

MEDO

Coleção Sentimentos



Fabio Gonçalves
Ferreira

**DOM
DOM
BOOKS**
EDITORIA

MEDO

Coleção Sentimentos



**Fabio Gonçalves
Ferreira**

**Bom
Bons**
EDITORA

F383m

Ferreira, Fabio Gonçalves

Medo / Fabio Gonçalves Ferreira. - 1. ed. - Belo Horizonte: Cedic,
2012.
16 p. : il. ; 28 cm. - (Coleção Sentimentos)

ISBN 978-85-7530-769-4

1. Literatura infantil 2. Temor I. Ferreira, Fabio Gonçalves II.
Título.

CDD 028.5

**Bom
Bons**
EDITORA

O MEDO É UM SENTIMENTO QUE
CONHECEMOS MUITO BEM. VIRA E MEXE ELE
APARECE, NOS MOMENTOS MAIS DIFERENTES.



TEMOS MEDO DE UM MONTÃO DE
COISAS. ALGUMAS SÃO PEQUENINHAS,
OUTRAS, GIGANTES E PAVOROSAS.





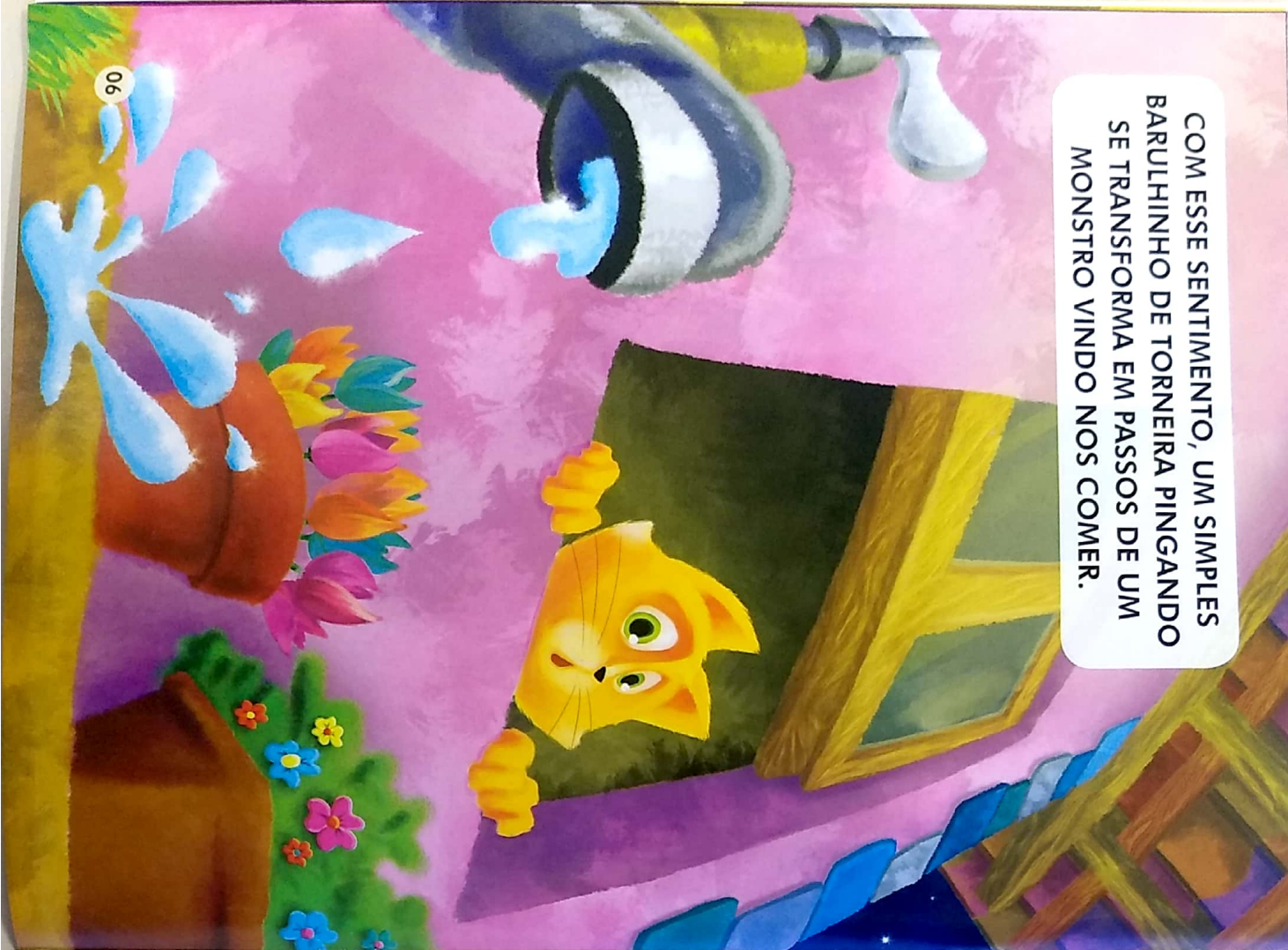
04

TODOS NÓS SENTIMOS MEDO DE ALGUMA COISA. MEDO DE ESCURO, MEDO DE FICARMOS SOZINHOS, MEDO DE PERDERMOS QUEM AMAMOS, MEDO DE CORREDORES COMPRIDOS, MEDO DE FICARMOS DOENTES, MEDO DE BICHOS E DE MONSTROS...

...TEMOS ATÉ MEDO DE SENTIR MEDO! O MAIS ESTRANHO É QUE, QUANDO SENTIMOS MEDO, PARECE QUE TUDO À NOSSA VOLTA FICA MAIS ASSUSTADOR.

