

# GRUPOS DE REFLEXÃO COM CASAIS E SEUS EFEITOS NA CONVIVÊNCIA CONJUGAL

COUPLE REFLECTION GROUPS AND THEIR EFFECTS ON MARITAL RELATIONSHIP

Patricia Cristina Novaki Aoyama<sup>1</sup>

Alice Maria Giacomeli<sup>2</sup>

Any Louize Aires<sup>3</sup>

Carolina Silva Wendland<sup>4</sup>

Solange Aparecida SESCO<sup>5</sup>

AOYAMA, P. C. N.; GIACOMELI, A. M.; AIRES, A. L.; WENDLAND, C. S.; SESCO, S. A. Grupos de reflexão com casais e seus efeitos na convivência conjugal. **Akrópolis**, Umuarama, v. 28, n. 2, p. 127-134, jul./dez. 2020.

DOI: 10.25110/akropolis.v28i2.6812

**RESUMO:** Este trabalho teve por objetivo descrever os efeitos que a vivência em um grupo de reflexão com casais pode produzir. Sabe-se que com a chegada das novas tecnologias muitos casais têm apresentado dificuldades no manejo da vida conjugal, pois essas apesar de permitirem aproximações também geram afastamento. Desta forma, foi proposto um grupo de reflexão com casais para a discussão de temáticas que envolviam a convivência conjugal. Para avaliação dessa prática aplicou-se o inventário de habilidades sociais conjugais (IHSC VILLA; DEL-PRETTE) antes do início do grupo e após seu término, identificando os efeitos que o grupo produziu no repertório comportamental dos casais. Observou-se a partir dessa avaliação que a reflexão sobre o distanciamento, a importância do autoconhecimento, o treino da comunicação e o desenvolvimento da empatia funcionaram como variáveis que afetaram as interações afetivas, levando cada casal a investigar como estava caminhando sua relação, para conexão ou desconexão. E, dessa forma, fazer mudanças para a melhoria da relação conjugal. Acredita-se que promover espaços de reflexão com casais pode favorecer a qualidade da vida conjugal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Grupo de reflexão; Convivência conjugal; Casais.

**ABSTRACT:** This project aimed at describing the effects a Reflection Group with couples may cause. It is known that with the coming of new technologies, many couples have presented difficulties in handling marital relationships. Hence, a Reflection Group with couples has been proposed to discuss marital relationship topics. In order to evaluate it, the Marital Social Skills Inventory (IHSC VILLA; DEL-PRETTE) has been applied before and after the group experience, identifying the effects caused on the marital behavior repertoire. It has been observed that through such evaluation, the reflection regarding estrangement, the importance of self-awareness, communication training and the development of empathy had been used as variables that affected the affective interactions, taking each couple to investigate where their relationships were going to, if towards connection or disconnection, and thus, they could make changes to improve their marital relationships. It is believed that promoting Reflections groups with couples may favor the quality of marital life.

**KEYWORDS:** Reflection group; Marital relationship; Couples.

<sup>1</sup>Docente de graduação e pós-graduação. Mestre e especialista em psicologia clínica comportamental, além de psicóloga clínica. Estou vinculada ao curso de Psicologia da Unipar, campus Cascavel. pnovaki@unipar.br

<sup>2</sup>UNIPAR. alicegiacomelli@hotmail.com

<sup>3</sup>UNIPAR. anyairess@gmail.com

<sup>4</sup>UNIPAR. carolina\_wendland@hotmail.com

<sup>5</sup>UNIPAR. solange\_sesco@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

As diversas formas de interação decorrentes do avanço da tecnologia tem facilitado a convivência entre as pessoas, chegando inclusive a fazer parte da comunicação diária entre casais. Contudo, essas formas tecnológicas não substituem o contato da convivência, que por vezes, apresenta-se com *déficits* nas relações conjugais. Isso se deve em parte, as mudanças na forma de se comunicar e de se relacionar na sociedade. Esse artigo busca apresentar reflexões sobre essas alterações e como auxiliar os casais a pensarem e viverem de forma mais satisfatória em suas relações.

