas a trair quantos sejam os relacionamentos amorosos (Viscott, 1996). Até o presente momento, poucos são os trabalhos científicos que conheço que tenham procurado arrolar as diversas razões que levariam uma pessoa a trair um outra, ou mesmo, que retratem o discurso de homens e de mulheres que se engajam em comportamentos infiéis.

Um destes é o trabalho de Olivia von der Weid. Esta pesquisadora realizou uma pesquisa do tipo *survey* com uma amostra de 166 cariocas e as inquiriu com três perguntas: (a) Você já foi infiel? (b) Você já teve vontade

⁵ Para informações completas sobre o estudo. Ele se encontra disponível na íntegra para *download* no site: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47132/tde-06032007-173046/>



de ser infiel? (c) Você já teve uma relação afetivo/sexual com uma pessoa casada? O trabalho foi realmente promissor porque tentou identificar no comportamento feminino pontos de intersecção e de ruptura ainda verificar as nos discursos de mulheres solteiras, casadas, divorciadas e viúvas no tocante a questão da infidelidade.

Nesta pesquisa, a autora observou que 54,3%, ou seja, 90 das pesquisadas haviam se engajado em algum tipo de infidelidade. E como tais mulheres justificaram suas infidelidades? A resposta mais freqüente nos questionários preenchidos é que a infidelidade ocorre em um momento de crise no relacionamento. Nas respostas coletadas, de maneira alguma, as mulheres parecem não se sentir agentes da infidelidade, colocando a responsabilidade por seu ato em outros fatores que não seus próprios desejos. As pesquisadas apontam como culpado o parceiro, o outro como responsável pela sua prática, menos qualquer fator que a responsabilize pelo próprio comportamento (Weid, 2004).

Outro estudo é o de Scabello (2006) que lista, para homens e para mulheres, os sintomas desencadeados pela infidelidade e que são espelhados em suas verbalizações e que podem suscitar identificação para outras pessoas, tanto aos que traem bem como aos que foram traídos por razões similares. Dentre as principais encontramos os sentimentos de menos-valia, culpa, impotência, insegurança, mágoa, solidão, abandono, rejeição, falta de apoio familiar e social, e falta de perspectiva futura, todos estes relacionados pelo tumulto interno causado pela perda ou ruptura da imagem que o parceiro traído tem de quem lhe foi infiel, concomitantemente, pela ruptura de sua própria imagem, que origina confusão psicológica e dúvidas sobre sua própria identidade e sanidade mental.

Desconheço estudos que dão voz a porque os homens traem, o que eu conheço se apóia especificamente a o que eu tomo contato no contexto clínico e pessoal. Independentemente de não encontrar esse respaldo na literatura científica, muitas razões são comumente citadas quando um homem é flagrado nestes delitos de infidelidade: ora porque se excedeu no álcool ou em outras drogas lícitas ou não. Citam também se engajarem nestes tipos de comportamento devido à atração pelo risco, pela aventura que tal comportamento lhes propicia, eles também visam diminuir a tensão e os conflitos existentes entre o casal, e podem assim, dar vazão à falta de compromisso da relação.

Contudo, há que se evidenciar que vários são os motivos que levam uma pessoa à infidelidade e esses motivos nem sempre são os mesmos para homens e mulheres. Pittman (1994) acredita que envolvimento da religião,

sobretudo a cristã, no comportamento sexual das pessoas, provavelmente estaria relacionada com algumas das muitas dificuldades que são encontradas ao tentar entender o que leva uma pessoa a traír outra.

Especialmente, os homens vão alegar dizendo que são alvos das imposições genéticas, para assegurar a reprodução e, conseqüentemente, a sobrevivência da espécie, provavelmente por conhecerem indiretamente alguns dados da ciência. Com relação aos homens mais jovens, existe a cultura de que suas conquistas aumentam seu prestígio como macho, e elevam sua auto-estima. Logo, o que leva as pessoas a traírem atualmente ainda é uma tarefa inglória de se constatar, porque não é fácil uma pessoa admitir que traiu e mais difícil ainda dizer a razão que o levou a ser infiel. Sabe-se que traír ou ser traído tem um alto custo, entretanto, o nível de consciência que cada um tem varia de pessoa para pessoa em relação a isso (Matarazzo, 2001).

Em nossa sociedade a infidelidade se banalizou, contudo, ninguém acredita que possa ser mais uma das suas vítimas. A suspeição da infidelidade está presente na vida de quase todos os casais. E a infidelidade pode ocorrer em um casamento, em um noivado, ou mesmo em namoros e relacionamentos amorosos de outras naturezas e graus de intimidade. Convém também se fazer uma distinção entre o que é infidelidade e o que é adultério. Enquanto a infidelidade pode ocorrer em diferentes contextos amorosos independentemente de sanções religiosas e legais, o adultério estaria mais relacionado a preocupações legais e religiosas, nos quais certos atos são considerados ilegais e/ou pecaminosos em si mesmos, independentemente do relacionamento entre os parceiros (Zampieri, 2004).

Infidelidade e evolução.

Do ponto de vista estritamente etológico, a poligamia seria a forma de reprodução ideal entre os seres humanos. Mais especificamente, a poliginia, isto é, um homem para várias mulheres. Ela aumenta a variedade da descendência e concomitantemente diminuiria a probabilidade de ocorrência de doenças geneticamente transmissíveis. Isso tornaria a espécie humana mais adaptável à mudanças de ambiente. Todavia, o assunto da infidelidade ultrapassa o aspecto meramente biológico. Logo não é recomendado, na nossa cultura, que um homem utilize o argumento da poliginia para justificar sua infidelidade.

Ao nos pautarmos pela perspectiva etológica para compreendermos a



infidelidade no âmbito do sexo casual, podemos dizer que este é uma preferência masculina, o que se poderia remeter a uma determinação ancestral.

Analisemos as possibilidades: nas práticas do sexo casual, tudo o que o homem pode desperdiçar são alguns espermatozóides. Em caso de haver a fecundação de uma parceira, ele ainda ganha descendência sem ônus biológico e perpetua seu material genético. Entretanto, as mulheres geralmente apreciam o sexo num contexto mais afetivo pela simples razão de que arcam com um custo muito mais elevado se escolhessem o homem errado. Logo, a questão do sexo sempre esteve associada ao risco de engravidar e, por isso, as mulheres devem otimizar suas chances, ao menos sob o ponto de vista evolutivo. Essa determinação ancestral masculina foi refreada por meio da instituição do casamento monogâmico, dentre outros condicionantes culturais, porém não inteiramente.

Dessa forma, o ser humano pode ser idealmente talhado para a poli-gamia, mas isso nem sempre funciona assim, pois há uma permanente luta entre a natureza básica do homem e as necessidades de se dedicar a uma parceria única e demais condicionantes sociais. Então, seja qual for nosso estado natural, estamos à mercê de forças sociais bastante artificiais há muito tempo. E assim, ora responderemos aos nossos imperativos biológicos e ora aos nossos condicionantes culturais.

Fidelidade, infidelidade e os compromissos de exclusividade entre parceiros.

Diferentes tipos de casais podem expressar diferentes acordos implícitos ou explícitos com vistas a preservar o compromisso de exclusividade que pretendem assegurar. Pela mídia, entramos em contato com os acordos pré-nupciais holywoodianos que são feitos deixando bem claro que, se alguns dos parceiros não tiverem um tempo de permanência mínimo, não arcam com suas responsabilidades enquanto marido ou esposa, ou ainda forem infiéis, podem pagar uma vultosa indenização pecuniária à parte lesada por seu deslize.

Com o vagar do tempo, certos casais chegam a desenvolver seu próprio conjunto de regras a respeito do que é fidelidade e do que seria infidelidade ao relacionamento amoroso que desenvolvem. Enquanto psicoterapeuta de casais, já vi casos e casos. Certa vez, conheci um casal de recém-casados que estava com o casamento abalado e que estava procurando adentrar pelas sendas da prática do *swing*. Assim, eles entravam juntos ou separados, em

salas de bate-papo da *internet*, e selecionavam parceiros para a realização de sua fantasia. Acontece que a opinião do parceiro era dominante sobre a da parceira na escolha do que aconteceria, de como aconteceria, como se houvesse um *script* pré-determinado a ser seguido. Era este roteiro que garantiria a preservação do compromisso de exclusividade desse relacionamento amoroso, ao menos na concepção dos dois. E a infidelidade, neste caso, residia no rompimento deste acordo previamente estabelecido.

De acordo com Pittman (1994) os principais problemas inerentes à infidelidade são a culpa e o ciúme. E segue além, dizendo que “se a culpa e o ciúme puderem ser superados, a infidelidade deixará de ser um problema” (Pittman, 1994, p. 7). É claro, que alguns discutirão sobre o extremo relativismo que se esbarra o conceito de infidelidade, e isso vai repercutir para o entendimento do ciúme, porque se para cada pessoa entender quais são as situações que podem ser consideradas infiéis e o peso delas em cada momento de acordo com a situação que eu se encontram, o conceito de ciúme também passa a ser relativo e não absoluto como previamente poder-se-ia pensar.

Como o ser humano vive numa constante busca por uma completude utópica, passamos a constantemente desejar o que não temos. E assim, uma vez dentro de um relacionamento e motivado pela falta que identifica, o ser humano parte para a busca de satisfazer o que lhe falta, seja afetivamente ou sexualmente (Larrañaga, 2000). E deve-se levar em consideração que por causas diversas, homens e mulheres podem ser infiéis. Atitudes sexistas, como o machismo também pode levar as pessoas a serem mais ciumentas, ou ainda, mais infiéis do que outras (Belo, 2003; Matarazzo, 2001). Dessa forma, apesar das mudanças, muitos estereótipos sobre os sexos continuam presentes. As pessoas lidam internamente com um modelo tradicional de família e de casamento, mesmo que estejam vivenciando formas vanguardistas de conjugalidade (Weid, 2004).

E se por um lado nós seres humanos somos muitas vezes praticantes da infidelidade em diversos contextos, sobretudo, em nossos relacionamentos amorosos, somos consumidores quase que compulsivos de produtos que nos induzem como fazer para termos um(a) parceiro(a) fiel. Assim, o que essencialmente queremos é delimitar a traição para fora da nossa zona de conforto psicológica diádica, visando nossa própria segurança, enquanto muitas vezes não mudamos o nosso próprio comportamento. Dessa maneira, mesmo que falhemos em exercitar a fidelidade, somos intransigentes ao punirmos hipocritamente a infidelidade dos(as) nossos(as) parceiros(as).

Segundo Lillibridge (1995), tanto os homens quanto às mulheres têm



casos, mas por diferentes razões. Por um lado, as mulheres geralmente para se sentirem queridas, especiais e importantes, para serem apreciadas como pessoas, pois, sexo geralmente não é tão importante para elas. Por outro lado, os homens geralmente têm casos para serem sexualmente aceitos, querem uma mulher que aprecie sua aparência e os considerem sexualmente atraentes e capazes de satisfazê-los.

Pittman (1994) nos alerta da importância de termos as nossas fantasias privadas, tão necessárias para o funcionamento sexual e emocional normal, e que não necessariamente precisariam ser compartilhadas contanto que fiquem em sua esfera da irrealidade. Desse modo, a fantasia de forma alguma é uma ameaça para o relacionamento, mas, sim a postura dos ciumentos em relação à mesma. Logo, muitos homens e muitas mulheres encaminhar-se-ão para o deleite de uma masturbação solitária a compartilhar com o(a) parceiro(a) suas fantasias porque não há espaço para abertura dentro do próprio relacionamento para a acolhida de seus caprichos.

Isso me faz lembrar um caso⁶, que um jovem de 30 anos que me contou certa vez. Ele tinha um namorado e até onde ele me contou era fiel ao compromisso que havia assumido com o parceiro. Eles estavam namorando há três meses. Acompanhemos a narração do próprio namorado:

“Eu sou médico e pesquisador de uma universidade importante e vivo interagindo com muitas pessoas via *internet*. Isso por si mesmo gerava muita insegurança em meu parceiro. Conhecemos-nos no centro de São Paulo, num lugar não muito glamoroso, podemos dizer que foi num gueto gay. Porém, para mim foi bastante especial aquele encontro num lugar aonde as pessoas predominantemente iam à procura de sexo por sexo e quem sabe eu não estivesse lá naquele dia também por isso, até conhecê-lo? Ele era muito possessivo e não conseguia reconhecer o quão ciumento ele era. Ele vivia me dizendo: “eu sou moderadamente ciumento Miguel” e eu dizia para ele “Adolfo, veja bem, as coisas não são bem assim, rs! Bem, o tempo foi passando e as cobranças dele iam se aquilatando cada vez mais. Todo dia, ele me questionava porque eu ficava tanto tempo na *internet*, quem era as pessoas para as quais eu mandava e-mails, quem eram os contatos que estavam no meu MSN. Certa vez, ele até mesmo chegou a entrar no meu MSN me acusando de estar

Todos os casos a ser contados neste livro são reais e que me foram gentilmente encaminhados quando tais pessoas souberam que estava a confeccionar este material. Inclui-se muitos de seus protagonistas até me pediram para colocar o nome real deles e dos envolvidos. Logicamente, por questões éticas isso não será feito. Aqui registro o meu agradecimento a cada um de vocês que por meio de suas histórias de vida ajudarão a muitas outras pessoas nos (des)caminhos do ciúme romântico.

fazendo programas com um dos contatos que tinham surgido e que há muito tempo eu não conversava. Bem, acontece que uma vez, quando completávamos um mês de namoro, um amigo meu, para o qual ele tinha passado a senha do e-mail dele anteriormente me informou que ele tinha um cadastro em um site da *internet* de relacionamentos. Na hora achei que se tratasse de uma brincadeira por parte do meu amigo. Mas, o pior que era verdade. Então, eu entrei no site e confirmei a informação. Nele o meu então parceiro, embora não tivesse colocado foto alguma dele, descrevia-se procurando sexo casual com outras pessoas. Fiquei chocado, mesmo porque ele sempre se dizia tão honesto e rechaçava as minhas mais pequeninas fantasias e criticava cada entrada na *internet*, mesmo que a trabalho. Mas, como eu gostava muito dele, tive a idéia de abandoná-lo secretamente. Então, eu em uns 15 dias, pedi para o mesmo procurar tirar a carta de habilitação, pois até então, ele me dizia que não tinha vontade/tempo pra fazer isso. Pedi para ele entrar numa academia de musculação, o qual ele alegava não ter disposição, e a fazer uma série de coisinhas para que ele se sentisse bem com ele mesmo. Pensei que ele até mesmo fosse se arrepender e acabar me contando ou desistindo dos encontros virtuais, que até que ponto não sei o quanto foram virtuais, mas quanto mais legal eu era com ele, mais traidor ele era para comigo e o número de mensagens na caixa postal dele para estes rapazes aumentava a cada dia. Até que um dia, eu estressei e resolvi dar um basta. Liguei para ele, no serviço do mesmo, e falei: “Adolfo gostaria de me separar de você!” Ele, perplexo, perguntou-me o porquê. Eu pensei num engenhoso plano para que ele confessasse o erro dele. Daí eu lhe disse: “Sabe, eu sempre gostei de você, mas de uns tempos para cá, não sei o que me deu na cabeça e eu fiz um cadastro virtual em um *site* e comecei a teclar com uns carinhas na *internet* e pelo bate papo. Eu sei o quão inadmissível você acha isso. Eu ainda não me envolvi com nenhum deles, mas eu gostaria de me separar de você antes que acontecesse algo real, ok? Bem, na seqüência, ele desferiu contra a minha pessoa os mais ultrajantes nomes que omitirei de contar, dizendo o quão imprestável eu era e o que eu estava pensando da minha vida. Foi uma sabatina de uns 10 minutos, o qual eu resolvi não interrompê-lo e a qual eu ao final apenas e com toda a calma do mundo pedi para ele guardar na lembrança cada palavra que ele havia me dito. Bem, quando parecia que ele finalmente havia terminado o seu corolário de desacatos eu falei para ele: “Bem, então se você quiser entrar no site e conversar com o meu paquera virtual predileto o *nickname* do mesmo era XXXX49, ou seja, o *login* que o meu ex-namorado havia se cadastrado. Logicamente, ele entendeu na hora o meu recado, e então, emudeceu. Depois disso, eu disse que nem perderia o meu tempo desacatando ele porque ele já tinha



tido o trabalho por mim. Dias depois, ele alegou ter feito aquilo por insegurança, ciúme, vingança e inumeráveis motivos que somente me fizeram perceber o quanto o ser humano pode ser volúvel quando ele quer. E ao nos separarmos, uma semana depois ele me ligou dizendo que estava com outra carinha, segundo ele com um 'lorão maduro', que pouco posteriormente acabou fazendo algo similar com ele".

Para Myra & Lopes (1998) o ciumento vingativo (leia-se, o retaliador, que ocupará um espaço maior na discussão desse livro no capítulo VII) adotaria a lei do talião que consiste na justa reciprocidade do crime e da pena. Os primeiros indícios da lei do talião foram encontrados no Código de Hamurabi, em 1730 a.C., no reino da Babilônia. Essa lei permite evitar que as pessoas façam justiça elas mesmas, introduzindo, assim, um início de ordem na sociedade com relação ao tratamento de crimes e delitos. Identificamos esta lei ao dizermos a frase: "Olho por olho e dente por dente".

Portanto, o ser humano pode se engajar em comportamentos vingativos a despeito de todo o seu potencial criativo não faz nada de novo ou que não tenha sido pensado há pelo menos muito tempo. Dessa forma, muitas vezes o ciumento intenso ou excessivo ao identificar que o(a) seu(sua) parceiro(a) lhe estaria sendo infiel, tentaria lhe retribuir em igual paga, lançando-se em uma aventura amorosa, sendo permissivo a abordagens românticas por parte de terceiros com o intuito de provocar ciúme em seu(sua) parceiro(a) a qualquer custo. As expensas da crença de que ele é o que está sendo enganado e não o que engana o parceiro muitas vezes provoca um real afastamento para uma situação que ele mesmo desde o princípio idealizou. Logo, com este comportamento esta pessoa visa, restabelecer ainda que de forma neurótica, o equilíbrio do relacionamento que presentiu estar ameaçado e revidar a dor que se sentiu infligido. Raciocínios como estes e muitos outros similares levaram e levarão muitos amantes ciumentos a serem protagonistas de reais infidelidades, em represália a supostos erros de seus parceiros. Em resposta para este comportamento, estes parceiros reagirão com ciúme, complicando-se ainda mais o relacionamento ao em vez de se equacionar o problema como se queria solucionar desde o princípio.

Seja em relacionamentos matrimoniais ou não, nem todo mundo que trai, ou ainda é traído, separa-se. Quando o amor é verdadeiro e a relação é sólida, o ressentimento produzido por uma traição casual, nem sempre significa a destruição da união. A religião e a situação financeira da família afetam bastante a decisão que muitas pessoas enfrentam quanto a dar uma nova chance ao casamento ou dissolvê-lo (Menezes, 2005). Logicamente, é preci-

so tempo e esforços em comum para se superar a dor de ter sido traído(a). Entretanto, o afeto e a cumplicidade que existe na relação do casal podem ir aos poucos cicatrizando a ferida deixada pela passagem da infidelidade. Há aquelas pessoas que conseguem dar ao episódio uma pequena importância e assim não se sentem impossibilitadas de continuar dentro do relacionamento flagelado pela infidelidade, ou seja, há os que convivem com a dor da traição no dia a dia minimizando-as das mais inúmeras formas:

Muitos casamentos não terminam após a descoberta da traição: a mulher, embora despertada para transformar sua vida para ser outra mulher, ainda não consegue se desapegar da família, ela pode enfrentar (e derrubar) mitos, tabus, preconceitos – afinal a dor faz com que compreenda tantas coisas – mas a família é algo que ainda a nutre. A família é seu ninho, criado por ela, e que a agasalha; por isso, sente-se parte fundamental dela (Nicz, 1996 p. 109).

Algumas vezes, o casamento não termina, porém a pessoa traída hesita em confiar no companheiro depois de ter sido enganada. Esta preocupação justifica-se na medida em que a confiança fundamentava-se na crença da monogamia. Dessa maneira, o importante para restaurar a confiança não é proferir promessas de monogamia ou refazer promessas de fidelidade, mas estabelecer um compromisso de honestidade e o compartilhar sentimentos (Maldonado, 1995).

De acordo com Spring (1997), outros sofrimentos psíquicos podem ser decorrentes de um caso de infidelidade:

A pessoa que sofre a infidelidade do parceiro pode ter seus pensamentos e suas ações descontrolados, tornar-se obsessivo concentrando o pensamento nas mentiras do parceiro e nos detalhes da relação extraconjugal, pode ainda ter comportamento compulsivos no trabalho e no lazer como uma forma de diminuir a ansiedade. Muitas vezes, a pessoa sofre tanto, que chega a pensar em suicídio, porque perde a vontade de viver, e não acredita que possa voltar a amar e ser amada. Esta é uma das fases mais trágicas diante de um caso de infidelidade. O que se deseja não é eliminar a si próprio, mas a dor que aflige (Spring, 1997, p. 37).

Ainda, de acordo com a autora, as relações do cônjuge variam muito: algumas pessoas preferem não tomar conhecimento, outros se magoam, mas tentam conviver com a vida dupla do parceiro, outros partem para um esquema de traição e buscam também uma relação extraconjugal, por uma questão de vingança ou de igualdade (Maldonado, 1995).

Contudo, de forma geral, em todas as culturas, a infidelidade raramen-



te é recompensada e a punição para a mesma, em alguns casos chega a ser muito grande e pode variar desde a mutilação e sutura de algumas partes do corpo, até mesmo a morte principalmente quando a infidelidade em questão é a feminina. Por meio da literatura, encontramos Ulisses que entremeado de seus inúmeros namoros, não teria sido punido por seus delitos. Mas, este se constitui nas narrativas literárias uma exceção. Por sua vez, enquanto muitas vezes, o marido de Penélope estava nos braços de Circe e Calipso, sua fiel esposa tecia durante todo dia um pano, que ao findar do mesmo era desfeito para afastar possíveis rivais do amado.

Consoante com Pereira e Monteiro (2001), a primeira pergunta que a maioria das pessoas faz quando sabe de um caso do parceiro é: “Por que?” e as respostas, em geral, têm base na culpa pessoal. Culpam-se a si mesmas, culpam o parceiro, o relacionamento ou a terceiros. Essa relação é previsível pelo fato de que o mito da monogamia leva a ver os casos como um problema pessoal apenas, uma falha pessoal dos parceiros envolvidos (Menezes, 2005).

Reatrelando-se aos dados do cotidiano, a infidelidade é o principal elemento disruptor das famílias, a experiência provavelmente mais ojerizada e devastadora em um casamento. É a justificava mais universalmente aceita para o divórcio” (Pittman, 1994, p. 15).

Mitos a respeito da infidelidade.

Há algumas coisas que devemos considerar a respeito da infidelidade, e o autor Pittman (1994) vai destacar sete mitos que prejudicam a compreensão desta temática:

1. *Todas as pessoas são infiéis e que, portanto este comportamento poderia ser considerado normal e esperável:* Segundo algumas estimativas cerca de metade das pessoas têm casos. Antigamente, os homens lideravam este *ranking*. Atualmente as mulheres estão se equiparando a estas estatísticas, levando-se em consideração que a geração mais jovem das mulheres, tende a ser mais infiel do que a geração das mais velhas. Isso provavelmente se dá pela oportunidade dos recursos e a habituação aos mesmos como *internet*, acesso ao trabalho, autonomia financeira, independência da opinião familiar a respeito da escolha dos próprios parceiros, dentre outros fatores. Contudo, não devemos nos desesperar: a fidelidade conjugal continua sendo norma, na medida em que a maioria dos parceiros é fiel

a maior parte do tempo, sejam estes homens ou mulheres. Dessa forma, é mais sensato considerar a infidelidade como algo desaranjado e sintomático, não algo totalmente previsível, pois isso interferiria imensamente na confiança e intimidade do casamento. A fidelidade é o nome que se dá para o compromisso íntimo que os casais assumem de cultivar, proteger e enriquecer sua relação com a outra pessoa. A maioria das pessoas sabe que a infidelidade não é um comportamento comum, ainda que tentem se convencer de que todos fazem isso. Na verdade, há aqueles que advogam que a idéia de fidelidade para a espécie humana não é uma lei natural, isto é, os seres humanos não seriam monógamos por natureza, mas devido a condicionantes culturais tais como religião, moral, etc. E dizer simplesmente que a fidelidade não é natural é meramente querer dizer que a infidelidade o é. Uma e outra são naturais, dependendo da pessoa em questão, da sua cultura, da sociedade em que se vive, das idiossincrasias assumidas ao longo da vida, etc. de forma que todos podemos ser (in)fiéis em determinada altura da nossa vida, depois de sermos (in)fiéis a maior parte da nossa vida, não há uma polarização absoluta. Pittman (1994) ressalta que apesar da fidelidade ser o ideal almejado, não se acredita que ela seja atingível e a mesma acaba sendo tratada mais como uma fantasia do que como um ideal;

2. *Os casos teriam um valor positivo, como por exemplo, reavivar um casamento monótono:* Muitas vezes, a mídia nos impõe esta idéia e nós a compramos sem sequer a questionarmos. Com efeito, a infidelidade pode ser, para muitos, uma válvula de escape, por meio da qual se externalizaria as próprias frustrações que vão se acumulando quando o cônjuge percebe que já não é feliz (Menezes, 2005). Contudo, os casos podem causar grandes danos. Relacionamentos amorosos sejam estes estáveis ou não, a exemplo de casamentos, podem se recuperar uma vez lesados pela infidelidade, mas isso decorre geralmente de um laborioso sofrimento. Um casamento com tamanho prejuízo pode ser mais exaustivo, e os parceiros podem esperar menos dele, mas não é o ideal de ninguém. Ser infiel é uma questão de intenção ou desejo, inclusive de fantasia. Provavelmente a idéia que subsidia que casos reavivem os relacionamentos de longo prazo é a crença disfuncional que o casamento é monótono, se formos nos referir aos relacionamentos de longa duração. Mas, se o casamento é monótono porque se estima (Amé-



lio, 2001), que pelo menos 92% das pessoas, em algum momento da vida se casam? Ao contrário do que pode se pensar e segundo o que demonstram as pesquisas acadêmicas, a maior razão para o desejo do enlace matrimonial para os dias atuais ainda é o sentimento de amor. É claro que a motivação para o casamento pode ser outra entre os sexos, diferindo de pessoa para pessoa, mas em geral, pode-se dizer que as pessoas buscam o amor como sustentáculo para um relacionamento mais duradouro. Em outras épocas, motivações diversas levavam as pessoas ao casamento, tais como os fatores econômicos e as alianças familiares. Contudo, o amor, como agente motivacional para aderirmos a um matrimônio é bem mais recente. Em pesquisas com jovens solteiros, o psicólogo Bernardo Jablonski (1999) observou que estes destacam o amor, em primeiro lugar, como fator principal para as pessoas se casarem e como um fator mantenedor do casamento. Priore (2006), em seu livro, “História do amor no Brasil” confirma esta tendência. Contudo, o conjunto das mudanças no cenário social fez com que os problemas que incidiam sobre o casamento resultassem em uma transformação simultânea nas expectativas sociais quanto ao projeto de relação afetivo-sexual. Logo, consoante às autoras Garcia & Tassara (2003) de um projeto cuja patente era a durabilidade previamente assegurada mesmo antes do casamento, as novas formas de conjugalidade (como morar juntos, namorar por muitos anos sem contrair oficialmente o casamento, etc) evidenciam o caráter anômalo das relações na qual a premissa de sua durabilidade é contestada mesmo antes do início do relacionamento. Em sendo assim, a utopia do amor romântico manifesta-se como algo desejável, mas, cada vez mais, denuncia-se sua impossibilidade (Garcia & Tassara, 2003). E para a maioria das pessoas e das uniões, a infidelidade é perigosa, e, portanto o ciúme instala-se ora quanto um mecanismo preventivo na tentativa de se evitá-la, ora como um mecanismo retaliador na tentativa de se puni-la. Consoante Larrañaga (2000), a infidelidade é sintoma de que algo não vai bem ao matrimônio. Devido a isto os cônjuges buscam aventuras amorosas porque procuram aquilo de que lhes falta em seu próprio relacionamento. Pela falta de afetividade ou sexo, partem em busca do novo. Assim, quando os cônjuges não se dispõem a abordar os problemas que se arrastam há anos, tendem a buscar experiências extraconjugais, ainda que passageiras, porque acreditam que elas

podem constituir-se em meio eficaz para aliviar tensões e angústias e que, por esse caminho, poderiam até encontrar solução para problemas não resolvidos da intimidade (Menezes, 2005);

3. *A pessoa que pratica a infidelidade não ama o parceiro e o caso é a prova cabal disso:* Isto é muito relativo, tanto o homem quanto a mulher procuram algo de novo em outro relacionamento. Pode ser diálogo, carinho, amor, ou ainda simplesmente um passatempo na cama. Talvez isso elucidie, em partes, porque alguns parceiros mergulhem de cabeça em outros relacionamentos extradiádicos. Assim, é comum supor que, por exemplo, um homem casado e feliz não se apaixone por outra mulher, nem deixe a esposa por uma aventura. De forma análoga, costuma-se cogitar que nenhuma esposa arrisca um casamento feliz por causa de outro homem. Ter uma aventura prova que algo anda errado com o casal. No entanto, essa visão é falsa. As pessoas se envolvem em relações extraconjugais por várias razões e somente algumas delas refletem conflitos matrimoniais ou mesmo em quaisquer relacionamentos amorosos estabelecidos. Conforme anteriormente dito, como há vários porquês para um fenômeno tão complexo como o ciúme também há explicações inumeráveis para a traição. A maioria dos fatores que podemos arrolar estaria relacionada com as características do traidor e não do traído, como o histórico familiar do mesmo exposto a modelos comportamentais inadequados como, por exemplo, ter convivido com a traumática experiência de ver o pai ou a mãe traindo-se um ao outro. Mas, podemos conjecturar, isso acontece com muitas pessoas e por que todos os que passaram por problemas parecidos não se tornam traidores também? Para podermos entender o que acontece nos bastidores desse tipo de situação precisaremos importar da física o conceito de resiliência. Este termo originalmente se refere à propriedade que alguns corpos apresentam de retornar à forma original após terem sido submetidos a uma deformação elástica. Em psicologia, ao tratarmos de resiliência, costumamos nos referir capacidade da pessoa de se recobrar facilmente ou se adaptar à má sorte ou às mudanças. Assim, existirão aqueles que terão diferentes limiares, isto é, precisarão de muitos poucos estímulos para que determinadas respostas ocorram em suas vidas, já outros de muitos mais para que as mesmas respostas ocorram em suas vidas. Assim, somente para ilustrar, uma pessoa que tenha nascido em uma família onde o comportamento de roubar é



uma prática comum, não necessariamente tornar-se-á um ladrão, dado a sua resiliência interna, e um raciocínio análogo pode ser aplicado ao caso da infidelidade. Dessa forma, não é o fato da pessoa ter convivido a uma exposição a modelos inadequados de comportamentos como ver os próprios pais traindo que imprimirá este tipo de comportamento e o transmitirá aos(às) futuros(as) parceiros da(o) mesmo(a). Nas situações clínicas com as quais eu me deparei, defrontei-me com casos de pessoas extremamente pouco assertivas que por não saberem dizer não aos insistentes pedidos de colegas de trabalho acabaram por fazerem seus relacionamentos amorosos de longos anos sucumbirem ao sabor de momentos que acabaram por se arrependem posteriormente. Quando não sabemos nos posicionar em relação às investidas de quem flerta com a gente, esta pessoa pode fazer uma leitura errônea dos nossos comportamentos, achando que estamos nos comportando de forma ambígua e isso a incita e reforça o comportamento da mesma a continuar ou a aumentar o número de suas abordagens românticas. O que nos resta, então, nestes casos é um categórico, enfático e para que não dizermos, redundante: “desculpe, mas eu não quero mesmo!”. E aqui conto uma experiência pessoal que certa vez que tive quando eu fui cantado por uma mulher e quando eu falei “sinto muito, mas não, você é uma mulher casada!”, ao que a moça, respondeu-me: “quer me dizer que se eu não fosse casada, você sairia comigo?”(sic). Reiterando ao mote de abertura deste tópico, dizermos que um caso estaria exclusivamente relacionado à ausência de amor é um reducionismo simplista à medida que ignoram inúmeros outros fatores que tolgem a nossa liberdade. O que seria mais correto dizer é evidenciar que a traição não necessariamente está relacionada à ausência de amor se estiver relacionada a experiências fortuitas e ocasionais, contudo, algumas pessoas a usam como muleta em seus relacionamentos quando as coisas não vão bem neste. Em meu estudo “*Ciúme romântico e infidelidade amorosa entre paulistanos: incidências e relações*” pude constatar que independentemente do grau de comprometimento e do investimento que elas tinham com os atuais parceiros, elas ainda poderiam se engajar em atividades relacionadas à infidelidade. Portanto, a fidelidade é um conceito bastante subjetivo e deve ser analisado com parcimônia e não haveria uma definição previamente estabelecida para o que as pessoas pretendem fazer de fato, em relação à conservação da fidelidade para o relacionamento amoroso

que sustentam, ou ainda, para aquilo que potencialmente estariam inclinadas a fazer;

4. *A pessoa escolhida pelo parceiro infiel deve ser melhor do que a pessoa traída:* Ainda há muitas dúvidas que pairam a respeito do que levam uma pessoa a trair outra lesando a confiança e o compromisso de exclusividade que se é esperado entre elas. Seria melhor e mais honesto que parceiros que intencionam praticar infidelidade terminassem com uma e iniciassem o relacionamento com outra, não é? Em certas situações, os casos, representam alternativas para o casamento, no sentido de que os parceiros infiéis neles identificam tentativas de encontrar um parceiro para ajudar a escapar de um casamento. E deve-se levar em consideração que há pessoas que não conseguem tolerar a falta de um parceiro. A rigor pode-se dizer para quem trai, instala-se um conflito tal que esta passa a confrontar as opções que tem e determina que uma destas seja boa e outra seja melhor. Assim, pode-se dizer que, em suma, na hora da traição o melhor costuma ser inimigo do bom, porque há uma fantasia de que o tudo que é do outro é valorativamente melhor do que o que nos pertence. Ao em vez de se pensar no que versa um ditado italiano que diz: *“qui lascia la via vecchia per la via nuova sa chi lascia ma no sa qui trova”* muitas pessoas resolvem explorar as sendas do que é novo no domínio dos relacionamentos amorosos. Isso estaria relacionado com o que em Psicologia é conhecido pelo nome de efeito Coolidge, ou ainda “efeito da vaca nova”. Tal denominação remete ao ex-presidente americano Calvin Coolidge (1872-1933). Conta a história, que ele e sua mulher visitaram, certa vez, uma fazenda separadamente. Ao saber que um boi copulava 17 vezes ao dia, a primeira-dama se impressionou. “Digam isso ao presidente”, pediu ela aos assessores. Posteriormente, ao ser informado, Coolidge também ficou curioso - mas a respeito das parceiras do gado. Descobriu que eram sempre com vacas diferentes. “Contem isso para minha mulher”, retorquiu ele. Assim, o que se percebe na natureza e de modo geral, os machos de muitas espécies não medem esforços ou riscos em seu apetite por novas conquistas amorosas. Costuma-se pensar no efeito Coolidge indiretamente quando nos referimos àquela frase “a grama do nosso vizinho sempre é mais verde do que a nossa”, muito embora isso envolva um conhecimento da física que explique tal ocorrência. Há evidências arqueológicas que nos mostram que na Idade da Pedra, o homem



tinha um grande apetite sexual e que para este era comum que ele tivesse até dez mulheres. Como a infidelidade freqüentemente estaria relacionada ao componente sexual costuma-se imaginar que os rivais são verdadeiros performistas sexuais e quais os tipos de acrobacias sexuais que os mesmos lançam mãos para conquistarem nossos parceiros. Isso pode ser verdade em alguns casos. Certamente em não muitos outros. Há que se ter claro na mente: ninguém completa plenamente o outro. Tem que se aprender a lidar com essa falta e tentar desenvolver as características que julgamos importantes para nossos relacionamentos e que estão, possivelmente, latentes no outro. Segundo Burnham & Phelan (2002) a maioria dos adúlteros não está realmente querendo romper o casamento: mais da metade dos homens que já cometeram alguma traição dizem que têm um casamento feliz. Acreditem! Costumo pensar que os amantes dos parceiros infiéis sejam apenas diferentes dos parceiros destes. Somente isso, exponenciado pela fantasia do efeito Coolidge na cabeça dos traidores que acabam de uma forma ou de outra, muitas vezes, afeiçoando-se aos amantes. Logicamente peço que ninguém se engane achando que tudo isso é facilmente esquadrinhável como eu descrevo. Apenas este é o meu modelo para eu compreender melhor como se dão alguns aspectos de muitas interações humanas amorosas relacionadas à infidelidade as quais eu tive contato. Pode haver inúmeras outras, bem como várias outras formas de representá-las. Para Pereira e Monteiro (2001), as razões que levam as pessoas a terem casos são bem mais complexas do que se possa imaginar. Assim, se os parceiros satisfazem-se plenamente no aspecto sexual e, mesmo assim, um ou outro comete o adultério, esta necessidade não é apenas sexual e sim afetiva, sentimental, ou quem sabe esteja procurando alguém que os escute, ou apenas uma conquista esporádica que eleve sua auto-estima (Menezes, 2005);

5. *O caso foi culpa do traído e que de alguma forma este deve ser responsabilizado porque não satisfaz todas as necessidades do parceiro infiel:* Uma pessoa não pode simplesmente precipitar o caso para outra. A insatisfação num casamento pode ou não ser um esforço conjunto, contudo as decisões a respeito de como lidar com uma situação intolerável são claramente individuais. Poder-se-ia também conjecturar outros fatores para a indução da infidelidade, como a insatisfação que se tem no vínculo com o parceiro. Ao que parece

tal associação, também, não é válida, ao menos de acordo estudo de Glass & Wright (1985) que tentaram verificar esta correlação. Neste estudo fica demonstrado que o nível da felicidade, ao menos para os homens, em casais estabelecidos, não tinha nenhum efeito na probabilidade de infidelidade. É verdade que para um relacionamento fracassar ambos cooperaram para esta configuração, mas dizermos que o culpado por tudo é o traído seria atribuímos uma dor a mais além de todas as que ele já tem a que conviver. É claro, que há pessoas que podem estar de certa forma saturados do parceiro, ou mesmo do relacionamento e precipitam uma traição e quando o parceiro se engaja em um ou mais comportamento infiel, isso pode despertar no parceiro traído a vontade de retomar as rédeas do próprio relacionamento, tamanha é a plasticidade do comportamento humano. Porém, é um engano alguém querer achar que uma pessoa simplesmente conduz outra a ter um caso. Pensemos na própria situação. Quase que por definição, os casos requerem a ausência física do cônjuge que está sendo traído e a infidelidade remete ao compromisso de exclusividade que estaria sendo lesado, logo a presença do cônjuge, ou a consciência do ato inviabiliza um e outro. Dessa forma, casais *swingers* seriam exemplos clássicos, quando ambos estão de mútuo acordo, de pessoas que não sofreriam com problemas de ciúme e infidelidade;

6. *A melhor abordagem para a descoberta de um caso é fingir que não se sabe evitando assim uma crise:* O pensamento mais comum que subsidiaria este mito é que o que reza o adágio: “o que os olhos não vêem o coração não sente”. Muitas confusões, brigas, desentendimentos e rupturas eclodem por causa das nossas palavras, do que dissemos a outra pessoa, do que ouvimos, do que cobramos, do que exigimos, do que sugerimos, do que insinuamos, do que falamos. Contudo, muitas pessoas que aparentemente ignoram os casos do(a) parceiro(a), de fato, suspeitam e sofrem, com a infidelidade presumida, e convivem com uma imobilidade por desconhecerem como proceder. Especialmente nas situações em que o ciúme surge, a primeira atitude que costumamos realizar é falar para a outra pessoa que ela fez isso, que agiu errado, que nos ofendeu, que não poderia ter feito aquilo, e que deveria ter feito de outro jeito. Algumas pessoas acreditam que há mais segurança na ignorância da parte traída do que trazer a tona o(s) problema(s) resultante(s) da infidelidade, sobretudo, quando há filhos envolvi-



dos. Elas reconhecem no diálogo a possibilidade da discórdia em vez da reconciliação. Há aqueles ainda que se farão de desentendidos para evitar tomar decisões diante da sociedade. Os casos costumam ser identificados pelos traídos como formas do outro comunicar que quer sair do relacionamento. E os traídos ficam a distância se martirizando pensando em estratégias alternativas para afastar rivais e recuperar os parceiros. Para ambos os parceiros, esta racionalização é uma estratégia que consideram profícua para evitar, ao menos temporariamente, o confronto com a realidade e esse adiamento, inevitavelmente leva a um aumento de desonestidade de ambos os lados. Dessa forma, quanto mais tempo se calam às suspeitas, mais difícil se torna enfrentá-las. Devemos ter em mente que os casos prosperam à surdina. “A infidelidade não está no sexo, necessariamente, mas no segredo” (Zampieri, 2004, p. 169). Dessa forma, é razoável supor que quando alguém trai a confiança de outrem não está tentando criar proximidade, intimidade ou entendimento. Toda e qualquer conspiração, e maquinação contra os amantes, uma vez identificado o caso, pode surtir um efeito negativo, chamado de efeito Romeu e Julieta, pela Psicologia do amor. Este princípio significa que obstáculos sociais ou físicos tenderiam a acender em nós a paixão romântica. O contrário também seria válido, supondo que tudo facilitasse a aproximação dos amantes isso poderia ser maléfico, com o decurso do tempo, ao que prega este princípio. Afinal, todos nos sentimos vinculados àqueles aos quais compartilham os nossos segredos, e muito pouco à vontade contra aqueles aos quais estamos mentindo e dissimulando o tempo todo. Portanto, amiúde o poder de um caso pode ter seu fundamento no seu segredo. E um encaminhamento sábio para saber equacionar tal situação é mitigar o poder do efeito Romeu e Julieta, diminuindo o desconforto dos nossos parceiros quando conosco e optando pelo diálogo mais sincero possível sem partir para as agressões. Quando não conseguimos isso em nossos lares, pelas nossas próprias forças, contamos então com a ajuda de profissionais especializados tais como psicoterapeutas familiares especializados;

7. *Caso aconteça um caso, o casamento, ou mesmo um relacionamento amoroso de qualquer natureza deva cessar imediatamente:* Etimologicamente do grego ou mesmo do latim *crise* refere-se ao momento no qual o ser humano se encaminha para uma decisão, e, portanto, um momento crucial de sua existência. Logo, não há uma decisão

certa ou errada a se tomar sobre permanecer casado ou se divorciar após uma experiência de infidelidade, mesmo porque as pessoas têm diferentes valores e prioridades sobre fatores que influem nas suas decisões. Certamente, quando um caso é, sobretudo descoberto instala-se um momento crítico e há a necessidade de se saber que rumos às partes daquela díade vão tomar. Toda crise pode ser transformada numa oportunidade de crescimento. Algumas pessoas acharão impossível conviver com aquela representação do relacionamento maculado pela infidelidade do(a) parceiro(a). Outros, a seu tempo, serão mais complacentes e recuperarão a confiança do parceiro, muitas vezes após provas sucessivas de sua fidelidade. Depois de findada tal crise, o casamento pode se tornar pior e pode se tornar melhor. Contudo, deve-se pensar em se realizar genuinamente ou o perdão ou a separação, cooptar pelos dois é ensandecedor para todos os envolvidos. Em geral, aqueles que traem costumam posicionar-se de todos os lados e ao mesmo tempo em nenhum. Provavelmente, no futuro, acabará machucando todas as partes envolvidas e ficará sem nenhuma das partes que está tentando a todo o custo ficar no presente. Muitos relacionamentos, depois de um caso, podem tornar-se até mais satisfatórios e mais íntimos, quando há uma redefinição do contrato sob a premissa de que a confiança precisa se fundamentar em honestidade e comunicação honesta, não na fé cega. Um relacionamento amoroso pode sobreviver a uma traição, desde que ambos estejam empenhados em compreender as razões da experiência vivida, cada qual a seu tempo. Nem sempre isso é possível, e talvez leve mais tempo para os traídos do que para os traidores fazê-lo, mas convém tentar recuperar os fundamentos da relação quando de fato se acredita que há mais amor do que mentira neste relacionamento. Hillman (1981) acredita que a traição pode ser uma rica oportunidade para se desenvolver a prática do perdão, somente sendo possível quando esta ocorre. E quando me refiro a perdoar não estou dizendo apagar os acontecimentos presenciados/descobertos/vistos/ouvidos, mas sim poder se lembrar deles, mas aprender a conviver com eles de forma construtiva. E não há fórmulas ou receitas para isso. Somente o dia-a-dia pode reedificar as bases do relacionamento uma vez abaladas pela infidelidade. Regino *et al* (2005) vão nos alertar que não basta apenas o traído reconhecer o que aconteceu e dar um sentido a isso. É necessário que o traidor reconheça sem falsos pudores o seu erro e admita a traição e conte com a ajuda do parceiro



para reconstruírem o relacionamento abalado. Assim, a pessoa que trai está maculando sempre um pacto de fidelidade. Responsabilizar-se pela traição significaria assumir este o rompimento deste pacto. E isso implica em renúncia e em sacrifício. Etimologicamente a palavra sacrifício vem do latim *sacrificium* e significa fazer algo sagrado, assim ainda que nos custe algo, vale a pena tentar. Assim, caso a parte traidora esteja de fato arrependida e queira voltar, esteja ciente de que o perdão possa levar algum tempo para ser recobrado e que não é ele que deverá impor este tempo ao parceiro. A questão é: estará o(a) ex-traidor(a) disposto a esperar o ritmo da elaboração do(a) parceiro(a)? Para os parceiros, basta uma vez e por maior que seja a dor do acontecido lembrar-se de que, de fato, não há como se esquecer, mas também não importa onde o(a) parceiro(a) tenha errado desde que ele compreenda onde ele quer acertar e possibilitar a mudança do mesmo. E então, podemos pensar em todos os tipos de possibilidades: haverá os casamentos infelizes que se manterão, bem como os casamentos levemente falhos que se desfarão. O que endossa o pensamento dos autores Gottman & Silver (1998) que acreditam que os fatores que podem fazer um relacionamento se manter ao longo do tempo ou se desintegrar estão longe de serem óbvios.

Outra das razões para a infidelidade pode ser a busca da auto-afirmação quando homens e mulheres se sentem frustrados diante da sua incapacidade de se realizar e melhorar a relação conjugal busca outros relacionamentos para mostrarem que são capazes de conquistar alguém, sentindo-se assim atraentes e desejáveis (Zampieri, 2004). A excessiva absorção no trabalho, segundo Matarazzo (2000), pode também levar a um envolvimento extra-conjugal pelo fato de gerar um sentimento de rejeição ou de abandono no companheiro, o que gera a necessidade de se sentir aceito ou reconhecido.

Quando há a confirmação da infidelidade, há um espectro muito variado de experiências emocionais que podem acontecer em função da perda do relacionamento pela parte traída. Parrot (1991) afirma que se a atenção recai sobre o erro e a traição do parceiro, então predominaria a mágoa e a raiva. Contudo, a depressão e a ansiedade se sobressaem mais quando a atenção recai sobre a inadequação pessoal do ciumento e, por fim, se a superioridade do rival é onde se concentra a atenção do ciumento, o sentimento mais expoente é a inveja.

Em recente pesquisa, estudiosos do assunto infidelidade, afirmam que atualmente a mulher trai mais e não apresenta remorsos por seus atos. Os

principais motivos citados: curiosidade, oportunidade, solidão no casamento, sexo de qualidade e vingança (Pinheiro, 2004). Quanto aos homens, é menos comum do que se imagina encontrar alguns vivendo um caso extra-conjugal que começou pelo simples fato de não conseguir resistir a um deslize e que resultou em um caso que se arrasta por anos. Quando questionados, os homens que traíram afirmaram que amavam tanto suas esposas como suas amantes. Com as mulheres isso é um pouco diferente. Em geral, elas precisam de um motivo para trair, seja ele o alcoolismo incurável do marido, as sucessivas tentativas fracassadas de se tornar bem sucedida profissional e financeiramente, a constante violência emocional a que são submetidas ou pela simples vingança de uma traição vivenciada. Para a mulher é bem mais fácil cair na armadilha do “amor romântico”, imaginando que aquele caso supriria todas as suas carências e, por isso, apaixonar-se pelo amante é quase inevitável (Pereira & Monteiro, 2001). A perda da atração pelo companheiro é uma causa muito citada pelas pessoas infiéis.

Segundo Tessari (2004), existe uma crença de que os homens traíam mais do que as mulheres. Embora isso seja uma tendência, os homens aprendem desde pequenos que podem ter mais de um relacionamento e sentem-se, por isso, apoiados na verdade. No entanto, o discurso social destes seria exagerado. Geralmente, os homens falam demais, no intuito de validar sua masculinidade. A idealização da parceira perfeita pelos homens e do homem que as apóie e as ajude, pelas mulheres (que costumam confundir “casamento com felicidade”), faz com que as pessoas reivindiquem muito umas das outras, o que gera frustrações, e abre caminho para a infidelidade.

A perda da atração pelo companheiro é uma causa muito citada pelas pessoas infiéis (Menezes, 2005). Algumas vezes simplesmente o desejo vai morrendo com a convivência, outras vezes porque a mulher ou o homem já não são aqueles com os quais casaram um dia (a mulher pode engordar muito ou o homem pode não gostar de tomar banho), dessa forma o desejo vai ficando reprimido, e as fantasias sexuais vão se multiplicando, até que um dia aparece uma terceira pessoa (Matarazzo, 2000). Segundo Bolsanello (2000), quanto maior a duração do casamento maior as possibilidades de desilusão. As origens do desapontamento são: excesso de trabalho, longas separações, conflitos emocionais, manias, longos silêncios, enfim uma série de fatores que levam ao inevitável tédio do dia-a-dia. Obviamente haverá aquelas pessoas que mesmo com muitos anos de relacionamento manterão viva a chama da paixão, do comprometimento e da fidelidade (Adams & Jones, 1999).



Os vários tipos de triângulos amorosos.

Na configuração da infidelidade entram em cena em geral: o(a) traidor(a), o(a) rival e a pessoa vitimizada pela traição. Em geral o(a) rival é do mesmo sexo que esta, e quando não é esta a configuração do arranjo estrutural da infidelidade, onde por exemplo, parceiros se unem a outros do mesmo sexo para as práticas de infidelidade?

E quando a pessoa vitimizada pela traição estava adoentada? Ser infiel a um(a) parceiro(a) cronicamente enfermo(a) pode ser algo compreensível para o(a) rival e para o(a) traidor(a), contudo, jamais é uma situação destituída inteiramente de sentimentos de culpa (Viscott, 1996). A crença que fundamenta este tipo de procura é que dado o fato que as necessidades, sobretudo as sexuais, ao serem reduzidas devido a condição do(a) parceiro(a) fisicamente, ou as vezes, mentalmente adoecido(a), favoreceriam uma busca de satisfação das mesmas fora do seu relacionamento com uma outra pessoa em condições de lhe satisfazer mais plenamente. O autor Viscott (1996, p. 207) ainda complementa esta discussão ao nos dizer:

“Às vezes, através da doença, um parceiro já não se assemelha mais à pessoa que foi um dia. As bases em que um dia o amor foi estabelecido não são mais tão evidentes. A necessidade de um cuidar do outro se torna unilateral. Quando uma pessoa apenas dá e a outra recebe, a energia necessária a um a compreensão amorosa é consumida pela doença. A verdadeira compreensão e a verdadeira dádiva são necessárias para que um relacionamento funcione. Não existe maior amor do que este”.

Devemos nos lembrar também que nem todos que estão tendo um caso são felizes no mesmo e às vezes a relação custo-benefício implicada implica em muito mais prejuízos do que em ganhos ao se aderir a um relacionamento infiel.

Lembro-me de um caso, enquanto ainda estagiava de um senhor casado de 52 anos que veio me procurar para fazer psicoterapia. Este para mim foi um caso bastante emblemático. Contava-me ele que a mulher dele era muita ciumenta. Em festas e eventos sociais ela o cercava de todas as maneiras de forma que ele não podia nem mesmo respirar longe dela. E as brigas que eles tinham no relacionamento eram homéricas, motivadas pelo ciúme que ela tinha de outras pretensas rivais. Acontece que quando ele começou a fazer psicoterapia já tinha deixado de ter intercurso sexual com ela há vários anos, e, na verdade, na época em que eles tinham relações sexuais, ele precisava se auto-administrar injeções de Alprostadil, sem é claro que a

sua esposa soubesse. Para quem não sabe esta substância, tem propriedades vasodilatadoras para a região peniana o que permite pessoas com algum tipo de impotência tenham relações sexuais. É como se fosse uma espécie de viagra. Longe de ser impotente e como os comprimidos de viagra não existiam naquela época quando ele começou a fazer o uso destas injeções pela primeira vez, o paciente somente com o auxílio destes medicamentos conseguia ter relações com a esposa, porque, na realidade, ele não gostava mesmo de se relacionar sexualmente com mulheres. E esta mulher achava, segundo o que o próprio marido me reportava, que eles não tinham relações sexuais porque o trabalho do marido era por demais estressante, ou ainda porque ele fumava e isto era o causador de sua aparente “impotência”. Assim, esta foi a primeira e a última mulher da vida dele. E somente assim, eles conseguiram ter um filho. Com o passar dos anos, o paciente somente ia alimentando a esperança de ter um intercurso sexual com outros homens, mas não imaginava como poderia fazer aquilo com a marcação cerrada de sua mulher, sobretudo, porque ele não tinha quaisquer trejeitos efeminados e ela tinha a nítida convicção de que ele era um galanteador do sexo oposto. Um grande engano. A cada dia no coração daquele homem o desejo por homens somente crescia. Lembro-me como se fosse hoje, ao ele chegar à sala onde eu o atendia e fiz uma pergunta para tentar mapear as tendências mais latentes nos pensamentos dele. Era uma pergunta neutra como vocês poderão ver. Perguntei-lhe: “Carlos, ao final da tua vida você gostaria de ter passado mais tempo fazendo o que?”. Veja, aos olhos de qualquer pessoa, esta pergunta soaria como normal, mas não para ele onde a cabeça dele estava atenta em conteúdos sexuais implícitos. Neste dia, ele quase quis sair da sessão e me disse: “Acho que o senhor foi longe demais e acho que a gente pode parar por aqui a nossa terapia hoje” (sic). Isso, levando-se em consideração que não havia nem se passado 20 minutos de psicoterapia. É claro, que ele havia interpretado que a minha pergunta estava relacionada a conteúdos sexuais (e com homens, o que segundo os referenciais dele ele achava deveras proibido), tendo em vista que ele pensava nisto o dia todo, segundo o que ele veio me contar posteriormente. Bem, ao longo de muitas sessões fui mostrando para ele que um relacionamento com uma pessoa do mesmo sexo ou do outro sexo não consistia unicamente e exclusivamente em intercursos sexuais tal como ele imaginava. E, ao término das sessões, ele conseguiu finalmente ter um relacionamento com outra pessoa do mesmo sexo e continuar com a esposa sendo um pai dedicado para a família e continuando a despertar o ciúme na mulher dele em relação a outras mulheres.

Assim, como na história anteriormente relatada, atendi inúmeros ou-



tros casos de pessoas que pensam que os seus parceiros estão com parceiras, enquanto estão na verdade com outros parceiros, ou de parceiras que estão com outras mulheres praticando a infidelidade, enquanto maridos ciumentos sequer desconfiam de tal possibilidade.

Uma esposa, por exemplo, assim como na história anterior pode suspeitar da infidelidade do marido com outra mulher, porém, raramente com outro homem. Portanto, aí vai um alerta: cuidado mulheres que pensam que a infidelidade de seus parceiros pode estar restrita apenas e somente a heterossexualidade. Aprendam a ampliar os seus conceitos. Homens façam o mesmo! Essa situação deixa muitas pessoas, sobretudo as esposas, correndo um altíssimo risco de contraírem o vírus HIV (Zampieri, 2004), dentre outras infecções sexualmente transmissíveis.

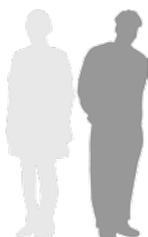
Diferentemente do caso que eu atendi, o que acontece é que muitos parceiros não levantam suspeitas porque continuam mantendo um relacionamento com suas parceiras. E casamento não é vacina contra a homossexualidade ou estas infecções sexualmente transmissíveis, acreditem; e muito menos colocar outro filho no mundo para tentar preservar o relacionamento fragilizado. Conheço quer dentro, quer fora do consultório inúmeros casos de pessoas casadas que sequer aparentam quaisquer trejeitos efeminados e sequer levantam suspeitas a respeito de sua sexualidade latente para as parceiras e diariamente satisfazem seus desejos em salas de bate papo, contratam garotos de programa e travestis e procuram por locais que dão suporte a este tipo de atividade sexual.

Sobretudo, nas grandes cidades, há muitos locais como clubes privados, locais GLS abertas 24 horas por dia, saunas gays e afins que propiciam que as pessoas dêem vazão aos seus desejos mais secretos. Conseguir sexo anônimo em tais locais não é nenhuma proeza e conseqüentemente os que procuram por estes serviços podem voltar para suas casas satisfeitos, até a sua próxima carência, e algumas vezes, levam como “brinde” alguma infecção sexualmente transmissível. Dessa forma, muitas pessoas podem até ser fiéis aos próprios parceiros, mas a recíproca não é verdadeira e muitas vezes são passivamente contaminados(as) por doenças sexualmente transmissíveis das mais diversas. Desde clamídia até infecções por HIV, perpassando por lesões condilomatosas subcutâneas assintomáticas, ou ainda virulentas e manifestas e outras doenças que sequer imaginam por acreditar na fidelidade de seus parceiros(as).

