

## **A CULTURA DO CIÚME: TEMPERO ESSENCIAL AO AMOR?**

Diana Maria da Silva Sousa<sup>1</sup>

**Resumo:** O ciúme pode ser entendido como um conjunto de reações frente à ameaça de um rival (real ou não) a um relacionamento importante. Esta definição faz referência ao contexto geral das distintas relações humanas, e quando se trata especificamente aos casais, o ciúme passa a ser denominado como ciúme romântico, sendo necessário para manutenção das relações amorosas, pois, passa a ser entendido como a prova da existência do amor. Com isso, o objeto deste trabalho é refletir o ciúme como um fenômeno presente em distintas culturas, e sua função na relação. O objetivo geral compreender e dialogar sobre crenças e paradigmas acerca da constituição cultural do ciúme nas relações amorosas, assim como, a forma que o ciúme se apresenta nas relações amorosas. O referido estudo foi constituído com base em um levantamento bibliográfico de autores que permitiram uma análise da temática, valorizando conceitos, ideias principais, a problemática da pesquisa e seu objetivo. Portanto foi possível compreender que o ciúme é muitas vezes classificado em ciúme normal ou romântico - não patológico que é descrito como um conjunto de crenças flexíveis sobre a existência de um rival ao relacionamento amoroso e sobre a possibilidade de infidelidade do parceiro, e o ciúme patológico que é descrito como um transtorno psiquiátrico em que o paciente apresenta delírios de infidelidade e o desencadeamento de emoções extremas, como de raiva e insegurança, e a manifestação de comportamentos agressivos e violentos, assim como comportamentos de investigação.

**Palavras-chave:** Ciúme; Ciúme Romântico; Ciúme Patológico; Relações Amorosas.

### **Introdução**

Apesar de pouco debatido na literatura, o ciúme é um fenômeno presente em todas as culturas, é um tema antigo e recorrente nos discursos sobre os relacionamentos humanos, portanto um fenômeno universal e atemporal. E é justamente por isso que encontramos algumas controvérsias nas definições e distinção do ciúme, pois sua inserção na história e seu caráter mutável variam de acordo com o contexto ao qual estão referidos. Na literatura encontramos a distinção do ciúme normal – também chamado de ciúme romântico – e do ciúme patológico, a função dos fatores culturais e filogenéticos, assim como a diferença entre os sexos frente aos comportamentos esboçados em situações de ciúme. Tais controvérsias esboçam a necessidade de estudos sobre tal temática. Sendo assim, para Costa (2005; KINGHAM & GORDON, 2004 citados por ALMEIDA, 2012, p. 490) “O ciúme pode ser entendido como um conjunto de reações frente à

---

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia; Pós graduada em Psicologia Organizacional e do Trabalho e em Clínica Psicossocial. Professora de Educação Infantil, da rede municipal de ensino – Bom Jardim/PE. dianasousapsi25@gmail.com

ameaça de um rival (real ou não) a um relacionamento importante”. Esta definição faz referência ao contexto geral das distintas relações humanas, e quando se trata especificamente aos casais, o ciúme passa a ser denominado como ciúme romântico, sendo necessário para manutenção das relações amorosas, pois, passa a ser entendido como a prova da existência do amor. O ciúme também passa a ser concebido frente ao anseio em ser o único na vida do ser amado, e a ameaça da existência de um terceiro, que receba as atenções, afeições e amor que deveriam ser dadas a ele, e com isso a ideia de infidelidade, mesmo que não confirmada, resultando muitas vezes no termino da relação, pois muitas vezes, o medo da perda, origina ideias persecutórias, dado que o sujeito acredita na consumação da infidelidade.

Neste interim, o objeto deste trabalho é tratar o ciúme como um fenômeno presente em distintas culturas, e sua função na relação amorosa, visto que existem estudos que apresentam o mesmo como fator resultante de violência doméstica, de caráter físico e, sobretudo, a violência psicológica (Estudos Psicométricos Preliminares do Inventário de Ciúme Romântico – ICR, 2008).

