

***Actualités bibliographiques :  
Les relations polyamoureuses***

**Simone Adam, Anne-Sophie Gillard,  
Rébecca Frappier et Marianne Lecours**

## **Introduction**

Le polyamour s'inscrit dans un contexte social où une diversité grandissante d'orientations sexuelles, d'orientations relationnelles et d'expressions de genre est exprimée, nommée et reconnue. Le polyamour est une forme de relation qui implique plusieurs partenaires romantiques, sexuel·le·s et/ou affectif·ve·s (Sheff, 2005 ; Cook, 2005) qui diffère des autres types de relations non-monogames : les personnes polyamoureuses mettent de l'avant leur habileté à s'engager émotionnellement avec plusieurs partenaires, tout en prônant la communication ouverte et honnête dans ces engagements (Cook, 2005). Le polyamour offre une diversité et une liberté de choix relationnels, le tout à l'intérieur d'un système de soutien élargi où l'amour est partagé et la joie est contagieuse (McLuskey, 2009). Selon Conley et Moors (2014), cette configuration relationnelle permettrait d'alléger le couple, puisque la responsabilité de combler les besoins sexuels et affectifs d'une personne n'incombe pas seulement à un·e partenaire. D'autres types de relations non-monogames, comme les relations échangistes et les relations ouvertes, se caractérisent plutôt par leur permissivité au niveau de la sexualité récréative. Souvent, les partenaires qui ont ces types d'ententes adoptent le principe du « ce qu'on ne sait pas ne fait pas de mal », en vertu duquel les partenaires ne se divulguent pas tous les détails de leurs aventures (Cook, 2005).

À partir de la recension de 20 travaux (articles, mémoires et thèses) de sciences sociales portant sur l'orientation relationnelle polyamoureuse, publiés entre 2004 et 2017, cette note bibliographique propose une introduction aux motivations et à l'éthique du polyamour. La plupart de la littérature recensée provient des États-Unis et concerne un échantillon de participant·e·s peu diversifié : la plupart sont blanc·he·s et ont un niveau d'éducation élevé. Il serait pertinent d'approfondir ces recherches afin de déterminer si la pratique du polyamour est plus répandue parmi ces groupes. La note bibliographique suivante se divise en quatre parties : le vocabulaire utilisé au sein des communautés polyamoureuses, les règles et ententes qui régissent les relations polyamoureuses, les motivations identitaires et politiques à s'engager dans le polyamour, et finalement, la stigmatisation dont les personnes polyamoureuses peuvent être

victimes. Nous concluons avec une critique de la littérature existante et des pistes d'intérêts pour la suite des recherches sur le sujet.

## 1. Vocabulaire des communautés polyamoureuses

Les personnes polyamoureuses font l'usage d'un vocabulaire particulier pour traduire un fonctionnement et une éthique relationnelle qui leur sont propres. Ainsi, l'étude de Ritchie et Barker (2010) note que la jalousie est perçue et vécue comme étant d'une part une émotion négative, et d'autre part une réaction naturelle à l'infidélité, ce qui maintient en place la domination de la monogamie. C'est pourquoi les personnes polyamoureuses ont créé le vocable « compersion », qui fait référence au fait d'être heureux-se de voir son ou sa partenaire avoir du plaisir avec une autre personne (Cook, 2005). Le « métamour », qui signifie aimer l'amour, permet de décrire l'amoureux-se de son amoureux-se, pour qui on a une affection particulière qui fait écho à celle que notre amoureux-se lui porte (Ritchie, 2006). Le terme « *wibbly* » décrit quant à lui le sentiment d'insécurité pouvant survenir à propos des autres relations d'un-e partenaire. Ce terme est utilisé pour demander à son ou sa partenaire d'être rassuré-e quant aux sentiments qu'il ou elle nous porte (Ritchie, 2006). Dans certaines configurations polyamoureuses, le terme « primaire » réfère à une relation plus spéciale ou privilégiée que les autres (Ritchie, 2006). Pour d'autres, cette expression est contraire à la philosophie du polyamour, qui consisterait à ne pas prioriser et hiérarchiser les relations (Wosick-Correa, 2006). Ces dernières parlent plutôt de cercle intime, de triades ou de quatuors (Wosick-Correa, 2006). L'expression « fidélité agentive » fait référence au fait d'exercer son agentivité dans ses choix relationnels, tout en démontrant à l'égard de son ou sa partenaire une forme de fidélité qui se distingue de la norme sociale de l'exclusivité sexuelle et émotionnelle (Wosick-Correa, 2010). Le terme « *fluid-bond* » réfère au lien entretenu avec des partenaires avec qui on a des relations sexuelles non protégées (Wosick-Correa, 2006). Finalement, le terme « pseudo-tromper » réfère au fait d'agir à l'encontre des règles de la relation polyamoureuse. Il ne s'agit pas de tromperies puisque celles-ci sont fluides et appelées à être constamment réajustées (Wosick-Correa, 2006).