Antigamente, o casamento era sinônimo da junção de um homem trabalhador com a esposa dona do lar, em que a mulher fazia os afazeres da casa e cuidava dos filhos, enquanto o homem ia trabalhar fora para buscar o sustento da família. Com o passar dos anos, esse modelo de família foi se modificando, chegando ao modelo atual, em que os parceiros trabalham, gerando assim algumas consequências que antes não eram visíveis, atingindo a boa convivência conjugal, que seria a relação entre o casal e a vivência entre ambos (NASCIMENTO, 2012).

Para Gonçalves (2006, s.p), “os ideais contemporâneos de relação conjugal enfatizam mais a autonomia e a satisfação de cada cônjuge do que os laços de dependência entre eles, por isso a dificuldade de manutenção dos vínculos conjugais”. Dessa forma, muitas relações são vivenciadas por um intenso individualismo, o que provoca instabilidade nos relacionamentos íntimos e leva a constantes reformulações nas relações conjugais. Contudo, Elias e Britto (2007) afirmam que existem nos repertórios comportamentais de cada indivíduo habilidades e características determinantes para a manutenção de um convívio harmonioso e principalmente prazeroso, e que para alguns casais há a valorização dos laços emocionais e sentimentais, as trocas íntimas entre os indivíduos e a comunicação com o outro (LIVOPETSKY, 2006/2007).

Uma boa convivência se dá por meio da comunicação e diálogo que existe entre os cônjuges, para que assim, a relação se torne harmônica. Porém, para que exista um bom diálogo, é necessário que o casal encontre tempo para se relacionar diante de tantas

distrações que existem no mundo moderno (NASCIMENTO, 2012).

A comunicação implica em relações intencionais direcionadas a algo ou a alguém. É por meio da comunicação que se conhece o outro e a si mesmo. Clareza e objetividade são traços essenciais para uma boa comunicação: permite que o outro compreenda o que está sendo dito e viabiliza uma resposta adequada ao que foi comunicado. Por outro lado, quando isso não ocorre, a tendência é que hajam distorções e incompreensões (FIGUEREDO, 2005).

Alguns exemplos de ineficiências típicas da comunicação conjugal que afetam a harmonia do casal incluem: discutir um assunto e desviar para outro, adivinhar a intenção da declaração do parceiro, por achar que o conhece muito bem; embutir uma queixa em cada resposta dada ao parceiro e reproduzir a mesma discussão, repetidamente, sem progresso ou solução (CAREY; WINCZE; MEISLER, 1999 *apud* SILVA; VANDENBERGHE, 2009).

Observa-se assim que as dificuldades decorrentes em uma relação, na maioria das vezes são provocadas pelo *déficits* da comunicação, ao passo que casais que não mantêm uma boa comunicação, geralmente, costumam ser pessoas inassertivas, ou seja, não escutam com atenção e respeito quando o seu cônjuge necessita falar, e nem mesmo sabem o que querem de si e do outro. Em um relacionamento, é necessário que haja amizade, respeito e admiração, e para que isso se torne possível, é preciso ter habilidades para se expressar o que quer, buscando não ferir os sentimentos do outro; isso só ocorre com uma comunicação adequada entrelaçada com assertividade (OTERO; GUERRELHAS, 2007).

Entre seres humanos sempre existirá o conflito, que significa a escolha de algo e renúncia de todas as outras opções disponíveis. Nos relacionamentos amorosos essa situação também ocorre quando o cônjuge precisa escolher entre falar algo que possa ferir o outro, ou então guardar seus sentimentos para si com o intuito de não machucar seu parceiro (DELITTI; SZTAMFATER, 2007).

Para que se torne mais fácil a expressão de sentimentos, é necessário que o indivíduo tenha conhecimento sobre a outra pessoa, de forma que saiba qual é a melhor maneira de comunicar algo. Em seguida, deve-se refletir se o conteúdo que será abordado é agradável ou não

para o outro, e se caso não for, questionar-se se é realmente necessário que este venha à tona, levando em consideração se é algo coerente para se transmitir para o parceiro, ou se é um conteúdo dito apenas com o intuito de magoar e agredir o outro. Depois, deve-se pensar em qual é a melhor maneira para expressar o que deseja. E, por fim, levar em consideração as consequências a curto e longo prazo que essas palavras trarão para a sua vida e de seu parceiro (DELITTI; SZTAMFATER, 2007).

