Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2019)
Heft: 116

Artikel: Le polyamour repense nos manières d'être en relation et d'aimer
Autor: Siegrist, Romy
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-906201

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Le polyamour repense nos manières d'être en relation et d'aimer

En discutant avec l'une de mes nièces, celle-ci m'a confié être devenue « polyamoureuse ». N'est-ce pas de l'infidélité programmée ? Je ne comprends pas comment on peut accepter cela. MARC, 73 ANS

ROMY SIEGRIST
Psychologue FSP, sexologue — Centre SexopraxiS

Il est en effet souvent difficile de comprendre des pratiques relationnelles qui sont si peu représentées dans les médias ou qui le sont de manière stigmatisée et stigmatisante («des accros au sexe fuyant l'engagement») ou, au contraire, idéalisée («tout le monde est facilement libre et heureux»), donnant une image erronée de ce qu'elles sont ou peuvent être. Souvent confondue avec de la polygamie (plusieurs mariages possibles pour l'homme ou la femme), le pluriamour ou la polyamorie est le fait de pouvoir vivre plusieurs relations sentimentales et/ou sexuelles en même temps, avec toutes les personnes au courant et consentantes. Cela se base notamment sur des principes de liberté, d'égalité, d'honnêteté et de respect de l'autre. Ce qui demande beaucoup de communication et de connaissance de soi!

> *« Simone de Beauvoir et Sarte partageaient un contrat de polyfidélité »*

UN MODÈLE EN EXPANSION

Si l'on peut penser que cette éthique relationnelle a pris forme dans les mouvements de révolution sexuelle» post-mai 68, nous pouvons cependant trouver quelques écrits dès le XIXe siècle, surtout dans les milieux philosophiques, marxistes et/ou féministes. Souvenons-nous, par exemple, de Beauvoir et de Sartre, qui partageaient un contrat de «polyfidélité». Il n'empêche que ce modèle d'éthique relationnelle gagne en puissance depuis une vingtaine d'années. Et pourquoi? Parce que le modèle monogame, prôné par notre culture judéo-chrétienne, véhicule entre autres des valeurs d'amour unique, d'appartenance à l'autre, de possessivité et d'exclusivités sexuelle et sentimentale. Or, cela ne correspond pas à ce que ressentent ou souhaitent certaines personnes. Ces valeurs peuvent être génératrices de souffrance, notamment à cause de l'illusion de devoir ou de pouvoir combler l'autre entièrement, mais aussi lors des possibles infidélités. Sur ce dernier point, mieux vaut être polyamoureux que malpoli amoureux, car souvent le mensonge blesse plus que l'acte lui-même…

LE TEMPS EST BON, LE CIEL EST BLEU J'AI DEUX AMIS QUI SONT AUSSI MES AMOUREUX

Des exemples de couples à trois ou de couples où chacun entretient également une autre relation, sont relativement courants. Mais ils sont loin d'être la norme, et il existe une diversité de formes relationnelles, puisque chaque personne a ses propres besoins et ses limites: comme le bien-être de chacun est au centre des préoccupations des personnes «poly», les consensus sont divers et régulièrement rediscutés. Qu'attendons-nous d'une relation? Quels sont nos besoins Que nous faut-il pour prendre soin de ceux-ci? Comme la jalousie viendrait notamment du fait de se sentir «en manque», il est donc important de se poser ces questions, afin de pouvoir, en même temps, éprouver de la compersion — c'est-à-dire se réjouir du bonheur de l'autre. Bien entendu, si l'amour est infini, le temps et l'énergie ne le sont pas: il est donc complexe d'investir de nombreuses relations en même temps. Certaines personnes préfèrent les hiérarchiser, avec une principale et des secondaires — ce qui est souvent le cas si un couple «traditionnel» devient «poly». Quoi qu'il en soit, la plus grande embûche à vivre heureux dans ces modes relationnels n'est pas tant ce qu'ils impliquent comme discussion, mais bien le jugement social et le regard des autres… *sexopraxis.ch*

Pour aller plus loin :
Le nouveau guide des amours plurielles, *Françoise Simpère (2019)*
La salope éthique, *Dossie Easton & Janet W. Hardy (1997/2013)*