

## 4

### Teoria da expectativa: medos fundamentais

A SA anteriormente descrita é um dos elementos centrais do chamado Modelo de Expectativa de Reiss, sobre o medo, a ansiedade e o pânico (Reiss, 1980, 1991). Nela, o autor propõe que existem três medos fundamentais: 1) SA, 2) medo de se ferir, adoecer ou morrer, e 3) medo de uma auto-avaliação negativa. Esses medos fundamentais, segundo Taylor & Fedoroff (1999), contribuem para o aumento do medo, da ansiedade e do pânico, por que interagem com experiências aprendidas, aumentando o risco de adquirir medos comuns e de aumentar a intensidade do medo já adquirido.

Taylor & Fedoroff (1999) consideram medos comuns os medos de: animais inofensivos (barata, gato, lagartixa), situações (altura, lugares fechados), situações sociais (falar em público, comer na frente de outras pessoas). Esses medos podem ser “transformados” em medos fundamentais. Isso ocorre, por exemplo, quando uma pessoa com medo de avião, teme voar principalmente porque teme que o avião caia (medo de se ferir, adoecer ou morrer). Ou também, em um caso parecido, quando uma pessoa com agorafobia teme o avião porque, na verdade, teme ter um ataque de pânico durante o voo (nesse caso, o medo fundamental é a SA).

Outro exemplo é citado por Reiss (1991), e Mc Nally (2002), para eles, se formos considerar como medos comuns o medo de gato, de altura e da ansiedade, não haveria lógica nenhuma entre o medo de gato e o medo de altura, visto que não se teme o felino porque se teme os lugares altos. Mas, sendo a SA um medo fundamental, terá sim uma base motivacional para esses dois medos, que seria: “Temo gato e altura porque temo ter um ataque de pânico se encontrar um desses dois estímulos”.

Para Taylor & Fedoroff (1999), as respostas relacionadas ao medo (ansiedade, pânico, evitação e comportamento de fuga-esquiva), seja elas comuns ou fundamentais, podem ser derivadas de fatores situacionais ou pessoais. Fatores situacionais dizem respeito às expectativas de perigo, é o que uma pessoa pensa que pode acontecer quando se deparar com a situação ou objeto temido. Se

expressam por pensamentos do tipo: “o avião vai cair”, “vou ter um ataque de pânico durante o vôo”, “as pessoas vão notar meu medo durante o vôo”.

Já os fatores pessoais, referem-se à sensibilidade individual, é a razão pela qual a pessoa teme a antecipação do evento. Se expressam por pensamentos do tipo “se tiver uma ataque de pânico, vou ter um ataque cardíaco”.

Para a Teoria da Expectativa (Reiss, 1980), quem tem medo dos sintomas da ansiedade provavelmente desenvolve medo diante de qualquer outra situação, mesmo que, na maior parte das vezes, seja inofensiva para a maioria das pessoas. Isso se dá, pelo fato de a S A englobar pelo menos, 3 fatores: 1) Medo de sensações somáticas, 2) Medo de descontrole cognitivo, 3) Medo que as reações à ansiedade sejam percebidas por outras pessoas (Reiss,1980, 1991). De acordo com esta perspectiva, acredita-se também que a gravidade da S A pode estar relacionada com a intensidade e a quantidade de medos que uma pessoa tem.

Para se medir a S A é preciso um instrumento preditivo que identifique, por meio de uma serie de comportamentos e desordens individuais, uma super-reação para os sintomas relacionados à ansiedade, sua fuga e evitação (Peterson e Plehn, 1999). Esse instrumento será apresentado a seguir.