

## PRÁTICAS TERAPÊUTICAS NA TERAPIA DE CASAL

### Autor(res)

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

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### 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 conseqüentemente 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 construir um futuro conjunto mais saudável e feliz.