

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**MEDOS EM CRIANÇAS SOBREDOTADAS E ESTRATÉGIAS  
COGNITIVAS, EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS  
UTILIZADAS**

**Mariana Miranda Ferreira dos Santos Paiva**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**  
**(Secção de Psicologia Clínica /Núcleo de Psicoterapia Cognitiva -  
Comportamental e Integrativa)**

**2014**

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**MEDOS EM CRIANÇAS SOBREDOTADAS E ESTRATÉGIAS  
COGNITIVAS, EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS  
UTILIZADAS**

**Mariana Miranda Ferreira dos Santos Paiva**

Dissertação Orientada pela Professora Doutora Sara Bahia

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**(Secção de Psicologia Clínica /Núcleo de Psicoterapia Cognitiva -  
Comportamental e Integrativa)**

2014

## **Agradecimentos**

A conclusão deste trabalho é um momento de alegria e também um momento de agradecimento pela contribuição essencial de pessoas e entidades que estiveram presentes durante a sua elaboração.

Em primeiro lugar quero agradecer à Professora Doutora Sara Bahia pelo seu apoio, orientação e experiência de aprendizagem que me proporcionou.

São também dignos de especial destaque os Pais e Crianças que tornaram possível a realização e concretização do presente estudo.

Agradeço especialmente à minha querida Família, nomeadamente aos meus Pais e Irmãos, os quais sempre foram um pilar muito importante na minha vida, ajudando-me a construir as bases necessárias para o futuro pessoal e profissional que tanto anseio.

Ao Diogo agradeço toda a disponibilidade, paciência e optimismo com que me acompanhou ao longo deste percurso.

Aos meus amigos quero agradecer a compreensão e incentivo demonstrados em todos os momentos. Finalmente gostaria de deixar um agradecimento também às amigas da Faculdade com quem pude partilhar não só este último ano, como os restantes quatro anos de curso.

## **Resumo**

A sobredotação tem sido uma temática cada vez mais considerada pela comunidade científica. Apesar de inicialmente se ter revelado um conceito pouco preciso e consensual, é hoje considerado bastante complexo. Para Hollingworth, a criança que contém no seu próprio corpo emoções de uma criança e inteligência de um adulto acusa necessariamente sérias dificuldades (Silverman, 1993), as quais devem ser valorizadas e analisadas tanto por pais como por educadores, e devem ser alvo de reflexão por parte de profissionais. Tendo em conta que o desenvolvimento humano não se realiza de forma isolada ou autónoma, é relevante considerar os vários contextos onde estas crianças estão inseridas, as suas características individuais, interacções estabelecidas, em consonância com a maturação dos domínios cognitivo e emocional, este último fortemente relacionado com a expressão da emoção do Medo.

O objectivo deste estudo é identificar e compreender quais os medos que crianças sobredotadas apresentam, bem como possíveis estratégias por elas aplicadas, de cariz cognitivo, emocional ou comportamental e comparar esses medos com os de crianças sem diagnóstico de sobredotação. Os dados foram recolhidos por meio de questionários e entrevistas semiestruturadas, aplicados a duas amostras: 11 crianças sobredotadas e 11 crianças sem diagnóstico, com idades entre os 6 anos e os 13 anos. De um modo geral, os resultados indicaram que as crianças sobredotadas definem o medo de uma forma mais complexa face às outras, apresentando uma maior consciência do seu impacto emocional. Constatou-se que estas apresentam medos distintos de crianças sem diagnóstico. Manifestam também medos comuns, ainda que se evidenciem em idades que não seriam expectáveis. Verificou-se que as estratégias cognitivas e comportamentais, por elas adoptadas, são mais elaboradas que as das outras crianças, o que lhes permite ter um maior sucesso na resolução dos seus medos. De qualquer forma salienta-se o facto de não utilizarem tanto as estratégias emocionais, fruto da sua instável emocionalidade. Observou-se, então, que certas emoções desencadeadas face aos medos prejudicam a sua actuação, por natureza fortemente orientada pelo domínio cognitivo. Estes dados sustentam a importância de uma maior intervenção tanto ao nível clínico como familiar, bem como maior sensibilização para as necessidades sócio-emocionais destas crianças, como base para uma vivência saudável do quotidiano.

### **Palavras-Chave:**

Sobredotação, Desenvolvimento Emocional, Medo, Infância, Estratégias de Coping.

## **Abstract**

Giftedness has been a topic increasingly considered by the scientific community. Although initially it proved a somewhat precise and consensual concept, is now considered quite complex. From Hollingworth's view to the child that contains emotions in his own body of a child and an adult intelligence accuses necessarily serious difficulties (Silverman, 1993), which should be valued and analyzed both by parents and by teachers, and should be as well targeted for reflection by professionals. Given that human development does not take place in isolation or autonomous, it is relevant to consider the various contexts in which these children live, their individual characteristics, interactions established in line with the maturation of cognitive and emotional domains, the latter strongly related to the expression of the Fear emotion.

The aim of this study is to identify and understand which fears do giftedness diagnosed children present, as well as possible strategies they applied, cognitive, emotional or behavioral nature and compare them with children without a diagnosis. Data were collected through questionnaires and semi-structured interviews, applied to two samples: 11 gifted children and 11 children without diagnosis, aged between 6 years and 13 years. In general, the results indicated that gifted children define fear on more complex form compared to the others, with a greater awareness of their emotional impact. It was found that these have distinct fears of those from children without diagnosis. Common fears are also expressed, nevertheless are apparent at ages that would not be expected. It was found that cognitive and behavioral strategies adopted by them, are more elaborate than those of other children, which allows them to have greater success in solving their fears. It is worth mentioning the fact when gifted do not use emotional strategies the result may be their unstable emotionality. It was observed that certain emotions triggered fears face to impair its performance given a strongly oriented nature of the cognitive domain. These data support the importance of an expanded role for both the clinician and family level, as well as greater awareness of the socio - emotional needs of these children as the basis for a healthy everyday living.

### **Keywords:**

Giftedness, Emotional Development, Fear, Childhood, Coping Strategies.

## Índice

Introdução.....	8
PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO .....	11
CAPÍTULO I.....	12
1.1. Conceito de Medo.....	12
1.2. Medo enquanto Reacção Emocional .....	14
1.3. Desenvolvimento Emocional na Infância.....	15
1.4. Medos em diferentes faixas etárias.....	18
1.5. Estratégias Adaptativas para o Medo no Desenvolvimento Infantil .....	21
1.6. Conceito de Sobredotação .....	23
1.7. Caracterização das Crianças Sobredotadas.....	25
1.8. Desenvolvimento cognitivo/emocional em crianças sobredotadas .....	28
PARTE II- ESTUDO EMPÍRICO.....	30
CAPÍTULO II.....	31
2.1. Objectivos.....	31
2.2. Metodologia.....	31
2.2.1. Participantes.....	31
2.2.2. Instrumentos de Avaliação.....	32
2.2.3. Procedimento de recolha de dados.....	34
2.2.4. Procedimento de análise estatística.....	35
2.2.5. Procedimento de análise de dados qualitativos.....	35
CAPÍTULO III .....	36
3.1. Apresentação de Resultados .....	36
3.1.1. Conceptualização do Medo.....	36
3.1.2. Influência das variáveis contextuais .....	37
3.1.3. Identificação dos Tipos de Medos manifestados .....	37
3.1.4. Aprofundamento de medos apresentados .....	38
3.1.4. Memória do Medo vs. Exposição visual ao estímulo .....	40
3.1.5. Pensamentos, Emoções e Comportamentos referidos .....	40
CAPÍTULO IV .....	43
4.1. Discussão e Conclusões.....	43
4.2. Limitações do Estudo .....	47
4.3. Implicações e Directrizes futuras .....	48

Referências Bibliográficas.....	50
ANEXOS .....	60
ANEXO 1 .....	61
ANEXO 2 .....	62
ANEXO 3 .....	63
ANEXO 4 .....	64
ANEXO 5 .....	65
ANEXO 6 .....	74
ANEXO 7 .....	76
ANEXO 8 .....	82
ANEXO 9 .....	84
ANEXO 10 .....	85
ANEXO 11 .....	86
ANEXO 12 .....	87
ANEXO 13 .....	90
ANEXO 14 .....	102

## Introdução

O crescente interesse pela temática da sobredotação, bem como do seu impacto no desenvolvimento infantil, tem sido incrementado pela maior propagação da informação, nomeadamente, junto dos meios de comunicação social e tecnologia.

Efectivamente, desde a Antiguidade tem sido revelada curiosidade face à compreensão da origem, bem como à explicação da diferenciação humana (Winner, 1996). As primeiras investigações na área da sobredotação surgiram no início do século XX, bastante relacionadas com o conceito de inteligência e sua mensurabilidade (Oliveira, 2007). Ainda assim, importa assinalar as contribuições de alguns investigadores tais como Cattell, Guilford ou Thurstone, os quais sustentaram a possibilidade de a inteligência não ser encarada de forma unitária, e elaboraram inúmeras abordagens diferentes do conceito. Na década de 60, no período pós-guerra, com todas as mudanças socioculturais ocorridas, a sobredotação foi colocada numa perspectiva, mais complexa e multidimensional, que considerou a presença de diversas influências e factores, tais como, meio social, cultural, familiar, emocional, habilidades sociais, talentos (Oliveira, 2007); competências como liderança, criatividade, habilidades sociais e variáveis relacionadas com a personalidade, motivação e contextos de vida (Pereira, 2000). Actualmente encontram-se um grande número de estudos e publicações sobre esta problemática, os quais incidem sobretudo na infância, fase onde são mais significativas as discrepâncias face a indivíduos sem diagnóstico.

De acordo com a literatura sobre sobredotação, as crianças sobredotadas possuem um desenvolvimento cognitivo e intelectual mais acelerado, relativamente à sua faixa etária, em comparação com o desenvolvimento de áreas tais como a psicomotora ou a afectivo-emocional, que evoluem de forma normal (Rodrigues, 2010). Existem evidências de que quanto maior a complexidade cognitiva, caracterizada pelo perfeccionismo, por elevadas capacidades de raciocínio lógico e abstracto e pela aquisição de conhecimentos, maior a intensidade emocional (Silverman, 1993). De acordo com Franco, Beja, Candeias e Pires (2011) e com base na referência bibliográfica de Candeias (2005); Neihart, Reis, Robinson e Moon (2002); Pérez (2000); Reis e Renzulli (2004), a forma como as crianças sobredotadas reagem a determinadas situações e expressam os seus sentimentos, é influenciada por um conjunto de factores, que as torna vulneráveis individual e socialmente, nomeadamente

a competitividade e comparação no contexto escolar; as respostas psicológicas ao talento e a dupla identificação. São, por isso, crianças que desenvolvem medos que potencialmente podem inibir o seu bem-estar, gerando sentimentos de incompreensão por parte dos outros, inferioridade e rejeição (Coleman & Cross, 2000).

Dada a capacidade de reflexão das crianças sobredotadas, é importante compreender a relação entre o domínio cognitivo, emocional e comportamental, para, de forma fundamentada, poder promover estratégias que possibilitem o seu bem-estar e adaptação aos diferentes contextos.

Muitos teóricos defendem que a sobredotação aumenta a vulnerabilidade a problemas sócio-emocionais, particularmente na adolescência e idade adulta, acreditando-se que os sobredotados são mais sensíveis aos conflitos interpessoais e experienciam níveis de stress superiores como resultado das suas capacidades (Terrasier, 1981). De acordo com esta perspectiva, as crianças com elevadas capacidades cognitivas apresentam, por vezes, problemas sócio-emocionais significativos, necessitando de intervenções diferenciadas, para prevenir ou atenuar as suas dificuldades (Silverman, 1991).

O presente trabalho propõe-se ir mais além da investigação existente sobre a capacidade intelectual e desempenho cognitivo das crianças sobredotadas, no que concerne a um aspecto da sua emocionalidade. Pretende-se assim, aprofundar o desenvolvimento emocional na infância, tendo como foco a emoção do Medo. Esta questão surgiu não só do interesse pela compreensão das emoções e do impacto que estas têm na vida das crianças, mas também pelo facto de este se tratar de um tema pouco explorado e abordado neste tipo de população. Os principais objectivos deste estudo prendem-se com o conhecimento e a identificação de medos de crianças sobredotadas; compreensão das estratégias cognitivas, emocionais e comportamentais que um grupo de crianças sobredotadas utiliza para lidar com os seus medos; e consequente comparação das mesmas, com estratégias utilizadas por um grupo de crianças sem diagnóstico de sobredotação, tendo por referência a faixa etária e a fase desenvolvimentista.

Para cumprir os propósitos deste trabalho, foram aplicados questionários (elaborados pela investigadora e orientadora), tendo por base a literatura acerca do tema. Numa primeira parte apresenta-se uma listagem de medos comuns na infância; na seguinte, constam afirmações, cada uma alusiva a um tipo de medo, bem como possíveis estratégias de resposta a nível emocional, cognitivo e comportamental. Para

além destes, foi recolhida informação através de breves entrevistas semi-estruturadas, nas quais se apresentaram à criança um conjunto de fotografias representativas dos medos anteriormente enunciados. Pretendeu-se aprofundar o significado atribuído a cada imagem, bem como analisar as reacções e comportamentos manifestos. Ambos os instrumentos foram utilizados em duas amostras de crianças – com e sem diagnóstico de sobredotação.

A investigação realizada assume-se como qualitativa e pretende ser um ponto de partida para a caracterização do conceito de medo e a identificação das suas diferentes manifestações. Para além disso, a compreensão de estratégias utilizadas por crianças sobredotadas, neste estudo focadas em situações e objectos temidos, permitirá conceptualizar um referencial de competências que poderão ser utilizadas em Psicoterapia com todo o tipo de crianças e adolescentes, contribuindo e promovendo um melhor desenvolvimento, equilíbrio e integração nos diversos contextos onde se inserem.

Uma vez identificadas as linhas mestras deste estudo, apresenta-se de seguida a sua estruturação. No primeiro capítulo utiliza-se o enquadramento bibliográfico para evidenciar a problemática do Medo, em crianças sobredotadas e formular as questões de investigação. No segundo capítulo descreve-se o Procedimento e caracterização dos Instrumentos de Avaliação, bem como as Amostras. No terceiro expõem-se os Resultados e Análise Interpretativa. Posteriormente, no quarto capítulo, é elaborada uma síntese final na qual se destacam as Conclusões, as Limitações do Estudo e Implicações Futuras.

## **PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

## CAPÍTULO I

### 1.1. Conceito de Medo

A palavra *medo*, classificada pela Língua Portuguesa como substantivo masculino, deriva do latim “metus”. De acordo com o dicionário Aurélio (1990) define-se como um “sentimento de viva inquietação ante a noção de perigo ou ameaça real ou imaginária, receio, temor ou mesmo pavor”. O medo é uma emoção básica, classificada como primária, uma vez que se caracteriza como uma necessidade imediata e gera comportamentos motivados (Nishida, 2011). Encontra-se presente em todas as idades, culturas, raças ou espécies, associado a diversas reacções tais como apreensão, nervosismo, preocupação, consternação, inquietação, ansiedade, cautela, pavor, susto, e terror (Freitas-Magalhães, 2007). Caracteriza-se sobretudo por um estado aversivo, que motiva o indivíduo a enfrentar determinados estímulos ou situações ameaçadoras (Ohman & Ruck, 2007).

Em termos biológicos, o medo é controlado por um circuito neuronal específico que circunda a amígdala, “a qual se encontra localizada para mediar os inputs e outputs emocionais” (LeDoux, 2000; Heberlein & Atkinson, 2009). Quando se trata de um estímulo subconsciente, a informação é captada pelos nervos sensitivos e conduzida até ao tálamo, área interligada com a amígdala. No caso de um estímulo consciente, a transmissão envolve o córtex sensorial e o hipocampo, terminando igualmente na amígdala, mais precisamente na região do núcleo lateral. A partir deste, o estímulo aversivo subdivide-se em três, os quais serão captados por regiões distintas da amígdala: núcleo baso lateral, núcleo acessório basal e núcleo central. O último responde de três formas: comportamento emocional (expressão de medo), resposta automática (geralmente comportamento de defesa) e resposta endócrina (por exemplo descarga de adrenalina). Quando o estímulo aversivo chega ao hipotálamo, este liberta CRH, hormona que actua directamente nas glândulas supra-renais. Estas apresentam uma camada superficial, o cortisol, cuja função é disponibilizar energia. Este processo hormonal ocorre ao nível de Sistema Nervoso Autónomo Simpático. A sua actividade é então sustentada por catecolaminas, compostos químicos que circulam no sangue e que se relacionam com a actividade plasmática. De todo este processo deriva a expressão do Medo (Guyton & Hall, 1998).

De acordo com uma perspectiva evolutiva, muitos dos medos existentes no passado, não representam actualmente perigos concretos para o indivíduo. Foi através

do desenvolvimento de estratégias adequadas para lidar com as ameaças, que a vida humana foi dependendo. Segundo Delumeau (1989), a importância atribuída a este conceito remonta a Grécia Antiga, onde o medo era personificado nos Deuses. Era percebido como punição, recebida através da via espiritual. Divinizavam, assim, *Deimos* (temor) e *Phóbos*, procurando entrar em harmonia com eles, sobretudo nos tempos de guerra. O medo era concebido como algo exterior ao indivíduo e desempenhava um importante papel na definição do seu destino, tanto a título pessoal como colectivo. Essa visão foi-se alterando por entre diferentes sociedades e culturas, surgindo outras concepções, tais como a de que o medo deriva de uma construção interna do sujeito e é influenciado por crenças acerca do objecto temido (Solomon, 1995). A perspectiva desenvolvimentista ilustra a ideia de que os medos surgem em determinadas fases, de acordo com as tarefas típicas dessas etapas. Segundo Vasey e Dadds (2001), reflectem a maturação do organismo, sendo as suas manifestações variáveis ao longo do percurso de vida do ser humano.

Autores tais como Baptista e Magalhães (2010, cit. por Holanda et. al., 2013) sugerem que o medo está constantemente associado ao perigo, ou seja, a consciência da sua existência centra-se na percepção de ameaça. Dependendo se esta é imediata ou se encontra pendente, a intensidade é variável. Quando esta emoção é activada ocorre uma diminuição ou pelo menos uma relativa limitação dos processos atencionais e comportamentais do indivíduo, tendo impacto no contexto em que este se insere.

Gordon (1983, cit. por Davis, 1987) distinguiu duas vertentes do medo: a cognitiva e a reactiva. Por um lado, o medo de que algo aconteça, gerado através do pensamento, da imaginação (antecipação de um dano físico ou psicológico). Por outro, a partir da experiência de uma situação de medo, isto é, a exposição a um estímulo real. Esta deriva da interpretação que o sujeito faz de que a situação que enfrenta é perigosa e constitui uma ameaça para o seu bem-estar. O medo pode ser definido por uma constelação de medidas em cada um dos três sistemas de resposta: o que é praticado (comportamento), o que é pensado ou verbalizado (linguagem) e o que é sentido perante uma ameaça real ou imaginada, (fisiologia) (Baptista, Carvalho & Lory, 2005). De entre os estímulos ambientais causadores de medo, distinguem-se os incondicionados (quando são incontrolláveis, nomeadamente de origem natural), tais como a escuridão, sons intensos, alturas. E os condicionais, uma vez que são possíveis de serem evitados, tais como a ida ao médico/dentista, contacto com cães, o acto de nadar no mar (Holanda et al., 2013).

Um dos estados emocionais, muitas vezes associados ao medo é a ansiedade. Surge quando o indivíduo se sente ameaçado ou em perigo, seja este um perigo real ou imaginário (Odriozola, 1993). De acordo com a APA (1980), considera-se a existência de medo quando há um estímulo desencadeador externo que origina comportamentos de fuga ou evitamento; ansiedade é, por outro lado, o estado emocional aversivo, sem desencadeadores claros que não podem ser evitados.

De facto, embora duas temáticas distintas, tanto o medo como a ansiedade se relacionam entre si, nomeadamente a nível sintomático. Na literatura existe uma certa escassez no que respeita a medidas de avaliação do medo, sendo conhecidas, em maior número, investigações acerca de ansiedade e fobia social (Hasenbring, Hallner & Rusu, 2009; Kristensen, Mortensen & Mors, 2009; Paschoal & Tamayo, 2004; Safre et al., 1999; Zhou et al., 2008).