Muitos de nossos comportamentos e as razões de sua ocorrência não são conscientes. Nem sempre as pessoas percebem as condições que antecedem seus comportamentos ou as consequências que causam no ambiente (SKINNER, 1982). Skinner (1993) coloca que o autoconhecimento só é possível em interações. Quanto mais soubermos sobre o comportamento do outro, melhor compreenderemos a nós mesmos (SKINNER, 1982).

Portanto, buscar conhecer-se e ficar atento as ações do parceiro, para também o conhecer torna-se uma habilidade importante para a convivência do casal. O desenvolvimento dessa percepção permitirá a prática da empatia, que é essencial para interações humanas saudáveis.

Assim, a empatia entre casais favorece o olhar diferenciado para o outro, e por consequência, uma relação de maior compreensão. Desse modo, o casal começará a prestar mais a atenção um ao outro, portanto, passarão a entender do que o outro gosta, e o que é importante para o cônjuge. Satisfazendo desta forma, as necessidades e desejos de seu cônjuge, tornando a relação melhor (CHAPMAN, 2013).

A empatia é uma das principais habilidades sociais que um indivíduo estabelece em uma relação interpessoal. Significa colocar-se no lugar do outro, prestar a atenção no próximo, e ouvi-lo de forma atenta e acolhedora. Esse comportamento é necessário para se estabelecer um bom relacionamento entre indivíduos, pois é por meio da empatia que se desenvolve uma relação de qualidade entre duas ou mais pessoas. Uma pessoa empática instaura em suas relações afetos e simpatias, e a partir disso, é capaz de compreender o outro, sem criar julgamentos a respeito dele (VETTORAZZI, 2005).

Uma relação amorosa é feita de

trocas de carinhos, afetos e momentos prazerosos, considerados reforçadores em um relacionamento. Quando a figura do parceiro ou da parceira é ameaçado ou, supostamente algo indica a perda desse objeto, o que se percebe é a expressão de ciúme (CANEZIN; ALMEIDA, 2015).

Segundo Souza (2009) citado por Canezin e Almeida (2015), ao experienciar o ciúme o (a) parceiro (a) pode ter comportamentos que vão desde alterações fisiológicas até comportamentos agressivos, pensamentos e sentimentos relacionados com o medo da perda e a insegurança, como uma reação à possível perda do objeto reforçador. Com isso, a pessoa enciumada ao emitir comportamentos que sinalizem seu estado, geralmente é 'recompensado'. Esse pode ser entendido, assim, como um estado emocional que é vivenciado pelo indivíduo no momento em que ele se sente ameaçado por um rival, real ou imaginário (DALY; WILSON; WEGHORST, 1982). Sendo real ou imaginário, o ciúme tende a produzir um desgaste na relação, afetando diretamente a convivência conjugal.

Da mesma forma que o ciúmes afeta o relacionamento conjugal, a sexualidade vivida, ou não, pelos cônjuges interfere na qualidade deste relacionamento. A sexualidade pode ser vista enquanto identidade, quando é explicitada pela forma como o indivíduo estabelece a relação consigo mesmo e com o mundo (MORAES *et al.*, 2011).

Como parte do desenvolvimento e das necessidades básicas humanas, o sexo satisfaz assim como o contato, a intimidade, as expressões emocionais de amor, carinho e prazer (SECRETARIA DE SAÚDE, 2002). Moraes *et al.* (2011) afirmam que do amor, também vivenciado na sexualidade, é que emerge a cumplicidade entre os casais, o respeito e doação entre os parceiros, e isso fortalece a relação.

