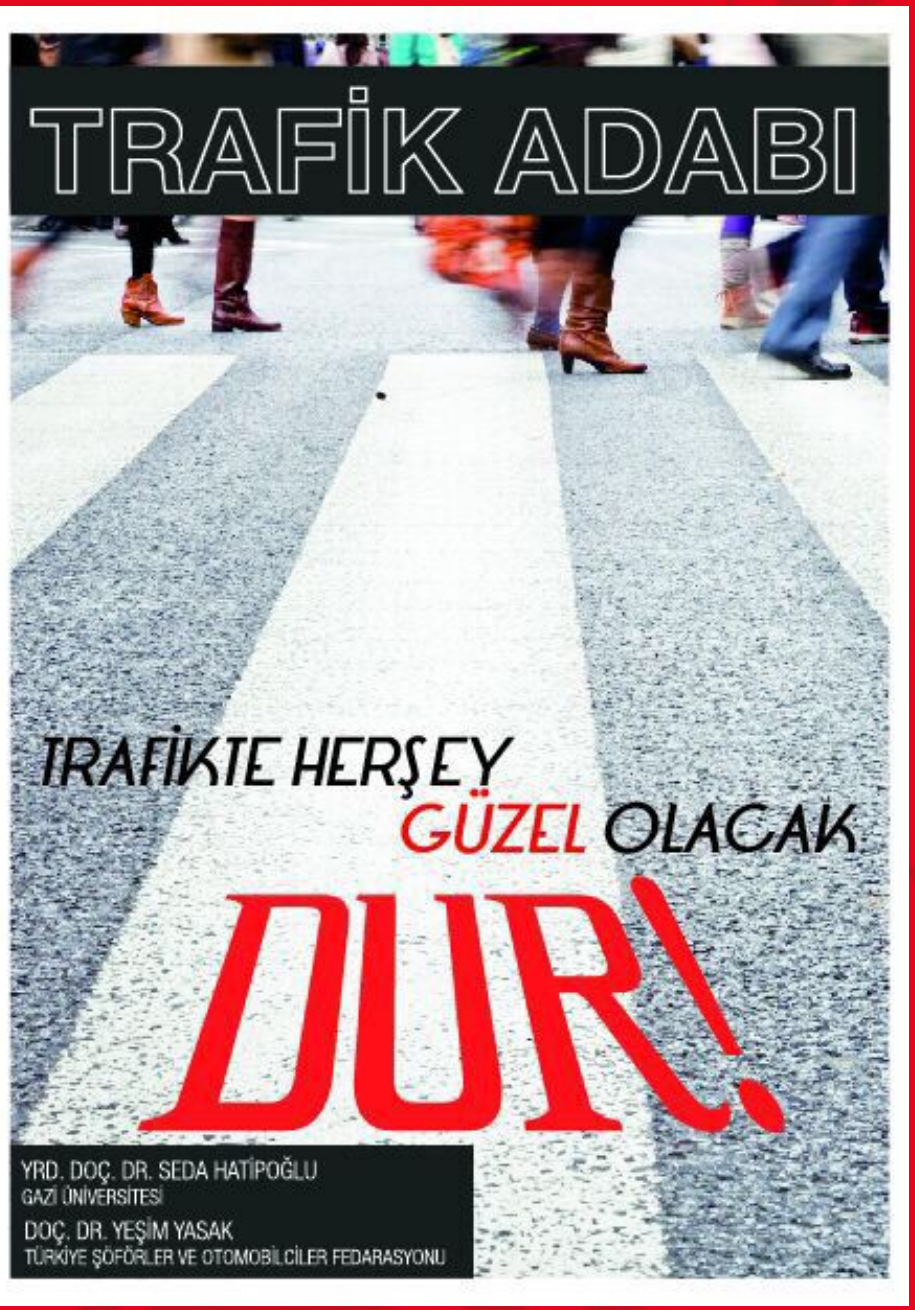



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

# Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğü

# TRAFİK ADABI

- TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER
- TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM
- TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK
- TRAFİKTE HAK İHLALLERİ
- TRAFİKTE DİĞERLERİNİN SÜRÜCÜ DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

# TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

# TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

- Sorumluluk
- Yardımlaşma
- Nezaket ve Saygı
- Feragat ve Fedakarlık
- Sabır
- Trafik Kültüründe Birbirini Uyarma

## SORUMLULUK

–**Sorumluluk**; kişinin kendi davranışlarını veya kendi yetki alanına giren herhangi bir olayın sonuçlarını üstlenmesi anlamına gelmektedir.

–Sürücü, trafik içindeki davranışlarının sorumluluğunu hem kendine hem de diğer yol kullanıcılarına karşı üstlenebilmelidir.

–Davranışlarının sonuçlarını düşünerek, hareket etmelidir.

