



Agressivité sur les routes

Sécurité
routière



L'agressivité et des attitudes agressives sont des types de comportement importants dans la vie des êtres humains.

L'agressivité est essentielle à la réalisation d'objectifs personnels. Elle pose cependant aussi des problèmes dans la vie quotidienne d'aujourd'hui. Dans le trafic routier, elle porte souvent atteinte aux intérêts et objectifs d'autres usagers de la route.

L'agressivité est fréquemment la conséquence d'une frustration, qui apparaît car nous n'arrivons pas à atteindre notre objectif aussi rapidement que nous le souhaiterions. Des comportements agressifs résultent aussi souvent de malentendus provoqués par les moyens de communication très limités dans le trafic routier.

L'augmentation constante du trafic routier mène à un encombrement des routes, des ralentissements, voire des embouteillages. Retardés dans leur voyage vers leur destination, les usagers de la route peuvent développer une frustration qui se traduit potentiellement par un comportement agressif.

L'agressivité sur les routes est un sujet d'actualité qui concerne chacun d'entre nous – même vous!



Comment l'agressivité apparaît-elle ?

- **Les conducteurs se mettent eux-mêmes sous pression** ou se laissent mettre sous pression parce qu'ils veulent atteindre le plus rapidement possible leur destination. Ils adoptent alors un comportement dangereux et manquent d'égard par rapport aux autres usagers de la route. Leur perception du trafic routier se réduit fréquemment à leur propre perspective égocentrique.
- **Les conducteurs se sentent provoqués par les autres usagers de la route**, ce qui est une autre source de frustrations et d'agressivité.
- Les usagers de la route agressifs **oublient de se mettre à la place des autres**.
- **Des frustrations subies au travail ou dans le quotidien** s'expriment fréquemment dans le trafic routier.
- Pour bon nombre de conducteurs, le trafic routier est un moyen de se **valoriser**: ils entrent en concurrence avec d'autres usagers de la route et tentent de prendre le dessus en y mettant tout leur **orgueil** et en recourant à des moyens inéquivalables.

Types de comportements agressifs

- Appels de phares/clignotants/klaxons
- Serrer le véhicule qui précède, le suivre de beaucoup trop près
- Refuser la priorité aux cyclistes ou aux piétons
- Ne pas respecter le feu rouge, en tant que piéton ou cycliste
- Donner des leçons
- Freiner inutilement ou bloquer la voie de dépassement
- Faire des gestes obscènes
- Ne pas actionner le clignotant en changeant de voie ou en bifurquant

➔ **Les comportements agressifs sont dangereux dans le trafic routier. D'autres usagers de la route peuvent se sentir provoqués, ce qui peut mener à une escalade de l'agressivité.**

Comment éviter l'agressivité?

> Pression du temps

Prenez conscience du fait qu'en roulant de manière agressive, **vous n'atteindrez pas plus rapidement votre destination**, mais deviendrez un danger pour vous et pour les autres.

Si vous êtes attendus et êtes pris dans un bouchon, engagez-vous si possible sur une aire de repos, arrêtez-vous et appelez les personnes qui vous attendent, pour les prévenir de votre retard probable.

Si vous êtes en route dans un cadre professionnel: prévoyez suffisamment de temps pour que vous ne soyez pas sous pression. Vous pouvez rendre votre employeur attentif au fait qu'il vous met personnellement en danger s'il vous impose des délais trop serrés.

> Forme physique

La fatigue, la soif, la faim ou le stress constituent d'autres facteurs pouvant provoquer un comportement agressif. Ne vous mettez en route que si vous êtes en forme. Buvez et mangez régulièrement et veillez à faire des pauses assez longues.

Faites suffisamment de sport, par exemple du jogging ou de la natation. Cela vous apportera un équilibre.



› Attitude

Soyez **tolérant** à l'égard de vous-même et des autres: nous commettons tous des fautes – vous y compris – aussi dans le trafic routier. Par votre tolérance, vous améliorez le climat sur les routes et contribuez à réduire le nombre d'accidents.