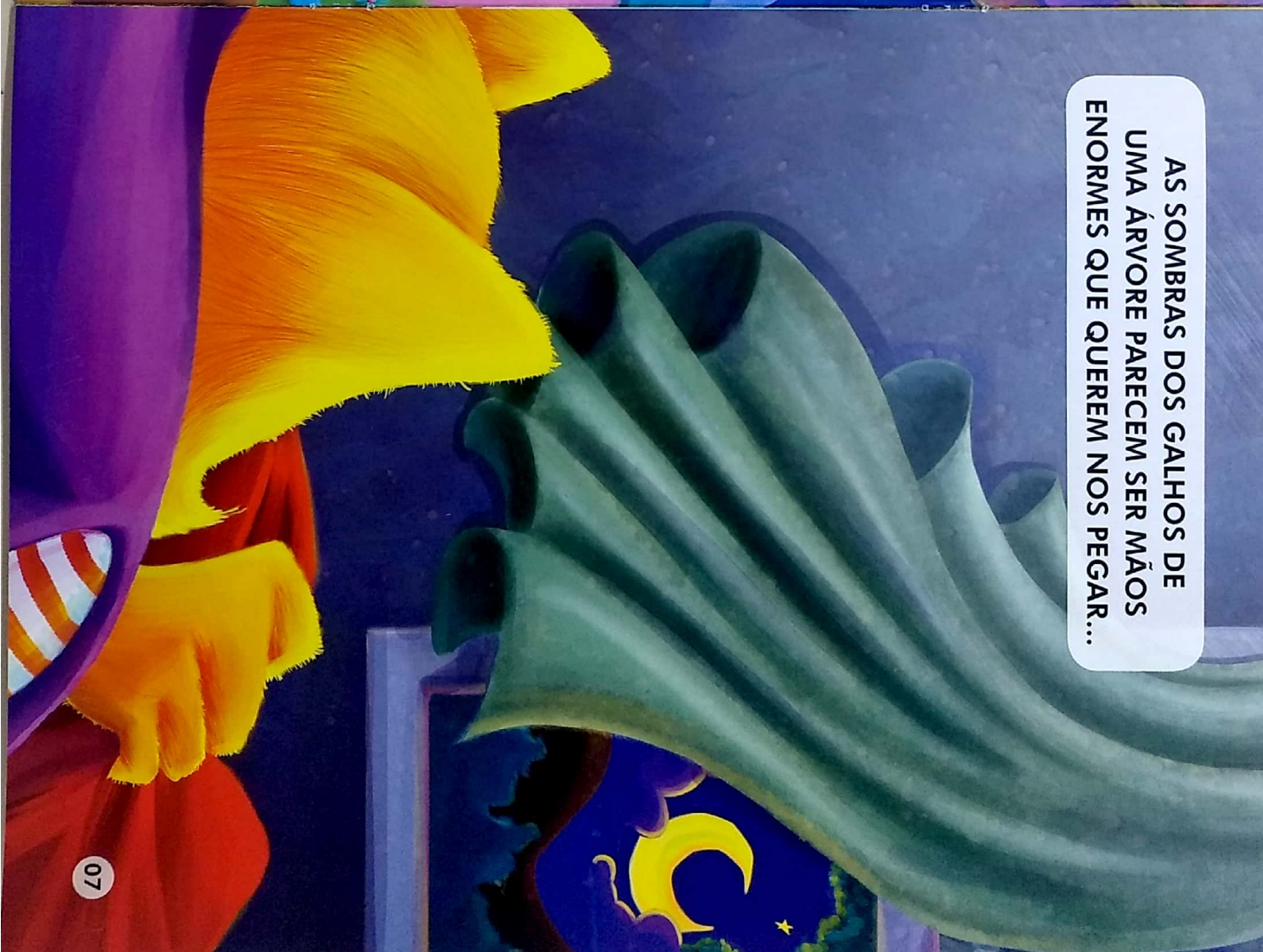
05

COM ESSE SENTIMENTO, UM SIMPLES
BARULHINHO DE TORNEIRA PINGANDO
SE TRANSFORMA EM PASSOS DE UM
MONSTRO VINDO NOS COMER.



06

AS SOMBRAS DOS GALHOS DE
UMA ÁRVORE PARECEM SER MÃOS
ENORMES QUE QUEREM NOS PEGAR...