Um dos primeiros instrumentos construídos para avaliar o Medo foi elaborado por Geer, em 1965 (Sulls & Wan, 1987) designando-se *Fear Survey Schedule-II* (FSS-II). Tratava-se de uma escala com 51 itens, que descreviam possíveis situações de medo/temor. Pretendia-se que os sujeitos respondessem de acordo com a intensidade sentida (algum, bastante, terror). Mais tarde, em 1987, Sulls & Wan adaptaram a escala para 8 itens apenas. Também outros investigadores, tais como Watson e Friend (1969, cit. por Laery, 1983) desenvolveram outras escalas, nomeadamente a *Fear of Negative Evaluation Scale*, que consistia na avaliação do grau de medo da evolução negativa de uma determinada situação. Era composta por 30 itens, com respostas variáveis entre “verdadeiro e falso”. Posteriormente, Laery (1983) reformulou a escala, alterando-a para 12 itens, numa classificação de likert (5 pontos). Em Portugal, a primeira e, até à data, única escala a ser construída, designou-se Escala de Percepção do Medo –EPM (Freitas-Magalhães & Batista, 2009), aplicável dos 12 aos 87 anos, e composta por 18 itens.

## **1.2. Medo enquanto Reacção Emocional**

Tal como descrito anteriormente, o medo constitui uma das principais emoções do ser humano. De entre os vários tipos de emoções existentes, é considerada negativa dado que o impacto causado no organismo provoca necessariamente mal-estar e desprazer.

Se por um lado, e de uma forma socialmente generalizada, o medo é visto como nocivo e prejudicial para o indivíduo; por outro, importa salientar também a sua função adaptativa e protectora da integridade física e psicológica do sujeito. Em qualquer cultura, idade ou sexo, o medo constitui um instrumento de defesa do ser humano, relacionado com o seu instinto de conservação (Grisa & Lemes, 2008). É necessário que o ser humano sinta medo para que possa sobreviver nos contextos onde se insere. Se este não existisse, provavelmente a espécie humana ter-se-ia extinguido, tal a quantidade de perigos que enfrenta diariamente.

Como observado, o medo desempenha um papel fundamental na adaptação humana; contudo poderá adquirir uma magnitude e expressão exagerada, o que resulta numa fobia (Versiani, Nardi & Mundim, 1989) relativamente a determinado objecto. Esta define-se como medo excessivo, irracional que não desaparece e persiste com o tempo em relação a um objecto ou uma situação fóbica. Evidenciam-se três subtipos: fobias específicas, generalizadas e sociais (APA, 1994), as quais constituem alvo de tratamento clínico, tal o sofrimento a nível pessoal, profissional ou social. A fobia específica define-se como um medo excessivo e irrazoável de determinados objectos, ou situações específicas responsáveis por um elevado desconforto sentido nessas situações ou, ainda, por um evitamento das mesmas, o que provoca limitações funcionais. Contrariamente aos adultos, as crianças não compreendem que os seus medos são excessivos e podem manifestar-se através de comportamentos de choro, birra, imobilidade ou procura de contacto físico. Em crianças e adolescentes até aos 18 anos, o diagnóstico é positivo quando os sintomas perduram ao longo de seis meses. A fobia social é mais comum a partir da adolescência e é descrita por um medo marcado e persistente em situações sociais ou de desempenho, nas quais há exposição a pessoas desconhecidas ou de reduzida proximidade afectiva (APA, 1994).

### **1.3. Desenvolvimento Emocional na Infância**

Desde há várias décadas, muitos autores têm procurado explorar o contributo do desenvolvimento emocional na compreensão de outras áreas (Griffin & Mascolo, 1998).

Rothbart (1994) defendeu que o temperamento do indivíduo se desenvolve ao longo de toda a vida, registando modificações na reactividade e regulação emocional; ainda assim o autor defende que as maiores transformações e os principais marcadores de mudança ocorrem sobretudo na infância. Para Dunn e Brown (1994) o que está em

causa no desenvolvimento emocional é a capacidade de relacionamento interpessoal, já que ao longo do seu crescimento, o indivíduo vai aculturando formas socialmente desejáveis de actuar face às emoções.

Campos, Frankel e Camras (2004) sugeriram uma abordagem epigenética da regulação emocional, defendendo que as conquistas desenvolvimentistas de uma fase particular da vida do indivíduo podem facilitar ou dificultar as seguintes. Apontam a influência que outras áreas, tais como, a psicomotora, linguística, cognitiva, poderão ter no desenvolvimento emocional, o qual terá impacto na construção e manutenção de relações interpessoais.

Greenberg, Kusche e Speltz (1991), por seu lado, enunciaram o modelo ABCD (Affective - Behavioral - Cognitive - Dynamic), que embora não tenha sido encarado como teoria do desenvolvimento emocional, procura integrar as diferentes emoções, manifestações comportamentais, capacidades linguísticas e cognitivas, na compreensão do desenvolvimento de competências sociais e possibilidade de patologia na criança.

Embora seja encarado sob perspectivas diferentes, o desenvolvimento infantil, nomeadamente o emocional, cumpre determinadas etapas normativas, empiricamente observáveis, que devem ser consideradas de forma a compreender, com maior clareza, a formação e evolução do medo.

### Desenvolvimento emocional dos 0 aos 12 meses

Uma das primeiras manifestações emocionais do bebé é o sorriso, que surge momentos após o parto. A partir do primeiro mês, este apresenta já vocalizações semelhantes ao riso e, aos dois meses, consegue expressar raiva e frustração (Rothbart, 1994).

Os primeiros comportamentos de evitamento surgem entre os 4 e os 6 meses, altura em que é possível observar-se comportamentos de aproximação relativamente estáveis. O medo e a frustração instalam-se a partir do primeiro ano, contudo, autores como Rothbart (1994), sugerem que por volta dos 4 meses o bebé é capaz de desviar a sua atenção para estímulos aversivos.

No fim do primeiro ano de vida desenvolve-se o sistema atencional, muito responsável pelo desenvolvimento da capacidade de auto-regulação (Derryberry & Rothbart, 2001). É também neste período que a criança, a partir das expressões emocionais das outras, apreende as relações entre emoções e comportamento e se torna

capaz de se envolver em interacções diádicas (Izard et al., 2002). Os cuidados prestados pelos adultos são um factor importante nesta fase já que contribuem para a capacidade de auto-regulação do bebé (Abe & Izard, 1999; Saarni, 1999).

É nesta fase que a criança contacta com as primeiras figuras de vinculação, estabelecendo, assim, relações de proximidade que vão ser acompanhadas de expressões como o sorriso, tristeza ou raiva (Abe & Izard, 1999). O jogo surge aqui (integrado na capacidade de manipulação das expressões emocionais), com o objectivo de regular o comportamento dos adultos, por exemplo, quando finge estar a chorar (Saarni, 1999).

### Desenvolvimento emocional dos 2 aos 5 anos

Por volta dos 2 anos, a criança (a par da capacidade linguística mais ou menos desenvolvida) torna-se capaz de nomear emoções, ou, pelo menos, conhecer e identificar. No ano seguinte, nomeadamente, com a entrada para a escola começa a trocar ideias acerca das experiências emocionais dos outros e, aos 4 anos, compreende que as emoções são expressas de forma diferente entre as pessoas (Abe & Izard, 1999).

Nesta fase evidenciam-se as interligações entre o sistema cognitivo e o emocional que contribuem para o estabelecimento de relações sociais e interiorização de normas sociais. Através da observação de expressões faciais, a criança apreende os seus limites, quer comportamentais quer emocionais (Izard et al., 2002).

Aos 3 anos, a criança conhece quase todas as emoções básicas e é, sobretudo nesta altura, que revela maior número de comportamentos de raiva e oposição (Ackerman & Izard, 2004; Oatley & Jenkins, 1996). Nesta fase é comum as crianças questionarem frequentemente os adultos face à origem e causa das emoções e sentimentos (Dunn, Brown & Beardsall, 1991).

### Desenvolvimento emocional dos 6 aos 12 anos

Um dos marcos mais importantes deste período é o início do ensino primário. A criança vê-se forçada a aumentar as competências linguísticas e verbais, as quais contribuem para a auto-regulação e avaliação que faz acerca de si própria. A adaptação ao contexto escolar e o desenvolvimento do sentido de auto-eficácia e auto-confiança podem ser consideradas as tarefas essenciais desta etapa da criança (Cummings, Davies & Campbell, 2000).

Um dos desafios impostos às crianças, que se encontram mais tempo afastadas do meio familiar, é a apresentação de resultados satisfatórios, em termos de aprendizagem e desempenho académico. Ficam assim, expostas à crítica social, o que pode conduzir a ansiedade. Tal leva a que desenvolvam estratégias diversificadas e eficazes para lidar com o stress (Collins, Harris & Susman, 1995).

Este é um período de desenvolvimento do auto-conceito e da percepção de competência social, alimentada pela comparação com os outros. Deste modo, as experiências afectivas contribuem bastante para a criação da auto-imagem (Abe & Izard, 1999). Exige-se que as crianças consigam gerir de forma mais eficaz as suas experiências emocionais negativas (Izard et al., 2002), evidenciando uma maior internalização da expressão adaptativa das suas emoções (Saarni, 1997).

#### **1.4. Medos em diferentes faixas etárias**

A maioria dos medos infantis relaciona-se com situações causadoras de insegurança, sobre as quais a criança/adolescente sente que não exerce controlo (medo do abandono, por exemplo).

Os Medos podem ser considerados tarefas desenvolvimentistas, as quais surgem em alturas específicas do desenvolvimento humano. Há casos em que estes surgem desfasados (tanto precoce como tardiamente) face ao que seria expectável, algo que deve ser alvo de análise. Tendo em conta que a sua intensidade e frequência variam de criança para criança, existem vários factores que contribuem, tais como a personalidade, o temperamento dos pais ou pessoas próximas, ou o contexto em que se insere. Um exemplo é o medo de alturas, que surge a par com os primeiros movimentos do bebé (por volta dos seis meses); sendo a sua intensidade correlacionada positivamente com a mestria na capacidade exploratória do meio (Baptista, 2000). Na adolescência, os medos surgem associados às transformações. Receiam frequentemente a morte, o envolvimento e descoberta da identidade sexual, orientação vocacional, aparência e transformações do corpo. Existem também medos, designados irracionais, que são formados na sequência de perturbações psicopatológicas, como a esquizofrenia, e que por isso se tornam mais raros. É exemplo o medo de “possuir um elemento transcendental na barriga, como por exemplo um anjo”. São alvo de maior preocupação e de tratamento clínico severo, não comparável aos medos, ditos comuns (Carvalho, 2013).

As investigações, de uma forma geral, sugerem uma redução do número de medos com a idade (Fonseca 1993; Kendall et al., 1991; Ollendick, Grills, Alexander 2001; Sweeney & Pine, 2004). Se por um lado, as crianças mais novas apresentam um número de medos sub-clínicos significativo; as mais velhas bem como os adolescentes tendem a referir menos medos. Têm-se verificado diferenças na distribuição por género, sendo o sexo feminino o que mais acusa esta emoção. Os dados normativos sugerem que o conteúdo e natureza dos medos vão sofrendo alterações ao longo do tempo, de acordo com a experiência da criança e progressiva percepção do mundo real. Estes evoluem, então, de teores gerais, imaginários e incontroláveis, por exemplo o escuro ou os fantasmas, para conteúdos mais específicos, diferenciados e reais, tais como, a rejeição social ou o insucesso académico (Kendall et al.,1991).

Assim, as crianças em idade pré-escolar, apresentam-se receosas na presença de estranhos ou ansiosas na antecipação de situações de separação de figuras protectoras. À medida que se integram no contexto escolar, os seus medos direccionam-se para situações de avaliação do desempenho escolar e social -realização de testes, aparência física, competências relacionais, entre outras (Graziano, DeGiovanni & Garcia, 1979). Em termos desenvolvimentistas, o receio social emerge nos últimos anos da infância e instala-se nos primeiros anos da adolescência. Contudo, à medida que a criança revela maior capacidade para compreender a complexidade da interacção social, bem como de pensar acerca de si mesma, torna-se capaz de recear com menor frequência a avaliação negativa por parte dos outros. Pela complexidade e dureza deste processo, a adolescência é referida, pela maior parte dos indivíduos, como uma fase de grande ansiedade, nomeadamente a nível social (Cunha & Salvador, 2000).

Apesar de estes factores (faixa desenvolvimentista, idade e género) parecerem delimitar alguns padrões, a nível qualitativo e quantitativo; os medos são, também, modulados por diferenças individuais (temperamento, contexto, experiências prévias, etc.) e variáveis culturais e contextuais (Fonseca 1993; Ingman, Ollendick & Akande 1999).

Assim, e de acordo com a literatura, muitas crianças desenvolvem medos quando inseridas em contextos (familiares ou educacionais), onde comportamentos e crenças ansiosas são induzidos, reforçados ou modelados. Autores tais como Carr (2000) sugerem a influência de crenças familiares na promoção de ansiedade. São exemplo, a interpretação de situações ambíguas como ameaçadoras; receio do futuro e perigos/riscos que este acarrete; constante preocupação com acontecimentos do passado

e suas consequências e significado atribuído a situações de mal-estar físico ou psicológico. De facto os pais e educadores podem contribuir fortemente para a construção de medos na criança, nomeadamente através do diálogo e estilos parentais adoptados. Um exemplo disso é a utilização de frases condicionais: “Portas-te mal, vais para a escola”. Ou, “fazes uma birra, chamo a polícia”. Automaticamente a criança irá perceber a consequência como punição, situação ou objecto que evitará posteriormente (Carvalho, 2013).

No seguimento do que tem vindo a ser referido, sugere-se que a vinculação se encontra intimamente relacionada com o desenvolvimento emocional das crianças e adolescentes. De acordo com esta ideia, Winnicott (1975) apresentou o conceito de objecto transicional. Trata-se de uma representação da capacidade simbólica, a qual surge entre os 0-2 anos. Para o autor, o apego a algo exterior à figura materna é necessário e crucial para o desenvolvimento individual, nomeadamente emocional. É comum a existência de um objecto ao qual as crianças, durante a primeira infância, se vinculam e que é representativo de protecção e segurança, sobretudo na ausência de figuras humanas. Assim, é a este que recorrem em situações de maior solidão, desconforto, ansiedade ou mesmo temor. Poderá ser algo inanimado, mas também tratar-se de um animal ou outro ser vivo.

De uma forma simplificada é possível observar na Tabela 1, um conjunto de dados referentes ao desenvolvimento humano, representativos das várias faixas etárias infantis. Em cada uma delas encontramos medos típicos, com uma complexidade proporcional à idade. Permite ter também uma noção de possíveis perturbações ansiosas, já que estas se encontram intimamente relacionadas com os medos, nomeadamente quando estes evoluem para um estado desadaptativo.

Tabela 1

*Medos mais comuns em cada faixa etária (Adaptado de Warren & Sroufe, 2004; Papalia, Olds & Feldman, 2001).*

<b>Idade</b>	<b>Dados do desenvolvimento</b>	<b>Medos comuns</b>	<b>Relação com perturbações de ansiedade</b>
<b>0-6 Meses</b>	-Regulação biológica	-Estímulos ruidosos -Perda de apoio	-Reactividade elevada -Regulação baixa
<b>6-18 Meses</b>	-Permanência do objecto -Formação de relações de vinculação	-Pessoas e situações estranhas -Ansiedade de separação -Alturas	-Inibição comportamental -Timidez -Vinculação insegura
<b>2-3 Anos</b>	-Exploração do mundo -Individuação e Autonomia	-Animais -Objectos grandes	-Fobia animal
<b>3-6 Anos</b>	-Autoconfiança -Iniciativa -Desenvolvimento do pensamento e representação simbólica	-Escuro -Máscaras -Tempestades -Ausência dos pais	-Perturbação de ansiedade de separação -Timidez por autoconsciência
<b>6-10 Anos</b>	-Sentido de dinamismo ou competência -Ajustamento à escola	-Criaturas imaginárias -Preocupação com ferimentos -Perigo físico -Escola -Sobrenatural	-Perturbação de hiperansiedade -Perturbação de ansiedade generalizada
<b>10-12 Anos</b>	-Compreensão social -Amizades com o mesmo sexo	-Preocupação com as amigas -Aparência física -Morte	-Fobia Social
<b>13 ou mais</b>	-Perspectiva do mundo -Início das relações heterossexuais -Emancipação -Identidade	-Preocupação com as relações heterossexuais -Independência e planos de vida -Receio de falhar -Rejeição	-Agorafobia -Perturbação de pânico

### **1.5. Estratégias Adaptativas para o Medo no Desenvolvimento Infantil**

Seria bastante incompleto abordar o Medo e não reflectir sobre as estratégias que são habitualmente utilizadas para lidar com esta emoção. Dada a escassez de informação específica, falar-se-á em *Coping* e no seu impacto perante situações adversas.

De acordo com Skinner e Welborn (1994), o *coping* pode ser encarado como o modo, através do qual, a criança regula as suas emoções e comportamentos para lidar com condições psicologicamente *stressantes*. São exemplo, os medos. A criança realiza assim, “esforços cognitivos e comportamentais para lidar com as exigências específicas externas e/ ou internas que são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os seus

recursos”. Podem ser distinguidos dois tipos de *Coping*: focado no problema - quando as estratégias passam por resolver a situação de medo; ou o *Coping* focado na emoção - quando as estratégias adoptadas, têm como objectivo lidar com as reacções emocionais associadas ou desencadeadas pelo medo, através de pensamentos e comportamentos.

Considerando alguns estudos baseados na interpretação de situações de ameaça na infância, verifica-se que as estratégias de evitamento são as que predominam em crianças, nomeadamente com perturbação de ansiedade, quando expostas a situações percebidas como ameaçadoras (Barrett, Rapee, Dadds, & Ryan, 1996).

Investigações desenvolvidas na área do *Coping* apontaram como principais estratégias utilizadas pelo individuo: *a Resolução de Problemas; a Procura de Suporte, a Distracção, o Evitamento-Fuga, o Desamparo, a Regulação Emocional, a Procura de Informação, o Isolamento Social, a Reestruturação Cognitiva, a Ruminação e a Agressão*. Ainda que crianças e adolescentes possam recorrer a diversas estratégias, tanto as mencionadas como outras desconhecidas, concluiu-se que as quatro primeiras são utilizadas com bastante regularidade por esta população. Verificou-se também que em função da idade há uma desigualdade nas estratégias de *coping* utilizadas por crianças e adolescentes, sendo estas diferenças observadas em termos da frequência com que as estratégias são manifestadas, bem como, ao modo como são aplicadas (Skinner, Edge, Altman, & Sherwood, 2003; Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007).

Em traços gerais, crianças com idade superior a 8 anos utilizam estratégias assentes na *Resolução de Problemas* com maior frequência que crianças mais novas. Quanto à *Procura de Suporte* analisou-se que pedidos de ajuda a adultos diminuem entre os 4 e os 12 anos, particularmente entre os 5 e os 7 anos. Na fase de transição para a adolescência, diminuem entre os 9 e os 12 anos, notando-se seguidamente um aumento desta estratégia nas relações entre pares, no período da adolescência. No que respeita a estratégias de *Distracção*, verificou-se um aumento da utilização de estratégias comportamentais (por exemplo jogar um jogo ou manter-se ocupado), entre os 6 anos e o princípio da adolescência. A partir dos 14 anos de idade ocorre um aumento do uso de estratégias de *distracção cognitiva* (por exemplo pensar noutras coisas, pensar acerca de algo divertido/engraçado), comparativamente à *distracção* comportamental. Quanto a estratégias de *Evitamento-Fuga* não foram distinguidas diferenças em função da idade (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007).

