PRÁTICAS TERAPÊUTICAS NA TERAPIA DE CASAL

Autor(res)

Angelita Devequi Rodrigues Traldi
Júlia Geovana Kulexar
Priscila Neves Morais Turra
Eliel Bernardo Dos Santos
Ariane Caetano De Souza
Samara Abdul Baki

Categoria do Trabalho

1

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE SÃO PAULO - OSASCO

Resumo

A terapia de casal trata-se de uma modalidade clínica de atendimento cujo objetivo é promover melhor qualidade de vida para os membros do casal e consequentemente na dinâmica conjugal. Além de lidar com desafios na comunicação, problemas sexuais e desalinhamentos de expectativas, a terapia oferece um espaço seguro para que os parceiros expressem suas preocupações e medos, explorando padrões de interação e encontrando soluções construtivas. Diferentes abordagens, como terapia baseada em emoções e técnicas de comunicação, são utilizadas para atender às necessidades específicas de cada casal. A terapia de casal não se limita a casais em crise, mas também pode ser uma medida preventiva para aprimorar o relacionamento. Com a orientação de um terapeuta, os parceiros desenvolvem habilidades de comunicação, aprofundam a intimidade e encontram um caminho para um relacionamento saudável. O terapeuta desempenha um papel fundamental como facilitador, auxiliando o casal a explorar emoções e dinâmicas, além de fornecer habilidades práticas para enfrentar desafios futuros. Dentre as práticas terapêuticas utilizadas na terapia de casal, destacam-se: terapia baseada em emoções, técnicas de comunicação, resolução de conflitos, exploração de papéis e expectativas, terapia sexual e estabelecimento de metas e planejamento futuro. Essas práticas visam promover o entendimento, a harmonia e a satisfação dentro do relacionamento, auxiliando os casais a construírem um futuro conjunto mais saudável e feliz.