- Çünkü sürücü belgesi sahibi olmak demek, topluma bir ‘söz’ vermek demektir.

## SORUMLULUK

- Sürücü, bu belge ile

**“ben bir canlıyı öldürme ve çevreye zarar verme potansiyeli olan ‘aracı’ güvenli bir şekilde ve kimseye hiçbir şeye zarar vermeden kullanmak için gerekli bilgileri öğrendim ve bu bilgileri uygulamak için gerekli olan kişilik özelliklerine, yetişkinliğe, sorumluluk duygusuna, psikolojik ve fiziksel uygunluklara sahibim”**

demektedir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

# SORUMLULUK

**Örnek 1:**

Bir sürücü, sürekli şerit değiştirerek araç kullanırsa, çevresindeki sürücülerin dikkatinin dağılmasına ya da paniğe kapılmalarına sebep olabilir. Bunun sonucunda sürücünün kendi hatalı davranışı yüzünden başka sürücülerin kaza yapma riski artacaktır. Bu sürücü başkalarının canına ya da malına zarar verme sorumluluğunu üstlenebilecek midir?

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

# SORUMLULUK

**Örnek 2:**

Ailesi ile birlikte yolculuk yapan bir sürücü aracını hız limitlerini aşarak sürdüğünde, ailesinin hayatını da tehlikeye atmış olacaktır. Bu sürücü, hız ihlalinden kaynaklanan olası bir kazada sevdiklerinin canını riske atma sorumluluğunu üstlenebilecek midir?

# TRAFİK ADABI

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### YARDIMLAŞMA

- **Yardımlaşma**, karşılıklı yardımda bulunma anlamına gelmektedir.
- İnsanlar yeme içmeye karşı doğuştan bir eğilime sahip oldukları gibi başkalarına yardım etmeye de doğuştan eğilim gösterirler.
- Yardımlaşmanın olduğu ortamlar, stresten uzak, insanların daha sakin ve huzurlu olduğu ortamlardır.
- Yardımlaşma ile sorunlar kısa sürede ve yapıcı bir biçimde çözülür.

**"Hareket noktamız; "İyilik eden iyilik bulur." olmalıdır.**

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

**Trafikte Yardımlaşma Neden Önemlidir?**

- Trafik ortamı, tüm yol kullanıcılarının birlikte hareket ettiği, birbirinin olumlu ya da olumsuz davranışlarından etkilendiği bir ortamdır.
  - Özellikle trafikte dezavantajlı gruplar olan çocukların, yaşlıların ve engellilerin yardıma daha fazla ihtiyacı olabilir.
  - Hayatımızın her döneminde insanlara yardımcı olmak bir insanlık değeri olduğu gibi trafikte bu değerin daha da ön plana çıkarılması gerekir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## YARDIMLAŞMA

**Örnek 1:**

Aracı arıza yaptığı için yolda kalmış ve yardım talebinde bulunan bir sürücüye, yoldan geçen bir sürücünün durup yardım etmesi hem yardım talep eden sürücüyü bir sorundan kurtaracak hem de aracın bir an önce durduğu yerden trafiğe katılmasını sağlayarak, trafiğin aksamasını önleyecektir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## YARDIMLAŞMA

**Örnek 2:**

Karlı havada zincir takmaya çalışan bir sürücü, sorun yaşıyor ve yardım talep ediyorsa, bu konuda deneyimli, daha becerikli bir sürücünün o kişiye yardım etmesi daha sonra olabilecek araç kaymalarını ve trafik kazalarını önlemiş olacaktır.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### TAHAMMÜL

**Tahammül**; insanın kötü, güç durumlara karşı koyabilme ya da katlanabilme gücü olarak tanımlanmıştır.

- Kendi görüşünüze ve çoğunluğun görüş biçimine aykırı düşen görüşlere, sabırla ve taraf tutmadan katlanabilme özelliğidir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

- Bir sürücü, trafik ortamında farklı özelliklere sahip sürücüler, yolcular ve yayalarla birlikte araç kullanmak durumundadır.
- Bunların içinde, kurallara uymayan sürücüler ve dikkatsiz yayalar olabilir.
- Sürücünün, bu kişilerin yanlış davranışlarına öfkelendiğinde, bu öfkesini bastırıp tahammül edebilmesi şüphesiz ki çok güçtür.
- Trafik içinde istenmeyen durumlara öfkelenmek ve bu öfkeyi belli etmek yerine tahammül edebilmek çok daha huzurlu bir trafik ortamı oluşturacaktır.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

