

کدام رانندگان زودتر و بیشتر خشمگین می شوند؟

# رانندگی روی اعصاب

اگر یک روز کامل در خیابان‌های شهری مثل تهران قدم بزنید، حتما شاهد درگیری بین رانندگان خودروها خواهید بود. از سویی، بی‌نظمی در جاده‌ها و خیابان‌ها هم نمود آشکاری دارد؛ گویی بعضی از افراد اصلا قوانین راهنمایی و رانندگی را نمی‌دانند. قصد دارند از دیگری سبقت بگیرند و جلوی هم بپیچند. بی‌مورد بوق می‌زنند، به هم دشنام می‌دهند و فریاد می‌کشند. گاهی هم از خودرو پیاده شده و با قفل فرمان ... یا هم درگیر می‌شوند. به راستی این همه خشم از کجا نشأت می‌گیرد؟ چرا خیلی از رانندگان اینقدر عصبانی و ناراحت‌اند و چه راهکارهایی وجود دارد تا بتوان اخلاق را در آداب رانندگی نهادینه کرد؟

پربین  
پنهان

## رایج‌ترین علل خشم رانندگان چیست؟

خشونت هنگام رانندگی محبت بسیار گسترده‌ای است و علل متفاوتی را می‌توان برای آن یافت. برخی از مهم‌ترین دلایل آن از این فراترند:

دکتر علیرضا اسماعیلی  
عضو هیات‌علمی دانشگاه پلیس  
و مدرس دانشگاه تهران



**۱. شخصیت انسان‌ها:** شخصیت افراد و آستانه تحمل آنها در تشدید خشونت‌های مرتبط با رانندگی نقش مهمی دارد. بعضی از افراد دارای شخصیت ضداجتماعی، مرز و ... هستند. رانندگی این افراد بسیار خطرناک است و معمولا حاشه‌ساز هستند. آستانه تحمل افراد را هم باید در نظر گرفت. بعضی از افراد صبرشان زودتر لبریز می‌شود.

**۲. تخلیه هیجانی:** رانندگی، تبلور رفتارهای انسان‌هاست. بسیاری از افراد در محیط‌های معمولی مانند اداره، خیابان ... و... سعی می‌کنند هیجان خود را کنترل کنند ولی وقتی فضا را مناسب می‌بینند، مثلا در محیط شلوغ و پر هرج و مرج قرار می‌گیرند، رفتارهای غیرعادی از آنها سر می‌زند که باعث تعجب می‌شود. در کشورهای غربی مکان‌های زیادی برای تخلیه هیجان‌ها وجود دارد ولی در کشور ما اصلا چنین مکان‌هایی وجود ندارد. رانندگی با سرعت بالا و نقض قوانین رانندگی عمدتا مواردی است که از سوی جوان‌ها بیشتر دیده می‌شود و به منظور تخلیه هیجان است.

**۳. ترافیک جاده و خیابان:** باید به موضوع مهم ترافیک هم اشاره کنیم. حرکت آرام ماشین‌ها و ماندن در زیر نور آفتاب به مدت طولانی در یک محفظه فزونی، باعث خشم و عصبانیت می‌شود.

**۴. عوامل جانی:** رانندگانی که مسافری هستند و قرض کنید از صبح تا شب در گرما یا شرایط جوی بد کار می‌کنند و مبلغ قابل‌قبولی هم از این کار به‌دست نمی‌آورند و شرایط بد اقتصادی، مشکلات خانوادگی و... دارند نمی‌توانند خشم خود را کنترل کنند.

**۵. آموزش ناکافی رانندگان:** بخش دیگر مربوط به آموزش درست رانندگان قبل از دریافت گواهینامه رانندگی است. در کشورهای توسعه‌یافته آموزش سیستمیک وجود دارد و فرد قوانین را کاملا می‌آموزد، در حالی که در کشور ما بسیاری از قوانین بعد از دریافت گواهینامه رانندگی فراموش می‌شوند. این در حالی است که هر چقدر محیط استانداردتر باشد، مردم به سویی سوق پیدا می‌کنند که رفتار درست‌تری انجام دهند.

