

一路开车一路怒 该如何应对

状况 1 遭遇加塞

好端端排队等过红灯,一辆车从后方忽然插入车队。因为被这样乱加塞的车辆堵着,所以眼睁睁地看着绿灯变红,过不了路口,心中自然一团火。接下来,在车里怒骂前车是“傻×”,更火爆的,估计要摇下车窗来个不雅的手势。控制不好情绪的司机,恐怕真有下车狂骂的可能。

南宁“的哥”郑斌有将近2年的城市驾车经历,他告诉记者,正常行驶过程中遭遇汽车加塞,的确容易让人怒气冲天,过去他会特别靠近前车,目的就是不给加塞车任何空隙。去年4月份,在某个路口,为了不给一辆越野车加塞,他起步的时候与前车贴得太近,不仅追尾了前车,还和越野车发生剐蹭,最后尽管有车险赔付,但也耽误了将近1周的工作时间,损失也很大。

应对之策:怎么应对由乱加塞引起的路怒呢?一位教练告诉记者,可以多做几次深呼吸平息情绪,注意不要和加塞车辆斗气,和前车保持车距。同时,要学会放松,在拥堵的时候听听舒缓的音乐,转移一下自己的注意力。



状况 2 被人秒超

被车超,特别是被比自己车辆低档的车辆秒超,不少司机会感到面子过不去,心情不爽,莫名烦躁。更可能会将愤怒化为动力,深踩油门,将车辆迅猛提速,誓要和所超车辆斗一下。这时,往往暗藏巨大的风险。

交管部门的工作人员分析说,在城市道路中,如果开斗气车,双方出现剐蹭、追尾的事故非常常见。而且发生事故后,双方因为已有怨气在先,很容易就会升级矛盾。例如在今年3月份,南宁两名车主就在快速环道路段相互驾车追逐,最后造成其中一辆轿车

冲上绿化带,造成车辆损坏。这起事故的起因,就是因为其中一辆马自达轿车的车主不满被另一辆福克斯轿车闪大灯、秒超。继而加大油门想反超车,但最终因操作不当,车辆失控撞进绿化带。

应对之策:其实,被人超车,实在太过平常。对于车主而言,想想这些呼啸而过的车辆,同样需要在红灯前乖乖停下,就应放下踩油门相互PK的冲动。此外,当你想加大油门追逐前车时,不妨想想车辆损害之后昂贵的修理费,你就会停下深踩油门的举动。



产生路怒症的原因

有行车过程中,焦虑、烦躁、愤怒等不良心态和坏情绪往往是事故的根源,而坏情绪大多是由于各种压力和不顺心的情况造成



状况 3 车辆被挡

其实路怒并不单单局限在车辆行驶过程中。很多车主在车辆停驶的时候,也容易路怒。例如自己的车辆被别汽车挡着,无法驶出车位。又或者别人将车辆停在了自己的车位。这时,不少车主的情绪也会难以控制,做出非常冲动的举动。

某小区的物业管理负责人张女士就向记者介绍说,随着小区内车辆的增多,因为停车问题引发的路怒事件的确不少,有些还引起较为严重的后果。例如今年2月份,一辆非小区内的轿车停放在了一小区业主欧先生的车位。欧先生怒火冲天,直接就把外来车辆的轮胎全部扎烂,还在车辆引擎盖用油漆喷了“勿占车位”几个大字。之后被外来车辆车主发

现,双方发生激烈的口角,最后还发生了肢体冲突,欧先生自己的车辆也被砸烂了全车玻璃。当天本该是一家人团聚的除夕夜,双方却在派出所度过,本来在理的欧先生也只能花钱赔偿对方车损,实在是得不偿失。

应对之策:车位遭占、车辆被堵……几乎所有车主都会遇到。这时,首先应该收起心中的怒火,想想应该怎么解决问题。例如,看看堵着的车辆有无留下联系电话。如果没有,可试着跟交警部门联系,让其查询车辆联系人。如果不奏效,就先找个公共车位停好车,回头再给占位置的车主留个字条,告知一下,这样和气处理,相信更能避免纠纷的产生。

什么是“路怒症”



路怒症,顾名思义就是带着愤怒去开车,指汽车或其他机动车的驾驶人员有攻击性或愤怒的行为。此类行为可能包括粗鄙的手势、言语侮辱、故意用不安全或威胁安全的方式驾驶车辆,或实施威胁。这个说法源于上个世纪80年代,产生于美国。“路怒”(roadrage)一词被收入新版牛津词典,用以形容在交通阻塞情况下开车压力与挫折所导致的愤怒情绪。

1. 驾车情绪容易失控,一点堵车或碰撞就有动手冲动。
2. 开车“骂人”成常态。
3. 喜欢跟人“顶牛”,故意阻挡别人进入

自己车道。

4. 开车时和不开车时脾气、情绪像两个人。
5. 危险驾驶,包括突然刹车或加速,跟车过近。
6. 前面车辆稍慢就不停鸣喇叭或打闪灯。
7. 产生路怒症的原因。
8. 有行车过程中,焦虑、烦躁、愤怒等不良心态和坏情绪往往是事故的根源,而坏情绪大多是由于各种压力和不顺心的情况造成。

(据南国早报)