A partir do exposto, surge como pergunta norteadora para este estudo: “Porque o ciúme é considerado essencial nas relações amorosas?” E sendo assim, na busca por responder este questionamento, temos como objetivo compreender e dialogar sobre crenças e paradigmas acerca da constituição cultural do ciúme nas relações amorosas, assim como, a forma que o ciúme se apresenta nas relações amorosas. O referido estudo foi constituído com base em um levantamento bibliográfico de autores que permitiram uma análise da temática, valorizando conceitos, ideias principais, a problemática da pesquisa e seus objetivos. Neste sentido, a pesquisa bibliográfica como método é indispensável na realização de estudos para análise e compreensão de dados culturais e históricos (CARVALHO et al, 2004).

Portanto, a partir das leituras realizadas, buscou-se apresentar neste trabalho um diálogo entre a Psicologia e as teorias sociais por meio de artigos que fazem referência a esta temática. Desta forma foram utilizados os seguintes artigos: O ciúme romântico atua como uma profecia autorrealizadora da infidelidade amorosa? De Almeida (2012), onde o autor apresenta um estudo que avalia o grau de ciúme dos participantes por meio de uma escala de mensuração para o ciúme romântico; Amor e ciúme na contemporaneidade: reflexões psicossociológicas de Baroncelli (2011), onde a autora traz uma reflexão sobre a experiencia do ciúme dos indivíduos contemporâneos, e seus impactos nas experiências amorosas; Contribuições da Psicologia Evolutiva e da análise do Comportamento acerca do Ciúme, de Costa (2005), onde a autora traz proposições da Psicologia Evolucionista e da análise do comportamento, onde a primeira compreende o ciúme

como resposta adaptativa cuja função seria preservar uma relação diante da ameaça de traição, sendo necessário às relações, já a segunda, diz que o ciúme tanto pode ser visto como uma emoção negativa adaptativa, pois todo comportamento tem um valor de sobrevivência, porém não é considerado às relações; Estudos Psicométricos Preliminares do Inventário de Ciúme Romântico – ICR, de Carvalho, Bueno e Kebieris (2008), onde os autores apresentam um estudo que investigou as propriedades psicométricas de um Inventário de ciúme romântico; Principais fatores desencadeantes de ciúme patológico na dinâmica de relacionamento conjugal, de SEO (2005), onde a autora apresenta uma revisão da literatura acerca do ciúme patológico no relacionamento conjugal; Dois romances, tempos distintos: uma reflexão sobre o amor e o ciúme na atualidade, de Arreguy (2004), onde a autora traz uma compreensão do ciúme e das relações amorosas a partir de uma leitura psicanalítica de dois romances literários, Dom Casmurro de Machado de Assis (1899) e E do meio do mundo prostituto só amores guardei ao meu charuto, de Rubem Fonseca (1997).

Sendo assim, ao longo do trabalho, é trazida de forma mais aprofundada e reflexiva os diálogos citados anteriormente.

### **Definições de Ciúme**

O ciúme é um tema abordado desde os tempos bíblicos, considerado um fenômeno comum, uma emoção humana, ocorrendo nas diversas relações interpessoais, porém sua frequência e intensidade é maior nas relações amorosas, recebendo a denominação de ciúme romântico, ocorrendo sempre que a fidelidade é colocada em dúvida. Ou seja, quando a estabilidade da relação é sentida como ameaçada por um terceiro, o ciúme surge como uma reação, esta afirmação é entendida como a ideia central do ciúme. Porém, são identificadas controvérsias quanto as diversas definições encontradas na literatura científica. Sendo assim vamos, trazer algumas definições para uma melhor compreensão.

Warren (1966, p. 109 citado por CARVALHO, BUENO, KEBLERIS, 2008, p. 335) traz sua definição de ciúme dando ênfase ao aspecto social, quando afirma que o ciúme é um “sentimento ou atitude social, de caráter penoso, suscitado no individuo ao ver que outro consegue ou possui o que a ele mesmo falta e deseja”. É importante frisarmos que o ciúme é uma percepção subjetiva, ou seja, este outro que surge como ameaça pode ser real ou não. Parrott, Gerrodl e Richard (1993 citados por CARVALHO, BUENO, KEBLERIS, 2008, p. 336) em sua definição, focam no aspecto emocional, pois, para eles o ciúme romântico se apresenta como uma emoção que ocorre quando uma pessoa sente perder, ou já perdeu, um relacionamento considerado importante para um rival. E

mais uma vez o ciúme é associado a possibilidade de um terceiro que passe a ocupar o lugar na relação.