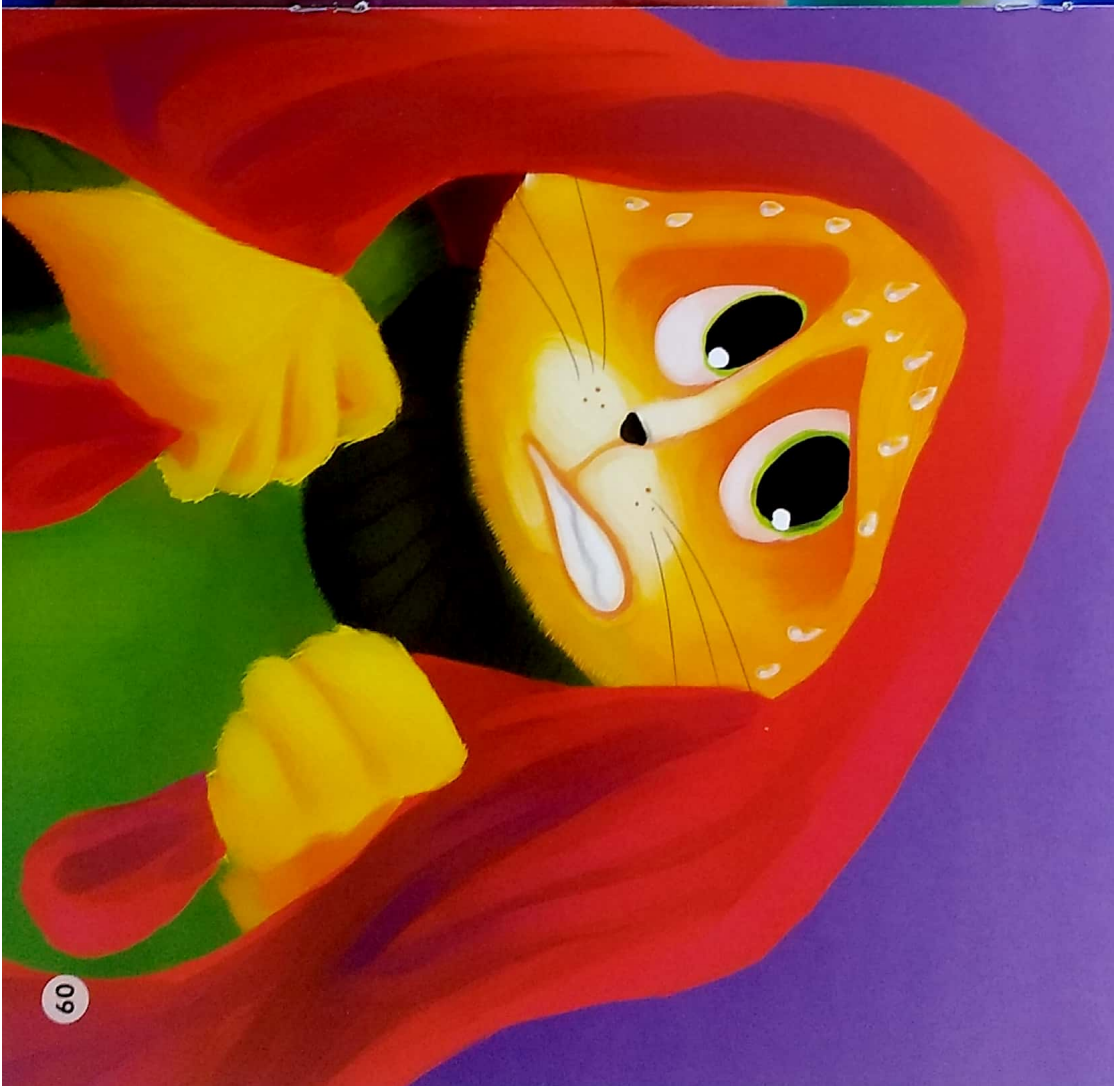
07

...E O PIO DE UMA CORUJA PARECE
O BARULHO DE UM FANTASMA
ASSUSTADOR. SENTIMOS MEDO
PORQUE PRECISAMOS NOS
PROTEGER. ENTÃO, TEMOS A
IMPRESSÃO DE QUE NOSSOS
OUVIDOS GANHAM SUPERPODERES,
QUE O NOSSO CORAÇÃO ESTÁ
PREPARADO PARA CORRER.