O *Coping* pode então ser visto como um “meio” para uma gestão equilibrada e controlada dos medos. É comum a realização de estratégias sem que haja conhecimento ou consciência do seu impacto. É algo que se estende da infância à idade adulta, na vivência das mais diversas situações causadoras de ansiedade ou mal-estar físico e psicológico. Por este facto, e atentando às Crianças e Adolescentes, torna-se necessária uma atenção cuidada e uma maior reflexão quanto às formas de actuação em situações de medo, para que estas não prejudiquem o funcionamento e crescimento adequado destes indivíduos.

A intervenção psicológica é muito recorrente no tratamento de perturbações relacionadas com medos infantis, nomeadamente fobias. Uma das técnicas terapêuticas mais utilizadas por especialistas é a dessensibilização sistemática, na qual a criança é exposta de forma gradual a objectos ou situações que teme. Tem sido aplicada, com sucesso, em crianças com medos que vão desde cobras até elevadores (Murphy & Bootzin, 1973; Sturges & Sturges, 1998).

Acreditando que do contacto com a diversidade humana podem resultar importantes contributos, nomeadamente, para aplicação em contexto clínico, e, tendo em conta as características da população sobredotada, torna-se interessante o estudo dos medos nas crianças sobredotadas, enunciado seguidamente.

## **1.6. Conceito de Sobredotação**

Ao abordar a temática da Sobredotação, é imprescindível uma análise histórica da evolução deste conceito, associado inevitavelmente à noção de inteligência. De facto, as primeiras definições de sobredotação encontravam-se unicamente relacionadas com o domínio cognitivo, e elevados níveis de inteligência e desempenho intelectual (Oliveira, 2007). Estas capacidades eram avaliadas através de testes estandardizados de inteligência, que pretendiam obter o QI (Quociente de Inteligência). Eram considerados sobredotados, os indivíduos que obtivessem resultados significativamente acima da média (Senos & Diniz, 1998). Até à década de 60, o pensamento estava orientado nesse sentido; tendo sido a partir desta data que novas definições de inteligência emergiram e levaram a diferentes perspectivas acerca deste tema (Oliveira, 2007).

Um dos investigadores mais influentes nesta área foi Joseph Renzulli (1978), autor da teoria dos Três Anéis - *The Three Ring Conception of Giftedness*. Defendeu, sobretudo, que indivíduos com capacidades superiores possuem um conjunto de

características que se mantêm estáveis ao longo da vida: elevada capacidade geral e/ou capacidades específicas acima da média, altos níveis de criatividade (pensar em algo diferente, ver novos significados e implicações, retirar ideias de um contexto e aplicá-las noutra) e elevados níveis de envolvimento nas tarefas (implica motivação, vontade de realizar alguma coisa, perseverança e concentração). Para o autor: “Crianças sobredotadas ou talentosas são as que possuem ou são capazes de desenvolver este compósito de traços e aplicá-los a qualquer área potencialmente válida de desempenho humano” (Renzulli, 1986). Contudo, é fundamental salientar que estes não podem ser considerados isoladamente para existir diagnóstico, sendo necessária a convergência entre eles.

Posteriormente, Monks (1992) integrou na teoria, o contributo do processo dinâmico de desenvolvimento da personalidade e as influências ambientais, familiares, escolares, do grupo de pares, defendendo que a sobredotação não emerge do isolamento social, mas sim de experiências e processos de socialização. Os factores sociais podem condicionar o desenvolvimento do potencial individual, nomeadamente na infância e adolescência (Monks, 1997).

Em 1995, Howard Gardner, pôs em causa a ideia de existência de uma inteligência única, avaliada por um único teste, até aí sugerida, e propôs uma nova Teoria. Segundo o autor, qualquer pessoa nasce com potencial para desenvolver múltiplas inteligências. Apontou a existência de oito inteligências distintas: linguística; a lógica ou matemática; a cinestésica; a musical; a espacial; a interpessoal; a intrapessoal e a naturalista.

Actualmente, a Sobredotação é alvo de um diagnóstico bastante complexo que engloba a recolha e análise de uma grande diversidade de informação, para a qual deve ser garantida precisão, validade e relevância prática. Devem ser contemplados domínios, contextos, fontes, metodologias e instrumentos de avaliação (Almeida & Oliveira, 2000). Embora esteja estipulado um QI superior a 130, muitos autores defendem avaliações diversificadas, que considerem uma diminuição do ponto de corte, para um QI de 115, nomeadamente em crianças de meios culturais mais desfavorecidos. (Pereira, Seabra-Santos & Simões, 2003).

## **1.7. Caracterização das Crianças Sobredotadas**

Nem todas as crianças e adolescentes sobredotados apresentam as mesmas características desenvolvimentistas e comportamentais, contudo, embora exibam um perfil heterogéneo, algumas características são evidenciadas.

Winner (1996, cit. por Bernardo, 2008) falou acerca do acelerado desenvolvimento físico, precocidade na aquisição de conhecimento verbal e linguístico, curiosidade elevada e aprendizagem acelerada. Renzulli (1998; 2000) referiu-se a componentes afectivo-emocionais, tais como, elevado sentido de justiça, capacidade de reflexão, sensibilidade e empatia, autoconsciência e preocupação moral, criatividade e motivação. Novais (1984, cit. por Serra, 2004) acrescentou a compreensão e interpretação, bem como a produção de enunciados. E, em termos sociais, destacou a sensibilidade interpessoal, cooperação, sociabilidade, capacidade de liderança, resolução de situações complexas. Torrance (1965, cit. por Falcão, 1992), bastante ligado ao estudo da criatividade, sugeriu a presença de características tais como persistência na análise e exploração de estímulos ambientais, gosto pela investigação, questionamento constante, individualismo, imaginação, inconformismo, rentabilização e gestão positiva do tempo. Juntune (1982, cit. in Falcão, 1992) enunciou vários subtipos nos quais se podem incluir estes indivíduos. Tipo intelectual: capacidade de pensamento abstracto, flexibilidade, fluência de pensamento, memória e compreensão elevadas, capacidade de resolução de problemas, produção de ideias; Tipo académico: motivação e aptidões específicas, capacidade de avaliação, síntese e organização do conhecimento, capacidade de produção académica; Tipo criativo: originalidade, imaginação, capacidade de resolução de problemas, sensibilidade, facilidade de auto-expressão; Tipo social: capacidades de liderança, autoconfiança, adaptabilidade, preocupação social, poder de persuasão; Tipo talento: alto desempenho nas artes; Tipo psicomotor: capacidades e interesse a nível motor.

De forma a simplificar a compreensão do que foi referido anteriormente, apresenta-se a Tabela 2:

Tabela 2

*Características dos sobredotados e dificuldades associadas (Adaptado de Fernandes, Mamede & Sousa, 2004. Sobredotação: Uma realidade, um desafio. Cadernos de Estudo. Porto, pp. 51-56).*

Características	Problemas/dificuldades
Perfeccionismo	Medo da desaprovação, Crítica e Rejeição
Altos padrões de desempenho	Insatisfação e Infelicidade
Preocupação excessiva em não errar	Sentimentos de impotência, Depressão e Baixa auto-estima
Autocritica excessiva e crítica aos outros	Sentimentos de inferioridade, de fracasso e culpa. Auto-exigência acentuada
Super sensibilidade e sentido de justiça	Frustração por não ter recursos para solucionar os problemas da sociedade. Vulnerabilidade ao fracasso
Ideias divergentes e atitudes inconformistas na escola	Sub-rendimento escolar
Abertura a situações pouco habituais	Inocência e excesso de confiança
Gosto por conceitos abstractos e resolução dos próprios problemas	Grande resistência às instruções de outros. Frequente insatisfação
Criação e invenção constante	Desaprovação do que é habitual e socialmente aceite
Forte capacidade de concentração	Resistência às interrupções
Persistência nos objectivos estabelecidos	Rigidez e inflexibilidade
Altos níveis de energia e actividade	Frustração com a inactividade e falta de progresso

Perante a noção de que as crianças e adolescentes sobredotados manifestam características que nem sempre contribuem para o seu bem-estar, mas antes originam dificuldades, Winner (1996) expressou-se de modo optimista: *“Se existem indivíduos capazes de resolver a vasta panóplia de problemas que ameaçam a sobrevivência humana, vamos encontrá-los certamente neste grupo”*. A verdade é que se trata de um desenvolvimento pouco linear e, por isso, devem ser reflectidos aspectos inerentes.

Terrasier (1979), após vários estudos com alunos sobredotados, propôs a “Dissincronia evolutiva”, que pode ser interna (ocorrendo na criança) ou entre esta e o ambiente, incluindo a escola e a família, designando-se externa. A primeira diz respeito à observação de um desenvolvimento a ritmos diferentes, de áreas como a intelectual, psicomotora, linguística e afectivo-emocional. É frequente que estas crianças aprendam a ler facilmente numa idade precoce e denotem dificuldades na escrita, por exemplo, estando a área psicomotora e gráfica mais a par da idade cronológica que a idade mental. Encontram-se um maior número de casos no sexo masculino, que geram frustração, ansiedade face às tentativas de controlo mal sucedidas e sentimentos de

desconforto. Deste modo, a discrepância observada entre o desenvolvimento nos domínios cognitivo e físico poderá, eventualmente, fazer emergir nestas crianças um conjunto de desafios ao nível sócio-emocional (Silverman, 2002). A última resulta de um desfasamento entre o desenvolvimento precoce e a norma social que está adequada à maioria das crianças. Relativamente à escola, entre o currículo escolar e a capacidade intelectual da criança; no seio familiar entre o funcionamento do contexto (estabelecimento e manutenção das relações) e as potencialidades do indivíduo sobredotado. De acordo com Colangelo (1991), um dos “problemas” das crianças sobredotadas é conseguir lidar com a pressão social face a expectativas quanto ao seu futuro, nomeadamente o profissional. Cedem frequentemente à escolha de carreiras valorizadas socialmente em detrimento da própria vontade ou vocação (Alencar & Fleith, 2001).

Em contexto escolar salienta-se a existência de outra problemática: o “Efeito Pigmalião Negativo” proposto por Terrasier (1981). Anteriormente havia sido apresentado já este conceito, por Rosenthal e Jacobson (1968), designado “Efeito Pigmalião”. Este foi descoberto por meio de alguns estudos que concluíram que o comportamento dos professores, quando informados da existência de alunos com capacidades intelectuais e académicas superiores, se alterava para formas diferenciadas de actuação com essas mesmas crianças. Era verificado no final que estas, efectivamente, apresentavam um desempenho correspondente à avaliação que os professores tinham recebido (de forma ensaiada) a seu respeito. Em sentido inverso, este efeito torna-se negativo, quando tanto pais como professores ignoram a precocidade intelectual da criança e actuam de acordo com a normalidade. Tal poderá ter duas consequências. Por um lado, ao verem as suas capacidades (superiores) desvalorizadas, estas crianças começam a negá-las não as expondo socialmente; por outro, e de forma interna, procuram adaptar-se às expectativas que lhes são transmitidas, desenvolvendo auto-imagens empobrecidas e grandes níveis de frustração.

A solidão é também um aspecto a considerar e que poderá ter sérias consequências emocionais. Davis e Rimm (1994, cit. por Bernardo, 2008) afirmaram que muitas crianças chegam a ser negligenciadas ou gozadas devido às dificuldades que apresentam na integração social, o que conduz a um aumento da frustração. Contudo, e dada a capacidade de reflexão destas crianças percebem, muitas vezes, esse facto como necessário para o desenvolvimento dos seus talentos, dando prioridade a tarefas solitárias.

## **1.8. Desenvolvimento cognitivo/emocional em crianças sobredotadas**

Muitos autores têm procurado contrariar as investigações existentes quanto ao ajustamento sócio-emocional das crianças e adolescentes sobredotados. Desta forma são vários os estudos que tentam desconstruir a ideia de que a sobredotação leva uma maior predisposição para problemas sociais e emocionais. Lehman e Erdwins (2004), constataram, através de um estudo com 16 crianças sobredotadas, que estas apresentavam capacidades sociais que lhes permitiam relacionamentos interpessoais satisfatórios, sentimentos mais positivos a respeito de si mesmas, e maturidade nas interações com os pares. Baker (2004) referiu que mesmo existindo muitos educadores a afirmar que as crianças sobredotadas têm maior predisposição para a depressão e suicídio, não se encontram evidências empíricas.

Já Gross (2002) demonstrou uma perspectiva contrária. Defendeu que a maioria dos estudos realizados utiliza amostras de alunos que não têm uma inteligência, considerada excepcionalmente elevada (QI superior a 160), o que parece estar de acordo com as conclusões de Alencar (2001; Alencar & Virgolim, 1999), as quais sugerem que as dificuldades socio-emocionais dependem do grau de inteligência, associado a variáveis tais como a classe social, género, possibilidade de contacto com crianças com níveis de inteligência semelhantes e oportunidade de acompanhamento educacional especial. Anos antes, a autora referiu que “Estudantes excepcionalmente inteligentes diferem de forma radical de outros moderadamente sobredotados não apenas em relação ao desenvolvimento cognitivo, mas ao crescimento afectivo, desenvolvimento moral, interesses de lazer, interesses de leitura, escolha de amizades, atitudes e valores, além da maneira como vêem o mundo (Gross, 1993). Também Hollingworth (1942), que realizou um estudo com alunos cujo QI era muito elevado (180 pelo menos), expôs as suas conclusões, nesse sentido. Retirou assim, três ideias fundamentais sobre a amostra utilizada: 1) inexistência de hábitos adequados em contexto escolar. Estes alunos não demonstravam empenho e despendiam tempo de forma alheada da realidade. A escola era tida em conta como perda de tempo, dada a discrepância entre o que lhes era solicitado e as suas competências; 2) dificuldade na criação de relações sociais. Isto devido à diferença entre os interesses do grupo de pares, o que conduzia a um maior isolamento; 3) vulnerabilidade emocional, no sentido de entenderem questões éticas e filosóficas de forma precoce e antes de se encontrarem emocionalmente preparados.

Actualmente, vários autores procuram caracterizar a emocionalidade deste tipo de crianças, tendo em conta as suas diferentes manifestações. Bahia (2011) defende que as crianças sobredotadas apresentam, frequentemente medo de falhar, do fracasso e das críticas externas, muitas vezes percebidas como uma afronta à sua pessoa. Para além destes, evidenciam medos associados ao perfeccionismo, como o medo da injustiça e o medo do mal que podem mesmo constituir uma prioridade ao nível da vivência quotidiana. Apresentam em muitos casos, uma maior sensibilidade emocional e medo de estabelecer relações com os outros. Estas preocupações podem levar a sentimentos de profunda tristeza ou mesmo depressão Bahia (2011).

Se os sobredotados têm preocupações éticas e humanas mais exacerbadas que os seus pares, e se a sua riqueza emocional é mais intensa, então será que a percepção do medo também é diferente? Até que ponto os medos mobilizam estratégias de Coping diferentes das dos seus pares? E será que a vivência desse medo é diversa? Estas foram as questões que motivaram o presente estudo que tem como objectivos: conhecer e identificar os medos de crianças sobredotadas; compreender as estratégias que utilizam para lidar com os seus medos; e consequentemente compará-las com estratégias utilizadas por um grupo de crianças sem diagnóstico de sobredotação.

## **PARTE II- ESTUDO EMPÍRICO**

## CAPÍTULO II

### 2.1. Objectivos

#### Estudo Preliminar

Construção de um esboço de questionário para a avaliação dos Medos de Crianças Sobredotadas em idade escolar e respectivas estratégias cognitivas, emocionais e comportamentais – Questionário sobre Medos na Infância (QMI).

#### Estudo Principal

- A. Conhecer o significado e definição de medo de crianças sobredotadas.
- B. Identificar os medos de crianças sobredotadas e compreender se diferem dos medos de crianças sem diagnóstico, pertencentes à mesma faixa etária.
- C. Compreender as estratégias cognitivas, emocionais e comportamentais que crianças sobredotadas utilizam para lidar com os seus medos e consequentemente avaliar se estas são mais desenvolvidas/sofisticadas que as utilizadas por crianças sem diagnóstico de sobredotação?
- D. Comparar a percepção de medo de crianças sobredotadas quando expostas ao estímulo temido.
- E. Avaliar o impacto que variáveis contextuais poderão ter na criação e desenvolvimento de medos, em crianças sobredotadas.

### 2.2. Metodologia

A escolha da metodologia em questão possibilitou obter dados qualitativos, dada a natureza exploratória do estudo.

#### **2.2.1. Participantes**

Amostra 1: Foi constituída por 11 crianças, com diagnóstico de sobredotação, de ambos os sexos, com idades compreendidas entre os 6 e os 13 anos (entre o 1º e o 8º ano de escolaridade) e naturais de Leiria, Santarém, Lisboa e Setúbal (Tabela 3). O número de participantes foi estabelecido de acordo com a disponibilidade existente na Associação. Frequentavam o Programa de Enriquecimento da Delegação de Lisboa da Associação Nacional para o Estudo e Intervenção na Sobredotação (ANEIS) do ano

lectivo 2013/2014. Esta Associação trabalha em cooperação pais e educadores, de forma a proporcionar experiências desafiantes e enriquecedoras em vários domínios e desenvolver capacidades cognitivas, sócio emocionais, escolares e criativas destas crianças. Para além disso, estimula os pais a uma melhor relação com os seus filhos e compreensão das suas especificidades, promovendo uma parentalidade atenta e equilibrada. Para a inserção no programa da ANEIS, todas as crianças obtiveram um resultado na WISC acima de 130 e os resultados comprovaram sinais de precocidade intelectual.

Tabela 3  
*Distribuição sociodemográfica dos participantes<sup>1</sup>*

	N	%	Feminino	Masculino
6	2	18.2	1	1
7	1	9.1	1	
8	1	9.1		1
9	2	18.2	1	1
11	1	9.1	1	
12	3	27.2		3
13	1	9.1		1
<b>Total</b>	11	100	4	7

Amostra 2: Foi composta por 11 crianças, sem diagnóstico de sobredotação, de ambos os sexos e com idades compreendidas entre os 6 e os 13 anos (entre o 1º e o 8º ano de escolaridade), maioritariamente naturais de Lisboa (Tabela 3). Os participantes frequentavam uma Instituição de Tempos Livres, na região de Lisboa, sendo estudantes em escolas públicas e privadas do mesmo concelho. A amostra foi seleccionada de modo aleatório, tendo apenas como critério o sexo e a idade.

### **2.2.2. Instrumentos de Avaliação**

#### Questionário sobre Medos na Infância (QMI) – (Anexo 5)

Este questionário foi elaborado para sustentar o presente estudo, tendo como principal objectivo recolher informação sobre a consciência e vivência do medo em crianças em idade escolar, bem como as suas diferentes formas de actuação perante esta emoção.

<sup>1</sup> Esta Tabela procurou ser representativa da distribuição por idades e sexo de ambas as amostras utilizadas no estudo, já que a cada criança com diagnóstico de sobredotação se fez corresponder outra sem diagnóstico, com as mesmas características sociodemográficas.

Numa primeira análise, foi identificada a necessidade de utilização de um instrumento, que fosse exclusivamente adaptado a crianças e direccionado, sobretudo para a avaliação das estratégias por elas adoptadas. Ainda que a única escala existente em Portugal (Escala de Percepção do Medo) seja aplicável em idades superiores a 12 anos, foi com base nesta que se iniciou o desenvolvimento do Questionário, nomeadamente da estruturação dos seus itens. A EPM tem uma primeira versão constituída por 26 itens que avaliam a percepção do medo em diversos contextos e como resposta a diversos estímulos cognitivos, afectivos e de memória. A segunda versão da escala é constituída por sete itens que avaliam a reacção imediata após a exposição a um determinado estímulo visual ou auditivo (Freitas-Magalhães, 2009).

Para a elaboração do presente Questionário recorreu-se a literatura acerca dos Medos infantis, a partir da qual se seleccionaram 25 medos característicos, entre os 6 e os 13 anos. Numa primeira parte é constituído por uma questão inicial alusiva ao significado desta emoção: “O que é para mim ter medo?” e, por vinte e cinco itens, cada um representativo de um tipo de medo diferente. Pretende-se que os sujeitos assinalem a frequência com que os sentem, através da resposta: “Sim”, “Não”, “Às vezes”. Seguidamente são apresentadas uma série de pensamentos, emoções e reacções comportamentais acerca de cada um dos medos anteriormente mencionados. Espera-se não só que os indivíduos escolham as que mais se aplicam à sua situação pessoal, como também acrescentem outras. Dada a sua natureza não se procedeu a um estudo exaustivo do instrumento. Este questionário pretende ser um levantamento dos medos para uso clínico. Dele se extraíram dados que permitiram verificar eventuais diferenças entre as crianças sobredotadas e outras sem diagnóstico com características similares.