# TAHAMMÜL

**Örnek 1:**

Park etme konusunda acemi olan yeni sürücü, yolda iki aracın arasına park etmeye çalışırken, arkasındaki araç sürücüsü bu duruma tahammül göstermeyip, sürekli kornaya basarsa, park etmeye çalışan sürücü paniğe kapılacak ve park etme süresi artacaktır. Oysa fazladan gösterilecek 30 saniyelik bir tahammül, daha huzurlu bir trafik ortamı oluşturacak ve acemi sürücünün de daha kısa sürede manevrasını tamamlamasını sağlayacaktır.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

# TAHAMMÜL

**Örnek 2:**

Bir sürücünün önünde duran bir araçtan yaşlı bir yolcunun indiğini düşünelim. Yaşından dolayı bu yolcunun araçtan inme zamanı normalden biraz daha uzun olabilir. Arkadaki sürücünün bu duruma tahammül göstermeyip, kornaya basması yolcunun araçtan daha hızlı inebilmesini sağlamayacağı gibi trafik ortamında da huzursuz, stresli bir durum oluşmasına sebep olacaktır.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### NEZAKET VE SAYGI

- **Nezaket**, başkalarına karşı saygılı ve incelikle davranma anlamına gelmektedir.
- **Saygı** ise değeri, üstünlüğü, yaşlılığı, yararlılığı, kutsallığı dolayısıyla bir kimseye, bir şeye karşı dikkatli, özenli, ölçülü davranmaya sebep olan sevgi duygusu ve başkalarını rahatsız etmekten çekinme duygusu anlamına gelmektedir.

**Başarılı iletişimin en önemli kuralı karşınızdaki kişinin varlığına saygı göstermektir.**

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER
## NEZAKET VE SAYGI

- **Örneğin**, bir kapıda karşılaşan iki kişi kapıdan geçmek için birbirlerine yol verirler.
- Bu değeri trafik ortamında yansıtabilmek çok önemlidir.
- Başka bir deyişle, diğer yol kullanıcılarına saygı göstermek önemlidir.
- Trafikte davranışlarınızı saygı ile sergilediğiniz her durumda daha huzurlu, sakin, stresten uzak bir ortamın hem kendiniz hem de diğerleri için oluşmasına neden olursunuz.
- Trafik kurallarına uymak daha kolay ve alışkanlığa daha çabuk dönüşür bir hal alır.
- Unutulmamalı ki trafik güvenliğinde sürekliliği sağlayan en önemli faktörlerin başında "**saygı**" gelmektedir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## NEZAKET VE SAYGI

**Örnek 1:**

**Yağmurlu bir günde araç sürerken kaldırımdaki yayalara su sıçratmamaya özen gösterilmelidir. Bir yaya için bu durum çok olumsuzdur. Her sürücünün aynı zamanda bir yaya olduğu unutulmamalıdır. Yağmurlu ve karlı havalarda araç kullanırken bir yaya görüldüğünde, hız daha fazla azaltılmalıdır.**



## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### FERAGAT VE FEDAKÂRLIK

**Feragat ve fedakârlık**, bir amaç uğruna ya da gerçekleştirilmesi istenen herhangi bir şey için kendi yararlarından vazgeçme, hakkından kendi isteğiyle vazgeçme, özveri anlamına gelmektedir.

Bazı durumlarda, trafik ortamında hak kendinizden yana iken bile bu hakkınızı diğer sürücüye vermek size bir şey kaybettirmeyeceği gibi daha huzurlu bir trafik ortamı sağlamaya katkıda bulunacaktır .

# TRAFİK ADABI

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## FERAGAT VE FEDAKÂRLIK

**Örnek 1:**

Tali yol- Ana yol kesişmesinde geçiş hakkı anayolda seyreden sürücüye aittir. Anayolda, kalabalık bir trafik içinde ilerleyen sürücü, tali yoldan gelmekte olan sürücüye kendi geçiş hakkını verdiğinde sadece birkaç saniye zaman kaybedecek, karşılığında ise tali yolda araçların birikmesini önlemiş olacaktır. Böyle bir durumda, anayoldaki sürücülerin tali yoldan gelenlere hiçbir şekilde yol vermediğini düşünelim; bir süre sonra tali yoldaki araç trafiği çok fazla artacak, o yoldaki trafik duracak, sürücülerde öfke, kızgınlık ve sabırsızlık başlayacaktır. Dolayısıyla bu ortamda kaza olasılığı artacaktır. Sonuçta hem ana yolda hem de tali yolda trafik tıkanacaktır. Bu sonuçtan herkes zarar görecektir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### SABIR

- **Sabır**, en kısa tanımıyla, zorluğa karşı göğüs germek anlamına gelmektedir.

