

COLÉGIO BATISTA ENCONTRO

A PSICOLOGIA POR TRÁS DO MEDO: das telas e histórias ao subconsciente

Salvador, BA

2025



Mateus Ribeiro Leal dos Santos
Murilo Enzo Figueiredo de Souza Mota

Orientador: Ícaro Andrade Santos

A PSICOLOGIA POR TRÁS DO MEDO: das telas e histórias ao subconsciente

Relatório apresentado à 9ª FEMIC - Feira
Mineira de Iniciação Científica.

Orientação do Prof. Ícaro Andrade Santos.

Salvador, BA

2025



RESUMO

O medo é uma emoção básica que pode ser inata ou desenvolvida. É muito comum a manifestação do medo na infância e na adolescência, podendo acompanhar o indivíduo até a fase adulta. São diversos os motivos para o surgimento do medo, pode ser uma experiência traumática, um reflexo instintivo de proteção, como quando se assiste a filmes de terror, ao escutar histórias contadas por nossos familiares, por exemplo. Ao longo dos anos, crianças e adolescentes têm tido cada vez mais contato com telas, consumindo conteúdos de terror, o que os deixa impressionados e amedrontados. Segundo Myers, o medo é uma “emoção venenosa”, pois pode preocupar tanto o indivíduo a ponto de fazê-lo perder horas de sono ou deixar de realizar coisas importantes em sua vida. Além disso, Hersen em “autoavaliação do medo” descreve o medo como sendo de quatro tipos: motor, orgânico, psicológico e verbal. Partindo disso, a pesquisa em questão tem como objetivo geral investigar as consequências e as origens dos medos em crianças e adolescentes de um determinado colégio. Foi feita uma revisão bibliográfica para fundamentação à pesquisa. Posteriormente, foi elaborado um questionário na ferramenta Google Forms com base na escala de Likert. Na sequência, foram recrutados voluntários seguindo todos os procedimentos éticos. Por fim, foi feita a tabulação dos dados no Microsoft Word. Participaram desta pesquisa 40 estudantes com idades entre 9 e 15 anos. O medo da morte (40%) e de falar em público (22,5%) foram os medos mais citados pelos voluntários. A fobia mais relatada foi a claustrofobia (27,5%). Alguns medos e fobias que os dados revelam podem ser justificados pelo consumo de conteúdos de terror (20%), além do fato de 85% das famílias usarem o medo para “educar”. Assim, conclui-se que os medos são diversos no público estudado e podem ter origem tanto em histórias contadas quanto em consumir conteúdos de terror, bem como surge no meio familiar, como forma de “educação” que gera traumas nas crianças.

Palavras-chave: Filme de terror, Medos infantojuvenis, Medos e fobias, Traumas.



SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 JUSTIFICATIVA	6
3 OBJETIVO GERAL	7
4 METODOLOGIA	8
5 RESULTADOS OBTIDOS	9
6 CONCLUSÕES OU CONSIDERAÇÕES FINAIS	10
REFERÊNCIAS	11



1 INTRODUÇÃO

Sentir medo é algo comum a todas as pessoas, uma emoção pode vir conosco ao nascermos ou pode surgir com o tempo, moldada pelas experiências que vivemos. O medo funciona como um sistema de alarme natural do corpo, que é crucial para nos manter vivos, nos preparando para encarar o que nos ameaça.

O medo pode auxiliar no amadurecimento das emoções e na interação com os outros indivíduos, influenciando nossas atitudes e nos ensinando sobre os nossos limites. É normal que essa emoção seja mais forte quando se trata de crianças e adolescentes, fases de muitas mudanças físicas, emocionais e sociais, em que tentam aprender a lidar com o que sentem e a entender o mundo.