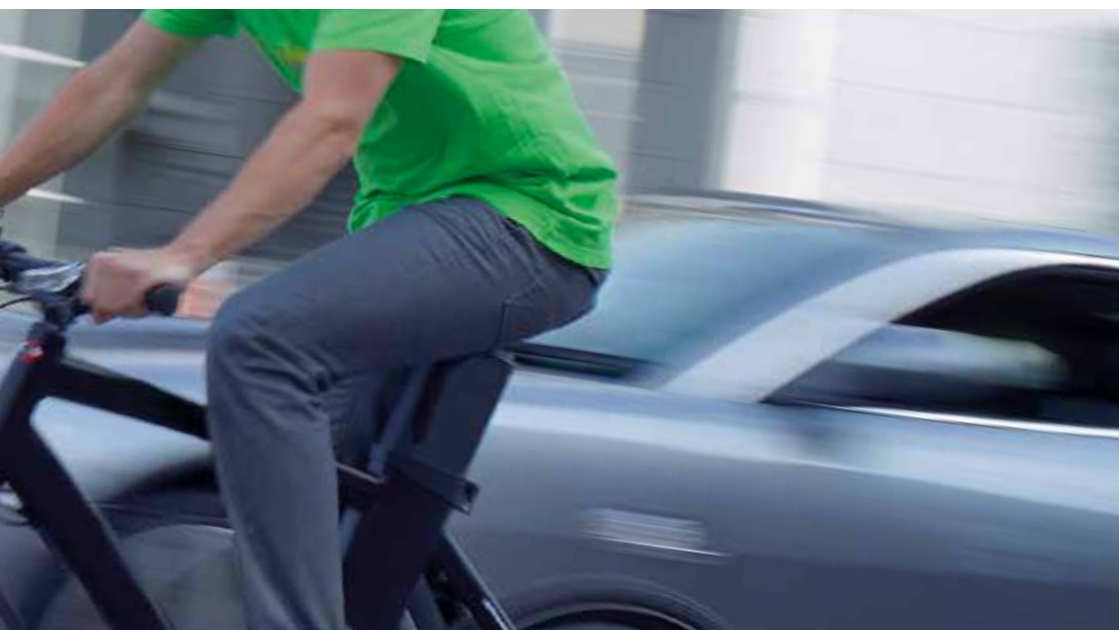
Des comportements agressifs sur la route vous exposent à **des amendes, à des dénonciations et même à des accidents**, alors que le gain de temps est insignifiant. Posez-vous la question suivante: l'énerverment et les risques liés à un mode de conduite agressif sont-ils justifiés par rapport au faible gain de temps?

Si vous vous énervez, essayez de sourire: un sourire sur vos lèvres remet votre cerveau en paix – faites donc un essai!

› Choisir le bon moyen de transport

Choisissez le **moyen de transport le plus adapté** à votre déplacement: pour se déplacer d'une ville à une autre, le train est souvent le moyen le plus pratique. Et vous pourrez même lire ou travailler pendant le voyage.

A l'intérieur des villes, il est souvent plus efficace de se déplacer **à pied**, avec les **transports publics** ou en **deux-roues**. Vous évitez ainsi le stress causé par la recherche d'une place de parc.



Comportement face à des conducteurs agressifs

- L'essentiel pour commencer : **restez calme!**
- **Ne vous laissez pas provoquer** : restez toujours poli, même si l'autre ne l'est pas.
- **Adoptez une conduite défensive et prévoyante.** Vous pourrez ainsi identifier les situations dangereuses provoquées par des conducteurs agressifs.
- **Maintenez simplement votre mode de conduite** ; ne freinez pas abruptement et n'enclenchez votre feu anti-brouillard que s'il y a du brouillard.
- **Mettez-vous à la place du conducteur « agressif »!** Peut-être y a-t-il simplement eu un malentendu.



L'agressivité sur les routes est un sujet d'actualité qui nous concerne tous.



Un comportement agressif dans le trafic routier est dangereux. D'autres conducteurs peuvent se sentir provoqués, ce qui peut mener à une escalade de l'agressivité.



Il y a plusieurs manières d'éviter l'agressivité. Le plus important est d'être tolérant à l'égard des autres usagers de la route. Prévoir suffisamment de temps, veiller à une bonne forme physique et choisir le bon moyen de transport aident également à prévenir l'agressivité.



Si malgré tout vous devenez agressif, posez-vous la question suivante: l'énerverment et les risques liés à un mode de conduite agressif sont-ils justifiés par rapport au faible gain de temps?



Si vous êtes confronté à des conducteurs agressifs, ne vous laissez en aucun cas provoquer. Restez attentif et anticipez si possible les risques provoqués par des conducteurs agressifs.



Sécurité routière

© Touring Club Suisse
Sécurité routière
1214 Vernier/Genève

www.tcs.ch/securite-routiere
E-mail : sro@tcs.ch

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

Edition 2015



Fonds für Verkehrssicherheit
Fonds de sécurité routière
Fondo di sicurezza stradale

