



Aggression im Strassenverkehr

Verkehrssicherheit



Aggression und aggressives Verhalten sind für uns Menschen wichtige Verhaltensmuster für das Leben.

Aggression ist zur Erreichung selbstgesteckter Ziele essenziell. Sie zieht aber im heutigen Alltag auch Probleme nach sich. Im Strassenverkehr verstösst sie oft gegen die Interessen und Ziele anderer Verkehrsteilnehmer.

Aggression ist häufig die Folge einer Frustration. Frustration entsteht, weil wir unser Ziel nicht so direkt und schnell erreichen können, wie wir das gerne möchten. Sie entsteht, häufig verbunden mit Missverständnissen, als Folge der sehr beschränkten Kommunikationsmöglichkeiten im Strassenverkehr.

Der stetig zunehmende Individualverkehr führt zu einer Überlastung unserer Strassen, zu Verkehrsbehinderungen und Staus. Das verzögerte Erreichen des Ziels kann bei Verkehrsteilnehmern zu Frustration und allenfalls Aggression führen.

Aggression im Strassenverkehr ist ein aktuelles Thema, das jeden von uns angeht – auch Sie!



Wie entsteht Aggression?

- **Lenkende setzen sich selbst unter Druck** bzw. lassen sich unter Druck setzen, weil sie ein Ziel möglichst schnell erreichen wollen. Sie nehmen dabei gefährliche Verhaltensweisen in Kauf und lassen es auch an Rücksicht gegenüber anderen Verkehrsteilnehmern mangeln. Ihre Wahrnehmung des Verkehrs ist häufig auf ihre egozentrische Perspektive reduziert.
- **Lenkende fühlen sich von anderen Verkehrsteilnehmern provoziert**, was wiederum eine Quelle von Frustration und Aggression sein kann.
- Aggressive Verkehrsteilnehmer **unterlassen es, sich in andere hineinzuversetzen**.
- Im Strassenverkehr werden oft **im Beruf oder im Alltag erlittene Frustrationen** ausgelebt.
- Der Strassenverkehr dient manchen dazu, ihr **Selbstwertgefühl** «aufzupolieren», indem sie in einen Konkurrenzkampf mit anderen Verkehrsteilnehmern treten und diesen mit **wettkämpferischem Ehrgeiz** unter Einsatz unfairer Mittel zu gewinnen versuchen.

Aggressive Verhaltensweisen

- Lichthupen/Blinken/Hupen
- Drängeln / in viel zu geringem Abstand zum Vorfahrenden fahren
- Dem Radfahrer oder Fussgänger den Vortritt nicht gewähren
- Als Fussgänger oder Radfahrer die rote Ampel nicht beachten
- «Schulmeistern»
- Unnötiges Bremsen oder Blockieren der Überholspur
- Obszöne Gesten
- Unterlassen des Blinkens beim Spurwechsel oder Abbiegen

➔ **Aggressives Verhalten ist im Strassenverkehr gefährlich. Andere Verkehrsteilnehmer können sich dadurch provoziert fühlen, was zur Eskalation der Aggression führen kann.**

Wie kann Aggression vermieden werden?

› Zeitdruck

Machen Sie sich als Autolenkende bewusst, dass Sie **nicht schneller am Ziel**, aber wesentlich gefährlicher unterwegs sind, wenn Sie aggressiv fahren.

Geraten Sie in einen Stau, so halten Sie auf einem Rastplatz an und rufen vom stehenden Fahrzeug aus die auf Sie wartenden Personen an. Teilen Sie ihnen mit, dass sie aufgrund der Verkehrsverhältnisse später ankommen werden.

Wenn Sie dienstlich unterwegs sind:

Machen Sie Ihren Arbeitgeber darauf aufmerksam, dass er die Reisedauer ausreichend bemisst, damit Sie nicht unter Zeitdruck geraten. Sie können Ihren Arbeitgeber darauf hinweisen, dass er Sie persönlich gefährdet, wenn er Sie unter Zeitdruck setzt.