Conforme expõe Araújo (2002), ao longo da história, a atividade sexual foi objeto de preocupação moral e, por isso, submetida a dispositivos de controle de práticas e comportamentos sexuais. Esses dispositivos, construídos com base nos valores e ideologias predominantes na sociedade, assumem formas diferentes à medida que a sociedade muda. Antes, reprimida na sociedade, hoje, a sexualidade é suscitada e institui-se como um dispositivo de poder. Assim, no casamento da

atualidade, com a reivindicação da igualdade entre os cônjuges, a intimidade deve basear-se em valores como amizade e companheirismo.

Muitas vezes, sexo e sexualidade são compreendidos pelas pessoas como sinônimos. O que se observa, porém, é que apesar de relacionarem, a sexualidade está mais intimamente ligada com expressões de afeto e carinho. No mesmo contexto, as carícias e o toque são fundamentais no exercício da sexualidade. Assim, nota-se que a representação da sexualidade ultrapassa o biológico e afasta a ideia do ato sexual, coito, enquanto experiência primeira e única da sexualidade (CRISÓSTOMO QUEIROZ *et al.*, 2015).

Considerando a interação constante entre os parceiros na vivência do relacionamento, observa-se que constituem uma dinâmica grupal, em que um afeta e é afetado pelo outro continuamente. Assim, o casal pode ser compreendido como um grupo que possui o mesmo objetivo diante de uma tarefa: viver bem a vida conjugal. Dessa forma, a individualidade de cada parceiro é substituída pela conjugalidade do casal, que precisará ser cuidada por ambos (FERES CARNEIRO, 1998). É a construção de uma identidade nova, com características comuns entre os indivíduos (ZIMERMAN, 2000; BARROS E COELHO, 2011).

Quando se trabalha com casais há algumas formas de intervenção, sendo a terapia de casal a mais conhecida. Há ainda o trabalho com grupos como uma possibilidade que apresenta resultados eficazes. Dentre este ramo, existem os grupos operativos de reflexão, que apesar de estarem voltados mais para o contexto educacional e institucional (ZIMERMAN, 1997), podem ser desenvolvidos também com casais.

Segundo Zimerman (1997), os grupos operativos de reflexão possuem o objetivo de acabar com a tensão existente no ambiente, com o intuito de refletir a respeito de um determinado assunto, e após demonstrarem bons resultados, podem ter efeitos terapêuticos. Nesse grupo as intervenções são aplicadas para o grupo todo, e não individualmente.

O grupo de reflexão não tem um propósito terapêutico, pois sua finalidade é operativa. A partir disso, seu maior objetivo, é de que o conhecimento seja compartilhado entre os integrantes do grupo. Esse grupo se mostra como um espaço catalisador, em que os integrantes pensam em mudanças, refletem e

reveem o processo trabalhado (FERNANDES, 2000).

A tarefa proposta para quem coordena o grupo de reflexão é de auxiliar, intervir e esclarecer assuntos que estejam presentes no grupo, bem como auxiliar no processo de autonomia dos integrantes, para que desta maneira, tenham mais conhecimento sobre si e reflitam sobre o grupo em geral (FERNANDES, 2000).

Para um grupo funcionar corretamente o profissional psicólogo deve sempre levar em consideração a subjetividade de cada indivíduo que está inserido no grupo, fazendo com que as regras propostas sejam cumpridas, auxiliando na mediação de conflitos e promovendo um ambiente reforçador para que o indivíduo seja capaz de construir autonomia e engajamento no processo, ou seja, o psicólogo servirá como facilitador do processo, fazendo com que o grupo seja capaz de chegar ao seu objetivo final (MOLITERNO, *et al.*, 2012).

A ideia de facilitador do grupo não é somente conduzir o grupo individualmente, mas também fazer com que todos os membros sejam participantes ativos do processo, todos auxiliando na condução do grupo, criando ideias e projetos, fazendo com que o grupo se torne unido e coeso. O psicólogo será o iniciador, mas os membros são fundamentais para que o processo terapêutico e as mudanças necessárias aconteçam (MOLITERNO, *et al.*, 2012).

