

Przedświąteczna gorączka nie służy kierowcom

Przebywanie wśród tłumów jest jednym z czynników stresogennych, ponieważ wzbudza w nas poczucie zagrożenia. Zagrożenie zaś zwiększa tendencję do bardziej agresywnych i nieoczekiwanych zachowań, także na drodze.

Przed nami Święta Bożego Narodzenia. Szczególny okres dla wszystkich, także dla kierowców. Do szybko zapadającego zmroku i trudniejszych warunków do jazdy dochodzi także wiele czynników, które mają wpływ na bezpieczeństwo w ruchu drogowym.

*- **Badania pokazują, że jednym z możliwych powodów, dla których wpadamy w stan stresu jest przebywanie w zatłoczonych miejscach - na przykład na zakupach. Jest to czynnik, który wzbudza w nas poczucie zagrożenia. Skutkiem tego, że organizm produkuje więcej hormonu stresu może być zwiększona tendencja do bardziej agresywnych i nieoczekiwanych zachowań, które mogą być przeniesione na drogę. Wszystko, co wywołuje nagły wzrost napięcia jest niepożądane. W praktyce nawet to, że nie mamy jeszcze pomysłu na prezent może wpłynąć na zachowanie kierującego,*** wyjaśnia dr Ewa Odachowska, psycholog z Instytutu Transportu Samochodowego.

*- **Źródłem frustracji wśród kierowców są także korki uliczne, szczególnie uciążliwe w okolicach centrów handlowych. Zdenerwowanie kierujących wywołuje również wydłużone poszukiwanie czy oczekiwanie na zwolnienie miejsca parkingowego. Niestety, rosnące napięcie emocjonalne, wywołane niemożnością lub opóźnieniem w realizacji celu, jest łagodzone w wielu przypadkach poprzez zachowania agresywne, a agresja rodzi agresję,*** przypomina dr Ewa Odachowska.

Lekarstwem jest unikanie sytuacji, które wywołują w nas stres, nad którym nie jesteśmy w stanie zapanować. Wcześniejsze zaplanowanie zakupów, najlepiej w godzinach porannych lub południowych pozwoli na uniknięcie tłumu, ulicznych korków oraz zbędnych emocji, które mogłyby się przenieść na zachowanie na drodze.

Kontakt:

Mikołaj Krupiński

Rzecznik prasowy

Instytut Transportu Samochodowego

+48 22 43 85 538

+48 604 931 310

mikolaj.krupinski@its.waw.pl