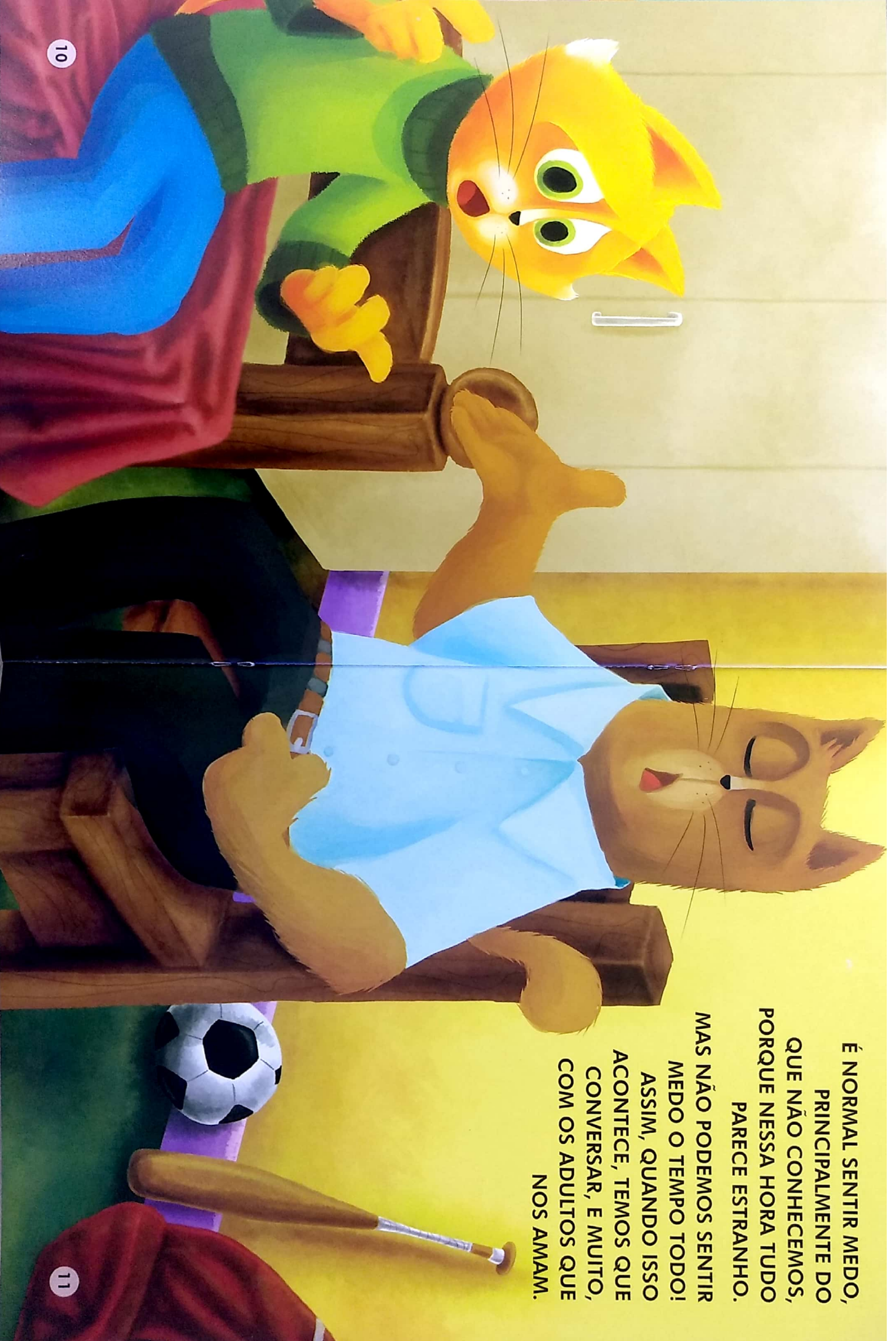
08

PASSAMOS A SUAR COMO SE
ESTIVÉSSEMOS EM UM FORNO E OS
PELOS E CABELOS SE ARREPIAM, COMO
SE TIVÉSSEMOS LEVADO UM CHOQUE.



09

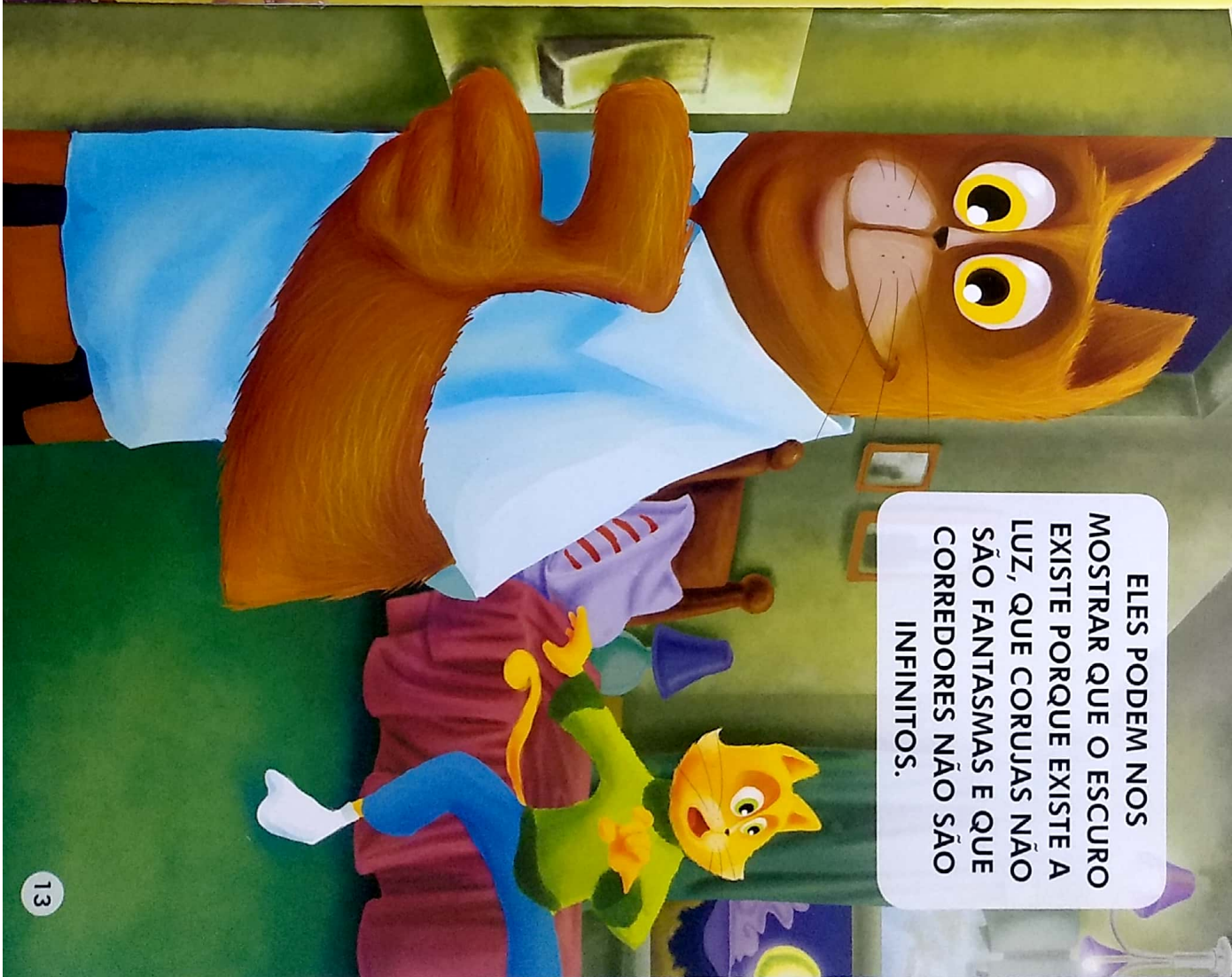
É NORMAL SENTIR MEDO,
PRINCIPALMENTE DO
QUE NÃO CONHECEMOS,
PORQUE NESTA HORA TUDO
PARECE ESTRANHO.
MAS NÃO PODEMOS SENTIR
MEDO O TEMPO TODO!
ASSIM, QUANDO ISSO
ACONTECE, TEMOS QUE
CONVERSAR, E MUITO,
COM OS ADULTOS QUE
NOS AMAM.



