



## **Paura di guidare? Meglio affrontarla che nasconderla**

### **La rete di autoscuole La Nuova Guida lancia un corso per superare le ansie legate all'utilizzo dell'automobile, e un opuscolo con consigli pratici per affrontare gli ostacoli più semplici prima che il problema diventi patologico**

La Nuova Guida - network di autoscuole ispirato ai valori di legalità, professionalità e innovazione del Gruppo Sermetra – lancia un nuovo corso per affrontare e superare una delle tematiche più nascoste del mondo automobilistico: la paura di guidare. Che sia per il maltempo, per il traffico caotico o perché si attraversa un viadotto, sono molteplici le occasioni nei quali guidatori più o meno esperti hanno provato paura o ansia alla guida. Un problema che, secondo una ricerca del Centro Studi e Documentazioni Direct Line, pare abbia coinvolto circa il 68% degli automobilisti almeno in un'occasione. Il tema sembra di minore intensità per chi inizia a guidare subito, appena compiuti i 18 anni, grazie ad una certa dose di “sana incoscienza” che, sapientemente gestita da istruttori qualificati e competenti, aiuta le persone a superare il naturale terrore per le molteplici operazioni da compiere per condurre un veicolo. Almeno finché il tutto non diventa naturale e automatico. Ecco quindi che, all'opposto, chi prende la patente tardi o chi, pur avendola presa subito per anni non ha guidato, sembra maggiormente predisposto a soffrire di ansie alla guida.

Il corso de La Nuova Guida dal titolo “Paura di Guidare” serve proprio ad affrontare le più diffuse tra queste paure, analizzandole e fornendo consigli pratici per superarle. Il primo presupposto è però che questi stati di ansia o paura non siano di tipo patologico, legati a fobie o comunque capaci di causare attacchi di panico o tachicardie. In quel caso il consiglio è di rivolgersi ad uno specialista, che probabilmente aiuterà poi la persona a superare il tutto con l'aiuto di un bravo professionista della guida.

La durata complessiva del corso è soggettiva e modulabile. Può, infatti, variare a seconda della tipologia di consulenza e percorso che il guidatore necessita e da quanto la sua “paura di guidare” sia radicata nel tempo, con l'obiettivo finale di ritrovare la sicurezza smarrita e il piacere di mettersi alla guida.

Nell'opuscolo, anche grazie alle illustrazioni, si cerca di identificare le varie paure per arrivare ad un percorso di riconoscimento dei sintomi e delle cause più frequenti, arrivando poi ai consigli pratici per superarle.

*“A volte si tratta solo di avere un compagno di viaggio- commenta Luca Andreoli, Amministratore Delegato del Gruppo Sermetra- altre di ricorrere a professionisti della guida che siano in grado di aiutarci a superare un blocco, ad ogni modo con questo ulteriore passo verso una guida sicura e consapevole si può star certi che anche in auto le paure è meglio affrontarle che nasconderle”.*

**Per ulteriori informazioni contattare**

**Ufficio Stampa**

Sergio Cerini

Effeci Comunicazione - via Merulana, 247 - 00185 – Roma –



Tel: 3356951224

[s.cerini@effecicomunicazione.it](mailto:s.cerini@effecicomunicazione.it)

[www.effecicomunicazione.it](http://www.effecicomunicazione.it)

Il Vademecum è disponibile gratuitamente sul sito:

[www.lanuovaguida.it](http://www.lanuovaguida.it)