Se muitas vezes, já é difícil de acreditar que você pode estar sendo alvo da infidelidade por pessoas conhecidas e do mesmo sexo ao seu, ainda mais quando você está sendo traído(a) por quem você nem imagina que

poderia estar e que compartilha de sexo oposto ao seu. Algumas pessoas, até mesmo convivem com o risco e um sentimento de indeterminação a respeito do próprio destino, o que lhes impossibilita procurar os meios mais adequados de prevenção. Em um outro dia eu estava conversando com um amigo e ele falava: “Antigamente as pessoas ansiavam casarem-se com pessoas virgens, sobretudo, quando era o homem que escolhia. Mas, os tempos foram mudando, as mulheres foram se emancipando e se acaso as pessoas quisessem se pautar para escolherem parceiras baseadas nesses referenciais hoje em dia, isso seria anacrônico e elas morreriam solteiras. Veja, eu. Tenho 32 anos e hoje em dia tenho até que conviver com a idéia de que uma possível pretendente para eu me casar possa ser uma mãe solteira com uns 2 ou 3 filhos”(sic). Daí, eu pensei que realmente o meu amigo estava certo. Em uma analogia com o que ele disse, penso que no futuro provavelmente caminhemos para uma bissexualidade, tanto homens como mulheres, e que em algumas gerações tenhamos que nos acostumar que nossos(as) parceiros(as) tenham namorados e namoradas, porque nós mesmos teremos os(as) nossos(as) namorado(as) de forma que os ciúme, se existir futuramente deverá ser readaptado para não ser um mecanismo anacrônico para proteger os relacionamentos amorosos.

Capítulo III



A Gênese do ciúme

*“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 Andrade).



Ciúme: de onde vem e para onde vai.

Para um fenômeno tão controvertido e tão complexo como o ciúme, como vocês mesmos verão, é de se esperar que o mesmo tenha vários porquês que tentem elucidar a sua gênese. O ciúme, no contexto amoroso, surge quando se sente que não é mais importante para o outro do que um possível rival. Quando alguém, faz uma leitura, real ou verídica que está sendo preterido(a) ou vilipendiado em um relacionamento amoroso e isso lhe causa um pesar.

Antes de nos depararmos com as muitas opiniões científicas e vivências de pessoas que se relacionaram amorosamente, ao coletar o material para este livro eu selecionei uma verdadeira pérola, a concepção de ciúme de uma mulher heterossexual universitária de 47 anos, com terceiro grau completo que, até então, ainda não tinha conseguido estabelecer um relacionamento amoroso com homem algum. Como veremos, a visão dela para a da vivência de outras pessoas não difere muito:

“Quando penso em ciúme, sempre me vem em mente brigas, choros, raiva, sentimentos ruins. Mas acho que nem sempre o ciúme pode ser considerado um sentimento ruim. Para muitas pessoas a falta de ciúme gera desconfiança, falta de amor, desilusão, etc. A pessoa não se sente amada. O que nem sempre pode ser considerado verdadeiro. Há casais em que um dos parceiros ou mesmo os dois sentem-se tão confortáveis com a relação, que não pensam em traição. Não passa pela cabeça deles a desconfiança que gera o ciúme, a posse. Existe uma base sólida, calçada em amor, afeto, segurança, confiança, diálogo etc. Mas existe também pessoas bastante inseguras que acreditam que se o parceiro não demonstrar sinal algum de ciúmes, provavelmente vai achar que o outro não gosta mais dele ou que foi trocado por outra pessoa.

O entendimento do casal será o que dará o tom do relacionamento. Quando duas pessoas se conhecem bem e se amam e se uma das duas pessoas não for nada ciumenta, mas a outra sim, o(a) parceiro(a) poderá até criar uma falsa idéia de ciúme, para que a relação não sofra revezes e para que possam seguir em frente com um relacionamento feliz. Isso não quer dizer que um parceiro esteja enganando a outro, mas sim que existe por parte do parceiro não ciumento um entendimento da insegurança do outro e que ele quer tentar levar o relacionamento de forma tranqüila e pacífica. Às vezes, infelizmente, esse tipo de relacionamento poderá não dar certo, principalmente quando existir excesso de ciúme de uma das partes. Isso não quer dizer, que uma pessoa deverá se anular em função do outro. Antes de

qualquer coisa, deverá existir diálogo entre o casal e se for preciso, procurar a ajuda de um profissional”.

Muitas pessoas se questionam se o ciúme seria um comportamento inato ou aprendido. Clanton & Smith (1998 p. 6) revelam que:

Esse é um assunto fundamental na história do estudo do ciúme e é uma questão central para todos aqueles que procuram entender e administrar seu próprio ciúme. Se o ciúme é *instintivo*, uma função de nossa natureza animal, então ele deve ser resistente aos esforços da consciência para sua modificação e controle. Melhor ainda, podemos esperar conter nossos impulsos ciumentos ao checarmos como podemos prevenir nossas explosões violentas. Se, por outro lado, o ciúme é aprendido, se é uma função de nossa criação na sociedade humana, então podemos ser mais otimistas sobre as possibilidades de reaprender ou mudar os comportamentos e mesmo os sentimentos que fluem do ciúme. É claro, firmemente estabelecidos os padrões culturais e as tendências aprendidas na infância, serão estes totalmente resistentes à mudança. Entretanto, em geral, uma compreensão de como o ciúme está enraizado na criação encoraja e convida a uma intervenção educacional e/ou terapêutica de um modo que uma compreensão do ciúme enquanto enraizado na natureza não faz.

Agora, vejamos o que outros teóricos do assunto pensam a respeito do ciúme e de suas manifestações:

Segundo Pam e Pearson (1994):

O ciúme, no entendimento psicodinâmico, pode ser atribuído a uma deficiência do ego, à insegurança crônica ou a um impulso libidinal desviado. Os autores afirmam que o ciúme é melhor entendido sob uma perspectiva sistêmica, quando um relacionamento amoroso é ameaçado. Assim, há três indivíduos onde um deles é o parceiro ciumento que corteja ou pune seu parceiro, o outro que tem uma relação extraconjugal e o terceiro que se introduz através dos limites do casal. Forma-se assim o eterno triângulo (Pam & Pearson, 1994, p. 175).

Buss (2000) afirma que o ciúme tem três ingredientes fundamentais: *Inputs*, que são os estímulos externos que dizem à pessoa que ela está enfrentando uma ameaça (cheiros estranhos, telefonemas estranhos, olhares para outros membros do sexo oposto, etc.); *Procedimentos para processar informações*, que avaliam as informações recebidas, não só racionalmente como também sentimentalmente, e, ainda, há os *Outputs*, que é a ação em si, reconhecendo que a ameaça existe. A intervenção ocorre com vigilância aguçada, auto-recriminação, pode chegar à violência bruta a ameaças de



morte ou suicídio.

Para Clanton (1998) o adulto torna-se ciumento quando acredita que o casamento ou o relacionamento romântico no qual está inserido está ameaçado por um rival real ou imaginário. Levando-se em consideração o que foi colocado anteriormente, pode-se dizer que as pessoas ciumentas permanecem ambivalentes entre o amor e a desconfiança de seu parceiro, tomando-se perturbadas, com labilidade afetiva e obcecadas por triangulações, muitas vezes imaginárias. Dessa forma, os ciumentos conflitam entre o medo de descobrir a infidelidade real dos seus parceiros, e, não ocorrendo a infidelidade, descobrir que sofre de uma forma de um delírio de ciúme (Hintz, 2003). Ambas as situações são ruins, mas a pior incerteza da verdade. A partir disso, ocorre, freqüentemente, que o(a) parceiro(a) infiel coloca o outro em dúvida de suas próprias percepções e memórias. Algo que incomoda o indivíduo ciumento é seu parceiro negar a existência de outra pessoa quando, de fato, existe uma terceira pessoa e fazer com que acredite que ele(a) está imaginando coisas e que sempre foi fiel. Há casos que, após o parceiro ciumento descobrir a verdade a respeito da infidelidade, irritar-se mais com a mentira, fazendo-o acreditar que ele próprio estava errado ou mesmo doente por imaginar coisas do que a própria infidelidade (Hintz, 2003).

Em relação ao ciúme, e levando-se em consideração as diferenças entre homens e mulheres, o ciúme na mulher apresenta-se como o medo de ser abandonada, trocada por outra mulher. Esta tendência estaria relacionada a padrões evolutivos do comportamento. Seu maior desejo é ser amada e ser a única para seu parceiro. Ela expressa seu ciúme de forma mais clara e aberta. Quando é preterida, sente-se isolada, insegura, com sentimentos de baixa auto-estima. Freqüentemente, ela, ao expressar ciúme, deseja demonstrar quanto seu amor é verdadeiro. O homem manifesta seu ciúme através de reações que indicam medo de perder o poder, o domínio. Quando preterido, sente-se humilhado e fracassado em manter a posse. Ele receia que o vejam como alguém inferior, desacreditado (Echeburúa & Fernández-Montalvo, 2001; Ferreira-Santos, 1998).

No que concerne aqueles para os quais o ciúme é dirigido, muitas vezes, este pode causar grande consternação dado o fato de essa pessoa interpretar isso como um sinal de não ser suficientemente digna o da confiança do ser amado, não obstante, ela ter sido fiel e leal a ele o tempo todo. Meilaender (2001) citando C. S. Lewis, que escreveu a obra *"The four Loves"* (Os quatro amores) diz que o amor pode nos tornar tanto um deus quanto um demônio, provavelmente se referindo à relação deste do amor com o ciúme. Disso decorrem os demais sentimentos relacionados como tristeza, raiva,

insegurança que num ciclo contínuo, vão se retroalimentando. Quando não uma sinonímia de posse, percebemos que, em geral, o ciúme está orientado para o amor e clama pelo mesmo.

É importante considerarmos que o ciúme não é um produto imediato de determinados arranjos de estímulos ambientais pré-estabelecidos, diante dos quais soa previstas reações invariantes, não havendo assim a *priori* condições que evoquem por elas mesmas o ciúme de outra pessoa (Bringle, 1991). Logo, diferentes eventos podem desencadear reações distintas em diferentes pessoas em se tratando de ciúme (Parrot, 1991). Embora, boa parte das pesquisas aponta para o contrário desta afirmação: há sim uma boa dose de uniformidade nas reações de ciúmes de diferentes pessoas frente às mesmas situações. Harris (2004) também questiona se o ciúme seria uma emoção básica, uma mistura de várias emoções negativas ou ainda um rótulo para uma situação social particular. Dessa maneira, o ciúme não pode ser compreendido como um fenômeno estático, estanque e cristalizado, dado que as pessoas estão em constantes evoluções e vivem em um mundo de contínuas mudanças e sujeito as reformulações, a partir da vivência de situações do seu cotidiano que influenciam seus comportamentos (Bers & Rodin, 1984; Gergen, 1991).

Algumas pessoas se questionam se haveria algo de hereditário no ciúme. Até que se saiba, não. Contudo, nós podemos aprender a termos manifestações ciumentas convivendo com os nossos pais, ou se supondo a ausência de pais biológicos, dos nossos tomadores de cuidado, se eles tiverem uma relação muito ciumenta. O contrário também pode ser válido e podemos aprender a ter o controle favorável do nosso ciúme tendo por modelo o ciúme diminuto dos nossos primeiros cuidadores, ao repetirmos em relações futuras o comportamento deles.

Segundo Shinyashiki & Dumêt (2002), em geral, o ciúme se origina da percepção de que não se é tudo para a outra pessoa. Os autores alertam que por detrás de uma manifestação ciumenta há um apelo de amor implícito. E dependendo da compreensão de cada um, poderá ocorrer o crescimento dos parceiros enquanto um casal, ou ainda, o seu fracionamento.

Ciúme: causas biológicas.

De acordo com Marazziti, Akiskal, Rossi & Cassano (1999) que procuraram estudar as causas biológicas para o ciúme, acreditam que o ciúme é causado por uma alteração do sistema serotoninérgico, levando a um menor



número dos transportadores do neurotransmissor denominado serotonina. Neste estudo ela e seu grupo de cientistas estudaram 60 indivíduos. Vinte destes participantes eram homens e mulheres que havia recentemente se apaixonados nos seus meses anteriores. Outras 20 pessoas eram pessoas que padeciam do Transtorno Obsessivo Compulsivo (T.O.C.) e não se medicavam e os outros 20 participantes eram indivíduos saudáveis que foram usados como grupo de controle para se comparar os resultados e contrastar com os das outras amostras. Os pesquisadores verificaram então que tanto os participantes apaixonados como os que sofriam de T.O.C. tinham níveis significativamente mais baixos de serotonina do que os indivíduos do grupo de controle.

Posteriormente, Marazziti (2002) ainda interessada nas implicações da serotonina para os relacionamentos amorosos conduziu um novo estudo. Desta vez, ela aplicou um questionário a 400 estudantes, entre 25 e 30 anos. Dos 250 questionários que foram compilados ficou claro que 9 entre cada 10 jovens poderiam ser considerados ciumentos normais, isto é, moderados. Mas, 10% de sua amostra poderiam ser considerados ciumentos de forma significativamente excessiva. Para estes 25 indivíduos, foram conduzidos novos estudos laboratoriais solicitando amostras de sangue dos mesmos e verificando que seus níveis de serotonina estavam significativamente reduzidos, o que fortalecia consideravelmente a suposição de que há uma relação significativa entre os baixos níveis desse neurotransmissor e o ciúme. Contudo, tal pesquisa é correlacional, e como todas as pesquisas correlacionais não se pode afirmar que os fatores que se evidenciam na determinação do fenômeno que sejam os mesmos que o causem.

Ciúme e causas psicológicas relacionadas.

Freud (1922/1976) considera que há casos em que o indivíduo que é ciumento tem este sentimento porque seria infiel, ou ainda porque deseja sê-lo. O ser humano, com o objetivo de evitar algumas representações dolorosas insuportáveis, utiliza-se de mecanismos de defesa e, dessa forma, muitos dos nossos pensamentos, intenções ou desejos, podem ocorrer fora da nossa consciência. Dessa forma, Freud (citado por Laplanche e Pontalis, 1992), chama de projeção no ciúme quando o sujeito se protege de seus próprios desejos de ser infiel imputando a infidelidade no cônjuge. Conseqüentemente, dessa forma, desvia a sua atenção do seu próprio inconsciente, desloca-a para o inconsciente do outro, e pode ganhar com isso uma clarividência no

que diz respeito ao outro como desconhecimento no que diz respeito a ele mesmo.

Ainda, segundo Freud existem vários mecanismos de defesa no psiquismo humano a fim de reduzir a ansiedade. A projeção é um destes mecanismos de defesa do ego, no qual a pessoa acaba atribuindo a outra pessoa uma característica, intenção, desejo, enfim, um sentimento ou pensamento que na verdade desconhece ou recusa nela mesma. Na projeção, a pessoa não se apercebe que a característica conferida ao outro é sua, dado que o próprio conceito de mecanismo de defesa prevê que o processo ocorre no inconsciente, devido à repressão para evitar o sofrimento pelo estado conflitante. Outra estratégia de defesa utilizada pelo ego é a racionalização que faz com que o ego encontre uma desculpa, não necessariamente verdadeira, com o fito de simplesmente encobrir o fracasso para os comportamentos que ele gera no ambiente no qual está inserido.

Ramos (2000, p. 37) ao comentar a teoria Gestáltica nos propõe uma interessante analogia:

Metaforicamente, segundo a teoria da Gestalt, poder-se-ia dizer que o ciúme é a figura construída sobre o fundo da infidelidade. Neste sentido, pode-se afirmar que a infidelidade é o solo sobre o qual se constrói o ciúme, podendo ser firme, no caso da infidelidade confirmada; ou arenosos, quando existe apenas a suspeita. Em ambos os contextos, o ciúme da pessoa que está se sentindo excluída é um fato concreto e deve ser objeto de atenção e respeito, atentando-se para o complexo de emoções desencadeadas por cada uma destas situações.

Hansen (1991) afirma que para que o ciúme aconteça dois fatores são necessários: haver um relacionamento valorizado e a percepção de que o(a) parceiro(a) estaria envolvido(a) em uma atividade ou com uma outra pessoa. Pittman (1994) e Hansen (1991) são concordes ao declararem que o relacionamento para eclodir o ciúme dos parceiros não necessariamente necessita ser de ordem sexual ou mesmo romântica.

Autores como Bringle, Roach, Andler e Evenbeck (1977) mencionam em seu trabalho o ciúme sexual relacionado aos parceiros, familiar (entre seus diversos componentes), social (por exemplo, na escola etc) e no ambiente laboral relacionado a oportunidades, objetivos e toda a espécie de ascensão dentro da empresa.

Num estudo realizado por Gregory White, com 150 casais de namorados, em 1981, foi concluído que a percepção de descontentamento com o relacionamento e o desejo por variedade sexual foram consideradas fortes



motivos para o ciúme para ambos os sexos, enquanto a percepção da atração dos rivais prediz unicamente o ciúme feminino (White, 1981a).

Também são apontados outros motivos para o ciúme. Mathes (1992) amplia a definição de White (1981b) ao afirmar que o rival não necessariamente é uma pessoa. O rival pode ser lugares e carreiras, somente para citar alguns exemplos, que na mente dos parceiros se tornam obstáculos, por vezes, intransponíveis. Assim, segundo Ramos (2000) uma pessoa poderia sofrer de ciúme porque o marido é um compulsivo pelo trabalho, ou ainda pelo estudo, pelo esporte, pela religião, e tudo o que possa privar esta pessoa da atenção e do convívio da pessoa amada.

Ramos (2000) ainda apontará o ciúme em função da possibilidade do rompimento de uma relação, levando-se em consideração que a maior ameaça é aquela representada pela infidelidade, uma vez que a estabilidade dos relacionamentos tende a ser erguida sobre a exclusividade sexual e afetiva.

Ciúme e amor.

E quanto à relação ciúme e amor? Ele é parte do amor que sentimos pelos parceiros ou se restringe simplesmente a uma expressão de amor próprio? Será que a quantidade de amor romântico é diretamente proporcional a medida de ciúme encontrado nos casais, ou vice-versa? Dá para se pensar na vivência de um amor destituído do ciúme? Algumas pessoas até os consideram o tempero do casamento, na medida em que isso é demonstrativo do quanto duas pessoas gostam uma da outra. A questão é quando o ciúme deixa de se tornar o tempero para se tornar o veneno da relação? Dentro de certos limites, pode constituir uma demonstração de preocupação e de interesse pelo outro, ao espelha um reflexo do seu amor (Hintz, 2003). Dessa maneira, grande parte das pessoas, quando questionadas a respeito do ciúme, afirma que ele faz parte do relacionamento, servindo para apontar a necessidade de despender um cuidado maior ao outro.

Provavelmente o ciúme, dentre outros, é um dos mais mal-entendidos fenômenos humanos. Relacionado sim ao amor, mas não necessariamente uma parte integrante do mesmo, como mostra o estudo de Pfeiffer & Wong (1989), podem contribuir negativamente para a felicidade do relacionamento amoroso. Mesmo assim, para muitas pessoas, ele é considerado prova de amor. Logicamente, devemos considerar os extremos: para diferentes pessoas, a ausência de ciúme pode ser tão perniciosa quanto seus excessos. Isso quer dizer que algumas pessoas se sentirão lisonjeadas com as manifestações

mais efusivas de ciúme por parte do outro, enquanto outras, até mesmo as mais modestas expressões ciumentas não são toleradas para as quais são dirigidas. A isso se ajunta poderemos dizer que o ciúme eclode das relações amorosas devido a fatores tais como comparação, competição e medo da substituição pelos rivais. Como anteriormente dito, o ciúme tem diferentes manifestações. Breit, Im e Wilner (1983), afirmam que as pessoas apresentam suscetibilidades próprias para o ciúme, fundamentadas sobre os fatos de suas experiências anteriores, autoconfiança, e sentimentos a respeito dos próprios valores.

Clanton & Smith (1998) colocam que o ciúme pode ser a expressão de uma manifestação amorosa e não sua evidência absoluta. Os autores Salazar, Couto, Gonçalves e Pereira (1996) observaram que o ciúme pode representar um aspecto positivo e dinamizar o relacionamento, uma vez que ele seja tido como uma demonstração de interesse, importância, de desejo e do quanto uma pessoa gosta da outra.

De acordo com Shinyashiki & Dumêt (2002) algumas pessoas se sentem desprotegidas se o outro não expressa o medo de perdê-las. Dessa maneira, muitas vezes, o parceiro começa a manifestar ciúme somente para satisfazê-las. E fingir não senti-lo geraria certa dose de insegurança em relação à veracidade do sentimento amoroso destinado ao parceiro. Particularmente, acredito que quem ama cuida, e isso não quer dizer que é preciso manifestar o ciúme. No entanto, existem mecanismos que refletem o amor, cuidado e zelo pelos parceiros muito mais eficientes do que os proporcionados pelo ciúme para gerenciar os relacionamentos amorosos. Durif-Varembon (2002) vai nos dizer que não é porque o amor e o ciúme estão relacionados é que podemos dizer que este seja inerente aquele.

Assim há vários motivos que desencadeiam o ciúme em uma pessoa e que não necessariamente o amor, por exemplo, a possessão, ainda que não tenhamos tantos sentimentos positivos pelo parceiro motivaria em alguns o ciúme pelos parceiros delas. Tenho confirmado cada vez mais isso em minhas pesquisas e na minha vida enquanto psicoterapeuta. Contudo, reconheço que, freqüentemente, existe uma relação intrínseca entre o amor e o ciúme, mas ela não se estende a todos os casos. Quando amamos, naturalmente, sentimos, a necessidade da reciprocidade. A constatação (ou, mesmo, a simples idéia) de que o ser amado possa passar a se interessar por outra pessoa abala a segurança de que essa reciprocidade vá permanecer: afinal, se o(a) outro(a) realmente conquistá-lo(a), então, ele(a) não irá deixar de nos amar?

Dessa forma, num regime prévio de insegurança estabelecesse-se o



medo da perda, e conseqüentemente, o ciúme. Entretanto, embora esta seja uma tendência, o ciúme pode estabelecer-se ainda na ausência do amor como uma sinonímia para o medo de ser ludibriado. Conseqüentemente, não importa se amamos ou não, se somos amados ou não. O relevante é a quebra de um compromisso implícito de exclusividade, que se supunha vinculado à existência do relacionamento, reforçado pela preocupação com a opinião pública, dado que o papel de traído não é desejável, e ainda é rechaçado com grande ojeriza por nossa cultura. Por tudo isso, não reconheço o amor como genitor do ciúme, uma vez que sua existência não é pré-requisito essencial para que este sentimento se estabeleça. A única condição indispensável para o surgimento do ciúme e o estabelecimento do mesmo é o medo - que pode ser da perda, da rejeição, da infidelidade do parceiro, da execração pública, do desamor, etc. Logo, a insegurança ainda estaria mais relacionada ao ciúme do que o próprio amor.

Estilos de ciúme e estilos de amor.

Alguns dizem que somente o amor é um dos sentimentos capazes de conferir a algo ou alguém uma grande relevância permitindo que uma pessoa sinta ciúme de outra. Mas, como há tipos e tipos de pessoas, há tipos e tipos de e diferentes formas de se engajar em comportamentos infiéis e diversos tipos de ciúmes que podem conviver na mesma pessoa.

Como vimos anteriormente, os ciúmes são vividos diferentemente pelos homens e pelas mulheres por diferentes motivos, e talvez se esta diferença, além dos fatores evolutivos, esteja relacionada aos estilos de amor que influenciariam o relacionamento de cada pessoa. Vimos que quando tratamos de estilos de amor, estamos nos referindo à teoria de Lee (1988), que recorre aos termos gregos e aos romanos, e diz haver três estilos primários de amor: *Eros*, *Ludus* e *Estorge*. Mas, este autor prossegue, e afirma que a combinação entre estes três tipos de estilos resultaria conseqüentemente numa gama tão extensa de variedades de estilos de amor, que, a rigor, pode-se inferir que a forma de amar de cada pessoa é única. Com efeito, um tipo de amor não deve ser visto como superior, ou mais verdadeiro do que outro.

Ainda se remetendo a sua, Lee diz que a exemplo das cores secundárias existiriam estilos secundários de amor a se saber: *Mania*, *Pragma* e *Ágape*. Contudo, para a nossa discussão, gostaria apenas de me concentrar em um dos estilos de amor descritos por Lee (1988), que é o estilo mania, tipicamente relacionado ao ciúme. De acordo com este autor, havia na Grécia

antiga uma afirmação referente a este tipo de amor que chocava os amantes: *theia mania* (ou seja, a loucura dos deuses).

O amante do tipo maníaco, muitas vezes, está obsessivamente preocupado com o amado, e é intensamente ciumento e possessivo, e precisa se assegurar constantemente de ser amado. Ao mesmo tempo, o amante maníaco recua temeroso de amar demais antes que haja uma garantia de reciprocidade.

A contradição inerente de mania surge de uma mistura peculiar de dois amores primários, *eros* e *ludus*. O amante maníaco tem intenso desejo, é fisicamente estimulado, típico de *eros*. Então, norteador pelo componente lúdico, o amante maníaco provavelmente vai escolher parceiros de forma inapropriada e loucamente projetar no parceiro aquelas qualidades que ele desejava no ser amado, mas que a qualquer observador, o relacionamento formado parece claramente não ser nada além de possessividade pelo amado. Dessa forma, o amante maníaco poderia ter uma independência, mas lhe falta autoconvicção. O amante maníaco é, assim, “apaixonado pelo próprio amor” preferencialmente a qualquer ao amado. Para remediar esta situação, a má vontade do amante maníaco precisa localizar os motivos para o desespero desta necessidade. Isto pode incluir uma falta de amigos íntimos, profundo descontentamento com o próprio trabalho, viver sozinho, e fontes similares de solidão e baixa auto-estima.

O que se sabe é que certamente o ciúme é simultâneo ao amor e ao que parece eles convivem em uma estranha simbiose paradoxal. Sim, porque, por vezes, o medo de sofremos nos impede de viver o amor em nossos relacionamentos de uma maneira mais plena. Contudo, na literatura científica não haja pesquisas que tenham se ocupado da conexão entre o ciúme e o amor até o presente momento. Mesmo assim, podemos fazer algumas considerações não empíricas, mas baseadas em inferências clínicas e teóricas.

Para algumas pessoas fica assegurado o sentimento de serem amadas ao despertarem o ciúme do seu parceiro. Na leitura destas pessoas, a ausência do ciúme estaria relacionada à ausência do próprio sentimento amoroso que fundamentaria o relacionamento amoroso. Contudo, nem sempre, o ciúme significa amor. Ferreira-Santos (1998) afirma que se deve ter cuidado ao perceber quando não há nenhum sinal de ciúme no relacionamento, e assim submeter à relação a um exame para verificar se a mesma não estaria desgastada, e com isso, poder se transformar em uma relação com características fraternas. E é por isso que alguns casais vão provocar ciúme no parceiro na tentativa de estimular o interesse em seus parceiros, porque os percebem



acomodados e desligados deles emocionalmente e sexualmente. Pensar estas e outras questões relacionadas ao amor e ao ciúme são importantes para construirmos um conhecimento que transcenda os nossos referenciais para além do nosso ciúme que surge nos contextos amorosos.

Segundo Pittman (1994, p. 49):

“O ciúme intenso, na ausência de desonestidade ou infidelidade real, pode indicar todo o tipo de coisas, mas o amor está bem no final da lista. Enquanto a ausência de ciúme pode ser indicadora de laços frouxos no relacionamento, a presença de um ciúme intenso e alienante pode ser sintomática tanto de um relacionamento perturbado, quanto de um indivíduo psicótico. É claro, se o objeto do ciúme foi infiel ou desonesto a respeito disso, uma raiva ciumenta seria a resposta normal, natural, enquanto a aceitação calma implicaria em um afastamento do relacionamento”.

Ciúme e auto-estima.

Ninguém pode negar a importância da auto-estima e se considera que ela é um dos principais construtos da personalidade humana. Assim, a auto-estima é algo que acontece nas pessoas, e se define como o sentimento de gostar de si mesmo. Diferente de autoconceito, que se refere à noção, ou a idéia que faço de mim; e de auto-imagem que diz respeito à como a própria pessoa se vê. Ela vai sendo construída ao longo do desenvolvimento humano, e por conta de sua amplitude de interferências, tem sido um dos temas debatidos nos ambientes educativos, na atualidade. Porque, por um lado alimenta a criatividade e a inventividade; por outro, permite desvendar sentimentos da pessoa sobre ela mesma: orgulhar-se de seus empreendimentos, demonstrarem suas emoções, respeitar-se, reconhecer os próprios talentos, investir em seus objetivos, promovendo um agir de maneira independente, com autonomia. Segundo Almeida (2006) a nossa auto-estima é bastante afetada pela percepção que temos da realidade. Não podemos controlar o que pode nos acontecer, mas podemos controlar como lidar com aquilo que nos acontece, e isso é importante.

Ela está relacionada a muitas temáticas, mas, de forma especial com a questão do ciúme. Dessa forma, outro fator que se costuma pesquisar quando se temática o ciúme é a relação dele com a auto-estima. Em um estudo conduzido por Mullen & Martin (1994) com 600 participantes, os autores observaram uma clara correlação entre auto-estima e ciúme. Os sujeitos mais ciumentados apresentaram auto-estima mais baixa. Um interessante resultado

na diferenciação por gênero à resposta de ciúme apareceu com relação às diferentes estratégias de enfrentamento. As mulheres apresentaram mais frequentemente (27%) o comportamento de questionar o parceiro; os homens, por sua vez, eram mais aptos a ignorar o problema (o ciúme) e esperar que ele fosse embora (21%). Segundo Mullen e Martin (1994) o ciúme pode se estruturar como uma reação à ameaça da auto-estima.

Comumente conceitualizada como parte do autoconceito que cada um tem de si mesmo ou ainda como a parte mais importante dele (Cast & Burke, 2002), a auto-estima é considerada por Aronson, Wilson & Akert (2005) o que faz com que as pessoas sintam-se boas, competentes e decentes. Para Vargas, Dantas & Góis (2005) a auto-estima pode ser definida como uma atitude positiva ou negativa com relação ao próprio indivíduo. Este é um conceito complexo que envolve muitas variáveis e cada um pode servir para acentuar ou para dificultar este próprio conceito. Portanto, a auto-estima é influenciada por muitos fatores. O ciúme é um destes que estará associado a ela.

Quando tem uma auto-estima rebaixada, a pessoa nutre fortes ilusões com respeito ao que pode esperar dos outros, abriga fortes temores, além de ter uma forte predisposição para manifestar desapontamentos e desconfiar das outras pessoas. É muito comum que pessoas com baixa auto-estima escolham seus cônjuges para conseguir algo que lhes falta: pode ser a estima que esperam que o outro tenha por si; pode ser alguma qualidade que vêem no outro e sentem que lhes falta; pode ser o movimento e a ação que o outro faz e que espera que faça por si, entre outras hipóteses de ganhos (Rodrigues, 2005). Essa dinâmica estaria relacionada ao ciúme.

Segundo alguns autores (*e.g.* Ballone, 2005), haveria uma clara associação entre auto-estima rebaixada, conseqüentemente a sensação de insegurança e, finalmente o ciúme. Ainda, segundo este mesmo autor, o portador de ciúme, sobretudo em suas formas patológicas, seria como um vulcão emocional sempre prestes à erupção e apresenta um modo distorcido de vivenciar o amor, para ele um sentimento depreciativo e doentio. Observa-se que nas formas francamente delirantes de ciúme as pessoas estão propensas a se tornarem extremamente sensíveis, vulneráveis e muito desconfiadas, portadoras de auto-estima muito rebaixada, tendo como defesa um comportamento impulsivo, egoísta e agressivo.

Por mais inerente que seja ao ser humano, o ciúme traz ao indivíduo experiências de sofrimento e dor, tanto para si como para o objeto de seu ciúme, e pode ser entendido como a expressão de baixa auto-estima, dependência, insegurança, medo de perda. Algumas pessoas confiam tão pouco



nelas mesmas que impedem até mesmo os parceiros delas de viverem suas vidas porque imaginam que ao explorarem o mundo, estas venham a se interessar por alguém e conseqüentemente a abandoná-las. Muitos fatores que predispõem ao ciúme podem ser agrupados, pois estes têm em comum o efeito de fazer a vítima sentir-se em desvantagem aos outros com relação ao seu sexo na luta por obter um parceiro (Todd, Mackie & Dewhurst, 1971). E, quanto mais baixa for a auto-estima, mais drasticamente o indivíduo sofre, que chega a duvidar de si mesmo como alguém que merece respeito (Hintz, 2003).

É sabido, que as pessoas excessivamente ciumentas sentem-se com freqüência desvalorizadas (Pittman, 1994). Essa baixa auto-estima pode ser proveniente de muitas fontes. Num estudo conduzido por Rosa e Ramos (citado por Ramos, 2000) com o intuito de se investigar o ciúme e a hipótese que o mesmo estaria relacionado a uma auto-estima negativa, estes autores concluíram que os participantes que apresentaram uma auto-estima inferior, independentemente do sexo, tendiam a ser mais ciumentos do que aquelas pessoas que tinham uma auto-estima superior. Algumas pessoas ainda acreditam que os parceiros delas as comparam com os rivais (Parker, Low, Walker & Gamm, 2005). Então, alguns tipos de pessoas ciumentas, provavelmente quando se sentem ameaças em sua auto-estima, e pessoas com a auto-estima baixa, estão mais vulneráveis a elevações dos graus de ciúme “A raiva que uma situação de traição provoca, pode ficar bloqueada pelo sentimento de menos valia” (Hintz, 2003, 47).

E por que, nós psicólogos, alertamos tanto para as pessoas cuidarem da sua própria auto-estima? Porque nossos relacionamentos refletem, muitas vezes, o modo como nos relacionamos conosco e a única maneira de conseguir fazer que alguém nos ame verdadeiramente é nos amar primeiramente. Segundo Maldonado (1995), os motivos da busca de relações extraconjugais são muitos, por exemplo, para o homem de meia idade, deixar a mulher por outra bem mais jovem pode representar um alimento da auto-estima, a reafirmação da própria potência, um modo de se revitalizar, essa mesma necessidade de se auto-afirmar como homem pode ainda se expressar por uma verdadeira compulsão de buscar outras mulheres em grandes quantidades.

As pessoas ciumentas estão continuamente à procura de evidências e confissões que confirmem as suas suspeitas, contudo, ainda que confirmada pelo(a) companheiro(a), essa inquisição permanente gera ainda mais dúvidas ao invés de lhes devolver a paz. Depois da capitulação, a confissão do companheiro(a) nunca é suficientemente detalhada ou fidedigna e tudo volta à torturante inquisição anterior (Ballone, 2005). O que aparece na con-

dição do Ciúme Patológico é um grande desejo de controle total sobre os sentimentos e comportamentos do companheiro(a). Há também um excesso de preocupações a respeito de relacionamentos anteriores, as quais podem ocorrer como pensamentos repetitivos, imagens intrusivas e ruminatórias intermináveis de fatos passados e seus detalhes.

Muitos são os fatores que levam uma pessoa a ter ciúme de outra além de uma baixa auto-estima. Outro possível fator é quando nós somos os traidores em potencial e hostilizamos os nossos parceiros lhes culpabilizando de coisas que pensamos e sentimos. Neste sentido, julgamos as pessoas quem amamos e muitas vezes acabamos condenando-as por falhas que realmente não reconhecemos como idênticas às do nosso próprio comportamento. Se for este o caso, pensemos juntos: Será que não é você, e não o(a) teu(tua) parceiro(a) que anda com desejo de trair o vínculo de exclusividade do relacionamento de vocês? Será que não é unicamente você que estaria se sentindo atraído por outro alguém e ainda que inconscientemente você estaria atribuindo isso a(o) teu parceiro(a)? Será que, dentro do relacionamento que vocês desenvolvem, você não seria a única pessoa a estar em dúvidas a respeito do que sente? Será que você está sentindo ciúme porque na verdade é exclusivamente você que não consegue estar inteiro na relação? Afinal, como acreditar na inteireza do outro se nem você consegue oferecer isso a si mesmo? Se, mesmo que inconscientemente, você não estiver 100% com seu(sua) parceiro(a), corre o risco de acabar achando que é ele(a) que não está conectado(a) com você.

Acompanhemos abaixo o caso de uma mulher de 58 anos vitimizada por um caso de ciúme relacionado pela sua baixa auto-estima:

“Sempre foi muito ciumenta, e vou contar como o ciúme esteve presente na minha vida e como poucas, se não nenhuma das vezes, consegui resolver os meus problemas. Começava o ano letivo e nós, alunas da segunda série do antigo “ginásio”, tínhamos um novo professor de Ciências, o Sr. João Paulo que não conhecíamos, pois ele dava aulas no período noturno. Durante aquele ano ele foi sério, rigoroso e chato. Era chamada oral toda aula sobre toda a matéria dada. Como eu era a primeira aluna da classe, não tive problemas com ele e nem com a matéria dele. Passaram-se vários anos e eu já estava na faculdade, cursando o 2º ano de Direito. Não trabalhava, só estudava e não tinha planos para trabalhar logo. O meu dentista conversando comigo certo dia, perguntou-me se não queria trabalhar na escola que estava sendo implantada no bairro onde eu morava. Ele, inclusive, disse-me que o diretor da escola eu deveria conhecer, pois ele dera aulas na escola onde eu estudara. Tratava-se do professor João Paulo de quem eu fora aluna. Fui ver



a proposta de trabalho, pois o horário era compatível com a faculdade e encontrei-me com o diretor. Ele me reconheceu no ato e eu encontrei um homem já maduro, careca e com o que restava dos cabelos já grisalhos. Achei-o muito envelhecido, bem diferente da imagem que guardava do meu professor. Eu era ainda bastante jovem e aparentava ainda menos idade do que realmente tinha. Na ocasião eu tinha um namorado um pouco mais jovem do que eu. Comecei a trabalhar na escola e tive ali algumas regalias por conta do diretor. Uns dois anos depois o meu namoro acabou e eu fiquei sozinha. O meu diretor era casado e tinha quatro filhas. O seu casamento era muito tumultuado e as brigas em casa até refletiam no trabalho. Após alguns anos de convivência começou a acontecer alguma coisa entre nós. Quando percebi já estávamos tendo um caso e bastante complicado por sinal. Eu era muito jovem e inexperiente e lidar com aquilo tudo me deixava muito transtornada. Eu fiquei apaixonadíssima por ele e com a paixão veio o ciúme. Eu sentia ciúme de tudo o que o rodeava: do seu casamento, da sua mulher, das filhas, dos amigos, de quem ficasse perto dele. Ele saía com outras mulheres, esnobava-me, mentia na cara dura e eu vivia correndo atrás dele. Foram anos terríveis onde rolou cartas anônimas, telefonemas maldosos, todo tipo de interferência na vida dele, por conta de meu ciúme. Cheguei até mesmo a freqüentar umbanda e fazer trabalho para ele e pra mulher dele. Aquilo me envolveu de tal forma que entre brigas, idas e vindas, transcorreram quase 10 anos. Não sei como o caso durou tanto. Parece que quanto mais ele me maltratava, mais eu ficava atrás dele. Ele acabou se separando da mulher e foi morar com a mãe, mas o meu ciúme não acabou apenas mudou de endereço. Fui fazer terapia e ele ria da minha análise. A minha psicóloga dizia que ele era muito louco, que precisava de terapia também, mas a história estava por acabar. Certo dia, passei no seu consultório, pois o professor também era dentista e o peguei para sairmos. Nós freqüentávamos um hotelzinho próximo a casa dele. Fomos para lá. Era época de Natal. Ele me disse que iria viajar com uma pessoa amiga dele. Quando soube que era uma “amiga” dele, soltei todos os cachorros numa crise de ciúme alucinante. Ele apenas falou que tinha saído comigo para tudo, menos para brigar. Pegou as suas coisas, abriu a porta do quarto e foi embora. Eu fiquei sozinha e perplexa, pois não imaginava que ele tomaria essa atitude. Percebi o ridículo da situação e procurei me acalmar. Peguei minhas coisas e saí logo em seguida. Ele já havia pagado o hotel e fui direto para o estacionamento, pois eu estava de carro. Ele foi embora a pé. Passei próxima a casa dele e ele estava já quase chegando em casa. Parei o carro e abri a porta. Ele apenas falou que nós conversaríamos uma outra hora. Depois desse dia, eu tentei falar com ele, mas não consegui. O relacionamento entre

nós acabou por aí. Uns meses depois arranjei outro namorado e fui viver outra história”.

Como vimos nessa história os comportamentos ciumentos envolvem tentativas de metas dirigidas para influenciar a si mesmo, o parceiro e a própria situação com o fito de preservar o relacionamento, reduzir as incertezas ou restaurar a auto-estima (Buunk & Bringle, 1987; Guerrero & Afifi, 1999; Guerrero *et al.*, 1995; Parker, Low, Walker & Gamm, 2005). Dessa forma as pessoas ciumentas, ao sentirem que a afeição e a atenção estão sendo dados a uma terceira parte, quando esta deveria estar sendo oferecido para ela começam a fazer toda a sorte de coisas para chamar a atenção do(a) parceiro(a) e granjear sua simpatia novamente. Logicamente, em muitos casos, não é a realidade o que se conta, mas o que se percebe, ao menos na visão e de acordo com os referenciais do(a) ciumento(a) ou da pessoa com rebaixamento na sua auto-estima.

Então, pessoas terão oscilação de ciúme em alguns momentos da vida delas. Como o ciúme tem sido definido como uma reação que visa proteger um relacionamento valorizado e que se aperceba ameaçado (Clanton, 1981), algumas pessoas podem se sentir mais ameaçadas do que outras (por exemplo, de acordo com o seu nível de auto-estima).

Logo, o ciúme existe em função da possibilidade do rompimento de uma relação, sendo que a maior ameaça se configura pela infidelidade, uma vez que a estabilidade dos relacionamentos amorosos tende a estar embasada no vínculo da exclusividade afetivo-sexual entre os parceiros.

Considerando todo o dinamismo do ser humano, o ciúme, portanto, não pode ser considerado como um fenômeno estanque, cristalizado, em termos de um esquema imutável, uma vez que o indivíduo está constantemente em evolução e vive um mundo em contínua mudança, aberto a constantes reformulações, a partir da vivência de situações interpessoais em que afetos e cognições associadas a este esquema forem ativados (Rodrigues, 2005).

Quais os tipos de rivais que se têm mais medo?

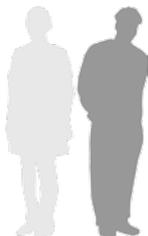
Sempre nos referimos ao ciúme como o medo da perda em relação aos nossos relacionamentos afetivos valorizados. Mas quais os tipos de rivais que temos mais medo? Para isso alguns pesquisadores conduziram uma série de pesquisas para tentar determinar, ou ao menos delinear qual era o tipo de rival mais típico para cada sexo e os porquês disso.



No estudo de Buunk & Dijkstra (2005), por exemplo, os autores sugerem que as mulheres tendem a ser muito ciumentas de outras que tenham cinturas esbeltas do que elas. Isto é lógico porque os homens, preferencialmente, escolhem para namorar e se casar, geralmente com as mulheres com cinturas esbeltas, quando o fator beleza física é o fator preponderante na seleção dos parceiros. Contudo, ainda no que diz respeito a este estudo e o que é surpreendente é o achado deles que os homens têm ciúmes de outros homens com corpos esbeltos (ou seja, com ombros estreitos e quadris curtos) do que eles. Aparentemente, homens esbeltos são percebidos como socialmente mais dominantes e atraentes, ainda que os homens não assumam esta sua preocupação. Em outras palavras, em relação às mulheres, homens têm ciúmes do que reconhecem enquanto critérios de dominância social que para critérios para o domínio físico.

Alguns autores como Clanton & Smith (1998), White (1980 e 1981b), elencam possíveis preditores para o ciúme, tais como diferenças na desejabilidade entre os parceiros (podem deixar em estado de alerta para uma possível infidelidade do(a) parceiro(a)). Isto é, se alguém se sente inferior ao parceiro num relacionamento amoroso isto pode ser responsável pela hipervigilância em relação aquele considerado mais desejável. Walster, Traupmann & Walster (1978) e Walster, Walster & Berscheid (1978) atribuem isto às características do próprio parceiro no sentido quem é mais desejável em um casal é na verdade o mais propenso a se desgarrar, o que em parte justificaria o ciúme do outro parceiro. Clanton & Smith, 1998; Tooby & Cosmides, 1990; White, 1980; 1981b), são também concordes com esta idéia da diferença da desejabilidade como um dos possíveis preditores para o ciúme, isto é, se alguém se sente inferior ao parceiro num relacionamento amoroso isso pode ser responsável pela sua hipervigilância em relação ao parceiro considerado mais desejável. Buss (2000), Waster, Traupmann & Walster (1978) e Walster, Walster & Berscheid (1978) argumentam que o parceiro mais desejável do casal é na verdade o mais propenso a se desgarrar, o que em parte justificaria o ciúme do outro parceiro. No estudo que eu conduzi “Ciúme romântico e infidelidade amorosa entre paulistanos: Incidências e relações” não encontrei nenhuma associação significativa entre as avaliações físicas, ou mesmo as avaliações psicológicas que as pessoas se atribuíam, ou ainda, entre aquelas que elas atribuíam aos seus parceiros e os índices de infidelidade ou mesmo de ciúme, com isso, nada se podê concluir com relação àqueles que se auto-atribuem notas superiores ou inferiores (físicas ou psicológicas) em relação aos parceiros em relação ao ciúme, ou mesmo no que diz respeito à infidelidade (Almeida, 2007), ao menos em meu estudo.

Capítulo IV



Teorias a respeito do ciúme

*“Os ciumentos sempre olham para tudo com óculos de aumento, os
quais engrandecem as coisas pequenas, agigantam os anões,
e fazem com que as suspeitas pareçam verdades”*

(Cervantes)



O estudo científico do ciúme.

Apesar das técnicas de amostragem probabilística terem sido desenvolvidas e incorporadas aos inquéritos populacionais desde as décadas de 30 e 40 do século XX, até a década de 70, acreditava-se ser impossível adotá-las em pesquisas cujo enfoque era a sexualidade, ou mesmo para a investigação de fenômenos como os sentimentos e as emoções dadas sua subjetividade, bem como pelo caráter íntimo e privado das respostas que ocasionaria um alto percentual de recusas. De fato, depois da publicação dos trabalhos de Masters e Johnson (1966; 1970), a respeito da sexualidade humana é que se iniciou, ainda que embrionariamente, o enfoque do amor e do ciúme enquanto fenômenos científicos. E, então, o autor Zick Rubin criará uma escala que tentará mensurar psicometricamente o fenômeno amoroso (Rubin, 1970).

Por meio de suas pesquisas (*e.g.* Rubin, 1973), não apenas foi demonstrado que conceitos tão intimamente atrelados como o gostar e o amar podiam ser independentes, diferindo em sua essência e intensidade de afeto, e não como partes de um único contínuo anteriormente assim entendida, bem como, a partir dos anos 80, inúmeros estudos foram realizados, utilizando amostras probabilísticas, instrumentos psicométricos, comprovando a viabilidade das pesquisas que tematizassem o amor, o ciúme e seus desdobramentos para os relacionamentos interpessoais. E dessa forma, até o início da década de 80, o ciúme romântico era tratado pela literatura psicológica propriamente dita limitando-se a aspectos conceituais ou mesmo teóricos (White, 1981 b). Nesta época, raros eram os estudos conduzidos empiricamente e que se baseavam em observações clínicas e transculturais (Mathes & Severa, 1981). Com o passar do tempo, cada autor, passará a pensar o ciúme como um modelo teórico na tentativa de representá-lo de acordo com o seu próprio conjunto de idéias.

Segundo Mathes (1992) a década de 70, e particularmente o ano de 1977 foi muito profícuo para o estudo científico do ciúme nos Estados Unidos. Os pioneiros do seu estudo científico foram Eugene Mathes e Robert Bringle e colaboradores da *Midwestern Psychological Association* e da *American Psychological Association*. Ainda em 1977, foi realizado o primeiro simpósio a respeito do ciúme organizado por Harold Sigall intitulado Ciúme Sexual, em que se destacaram os estudos de Jeff Bryson, Raph Hupka e Gregory White (Ramos, 2000). Outro fato importante ocorrido em 1977 foi a publicação do livro *Jealousy* por Gordon Clanton e Lynn Smith, que é uma compilação de artigos a respeito do ciúme escrito por renomados cientistas sociais como Margaret Mead, Kingsley Davis e Albert Ellis, e outros teóricos.

Então, houve e haverá autores que criarão instrumentos na forma de questionários que tentarão captar o fenômeno subjetivo do ciúme na tentativa de mensurá-lo e analisá-lo cientificamente. Estes instrumentos elaborados para medir o ciúme refletem as concepções teóricas que os fundamentam.

O problema da conceituação do ciúme.

Na concepção adotada por este livro acredito que o ciúme não seja uma concepção dicotômica, isto é, que as diferentes pessoas sejam, ou não sejam ciumentas, como dizem alguns. Contudo, sou concorde à existência de vários graus de ciúme e me baseio para confeccionar este livro na estrutura pensada do autor André Luiz Moraes Ramos, um grande estudioso desta temática, que caracteriza o ciúme em cinco níveis crescentes, a saber: ínfimo, leve, moderado, intenso e excessivo. Outros autores consideram que o ciúme pode ter nuances que vão da normalidade ao delírio.

Segundo Gruspun (1995) é muito difícil conceituar o ciúme, porque para este autor tal sentimento se originaria através de combinações múltiplas de emoções, tais como: inveja, raiva, ódio, pena, autocomiseração, vingança, tristeza, mortificação, culpa, vaidade, inferioridade, orgulho, medo e ansiedade.

Segundo Stendhal (1999) o ciúme (leia-se: o romântico), é o maior de todos os males. Seja ou não verdadeira esta afirmação, a experiência do ciúme é comum nos relacionamentos amorosos (Almeida, 2003; Amélio, 1999; Amélio & Martinez, 2005; Clanton, 1998; Melamed, 1991; Pines & Aronson, 1983) e segundo Amélio (2001; 2005) o ciúme serviria para fortalecer, aliado a outros fatores, a estabilidade de um relacionamento amoroso. Ainda, segundo Amélio (1999) uma completa ausência de ciúme é danosa para um relacionamento amoroso por talvez implicar numa baixa adesão de pelo menos uma das partes envolvidas. Fischer (2006), dentre outros é concorde a esta idéia e acredita que o ciúme pode estimular uma pessoa a acalmar o parceiro desconfiado com declarações de fidelidade e ligação, contribuindo para a durabilidade do relacionamento.

Ao se tratar do ciúme, primeiramente, quer se fazer referência a um complexo de emoções provocado pela percepção de uma ameaça a um relacionamento diádico e exclusivo (Daly & Wilson, 1983). Tal caracterização leva em conta a existência de diferentes tipos de ciúme (Bingle, 1991; Bingle & Buunk, 1991) e que ele pode surgir nos mais diversos contextos interpessoais (Bingle, Roach, Andler & Evenbeck, 1979), embora sejam comumente associados com os relacionamentos amorosos, cujo presente livro visa discorrer.



Uma das definições mais aceitas para o entendimento desse tema é a de que ele é um “complexo de pensamentos, sentimentos e ações que se seguem às ameaças para a existência ou a qualidade de um relacionamento, enquanto estas ameaças são geradas pela percepção de uma real ou potencial atração entre um parceiro e um (talvez imaginário) rival” (White, 1981c, p.129).

O ciúme então seria um conjunto de emoções desencadeadas por sentimentos de alguma ameaça à estabilidade ou qualidade de um relacionamento íntimo valorizado. As definições de ciúme são muitas, todavia, tendo em comum três elementos:

- 1) ser uma reação frente a uma ameaça percebida;
- 2) haver um rival real ou imaginário e;
- 3) a reação visa eliminar, ou ainda, diminuir os riscos da perda do objeto amado.

Ciúme e carência afetiva.

Analisemos um caso concreto de ciúme romântico trazido ao meu consultório que ilustrará a participação desses três elementos acima. Ele será narrado por uma paciente Manuela de 59 anos, católica e casada. Manuela constitui-se um caso *sui generis* de ciúme dado o histórico dela e os desdobramentos que a sua história tomou. Ela, como muitas outras pessoas foram vítimas de um casamento arranjado no qual os pais e parentes provavelmente mais se beneficiaram da aliança advinda com a relação do que muitos dos noivos.

Lembro-me do primeiro dia em que a paciente me procurou e me disse: “fiz uma amizade que se transformou em amor” (sic) e logo vi que o caso seria muito mais interessante do que parecia ser. Então, a paciente começa a me explicar que ela conheceu um amigo colombiano, que já havia sido casado, mas atualmente estava separado e que ela acreditava ser homossexual, mas que despertava nela a feminilidade que o próprio marido não lhe despertava. E isso porque ela há 26 anos estava sem se relacionar sexualmente com o atual marido, e se satisfazia sexualmente apenas se masturbando.

Dos maus tratos e do desprezo do marido paulatinamente a mesma situação parece que se repetia com o paquera. É claro que tudo foi gradual. Primeiramente, quando se conheceram ele foi gentil até a leva-la para a casa dele e a transforma-la na própria secretária do lar pessoal dele. Em minha paciente este colombiano tinha uma amiga fiel, uma lavadeira, uma passadeira, uma cozinheira, alguém para lhe emprestar dinheiro, e a iludia com promessas

sexuais que nunca iria cumprir por anos afora. A própria paciente conta:

“Em um dia fomos a um curso juntos, de duração de uma semana. Eu faltei numa segunda e neste dia ele ficou arrastando asa para uma fulana de nome Jurema que se dizia terapeuta de sei lá o quê. Ele ficou encantado por ela. Na terça-feira ele queria que eu fosse como de costume, mas ficou me maltratando dizendo que eu estava mal vestida e que nada em mim estava combinando e que eu iria fazê-lo chegar atrasado ao curso. Mas, depois que eu conheci a tal fulana é que eu entendi qual era a pressa dele e que ele queria mostrar para ela que ele era pontual. Para mim ele estava louquinho para vê-la de novo. Quando chegamos lá ele teve a coragem de me apresentar para ela como a secretária dele, mas ela que não era tonta, entendeu a mentira dele. Ela era uma mulher separada e estava de olho nele. Na terça era aula de hipnose, quem estava ministrando o curso iria mexer com os nossos sentidos, mas de qualquer forma, e vi que a coisa iria feder (e ele também)... Dois dias depois, a tal da terapeuta começou a me provocar dizendo que eu tinha que me arrumar melhor dizendo que o meu cabelo estava feio, sem corte, e que eu tinha que pintar as minhas unhas. Eu disse que eu não tinha que mudar nada em mim e que me sentia muito bem como era. Daí, ela veio com aquelas psicologias baratas dela dizendo que eu era como uma ostra fechada e que eu precisaria de um trabalho de impostação de mãos. Eu disse para ela que desenvolvia um trabalho na igreja com as crianças e me sentia muito bem no que eu fazia. Daí ela disse que eu tinha que ir para a mesa branca. E eu retruquei que tinha que fazer o que eu achasse melhor. Ela então se enfezou e me disse que se eu fosse cliente dela ela já tinha me mandado embora. Naquela noite aquela mulher pareceu ter sido tirada do sério mesmo. Naquele momento parecia que eu lhe representava uma ameaça, mas ela não deixou por menos, na sexta-feira, ela esperou eu me distrair com o palestrante de reike e deu um belo de um abraço no colombiano e ele gostou. E eu fiquei puta da vida. Ele nem me falou que eles já tinham trocado telefone, mas parece que já tinham feito há tempos, porque na semana seguinte ela estava na casa dele levando o certificado que ele não tinha pegado. O que mais me chateava é que o colombiano não fazia nada, não tinha reação. Ele só dizia com a maior cara de pau: você é a minha gatinha, é você que é a minha belíssima” (sic).

Esta é uma das muitas das histórias relatadas pela paciente das inúmeras situações das quais teria ela sido ludibriada pelo paquera. Com o passar das sessões eu questionava a paciente porque embora ela acreditasse que o paquera era homossexual e provavelmente não tinha quaisquer esperanças em ficarem juntos, porque ela sentiria ciúme do mesmo. Ao que a paciente



me respondia: “Me interessava que a gente tinha uma química boa, não precisa nem rolar penetração. Me sinto dona dele porque eu to há muito tempo com ele” (sic).

Percebi que para resolver aquele caso, bem como muitos que se encontrassem em situação similar bastaria identificar a situação de abandono e falta de reforçadores como a que aquela paciente estava submetida e reinserí-la em um contexto social mais enriquecido com novos estímulos: amigos e talvez amores e provavelmente aquele amor seria posto à prova, senão desapareceria por completo e foi o que houve.

A paciente conseguiu se desvencilhar daquele que outrora lhe consumia abundantemente o tempo, os recursos financeiros e que a indispunha, muitas vezes contra a própria família. Assim, observamos por esta ilustração que o ciúme também pode estar relacionado com a carência (afetiva ou sexual) e que pode predispor uma pessoa a comportamentos de zelo para com outra, ainda em uma situação não correspondida, como foi este caso. Alguns poderiam até pensar: ‘mas afinal, sentir ciúme do que nunca se teve? Do que ela sentia ciúme então?’. Parcos eram os referenciais dessa senhora em questão e uma amizade como esta trouxe um dinamismo diferente para sua vida que ela não tinha há muito tempo: eles vez por outra passeavam juntos, dividiam suas alegrias e tristezas, e tinham até algum tipo de contato sexual que a satisfazia.

Per se, isso era bem mais do que ela encontrava na casa dela com o marido. Analogamente, podemos comparar esta situação a do jogo patológico. Por que as pessoas se viciam em jogos de azar no qual a relação custo-benefício parece mais desfavorável que o inverso? Provavelmente, um dos fatores que motivam tais pessoas a aumentarem a freqüência em jogos desse tipo não sejam as perdas (dinheiro, respeito dos familiares, dentre outras), mas, certamente, porque vez por outra ganham algo (dinheiro, um aparente reconhecimento de seus pares de jogos, sensações relacionadas a descargas de adrenalina, dentre outros). Ora, esta senhora não pedia muito para ser feliz, ela somente precisava de um pouco de motivação para se sentir viva. E a partir do momento que eu a reposiciono perante sua própria vida e lhe encaminho para um leque de opções bem maior do que ela acreditava ter, ela redimensiona tal ciúme, porque retira o próprio investimento para com esta relação que mais a prejudicava do que a favorecia. É preciso atentarmos para não permitir que o outro não invada a nossa solidão sem nos fazer companhia, que pode ser inferida como a moral desse caso.