O psicólogo precisará seguir uma abordagem, para que esta prática se torne mais eficaz e fundamentada. A partir disso, uma das abordagens que podem ser utilizadas é a analítico-comportamental, que no contexto de grupo considera que o ambiente em que os indivíduos estão expostos tem extrema importância na modelagem e manutenção dos padrões de comportamento (DELITTI; DERDYK, 2012). A modelagem é uma técnica utilizada, em que se criam novos comportamentos em um indivíduo através do seguimento de passo a passo, em que ele adquire um novo comportamento por meio de um reforço diferencial de aproximações sucessivas do comportamento-alvo (MOREIRA; MEDEIROS, 2007).

Partindo dessa abordagem, Delitti e Derdyk (2012) destacam que o grupo torna-se importante, pois os participantes adquirem modelos de novos comportamentos por meio dos próprios integrantes do grupo. A partir das

experiências reveladas durante os encontros, é possível identificar quais comportamentos foram utilizados por outras pessoas, que fizeram com que estas obtivessem recompensas satisfatórias. Nesse caso, é abordada a modelação, que é uma técnica da análise do comportamento, em que os indivíduos aprendem novos comportamentos mediante a observação.

## 2 OBJETIVOS

Esse artigo tem por objetivo descrever os efeitos sobre a convivência conjugal a partir de grupos de reflexão com casais, avaliando as habilidades conjugais proposta pela IHSC – Inventário de Habilidades Sociais Conjugais (VILLA; DEL PRETTE, 2012), pré e pós-grupo.

## 3 METODOLOGIA

Participaram do grupo dois casais, com idades que variavam de 23 a 45 anos, e com tempo de relacionamento acima de seis anos. Para melhor identificação dos casais, estes serão denominados C1 e C2.

Os grupos ocorreram durante cinco sábados consecutivos iniciando no mês de agosto e se findando no mês de setembro. Os encontros duravam em média uma hora e se iniciavam as 20 horas e 30 minutos sendo realizados no auditório da Igreja Matriz em Ubiratã, Paraná.

A divulgação do grupo de reflexão foi realizada por meio de redes sociais, aceitando todos casais e não se exigia critérios para a participação. Durante os grupos foram debatidos as temáticas de autoconhecimento, empatia, comunicação, ciúmes, afetividade e sexualidade.

Para o desenvolvimento desses encontros foram usados os seguintes materiais: slides educativos, dinâmicas de interação e inventário psicológico IHSC – Inventário de Habilidades Sociais Conjugais, desenvolvido por Villa e Del-Prette, 2012.

O IHSC-Villa e Del-Prette (2012) foi aplicado em dois casais que se dispuseram a respondê-lo antes de iniciar o segundo encontro e voltou a ser preenchido após o término do último dia de grupo. O teste foi um instrumento importante para a avaliação, pois auxiliou a medir os efeitos do grupo de reflexão para a convivência conjugal. Os inventários permitem avaliar muitas pessoas em um tempo curto e

explora diversos comportamentos que muitas vezes são de difícil visualização pública (VILLA; DEL-PRETTE, 2012, p. 21).

O instrumento utilizado possibilita a visualização de cinco escores através da análise fatorial: Expressividade/ Empatia, Autoafirmação assertiva, Autocontrole reativo, Autocontrole proativo e Conversação assertiva. O IHSC-Villa e Del-Prette faz uma avaliação das classes e subclasses de habilidades do repertório dos respondentes voltadas especificamente para atender o ambiente conjugal (VILLA; DEL-PRETTE, 2012, p. 21).

Destaca-se que para realização este trabalho foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética da Plataforma Brasil, sob o CAAE: 57832416.6.0000.0109 e faz parte do projeto de Pesquisa de Iniciação Científica (PIC) da Universidade Paranaense/UNIPAR.

## 4 RESULTADO E DISCUSSÃO

O resultado desta pesquisa possibilitou verificar os efeitos que o trabalho com grupos de reflexão podem produzir na convivência conjugal. Para tanto, foram coletados dados verbais durante a realização dos grupos, bem como analisados os escores do IHSC antes e após os grupos.