## **2. Règles et ententes dans les relations polyamoureuses**

Bien que le polyamour évoque une forme d'amour plus libre, l'étude de Wosick-Correa (2010) montre que les relations polyamoureuses ne sont pas exemptes d'ententes et de règlements. En effet, 96 % des participant·e·s interrogé·e·s dans le cadre de cette étude avaient une entente ou des règlements concernant leur relation. Les données de l'étude de Goyer (2016) vont dans le même sens : 81 % des participant·e·s avaient négocié des règles dans leurs relations polyamoureuses. Le but de ces règles et ententes résiderait, entre autres, dans le désir de minimiser des émotions difficiles telles que l'insécurité et la jalousie et de garder une certaine stabilité et sécurité dans les relations (Barker, 2010). En polyamour, il faut négocier ses besoins et ses limites avec tou·te·s les partenaires impliqué·e·s. Par exemple, dans l'étude de Wosick-Correa (2010), certaines personnes interviewées avaient discuté de leurs limites concernant la sécurité sexuelle. Elles exigeaient le port de protection avec tou·te·s les partenaires ou demandaient à ce qu'un test de dépistage soit passé avant le contact avec un·e nouveau·elle partenaire. D'autres personnes interviewées avaient le besoin de sentir un lien privilégié avec un·e partenaire « primaire ». Pour que ce lien privilégié soit maintenu, le ou la partenaire primaire n'avait pas le droit de passer la nuit chez les autres partenaires, ou encore ne pouvait pas les embrasser sur la bouche.

Autrement, dans les relations polyamoureuses, la plupart des ententes et règles concernent ce que les partenaires devraient faire, plutôt que les comportements à éviter (Wosick-Correa, 2010). Ainsi, il s'agit d'ententes et de règles prescriptives plutôt que restrictives. Elles concernent la communication et l'honnêteté. La communication sert notamment à ce que les désirs de tou·te·s les partenaires impliqué·e·s soient satisfaits et à assurer que chaque partenaire ait droit à du temps de qualité. L'honnêteté est perçue comme une valeur inhérente aux relations polyamoureuses (Wosick-Correa, 2010). Il est aussi important de spécifier que dans les relations monogames, briser les règles et ententes (par exemple, en étant infidèle dans le sens traditionnel du terme) constitue une menace pour la relation, qui peut même y mettre terme, alors que dans les relations polyamoureuses, ceci invite plutôt à une renégociation (Wosick-Correa, 2010). Étant donné que les relations polyamoureuses sont centrées sur les désirs

et besoins de chaque partenaire, il n'y a pas de règles ni d'ententes universelles ; elles sont le fruit d'une co-construction qui varie selon les modalités de chaque relation.

### **3. Motivations à s'engager dans le polyamour**

Certaines personnes vivent le polyamour comme une identité, une capacité innée à aimer plusieurs personnes à la fois (Sheff, 2006). La revendication du polyamour en tant qu'identité est notamment explorée dans certaines études qui se sont penchées sur la bisexualité féminine, l'orientation sexuelle la plus représentée dans les données sur les populations polyamoureuses, avec l'hétérosexualité masculine. Selon l'étude de Sheff (2005), lorsque certaines femmes bisexuelles sont en relation monogame avec un homme ou une femme, elles se sentent soit hétérosexuelles ou lesbiennes, et sentent qu'elles perdent donc leur identité bisexuelle. Les communautés polyamoureuses sont alors perçues comme des espaces propices à l'expression de l'identité bisexuelle (Klesse, 2006 ; Robinson, 2013 ; Barker, 2010).