ELES TAMBÉM SENTEM MEDO, MAS SABEM
EXPLICAR PARA NÓS O QUE SÃO AS COISAS
DO MUNDO E AS QUE NÃO CONHECEMOS.



ELES PODEM NOS
MOSTRAR QUE O ESCURO
EXISTE PORQUE EXISTE A
LUZ, QUE CORUJAS NÃO
SÃO FANTASMAS E QUE
CORREDORES NÃO SÃO
INFINITOS.

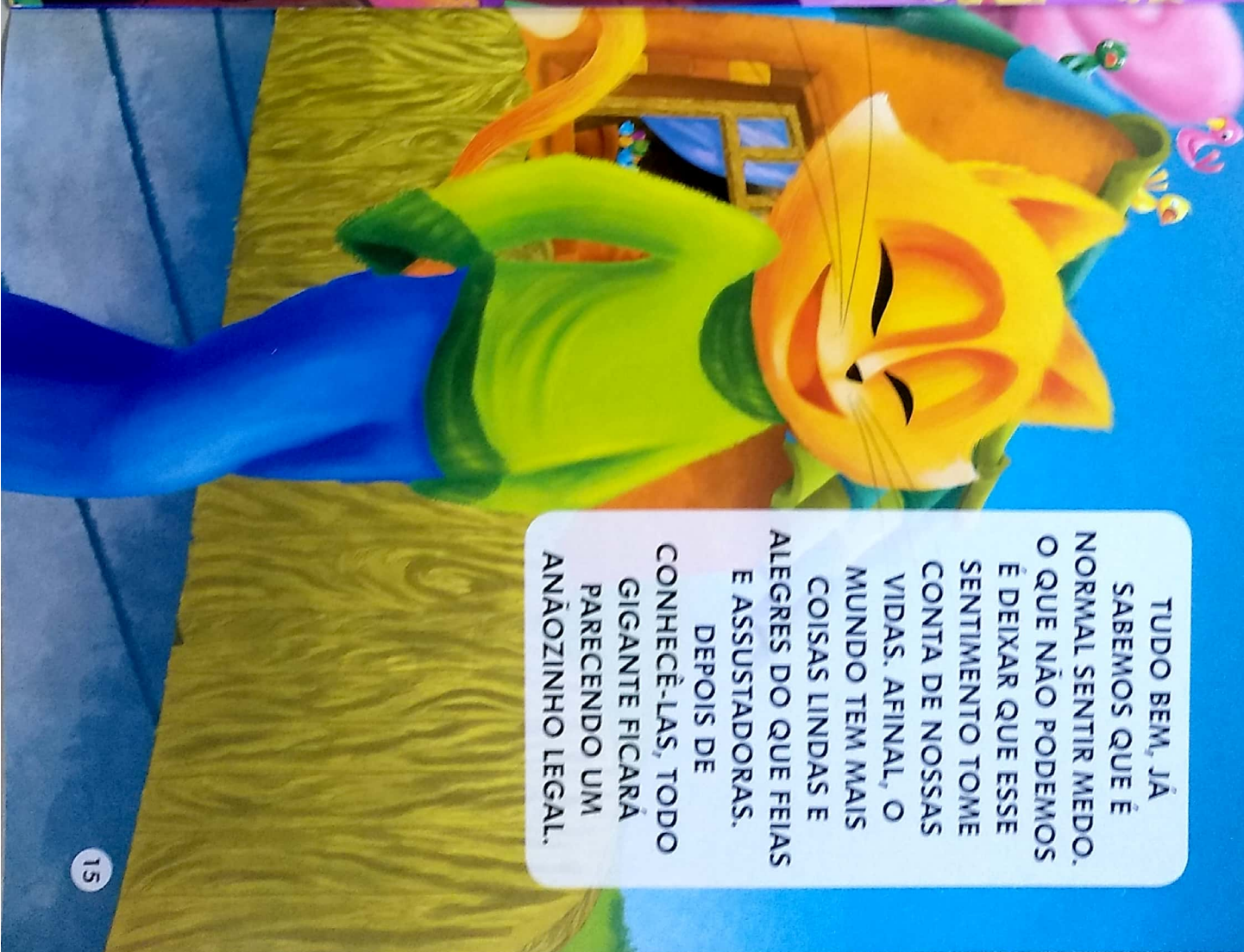


QUE AS ÁRVORES
BALANÇAM POR CAUSA
DO VENTO E QUE ESSAS
MESMAS ÁRVORES
POSSUEM FLORES
LINDAS QUE SE ABREM
DE DIA.



14

TUDO BEM, JÁ
SABEMOS QUE É
NORMAL SENTIR MEDO.
O QUE NÃO PODEMOS
É DEIXAR QUE ESSE
SENTIMENTO TOME
CONTA DE NOSSAS
VIDAS. AFINAL, O
MUNDO TEM MAIS
COISAS LINDAS E
ALEGRES DO QUE FEIAS
E ASSUSTADORAS.
DEPOIS DE
CONHECÊ-LAS, TODO
GIGANTE FICARÁ
PARECENDO UM
ANÃOZINHO LEGAL.



15

Aos pais e educadores

Ter medo é fundamental! A psicologia evolutiva nos ensinou que só estamos vivos aqui, hoje, porque nossos ancestrais tiveram medo. Os valentes e os fanfarrões da Pré-História morreram sem deixar descendentes. Morreram comidos por feras, afogados nas correntezas ou no mar bravio; despencaram de penhascos ou foram picados por animais venenosos... Os genes que sobreviveram e nos fizeram gente neste mundo foram os genes dos cautelosos, dos que dosaram sua coragem com uma pitada de medo, dos que se arriscaram, mas tiveram algum cuidado. Os fanfarrões lutaram impensadamente e morreram. Os que tinham medo recuaram, estudaram o inimigo e depois, mais sábios, venceram. Eles sabiam que mais importante que vencer uma batalha era vencer a