#### Entrevista Semi-Estruturada – (Anexo 6)

Um outro instrumento utilizado foi este tipo de Entrevista. Tal como refere Amado (2000), possibilita aceder a pensamentos automáticos, ao que não é directamente observável ou mensurável, como opiniões, emoções, ideias, preocupações, atitudes. De facto, tendo em conta as suas características considerou-se fundamental para complementar a recolha de dados.

Foi realizada tendo como foco a exposição a vinte e cinco fotografias (estímulos visuais potencialmente aversivos), referentes a cada um dos medos enunciados no questionário. Os participantes foram assim questionados quanto ao conteúdo das

imagens: “O que vês? O que está representado?” e observados, extraindo-se comportamentos/attitudes que foram registadas numa simples grelha de observação elaborada pelo investigador- (Anexo 7). A questão seguinte procurava avaliar sintomas de medo: “Sentes medo quando olhas para a imagem? Imagina-te na situação”. Caso a resposta fosse afirmativa então tentava compreender-se a formação e desenvolvimento do medo – “Porque achas que tens esse medo? O que te poderia acontecer se tivesses que enfrentar essa situação?”. Por último, era pedido que referissem o maior medo, ou tratando-se de mais do que um, hierarquizassem.

### **2.2.3. Procedimento de recolha de dados**

Sendo que este estudo engloba duas amostras caracteristicamente diferentes, a aplicação dos instrumentos foi realizada em momentos e espaços distintos.

Para a participação da amostra de crianças sobredotadas, estabeleceu-se, previamente, o contacto com a ANEIS, no qual foram explicitados os objectivos da investigação e salientada a importância do contributo das crianças, e de seguida, entregue um pedido de autorização, dirigido ao Presidente (Anexo 1). Quanto aos pais, distribuíram-se igualmente consentimentos informados, solicitando a sua compreensão e permissão da participação dos seus filhos (Anexo 3). A recolha de dados foi realizada durante os meses de Abril e Maio de 2014, ao Sábado de manhã, num espaço isolado e adequado, contíguo ao local onde se efectuavam as actividades da Associação.

A amostra de crianças sem diagnóstico foi contactada por intermédio de uma Instituição de tempos livres, à qual se entregou igualmente um pedido de autorização, dirigido ao Director (Anexo 2). Os pais de cada uma das crianças foram informados e questionados quanto à possibilidade de participação dos seus filhos no estudo (Anexo 4). A recolha de dados foi realizada durante os meses de Junho e Julho de 2014, num espaço disponibilizado, inserido nas instalações da Instituição.

Em ambas as amostras, o entrevistador esteve, em média, entre 45 minutos a 1 hora, com cada um dos participantes. No início eram lembrados aos participantes, os objectivos da investigação, bem como reforçada a garantia de confidencialidade e anonimato das suas respostas.

Primeiramente era aplicado o Questionário, dando-se liberdade às crianças para decidir se queriam ou não ser elas a preenche-lo. Caso contrário, as respostas eram registadas pelo entrevistador (no caso de crianças de 6 anos, há uma maior dificuldade na expressão escrita, comparativamente a crianças de 13). Posteriormente entrevistava-

se a criança de forma directa, sob meio de uma apresentação em formato Power-Point (presente num computador portátil) com um conjunto de imagens relativas a estímulos temidos na infância. Este segundo momento era gravado em suporte áudio, sendo mais tarde transcrito para análise.

#### **2.2.4. Procedimento de análise estatística**

Para efeitos de análise quantitativa foi utilizado o programa de análise estatística SPSS (*Statisc Package for the Social Sciences*). Com base neste programa procedeu-se apenas à comparação das frequências relativas aos diferentes tipos de medo, distribuídas por género e idade, de ambas as amostras.

#### **2.2.5. Procedimento de análise de dados qualitativos**

Esta investigação define-se como um estudo fenomenológico e interpretativo, optando-se maioritariamente pela metodologia de carácter qualitativo.

Não só a entrevista, mas também os questionários, dada a sua natureza, possibilitaram informação incapaz de ser mensurável quantitativamente. São exemplo as definições de medo sugeridas pelas crianças, as estratégias de resolução emocional que estas apontaram como diferentes das normativas, a percepção do medo na exposição aos estímulos, bem como explicações, comentários, reacções verbais ou comportamentais manifestadas.

## CAPÍTULO III

### 3.1. Apresentação de Resultados

O presente capítulo destina-se à apresentação dos resultados obtidos com o estudo realizado, encontrando-se dividido em duas partes.

Primeiramente irão constar os dados retirados da amostra de crianças sobredotadas, uma vez que é sobre esta população que reside o foco da investigação. Posteriormente, estes serão comparados aos dados obtidos através da amostra de crianças sem diagnóstico, pelo que serão expostos dados considerados pertinentes relativos também às respostas destas crianças.

#### 3.1.1. Conceptualização do Medo

Tabela 4  
*Definição de medo em crianças sobredotadas*

<i>O que é para mim ter medo?</i>	<b>Género</b>	<b>Idade</b>
<i>É ter pesadelos e nem perceber sobre o quê</i>	Masculino	6 Anos
<i>Uma coisa que me assusta, pelo cheiro também</i>	Feminino	6 Anos
<i>Quando estou assustado com algo e quando isso me amedronta</i>	Feminino	7 Anos
<i>É uma coisa que eu não quero fazer/ver, arriscar-me a fazer uma coisa perigosa</i>	Masculino	8 Anos
<i>É estar assustado, muito. São coisas que nos acontecem quando não estávamos à espera</i>	Masculino	9 Anos
<i>Quando acontece alguma coisa assustadora para nós</i>	Feminino	9 Anos
<i>Ter receio que lhe aconteça uma coisa má quando ocorre algo</i>	Feminino	11 Anos
<i>Receio de algo</i>	Masculino	12 Anos
<i>Não gostar tanto de uma coisa que nos perturba que tentamos evitá-la</i>	Masculino	12 Anos
<i>É não querer fazer uma coisa, não gostar que uma coisa aconteça</i>	Masculino	12 Anos
<i>Recear algo de forma a não querer estar perto disso, evitando-o</i>	Masculino	13 Anos

A Tabela 4 reúne onze significados diferentes, atribuídos ao conceito de Medo, por crianças sobredotadas. É visível a utilização da palavra “assustador” com maior frequência em idades mais precoces, comparativamente à palavra “receio” aplicada entre os 11 e os 13 anos. É interessante a referência a sentidos tais como o cheiro, o que pode evidenciar precocidade, por parte destas crianças, na capacidade de percepção do estímulo no seu todo. Aos 12 e 13 anos o medo é apresentado juntamente com uma

estratégia de resolução- o evitamento. No Anexo 9 constam as definições apresentadas por crianças sem diagnóstico de sobredotação.

### **3.1.2. Influência das variáveis contextuais**

Tendo em conta o Anexo 8, podem ser feitas observações, ainda que muito pouco significativas, a respeito da distribuição dos medos por Género, Estado Civil dos pais e Número de irmãos. Assim, a média de medos por criança é maior no sexo feminino, em ambas as amostras. Salienta-se, contudo, o caso de uma criança sobredotada do sexo masculino que acusou vinte e cinco tipos de medos diferentes. Na amostra sobredotada, o número de medos aumenta, em filhos de pais divorciados; contrariamente ao verificado na amostra de crianças sem diagnóstico. Tal poderá ser representativo do modo como indivíduos sobredotados lidam emocionalmente com situações adversas. Pode-se observar também uma redução no número médio de medos em crianças sobredotadas quando apresentam maior número de irmãos.

### **3.1.3. Identificação dos Tipos de Medos manifestados**

A Tabela 5 apresenta os vários tipos de medos evidenciados pelas crianças sobredotadas, em cada faixa etária. Aos 6 anos observa-se, por exemplo, que existe o medo de “perder o amor dos outros” ou “não ter amigos”- uma preocupação expectável no início da vida académica, em que grande parte do tempo semanal é passado na escola, a aprofundar competências relacionais e os pais/familiares têm uma presença física menor junto da criança. Observam-se também medos normativos tais como injeções, vacinas, elevadores. É frequente a referência a medos relacionados com filmes, livros ou jogos, tarefas muito características de crianças sobredotadas e que estimulam a sua criatividade e conseqüente emocionalidade. É curioso verificar que aos 13 anos é manifestado medo da água. No Anexo 10 observam-se os tipos de medos manifestados por crianças sem diagnóstico de sobredotação.

De um modo geral, verifica-se uma maior heterogeneidade na natureza dos medos identificados em cada faixa etária, em crianças sobredotadas. Assim, os mais referidos por estas foram: Medo de pessoas más; Medo de guerras; Medo de doenças e acidentes, Medo de estranhos, Medo da ausência dos pais e Medo da morte. Já as outras crianças (de acordo com os Anexos 10 e 11) referiram com maior frequência: Medo de estranhos, Medo de pessoas más, Medo de catástrofes, Medo da morte, Medo da

separação dos pais, Medo de doenças e acidentes. Tal é indicativo de semelhanças entre os principais receios das amostras.

Tabela 5

*Distribuição quantitativa e qualitativa dos medos por idades- em crianças sobredotadas*

Idade	Nº de crianças	Tipo de Medos	Outros
6	2	Estranhos, Pessoas más, Morte, Separação dos pais, Guerras, Doenças e Acidentes, Notas e Resultados escolares, Rejeição, Ficar/Estar sozinho, Falhar/Errar, Aparência Física, Bruxas/Monstros/Fantasmas, Ausência dos Pais, Magoar-se/Feridas	Não ter amigos, Injecções, Vacinas, Perder o Amor dos outros
7	1	Alturas, Pessoas más, Catástrofes Naturais, Ficar/Estar sozinho, Separação dos pais, Rejeição, Falhar/Errar, Aparência Física, Testes/Notas, Doenças e Acidentes, Notícias, Futuro, Guerras, Bruxas/Monstros/Fantasmas, Ausência dos pais, Escuro, Magoar/Feridas, Estranhos, Barulhos	Ser Assaltado
8	1	Objectos grandes, Pessoas más, Catástrofes naturais, Guerras, Morte, Barulhos, Alturas, Ausência dos pais, Ficar/Estar sozinho	Cair pela janela, Escadas rolantes e Elevadores
9	2	Estranhos, Magoar/Feridas, Animais, Pessoas más, Guerras, Ficar/Estar sozinho, Alturas, Catástrofes naturais, Futuro, Notícias, Doenças e Acidentes, Notas/Resultados escolares, Aparência física, Morte, Rejeição, Testes/Exames, Sobrenatural, Bruxas/Monstros/Fantasmas, Máscaras, Objectos grandes, Ausência dos pais, Escuro, Barulhos	Montanhas russas, Descidas grandes, Adrenalina, Actuar no teatro, Ser agredido fisicamente
11	1	Barulhos, Catástrofes Naturais, Guerras, Morte, Separação dos pais, Doenças/Acidentes, Futuro, Pessoas más, Ausência dos pais, Magoar/Feridas	Sons estranhos/Músicas (filmes e playstation, Ritmos acelerados
12	3	Barulhos, Animais, Alturas, Ausência dos pais, Ficar/Estar sozinho, Testes/Exames, Escuro, Pessoas más, Sobrenatural, Morte, Estranhos, Doenças/Acidentes, Aparência Física, Falhar/Errar, Catástrofes naturais, Notas/resultados escolares, Guerras	Filmes de terror, Bonecos e Nenucos, Morte dos outros, Espíritos- lenda
13	1	Estranhos/desconhecidos, Escuro, Ficar/estar sozinho, Falhar/Errar, Rejeição	Água

### 3.1.4. Aprofundamento de medos apresentados

Certos medos mencionados, tanto no preenchimento do questionário como na entrevista, foram reflectidos, opcionalmente, pelas crianças quanto à sua origem e formação ou impacto no quotidiano. Segue-se uma listagem destes medos e uma breve caracterização:

- Medo de ser Rejeitado pelos outros: *“Se me rejeitarem é porque não me merecem. É difícil ultrapassar situações destas. Antigamente gozavam comigo por eu ser gordinho. Acredito que as pessoas preferem conviver com os que são mais atléticos e por isso passei a ir ter com os que não me julgavam.”*
- Medo de Cair pela janela: *“Posso morrer, quando me debruço tenho sempre medo porque a minha mãe começou a assustar-me.”*
- Medo de Elevadores: *“Tenho um pressentimento que pode ir para baixo do rés-do-chão, tal como li num livro”.*
- Medo de Escadas rolantes: *“Já assisti a uma menina ficar presa com os atacadores nas escadas rolantes, por isso tenho sempre medo quando vou a um centro comercial e tento ter cuidado”.*
- Medo da Água: *“Pode aparecer um tubarão. Procuo não pensar nisso e divertir-me no mar. Se tiver razões, por exemplo, se houver ondas fico alerta, desconfortável e inquieto. Sempre me interessei muito pelo mar e o desconhecido e comecei a ler mitos relacionados. Como o mar é tão vasto podem existir coisas que desconhecemos. Não acredito em sereias, mas todos os mitos contêm um fundo de verdade, e isso leva-me a ter dúvidas.”*
- Medo de Filmes de terror: *“Faz-me muita confusão. Desde que vi com o meu pai um filme sobre monstros, passei a dormir com ele (12 anos). Agora deixei de ver filmes, ou então olho para outro sítio. Penso que esses monstros podem vir ao meu quarto e fazer-me mal, atacar-me até à morte.”*
- Medo de Bonecos: *“Aqueles que são mais realistas tais como nenucos assustam-me porque fazem-me lembrar coisas irreais. Há uns anos contaram-me que existiam na China uns que cuspiam sangue e choravam, e nunca mais me consegui aproximar.”*
- Medo de Espíritos: *“Desde que soube uma lenda que um espirito vagueia pela casa de alguns meninos que se portam mal.”*
- Medo de Actuar no teatro: *“Há pessoas não se importam de fazer os outros rir, mas eu importo-me que as pessoas se estejam a rir de mim.”*
- Medo de ser Agredido: *“Especialmente pessoas que não gostem de mim, tal como algumas da minha família. Já aconteceu muitas vezes quando me porto mal. Acho*

*que não está certo defender-me magoando os outros, por isso, por vezes, deixo-me maltratar.”*

### **3.1.4. Memória do Medo vs. Exposição visual ao estímulo**

Atentando o Anexo 12, observam-se discrepâncias entre a percepção de medo através da memória do estímulo aversivo e a exposição visual, em cada faixa etária. É possível verificar quais os tipos de medo em que tais diferenças ocorreram.

Tabela 6

*Discrepâncias encontradas na percepção dos medos por crianças sobredotadas*

Catástrofes (5 crianças)	Doenças (5 crianças)	Guerras (4 crianças)	Estranhos (4 crianças)
Ausência dos Pais (4 crianças)	Pessoas más (4 crianças)	Falhar (4 crianças)	Futuro (4 crianças)
Testes (3 crianças)	Barulhos (3 crianças)	Animais (3 crianças)	Alturas (3 crianças)

Na Tabela 6 identificam-se, de uma forma geral, o número de crianças que em cada medo apresentaram respostas inconsistentes, por exemplo e com maior frequência quanto ao Medo de Catástrofes Naturais, Medo de Doenças ou Medo de Guerras.

### **3.1.5. Pensamentos, Emoções e Comportamentos referidos**

A Tabela 7 ilustra os pensamentos e as emoções das crianças sobredotadas sobre os medos enunciados, bem como as estratégias comportamentais ou de outra natureza que utilizam com maior frequência. Em traços gerais, observa-se uma maior tendência para a desvalorização da situação e a comparação com os outros. Muitas crianças pensam habitualmente que não deveriam ter determinados medos ou que as consequências poderão pôr em perigo a sua própria vida. A auto-defesa (“Ainda sou pequenino”) ou a autocrítica não são tão mencionadas (“Sou piegas e maricas”). Em termos emocionais, as crianças relatam sentir-se sobretudo nervosas e inseguras em situações de medo. Em tais situações, reconhecem-se, com menor frequência, envergonhadas ou angustiadas. O comportamento mais típico é “tentar não pensar acerca do medo”, o que equivale a uma estratégia de evitamento. Segue-se a recordação de situações/objectos positivos como forma de compensação, o que é bastante contrastante com a realidade das crianças sem diagnóstico. Procuram os pais ou pessoas

significativas, ou seja recorrem a ajuda externa, também com bastante regularidade. Não são tão comuns reacções tais como gritar ou chorar. Com uma frequência idêntica, estas crianças referiram, ainda, tentar encontrar justificações para o medo ou esconder-se. Numa análise global, a amostra de crianças sobredotadas expressa maior número de pensamentos, emoções e comportamentos ao deparar-se com situações temidas, relativamente à outra amostra (Anexo 14).

Tabela 7

*Frequência dos pensamentos, emoções e comportamentos no total de Medos apresentados*

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
<i>Não me vai acontecer nada</i>	98	<i>Nervoso</i>	98	<i>Tento não pensar nisso</i>	98
<i>Não sou o único que tem medo</i>	63	<i>Inseguro</i>	79	<i>Lembro-me de coisas boas</i>	76
<i>Não devia ter este medo</i>	42	<i>Triste</i>	40	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>	34
<i>É só desta vez</i>	22	<i>Ansioso</i>	37	<i>Confronto-me com o medo</i>	24
<i>A minha vida vai acabar</i>	23	<i>Maldisposto</i>	27	<i>Escondo-me</i>	22
<i>Ainda sou pequenino</i>	19	<i>Irritado</i>	23	<i>Tento perceber porque tenho medo</i>	22
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	10	<i>Angustiado</i>	18	<i>Choro</i>	16
<i>Sou piegas e maricas</i>	6	<i>Envergonhado</i>	12	<i>Grito</i>	6

Relativamente a cada um dos medos, podem ser encontradas as estratégias utilizadas pelas crianças, no Anexo 13, bem como pensamentos (automáticos por exemplo) e emoções alternativas.

De modo sintetizado, observam-se pensamentos bastante catastróficos, tais como “Estou sozinho no mundo” ou “Estou perante uma tragédia greco-romana”, e mais negativos que optimistas. Apesar disso, estes também são evidenciados: “É só um animal”, “Os pais hão-de aparecer”. É interessante reparar em referências a figuras imaginárias: “Vão pôr-me zômbie” ou “Podem aparecer fantasmas que me façam mal”. Há a demonstração de ideias acerca do ser humano e do mundo: “O ser humano é inútil perante a natureza”- no caso por exemplo do Medo de Catástrofes Naturais, “É só por ganância que existem as guerras”, “Muitas coisas foram descobertas quando as pessoas erraram”. Muitos pensamentos sugerem, para além disso, a consciência da perigosidade de certas situações e das suas consequências: “Posso não conseguir alcançar os meus objectivos”- no caso do Medo do Futuro. Mencionam frequentemente o impacto que os outros têm em si: “Os pais vão-se desiludir se tiver más notas” ou “Há pessoas que gostam de mim” no caso do Medo da Rejeição. E finalmente verifica-se tendência para

pensamentos caracterizados por auto-exigência nomeadamente: “Não devo chumbar”, “Tenho que me comportar de forma ética”, “Devo chamar o tratador ou a polícia”- no caso de Medo de Animais.

Em termos emocionais, verifica-se uma grande frequência na utilização da palavra “assustado”, em várias situações de medo. Existem alusões a solidão e inquietude. Outras emoções menos vezes percepcionadas são: alerta, sossegado, arrependido, incapacitado, enjoado ou humilhado- que, por sua vez, podem ser consideradas bastante elaboradas para ser reconhecidas com clareza na infância. Finalmente destacam-se emoções positivas tais como: calmo, tranquilo, seguro, contente.