Ciúme, confiança primordial e sinceridade nos relacionamentos amorosos.

Como vimos, cada pessoa sente o ciúme de um modo idiossincrático, e o manifesta de uma forma peculiar, assim, cada qual o vivencia do seu próprio jeito. Contudo, em sua origem há sempre um sentimento de alguém se sentindo inferiorizado, desprezado, desonrado, minimizado, excluído por outro alguém (Silva, 2005). E se diversificada é a gênese do ciúme, mais diversificada ainda serão as estratégias de enfrentamento para as pessoas que quiserem lidar com este monstro de olhos verdes denominado de ciúme.

Em cada encontro amoroso que temos visando um relacionamento profundo e duradouro de entrega e dedicação, seja este um relacionamento amoroso ou mesmo uma amizade, podemos reconstituir o que Hillman (1981) chamou de confiança primordial remetendo-se a imagem arquetípica do Éden bíblico. Isso quer dizer que nessas oportunidades o que visamos é *a priori* a estabilidade, a segurança, o conforto que nos são garantidos pelo parceiro. Esperamos ser compreendidos pelos parceiros, como se a pessoa fosse uma extensão de nosso próprio ser. Acima de tudo o que se aspira é que o outro seja incapaz de nos trazer e lesar esta confiança que depositamos neste compromisso amoroso.

Se falarmos de ciúme e do compromisso que se espera, implícito ou explícito, à exclusividade da parceria diádica está se falando em sinceridade. É interessante observarmos que etimologicamente a palavra sinceridade deriva de sincero que se originou do latim *sincerus* (que significa puro, sem mistura). Existe até uma pequenina história para ilustrar o quão significativa é esta palavra. Conta a História que os povos romanos, dentre outros, eram sábios artesãos que eram muito prendados na manufatura de vasos da mais pura cera de abelhas. Contavam as pessoas dessa época que esta cera era tão pura e perfeita que estes vasos, depois de confeccionados se tornavam transparentes permitindo que fossem guardados objetos em seu interior e posteriormente identificados através de suas paredes. Assim, o romano vaidoso ao terminar o seu trabalho dizia a si mesmo: “Veja como é lindo, parece até que não tem cera. Em outras palavras, do antigo latim: “*Sine cera*”, isto é, sem cera, evidenciando dessa maneira a qualidade do vaso que deixava ver através de suas paredes.

E dos antigos construtores de vasos romanos, este vocábulo passou a ter um significado amplamente conhecido para todas as outras pessoas do mundo. Afinal, quem não quer em seus relacionamentos falar com uma pessoa sincera, que a exemplo destes vasos seja transparente e que não oculte suas reais intenções? E assim, nos relacionamentos amorosos é esperado também que a pessoa sincera, à semelhança do transparente vaso romano, não use disfarces



que dissimulem os sentimentos do seu coração para seus amados. Acontece que somente amar em situações onde se evidencie segurança, como se fossem capazes de identificá-la a princípio, em que não se possa, ou que se haja um risco mínimo de ser traído ou ferido e em que se exigem garantias para todo o sempre significaria, aos moldes do pensamento de Hillman (1981), é estar alienado da vida real.

De acordo com Regino *et al* (2005) o outro sempre nos trairia de alguma forma porque, ao contrário do que pensamos, ele não é uma extensão do nosso ser, mas sim por ser uma outra pessoa, muitas vezes diferente daquilo que gostaríamos que fosse. Conseqüentemente, ambos ficarão frustrados, pois, a expectativa de que o parceiro venha a suprir as experiências afetivas que cada um viveu ou fantasiou ter vivido, será sempre maior do que o(a) parceiro(a) pode realmente contribuir ao relacionamento. “A rotina dos fracassos sentimentais faz com que os homens percam a confiança nas relações e deixem de acreditar nas mulheres” (Matarazzo, 2001, p. 33). E a mesma situação se dá para as mulheres em relação aos homens. Assim, Regino *et al* (2005) continuam a dizer que também colaboramos para esta dinâmica ativa de frustrações porque enquanto não estamos correspondendo às expectativas dos outros estamos sendo traídos e traidores. “No fundo, nós apenas desejamos ser aceitos do jeito que somos e afrouxar as nossas defesas” (Matarazzo, 2001, p. 36). Assim, o melhor mesmo seria não ir para um relacionamento amoroso com tão altas expectativas nesta confiança primordial como a entendida por Hillman (1981) por mais difícil que isso nos possa parecer. Solomon (1992) ainda será ainda mais categórico e afirmará que as pessoas estão à espera de um milagre e verdadeiramente é o que esperam que lhes aconteça.

Afinal, por que eu fui traído(a)?

Costumo sempre dizer aos meus pacientes quando descobrem que foram traídos e que me questionam o porquê aquilo aconteceu eu lhes digo: “não sei!”.

Não podemos pensar que a falta de amor é o maior fator que justifique uma infidelidade. Minha mãe sempre me dizia que o amor demais ainda era pouco em qualquer que fosse a situação. Sempre vi esta frase com muita restrição. Ainda mais para uma pessoa tão ciumenta quanto minha própria progenitora, que muitas vezes chegava a confundir esses dois fenômenos. Em alguns casos, não é a falta de amor que justifica a infidelidade, mas seu excesso. Cada caso deve ser analisado com parcimônia. Então, como diriam os

povos orientais o melhor encaminhamento é centrarmo-nos no meio, onde se encontra a força das virtudes.

Na busca de não se sentirem tão vulneráveis diante dos parceiros, algumas pessoas procuram outras pessoas como uma fonte de afirmação do valor. Sinceramente, até hoje eu já ouvi muitos fatores que as pessoas me arrolam tanto de traídos quanto de traidores pelos quais as pessoas se engajam em comportamentos relacionados à infidelidade. Alguns me pareciam uma racionalização, ou seja, uma construção intelectualmente convincente que elas tentam argumentar para si mesmas e para as outras pessoas numa tentativa de justificarem seus próprios atos. Outras já chegaram a me dizer que traíram por vingança, para chamarem a atenção de seus parceiros que por qualquer motivo não lhes dava a atenção devida de outra forma menos chamativa.

De fato, não há um único porque para explicar a infidelidade. Pode-se dizer que muitos fatores cooperam para tecer o panorama da infidelidade, mas acredito que não falte nada aos parceiros traídos, mas sim para aqueles que traem os próprios parceiros. Explico-me melhor. Procuo que meus pacientes vitimizados pela infidelidade procurem entender que por mais que fossem ricos, magros, altos, etc. o outro ser humano que lhes foi infiel sempre iria querer mais e ainda teria a probabilidade de fazer o que fez. Em alguns casos isso ajuda a mitigar a dor da vaidade ferida, mas em geral as pessoas ficam cultivando idéias como: “mas o que é que os outros vão pensar?”, que acabam tomando mais vagaroso a elaboração desta ferida. E isso se refere ao que os autores nos dizem: “convém lembrar que há um acúmulo de sofrimento vindo do peso social colocado sobre a fidelidade como prova de amor” (Regino et al, 2005, p. 80).

É claro que algumas coisas no comportamento de cada pessoa favorecem que os parceiros se desgarrem do relacionamento amoroso valorizado. Quando somos traídos a vida nos dá um espectro de escolhas para vivenciarmos este sentimento. O autor Hillman (1981) ainda vai chamar à atenção para os perigos que se sucedem à infidelidade. O mais comum é a retaliação. A busca da vingança, quando na situação de traído, permite em alguns casos a descarga emocional. Muitas vezes é difícil elaborar a dor de ser rejeitado(a). Se os homens geralmente têm medo da infidelidade, sobretudo da sexual, as mulheres similarmente têm medo de serem abandonadas emocionalmente e financeiramente (Buss, 2000). Dessa forma, ao menor sinal de degeneração do próprio relacionamento as mulheres procuram tomar medidas para superarem os obstáculos que elas identificam. Segundo Fischer (2006) as mulheres têm uma maior probabilidade do que os homens de fazer vista grossa para os casinhos de seu parceiro com sua rival. Este mecanismo segundo a psicologia



é chamado de negação e tem a função de diminuir a ansiedade sentida pela pessoa. Contudo, se uma mulher passa a perceber que o parceiro está se vinculando profundamente e emocionalmente com outra mulher, ou ainda, observa que ele está desviando recursos de tempo e dinheiro que poderia estar aplicando para si e para seus filhos, ela pode tornar-se extremamente ciumenta.

O Ciúme situacional e o Ciúme disposicional

De acordo com a sua ocorrência, podemos classificar o ciúme enquanto situacional ou disposicional, e a partir desta classificação, teremos os ciumentos situacionais e os disposicionais.

Para que compreendamos a diferença entre os estes dois tipos, o ciúme disposicional é aquele que para diferentes situações, o grau de ciúme permanece inalterado e se varia, não varia de modo significativo. Em contraposição, o ciúme situacional é aquele em que o grau de ciúme varia, para a mesma pessoa, quando exposta às situações diferentes.

Para ilustrar, estes dois tipos de ciúmes, algumas pessoas poderiam reagir mais energicamente a uma abordagem de uma pessoa que flertasse com o parceiro dela, dependendo de quem a mesma fosse. Supondo que ela fosse mais bonita, mais rica, isso poderia causar maior inquietação em alguns parceiros que estariam participando desta situação (Buunk & Dijkstra, 2004). Contudo, a pessoa pode reagir de uma forma mais amena em relação à aproximação de ex-parceiros em relação aos atuais parceiros porque confia muito no próprio relacionamento. Este é um exemplo prototípico de um caso de ciúme situacional. Outras pessoas podem se sentir indiferentes ao fato que o parceiro por motivos laborais, está compelido a trabalhar em um local nas condições citadas e isto independe da vontade de cada membro do casal. Contudo, estas mesmas pessoas não se sentem também ameaçadas em outras situações, por exemplo, quando o(a) parceiro(a) diz que recebeu um flerte de um desconhecido. Este seria uma ilustração de um caso no qual o ciúme disposicional é trazido à baila. Vejamos abaixo a história narrada por uma paciente. Ela, no caso, seria a “nossa ciumenta disposicional” de 39 anos, casada há 15 anos, com um marido de 40 anos que aparentemente está relevando ser uma pessoa com traços de ciúme situacional:

“O ciúme fez parte de minha vida durante muito tempo. Estamos juntos há praticamente 25 anos, pois namoramos durante 10 anos. Digo de minha vida, porque eu sempre fui a ciumenta nessa relação. Meu marido, nesses anos que estamos juntos, pouco demonstrou ser

ciumento. Desde a época do namoro sempre fui muito apaixonada pelo meu marido e como começamos a namorar muito cedo isso tem longa data. Meu marido sempre foi um homem bonito e vaidoso. Está sempre bem vestido, perfumado, etc, e, portanto, sempre chamou e chama até hoje a atenção de outras mulheres, e eu, ao mesmo tempo em que sentia orgulho por ele ser um homem admirado, também sofria pela atenção que despertava em outras mulheres. Tive muitas crises de ciúme, tivemos muitas brigas, mas sempre acabávamos fazendo as pazes.

Ainda na época de namoro, ele tinha uma amiga, uma moça muito bonita, modelo, que era completamente apaixonada por ele. Mas ele não percebia ou não queria perceber essa paixão. Ela dava todos os indícios, indiretas e ele sempre dizendo que ela era uma amiga com problemas, que gostava/precisava conversar com ele, que queria conselhos, etc. Ela freqüentava a casa dele, não gostava de mim e chegou inclusive a me destratar. Eu achava o cúmulo ela chegar à casa dele e se trancar com ele no quarto, porque precisava conversar particularmente com ele e eu lá, esperando, me fazendo de compreensiva, mas remoendo de raiva por dentro. Ela chegou inclusive a dizer que tinha namorado ele antes de mim, mas era mentira. Fazia isso só pra me espezinhar, me deixar brava. Isso durou um tempo e ele sempre negando o interesse dela por ele.

Numa ocasião, encontrei com ela numa estação de trem, estávamos sós e ela não perdeu a oportunidade para me insultar. Eu a cada dia que passava ficava mais enciumada e esse encontro despertou uma raiva tão grande que estava dentro de mim, que não me contive e pulei em cima dela e brigamos. Tapas, puxões de cabelo, etc., machuquei o rosto dela, chegando inclusive a empurrá-la escada abaixo. Precisaram vir os seguranças da estação pra separar a briga e quase acabamos indo parar numa delegacia. Mesmo depois dessa briga ela não desistiu do meu marido. Fiquei sabendo também na época, que ela chegou a ir até a Bahia, num centro espírita/umbanda para encomendar um trabalho pra separar a gente.

Apesar disso tudo, nosso namoro continuava e resolvemos nos casar. Ela não sabia de nossa decisão e quando os convites ficaram prontos, pedi pra uma amiga, dizer a ela que tínhamos brigado e estávamos separados. Ela acreditou e então marcou de se encontrar com meu marido na casa dele, para depois saírem para conversar, porque ela estava com problemas e precisa de ajuda e conselhos.

Nesse dia, eu também marquei de ir a casa dele pra gente começar a distribuir os convites. Arrumei-me toda, da melhor que pude e fui pra lá também. Quando ela chegou, levou um baita susto ao me ver. Ela realmente tinha acreditado que estávamos separados. Aí contei pra ela que estávamos com os convites prontos para o casamento e que fazia questão de pessoalmente entregar um pra ela. Fui mais além e disse



fazer questão que ela fosse a minha madrinha de casamento. Ela ficou completamente desorientada, pois não esperava por nada disso. A família de meu marido me olhava espantada. Eles não acreditavam no que eu estava fazendo. Ela não sabendo que atitude tomar, porque foi pega de surpresa, acabou indo embora, “esquecendo” inclusive que tinha ido até lá, pra conversar com meu marido. No dia do meu casamento, avisei minha família que se ela fosse não queria vê-la sentada na primeira fila da igreja, senão seria capaz de interromper a cerimônia pra bater nela. E ela, realmente tentou sentar na frente do altar, mas minha irmã não permitiu. Ela foi tão cara de pau de ficou pra recepção e chegou inclusive a dançar com meu marido. Uns três anos depois, ela arrumou um otário e se casou, e eu também fui ao seu casamento com meu marido. Ela nos deixou em paz, mas sei que até hoje ela ainda bate as asas pra ele. Se eu me separar dele, com certeza ela reaparece. Esse sentimento de ciúme corroeu minha alma, minha vida, na maior parte de meu casamento. Eu vivi durante anos somente em função desse homem, de minha casa e de meus filhos. Era apaixonadíssima por ele. Mas, o tempo e os problemas, minimizaram esse sentimento. Hoje, já não sei mais se amo este homem ou não. Vivemos uma vida juntos, mas já não tenho mais aquela sensação de estar apaixonada, de sentir ciúme, de posse, etc. Ele já me fez sofrer por vários motivos e isso acabou por me tornar uma pessoa mais fria sentimentalmente, mais racional. O mais engraçado é que agora, estou percebendo, que ele está com ciúme de mim. Tem crises, briga comigo, está desconfiado. Acho até que tem me seguido, achando que eu possa ter outro homem em minha vida. Não sei onde tudo isso vai acabar. Não sei se ainda quero passar o resto de meus dias ao lado desse homem. Não sei qual será nosso futuro, mas sei que não quero mais ser aquela mulher ciumenta de anos atrás”.

Dessa forma, como observado no caso apresentado anteriormente, diferentes motivos percebidos por um(a) parceiro(a) para o envolvimento com um(a) rival real ou em potencial podem diferentemente ameaçar esta pessoa em detrimento daquela e disparar o ciúme (White, 1981). É claro que até certo ponto esta classificação é didática e de forma alguma, é estanque em se tratando de relacionamentos amorosos que enquanto tal são dinâmicos em sua natureza. Dessa forma, com uma determinada pessoa eu poderia ser um ciumento situacional, e com outra um ciumento disposicional, mas o que é comum encontrarmos é que as pessoas manifestem uma tipologia ou outra.

O amor é uma “vacina” contra a infidelidade?

A alta taxa de dissolução matrimonial e mesmo a alta taxa de ruptura em relacionamentos pré-maritais há muito tempo intrigam os pesquisadores que se debruçam sobre a questão do compromisso em relacionamentos.

Segundo o que se costuma pensar o amor, ou o que se concebe como felicidade marital até determinado ponto é capaz de combater a infidelidade em um relacionamento amoroso, e a partir de determinado momento não. Na verdade, estabelecer um relacionamento amoroso com uma outra pessoa não elimina o interesse amoroso ou mesmo sexual por outras pessoas. Embora a pessoa que está se lançando em um relacionamento amoroso com uma determinada pessoa sinta um menor interesse amoroso ou sexual por menos pessoas, isso não a torna imune aos encantos de outras pessoas (Amélia, 2001). Lemos (1994) é mais radical e diz que “o amor, na verdade, não condiciona nada” (Lemos, 1994, p.102), ao se referir que nem sempre a expectativa amorosa de um parceiro corresponde à fidelidade do outro parceiro. Esse fenômeno está relacionado com a incapacidade humana de sentir a atração romântica, geralmente relacionada à paixão, por mais de uma pessoa ao mesmo tempo (Fischer, 2006).

A personagem Violeta da ópera de Giuseppe Verdi, em *La Traviata*, canta: “Vivamos só para o prazer, porque o amor, como as flores, murcha rapidamente”. É mais provável que Violeta esteja se referindo ao fenômeno da paixão do que do amor propriamente dito. Daí, inferimos: se um ou outro acabarem, meu relacionamento pode ser alvo da infidelidade. Isso até pode ser verdade para alguns casos, mas não para muitos outros.

O amor não é um fenômeno caótico. Em outras palavras, não amamos, qualquer pessoa indiscriminadamente. Cada relacionamento amoroso constituído é uma díade que se forma a partir de pessoas que se escolhem por alguns princípios que regem esta seleção de parceiros (Almeida, 2004). Uma vez constituída a díade e mesmo para ela se formar o fator “comprometimento” muitas vezes é levado em consideração e relacionado como um dos principais componentes do amor romântico. Daí, costuma-se pensar, qual é a relação do comprometimento e da infidelidade? Pessoas infiéis são necessariamente menos comprometidas em seus relacionamentos?

Pude verificar em meu estudo “*Ciúme romântico e infidelidade amorosa entre paulistanos: Incidências e relações*” que a idade está associada, ainda que de forma fraca ao fator “comprometimento”, ou seja, pessoas mais velhas tenderiam a estabelecer relacionamentos de forma mais comprometida. Uma possível explicação para isso é que conforme o tempo avança, as pessoas procuram investir mais em relacionamentos amorosos e assumir compromissos afetivos com seus(suas) parceiros(as). Entretanto, não verifiquei quaisquer as-



sociações entre fator e a infidelidade entre os parceiros. Em outras palavras, ao menos em relação a este estudo que conduzi não se pode dizer se parceiros infiéis são menos comprometidos que os demais.

Como freqüentemente costuma-se pensar o comprometimento como um dos fatores mais relacionados ao amor, diversos pesquisadores trabalham para determinar as bases que fundamentam o compromisso para o ser humano. Ao que se sabe até então, diferentes são os fatores que predizem o compromisso para homens e mulheres (Fitzpatrick & Sollie, 1999). Dessa forma, alguns fatores como o nível de satisfação em relacionamentos, níveis de investimento para diferentes parceiros, ou mesmo, alternativas entre o parceiro e um possível rival tornam-se melhores preditores para o compromisso de mulheres do que para homens. Rusbult (1983), por exemplo, encontrou em sua pesquisa que quando encontravam parceiros alternativos disponíveis isto poderia predizer em mulheres, mas não em homens, o compromisso afetivo para com o outro parceiro. Em outras pesquisas, mulheres também exibem indicadores mais de comportamento de compromisso que os homens (Weigel & Ballard-Reisch, 2002).

E quanto tempo é estimada a duração do amor? Recentemente uma equipe de neurocientistas recentemente concluiu que o amor romântico dura entre 12 a 18 meses (Marazziti *et al.*, 1999). É claro que a duração do compromisso do casal formado pode se estender muito além de suas reservas orgânicas de neurotransmissores envolvidos dependendo das características físicas e psicológicas das partes envolvidas.

Ciúmes e ciúmes...

Atualmente, alguns teóricos consideram o ciúme como um sentimento (Albisetti, 1994; Cavalcante, 1997; Clanton & Smith, 1998; Gikovate, 1998 e; Pines & Aronson, 1983) outros como uma emoção negativa (Guerrero & Andersen, 1998; Lazarus, 1993 e Mathes, 1992; Mullen, 1991), ou ainda, uma emoção aversiva (Buunk, 1991 e McIntosh & Tangri, 1989). Há os que o concebem como um complexo de pensamentos, emoções e ações (Clanton, 1998; Ferreira-Santos, 1998; Hupka, 1981; Parrot, 1991; Pfeiffer & Wong, 1989; Rydell, McConnell & Bringle, 2004; Sharpsteen, 1991; White, 1981b, 1984; White & Mullen, 1989 e Zammuner, 1995). Há ainda aqueles que abordam o ciúme do ponto de vista evolutivo e dizem que ele é uma manifestação biológica inata, que tem a função de garantir um provedor para a prole para as mulheres, e a propagação dos genes e conseqüentemente a perpetuação da espécie, sobretudo

do, para os homens (Buss, 1988; Buss, Larsen, Westen, & Semmelroth, 1992; Buss, Larsen & Westen, 1996; Buss, Angleitner, Oubaid & Buss, 1996; Buss, D. M., & Shackelford, 1997; Buss *et al*, 1999; Buss, 2000; Fisher, 1995).

Para vários autores existem vários tipos de ciúme (Sheets & Wolfe, 2001), vários graus de ciúme (Ramos, 1998; 2000), diferentes manifestações de ciúme para homens e mulheres (Bringle & Buunk, 1986; Pines & Friedman, 1998; White & Mullen, 1989) e mais de um tipo de ciúme em relação a uma mesma pessoa amadas (Gikovate, 1998). E ainda se faz a ressalva que as pessoas podem ficar mais ciumentas durante períodos de fracasso ou perda (Pittman, 1994). Podem-se ter ciúmes de objetos, coisas, animais e pessoas, em diferentes intensidades e com relação ao mesmo objeto valorizado de múltiplas maneiras (Almeida, 2005).

No que tange a avaliação do ciúme pela literatura científica (*e.g.* Albi-setti, 1994; Botura, 1996; Buunk, 1991; Cavalcante, 1997; Clanton e Smith, 1977; Gikovate, 1998; Ferreira-Santos, 1998; Lazarus, 1993; Mathes, 1992; McIntosh & Tangri, 1989; Shinyashiki & Dumêt, 2002, dentre outros) e diferentemente para as pessoas, percebe-se que na primeira, há a predominância da conceituação do ciúme enquanto uma relação afetiva negativa frente a uma ameaça ao valorizado relacionamento amoroso. De modo especial, Montreynaud é enfático ao dizer: “o ciúmes não é prova de amor, mas sinal de imaturidade” (Montreynaud, 1994, p. 40). Em contrapartida, para as pessoas comuns, como atestam os estudos de Mullen & Martin (1994), há uma relação estreita entre o amor verdadeiro e o ciúme. Mesmo para outros teóricos tais como Ferreira-Santos, 1998; Leonel, 1993; Mathes, 1991; Pittman, 1994; Salazar, Couto, Gonçalves e Pereira, 1996 e White e Mullen, 1989, há a possibilidade de haver algum aspecto neutro, ou ainda positivo no ciúme, no sentido dele acarretar a aproximação do casal, como uma profícu estratégia de se lidar com uma situação ameaçadora. Entretanto tal visão carece de uma maior fundamentação empírica. Já para o senso comum, e, sobretudo, para a cultura brasileira, percebe-se a manutenção de um ambiente favorável às atitudes ciumentas. Isto é, os parceiros se vêem na obrigação de demonstrar ciúme como prova de amor (Ferreira-Santos, 1998). Ainda, para o Eduardo Ferreira-Santos, existe uma grande confusão entre ciúme e zelo, este sim, um sentimento que comprovaria o amor. Na verdade, pouco se sabe sobre experiências e comportamentos associados ao ciúme na população geral, mas num estudo populacional, todos os entrevistados, responderam positivamente a uma pergunta indicativa de ciúme, embora menos de 10% deles reconheceu que este sentimento acarretava problemas no relacionamento (Mullen, 1994, citado por Ballone, 2005).



Ao se discorrer sobre a temática do ciúme se faz necessário lembrar que para alguns teóricos, como por exemplo, DeSteno & Salovey, 1996 a e b; Harris & Christenfeld, 1996(a e b), em nossa cultura a infidelidade sexual tem diferentes conotações para homens e mulheres. Como o amor geralmente é um pré-requisito para o envolvimento de uma mulher em um relacionamento sexual, isto faz com que se imagine que a infidelidade sexual feminina esteja associada com o envolvimento emocional com outro parceiro (DeSteno & Salovey, 1996 a). Todavia, consoante Sheets e Wolfe (2001) a infidelidade masculina não tem tal implicação porque os homens usualmente praticam sexo sem amor. De todas as características que são pesquisadas no que diz respeito à infidelidade o gênero parece ser o mais consistente dos fatores que a predizem, sendo que o sexo masculino tem a sua primazia estabelecida em relação ao sexo feminino no envolvimento com os comportamentos infiéis (Buss & Shackelford, 1997). E mesmo entre homens que têm casos, em relação às mulheres que também os têm, os homens tipicamente têm um número maior de envoltimentos infiéis do que em relação às mesmas (Lawson, 1988).

Outra dúvida suscitada pela temática abordada é a de que se o ciúme é inato ou aprendido. Discorreremos mais extencivamente a respeito dessa questão no capítulo VI, mas por ora podemos adintar que... Buss *et al.*, 1999; Buunk *et al.*, 1996; Geary, Rumsey, Bow-Thomas, & Hoard, 1995; Wiederman & Kendall, 1999, acham que é inato, embora as manifestações do mesmo sejam aprendidas. Logo, a cultura aqui desempenha um papel fundamental por modelar as diversas representações que o ciúme enquanto um conjunto de comportamentos encobertos pode assumir.

Usualmente o ciúme é pregado fundamentalmente como um sentimento relacionado alteridade, isto é, voltado para o outro e não para si mesmo. É querer o bem do outro, pelo outro e para o outro. Uma visão que se quer apontar é que seja o ciúme inato ou aprendido, benéfico ou danoso aos relacionamentos amorosos, é a de que ele é fundamentalmente egoísta à medida que leva o(a) seu(sua) possuidor(a) a agir e visa com isto tolher os direitos da pessoa a ela vinculada. Isto é, quando o ciúme se manifesta, não se visa proteger o outro, como erroneamente costuma se pensar, e sim se preservar a si mesmo(a) de futuras preocupações que lhe sejam custosas no investimento amoroso realizado. Dessa forma, ao analisarmos mais detalhadamente o ciúme, podemos perceber, sem muita demora que não se trata de um sentimento voltado para o outro, mas sim voltado para si mesmo, para quem o sente, porque é, na verdade, o medo que alguém sente de perder o outro ou sua exclusividade sobre ele. O que mascara esta constatação é o fato

de pensar que o ciúme é exercido em nome do amor e de uma “altruística” preocupação com o bem estar do outro de forma que *per sí* parece autorizar a interferir sobre o destino do(a) parceiro(a). Por conseguinte, muitas vezes, o controle que o ciumento tenta impingir ao seu parceiro vai ‘sufocando’ a vítima do ciúme, que se afasta cada vez mais para se aliviar.

Vejamos um caso que ilustra o quão o ciúme de uma pessoa pode quase levar um time inteiro a perder um jogo. Esta história é relatada anos depois por um delegado de 42 anos, casado atualmente com a mulher que ele vai relatar na história:

“Colocando-me como um homem ciumento, narro aqui em breves palavras, um fato que ocorreu comigo quando ainda namorava minha atual esposa. Sempre gostei muito de futebol tanto que jogar para mim era tudo. E num desses jogos em que achei ser muito importante achei por bem convidar minha namorada para assistir. Ela aceitou e ficou feliz. Quando ela chegou o jogo já estava em andamento e ela se posicionou junto às colegas atrás do meu gol, e lá permaneceu aos gritos de incentivo. Quando percebi que ao lado dela além das meninas havia também um amigo nosso de infância que a todo o momento lhe oferecia uns óculos de sol. Quando olhei novamente para ela vi que já havia aceitado os óculos e o usava. Fiquei tão bravo que abandonei, na mesma hora, esquecendo-me completamente do e do gol e do meu time e dirigi-me a eles e chegando lá, esmurrei meu amigo e arranquei do rosto dela os óculos e o quebrei. Desci, então, imediatamente de volta para o campo e lá chegando tomei cartão amarelo por ter abandonado o campo sem autorização. Lembro-me de termos quase tomado um gol e do juiz ter ficado me xingando por muito tempo por causa do acontecido. Nesse episódio eu tinha 18 anos e ela 15, bem novinhos né!!!!”

Posto as várias controvérsias que cercam o ciúme podemos verificar que algumas pessoas se sentem até lisonjeadas quando são alvos do ciúme de um parceiro em um relacionamento amoroso. Contudo, para outras vale a pena meditar sobre o ditado: “Ainda que seja de cristal, um aquário ainda é uma prisão”, isto é, ainda que o ciúme que sentimos para nós seja completamente normal, outorgamos-nos o direito de cercear a vida e a liberdade dos nossos amados parceiros. Um dos encaminhamentos que eu peço para os meus pacientes na situação de psicoterapia é que meditem a respeito desta frase anteriormente citada e me tragam uma redação fruto de suas reflexões sobre a mesma. Um dos meus pacientes, um jovem heterossexual de 25 anos, em tratamento para tentar se livrar do ciúme excessivo e de outras questões que o incomodavam, na quarta sessão pode me trazer uma meditação profícua



resultado desta atividade. Vamos conferir:

“Mesmo sendo transparente e frágil o aquário é uma prisão. Não é possível ir para qualquer lugar, não é possível sair daquele espaço, enxergando todo o universo ao redor. Nasce então uma sensação de incapacidade, de fraqueza e revolta por ter um mundo inteiro para se conhecer e não poder sair daquele lugar. Mas, talvez isso não seja o pior de tudo, existe ainda a questão da privacidade. Como o aquário é de cristal, possibilita que tudo o que aconteça seja observado por quem quer que seja. Qualquer um pode controlar a sua vida o tempo que quiser, da forma que quiser. Não é possível tomar qualquer atitude sem que haja uma interferência externa”.

Podemos inferir algumas coisas a partir deste fragmento. O paciente tem consciência de que o ciúme é um limitador dos potenciais humanos e que ele amiúde gera ressentimentos da parte a qual se impôs arbitrariamente tais limites. Então, pode-se dizer que o que move o ciumento ou a ciumenta é um desejo de controle total do(a) companheiro(a), todavia, por mais controle que consiga sobre o outro, nunca é o suficiente. E este ciclo de cobranças que se auto-alimentam podem gerar mais cobranças da outra parte expressos verbalmente em dizeres tais como: “se eu faço isso, você também tem de fazer o mesmo”, ou ainda, “você me cobra demais e me dá tão pouco” e por aí vai. Afinal, deslocar um parceiro para um lugar tão protegido e em evidência para si pode ser muito cômodo em curto prazo, mas em longo prazo pode gerar inúmeras insatisfações por parte daqueles que tem sua autonomia restringida. Podemos ainda meditar a respeito do que Albisetti (1998) advoga segundo o qual o ciúme é um sentimento que está dentro do próprio indivíduo, não depende de ninguém a não ser dele mesmo.

Ciúme e sua relação com a violência.

Também, dado o seu polimorfismo, percebe-se que o ciúme exibe as características de cada época, de cada cultura, o que torna difícil diagnosticá-lo como uma doença, por não ter um padrão fixo para se revelar. Todavia, o sofrimento é o que fundamenta e anuncia quando o ciúme deixa de estar no limite da normalidade e avança causando mal-estar, repetindo-se obsessivamente e compulsivamente, até que provavelmente, arruíne a vida das partes envolvidas (Ferreira-Santos, 1998).

Muitos dos que se relacionam amorosamente não pensam nos desdobramentos do amor possível aparecimento do ciúme. Muitas vezes a dor,

acompanhada de um inerente sofrimento para ambas, ou ao menos uma das partes envolvidas, poderiam pensar os etólogos, não invalida suas funções positivas para a sobrevivência. Principalmente, no contexto brasileiro, muitos dos que são objeto de um ciúme, dependendo do grau e de acordo com seus históricos de vida, sentem-se lisonjeados em granjear este tipo de atenção para elas mesmas. Contudo, não devemos deixar escamotear a nossa percepção e deixar passar despercebido o número de caso de violência doméstica, crimes passionais, etc. (Daly & Wilson, 1988; Mullen, 2006). Nesse sentido, a exemplo da personagem Othelo de Shakespeare, podemos dizer que existem muitos casos similares a da história e “Othelo”s na vida real, pois o ciúme lança seus efeitos na vida de muitas pessoas. O ciúme pode tanto levar um casal a uma vida inteira de comprometimento quanto a um homem espancar selvagemmente sua mulher, ou causar muita dor psicológica.

O tema ciúme se mostra de grande importância enquanto área de estudo, já que diferentes estudos o colocam como fator de motivação em casos de homicídios, violência doméstica e outros contextos de agressão física e verbal (Soyka, Naber & Völcker, 1991; Mullen & Martin, 1994; Kingham & Gordon, 2004). Ultimamente, muitos dos conflitos e violência entre homens e mulheres no âmbito dos relacionamentos amorosos têm crescido derivado do ciúme e relacionado à infidelidade (Buss, Larsen, Westen, & Semmelroth, 1992; Daly, Wilson & Weghorst, 1982).

Vejamos a seguinte história da auxiliar de limpeza, de 45 anos, Maria casada com Pedro de 55 anos, vivenciada e narrada por ela mesma:

“Meu marido me deixou no Nordeste e veio para São Paulo atrás de uma aposentadoria. O que foi que ele conseguiu? Uma amante! Daí, eu estava com as minhas crianças em Alagoas, tomando conta delas. E o que foi que eu fiz? Daí, eu fechei a minha porta em Alagoas e briguei com toda a minha família para vir aqui atrás dele. E quando eu cheguei em São Paulo, eu mandei fazer até um pauzinho na serralheria para pegar esta mulher. E eu brigava tanto com o meu marido, que nós dormíamos até em camas separadas. Eu, em uma cama de casal, e ele dormia na beliche, na parte de cima, com medo de ser morto por mim. Eu com uma faca debaixo do travesseiro e nós dormíamos (ou melhor, não dormíamos a noite inteira), um olhando para o outro, de medo de um matar ao outro. Só não consegui pegar a mulher porque ela conseguiu escapar”.

E não nos enganemos: as estatísticas policiais sobre as vítimas do Ciúme Patológico normalmente estão distorcidas, tendo em vista o fato das mulheres raramente darem queixa das agressões que sofrem por esse motivo. Mas, na realidade, segundo estimativas, entre cada dez homicídios cometidos



por ciúme, apenas um ou dois são cometidos por mulheres. Também outro pensamento a favor de que as mulheres têm mais razões reais de ciúme é a idéia de que os homens são notoriamente infiéis. O Ciúme Patológico pode até motivar homicídios, e muitas dessas pessoas sequer chegam aos serviços médicos. Para Palermo *et al* (1997), a maioria dos homicídios seguidos de suicídio são crimes de paixão, ou seja, relacionados a idéias delirantes de ciúme intenso ou excessivo (Palermo et al, 1997). São, geralmente, crimes cometidos por homens (mas, isso não exclui as mulheres do problema) com algum problema psicológico, desde transtornos de personalidade, alcoolismo, drogas, depressão, obsessão, até a franca esquizofrenia.

O criminologista e autor do livro *Amour et Crimes d'Amour (Amor e Crimes Amorosos)*, Etiène De Greeff, considera que quando o ciúme repercute em um relacionamento é impossível compreender o papel da razão e da lógica. Assim, as razões que o ciumento cita em seu discurso para uma traição em potencial podem parecer até bastante coerentes e pautadas na realidade, contudo, muitas vezes, são superficiais e se apóiam em premissas falsas (De Greeff, 1942/1973).

Freqüentemente, que até então era zelo e cuidado, a serviço de valorizar o amor e o vínculo da exclusividade entre os parceiros, acaba sendo expresso como vigilância cerrada e injustificadas punições aos parceiros. O ciumento permanece em um estado de constante vigília, ansioso, estressado e aflito, é intempestivo nas atitudes que toma, prevalecendo freqüentemente atitudes agressivas, acusadoras, desconfiadas, o que causa grandes problemas na evolução da relação. Esse descontrole pode levar os ciumentos a protagonizar cenas ridículas e constrangedoras em público. De uma forma geral, embora se verifique a conservação de convicções desajustadas, é comum a insensibilidade dos ciumentos intensos e excessivos à contradição quando colocados em uma situação de confronto com as crenças que fundamentam seu estado afetivo.

Segundo Cosmides & TooBy (1987, p. 280) se referendando ao trabalho de Daly & Wilson (1982):

“De longe o principal motivo de homicídios de esposas na América do Norte, e com toda a certeza também em todo o mundo. Se incluirmos as disputas entre homens por causa de mulheres, é provável então que o ciúme sexual masculino seja a causa número um de homicídios”.

Tradicionalmente, em casos de ciúme patológico, este é associado com a violência (Coid, citado por Michael, Mirza, Mirza, Babu & Vithayathil,

1995). A literatura reporta até mesmo casos de médicos, vítimas de maridos de mulheres grávidas, estes acometidos pelo ciúme patológico (Pace, 1998). Qualquer relação permeada pelo ciúme pode se caracterizar por violência, e este aspecto se engrandece quando o ciúme é patológico. A violência doméstica comumente é resultado do ciúme, sobretudo quando este é patológico (Kingham & Gordon, 2004).

No Ciúme Patológico, várias emoções são experimentadas, tais como a ansiedade, depressão, raiva, vergonha, insegurança, humilhação, perplexidade, culpa, aumento do desejo sexual e desejo de vingança.

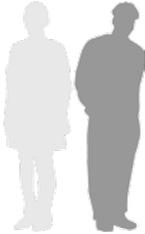
Segundo Guerra (2004), em um levantamento bibliográfico realizado na Universidade Federal de Uberlândia, o qual abordava os temas de violência conjugal e violência intrafamiliar, no Brasil o ciúme desponta como a principal causa aparente da violência. Ainda neste estudo, dos 115.000 processos criminais analisados (todos do ano de 1995), do Tribunal de Justiça de Minas Gerais, 15% destes eram crimes contra a mulher, e na maioria dos casos o réu era o marido ou um parceiro amoroso.

Taquette, Ruzany, Meirelles & Ricardo (2003) apresentaram uma pesquisa cujo objetivo era verificar se o relacionamento afetivo com violência está associado a um maior risco de DST/AIDS em jovens entre 14 e 22 anos. Entre outros resultados, encontraram como aspecto de destaque, o emprego da violência quando há ciúme nas relações afetivas. Ainda destacando a violência, um estudo realizado por Dell (citado por Kingham & Gordon, 2004) aponta que 17% dos casos de homicídios na Inglaterra são devido ao ciúme amoroso.

Há alguma cura para o ciúme por meio de medicação?

E será que existe alguma medicação que se incumba de curar o ciúme? Quem dá a resposta para tal questionamento é o psiquiatra e psicólogo italiano Willy Pasini. O autor nos diz: “eu diria que não devemos ter medo de novos remédios, mas sim dos psiquiatras que os utilizam impropriadamente, em situações estressantes e não patológicas, quando um bom conselho poderia ser suficiente” (Pasini, 2006, p. 33). Mas, o fato é que não há de verdade nenhuma pílula anticíume, uma medicação só deveria mesmo ser utilizada em casos extremos e para ocorrências muito pontuais. O melhor mesmo é procurar a ajuda de uma psicoterapia para elaborar o ciúme, causas e, sobretudo seus efeitos.

Capítulo V



*O ciúme, a infidelidade e a
teoria evolutiva: quando o
biológico precede o cultural.*

*“É perigoso ter muitas mulheres. Quem tem seis, por exemplo, tem
cinco oportunidades de ser passado para trás”*

(Antonio Maria⁷)

⁷ Retirado de um Blog (site <http://antoniomaria.blogspot.com>) em 15 de julho de 2006.



O ciúme a partir de uma perspectiva filogenética.

Quando tratamos da filogenia do ciúme estamos nos referindo da história evolutiva deste comportamento para a espécie humana. Como vimos anteriormente, considerando à parte que as nossas aspirações mais românticas relacionadas ao amor são consideradas para a etologia um mecanismo de manutenção da espécie humana, vamos nesse momento tentarmos entender a gênese do amor e alguns porquês da infidelidade segundo a mesma perspectiva.

Segundo o que nos mostram as pesquisas (Daly, Wilson & Weghorst, 1982; Wilson & Daly, 1992 a e b) a infidelidade é comum em todas as sociedades humanas conhecidas. Segundo Fisher (2006): “fomos constituídos para amar e amar novamente” (Fisher, 2006, p. 193). Dessa forma, isso fez, também, com que homens e mulheres sentissem ciúme de maneiras diferentes porque suas estratégias de preservação da prole diferem significativamente e isso tudo começou com a diferenciação dos gametas em masculinos e femininos. Assim, o ciúme estaria relacionado aos fatores de reprodução e à necessidade de garantia de paternidade (Ramos, 2000).

Para prolongar os efeitos do amor e maximizar a permanência do parceiro e dos seus recursos para o relacionamento, segundo a teoria evolutiva, homens e mulheres desenvolveram diferentes estratégias adaptativas para lidarem com a questão da infidelidade.

Atualmente, as condições de vida são outras diferentes das que eram antigamente, em épocas ancestrais, e assim, as mulheres teoricamente não dependem dos recursos trazidos pelos homens, e conseqüentemente uma mulher quando na condição de mãe solteira, não necessariamente está mais desamparada. Porém, como nossos cérebros são estruturalmente muito semelhantes aos dos nossos ancestrais. Dessa forma, os nossos antepassados mais adaptados, que sobreviveram graças aos mecanismos do amor para uni-los e do ciúme para conservar esta união estrutural, deixaram nos esta importante contribuição em nosso código genético ao longo da evolução da espécie humana. Conseqüentemente, devido a este legado genético, nós ainda de certa forma, responderíamos como que instintivamente a alguns mesmos controles biológicos, sob algumas circunstâncias.

Consoante Ramos e Calegaro (2001), os seres humanos, homens e mulheres, desenvolveram diferentes estratégias para lidar com o problema da sobrevivência e da reprodução. Os homens, para se certificarem de que os filhos gerados em um relacionamento são verdadeiramente seus (o que tem conseqüências substanciais para sua auto-estima), têm o seu ciúme moti-

vado pela suspeita de infidelidade sexual de sua mulher (Mullen & Martin, 1994). Ainda segundo Ramos e Calegaro (2001), as mulheres, diante do temor de que o companheiro possa se envolver emocionalmente com uma rival a ponto de dirigir seus investimentos materiais, afetivos e financeiros para esta pessoa, desenvolveram o ciúme como uma resposta apropriada para a manutenção deste relacionamento. Em outras palavras, em relação aos homens, a mulher ao longo do tempo aprendeu a desenvolver um ciúme mais provocado por eventos emocionais do que sexuais.

Levando-se em consideração que os homens são capazes de inseminar inúmeras parceiras em um curto período de tempo, enquanto as mulheres são capazes gerar muitos poucos descendentes neste mesmo tempo, a maternidade pode ser considerada um dom, uma coisa rara do ponto de vista evolutivo, algo muito valioso, dada à sua relação custo-benefício, sobretudo, naquelas épocas ancestrais (Desteno, Bartlett, Braverman & Salovey, 2002). A idéia implicada aqui é a de *fitness*. *Fitness* refere-se à probabilidade de transmissão bem sucedida de material genético para gerações seguintes e criação dos filhos até, pelo menos, suas maturidades sexuais (Daly & Wilson, 1983; Dawkins, 1976).

Para Vieira citado por Kupstas (1997), nas sociedades monogâmicas, a fidelidade associa-se a honra e a moral, e dessa forma era considerada um instrumento de proteção para a estrutura familiar, talvez até mesmo um imperativo biológico, uma adaptação evolutiva à questão da incerteza da paternidade. E dessa forma, dava-se grande ênfase à fidelidade feminina enquanto a infidelidade masculina era bem aceita.

Uma possível narrativa histórica que remonta essa época é a seguinte: os nossos primeiros ancestrais devem ter sido formas de vida multicelulares que produziam gametas que podiam se combinar com qualquer outro gameta para formar um novo indivíduo. Alguns indivíduos passaram a produzir gametas grandes com citoplasma nutritivo, outros davam origem a células sexuais menores com menos nutrientes, além dos organismos que liberavam apenas gametas bem diminutos que quase não tinha nenhum componente nutritivo. Lançados ao oceano, dois gametas pequenos não conseguiam formar um novo organismo pela falta de nutrientes e duas células sexuais grandes tinham dificuldades de se encontrar devido ao seu relativo alto peso molecular. Assim, a união entre um gameta flexível, livre e com alta mobilidade se unia a um gameta grande rico em nutrientes e o sucesso dessa fertilização originava um organismo mais apto para a sobrevivência nesse meio primitivo. Ao longo de bilhões de anos, os gametas diferenciados se tornaram no que hoje conhecemos como espermatozóides e óvulos, dando



origem ao sexo masculino e feminino e seus conflitos relacionados (Gove, 1989, citado por Fisher, 1995).

A diferença no investimento parental é essencial para se entender as diferentes estratégias de acasalamento que homens e mulheres usam. As mulheres produzem uma quantidade de ovócitos limitada, liberando cerca de um gameta por mês disponível para uma eventual fecundação que, se ocorrer, acarretará em mais esforço por parte da mãe que terá que passar por nove meses de gravidez – “uma forma obrigatória de investimento parental que os homens não podem compartilhar” (Buss, 2000, p. 29). Os homens, por sua vez, produzem espermatozóides continuamente e devido essa ilimitada produção, eles podem fecundar várias fêmeas em intervalos bem menores (em algumas horas, alguns minutos e até em poucos segundos).

Mais raros e nutritivos, os ovócitos são objeto de grande valor para os homens que desejam propagar sua espécie e antes de permitir acesso a eles, as mulheres costumam avaliar bem qual o parceiro mais adequado, ou seja, aquele que vai se manter ao lado dela quando estiver grávida e que vai ajudar na criação do filho depois do nascimento. Segundo pesquisas abrangentes, que incluíam desde habitações costeiras australianas aos zulus da África do Sul, estas revelaram que as qualidades desejadas num homem pelas mulheres são: “ambição, diligência, inteligência, confiabilidade, criatividade, personalidade excitante e senso de humor – características que são um bom augúrio para o sucesso masculino em adquirir recursos e obter status” (Buss, 2000, p. 23). Essa preferência por homens bem sucedidos financeiramente é perfeitamente razoável tendo em vista o enorme esforço parental que as mulheres investem sozinhas para a geração de um bebê; a contribuição do homem estaria justamente no papel de provedor de recursos que facilitem os cuidados com os filhos. Daí, as mulheres serem tão sensíveis a sinais de vínculo emocional de seu parceiro com outra mulher, pois essa ligação afetiva acabaria por desviar recursos, energia, tempo e compromisso para uma rival e seus filhos.

Pelo fato de a fecundação dos mamíferos ser intra-uterina, os machos tiveram que aprender a lidar com o problema da incerteza da paternidade. Uma cultura africana resume esse conflito numa frase sensacional: “*Mama’s baby, papa’s maybe*’ (bebê da mamãe, talvez do papai)” (Buss, 2000, p. 16). Assim, os homens desenvolveram a capacidade de perceber melhor qualquer indício de traição sexual, pois anos de dedicação e altos investimentos em recursos seriam desviados para filhos com conteúdo genético diferente do seu (Buss, 2000).

Ainda, quanto às origens do ciúme, o Buss (2000) explica que apesar

de suas manifestações potencialmente perigosas ele teve um imprescindível valor adaptativo. Em épocas remotas, o ciúme atendia esta função de manutenção do relacionamento estabelecido. Por meio dele, homens ciumentos preservariam, com uma maior probabilidade, seus valiosos investimentos tentando se assegurar que os filhos daquela relação eram de fato seus, garantindo assim a sua linhagem genética. No que diz respeito às mulheres, o ciúme seria um importante fator diferencial que lhes poderia assegurar um mantenedor para si e para sua prole. Segundo este raciocínio, a infidelidade representa o desvio parcial de valiosos recursos. Naturalmente, as funções destes mecanismos eram, e ainda o são, inconscientes para ambos os sexos. E, diferentemente do que se pensa, homens e mulheres são eqüitativamente ciumentos, apenas diferindo, como dito anteriormente, na forma como ele se manifesta para os dois gêneros e naquilo que o dispara com maior eficiência (Buss, 2000; White & Mullen, 1989).

Assim, uma conclusão a que poderíamos chegar é que as mulheres são mais propensas a sentir ciúme emocional e os homens sentem mais fortemente o ciúme sexual, não significando que homens sejam indiferentes à ligação emocional de suas mulheres com outros homens e nem que as mulheres não se sintam perturbadas quando seus parceiros fazem sexo com outras mulheres. Mas, a pesquisa de Buss (2000) teve alguns resultados interessantes: quando ele pediu para que as pessoas descrevessem um episódio específico de ciúme, os homens enumeraram mais aspectos sexuais da infidelidade (vívidas imagens de suas parceiras experimentando diferentes posições sexuais com outros homens) e as mulheres descreveram com freqüência aspectos emocionais da traição (tempo e atenção que ele gasta com outra mulher, o compartilhamento de confidências e brincadeiras bem humoradas). Buss chama esse método de “A escolha de Sofia”, uma referência ao livro e ao filme no qual a personagem principal tem que escolher qual de seus filhos será morto. Este tipo de instrumento que conduz a duas únicas escolhas possíveis é chamado de instrumento de escolha forçada porque não permite que se dê outra solução para o mesmo.

Dessa forma, de acordo com sua pesquisa, David Buss sugere que os homens e as mulheres podem ter o mesmo grau de ciúme, mas os eventos que provocam esse ciúme são diferentes. Usando este método, praticamente todos os estudos encontraram diferenças entre os sexos. As mulheres geralmente escolhem a infidelidade emocional como a mais perturbadora. Nela, os participantes são estimulados a pensarem em uma relação séria que já tiveram que estão tendo no momento ou que gostariam de ter. Eles então são apresentados a dois tipos de infidelidade - uma sexual e a outra emocional



- e são perguntados qual delas deixam-nos mais perturbados.

Harris (2002) sugere que a evidência que dá suporte para esta conclusão é fraca porque as limitações do método empregado são falsamente atribuídas à diferença de gênero que foi demonstrada, quando talvez os resultados possam ter sido influenciados pela própria metodologia da escolha forçada e pelo conseqüente viés resultante. DeSteno, Bartlett, Braverman & Salovey (2002) conduziram seus próprios estudos, acrescentando outras formas para medirem o ciúme, por exemplo, pedindo aos 111 participantes, alunos da Universidade Northeastern, para classificarem em uma escala de sete pontos qual forma de infidelidade os chatearia mais, em vez de fazê-los escolher entre as duas formas. Quando esses outros métodos foram usados, descobriram que a lacuna entre homens e mulheres desapareceu, os dois sexos indicaram que ficam mais perturbados pela infidelidade sexual. Estudos posteriores, como o de Strout, Laird, Shafer & Thompson, 2005 confirmam os resultados encontrados por David Buss de que as mulheres estão mais inclinadas a sentirem um ciúme mais emocional do que sexual em relação ao ciúme masculino que seria inversamente oposto.

A despeito do aspecto patológico do ciúme extremado que muitas vezes resulta em violência física, principalmente, tendo as mulheres como vítimas, esse sentimento deve ter tido uma importante função adaptativa, pois ele chegou até nós através de milhões de anos de evolução por nossos ancestrais bem-sucedidos (Buss, 2000). A existência do ciúme implica, necessariamente, em uma propensão para a infidelidade, tanto de homens quanto de mulheres. Nesse sentido, a explicação para a infidelidade masculina é bem direta: com a possibilidade de fecundar muitas mulheres em intervalos de tempo diminutos, os homens usavam como estratégia reprodutiva o acasalamento casual com o maior número de parceiras possível, prescindindo dos gastos energéticos com recursos que uma vinculação afetiva duradoura exigiria e garantindo a variabilidade genética de seus filhos, o que aumentaria as chances de sobrevivência de parte considerável de sua prole em um ambiente hostil como o das savanas arbustivas africanas.

Entretanto, a infidelidade feminina está diretamente ligada ao cuidado com os seus filhos. Estudos com fêmeas de chimpanzés revelam que elas se envolvem em um grande número de coitos não reprodutivos com todos os machos das proximidades, exceto seus filhos. Hrdy (1981, 1986) propõe que essa variedade sexual das fêmeas chimpanzés tem dois propósitos darwinianos: “fazer amizade com os machos que possam tentar matar o recém-nascido, e confundir a paternidade, para que cada macho da comunidade aja paternalmente em relação ao bebê que vai nascer” (Fisher, 1995, p. 103).

Nas mulheres, essa promiscuidade explícita não é tão adaptativa devido às pressões sociais impostas às mulheres descobertas como infiéis: elas podem perder sua reputação sexual e o engajamento de seu parceiro, além de correrem riscos de serem linchadas e, em casos extremos, assassinadas. Assim, a ocorrência da variedade sexual entre as mulheres deve ter conseqüências benéficas bem adaptativas para compensar os altos riscos que esse comportamento envolve (Buss, 2000). Assim de acordo com Franck citado por Menezes (2005), a infidelidade tem ramificações importantes para o estudo do comportamento humano.

Envolvendo-se com outros homens clandestinamente, as mulheres garantiam suprimento de carne extra, extremamente valioso durante os nossos invernos ancestrais, o que garantiria a sua sobrevivência e a de seus filhos. Além disso, assim como os homens, as mulheres também podem se beneficiar com genes de melhor qualidade ao copularem com machos que exibem características saudáveis: homens com um queixo forte são preferidos entre as mulheres porque para a formação dessa característica, é preciso concentração elevada de testosterona, hormônio que suprime o sistema imunológico, ou seja, “só os adolescentes extraordinariamente saudáveis podem suportar os efeitos disto e formar um rosto forte” (Fisher, 2006, p. 150).

Outra vantagem que a variedade sexual imprime às mulheres é o que Buss (2000) chama de “seguro-parceiro”, uma espécie de salva-guarda contra riscos razoáveis de perder um parceiro:

“Durante os tempos ancestrais, doença, guerras e carência de alimentos faziam da sobrevivência uma proposta precária. Não eram triviais as probabilidades de que um marido sucumbisse a uma doença, se tornasse debilitado por um parasita ou sofresse ferimento durante uma caçada arriscada ou uma batalha tribal. Os registros paleontológicos e de entrecruzamento de culturas revelam essa pista – os crânios e esqueletos mostram ferimentos, sobretudo nos machos. Em suma, o marido de uma mulher tinha uma chance significativa de sofrer um ferimento debilitante ou letal” (Buss, 2000, p. 32).

Vejamos um caso para ilustrar o ciúme visando resguardar o parceiro da tentativa dele desviar recursos para outra procedência. O caso é de uma paciente recasada, na época de 54 anos, de nome Marisia, ela me procurou na psicoterapia me contando sobre sua história de amor e do grande ciúme que nutria pelo seu parceiro:

“Falar sobre o ciúme, na minha vida é uma tarefa inglória, muitos daqueles que como eu, algum dia já o sentiram, sabem que é algo insuportável e é capaz de transformar em poucos segundos um doce e terno amante na mais perigosa fera ferida disposta a triturar, fe-



rir, diminuir, humilhar e reduzir a pó o objeto amado e admirado. Casei-me, com o meu primeiro marido Daniel, aos 16 anos, cheia de esperança e de ilusões. Pobre de mim, esse casamento durou 36 anos, dos quais conto nos dedos alguns momentos felizes, graças a minha inexperiência e imaturidade. Enfim, o saldo positivo foram 2 filhos maravilhosos. Acontece que aquela rotina me sufocava e me fazia sonhar com outros amores acreditando que tudo poderia ser um conto de fadas. Mas, que engodo, que mera ilusão, apostar minha vida em algo tão abstrato. Então, durante meu primeiro casamento, conheci um homem que achei que era o meu número e que iria me preencher totalmente como mulher. Na época, este homem também era casado e também tinha dois filhos. Somente hoje, com a minha maturidade, percebo o sapo que anteriormente era vislumbrado como um príncipe encantado. Bem, mas este meu pequeno 'príncipe-sapinho' de 1.58 m, e olha que nunca meço pessoas pela altura, cor, dinheiro, status, e sim pelo caráter, sinceridade e pela fidelidade, coisas que este também não as possuía, mas isso eu só vim a perceber com o tempo. E, então, eis que eu tolamente, ou melhor, burramente, eu que me via infeliz dentro do meu primeiro relacionamento, matei os meus melhores e mais belos anos de minha medíocre vidinha esperando ao pé do telefone o alô do encontro que somente acontecia depois de cada Natal, Ano Novo, Páscoa, Carnaval, aniversários meu dele. E eu sabia de toda a vidinha feliz, certinha, "sacrossanta" vivida por meu amado. Mas, da mesma forma que ele enganava a mulher dele comigo, logicamente me passava pela minha cabeça que ele poderia estar me enganando com outra, ou com outras. Lembro-me uma vez que o danado me enrolava a semana inteira com as mais esfarrapadas desculpas que tinha que dar aulas para garotas, porque ele era militar, mas dava aulas num colégio para moças e sempre se atrasava, ou não vinha. Sapinho falso, igualzinho um brilhante de camelô na hora da xepa da feira. O ciúme corroeu meus mais preciosos anos, perdi todo respeito amor do primeiro marido, dos filhos o que me sangra até hoje. Nem preciso dizer por causa disso quantos convites pra festas de aniversários e casamentos que eu perdi devido à má fama que eu fiquei, enfim, mas tudo passa, e como passou, jurei que casaria com meu sapinho e toda mulher tem um pouquinho de bruxinha e acredite quem quiser. E isso me partia o coração. Gostava dele, mas acima de tudo, precisava muito da ajuda dele para criar os meus filhos, já que ele recebia muito melhor que o meu atual marido. E cada atraso era uma ferida na alma. Mas, um dia depois de um memorável atraso eu resolvi revidar. Quando ele me ligou marcando o nosso habitual encontro para o dia seguinte eu fui ao encontro dele, donde nos dirigimos para um motel para que ele se satisfizesse como sempre. Lembro-me como se fosse hoje. Ele chegou

cheio de carinhos e com uma cesta de frutinhas: mangas, laranjas, peras, uvas, goiabas, peras e maçãs, falou assim: “amoreco, veja só o que eu lhe trouxe!”. Eu estava engolindo a seco aquelas palavras dele, mas já tinha em mente tudo o que eu iria fazer naquela tarde. Quando ele pensou que mais uma vez ele iria me levar no bico com aquelas conversinhas de sempre, eu me enchi daquelas conversinhas e quando ele pensava que tudo já estava bem eu deixei-o à vontade e comecei a espatifar uma a uma das frutinhas na cara dele. E olha que a cestinha estava lotada de frutas. Eu joguei com todo o desprezo na cara dele. As frutas esborracharam na sua cara e ficaram esparramadas pelas paredes e pelo teto de todo o quarto do motel e eu já fui me dirigindo para o carro e dando partida no carro e o baixinho mal teve tempo de se vestir e de correr para tentar me alcançar. Enfim, ainda tivemos que aguardar o maior tempão até os funcionários do motel limparem o quarto achando que o que acabava de acontecer lá era uma fantasia sexual das mais devassas e não uma simples briga de casal. Vê se pode? Passado algum tempo depois, o destino deu sua mãozinha, ficamos viúvos, e sem delongas, no mesmo ano, nos casamos com tudo que eu tinha direito civil, religioso, flor de laranjeira e hoje o sapinho come gostozinho na minha mãozinha temos cumplicidade e uma bela conta conjunta que eu sei usar muito bem. Casar com ele foi o meu ponto de honra. Hoje eu me considero uma vencedora”

Esse caso relata uma mulher, que na procura de um amor, que aparentemente não sentia pelo marido, talvez por ter se casado tão jovem, inexperiente, acaba encontrando outro homem, por quem se apaixona, mas com o tempo percebe que também não se trata do homem perfeito, do amor perfeito. Mas com um diferencial, por ser o “homem-provedor” da relação, um homem com quem poderia contar financeiramente, ter a segurança que necessitava, essa relação se torna indispensável.