Observou-se no relato do casal C1 sobre a importância da empatia para o relacionamento e a valorização da comunicação entre eles. Já para o casal C2, o autoconhecimento mostrou-se mais marcante. Nos encontros houve frequentemente falas dos casais sobre como tinham lembrado, durante a semana, dos assuntos trabalhados nos encontros anteriores. Demonstrando assim, uma vinculação com o grupo e as reflexões produzidas.

Analisando os escores do IHSC, nota-se diferença nos resultados antes e após o grupo para ambos casais. O casal C1 apresentou-se na avaliação pré-grupo com déficits nos repertórios de autoafirmação assertiva, expressividade e empatia, e na conversação assertiva. Neste aspecto, observa-se que esse casal apresentava dificuldades para expressar preferências, sentimentos e até mesmo opiniões que fossem desagradáveis ou não ao seu cônjuge, bem como fazer pedidos de maneira assertiva ao cônjuge.

O casal C2, por sua vez, apresentou déficits na expressividade e empatia, na

autoafirmação assertiva e no autocontrole proativo, na avaliação pré-grupo. Isso significa que as interações deste casal apresentavam dificuldades referentes à expressão de afetos agradáveis ou conflituosos para o parceiro, além de não conseguirem identificar as emoções no parceiro e responder de maneira assertiva para tal situação.

Assim, para ambos os casais hipotetiza-se que essas problemáticas identificadas na avaliação pré foram o que culminaram na busca pelo grupo, uma vez que esses dificultam a convivência familiar. Não conseguir se colocar no lugar do outro, e sentir com ele, gera incompreensões nas relações e uma busca por defender sua verdade como sendo a única. Essas falhas tendem a produzir o afastamento e o desgaste na relação conjugal.

Após as reflexões produzidas no grupo, observou-se que o casal C1 apresentou, de maneira geral, melhoras em todos os escores das habilidades sociais conjugais, quando comparada a avaliação anterior (pré). Por exemplo, o escore total do casal saltou do percentil 11 para 32, sendo os repertórios de expressividade e empatia e autoafirmação assertiva melhorados na percepção da esposa, e os repertórios de autocontrole reativo, autocontrole proativo e conversação assertiva aumentado seu percentil na percepção do esposo. Assim, é possível atribuir que, em parte, essa mudança pode ter sido decorrente das reflexões e vivências oriundas do grupo, já que o contexto do grupo possibilitou reflexões direcionadas ao desenvolvimento desses repertórios de interação conjugal. Ou seja, para esse casal houve uma melhora no desenvolvimento da capacidade de se colocar no lugar do outro, identificar suas emoções e responder a elas de maneira apropriada.

Da mesma forma para o casal C2, houve melhora nos escores totais do casal de 8 para 10 percentil. Apesar de não ser uma diferença como do casal C1, observa-se que individualmente houve melhoras para cada um dos cônjuges. Na avaliação inicial o esposo apresentou grande déficit nos repertórios de autocontrole proativo e conversação assertiva, o que indicava dificuldades em identificar as emoções da parceira e responder de maneira assertiva, não conseguindo também apontar suas opiniões e sentimentos. Sendo que após as reflexões esses repertórios apresentaram aumento,

favorecendo as interações assertivas com a esposa. Esta por sua vez, também apresentou melhoras nos escores de expressividade e empatia, autocontrole reativo e autocontrole proativo. Isto é, a esposa conseguiu apresentar comportamentos assertivos quanto a reações de críticas ou estressantes vindas do parceiro, bem como aprender a identificar as emoções dele e responder de forma mais assertiva nessas situações.

De forma geral, observou-se que as reflexões produzidas pelo grupo promoveram uma maior discriminação por parte de cada cônjuge no que diz respeito a sua interação com o parceiro. Tanto pelos relatos apresentados pelos casais como pelos escores identificados no IHSC houve uma diferença na forma de interação entre os cônjuges após a participação nos grupos de reflexão.

## 5 CONCLUSÃO

Sabe-se que parar para prestar atenção em si e no outro não tem sido uma atividade muito privilegiada na sociedade atual. Dessa forma, promover encontros que busquem desenvolver tal habilidade tem sido muito proveitoso para melhora da qualidade de vida das pessoas.

