

Caso ANA

- Com aproximadamente 12 anos de idade Ana (nome fictício) foi comemorar com o pai a conquista da carteira de motorista do irmão. Entraram no carro com o irmão ao volante, Ana no assento do passageiro e pai sentado no banco de trás. Pela pouca destreza do recém-motorista, ao seguir por um aclive, o irmão perdeu o controle da embreagem, o carro deslizou para trás e capotou. Ana foi jogada para o banco de trás. Todos ficaram bem assustados, mas saíram ilesos. Na hora ficou com medo de ter machucado o pai ao voar para o banco traseiro [**I. Lembrança Traumática (adversidades não processadas)**]. O pai era muito carinhoso e sempre apoiou os filhos a seguirem adiante. [**II. Resiliência (figuras positivas de apego)**]
- Hoje aos 50 e poucos anos, Ana é avó. Sua filha mora em parte mais elevada da cidade. Todas as vezes que vai visitá-la, Ana fica muito ansiosa com o receio de que haja engarrafamento e tenha que fazer controle de embreagem em aclive. Sente que vai perder o controle. [**III. Disparadores ativos no presente (intrusões e crenças negativas)**].
- Imagina as visitas diárias que deseja fazer à neta com apreensão de que fique presa em algum engarrafamento em aclive e lembra-se das situações em que isso aconteceu (**III. recordações indesejadas**). Lembra-se sem querer desses momentos à medida que o horário de visitar a filha se aproxima. Às vezes sonha que se envolve em acidente de carro e que fica presa às ferragens, morrendo sem que consigam tirar do veículo [**III. pesadelos, V. flashforward**].
- A cada dia fica mais forte o pensamento de que não consegue dirigir porque pode sofrer um acidente [**III. Crenças Negativas (relacionadas ao tema clínico de segurança/vulnerabilidade)**].
Ana reconhece que não se machucou no acidente com o irmão e que o pai a ajudou a sair do carro. Reconhece ser uma boa pessoa, mãe e avó dedicada e por isso busca a terapia. Tem bom relacionamento conjugal e rede de amigos extensa. Pertence a grupo de leitura e gosta de assistir a filmes de arte. [**IV. Recursos internos e externos, atos de triunfo a despeito da adversidade**].
- Acessa facilmente o Lugar Seguro, que se relaciona a uma cachoeira em que esteve há alguns anos [**IV. Reação a exercício de mudança de estado e nível de atenção dual**]
- Deseja ter mais autoconfiança e sentir-se livre para poder circular com seu carro por onde quiser. Gostaria até mesmo de visitar cidades vizinhas e poder passar o dia em alguma cachoeira próxima. [**VI. Expectativas positivas, projeção ao futuro**].