- Diğer bir deyişle, yaşanan olumsuz durumu kabullenmek, çözümü yönünde çaba sarf etmek ve uygulanan çözüm faaliyetlerinin sonucunu beklemektir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### SABIR

- Olaylar yalnızca bizim kontrolümüzde değildir. Yaşam çoğunlukla bizim dışımızdaki unsurlar tarafından yönlendirilir.
- Benzer şekilde trafik ortamı da her zaman sürücünün kontrolünde olan bir ortam değildir.
- Diğer yol kullanıcıları, yol ve hava koşulları gibi pek çok şeyin sürücünün kontrolü dışında gelişmesine neden olur.
- Hayatın her alanında ihtiyaç duyulan sabır, trafik içinde çok daha büyük önem taşımaktadır.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

### SABIR

- Trafikte, kırmızı ışıkta beklemek, sabır gerektiren bir davranıştır.
- Ancak burada gösterilen sabır, kırmızı ışıkta geçmenin bir trafik kural ihlali olması ve bu ihlalin bir cezası olması nedenleri ile sürücüler için bir zorunluluk haline gelmiştir.
- Önemli olan trafik içinde cezası olmayan durumlarda da sabır gösterebilmektir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## SABIR

**Örnek 1:**

Trafikte kırmızı ışıkta beklerken, ışık sarıya döner dönmez önündeki araca korna çalan sürücünün ışığın yeşile dönmesi için beklemeye 1 sn. sabrı olmadığını gösterir. Çalınan bu korna öndeki sürücünün paniklemesine ve yola kontrolsüz çıkmasına sebep olabilir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## SABIR

**Örnek 2:**

Öndeki araç yolcu indirirken ya da yol kenarına park etmeye çalışırken, sabırla beklemek gereklidir. Bugün önünüzdeki araca sizin göstereceğiniz sabır, yarın siz aynı durumdayken size gösterilecektir.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## SABIR

**Örnek 3:**

Bir sürücü olarak, yayalara, özellikle de yaşlı, çocuk, engelli yayalara sabır göstermek çok önemlidir. Bir yaya, yeşil ışık süresinde geçişini tamamlayamamış olabilir. Bu durumda korna çalarak, ya da el kol hareketleri ile yayayı çabuk geçmeye zorlamak yerine sürücünün sabretmesi gerekir.

Unutulmamalı ki; **«En hayırlı vasıta sabırdır.»**

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## TRAFİK KÜLTÜRÜNDE BİRBİRİNİ UYARMA

- Birlikte yaşadığımız trafik ortamında, bir kişinin yaptığı olumlu ya da olumsuz bir davranış hepimizi etkiler.
- O kişinin belki de farkında bile olmadan yaptığı o davranış hiçbir suçu olmayan bir başka kişinin ölümüne, yaralanmasına ya da ömür boyu sakat kalmasına neden olabilir.
- Dolayısıyla, trafik içinde hatalı davranış sergileyen bir sürücüyü uyarmak hem o sürücünün hem de trafikteki diğer sürücülerin kaza yapma ya da olumsuz bir durum oluşturma riskini azaltacaktır.
- Ancak bu uyarı, nezaket ve saygı çerçevesinde yapılmalıdır.

## TRAFİKTE TEMEL DEĞERLER

## TRAFİK KÜLTÜRÜNDE BİRBİRİNİ UYARMA

**Örnek 1:**

Ters yönden gelen bir sürücüyü “Bu sokak tek yönlü, herhalde siz tek yön levhasını görmediniz, lütfen daha dikkatli olun” diyerek uyarmak, trafik içindeki vatandaşlık görevimizdir.

# TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

### Empati

- **Empati** (duygudaşlık), bir olay ya da bir durumda karşımızdaki kişi hakkında herhangi bir yargıda bulunmadan önce kendimizi onun yerine koyarak, olayı/durumu onun gibi yaşamamız.
  - "Ben onun yerinde olsaydım nasıl hissederdim, düşünürdüm, davranırdım."






## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

- Sürücüler trafikte diğer yol kullanıcıları ile sürekli iletişim içindedir.
- Aracını hareket ettirmesiyle birlikte iletişim başlar ve aracını park edinceye kadar da bu iletişim sürer.
  - **Örneğin,** sola ya da sağa dönüş yapmadan önce sinyal vermek bir iletişimdir.
- Trafik kuralları bu iletişimi sağlıklı, güvenli ve herkes için standart kılabilmek için vardır.
- Ancak trafik adabı bu kuralların o toplumda ne şekilde ve ne standartta uygulandığını belirlediği için ayrı bir yere sahiptir.

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

- Hiçbir toplum 24 saat trafik zabıtası tarafından denetlenemez.
- Toplum yararına, kesintisiz denetim, trafik adabı ile mümkündür.
- Yüksek empati kurabilen bir toplumda da trafik adabı diğerinin hakkını dikkate alan görgü kuralları üzerine kurulmaktadır.