O lado emocional, o preconceito acaba ficando em segundo plano quando a sobrevivência fala mais alto. Daí, mesmo com um possível “descontrole emocional”, um ciúme excessivo, a pessoa acaba por se adaptar a situação, e o medo de uma possível infidelidade, uma possível rival que poderá acabar com a relação acaba gerando medo, insegurança. Quando se está dentro deste tipo de relação, com uma convivência de muitos anos, torna-se difícil separar o ciúme emocional, o orgulho, com a própria luta pela sobrevivência.

Estudos curiosos sobre espermatozóides revelam uma longa história evolucionária de competição entre machos no mundo microscópico dessas células sexuais. Há diferentes tipos de espermatozóides: a maioria são os



“obtedores de óvulos”, com as cabeças cônicas e caudas vigorosas projetadas para a natação; e há uma minoria de espermatozoides com caudas enroladas que não são eficientes para o nado. Ao misturar esperma de dois diferentes homens no laboratório, os pesquisadores observaram que esses espermatozoides ineficientes cometiam “suicídio” ao embrulhar os espermatozoides rivais. Isso é incrível e revela uma característica que foi selecionada justamente porque as mulheres não se mantinham sempre fiéis aos seus parceiros, levando os homens a competirem até mesmo dentro do trato reprodutivo feminino (Buss, 2000).

Enfim, todos esses dados comprovam a importância do ciúme que é manifestado sempre que há ameaças reais de infidelidade do parceiro. Mulheres ciumentas ficavam atentas aos sinais de perda de amor dos seus parceiros e agiam no sentido de reavivar esse vínculo amoroso e continuar garantindo o engajamento do companheiro nos cuidados com os filhos. Homens ciumentos ficariam mais atentos às andanças de suas mulheres, diminuindo a probabilidade de ocorrer sexo clandestino com outros homens e garantindo a destinação de recursos somente para seus próprios filhos (Buss, 2000).

O ciúme enquanto um mecanismo adaptativo para o bem do ser humano.

Ainda, segundo Buss (2000), o ciúme pode ser compreendido como o resultado de uma adaptação evolutiva dada à incerteza da paternidade e necessidade maternal para um desenvolvimento estável da criação do bebê.

Assim, o ciúme é altamente adaptativo e continua sendo importante inclusive para o sucesso em relacionamentos amorosos:

“À primeira vista o ciúme parece um toque fúnebre para um caso de amor. Mas os psicólogos acreditam que ele pode estimular uma pessoa a acalmar o parceiro desconfiado com declarações de fidelidade e ligação. Na verdade, estas reafirmações podem contribuir para a durabilidade do relacionamento.

Mas o ciúme pode solapar um caso de amor, e esta reação também pode ser adaptativa. Homens e mulheres ciumentos com frequência captam sinais genuínos de que o relacionamento está fracassando. E a cada dia que ficam ligados a parceiros descompromissados, eles perdem oportunidades de conseguir parceiros mais adequados – bem como se arriscam a contrair doenças sexualmente transmissíveis” (Fisher, 2006, p. 220-221).

O ciúme pode abalar os fundamentos de um caso amoroso, e segundo

Fisher (2006) esta reação pode ser adaptativa, dado o fato que homens e mulheres freqüentemente captam sinais genuínos de que o relacionamento está fracassando. E isso é bom porque enquanto estiverem vinculados a parceiros que estão descomprometidos com eles, eles perdem oportunidades preciosas de estarem com parceiros mais adequados que otimizem seus recursos, bem como ainda se arriscam a contraírem várias doenças sexualmente transmissíveis.

Ciúme e depressão sob a perspectiva etológica.

Outro aspecto interessante é a relação entre ciúme e depressão sob uma perspectiva etológica. Segundo Adeodato, Carvalho, Siqueira & Souza (2005), a depressão não é incomum nos casos extremos de ciúme. A autora Helen Fisher (2006) explica as razões adaptativas relacionando a depressão ao ciúme e como estes puderam ter sido selecionados evolutivamente ao longo do tempo. Supondo-se que uma jovem tenha vivido a um milhão de anos atrás e tivesse sido traída pelo marido com outra mulher do acampamento. A princípio, esta jovem esposa poderia expressar a sua amargura manifestando seu ciúme na tentativa de convencer o marido a dispensar sua rival. Neste sentido, o ciúme poderia ser considerado um aspecto combativo tanto para se livrar de possíveis rivais, bem como da própria depressão. Se acaso quisesse granjear apoio recorreria ao pai dele e a outros parentes dela para apoiarem o pedido dela. Se tudo isso falhasse e ela fosse incapaz de convencer o seu marido a investir exclusivamente o amor dele para ela, então a mulher primitiva se lançaria numa profunda depressão. Conseqüentemente, seu quadro clínico acabaria repercutindo na vida social do clã por diminuir a capacidade de coletar vegetais e a ajudar a cuidar das crianças e de outros parentes mais velhos ou adoecidos. Dessa forma, o seu desânimo acabaria por convencer os parentes e demais membros da tribo a influenciarem o marido infiel a consolá-la até que ela pudesse recuperar a sua vitalidade e ficar com ela, ou pelo menos que ela encontrasse outro homem a fim de que a mesma contribuísse para o grupo de uma forma geral com mais comida e cuidado com os filhos.

A visão da teoria sociocultural sobre o ciúme.

A principal teoria que se contrapõe à teoria evolutiva do ciúme é a denominada de sociocultural. De acordo com esta perspectiva, a experiência de ciúme dependeria exclusivamente da socialização específica, dentro da



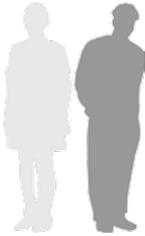
cultura relativa a comportamentos que ameaçam as relações íntimas, e então, o gênero diferencia o ciúme, de um sexo para o outro, de acordo com as diferentes percepções com os quais as pessoas percebem estas ameaças (Achté & Schakir, 1985; Hupka, 1991; Hupka & Bank, 1996; Wiederman & Allgeier, 1993). Dessa forma, embora a socialização aconteça em muitos níveis diferentes, numerosos fatores podem responder pelas diferenças de gênero em relação à sensibilidade para a ameaça de infidelidade percebida por cada membro do relacionamento amoroso (Sheets & Wolfe, 2001). O autor Ramos (2000) tentará equacionar a teoria evolutiva e a sociocultural ao declarar que a “herança biológica fornece o pavio do ciúme, mas quem acende o fogo é a cultura” (Ramos, 2000, p. 24).

A idéia de que os seres humanos são monogâmicos é tão antiga quanto polêmica. Segundo alguns estudiosos do comportamento, essa crença estaria a serviço das convenções sociais e religiosas, escamoteando os verdadeiros impulsos humanos. Quer seja estas ou não as razões, Igreja e Estado, em diferentes épocas, muniram-se de verdadeiros aparatos repressores para garantir a fidelidade dos casais que oficializaram suas uniões através do casamento, de forma que em algumas épocas e culturas a infidelidade é estimulada e em outras é severamente reprimida. Contudo, o sexo cada vez mais vem perdendo conexão com a continuidade da espécie humana e provavelmente muitas pessoas no futuro poderão manter relações estáveis com vários parceiros concomitantemente e nesse contexto, a bissexualidade poderá vir a ser a opção preferencial (Lins & Braga, 2005).

Desde os tempos primordiais, o mundo mudou muito, sobretudo influenciado pela cultura. Embora advoguem alguns etólogos que independentemente de todas as mudanças sofridas há a preponderância de alguns imperativos biológicos na determinação do padrão de alguns comportamentos será que se pode estipular até que ponto o orgânico é hegemônico sobre o cultural no que se refere ao ciúme? Atualmente um teste de DNA pode comprovar efetivamente a paternidade e as mulheres ascendendo socialmente e economicamente conquistam cada vez mais sua autonomia para cuidarem de si mesmas e dos filhos, se e quando resolvem tê-los. Ainda segundo Lins & Braga (2005) a fidelidade é uma questão cultural de modo que ao longo da história as pessoas, sobretudo as mulheres, foram condicionadas a serem fiéis. Dessa forma, há cinco mil anos atrás, o homem teria inventado a propriedade privada e, na seqüência, a monogamia. Nesta mesma época que ele percebeu, observando animais, que havia participação masculina na reprodução. A fidelidade, então, foi inventada para evitar que as mulheres tivessem filhos com outros homens que não o companheiro habitual. Dessa

maneira, filhos bastardos não herdariam seu patrimônio. Todavia, somente após a Revolução Industrial, no século XIX, é que se passou a exigir fidelidade também dos maridos. Então é provável que o ciúme ainda continue a operar ainda por várias gerações, mas tenha o seu valor funcional atenuado dado os fatores culturais que interagem com os evolutivos. Então, será possível que o ciúme terá mesmo os seus dias contados?

Capítulo VI



*O panorama do ciúme
pelo mundo: seu histórico e
implicações da infidelidade em
diferentes culturas e épocas.*

*“Enquanto houver suspeita o amor aumenta. Quando houver razões
que a fundamentem ele é expulso”.*

(Lopes de Veiga)



A Historiografia do ciúme

O ciúme romântico atinge homens e mulheres (Bringle & Buunk, 1986; Pines & Friedman, 1998; White & Mullen, 1989), embora como dito anteriormente, existem evidências de diferenças significativas dos fatores que disparam ciúmes para os dois sexos (Buss, Larsen & Westen, 1996; Buss, Larsen, Westen & Semmelroth, 1992; Buunk, Angleitner, Oubaid & Buss, 1996; Geary, Rumsey, Bow-Thomas & Hoard, 1995).

Consoante Torres (2001) a maneira como o ciúme é visto tem variações importantes nas diferentes culturas e épocas. Numa perspectiva mais ampla, há aproximadamente vinte e quatro séculos atrás, Aristóteles, por exemplo, *De Anima* (Sobre a alma), concebia o ciúme como o desejo de ter o que outra pessoa possui, isto é, originariamente ele era concebido como uma qualidade boa e se referia ao desejo de imitar uma nobre atitude de uma outra pessoa. Nesta acepção, o filósofo pensava o ciúme em termos de uma nobre inveja. Mais tarde, encontramos nas referências bíblicas ilustrações que denotavam como o ciúme já tinha sido concebido como algo belicoso à boa vivência do amor. Salomão, em seu livro “Cântico dos Cânticos”, acreditava que o amor era forte como a morte e o ciúme cruel como o túmulo.

A infidelidade e o ciúme sempre andaram de mãos dadas, embora sempre tenham sido rivais. Ackerman (1997, p. 338) nos narra algumas histórias, como na Idade Média, os maridos eram cruéis em relação as suas esposas adúlteras. Nesta época, ser menos cruel do que o vizinho era estar em desvantagem, vejamos:

“Uma dama foi forçada a preparar o coração de seu amado e depois comê-lo. Outra foi entregue a um grupo de leprosos para ser estuproada. Um marido pegou o amante de sua mulher e o esquartejou. Seus ossos foram colocados numa capela, onde a adúltera era obrigada a ir diariamente contemplar seu crime e beber da caveira do amante morto”.

No século XIV, o ciúme relacionava-se à paixão, devoção e zelo e à necessidade de preservar algo importante, sem conotações pejorativas de possessividade e desconfiança, o que pode ser confirmado na célebre frase de Santo Agostinho “Quem não tem ciúme não ama” (Clanton & Smith, 1998; Rodrigues, 2005).

A partir do século XVI, período do Iluminismo renascentista, com o

⁸ Extraído do site <http://www.proverbes-citations.com/larochefoucauld.htm> em 30 de abril de 2006.

surgimento das grandes navegações e as descobertas de um mundo novo, as atenções se voltam para a Espanha, onde o amor e a honra eram suas maiores forças motivadoras. É um período de grandes transformações, essencialmente no papel da mulher, que assume energicamente seu destino com as próprias mãos.

Na França, no século XVII, também houve uma maior liberalização da sexualidade da mulher casada, armando assim, um terreno ideal para o ciúme, pois na busca incansável do exercício sexual na paixão, surge à possibilidade de relação extraconjugal, e a desordem que tudo isso causou foi um cenário para a angústia, a insegurança e o ciúme.

No século XIX, o autor de epigramas, escritor clássico e moralista francês François de la Rochefoucauld reconhecia no ciúme uma tendência ego-cêntrica ao dizer: há no ciúme mais amor-próprio do que amor (Clanton & Smith, 1998). Rochefoucauld⁸ ainda identificava o amor como substrato para a gênese do ciúme: O ciúme nasce sempre com o amor, mas nem sempre morre com ele. O autor ainda associa o ciúme às grandes mazelas humanas, em suma, na opinião dele, o maior de todos os males. Para Descartes (citado por Trigueiro, 1999, p. 7), no século XIX, o ciúme:

“É uma espécie de Receio, que se relaciona com o Desejo de conservar a posse de qualquer bem; e não resulta tanto da força das razões que fazem supor que esse bem se pode perder, como da grande estima que por ele se tem, a qual faz que se examinem até os menores motivos da suspeita e que se tomem esses motivos por razões muito fortes”.

E enquanto no século XIX, na Alemanha, o ciúme, era concebido por Freud como um estado emocional (Freud, 1922/1976), em Paris, para Stendhal (1999), tinha uma conotação negativa e estava atrelado à vaidade quando dizia que o que tornava a dor do ciúme tão aguda era a vaidade que não contribuía para nos ajudar a suportá-la.

Através da Revolução Industrial e a Revolução Sexual, no século XX, houve uma maior abertura da consciência da individualidade e da cidadania, sendo que as pessoas começaram a lutar por seus direitos e a manifestar sua sexualidade na plenitude.

Com o advento dessas revoluções, a liberdade incentivada pelo mercado de consumo gerou uma grande desordem nos conceitos estáticos das relações duradouras, mantidas principalmente pelo capital econômico, originando uma relação em que a manutenção do vínculo se perdurava pela

Webster's (2002). Third New International Dictionary, Unabridged. Merriam-Webster, 2002. <http://unabridged.merriam-webster.com> (retirada em 2 de Agosto de 2006).



constante renovação dos estímulos em que a sustentavam.

Para Torres (2001), no século XIX, o ciúme muda de uma prerrogativa masculina para se tornar especialmente um problema das mulheres, não mais uma questão de honra ofendida, mas fraqueza e falta de controle. Então, o ciúme se associa à insegurança e imaturidade, expressão de desajustamento psicológico e social, algo cada vez mais problemático, indesejável e patológico.

Ciúme e infidelidade: a perspectiva cultural.

Por ser um constructo subjetivo, o ciúme varia em sua expressão nas diferentes culturas e em diferentes períodos históricos. Muitos autores (*e.g.*, DeSteno & Salovey, 1996 a; Harris & Christenfeld, 1996a) observaram que para a nossa cultura a infidelidade sexual tem permitido diferentes conotações para sua compreensão. Provavelmente, o ciúme enquanto um conceito relacionado com a temática da infidelidade, para cada uma dessas culturas é diferente. Vemos isso refletido, sobretudo, nos dicionários monolíngües, como cada cultura trata das acepções para a palavra ciúme e assim, veremos como através da literatura fica clara a existência de diferentes entendimentos ao conceito do significado do ciúme.

Segundo Ferreira (1986) o ciúme fica definido como sendo um “sentimento doloroso que as exigências de um amor inquieto, o desejo de posse da pessoa amada, a suspeita ou a certeza de sua infidelidade, fazem nascer em alguém; zelos”, ou ainda, como o mesmo autor continua: “Receio de perder alguma coisa; cuidado; zelo.” (Ferreira, 1986, p. 333). É interessante observarmos que ao compararmos esta definição brasileira dada por Aurélio Buarque de Holanda Ferreira com a de outros autores pelo mundo afora, veremos que as pessoas concebem por ciúme é o mesmo apesar das suas múltiplas manifestações. Outro brasileiro, Antônio Houaiss e seus colaboradores, acrescenta à definição anterior dizendo que o ciúme é um: “estado emocional complexo que envolve um sentimento penoso provocado em relação a uma pessoa de que se pretende o amor exclusivo; receio de que o ente amado dedique seu afeto a outrem; zelo” (Houaiss, 2001, p. 734).

Ao consultarmos um dos dois principais dicionários da França (*Le Petit Robert*, 1972) que o ciúme (*‘la jalousie’*) é um substantivo feminino e veremos e que seu autor procurará relacioná-lo mais à inveja.

Ao consultar o dicionário monolíngüe de língua inglesa Webster⁹, um dos mais respeitados da língua inglesa, podemos ver que ‘jealousy’, isto é, o ciúme, é um conceito que está intimamente relacionado a uma intolerância

à rivalidade e a inveja, e por vezes, isso indissociadamente. O próprio dicionário fará alusão a uma passagem da Bíblia de Jerusalém (2003), no qual no livro do Êxodo, em seu capítulo 34 e versículo 14, o autor dirá: “O Senhor é um Deus ciumento, portanto não se deve adorar nenhum outro deus”.

Consoante um importante dicionário bilíngüe espanhol de Moreno e González (2003, p. 206), o vocábulo “cíume” tem as seguintes três equivalências em espanhol: 1 *Celos* 2. *Envidia, celos*. (em português: “inveja”). 3. *Recelo, celo* (em português: “receio”, “zelo”). Como pode ver-se pelo informado anteriormente, os significados da palavra em espanhol estão distribuídos em torno da variação plural / singular. Tudo que tem a ver com receios ou suspeitas em relação com os afetos ou sucessos de pessoas, costuma ser empregado sempre no plural (“*celos*”). O singular é usado para denominar cuidados, com os valores que em português tem “zelo”. Também o singular “celo” pode referir-se ao que em português se denomina “cio”, isto é, o período de excitabilidade sexual, durante o qual os animais buscam o acasalamento e a fêmea aceita o macho.

Em alemão o substantivo cíume (*die eifersucht*) é uma palavra feminina composta. A primeira parte (*‘Eifer’*) significa “fervor”, a segunda *‘sucht’* significa “dependência”. A palavra *‘Eifer’* tem sua origem em Luther que se referia a esta palavra ao termo “*Zorn Gottes*” que é a “fúria de Deus”, o que, mais tarde, tornava-se no sentido mais geral em “fúria encantada” - de lá, vem a conexão com o conceito do amor tal qual o concebemos em nossa sociedade brasileira. Em geral, uma comparação desses termos nas duas culturas distintas leva à conclusão que são estruturados de forma bem diferente. Geralmente, o cíume no Brasil é bem mais ritualizado, enquanto na Alemanha, mais individual, quer dizer, por um lado, nem todo mundo e nem todos os relacionamentos são dominados de forma forte pelo cíume como o são aqui no Brasil. Na Alemanha as mulheres, por exemplo, tem bem mais liberdade para fazer o que quiserem.

De forma geral, então o que se percebe é que as definições de cíume, ao menos as ocidentais, estão relacionadas etimologicamente ao grego *zelos*, e denotam cuidado e proteção.

Uma definição da cultura oriental para o cíume pode ser encontrada na “*Iro no Jiten*” (Enciclopédia do sexo, 2000). No Japão o termo correspondente ao vocábulo cíume é *‘shitto’* (Dicionário Michaelis Japonês Português, 2003) sendo o seu sentido mais relacionado à inveja e não ao contexto amoroso. Contudo, é essa a palavra mais usada pelos japoneses ao se referir a essa sentimento.

Para o mundo hebraico o cíume (*‘kin’a’*) tem as conotações de inveja,



ciúme, fanatismo, rancor, ressentimento, rivalidade segundo o dicionário de Rifka Berezin (1995). Ao pesquisar um pouco mais a respeito da concepção compreendida pelos hebraicos, pode-se observar que as culturas da época do período mishinaico (período que termina no século 2 d.C) e a época talmúdica (compreendida até 4 e 6 d.C) concebem o ciúme enquanto uma prática quase que fundamentalista cercando o ser amado como uma entidade divina. Nesta época o homem, poderia ter tantas mulheres quantas ele pudesse sustentar. No entanto, sua mulher (ou suas mulheres), em uma relação completamente assimétrica, sequer podiam se dar ao luxo de olhar para o lado para não sofrerem atroz retaliações como serem apedrejadas em praça pública como adúlteras.

Fundamentados nos estudos transculturais, White e Mullen (1989) postulam que há variação de uma cultura para outra entre os comportamentos, pensamentos e sentimentos identificados como ciúme afetando a qualidade e que freqüência de aparecimento dos mesmos. Observam-se também as interações entre o ciúme e outras variáveis (sexo, idade, educação, dentre outras) que variam de cultura para cultura, como apontam os resultados obtidos por Hupka et al. (1985) e Buunk, Angleitner, Oubaid e Buss (1996), sinalizando diferenças na percepção de ciúmes entre homens e mulheres em amostras de diferentes países.

Simultaneamente a esta variação cultural, temporalmente pode-se observar que o conceito de ciúme sofreu, ao longo do tempo, alterações quanto á maneira como ele foi concebido (Ramos, 2000). Muitos autores (*e.g.* DeSteno & Salovey, 1996 a; Harris & Christenfeld, 1996a) observaram que dentro de nossa cultura ocidental, a infidelidade sexual é interpretada com diferentes conotações para homens e para mulheres. Dado o fato que as mulheres consideram o amor como um pré-requisito para o engajamento em uma atividade sexual, a infidelidade sexual para uma mulher implica, que ela tenha sido sexualmente e emocionalmente infiel para o parceiro dela (DeSteno & Salovey, 1996a). Entretanto, a infidelidade sexual de um homem não tem as mesmas implicações como tem para o sexo feminino, porque os homens freqüentemente aderem a relacionamentos sexuais sem amor (Sheets & Wolfe, 2001). Então, as diferenças de gênero na sensibilidade para a infidelidade sexual e emocional, podem implicar que estas diferenças simplesmente refletem na conotação como os homens reagem mais fortemente aos sinais que implicam que uma parceira tem sido duplamente infiel ao relacionamento constituído.

Historicamente a mulher sempre foi educada a manter fidelidade absoluta ao homem. Se esse contrato fosse rompido, ele teria até mesmo o

direito de matá-la, porque, afinal, ele foi gravemente atingido em sua honra. O inverso não era verdadeiro. A mulher desde o começo da humanidade, em muitas sociedades, teve de se colocar numa postura passiva e submissa aos caprichos masculinos mesmo à sua própria revelia. Nestas circunstâncias, apenas uma condição era exigida da parte do homem: a de que ele fosse o mantenedor do lar, assegurando a apropriada manutenção da família. E assim, a mulher foi ao longo dos séculos condenada a um verdadeiro ostracismo social do qual apenas recentemente ela vem se desvencilhando. Contudo, para o sexo masculino, mais do que perder a mulher, o homem temia perder seu status, suas posses e a sua honra. Dessa forma, o ciúme masculino, quando manifesto, é caracterizado por uma nítida competição e extrema intolerância.

Um estudo realizado por Dell (citado por Kinghan & Gordon, 2004) aponta que 17% dos casos de homicídios na Inglaterra são devido ao ciúme romântico.

No que se refere ao ciúme, ao que parece a realidade para os povos orientais diverge um pouco da que estamos imersos. Antigamente o amor não estava tão indissociadamente relacionado ao casamento tal qual o concebemos hoje. Amor era amor e casamento, freqüentemente era um negócio que beneficiava a família dos envolvidos. Historicamente, segundo Borne-mann (1976), o ciúme apareceria em todas as sociedades e estaria relacionado ao aparecimento de dois fatores: a sucessão masculina e a transmissão dos bens hereditários particulares. Quando na evolução, as tribos migraram da vida nômade para se fixarem em territórios definidos, o ciúme ganha uma importância ainda maior porque visava garantir a transferência desta propriedade a um descendente consanguíneo.

Exceto pela esterilidade, o adultério é a segunda maior causa de separação segundo o estudo transcultural de Betzig (1989). E muito embora o adultério sempre foi punido pela sociedade de diversas formas, mesmo assim, a infidelidade está sempre acontecendo entre as pessoas, em qualquer lugar, possivelmente pela constante busca de satisfação (Lins, 2006). No século I a.C., por exemplo, o imperador romano Augusto, em se tratando de adultério, fez recair sobre as mulheres o rigor das penalidades. Caso o marido não se divorciasse da esposa adúltera, o próprio marido mesmo poderia ser processado. Então, mulher era banida, perdia o direito sobre a metade do dote e de um terço de todos os outros bens que possuísse. Seu amante, caso fosse casado, também era banido, mas eles iam para lugares diferentes. Se o amante da mulher casada fosse solteiro, estava livre de punições (Zamperi, 2004).



Ainda conforme nos aponta Zamperi (2004, p. 157):

Com o objetivo de assegurar a fidelidade da esposa, surgiu no Antigo Egito uma prática que consistia na sutura dos grandes lábios da vulva para impedir a cópula com penetração vaginal e/ou inserção de um dispositivo metálico, como um argola, para inviabilizar o coito. Esta prática é ainda encontrada, ocasionalmente, no leste da África.

Ciúme: um conjunto de comportamentos inatos ou aprendidos?

Mas, será que o ciúme é primariamente um conjunto de respostas aprendidas, determinada pelas atitudes culturais? Em algumas culturas, há hábitos sociais bastante interessantes, como observado na forma de hospitalidade em que o homem compartilha sua esposa com um visitante. Então eles apontam que em muitas sociedades incluindo a dos esquimós, a dos marqueses e a dos Lobis da África oriental, os Siriono da Bolívia e outros, o ciúme é mínimo e ainda em outras, tal como para os Toda da Índia ele é quase completamente ausente.

Entre os esquimós, por exemplo, a hospitalidade sexual e a troca de esposas são tidas como uma forma de trocar de identidade e confundir os espíritos malignos durante uma eventual situação adversa, como uma catástrofe ambiental (Zamperi, 2004). Geary, Rumsey, Bow-Thomas e Hoard (1995), conduziram um estudo com estudantes universitários americanos e chineses (com média de idade de 21 e 20 anos, respectivamente). Eles aplicaram entre seus participantes um questionário de ciúme no qual tentaram avaliar a angústia causada por uma infidelidade emocional (imaginar o parceiro formar “uma relação emocional profunda com outra pessoa”), contra a possibilidade de uma infidelidade estritamente sexual (o parceiro que “desfruta de relações sexuais apaixonadas com outra pessoa”). Ambos na amostra americana e chinesa reportaram uma proporção mais alta de homens que mulheres mais angustiadas à infidelidade sexual imaginada do parceiro do que quando imaginaram o episódio da infidelidade emocional. A tendência oposta era verdade para as mulheres, em ambas as amostras. Contudo, havia diferenças devido à influência cultural.

A proporção de homens norte-americanos e mulheres que informaram mais angustiados em relação à infidelidade sexual de um parceiro, ao contrário da infidelidade emocional, eram significativamente mais altas, do que amostra chinesa para o mesmo item. Este resultado foi atribuído pelos autores a uma menor permissividade sexual em cultura chinesa. Segundo os autores: “a cultura mais do que agir para suprimir atividade sexual fará com

que a infidelidade sexual passe a ser uma preocupação menos saliente do que esta deveria ser” (Geary *et al.*, 1995, pág 381).

Então, seja ou não o ciúme, uma resposta aprendida e que sinaliza a infidelidade, sabemos que a infidelidade feminina é a grande preocupação evolutiva e social dos homens. Essa preocupação histórica estaria relacionada a algo que, sobretudo, os homens cunharam pelo nome de honra. Culturas ao redor do mundo variam na importância que atribuem ao conceito de honra quando relacionada ao contexto dos relacionamentos amoroso. Em certo sentido, a definição de honra é consistente em todas as culturas conhecidas, sobremaneira evidenciando a castidade sexual da mulher. Em algumas culturas, porém, honra leva uma significação social adicional como ao redor um tema que vida mais interpessoal é organizar (Vandello & Cohen, 2003). A idéia de legar seu nome e seus bens a um filho de sangue estranho causa tanto horror que as mulheres poderão sofrer as piores humilhações para não arriscar tal ultraje (Badinter, 1996).

O ciúme e o entendimento da questão do adultério para algumas culturas.

Consoante Diaz-Santos (1973), a Lei mosaica já tratava o adultério como um delito muito grave, castigado com a morte dos culpados, enquanto, no Egito, a mulher adúltera sofria a mutilação de seu nariz, a morte era reservada para o seu amante.

Na Índia, o adultério implicava em dupla ofensa, aos deuses e à indesejada mistura de raças, devendo a mulher ser devorada por cachorros em praça pública.

Entre os chineses, segundo Kosovski (1997) acaso a adúltera tivesse planejado a morte do esposo, ela era submetida ao suplício da morte lenta, consistindo em mutilar paulatinamente a adúltera, numa ordem determinada por sorteio de pedaços de papel, nos quais estava escrita a parte do corpo a ser cortada.

Em Roma, a mulher adúltera já fora castigada com o desterro e o confisco de metade de seu patrimônio, permitindo, ao tempo de Constantino, o direito de o pai ou o marido matar a ambos os adúlteros quando surpreendidos em flagrante. Na era de Justiniano, a adúltera era açoitada e encerrada num mosteiro, e se, durante dois anos, o marido não a reclamasse, usando do direito de perdoar, ou viesse a falecer sem perdoá-la, a superiora do convento designava as religiosas para lhe aplicar o castigo e a surra, diante de



toda a comunidade. Ainda de acordo com a autora Diaz-Santos (1973), é no Direito Romano que surge a figura da tentativa frustrada de adultério, que começa a ser considerada como uma injúria e também passa a ser reconhecido o perdão como causa de extinção da responsabilidade, quando o marido permanecia ao lado da esposa adúltera. Por sua vez, o adultério masculino só poderia ser punido se fosse praticado com mulher casada, sofrendo o varão a punição não por ser adúltero, mas por ser cúmplice do adultério da mulher. Dessa forma, sempre foi muito tolerada a infidelidade sexual masculina, a ponto do dever de fidelidade ser relativo para o homem e absoluto para a mulher, tradicionalmente posta em situação de inferioridade.

Pesquisadores tentaram medir o ciúme de homens e mulheres pelo mundo afora. Ades (2003) apontou o Japão como o país com menores diferenças de ciúme entre os sexos, no caso, com homens a demonstrar pouco ciúme. O autor sugere que isso se relacione ao fato de que estes homens são originários de países com baixa taxa de fertilidade, e assim, não se preocupam tanto com isso. Este estudo ainda referiu ainda que as mulheres suecas eram as mais preocupadas com o fato de os parceiros terem relações sexuais com outras mulheres, o que difere em partes da resposta evolutiva que se era esperada para elas.

Carlos Trigueiro escreveu “O Livro dos ciúmes” que é o segundo volume da obra a qual ele intitulou “Trilogia da Feiúra”. Neste livro, partindo da própria definição-frase de que o ciúme é uma fraqueza imanentemente humana, onde não há quadrante na qual o mesmo não viceje, e de que ninguém estaria imune a ele, o autor confecciona um texto que reflete sua vivência de muitos anos no exterior, convivendo com culturas diversas, e que valida à concepção shakeaspeariana de que o ciúme sempre existiu e existirá (Trigueiro, 1999). Abaixo selecionei em um dos contos de “O Livro dos ciúmes” um conto chamado de ‘Oito minutinhos’ no qual o autor descreve o drama de um ciumento:

“Se fosse possível personificar o ciúme, Apolinário Xavier dispensaria o uso de espelho. Mas como nos tempos que correm é cada vez mais difícil as pessoas confiarem umas nas outras, e porque existe uma espécie de desensibilização frente ao absurdo, melhor será acompanhar no curso de uma hora, se tanto, o que ele tem a dizer:

‘Eu não tenho por que esconder o meu ciúme. Sou ciumento de pedra mesmo, e Milena já sabia disso quando nos casamos, tão ciumento que após as bodas, ainda na igreja, já houve mal-estar porque não deixei de forma alguma os convidados darem aquele beijinho na noiva que, dizem, é com intenção de cumprimentos. Mas, eu não confio em convidados, e não deixei mesmo! O irmão

dela me empurrou, até hoje não fala mais comigo.’

‘Pois bem, nesses dez meses de casamento, tenho observado os movimentos dela o dia inteiro, e de noite também, enquanto não pego no sono. Mesmo assim, quando consigo dormir, desperto cinco, seis vezes por noite para ver como ela se comporta. /.../’

‘Sem que ela perceba, fiscalizo a sua agenda todos os dias, e faço uma agenda para ela, sei todos os seus passos. Aliás, digo e repito sempre, só deixei que ela trabalhasse porque é em casa mesmo, fazendo aquelas receitas de emagrecimento e que ela mesma vende pela *internet* /.../’

‘Ontem ela me disse que ia ao cabeleireiro. Eu dei a maior força porque ela realmente precisa. /.../. Ela saiu do cabeleireiro às 14 horas, 54 minutos e dois décimos, levou exatamente uma hora, quarenta e oito minutos e um décimo no cabeleireiro. Eu paguei à recepcionista para me contar tudo. Cem paus! /.../’

‘O que realmente me prejudica é que tenho de fazer tudo, pois não confio em detetives particulares. Desisti desses profissionais logo na primeira semana. Tentei dois ou três. Teve um que me pediu fotos de Milena, em vários ângulos, em vários trajés, seus perfumes preferidos, os endereços que ela freqüenta, horários de seus compromissos, marca e placa do carro que ela usa, enfim, a sua ficha completa, e descaradamente alegou que era profissionalismo. Tava na cara o que ele queria! Mas eu vigio tudo. Estou sempre atento! /.../’

“Aliás, ela só vai ao ginecologista comigo. Eu assisto a todos os exames e consultas. Eu mesmo confiro o aviamento das receitas. Não confio em farmacêuticos, médicos, nem em profissionais que usam uniforme de cor branca. Nem nos que usam farda. De qualquer cor. Nem em magistrados, que usam o preto. Nem em advogados, nem em arquitetos e engenheiros. Nem em professores e muito menos em seus alunos” (Trigueiro, 1999, p. 117-121).

O ciúme para a cultura brasileira

Pudemos ver anteriormente a apresentação do ciúme pelo mundo afora em perspectiva, e agora vamos situá-lo para a realidade brasileira apontando algumas pesquisas e casos que acontecem aqui em nosso país. Em relação ao ciúme, como dito anteriormente, no contexto brasileiro, muitos dos que são objeto de um ciúme, dependendo do grau e de acordo com seus históricos de vida, sentem-se lisonjeados em granjear este tipo de atenção para elas.

Já em relação à infidelidade, existe em nosso país uma frase que sintetiza o nosso repúdio à traição: “*Lavar a honra com sangue*”, isto é, dar vazão



aos comportamentos mais violentos quando vítimas da infidelidade, inclusive nos achando no direito de subtrairmos a vida de outro ser humano. E, até recentemente esta atitude era legitimada perante os tribunais brasileiros (Hatfield & Rapson, 1996; Johnson, 1998; Page, 1995).

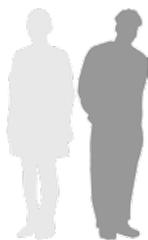
Com uma amostra de 80 pessoas Dela Coleta, SantaMarina e Castro (1986, citado por Dela Coleta, 1991) procuraram investigar atribuições a eventos naturais e acidentais. Para as causas relacionadas ao fracasso no casamento foram apontados em primeiro lugar o desamor, a desunião e a irresponsabilidade, seguindo-se as brigas, os ciúmes, várias características negativas atribuídas à mulher e a incompatibilidade de gênios.

Os estudos de Ades (2003) investigando o ciúme de brasileiros descobriram que, entre outras coisas, que o país com maiores diferenças entre homens e mulheres era o Brasil, sendo os homens brasileiros muito mais ciumentos. O autor concluiu que em países com alta taxa de fertilidade, como o Brasil, os homens eram extremamente ciumentos quanto à infidelidade sexual das mulheres. Este pesquisador ainda chegou à conclusão de que os homens expressavam mais perturbação freqüentemente que as mulheres em relação ao ciúme sexual, em oposição ao ciúme emocional, o que valida os estudos de Buss (2000). O estudo de Ades (2003) também observa que os homens são os que têm uma maior probabilidade de retaliarem os seus rivais especialmente em se tratando de uma infidelidade sexual.

De acordo com Guerra (2004), em um levantamento bibliográfico realizado na Universidade Federal de Uberlândia, o qual abordava os temas de violência conjugal e violência intrafamiliar, no Brasil o ciúme desponta como a principal causa aparente da violência. Ainda neste estudo, dos 115.000 processos criminais analisados (todos referentes ao ano de 1995), do Tribunal de Justiça de Minas Gerais, 15% destes eram crimes contra a mulher, e na maioria dos casos o réu era o marido ou um parceiro amoroso.

E embora o a diferença entre os sexos no tema do ciúme se expresse de modo divergente, na literatura científica (Desteno & Salovey, 1996 a e b; Harris, 2005; Sagarin, 2005; Shackelford, Buss & Bennett, 2002) o estudo de Kebleris e Carvalho (2006) revela que as mulheres apresentaram respostas, estatisticamente significativas, mais altas que os homens, sugerindo que as mulheres reagem ao ciúme de uma maneira mais intensa do que o homem, ou, ao menos, percebe suas reações como mais intensas do que o homem percebe suas próprias reações ao ciúme. Ressalta-se que este estudo contou com a participação de 577 sujeitos embora não descreva quantos deles eram mulheres.

Capítulo VII



O ciúme protectionista e o ciúme retaliador.

*“A suspeita e o ciúme são como venenos empregados na medicina:
se pouco, salva; se muito, mata”.*

(Antonio Perez)



O ciúme protetor ou preventivo.

Quando pensamos no ciúme geralmente pensamos em seus excessos e nas suas conseqüências negativas para os relacionamentos amorosos. Entretanto, o ciúme não teria somente funções negativas, ou seja, as retaliadoras que hostilizariam o parceiro, podendo colaborar para o desgaste da relação.

Como dito anteriormente, cada pessoa expressa o seu ciúme de uma maneira diferente. Dessa forma, muitas pessoas vão manifestá-lo numa tentativa de investir mais em si e em seus parceiros quando percebem uma ameaça para a unidade estrutural do relacionamento. Em outras palavras, o ciúme pode ter também, uma característica preventiva. Clanton (1981; 1998) diz que o ciúme pode ser definido como uma reação protetorista diante de uma ameaça percebida (especialmente o adultério) para um relacionamento valorizado (especialmente o casamento), ainda que algumas vezes danifique os relacionamentos que pretende proteger de ameaças externas. E acrescenta: “em todas as sociedades, o ciúme protege o casamento (e outros relacionamentos valorizados) do adultério (e de outras ameaças), e assim, ajuda a preservar a ordem social” (Clanton, 1998, p. 240). Dessa forma, quando a pessoa ciumenta solicita à parceira que se vista mais discretamente ou que reduza os encontros com um possível pretendente está diminuindo consideravelmente a probabilidade de uma futura infidelidade abater-se sobre o seu relacionamento.

Em seu sentido original grego, o ciúme corresponde a zelar, tomar conta, cuidar para que algo ou alguém não se perca, pessoa esta a qual nutrimos um apreço (Ramos 2000). Assim, como nos propõe Cavalcante (1997) se referindo ao ditado popular: quem ama cuida. O ciúme preventivo faz com que a pessoa, ao perceber que pode estar perdendo o parceiro, passe a investir mais em si e no relacionamento. Dessa forma o ciúme passa a ser benéfico, dando conseqüência a uma aproximação do casal.

Pittman (1994) faz uma apologia ao ciúme, que em determinadas doses e freqüências, contribuiria evitando a entropia matrimonial. Assim, a utilização de doses homeopáticas de ciúme uniria os membros de um relacionamento e preveniria qualquer tendência natural ao afastamento. Nas palavras de Hintz (2003): “o ciúme pode ser como um sinal apontando para algo que não está bem na relação, podendo ser a intromissão de um terceiro, interferindo diretamente no vínculo conjugal, ratificando o desejo do indivíduo que seu parceiro não tenha outro envolvimento emocional ou sexual” (Hintz, 2003, p. 47). Dessa forma, o ciúme pode ser concebido como um mecanismo protetor da relação, comunicando aos parceiros os perigos imi-

nentes que a relação conjugal pode passar. Conseqüentemente, o ciúme por este prisma tem um lado benéfico conforme apontado por Ferreira-Santos (1998) quando a situação ameaçadora é percebida como um estímulo para que a pessoa que se apercebe do mesmo possa se cuidar e tornar patente para o(a) parceiro(a) a importância que este(a) tem na vida dele(a).

David Buss (1997) listou 19 táticas preventivas mais usadas pelos casais para prevenir que o parceiro não se debande para um pretenso rival. Vamos ver a ocorrência delas na sua vida e em seus relacionamentos?

1. Ficar atento. Exemplo: Querer saber onde se encontra o(a) parceiro(a) a cada minuto;
2. Esconder o(a) parceiro(a). Exemplo: Não permitir que o(a) parceiro(a) encontre-se com a família e/ou com os(as) amigos(as) dele(a);
3. Monopolizar o tempo do outro. Exemplo: Querer passar a maior parte do tempo na companhia do(a) parceiro(a);
4. Provocar o ciúme da outra pessoa. Exemplo: Dizer para ele(a): “Você viu como aquela pessoa ficou me olhando a noite toda?”;
5. Punir a menor ameaça de infidelidade percebida. Exemplo: Dizer para ele(a): se você continuar a olhar para essa pessoa vai voltar para casa sem mim;
6. Praticar a chantagem emocional. Exemplos: Chorar, emudecer;
7. Ameaçar ir embora. Exemplo: Pode ficar com ela(e), porque eu vou é para a minha casa;
8. Criticar os rivais. Exemplo: Dizer para ele(a): “Esse(a) cara/menina é um(a) imbecil”, ou ainda, “aquela mulher é cheia de celulites...”;
9. Ostentar. Exemplo: Dizer para ele(a): “O que você acha de irmos para Paris na semana que vem?”;
10. Praticar a tentação sexual. Exemplo: “Você acha que esta *lingerie* está mais ousada do que a outra?”;
11. Embelezar-se. Exemplos: Ousar um novo corte de cabelo, passar a usar roupas provocantes, etc;
12. Propor carinhos e cuidados, não necessariamente motivado pelo amor, mas pelo ciúme na tentativa de competir com os pretensos rivais. Exemplo: Dizer para ele(a): “Deixa eu te fazer uma massagem”;
13. Submeter-se aos desejos do outro. Exemplo: Dizer para ele(a): “está bem, eu topo ver o filme que você quer ver”;
14. Utilizar palavras indicativas de posse. Exemplos: Meu... querido, bem, tesouro, coração, amor, etc;
15. Impor sinais físicos de posse. Exemplos. Pegar na mão do outro, ou



- mesmo, colocar a mão na cintura ou sobre os ombros da parceira;
16. Propor que o outro use sinais exteriores de posse. Exemplos: alianças e adereços especiais;
 17. Depreciar o outro. Exemplo: Dizer para ele(a): Você teve muita sorte em ter me encontrado;
 18. Ameaçar verbalmente os rivais. Exemplo: Dizer para ele(a): Você quer uma foto dele(a)?;
 19. Agir de forma violenta contra os rivais. Exemplo: Meter-se em brigas.

Em minha opinião, penso que o mecanismo do ciúme em suas diversas formas de manifestação, pode ser útil em alguns casos como forma preventiva de evitar com que os parceiros optem por aderirem a outros relacionamentos. Contudo, penso que há muitos outros mecanismos amorosos, dentre os quais, o ciúme pode ser considerado apenas um deles, que poderia ajudar os casais a melhorarem o relacionamento que têm.

O ciúme retaliador ou vingativo.

Como reza o antigo adágio: “a beleza está nos olhos daqueles que a vêem”, as pessoas apaixonadas que acham que seus parceiros são bonitos lutam mais fervorosamente para conservá-los ao seu lado. Da mesma forma, para aqueles que acham que seus parceiros não são tão atraentes, e assim não estariam sobre a égide da paixão, lançam mão de menos métodos que visem assegurar os parceiros no relacionamento amoroso consigo mesmas. Em geral, freqüentemente os parceiros ciumentos podem usar de estratégias retaliadoras para evitarem que a infidelidade amorosa e sexual incida sobre seus relacionamentos valorizados.

Então, os ciumentos retaliadores, imporão severas conseqüências para os parceiros em caso de uma infidelidade (abandonos, brigas, violência de várias naturezas), ou mesmo, quando identificam que o parceiro esteja se desgarrando do relacionamento. Assim, muitas vezes, a possibilidade da infidelidade passa a ser tão aversiva que sequer os parceiros se enveredam por uma senda com tamanhos riscos, sob a diretriz do ciúme retaliador.

A seguir, veremos a história narrada por uma paciente minha, uma jovem de 28 anos que ilustra os desdobramentos do ciúme retaliador para um relacionamento amoroso.

Conheci Wilbert em uma tarde pela cidade de São Paulo. Gostamos um do

outro logo à primeira vista. Posteriormente, soube que ele era um publicitário e ganhava muito bem. Naquela época eu estagiava na universidade na qual eu estudava e ganhava muito pouco para minha própria subsistência. Nunca fui de aceitar favores ou que namorados meus me pagassem coisas. Mas, Wilbert se mostrou tão solícito, desde nossos primeiros encontros, em me ajudar a dividir algumas despesas que poderiam me inviabilizar de sair com ele. Ele também começou a me dar presentes caros, que muitas vezes me deixavam constrangida e também a me proporcionar viagens que eu nunca teria dinheiro para custeá-las. Ele aos poucos, foi se mostrando também cada vez mais ciumento e possessivo.

Bem, acontece que ao final do nosso quarto mês de namoro percebi o quão grandes eram as assimetrias que tínhamos e resolvi, então, encerrar o nosso namoro. Isso não me causaria um transtorno maior, não fosse o ciúme e a possessividade do mesmo. Ele tentou de todas as formas que voltássemos, e eu declinei de todas, pois não havia amor suficiente no meu coração para romper o abismo que havia se instalado e que somente ele não havia percebido.

Até que um dia, veio na minha quitinete, em uma carta, uma cobrança de 2000 reais, em uma espécie de ‘comanda’ improvisada e com um bilhete do mesmo dizendo: ‘Gostaria que você me ressarcisse todo o dinheiro que eu gastei com você’. Na hora fiquei muito chateada com isso, pois me pareceu que ele estava jogando na minha cara tudo o que ele havia feito por mim. Eu pensei comigo mesma: ‘puxa, mas como ele está sendo infantil. Até entendo que tudo isso se deva porque ele não está sabendo levar a vida dele adiante depois de termos nos separado, mas imagina se eu quisesse que ele me pagasse por todo o bem que eu lhe queria e por todos os sacrifícios e renúncias que eu fiz por este relacionamento?’. Quando eu falei o que tinha acontecido para meus amigos e amigas eles riram muito da situação e falaram: “Este cara é louco! Mereceu mesmo o pé na bunda que levou. Ele merecia é 2000 foras e não 2000 reais para ver o que é bom para a tosse”. Bem, mas eu me sentia em dívida com ele, porque mesmo que ele tivesse sido mesquinho ao final do relacionamento ele foi quase sempre muito solícito aos meus pedidos.

Como identifiquei neste pagamento uma chance de reaproximação e eu não queria isso, lembrei-me de um fato que tinha me desgostado muito quase ao final do nosso relacionamento. Um dia, estávamos em viagem e eu lhe pedi que ele me comprasse um lanche. O valor do mesmo eram cinco reais. Ele simplesmente se negou a me pagar o lanche quando o garçom veio cobrar o pedido, pois estava com muito ciúme de mim naquele dia. Quase morri de vergonha quando ele falou na frente do garçom: “Se você não tinha dinheiro não deveria ter pedido”. Ainda bem que eu tinha dinheiro na minha bolsa. Deste dia para cá, e por mais que ele tenha me pedido mil desculpas depois ele havia morrido para mim.



Pouco depois eu falei para ele que achava melhor que terminássemos. É claro que houve outras ocasiões que justificaram esta minha decisão e este não foi um acontecimento isolado.

A partir disso, resolvi restituir-lhe os 2000 reais. Mandei-lhe uma carta com cinco reais e com o seguinte bilhete: 'Caro Will, lembrando-me do dia em que foi mesquinho comigo e me negou cinco reais, farei o pagamento que você me pede conforme o solicitado, mas dentro das minhas possibilidades. Estou te enviando a primeira parcela do teu pagamento, as demais eu as farei no mesmo valor até o final da dívida'. E embora ele tenha ralhado muito, estou no quinto mês e pago religiosamente a minha 'pendência' com ele.

Pensemos nesta hilária história, onde a protagonista levará quase 34 anos para quitar esta pretensa dívida. Imaginem se todos os(as) parceiros(as) pedissem as contas para os seres amados devido a um inesperado rompimento romântico? Provavelmente, advogados e contadores estariam em uma maior evidência para atender uma demanda como esta. Mas, o que mais chama a atenção é que muitos são os comportamentos que tentam punir e humilhar o(a) parceiro(a) infiel, ou ainda, com suspeitas de infidelidade e de abandonar a relação como o caso acima.

André e Lelord (2002) também apontam que os homens são mais ciumentos, sobretudo da segurança e da determinação dos adversários, mais do que o aspecto físico, enquanto que as mulheres olham e competem contra o aspecto físico e suas rivais. Na vida cotidiana percebemos isso expresso nos comentários de ambos os gêneros.

Percebemos também que a cultura modela as manifestações das pessoas. Os pesquisadores Tesche, Geary, Rumsey, Bow-Thomas e Hoard (1995) entrevistaram 1.024 estudantes chineses e norte-americanos com o intuito de verificar o efeito da cultura ocidental sobre a cultura oriental e seus desdobramentos no que se refere à concepção e as manifestações do ciúme por parte dos pesquisados. Os resultados que os autores chegaram foram que as pessoas, homens e mulheres, predominantemente ojerizam à infidelidade sexual. Entretanto, os estudantes norte-americanos manifestaram mais acentuadamente do que os chineses seu repúdio a esta questão. Com isso, os autores puderam concluir que a cultura pode ser um fator muito importante e que pode ter influenciado os dados coletados.

Em algumas culturas, como as citadas pelo estudo de Daly, Wilson e Weghorst (1982) o sexo masculino em muitas civilizações age de forma cruel e impiedosa para tentar impedir que a parceira o traia. As práticas coercitivas que ele exerce vão desde constrangedoras averiguações da virgindade

da parceira até atrozes práticas de amputação dos genitais femininos. Esta remoção parcial ou total do clitóris para evitar o intercuro sexual da mulher, é chamada de ablação. As meninas são mutiladas com pequenas lâminas de pedra, pedaços de vidros, com faca de sílex ou com um pedaço de lenha incandescente. Muitas costumam ficar defeituosas (física e psicologicamente) e a ausência de assepsia acarreta graves infecções que causam, por vezes, a morte. E existe também a infibulação, costume arraigado na cultura bantu. Esta prática cultural consiste em fechar os orifícios genitais por uma sutura ou pela introdução de anel ou colchete a fim de impedir relações sexuais. É um costume africano, presente também no mundo árabe, que provoca a indignação de ocidentais, mas que se acha arraigado em práticas milenares.

Vemos na literatura inúmeros casos emblemáticos para a questão do ciúme. Um dos mais conhecidos é o romance “Otelo – O Mouro de Veneza” de William Shakespeare. Em sua obra, o autor considera o ciúme como o “monstro dos olhos verdes”. Nesta história, o protagonista Otelo, envenenado de ciúme pelo astucioso Iago, deixa-se levar por um ciúme doentio do seu melhor amigo com sua esposa, acaba matando a honesta, terna e doce Desdêmona. No âmbito do ciúme, não é preciso acusar sem provas e nem mesmo concluir sem os fatos a exemplo do Mouro de Veneza. Podemos nos pautar na realidade e colecionarmos fatos na medida do possível, que nos conduzam a uma decisão baseada em fatos concretos que enxergamos na realidade.

Gostaria aqui de fazer uma pequenina discussão embasada numa história que eu gosto muito, relacionando à temática do ciúme. Trata-se da obra Alice no país das maravilhas do autor Lewis Carrol, pseudônimo do matemático Charles Lutwidge Dodgson. Conta, em determinado momento da história, que a garota Alice se depara com uma pequena caixa de vidro que jazia sob a mesa. Então, ela a abre e encontra um pequeno bolo, no qual a palavra “COMA-ME” estava inscrita. Logo, ela resolveu ingerir aquele alimento. Com isso, ela pretendia crescer para pegar uma chave e abrir uma porta para ter acesso a um jardim. Contudo, conta a narrativa que a menina para ver se estava crescendo colocava a mão no topo da cabeça. Acontece que ela ficou surpresa ao perceber que permanecera do mesmo tamanho (Carrol, 1885/1992). Quero me focar nesta parte. Quando o metro, isto é, a unidade de medição permanece ou se altera com o próprio objeto a ser medido não é possível nenhum tipo de mensuração.

Assim como no caso de Alice, para julgarmos as coisas que estão a nossa volta, é preciso que tenhamos um parâmetro independente, ou aquilo que usualmente chamamos de objetividade. Mas, como sabemos, é certamente



uma das primeiras coisas que um ciumento perde - a objetividade na medida em que emprega para verificar as evidências da “infidelidade”. A régua que o ciumento utiliza está sempre mesclada de fortes sentimentos de raiva e rejeição e, por isso, acaba distorcendo tudo aquilo que aparente mede. É essa a “moral” da tragédia de Otelo e de outros exemplos literários, como do Dom Casmurro de Machado de Assis. Nesses exemplos, percebemos como é impossível ao ciumento ser “fiel” à realidade. Principalmente, no caso das pessoas ciumentas, estas distorcem os fatos e a realidade que as cerca, fundamentadas em referenciais que são sua e absolutamente passionais e que somente compartilham estes referenciais na hora de culpabilizar os parceiros por seus pensamentos idiossincráticos, no qual identificam uma potencial infidelidade do outro.

Assim, muitas vezes não tomar satisfação, ao calor do momento, já evitará um desgaste desnecessário para ambas as partes e diversas situações de brigas, de desentendimentos, de conflitos e de desamor em nossos relacionamentos.

Ciúme e possessão: pontos de intersecção e de ruptura.

E quando o ciúme está confundido com possessão? Segundo o existencialismo de Sartre, o amor residiria na ocorrência simultânea da possessão e do dom, e tudo se passa entre o eu e o outro como uma espécie de troca de bens, em que a possessão do objeto de amor implica tomar o outro como um objeto ou coisa que aliena a liberdade deste último. Um dos amantes dá mais que o outro, o qual recebe e passa a possuir imediatamente mais, de modo que não são duas vidas que trocam uma abundância, mas a existência de uma relação impossibilitada de manter o amor na zona livre da doação. (Moscovici, 1988).

Ao falarmos a respeito do ciúme, Cavalcante (1997) enfatiza que o mesmo pode surgir quando o relacionamento é baseado na posse, isto é, quando há um pensamento de possuir o outro, porque se acredita que seu(sua) parceiro(a) é uma parte sua, reificando-o(a), como uma extensão de sua própria pessoa, e dessa forma, pensa que corre o risco de perdê-lo(o).

Como é sabido, o ser humano tem dificuldades em elaborar a perda, qualquer que ela seja. Na mente do ciumento existe uma preocupação constante de que a qualquer momento, possa vir a receber a dolorosa notícia de que ser o amado o abandonou, sentindo-se constantemente ameaçado pela desconfiança, que freqüentemente, cede lugar a uma certeza infundada de

que realmente está sendo traído ou abandonado.

Ferreira-Santos (1998) menciona a desconfiança como a diretriz principal para o ciúme, porque é através desse sentimento que se observa o medo da perda, que não estaria restrita apenas ao outro, lesando até mesmo o amor próprio. Dessa forma, ao analisar o ciúme, Ferreira-Santos evidencia que o mesmo não se trata de um sentimento voltado para o outro, mas sim voltado para si mesmo, para quem o sente, pois é, na verdade o medo que alguém sente de perder o outro ou sua exclusividade sobre ele. Portanto, é um sentimento egocêntrico, que pode ser associado à sensação de ser excluído de uma relação.

