



Terapia individual, de casal ou família?

Psic. Fabiane Costa Moraes (CRP 08/17143)

Editoria
Carina Costelini Isper
contato@institutoinnove.com.br

FABIANE É PSICÓLOGA GRADUADA PELA UEL (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA). É MESTRANDA EM ANÁLISE DO COMPORTAMENTO PELA UEL E ESPECIALISTA EM TERAPIA DE CASAL E FAMÍLIA PELA FTSA COM CERTIFICAÇÃO DA ABRATEF.

Diante de tantas mudanças que vêm ocorrendo no cenário familiar e conjugal nos últimos tempos, considerando aspectos tecnológicos, sociais e as diferenças cada vez mais abismais entre as gerações quanto a valores, visão de mundo e comportamentos, é imprescindível que os terapeutas busquem acompanhar tais mudanças, recorrendo a formações específicas que auxiliem no olhar e na intervenção de casos que envolvam duas ou mais pessoas que procuram terapia.

Ao discutirmos a questão da especificidade da intervenção terapêutica – se individual, familiar ou de casal – não podemos discernir qual caminho tomar, sem antes entender a especificidade da demanda daqueles que procuram terapia. Essa demanda é constituída de elementos entre os quais figuram o conteúdo de sofrimento, as queixas principais e os participantes do contexto da queixa. No encaminhamento para terapia de casal, por exemplo, constata-se um sofrimento referido especificamente à relação conjugal e uma queixa centrada nos problemas do casal.

Na intervenção de terapia de família, temos que o foco do tratamento são as relações familiares e não apenas um indivíduo. É um tipo de terapia que ajuda as pessoas a identificarem os reais problemas de comunicação ou de comportamento nas relações entre os participantes, compreenderem e melhorarem a forma de cada membro da família interagir uns

A TERAPIA DE FAMÍLIA PODE AJUDAR AS PESSOAS A SE COMUNICAREM MELHOR E APRENDEREM A SE RELACIONAR DE UMA FORMA MAIS SAUDÁVEL, DESENVOLVENDO EMPATIA E RESPEITO AOS VALORES E VISÕES DE MUNDO QUE CADA MEMBRO APRESENTA.

com os outros e resolverem os conflitos existentes. Algumas sessões podem envolver a família toda ou vários membros, todos juntos com o terapeuta, mas também pode haver sessões individuais com um ou outro membro. Além disso, pode haver um foco no atendimento de um dos integrantes da família, somado a atendimentos regulares com toda a família ou com um membro específico.

A terapia de família pode ajudar as pessoas a se comunicarem melhor quanto às diferenças e a aprenderem a se relacionar de

uma forma mais saudável, desenvolvendo empatia e respeito aos valores e visões de mundo que cada membro apresenta. Em alguns momentos, as famílias podem sentir a necessidade de uma ajuda especializada, quando existe um conflito de gerações, valores, ou quando percebem que seus recursos usuais não estão mais funcionando no contexto atual.

A terapia, desse modo, pode ser pensada como um meio para atingir novos patamares de compreensão e novas formas de interagir com o outro, e estes trazem, invariavelmente, modificações na qualidade das relações.

E, se considerarmos que alguns comportamentos de cada indivíduo são mantidos e reforçados pelo grupo (familiar e social), e se este grupo está empenhado na modificação dos comportamentos conflituosos e no desenvolvimento de formas adequadas de comunicação, então, haverá uma maior possibilidade de que as pequenas mudanças de cada indivíduo envolvido nessa trama terapêutica promovam mudanças mais expressivas no grupo como um todo, em comparação às tentativas individuais isoladas.