**Lütfen unutmayın! Trafikte yalnız değilsiniz.**

**Güvenli sürücü olmak için her zaman empati düzeyi yüksek bir kişi olunuz.**

# TRAFİK ADABI

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

**Örnek 1:**

Aracını kaldırıma park etmiş bir sürücü, diğer yol kullanıcıların kaldırımı kullanmasına engel olduğu gibi kaldırımı kullanamayan yayaların araç yoluna çıkmalarına neden olmaktadır. Ayrıca kaldırım taşlarına da zarar vermektedir.

Empati düzeyi yüksek bir sürücü, kendini yaya olan yol kullanıcısının yerine koyar ve aracını kaldırıma park etmez.

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

**Örnek 2:**

Aracınızı park ettikten sonra hemen aracınızın başından ayrılmayın.

Aracınızın durduğu yerin, diğer yol kullanıcıları açısından bir şekilde görme ve görülme ya da manevra engeli oluşturup oluşturmadığını kontrol edin.

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

## DİĞERGAMLIK

- **Diğergamlık**, özgecilik ve saf yardım etme güdüsü olarak da ifade edilmektedir.
- **Diğergamlık,** yardım etme davranışının bir alt kategorisidir. Başkasının çıkarına davranma olarak tanımlanmaktadır.
- Toplum yanlısı davranışlar diğer insanların refahına katkıda bulunmaktadır.

**Başkalarının size nasıl davranılmasını istiyorsanız, siz de onlara öyle davranın.**

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

**Örnek:**

Trafikte aracınızla kırmızı ışıkta bekliyorsunuz. Işık yeşile döndü ancak bir yaya karşıya geçmek için yolu neredeyse yarılamış. Geçiş sizin hakkınız.

İsterseniz o yayanın önünden veya arkasından geçebilirsiniz.

Ya da 3-5 sn. yayanın geçişi tamamlamasını bekleyip, öyle geçersiniz.

## TRAFİKTE EMPATİ VE İLETİŞİM

**Örnek:**

Sol tarafınızda seyretmekte olan araç, önünüze geçmek amacıyla sinyal veriyor.

Hızınızı sabit tutup ya da uygun şekilde yavaşlayıp, onun önünüze geçmesine izin vermek diğergamlıktır.

# TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ VE GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### ÖFKE

- **Sözlük tanımı:** güçlü bir husumet duygusudur. Hoşnutsuzluğun doğurduğu yoğun bir duygusal durum anlamına gelir. (kızgınlık, hiddet, gazap)
- Kimi zaman kısa süreli, orta şiddette ve hatta kişiye faydalı,
- Kimi zaman ise çok şiddetli, yoğun, sürekli ve tahrip edici olabilmektedir.
- Haksızlığa neden olan kışkırtıcı davranışlar da öfkenin en önemli nedenlerindendir.
- Öfke planlanmaz.
- Saldırı, engellenme, haksızlığa uğrama, eleştirilme, küçümsenme gibi durumlarda ortaya çıkar.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### ÖFKENİN İFADE BİÇİMLERİ

- İnsanlara yönelik fiziksel saldırı
- Objelere yönelik fiziksel saldırı
- Sözel saldırı veya bağırma
- Bastırma
- Kendini eleştirme
- Dikkati başka konuya çekme
- Zulmetmek

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### ÖFKE NE İŞE YARAR?

- Kişiye güç verir,
- Kişinin duygularını daha da kabartan, rahatsız edici davranışları önler.
  - Öfke sayesinde engellendiğini anlar, kendine zarar vermez.
- Diğer insanlara karşı olumsuz duyguların dışavurulmasını kolaylaştırır.
- Kişiyi, isteklerini elde etme konusunda daha atılgan bir hale getirir.
- Kişinin, kendisini önemli, üstün ve haklı hissetmesini sağlar.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### ÖFKENİN FİZİKSEL HASTALIKLARLA İLİŞKİSİ

- **Hem bastırılan hem de ifade edilen öfkenin,**

  Yüksek kan basıncı,

  Kalp problemleri,

  Ülser gibi psikosomatik sonuçları olabilmektedir.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### Öfkelendiğimizde, fizyolojik tepkilerimiz neler olur?

- Kasların gerilmesi artar
- Kaşlar çatılır
- Dişler gıcırdatılır
- Ters ters bakılır
- Yumruklar sıkılır
- Yüz kızarır
- Titreme hissi (el-ayak)
- Uyuşma hissi
- Tıkanma hissi (nefes almada zorluk)
- Vücudun çeşitli bölgelerinde seyirmeler olması
- Terleme
- Kontrol kaybı
- Sıcaklık hissi
- Burundan soluma

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

**Öfkelendiğimizde, tepkilerimiz neler olur?**

- Zihinsel tepkiler:
  - Konsantrasyon bozukluğu
  - Düşük performans
  - Unutkanlık
  - Uykusuzluk
  - Dikkatsizlik



- Davranışsal tepkiler:
  - Alkolizm
  - Sigara tiryakiliği
  - Huzursuzluk
  - Acelecilik
  - İlaç kullanımı
  - Aşırı yemek yeme

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### Öfke Kontrolü

- Öfkeyi bastırmak ya da yok etmek yerine "kızgınlık ve öfkenin yönetimi" sağlanabilir.