Pensando na convivência conjugal, essa habilidade de prestar atenção em si, ver e ouvir assertivamente o outro e, portanto, conectar-se a ele, tem se apresentado como uma qualidade importante nos relacionamentos. A reflexão sobre o distanciamento que a sociedade contemporânea impõe e a avaliação do resgate da conexão para as interações afetivas foram variáveis que o grupo de reflexão promoveu, levando cada casal a investigar como estava caminhando sua relação, para conexão ou desconexão.

O desenvolvimento de novos repertórios pelos casais foi gradual. Assim, tais repertórios que favoreçam a convivência conjugal, precisam ser aprimorados e fortalecidos constantemente, desta forma acredita-se que novos grupos de reflexão devem ser propostos, inclusive com uma metodologia voltada ao desenvolvimento específico dos escores propostos no IHSC. Sugere-se inclusive que mais pesquisas possam ser desenvolvidas e com um número maior de participantes.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, M. F. Amor, casamento e sexualidade: velhas e novas configurações. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 22(2), 70-77, 2002. <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932002000200009>
- CANEZIN, P. F. M.; ALMEIDA, T. O ciúme e as redes sociais: uma revisão sistemática. **Pensando famílias**, 19(1), p. 142-155, 2015. Recuperado em 09 de outubro de 2017, de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2015000100012&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2015000100012&lng=pt&tlng=pt).
- CHAPMAN, G. **As cinco linguagens do amor: como expressar um compromisso de amor a seu cônjuge**. São Paulo: Mundo Cristão, 2013.
- BARROS, M. F. F.; COELHO, C. C. B. **Psicoterapia comportamental em grupo**, 2011. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/>. Acesso em: 13 de jun. 2017.
- CRISÓSTOMO QUEIROZ, M. *et al.* Representações sociais da sexualidade entre idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 68(4), 662-667, 2015.
- DALY, M.; WILSON, M. I.; WEGHORST, S. J. Male sexual jealousy. **Ethology & Sociobiology**, 3(1), 1982, 11-27, 1982. Doi: 10.1016/0162-3095(82)90027-9
- DELITTI, M.; DERDYK, P. O trabalho da análise do comportamento com grupos: possibilidades de aplicação a casais e famílias. *In*: BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. & Colaboradores. **Clínica analítico-comportamental: aspectos teóricos e práticos**. Porto Alegre: Artmed, 2012.
- DELITTI, M.; SZTAMFATER, S. Respeito é bom e eu gosto: devo falar ou é melhor me calar?. *In*: CONTE, F. C. S.; BRANDÃO, M. Z. S. **Falo ou não falo? Expressando sentimentos e comunicando ideias**. Londrina: Mecenas, 2007.
- ELIAS, P. V. O.; BRITTO, I. A. G. S. A função da assertividade no relacionamento afetivo. **Sobre Comportamento e Cognição: temas aplicados**. vol. 19, (p. 23-36). Santo André: ESETEC., 2007. Disponível em: [http://www.pospsicopatologia.com.br/paula/Paula\\_A\\_funcao\\_da\\_assertividade\\_no\\_relacionamento\\_afetivo.pdf](http://www.pospsicopatologia.com.br/paula/Paula_A_funcao_da_assertividade_no_relacionamento_afetivo.pdf). Acesso em: 09 ago. 2017.
- FÉRES-CARNEIRO, T. Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. **Psicologia: reflexão e crítica**. v. 11, n. 2, 1998.
- FERNANDES, B. S. Como trabalho com grupo de reflexão. **Rev. SPAGESP**, v. 1, n. 1, Ribeirão Preto, 2000.
- FIGUEREDO, P. V. A Influência do Locus de Controle Conjugal, das Habilidades Sociais Conjugais e da Comunicação Conjugal na Satisfação com o Casamento. **Ciências e Cognição**, 6, pp. 123-132, 2005.
- GONÇALVES, M. M. O. **Análise das contingências que atuam na manutenção de vínculos conjugais contemporâneos**. 42 f. Monografia (Graduação em Psicologia). Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília. Brasília. 2006. Disponível em: Acesso 15 ago. 2017.
- LIPOVETSKY, G. **A felicidade paradoxal: ensaios sobre a sociedade de hiperconsumo** (M. L. Machado, Trad.). São Paulo: Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 2006), 2007.
- MOLITERNO, I. M. *et al.* **A atuação do psicólogo em grupos terapêuticos**. Novembro de 2012.
- MORAES, K. M. *et al.* Companheirismo e sexualidade de casais na melhor idade: cuidando do casal idoso. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 14(4), 787-798, 2011.
- MOREIRA, M.B.; MEDEIROS, C. A. **Princípios básicos de análise do comportamento**. Porto Alegre: Artmed, 2007.
- NASCIMENTO, W. **Casamento: compromisso á longo prazo**. Passo Fundo: Projeto Passo Fundo, 2012.
- OTERO, V. R. L.; GUERRELHAS, F. Saber falar e saber ouvir: a comunicação entre casais. *In*: CONTE, F. C. S.; BRANDÃO, M. Z. S. **Falo**

