

Guia dos Medos

O que é um medo normativo?

O medo é uma parte natural do desenvolvimento da criança, apesar de ser uma experiência desconfortável, é um processo desenvolvimental essencial que prepara a criança para navegar situações difíceis. O medo normativo é definido como uma reação normal à ameaça real ou imaginada, e distingue-se do medo clínico ou fobia.



Idades e etapas do medo

0 aos 12 meses

Ruído, alturas, pessoas/objetos estranhos repentinos ou ameaças, separação das figuras de vínculo



1 aos 2 anos e meio

Tempestades naturais, pequenos animais/insetos

2 anos e meio aos 6 anos

Escuro, animais em geral, ficar só, seres imaginários (fantasmas, monstros)



6 aos 11 anos

Acontecimentos sobrenaturais, feridas, sofrimento físico, saúde/morte, aspetos escolares

11 aos 13 anos

Relacionamentos interpessoais, auto-imagem

13 aos 18 anos

Sexualidade, insucesso escolar



Se o contacto com objetos ou situações temidas se tornar desproporcional, incapacitante e interferir com o funcionamento diário do seu filho, **solicite a ajuda dos nossos psicólogos no CTEB**

Conheça-nos!



Rua José António Cruz, nº81, S.Victor 4715-343, Braga



969 314 911 (Chamada para rede móvel nacional)



cteb.braga@gmail.com



<https://cteb.pt/>



cteb



ctebraga

Segunda-feira: 08:00h – 20:00h

Terça-feira: 08:00h – 20:00h

Quarta-feira: 08:00h – 20:00h

Quinta-feira: 08:00h – 20:00h

Sexta-feira: 08:00h – 20:00h

Sábado: 09:00h – 13:00h

Domingo: Encerrado



Centro Terapêutico & Educacional de Braga