- Sizde kızgınlığa yol açan insanları, olayları yok edemezsiniz, onlardan kaçınamazsınız, onları değiştiremezsiniz.
- Ama
- İnsanlar ya da olaylar karşısında gösterdiğiniz içsel ve dışsal tepkilerinizi kontrol edebilirsiniz, onları yapıcı bir şekilde yönetebilirsiniz.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

- Psikologlara göre, öfkeli araç kullanmaya eğilimli olma ile saldırgan sürücülük davranışları birbirleriyle ilişkilidir.
- Trafikte yaşanan öfke duygusu, güvenli sürücülük yeteneklerini olumsuz yönde etkilemekte, tehlikeli davranışlara ve kural ihlallerine yol açabilmektedir.
- Diğerlerine göre daha çabuk ve daha fazla öfkelenen sürücülerin direksiyon hâkimiyeti bozulur, dikkat dağılır, kural ihlalleri artar, sabırsızlık ve tahammülsüzlük artar ve sonuç olarak kazaya karışma olasılığı artar.
- **Güvenli sürücülük için altın kural sakin olmak ve sakin kalmaktır.**

# TRAFİK ADABI

## Trafikte öfkelendiğinizde, kendinizi sakinleştirmek için:

- Güvenli bir sürücü olmak için daha dikkatli davranırım.
- Diğer sürücüyü düşünmemi engellemek için başka şeyler düşünürüm.
- Karşılık vermeden önce sonuçlarını düşünürüm.
- Durumla ilgili pozitif çözümler düşünmeye çalışırım.
- Kendime, bunun sinirlenmeye değmeyeceğini söylerim.
- Onların seviyesine inmemeyi tercih ederim.
- Sakinleşmek için radyo veya müzik açarım.
- Kendime, bulaşmaya değmeyeceğini söylerim.
- Yolda kötü sürücülerin de bulunabileceğini kabul etmeye çalışırım.
- Sakinleşmek için derin nefes almak gibi şeyler yaparım.
- Araç kullanırken gerilimli durumlar olabileceğini kabul etmeye çalışırım.
- Yoldaki gerilimi düşünmemi engellemek için başka şeyler düşünürüm.
- Kendi kendime “boşver” derim.
- Kazalardan sakınmak için diğer sürücülere daha çok dikkat ederim.
- Yapılabilecek olumlu şeyleri düşünmeyi denerim.

Uyum sağlayıcı/ yapıcı öfke ifadesi yöntemi (Eşiyok, Yasak ve Korkusuz, 2007)

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### BEDEN DİLİ

- Beden dili, sözlü iletişimden daha inandırıcıdır.
- Ayrıca beden dili önemlidir.
  - Çünkü bir iletinin
    **%7**'si sözel iletişim (sözcükler),
    **%38**'si ses (yükseklik, ton, ritim vb.),
    **%55**'i beden hareketlerinden (çoğunlukla yüz ifadeleri) oluşmaktadır.
- Sözel olmayan ipuçları dendiğinde kişilerarası mesafe, beden dili ve yüz ifadelerinin yanı sıra jestler yani el hareketleri ile konuşma, mimikler, giyiniş tarzı ve söyleyiş tarzı da belirtilmektedir.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### BEDEN DİLİ

- Trafik ortamında diğer yol kullanıcıları ile iletişim sırasında sürücü hem aracını hem de beden dilini kullanır.
- Korna çalmak, yakın takip araç kullanmak, aracını kullanarak yapılan iletişim biçimlerine verilebilecek örnekler iken, diğer sürücü ya da yayaya el-kol işaretleri ile çabuk geçmesini ifade etmek de beden dilini kullanmaya örnek olarak verilebilir.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### BEDEN DİLİ

- Bir trafik kazasında diğer tarafla iletişim halindeyken kişinin beden diline dikkat etmesi önemlidir.
- Sözler olumlu olabilir ancak kişinin kullandığı beden dili kavgaya davet çıkarmamalı, sakinleştirici olmalıdır.
- Haklı ya da haksız olma trafik zabıtasının karar vereceği bir durumdur.

# TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

## KONUŞMA ÜSLUBU

- İletişim sırasında mesajın ne olduğu kadar nasıl söylendiği de önemlidir.
  - Başka bir deyişle, sözler olumlu olabilir ama söyleme tarzı olumsuz ise kişinin aklında sözler değil söyleyiş biçimi kalır ve ona göre karşılık verir.
- Konuşurken kişilerin yüzüne bakarak, tebessüm etmek karşımızdakinin sert duruşunu yumuşatacaktır.