**۶. رعایت نکردن اخلاق در رانندگی:** این فرهنگ نیز باید در کشور ما آموزش داده شود که هرگاه خطایی انجام دادیم، عذرخواهی کنیم یا وقتی راهنماند است، بوق یا چراغ زنییم. این نوع رفتارها باعث عصبانیت دیگران می‌شود.

**۷. نبود مجازات اجتماعی:** گاهی این‌طور تصور می‌شود که برای نظم دادن به خیابان‌ها و جاده‌ها و کنترل خشم باید جرایم نقدی را افزایش داد، در حالی که روش بهتری هم وجود دارد و آن تقویت مجازات‌های اجتماعی است. در کشورهای غربی اگر یک فرد مشهور خطایی انجام دهد، عکس او در مجله چاپ می‌شود. با این کار حتی به کسانی که به‌عنوان الگو در جامعه هستند، اجازه کوچک‌ترین خطایی داده نمی‌شود و پیامی است مبنی بر اینکه رعایت قوانین همگانی ضروری است.

**۸. کمبود نصب دوربین در خیابان‌ها:** در بسیاری از شهرهای توسعه‌یافته دنیا دوربین‌های زیادی در هر نقطه از شهر وجود دارد و اگر فردی بخواهد تخلف کند به‌دلیل وجود دوربین‌ها نمی‌تواند این کار را انجام دهد.

**۹. سهیم بودن رسانه ملی در این خشونت و بی‌نظمی:** در کشور ما رسانه ملی برای انجام کار فرهنگی هزینه دریافت می‌کند، در حالی که رسالت و وظیفه‌اش اطلاع‌رسانی است و باید برای مردم کار کند. وقتی این اتفاق می‌افتد، همکاری ارگان‌ها با چنین رسانه‌ای کاهش می‌یابد. پس می‌توان گفت رسانه ملی هم سهیمی در این بی‌نظمی دارد. اما واقعیت این است که درصد قابل‌توجهی از افراد جامعه دچار اختلالات شخصیتی هستند. این افراد در تمام دنیا وجود دارند و شاید بتوان کار خاصی برای آنها انجام داد ولی باید تلاش کرد فرهنگ رانندگی در بقیه مردم نهادینه شود. همه موارد گفته‌شده باید به‌صورت یک پازل کنار هم گذاشته شود تا راه‌حل مناسبی ارائه شود.

## کدام رانندگان بیشتر خشمگین می‌شوند؟

خشم نوعی سرخوردگی ناشی از نرسیدن به حق و ضایع شدن روان است. خشم ممکن است ریشه در زمانی از زندگی مانند کودکی،

دکتر حامد محمدی کنگرانی  
روان‌پزشک و عضو کمیته رسانه  
انجمن روان‌پزشکان ایران



جوانی، حال و... داشته باشد. انسان‌ها با این تفکر زندگی و آن را به شیوه‌های مختلف ابراز می‌کنند. خشم همیشه به‌صورت مستقیم ابراز نمی‌شود. در علم روان‌شناختی مکانیسم‌های دفاعی مختلفی وجود دارد که یک نوع مکانیسم دفاعی به نام «جابجایی» است. در مکانیسم دفاعی جابجایی فرد به‌صورت خودآگاه یا ناخودآگاه حسی را نسبت به موضوعی دارد که به هر دلیلی توان ابراز آن را ندارد. پس آن را جابجا می‌کند و در زمان خاصی که برایش امکان‌پذیر است حس را بیرون می‌ریزد و باعث می‌شود از آن حس ناخوشایند رها شود و کمی احساس آرامش کند.