Provavelmente, muitas pessoas até são monógamas e fiéis, mas sentem que precisam de sua independência em relação ao parceiro. E muitas vezes, o parceiro confunde isso como rejeição ou que os parceiros querem libertinagem. Dessa forma, o ciúme do parceiro torna-se então possessivo, interferindo na liberdade pessoal dos mesmos (Pittman, 1994). Então, os parceiros para o qual o ciúme é dirigido sentem-se monitorados e tolhidos. O autor Pittman (1994) ilustra isso ao se referir a um amigo dele que certa vez teria ouvido de sua amante possessiva: “Eu não quero controlar você. Só quero saber onde você está e o que você está fazendo, o tempo todo” (Pittman, 1994, p. 47).

Perambulando pelas páginas da *internet*, em um blog, eu achei um texto bastante ilustrativo que creio que contempla muitos dos elementos que foram discutidos até então e que focaliza o ciúme enquanto um sinônimo para o conceito de posse. O próprio autor autorizou o compartilhamento do mesmo. Então, vejamos o mesmo:

“Foi justamente numa dessas reflexões que cheguei a uma conclusão: SOU POSSESSIVO! Não suporto a idéia de ter alguém tomando meu lugar. Odeio a sensação de ter o que era meu nas mãos de outra pessoa! Engraçado, eu nunca soube diferenciar direito qual era a diferença entre posse e ciúme. E “de repente, não mais que de repente”, num *insight*, eu chego à resposta, e tiro minhas conclusões. Eu terminei de ler “Romeu e Julieta”, nesta semana, e aí, vendo a parte final do livro, contando um pouco da obra de Shakespeare, li algo sobre o ciúme de Otelo, que mata a sua esposa inocente, Desdêmona, por causa das intrigas de Iago. Fiz um parâmetro sobre uma condição não muito distante da minha vida, na qual eu me sentia a própria Desdêmona. Não fui assassinado, mas cada vez que eu ouvia insinuações de traição e de desconfiança eu morria um pouco. Tá, não vem ao caso aqui ficar lembrando dessas coisas desagradáveis, apenas estou tentando organizar minha mente para tentar fazer-los entender os caminhos que percorri até chegar à mi-



nha conclusão.

Essas relações ciumentas sempre me fizeram associar o ciúme à falta de confiança, e isso sempre me fez odiar o ciúme, com todas as minhas forças! Não suporto quando sou alvo de desconfiança, quando não acreditam em minha palavra. Principalmente numa relação amorosa. Quando amo uma pessoa, é de verdade, e, se eu estiver apaixonado, não consigo olhar para ninguém! Fico frustrado quando não consigo provar isso. E aí, entro num processo de destruição incrível, achando que não vale a pena dar seguimento à relação, porque por mais apaixonado que eu esteja, não consigo fazer a pessoa entender isso, e acho que meus esforços são sempre desvalorizados. Ninguém pense aqui, que estou passando por isso, certo? Na verdade, passei por isso no meu último relacionamento, e isso estava drenando completamente minhas energias para continuar investindo nessa relação. Hoje tento lidar melhor com as desconfianças, e tento não me abalar muito quando ouço “Para quem você estava olhando?” “O que vocês estavam conversando?” “Onde você estava?” Tento acreditar que isso é só excesso de zelo, e tento fazer algum comentário cômico para quebrar o clima chato que se instaura nessas horas. Ou, mesmo que eu me irrite a tal ponto de não conseguir fazer nenhuma gracinha, apenas tento manter o nível de voz equilibrado, sem alterá-lo e falar calmamente “Meu anjo, não é nada. Eu gosto de você, entenda isso de uma vez por todas” Isso funciona também.

O ciúme está relacionado à desconfiança, e a posse está relacionada ao egoísmo. Quando me envolvo com uma pessoa, como estou envolvido no momento, confio cegamente em toda e qualquer palavra que esta pessoa me falar. Acredito de verdade, e, se for necessário passar um ano longe, passarei, torturando-me de saudades, mas com a certeza de que não serei traído. Se isso é bom ou ruim, eu não sei. Mas sei que não consigo ser de outra maneira. Aliás, é a confiança que dá a base de qualquer relacionamento. Na minha concepção de relacionamento, a confiança antecede o amor. Falo aqui, não apenas de confiança na fidelidade, mas de tudo: Para uma relação dar certo é preciso confiar na paz entre o casal, confiar na palavra do parceiro, confiar na sua fidelidade, na sua capacidade de lidar com a rotina, com o estresse... Acho que o ciúme surge justamente quando a confiança está abalada. Isso pode ter várias causas e a melhor maneira de lidar com isso é exterminar a causa, e restabelecer a confiança, senão esta relação estará fadada ao fracasso. Foi o que aconteceu comigo, no meu último namoro. Por mais que eu fizesse para lhe mostrar que na minha vida não tinha mais espaço para ninguém, eu sempre era alvo de cenas de ciúmes sem sentido, e isso foi drenando minha paciência e minha paixão foi se esgotando. Acabei encerrando nosso namoro, exatamente porque perdi a confiança. Quando estávamos

bem, eu já não acreditava que aquilo iria durar muito, e não acreditava na paz que se estabelecia entre nós. Eu achei que o amor tinha acabado, e preferi terminar tudo. Na verdade, o amor permaneceu. Quem acabou foi a paixão.

Eu achava que também era ciumento, mas o ciúme nunca me ocorreu, porque se ocorrer, eu prefiro encerrar a relação. Acho que o ciúme só tem espaço quando o parceiro ou a parceira não corresponde ao amor que o outro lhe dedica, e deixa dúvidas sobre sua conduta. Se no meu namoro, eu começar a desconfiar de que não sou único, de que a sua fidelidade é uma farsa, não conseguirei continuar uma relação desse jeito. Acho que namoro é para acrescentar. Namoro é para relaxar. Se no meu relacionamento eu começo a ficar tenso ao invés de relaxar, não faz sentido dar continuidade a isso. Mas, o que fez com que eu me achasse ciumento? Chega a ser paradoxal, depois de tudo que disse acima, mas eu também tenho meus momentos de medo. Eu também sinto insegurança, e também já me peguei desconfiando de situações, mas no momento em que isso ocorre, eu simplesmente lembro-me de outras coisas que me fazem ter certeza de o seu sentimento por mim é sincero, e no mesmo instante aquele diabinho me espetando desaparece. Some assim, sem deixar rastros, como se nunca tivesse desaparecido. O ciumento de verdade não consegue ter essa certeza. E mesmo lembrando das provas de amor e fidelidade, sempre deixará o diabinho falar mais alto. De fato, não sou ciumento! Mesmo quando algo me incomoda muito, que com a simples lembrança eu não consigo dissipar, prefiro conversar com a pessoa. Aí, tento jogar limpo. “Fale-me exatamente o que está acontecendo. Há alguém na parada?” Ora, se a resposta for não, o assunto morre ali, porque sua palavra para mim é verdade absoluta! Sei bem do risco que corro de estar sendo enganado, mas não consigo ser diferente. E, se por acaso, algum dia eu descobrir uma traição, apenas sentirei pena de quem fez isso comigo, porque jogou fora uma pessoa como, modéstia à parte, dificilmente se encontrará outra!

Falei, falei, falei, e ainda não cheguei à posse. Vamos nessa. Como disse, eu também tenho meus momentos de desconfiança, certo? Por que estes momentos não são de ciúme? Porque não passam de lampejos e são instantaneamente dissipados! São imediatamente classificados como “maluquice da minha mente”, e instantaneamente deletados para a lixeira! Mas, e se durarem um pouco mais e eu tiver que conversar com meu amor para ter certeza do que está acontecendo? Será ciúme? Não. Porque não rola a desconfiança. Quando sua palavra me tranqüiliza, a mim não precisa mais nada. Isso basta. Mas quando eu pergunto “há alguém mais na relação?” será que sou tão autoconfiante e não tenho medo? Não. Fico apavorado momentos antes de ouvir a resposta. Tenho muito medo de sa-



ber que há alguém, e que perdi meu lugar de exclusividade. Isso é a posse! No período que antecedeu minha nova relação, senti na pele a sensação terrível de estar sendo descartado. Eu ia ao seu quarto e via coisas que apenas eu fazia agora sendo feitas pelo tal carinho. Isso me deixou péssimo! Isso é ser possessivo. Eu até admitia a possibilidade de haver uma outra pessoa, mas nunca aceitava o fato de esta outra pessoa ser o mesmo que eu era dar os mesmo presentes, fazer as mesmas surpresas... Se algum dia eu descobrisse que ele lhe deu uma mordida no pé, de boa noite, eu nem sei o que faria! A posse e o ciúme são filhos de uma mesma mãe: a insegurança! E ambas estão casadas com péssimos cônjuges: a posse é esposa do egoísmo e o ciúme é marido da desconfiança! Sou tão possessivo, que hoje, quando entro em seu quarto e vejo os presentes que ele lhe deu, dá uma vontade de jogá-los pela janela, e comprar outros do mesmo, apenas para você não lembrar dele. Apenas para você gostar mais dos presentes porque fui eu quem deu! Felizmente sou amadurecido o suficiente para não ter essa atitude tão pueril. E sempre me surpreendo, pensando, amedrontado, até que ponto ele teve algum significado em sua vida. Se eu corro algum risco de ser substituído por ele? Será que você gostou dele tanto quanto de mim? Enfim, não são questões adultas, mas (in?) felizmente surgem na minha mente. Ao mesmo tempo em que isso me tortura também me faz feliz. Faz com que eu me sinta humano”

Apesar da pessoa em questão se dizer apenas possessiva, de ter descoberto e estar ciente do fato, esse é um sentimento que faz com que a pessoa sofra muito também. Querer ter a posse exclusiva de uma pessoa, como se ela fosse parte de si, denota insegurança, medo da rejeição, medo da perda, falta de confiança em si mesmo, o que acaba gerando também o ciúme. Infelizmente, ou felizmente, ninguém de fato pertence a ninguém. Apesar de serem diferentes, ciúme e posse, freqüentemente andam juntos.

Agora de uma página virtual, quero agora narrar um acontecimento real ocorrido, certa vez, em minha clínica. Elaborei um método simples que reestrutura alguns conhecimentos básicos da psicologia, para ajudar as pessoas no seu processo de emagrecimento. Ao que parece o método funciona em quase 100% dos casos e garante que as pessoas não tenham medo do indesejável “efeito sanfona”, isto é, aquele engorda e emagrece intermitentemente. Bem, em um dia desses, veio ao meu encontro uma paciente, encaminhada pelo marido, a fim de ser atendida. Ela estava meio desnorteada, porque segundo me disse, sequer marcaria uma consulta para ela mesma porque tinha trauma de psicólogos.

O marido dela era um veterinário renomado na cidade onde eles mo-

ravam e ele foi quem agendou a consulta pessoalmente. Bem, perguntei para a paciente, uma senhora de seus 56 anos, se a mesma gostaria de fazer psicoterapia por ela mesma. Ela concordou em fazer e disse que uma das coisas que gostaria de era emagrecer, porque sentia que o marido não a desejava tanto quanto no começo do relacionamento e que ele potencialmente poderia vir a abandoná-la ou ainda a traí-la, caso ainda já não o tivesse feito. A paciente atribuía o afastamento do marido aos seus quilogramas em excesso. Concordei e demos início ao processo. A única vez que eu conversei com o marido da paciente foi no dia em que o mesmo agendou a consulta de sua mulher comigo. Posteriormente, somente tinha acesso à vida dos dois a partir dos conteúdos trazidos pela paciente para as suas sessões. A minha linha psicoterápica (cognitiva-comportamental) preconiza à elaboração de registros diários do que o paciente pensa, sente e faz no seu cotidiano, ou seja, uma espécie de diário. A partir daquele primeiro dia, a paciente começou a fazer o diário dela e a medir o peso e a cada sessão íamos instalando a minha estratégia visando o emagrecimento da mesma.

E gradualmente a paciente foi emagrecendo, emagrecendo e emagrecendo, sem fazer grandes esforços, e sem fazer dietas sacrificantes. E ela sempre reclamava do tal marido que nunca a incentivava, que nem a enxergava, que somente servia para criticá-la, que dava para ela apelidos que ela detestava lembrar etc. Acontece que, depois de já perder aproximadamente 20 quilos em umas 30 sessões, ela um dia começou a engordar novamente. Eu achei estranho, mas como monitoro minuciosamente a evolução dos meus pacientes, passei a reavaliá-la e a acompanhar o que estava acontecendo. Como no diário que eu peço ficam registradas até as calorias que os pacientes que se submetem a este tratamento ingerem, percebi que estavam sendo “acrescentadas” calorias extras a sua alimentação. Não que isso não lhe fosse permitido, mas eu estranhei e comecei a questionar esta paciente: “nossa, você está freqüentando muita festinha de criança, hein? De onde estão vindo tantos doces, bolos, brigadeiros, etc?”. Ao que a paciente me respondeu: “Que nada doutor. Graças ao senhor o meu relacionamento nunca esteve melhor. O meu marido está comendo na minha mão. Ele está tão feliz com o tratamento que o senhor está me dando que todos os dias ele me presenteia com caixas de bombons de marcas famosas, ele me entope dos sorvetes que eu quero, me leva mais para jantar fora em vários dias da semana. Sabe doutor, devo a minha vida a você”(sic).

Bem, na semana seguinte, a paciente desmarcou a próxima consulta, comigo dizendo não precisar mais dos meus serviços, mas me agradecendo pelos esforços dispensados com ela. São em horas como estas que eu me



lembro de uma frase em latim atribuída ao teólogo e filósofo Santo Agostinho que diz: “*Bene curris, sed extra viam*”, ou seja, “Corres bem, mas por fora do caminho” e me divirto com o ser humano.

Vejam na minha interpretação este caso foi simples. Talvez esta paciente nunca tivesse uma real necessidade de psicoterapia. Imagino até que os meus recursos e instrumentais tenham sido muito bons para ela. Em ciência quando descobrimos uma coisa útil, mas isso acontece por um feliz acaso, denominamos isso de serendipidade, como acredito que tenha acontecido neste atendimento.

Ela julgava que precisava emagrecer para granjear atenção do seu marido. Mas, este indiretamente nunca deixou de lhe prestar atenção, mas do modo dele. Porém, ela é que não reconhecia tal fato. Acontece que ela ao emagrecer tanto, potencialmente poderia voltar, digamos, para o mercado de parceiros concorrentes, onde ele poderia perdê-la dado ao fato de que ela já desacreditava do amor do parceiro por ela. Assim, ele resolveu retomar aquela situação e “boicotar” o tratamento da mesma. E talvez a tenha até mesmo convencido a se desligar da psicoterapia. São em casos como esse que vejo que, muitas vezes, tudo o que o ser humano pede é um pouco a mais de atenção e de carinho para a sua vida, como no caso dessa mulher, e que a psicoterapia pode preencher apenas palidamente tais necessidades.

Bem, mas queiramos ou não admitir o ciúme possessivo esbarra numa limitação intrínseca a sua própria construção: ninguém é de ninguém, e no fundo todos sabem disso, embora muitos não queiram refletir sobre esta realidade. Conseqüentemente, o ciúme é o sentimento de impotência que sentimos quando não conseguimos ter o outro por inteiro. Queremos a outra pessoa e a queremos com exclusividade. Queremos tanto a ela e a queremos por inteiro, completamente, de corpo e alma, como se isso nos fosse possível.

Ciúme: um remédio ou um veneno dependendo de sua medida.

Se a função principal do ciúme é a de conservar o vínculo amoroso, uma dose dele é necessária para que os parceiros possam manifestar o seu apreço um pelo outro. Contudo, em se tratando de dosagem, pode-se cogitar qual seria a medida ideal? Esta é uma pergunta que fica sem resposta dado o fato de que cada casal tem suas necessidades próprias de amor e de ciúme para conservarem a manutenção do vínculo constituído. Todavia, pode-se dizer que os extremos são prejudiciais, tanto excessos de ciúme, quanto à falta do mesmo para os relacionamentos afetivos.

Costuma-se pensar que o ciúme ultrapassa a medida do ideal e a do que é esperado quando ele causa alguma espécie de transtorno, tendo como tema principal a fidelidade da outra pessoa, ainda que esta dê todas as provas que não está a desejar em relação ao vínculo de exclusividade constituído. Desta maneira, quando o ciúme se torna contraproducente a qualidade de vida do casal, seus fundamentos e manifestações precisam ser repensados.

Pines (1998) apresenta um *ranking* das situações que mais evocam o ciúme em diferentes homens e mulheres. São elas:

- Quando o(a) parceiro(a) desfaz-se em galanteios enquanto conversa com um(a) possível rival;
- Enfatiza demais o nome de um(a) possível pretendente durante uma conversa;
- Substitui o seu nome pelo nome de um(a) possível parceiro(a) amoroso(a);
- Começa a falar muito de uma pessoa do outro sexo;
- Olha de maneira interessada para uma outra pessoa que não o(a) próprio(a) parceiro(a);
- Desaparece por um bom tempo durante uma festa;
- Você flagra seu(sua) parceiro(a) conversando animadamente com um(a) possível rival;
- Pretende realizar uma viagem ou um programa no qual seria possível haver uma traição;
- Quando sai sem a sua companhia, veste-se, adornar-se, melhor do que quando faz normalmente;
- Costuma guardar lembranças de relacionamentos amorosos anteriores e você as encontra;
- Acompanha com o olhar uma pessoa do sexo oposto quando esta passa;
- Fala demoradamente ao telefone com uma pessoa que você não sabe quem é.

Capítulo VIII



Ciúme(s) e alguns (outros) desdobramentos para os relacionamentos amorosos.

*”Os ciumentos sempre olham tudo com óculos de aumento,
os quais engrandecem as coisas pequenas, agigantam os anões e
fazem com que as suspeitas pareçam verdades”*

(Cervantes)



Ciúme realístico X ciúme irrealístico.

Dependendo da existência ou não da infidelidade do parceiro o ciúme, pode ser classificado como realístico ou como irrealístico. Em outras palavras, há um ciúme real e outro meramente imaginário. A maior parte das pessoas sente ciúme apenas como resposta a uma evidência afirmativa de infidelidade, e nesse sentido, estão preparadas para modificar suas crenças e reações frente a novas informações, e percebem um único rival (Kingham & Gordon, 2004).

Muito embora esta concepção de ciúme, realístico e irrealístico, seja meramente didática ela ilustra muitos casos e contribui para elucidar muitas das questões que são pensadas a respeito do ciúme. Na prática clínica, é fundamental que o terapeuta quando diante de um indivíduo com preocupações de ciúme seja capaz de avaliar a racionalidade ou não das preocupações trazidas pelo mesmo, assim como o grau de limitação ou prejuízo que este complexo cognitivo lhe acarretou. Em geral, o grau de prejuízo costuma ser diretamente proporcional ao caráter patológico do mesmo.

O ciúme, a exemplo da preocupação e do comportamento supersticioso, pode se auto-reforçar na vida das pessoas. Por exemplo, analogamente a situação da preocupação, para os ciumentos, sobretudo os em excesso, costuma-se dizer que o ciúme “evita” que algo ruim sobrevenha sobre o relacionamento tão valorizado, como se este fosse um amuleto que alguém carrega consigo mesmo para repelir algum perigo. É como naquela estória: Uma mulher inquietamente estava agitando os braços, até que uma amiga que a reconhece a para e a questionou o que significava aquilo. Ao que ela responde para a amiga: “Você não vê, eu estou espantando dragões? Então, sua amiga retorque: “Mas não há quaisquer dragões por aqui!”, e por fim, a amiga, conclui: “Viu só como funciona?”.

Tal qual nesta pilhéria, muitas vezesas pessoas, recorrem as mais bizarras estratégias para afastarem iminentes ameaças do seu relacionamento. Contudo, devemos diferenciar estas manifestações extremadas de ciúme, de dosagens de ciúme verdadeiramente protecionista, e, portanto, normal. O ciúme normal, então, seria aquele transitório e baseado em fatos reais.

De uma forma geral, todas as pessoas precisam de provisões amorosas para se satisfazer e, muitas vezes, extraem, ou esperam conseguir este amor dentro dos seus relacionamentos amorosos. Contudo, quando começa haver falta de intimidade, o diálogo parece esfriar, e o respeito pelo outro se perde, sentimentos estes, além de outros mais, básicos nestes tipos de relacionamentos, sente-se que o amor pode estar correndo riscos, sendo natural surgir à insegurança e com ela, o ciúme, como uma tentativa de preservar aquilo

que não se quer perder. Então, o ciúme é considerado normal quando surge em resposta a um estímulo externo que tem raízes pautadas na realidade.

O conceito de ciúme patológico.

Levando-se em consideração tudo o que foi anteriormente colocado, há a possibilidade de algumas pessoas interpretarem conclusivamente evidências de infidelidade a partir de ocorrências irrelevantes, se recusam a mudar suas crenças mesmo frente a informações conflitantes, e tendem a acusar o parceiro de infidelidade com muitas outras pessoas (Torres, Ramos-Cerqueira & Dias, 1999; Vauhkonen, 1968).

Então, de um mecanismo protecionista para preservar a qualidade e o bom andamento dos relacionamentos amorosos, o ciúme passa a se tornar patológico quando ultrapassa os limites do bom senso, sendo de difícil controle e compreensão. O conceito de Ciúme Mórbido ou Patológico compreende vários sentimentos perturbadores, desproporcionais e absurdos, os quais determinam comportamentos inaceitáveis ou bizarros. Esses sentimentos envolveriam um medo desproporcional de perder o parceiro(a) para um(a) rival, a geração e a manutenção de uma desconfiança excessiva e infundada, estabelecendo um significativo prejuízo no relacionamento interpessoal. Dessa forma, o ciúme patológico é aquele que, sobretudo, estaria fundamentado em falsas crenças (idéias sobrevalorizadas ou delírios), que não são abaladas por qualquer argumentação racional. Estas pessoas geralmente são diagnosticadas como portadoras de um ciúme patológico.

Quando o ciúme se torna patológico, é sinal de que há algo que não está tão bem na relação. Uma das partes ou as duas, se tornam pessoas doentes, obcecadas, neuróticas com a rotina, com a vida do parceiro(a) e pode se tornar perigosa essa relação. Muitas vezes, infelizmente, não existe fantasia, a traição é real, mas nem por isso menos perigosa. Uma pessoa que sofre com ciúme doentio, pode vir a ser uma potencial vítima ou algoz de seu parceiro(a). Desse tipo de relação, sobram brigas, discussões, separações e até casos de homicídios.

O ciúme patológico pode ser diagnosticado ainda que o parceiro considerado infiel realmente o seja ou o tenha sido (Kingham & Gordon, 2004; Soyka, Naber & Völcker, 1991). Dessa forma, segundo Kebleris e Carvalho (2006) o diagnóstico desta psicopatologia não está na avaliação dos fatos em si, mas sim na leitura realizada pelo indivíduo que acredita ter sido traído pelo parceiro.



O conceito de ciúme mórbido ou patológico, também chamado de Síndrome de Otelo devido ao romance shakeasperiano compreende várias emoções e pensamentos irracionais e perturbadores, além de comportamentos inaceitáveis ou bizarros (Leong *et al*, 1994). Envolveria muito medo de perder o parceiro(a) para um(a) rival, desconfiança excessiva e infundada, gerando significativo prejuízo no funcionamento pessoal e interpessoal (Todd & Dewhurst, 1955).

O termo ciúme patológico (CP) engloba uma ampla gama de manifestações (de reativas a delirantes) e diagnósticos psiquiátricos. Inclui os casos de ciúme sintomático, ou seja, quando é parte de outro transtorno mental (ex.: alcoolismo, demência, esquizofrenia). Nessas circunstâncias, o foco do tratamento seria o processo principal subjacente.

Ocorre, freqüentemente, que o parceiro infiel coloca o outro em dúvida de suas próprias percepções e memórias (Hintz, 2003). Conseqüentemente, o que mais incomoda ao indivíduo ciumento é seu parceiro negar a existência de outra pessoa e fazer com que acredite que ele está imaginando coisas e que sempre foi fiel. Há casos que, após o parceiro ciumento descobrir que de fato foi traído, irritar-se mais com a mentira, fazendo-o acreditar que ele próprio estava errado ou ainda mesmo doente por imaginar coisas do que a própria traição. Dessa forma, a infidelidade pode não ser a pior coisa que o parceiro faça ao outro, ela é apenas uma das mais perturbadoras e desorientadoras porque é capaz de destruir um relacionamento, não necessariamente pelo ato sexual, aliadas as mentiras e segredos que passam a distanciar o casal.

Muitos são os comportamentos que revelam que uma pessoa pode estar se excedendo em seu ciúme, se acaso, não esteja tão claro para a própria pessoa. Comportamentos tais como examinar bolsos, carteiras, recibos, contas, roupas íntimas e lençóis, ouvir telefonemas, abrir correspondências, seguir o cônjuge ou mesmo contratar detetives particulares para fazer isso costumam não aliviar e ainda agravar sentimentos de remorso e inferioridade das pessoas que padecem de ciúme excessivo. Um exemplo disso é caso que Wright (1994) descreveu de uma paciente que chegava a marcar o pênis do marido com caneta para conferir a presença desse sinal no final do dia.

O ciúme é de grande interesse da psiquiatria, sobretudo para a forense e também para a psicologia, a partir do momento que sua manifestação é patológica e destrói a harmonia do relacionamento (Gillard, citado por Todd, Mackie & Dewhurst, 1971; Torres, Ramos-Cerqueira & Dias, 1999; Rassol, 1996). Ainda que de grande importância para ser estudado, outro fator complicador deste estudo é a vagueza e a indistinção do limite entre o ciúme

normal e o patológico (White & Mullen, 1989).

De acordo com os autores Kingham & Gordon (2004), o ciúme patológico é um conjunto de pensamentos e emoções irracionais, junto com comportamentos extremos ou inaceitáveis, em que o tema dominante é a preocupação com a infidelidade do parceiro sexual sem base em evidências concretas. Bishay, Petersen & Tarrier (1989) e Tarrier *et al* (1990) propuseram que pessoas com ciúme patológico tendem a fazer distorções sistemáticas e erros em suas interpretações e percepções de eventos e informações, então um evento precipitador dá chance à suspeitas inconsistentes e provocam o ciúme patológico.

O ciúme patológico pode ser diagnosticado ainda que o parceiro considerado infiel realmente o seja ou tenha sido (Kingham & Gordon, 2004; Soyka, Naber & Völcker, 1991). Uma das dificuldades para se diagnosticar o ciúme patológico é a possibilidade de haver outra psicopatologia dominante. Dentre as co-morbidades mais comuns relatadas está o Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC), sugerido por alguns autores como Tarrier *et al* (1990); Dolan & Bishay (1996); Parker & Barret (1997); Gangdev (1997); Torres, Ramos-Cerqueira & Dias, 1999; Michael, Mirza, Babu & Vithayathil, 1995; e Cobb & Marks, 1979.

Um estudo realizado por Cobb & Marks (1979) analisou quatro sujeitos com ciúme patológico acompanhado por rituais compulsivos. Neste estudo os autores chegaram à conclusão de que o ciúme patológico pode se diferenciar do TOC na medida em que ele sempre envolve duas pessoas. Ainda assim, o ciúme patológico pode surgir decorrente ao abuso de certas substâncias, transtornos mentais, transtornos de personalidade, neuroses e psicoses (Kingham & Gordon, 2004).

Alguns autores chegam a equiparar o ciúme patológico a um estado de delírio (Enoch & Trethowan, citado por Kingham & Gordon, 2004). O fundamento do delírio nesta psicopatologia é limitado à desconfiança ao cônjuge, sendo que outros sintomas (delirantes) não são colocados. Neste delírio, pacientes com ciúme patológico têm a tendência a serem violentos com o cônjuge e em alguns casos podem chegar a cometer crimes (Mukai, 2003).

Mukai ressalta que o delírio no ciúme patológico não deve ser equiparado ao delírio da esquizofrenia, pois é um delírio limitado aos pensamentos de infidelidade. No caso do ciúme patológico os delírios são passíveis de possuir crenças equivalentes não-delirantes em indivíduos sadios, ou seja, o delírio e o não-delírio são muito similares, pondo em questão a distinção entre normal e patológico.

No que tange o ciúme patológico, geralmente, não há fatos reais e, se



existem freqüentemente superam o valor do acontecimento. Indubitavelmente, a definição para o ciúme patológico deve incluir, uma inexplicável suspeita associada à fidelidade do parceiro que modifica os pensamentos, sentimentos e o comportamento do paciente. Como essa suspeita não é confirmada por qualquer prova real e não somente prejudica a vida da pessoa que sofre deste transtorno, como também afeta o parceiro e o relacionamento. Há tentativas para confirmar estas suspeitas são comuns e pode envolver a interpretação da correspondência do parceiro, a checagem dos seus trajetos e a contratação de detetives particulares. Então, freqüentemente, a pessoa enciumada interroga constantemente seu parceiro sobre os eventos que ocorreram em seu dia e sobre os supostos episódios de infidelidade. O evitar situações que provocam ciúme também é comum. Discussões e acusações também acontecem e podem resultar em violência verbal ou física. Dessa forma, a partir de uma emoção considerada normal, o ciúme pode se manifestar de uma forma explosiva, intensa. O indivíduo exagera em suas atitudes que expressam ciúme, não tem uma perspectiva de haver um fim, apesar de comprovar que suas suspeitas não são reais, gerando ansiedade, depressão, raiva, culpa, insegurança e desejo por retaliação. A aparição de ciúme excessivo com um sentimento de posse sobre o cônjuge e um temor de perdê-lo, originados pela existência de uma insegurança pessoal, leva a uma diminuição do respeito à pessoa amada. Desta maneira, o ciúme demonstra um sinal de instabilidade emocional acentuada, confundindo amor com posse (Hintz, 2003).

Os autores Easton, Schipper e Shackelford (no prelo) se questionam a respeito da relatividade que pode haver entre os perigos implicados pelo ciúme mórbido e o ciúme sexual, apontando para os dados de Daly & Wilson (1988) que nos mostram que o maior preditor de homicídios é o ciúme sexual até então.

Nas palavras de Mira y López: “Na realidade, o ser ciumento trava uma batalha consigo próprio, e não contra quem ama ou contra quem cobiça o bem amado. É no próprio núcleo do amor “ciumento” que se engendra a inquietação e cresce a biotoxina que o envenena” (Myra y López, 1998, p. 174). “O indivíduo ciumento permanece ambivalente entre o amor e a desconfiança de seu parceiro, tomando-se perturbado, com labilidade afetiva e obcecado por triangulações” (Hintz, 2003, p. 48). Pessoas ciumentas podem se tornar obsessivas com detalhes de seus rivais (Guerrero & Afifi, 1999). Tipicamente a pessoa ciumenta precisa de constante reafirmação de seu amor-próprio. Em geral, esta desconfia de seu próprio valor e, por isso, tende a julgar que não é tão importante e nem bastante amada.

Principalmente para o ciumento irrealístico o maior sofrimento é em

decorrência da incerteza quanto à traição. Consoante Ramos (2000) mais importante que a confirmação da infidelidade em si é a incerteza que consome a mente destas pessoas, porque em casos de ciúme extremo decorrentes de disfunção perceptiva, mesmo que não haja provas evidentes da infidelidade do parceiro, o ciumento toma alguns indícios como se fossem provas irrefutáveis, cuja validade ou falsidade é indiferente para o seu grau de sofrimento.

Ciúme patológico e quadros comórbidos associados.

O Ciúme Patológico pode coexistir com qualquer diagnóstico psiquiátrico. Entre pacientes internados os delírios de ciúme foram encontrados em 1,1 % deles. As prevalências diagnósticas foram às seguintes: psicoses orgânicas em 7%, distúrbios paranóides em 6,7%, psicoses alcoólicas em 5,6% e esquizofrenias em 2,5% (Soyka, 1995). Em pacientes ambulatoriais o Ciúme Patológico relaciona-se em grande parte a quadros depressivos, ansiosos e obsessivos. Outra ocorrência que costuma estar associada ao ciúme é a Esquizofrenia. A prevalência do Ciúme Patológico com características delirantes em pacientes internados costuma ser de apenas 1 a 2,5%. Então, o que se percebe, é que seria bem mais freqüente em transtornos demenciais e em quadros depressivos do que na esquizofrenia (Soyka, 1995).

Para a psiquiatria o Ciúme Patológico aparece como sintoma de diversos quadros, desde nos Transtornos de Personalidade até em doenças francamente delirantes. Enquanto o ciúme normal seria transitório, específico e fundamentado em fatos reais, o Ciúme Patológico seria uma preocupação infundada, absurda e emancipada de qualquer contexto. Enquanto no ciúme não-patológico o maior desejo é preservar o relacionamento, no Ciúme Patológico haveria o desejo inconsciente da ameaça de um rival (Kast, 1991). Contudo, é interessante observarmos que a maioria dos portadores de Ciúme Patológico, não está dentro dos hospitais e nem nos ambulatórios (Shepherd, 1961).

Ballone (2005) sinaliza alguns pontos importantes, sobretudo, para a prática clínica no tratamento para o ciúme, sobretudo quando este está relacionado a outros quadros psicopatológicos:

“o primeiro ponto importante quando diante de um indivíduo com preocupações de ciúme seria avaliar a racionalidade ou não dessas preocupações, assim como o grau de limitação ou prejuízo que acarretam. O grau de prejuízo costuma ser diretamente proporcional ao caráter patológico. Não raro, atualmente, as preocupações com fidelidade não chegam a ser absurdas e muitas vezes são bastante compreensíveis. A seguir, deve-se buscar um entendimento



psicopatológico do sintoma, diferenciar se o fenômeno se trata de uma idéia obsessiva, prevalente ou delirante. Nesse sentido, é fundamental avaliar o grau de crítica do indivíduo em relação a essas preocupações. Como se sabe, uma pessoa pode estar delirante, ainda que o cônjuge de fato o(a) esteja traindo. Isso ocorre quando a crença na infidelidade for baseada em fatos ou atitudes que em nada a justifiquem, e se for inabalável e irremovível pela crítica racional. O terceiro aspecto seria a busca do diagnóstico responsável pelo sintoma, o qual, como dissemos, pode se tratar de uma obsessão, idéia prevalente ou delírio. Nunca é demais ressaltar que, da mesma forma que a ocorrência de delírios não implica nenhum diagnóstico específico, obsessões e compulsões não são sintomas característicos e exclusivos do Transtorno Obsessivo-Compulsivo”

Deve-se olhar atentamente para as razões elencadas pela pessoa que sente ciúmes, com a finalidade de identificar a lógica de seu raciocínio. Desta forma, ao se tomar como referência à leitura que a mesma faz dos fatos, conclui-se, logicamente, que, em seu lugar, provavelmente qualquer pessoa sentiria o mesmo. Todavia, embora ela esteja em posse de toda a argumentação intelectualmente convincente para justificar seus atos e pensamentos, é bom lembrar que esta estruturação está distorcida de alguma maneira, talvez imperceptivelmente a si próprio, ou a qualquer leigo de sua situação.

Além da análise dos sintomas, inquirindo a respeito da natureza da preocupação de ciúme e a força da crença, é fundamental avaliar também o sofrimento gerado tanto para o indivíduo quanto para o cônjuge, o grau de incapacitação no trabalho, na vida conjugal, no lazer e na sociabilidade. Deve-se verificar ainda o risco de atos violentos e a qualidade global do relacionamento (Pam & Pearson, 1994).

Como o ciúme é alimentado pela falsa imagem que a pessoa faz de si mesma, as obsessões que ela cria podem apresentar comorbidade, isto é, acompanhar outros quadros psiquiátricos como, principalmente as depressões, demências e esquizofrenias, Transtornos Obsessivo-Compulsivos, o que este, ocorre com alta frequência, dificultando o diagnóstico diferencial (Ballone, 2005).

Ainda se pode caracterizar o delírio de ciúme bem em sua forma pura, sem alucinações ou deterioração da personalidade, numa apresentação monossintomática. Este quadro atualmente denominado Transtorno Delirante de Ciúme, seria uma ocorrência bem mais rara. No DSM-IV^{TR} os Critérios Diagnósticos para Transtorno Delirante (F22.0 - 297.1), onde se inclui o Transtorno Delirante de Ciúme seriam:

- A. Delírios não-bizarros que envolvem situações da vida real, tais como ser seguido, envenenado, infectado, amado a distância, traído por

- cônjuge ou parceiro romântico ou ter uma doença com duração mínima de 1 mês.
- B. O critério A para Esquizofrenia não é satisfeito. Nota: alucinações táteis e olfativas podem estar presentes no Transtorno Delirante, se relacionadas ao tema dos delírios.
 - C. Exceto pelo impacto do(s) delírio(s) ou de suas ramificações, o funcionamento sócio-ocupacional não está acentuadamente prejudicado, e o comportamento não é visivelmente esquisito ou bizarro.
 - D. Se episódios de humor ocorreram durante os delírios, sua duração total foi breve relativamente à duração dos períodos delirantes.
 - E. A perturbação não se deve aos efeitos fisiológicos diretos de uma substância, como por exemplo, uma droga de abuso, um medicamento ou não se deve a uma condição médica geral (onde se exclui o ciúme do alcoólatra).

Especificar tipo (os tipos seguintes são atribuídos com base no tema predominante do(s) delírio(s):

- Tipo Erotomaniaco: delírios de que outra pessoa, geralmente de situação mais elevada, está apaixonada pelo indivíduo.
- Tipo Grandioso: delírios de grande valor, poder, conhecimento, identidade ou de relação especial com uma divindade ou pessoa famosa.
- Tipo Ciumento: delírios de que o parceiro sexual do indivíduo é infiel.
- Tipo Persecutório: delírios de que o indivíduo ou alguém chegado a ele está sendo, de algum modo, maldosamente tratado.
- Tipo Somático: delírios de que a pessoa tem algum defeito físico ou condição médica geral.
- Tipo Misto: delírios característicos de mais de um dos tipos acima, sem predomínio de nenhum deles.
- Tipo Inespecífico.

Há vários anos se suspeita que o TOC poderia se manifestar como uma forma de Ciúme Patológico. Nesse caso, os pensamentos associados ao quadro clínico de Ciúme Patológico seriam indistinguíveis dos pensamentos obsessivos. Conseqüentemente, os pensamentos de ciúme seriam rumações e as buscas por evidências da infidelidade, rituais compulsivos de verificação. Muitos pacientes teriam crítica e constrangimento por esses pensamentos e se esforçariam para afastá-los.

Consoante Parker e Barrett (1997) o ciúme considerado normal dá-se



num contexto interpessoal, entre o sujeito e o objeto, enquanto o ciúme no TOC seria intrapessoal, acontecendo somente dentro do sujeito. O ciúme normal envolveria sempre duas pessoas, e os pacientes melhorariam quando sem relacionamentos amorosos.

Vários autores têm sugerido a relação entre TOC. e ciúme, onde pensamentos de ciúme podem ser vivenciados como excessivos, irracionais ou intrusivos e podem levar a comportamentos compulsivos, tais como verificação compulsiva (Brechani, Coelho, Leite, Franco & Santos, 2002; Shepherd, 1961). Então, ao se considerar os tipos de ciúme patológicos, podemos então observar que, enquanto no Ciúme Delirante o paciente está solidamente convencido da traição, no ciúme obsessivo esta pessoa sentirá dúvidas e ruminções sobre provas inconclusivas, em que certeza e incerteza, raiva e remorso alternam-se a cada momento.

É importante salientar que em estudos sobre TOC, o tema do Ciúme Patológico foi muito pouco abordado, possivelmente por não ser um sintoma muito típico, e em trabalhos que estudam o Ciúme Patológico em geral, sua apresentação como uma manifestação sintomatológica do T.O.C. também é pouco enfatizada, talvez por não estar entre os sintomas mais proeminentes.

Segundo Ferreira (2005) no Ciúme Patológico o amor do outro é sempre questionado e o medo da perda é continuado, enquanto no amor normal (ou ideal) o medo não é prevalente e o amor não é questionado. No TOC há sempre dúvida patológica com verificações repetidas, mesmo fenômeno que se observa no ciúme patológico. O medo da perda é também um sintoma proeminente no TOC, tanto quanto no Ciúme Patológico. Neste, a perda do ser amado não diz respeito à perda pela morte, como ocorre num relacionamento normal, mas o temor maior, o sofrimento mais assustador é a perda para outro(a).

Vejamus um exemplo de um caso clínico explicitamente relacionado a um caso de TOC apresentado por Torres, Ramos-Cerqueira & Dias (1999, p. 168):

“G.O.F., 24 anos, técnico de eletrônica. Aos 17 anos rompeu com sua primeira namorada, que adorava, porque soube que ela saiu com outra pessoa, tendo sofrido muito nessa época. Há três anos começou a namorar uma moça da sua igreja, de 18 anos, que conhecia desde criança. Após um ano começou a ser atormentado por pensamentos de traição, que relaciona ao fato de estar gostando demais dela e terem planos de casamento. Apesar de confiar nela, os pensamentos ficavam “como um ponto de interrogação”, incomodando: “será que ela está mesmo na escola, será que não está com alguém?”. Passou a ter impulsos incontroláveis (sic) de pergun-

tar pessoalmente ou por telefone se estava mesmo onde disse que estaria, ir atrás dela, mexer em sua bolsa e em suas gavetas para verificar, o que considerava um comportamento “mediocre e infantil”. Dizia que não tinha sossego de cabeça e só pensamentos maliciosos, contra os quais procurava lutar, pois tinha consciência de que isso estava atrapalhando e até pondo em risco o relacionamento: “sei que a estou sufocando, fazendo-a sofrer e que isso não tem sentido, mas acabo fazendo”. Nega outros sintomas obsessivo-compulsivos anteriores. Sempre teve bom relacionamento com os pais e a única irmã, 16 anos mais nova. De família crente, nunca usou álcool ou drogas, nem teve relacionamento sexual. Medicado inicialmente com 20 mg de fluoxetina, sentiu-se muito ansioso, inquieto e insone, interrompendo o uso após três semanas. Com clomipramina 25 mg experimentou melhora dos pensamentos de ciúme após 10 semanas, mas tinha muita sonolência, aumento de apetite e engordou quatro quilos. Introduzida paroxetina 20 mg/dia, obteve melhora gradual significativa, sem efeitos colaterais relevantes. Passou a sentir-se mais relaxado e despreocupado, trabalhando melhor, sem necessidade de fazer tantas perguntas ou checar onde ela estava o tempo todo. Os pensamentos tornaram-se cada vez mais raros e passageiros, o relacionamento melhorou muito e casaram-se três meses após o início dessa última medicação. Ainda em seguimento, diz estar “melhor impossível”, muito feliz, pois tiveram uma boa adaptação sexual e “não há mais pensamentos ruins”

Como o ciúme decorre da sensação da rejeição e da antecipação do abandono, é importante ainda considerar, sobretudo, quando sobrevier uma hipótese de T.O.C., os fatores de predisposição emocional, como, por exemplo, os sentimentos de inferioridade e insegurança, os transtornos psicológicos atuais ou anteriores, as experiências passadas de separação ou infidelidade, traumas de relacionamento dos pais.

Os fatores precipitantes também merecem atenção, como é o caso do estresse atual, das perdas, mudanças e comportamentos provocativos do cônjuge. É sempre necessária uma avaliação parcimoniosa, cuidadosa e global em cada caso em particular.

Ciúme e alcoolismo.

É explicitada por meio de vários autores uma possível relação entre o ciúme patológico e o alcoolismo, contudo esta associação ainda é indefinida (Michael, Mirza, Babu, & Vithayathil, 1995; Shrestha, Rees, Rix, Hore



& Faragher, 1985; Mullen & Martin, 1994; Kingham & Gordon, 2004). Diferentes estudos mostram que os alcoólistas podem desenvolver delírios de infidelidade, que primeiramente se manifesta quando alcoolizados, e após, persistem quando o paciente não está alcoolizado (Michael, Mirza, Babu & Vithayathil, 1995).

A prevalência do ciúme patológico no alcoolismo gira em torno de 34% (Michael, Mirza, Mina, Babu & Vithayathil, 1995). A evolução comum do ciúme patológico como sintoma do alcoolismo, pode ser, inicialmente, apenas durante a intoxicação alcoólica e, posteriormente, também nos períodos de sobriedade.

Os delírios de infidelidade que aparecem na relação entre alcoolismo e o ciúme patológico estão freqüentemente relacionados aos órgãos sexuais, as relações sexuais e ao envenenamento pelo parceiro (Rassol, 1998). Shepherd (1961) sugeriu que raramente o alcoolismo seria a causa primária do ciúme patológico, e ocorreria apenas em quem já tivesse predisposição a ele.

Independentemente da confirmação da literatura, são bastante conhecidos os delírios de ciúme de alcoólatras, vivenciados cotidianamente por diversas famílias, ao ponto desse sintoma ser considerado e confundido, por muitos, como um atributo característico do alcoolismo.

Por parte dos homens que acorrem à clínica, geralmente, são relatados problemas relacionados com a impotência sexual associada ao alcoolismo como importante fator no desenvolvimento de idéias de infidelidade, e relacionadas aos sentimentos de inferioridade e rejeição.

Em contrapartida, para as mulheres, fases de menor interesse sexual ou atratividade física, como ocorre na gravidez e menopausa, produziriam redução da auto-estima, aumentando a insegurança e a ocorrência do Ciúme Patológico.

Certa vez, um ex-paciente, um caminhoneiro de 42 anos me procurou dizendo ter o seu casamento em crise. Casado há 14 anos e sendo que sua parceira atual estava com 30 anos disse que a conheceu ‘por brincadeira’ (sic), pois já a conhecia, bem como toda a família dela. Namoraram um ano antes de serem casados. Então, hávia 3 meses que ele me disse que andava percebendo que a sua situação afetiva dentro do relacionamento tinha mudado e que a parceira não estava tratando-o amorosamente.

Ao que tudo parecia, a parceira estava procurando motivos para que eles brigassem. Dizia ter visto sinais entre a parceira e as amigas desta, quando ele se aproxima da casa onde moram. Diz que sua parceira mudou os hábitos e que não mais lhe cobra nada, e que a parceira o interpelava dizendo que o relacionamento de ambos estava monótono. O paciente ainda relatava

que a tinha procurado constantemente e quando ligava na casa da parceria dizia ninguém saber onde ela se encontra.

Nesta época, andavam se vendo muito pouco (sómente aos finais de semana e mesmo assim nem sempre). “Ela inventou umas regras, como por exemplo, que só nos veríamos aos finais de semana. Iríamos morar juntos, sabe ela me propôs um tempo” (sic). Ele ainda dizia que ela “não reconhece os meus esforços” (sic). Era nítido no comportamento do paciente o motivo pelo qual a parceira dele estava sutilmente querendo se distanciar dele: a bebida. Contudo, para ele, o problema era que a parceira não queria dar continuidade ao relacionamento deles e o que ele precisava era de um psicoterapeuta que pudesse convencer a mulher a voltar para ele.

Para confirmar a minha suspeita, perguntei o que ele gostaria que eu fizesse. Ele me disse que queria que eu ligasse para a esposa que estava morando na casa da mãe e que não atendia mais às ligações dele e que eu a convencesse a ir fazer psicoterapia de casal. Percebam, o homem estava tão transtornado, ante as possibilidades da dor da rejeição e as implicações do ciúme relacionadas a uma perda eminente do ser amado. Então me propus a ligar, mas prevendo o que iria certamente ouvir da mulher dele, fui alertando-o a continuar a fazer a psicoterapia independentemente da adesão dela a minha proposta. Então, contatei a esposa do paciente e ela confirmou as minhas suspeitas: ela o estava abandonando devido à bebida e porque ele ao beber ficava muito agressivo e perdia completamente a noção da realidade.

Então, ela temia por si e pela criança (filha deles) e como uma medida protecionista ela preferiu se separar dele. Disse-lhe que poderíamos tentar expor os motivos do afastamento juntos, ainda que ela já tivesse tentado fazê-lo de outras formas, desta vez contando com a minha presença. A esposa concordou, mas mostrou uma extrema indisponibilidade em comparecer à sessão.

Ao chegar para a sessão, disse que ela tinha sido acordada aos berros do marido no portão da casa da mãe lembrando-a que eles tinham terapia de casal às 14 horas comigo. Como a esposa chegou pontualmente e ele não, eu comecei a conversar com ela e fechei a porta do consultório, que quase foi arrombada à chegada do marido 10 minutos depois que ele entra bastante desconfiado por já termos iniciado a sessão pontualmente antes dele.

Talvez seja desnecessário dizer que a sessão transcorreu tensa para todas as partes e que a notícia de que ela preferia permanecer sem ele foi inevitavelmente dada por mim o que o desagradou muitíssimo. Também os relembrei que acima de toda a história que ali se encerrava, permaneceria a filha dos dois, que não deveria ser utilizada como escudo dos interesses de



ambos. Bem, ainda o convidei a prosseguir a continuar o trabalho terapêutico para ele elaborar sua dor e a refazer a vida dele, mas ele rudemente não aceitou, o que eu naturalmente compreendi, dada às circunstâncias.

Vejamos outro caso de ciúme, dessa vez, tragicômico, relatado por outra paciente, de 37 anos e seu companheiro de 49 anos que nos mostra que não é preciso ter o ego totalmente diluído pelo álcool para se engajar em problemas relacionados ao ciúme:

“Foi assim... quando me separei eu já conhecia um rapaz que sempre conversava com meu ex-marido. Eles bebiam no bar e quando eu ia ao bar e via os dois conversando, eu olhava esse conhecido do meu marido e pensava, ele é bonito. Ficava sem graça com ele. Ele despertava em mim algo bom, gostoso e pensava, eu não poderia ter um homem assim pra mim? Foram seis meses assim... Aí fui pra Minas Gerais, separei do marido e voltei solteiríssima com 3 filhos. Um amigo nosso é apaixonado por mim e todos da turma queriam que eu ficasse com ele. Ele é uma pessoa boazinha, me ama, faz tudo por mim, só que tem dois defeitos: ele é pobre e cheio de filhos. E horroroso, feio, feio. Desculpe-me foram mais do que dois defeitos. Até, tentei ficar com ele, mas a química não deu certo; não acredito na frase: ame quem ama você. Não dá certo quando a gente não gosta, o amor não vem com o tempo. Aí eu falei para este meu amigo chamado Mathias, que eu gostava de um conhecido que freqüentava o mesmo bar que nós freqüentamos. Ele ficou muito triste. Dr. Thiago, eu quis contar para ele para eu começar a dar em cima do rapaz que eu gostava. Eu já estava ou estou apaixonada por ele, e ele, o João, tinha que saber, porque os dois são conhecidos e um dia ia saber dos outros e eu queria que ele soubesse da minha boca... Um sábado antes da Copa bebi muito e encontrei o tal cara. O nome dele é Vítor. Vi ele, eu estava embriagada. Ele mora ao lado do bar e entrou na casa dele. Pedi para uma vizinha dele que é minha amiga para ir na casa dele para convidar ele para tomar uma cerveja na casa de uma vizinha e ele não aceitou. Aí eu fui na casa dele na mesma noite não conformada e chamei ele e ele não quis ir. Jamais faria isso Dr. Thiago, no meu estado normal. Fiquei envergonhada. No dia seguinte, encontrei ele no bar e pedi desculpas para ele de ter tocado a campainha da casa dele na noite passada. E fiquei no bar com ele bebendo cerveja e fiquei bêbada e disse para ele que gostava dele, mas acho que ele não se interessou. Aí o bairro todo descobriu que eu estava gostando dele. Não que ele contou, mas todos me viram dando em cima dele... que vergonha... A turminha da rua do bar decidiu festejar os dias da Copa no bar. Fizemos churrasco, bebemos e foi muito gostoso. E ele olhava para mim, eu olhava para ele. O Mathias que gosta de mim, observava muito triste e todos observavam os três. Até a família do Vítor,

mãe, irmã, sobrinho, cunhados falavam: Ah! é aquela cabeleireira e riam. Nas festas peguei amizade com a família dele toda. Menos com ele eu conversava, afinal levei dois foras, mas demonstrava para ele que eu estava no pedaço, se quiser estou aqui.

No penúltimo jogo da Copa, na hora do jogo ele não estava, mas estava a família dele. Eles disseram que ele estava trabalhando. Vi que eles estavam tristes e me disseram que os pais deles, que é separado da mãe deles, estava internado no Incor entre a vida e morte. Prestei solidariedade o jogo inteiro com eles. De repente, todas as irmãs saíram e foram ao hospital ver o pai, que tinha piorado e só a mãe dele ficou na casa e os netos.

Quando ele chegou era uma 18 horas e eu estava na rua bebendo uma cerveja e fiquei na minha. Eu nem queria cumprimentar ele naquele momento de dor e pensei agora ele chegou e vai ao hospital. Que nada, ele saiu da casa dele e foi tomar uma cerveja no bar. Nisto veio a minha vizinha, que é vizinha também dele e foi dar solidariedade a ele. Depois ela chegou e falou para mim vai conversar com ele; ele está triste lá sentado no bar. Quando fui me levantar, apareceu uma menina, o beijou, pegou um banquinho e sentou com as pernas, dentro das pernas dele e ficaram os dois rindo e conversando e eu fiquei uma fúria. Misturei a bebedeira com a raiva durante uma hora. Não agüentei ver os dois conversando, peguei um amigo, chamei para dançar e ele estava com um copo de cerveja na mão e ficamos do lado dos dois dançando. Peguei a mão do meu amigo e joguei a cerveja toda na menina e ela não viu, mas ele viu e eu disse a ele: gostou do banho que dei nela? Ele disse com os olhos furiosos: “não tinha necessidade de fazer isso, é ridículo!”. Saí do bar. Meia hora depois vi uma gritaria no bar, era a menina brigando com ele, brava porque ele não falava para ela quem derrubou a cerveja nela. Aí foi uma baixaria; ela jogou cerveja nele, xingou ele e eu só de longe vendo e ele me olhava com um olhar de raiva para mim e a turma do bar falava: Luiza, saia daqui que vai sobrar para você. Meu amigo, Mathias, que gosta de mim, viu o que eu aprontei e começou a me xingar; falou que eu era uma baixa, que eu provoquei a briga. Aí eu comecei a xingar ele, que ele estava com ciúmes de mim com o Vítor, porque nunca senti ciúmes dele. Aí eu entrei na casa da minha amiga e comecei a chorar. Saí na mesma hora e fui falar com o Vítor no bar, aí ele me chamou de baixa e mandou-me sair de perto dele. Comecei a chorar e voltei para a casa da minha amiga. Chorei, chorei e muito, quando de repente chegou a filha da minha vizinha e falou para mim: o Vítor acabou de sair do bar chorando, Luiza, o pai dele morreu. Eu disse a minha vizinha: ele agora vai me odiar, com a minha bebedeira estraguei tudo; vou embora para casa, porque o pai dele morreu. Saí, peguei as minhas coisas. Quando saí da casa da minha vizinha, passei em



frente o bar e vi a menina que joguei cerveja e a chamei: fofa, quer saber quem jogou cerveja em você? Fui eu sua tonta, não foi o Vítor. Ela levantou, me agarrou pelos meus cabelos e começou a me bater e eu fiquei imóvel e o pessoal agarrou ela e ela avançava em mim. O pessoal me segurava forte e eu só queria ir embora; foi um desastre. Minha vizinha me contou depois, que enquanto eu brigava com a moça do bar, alguém ligou para o Vítor no hospital e contou a ele da briga. Nisso que ele desligou o celular, ele contou para a família dele, o pai morto do lado e todos começaram a rir e esqueceram do pai que estava morto. No dia seguinte, a minha vizinha foi ao funeral e o assunto era eu e a minha vizinha achou cômico e disse para mim: Luiza, o pai morto, ninguém chorava no velório, só riam falando de você e do Vítor; foi muito engraçado. Aí eu disse para a minha vizinha: Pelo menos amenizou o velório; eles riram as minhas custas e não sofreram muito”

Às vezes, o ciúme pode mostrar casos engraçados aos olhos das pessoas que estão fora da relação, mas quando a(s) parte(s) envolvida(s) caem em si, percebem as besteiras que cometeram, muitas vezes por estarem em estado alcoolizado, os sentimentos dos envolvidos acabam sendo controversos. A maioria das vezes, sentimentos de vergonha, por ter feito papel de bobo, diante de outras pessoas, vem à tona e pode acontecer de que a pessoa sintasse muito mal e acaba se isolando e neste caso, especificamente, vemos uma mulher que acabou de separar do marido e que talvez tenha confundido seus sentimentos, além é claro que o álcool, potencializou sua maneira de ver e demonstrar seus sentimentos.

O incipiente número de pacientes diagnosticados com ciúme patológico, provavelmente, deve estar relacionado com a dificuldade de se diagnosticar esta psicopatologia (Sagarin & Guadagno, 2004). Tal dificuldade, por sua vez, se dá pela falta de estudos na área, que dificulta uma maior compreensão acerca do ciúme patológico, assim como inviabiliza a possibilidade de existência de um conceito fechado para o ciúme, de modo que este seja distinto de outros (Michael, Mirza, Babu & Vithayathil, 1995; Torres, Ramos-Cerqueira & Dias, 1999).

Mullen & Martin (1994) realizaram um importante estudo acerca do ciúme patológico na comunidade. Dos 600 sujeitos analisados, todos responderam positivamente a pelo menos uma das questões relativas ao ciúme, indicando alguma experiência com o ciúme. A situação desencadeante (do ciúme) mais freqüentemente citada (63 % dos sujeitos) foi quando o parceiro mostra interesse por outra pessoa; e, o medo mais comum foi o de perder o parceiro (65% dos sujeitos) e o segundo (21%) era o medo da perda da

atenção dada pelo parceiro.

O ciúme em Marte e o ciúme em Vênus.

O ciúme incomoda algumas pessoas mais que outras. Em parte, isso deriva dos diferentes modos de revelações a uma atual ou potencial infidelidade, mas em parte isso reflete também diferentes modos de como o indivíduo sente o relacionamento. Em relação aos estudos duas são as conclusões que os autores chegam, embora não haja muita concordância: (1) o ciúme afeta igualmente ambos os sexos (e.g. Buss, 2000); (2) as mulheres demonstram mais ciúme que os homens (Sagarin & Guadagno, 2004; Mullen & Martin, 1994). Este último, talvez se deva mais por uma questão cultural, porque os homens provavelmente podem até manifestar o ciúme similarmente como as mulheres, mas o fazem de uma forma mais velada. Porém, não há um consenso entre os autores acerca desta questão, já que os diversos experimentos obtiveram diferentes resultados.