Muitas vezes, esses medos da infância e da juventude vão diminuindo com o passar dos anos, mas eles podem continuar ou até aumentar na vida adulta, a depender das experiências vividas. Os fatores que provocam os medos são diversos: desde momentos ruins que nos marcaram ou simplesmente a vontade natural instintiva de se proteger. Além disso, a cultura e a sociedade também influenciam, com histórias contadas por gerações, filmes de terror ou contos assustadores de pessoas próximas.

Essas situações, mesmo parecendo “bobas”, podem despertar fortes emoções, fortalecendo a ligação entre o medo, a nossa imaginação e como cada um enxerga os perigos. Entender o medo e de onde ele vem é fundamental para compreender como as pessoas agem e reagem ao desconhecido, sobretudo enquanto crianças e adolescentes, pois são nessas fases em que essas emoções estão sendo formadas e podem interferir no desenvolvimento emocional.



2 JUSTIFICATIVA

Na visão de David Myers, o medo é como um "sentimento tóxico" que, se não for bem administrado, pode gerar grande angústia, afetando o bem-estar e o cotidiano de uma pessoa, especialmente dos jovens. Essa emoção pode ser tão intensa que chega a tirar o sono, provocar a evitação de situações e, em casos mais sérios, impedir a realização de atividades importantes ou a busca por sonhos pessoais, escolares e profissionais. Assim, o medo atua de duas formas: ao mesmo tempo que remete proteção, também pode aprisionar.

Michel Hersen, em sua obra *Autoavaliação do Medo*, classifica essa emoção em quatro tipos primordiais: o medo motor, manifestado por reações físicas como tremer ou suar; o medo orgânico, ligado a respostas fisiológicas, como aceleração do coração ou respiração ofegante; o medo psicológico, relacionado aos pensamentos e à insegurança; e o medo verbal, que se expressa na forma como cada pessoa descreve e comunica o que sente. Essa classificação evidencia a complexidade do medo, que envolve corpo, mente e linguagem.

Compreender essas dimensões é fundamental para entender como o medo se manifesta em diferentes faixas etárias e contextos, especialmente entre crianças e adolescentes, público que ainda está em processo de formação emocional e mais vulnerável às influências do ambiente e das experiências vividas.



3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Investigar as consequências e as origens dos medos em crianças e adolescentes de um determinado colégio.

3.2 Objetivos específicos

1. Identificar quais medos estão possivelmente associados às práticas familiares de “educação” baseadas no uso do medo;
2. Descrever os principais medos e fobias relatados pelos estudantes, relacionando-os com fatores sociais, culturais e emocionais;
3. Verificar a influência do consumo de conteúdos de terror no desenvolvimento de medos e fobias entre crianças e adolescentes.



4 METODOLOGIA

A metodologia deste estudo teve início com a revisão de literatura, em que foram consultados artigos científicos, etapa essencial para reunir e analisar o conhecimento existente sobre o tema. Essa revisão bibliográfica serviu como base teórica para sustentar e orientar o desenvolvimento da pesquisa.

No segundo momento, foi elaborado um questionário na ferramenta *Google Forms*, utilizando o modelo da escala de *Likert*, amplamente empregada em estudos científicos para medir de forma estruturada as opiniões e sentimentos dos participantes.

Após a elaboração do instrumento, foram convidados voluntários para participar da pesquisa, respeitando todos os princípios éticos, como a privacidade/ sigilo das respostas e o uso do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido.

E, por fim, as etapas metodológicas foram finalizadas com a organização e tabulação dos dados no *Microsoft Word*, o que possibilitou uma análise clara e sistemática dos resultados obtidos.



5 RESULTADOS OBTIDOS

Participaram desta pesquisa 40 estudantes, com idades variando entre nove e quinze anos, representando um grupo de voluntários com diferentes idades, gêneros, vivências sociais e culturais. Os resultados mostram que o medo da morte (40%) e o de falar em público (22,5%) foram os mais mencionados pelos participantes, evidenciando apreensões tanto sobre a existência quanto sobre a interação social.