› Körperliche Verfassung

Müdigkeit, Durst, Hunger oder Stress können zusätzliche Ursachen für aggressives Verhalten im Straßenverkehr sein. Beginnen Sie eine Fahrt nur, wenn Sie fit sind. Trinken und essen Sie regelmässig und achten Sie auf genügend Pausen.

Treiben Sie ausreichend Sport, wie zum Beispiel Joggen oder Schwimmen. So werden Sie ausgeglichener.



› Einstellung

Seien Sie anderen und sich selber gegenüber **fehlertolerant**: Uns allen, Sie eingeschlossen, unterlaufen tagtäglich Fehler – auch im Strassenverkehr. Sind Sie anderen gegenüber fehlertolerant, verbessern Sie das Verkehrsklima und es passieren weniger Unfälle.

Durch Aggressivität riskieren Sie **Bussen, Verzeigungen sowie Unfälle** und sind meist nur unwesentlich schneller am Ziel.

Stellen Sie sich folgende Frage: Lohnen sich der Ärger und die mit aggressivem Fahrstil verbundenen Risiken im Verhältnis zum Zeitgewinn?

Wenn Sie sich ärgern, versuchen Sie zu lächeln: Wenn Sie lächeln, gerät auch Ihr Gehirn wieder in einen friedlicheren Zustand – probieren Sie es einfach aus!

› Auswahl des Verkehrsmittels

Wählen Sie das Ihrer Reise **am besten entsprechende Transportmittel** aus: Bei Stadt-zu-Stadt-Reisen ist der Zug oft das geeignetste Verkehrsmittel. Dabei können Sie erst noch während der Reise arbeiten.

Innerstädtisch empfiehlt es sich oft, **zu Fuss** zu gehen, den **öffentlichen Verkehr** oder ein **Zweirad** zu nutzen. Damit vermeiden Sie Stress bei der Parkplatzsuche.



Verhalten gegenüber aggressiven Lenkenden

- Das Wichtigste vorneweg: **Bleiben Sie ruhig.**
- **Lassen Sie sich nicht provozieren:** Bleiben Sie stets höflich, auch wenn der andere es nicht ist.
- **Fahren Sie zurückhaltend und vorausschauend.** So können Sie gefährliche Situationen erkennen, die durch aggressive Lenkende hervorgerufen werden.
- **Behalten Sie Ihre Fahrweise einfach bei.** Bremsen Sie nicht abrupt und schalten Sie die Nebelschlussleuchte nur bei Nebel ein.
- **Versetzen Sie sich in den «aggressiven» Lenker!** Vielleicht liegt ein Missverständnis vor.



Aggression im Strassenverkehr ist ein aktuelles Thema, das jeden von uns angeht.



Aggressives Verhalten ist im Strassenverkehr gefährlich. Andere Verkehrsteilnehmer können sich dadurch provoziert fühlen, was zur Eskalation der Aggression führen kann.



Es gibt mehrere Weisen, Aggressivität zu verhindern. Am wichtigsten ist: den anderen gegenüber fehlertolerant zu sein. Genügend Zeit einplanen, auf gute körperliche Verfassung achten und die Auswahl des richtigen Verkehrsmittels helfen zusätzlich, Aggression zu vermeiden.



Sollten Sie doch aggressiv werden, stellen Sie sich folgende Fragen: Lohnen sich der Ärger und die mit aggressivem Verhalten verbundenen Risiken im Verhältnis zum Zeitgewinn?



Wenn Sie mit einem aggressiven Lenkenden konfrontiert sind, lassen Sie sich keinesfalls provozieren und behalten Sie einfach eine korrekte Fahrweise bei. Bleiben Sie dabei wachsam und antizipieren Sie mögliche, von aggressiven Fahrern provozierte Risiken.



Verkehrs- sicherheit

© Touring Club Schweiz
Verkehrssicherheit
1214 Vernier/Genf

www.tcs.ch/verkehrssicherheit
E-Mail: sro@tcs.ch

www.facebook.com/tcs.ch
www.twitter.com/tcs_schweiz
www.youtube.com/tcs

Auflage 2016



Fonds für Verkehrssicherheit
Fonds de sécurité routière
Fondo di sicurezza stradale