guerra, e para isso é preciso estar vivo no final. Medo, portanto, é essencial. Porém, muitas vezes acontece que, diante de situações extremas ou inesperadas, esse recurso para a sobrevivência é acionado de forma a criar uma espécie de alarme que começa a disparar nos mais diversos momentos. Às vezes em situações diante das quais, racionalmente falando, não seria necessário reagir assim. É o que chamamos trauma. Uma pessoa traumatizada, por mais que saiba racionalmente que o perigo está distante, reage como se ele estivesse próximo. Para causar traumas, não é preciso grandes tragédias. Um adulto que faz uma brincadeira de mau gosto com uma criança, colocando-a num contexto aterrorizante, pode produzir essa situação. Um cuidador que se mostra temeroso diante de tudo e vive dizendo (ou pior, mostrando com seus próprios atos) que o mundo é um perigo está criando uma criança medrosa. Um adulto inseguro e indeciso transmite seu medo da vida e das coisas para ela. Somos modelos poderosos. E as crianças precisam confiar no mundo, nas pessoas e no ambiente para se desenvolverem. Temos, portanto, uma responsabilidade enorme. Devemos ensinar o cuidado sem destruir a confiança e o otimismo.

Cláudio Paixão Anastácio de Paula

Cláudio Paixão Anastácio de Paula é psicólogo clínico, doutorou-se em psicologia pela USP, é membro da *International Association for Jungian Studies* e é professor da Escola de Ciência da Informação da UFMG.