Alguns autores considerados evolucionistas trazem como foco para suas definições a funcionalidade do ciúme nos relacionamentos amorosos, assim como o papel do mesmo no funcionamento mental do sujeito. Portanto o ciúme não é entendido como uma reação negativa, mas sim como um mecanismo inato e sinalizador, que objetiva diminuir a efetivação da infidelidade, ou seja, uma ameaça frente ao rival para a relação amorosa. Porém dependendo da frequência e intensidade da manifestação do ciúme até então entendido como romântico, o mesmo passa a ser entendido como patológico, podendo acarretar o relacionamento ao término. Quando se faz referência ao ciúme patológico, encontramos concordância entre os autores. Sendo assim, podemos dizer que “O ciúme patológico é um conjunto de pensamentos e emoções irracionais, somado a comportamentos extremos ou inaceitáveis, em que o tema dominante é a preocupação com a infidelidade do parceiro sexual, sem base em evidências concretas” (CARVALHO, BUENO, KEBLERIS, 2008, p. 336). No ciúme patológico, podemos destacar como sintoma a presença de delírios de infidelidade, acompanhados de pensamentos inflexíveis sobre a infidelidade do parceiro amoroso, sem que isso seja confirmado com evidências concretas. Sendo assim o ciúme patológico passa a ser identificado a partir das evidências irrelevantes interpretadas corriqueiramente.

A perturbação se manifesta através de sentimentos como ansiedade, culpa, raiva, sentimento de inferioridade, depressão, imagens intrusivas, remorso, humilhação, insegurança, vergonha, rejeição, rituais de verificação, desejo de vingança, angústia, possessividade, baixa auto-estima, muito medo de perder o parceiro para um rival, desconfiança excessiva e infundada, gerando significativo prejuízo no funcionamento pessoal e interpessoal de quem sofre desse mal (BOTTURA, 2003; CAVALCANTE, 1997; TORRES et al., 1999 citados por SEO, 2005, p. 4).

Seja o ciúme patológico ou não, alguns fatores são comuns na manifestação. Entre estes fatores podemos citar como algo frequente: baixa auto-estima, ou emoções negativas, como raiva, tristeza e comportamentos de investigação, mesmo sendo mais intensos e frequentes naqueles que apresentam ciúme patológico.

Psicólogos evolucionistas compreendem o ciúme como uma reação a possível perda do relacionamento, como uma resposta adaptativa típica da espécie, que evoluiu para solucionar o problema recorrente de sobrevivência ou reprodução. Estes defendem que a presença do ciúme como sendo necessária às relações, marcando a existência de compromisso entre os parceiros, sinal de amor. E sendo assim, o problema existe quando há a ausência do ciúme, marcando a falta de amor ou o mesmo é expresso de forma excessiva. Segundo Pines & Aronson (1983 citados por COSTA, 2005) o ciúme apresenta alguns benefícios para a relação, dentre eles “ensina as pessoas a

não menosprezar os parceiros, torna o relacionamento mais duradouro, indica o amor pelo parceiro, torna os relacionamentos mais excitantes, faz o parceiro se sentir desejável”. Sendo assim, o ciúme acaba sendo útil, essencial para o bom funcionamento da relação. Sendo compreendido de formas distintas entre homens e mulheres. Para os homens o ciúme seria motivado pelo medo frente a ameaça de um envolvimento sexual, enquanto para as mulheres o ciúme seria motivado pela ameaça de um envolvimento emocional que retiraria sua segurança emocional (COSTA, 2005).

Segundo a análise do comportamento o ciúme é entendido como um evento privado (sentimento) capaz de controlar comportamentos públicos. Podendo ser estabelecido a partir da história daquele sujeito com situações que lhe são específicas, sendo resultado do condicionamento reflexo (este explica as reações fisiológicas, sentidas quando um indivíduo descreve sentir ciúmes) ou operante (relação entre o que ocorre fisiologicamente como o indivíduo e o que ele faz quando está diante dessa sensação, assim como porque faz). Sendo assim, o ciúme é usado como forma de obter atenção, declarações, presentes e garantias da existência do amor. E com isso, o sujeito apresenta o comportamento padrão esperado, padrão este desenvolvido filogeneticamente e culturalmente (COSTA, 2005). O controle do ciúme frente aos padrões expostos pela cultura pode se apresentar de várias formas:

O controle pode se originar de outras contingências sociais, sendo necessário esclarecer que existe diferença entre sentir e demonstrar ciúme. Enquanto o primeiro pode ficar sob controle da possibilidade de perda de um relacionamento considerado reforçador e os comportamentos públicos emitidos visam à eliminação dessa ameaça, o segundo pode ser controlado também por regras, tendo os comportamentos emitidos a função de esquiva da pressão social (COSTA, 2005, p. 09).