Contudo, parece que as mulheres tendem a reportar grande ciúme em resposta a imaginação ou confirmação de uma infidelidade emocional (Sagarin & Martin, 1994). Ainda sobre a diferenciação entre os sexos no ciúme, a maioria dos estudos encontrou que homens e mulheres não diferem na frequência ou na magnitude do ciúme.

A pesquisa "*Ciúme romântico e infidelidade amorosa entre paulistanos: Incidências e relações*" que eu realizei mostrou que as mulheres, ao menos no universo que eu pesquisei, isto é, não foi encontrada diferenças nas intensidades de ciúme dos pesquisados. Saliento, assim que os resultados obtidos em meu estudo devem ser considerados com cautela uma vez que a amostra observada foi pequena e contou com a ajuda de voluntários, o que pode deixar certa margem de dúvidas para a generalização dos achados.

O estudo de Pines e Aronson (1983) concluiu que as reações mais frequentes para o ciúme, independente do sexo, eram: pena, confusão, segurança, excitação e superioridade, enquanto as menos frequentes foram: tristeza, alegria, depressão, desconforto e frustração.

Todavia, embora o ciúme tenha pontos em comum entre os sexos, as nuances de suas reações diferem de sexo para sexo e de pessoa para pessoa. Em termos gerais, é como se as mulheres fossem mais introspectivas na elaboração do seu ciúme enquanto que as manifestações masculinas seriam mais notórias. Mas, há casos e casos, e há exemplos ilustrativos e exceções para todos os casos.



Quando o ciúme pode se tornar uma obsessão na vida de uma pessoa.

Vejam, ainda, o exemplo de um caso de ciúme irrealístico, não relacionado nem ao ciúme, nem ao alcoolismo, narrado por uma estudante de psicologia de 21 anos, que namorava um jovem de seus 23 anos, há sete anos:

“...então, num dia desses cheguei da faculdade no mesmo horário de sempre, por volta de meia noite...meu namorado pegou meu fichário e começou a folheá-lo. Ele nunca havia feito isso antes, por isso achei estranho... Perguntei o motivo, fingiu estar curioso em saber o que eu estava aprendendo, inclusive fez comentários do tipo:-nossa! que difícil, não estou entendendo nada... fiquei até feliz por estar se preocupando comigo. De repente, pegou minhas dez pastas que continham todos os xérox das matérias que estudo e começou a verificar folha por folha, quando percebi que já se passava das três horas da manhã, fiquei nervosa pois precisava descansar, dormir, pedi para que guardasse toda aquela bagunça. Então, começou a falar que eu não escrevia o nome dele nas minhas coisas, que eu não gostava dele etc, etc... foi quando observou uma folha toda escrita por mim e começou a ler, se tratava de um resumo de um texto sobre adolescência, de um autor, um psicólogo chamado ÉRIK ERICKSON. Chegando numa certa frase do texto onde dizia: Segundo a concepção de ERICKSON, a adolescência... etc... Rodolfo ficou “cego” de ciúme, e não compreendeu o texto, somente enxergou o nome do autor dizendo que este seria o nome do meu amante, que o nome dele sim eu escrevia nas minhas coisas, ele chorava feito louco, estava desesperado... eu ainda mais nervosa procurava o texto/xérox para mostrá-lo que de fato o nome seria de um autor do livro da matéria ...depois de quase meia hora procurando no meio daquela bagunça toda achei o texto, mostrei a ele, quando percebeu que estava completamente equivocado, abraçou-me com toda força, ali eu vi que realmente ele estava acreditando que o autor era meu amante. De tão “cego” de ciúme não conseguiu compreender o sentido da frase, só via o nome do autor”(sic).

Sob vários aspectos verifica-se que os pensamentos de ciúme partilham várias características com os pensamentos das obsessões: são freqüentemente intrusivos, indesejados, desagradáveis e por vezes considerados irracionais, em geral acompanhados de atos de verificação ou busca de nova segurança. Os indivíduos que avaliam suas atitudes como inadequadas ou injustificadas teriam

um maior número de sentimentos de culpa e depressão, enquanto os demais apresentariam mais raiva e comportamentos violentos (Ballone, 2005).

Os pensamentos ou ruminacões obsessivas de ciúme difeririam das suspeitas de ciúme na medida em que são facilmente reconhecidos pelo paciente como ego-distônicas, isto é, irracionais. Estas estariam associadas à resistência e culpa, enquanto as preocupações mórbidas são sintônicas, consistentes com o estilo de vida e centradas em problemas realísticos do indivíduo, raramente resistidas e somente algumas vezes associadas à culpa (Ferreira, 2005).

Para os pacientes obsessivos as preocupações de ciúme tipicamente envolvem maior preservação da crítica, mais vergonha, culpa e sintomas depressivos, menor agressividade expressa e muitas ruminacões e rituais de verificacão sobre acontecimentos passados (Ferreira, 2005). De fato, há ocorrências onde predominam comportamentos relacionados à depressão, tais como: retraimento, dependência e maior demanda por demonstracões afetivas, entremeados com raiva, ameaças e agressões.

De acordo com o DSM - IV^{TR}, as Obsessões, seriam caracterizadas por:

- A. pensamentos, impulsos ou imagens recorrentes e persistentes que, em algum momento durante a perturbação, são experimentados como intrusivos e inadequados e causam acentuada ansiedade ou sofrimento;
- B. os pensamentos, impulsos ou imagens não são meras preocupações excessivas com problemas da vida real;
- C. a pessoa tenta ignorar ou suprimir tais pensamentos, impulsos ou imagens, ou neutralizá-los com algum outro pensamento ou ação;
- D. a pessoa reconhece que os pensamentos, impulsos ou imagens obsessivas são produto de sua própria mente (não impostos a partir de fora, como na inserção de pensamentos).

Ferreira (2005, p. 49) ainda aponta que:

A ausência do termo ciúme nesses critérios seria o maior responsável pela relutância de muitos autores em diagnosticar o TOC em casos cuja apresentacão é centrada em preocupações de infidelidade. Apesar de haver temas de idéias obsessivas mais freqüentes no TOC, as possibilidades de conteúdos obsessivos e rituais compulsivos são infindáveis. Não há também nenhuma regra proibindo as idéias obsessivas de envolverem o tema ciúme com a mesma força que envolve a contaminação, sujeira, doença, etc. Devido a essa re-

10 A fim de se preservar o sigilo ético o nome da paciente, bem como dos envolvidos foi trocado para não permitir a identificacão da mesma.



sistência em se considerar o Ciúme Patológico como um Transtorno Obsessivo-Compulsivo normal com a diferença única no tema da idéia obsessiva, existem termos variantes do TOC, tais como Ciúme Obsessivo, Ciúme Obsessivo-Suspeitoso, forma Obsessivo-Compulsiva de Ciúme Patológico ou Ciúme com Características Obsessivas, evitando-se falar diretamente em Transtorno Obsessivo-Compulsivo. Talvez pelo tema ciúme ter forte natureza paranóide, a aproximação mais natural do transtorno seria com idéias delirantes e quadros tradicionalmente psicóticos.

Vejamos o caso de uma paciente¹⁰ Tamires, de 26 anos que foi em busca de psicoterapia porque se considerava uma ciumenta crônica:

“Entrei no orkut do Charles e vi que ele tinha autorizado uma mulher a fazer parte da sua lista. Era uma tal de Adriana Rosenbaue. Assim que vi a foto dela já fiquei irada, pois ela tinha dois peitões, coisa que sei que ele adora e eu não tenho. Não sei se peguei a troca de mensagens desde o início, mas comecei lê-las a partir do momento que ela colocou que o encontrou em uma comunidade espírita e queria fazer novas amizades. Ele respondeu que não sabia o porquê, mas imaginou que ela o tivesse visto nessa comunidade mesmo. Em seguida ele pediu o MSN dela visto que ele só acessava o orkut no período da noite. Ela colocou que realmente não gostava de MSN mas que poderiam trocar mensagens pelo orkut. Ele respondeu que esperava que se falassem porque só assim poderiam ter uma amizade legal. Morri de ciúmes porque achei que ele estava dando muita trela e fiquei com raiva dele porque há algum tempo atrás ele havia me falado que só havia pessoas conhecidas no orkut dele. E pelo visto não era bem isso que estava acontecendo. Espiei o perfil dela e vi que era psicóloga. Logo pensei: “Será que ela é amiga do Dr. Thiago e, só para testar o nível do meu ciúme, ele pediu que ela adicionasse o Charles no orkut?! Eu não acredito que ele teve a coragem de fazer uma coisa dessas comigo!” Estava quase certa de que realmente ele poderia ter feito isso e fiquei com muita raiva do Dr. Thiago ”(sic).

Esse tipo de ciúme é bem perigoso, não que alguns dos outros tipos de ciúme também não o sejam, mas quando a pessoa começa a ter delírios que dificultam uma relação, é preciso repensar a questão e a solução para o caso. Sem confiança, é difícil se estabelecer um relacionamento amoroso sério e o delírio, a fantasia pode detonar crises sérias, que podem envolver outras pessoas ou situações na relação, nem sempre verdadeiras.

O que se pode dizer, então, do caso acima? A paciente em questão é muito bem relacionada. Possui um excelente emprego, provém de uma boa família, é bonita, alvo de paquera de muitos homens, mas não consegue na

hora do nervoso provocado pelo ciúme sequer ter um pensamento coerente e ainda é capaz de confabular achando que o próprio psicólogo que atende o caso dela pudesse estar envolvido com uma infidelidade em potencial. Frequentemente o ciúme está relacionado com uma dificuldade da própria pessoa em ficar em contato com a realidade.

Roland Barthes, em seu livro, “Fragmentos de um discurso Amoroso”, nos ilustra a respeito do conflito que se instaura por ocasião da chegada do ciúme: “Como ciumento sofro quatro vezes: porque sou ciumento, porque me reprovoo de sê-lo, porque temo que meu ciúme machuque o outro, porque me deixo dominar por uma banalidade. Sofro por ser excluído, por ser agressivo, por ser louco e por ser comum” (Barthes, 1995, p. 47).

O sentimento denominado ciúme pode ser considerado normal, inerente à natureza do homem. Contudo, há uma linha tênue entre o ciúme normal e o patológico. Em questões de ciúme, esta linha divisória entre imaginação, fantasia, crença e certeza frequentemente se torna vaga e imprecisa. No âmbito do ciúme, as dúvidas podem se transformar em idéias supervalorizadas ou francamente delirantes.

Posteriormente à criação das idéias de ciúme, a pessoa é compelida à verificação compulsória de suas dúvidas. O(a) ciumento(a) então verifica onde e com quem a pessoa está e se ela estava mesmo onde disse que estaria, viola as correspondências do parceiro, averigua os contatos presentes na agenda do telefone celular, ouve telefonemas, examina bolsos, bolsas, carteiras, recibos, roupas íntimas, segue o(a) companheiro(a), contrata detetives particulares, e chega até ao ponto de pedir para amigos(as) seus ligarem para o(a) parceiro(a) para flertarem com o(a) mesmo(a) submetendo-o(a) a um teste de fidelidade etc.

Vejamos um caso narrado por uma paciente de 55 anos, anos depois de ter se desvencilhado dos perigos do ciúme relacionado à obsessão.

“Hoje relembro, eu acho que é a história de alguém, não a minha, porque não me entra na cabeça que eu tenha feito o que fiz por ciúme de um homem. Bom tudo começou quando eu tive a minha primeira filha e parei de trabalhar fora. Hoje, eu acho, não eu tenho certeza, que o que eu tive foi uma tremenda falta de amor próprio, de auto confiança, mas que passou, passou> Meus dias começavam pelas roupas dele. Na hora de lavá-las eu começava pela camisa, cheirava ela inteira. Vasculhava cada centímetro para ver se eu encontrava algum fio de cabelo, marca de batom, maquiagem. É lógico que quem procura acha e eu sempre encontrava alguma coisa. Eu cheguei ao cúmulo de mostrar uma camisa para uma vizinha para que ela me dissesse se o que eu estava vendo era mesmo verdade. Sim, porque se eu mostrava para ele, ele me chamava de



louca que eu estava vendo coisas, que tudo isso era problema da minha cabeça. Então, eu julguei que eu precisava de alguém de fora para eu saber se era realmente verdade, ou se era coisa da minha cabeça. Bem, mas não era coisa da minha cabeça, havia realmente marca de batom e maquiagem. Ótimo, eu não era louca! Em todos os lugares que alguém dizia para eu ir eu ia: era pai, era mãe de santo, era cartomante, umbanda, candomblé, Igreja Batista, e com isso eu somente gastava tempo e dinheiro. Perdi meu precioso tempo ao em vez de ir procurar alguma coisa útil para fazer. Mas a culpa não era somente minha porque ele não permitia que eu saísse para trabalhar fora, então tudo se tornou um círculo vicioso. Isso, até que uma vez eu fui a um centro de candomblé muito longe da minha casa e conversei com uma amiga minha que tinha o mesmo 'problema' que o meu e que me levou lá porque falaram que o pai daquele local fazia qualquer pessoa voltar. Naquela época eu estava morando e trabalhando em Piracicaba, só vinha para casa nos finais de semana. Assim que eu entrei na salinha dele, aquele senhor me olhou com uma cara de pena e falou um monte de coisas, mas o que mais me marcou foi que ele me disse que eu não gostava de mim, não gostava dos meus filhos, não tinha amor próprio, que eu deveria me valorizar e que eu era burra. Eu que até então sempre havia me julgado uma mulher inteligente fui chamada de burra por uma pessoa que ainda por cima falava errado, que eu julgava que fosse um ignorante, mas que sabedoria tinha aquele velho senhor! Bom, a partir daí, comecei a pensar melhor em mim, nos meus filhos, porque sem perceber eu maltratava eles também com a minha ignorância. Eu era doente e não sabia, porque o meu ciúme exagerado era uma doença e me rasgava como um câncer e que pode trazer conseqüências tão graves quanto um câncer. Graças a Deus e aquele senhor que me alertou, eu permiti que meus olhos fossem abertos. Então percebi que ninguém pertencia a ninguém, e que nós não éramos donos dos nossos parceiros, que não é prendendo com os nossos atos, com as nossas palavras que nos vamos ter o amor de alguém. O amor tem que ser conquistado com a confiança e se esta não houver entre um casal é melhor cada um seguir o seu próprio caminho”.

Toda essa tentativa de aliviar sentimentos, além de reconhecidamente ridícula até pelo próprio parceiro vitimizado, e muitas vezes, pelas próprias pessoas ciumentas, não ameniza o mal estar da dúvida. Um relacionamento assim, flagelado pelo ciúme exagerado, ainda que com fundações bem estruturadas, pode ser comparado ao ataque de minúsculos insetos que corroem internamente um maciço carvalho, que muito embora ostente estar aparentemente incólume, conta com diminutos recursos para não tombar de uma

vez por todas.

Ao pensarmos a despeito desta relação, existem algumas coisas importantes a serem consideradas: sua origem, intensidade, duração, a forma como a pessoa que o sente reage, a importância que ele assume no cotidiano desta pessoa, como ele interfere na vida do parceiro(a) dela. Estes fatores vão depender, em muito, da personalidade de quem sente, da relação do indivíduo com o objeto e de como os vínculos foram estabelecidos com o mesmo, sendo estes vínculos resultantes da interação que o indivíduo estabelece com o meio.

Em suma, o ciúme torna-se doentio quando quem o sente passa a identificar em tudo e em todos, uma ameaça ao relacionamento valorizado, perdendo a noção da realidade e cerceando a liberdade do outro. Conseqüentemente manifesta ainda que camuflados, sentimentos de inferioridade, insegurança, possessividade, e gera um significativo prejuízo no relacionamento interpessoal, uma vez que este fenômeno envolve vários sentimentos perturbadores, que envolvem muitas vezes sofrimento e em alguns casos prejuízo físicos.

Quando a infidelidade não é tão imaginária assim...

Muitas vezes, o ciúme vai chegando de mansinho, em doses homeopáticas, com leves desconfianças e sem perceber a pessoa acaba se tornando de fato o(a) parceiro(a) infiel.

Geralmente as mulheres, imaginam mais ou pressentem mais uma possível traição de seus parceiros. Muitos fatores fazem com que as pessoas traíam e nem todas conseguem disfarçar. Muda-se cabelo, roupas, estado de espírito, etc.

Muito do que se disse até agora procurou ressaltar o ciúme irrealístico, ou seja, aquele fundamentado em vestígios de algo que se acredita ser uma traição concreta por parte do ciumento. Contudo, há ainda a possibilidade de se haver uma infidelidade em andamento e se haver a detecção de tais indícios por meio do mecanismo do ciúme, neste caso, imbuído de sua função protecionista para tentar assegurar o relacionamento quer se quer preservar. Os(as) rivais, neste caso, podem ser ex-namorados(as) ou mesmo pessoas neutras como amigos(as) de trabalho que passam a ser amorosamente ou sexualmente significativas na vida das pessoas em quem investimos nosso tempo e sentimentos.

Quando comecei a clinicar, tive um caso que me ensinou muito a respeito do amor e das implicações do ciúme para os relacionamentos amoro-



sos. Certa vez, um universitário de 19 anos, homossexual, que cursava psicologia veio me procurar, enamorado por um rapaz o qual tinha conhecido por meio de um *síte* de cadastros virtuais. Chamaremos, o mesmo de Tirésias, a exemplo do personagem da mitologia que posteriormente eu explicarei o porquê:

“Quando teclamos da primeira vez, Valtemir me pareceu à personificação do príncipe encantado. Sempre fui muito romântico e assim imaginei que o primeiro cara que eu conhecesse a gente fosse constituir algo próximo do conceito de uma família. Ele me apresentou para a família dele e logo passei a me tornar um freqüentador assíduo da mesma. A família dele gostava muito de mim, embora não soubessem que éramos namorados. Eles eram uma família numerosa e todos eram muito conservadores. Vivemos 1 ano e 6 meses nos encontrando, às vezes, às claras e outras às escondidas. Minha mãe o conhecia e até o aceitava, mas meus amigos não. Achavam que ele mentia para mim. E eu me sentia muito mal com isso. Pensava: “ah, bobagem! Eles falam isso porque eles querem o meu bem e porque se preocupam comigo”. Nunca poderia pressupor nada de errado para este relacionamento, afinal, ele era o cara que eu tinha escolhido para permanecer ao meu lado até o fim da minha vida e por ele moveria céus e terra. Ao final dos quatro meses em que estávamos juntos, embora a minha devoção para este relacionamento permanecesse a mesma senão melhor e maior a cada dia, ele parecia estar cada vez mais distante. Cada vez mais esquivo. Eu sempre ia buscar ele nas aulas de computação que ele fazia à noite as segundas e as quartas-feiras. Lá tinha uma professora loira que eu não ia com a cara dela mesmo. Ela era muito oferecida. Tava na cara que a gente não dava bandeira, mas ela, por sua vez, também não se tocava. Vivía se convidando para ir à missa com a gente. Para ir a casa dele. Ela estava caidinha por ele. Eu já tinha até pedido diversas vezes para ele deixar aquela escola e ir para uma outra ou acabar dizendo que ele já tinha outra pessoa na vida dele, mas ele resolveu empurrar a situação com a barriga. Sempre acreditei que o dia do sábado, em virtude que estudava e estagiava a semana toda, era o dia para quem se gostava estar junto. Então, certa vez, ele me disse que num dos sábados não poderia vir ao meu encontro. Perguntei-lhe o porquê e ele me disse que tinha que ensinar a um amigo Geografia ou História, sei lá, numa cidadezinha vizinha daqui. Depois de muita insistência da minha parte ele falou que depois ele passaria na minha casa para me levar onde eu quisesse. Lembro-me que neste dia fiquei até as duas horas da manhã no portão esperando por quem não apareceria. No dia seguinte ele falou que o estudo se alongou até mais tarde e ele perdeu a noção do tempo. Tudo bem, depois desse sábado houve outros nove com desculpas

das mais estapafúrdias possíveis: acompanhar a mãe numa visita a UTI a sua tia que estava à beira da morte, festa de aniversário dos primos mas somente para os familiares, e toda a sorte de desculpas que uma pessoa que ama poderia tentar compreender, acredite! E o mais incrível ainda é que ele não me deixava sair no portão alegando ciúmes: não é porque eu não posso te fazer companhia aos sábados que você vai poder sair sozinho com os teus amigos dizia ele. E vê se larga a mão de dar trela para eles. Enquanto isso, os meus amigos falavam: Tirésias cai na real. O cara tá te traíndo e dizem por aí que é com a tal da menina da computação, que diz por aí que ela é que é a namorada dele. Daí, eu falei: “gente, até parece, ele tem bom gosto, e se esta menina diz isso, ela ta é loca!”. Bem, resumo da ópera: fui descobrir que os dois estavam juntos da pior maneira possível num destes sábados, onde ele disse que não poderia vir ao meu encontro, quando fui de surpresa até a casa do infeliz e o flagrei telefonando para ela e dizendo: “Calma Karla, eu te amo meu bem, e a gente vai se livrar dele e vai ficar juntos ainda...”. Nem se é preciso dizer que, saímos para conversar sobre o “pequeno” incidente, e eu quase que esfolei a cara dele no muro, não é?” (sic).

Da mitologia grega faço questão de tirar o nome deste jovem rapaz que se entrega aos prazeres do primeiro amor e as desventuras da infidelidade. Tirésias, se não o maior, era considerado certamente um dos mais notáveis adivinhos da mitologia grega.

Filho de Everes e da ninfa Cariclo, conhecia o passado, presente e o futuro; contudo, Tirésias era cego de nascença. Reiterando, ao nosso caso clínico, vemos acima, muitas coisas que chama à atenção. A primeira é o próprio instrumental pelo o qual os dois se conheceram: a rede *internet*.

Há muita discussão a respeito da *internet* e se ela contribui efetivamente para unir ou separar os casais dados os muitos recursos que ela possui e as muitas motivações das pessoas que entram nas diferentes fases das vidas delas. Até hoje, nós psicólogos não chegamos à conclusão alguma, mas sempre pedimos cuidados para as pessoas a fim de que as mesmas não venham a se envolver demais, sobretudo, com pessoas que insistem em não sair do mundo virtual, ou ainda, que não dão muitos sinais nos quais podemos confiar.

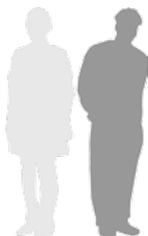
Bem, mas voltando ao caso do nosso jovem enamorado, ou provavelmente apaixonado, dado o fato que nunca tinha tido outros referenciais para poder se pautar, poderíamos dizer que estava embriagado do amor/paixão que nutria pelo consorte dele. Metaforicamente podemos dizer que este estava tão cego quanto o próprio e mitológico Tirésias no exato instante em que forjou seu sentimento por Valtemir.



É provável que por muito tempo este tenha sido recíproco aquele. Todavia, uma história de amor ocorre dentro de um contexto mais amplo e, neste caso, por um lado, o contexto de um dos lados foi favorecido pela aceitação de uma das famílias (a do jovem enamorado). Por outro lado, a família rígida e extremamente conservadora do outro parceiro nunca permitiria que uma situação como aquela viesse à tona, e durante toda a criação dele, e este, na época, morava com os pais mesmo tendo seus trinta e poucos anos, emitiam sinais sutis da desaprovação por parte deles se acaso um dia algo assim viesse a acontecer. Logicamente que eles nem suspeitavam que uma situação dessa já estivesse em andamento. Contudo, quando o nosso enamorado descobriu a infidelidade do qual foi vítima, logo tratou de reagir contando a toda a família e apresentando provas do envolvimento que eles tiveram durante todo o tempo do relacionamento. Infelizmente, esta história passou longe de ter um final feliz e depois de muitas retaliações dessa família e humilhações que fizeram contra o jovem enamorado, justamente os mesmos que até alguns dias atrás o aceitavam como um membro da família, e ele, após muito sofrimento, acabou partindo para outra. Outro dia, por acaso, nos encontramos e ele me disse: “bem dr. hoje eu tenho todo o amor que eu preciso, não na figura de um parceiro que me frustra, mas dentro do meu coração”(sic). Trata-se também de um exemplo de um caso de ciúme realístico ainda que reconhecido tardiamente por parte de Tirésias e de um caso de um ciúme projetivo por parte de Valtemir. Provavelmente Valtemir não queria ser visto por Tirésias ou pelos amigos dele estando com Karla nos lugares que freqüentavam. E ele impunha limites à liberdade de Tirésias.

Outro caso emblemático citado pela literatura é o de White & Mullen (1989) que relatam que, certa vez, havia um marido que relacionava a fidelidade de sua esposa em relação a um “estranho” sincronismo do piscar das luzes das árvores natalinas da sua casa e as do jardim da residência do vizinho da mesma. Contudo, a sua suspeita estava correta e o vizinho e a esposa tinham realmente um *affair* romântico independentemente da sincronicidade dos enfeites de final de ano.

Capítulo IX



Relacionamentos amorosos no novo milênio.

*“Por mais que se deseje ou precise,
duas pessoas jamais serão uma só”.¹¹*

¹¹Ferreira-Santos (1998, p. 88.)



Levando-se em consideração que a cada década as pessoas vivem mais, e que, portanto, caminhamos para uma maior longevidade, haverá o dia em que a humanidade perpassará a expectativa de vida dos 100 anos, e assim, qual(is) é(são) a(s) implicação(ões) do aumento da longevidade para os relacionamentos amorosos, sobretudo, no que se refere a infidelidade amorosa e ao ciúme romântico?

O ciúme e a infidelidade na era da internet: orkut e afins...

Hoje são muitos os recursos que as pessoas podem acorrer na hora de pensar em trair os parceiros: salas de bate-papo, MSN, orkut, telefones celulares, pagers, e muitos outros, mas sempre houve e sempre haverá a infidelidade instalada na história amorosa do ser humano (Maheu & Subotnik, 2001).

Em relação à ferramenta denominada orkut, cabe aqui fazermos uma especial consideração dada às proporções em que a mesma está tomando recentemente. O Orkut é um sistema criado pelo site *Google* e que foi lançado em fevereiro de 2004.

O nome surgiu graças a um funcionário da empresa, que desenvolveu esse projeto. Seu nome era Orkut Buyukkokten. O Orkut é um serviço que permite a você estabelecer contatos virtuais com amigos, compartilhando afinidades e mensagens que são postadas utilizando-se da rede *internet*. Atualmente há 16 milhões de pessoas que exibem seus perfis no www.orkut.com e, aproximadamente, 70% delas são brasileiras. Basicamente, você tem um painel com a relação de seus amigos e outro painel com a relação das comunidades. Cada pessoa tem uma descrição e você pode ver de quais comunidades ela participa, quais os amigos que ela tem, mandar mensagens a ela e até mesmo se declarar como fã da pessoa.

Quanto às comunidades, existem milhares. Especificamente, ao se procurar pelos termos-chave “ciúme” ou “ciúmes” existem quase 1000 comunidades arroladas atualmente ora se posicionando contra, ora se posicionando a favor de acordo com aquilo que os seus integrantes compreendem enquanto ciúme. Alguns exemplos destas comunidades são: “Tenho ciúme, porque gosto de você”, “Mas eu me mordo de ciúme...”, “Sinto ciúme do que eu gosto!”, “Ciúme não. Só cuido do que é meu”, “Não é ciúmes... é medo de perder!”, “Se tenho ciúmes é pq te amo”, “Tenho ciúmes sim! E daí?”, dentre outras muitas.

Atualmente é cada vez maior o número de casos encaminhados para a clínica de pessoas que apontam problemas relacionados com algum tipo de

mal estar psicológico relacionado ao perfil que criaram em seus orkuts em relação aos seus relacionamentos amorosos em andamento. Há uma enormidade de casos e situações que são encaminhadas para os psicólogos: recados de amigos(as) deixadas para o namorado com sentido ambíguo, inclusões de pessoas ao rol de amigos do namorado(a) com fotos sensuais, apelidos carinhosos que causam soam para alguma das partes como permissividade. Todos estes e muitos outros casos relacionados ao ciúme. Tamanhas são as insatisfações relacionadas a este recurso que muitos parceiros visando granjear de paz para seus relacionamentos amorosos cometem o chamado “orkuticídio”, ou seja, abandonam o site de relacionamentos virtuais se descadastrando do mesmo.

Embora tenha muitos outros usos para a mesma, a rede *internet* desde sua popularização tem sido uma janela indiscreta com vista para mundo da lascívia. Segundo Vieira¹², nos últimos anos o número de consultas aos advogados acerca da infidelidade virtual aumentou. Para muitas pessoas o mundo virtual foi a porta de entrada para um mundo de oportunidades e possibilidades, onde havia tanto a possibilidade para se fazer amigos, de localizar pessoas, de arranjar um encontro para ir ao cinema, ou até mesmo para encontrar parceiros afins para sexo casual.

O termo cunhado “Caçar na *internet*”, tal como ficou popularizado, sobretudo para o meio *gay*, designa aquelas pessoas que procuram por sexo fácil e rápido através da rede virtual. E muito embora tenha se tornado uma prática discriminada, contribuiu para que a associação entre a rede e a ato sexual se estabelecesse.

São muitos os cônjuges preocupados com a configuração ou não do adultério virtual. E cada caso deve ser analisado com parcimônia para saber se elas colocam ou não em risco a situação do casamento. Consoante Vieira (2006) a *internet* não pode ser responsabilizada pela separação dos casais. Estas uniões certamente já não caminhavam bem e a *internet* foi apenas um meio que facilitou a rápida comunicação.

Entretanto, a *internet* certamente amplia e diversifica novas maneiras para ser infiéis. Pode-se começar com sutis mensagens instantâneas, e em um próximo passo evoluir para confidências acerca do próprio relacionamento desgastado, e quando já se apercebem, muitas vezes, os usuários estão com-

¹² In: http://64.233.161.104/search?q=cache:2qRb1BFT3U8J:www.unitoledo.br/intertemas/vol_7/VIEIRA,%2520Tereza%2520Rodrigues.doc+infidelidade+tra%C3%A7%C3%A3o+rival+%22o+ci%C3%B3ame+%C3%A9%22&hl=pt-BR&gl=br&ct=clnk&cd=10 (consulta em 14 de julho de 2006).



pletamente imersos em um mundo de fantasias sexuais. Estes indivíduos, normalmente, já estavam procurando experiências em outros locais, com ou sem sucesso. Dessa forma, mesmo que nunca se transfira para a vida real, uma vez descobertas, as chamadas infidelidades virtuais, têm a capacidade de machucar um relacionamento amoroso real.

De acordo com Matarazzo (2003), a *internet* ampliou de modo quase ilimitado, as possibilidades instrumentais para a infidelidade. “cuja maior promessa é a possibilidade se ser o que não é” (Matarazzo, 2001, p. 44). Apesar da ausência do contato físico, os estímulos gerados entre as pessoas podem repercutir de tal forma para os relacionamentos amorosos que chegam, por vezes, a desestruturá-los de tão cativantes que são. “Nas salas de bate-papo, o que vale é a imagem que o outro tem de mim, ou seja, o que você parece ser é mais importante do que quem você realmente é” (Matarazzo, 2001, p. 44). Logo, partilhar experiências e fantasias sexuais no espaço virtual pode ser mais excitante e provocar uma sensação de intimidade maior do que ter uma relação sexual em casa com os nossos parceiros do cotidiano.

Assim, torna-se mais vasto ainda o conceito de infidelidade por abarcar os mais variados sentimentos de cumplicidade entre os usuários, a excitação mútua proporcionada com as fantasias geradas pelo teclado, gerando novos paradigmas para o ciúme também. Certamente, não é a *internet per se* que prejudica os relacionamentos amorosos, mas provavelmente esta potencializa o dano, sobretudo de uma relação fragilizada.

Quando descoberto o romance virtual, tende a causar impacto dramático na vida das pessoas de carne e osso, não apenas para quem trai e é traído, mas para todos os membros de uma família, podendo inclusive abalar a reputação de um respeitado chefe de família (Menezes, 2005).

Ciúme e dependência psicológica dos relacionamentos amorosos.

Outro caso interessante foi que, certa vez, atendi um caso de uma mulher de 47 anos que eu identificava uma extrema dependência psicológica do parceiro, um artista plástico de 44 anos.

Ela me procurou querendo se tratar do seu “elevado grau de ciúme”. Esta mulher que já havia sido casada anteriormente com um parceiro por 13 anos, estava namorando outro parceiro há quatro anos na época em que eu comecei a atendê-la. Ela se apaixonou pelo parceiro e desde o primeiro ano foram morar juntos. Logo depois, no primeiro ano de relacionamento a

paciente descobriu que o parceiro a traia.

Perguntava para a paciente o que ela achava disso e ela me dizia: “Acho que o Augusto banaliza o amor e os sentimentos entre 2 pessoas” (sic). Então, ao longo das sessões, a paciente começou a perceber a assimetria que existia no relacionamento amoroso dela com o parceiro. Frequentemente chegava nas sessões chorando, e quando não, muito chateada por ter descoberto no computador de sua casa e do marido fotos pornográficas, incluindo de fotos de *web cam* de mulheres com quem o marido estabelecia contato, mensagens de orkut, mensagens gravadas de MSN, mensagens de icq, e demais adendos que a paciente pedia para que eu guardasse no prontuário dela que eu atualizava semanalmente.

Ela me dizia o quanto aquilo a perturbava e falava: “Eu vou dar um prazo pra mim mesma: ou esqueço o Augusto ou fico com ele” (sic). Como vi que talvez procurar separar a paciente de seu parceiro não fosse a melhor solução dada a possibilidade de haver algum ganho secundário psicológico envolvido neste relacionamento para a parceira fiz com que ela investisse mais em si mesma. Na época ela estava terminando a graduação dela. Ela começou a cuidar mais de si mesma. O marido começou então a frequentar uma seita, no qual aos finais de semana ele desaparecia e sequer muitas vezes atendia as chamadas que a paciente lhe fazia. Isso a deixava cada vez mais ciumenta no entender dela e angustiada.

Tudo se resolveria da forma mais simples, todos pensariam, se ela tivesse simplesmente se separado dele, não é? Mas, seres humanos não seguem uma lógica linear, talvez sigam uma lógica espiral, ou talvez, várias delas. Acontece que este parceiro passou muitos finais de semana fora com a desculpa de frequentar a tal seita numa cidade adjacente da qual eles moravam e a paciente aceitando suas explicações.

Como o parceiro não deixava qualquer número de telefone ou endereço a paciente não tinha como recorrer ou a quem procurar. Eu sempre lhe falava: “Sônia, e se alguma coisa, tipo um acidente lhe acontecer na sexta, o Augusto somente vai ficar sabendo quando ele voltar?” para tentar despertá-la da situação que se encontrava porque a paciente parecia anestesiada. Tudo o que esta paciente queria, assim como todo ser humano era carinho, atenção e acolhida, tudo aquilo que aquele parceiro, pelo menos naquele momento não poderia oferecer para ela.

A paciente ainda tentou, várias vezes, medidas paliativas para restabelecer contato e, assim, fazer com que este parceiro olhasse um pouco mais para ela como cortar a conexão da rede *internet* da casa deles, mas de pouco adiantava com o número de *cyber* cafés existentes próximos a casa deles. Com



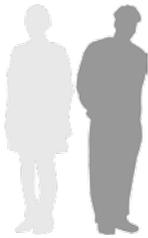
o tempo, as discussões entre eles começaram a ficar mais e mais acirradas e eles se separaram por um tempo, mas depois acabaram voltando. Atualmente, eles ainda estão juntos, contudo, hoje Sônia valoriza mais os pontos de vista dela, está terminando o curso dela e até onde eu sei não se deixa abater tanto pelos comportamentos do parceiro. Acima de tudo, ela entendeu que o ciúme dela não era um mecanismo desproporcional aos agravos que estava sofrendo.

Maria Helena Matarazzo ainda vai nos dizer um pouco mais a respeito das promessas virtuais e das armadilhas on-line, sobretudo para um relacionamento:

“[no ambiente virtual] Apega-se ao lúdico, ao faz-de-conta. Por isso, não pode haver melhor ambiente do que um *chat*, em que cada pessoa tem um apelido simpático, *sexy* e não existe o contato visual. Somente ali é possível entrar e sair da sala a qualquer momento [sem constrangimentos de quaisquer espécies]. Os usuários entregam-se à ousadia de criar uma infinidade de personagens, cenas eróticas as mais variadas, tendo como limite apenas a própria imaginação. Todos podem realizar um sonho delirante: mudar de vida, alterar seu destino, ser quem não é...” (Matarazzo, 2001, 47).

A conclusão a que se pode chegar é que as pessoas que contemporaneamente procuram por um relacionamento possuem uma longa lista de coisas que procuram em um(a) companheiro(a), um conjunto de expectativas muito rígidas e conseqüentemente criam obstáculos para si mesmas para encontrarem o que elas concebem enquanto um amor. É claro, que não se pode resumir este problema a um mero desencontro de expectativas, mas a questão das expectativas que se desencontram em algum ponto, perpassa pelo problema dos desencontros afetivos e do ciúme.

Capítulo X



*Será que o ciúme de um
parceiro leva o outro parceiro
à prática da infidelidade?*

*“O ciumento acaba sempre encontrando mais do que procura”
(Mademoiselle Scudéry citado por Ferreira-Santos, 1998, p. 18).*



Ciúme e profecias auto-realizadoras.

Todos os relacionamentos têm os mesmos componentes básicos: pessoas, necessidades e expectativas. Na vida real, é sabido que muitos dos nossos comportamentos são largamente influenciados, e até mesmo governados por normas e/ou expectativas que encaminham para que uma pessoa se comporte de determinada maneira em certa situação (Almeida, 2007).

Pense no que acontece nos relacionamentos: parece muito óbvio que se uma pessoa que teme algo tentará controlar o relacionamento amoroso dela o tempo todo, e assim, acabará causando um desgaste nessa relação, ou seja, certa área de desconforto. Talvez, isso não fosse criado se a pessoa estivesse relaxada, pronta para lidar com o que quer que venha. Nelson Rodrigues compartilhava dessa opinião. Desenvolveu-a em uma peça intitulada “Perdoa-me por me traíres”, na qual acontece o seguinte enredo: sufocada pelos ciúmes do marido, a ex-esposa fiel acaba buscando consolo em outros braços, tornando-se infiel. Mas, será que isso acontece na vida real?

Ao se refletir sobre expectativas que conduzem o comportamento alheio, pensa-se logo em profecias de auto-realização. O conceito de profecia auto-realizadora foi aplicado em diversos contextos além do educacional e do estudo da Psicologia Social. Já em 1898, Albert Moll (citado por Rosenthal & Jacobson, 1968) mencionou “(...) a profecia [que] leva à sua própria concretização” (p. 244), como fundamentação para as curas de paralisias históricas, e também de insônia, náuseas, impotências e gagueira. Moll estava particularmente interessado no fenômeno da hipnose. Sua hipótese era a de que os sujeitos se comportavam conforme o hipnotizador esperava que se comportassem¹³.

No âmbito cotidiano, a profecia auto-realizadora tem sido objeto de investigação das mais variadas formas. No mundo laboral, Jastrow (1900, citado por Rosenthal & Jacobson, 1968) apresentou, detalhadamente, um importante caso bem documentado do conceito de profecia de auto-realização.

No ano de 1890, a máquina de tabulação Hollerith acabava de ser instalada no *United States Consus Bureau*. Este equipamento, algo semelhante a uma máquina de escrever, requeria que os empregados aprendessem uma nova habilidade que o inventor, Hollerith, considerava muito difícil. Assim,

¹³ Há, aproximadamente, mais de um século depois, Nicholas Spanos mostrou que em relação à situação hipnótica, Moll estava totalmente certo e que este “estado de consciência alterado” se devia mais a um aumento na motivação do hipnotizado de modo a se comportar de uma determinada maneira (a que o seu hipnotizador sugeria), do que a um misterioso processo de controle da vontade do sujeito.

ele esperava que um funcionário previamente treinado pudesse produzir 550 unidades de cartões por dia. Depois de duas semanas, os funcionários estavam convenientemente treinados para lidar com a máquina e começaram a produzir cerca de 550 cartões por dia. Em seguida, os funcionários começaram a exceder o desempenho esperado, mas à custa de um grande desgaste emocional. Então, os funcionários tornaram-se tão tensos, tentando ultrapassar o limite esperado, que o Secretário do Interior, na época, proibiu o estabelecimento de qualquer critério de desempenho mínimo. Esta resolução foi considerada necessária à preservação da saúde mental dos trabalhadores.

Adotada esta medida, um novo grupo composto de aproximadamente duzentos funcionários foi admitido, para aumentar a força de produção da máquina Hollerith. Estes funcionários não sabiam nada sobre o trabalho, não passaram por um período de treinamento anterior, e jamais tinham visto tais máquinas. Ninguém lhes tinha dito nada sobre um possível custo emocional implicado na atividade e nem o limite máximo da produção que poderia ser atingido.

Em três dias, este novo grupo estava produzindo no nível atingido somente sete semanas depois pelo primeiro grupo devidamente treinado. Enquanto os trabalhadores do grupo inicial estavam produzindo cerca de 700 cartões por dia, devido ao que se era esperado dos mesmos, os membros deste novo grupo começaram a produzir três vezes mais e desta vez, sem os nocivos efeitos de desgaste, verificados no grupo que os antecedeu.

Dessa maneira, o conceito da profecia de auto-realização nos diz que muitas das 'predições' do comportamento alheio são, por si mesmas, um fator determinante no comportamento das outras pessoas. Sabe-se também, que o ciúme antes de se manifestar em ações, é uma expectativa que sinaliza a infidelidade amorosa. À vista disto, podem-se produzir comportamentos infiéis naqueles que nos cercam por meio de nossas crenças ciumentas? Em outras palavras, o ciúme pode ser pensado em termos de uma profecia de auto-realização preditora de perda da qualidade nas relações amorosas, ou mesmo responsável, em fases ulteriores, pela ruptura das mesmas, induzindo os parceiros a se engajarem em comportamentos infiéis?

Como as profecias auto-realizadoras são, em resumo, definidas como crenças, em potencial, capazes de exercer influência sobre o outro, de maneira com que **B** se engaje em algum comportamento, ou mesmo mude alguma atitude de acordo com o que **A** deseja, e/ou tem por meta (Copeland, 1994; Murray, Holmes & Griffin, 1996b), pode-se considerar o ciúme como uma profecia auto-realizadora, indutora de alguns comportamentos, por exemplo a infidelidade (como nos aponta o estudo de Almeida, 2007) aos moldes do



que Rosenthal e Jacobson (1968; 1982), ou mesmo que Merton (1948) conceberam relacionando o fenômeno da profecia de auto-realização a outras situações..

Ainda se pode sugerir uma modesta relação entre as crenças primárias, que fundamentam os ciúmes, e o futuro do relacionamento, pois, como as dúvidas começam a ser hiperdimensionadas e supervalorizadas, então, a pessoa é impelida a verificar se as suas dúvidas são ou não coerentes às suas expectativas, entrando num ciclo delirante de medos e desconfianças. Logo, ainda que sutilmente, o ciumento começa a hostilizar o ser amado tendo por objetivo manter a indissolubilidade do vínculo.

Assim, passa mesmo que inconscientemente, a tratar o ser amado com rivalidade. Tais atitudes, muitas vezes, não são identificadas como formas de zelo e carinho por parte de quem as manifesta, e, sobretudo, para os que padecem das mais diversas nuances deste sentimento, que por vezes, se traduz em violência física ou psicológica (Daly & Wilson, 1988; Mullen, 1996). Uma vez instauradas estas crenças ciumentas, e se não houver uma intervenção adequada ao cerne de tais expectativas, a relação pode estar fadada ao seu término, ou mesmo a uma perda significativa de qualidade do relacionamento amoroso em andamento e cumprirá a profecia que a fundamentou.

Dessa forma, o ciúme, geralmente, começa como uma situação imaginária. Imaginamos que algo esteja acontecendo, e a esta fantasia vai crescendo, e se tornando tão incontrolável e se personifica de modo que passa a nos assombrar. E sentimos tanto medo disso que criamos que esquecemos que fomos nós mesmos que a criamos, esquecemos que é só uma fantasia e que fomos os responsáveis por empoderá-la. Passamos a acreditar que é real e que ela poderá nos prejudicar. Contudo, de onde provem essa fantasia, afinal? E algo mais importante ainda: por que criamos esse monstro horrível que tanto nos atormenta ao em vez de criarmos um anjo protetor e amigo? Por que criamos algo que nos tanto nos faz sofrer? Em geral a criação dessa fantasia está associada a uma auto-estima rebaixada, ou a um desejo inconsciente de punição em função de algum tipo de culpa.

De acordo com Marzano (2003), a relação entre amor-próprio e ciúme varia de um sexo para outro. Quando uma mulher é ciumenta, na maioria dos casos ela já se sentia insegura ao se iniciar a ligação, isto é, desde o começo ela não estava muito segura de seu próprio valor, tinha baixo conceito de si. Entre os homens é mais comum ocorrer o contrário: depois de estabelecida uma situação causadora de ciúme ele começa a sentir um abalo em seu amor-próprio e passa a duvidar mais de suas qualidades.

As crenças causadoras de ciúme que as pessoas carregam com elas

mesmas provavelmente se devem ao fato de haver intensas dúvidas, inseguranças e uma baixa auto-estima que povoam seus mais íntimos pensamentos e fazem com que vivam constantemente prevendo a rejeição e o abandono (Rosa e Ramos, 1999, citado por Ramos, 2000).

Botura Jr (1999) considera que a maioria das pessoas é insegura em seus relacionamentos e por isso tendem a ficar com ciúme e destruir aquilo que poderia ser um amor promissor. O autor ainda nos alerta: “ciumento distorce tanto a realidade, confia tanto em suas fantasias, que acaba criando uma série de comportamentos que comprovem no seu dia-a-dia, para ele mesmo, a teoria de que está sendo jogado para fora do relacionamento” (Botura Jr, 1999, p. 33). É como uma espécie de auto-boicote interno a felicidade pessoal. E quantos de nós já não fizemos isso?

Outras vezes, sentem ciúmes porque se sentem negligenciadas pelo parceiro(a) e vêem que a outra pessoa recebe a consideração que tanto queriam (Branden, 1998). Para Colassanti (1985), as pessoas inseguras estão sujeitas ao ciúme, porque sua falta de confiança e de credibilidade em ser capaz de manter o amor, não somente a fazem acreditar que a pessoa amada possa vir a traí-las, como as fazem esperar, constantemente, pelo fato em si. Neste âmbito, não fica difícil compreender o(s) porquê(s) neste estado de carência, os parceiros intimidados ou negativados em sua auto-estima começam a aprender a escapar destas suas relações parcialmente, ou ainda, de todo improdutivas e contam, muitas das vezes, com o encanto e o auxílio de um novo romance, que promete nascer destituído de todas as imperfeições do atual casamento.

Stendhal (1999) dizia não saber quais eram os efeitos que o ciúme de um homem causava no coração da mulher que ele ama. O estudo de Almeida (2007) revelou que os índices de ciúme de um parceiro em relação ao outro, ainda que de forma fraca, estariam relacionados à infidelidade. Esta pesquisa foi pioneira em determinar esta associação de forma experimental. Em outras palavras, dependendo dos graus de ciúme que você tiver, muito ciúme poderá predispor seu(sua) parceiro(a) a se engajar em comportamentos infiéis, ao passo que níveis diminutos de ciúme podem reduzir as chances da infidelidade nos parceiros. Mas, estes dados têm de ser analisados com cuidados, há outros fatores além dos graus de ciúme que podem favorecer ou diminuir a probabilidade de infidelidade para os relacionamentos amorosos. Contudo, o ciúme é um deles.

Segundo Sayão (1998), os ciumentos quase sempre caminham para a ruptura com o ser amado e para a solidão, dado que freqüentemente as pessoas acabam precipitando a própria perda que tanto queriam evitar. Nin-



guém gosta de ter o outro bisbilhotando sua vida. Existem casos de ciumentos que chegam inclusive a atrapalhar a carreira profissional e social de seus parceiros. Alguns perdem empregos, afastam-se de amigos, família, etc, em função do outro e isso tudo não faz parte de um relacionamento saudável.

Infelizmente, o ciumento não percebe o estrago que faz em sua vida e na do(a) parceiro(a). Uma pessoa ciumenta é infeliz, sofre muito e acaba anulando sua vida em função do outro. Perde meses, anos num sofrimento e angústia, que poderiam estar sendo bem vividos de maneira mais saudável, tranqüila, produtiva, feliz.

Segundo Botura Jr (1999) o ciúme funciona como um remédio que cujos efeitos colaterais ultrapassam a própria doença a ser curada. Desta forma, sentimentos de posse e medo (da perda da exclusividade, da ameaça da entrada de uma terceira pessoa na relação), mesclam-se para forjar os ciúmes. Mas, ainda que não existam pesquisas que apontem isso, em geral, percebe-se que as atitudes dos ciumentos acabam por afastar, cada vez mais, os seres amados. Afinal, quem gosta de ser vigiado e submetido ao ridículo, pelos mais infundados pensamentos encobertos a manifestações públicas e desmedidas de tal sentimento?

No momento em que a pessoa tenta expressar as razões de seu ciúme, começa a selecionar nos comportamentos do(a) parceiro(a), avaliando, até mesmo precariamente as características do(a) rival, argumentos que fundamentem o seu ciúme, em detrimento de outros dados que porventura venham a se opor sobre o raciocínio confeccionado por ele(a) próprio(a), a ponto de comprovar para si mesmo(a), conforme Botura (1996), que está sendo jogado(a) para fora do relacionamento.

Então, como o ciumento teme, a qualquer momento, vir a receber a dolorosa notícia de que será deixado pelo ser amado, constantemente sentir-se-á ameaçado. Assim, passará a selecionar no ambiente e colecionar dados que fortifiquem a sua hipótese de que iminentemente sofrerá uma traição. Na literatura machadiana, no clássico Dom Casmurro, fica bem ilustrada um comportamento desta fase: o ruminar. Cavalcante (1997) aponta que o ciumento morbidamente ruma detalhadamente na conflituosa tentativa de encontrar evidências para suas suspeitas.

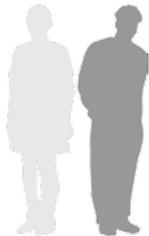
Em concordância com esta idéia, para Dunker (1995), a pessoa ciumenta é, a princípio, uma meticulosa pensadora, no sentido de ruminar pequenos detalhes, de reparar nas menores inflexões no tom da voz, ou mesmo, de atentar a palavras que indiquem atos falhos para o(a) parceiro(a) e, desta maneira, fica armada a conjectura. Nas palavras de Ramos: “assim, quanto mais ciúme, mais método, mais rigor, mais engenhosa a reflexão”

(Ramos, 2000, p. 76).

Bringle (1991) reconhece que a percepção se constitui num processo, no qual as expectativas perceptuais da pessoa combinam com as informações sensoriais do ambiente social para constituir a configuração da percepção final. Em outras palavras, a pessoa injustamente acusada de estar traindo o parceiro pode começar a se comportar como se o estivesse mesmo fazendo, experienciando sensações e percepções anteriormente inexistentes e se aproximando amiúde dos comportamentos das quais fora acusada. Supondo-se a inocência do parceiro vitimizado pelo ciúme do outro parceiro, a desconfiança infundada deste parceiro origina um estresse permanente no outro. E mais ainda: um sentimento de estar sendo injustiçado. E neste sentido, o aparecimento de um novo possível parceiro, talvez mais compreensivo e confiante, representaria uma compensação, consciente ou não.

Em tal caso, a emergência do ciúme depende, por um lado, em um menor grau dos arranjos entre os elementos ambientais e sua faticidade, e, por outro lado, em um maior grau das condições como são submetidas estas informações por parte das pessoas ciumentas. Ramos (2000) indica que se as circunstâncias ideais de observação, inerentes ao estímulo e às condições mediadoras, forem restabelecidas e a suspeita da infidelidade do(a) parceiro(a) for considerada infundada, logo, o ciúme tende a se extinguir. Isso porque, os relacionamentos amorosos não são estanques, e este dinamismo implícito e subjacente a eles permite que quando você muda um parceiro, tudo em volta dele mude também. Dessa forma, quando uma pessoa, no casal, muda a forma com a qual pensa e age, o outro não pode continuar interagindo da mesma forma, ainda que isso leve certo tempo. Pittman (1994) também é concorde com o pensamento anterior e acredita que a honestidade dos parceiros pode reduzir o ciúme.

Capítulo XI



O ciúme e a ansiedade

*“De todas as enfermidades que acometem o espírito, o ciúme é aquela
a qual tudo serve de alimento e nada de remédio”*

(Montaigne).



As contribuições da ansiedade para a questão do ciúme.

O ciúme romântico não é somente um dos mais importantes temas que envolvem os relacionamentos humanos, bem como um desafio para muitos destes. Transcendendo o infeliz destino das personagens *Othelo* e *Desdêmona*, as conseqüências do ciúme ultrapassam os limites da ficção shakespeariana.

Todo ser humano busca o amor, dentre as suas mais variadas formas de expressão. Sobretudo, a busca pela forma do amor em relacionamentos amorosos é uma das mais procuradas. Dessa forma, alguns o buscarão com medo, outros com grandes esperanças. Matarazzo (2003b) mostra que essa busca é constante, apesar de, às vezes, existir um receio de confiar neste sentimento que pode nos trair tão profundamente.

Este medo afeta nossa expressão emocional e racional, o que por sua vez, torna-nos defensores diante das outras pessoas

Entretanto, pode-se dizer que mesmo quando não estamos nos referindo propriamente a escolha de um(a) namorado(a) com vistas a um relacionamento a longo prazo, as pessoas são temerárias de que seus(suas) parceiros(as) encontrem-se com parceiros(as) potencialmente mais atraentes e gratificantes do que eles(as) são, e dessa forma, alimentam, freqüentemente, uma insegurança afetiva (Buss, 2000).

Assim, à medida que as pessoas procuram se estabelecer em seus relacionamentos amorosos, por vezes, vive-se em grande ansiedade em perder seu objeto de apego. Ainda que tudo esteja bem, sentimo-nos arrasados à mera possibilidade do final da relação.

Como vimos anteriormente, enquanto um conceito, o ciúme tem uma dimensão pluralística, no sentido que admite a coexistência de vários princípios na tentativa de explicá-lo. Ao mesmo tempo em que visa proteger o amor, o ciúme é capaz de destruir o relacionamento (Ramos & Calegari, 2001). A ansiedade também pode se tornar um obstáculo para o ser humano, à medida que está vinculada à dificuldade de optar por uma conduta adequada em situações de perigo eminente.

Qualquer sensação semelhante à rejeição ou à mera suposição de uma eminente rejeição, dado este perigo latente, gera uma intensa necessidade de posse, de controle do outro. Conseqüentemente, isso aumenta a pressão no relacionamento, sufocando o objeto de afeto e provocando nele raiva e descontentamento, que são avaliadas como uma confirmação da rejeição, diante da qual apertam o cerco através de ciúme, desconfiança, cobranças, provocando mais rejeição. Temos ciúmes quando nos confrontamos com a possibilidade (real ou fictícia) de alguém partilhar o afeto de uma pessoa

que nos é tão valorizada. A partir daí é possível todo o tipo de cenário ou conjectura. E as interrogações multiplicam-se, quanto mais avançamos na análise deste tema. E este ciclo ininterruptamente se mantém em muitos relacionamentos.

Assim, para alguns casais quando existir ciúme em excesso, associado a quadros de ansiedade o relacionamento estará fadado a não dar certo ou como acontece com muitos casais, o sentimento de posse vem também com tanta intensidade que poderá acabar com o amor na mesma proporção. Nem sempre o que chega a excesso poderá dar certo. Reza o adágio que tudo o que é demais enjoa, cansa. E com casais ciumentos a exceção não foge a regra. Brigas e desconfianças demais acabam enfraquecendo ou mesmo anulando um sentimento que começou bom, cheio de esperanças e desejos. A pessoa ciumenta estará geralmente preocupada, desconfiada, insegura, cega. Ela não enxergará os sinais de que o relacionamento poderá inclusive acabar.

De acordo com Dorin (1978), o ciúme é um estado emocional caracterizado pela ansiedade, pelo sentimento de posse, pelo desejo de obter o amor e a segurança na relação com o objeto amado. Como o ciúme provoca o surgimento da necessidade de satisfação e da incompletude, reduzindo o bem estar pessoal, este gera uma dependência e sentimento consciente de inferioridade e tal expectativa por si mesma já é ansiogênica, isto é, geradora de ansiedade.

Homens e mulheres sentem diferentes tipos de ansiedade em relação à infidelidade (Batten, 1995). Segundo esta mesma autora é natural do próprio ser humano que as mulheres experimentem níveis de ansiedade mais altos do que os homens e também sofram de depressão com mais frequência.

Em se tratando do carrossel de emoções, sobretudo, da ansiedade gerada pelo ciúme o autor Myra y López (1998) vai dizer: “o ser que é devorado ou consumido pelo ciúmes vive em perpétua tensão, sem poder assumir uma atitude mental definitiva, bamboleando-se continuamente entre a fé e o desespero” (Myra y López, 1998, p.173-174).

Depreende-se também desta própria definição, ou mesmo da vivência dos relacionamentos interpessoais que o ciúme romântico, enquanto um fenômeno está condicionado a uma ameaça, ainda que virtual, ou mesmo remota, da infidelidade do(a) parceiro(a). Há a identificação de um(a) possível rival, ainda que de forma imaginária e a reação eliciada visaria eliminar, ou ainda, de diminuir os riscos da perda da pessoa querida.

Consoante Cavalcante (1997) o maior sofrimento para a pessoa ciumenta é em decorrência da incerteza quanto à infidelidade do(a) próprio(a)



parceiro(a). Assim, mais importante do que a confirmação da própria infidelidade é a dúvida que paira na cabeça dos ciumentos intensos e excessivos decorrentes desta disfunção perceptiva. Analogamente, e, sobretudo, para os ciumento intenso e excessivo, muitas coisas são previamente determinadas por seus pensamentos antes mesmo de que aja uma explicação por parte de seu(sua) parceiro(a) de uma pretensa infidelidade. Dessa maneira, mesmo que não haja evidências concretas da infidelidade por parte dos parceiros, o ciumento toma alguns indícios que ele identifica como se fossem provas irrefutáveis, cuja validade ou falsidade é indiferente para o seu grau de sofrimento (Ramos, 2000).