Quanto às reacções comportamentais salientam-se atitudes como fugir ou abandonar a situação. Outras sugeridas pelas crianças, e mais desadaptativas são, por exemplo, morder ou lutar. Há uma grande tendência para desviar a atenção para estímulos distractores, tais como ver televisão ou rezar. É visível uma clara necessidade de controlo de situações como o medo do contacto com animais: “Aproximo-me do animal, torno-me amigo dele e assim ele não me ataca” ou “Renovo as lâmpadas todas para que não falhem”- no caso do Medo do Escuro. Expressões que merecem ser enfatizadas são: “Observo a evolução da espécie humana e percebo o que pode ser melhorado” (Medo dos Media) e, também, “Aprendo para não voltar a errar”, que exemplifica uma proposta madura e adaptativa para lidar com o medo de Errar.

## CAPÍTULO IV

### 4.1. Discussão e Conclusões

No que concerne à conceptualização do Medo, conclui-se que as crianças sobredotadas apresentam definições e significados mais elaborados, relativamente às outras. Têm tendência a evidenciar, simultaneamente, estratégias de resolução dos medos e, servem-se de termos complexos para o caracterizar, tais como: amedrontar.

Estas crianças evidenciam muitos medos que são comuns aos das crianças sem diagnóstico. Assim sendo, crianças sobredotadas de 6 anos afirmam ter medo de bruxas, monstros e fantasmas, ausência dos pais, feridas e pessoas más, que são expectáveis nesta faixa etária em crianças com um desenvolvimento dito “normal”. Ainda assim, muitos outros medos são manifestados, que seriam previsíveis em idades mais avançadas, tais como, Medo da Aparência Física ou de Notas e Resultados Escolares. Aos 7 anos esta tendência mantém-se, ao expressarem Medo da Separação dos Pais, do Futuro e das Notícias dos *Media*. Estes últimos são indicadores do grau de interesse destas crianças pelo seu percurso de vida e o bem-estar das outras pessoas (Alencar, 2007). Ao mesmo tempo que reflectem sobre tais temáticas, também as receiam, dada a precoce consciência da realidade que os rodeia. No sentido oposto, apresentam, em faixas etárias mais tardias, medos que não seriam expectáveis, como por exemplo aos 13 anos, Medo de Estar sozinho, Estranhos, Barulhos.

A preocupação com o contexto escolar surge bastante cedo. Ao mesmo tempo que o desempenho cognitivo é mais acelerado, revelam-se apreensivas face à socialização com os colegas e mesmo professores (Oliveira, 2007). Tornam-se exigentes consigo mesmas e estabelecem metas mais altas em relação ao seu desempenho académico, que as restantes crianças.

É possível identificar medos relativos à ideia de aventura, como por exemplo aos 9 anos “Medo de Montanhas Russas, Descidas grandes, Adrenalina”. Por serem muito racionais têm uma consciência alargada das consequências, que os leva a ponderar determinadas situações. E é, ainda, engraçado perceber que por terem uma idade mental acima da média (Silverman, 1993), pensam com maior maturidade e sensatez - relativamente à agressão física, por exemplo. São crianças que, embora sejam vistas como emocionalmente mais instáveis e susceptíveis a manifestações impulsivas (Franco & Beja; Candeias & Pires, 2011), ganham desde logo noção de que existem soluções e

comportamentos alternativos tais como o diálogo. Dadas as suas inseguranças e ideia de que não são compreendidas, referem-se muitas vezes a este tipo de medo - “Tenho medo que me agriam fisicamente, o que já aconteceu várias vezes quando me portei mal. Acho que não está certo defender-me magoando os outros, por isso, por vezes, deixo-me maltratar”.

Podem ser reflectidos também, os medos de Ritmos acelerados, Sons estranhos ou de Nenucos (aos 11 e 12 anos). De facto são indivíduos que detêm um pensamento associativo muito desenvolvido (Bernardo, 2008). É evidente através do medo de ouvir um coração bater, por exemplo. Tal como todos os outros medos, têm origem em algum momento/situação que marcou de certa forma a criança e que a impediu de perceber como normal, o mesmo estímulo, em situações seguintes. Contudo, verifica-se que muitos se relacionam com filmes (nomeadamente de terror ou ficção científica), livros, séries ou jogos, de onde as crianças extraem conhecimentos que seriam demasiado complexos ou rebuscados para indivíduos da mesma faixa etária.

As crianças sobredotadas são, por natureza, mais interessadas na compreensão do seu próprio funcionamento, bem como das relações causa-efeito entre as situações, face às outras (Bastos, 2009). Deste modo, respondem de forma mais fundamentada e pormenorizada quando lhes é pedido que reflectam acerca dos seus medos. Retiram conclusões de experiências anteriores e mostram-se adaptadas aos novos desafios que se lhes impõem. É curioso reparar que cenários naturais do quotidiano, tais como escadas rolantes poderão assustar estas crianças, pelo simples facto de terem observado situações em que constituíram perigo para outras crianças.

O Medo de Actuar no Teatro, evidenciado por um sujeito, ilustra o receio de exposição social, característico desta população. Ainda que se sinta com capacidades para o fazer, decorando os textos ou encarando a personagem proposta perfeitamente, questiona-se sobre o impacto que a sua prestação terá no público, quais as emoções transmitidas e se a mensagem global foi bem captada.

No que toca à percepção dos estímulos interessa salientar que as crianças sobredotadas respondem, por vezes, de forma contraditória perante o mesmo tipo de medo. A título de exemplo, cinco crianças afirmaram ter Medo de Catástrofes e Doenças em apenas uma das situações apresentadas (exposição à imagem ou questionário). Resultados afirmativos na exposição visual indiciam incapacidade, por parte das crianças, para lidar com as exigências apresentadas. Estes dados permitem

verificar que estímulos imediatos e inesperados provocam reacções de maior desconforto e temor, não lhes concedendo oportunidade de criação de um plano, estratégia, solução. Resultados afirmativos no questionário sugerem a identificação destes indivíduos com situações semelhantes, ocorridas no passado; ou seja, permitem-lhes aceder a memórias ou cognições. Em resumo, se na exposição visual a criança fica cingida ao que vê na imagem e tem uma possibilidade de associação a estímulos idênticos mais reduzida, na exposição ao questionário é-lhe concedida a liberdade mental de perceber o medo tendo em conta a representação que tem dele.

Relativamente às Estratégias utilizadas pelas crianças sobredotadas, conclui-se que, de uma forma global, manifestam estratégias cognitivas e comportamentais mais elaboradas que as outras crianças, sendo que antecipam facilmente consequências, ao contrário das outras.

Apresentam uma noção clara dos objectivos que são necessários estabelecer para ter sucesso e controlo da situação (Chagas & Fleith, 2010). Relativamente ao Medo das Notas, muitas afirmam que estudar e estar com mais atenção nas aulas são algumas medidas que diminuem a ansiedade. Utilizam muitas estratégias baseadas na resolução do medo, enfrentando-o. Por vezes podem ser consideradas incisivas, não se permitindo a viver emocionalmente as situações temidas, dada a sua forte componente racional (Bahia & Trindade, 2012). Valorizam os mais velhos, optando por comportar-se de acordo com os seus avisos e ensinamentos perante situações em que manifestam medo. Embora muitas das estratégias assentem numa lógica de maior discernimento, estas crianças também se revelam agressivas e com atitudes inconsequentes. Tal é verificado com maior frequência em idades mais novas (lutar, correr, fugir).

Os resultados indicam que estas crianças têm pensamentos baseados na generalização (Tudo ou Nada). Por exemplo “Vou morrer” ou “Não existe nada que me possa fazer mal”, quando estão perante estímulos temidos. Também se destaca um elevado sentido de justiça (Alencar, 2007), que é expresso no modo como dão significado aos acontecimentos. Assim, em relação ao medo de Guerras, expressam opiniões, tais como “Era melhor acabar com a guerra, as pessoas estão a proceder mal”. É comum uma forte preocupação com os elementos familiares e de maior proximidade afectiva (Renzulli, 1998) “Os pais gostam muito um do outro, vão continuar juntos” (Medo da Separação) ou “Devem estar quase a chegar, não tenho que me preocupar” (Medo da Ausência dos pais). São crianças mais descritivas da realidade, que

naturalmente são mais observadoras que as outras. Este facto leva a que tenham um maior número de situações pela consciência dos riscos que correm: “Posso ser roubado / posso ser comido por um animal / pode avariar-se e fazer-me mal”. A integridade física é uma preocupação transversal às idades consideradas. Assim, observam-se pensamentos alusivos à protecção da própria criança, à segurança do seu corpo bem como dos seus familiares. É interessante verificar que o factor da idade não constitui para estas crianças justificação para os medos, mas sim a gravidade das situações: “Se não for suficientemente grave; Não poderei queixar-me da ferida”, “Sou retardado”. É também de realçar o pensamento céptico face a situações desconhecidas: “Não é verdade; É criação mental das pessoas” e o relativismo patente em afirmações como: “cada um nasceu como nasceu”, “é algo natural na vida”. Por fim, os dados permitem concluir que expressam crenças fixas: “Vou para o céu e vou ser santo; o tempo ajuda-me a esquecer e a habituar-me”, face ao Medo do Sobrenatural.

Quanto às emoções, os dados sugerem que as crianças reagem de forma nervosa com bastante regularidade, bem como insegura, em situações de medo- o que vai de encontro à caracterização que é feita a respeito da sua emocionalidade (Bahia & Trindade, 2012). Pressupõe-se que, embora estas crianças adoptem determinadas estratégias, à partida, eficazes; têm também reacções emocionais marcadas por uma grande ansiedade. Tais reacções poderão dificultar as suas tomadas de decisão na gestão do Medo.

A partir das entrevistas realizadas, é possível afirmar, que as crianças sobredotadas centram a sua atenção preferencialmente no contexto envolvente do que no foco central. Tal é visível na interpretação das imagens, em que descreveram de forma completa e meticulosa os detalhes (cores, movimento, espaços), e ainda colocaram hipóteses acerca dos objectivos ou pensamentos das figuras humanas intervenientes. O estímulo propriamente dito, foi por vezes negligenciado. Tal está de acordo com a literatura (Alencar, 2007). Servem-se com bastante facilidade de termos e conceitos que não seriam expectáveis para a sua idade, nomeadamente na caracterização das estratégias. Comparativamente às crianças normais, o tempo de interacção foi bastante elevado, assinalado por maior número de expressões faciais, comentários, maiores níveis de rapidez nas respostas e bastantes exclamações.

## 4.2.Limitações do Estudo

Uma das primeiras dificuldades encontradas prende-se com a dimensão reduzida da(s) Amostra(s). O número de participantes foi seleccionado tendo em conta a quantidade de crianças que se encontravam a frequentar a Associação, no período pretendido. Considera-se então pouca significativa (11 sujeitos sobredotados), levando necessariamente a resultados menos precisos. Tal sustenta o facto de se tratar de um estudo qualitativo e de carácter informativo. Para além disso, a distribuição das idades das crianças foi realizada de forma pouco uniforme, surgindo obstáculos à comparação clara entre faixas etárias (por exemplo, existem três indivíduos com 12 anos e 1 apenas de 7 anos).

A aplicação dos instrumentos cingiu-se às condições dos locais respectivos onde se encontravam as crianças. A disponibilidade horária das mesmas atrasou, por vezes, o prosseguimento do estudo. Também outros elementos tais como sons provenientes do ambiente envolvente (ainda que tivesse sido utilizado um espaço isolado) ou interrupção das actividades da criança (maior desconcentração) foram incontroláveis e tiveram que ser tidos em conta. O facto de o ambiente ser familiar e conhecido, levou a que a criança procurasse exercer maior controlo sobre ele e sobre a própria interacção.

Quanto aos instrumentos podem ser consideradas determinadas falhas, que poderão ter influenciado os dados obtidos. Assim, o questionário foi construído para o presente estudo e verificou-se bastante extenso. Tal dificultou a capacidade atencional de algumas crianças, que consideraram uma tarefa em parte monótona. Dado que as definições de medo (como pode ser observado a partir do que foi referido pelos sujeitos) são diferentes entre si, os restantes conceitos mostraram-se subjectivos, levando a uma limitada operacionalização. No caso da entrevista, todas as imagens seleccionadas foram escolhidas rigorosamente e procuraram corresponder o melhor possível ao estímulo em questão. No entanto tiveram que ser salvaguardados factores como a integridade psicológica da criança face a conteúdos de natureza nociva ou violenta. Posto isto e de acordo com o *feedback* de alguns elementos da amostra, nem sempre se apresentaram suficientemente claras ou evidentes, o que diminuiu, a partida, o efeito esperado.

Também o facto de se tratar de uma exposição visual ao estímulo e não propriamente de um contacto directo com a situação (impossível dadas as características da investigação) consistiu numa dificuldade, que confere uma certa artificialidade à

análise. Ainda assim, permitiu obter dados para reflexão, sendo o cenário mais próximo da realidade.

Terminando, salienta-se a escassa fundamentação teórica disponível na literatura acerca do Medo neste tipo de população. Evidenciou-se uma limitação quer no início do estudo de forma a enquadrá-lo, quer no final como sustentação dos dados obtidos e projecção futura.

#### **4.3. Implicações e Directrizes futuras**

Este trabalho permitiu a recolha de evidências que suportam a teoria existente sobre o desenvolvimento emocional das crianças sobredotadas, mais precisamente acerca da formação de medos.

A respeito desta temática seria pertinente a elaboração de um maior número de investigações, que permitissem uma maior consistência ao nível das conclusões. Estudos realizados *in loco* teriam certamente um efeito mais desejável comparado a exposições indirectas aos estímulos. Caso fosse alargado o número de participantes nas amostras, poderiam ser obtidos resultados mais precisos e fundamentados, que ilustrassem com maior homogeneidade a compreensão da percepção do medo por parte destas crianças. Considera-se ainda interessante, a elaboração de estudos que avaliem o impacto dos medos infantis, em indivíduos sobredotados, na idade adulta. Para além disso, investigações que procurem analisar a gestão da sua emocionalidade, face aos desafios com que se deparam.

O Medo é uma emoção comum a todos os indivíduos, tanto crianças como adultos. Dado o seu impacto, em parte disfuncional, no corpo humano; torna-se necessário conhecer as suas características e exercer controlo sobre ele. Na infância nem sempre tal é possível, dada a natureza imatura das crianças e a sua falta de autoconsciência. Cabe assim aos pais e educadores, com quem mantêm um contacto próximo e regular, estar alerta para eventuais situações que possam despoletar ansiedade ou temor. Na presença de medos poderão desmistificá-los e ajudá-los a entender quais os perigos reais que correm.

O caso das crianças sobredotadas é ligeiramente diferente, já que estas são por natureza mais desenvolvidas a nível cognitivo (Oliveira, 2007) que o normal. Posto isto, e tal como observado ao longo do presente estudo, têm um maior entendimento do Medo e das consequências que este poderá ter nelas próprias e nos outros. Deverá

existir uma maior sensibilização para o facto de que são crianças com um desenvolvimento emocional mais atrasado (Alencar, 2007), necessitando de acompanhamento e intervenção tanto a nível familiar, como por parte do contexto escolar. Acontece que em muitos casos é indispensável recorrer à psicologia clínica, revelando-se esta um forte contributo para a análise dos medos que são desadaptativos e implementação de técnicas que ajudem na sua expressão e regulação. A título de exemplo destaca-se o desenho infantil. É uma actividade bastante praticada que permite à criança expor as suas relações com o mundo em redor. De uma forma geral, serve-se deste para representar o seu desenvolvimento social, afectivo e cognitivo (Grisa & Lemes, 2008).

Em síntese, este estudo constituiu um primeiro passo no conhecimento desta emoção e da sua expressividade na população sobredotada. Permitiu retirar conclusões e acrescentar informação à caracterização que é habitualmente realizada sobre estas crianças. Contudo, considera-se fundamental alimentar o interesse e a dedicação a esta área do conhecimento, procurando ajudar as crianças a dominar o medo e não a ser dominadas por ele.

## Referências Bibliográficas

- Abe, J. A. A., & Izard, C. E. (1999). A longitudinal study of emotion expression and personality relations in early development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 566-577.
- Abe, J. A. A., & Izard, C. E. (1999). The developmental functions of emotions: An analysis in terms of differential emotions theory. *Cognition & Emotion*, 13(5), 523-549.
- Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (2004). Emotion cognition in children and adolescents: Introduction to the special issue. *Journal of Experimental Child Psychology*, 89(4), 271-275.
- Aldrich, H., Renzulli, L. A., & Langton, N. (1998). Passing on privilege: Resources provided by self-employed parents to their self-employed children. *Research in social stratification and mobility*, 16, 291-318.
- Alencar, E. M. (1986). *Psicologia e educação do superdotado*. São Paulo: EPU.
- Alencar, E. M. L. S. & Fleith, D. D. S. (2001). *Superdotados: determinantes, educação e ajustamento* (2ª Ed.). São Paulo: EPU.
- Alencar, E. M. L. S. (2007). Características sócio-emocionais do superdotado: questões actuais. *Psicologia em estudo (Online)*, 12, 371-378.
- Alencar, E. M. L. S., & Virgolim, A. M. R. (1999). Dificuldades emocionais e sociais do superdotado. In F.P.N. Sobrinho & A.C.B. Cunha (Orgs.), *Dos problemas disciplinares aos distúrbios de conduta* (pp. 89-114). Rio de Janeiro: Dunya.
- Alencar, E. M. S. (2001). *Criatividade e educação de superdotados*. Petrópolis: Vozes.
- Almeida, L. & Oliveira, E (2000), Os professores na identificação dos alunos sobredotados, In L. Almeida, E. P. Oliveira & A.S. Melo (orgs), *Alunos sobredotados: contributos para a sua identificação e apoio*. (pp. 43-53). Braga: Edições ANEIS.
- Amado, J. (2000). A técnica de análise de conteúdo. *Revista Referência*, 5, 53-63.

American Psychiatric Association (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. (3rd, Ed.) Washington: DC: Author.

American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV)*. American Psychiatric Association.

Bahia, S. (2011). A Vida Emocional e Afetiva dos Alunos Sobredotados. *Revista Diversidades*, 34, 7-11.

Bahia, S., & Trindade, J. P. (2012). Emoções na sobredotação: da teoria à prática. *Amazônica*, 10(3), 165-185.

Baker, J. A. (2004). Depression and suicidal ideation among academically gifted adolescents. *Gifted Child Quarterly*, 39, 218–223.

Baptista, A. (2000). Perturbações do medo e da ansiedade: uma perspectiva evolutiva e desenvolvimental. In I. Soares (Ed.), *Psicopatologia do desenvolvimento: Trajectórias (in) adaptativas ao longo da vida*, (pp. 88-141). Coimbra: Quarteto.

Baptista, A., Carvalho, M., & Lory, F. (2005). O medo, a ansiedade e as suas perturbações. *Psicologia*, 19(1-2), 267-277.

Barrett, P. M., Rapee, R. M., Dadds, M. M., & Ryan, S. M. (1996). Family enhancement of cognitive style in anxious and aggressive children. *Journal of abnormal child psychology*, 24(2), 187-203.

Bastos, A. (2009). A percepção dos professores sobre os alunos sobredotados versus o alheamento da escola.

Bernardo, C. A. A. (2008). As relações interpessoais da criança sobredotada.

Campos, J. J., Frankel, C. B., & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. *Child development*, 75(2), 377-394.

Carr, A. (2000). Evidence-based practice in family therapy and systemic consultation. *Journal of Family Therapy*, 22(1), 29-60.

Carvalho, A. P. (2013, Outubro 9). RTP. Retirado de: Medos da Infância, Sociedade Civil: <http://www.rtp.pt/programa/tv/p29834>.

Chagas, J. F., & Fleith, D. D. S. (2010). Abilities, personal characteristics, interests and learning styles of talented adolescents. *Psico-USF*, 15(1), 93-102.

Colangelo, N. (1991). Counseling gifted students. In N. Colangelo & G. A. Davis (Eds.), *Handbook of gifted education* (pp. 273- 282). Boston: Allyn and Bacon.