- **Sonuç olarak**, beden dili ve konuşma üslubu kuralları açısından olumlu bir trafik adabı sahibi olmak güvenli sürücülük açısından önem taşımaktadır.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

## TRAFİK DENETİM GÖREVLİLERİ İLE İLETİŞİM

- Bir sürücü, trafikte çeşitli nedenlerle trafik zabıtası ile iletişim kurmak durumundadır.
- Trafik denetim görevlileri, ilgili yasal düzenlemeler kapsamında görevlerini yapmaktadırlar.
- Dolayısıyla bir sürücü herhangi bir durumda trafik zabıtası ile iletişim kurarken, bunu aklından çıkarmamalı ve trafik adabı açısından iletişim kurallarına özen göstermelidir.

## TRAFİKTE ÖFKE YÖNETİMİ ve GÜVENLİ SÜRÜCÜLÜK

### İLETİŞİM

- **İletişim**, mesaj alışverişi, bilgi aktarımıdır.

- Etkili, başarılı iletişim demek başkalarını suçlamak yerine hakça savaşım vermektir.
- Etkili iletişim becerileri gelişmiş olan kişi etkin şekilde dinlemeyi bilir, akıl okumak yerine karşısındaki kişinin ne demek istediğini gözden geçirir.
- Karşısındaki kişiye saygı duyar.
- Saygı duymak o kişinin varlığını kabul etmek anlamına geldiği için iletişimi başarılı hale getirir.

# TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

### Birey Hakkı (Diğer bireylere verilen zarar)

- Sosyal hayatımızda kimseye zarar vermemeye ve kimsenin hakkını yememeye özen gösteririz.
- Trafik hayatımızın bir parçası olduğuna göre aynı hassasiyeti trafik içinde de göstermemiz gereklidir.
- Trafik kurallarının konulmasının başlıca sebeplerinden biri de kişilerin trafikteki haklarının belirlenmesidir.
- Hem trafik düzeninin bozulmaması için hem de trafikte başkalarının hakkını çiğnememek için trafik kurallarına muhakkak riayet edilmelidir.
- Trafik kurallarına uyulmadığı takdirde bir başkasının canına ya da malına zarar verebiliriz.

# TRAFİK ADABI

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

**Birey Hakkı (Diğer bireylere verilen zarar)**

**Örnek 1:**

Birçok sürücü, hızlı araç kullandıklarında da araçlarını kontrol edebildiklerini düşünmektedir. Aynı zamanda kazaya sebebiyet vermeyecek kadar kendilerini usta şoför olarak görmektedirler. Ancak bu sürücüler trafikte tek başlarına olmadıklarını göz ardı etmektedir. Yaptıkları aşırı hız, diğer sürücülerin dikkatlerini dağıtıp, kaza yapmalarına sebep olabilir. Yine aşırı hız yapan sürücülerin, yola çıkan bir yayaya çarpma ve aşırı hızlı oldukları için o yayayı öldürme riskleri artar.

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

**Birey Hakkı (Diğer bireylere verilen zarar)**

**Örnek 2:**

Arkasından siren çalarak gelen bir ambulansa yol vermeyen sürücü, o ambulansın içindeki kişinin hayatını kaybetmesine sebep olabilir.

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

**Birey Hakkı (Diğer bireylere verilen zarar)**

**Örnek 3:**

Engelli kişiler için ayrılmış park yerlerine, engeli olmadığı halde park eden bir sürücü, oraya park etmek isteyen engelli bir sürücünün hakkını gasp ederek, o sürücünün trafik içinde zor durumda kalmasına sebep olur.

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

**Toplum Hakkı (Topluma verilen zarar)**

- Trafikte hatalı ve yanlış davranışlar kaza ile sonuçlanabilmektedir.
- Trafik kazası kişisel olarak can ve mal kaybına sebep olduğu gibi toplumsal zararları da çok büyüktür.
- Bir kaza bir veya birçok kimsenin ölümüne neden olabilir.
- Bu ölümler ailelerin yıkımına, kaybolmasına sebep olabilir.
- Ailelerin yok olması ve dağılması sağlıklı bir toplumun bozulması demektir.
- Sağlıksız bir toplum, sağlıksız bir millet' sağlıksız bir devlet demektir.

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

**Kamu Hakkı (Devlete verilen zarar)**

Trafik kazasının topluma verdiği zararlar bununla da bitmemektedir.

