

COMPORTAMENTO

Volante no divã

Acompanhamento psicológico e aulas em escolas especializadas ajudam a vencer o **medo de dirigir**

THIAGO LASCO

thiago.lasco@grupoestado.com.br

Se o trânsito das cidades grandes é capaz de desanimar qualquer pessoa, para alguns a ideia de dirigir causa um medo difícil de contornar, que atrapalha a vida tanto profissional quanto social. Nesses casos, a melhor saída é buscar ajuda especializada.

A psicóloga infantil Ani Ajabian parou de guiar depois de se envolver em um acidente com um caminhão, há cinco anos. Para voltar a enfrentar o volante, ela se matriculou em uma autoescola especializada em atender pessoas habilitadas.

750
alunos são atendidos por mês nas 12 unidades da Clínica Escola Cecília Bellina no País

Segundo especialistas, os maiores causadores do medo de dirigir não são os traumas, mas certos traços de personalidade. O principal é o perfeccionismo. “O grande bicho-papão é o medo de errar”, explica Cecília Bellina, fundadora da clínica-escola que leva seu nome.

Às vezes a pressão vem de fora. Companheiros pouco pacientes criticam as esposas, e elas se tornam inseguras. “Meu marido é muito exigente. Ele tem medo que eu estrague o carro e nunca me encorajou a dirigir”, conta a aposentada Sílvia Petrini, aluna na escola Dirigindo Bem.

A faixa etária mais frequente vai dos 28 aos 45 anos. Mas há



THIAGO LASCO/AE



FOTOS: SERGIO CASTRO/AE

Traumas com acidentes, como o de Ani (acima), são exceção. Boa parte dos alunos, como Messias, tem a ansiedade como maior vilã

vergonha, pois o medo de guiar fere a masculinidade. Ele demora para chegar aqui. Mas não desiste, vai até o fim”, diz Cecília.

O tratamento é gradual e exige perseverança. Ani e Sílvia ainda não guiam sozinhas. Messias só começou no oitavo mês de terapia. “Você vai ficando satisfeito com as conquistas e a ansiedade diminui”, diz ele, que faz alguns planos. “Quero realizar aquela fantasia adolescente de pegar o carro e cair na estrada”, sonha.

recém-saídos da autoescola que se sentem despreparados, e outros que só vão procurar ajuda bem mais tarde, como o ator Raphael Messias. “Tenho um sítio no interior e, para poder curtir

lo, resolvi enfrentar o medo de guiar. A necessidade te leva.”

Reconhecer o problema não é fácil. Amigos e parentes têm dificuldade para entender essas limitações. “O homem tem mais



A psicóloga Cecília e a aluna Cleonice: sem pressão e sem pressa

Tratamento requer paciência

As chamadas auto-escolas para habilitados atuam em duas frentes: aulas de direção, para suprir as deficiências ao volante de quem já é habilitado, e assistência psicológica, para ajudar o aluno a enfrentar o medo.

Na Dirigindo Bem, uma avaliação inicial indica quantas aulas devem ser aplicadas - a cada quatro, há um encontro com o

psicólogo. Na Clínica Escola Cecília Bellina, toda semana os clientes participam de uma aula prática e uma sessão de duas horas de terapia em grupo.

“O grupo ajuda a segurar o aluno que se sente tentado a desistir”, explica a psicóloga Fabiana Saghi. “Ele vê que os altos e baixos do processo não acontecem só com ele.”

O tratamento dura, em média, de seis a oito meses, às vezes mais. “Não é demorado, se você pensar que passou a vida inteira esperando”, pondera Cecília.

A aposentada Cleonice Soares frequenta a clínica há um ano. “Não tenho pressa. Quero sair pronta e consciente do que estou fazendo”, conta. “A cada conquista, faço uma festa.”