Coleman, L. J., & Cross, T. L. (2000). Social-Emotional Development an the Personal Experience of Giftedness. In M. J. Franz, K. A. Heller, R. J. Sternberg, & R. F. Subotnik, *International Handbook of Giftedness and Talent* (pp. 203-212). Oxford: Elsevier Science.

Collins, W. A., Harris, M. L., & Susman, A. (1995). Parenting during middle childhood. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting*, (p. 65-89). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Cummings, E. M., Davies, P. T., & Campbell, S. B. (2000). *Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications*. New York: Guilford Press.

Cunha, M. & Salvador, M.C. (2000). Fobia social na infância e adolescência: diagnóstico, avaliação e tratamento. In José Pinto Gouveia (Ed.), *Ansiedade social: da timidez à fobia social*, 359-436. Coimbra, Quarteto.

Davis, W. A. (1987). The varieties of fear. *Philosophical Studies*, 51(3), 287-310.

Delumeau, J. (1989). *O Medo do Ocidente, 1300-1800: uma cidade sitiada*. São Paulo: Companhia das Letras.

Derryberry, D., & Rothbart, M. K. (2001). Early temperament and emotional development. In A. F. Kalverboer & A. Gramsbergen (Eds.), *Brain and behavior in early development* (pp. 967-990). Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic Publications.

Dunn, J., & Brown, J. (1994). Affect expression in the family, children's understanding of emotions, and their interactions with others. *Merrill-Palmer Quarterly*, 40(1), 120-137.

Dunn, J., Brown, J., & Beardsall, L. (1991). Family talk about feeling states and children's later understanding of others' emotions. *Developmental Psychology*, 27(3), 448-455.

Falcão, I. J. C. (1992). *Crianças sobredotadas: Que sucesso escolar?* RioTinto: Asa.

Fernandes, H. S., Mamede, C. M., & Sousa, T. M. (2004). Sobredotação: Uma realidade, um desafio. *Cadernos de Estudo. Porto*, 51-56.

Fonseca, A. C. (1993). Medos em crianças e adolescentes: um estudo sobre a população portuguesa. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 27(1), 75-92.

Franco, G., Beja, M. J., Candeias, A., & Pires, H. (2011). As crianças sobredotadas: Inteligência Emocional e Relações Afectivas. *Revista Diversidades*, 34, 11-14.

Freitas-Magalhães, & Batista, J. (2009). Escala de Percepção do Medo: Primeiro Estudo de Construção e Validação na População Portuguesa. *Revista da Faculdade de Ciências da Saúde*, 428-438.

Gardner, H. (1995). Inteligências múltiplas. *Porto Alegre. Artes Médicas*.

Graziano, A. M., DeGiovanni, I. S., & Garcia, K. A. (1979). Behavioral treatment of children's fears: A review. *Psychological bulletin*, 86(4), 804-30.

Greenberg, M. T., Kusche, C. A., & Speltz, M. (1991). Emotional regulation, self-control, and psychopathology: The role of relationships in early childhood. In D. Cicchetti & SL Toth (Eds.), *Internalizing and externalizing expressions of dysfunction* (pp. 21–55). Hillsdale NJ: Erlbaum.

Grisa, A., & Lemes, A. (2008). Tenho medo de quê?: Aguçando o olhar do/a professor/a da educação infantil.. Retirado de: <http://guaiba.ulbra.tche.br/pesquisas/2008/artigos/pedagogia/385.pdf>

- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Gross, M. U. (1993). Nurturing the talents of exceptionally gifted individuals. *International handbook of research and development of giftedness and talent*, 1, 473-490.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (1998). *Fisiologia Humana e Mecanismos das Doenças*. (6<sup>a</sup> Ed.). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Hasenbring, M. I., Hallner, D., & Rusu, A. C. (2009). Fear-avoidance-and endurance-related responses to pain: Development and validation of the Avoidance-Endurance Questionnaire (AEQ). *European Journal of Pain*, 13(6), 620-628.
- Heberlein, A. S., & Atkinson, A. P. (2009). Neuroscientific evidence for simulation and shared substrates in emotion recognition: beyond faces. *Emotion Review*, 1(2), 162-177.
- Holanda, V. N., Bezerra, A. S., Tavares, A. R., Cícera, I. R., Mamede, L. T., Araújo, R. L. & Lopes, C. M. (2013). As bases biológicas do medo: Uma revisão sistemática da literatura. *Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia*, 1(3), 1-15.
- Hollingsworth, L. (1942). Children above 180 IQ. *The Teachers College Record*, 44(1), 56-56.
- Ingman, K. A., Ollendick, T. H., & Akande, A. (1999). Cross-cultural aspects of fears in African children and adolescents. *Behaviour research and therapy*, 37 (4), 337-345.
- Izard, C. E., Fine, S., Mostow, A., Trentacosta, C., & Campbell, J. (2002). Emotion processes in normal and abnormal development and preventive intervention. *Development and Psychopathology*, 14(04), 761-787.
- Kendall, P. C., Chansky, T. E., Freidman, M., Kim, R., Kortlander, E., Sessa, F. M., & Siqueland, L. (1991). Treating anxiety disorders in children and adolescents. In P. C. Kendall (Ed.), *Child and adolescent therapy: Cognitive-behavioral procedures* (pp. 131-164). New York: Guilford Press.
- Kristensen, A. S., Mortensen, E. L., & Mors, O. (2009). The structure of emotional and cognitive anxiety symptoms. *Journal of anxiety disorders*, 23(5), 600-608.

- Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9(3), 371-375.
- Ledoux, J. E. (2000). Emotions circuits in the brain. *Annual Review of Neuroscience*, 23, 155-184.
- Lehman, E. B., & Erdwins, C. J. (2004). The social and emotional adjustment of young intellectually gifted children. *Social/emotional issues, underachievement and counseling of gifted and talented students*, (pp. 1-8). Thousand Oaks: Corwin.
- Mascolo, M. F., & Griffin, S. E. (1998). *What develops in emotional development?*. Plenum Press.
- Mönks, F. (1997). Alunos sobredotados na turma: A questão da identificação e da programação. In Actas da Conferência sobre Sobredotação (pp. 101-119). In Silva, M. E. (Org.) *Actas da Conferência sobre Sobredotação*. Lisboa, Ministério da Educação.
- Mönks, F. J. (1992). Development of gifted children: The issue of identification and programming. In F. J. Mönks, & W. A. M. Peters (Eds.), *Talent for the future*, (pp.191-202). Assen, The Netherlands: Van Gorcum.
- Murphy, C. M., & Richard R, B. (1973). Active and passive participation in the contact desensitization of snake fear in children. *Behavior Therapy*, 4(2), 203-211.
- Neihart, M. E., Reis, S. M., Robinson, N. M., & Moon, S. M. (Eds.) (2002). *The social and emotional development of gifted children: What do we know?* Waco, TX: Prufrock Press.
- Nishida, S. Y. (2011). Advancement of motion psychophysics: Review 2001–2010. *Journal of Vision*, 11(5), 11.
- Oatley, K., & Jenkins, J. M. (1996). *Understanding emotions*. Cambridge: Blackwell Pub.
- Ordiozola, E. E. (1993). *Transtornos de ansiedad en la infancia*. Madrid: Ediciones Pirámides.

Öhman, A., & Rück, C. (2007). Four Principles of Fear and Their Implications for Phobias. In Rottenberg, J. & Johnson, S. (Eds.), *Emotion and psychopathology: bridging affective and clinical science*. (pp. 167-189). Washington, DC, US: American Psychological Association.

Oliveira, E. P. (2007). Alunos sobredotados: a aceleração escolar como resposta educativa. Tese de Doutoramento em Psicologia - Área de Especialização em Psicologia da Educação. Retirado de: Universidade do Minho: <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/7081>.

Ollendick, T. H., Grills, A. E., & Alexander, K. (2001). Fear, worries and anxiety in children and adolescents. In F. Essau, C. A., & Petermann (Ed.), *Anxiety Disorders in children and adolescents: Epidemiology, risk factors, and treatment* (pp. 1-35). Brunner- Routledge.

Paschoal, T., & Tamayo, Á. (2004). Validação da escala de estresse no trabalho. *Estudos de Psicologia*, 9(1), 45-52.

Pereira, M. (2000). Sobredotação: A pluralidade do conceito. *Sobredotação*, 1(1, 2), 147- 178.

Pereira, M., Seabra-Santos, M. J., & Simões, M. R. (2003). Estudos com a WISC-III numa amostra de crianças sobredotadas. *Sobredotação*, 4(2), 69-89.

Perez, R. J. Doogie Howser, MD, Ph. D., Ed. D.: The Myths and Realities of Gifted Students in Higher Education. *The Vermont Connection*, 22, 71-80.

Reis, S. M., & Renzulli, J. S. (2004). Current research on the social and emotional development of gifted and talented students: Good news and future possibilities. *Psychology in the Schools*, 41(1), 119-130.

Renzulli, J. (1986). The three rings of giftedness: A developmental model for creative productivity. In R. J. Sternberg & J. E. Davidson (Eds), *Conceptions of giftedness* (pp. 53-92). New York: Cambridge University Press.

Renzulli, J. S. (1978). What makes giftedness? Reexamining a definition. *Phi Delta Kappan*, 60(3), 180.

Renzulli, J. S. (1998). A Rising Tide Lifts All Ships: Developing the Gifts and Talents of All Students. *Phi Delta Kappan*, 80(2), 104-111.

Renzulli, J. S. (2000). The identification and development of giftedness as a paradigm for school reform. *Journal of Science Education and Technology*, 9(2), 95-114.

Rodrigues, N. C. (2010). Pais de crianças Sobredotadas: Representações e dimensões parentais. Dissertação de Mestrado. Lisboa: FPUL. Retirado de: Universidade de Lisboa. Faculdade de Psicologia: [http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2657/1/ulfp037500\\_tm.pdf](http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2657/1/ulfp037500_tm.pdf).

Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). *Pygmalion in the Classroom: Teacher Expectation and Pupils' Intellectual Development*. Austin, Tex.: Holt, Rinehart and Winston.

Rothbart, M. K. (1994). Emotional development: Changes in reactivity and self-regulation. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotion: Fundamental questions*, (pp. 369-372). New York: Oxford University Press.

Saarni, C. (1997). Emotional competence and self-regulation in childhood. In P. Salovey & D. J. Sluyter (Ed.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*, (pp. 35-66). NY: Basic Books.

Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. Guilford Press.

Safren, S. A., Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (1999). Factor structure of social fears: The Liebowitz Social Anxiety Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 13(3), 253-270.

Senos, J., & Diniz, T. (1998). Auto-estima, resultados escolares e indisciplina. Estudo exploratório numa amostra de adolescentes. *Análise psicológica*, 16(2), 267-276.

Serra, H., (2004). *O aluno Sobredotado / A Criança Sobredotada*, V. N. Gaia, Edições Gailivro.

Silverman, L. K. (1993). *Counseling the gifted and talented*. Love Publishing Co., 1777 South Bellaire St., Denver.

Silverman, L. K. (2002). Asynchronous development. *The social and emotional development of gifted children: What do we know*, 31-37.

Silverman, W. K. (1991). Diagnostic reliability of anxiety disorders in children using structured interviews. *Journal of Anxiety Disorders*, 5(2), 105-124.

Skinner, E. A., & Wellborn, J. G. (1994). Coping during childhood and adolescence: A motivational perspective. In: Lerner R.M., Featherman D.L., Perlmutter M., editors. *Life-span development and behavior*. Vol. 12. (pp. 91–133). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The development of coping. *Annu. Rev. Psychol.*, 58, 119-144.

Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological bulletin*, 129(2), 216.

Solomon, R. C. (1995). The cross-cultural comparison of emotion. *Emotions in Asian thought*, 253-294.

Sturges, J. W., & Sturges, L. V. (1998). In vivo systematic desensitization in a single-session treatment of an 11-year old girl's elevator phobia. *Child & family behavior therapy*, 20(4), 55-62.

Sulls, J. & Wan, C.K. (1987). In search of the false-uniqueness phenomenon: fear and estimates of social consensus. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 211-217.

Sweeney, M., & Pine, D. (2004). Etiology of Fear and Anxiety. In: Ollendick TH, March JS, editors. *Phobic and anxiety disorders in children and adolescents: A clinician's guide to effective psychosocial and pharmacological interventions*. New York: Oxford University Press. Pp. 34-60.

Terrassier, J. C. (1979). Gifted children and psychopathology. The syndrome of dyssynchrony. In J. J. Gallagher (Ed.), *Gifted children: Reaching their potential*, (pp. 434-440). Jerusalem: Kollek & Son.

Terrassier, J. C. (1981). The negative pigmalian effect. In A. H. Krmaer (Ed.), *Gifted children: Challenging their potential: New perspectives and alternatives*, (pp. 82-84). New York: Trillium.

Vasey, M. W., & Dadds, M. R. (2001). *The developmental psychopathology of anxiety*. Oxford University Press.

Versiani, M., Nardi, A. E., & Mudim, F. D. (1989). Fobia social. *J. bras. psiquiatr*, 38(5), 251-63.

Virgolim, A. M. R. (2003). A criança superdotada ea questão da diferença: um olhar sobre suas necessidades emocionais, sociais e cognitivas. *Linhas críticas*, 9(16), 13-32.

Winner, E. (1996). *Crianças Sobredotadas: mitos e realidades*. Lisboa: Instituto Piaget.

Winnicott, D. W. (1975). *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago.

Zhou, X., Xu, Q., Inglés, C. J., Hidalgo, M. D., & La Greca, A. M. (2008). Reliability and validity of the Chinese version of the Social Anxiety Scale for Adolescents. *Child psychiatry and human development*, 39(2), 185-200.

# **ANEXOS**

# ANEXO 1

## CONSENTIMENTO ANEIS

Exmo. Presidente,

Eu, Mariana Miranda Ferreira dos Santos Paiva, aluna do 5º ano do Mestrado Integrado em Psicologia, a estudar no núcleo de Clínica Cognitivo-Comportamental e Integrativa, da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, estou a realizar um projecto de investigação para a minha Dissertação de Mestrado, sob orientação da Professora Dr.ª Sara Bahia.

Venho por este meio, pedir a colaboração da Associação, para a realização da minha Tese. Esta foca-se em crianças sobredotadas, na identificação dos seus medos e na análise das estratégias (cognitivas, emocionais e comportamentais) utilizadas para lidar com os mesmos. Pretende-se comparar esta amostra com outra formada por crianças sem diagnóstico de sobredotação, pertencentes à mesma faixa etária, e analisar possíveis diferenças.

Será necessário o preenchimento de um questionário com uma duração média de trinta minutos. Seguidamente será realizada uma entrevista, onde serão apresentadas fotografias representativas dos medos mais comuns na infância, pedindo-se às crianças que elaborem sobre o significado das imagens. Terá uma duração de cerca de 30 minutos. No total, cada criança estará aproximadamente 60 minutos com o investigador, sendo considerada a possibilidade de desistência por parte da mesma. Peço a sua autorização para a participação de crianças, com idades compreendidas entre os 6 e os 13 anos, no presente estudo.

No final do estudo será fornecido um documento com os resultados globais (em linguagem não técnica) do mesmo.

Desde já agradeço a sua compreensão e aguardo uma resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Mariana Santos Paiva

## ANEXO 2

### CONSENTIMENTO INSTITUIÇÃO

Exmo. Director,

Eu, Mariana Miranda Ferreira dos Santos Paiva, aluna do 5º ano do Mestrado Integrado em Psicologia, a estudar no núcleo de Clínica Cognitivo-Comportamental e Integrativa, da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, estou a realizar um projecto de investigação para a minha Dissertação de Mestrado, sob orientação da Professora Dr.ª Sara Bahia.

Venho por este meio, pedir a colaboração da Instituição, para a realização da minha Tese. Esta foca-se em crianças, na identificação dos seus medos e na análise das estratégias (cognitivas, emocionais e comportamentais) utilizadas para lidar com os mesmos. Neste sentido, peço a sua autorização, para a participação de crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 13 anos, no presente estudo.

Será necessário o preenchimento de um questionário com uma duração média de trinta minutos. Seguidamente será realizada uma entrevista, onde serão apresentadas fotografias representativas dos medos mais comuns na infância, pedindo-se às crianças que elaborem sobre o significado das imagens. Terá uma duração de cerca de 30 minutos. No total, cada criança estará aproximadamente 60 minutos com o investigador, sendo considerada a possibilidade de desistência por parte da mesma.

No final do estudo será fornecido um documento com os resultados globais (em linguagem não técnica) do mesmo.

Desde já agradeço a sua compreensão e aguardo uma resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Mariana Santos Paiva

### ANEXO 3

#### CONSENTIMENTO INFORMADO – E.E. DAS CRIANÇAS SOBREDOTADAS

Caro Encarregado de Educação,

Eu, Mariana Miranda Ferreira dos Santos Paiva, aluna do 5º ano da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, estou a realizar um projecto de investigação para a minha Dissertação de Mestrado, sob orientação da Professora Dr.<sup>a</sup> Sara Bahia.

A investigação que estou a realizar tem como objectivo conhecer os medos das crianças sobredotadas e analisar as estratégias (cognitivas, emocionais e comportamentais) que utilizam para lidar com estas- informação que será transmitida às crianças. Pretende-se comparar esta amostra com outra, formada por crianças sem diagnóstico de sobredotação, pertencentes à mesma faixa etária.

Os participantes terão entre os 6 e os 13 anos de idade, e será aplicado um questionário, durante cerca de 30 minutos e realizada uma entrevista, com base na apresentação de um conjunto de fotografias alusivas aos medos comuns na Infância. Esta será de cerca de 30 minutos, gravada em formato áudio e eliminada após a finalização do estudo. No total, a criança estará cerca de 60 minutos com o investigador.

Não são conhecidos riscos para a saúde ou bem-estar relacionados com a participação no estudo. Porém, uma vez que esta colaboração é voluntária, a criança poderá interrompê-la a qualquer momento. Caso não queira que o seu educando participe no estudo, terá todo o direito em não permitir.

O anonimato do participante (o seu educando) será respeitado, não existindo qualquer dado que o identifique. A informação recolhida será confidencial, sendo apenas utilizada no presente estudo.

Caso pretenda obter informação acerca dos resultados da investigação, poderá consegui-la após a entrega da Dissertação, que ficará integralmente disponível no repositório da Universidade de Lisboa (repositorio.ul.pt/), ou solicitar um resumo dos resultados globais (em linguagem não técnica), através do e-mail: marianasantospaiva@gmail.com

Autorizo

Não autorizo

Assinatura: \_\_\_\_\_

**ANEXO 4**  
**CONSENTIMENTO INFORMADO – E.E DAS CRIANÇAS NÃO**  
**SOBREDOTADAS**

Caro Encarregado de Educação,

Eu, Mariana Miranda Ferreira dos Santos Paiva, aluna do 5º ano da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, estou a realizar um projecto de investigação para a minha Dissertação de Mestrado, sob orientação da Professora Dr.<sup>a</sup> Sara Bahia.

A investigação que estou a realizar tem como objectivo conhecer os medos das crianças e analisar as estratégias (cognitivas, emocionais e comportamentais) que utilizam para lidar com estas- informação que será transmitida às crianças. Os participantes terão entre os 6 e os 13 anos de idade, e será aplicado um questionário, durante cerca de 30 minutos e realizada uma entrevista, com base na apresentação de um conjunto de fotografias alusivas aos medos comuns na Infância. Esta será de cerca de 30 minutos, gravada em formato áudio e eliminada após a finalização do estudo. No total, a criança estará cerca de 60 minutos com o investigador.

Não são conhecidos riscos para a saúde ou bem-estar relacionados com a participação no estudo. Porém, uma vez que esta colaboração é voluntária, a criança poderá interrompê-la a qualquer momento. Caso não queira que o seu educando participe no estudo, terá todo o direito em não permitir.

O anonimato do participante (o seu educando) será respeitado, não existindo qualquer dado que o identifique. A informação recolhida será confidencial, sendo apenas utilizada no presente estudo.

Caso pretenda obter informação acerca dos resultados da investigação, poderá consegui-la após a entrega da Dissertação, que ficará integralmente disponível no repositório da Universidade de Lisboa (repositorio.ul.pt/), ou solicitar um resumo dos resultados globais (em linguagem não técnica), através do e-mail: marianasantospaiva@gmail.com.