A fobia mais mencionada foi a de lugares fechados, a claustrofobia (27,5%), definida como o receio de lugares confinados ou com ar escasso, o que pode estar ligado a experiências ruins passadas na infância ou até mesmo à influência de filmes e narrativas que envolvem esse tipo de situação.

Dos participantes entrevistados, 20% disseram consumir frequentemente materiais de terror, como filmes, séries, jogos e vídeos online. Tal hábito pode auxiliar no surgimento ou intensificação de certos medos, já que esse tipo de material tende a gerar reações emocionais fortes e, em algumas situações, pequenos traumas.

Ademais, segundo os entrevistados, 85% das famílias usam os medos para "educar" as suas crianças, através de ameaças, contos assustadores ou alertas exagerados. Essa ação, apesar de comum, pode ter impactos ruins, gerando apreensão, insegurança e, a longo prazo, pânico.

Os dados da pesquisa, portanto, mostram que o receio, quando presente de forma constante no dia a dia das crianças e adolescentes, pode se tornar um elemento restritivo, afetando seu desenvolvimento emocional, social e de aprendizado. É crucial que pais, professores e especialistas em saúde mental estejam alertas a esses sinais e incentivem espaços de conversa e apoio, ajudando os jovens a entenderem e lidar de forma saudável com seus sentimentos.



6 CONCLUSÕES OU CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo evidenciam que existe uma grande variedade dos tipos de medos entre os estudantes entrevistados, que são manifestados em diferentes intensidades de acordo com diferentes fatores, como a idade e o contexto social.

Com análise dos resultados é possível verificar que os diferentes medos podem ter origens em narrativas, livros ou filmes compartilhados por familiares e amigos que, embora muitas vezes visando educar ou alertar, acabam por gerar marcas emocionais e, em alguns casos até mesmo, traumas. Esse contexto evidencia que o medo não é apenas uma resposta imediata a estímulos externos, mas uma construção influenciada por experiências, normas sociais e relações interpessoais.

Observou-se também o consumo de conteúdos de terror, como filmes, séries e jogos, o consumo desses conteúdos se demonstra como um fator importante para o surgimento ou intensificação do medo, provocando reações de inquietação e insegurança.

Desse modo, este estudo reforça que o medo é uma emoção importante e muito complexa, que através da sua análise é possível compreender o comportamento humano e desenvolver estratégias de prevenção e superação de traumas.



REFERÊNCIAS

FONSECA, Ana; SILVA, Sílvia; CRESPO, Carla. *Medos na infância: uma revisão sistemática*. Revista Paulista de Pediatria, São Paulo, v. 38, e2018166, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/68Bwg46L5GXrQtTTxfw9cPf/?lang=pt>. Acesso em: 29 jul. 2025.

HERSEN, Michel. *Self-assessment of fear*. [S. l.]: [s. n.], [20--] Disponível em: <https://scispace.com/papers/self-assessment-of-fear-16wvucmy0k>. Acesso em: 29 jul. 2025.

LOPES, Adriane; GOMES, Ivanise. *O medo como narrativa midiática: uma análise de reportagens sobre violência*. Intexto, Porto Alegre, n. 46, p. 1–20, 2019. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/intexto/article/view/92525>. Acesso em: 29 jul. 2025.

MYERS, David. *Introdução à Psicologia Geral*. Rio de Janeiro: LTC, 2017. <https://pt.scribd.com/document/329402183/Introducao-a-Psicologia-Geral>. Acesso em: 5 abr. 2025

RODRIGUES, André Luiz; OLIVEIRA, Isabel Cristina Gomes de. *A pedagogia histórico-crítica como fundamento para a formação de professores: notas sobre a formação de professores em tempos de ofensiva ultraliberal*. Revista Ágora, Guarapuava, v. 24, n. 1, p. 253–263, jan./abr. 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/agora/a/BkWtYx8kKC6vsPZHXL5PfmK/>. Acesso em: 29 jul. 2025.