**... و اما رانندگی**  
رانندگی فعالیتی است که با قانون همراه است. قوانینی که به‌صورت مکتوب نوشته و آموخته شده و فرد باید آن را اجرا کند. هر جایی که قانون وجود داشته باشد، احتمال زیرپا گذاشتن قوانین و ضایع شدن حق، وجود دارد. ضایع شدن حق هم باعث ایجاد خشم در افراد می‌شود. گاهی هم قوانین برای بعضی افراد ناشناخته هستند و ممکن است آنها فقط احساس کنند که متحشان ضایع شده و بر همان اساس قضاوت کنند و تصمیم بگیرند.

## انواع واکنش‌های ناشی از خشم هنگام رانندگی

هر فرد با توجه به ویژگی‌های شخصیتی خود و مهارتی که در کنترل خشم دارد، واکنش نشان می‌دهد. این واکنش‌ها ممکن است به‌صورت چراغ‌زدن، بوق‌زدن، پرخاشگری، فریادزدن، قفس دادن، یا قفل فرمان حمله کردن و دعوی قضایی و... باشد.

## رعایت نکردن قوانین راهنمایی و رانندگی

بعضی از افراد اصلا قوانین رانندگی را رعایت نمی‌کنند و بدون توجه به آن سعی می‌کنند زودتر مسیر را طی کنند. این موضوع برای کسی که قانون‌مدار است، ناراحت‌کننده است. همچنین این افراد ممکن است با نقض قوانین باعث مسدود شدن راه و... شوند که این موارد دشمن دیگران را برمی‌انگیزد. از طرفی، عوامل بیرونی مانند گرما و سرمای هوا، باد و باران یا شرایط جوی نامناسب، ترافیک، محیط کوچک ماشین، نیاز به سرویس بهداشتی، اتمام بنزین، خرابی ماشین، سروصدای ماشین‌ها، وضعیت بد جاده‌ها، مشکلات خانوادگی، مشکلات اقتصادی، هر نوع درغدغه ذهنی و... می‌توانند تحریک‌کننده سیستم عصبی انسان باشند.

## اختلالات شخصیت

اما مورد دیگری هم هست که ربطی به کشور و شرایط خارجی و... ندارد و آن ویژگی شخصیتی افراد است. بعضی از انسان‌ها پرخاشگرتر هستند و توانایی کمتری در کنترل خشم دارند. با شخصیت مرزی، ضداجتماعی و... دارند. این افراد درگیری‌های ساده را به درگیری‌های خطرناک تبدیل می‌کنند. مثلا اگر کسی به‌طور اتفاقی جلوی آنها بپیچد شاید ساعت‌های متوالی دنبال او راه بیفتند تا او را به اصطلاح ادب کنند. مقاله با این افراد در جاده و خیابان بسیار خطرناک است.

## اجرای قانون توسط مردم

در کشورهایی که زیاد به قانون اهمیت داده نمی‌شود یا مردم فکر می‌کنند قانون بی‌اهمیت است یا وجود ندارد، افراد سعی می‌کنند خودشان قانون را اجرا کنند. این ویژگی در کشورهای کمتر توسعه‌یافته شایع‌تر و عاملی برای خالی کردن خشم افراد است.

## استعمال مواد مخدر و الکل

مورد بعدی استعمال موادمخدر یا الکل است که به‌خصوص بین جوانان شایع است. این افراد کنترل درستی روی وسیله نقلیه ندارند. مصرف الکل یا موادمخدر سرعت واکنش را کاهش می‌دهد. رانندگی‌های خطرناک و غیرعادی آنها باعث رعب و وحشت رانندگان دیگر می‌شود. همچنین رانندگان وسایل نقلیه مانند موتور نیز اغلب تابع قوانین نیستند و هر لحظه از گوشه و کنار خیابان ظاهر می‌شوند و خشم سایر رانندگان را برمی‌انگیزند. همه عوامل گفته‌شده دست به دست هم می‌دهند و آستانه تحمل راننده را پایین می‌آورند.