Outros teóricos dirão que como o ciúme envolve crenças da existência de um rival, mas importa pouco se este rival existe ou não (Kingham & Gordon, 2004). Tal expectativa *per se* pode ser ansiogênica, isto é, indutora de ansiedade e atormentar as pessoas que estejam compondo um relacionamento amoroso, estejam elas em quaisquer ambientes, levando-se em consideração que crises de ciúme não podem ser facilmente previstas.

Segundo Moore & Fine (1992), a ansiedade é um estado emocional desprazeroso, caracterizado por uma sensação de perigo iminente. Sua intensidade e duração podem variar, podendo, ainda, manifestar-se psicológica mente e fisiologicamente. Para Peregrino (1996) a ansiedade se caracteriza por ser um estado emocional desconfortável que se configura por três condições: pressentimento de um perigo eminente; atitude de espera em relação a este perigo e desestruturação perante o perigo com sensação de estar desprotegido, ou seja, para este autor a ansiedade é um medo desprovido de objetivos. Mas, será mesmo? A ansiedade é um estado emocional com componentes psicológicos e fisiológicos, que faz parte do espectro normal das experiências humanas. Ela passa a ser patológica quando é desproporcional à situação que a desencadeia, ou quando não existe um objeto específico ao qual se direcione. Embora, esse ponto de vista também não seja consensual.

Como se pode observar, o conceito de ansiedade, a exemplo do conceito de ciúme, não envolve um construto unitário, principalmente no contexto psicopatológico. A ansiedade pode ser generalizada ou focada em situações específicas, como, por exemplo, nos transtornos fóbicos. A ansiedade não-situacional pode ser insidiosa, podendo ser um estado de início recente ou uma característica persistente da personalidade do indivíduo.

Alguns autores como Bailey, Gaulin, Agyei & Gladue (1994), bem como

¹⁴ Este autor não relaciona a ansiedade especificamente a causas etológicas, mas situa a timidez, fenômeno este relacionado com a ansiedade, na perspectiva adotada.

Buss, Larsen, Westen & Semmelroth (1992), Buss *et al* (1999), Buss (2000), Carducci¹⁴ (2002), Harris (2002), Harris & Christenfeld (1996 a e b), analisam o ciúme, bem como a ansiedade, a partir de uma perspectiva evolutivo-filogenética.

Segundo alguns estudos como os de Buss (2000) e os de White e Mullen (1989) homens e mulheres são eqüitativamente ciumentos, apenas diferindo, como dito anteriormente, na forma como ele se manifesta para os dois gêneros (Pines & Friedman, 1998). Ainda segundo Ramos & Calegari (2001), as mulheres, diante do temor de que o companheiro possa se envolver emocionalmente com uma rival a ponto de dirigir seus investimentos materiais, afetivos e financeiros para esta pessoa, desenvolveram o ciúme como uma resposta apropriada para a manutenção deste relacionamento.

Como se poderia supor, sob um prisma etológico, um comportamento tão complexo como o ciúme, ou mesmo a ansiedade, não poderiam ser tão disfuncionais para o ser humano, embora uma aparente associação entre estas duas variáveis possa ser tão trivial que somos inclinados a pensar que não constituem um problema. Portanto, pensar e repensar sobre a possível associação entre tais fatores, suas causas e possíveis funções para a humanidade pode nos ajudar a entender alguns destes considerados imperativos psicológicos tão insidiosos.

Consoante Freeman & Dattilio (1998), e mesmo em analogia ao modelo de explicação de Carducci (2002) para a timidez, as reações de ansiedade são conseqüências das estratégias de sobrevivência. Os organismos se estruturam com vistas a fazer uma avaliação cognitiva do perigo. Então, o corpo se prepara, por meio do sistema nervoso autônomo, para lutar, fugir, paralisar-se, ou ainda, desmaiar. Essa preparação envolve a aceleração dos batimentos cardíacos, a fim de elevar o fluxo de oxigênio corporal, conseqüentemente há um aumento da transpiração para esfriar o corpo, e concomitantemente ocorre uma resposta de tensão muscular para preparar o corpo todo para a ação. Essas são sensações normais e esperadas quando o indivíduo se vê à frente de uma ameaça real.

Ansiedade e pré-história.

Acredita-se, que numa época em que nossos antepassados dependiam exclusivamente uns dos outros para a sobrevivência, a ansiedade atenderia uma importante função. Por meio dela, homens e mulheres com uma determinada taxa de ansiedade poderiam preservar com uma maior probabilidade suas vidas e das pessoas que eles cuidavam além de distalmente interferirem



na taxa reprodutiva e garantirem a sobrevivência da espécie como um todo.

Quando se deparavam com os problemas cotidianos daquela época, algumas pessoas, utilizavam uma diversidade maior de estratégias do que outras. Assim, a partir de uma perspectiva etológica, apesar de, às vezes, todo o desconforto que causou, a ansiedade deve ter tido alguma função positiva à evolução da humanidade. Os benefícios de tal estado emocional devem ter superado os custos para a sua manutenção, e as pessoas com ansiedade moderada teriam tido uma maior probabilidade de terem resistido aos perigos daquela época, caso contrário ela não teria resistido como um “traço”, ou ainda, como um estado emocional da personalidade.

Alguns teóricos da teoria cognitivo-comportamental como Carducci (2002) e Carducci & Zimbardo (1995) relacionam medo e ansiedade, e embora tenham origens distintas, os autores advogam que sentimos tais reações da mesma maneira. Assim, pode-se pressupor uma relação etológica na base de tais comportamentos e associar a ansiedade ao instinto de lutar ou fugir dos nossos primeiros ancestrais.

O medo se originaria de uma ameaça específica, como por exemplo, um carro desgovernado movendo-se rapidamente na direção de uma pessoa. Ele se dissipa assim que o objeto gerador do medo ou a situação desaparece. Contudo, a ansiedade é mais geral e não é provocada por uma ameaça específica. Ao contrário, ela se instala lentamente, e apesar de ser menos intensa, leva mais tempo para desaparecer.

Por ser um complexo de emoções e sentimentos, a ansiedade talvez resulte de um traço ou ainda um estado emocional selecionado filogeneticamente. Dessa forma, há muito tempo, tal instinto teria ajudado os primeiros homens e mulheres a reagirem a predadores aos quais poderiam sucumbir quase que imediatamente, de forma que os ‘pouco ansiosos’ poderiam facilmente ter perecido às dificuldades com os quais se depararam, por não saberem aplicar os recursos e equacionar os problemas que encontraram em uma velocidade de resposta adequada.

Assim, quando considerada apenas como um sinal de alerta, a ansiedade tem qualidades de preservação da vida, proporcionando um evitar de danos, alertando o sujeito quanto às ações, preventivas ou não, frente aos perigos. Por sua vez, os muito ansiosos poderiam fazer cálculos pouco acurados a respeito da realidade que se acercava deles, de forma que também confeccionaram táticas pouco eficientes com os problemas com a lida do cotidiano.

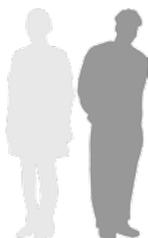
Essa teoria postula ainda que se um indivíduo mais agressivo atacasse a fera, a precaução inerente à fuga teria uma importante função para a so-

brevivência da espécie humana. Nos dias atuais poderíamos substituir um feroz mamute ou um esfomeado dinossauro por um chefe rabugento, uma prova de vestibular ou um exame de qualificação de mestrado, ou mesmo uma mulher bonita numa danceteria. Se sentirmos que essas pessoas e situações talvez possam nos prejudicar de alguma forma, então, seremos provavelmente mais cautelosos quando estivermos perto delas. A exemplo dos primeiros homens, se sentirmos que qualquer aproximação possa ser perigosa para a nossa integridade moral ou física, esta deverá ser evitada e, conseqüentemente, é isso o que fazemos.

Contudo, segundo Freeman e Dattilio (1998), uma pessoa com transtornos de ansiedade, tem as reações psicológicas que a acompanham, mesmo quando não se depara com uma ameaça objetiva; podendo o indivíduo perceber situações inócuas como perigosas, além de subestimar sua própria capacidade de interpretação e, conseqüentemente, de ação. A pessoa ansiosa criaria, então, imagens fortes o suficiente para induzir sintomas fisiológicos de ansiedade. Seus sintomas propiciariam a inibição ou a interferência de suas estratégias de enfrentamento, levando a um grande prejuízo do mecanismo de feedback, que é vital para o indivíduo enfrentar uma situação. Na distorção dos acontecimentos inócuos, o sujeito ansioso exagera o potencial de dano e tem pensamentos ou imagens recorrentes de prejuízo físico ou psicológico.

Echeburúa e Fernández-Montalvo (2001) afirmam que “O mal-estar do ciumento - a insegurança - refere-se a dois aspectos: a perda do amor e a aparição de um rival. A angústia supõe uma enorme fadiga mental pela observação e vigilância constantes, a dissimulação da mesma e o encobrimento da ansiedade” (Echeburúa & Fernández-Montalvo, 2001, p. 37).

Capítulo XII



O ciúme e a inveja

*“O ciúme jamais está isento de uma ponta de inveja, freqüentemente
essas duas paixões são confundidas”.*

(La Bruyère)



Por que ele(a) e não eu?

A inveja, arrolada como um dos sete pecados capitais da igreja é um afeto constitutivo do ser humano que pode se manifestar desde uma forma sutil e quase despercebida, até manifestações de grande intensidade.

Conceitua-se a inveja como um desgosto ou pesar pelo bem do outro. Logo, configura-se enquanto uma situação dual. Assim, para o invejoso não basta ter algo igual, ele luta para despojar o outro do atributo que possui. Frequentemente, ambas são desagradáveis. Desde outrora, a inveja tem sido relacionada às grandes mazelas humanas, de forma que a aversão à inveja é milenar, pois ela sempre foi desdenhada entre todos os sentimentos humanos. Vejamos a concepção de Ovídio a respeito da mesma:

“A Inveja habita no fundo de um vale onde jamais se vê o sol. Nenhum vento o atravessa; ali reinam a tristeza e o frio, jamais de acende o fogo, há sempre trevas espessas(...). Assiste com despeito aos sucessos dos homens e este espetáculo a corrói; ao dilacerar os outros, ela se dilacera a si mesma, e este é seu suplício”(Ovídio, 1966, livro II, p. 770).

Na mitologia grega, conta o mito que havia uma deusa de nome Éris, também conhecida como deusa Discórdia, que havia sido intencionalmente esquecida quando foram enviados os convites para o casamento de Peleus e Tétis, afinal, alguém com um histórico como o desta deusa não seria muito bem-vinda durante os festejos de um casamento. Mesmo assim, à revelia dos noivos ela compareceu ao casamento levando um presente muito especial. Este presente era uma maçã de ouro cultivada no jardim das Hespérides, o qual ficou conhecido mundialmente pelo nome de “Pomo da Discórdia”. A deusa nele inscreveu os seguintes dizeres “Para a mais bela das deusas”. E assim, iniciou-se uma disputa entre Atenas, Afrodite e Hera. Já que apenas uma das três poderia ser “A mais bela”, Páris foi chamado para ser o juiz do primeiro concurso de beleza, o que acabou culminando a Guerra de Tróia.

Em uma outra passagem da mitologia grega, relembramos o romance do Deus Eros(o amor) o e a mortal Psiquê (a mente), na qual o ciúme e o amor se apresentam de maneiras diferentes. Conta à lenda que Afrodite (Vênus) percebeu que os homens não mais a adoravam. Em seu templo em ruínas afluíam peregrinos de todos os cantos, agora para admirar a formosura de uma simples mortal: a princesa Psiquê. Enciumada e vingativa, Afrodite se enche de ódio e pede a seu filho Eros que use suas flechas encantadas para fazer com que Psiquê se apaixone pela criatura mais desprezível do mundo. Ao partir para a missão, Eros teve uma surpresa desnorteante: ao ver a beleza

da mortal, encanta-se profundamente por ela, como se seu próprio coração fosse trespassado pelas flechas do amor.

Eros retorna ao Olimpo profundamente apaixonado e apenas diz à mãe que ela estava livre da rival (como de fato estava, pois agora, iluminada por um amor divino, Psiquê torna-se inacessível aos homens, que voltavam a admirar Afrodite). Por outro lado, Eros articula uma intrincada trama que lhe permite chegar até Psiquê, com a condição de que jamais veja seu rosto. Durante muito tempo, Psiquê entregou-se apaixonadamente ao seu amante velado, que a visitava encapuzado e escondido pelas sombras da noite, vivendo ambos, em intenso estado de amor. Ela, entretanto, cedendo à cizânia de suas irmãs invejosas, que a incitaram a desmascarar o amante, para se certificar de que não se tratava de um horrível monstro, apanhou certa noite uma lâmpada de óleo e se aproximou do amado enquanto ele ainda dormia. Deslumbrada com a beleza que vira, ela deixa cair uma gota de óleo no ombro de Eros, que acorda sobressaltado, percebendo o que ocorria.

Profundamente magoado, e sem dizer qualquer palavra, e ele se vai embora. Psiquê, desesperada, ainda tenta alcançá-lo, mas é inútil. Ela apenas o ouve, ao longe, com um triste tom de lamento, as últimas palavras de Eros que lhe são dirigidas: “O amor não pode viver sem confiança!”.

Estamos habitualmente acostumados em nossa sociedade a indiferenciarmos o ciúme da inveja, dada sua natureza e seus efeitos. Parrot e Smith (1993) enfatizam que a diferenciação entre os termos é clara porque na inveja o outro teria aquilo que lhe falta, enquanto que no ciúme o temor principal é a perda de um relacionamento que já se possui. Dessa forma, o ciúme se constitui uma situação triangular entre sujeito, pessoa valorizada e rival.

De fato, a confusão entre inveja e ciúme é explicitada por diversos autores (Torres, Ramos-Cerqueira & Dias, 1999). Parrot (1991) aponta duas definições distintas para ciúme e inveja. Segundo este autor, o ciúme é concebido como uma emoção que ocorre quando uma pessoa sente perder ou já perdeu um importante relacionamento com uma pessoa para um rival; enquanto para ele a inveja seria a emoção que ocorre quando uma pessoa carece o que outra pessoa tem e/ou deseja isso, ou deseja que a outra pessoa não tenha.

Assim, os invejosos estariam sempre provocando, escarnecendo e criticando àqueles que invejam, e quando sua inveja beirasse ao extremo, chegariam a praguejar, desejando ao invejado as piores desgraças. E, se não podem fazê-lo diretamente, fazem-no através de outros (falando mal, denegrindo, desvalorizando), mas sempre com a certeza de que estarão atingindo seu alvo.



Segundo Pasini (2006) a principal característica entre o ciúme e a inveja é que enquanto o ciumento teme perder o que possui, o invejoso se atormentaria em ver que o outro possui aquilo que ele deseja e não o tem. A inveja está freqüentemente relacionada à inferioridade, ao desejo de se ter o que não se possui, ao ressentimento e à desaprovação. Em contrapartida, o ciúme é caracterizado pelo medo da perda, pela desconfiança, pela ansiedade e pela raiva. Além disso, o ciúme é freqüentemente atacado como um sentimento mais intenso do que a inveja (Ramos, 2000; Salovey & Rodin, 1986 e Smith, Kim & Parrott, 1988), muito embora a inveja esteja relacionada a uma agressividade mais primitiva (Shengold, 1994).

De modo geral, observa-se que a inveja tem um significado mais pejorativo e obscuro que o ciúme, tanto que se você perguntar a uma pessoa se ela é ciumenta ou invejosa, ela tenderá a responder que é ciumenta (Ramos & Zinder, 2002; Ramos 2000). Albisetti (1994) é concorde com este tipo de pensamento e nos diz que a inveja tem contemporaneamente um sentido pejorativo e mais obscuro que o ciúme. Logo, este mesmo autor conclui, em outra parte do texto, dele que não é tão simples como se pensa delimitar a linha divisória entre o ciúme e a inveja.

Salovey e Rodin (1985) concluíram em sua pesquisa que os seus pesquisados se sentiam muito mais desconfortáveis quando expressavam invejam do que quando se assumiam como ciumentos. O ciúme e a inveja, apesar de serem conceitos diferenciados podem possuir fatores constituintes em comum. Um destes fatores é que tanto o ciúme, bem como a inveja, estão relacionados a uma baixa auto-estima. Estes fatos também foram confirmados pela pesquisa de Salovey & Rodin (1985) com os 25 mil leitores da revista *Psychology Today*.

A inveja na Bíblia.

Nogueira (2003) aponta que o desejo de destruição é freqüentemente imbuído de ódio, o que explica a síndrome de irmãos ou da rivalidade invejosa que existe entre eles. O que existe é um forte componente de rivalidade e que está relacionada a duas emoções extremamente importantes, existentes na infância e que atingem a vida adulta: o ciúme e a inveja bíblicos ilustrados pelos casos de Caim e Abel, Jacó e Esaú, Josué e seus irmãos, Moisés, Miriã e Arão, Davi e seus irmãos, Roboão e Jeroboão, André e Simão, Tiago e João etc. (Silva, 2005).

Acompanhamentos, a seguir, a narração de uma das parábolas, em

minha opinião, mais representativas da temática da infidelidade, encontrada na Bíblia Sagrada:

“Um homem teve dois filhos e disse o mais moço deles, a seu pai: Pai dai-me a parte da fazenda que me toca. E ele repartiu entre ambos a fazenda. Passados não muitos dias, entrouxando tudo o que era seu, partiu o filho mais moço para uma terra muito distante, país estranho, e lá dissipou toda a sua fazenda, vivendo dissolutamente. Depois de ter consumido tudo, sucedeu haver naquele país uma grande fome, e ele começou a sentir necessidades. Retirou-se, pois, dali e acomodou-se com um dos cidadãos da tal terra. Este, porém, o mandou para os seus campos, a guardar os porcos. Aí, desejava ele encher a sua barriga de “lavagem”, das que os porcos comiam, mas ninguém lhas dava. Até que, tendo entrado em si, disse: “Quantos jornaleiros há, em casa de meu pai, que têm pão em abundância, e eu aqui pereço á fome” Levantar-me-ei, irei procurar meu pai, e dir-lhe-ei: Pai pequei contra o céu e diante de ti; já não sou digno de ser chamado teu filho; faze de mim como de um dos teus jornaleiros . Levantou-se, pois, e foi ao encontro de seu pai. E quando ele ainda vinha longe, viu-o seu pai, que ficou movido de compaixão, e, correndo, lançou-lhe os braços ao pescoço, para o abraçar, e o beijou. E o filho lhe disse: Pai pequei contra o céu e diante de ti; já não sou digno de ser chamado teu filho. Então disse o pai aos seus servos: Trazei depressa o seu melhor vestido, e vesti-lho, e metei-lhe um anel no dedo, e o sapato nos pés; trazei também um vitelo bem gordo, e matai-o, para comermos e nos regalarmos, porque este meu filho era morto, e reviveu, tinha-se perdido, e achou-se. E começaram a banquetear-se. Seu filho mais velho estava no campo, e, quando veio e foi chegando a casa, ouviu a música e as danças. Chamou um dos servos e perguntou-lhe que era aquilo. Este lhe disse: E’ chegado teu irmão, e teu pai mandou matar um novilho cevado, porque veio com saúde. Ele então se indignou e não queria entrar; mas, saindo, o pai começou a rogar-lhe que entrasse, ao que lhe deu esta resposta: Há tantos anos que te sirvo, sem nunca transgredir mandamento algum teu e nunca me deste um cabrito para eu me regalar com meus amigos; mas, tanto que veio este teu filho, que gastou tudo quanto tinha com prostitutas, logo lhe mandaste matar um novilho gordo. Então lhe disse o pai: Filho, tu sempre estás comigo, e tudo o que é meu é teu; era, porém, necessário que houvesse banquete e festim, pois que este teu irmão era morto, e reviveu, tinha-se perdido, e achou-se” (Lucas, XV, 11-32).

Haveria várias coisas nesta bela parábola contada pelo próprio Jesus, que valeria a pena ser desmembrada, mas concentrar-me-ei no comportamento do filho mais velho. Este tem uma atitude de grande fechamento com



relação à volta de seu irmão. Ele estava no campo quando o jovem chegou, ainda bem que o pai estava em casa, pois se nela estivesse apenas o irmão mais velho o jovem arrependido certamente não seria recebido.

Quando começou a festa que comemorava a volta do filho mais novo, ficou com raiva e não quis entrar. O pai então com muito amor tentou convence-lo a entrar na festa. A motivação que levava o irmão mais velho a não perdoar seu irmão mais novo estava em que, trabalhava muito para seu pai e o obedecia em tudo, mas no fundo ele tinha muito mais uma relação com o pai de empregado e não de filho. Trabalhava e agora cobrava apenas um cabrito para festejar com seus amigos, quando tudo que era de seu pai era dele também.

Certamente os amigos do filho mais velho eram muito parecidos com ele, intransigentes com os demais. É sintomático, também percebermos que o filho mais novo usa cinco vezes a palavra “pai”, pois ele sabe que tudo que tem vem do seu pai sem nenhum mérito dele, enquanto que o filho mais velho nunca usa a palavra “pai”. Também encontramos no filho mais velho o rompimento total com o irmão quando não o chama de irmão, mas de “teu filho” se dirigindo ao pai. Identificamos, então, na figura do filho mais velho a mesquinhez e a inveja daqueles que não querem ver os mais novos terem oportunidades iguais.

Nogueira (2003) comenta a respeito do caso da primeira dupla de irmãs do Gênesis, Caim e Abel, quando surgiu a rivalidade invejosa, ocorreu o primeiro caso de fratricídio, e na mitologia grega, alguns pares de irmãos são enfocados: como portadores de inveja-amizade, “arquétipo do irmão” e sua humanização por meio das figuras fraternas propriamente ditas ou de amigos, como forma adequada para a solução de vivências invejosas dolorosas e sombrias.

A inveja na contemporaneidade.

Outro caso da atualidade nos é narrado pelo editor sênior da revista *Essence* que nos conta a história de Yolanda:

“Yolanda estava tendo um dia perfeitamente normal em seu escritório de advocacia em Atlanta numa tarde quando ela recebeu o *E-mail*. Era de uma velha amiga da faculdade que estava na cidade e queria encontrá-la antes de viajar para o exterior por um ano. A amiga - a quem Yolanda não via desde que ambas seguiram diferentes caminhos para estudar leis - era agora professora ensinando estudantes afro-americanos em uma importante universidade,

um trabalho que Yolanda admirava. “Isto me deixou em pânico por dois ou três dias” recordar os 30 anos passados com um café e empatia. “Parece que coisas só funcionam para outras pessoas”. Um bem sucedido interesse público litigando a si mesma com um senso de humor afiado e uma alma introspectiva, Yolanda surpreendeu-me com sua confissão. “Então ela me manda *E-mail* sobre encontrarmo-nos. Está casada. Seu marido parece maravilhoso. Eu nunca me encontrei com ele, imagine você -- eu tenho construído totalmente esta narrativa sobre quão maravilhoso ele é”, ela ri. “Então seu marido está retornando à escola de medicina e está ficando corcunda de tanto dinheiro. Ela recebe para ensinar estudantes afro-americanos, e eles estão indo a Londres por um ano”. Esse pequeno particular da notícia que Yolanda disse, que me trouxe lembranças de viver no exterior, era uma reviravolta: “eu tresandei pelo resto do dia”. Parece injusto para outras pessoas eu começar minha vida antes que eu eles o façam” (Kashef, 2001, p. 2).

Entretanto, para o autor Ferreira-Santos (1998), o ciúme e a inveja podem coexistir na mesma pessoa, variando de intensidade, sendo ambos baseados na crença onipotente da posse absoluta do objeto idealizado. O ciúme remete-se sempre a três pessoas, enquanto a inveja, somente a duas.

No ciúme, o amor tende a estar presente, na inveja o que predomina é o desejo destrutivo. Ele passa a depreciar o objeto porque dessa forma o invejoso se compraz e não precisa mais invejar, muito embora o simples fato de invejar o outro já é uma forma de admirá-lo ainda que veladamente. Daí, o indivíduo ataca e destrói o objeto invejado porque o destruindo, não precisa ter mais inveja porque o ciúme fundamenta-se no amor e visa à posse do objeto amado e à remoção do rival. Pertence a uma relação triangular e, portanto, a um período da vida em que os objetos são claramente reconhecidos e diferenciados uns dos outros.

A inveja, por sua vez, é uma relação de duas partes, na qual o sujeito inveja o objeto por alguma posse ou qualidade; nenhum outro objeto vivo precisa entrar nessa relação (Silva, 2005). A voracidade dos invejosos quer extrair tudo o que de bom o objeto possui.

Outro autor, teólogo René Girard, concebe a inveja como um desejo mimético:

“O sujeito deseja o objeto porque o próprio rival o deseja. Desejando tal ou tal objeto, o rival designa-o ao sujeito como desejável. O rival é o modelo do sujeito, não tanto no plano superficial das maneiras de ser, das idéias, etc., quanto ao plano mais essencial do desejo. (...) Qualquer mimesis relacionada ao desejo conduz necessariamente ao conflito.” (Girard, 1990, p.180).



Pela definição anteriormente colocada devemos compreender que todos, de certa forma, somos possuidores do desejo de querer sermos iguais ao do outro, desejar um objeto já desejado e possuído por alguém. Dessa forma, pela inveja, muitas vezes, queremos para nós o que pertence ao outro.

Ferreira-Santos (1998) relata que a inveja visa à danificação da bondade do objeto, para remover a fonte de sentimentos invejosos (o objeto desvalorizado ou danificado não suscita inveja). Como a inveja envolve basicamente duas pessoas e o que se inveja é o que a outra pessoa possui ou é, ela visa estragar ou no mínimo as boas qualidades da outra pessoa. Relata que, sentimentos de ressentimento por alguém que está mais adiante, que está se saindo melhor, e uma vaga hostilidade, rivalidade, competitividade demonstram a existência da inveja. Entretanto, o problema surge quando ela é mais intensa, levando a uma espécie de incessante crítica maldosa.

Segundo Ferreira-Santos (1998), quando a inveja é patológica provocada pelo ciúme, a emulação transforma-se na competição-rivalidade mesclada de raiva, provocada pela “decepção” ou “amor-próprio ferido” cujo sentimento interior aparece sob a forma de frustração, tristeza, de mal-estar, de acabrunhamento pelo fato de o invejoso sentir-se inferior ao outro. O invejoso é normalmente inseguro, supersensível, irritadiço, desconfiado, observador minucioso e investigador da vida alheia; sempre armado e alerta contra tudo e contra todos, ostenta superioridade quando, na realidade sente-se inferiorizado, sendo tal fato o provocador do ar de sarcasmo e de ironia que o invejoso costuma manifestar. O comportamento descrito o leva a exaustão, porque necessita ocultar o seu precário estado de harmonia interior. Os sentimentos de inferioridade são criados pela comparação-ciúme.

Em um desenvolvimento normal da criança, segundo Segal (1975), o sentimento de inveja se torna mais integrado. A gratificação experimentada no seio materno estimula admiração, amor e gratidão, ao mesmo tempo em que inveja. Esses sentimentos entram em conflito tão logo o ego começa a se integrar, e, se a inveja não for avassaladora, a gratidão a supera e modifica. O seio ideal, introjetado com amor, gratificação e gratidão, se torna parte do ego, e este mais repleto de bondade. E assim, num círculo benevolente, a inveja diminui à medida que aumenta a gratificação.

Sentimentos de inveja em relação ao objeto dos primeiros vínculos, embora enfraquecidos, sempre permanecem. Alguns desses sentimentos deslocam-se a partir do objeto primário para o rival, tornando-se fundidos com sentimentos de ciúme em relação ao rival. Essa inveja que permanece em relação ao objeto primário, quando não é mais sentida como destrutivamente devastadora, pode tornar-se base de emulação e rivalidade com o

objeto primário, de um modo que é egossintônico e que não dá origem a sentimentos avassaladores de culpa e perseguição.

Shakespeare em *Otelo* comenta que os invejosos devido ao ciúme que possuem, destroem o objeto de seu sentimento. Na verdade o autor está utilizando o ciúme de uma forma mais abrangente. Contudo, ainda segundo ele os ciumentos não atendem a isso e por isso não precisam de causa para o ciúme. Eles têm ciúme, nada mais. Por fim, conclui na fala de Emília, situada no Ato III, Cena IV que o ciúme seria um monstro autógeno que si mesmo gera e de si nasce.”

Para Ferreira-Santos (1998), o ciúme e a inveja são sentimentos gêmeos, pois ambos se referem ao sentimento de posse envolvido, sendo que o ciúme é relacionado ao que se tem e se teme perder, enquanto que a inveja é direcionada ao que não tem e se deseja obter, ou impedir que o outro tenha.

Nogueira (2003) menciona que a inveja é um mecanismo comum a todos os seres humanos, sem exceção. É um mecanismo que quando consciente permite que o indivíduo possa compreender-se através dela. É negativa quando é consciente ou inconsciente e impede o indivíduo de utilizá-las como fonte de compreensão. Nesse caso, a inveja pressupõe o desejo de esvaziar o outro daquilo que desperta a inveja.

O invejoso sofre por ver o outro possuir coisas que se deseja para si. Não é necessário que seja uma coisa concreta, pode ser uma qualidade, um traço ou uma habilidade. O invejoso passa mal com a fruição. Sente-se à vontade apenas com o infortúnio dos outros. Logo, todos os esforços para satisfazer um invejoso são vãos.

Mas a inveja tem ainda outro lado que é mais pernicioso para o invejoso; é a confirmação feita por ele mesmo, de sua incompetência, impotência e inabilidade. Quando ele inveja, ele atesta sua impotência e reafirma a potência do outro. Trata-se de um mecanismo autodestrutivo.

Geralmente inseguro de suas próprias capacidades o invejoso, sempre armado e alerta contra tudo e contra todos, finge superioridade quando, na realidade sente-se inferiorizado, sendo tal fato o provocador do ar de sarcasmo e de ironia que o invejoso costuma manifestar. O comportamento descrito o leva a exaustão, porque necessita ocultar o seu precário estado de harmonia interior, gerando assim, alto grau de ansiedade e culpa.

Klein (1957/1974) distingue a inveja e o ciúme dizendo que a inveja é o sentimento irado no qual a outra pessoa possui e desfruta de algo desejável e há o impulso para o invejoso de tirá-lo dela ou espoliá-la. Além disso, a inveja implica na relação do indivíduo apenas com uma só pessoa e remonta a



mais primitiva relação exclusiva com a mãe. O ciúme se baseia na inveja, mas envolve uma relação com, pelo menos, duas pessoas; diz respeito principalmente ao amor que o indivíduo sente como lhe sendo devido ou que lhe foi tirado ou se acha em perigo de sê-lo, por seu rival. Na concepção popular de ciúme, um homem ou uma mulher se sentiria despojado da pessoa amada por outra pessoa, no caso o rival.

Na pesquisa com os leitores da revista *Psychology Today* (aproximadamente 25.000 pessoas), Peter Salovey e Judith Rodin conduziram um esclarecedor estudo, em 1985, a respeito do que se passa com as pessoas ciumentas. As conclusões que os autores chegaram permitiam conhecer um pouco mais sobre este fenômeno e a fomentar mais as pesquisas nesta área. Em pesquisas anteriores, pensava-se que ciúme e inveja eram parte de um único *continuum*.

A partir desta pesquisa, foi indicado que a inveja pode ser um fato a parte do ciúme, diferindo do que anteriormente se era pensado. Quando nossos relacionamentos amorosos são ameaçados por um rival (real ou imaginário), experimentamos intensas emoções porque nos imaginamos o medo da perda do nosso relacionamento tão valorizado. Nossas emoções são ainda mais complicadas por sentimentos de inveja porque achamos que o nosso rival nos é superior em algum(ns) ponto(s) e é por isso está cativando o nosso ser amado.

Logicamente, o ciúme romântico contém inveja, mas o que provavelmente a invoca tais como fortes emoções em pessoas ciumentas estão somadas a ameaça pessoal ao relacionamento. São também diferentes as situações que eliciam o ciúme e a inveja e a sociedade reage diferentemente à manifestação destes dois fenômenos. Ao que parece a sociedade até certo ponto valida o ciúme e rechaça a inveja

E assim como o ciúme, a inveja pode se expressar de maneira diferente para o gênero masculino e o feminino. Os homens tendem a se apegar mais às riquezas e a fama enquanto as mulheres com a questão do bom gosto e com a atratividade física (Salovey & Rodin, 1985).

Em situações nas qual a atratividade ou a popularidade está em risco, (tal como quando uma pessoa é mais atrativa quando ela está começando a trabalhar no escritório), as mulheres reportam mais inveja do que os homens. Também as mulheres tendem a demonstrar mais determinados tipos de comportamentos ciumentos tal como questionar extensivamente as ex-namoradas e o passado dos namorados delas.

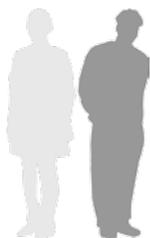
Já atendi casos de namorados e namoradas extremamente ciumentos dos ex-parceiros(as) de seus amores. São casos complicados, sobretudo,

quando estas pessoas têm ainda algum tipo de dependência emocional ou financeira com seus atuais parceiros. Bem, mas devemos nos lembrar que todos nós temos um passado e que o fato de amar alguém e ter um relacionamento amoroso com esta, não nos coloca na posição de proprietário da pessoa, muito menos de juízes do passado dela.

Nossos amados são o resultado de todas as experiências que eles puderam viver e é natural que tenham tido outras parcerias romântico-sexuais. Assim, pessoas saudáveis e emocionalmente amadurecidas, precisam passar por isso para que possam encontrar alguém com quem queiram formar uma família e seguir pela vida.

Também, é relativamente comum, por exemplo, que a mulher tenha ciúme da amizade entre o marido e uma companheira de infância ou dos tempos de solteiro. A mulher sabe que nunca poderá ter papel na história de vida que os dois comungam. Se não estiver convencida de seu próprio valor e da importância afetiva que tem para o marido, a mulher pode sentir-se vagamente ameaçada e ir acumulando hostilidade, consciente ou não, contra o marido, seu amigo ou ambos. Uma boa estratégia para estes casos é conversar com os(as) nossos(as) parceiros(as) a fim de superar estas dificuldades.

Capítulo XIII



O ciúme homossexual

“Erra tanto o que suspeita demais, quanto o que demais confia”

(Diderot).



Homossexualidade: um breve histórico.

Na história da humanidade, a questão da homossexualidade sempre se fez presente. A homossexualidade, tal como a compreendemos atualmente remonta ao século XIX. Sob a denominação homossexualismo, segundo Spencer (1996, p. 274) surge pela primeira vez, cunhado em um panfleto escrito, por um médico húngaro de nome Benkert, no ano 1869. Na língua inglesa, esta “manifestação” aparece pela primeira vez, em 1890, em uma tradução do tratado *Psychopathia Sexualis* do autor Krafft-Ebing.

Anteriormente, vários outros termos foram designados para distinguir o relacionamento entre pessoas do mesmo sexo, tais como sodomia, amor masculino, inversão, dentre outros, muito embora, o sentido para estes termos não corresponda ao que atualmente atribuímos para os mesmos. O termo homossexual foi criado em 1869 pelo escritor e jornalista austro-húngaro Karoly Maria Kertbeny. Deriva do etimologicamente do grego ‘*homos*’, que significa “semelhante”, “igual”.

Em 1870, um texto de Westphal intitulado “As Sensações Sexuais Contrárias” definiu a homossexualidade em termos psiquiátricos como um desvio sexual, uma inversão do masculino e do feminino, em suma, uma espécie de loucura. A partir de então, no ramo da Sexologia, a homossexualidade foi descrita como uma das formas emblemáticas da degeneração, isto é, como um estado de depravação e nos códigos penais surgiram leis que proibiam as relações entre pessoas do mesmo sexo.

E então, alguns historiadores da ciência afirmam que a homossexualidade é uma invenção recente, um termo que busca dar um nome pseudo-científico para uma forma de amor socialmente perseguido de forma sistemática a partir de fins do século XIX. Assim, diferindo de cultura para cultura, há registro de períodos de maior ou menor aceitação das relações afetivas e/ou sexuais entre pessoas do mesmo sexo. A homossexualidade sempre existiu e está presente nas sociedades ao longo da história e da cultura humana e não é surpreendente que ela seja expressa com uma ampla variedade de formas e seja vista de modos nitidamente contrastantes durante períodos históricos distintos e em diferentes sociedades.

Na historiografia oficial, esse tema, foi por muito tempo, banido do conhecimento público e manteve grupos minoritários relegados ao esquecimento. Em seu livro, “*Homossexualidade: uma história*”, o autor Colin Spencer (1996) retoma a história das civilizações, trazendo à tona, a história da homossexualidade, tal qual ela nunca fora contada anteriormente. Este autor credita este possível lapso científico a uma provável desaprovação homofó-

bica por parte dos antropólogos, zoólogos, e historiadores no que se refere à sexualidade homossexual, dado que segundo o autor esta coexiste com a humanidade desde os tempos primevos, e nos alerta: “A história, devemos sempre lembrar, reflete as opiniões e emoções do tempo em que foi escrita; é altamente subjetiva, já que cada época lança uma diferente luz sobre o passado” (Spencer, 1996, p. 60).

Spencer (1996) relata que em algumas sociedades, ao longo da história da civilização humana, o relacionamento homofílico entre as pessoas não era apenas conhecido, mas praticado e aceito como necessário. O autor nos conta que, para algumas tribos cerca de 10.000 anos atrás, o rito de passagem de um menino para a vida adulta era a relação sexual passiva com um homem adulto para que este passasse através de seu sêmen a virilidade e a força necessárias para a sobrevivência da tribo.

Contemporaneamente, ainda há resquícios desta prática conforme citado por Herdt (1984) em nativos jovens de Papua Nova Guiné que ingerem esperma de adultos a fim de lhes ser transmitido o legado da virilidade. Aqui no Brasil, uma tribo de índios, os Krôa, por meio do ritual denominado de cunin, também tem uma prática parecida, no qual pela felação e na incorporação do sêmen dos mais velhos, acredita-se estar transmitindo a virilidade para a defesa da tribo.

Spencer ainda ao reconstituir o histórico da humanidade ao longo do tempo, nos conta que até o séc III d.C. em relação aos gregos, mesopotâmios, egípcios, romanos, hindus, chineses da dinastia Han, celtas, dentre outros, “metade do mundo civilizado [...] não tinha naquela época medidas repressivas contra o comportamento homossexual; pelo contrário, algumas sociedades o celebravam positivamente” (Spencer, 1996, p. 80).

Em todas estas sociedades, a bissexualidade humana, sobretudo a do homem, era compreendida como algo que fazia parte dos costumes sociais. E ainda que enquanto uma prática usual instalada em diversas sociedades, geralmente quando nos referimos a um passado remoto costumamos nos reiterar aos gregos pelos seus hábitos homo-eróticos expressos em suas manufaturas e na literatura.

Em se tratando do mundo grego, Spencer (1996) nos coloca que o sexo entre um menino e um homem adulto fazia parte de um ritual de passagem que assegurava a migração daquele para a vida adulta. Segundo o antigo ritual grego, os jovens efêbos eram entregues pelos seus próprios pais a um homem mais velho que lhes ensinaria pelas “artes da guerra e do amor”. Este período de exílio ritualístico durava aproximadamente dois meses.

Com a difusão do cristianismo, sobretudo propagada pelas idéias dos



primeiros padres da Igreja católica por ocasião da Idade Média, as práticas homoeróticas foram condenadas a um ostracismo bíblico e moral, repercutindo ao longo dos séculos até os dias atuais, influenciando até mesmo o modelo médico que tentou utilizar algumas idéias eclesiais como fundamentos para suas diretrizes higienistas que combatiam o que eles concebiam enquanto homossexualismo.

Com a chegada da Idade Moderna, a situação não foi mais promissora para a população homossexual. Na época do Iluminismo, não somente os juristas e a Igreja perseguiram os pederastas da época, mas as Ciências biomédicas começaram a identificar nestes grupos, uma espécie sexual padecente de doenças sexualmente degenerativas, de transtornos psicológicos, ou ainda de disfunções hormonais e genéticas (Davi & Rodrigues, 2002).

Para colocar (as) os homossexuais nas categorizações nosográficas da época foram realizados estudos considerando que o papel biológico era preponderante na determinação do destino do papel sexual das pessoas e que estas deveriam ser homens ou mulheres e não uma categoria que representasse uma interface entre ambos. Em muitas obras da época, o homossexual era marginalizado e colocado como um delinqüente, uma pessoa capaz de subverter a ordem e a moral burguesa.

Vemos também inúmeros casos de pessoas que sofreram ao longo dos séculos, marginalizações diversas, desde isolamentos sociais a mutilações físicas e emocionais por causa da natureza afetiva dos seus sentimentos. Um exemplo clássico disso é o autor Oscar Wilde, na Idade Contemporânea, perseguido e condenado, numa época extremamente conservadora. Dessa forma, podemos observar que ao longo da história a homossexualidade passou a ter diversas representações sociais: de um rito de passagem, à noção de pecado e, posteriormente, a ser considerada como um crime (Kniest, 2005). Atualmente, ela é foco de polêmica.

Até meados dos anos setenta, sob a alcunha de “homossexualismo”, os intercursos entre pessoas do mesmo sexo chegaram a ser considerados como doença, equívoco este que se prolongou, quando a Organização Mundial de Saúde (OMS), riscou-a de sua lista de enfermidades. Segundo noticiários, baseados nos estudos do relatório Kinsey (1948), os homossexuais chegam a representar, em média, 10% da população mundial. Esta estimativa é bastante controversa e há estudos que afirmam que a população homossexual que convive com a heterossexual varia entre 4 a 14%. Apesar de ser um número elevado, ainda são considerados minoria, sofrendo assim, rótulos e discriminação, visto que muitos ainda acreditam que a homossexualidade decorre de uma escolha consciente, por parte do indivíduo.

Em uma pesquisa conduzida por Almeida (2003) a respeito da representação do conceito de homossexualidade para adolescentes, muitas pessoas associavam a homossexualidade como “sem-vergonhice” e “pecado” – adjetivos estes provavelmente provenientes de um discurso religioso expressados em suas falas. Então, após ter sofrido inúmeras formas de tratamento com a pretensão de curá-la, psicólogos e médicos, ofereceram muitos recursos (ineficazes, quando não invasivos e nocivos à vida humana) no embate contra o que concebiam sua empreitada contra a homossexualidade.

Dessa forma, lobotomias, eletroconvulsoterapias, intervenções medicamentosas e psicoterápicas, atribuir à culpa ao pai, à mãe, aos avós, etc, tudo, sem nenhuma repercussão favorável ou que fosse ansiolítica, isto é, que diminuísse a ansiedade para os homossexuais. E com muito retardo, em 1973, a homossexualidade foi excluída, não sem oposição por diversos segmentos sociais, do DSM (Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais) elaborado pela Associação Psiquiátrica Norte Americana (APA, 2000).

Assim, ao longo do tempo, este estilo característico de ser, deixou de ser homossexualismo, (porque na medicina o sufixo ‘ismo’ quer dizer doença) e passou a ser homossexualidade (o sufixo ‘dade’ significa modo de ser). O que existe em termos de classificação dentro da psicologia atual é a orientação sexual, onde o desejo sexual é orientado para um objeto externo, no caso do mesmo sexo, da pessoa que anseia por um encontro de natureza afetiva ou sexual com outra pessoa.

O movimento dos homossexuais contra a discriminação pode ser considerado um dos mais importantes destas duas últimas décadas. Como sugere Clarisse Fabre (1999) nos últimos 20 anos, esse movimento segue um percurso que vai desde a “saída da homossexualidade do código penal até a sua entrada no código civil”.

No início dos anos 1980, observamos em vários países ocidentais desenvolvidos uma mudança significativa no que se refere à luta contra a discriminação da homossexualidade. Dois fatos podem ser considerados os mais importantes: a saída da homossexualidade do código internacional das doenças e o fim da condenação da prática homossexual no código penal. Agora, o debate que está na ordem do dia é o reconhecimento jurídico da união homossexual, e a legalização da homoparentalidade.

Então, a Assembléia-geral da Organização Mundial de Saúde (OMS), no dia 17 de Maio de 1990, retirou a homossexualidade da sua lista de doenças mentais, declarando que “a homossexualidade não constitui doença, nem distúrbio e nem perversão” e que os psicólogos não colaborarão com eventos e serviços que proponham tratamento e cura da homossexualidade. Contudo,



somente em março de 1999, o Conselho Federal de Psicologia homologou, em resposta a movimentos evangélicos que propunham um tratamento, ou ainda, uma cura para a questão da homossexualidade, uma Resolução (no. 001/99, de 22/03/1999) que veta ao psicólogo, enquanto pertencente e participante de uma categoria, de se referir à homossexualidade como doença ou de fazer parte de qualquer propaganda de tratamento, e muito menos de cura, a pacientes homossexuais.

Há algum tempo, nós psicólogos pedimos nossas devidas desculpas aos homossexuais, e atualmente, acreditamos convictamente que a homossexualidade não é mais uma doença, e sim uma espécie de estilo de vida, diferentemente do que se havia pensado anteriormente. Atualmente, os cientistas buscam novos caminhos para compreender a origem da homossexualidade, e os estudos embora não conclusivos, não descartam as causas emocionais e culturais.

Amor, ciúme e homossexualidade: algumas considerações.

Ao longo deste livro vimos algumas histórias de ciúme e de infidelidade vivenciadas por homossexuais que nos ajudarão a introduzir este capítulo. Vimos também, neste livro, como a teoria etológica tenta explicar o ciúme heterossexual, mas e quais os mecanismos implicados quanto ao ciúme homossexual? Há um padrão evolucionário para o comportamento ciumento de pessoas que tenham natureza homoerótica em seus sentimentos, pensamentos e comportamentos?

Ao que parece a homossexualidade vista por um prisma etológico tem também uma importante função. Algumas pessoas costumam pensar esta manifestação do comportamento enquanto um desperdício de recursos vitais, ou mesmo, uma prática contraproducente a reprodução. Ao que parece, nenhuma e nem outra dessas afirmações são verdadeiras.

A etologia acredita que as pessoas que tinham orientação erótico-afetiva para parceiros do mesmo sexo, em épocas ancestrais, poderiam ajudar e muito na criação dos filhos da prole dos seus parentes, investindo seus recursos para a manutenção da vida dos sobrinhos e sobrinhas nascidos, conferindo a estes cuidados parentais similares aos dos próprios pais e mães destas crianças. Isso ao longo do tempo colaborou significativamente para aumentar a taxa reprodutiva, e esta é uma das muitas razões que a etologia acredita que a homossexualidade não tenha sido extinguida para aqueles que acreditam que ela é um comportamento inferior em relação à heterossexualidade.

Até o presente momento o que se sabe é que, no tocante a estes relacionamentos, a fenomenologia do enamoramento homossexual é ao que tudo indica, idêntica à do enamoramento heterossexual, isto é, as categorias do novo estado nascente são as mesmas, como adverte Alberoni (1986). Nas palavras de Rusconi (1991, p. 231): “não existem diferenças na expressão dos sentimentos entre homens que fizerem diferentes escolhas sexuais”. E, Lee (1988), complementa tal discussão, apontando uma possível explicação: “Amantes gays e lésbicos compartilham das definições gerais do amor das novelas, filmes e outras mídias” (Lee, 1988, p. 58).

Assim, podemos dizer que possa haver manifestações amorosas legítimas tanto de natureza heterossexual como de natureza homossexual. Contudo, em relação aos dados fornecidos pela etologia para o ciúme romântico para as relações de natureza homossexual, os resultados apresentam-se de forma inversa comparados aos achados em relacionamentos heterossexuais, ainda que estes experimentem níveis de ciúme similares aos dos heterossexuais (Bringle, 1995b). Por exemplo, lésbicas sentem como mais aflitiva a infidelidade sexual de suas parceiras, ao passo que os homossexuais masculinos padecem emocionalmente mais quando imaginam que o parceiro pode estar comprometido afetivamente com outra pessoa (Bailey et al., 1994; Bringle, 1995 b; Sheets & Wolfe, 2001).

Ao que se concerne ao homossexualismo feminino, observa-se que suas origens são mencionadas desde a Antigüidade. A etimologia da palavra deve-se a poetisa Safo. Esta é considerada a ‘fundadora’ do lesbianismo, natural da Ilha de Lesbos, no Mar Egeu, de onde teria surgido o termo “lésbica”. Naquela época, fazer poesia era uma atividade tipicamente masculina e era grande a desvalorização que sofriam as mulheres que faziam suas próprias poesias, e recebiam a alcunha de lésbicas (Graña, 1998).

De acordo com Gipsztein (2000) os atributos supostamente característicos da homossexualidade são em última análise encontrados em todas as outras pessoas.

O sentimento de posse, presente na maioria dos relacionamentos, está também presente nos relacionamentos homossexuais. Acompanhemos abaixo os dizeres de uma declarante homossexual que é repórter de 37 anos de idade:

“Não é pelo fato de ser homossexual é que temos ou não ciúme. A questão transcende a natureza dos nossos próprios sentimentos. A questão é que por sermos seres humanos, possuímos sentimentos que estão sob constante prova de fogo. É necessário, pois, cultivarmos diálogos sinceros, a fim de que esta sinceridade se reflita em nossos comportamentos e conduzam o casal pelas sendas do amor e não da desconfiança”



Vejamos abaixo narrada a história de um amigo, homossexual de 24 anos que ilustra o que prevê a teoria:

“Engraçado a história do ciúme. Acho que tem que se estudar muitos anos para tentar se compreender um único caso isolado. Como diz meu amigo, Thiago: “Ao que parece, ciúme é castigo de quem ama...” Com certeza é. Acho que o ciúme é insegurança total. Ter de viver minha vida e ao mesmo tempo viver a vida do outro. Sem que o outro peça isto para mim!!! Meus casos de ciúmes são sazonais. Hora são os meus namorados com ciúmes de mim pelas razões mais bobas (ligando para saber porque eu me atrasei cinco minutos para chegar em casa, ou ligando no celular para saber onde estou), hora sou eu que tenho minhas crises e expresso da pior forma possível. Lembro com especial “carinho” meu último caso. Não tenho mais nada, aliás nem quero, pois não por mim, mas por ele não ser digno nem merecedor de mim, mas o motivo principal de uma (e definitiva briga e conseqüente rompimento) foi o bendito ciúmes. Por amor abri mão de muitas coisas. Por amor abri mão de viajar ao exterior e por amor abri mão de emprego em outra cidade. Talvez esse “por amor” tenha sido a razão para eu me calcar em ser ciumento e me sentir no direito de sentir todo ciúme que me foi possível. Meu ex-quase-alguma-coisa é um cara sarado, que todo mundo paquera. Eu não liguei muito para o lance de sarado, mas a essência da pessoa, messiânica, iluminada, alma boa... Coitado de mim. O amor é cego, e burro.

Estava convidado a passar uns tempos em Evansville na casa de outro amigo gay, mas o Bruno pediu para mim: Não vá, por mim, fique. Fiquei. Só que as coisas mudaram de ritmo. Ele, professor, cheio de compromissos, e eu parado. Disponível no mercado de trabalho. Ou seja, tinha tempo de sobra para pensar besteiras e imaginar situações era o que não me faltava. Eu não tinha nada para fazer e acho que acabei sendo sufocante. Mandava torpedos, *e-mails*, mensagens... Não tanto para se supor que eu estava saturando, mas o suficiente para ele não ter tempo de responder a tudo e eu me sentir como que posto de lado. Não era o que ocorria. Hoje sei disso. Mas, pesando bem pesado, saí no lucro, pois realmente ele não me merecia por ter feito de um “surtozinho” a gota d’água.

Eu estava num dia de carência, precisando falar com alguém, e esse alguém, claro, era ele. Comecei a ligar à tarde para ele, na casa dele. Secretária eletrônica. Liguei meia hora depois. Secretária eletrônica. Daí comecei a ligar de 20 em vinte minutos... Não deixava recados. Pensei: Vou ligar no celular!!! Liguei. Caixa postal. Deixei um recado: Oi anjo, onde você está, queria tanto falar com você. Passou-se meia hora, ligo de novo. Caixa postal: Você está ocupado??? Retorna para mim! E mais meia hora: Posso saber por que você não atende a porra do telefone nem a porcaria do celular??? Daí, o quarto

recado deixado: Aposto que está zoneando, pois é impossível ficar longe do celular, ou do fixo por tanto tempo!!! Quinto recado: É, eu sou um trouxa... E você deve estar se divertindo muito enquanto eu estou aqui em casa mofando... Sexto recado: Já entendi: não está atendendo o telefone pois está com as mãos melecadas. Deve estar assistindo alguns filminhos e é mais fácil dar atenção pra cinco do que pra um (referência à masturbação)... Sétimo recado: Se não me ligar em meia hora eu não ligo mais pra você, não quero te ver mais, você não me falou que ia sair, some da minha vida... Parei com as ligações, emputecido, fulo da vida.

As 00h00, eu resolvo ligar mais uma vez, numa última tentativa.

– Oi... Você sumiu.

– Oi, Ricardo, eu fui na casa da Miranda jogar baralho. Te mandei *e-mail* no *gmail* (justo o *e-mail* que eu não abri).

Aí... eu desmontei. Falei: você gosta de mim???

– Gosto.

– Gosta mesmo.

– Sim, mesmo.

– Faria uma coisa difícil por mim?

Faria, dependendo da coisa.

– Mas, faria?

– Sim, faria.

– Então, faz o que eu vou te pedir que é fácil. Não é uma coisa difícil. Deleta todos os recados que eu deixei na tua caixa postal, ta?. Promete que não vai ouvir???

– Prometo.

– Jura.

– Juro.

– Não vai mesmo?

– Não, não vou.

– Te adoro

– Eu também gosto muito de você.

Desligamos.

Bingo!!! Não deu outra. Ele foi e ouviu o meu surto ciumento. Depois disso, com a insegurança que eu sentia por ele ser assediado, rompi. Rompi mas pensei muito nele. Levou tempo para eu me desapegar de vez. Às vezes, lembro de situações e momentos, e sinto ciúmes por imaginar que alguém esteja com ele... Mas... a fila tem que andar... Então toda sorte pra ele... E que eu manere no meu ciúmes...

Li uma matéria, por estes dias sobre ciúmes. Falava, por exemplo: Quando o seu namorado chega do trabalho 40 minutos atrasado. Na cabeça de quem sofre com o ciúme, durante a espera, passarão algumas alternativas que expliquem”o motivo do atraso:

a) Ele esperou todo mundo sair e deve ter se atracado com o secre-



tário na sala do chefe.

b) Ele deve ter dado uma passadinha na casa da outra.

c) Aquele canalha deve ido tomar um suquinho com o ex-namorado.

As três alternativas acima são os chamados “pensamentos automáticos”. Eles são os primeiros “porquês” que rondam a cabeça de uma pessoa ciumenta.

Puxa, são taaaantooooos os motivos que podem ter feito o seu namorado se atrasar! Porque pensar seeeempre no pior???? Porque não substituir esses três porquês acima pelos de baixo?

a) Ele teve que passar na faculdade para pegar uns xérox para a prova do dia seguinte.

b) Ele passou no supermercado para comprar algumas coisas que faltavam em casa.

c) O chefe dele resolveu fazer uma reunião no final do expediente. Depois que li isso, comecei a eliminar pensamentos automáticos. O que vale é ser feliz!!!”

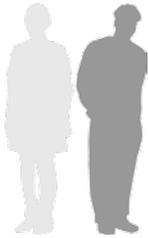
Observa-se no relato do meu amigo o estresse desencadeado pela preocupação causada ante a possibilidade da perda do ser amado e mais especificamente do sentimento que ele cultivava pelo namorado. Logicamente, os componentes de ciúme sexual também transparecem em seu conteúdo, mas a maior preocupação, em termos de componentes, foi o desvio do carinho para outro rival em potencial. Do mesmo modo, embora a teoria preconize que em geral os homossexuais masculinos tenham mais ciúme emocional do que sexual em relação as homossexuais femininas, isso não se aplica para todos os casos, de tal forma, que haverá sempre aquelas pessoas que não se adequar ao modelo teórico.

No estudo de Buunk, Massar & Dijkstra (2006) os autores verificaram que homens homossexuais, mas não mulheres homossexuais reportam mais ciúme quando expostos a um rival com uma alta dominância quando comparados a um rival de baixa dominância, especialmente quando expostos a um rival fisicamente não atrativo. Então, estes resultados sugerem fortemente que homens e mulheres possuem um evoluído mecanismo através do qual eles respondem mais ou menos automaticamente aquelas características do rival que tinham sido importantes na seleção sexual no nosso passado evolucionário. Como resultado disso, os indivíduos homossexuais parecem ter sido dotados com um mecanismo de ciúme não completamente adaptado para a situação deles, como eles tendem a não respondem mais ciumentamente para aquelas características que são, dada à preferência pelos parceiros deles constituírem a maior ameaça.

Como em qualquer outra competição, o rival mais dotado é sempre mais temido como ameaça; mas, de outro lado, é sempre mais humilhante ser vencido por um antagonista mais fraco. Se o parceiro o trair com outro menos bonito, de condição social ou moral inferior, menos elegante ou inteligente, o parceiro tenderá a sofrer mais ciúme do que se o rival for superior a ele no conjunto de qualidades. Dessa forma, “Embora a homossexualidade não seja adaptativa em si mesma, ela parece envolver mecanismos biológicos que são portadores da reprodução sexual” (Kenrick, Keefe, Bryan, Barr & Brown, 1995, p. 1167).

Uma explicação final para as diferenças de gênero na sensibilidade do estímulo para o ciúme evocado apóia-se nas diferenças para intimidade e suporte social (Sheets & Wolf, 2001). Embora as pesquisas confirmem o valor para a intimidade em homens e mulheres, os homens freqüentemente são mais socializados para permanecerem independentes, enquanto que as mulheres são educadas para cultivarem vínculos emocionais com os outros (Wood, 1996).

Dessa forma, as mulheres são mais conscientes da ameaça de isolamento social ao qual estão sujeitas (Pollack & Gilligan, 1982). Isso poderia também explicar porque as mulheres reportam uma maior angústia do que os homens quando elas pensam a respeito da infidelidade sexual dos próprios parceiros. Semelhantemente, homossexuais masculinos e femininos, que experimentam rejeições por parte de seus amigos e familiares, podem também ser mais sensíveis às ameaças de um possível isolamento social. Sendo assim, a infidelidade emocional de seus parceiros adquiriria uma maior significância para eles (Morris, 1982). Conseqüentemente, gays e lésbicas podem ser mais sensíveis para os sinais de uma possível infidelidade emocional preferencialmente à detecção da infidelidade sexual dos seus parceiros.