Pour d'autres personnes, le polyamour est davantage un style de vie qu'une identité. À la différence de nombreuses revendications LGBTQ2S+, ces personnes n'affirment pas qu'elles sont nées polyamoureuses, mais plutôt qu'elles ont fait le choix libre et éclairé de vivre ainsi (Aviram, 2008). Ce choix peut être guidé par des motivations politiques, comme celle de critiquer la monogamie, qui est considérée comme la façon normale et acceptable de vivre ses relations amoureuses dans les sociétés occidentales (Portwood-Stacer, 2010). Il s'agit alors de dénoncer la notion d'exclusivité caractéristique des relations monogames – qui rappelle celle de propriété privée dans le système capitaliste – selon laquelle le corps, l'amour et l'intimité sexuelle des individus verraient leur valeur diminuer s'ils deviennent « accessibles » à de multiples partenaires (Portwood-Stacer, 2010). De plus, la monogamie et l'hétérosexualité reproduiraient la division capitaliste du travail genré : les hommes et les femmes sont formé·e·s pour différents types de travail, et sont donc encouragé·e·s à former des duos interdépendants. L'engagement politique et social anti-capitaliste peut donc être connecté à l'engagement personnel dans une

relation polyamoureuse (Portwood-Stacer, 2010). Le polyamour apparaît ici comme une forme de critique sociale : il s'agit d'utiliser son corps comme un mode de résistance. D'autres personnes, voyant ce modèle, seront peut-être encouragées à adopter des pratiques similaires. Dans le vocabulaire militant, il s'agit de faire de la « *propaganda by the deed* » (Portwood-Stacer, 2010).

#### 4. Stigmatisation des communautés polyamoureuses

Être dans une relation polyamoureuse ou avoir un mode de vie non-monogame vient avec son lot de préjugés et de stigmatisation (Table, 2017). Se revendiquant de modes de conjugalité et de parentalité alternatifs à ceux du couple hétérosexuel et de la famille nucléaire, les parents polyamoureux sont parfois accusés de nuire à leurs enfants en leur offrant un environnement familial jugé éclaté et instable (Séguin, 2017). L'étude de Keener (2004) montre que la perte d'emploi, l'éloignement de certains membres de la famille et la perte de la garde des enfants sont des répercussions communes dans la vie des personnes qui dévoilent leur orientation relationnelle non-monogame. Par exemple, une participante a dévoilé qu'elle n'a jamais été reconnue légalement comme tutrice de l'enfant de son partenaire en raison de leur relation polyamoureuse. D'autres participantes partagent qu'elles se stigmatisent parfois elles-mêmes, puisqu'elles ont intériorisé la norme sociale selon laquelle la monogamie est préférable dans une relation amoureuse. Ceci crée chez elles une ambivalence constante entre le polyamour et l'adhésion à la culture dominante monogame (Keener, 2004).

Selon l'enquête de Table (2017), le polyamour serait davantage stigmatisé que l'infidélité, puisque la notion d'infidélité dénote une intention d'adhérer à la monogamie. Dans son étude, plusieurs participant-e-s partagent que certains membres de leur famille ou de leur cercle d'ami-e-s rejettent le concept de polyamour et avancent qu'ils et elles sont de mauvais-es partenaires centré-e-s uniquement sur leur propre satisfaction relationnelle. Selon l'étude de Duplassie et Fairbrother (2006), plus les participant-e-s ont un soutien moral de leurs proches, plus le développement et l'envie de maintenir la relation polyamoureuse étaient grands. Au

contraire, un manque de soutien social ou encore une remise en question du polyamour pouvait fragiliser les relations et rendre difficile la poursuite du polyamour (Duplassie et Fairbrother, 2006).

## **Conclusion**

À ce jour, il existe peu de recherches sur le polyamour et la plupart des études existantes semblent favorables à la monogamie (Sheff, 2005). La connotation négative que donne la littérature au polyamour enlève beaucoup de richesse aux expériences positives des personnes qui n'adhèrent pas à la monogamie, puisque les écrits sont axés presque strictement sur les désavantages et les embûches dans la vie des personnes polyamoureuses (Sheff, 2005). Le peu d'études sur le sujet s'explique notamment par la « menace » que représente la philosophie polyamoureuse pour le modèle relationnel qui domine actuellement en Amérique du Nord, une monogamie enchevêtrée dans le capitalisme et le patriarcat (Cook, 2005). C'est possiblement pour cette raison qu'il existe encore moins d'études sur la parentalité polyamoureuse, configuration qui remet en question le modèle de la famille nucléaire (Keener, 2004 ; McLuskey, 2009). La parentalité polyamoureuse apparaît, quant à nous, comme une piste de recherche pertinente pour la sociologie de la famille et du couple, dans la mesure où elle interroge les fondements-mêmes de la reproduction sociale. Séguin (2017) suggère d'ailleurs que le partage des tâches ménagères, du soutien financier et le soin d'élever les enfants pourrait être plus égalitaire au sein d'une famille polyamoureuse. Un modèle familial non-nucléaire permettrait-il alors de réassigner les tâches familiales au-delà de l'idéal mononormatif de complémentarité d'un homme et d'une femme ?