Sendo assim, na concepção da análise do comportamento, o ciúme não é necessário às relações mesmo sendo um padrão esperado e reforçado culturalmente. As relações podem ser mantidas sem a presença do ciúme.

### **Considerações Finais**

O ciúme normal é aquele baseado em fatos, ocorre em função de uma ameaça real enquanto o patológico procura fatos e sofre influência de delírios, persistindo a despeito da ausência de qualquer ameaça real ou provável. É um sentimento que produz angústia, desconfiança, raiva baixa auto-estima, insegurança, tensão, podendo atingir formas doentias, chegando a extremos prejudicando a relação afetiva. Pode ser entendido como uma resposta negativa ou protetora, frente a uma ameaça de perda do parceiro. Estas compreensões do ciúme dependem do contexto cultural, crenças individuais e coletivas associadas a frequência e intensidade do ciúme, podem ser

entendidos como protetor, essencial às relações amorosas, sinônimo da existência do amor. Por outro lado, pode causar sofrimento, associado a uma rígida desconfiança de infidelidade do parceiro, nem sempre relacionado a situações reais de ameaça. A partir da análise bibliográfica apresentada neste trabalho, pode-se compreender, à luz de algumas perspectivas teóricas, como se estrutura o ciúme na conjugalidade, assim como foi possível identificar os elementos que efetivam o mesmo. Tal tema é frequente, nas terapias individuais, mas principalmente nas terapias de casais. E por ser muitas vezes, o motivo de violências e homicídios, alarmado pelo fato de que, muitas vezes é considerado comum e necessário para manutenção da relação. Tais conclusões efetivam a necessidade de maiores aprofundamentos nesta temática.

## Referências

ALMEIDA, Tiago. **O ciúme romântico atua como uma profecia autorrealizadora da infidelidade amorosa?**. Estud. Psicol. (Campinas), vol. 29, nº 4, pp. 489-498, 2012. Disponível em:

<http://www.producao.usp.br/handle/BDPI/39086>

ARREGUY, Etienne Marília. **Dois Romances, Tempos Distintos**: uma reflexão sobre o amor e o ciúme e na atualidade. Revista Mal – estar e Subjetividade, vol. IV, nº. 1, março, 2004, pp. 112-130. Disponível em:

<http://www.redalyc.org/html/271/27140106/>

BARONCELLI, Lauane. **Amor e ciúme na contemporaneidade**: reflexões psicossociológicas. Psicologia & Sociedade, vol. 23, nº. 1, enero-abril, 2011, pp. 163-170. Disponível em:

<http://www.redalyc.org/html/3093/309326567009/>

CARVALHO, Lucas de Francisco; BUENO, José Maurício Haas; KEBLERIS, Fernanda. **Estudos Psicométricos Preliminares do Inventário de Ciúme Romântico – ICR**. Avaliação Psicológica, 2008, 7 (3), pp. 335-346. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712008000300007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712008000300007)

COSTA, Nazaré. **Contribuições da Psicologia Evolutiva e da Análise do Comportamento Acerca do Ciúme**. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e cognitiva. Vol. VII, nº. 1, 2005, 05-13. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-55452005000100003](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452005000100003)

SEO, Khallin Tiemi. **Principais fatores desencadeantes de ciúme patológico na dinâmica de relacionamento conjugal**. Revista Científica Eletrônica de Psicologia. Ano III, nº. 5, nov. 2005. Disponível em:

[https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/35761659/Sobre\\_ciume.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOVYYGZ2Y53UL3A&Expires=1502855415&Signature=MWSEpEG1vBf1nHjBXCvbotnFUds%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DR+E+V+I+S+T+A+C+I+E+N+T+I+F+I+C+A+E+L+E.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/35761659/Sobre_ciume.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOVYYGZ2Y53UL3A&Expires=1502855415&Signature=MWSEpEG1vBf1nHjBXCvbotnFUds%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DR+E+V+I+S+T+A+C+I+E+N+T+I+F+I+C+A+E+L+E.pdf)