Autorizo

Não autorizo

Assinatura: \_\_\_\_\_

**ANEXO 5**  
**QUESTIONÁRIO**

## Questionário sobre Medos na Infância

Data de Nascimento: \_\_\_\_\_

Naturalidade: \_\_\_\_\_

Sexo: F  M

Nº de Irmãos: \_\_\_\_\_

Ano de Escolaridade: \_\_\_\_\_

Estado Civil dos Pais: \_\_\_\_\_

A. O que é para mim ter **Medo**?

---

B. Dos seguintes tipos de Medos, assinale a frequência com que sente cada um deles:

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 1. <b>Medo</b> de Barulhos Intensos             | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 2. <b>Medo</b> de Estranhos/Desconhecidos       | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 3. <b>Medo</b> de Alturas                       | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 4. <b>Medo</b> de se Magoar/Feridas             | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 5. <b>Medo</b> de Animais                       | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 6. <b>Medo</b> do Escuro                        | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 7. <b>Medo</b> da Ausência dos Pais             | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 8. <b>Medo</b> de Objectos/Máquinas grandes     | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 9. <b>Medo</b> de Máscaras                      | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 10. <b>Medo</b> de Pessoas “más”                | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 11. <b>Medo</b> de Bruxas/Monstros/Fantasmas    | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 12. <b>Medo</b> de Catástrofes Naturais         | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 13. <b>Medo</b> de Guerras                      | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 14. <b>Medo</b> de Ficar/Estar Sozinho          | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 15. <b>Medo</b> do Futuro                       | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 16. <b>Medo</b> do Sobrenatural                 | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 17. <b>Medo</b> das Notícias dos <i>Media</i>   | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 18. <b>Medo</b> de Doenças/Acidentes            | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 19. <b>Medo</b> de Testes/Exames                | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 20. <b>Medo</b> de Notas e Resultados escolares | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 21. <b>Medo</b> da Aparência física             | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 22. <b>Medo</b> da Morte                        | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 23. <b>Medo</b> da Separação dos Pais           | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 24. <b>Medo</b> de Falhar/Errar                 | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |
| 25. <b>Medo</b> de ser Rejeitado                | Sim: ___ Não: ___ Às vezes: ___ |

C. Tem algum tipo de medo que não tenha sido referido anteriormente? Se sim, qual?

---

D. Assinale o que PENSA, SENTE e FAZ em relação a cada uma das seguintes situações. Se não tiver medo, imagine o que aconteceria.

1. Quando tenho medo de Barulhos Intensos:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

2. Quando tenho medo de Estranhos/Desconhecidos:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

3. Quando tenho medo de Alturas:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

4. Quando tenho medo de me Magoar/Feridas:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

5. Quando tenho medo de Animais:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

6. Quando tenho medo do Escuro:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

7. Quando tenho medo da Ausência dos Meus Pais:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

8. Quando tenho medo de Objectos/Máquinas grandes:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

9. Quando tenho medo de Máscaras:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

10. Quando tenho medo de “Pessoas Más”:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

11. Quando tenho medo de Bruxas, Monstros ou Fantasmas:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

12. Quando tenho medo de Catástrofes Naturais:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

13. Quando tenho medo de Guerras:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

14. Quando tenho medo de Ficar/Estar Sozinho:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

15. Quando tenho medo do Futuro:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

16. Quando tenho medo do Sobrenatural:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

17. Quando tenho medo das Notícias dos Media:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

18. Quando tenho medo das Doenças/Acidentes:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

19. Quando tenho medo dos Testes/Exames:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

20. Quando tenho medo das Notas e Resultados escolares:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

21. Quando tenho medo da minha Aparência física:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

22. Quando tenho medo da Morte:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

23. Quando tenho medo da Separação dos meus Pais:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldisposto</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

24. Quando tenho medo de Falhar/Errar:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

25. Quando tenho medo de ser Rejeitado:

<b>Penso</b>	<b>Sinto-me</b>	<b>Faço</b>
<i>Não sou o único que tem medo</i>	<i>Irritado</i>	<i>Choro</i>
<i>Ainda sou pequenino</i>	<i>Nervoso</i>	<i>Grito</i>
<i>É só desta vez</i>	<i>Triste</i>	<i>Escondo-me</i>
<i>Não me vai acontecer nada</i>	<i>Maldispósito</i>	<i>Tento não pensar nisso</i>
<i>Sou piegas e maricas</i>	<i>Envergonhado</i>	<i>Procuro os pais/outra pessoa</i>
<i>Não devia ter este medo</i>	<i>Inseguro</i>	<i>Lembro-me de coisas boas</i>
<i>Os outros vão gozar comigo</i>	<i>Angustiado</i>	<i>Confronto-me com o medo</i>
<i>A minha vida vai acabar</i>	<i>Ansioso</i>	<i>Tento perceber porque é que tenho medo</i>

Obrigada pela participação!

**ANEXO 6**  
**GUIÃO DA ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA**

	<b>Objectivos específicos</b>	<b>Tópicos acerca das questões</b>
<b>Início</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação do entrevistador/entrevistado</li> <li>- Estabelecimento da relação</li> <li>- Motivar o entrevistado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Informações acerca das linhas gerais do trabalho e o objectivo do estudo</li> <li>- Pedir para gravar a entrevista</li> <li>- Garantir a confidencialidade e o anonimato da informação recolhida</li> </ul>
<b>Desenvolvimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analisar as reacções comportamentais e emocionais da criança perante a exposição a situações potencialmente causadoras de medo (fotografias).</li> <li>- Identificar o maior medo da criança explorando as razões e os motivos que estão associados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Percepção e compreensão da imagem - <i>O que vês na fotografia? O que é que ela representa?</i></li> <li>- Avaliação do medo perante a exposição - <i>Sentes medo quando olhas para a fotografia? Imagina-te naquela situação.</i></li> <li>- Compreender a formação e desenvolvimento do medo - <i>Porque é que achas que tens esse medo? O que te poderia acontecer se tivesses que enfrentar essa situação?</i></li> <li>- Hierarquização dos medos - <i>Qual é o teu maior medo? E a seguir?</i></li> </ul>
<b>Fim</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Finalização da entrevista</li> <li>- Agradecimento</li> <li>- Despedida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aviso de conclusão</li> <li>• Exploração de outros aspectos que a criança considere importantes – <i>Há mais alguma coisa que me queiras dizer sobre os teus medos?</i></li> <li>• Agradecimento pela disponibilidade e participação</li> </ul>

**ANEXO 7**  
**GRELHA DE OBSERVAÇÃO COMPORTAMENTAL**

## Entrevista

(Para cada uma das fotografias apresentadas):

1. O que é que vê na fotografia? O que é que ela representa?
2. Sente medo quando olha para a fotografia?
3. Porque é que acha que tem esse medo? O que lhe aconteceria se tivesse que enfrentar essa situação?
4. Ordene os seus medos, começando pelo maior.

### Observação dos comportamentos

1	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

2	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

3	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

4	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

5	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

6	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

7	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

8	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

**9**

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

**10**

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

**11**

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

**12**

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

**13**

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

**14**

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

15	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

16	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

17	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

18	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

19	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

20	Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
	Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
	Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

21

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

22

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

23

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

24

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

25

Risos	Lento	Nervoso	Gozo	Tremer
Choro	Rápido	Agitado	Exclamações	Evitar
Expressões faciais	Incompreensão	Tiques	Comentários	Tapar a cara

## ANEXO 8

### Caracterização das variáveis contextuais das duas Amostras

#### ANEXO 8.1

Distribuição quantitativa dos medos em crianças **não sobredotadas** por Género

	Nº min de Medos	Nº max. de Medos	Média
Feminino	7	18	<b>11 Medos</b>
Masculino	4	16	<b>10 Medos</b>

#### ANEXO 8.2

Distribuição quantitativa dos medos em **crianças sobredotadas** por Género

	Nº min de Medos	Nº max. de Medos	Média
Feminino	9	19	<b>13 Medos</b>
Masculino	6	25	<b>11 Medos</b>

#### ANEXO 8.3

Distribuição dos medos de crianças **não sobredotadas** em função do Estado Civil dos pais

	Nº médio de Medos
Casados	<b>11</b>
Divorciados	<b>8</b>

#### ANEXO 8.4

Distribuição dos medos de **crianças sobredotadas** em função do Estado Civil dos pais

	Nº médio de Medos
Casados	<b>11</b>
Divorciados	<b>14</b>

## ANEXO 8.5

Distribuição dos medos de crianças **não sobredotadas** em função do Número de Irmãos

Nº de irmãos	Nº médio de Medos
0 (filho único)	<b>0</b>
1	<b>10</b>
2	<b>12</b>
3	<b>6</b>
4	<b>13</b>

## ANEXO 8.6

Distribuição dos medos de crianças **sobredotadas** em função do Número de Irmãos

Nº de irmãos	Nº médio de Medos
0 (filho único)	<b>11</b>
1	<b>14</b>
2	<b>10</b>
3	<b>6</b>

## ANEXO 9

### Definição de medo em crianças sem diagnóstico de sobredotação

<i>O que é para mim ter medo?</i>	Género	Idade
<i>É estar assustado com alguma coisa</i>	Masculino	6 Anos
<i>Recear que me castiguem</i>	Feminino	6 Anos
<i>Ter medo de uma coisa que não gosto mesmo nada</i>	Feminino	7 Anos
<i>É fugir de alguma coisa</i>	Masculino	8 Anos
<i>É assustar-me com qualquer coisa específica e não gostar de a ver</i>	Masculino	9 Anos
<i>É quando não se gosta de alguma coisa</i>	Feminino	9 Anos
<i>É sentir algo dentro de nós</i>	Feminino	11 Anos
<i>É recear algo que me possa fazer mal</i>	Masculino	12 Anos
<i>É ficar assustado com alguma coisa</i>	Masculino	12 Anos
<i>Algo que não queremos fazer</i>	Masculino	12 Anos
<i>É ficar assustado com alguma coisa e confrontar a situação</i>	Masculino	13 Anos

## ANEXO 10

### Distribuição dos medos de crianças não sobredotadas por idades

Idade	Nº de Medos	Tipo de Medos	Outros
6		Barulhos, Estranhos, Alturas, Magoar/Feridas, Animais, Escuro, Ausência dos Pais, Objectos/Máquinas Grandes, Pessoas más, Bruxas, Monstros e Fantasmas, Catástrofes Naturais, Guerras, Ficar/Estar sozinho, Futuro, Notícias dos Meia, Doenças e Acidentes, Aparência Física, Morte, Separação dos pais, Falhar/Errar, Rejeição.	Perder-se
7		Estranhos/Desconhecidos, Ausência dos Pais, Pessoas más, Guerras, Ficar/Estar sozinho, Doenças e Acidentes, Testes e Exames, Aparência Física, Morte	
8		Barulhos, Pessoas Más, Catástrofes Naturais, Guerras	
9		Estranhos, Alturas, Magoar/Feridas, Animais, Pessoas más, Catástrofes naturais, Ficas/Estar sozinho, Guerras, Sobrenatural, Doenças e Acidentes, Morte, Separação dos pais, Falhar/Errar, Rejeição	
11		Barulhos, Estranhos/Desconhecidos, Pessoas más, Catástrofes Naturais, Guerras, Morte, Separação dos pais, Falhar/Errar, Rejeição	
12		Barulhos, Estranhos/Desconhecidos, Ausência dos pais, Máscaras, Pessoas más, Catástrofes naturais, Guerras, Futuro, Notícias dos Media, Doenças/Acidentes, Testes/Exames, Notas e Resultados escolares, Morte, Separação dos Pais, Falhar/Errar, Rejeição	
13		Barulhos intensos, Estranhos/desconhecidos, Animais, Pessoas más, Catástrofes Naturais, Teste/Exames, Morte, Separação dos pais, Falhar/Errar, Rejeição	

## ANEXO 11

### Frequência do tipo de medos de ambas as Amostras

	Sobredotados						Não Sobredotados					
	SIM		AV		Total		SIM		AV		Total	
	Freq.	%	Freq.	%	Freq.	%	Freq.	%	Freq.	%	Freq.	%
Barulhos Intensos	2	18%	3	27%	<b>5</b>	<b>45%</b>	0	0%	6	55%	<b>6</b>	<b>55%</b>
Estranhos/Desconhecidos	1	9%	5	45%	<b>6</b>	<b>55%</b>	4	36%	5	45%	<b>9</b>	<b>81%</b>
Alturas	2	18%	2	18%	<b>4</b>	<b>36%</b>	2	18%	0	0%	<b>2</b>	<b>18%</b>
Magoar/Feridas	1	9%	4	36%	<b>5</b>	<b>45%</b>	2	18%	0	0%	<b>2</b>	<b>18%</b>
Animais	2	18%	2	18%	<b>4</b>	<b>36%</b>	1	9%	3	27%	<b>4</b>	<b>36%</b>
Escuro	1	9%	3	27%	<b>4</b>	<b>36%</b>	0	0%	0	0%	<b>0</b>	<b>0%</b>
Ausência dos Pais	0	0%	6	55%	<b>6</b>	<b>55%</b>	3	27%	1	9%	<b>4</b>	<b>36%</b>
Objectos Grandes	1	9%	1	9%	<b>2</b>	<b>18%</b>	1	9%	0	0%	<b>1</b>	<b>9%</b>
Máscaras	0	0%	1	9%	<b>1</b>	<b>9%</b>	0	0%	1	9%	<b>1</b>	<b>9%</b>
Pessoas más	5	45%	5	45%	<b>10</b>	<b>91%</b>	5	45%	4	36%	<b>9</b>	<b>81%</b>
Bruxas, Monstros e Fantomas	0	0%	3	27%	<b>3</b>	<b>27%</b>	1	9%	0	0%	<b>1</b>	<b>9%</b>
Catástrofes Naturais	5	45%	0	0%	<b>5</b>	<b>45%</b>	4	36%	5	45%	<b>9</b>	<b>81%</b>
Guerras	2	18%	6	55%	<b>8</b>	<b>73%</b>	4	36%	3	27%	<b>7</b>	<b>64%</b>
Ficar/Estar sozinho	2	18%	4	36%	<b>6</b>	<b>55%</b>	1	9%	3	27%	<b>4</b>	<b>36%</b>
Futuro	1	9%	2	18%	<b>3</b>	<b>27%</b>	2	18%	1	9%	<b>3</b>	<b>27%</b>
Sobrenatural	1	9%	1	9%	<b>2</b>	<b>18%</b>	0	0%	1	9%	<b>1</b>	<b>9%</b>
Noticias dos Media	1	9%	1	9%	<b>2</b>	<b>18%</b>	2	18%	4	36%	<b>6</b>	<b>55%</b>
Doenças e Acidentes	1	9%	6	55%	<b>7</b>	<b>64%</b>	7	64%	1	9%	<b>8</b>	<b>73%</b>
Testes/Exames	0	9%	3	27%	<b>3</b>	<b>27%</b>	1	9%	3	27%	<b>4</b>	<b>36%</b>
Notas/resultados escolares	2	18%	1	9%	<b>3</b>	<b>27%</b>	0	0%	2	18%	<b>2</b>	<b>18%</b>
Aparência Física	1	9%	3	27%	<b>3</b>	<b>27%</b>	1	9%	2	18%	<b>3</b>	<b>27%</b>
Morte	6	55%	0	0%	<b>6</b>	<b>55%</b>	8	73%	1	9%	<b>9</b>	<b>81%</b>
Separação dos Pais	3	27%	1	9%	<b>4</b>	<b>36%</b>	8	73%	0	0%	<b>8</b>	<b>73%</b>
Falhar/Errar	0	0%	4	36%	<b>4</b>	<b>36%</b>	4	36%	2	18%	<b>6</b>	<b>55%</b>
Rejeição	1	9%	4	36%	<b>5</b>	<b>45%</b>	2	18%	5	45%	<b>7</b>	<b>64%</b>
<b>Total</b>					<b>111</b>					<b>116</b>		

## ANEXO 12

### Comparação entre a percepção dos estímulos em crianças sobredotadas

#### ANEXO 12.1

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 13 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Estranhos	Escuro	Ausência dos pais	Solidão	Falhar	Rejeição
<b>Questionário</b>	S	S	N	S	S	S
<b>Exposição</b>	N	N	S	N	N	N

#### ANEXO 12.2

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 7 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Barulhos	Estranhos	Animais	Fantasma	Futuro	Notícias	Doenças	Testes
<b>Questionário</b>	S	S	N	S	S	S	S	S
<b>Exposição</b>	N	N	S	N	N	N	N	N

#### ANEXO 12.3

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 12 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Barulhos	Ausência dos pais	Catástrofes	Guerras
<b>Questionário</b>	S	S	N	N
<b>Exposição</b>	N	N	S	S

#### ANEXO 12.4

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 9 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Animais	Pessoas más	Aparência	Falhar
<b>Questionário</b>	N	N	N	S
<b>Exposição</b>	S	S	S	N

## ANEXO 12.5

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 12 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Estranhos	Alturas	Feridas	Catástrofes	Sobrenatural	Doenças	Falhar
<b>Questionário</b>	S	N	N	N	S	S	S
<b>Exposição</b>	N	S	S	S	N	N	N

## ANEXO 12.6

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 6 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Alturas	Ausência dos Pais	Bruxas	Catástrofes	Futuro	Falhar
<b>Questionário</b>	N	S	S	N	S	S
<b>Exposição</b>	S	N	N	S	N	N

## ANEXO 12.7

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 6 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Estranhos	Pessoas más	Guerras	Doenças	Notas	Morte	Separação	Rejeição
<b>Questionário</b>	S	S	S	S	S	S	S	S
<b>Exposição</b>	N	N	N	N	N	N	N	N

## ANEXO 12.8

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 12 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Pessoas más	Catástrofes	Guerras	Doenças	Notas
<b>Questionário</b>	S	S	S	S	S
<b>Exposição</b>	N	N	N	N	N

## ANEXO 12.9

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 11 anos em cada um dos 25 medos (S= Sim; N= Não)

	Magoar	Ausência dos Pais	Pessoas más	Catástrofes	Guerra	Futuro	Notícias	Doenças
<b>Questionário</b>	S	S	S	S	S	S	N	N
<b>Exposição</b>	N	N	N	N	N	N	S	S

## ANEXO 12.10

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 8 anos em cada um dos 25 medos

	Barulhos	Aparência	Morte
<b>Questionário</b>	S	N	S
<b>Exposição</b>	N	S	N

## ANEXO 12.11

Respostas atribuídas por criança **sobredotada** de 9 anos em cada um dos 25 medos

	Alturas	Animais	Futuro	Sobrenatural	Falhar
<b>Questionário</b>	S	S	S	S	N
<b>Exposição</b>	N	N	N	N	S

## ANEXO 13

### Dados relativos às estratégias adoptadas por crianças sobredotadas em cada Medo

#### 1) Barulhos Intensos

Pensamentos	Emoções	Comportamentos
Não sou o único que tem medo	2 Irritado	1 Esconder-se
É só desta vez	2 Nervoso	6 Tentar não pensar nisso
Não me vai acontecer nada	5 Inseguro	4 Procurar os pais
Não devia ter este medo	3 Angustiado	1 Lembrar-se de coisas boas
Os outros vão gozar	1 Ansioso	2 Confrontar-se com o medo
		Tentar perceber porque tem medo
		3
<b>Outros</b> O que terá causado o barulho? Estou perante uma tragédia Grego-Romana É simultâneo a músicas assustadoras	<b>Outros</b> Atento Furioso	<b>Outros</b> Procuo acalmar-me

#### 2) Estranhos/Desconhecidos

Pensamentos	Emoções	Comportamentos
Não sou o único que tem medo	5 Nervoso	5 Esconder-se
É só desta vez	2 Maldisposto	1 Tentar perceber porque tem medo
Não me vai acontecer nada	1 Ansioso	1 Procurar os pais
Ainda sou pequenino	1 Inseguro	3 Tentar não pensar nisso
	Triste	4 Choro
		Gritos
		Lembrar-se de coisas boas
		1
<b>Outros</b> Corro Riscos Alguém me vai apanhar Podem-me fazer mal Podem-me raptar por não terem filhos Estou sozinho no mundo	<b>Outros</b> Assustado	<b>Outros</b> Fico a olhar fixo para o Estranho Mordo para me largar Luto para poder ficar no final com os pais Vou-me embora