## Bibliographie

Aviram, Hadar (2008). Make Love, Now Law: Perceptions of the Marriage Equality Struggle Among Polyamorous Activists. *Journal of Bisexuality*, vol. 7, no 3-4, pp. 261-286.

Barker, Meg et Langdridge, Darren (2010). Whatever happened to non-monomagies? Critical reflections on recent research and theory. *Sexualities*, vol. 13, no 6, pp. 748-772.

Combessie, Philippe (2014). Amours plurielles et communication. Dettes, contre-dettes et jalousie constructive. *Hermès, La Revue*, vol. 69, no 2, 52-58.

Conley, Terry D. et Moors, Amy C. (2014). More Oxygen Please! : How Polyamorous Relationship Strategies Might Oxygenate Marriage. *Psychological Inquiry*, vol. 25, no 1, pp. 56-63.

Cook, Elaine (2005). *Commitment in polyamorous relationships* (Thèse de doctorat, Université Regis). Repéré à <http://aphroweb.net/papers/thesis/index.htm>.

Duplassie, Danielle et Fairbrother, Nichole (2016). Critical incidents that help and hinder the development and maintenance of polyamorous relationships. *Sexual and Relationship Therapy*, vol. 33, no 4, pp. 421-439.

Goyer, Marie-France (2016). *S'accorder en genre et en nombre : exploration des ententes relatives à l'exclusivité sexuelle et émotionnelle et contexte d'émergence de leur diversification au sein des relations conjugales* (Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal). Repéré à <http://archipel.uqam.ca/id/eprint/8676>.

Keener, Matt C. (2004). *A phenomenology of polyamorous persons* (Thèse de doctorat, University of Utah). Repéré à <http://user.xmission.com/~mkeener/thesis.pdf>.

Klesse, C. (2006). Polyamory and its "others": Contesting the terms of non-monomagamy. *Sexualities*, vol. 9, no 5, pp. 565-583.

Matsick, Jes L., Conley, Terry D., Ziegler, Ali, Moors, Amy C. et Rubin, Jennifer D. (2014). Love and sex: polyamorous relationships are perceived more favourably than swinging and open relationships. *Psychology and Sexuality*, vol. 5, no 4, pp. 339-348.



McLuskey, Krista (2009). *Polyamory: Constructing relationships outside of monogamy* (Thèse de doctorat, University of Victoria). Repéré à <http://hdl.handle.net/1828/2005>.

Mitchell, Melissa E., Bartholomew, Kim et Cobb, Rebecca J. (2014). Need fulfillment in polyamorous relationships. *The Journal of Sex Research*, vol. 51, no 3, pp. 329-339.

Portwood-Stacer, Laura (2010). Constructing anarchist sexuality: Queer identity, culture, and politics in the anarchist movement, *Sexualities*, vol. 13, no 4, pp. 479-493.

Ritchie, Ani et Barker, Meg (2006). There Aren't Words for What We Do or How We Feel So We Have To Make Them Up': Constructing Polyamorous Languages in a Culture of Compulsory Monogamy. *Sexualities*, vol. 9, no 5, pp. 584-601.

Robinson, Margaret (2013). Polyamory and monogamy as strategic identities. *Journal of Bisexuality*, vol. 13, no 1, pp. 21-38.

Séguin, Léa J. (2017). The good, the bad, and the ugly: Lay attitudes and perceptions of polyamory. *Sexualities*, vol. 22, no 2, pp. 1-22.

Sheff, Elisabeth (2005). Polyamorous women, sexual subjectivity and power. *Journal of Contemporary Ethnography*, vol. 34, no 3, pp. 251-283.

Sheff, Elisabeth (2006). Poly-hegemonic masculinities. *Sexualities*, vol. 9, no 5, pp. 621-642.

Table, Billy, Sandoval, Jennifer A. et Weger, Harry (2017). Transitions in polyamorous identity and intercultural communication: An application of identity management theory. *Journal of Bisexuality*, vol. 17, no 3, pp. 277-299.

Wosick-Correa, Kassia (2010). Agreements, rules and agentic fidelity in polyamorous relationships. *Psychology & Sexuality*, vol. 1, no1, pp. 44-61.