Considerações finais

“Lavar a honra com sangue, suja a roupa toda”

(Stanislaw Ponte Preta)

Como vimos os problemas decorrentes do ciúme se manifestam na grande maioria dos relacionamentos afetivos para preservar a fidelidade do relacionamento constituído. Todavia, a fidelidade é algo que se faz pela relação, e assim, não deve ser um limite imposto pelos parceiros.

Creio que discutir a respeito do ciúme e algumas das muitas faces sob as quais ele pode se apresentar, já é um grande passo na tentativa de resolvermos os problemas que ele traz quando em excesso. Quando irrefletido pode consequentemente negativamente e destruir qualquer relação amorosa por mais bem consolidada que se possa imaginar estar. O conhecimento aqui gerado pode propiciar que as pessoas possam gerir o seu próprio autoconhecimento e se caminhem em direção a uma resolução efetiva dos transtornos que o ciúme excessivo em suas vidas e em seus relacionamentos podem lhes causar.

Ao término deste livro ainda coloco algumas diretrizes pontuais para aqueles que querem um suporte para casos simples e que julguem que ainda não estejam precisando de psicoterapia. Se acaso estas dicas não resolverem, peço encarecidamente que ambos se encaminhem a uma ajuda especializada antes que seja tarde demais. Em muitos casos, para superar uma infidelidade é necessária a intervenção de um terapeuta de casais. Para tanto, é fundamental que o casal esteja disposto a manter o relacionamento, apesar da crise, que, espera-se, seja superada.

Quando o ciúme é em excesso enlouquece, e até pode matar. Faz com que uma pessoa possa se tornar amarga, chata, às vezes até insuportável aos olhos dos outros. Muitas vezes, uma pessoa tenta se enganar dizendo não sentir ciúme do parceiro, mas no fundo sofre demasiado e duplamente. Sofre por ter ciúme e sofre por não querer demonstrar o sentimento, fazendo-se de forte, compreensivo, mas traz o coração e a alma dilacerados pela dúvida, pela insegurança. Não é fácil superar esses sentimentos.

Infelizmente, quando mal direcionado, o ciúme causa tristeza nas pessoas envolvidas. O ciúme pode corroer a mente de uma pessoa a ponto dela se tornar um escravo do próprio sentimento negativo. Quantos casais já cometeram loucuras e crimes por ciúme? Quantos casais na história ou na literatura já bateram, morreram, mataram ou enlouqueceram por falta de amor e ciúme? Muitas vezes, os crimes foram cometidos por parceiros que estavam tão cegos de ciúme, que acabaram matando o outro injustamente, sem que nada posteriormente fosse provado como verdadeiro e aí foram duas vidas que se perderam.

Um relacionamento acaba se tornando perigoso, quando chega nesse ponto de sentir amor e ódio pelo outro. Tudo poderia ser mais fácil se, os casais envolvidos com o sentimento de ciúme, pudessem procurar ajuda, se deixassem ser amparados por profissionais ou mesmo familiares e amigos.



Infelizmente, muitos não aceitam ajuda de espécie alguma; não admitem serem ciumentos ou que esse sentimento possa inclusive acabar com o relacionamento. Com o passar do tempo, entre brigas, escândalos, separações, reatamentos, etc. O amor cede lugar à indiferença, ao desprezo e aí não existe sentimento amoroso que consiga sobreviver. Daí as pessoas acabam se tornando amargas, não acreditando que possa realmente existir um relacionamento saudável e feliz.

Muitas vezes, o relacionamento/casamento acaba de forma nem sempre amigável. Ao fim de tudo, todos os envolvidos direta ou indiretamente acabam sofrendo as conseqüências desse sentimento intenso, passional, por vezes violento. Ciúme demais, ciúme de menos. A fórmula correta seria saber dosar esse sentimento tão intenso. Infelizmente, nem sempre isso é possível de acontecer. Quando os casais se apaixonam, não pensam que um sentimento negativo poderá vir a acabar com o amor que sentem um pelo outro, nem que poderá separá-los. O importante de tudo isso, é que pessoas que se amam, sempre poderão tentar superar as crises de ciúme, se elas de fato existirem e vencendo esse sentimento ainda terão a chance de serem felizes.

O ciúme nasce quando sentimos que um relacionamento que valorizamos está sendo ameaçado por um adversário real ou imaginário. Ele é um sentimento universal, que começamos a sentir ainda quando somos crianças e percebemos que nossas mães têm outros interesses além de nós mesmos. Assim, não procure negar o sentimento. Ao tentar reprimi-lo, você apenas está se enganando, na melhor das hipóteses, e na pior delas, você faz com que ele volte com muito mais força. Creio que o problema é quando a pessoa ciumenta não aceita esta realidade e simplesmente a recusa, furtando-se ao direito de se encaminhar para a resolução efetiva de seus problemas e dos que cria para os relacionamentos que tanto valoriza.

A infidelidade está para o ciúme, assim como a sinceridade está para a fidelidade. Portanto, confie no(a) seu(sua) parceiro(a). É importante, sempre conversar sempre que o ciúme aparecer é essencial para impedir grandes mal entendidos e conseqüentes brigas. Para qualquer que seja o relacionamento, um relacionamento amoroso duradouro resulta da capacidade de o casal solucionar conflitos que são inevitáveis em qualquer relacionamento. É impossível simplesmente erradicar o ciúme de se manifestar de nossas vidas, já que estamos sempre envolvidos em diferentes ambientes onde existem outras pessoas.

Vimos também que o ciúme tem alguma relação com a auto-estima, assim é essencial saber se valorizar. Temos mais medo daqueles adversários que cobiamos as suas qualidades ou que invejamos suas características. Entenda que a segurança que você busca em seu(sua) parceiro(a) deve existir

dentro de você também.

Como o ciúme está fundamentado em falsas crenças é necessário também que verifiquemos em que se apóiam tais crenças. Logo, devemos analisar nosso ciúme. Devemos considerar em que proporção ele tem a ver com nosso passado, com nossa personalidade, com nossos relacionamentos passados e não com os nossos parceiros. É bom também não generalizarmos entre algo que ocorreu em nosso passado com algum(a) ex-parceiro(a) e o(a) nosso(a) atual parceiro(a). Talvez não se possa modificar o passado, contudo o mesmo pode ser visto sob outra perspectiva.

Não se combate o ciúme a não ser com o diálogo maduro a respeito da própria insegurança de quem o sente. Quando o ciumento procura, direta ou indiretamente, investigar o motivo de seu sentimento, previamente acusando e questionando o outro, pode provocar a defensiva dele, que assim procederá para não se denunciar, por não estar preparado para admitir sua atitude. Deve-se ter cuidado em qualquer tipo de investigação ou de acusação. Mesmo que a outra pessoa tenha dado motivos para que o ciúme alcance a pessoa, é preciso ter cautela para que o sentimento não tome conta do psiquismo de quem o sente, impedindo uma melhor percepção do processo. Calma e observação são importantes para um melhor redirecionamento da energia mobilizada quando o ciúme aparece.

Quanto aos nossos rivais... Devemos analisar a situação triangular que tanto nos incomoda. Quem vive compulsivamente com aquele ditado na cabeça “quem não dá assistência, abre a precedência e perde para a concorrência” pode gerar muita angústia para si mesmo e grandes problemas para seu relacionamento amoroso tão valorizado.

O que esta terceira pessoa tem que você está valorizando? Às vezes, vale a pena conhecê-la para perceber que ela também tem seus defeitos. Lembre-se do que dizem; “Mantenha os amigos perto e os inimigos mais perto ainda?” talvez se aplique para estes casos, e acima de tudo, cuidado com as qualidades que a fantasia cria.

O ciúme não deve dissociar a pessoa (e seus parceiros) do seu relacionamento amoroso e nem da sociedade no qual ela está inserida. É saudável interagir socialmente. O problema é que muitas pessoas ciumentas se negam a conviver socialmente, delineando o próprio relacionamento como um biombo “antiinfidelidade”. Relacionamentos assim, são os que provavelmente têm mais chances de se desgastar, se não para você, talvez para seu(sua) parceiro(a).

Supondo que já tenha ocorrido à infidelidade à pessoa que se sentiu enganada, traída, tem que passar, se ela achar que vale a pena, pela etapa do perdoar, e não necessariamente pelo esquecer. Se depois de tudo, o consenso



foi a manutenção da união, a parte enganada deve procurar controlar suas reações de desconfiança que, no início da fase de reconciliação serão freqüentes devido à insegurança criada pela infidelidade. Será necessário um grande esforço para não aprisionar o parceiro, lhe tolhendo constantemente, ainda que o receio da reincidência exista lá no fundo. Entretanto, estes medos deverão ser assumidos e comentados com franqueza pelo casal, pois são uma conseqüência lógica da infidelidade e se o que se busca é uma reconciliação verdadeira é preciso restaurar a cumplicidade mútua que ficou abalada pela traição.

Ao chegar ao final deste livro, alguns ainda pensarão: “Falar é fácil”, enquanto outros, por sua vez: “muitos outros escritores já disseram a mesmíssima coisa”. Concordo, e o que pode mudar em relação a este livro dos demais que já foram lidos? A resposta está em você, e não no que eu escrevi. Está sim no seu posicionamento, e em relação ao que vai fazer no que diz respeito a estas informações. Na verdade o homem, não erra por ignorância, mas, muitas vezes, por acreditar que a sua vida não vai mudar, e assim, valida o comodismo e os problemas do cotidiano, seus e dos outros que pensam de forma similar.

Às vezes, por exemplo, sabemos que podemos nos esforçar um pouco mais, contudo, achamos que este pouco a mais não representará a diferença. E nesta inércia vamos vivendo. É sabido que um estilo de vida tenso e desequilibrado acarreta doenças e sintomas psicossomáticos, tais como: problemas de peso, uso de drogas, irritabilidade, fadiga, perda de interesse sexual, insônia, etc. Assim, de certa forma, todos sabemos (mais ou menos) como alcançar uma boa qualidade de vida. Somos, entretanto, pouco perseverantes, acomodados e estabelecemos metas ou muito acima, ou muito abaixo de nossas forças.

Dessa forma, faço uma derradeira ressalva aqui. Talvez muitos dos conhecimentos aqui apresentados tenham sido novos para alguns, para outros não tenham vindo acrescentar muito. Sempre digo que temos um bom arcabouço cognitivo e teórico para vivermos vidas perfeitas, desde frases apócrifas que encerram uma destilada sabedoria, fruto de vivências de pessoas que passaram por penosas experiências, a clássicos textos eruditos, todos nós já tivemos contato com alguma espécie de suporte para tornar a nossa vida algo melhor. E por que não a tornamos então? Nesse sentido, como disse anteriormente, penso que o grande mal da humanidade não seja a ignorância, mas a inércia de se lançar para o novo, para tentar ser diferente do que já se é. Pensemos nisso e tentemos construir a partir desta velha ou nova leitura relacionamentos diferentes do que os nossos já eram.

Ao Amor Sempre!!!

Referências

- Achté, K., & Schakir, T. (1985). Anthropological aspects at jealousy. In P. Pichot, P. Berner, R. Wolf, & K. Thau, *Psychiatry: The state of the art* (pp. 525-530). New York: Plenum Press.
- Ackerman, D. (1997). *Uma história Natural do Amor*. (T. B dos Santos, trad.). Rio de Janeiro: Bertrand Brasil.
- Adams, J., & Jones, W. (1999). *Handbook of interpersonal commitment and relationship stability*. New York: Kluwer Academic/Plenum.
- Adeodato, V.G., Carvalho, R R., Siqueira, V. R., & Souza, F.G.M. (2005). Qualidade de vida e depressão em mulheres vítimas de seus parceiros. *Revista de Saúde Pública* 39(1), 108-13.
- Ades, C. (2003). Gender differences in the romantic jealousy of Brazilian young adults. *Estudos: Revista da Universidade Católica de Goiânia*, 30(5), 1175-1198.
- Alberoni, F. (1986). *Enamoramento e amor*. (A. G. Galvão, trad.). Rio de Janeiro: Rocco.
- Albisetti, V. (1994). *Ciúme: Conhecer, enfrentar, superar* (2a ed.). São Paulo: Paulinas.
- Almeida, T. (2003). O perfil da escolha de objeto amoroso para o adolescente: possíveis razões. Departamento de Psicologia: UFScar, São Carlos, SP. Trabalho de conclusão de curso.
- Almeida, T. (2004). A gênese e a escolha no amor romântico: alguns princípios regentes. *Revista de Psicologia (Fortaleza)*, 22, 15-22.
- Almeida, T. (2005, maio). Mas eu me mordo de ciúmes. (Entrevista concedida pelo psicólogo Thiago de Almeida a Revista Espaço aberto da Universidade de São Paulo (Recuperado em 2 de maio de 2006: <http://www.usp.br/espacoaberto/arquivo/2006/espaco63jan/atualiza/comportamento.htm>).
- Almeida, T. (2006, dezembro). Como anda sua auto-estima? (Entrevista concedida pelo psicólogo Thiago de Almeida a Revista Espaço aberto da Universidade de São Paulo (Recuperado em 12 de dezembro de 2006: <http://www.usp.br/espacoaberto/0dicas.htm>).
- Almeida, T. (2007). *Ciúme romântico e infidelidade amorosa entre paulistanos: Incidências e relações*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47132/tde-06032007-173046/>
- Almeida, T., & Mayor, A. S. (2006). O amar, o amor: uma perspectiva contemporâneo-ocidental da dinâmica do amor para os relacionamentos amorosos. In R. R. Starling & K. A. Carvalho (Orgs). *Ciência do Comportamento: conhecer e avançar*, v.5. Santo André: ESEtec Editores Associados, p. 99-105.
- Almeida, T., & Rodrigues, K. R. B. (no prelo). *O Ciúme Romântico e os Relacionamentos Amorosos heterossexuais Contemporâneos*. *Revista Pensando Famílias*.
- Amélio, A. (1999, 21 de julho). Sexo não é tudo (Entrevista a Kiko Nogueira). *Revista Veja*, 11-12.
- Amélio, A. (2001). *O mapa do amor: tudo o que você queria saber sobre o amor e ninguém sabia responder*. São Paulo: Gente.
- Amélio, A., & Martinez, M. (2005). *Para viver um grande amor*. São Paulo: Editora Gente.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 4th. ed. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- André, C., & Lelord, F. (2002). *La forza delle emozioni*. Milão: Corbaccio.
- Aristóteles (2001). *Da Alma (De anima) I.2*, (C.H. Gomes trad.), Lisboa: Edições 70.
- Aronson, E., Wilson, T. D., & Akert, R. M. (2005). *Social psychology* (5th ed.). Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Assis, M. (1987). *Dom Casmurro*. São Paulo: Ática.
- Badinter, E. (1986). *Um é o outro: relações entre homens mulheres*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Bailey, J. M., Gaulin, S., Agyei, Y., & Gladue, B. A. (1994). Effects of gender and sexual orientation on evolutionary relevant aspects of human mating. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 1081-1093.



- Ballone, G.J. (2005). Ciúme Patológico. Recuperado em 14 de julho de 2006: www.psiqweb.med.br.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282.
- Barthes, R. (1981). Fragmentos de um discurso amoroso (H. dos Santos, trad.). Rio de Janeiro: Francisco Alves.
- Batten, M. (1995). Estratégias sexuais: Como as fêmeas escolhem seus parceiros. (R. Mendes, trad.). Rio de Janeiro: Rosa dos tempos. (Trabalho original publicado em 1992).
- Beck, A. T. (1995). Para além do amor: Como os casais podem superar os desentendimentos, resolver conflitos e encontrar uma solução para os problemas de relacionamento através da terapia cognitiva. Rio de Janeiro: Record.
- Belo, R. P. (2003). A base social das relações de gênero: explicando o ciúme romântico através do sexismo ambivalente e dos valores humanos básicos. Dissertação de Mestrado – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.
- Berezin, R. (1995). Dicionário Hebraico – Português. São Paulo: Edusp.
- Bers, S. A., & Rodin, J. (1984). Social-comparison jealousy: A developmental and motivational study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 766-779.
- Betzig, L. L. (1989). Causes of conjugal dissolution. *Current Anthropology*, 30, 654-676.
- Bíblia de Jerusalém. (2003). São Paulo: Paulus.
- Bishay, N. R., Petersen, N., & Tarrier, N. (1989). An uncontrolled study of cognitive therapy for morbid jealousy. *British Journal of Psychiatry*, 154, 386-389.
- Bolsanello, A. (2000). Conselhos: Análises do Comportamento Humano em Psicologia. Curitiba: ed. Educacional Brasileira.
- Bornemann, E. (1976). *The Psychoanalysis of Money*. New York: Urizen Books.
- Botura Jr., W. (1999). Ciúme. São Paulo: Roka.
- Bowlby, J. (1989). Uma base segura: aplicações clínicas para a teoria do apego. S. M. de Barros, trad.). Porto Alegre, RS: Artes Médicas.
- Branden, N. (1998). A psicologia do amor: O que é o amor, por que ele nasce, cresce e às vezes morre (M. Braga, trad.). Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos.
- Brechani, A.P., Coelho, A.O., Leite, C.O., Franco, B.C.L., & Santos, M. S. (2002). O T.O.C. como manifestação do ciúme patológico. 6º Congresso Brasileiro de Psiquiatria Clínica, 2002, Campinas - SP – Pôster.
- Breit, M., Im, W., & Wilner, S. (1983). Jealousy: interventions in couples therapy. *Family Process*, 22, 211-219.
- Bringle, R. G. (1981). Conceptualizing jealousy as a disposition. *Alternative Lifestyles*, 4, 274-290.
- Bringle, R. G. (1991). Psychosocial aspects of jealousy: A transactional model. In P. Salovey (Ed.), *The psychology and envy* (pp. 103-131). New York: Guilford Press.
- Bringle, R. G. (1995a). Romantic jealousy. *Social Perspectives on Emotion*, 3, 225-251.
- Bringle, R. G. (1995b). Sexual jealousy in the relationships of homosexual and heterosexual men: 1980 and 1992. *Personal Relationships*, 2, 313-325.
- Bringle, R. G., & Buunk, B. (1986). Examining the causes and consequences of jealousy: Some recent findings and issues. In R. Gilmour & S. Duck (Eds.), *The emerging field of personal relationships* (pp. 225-240). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bringle, R. G., & Buunk, B. P. (1991). Extradyadic relationships and sexual jealousy. In K. McKinney & S. Sprecher (Eds.), *Sexuality and close relationships* (pp. 135-153). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bringle, R. G., Roach, S., Andler, C., & Evenbeck, S. (1977). Correlates of jealousy. 49th Annual Convention of the Midwestern Psychological Association, Chicago.
- Bringle, R. G., Roach, S., Andler, C., & Evenbeck, S. (1979). Measuring the intensity of jealousy reactions. *Catalog of Selected Documents in Psychology*, 9, 23- 24.
- Burnham, T., & Phelan, J. (2002) A culpa é da genética. (V. M. Whately, trad.). Rio de Janeiro: Sextante.

- Buss, D. (1988). Love acts: The evolutionary biology of love. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 100-118). New Haven, CT: Yale University Press.
- Buss, D. (2000). *A paixão perigosa: Por que o ciúme é tão necessário quanto o amor e o sexo* (M. Campelo, trad.). Rio de Janeiro: Objetiva.
- Buss, D., Larsen, R. J., Westen, D., & Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological Science*, 3, 251- 255.
- Buss, D. M. (1997). Sexual strategies theory: Historical origins and current status. *Journal of Sex Research*, 34, 19-31.
- Buss, D. M., Larsen, R. J., & Westen, D. (1996). Sex differences in jealousy: Not gone, not forgotten, and not explained by alternative hypotheses. *Psychological Science*, 7, 373-375.
- Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). From vigilance to violence: Mate retention tactics in married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 346-361.
- Buss, D. M., Shackelford, T. K., Kirkpatrick, L. A., Choe, J., Hasegawa, M., Hasegawa, T., & Bennett, K. (1999). Jealousy and the nature of beliefs about infidelity: Tests of competing hypotheses about sex differences in the United States, Korea, and Japan. *Personal Relationships*, 6, 125-150.
- Buunk, A. P., Massar, K., & Dijkstra, P. (2006). Automatically evaluating one's romantic rivals: towards a social cognitive evolutionary approach of jealousy. Retirado da página: <http://scholar.google.com.br/scholar?num=50&hl=pt-BR&lr=&q=cache:bI0thRn8lisJ:www.sydneysymposium.unsw.edu.au/2006/Chapters/rivalaus.con.doc+%22Gay+males,+but+not+lesbian+women,+reported+more%22em 03/09/2006>.
- Buunk, B., & Bringle, R. G. (1987). Jealousy in love relationships. In D. Pearlman & S. Duck (Eds.), *Intimate relationships: Development, dynamics, and deterioration* (pp. 123-147). Beverly Hills, CA: Sage.
- Buunk, B. P. (1991). Jealousy in close relationships: An exchange-theoretical perspective. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 148-177). New York: Guilford.
- Buunk, B. P., & Dijkstra, P. (2004). Gender differences in rival characteristics that evoke jealousy in response to emotional versus sexual infidelity. *Personal Relationships*, 11, 395-408.
- Buunk, B. P., & Dijkstra, P. (2005). A narrow waist versus broad shoulders: Sex and age differences in the jealousy-evoking characteristics of a rival's body build. *Personality and Individual Differences*, 39, 379-389.
- Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective: Tests from the Netherlands, Germany, and the United States. *Psychological Science*, 7, 359-363.
- Byrne, D., London, O. & Reeves, P. (1968). The effects of physical attractiveness, sex and attitude similarity on interpersonal attraction. *Journal of Personality*, 36, 259-271.
- Canavarro, M. (1999). *Relações afetivas e saúde mental*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Carducci, B. J. (2002). *Timidez: um guia prático para superar os seus medos e conquistar o controle de sua vida*. (M. Cantizani, trad.). Rio de Janeiro: Alegro.
- Carducci, B. J., & Zimbardo, P. G. (1995, Nov/dez). Are you shy? *Psychology Today*, 28, 34-40.
- Carrol, L. (1992/ 1885). *Alice au Pays des Merveilles*. Dagmar Berkova: Hatier.
- Cast, A. D. & Burke, P. J. (2002). A Theory of Self-Esteem. *Social Forces*, 80 (3), 1041-1068.
- Cavalcante, M. (1997). *O ciúme patológico* (3a ed.). Rio de Janeiro: Record/Rosa dos Tempos.
- Clanton, G. (1981). Frontiers of jealousy research: Introduction to the special issue on jealousy. *Alternative Lifestyle*, 4, 259-273.
- Clanton, G. (1998). Frontiers of jealousy research. In G. Clanton & L. G. Simith, (Eds.). *Jealousy* (pp. 241-247). Lanhan, New York, Oxford: University Press of America.
- Clanton, G. & Smith, L.G. (1998). *Jealousy*. Lanhan, New York, Oxford: University Press of America.
- Cobb, J. P. & Marks, I. M. (1979). Morbid Jealousy Featuring as Obsessive-Compulsive Neurosis: Treatment by Behavioral Psychotherapy. *British Journal of Psychiatry*, 134(3), 301-305.
- Copeland, J. T. (1994). Prophecies of power: Motivational implications of social power for behavioral



- confirmation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 264-277.
- Cosmides, L., & Tooby, J. (1987). From evolution to behavior: Evolutionary psychology as the missing link. In J. Dupre (Ed.), *The latest on the best: Essays on evolution and optimality*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Costa, J. F. (1998). *Sem fraude nem favor: estudos sobre o amor romântico*. (5a ed.). Rio de Janeiro: Rocco.
- Costa, N. (2005). Contribuições da Psicologia Evolutiva e da Análise do Comportamento acerca do Ciúme. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 1, 05-13.
- Daly, M., & Wilson, M. (1988). *Homicide*. Hawthorne NY: Aldine de Gruyter.
- Daly M. & Wilson, M. (1982). Homicide and kinship. *American Anthropologist*, 84, 372-378.
- Daly, M., & Wilson, M. (1983). *Sex, evolution, and behavior*. Belmont: Wadsworth.
- Daly, M., Wilson, M. I., & Weghorst, S. J. (1982). Male sexual jealousy. *Ethology & Sociobiology*, 3(1), 11-27.
- Davi, E. H. D., & Rodrigues, J. F. S. (2002). Os caminhos da homossexualidade: exclusão ou inserção? *Caderno Espaço Feminino*, 10/11, 35-60.
- Dawkins, R. (1976). *The Selfish Gene*. New York, Oxford: Oxford University Press.
- De Greeff, É. (1942/1973). *Amour et crimes d'amour*. Bruxelles: C. Dessert.
- Dela Coleta, M. F. (1991). Causas atribuídas ao sucesso e fracasso no casamento. *PSICO*, Porto Alegre, RS, 22(2), 21-39.
- DeSteno, D., Bartlett, M., Braverman, J., & Salovey, P. (2002). Sex differences in jealousy: Evolutionary mechanism or artifact of measurement? *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(5), 1103-1116.
- DeSteno, D., & Salovey, P. (1996a). Evolutionary origins of sex differences in jealousy? Questioning the "fitness" of the model. *Psychological Science*, 7(6), 367-372.
- DeSteno, D. A., & Salovey, P. (1996b). Jealousy and the characteristics of one's rival: A self-evaluating maintenance perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 920-932.
- Diaz-Santos, M. R. D. (1973). *Los delitos contra la familia*. Madrid: Montecorvo.
- Dolan, M. & Bishay, N. (1996). The effectiveness of cognitive therapy in the treatment of non-psychotic morbid jealousy. *British Journal of Psychiatry*, 168 (5), 588-593.
- Dorin, E. (1978). *Dicionário de Psicologia: Abrangendo terminologia de ciências correlatas*. São Paulo: Melhoramentos.
- Doron, R. & Parot, F. (1991). *Dictionnaire de Psychologie*. Paris: PUF.
- Drigotas, S. & Barta, W. (2001). The cheating heart: Scientific explorations of infidelity. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 177-180.
- DSM-IV-TR - Manual Diagnóstico e Estatístico das Perturbações Mentais (2002), 4ª ed., Texto Revisado, Lisboa: Climepsi Editores.
- Dunker, C. I. L. (1995). Consumido pelo ciúme. *Viver Psicologia*, 3, 11-12.
- Durif-Varembon, J. P. (2002). La passion de la jalousie, maladie d'amour?, *Cahiers de psychologie clinique*, 19 (2), 27- 38.
- Easton, J. A., Schipper, L. D., & Shackelford, T. K. (no prelo). Why the adaptationist perspective must be considered: The example of morbid jealousy. *Behavioral and Brain Sciences*.
- Echeburúa, E., & Fernández-Montalvo, J. (2001). *Celos em la pareja: uma emoción destructiva*. Barcelona: Ariel.
- Fabre, F. (1999). L'homossexualité, du code penal au code civil. In *Le monde Dossier: Le pacte civil de solidarité*, 1.
- Ferreira, A. B. H. (1986). *Novo dicionário da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Ferreira, A. F. (2005). *Estilos parentais e sua influencia na relação conjugal*. Monografia de conclusão de curso. Manaus: ULBRA.

- Ferreira-Santos, E. (1998). *Ciúme, o medo da perda* (3a ed.). São Paulo: Ática.
- Fisher, H. (1995). *Anatomia do amor: A história natural da monogamia, do adultério e do divórcio* (M. Lopes & M. Carbajal, trads.). Rio de Janeiro: Eureka.
- Fischer, H. (2006). *Por que Amamos*. Rio de Janeiro, Record.
- Fitzpatrick, J., & Sollie, D. L. (1999). Unrealistic gendered and relationship specific beliefs: Contributions to investments and commitment in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 852–867.
- Freud, S. (1976). Alguns mecanismos neuróticos no ciúme, na paranóia e no homossexualismo. In S. Freud, *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 18, pp. 271-281). Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1922).
- Gangdev, P. S. (1997). Obsession with infidelity: another case and some views. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 31: 772-773.
- Garcia, M. L. T. & Tassara, E. T. O. Problemas no casamento: uma análise qualitativa. *Estudos de Psicologia Natal*, 8(1), 127-133.
- Geary, D. C., Rumsey, M., Bow-Thomas, C. C., & Hoard, M. (1995). Sexual jealousy as a facultative trait: Evidence from the pattern of sex differences in adults from China and the United States. *Ethology and Sociobiology*, 16, 355-384.
- Gergen, K. (1991). *The Saturated Self*. New York: Harper Collins.
- Gikovate, F. (1998). *Ensaio sobre o amor e a solidão* (4a ed.). São Paulo: MG Editores Associados.
- Gipsztein, P. (2000). *Análise metapsicológica do comportamento compulsivo sexual em sujeitos masculinos homoeroticamente inclinados*. Trabalho de conclusão de curso. São Paulo. Faculdade Mackenzie, São Paulo.
- Girard, R. (1990). *A violência e o sagrado*. São Paulo: Paz e Terra.
- Glass, S. P., & Wright, T. L. (1985). Sex differences in the type of extramarital involvement and marital dissatisfaction. *Sex Roles*, 12, 1101- 1119.
- Gottman, J., & Silver, N. (1998). *Casamentos: Por que alguns dão certo e outros não* (T. B. dos Santos, trad.). São Paulo: Objetiva.
- Graña, R. B. (1998). *Homossexualidade: formulações psicanalíticas atuais*. Porto Alegre: Artmed.
- Grunspun, H. (1995). *Distúrbios neuróticos da criança*. 4ª ed. São Paulo: Atheneu.
- Guerra, C. (2004). *Violência conjugal e intrafamiliar: alguns dados de mundo, Brasil, Minas Gerais e Uberlândia*. Estudo da Universidade Federal de Uberlândia.
- Guerrero, L. K., & Afifi, W. A. (1999). Toward a goal-oriented approach for understanding communicative responses to jealousy. *Western Journal of Communication*, 63, 216–248.
- Guerrero, L. K., & Andersen, P. A. (1998). The dark side of jealousy and envy: Desire, delusion, desperation, and destructive communication. In B. H. Spitzberg & W. R. Cupach (Eds.), *The dark side of close relationships* (pp. 33–70). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Guerrero, L. K., e outros autores. (1995). Coping with the green-eyed monster: Conceptualizing and measuring communicative responses. *Western Journal of Communication*, 59, 270.
- Hansen, G. H. (1991). Jealousy: Its conceptualization, measurement, and integrity with family stress theory. In P. Salovey (Ed.), *The psychology and envy* (pp. 252-270). New York: Guilford Press.
- Harlow, H. F., & Harlow, M. K. (1965). Determinants of infant behaviour. In B. M. Foss (Ed.), *Effects of Various Mother-Infant Relationships on Rhesus Monkey Behaviors* (pp. 15–36). London: Methuen and Co.
- Harris, C. R. (2002). Sexual and romantic jealousy in heterosexual and homosexual adults. *Psychological Science*, 13, 7-12.
- Harris, C. R. (2004). The Evolution of Jealousy. *American Scientist*, 92, (1), 62.
- Harris, C. R., & Christenfeld, N. (1996a). Gender, jealousy, and reason. *Psychological Science*, 7, 364-366.
- Harris, C. R., & Christenfeld, N. (1996b). Jealousy and rational responses to infidelity across gender



- and culture. *Psychological Science*, 7, 378-379.
- Haslam, N. & Bornstein, B.H., (1996). Envy and jealousy as discrete emotions: A taxometric analysis; *Motivation and Emotion*, 20, 255-272.
- Hatfield, E., & Rapson, R. L. (1996). *Love and sex: Cross-cultural perspectives*. Boston: Allyn & Bacon.
- Herd, G. H. (Ed.). (1984). *Ritualized homosexuality in Melanesia*. Berkeley: University of California.
- Hillman, J. (1981). *Estudos de psicologia arquetípica*. Rio de Janeiro. Achiamé.
- Hintz, H. C. (2003). O Ciúme no Processo Amoroso. *Pensando Famílias*, 5(5), 45-55.
- Houaiss, A. (2001). *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Hrdy, S. B. (1986). Empathy, polyandry, and the myth of the coy female. In R. Bleier (ed.). *Feminist approaches to science* (pp. 119-146.). Nova Iorque: Pergamon Press.
- Hrdy, S. B. (1981). *The woman that never evolved*. Cambridge: Harvard University.
- Huffman, K., Vernoy, M. & Vernoy, J. (2003). *Psicologia*. São Paulo: Atlas.
- Hupka, R. B. (1981). Cultural determinants of jealousy. *Alternative Lifestyle*, 4, 310-356.
- Hupka, R.B. (1991). The motive for arousal of romantic jealousy: Its cultural origin. Em P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 252-270). New York: Guilford Press.
- Hupka, R. B., & Bank, A. L. (1996). Sex differences in jealousy: Evolution or social construction? *Cross-Cultural Research*, 30, 24-59.
- Hupka, R. B., Buunk, B., Falus, G., Fulgosi, A., Ortega, E., Swain, R., & Tarabrina, N. V. (1985). Romantic jealousy and romantic envy. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 16, 423- 446.
- Hunt, M. M. (1959). *The Natural History of Love*. New York: Alfred A. Knopf.
- Jablonski, B. (1999). Identidade masculina e o exercício da paternidade: de onde viemos e para onde vamos. In T. Féres-Carneiro (Org.). *Casal e família: entre a tradição e transformação*. (pp. 55-69). Rio de Janeiro: NAU.
- Johnson, L. L. (1998). Dangerous words, provocative gestures, and violent acts. In L. L. Johnson & S. Lipsett-Rivera (Eds.), *The faces of honor: Sex, shame, and violence in colonial Latin America* (pp. 127-151), Albuquerque, New Mexico: University of New Mexico Press.
- Kashef, Z. (2001, mar). What about me? (jealousy and personal growth). *Essence*. (Recuperado em 14/07/2006: http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m1264/is_11_31/ai_70902554)
- Kast, R. (1991). Pathological jealousy defined. *British Journal of Psychiatry*, 159, 590.
- Keblaris, F. & Carvalho, L. F. (2006). *Investigação de uma Estrutura para o Ciúme Romântico e Sua Manifestação Patológica*. Trabalho de conclusão de curso, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo.
- Kenrick, D. T., Keefe, R. C., Bryan, A., Barr, A., & Brown, S. (1995). Age preferences and mate choice among homosexuals and heterosexuals: A case for modular psychological mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1166-1172.
- Kingham, M. & Gordon, H. (2004). Aspects of morbid jealousy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 10, 207-215.
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B., & Martin, C. E. (1948). *Sexual behavior in the human male*. Philadelphia: Saunders.
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B., Martin, C. E., & Gebhard, P. H. (1953). *Sexual behavior in the human female*. Philadelphia: Saunders.
- Klein, M. (1957/1974). *Inveja e gratidão*. Rio de Janeiro, Imago.
- Komatsu Keibun (2000). (Org.). *Iro no Jiten*. Tokyo: Editora Bungeisha.
- Kosovski, E. (1997) *O crime de adultério*. Rio de Janeiro: Mauad.
- Kniest, G. R. (2005). *A relação terapêutica frente à homossexualidade*. Recife: Universidade Católica de Pernambuco. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica.
- Knobloch, L. K., Solomon, D., Haunani, C., & Michael G. (2001). The role of relationship development

- and attachment in the experience of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 8, 205-224.
- Kupstas, M. (1997). (Org). *Comportamento Sexual: em debate*. São Paulo: Moderna.
- Langenscheidts Taschenwörterbuch der Portugiesischen und Deutschen Sprache. Zweiter Teil, Deutsch-Portugiesisch. (1993/1969). (A. E. Beau, ed.): Berlin, München, Wien, Zürich, New York: Langenscheidts.
- Laplanche, J., & Pontalis, J-B. (1992). *Vocabulário da Psicanálise* (P. Tamen, trad). São Paulo: Martins Fontes.
- Larrañaga, I. (2000). *O Casamento Feliz: respostas para que o amor acorde de cara nova todas as manhãs*. (A. A. Machado, trad.). São Paulo: Edições Loyola.
- Lawson, A. (1988). *Adultery*. New York: Basic Books.
- Lazarus, R. S. (1993). From pshychological stress to the emotions: A history of chancing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Le Petit Robert 1 - Dictionnaire alphabétique et analogique de la langue française (1972). Paris: Le Robert.
- Lee, J. A. (1988). Love-styles. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.). *The Psychology of love* (pp. 38-67). New Haven, CT: Yale University Press.
- Leite, S. M. C. S. (2001). Ciúme e Inveja: A visão Comportamental. In R. C. Wielenska, (Org.). *Sobre comportamento e cognição - volume 6: questionando e ampliando a teoria e as intervenções clínicas e em outros contextos* (pp. 70-73). Santo André: ESETEC Editores Associados.
- Lejarraga, A. L. (2005). Sobre a ternura, noção esquecida. *Interações*, 10, (19), 87-102.
- Lemos, P. (1994). *Educação afetiva: Porque as pessoas sofrem no amor* (8a ed.). São Paulo: Lemos.
- Leonel, M. L. N. (1993). Inveja e ciúme: Os vilões desmitificados. *Viver Psicologia*, 17, 35-37.
- Leong, G. B., Silva, J.A., Garza-Trevino, E.S., Oliva Jr, D., Ferrari, M.M., Komanduri, R.V., et al (1994). The dangerousness of persons with the Othello Syndrome. *Journal of Forensic Sciences*, 39, 1445-1454.
- Lillibridge, E. M. (1995). *O livro do amor: como construir um relacionamento saudável*. São Paulo: Natal.
- Lins, R. N. & Braga, F. (2005). *O livro de Ouro do sexo*. Rio de Janeiro: Ediouro.
- Lins, R. N. *Adulterio*. Recuperado em 12 de julho de 2006: <http://www.adulterio.hpg.com.br/regina1.html>.
- Lusterman, D. D. (1998). *Infidelity – A Survival Guide*. Oakland: New Harbinger Publications.
- Maheu, M. M., & Subotnik, R. B. (2001). *Infidelity on the Internet. Virtual Relationships and Real Betrayal*. Naperville, Illinois: Sourcebooks, Inc.
- Maldonado, M. T. (1995). *Casamento: Término e Reconstrução*. (5 ed). São Paulo: Saraiva.
- Marazziti, D. (2002). *La natura dell'amore*. Milão: Rizzoli.
- Marazziti, D., Akiskal, H. S., Rossi, A., & Cassano, G. B. (1999). Alteration of the platelet serotonin transporter in romantic love. *Ethology and Sociobiology*, 17, 129-143.
- Marzano, C. (2003). *Ciúme e Sexualidade*. Disponível em: www.isexp.com.br. Acesso em: 6 de julho de 2006.
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Boston: Little, Brown.
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. (1970). *Human Sexual Inadequacy*. London: J & A Churchill.
- Matarazzo, M. H. (2000). *Amar é Preciso: os caminhos para uma vida a dois*. São Paulo: Gente.
- Matarazzo, M. H. (2001). *Namorantes*. São Paulo: Mandarin.
- Matarazzo, M. H. (2003a). *Coragem para amar*. Rio de Janeiro: Record.
- Matarazzo, M. H. (2003b). *Encontros, desencontros & reencontros*. 29.ed. Rio de Janeiro, São Paulo: Record.
- Mathes, E. W. (1991). A cognitive theory of jealousy. In P. Salovey (Ed.), *The psychology and envy* (pp. 52-78). New York: Guilford Press.



- Mathes, E. W. (1992). *Jealousy: The psychological data*. Lanham, Maryland: University Press of America.
- Mathes, E. W., & Severa, N. (1981). Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development. *Psychological Reports*, 49, 23-31.
- McIntosh, E. G., & Tangri, S. S. (1989). Relationship between jealous feelings and behaviors. *Perceptual and Motor Skills*, 69, 765-766.
- Meilaender, G. (2001, jan). That demon love. *Christian Century*. (Recuperado em 15 de julho de 2006 http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m1058/is_3_118/ai_70368708).
- Melamed, T. (1991). Individual differences in romantic jealousy: The moderating affect of relationship characteristics. *European Journal of Social Psychology*, 21, 455- 461.
- Menezes, G. B. (2005). *Infidelidade: Fatores Psicológicos e Sociais na Ocorrência da Traição. Trabalho de Conclusão do Curso, Faculdade de Psicologia. Centro Universitário Luterano de Manaus – Manaus: ULBRA.*
- Merton, R. K. (1948). The self-fulfilling prophecy. *Antioch Review*, 8, 193-210.
- Michael, A., Mirza, S., Mirza, K. A. H., Babu, V. S., & Vithayathil, E. (1995). Morbid Jealousy in Alcoholism. *The British Journal of Psychiatry*, 167 (5), 668-672.
- Montreynaud, F. (1994). O que é amar?: Respostas simples a perguntas não tão simples. São Paulo: Scipione.
- Moore, B., & Fine, B. D. (1992). *Dicionário de termos e conceitos psicanalíticos*. Porto Alegre, RS: Artes Médicas.
- Moreno, F., & González, G. M. (dirs.). (2003). *Diccionario Bilingüe de Uso: español – português / português – espanhol, Vol 2*, Madrid: Arco/Libros.
- Morris, V. (1982). Therapeutic issues with lesbian clients: Helping lesbians cope with jealousy. *Women and Therapy*, 1, 27-34.
- Moscovici, S. (1988). Attitudes and opinions. *Annual Review of Psychology*. In W. Wagner. *Sócio-Gênese e Características das Representações Sociais*, pp. 231- 260.
- Mukai, T. (2003). Tiapride for pathological jealousy (Othello syndrome) in elderly patients. *Psychogeriatrics*, 3, 132-134.
- Mullen, P. E. (1991). Jealousy: The pathology of passion. *British Journal of Psychiatry*, 158, 593-601.
- Mullen, P. E., & Martin, J. (1994). Jealousy: A community study. *British Journal of Psychiatry*, 164, 35-43.
- Mullen, P. M. (2006). Schizophrenia and violence: from correlations to preventive strategies. *Advances in Psychiatric Treatment*, 12, 239-248.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996a). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 79-98.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996b). The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: Love is not blind, but prescient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1155-1180.
- Mussato, C. R. (2002). *Não te perdôo por te traíres*. Campinas: Komed.
- Myra y López (1998). *Quatro gigantes da alma: O medo; a ira; o amor; o dever* (C. A. Lima, trad.). Rio de Janeiro: José Olympio.
- Nicz, E. E. G. (1996). *Mulher Traída: Dor & Renascimento*. São Paulo: Iglu.
- Nobrega, S. M., Fontes, E. P. G., & Paula, F. M. S. M. (2005). Do amor e da dor: representações sociais sobre o amor e o sofrimento psíquico. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 22(1), 77-87.
- Nogueira, J. A. (2003). *Ciúme: uma nova concepção*. Rio de Janeiro: Papel Virtual.
- Ovídio (1966). *Metamorphoses (Livro II)*. (J. Charmonard, trad.). Paris: Garnier-Flammarion.
- Pace, B. P. (1998/1898). Jealousy as a Disease. *JAMA The Journal of the American Medical Association*, 279 (18), 1438J, (Originalmente publicado em 1898).
- Page, J. (1995). *The Brazilians*. Reading, MA: Addison-Wesley.

- Palermo, G.B., Smith, M.B., Jenzten, J.M., Henry, T.E., Konicek, P.J., Peterson, G.F., et al. (1997). Murder-suicide of the jealous paranoia type: a multicenter statistical pilot study. *American Journal of Forensic Medicine and Pathology*, 18(4), e374-383.
- Pam, A., & Pearson, J. (1994). The geometry of the eternal triangle. *Family Process*, 33: 175-90.
- Parker, G., & E. Barrett. (1997). Morbid jealousy as a variant of obsessive-compulsive disorder. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 31, 133-138.
- Parker, J. G., Low, C. M., Walker, A. R., & Gamm, B. K. (2005). Friendship jealousy in young adolescents: Individual differences and links to sex, self-esteem, aggression, and social adjustment. *Developmental Psychology*, 41(1), 235-250.
- Parrott, W. G. (1991). The emotional experience of envy and jealousy. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 3-30). New York: Guilford Press.
- Parrott, W.G. (2001). *Emotions in social psychology: Essential readings*. Philadelphia: Psychology Press.
- Parrott, W. G., & Smith, R. H. (1993). Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 906-920.
- Pasini, W. (2006). *Ciúme: A outra face do amor*. Rio de Janeiro: Rocco.
- Peregrino, A. (1996, mar). Ansiedade Normal e Patológica. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 45, (3), 129-134.
- Pereira, A., & Monteiro, L. (2001). Fidelidade Conjugal Faz Mal? (Coordenação Editorial: Adriana Murin. (Recuperado do site: http://www.dominiofeminino.com.br/mulher/open_lovrs.htm em 01/07/2007
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationship*, 6, 181-196.
- Pines, A. M. (1998). *Romantic jealousy: Causes, symptoms, cures*. New York: Routledge.
- Pines, A. M., & Aronson, E. (1983). Antecedents, correlates, and consequences of sexual jealousy. *Journal of Personality*, 51, 108-134.
- Pines, A. M., & Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. *The Journal of Social Psychology*, 138, 54-71.
- Pinheiro, D. (2004, out). *Revista Veja*. 1875, 84-91.
- Pittman, F. (1994). *Mentiras privadas: A infidelidade e a traição na intimidade*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Pollack, S., & Gilligan, C. (1982). Images of violence in Thematic Apperception scores. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 159-167.
- Priore, M. D. (2006). *História do Amor no Brasil*. São Paulo: Contexto.
- Puglia, M. (2000). *Tudo o que você queria saber sobre uma amante e tinha medo de perguntar*. São Paulo: Madras Editora.
- Ramos, A. L. M. (1998). *Ciúme romântico: Teoria, medida e variáveis correlacionadas*. Tese de doutorado, Universidade de Brasília, Brasília, DF.
- Ramos, A. L. M. (2000). *Ciúme romântico: Teoria e medida psicológicas*. São Paulo: Stiliano.
- Ramos A. L. M. & Calegaro, M. (2001). Resenha: A Paixão Perigosa: Por Que o Ciúme é Tão Necessário Quanto o Amor e o Sexo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 17(3), 293-295.
- Ramos, A. L. M. & Zinder, R. (2002). A inveja e o ciúme no ambiente de trabalho (pp. 311-312). In 22. *Reunião Anual de Psicologia da Sociedade Brasileira de Psicologia*, Florianópolis. Resumos de comunicação científica. Impresso.
- Rassol, G. (1996). *Practical Forensic Psychiatry – Book Review*. In *Journal of Advanced Nursing*, 23(3), 639-640.
- Regino, C., Menin, F., Brito, H., Paiva, J., Loureiro, L., Martins, L. A., et al. (2005). *É possível amar duas pessoas ao mesmo tempo?* São Paulo: Musa editora.
- Rodrigues, K. B. (2005). *Ciúme: Sintoma das Crises Conjugais*. Rio Verde: FESURV - Universidade de Rio Verde. Monografia de Conclusão de curso.



- Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). *Pygmalion in the classroom: Teacher expectations and pupil's intellectual development*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1982). Profecias auto-realizadoras em sala de aula: Expectativas dos professores como determinantes não intencionais da competência intelectual. In M. H. S. Patto (Org.), *Introdução à psicologia escolar*. São Paulo: T. A. Queiroz.
- Rosset, S. M. (2004). *O casal nosso de cada dia*. Curitiba: Editora Sol.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, Oct;16(2), 265-73.
- Rubin, Z. (1973). *Liking and loving: an invitation to social psychology*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Rubin, Z. (1977, fev). The love research. *Human Behavior*, 6, 56-59.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 101-117.
- Rusconi, M. (1991). *Amor plural masculino: os homens descobrem o prazer dos sentimentos*. (L. E. Passalacqua, trad.). São Paulo: Maltese.
- Rydell, R. J., McConnell, A. R., & Bringle, R. G. (2004). Jealousy and commitment: Perceived threat and the effect of relationship alternatives. *Personal Relationships*, 11, 451-468.
- Sagarin, B. J. (2005). Reconsidering Evolved Sex Differences in Jealousy: Comment on Harris. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 62-75.
- Sagarin, B. J. & Guadagno, R. E. (2004). Sex differences in the contexts of extreme jealousy. *Personal Relationships*, 11, 319-328.
- Salazar, A., Couto, V. D., Gonçalves, L., & Pereira, C. A. (1996). Ciúme: uma questão de dosagem. In *Sociedade Brasileira de Psicologia (Org.), Resumo de comunicações científicas*, 26. Reunião Anual de Psicologia (p. 140). Ribeirão Preto: SBP.
- Salovey, P. (1985). The heart of jealousy. *Psychology Today*, 22-29.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 780-792.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1985a). The heart of jealousy. *Psychology Today*, 19, 22-29.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1985b). Cognitions about the self: Connecting feeling states and social behavior. In P. Shaver (Ed.), *Self, situations, and social behavior: Review of personality and social psychology* (Vol. 6). Beverly Hills, CA: Sage.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1986). The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1100-1112.
- Sayão, R. (1998). *Sexo é sexo*. São Paulo: Cia. das Letras.
- Scabello, E. H (2006). *Desvelando a dor amorosa da infidelidade conjugal: discursos de homens e mulheres*. Dissertação (Mestrado). FFCLRP, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP.
- Segal, H. (1975). *Introdução à obra de Melanie Klein*. Rio de Janeiro. Imago.
- Shackelford, T. K., Buss, D. M. & Bennett, K. (2002). Forgiveness or Brekup: Sex differences in responses to a partner's infidelity. *Cognition and Emotion*, 2, 299-307.
- Sharpsteen, D. J. (1991). The organization of jealousy knowledge: Romantic jealousy as a blended emotion. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 31-51). New York: Guilford Press.
- Shaver, P.R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as Attachment: The Integration of Three Behavioral Systems. In R.J. Sternberg & M.L. Barnes (Eds.). In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 193-219). New Haven, CT: Yale University Press.
- Sheets, V. L., & Wolfe, M. D. (2001). Sexual jealousy in heterosexuals, lesbians, and gays. *Sex Roles: A Journal of Research*, 44, 255-276.
- Shengold, L. (1994). Envy and malignant envy. *Psychoanalytic Quarterly*, 63, 615-640.

- Shepherd, M. (1961). Morbid jealousy: Some clinical and social aspects of a psychiatric symptom. *Journal of Mental Science*, 107, 687-753.
- Shinyashiki, R. T & Dumêt, E. B. (2002). *Amar pode dar certo*. São Paulo: Gente.
- Shrestha, K., Rees, D.W., Rix, K.J.B., Hore, B.D., & Faragher, E.B. (1985). Sexual jealousy in alcoholics. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 72, 283-90.
- Silva, A.A., Mayor, A. S., Almeida, T., Rodrigues A. G., Oliveira, L. M., & Martinez, M. (2005). Determinação das histórias de amor mais adequadas para descrever relacionamentos amorosos e identificação das histórias de amor que produzem mais identificação, menos identificação e que as pessoas mais gostariam de viver. *Interação em Psicologia*, 9(2), 295-309.
- Silva, K. P. N. (2005). *Ciúme Patológico: uma análise psicológica da desconfiança*. Monografia de conclusão de curso, Centro Universitário Luterano de Manaus. Manaus.
- Smith, R. H., Kim, S. E., & Parrott, W. G. (1988). Envy and jealousy: Semantic problems and experiential distinctions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14, 401-409.
- Solomon, R. C. (1992). *O amor: reinventando o romance em nossos dias*. (Wladir Dupont, trad.). São Paulo: Saraiva.
- Soyka, M. (1995). Prevalence of delusional jealousy in schizophrenia. *Psychopathology* 28(2), 118-20.
- Soyka, M., Naber, G., & Völcker, A. (1991). Prevalence of Delusional Jealousy in Different Psychiatric Disorders. *British Journal of Psychiatry*, 158, 549-553.
- Spencer, C. (1996). *Homossexualidade: uma história*. Rio de Janeiro: Record.
- Spring, J. A. (1997). *After the Affair: Healing the Pain and Rebuilding the Trust When a Partner Has Been Unfaithful*. New York: Harper Collins.
- Stendhal (1999). *Do amor*. (R. L. Ferreira, trad.). São Paulo: Martins Fontes.
- Strout, S. L., Laird, J.D., Shafer, A., & Thompson, N. S. (2005). The Effect of Vividness of Experience on Sex Differences in Jealousy. *Evolutionary Psychology*, 3, 263-274.
- Taquette, S. R., Ruzany, M. H., Meirelles, Z., & Ricardo, I. (2003). Relacionamento violento na adolescência e risco de DST/AIDS. *Cadernos de Saúde Pública*, 19 (5), 1437-1444.
- Tarrier, N., Beckett, R., Harwood, S., & Bishay, N. R. (1990). Morbid jealousy: A review and cognitive behavioural formulation. *British Journal of Psychiatry*, 157, 319-326.
- Tennov, D. (1979). *Love and limerence: the experience of being in love*. 2. ed. New York: Scarborough House.
- Tesche, J., Geary, D. C., Rumsey, M., Bow-Thomas, C. C., & Hoard, M. K. (1995). Sexual Jealousy as a Facultative Trait: Evidence from the Pattern of Sex Differences in Adults From China and the United States. *Ethology and Sociobiology*, 16, 5, 355-383.
- Tessari, O. I. (2004). *Traição/Perdão*. Recuperado em 05 de Nov de 2004: <http://www.ajudaemocional.com>.
- Todd, J., & Dewhurst, K. (1955). The Othello syndrome: a study in the psychopathology of sexual jealousy. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 122, 367-374.
- Todd, J., Mackie, J. R. M., & Dewhurst, K. (1971). Real or Imaginary Hypophallism: A Cause of Inferiority Feelings and Morbid Sexual Jealousy. *British Journal of Psychiatry*, 119, 315-318.
- Toni, P. M., Salvo, C.G., Marins, M.C. & Weber, L.N.D. (2004). *Etologia humana: o exemplo do apego*. *Psico-USF*, 9, 99-104.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1990). On the universality of human nature and the uniqueness of the individual: The role of genetics and adaptation. *Journal of Personality*, 58, 17-68.
- Torres, A. (2001). Diagnóstico diferencial do transtorno obsessivo-compulsivo. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 23, 21-23.
- Torres, A. R., Ramos-Cerqueira, A. T. A., & Dias, R. S. (1999). O ciúme enquanto sintoma do transtorno obsessivo-compulsivo. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 21 (3), 165-173.
- Trigueiro, C. (1999). *O livro dos Ciúmes*. Rio de Janeiro: Record.
- Vandello, J.A., & Cohen, D. (2003). Male honor and female fidelity: implicit cultural scripts that perpetu-



- ate domestic violence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 997-1010.
- Vargas, T. V. P., Dantas, R. A. S., & Gois, C. F. L. (2005). A auto-estima de indivíduos que foram submetidos à cirurgia de revascularização do miocárdio. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 39, p. 20-27.
- Vauhkonen, K. (1968). On the pathogenesis of morbid jealousy. Finland: Kunnallispaino.
- Vincent, L. (2005). Por que nos apaixonamos: Como a ciência explica os mistérios do amor. Rio de Janeiro: Ediouro.
- Viscott, D. (1996). *Eu te amo! E aí?* (C. E. M. de Moura, trad.). São Paulo: Summus.
- Waster, E., Traupmann, J., & Walster, G. W. (1978). Equity and extramarital sexuality. *Archives of Sexual Behavior*, 7, 127-176.
- Waster, E., Walster, G. W., & Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston: Allyn & Bacon.
- Weid, O. V-D. (2004). Perdoa-me por te trair: um estudo antropológico sobre a infidelidade feminina. *Revista Habitus: revista eletrônica dos alunos de graduação em Ciências Sociais – IFCS/UFRJ*, Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p.49-59, 30 mar. 2004. Anual. Disponível em: <www.habitus.ifcs.ufrj.br>. Acessado em 15 de julho de 2006.
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. (1999a). How couples maintain marriages: A closer look at self and spouse influences upon the use of maintenance behaviours in marriages. *Family Relations*, 48, 263-269.
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (2002). Investigating the behavioral indicators of relational commitment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 403-423.
- White, G. L. (1980). Inducing jealousy: A power perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 6, 222-227.
- White, G. L. (1981a). Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival. *Social Psychology Quarterly*, 44, 24-30.
- White, G. L. (1981b). A model of romantic jealousy. *Motivation and Emotion*, 5, 298-310.
- White, G. L. (1981c). Some correlates of romantic jealousy. *Journal of Personality*, 49, 129-147.
- White, G. L. (1984). Comparison of four jealousy scales. *Journal of Research in Personality*, 18, 115-130.
- White, G. L., & Mullen, P. E. (1989). *Jealousy: Theory, research, and clinical strategies*. New York: Guilford.
- Wiederman, M. W., & Allgeier, E. R. (1993). Gender, differences in sexual jealousy: Adaptionist or social learning explanation? *Ethology & Sociobiology*, 14, 115-140.
- Wiederman, M. W., & Kendall, E. (1999). Evolution, sex, and jealousy: Investigation with a sample from Sweden. *Evolution and Human Behavior*, 20, 121-128.
- Wilson, M., & Daly, M. (1992a). Til death us do part. In J. Radford & D. E. H. Russell (Eds.), *Femicide*. New York: Twayne.
- Wilson, M., & Daly, M. (1992b). Who kills whom in spouse killings? On the exceptional sex ratio of spousal homicides in the United States. *Criminology*, 30, 189- 215.
- Wood, J. T. (1996). She says/he says: Communication, caring, and conflict in heterosexual relationships (pp. 149-162). In J. T Wood (Ed.), *Gendered relationships* Mountain View, CA: Mayfield Publishing.
- Wright, S. (1994). Familial obsessive-compulsive disorder presenting as pathological jealousy successfully treated with fluoxetine. *Archives of General Psychiatry*, 51, 430-431.
- Zammuner, V. L. (1995). Naive theories of emotional experience: Jealousy. In J. A. Russel, J. Fernandez-Dols, A. S. R. Manstead, & J. C. Wellenkamp (Eds.), *Everyday conceptions of emotion: an introduction to the psychology, anthropology, and linguistics of emotion* (pp. 435-455). Holanda: Kluwer Academic Publishers.
- Zamperi, A. M. F. (2004). *Erotismo, Sexualidade, Casamento e Infidelidade. Sexualidade Conjugal e Prevenção do HIV e da AIDS*. São Paulo: Agora.