Karayollarının zamanından önce yıpranması,

Açılan çok sayıda dava ile yargı sisteminin iş yükünün artması,

Engelli nüfusunun artması,

Üretim ve refah kayıpları,

Uzun vadede kalkınmaya olumsuz etki,

Ülke imajının zedelenmesi,

topluma verdiği zararların başlıçaları olarak sayılabilir.





## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

### Yaşam Hakkı (Bireyin kendisine verdiği zarar)

- **Yaşama hakkı**; önce insanın fiziksel-biyolojik varlığının arızasız olarak sürdürebilmesi için gerekli olan bir sağlık ve bütünlük içinde doğması, sonra insanın varlığının moral-kültürel gelişim olanaklarına sahip olarak sürdürülebilmesidir.
- Diğer tüm hakların kullanımı ve varlığı bu hakka bağlıdır.
- Kişi maddi ve manevi olarak birçok zorluk ve fedakârlıklarla yetişkin hale gelmektedir.
- Kişinin yetişkin hale gelmesinde birçok kişinin emeği vardır.
- Sürücülerin başkalarının yaşama haklarını tehlikeye atacak davranışlardan uzak durmaları gerektiği gibi kendi yaşama hakkını da tehlikeye atacak davranış içinde bulunmaması gerekir.

# TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

## Çevre Hakkı (Çevre ve doğaya verilen zarar)

- Günümüzde çevre sorunları son yıllarda giderek artış göstermektedir.
- Bu sorunların sonucunda, mevsimler değişmekte, buzullar erimekte, soluduğumuz hava zehirle yüklenmekte, kulaklarımız, gözlerimiz ve beynimiz; gürültü beton ve metal kirliliği ile dolmaktadır.
- Karayolu ulaşım sistemlerinin çevreye ve insana verdikleri zararlar farklı boyutlarda ve farklı özelliklerdedir.
- Çevreye en zararlı karayolu ulaşım sistemi ise özel araçtır.
- Enerji tüketimi, atık maddesi ve gürültü kirliliği en fazla, kapasitesi ise en düşük ulaşım sistemi özel araçtır.
- Bu nedenle özellikle kent içinde zorunlu olmadıkça özel araç yerine alternatif ulaşım türleri (toplu taşıma, bisiklet, yaya) kullanılmalıdır.

## TRAFİKTE HAK İHLALLERİ

### Çevre Hakkı (Çevre ve doğaya verilen zarar)

Karayolu trafik kazalarının kişiye, topluma ve kamuya verdiği zararların yanında çevreye de büyük zararları bulunmaktadır. Bu zararların başlıcaları aşağıda özetlenmiştir.

- ✔ Orta refüjlere ve yol kenarlarına dikilen ağaçlar zarar görmektedir.
- ✔ Bilhassa yakıt, kimyasal madde, tıbbi atık vs. yüklü araçların yaptığı kazalar neticesinde çevre büyük ekolojik zarar görmektedir.
- ✔ Trafo, elektrik direğine çarpma gibi durumlarda kesintiler yaşanmaktadır.
- ✔ Köprü, tünel gibi noktalarda yaşanan kazalarda ulaşım aksamaktadır.

# TRAFİKTE DİĞERLERİNİN SÜRÜCÜ DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

## Trafikte Diğerlerinin Sürücü Davranışlarına Etkisi

- İnsan toplum içinde yaşayan sosyal bir varlıktır.
- Kişinin günlük hayatında yapmış olduğu birçok rutin aktivitede de davranış şeklini sosyal çevresi şekillendirir.
- Sürücüler trafikte toplu olarak araç kullandıklarından toplumsal belleğin de etkisi altındadırlar.
- Trafik içinde tüm kurallara uyarak araç süren bir sürücü bile, trafikteki diğer araçlara farkında olmayarak ya da farkında olmasına rağmen direnç gösteremeyerek, uyum sağlayıp kural ihlali yapabilir.

# TRAFİKTE DİĞERLERİNİN SÜRÜCÜ DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

**Örnek 1:**

Akan bir trafik içindeki sürücü, önündeki ve arkasındaki araçlar yasal hız sınırının üstünde gidiyorsa, kendini o akışa kaptırıp, yasal hız sınırının üstüne çıkabilir. Bu çoğunlukla farkında olmadan yapılan bir kural ihlalidir. Bazı durumlarda ise sürücü, yasal hız sınırının üstünde seyir ettiğinin farkındadır. Ancak yavaşladığı takdirde arkasındaki araçların korna ve selektörlerle tepki vereceğini bildiğinden bu tepkiyi göze alamaz ve hızını düşüremez.

# TRAFİK ADABI

**TRAFİKTE,**
**ÖNCE SİZ ÖRNEK OLUN.**
**DİĞERLERİNİN DEĞİŞTİĞİNİ**
**GÖRECEKSİNİZ…**

**Kerem MERTOĞLU**
**Direksiyon Usta Öğretici**