

# Dopravní psychologie

Myslíš si, že umět dobře řídit stačí pro  
**bezpečnou jízdu?**  
Řízení je jen začátek!



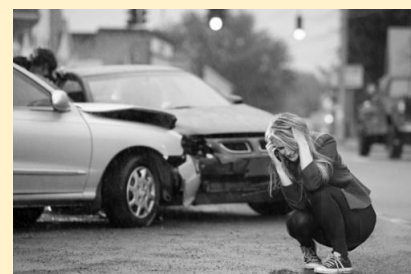
Dopravní psychologové také pracují s **řidiči se strachem z řízení**,

který může být způsoben:

- 1) Špatnou zkušeností z autoškoly
- 2) Prožitím dopravní nehody (PTSD)
- 3) Jinou psychopatologií – fobie z řízení, nehod, aut, obecná úzkostná symptomatika)

Proto s rizikovými řidiči pracují psychologové a ne instruktoři autoškoly.

Víš, **jak dlouho** musíš po párty počkat, než sedneš za volant?  
Můžeš si to spočítat:



Kolik gramů alkoholu jste zkonsumovali?

PIVO 12°	VÍNO	DESTILÁT
Obsahuje 1% čistého alkoholu na 100 ml	Obsahuje 12% čistého alkoholu na 100 ml	Obsahuje 40% čistého alkoholu na 100 ml
5 x 0,5 x 8° = 20g	12,5 x 0,2 x 8° = 20g	40 x 0,04 x 8° = 12,8g
(20g x .....)	(20g x .....)	(12,8 x .....)
= ..... g		

Je toto číslo kladné?

Ne: ..... g/hod

Ano: ..... g/hod

kolik rychle odbourávejte alkohol?

muži: ..... L

ženy: ..... L

Kolik promile alkoholu máte v krvi?

Psychologická práce s **rizikovými řidiči** (agresivní jízda či jízda pod vlivem návykových látek) snižuje recidivu až o 50%!



A víš, jak na tebe **alkohol účinkuje?**

Množství alkoholu	Účinek
Nad 0,2 promile	Narušení zrakového vnímání, koncentrace, optického postřehu, zorného pole a zorného úhlu, zrakové paměti, emoční hladiny, prostorového vidění a sebekontroly
Do 0,5 promile	<b>Lehká podnapilost</b> - člověk obvykle nejeví známky požití alkoholu, přesto hladina alkoholu způsobuje pokles koncentrace pozornosti a výkonnosti
0,6-1,5 promile	<b>Lehká až střední opilost</b> - člověk se stává subjektivně živějším, odvážnějším bez známek úzkosti a opatrnosti. Pozornost je již omezena a vnímání zkresleno. Ztráta pocitu zodpovědnosti vzrůstání tendencí k riskování a bezohlednosti
1,6-2,3 promile	<b>Střední opilost</b> - nekoordinované pohyby, přerývaná mluva, impulzivní reakce, hluchost, sklon k násilnému chování.
Nad 2,3 promile	<b>Těžká opilost</b> -člověk neudrží stabilitu, vrávorá, usíná, někdy se nachází v komatózním stadiu.

**Ale pozor!**

I s opicí řidiči řídí jako **opice**.

Dostatek spánku ale výrazně pomáhá.

Opice má stejné projevy jako bys měl poloviční promile tvého nejhoršího stavu ze včerejška!  
Řidiči s opicí

- 1) mají méně směrově stabilní jízdu.
- 2) více chybují.
- 3) hodnotí svoji jízdu jako méně bezpečnou, uváženou.
- 4) se cítí během řízení ve větším napětí.
- 5) při řízení musí vydávat větší úsilí, než normálně.

Věděli jste, že profesionální řidiči a vybudovaní řidiči musí projít **psychodiagnostickými testy**, které ověřují:

- 1) Osobnost (např. sensation seeking)
- 2) Výkon (např. rychlost reakcí)
- 3) Vnímání (např. periferní vidění)

A testují se na tomto přístroji



Nejčastější příčinou smrti u mladých lidí do 25 let je **autonehoda**.

Za volantem je nejrizikovější rychlá jízda a jízda pod vlivem omamných látek.