### 3) Alturas

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não me vai acontecer nada	5	Ansioso	2	Tentar não pensar nisso	4
Não devia ter este medo	3	Maldisposto	2	Lembrar-se de coisas boas	4
Não sou o único que tem medo	2	Nervoso	2	Confrontar-se com o medo	1
A minha vida vai acabar	3	Inseguro	3	Procurar os pais	1
		Angustiado	1		
		Assustado	2		
		Triste	1		
<b>Outros</b>			<b>Outros</b>		
Posso cair e magoar-me			Saio do sítio alto		
Consequências mais graves			Fugir do sítio		
			Fico parado no sítio		
			Tento afastar-me		
			Fecho os olhos e agarro-me ao que posso		

### 4) Magoar-se/Feridas

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não devia ter este medo	3	Irritado	2	Tento não pensar nisso	5
Não sou o único que tem medo	2	Inseguro	4	Lembro-me de coisas boas	3
Não me vai acontecer nada	2	Angustiado	1	Chorar	2
É só desta vez	1	Nervoso	2	Grito	1
Ainda sou pequenino	2	Maldisposto	2	Tento perceber porque tenho medo	1
<b>Outros</b>			<b>Outros</b>		<b>Outros</b>
É só uma ferida, não é grave.			Magoado		Sou verdadeiro e queixo-me
Pode ser grave			Seguro		Chamo os socorros
Não posso queixar-me se não for grave			Assustado		

### 5) Animais

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	2	Angustiado	1	Escondo-me	3
A minha vida vai acabar	1	Ansioso	3	Tento não pensar nisso	3
Ainda sou pequenino	1	Nervoso	5	Tento perceber porque tenho medo	3
Sou piegas e maricas	1	Inseguro	2	Lembro-me de coisas boas	1
É só desta vez	1			Procuro os pais	1
Não devia ter este medo	3				
Não me vai acontecer nada	3				
<b>Outros</b>			<b>Outros</b>		<b>Outros</b>
Podem-me comer			Assustado		Fujo
Conheço alguns que me podem atacar			Receoso		Aproximo-me do animal e torno-me amigo dele e assim ele não me ataca
Estou em perigo			Intimidado		Vou-me embora
Devia chamar o tratador ou a polícia					
É só um animal					
Tenho mais medo se for grande o animal					

## 6) Escuro

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	4	Nervoso	6	Escondo-me	3
A minha vida vai acabar	1	Inseguro	6	Tento não pensar nisso	3
Não devia ter este medo	2	Maldispósito	1	Grito	1
Não me vai acontecer nada	5	Envergonhado	1	Lembro-me de coisas boas	3
Os outros vão gozar comigo	1	Irritado	1	Procuro os pais	3
		Triste	1	Confronto-me com o medo	2
				Choro	2
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Não existe nada que me possa fazer mal		Alerta		Acender uma luz	
Tenho que desaparecer		Confuso		Saio da situação	
Posso cair e fazer feridas porque não vejo nada		Tranquilo		Fecho os olhos	
Pode aparecer um ladrão que me roube a mim ou aos pais		Assustado		Procuro um sítio com luz	
Podem aparecer fantasmas que me façam mal				Renovava as lâmpadas para não falharem	

## 7) Ausência dos pais

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
A minha vida vai acabar	1	Nervoso	5	Escondo-me	1
Não devia ter este medo	1	Inseguro	3	Tento não pensar nisso	5
Não me vai acontecer nada	2	Irritado	2	Lembro-me de coisas boas	2
Os outros vão gozar comigo	1	Ansioso	1	Procuro os pais	3
É só desta vez	2			Choro	2
Ainda sou pequenino	1				
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Vou ter que ficar com outra pessoa		Assustado		Peço ajuda a alguém	
Posso ficar sozinho		Isolado		Fujo	
Posso ser roubado		Solidão		Ver televisão	
Pode-me acontecer algo mau				Procuro distrair-me	
Já sou grande e por isso já posso estar mais vezes sozinho. Isso para mim não é bom					
É mau exemplo para os filhos deixá-los					
Hão-de aparecer					
Devem estar quase a chegar, não tenho que me preocupar					

## 8) Objectos/Máquinas Grandes

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não devia ter este medo	1	Irritado	2	Tento não pensar nisso	3
Não sou o único que tem medo	1	Inseguro	6	Lembro-me de coisas boas	2
Não me vai acontecer nada	3	Nervoso	4	Chorar	1
É só desta vez	1			Gritar	1
Ainda sou pequenino	1			Tento perceber porque tenho medo	2
A minha vida vai acabar	2			Confronto-me com o medo	1
				Procuo os pais	2
				Escondo-me	1
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Tenho que sair da situação em que estou		Tonto (tonturas)		Continuo o que estava a fazer	
Podem ser assustadores		com o tamanho		Saio dali	
Posso morrer		Assustado		Fujo	
Sou retardado					
Podem avariar-se e fazer-me mal					
Podem estragar alguma parte do meu corpo					

## 9) Máscaras

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não devia ter este medo	2	Irritado	1	Tento não pensar nisso	3
Não sou o único que tem medo	2	Inseguro	2	Lembro-me de coisas boas	3
Não me vai acontecer nada	4	Ansioso	2	Chorar	1
Sou piegas e maricas	2	Nervoso	6	Gritar	1
Os outros vão gozar comigo	1	Envergonhado	2	Tento perceber porque tenho medo	3
		Triste	1	Confronto-me com o medo	1
		Maldisposto	2	Escondo-me	2
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
É assustador		Assustado		Tento perceber o que está por detrás	
Podem ser uma criatura estranha		Receoso		Sou cauteloso	
A pessoa que está por detrás pode ser má				Peço para a pessoa tirar	
Ando a ver muitos filmes de terror				Chamo pela minha professora	

## 10) Pessoas más

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	1	Angustiado	1	Procuo os pais	6
Não me vai acontecer nada	4	Inseguro	7	Tento não pensar nisso	3
A minha vida vai acabar	3	Nervoso	4	Lembro-me de coisas boas	1
Ainda sou pequenino	1	Ansioso	1	Gritar	1
		Triste	1	Choro	1
		Maldisposto	2	Escondo-me	3
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Vai acontecer-me algo		Alerta		Afasto-me e disfarço	
Tenho que encontrar os meus pais		Desconfiado		Não olho para elas	
Podem vir atrás de mim e perseguir-me		Solidão		Mordo	
Vou ser atacado		Assustado		Relativizo	
Podem-me roubar				Fujo e saio do sítio	
Podem magoar-me				Não dou importância	

## 11) Bruxas, Monstros, Fantasmas

Pensamentos	Emoções	Comportamentos
Não sou o único que tem medo	1 Angustiado	2 Procuo os pais
Não me vai acontecer nada	7 Inseguro	4 Tento não pensar nisso
Ainda sou pequenino	1 Nervoso	4 Lembro-me de coisas boas
Sou piegas e maricas	1 Ansioso	2 Gritar
Não devia ter este medo	2 Triste	2 Choro
	Envergonhado	1 Escondo-me
		1 Confronto-me com o medo
		1 Tento perceber porque tenho medo
<b>Outros</b>	<b>Outros</b>	<b>Outros</b>
Não existem	Inquieto	Tenho pesadelos
Estão por todo o lado	Desconfiado	Abro bem os olhos e estou atento
Podem roubar-me para sempre	Calmo	Fujo
Não sei se existem ou não		Fico muito atento e percebo que não tem mal
Como sou carente preciso de acreditar em algo irreal		
Vai-me pôr zombie		

## 12) Catástrofes naturais

Pensamentos	Emoções	Comportamentos
Não sou o único que tem medo	4 Maldisposto	1 Procuo os pais
Não me vai acontecer nada	4 Inseguro	4 Tento não pensar nisso
Não devia ter este medo	1 Nervoso	3 Lembro-me de coisas boas
É só desta vez	1 Ansioso	1 Confronto-me com o medo
A minha vida vai acabar	1 Triste	2
<b>Outros</b>	<b>Outros</b>	<b>Outros</b>
Tenho uma casa por isso não me acontece nada de mal	Tranquilo	Preparo-me para a catástrofe
Posso desmaiar durante 27 semanas	Inútil	Continuo o que estava a fazer
O ser humano é inútil perante a natureza	Assustado	Fujo
Pode acontecer de forma imprevisível		Tomo precauções com mantimentos
Posso magoar-me assim como muitas pessoas		Convenço em que é improvável acontecer
		Vou para um sítio com pouca água
		Escondo-me

### 13) Guerras

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	1	Irritado	2	Tento não pensar nisso	4
Não me vai acontecer nada	4	Inseguro	2	Lembro-me de coisas boas	5
A minha vida vai acabar	3	Nervoso	5	Confronto-me com o medo	2
		Ansioso	3	Escondo-me	2
		Triste	1	Tento perceber porque tenho medo	1
		Maldispuesto	1		
		Envergonhado	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Se a guerra for comigo não ligo		Assustado		Tento estar seguro no local	
A minha família vai desaparecer		Calmo		Saio de ao pé da guerra	
Posso morrer		Sossegado		Rezo e desejo que não aconteça	
As pessoas não valem nada				Lutava	
É só por ganância que existem as guerras				Fujo	
Era melhor acabar com a guerra, as pessoas estão a proceder mal					
As guerras a sério existem noutros países					
Em Portugal não há guerras					

### 14) Ficar/Estar sozinho

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	1	Maldispuesto	1	Tento não pensar nisso	4
Não me vai acontecer nada	5	Inseguro	3	Lembro-me de coisas boas	1
É só desta vez	3	Nervoso	5	Choro	2
A minha vida vai acabar	1	Ansioso	1	Procuro os pais	4
Ainda sou pequenino	1	Triste	2	Escondo-me	1
Os outros vão gozar comigo	1	Irritado	2		
		Envergonhado	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Podem estranhos fazer-me mal		Assustado		Chamar alguém conhecido	
Posso não saber onde está o radio para comunicar com o pai		Alerta		Peço a alguém que fique comigo	
Pode vir alguém e fazer-me mal		Solidão		Torno-me mais agressivo	
Há-de chegar alguém para me atacar. Digo-me para a casa de banho		Esquisito		Corro	
				Continuo o que estou a fazer	
				Desvalorizo a situação	

## 15) Futuro

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	1	Maldisposto	1	Tento não pensar nisso	4
Não me vai acontecer nada	5	Inseguro	2	Lembro-me de coisas boas	4
Não devia ter este medo	2	Nervoso	2	Choro	1
A minha vida vai acabar	1	Ansioso	2	Procuo os pais	1
Ainda sou pequenino	1	Triste	3	Confronto-me com o medo	3
				Grito	1
				Tento perceber porque tenho medo	1
<b>Outros</b>					
Podem acontecer coisas más		Cansado		Espero que o medo passe	
Podem existir coisas más		Arrependido		Vivo o momento presente	
Posso morrer muito novo		Calmo		Vou ter com amigos de infância que me conhecem melhor	
Posso-me confrontar com o meu passado ou com a pessoa horrível que me posso tornar		Sossegado		Concentro-me nas minhas coisas	
A vida pode correr mal					
Um dia de cada vez					
Não consigo alcançar os meus objectivos					

## 16) Sobrenatural

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	2	Maldisposto	3	Tento não pensar nisso	8
Não me vai acontecer nada	4	Inseguro	4	Lembro-me de coisas boas	3
Não devia ter este medo	3	Nervoso	4	Escondo-me	1
É só desta vez	1	Ansioso	2	Grito	1
A minha vida vai acabar	1	Irritado	1	Tento perceber porque tenho medo	3
Ainda sou pequenino	1	Angustiado	1		
Os outros vão gozar comigo	1				
<b>Outros</b>					
Não é verdade		Estranho		Continuo a fazer o que estava a fazer	
Pode ser mau porque eu não conheço		Calma			
É criação mental das pessoas, mas pode não ser mau		Tranquilo			
São mitos					

## 17) Notícias dos Media

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	2	Maldispuesto	2	Tento não pensar nisso	3
Não me vai acontecer nada	6	Triste	1	Lembro-me de coisas boas	7
Não devia ter este medo	2	Nervoso	2	Escondo-me	
É só desta vez	2	Ansioso	1	Choro	1
		Angustiado	2		
		Irritado	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Exageram normalmente		Calmo		Vou ver desenhos animados	
Há muita ficção à mistura		Incapaz		Mudo de canal no que é mau	
Podia ficar com pessoas más se algo acontecesse				Observo a evolução da espécie humana e vejo no que é que se pode melhorar	
As pessoas podem morrer				Desligo a TV ou mudo de canal	
Só acontecem desgraças onde eu vivo					

## 18) Doenças e Acidentes

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	3	Nervoso	2	Choro	1
Ainda sou pequenino	2	Triste	2	Tento não pensar nisso	6
É só desta vez	1	Maldispuesto	2	Procuro os pais	1
Não me vai acontecer nada	2	Inseguro	4	Lembro-me de coisas boas	4
A minha vida vai acabar	1	Angustiado	3	Confronto-me com o medo	2
		Ansioso	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Depende da doença		Solidão		Tenho precaução com essas coisas	
Se for com os outros faz-me mais pena		Inquieto		Estou atento aos avisos dos mais velhos	
Posso desmaiar ou adormecer para sempre				Concentro-me no que estou a fazer	
Tenho que me comportar de forma ética					

## 19) Testes e Exames

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	2	Irritado	1	Choro	1
Ainda sou pequenino	1	Nervoso	4	Tento não pensar nisso	3
É só desta vez	1	Triste	1	Lembro-me de coisas boas	2
Não me vai acontecer nada	4	Envergonhado	1	Confronto-me com o medo	1
Sou piegas e maricas	1	Inseguro	2	Tento perceber porque tenho medo	1
Não devia ter este medo	1	Angustiado	1		
Os outros vão gozar comigo	1	Ansioso	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Pode correr mal		Calmo		Faço o teste até ao fim	
Normalmente tenho a primeira parte certa e os últimos testes estavam bons		Contente		Vejo o lado dos professores	
É ótimo		Em pânico		Estudo	
É só para testar o que se sabe				Caso não saiba passo à frente	
Vai ser fácil				Tento ser melhor	
Posso chumbar					
Posso ter má nota					
Posso ser castigado					

## 20) Notas e resultados escolares

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	3	Irritado	1	Choro	1
Ainda sou pequenino	1	Nervoso	4	Tento não pensar nisso	7
É só desta vez	3	Triste	2	Lembro-me de coisas boas	4
Não me vai acontecer nada	5	Envergonhado	1	Confronto-me com o medo	1
Sou piegas e maricas	1	Inseguro	3	Tento perceber porque tenho medo	2
Não devia ter este medo	2	Angustiado	1		
Os outros vão gozar comigo	1	Ansioso	4		
A minha vida vai acabar	1				
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Não devo chumbar		Enjoado		Isolo-me a estudar	
Não posso ser preguiçoso		Calmo		Estou atento nas aulas	
Não me vai afectar porque os outros vão ser melhores		Seguro			
Os pais vão-se desiludir					
Posso ter más notas					

## 21) Aparência física

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	2	Irritado	2	Tento não pensar nisso	5
Ainda sou pequenino	1	Nervoso	3	Procuro os pais	1
É só desta vez	1	Triste	3	Lembro-me de coisas boas	2
Não me vai acontecer nada	2	Maldisposto	1	Confronto-me com o medo	1
Não devia ter este medo	3	Envergonhado	2	Tento perceber porque tenho medo	1
Os outros vão gozar comigo	2	Inseguro	2		
		Ansioso	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Acontece muitas vezes gozarem comigo; é algo feio, mau que ninguém gosta		Solidão		Respondo quando gozam comigo	
Posso ser comentado		Humilhado		Não ligo	
Gozarem é estúpido e mau		Calmo		Ignoro	
Quem se compara a mim é parvo e eu sou lindo					
Cada um nasceu como nasceu					
Podem dizer coisas más de mim					

## 22) Morte

Pensamentos		Emoções		Comportamentos	
Não sou o único que tem medo	5	Nervoso	6	Choro	1
Não me vai acontecer nada	2	Triste	1	Tento não pensar nisso	7
Não devia ter este medo	1	Maldisposto	1	Procuro os pais	2
A minha vida vai acabar	3	Envergonhado	1	Lembro-me de coisas boas	5
		Inseguro	2	Confronto-me com o medo	1
		Angustiado	1	Tento perceber porque tenho medo	1
		Ansioso	3		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Morte dos outros		Deprimido		Saio dali	
Não sei para onde vou a seguir à vida		Tranquilo			
Não quero morrer novo					
É natural					
Vou para o céu e vou ser santo					
O tempo ajuda-me a esquecer e a habituar-me					
Ainda falta muito					
É algo natural na vida					

### 23) Separação dos Pais

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	2	Nervoso	4	Tento não pensar nisso	6
Não me vai acontecer nada	6	Triste	6	Procuro os pais	1
Não devia ter este medo	2	Maldisposto	1	Lembro-me de coisas boas	4
Ainda sou pequenino	1	Irritado	1	Confronto-me com o medo	2
		Inseguro	2	Tento perceber porque tenho medo	1
		Ansioso	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Os pais gostam muito um do outro, vão continuar a ser amigos		Revoltado		Tento acalmar as discussões	
É o melhor para os pais				Aceito	
Posso ficar sem pais nem casa e ter que ir para um orfanato				Tento que eles fiquem juntos	
Vou ser abandonado					
Os pais são pessoas sensatas que iriam dividir a custódia					

### 24) Falhar/Errar

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não sou o único que tem medo	6	Nervoso	3	Tento não pensar nisso	5
Não me vai acontecer nada	2	Triste	2	Procuro os pais	2
Não devia ter este medo	3	Angustiado	1	Lembro-me de coisas boas	2
Ainda sou pequenino	1	Irritado	1	Confronto-me com o medo	1
		Envergonhado	1	Tento perceber porque tenho medo	2
		Ansioso	2	Grito	1
		Inseguro	1		
<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		<b>Outros</b>	
Podem acontecer-me coisas más		Assustado		Sou cauteloso e penso primeiro	
Errar é humano		Tranquilo		Corrijo-me	
Muitas coisas foram descobertas quando as pessoas erraram		Inútil		Torno-me agressivo	
Vou ser gozado				Aprendo para não voltar a errar	

## 25) Ser Rejeitado

<b>Pensamentos</b>	<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>		
Não sou o único que tem medo	3	Nervoso	3	Tento não pensar nisso	5
Não me vai acontecer nada	6	Triste	4	Procuro os pais	5
Não devia ter este medo	2	Angustiado	1	Lembro-me de coisas boas	3
Ainda sou pequenino	1	Irritado	1	Confronto-me com o medo	1
Os outros vão gozar comigo	1	Maldisposto	3	Escondo-me	1
É só desta vez	2	Inseguro	4		
<hr/>					
<b>Outros</b>	<b>Outros</b>		<b>Outros</b>		
Se as pessoas não valem nada, eu não me importo	Esperançoso		Conto com os meus amigos		
Há pessoas que gostam de mim	Conformado		Tento arranjar outras amizades		
Acontece muito, já não tenho amigos	Feliz				
	Zangado				

## ANEXO 14

### Frequências relativas às estratégias adoptadas por crianças não sobredotadas em todos os medos

<b>Pensamentos</b>		<b>Emoções</b>		<b>Comportamentos</b>	
Não me vai acontecer nada	104	Nervoso	43	Tento não pensar nisso	92
Não devia ter este medo	14	Triste	41	Lembro-me de coisas boas	28
Não sou o único que tem medo	11	Inseguro	24	Procuro os pais/outra pessoa	25
A minha vida vai acabar	7	Ansioso	17	Tento perceber porque tenho medo	16
Ainda sou pequenino	5	Maldispuesto	8	Confronto-me com o medo	11
Os outros vão gozar comigo	4	Irritado	5	Grito	6
É só desta vez	3	Angustiado	3	Choro	5
Sou piegas e maricas	2	Envergonhado	3	Escondo-me	5