

## Kącik motoryzacyjny. Jak unikać nerwowych sytuacji za kółkiem

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: niedziela, 06, styczeń 2013 23:00

Dawid Kulpa

Odslony: 1986

---

Psychologowie i policjanci są zgodni co do tego, że na polskich drogach pojawia się coraz więcej agresji. Z pewnością każdemu z nas zdarzyło się posłać kilka nieprzyjemnych epitetów pod adresem innego kierowcy. Trąbienie, wygrażanie, pokazywanie niegrzecznych gestów to niemal codzienność. Denerwują nas korki w mieście, wkurza nieporadność innych kierowców.

Jak sobie z tym wszystkim radzić, żeby nie stracić przyjemności z jazdy?

1. Przede wszystkim planujmy wyjazd z domu z odpowiednim zapasem czasu. Jeśli się spieszymy, a na drogach są korki, wówczas rośnie nasz poziom agresji.
2. Okazujmy uprzejmość innym kierowcom i unikajmy działań, które mogłyby sprowokować ich do agresji.
3. Zawsze sygnalizujmy zmianę pasa ruchu (mimo że jest to wymagane przez przepisy, wielu kierowców jakby o tym zapomina i zmienia pasy ruchu, nie informując o tym innych użytkowników drogi. Jest to nie tylko niebezpieczne, ale też denerwuje innych kierowców).
4. Jeżeli zapaliło się już zielone światło, a samochód przed nami jeszcze nie ruszył, nie denerwujmy się. Dajmy szansę tamtemu kierowcy. Może ma problem techniczny, zagapił się lub po prostu jest mniej doświadczony. Pamiętajmy że nam także może się coś takiego przydarzyć.
5. Nie blokujmy pasa ruchu kierowcom jadącym szybciej – w miarę możliwości powinniśmy zjechać na prawy pas i dać się wyprzedzić.
6. Po manewrze wyprzedzania nie zajeżdżajmy drogi wyprzedzanemu pojazdowi.
7. Pamiętajmy, że w ruchu drogowym obowiązują ograniczenia prędkości w zależności czy jedziemy przez obszar zabudowany, poza nim, drogą ekspresową czy też autostradą, toteż nie denerwujmy się na tych kierowców, którzy jeżdżą zgodnie z przepisami.
8. Nie ścinajmy zakrętów (często zmuszamy przez to nadjeżdżających z przeciwka do salwowania się ucieczką na pobocze).
9. Nie nadużywajmy sygnału dźwiękowego. Długotrwałe naciskanie klaksonu może zdenerwować nawet najbardziej spokojnych kierowców.
10. Jadąc samochodem nie myślmy o swoich niepowodzeniach.
11. Pomyślmy dwa razy, zanim zaczniemy ubliżać innemu uczestnikowi ruchu. Może wina leży właśnie po naszej stronie.
12. Ogólnie starajmy się unikać prowadzenia samochodu, gdy jesteśmy zestresowani czy też pod wpływem złych emocji.
13. Bądźmy wyrozumiali i nauczmy się przyznawać do błędów.

Źródło: [smartdriver.pl](http://smartdriver.pl) oraz [superjazda.blogspot.com](http://superjazda.blogspot.com)