**ou não falo? Expressando sentimentos e comunicando ideias.** Londrina: Mecenaz, 2007.

SECRETARIA DE SAÚDE (Brasil). **Saúde Reprodutiva e sexual: um manual para a atenção primária e secundária (nível ambulatorial).** 2.ed. Fortaleza: SESA, 2002.

SILVA, L. P.; VANDENBERGHE, L.  
Comunicação versus resolução de problemas numa sessão única de terapia comportamental de casal. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, 11(1), 43-60, 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-55452009000100005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452009000100005&lng=pt&tlng=pt). Acesso em: 09 out. 2017.

SKINNER, B. F. **Sobre o behaviorismo.** São Paulo: Cultrix, 1982

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano.** São Paulo: Martins Fontes, 1993.

VETTORAZZI, A. *et al.* **Avaliação de um programa para ensinar comportamento empático para crianças em contexto clínico.** 2005. Disponível em: <http://file:///C:/Users/TEMP.AC-CAS.018/Downloads/4780-10774-1-PB.pdf>. Acesso em: 17 out. 2017.

VILLA, M. B.; DEL PRETTE, Z. A. P. **Inventário de Habilidades Sociais Conjugais (IHSC):** manual de aplicação, apuração e interpretação. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2012.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos Básicos das Grupoterapias.** Porto Alegre: Artmed, 2000.

ZIMERMAN, D. E.; OSORIO, L. C. **Como trabalhamos com grupos.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

#### **GRUPOS DE REFLEXIÓN CON PAREJAS Y SUS EFECTOS EN LA CONVIVENCIA CONYUGAL**

**RESUMEN:** Este trabajo tuvo por objetivo describir los efectos que la vivencia en un grupo de reflexión con parejas puede producir. Se sabe que con la llegada de las nuevas tecnologías muchas parejas han presentado dificultades en el manejo de la vida conyugal, pues aquellas, pese a permitir acercamientos, también generan alejamiento. Por lo tanto, se propuso un grupo de reflexión con parejas

para la discusión de temáticas que involucraban convivencia conyugal. Para la evaluación de esa práctica se aplicó el inventario de habilidades sociales conyugales (IHSC VILLA & DEL-PRETTE), antes del inicio del grupo y después de su término, identificando los efectos que el grupo produjo en el repertorio conductual de las parejas. Se observó a partir de esa evaluación que la reflexión sobre el distanciamiento, la importancia del autoconocimiento, el entrenamiento de la comunicación y el desarrollo de la empatía funcionaron como variables que afectaron las interacciones afectivas, llevando a cada pareja a investigar cómo estaba caminando su relación, para conexión o para desconexión. Y de esa forma, hacer cambios para la mejora de la relación conyugal. Se cree que promover espacios de reflexión con parejas puede favorecer la calidad de la vida conyugal.

**PALABRAS CLAVE:** Grupo de reflexión; Convivencia conyugal; Parejas.