

Dikkati Dağınık Sürüş

BU NEDEN ÖNEMLİ

2024 yılında ABD'de dikkati dağınık sürüş kazalarında 3.208 kişi öldü ve 315.000'den fazla kişi yaralandı (NHTSA). 90 km/h hızda mesaj yazmak, gözler kapalı bir futbol sahası uzunluğunda araç sürmek demektir. Dikkatsizlik %100 önlenabilir.

3.208

Dikkati dağınık sürüşten ölen 2024 (NHTSA)

315K+

Dikkatsiz sürüş kazalarında yaralanan (NHTSA)

5 sn

Gözler yoldan = 1 futbol sahası (90 km/h)

Dikkati Dağınık Sürüşü Önlemek İçin 5 Kural

Her sürücü kendini ve başkalarını korumak için bu kuralları izlemelidir:

1

TELEFONU KALDIRIN

Motoru çalıştırmadan önce telefonunuzu sessize alın ve erişilmez yere koyun. Hiçbir arama veya mesaj bir hayata değmez. Rahatsız Etmeyin modunu kullanın.

2

GEREKİRSE DURAKIN

Arama yapmanız veya harita okumanız gerekiyorsa önce güvenli bir yere çekin. Araç hareket halindeyken bunları asla denemeyin.

3

SÜRMEYEN ÖNCE AYARLAYIN

GPS'i programlayın, aynaları ayarlayın, klima kontrollerini yapın ve müziğinizi aracı sürmeden önce seçin.

4

GÖZLERİNİZİ YOLDA TUTUN

Sürüş sırasında yemek yemekten, bakım yapmaktan, okumaktan veya nesnelere uzanmaktan kaçınin. Gözlerinizin yoldan ayrıldığı her saniye riski artırır.

5

YOLCU OLARAK KONUŞUN

Sürücünün telefonu kullandığını veya dikkatsiz olduğunu görürseniz bir şey söyleyin. Yolcuların herkesin güvenliği için konuşma hakkı ve sorumluluğu vardır.

Sürmeden Önce — Kontrol Listesi

- Telefonunuz sessize alınmış ve erişilmez yerde mi?
- GPS hedefiniz zaten programlanmış mı?
- Aynalar, koltuk ve klima kontrolleri ayarlanmış mı?
- Araçtaki gevşek eşyalar sabitlenmiş mi?
- Aramalar gerekiyorsa eller serbest cihazınız var mı?
- Sürüş için iyi dinlenmiş ve tetikte misiniz?

3 Dikkat Dağıniklığı Türü — Hepsini Bilin

Görsel: Gözler yoldan — telefona, GPS'e, yolculara, manzaraya veya yol kenarındaki olaylara bakmak.

Manuel: Eller direksiyondan — mesaj yazmak, yemek yemek, içmek, kontrolleri ayarlamak veya nesnelere uzanmak.

Bilişsel: Zihin sürüşten — hayal kurmak, stres, sohbetler, yorgunluk veya iş sorunlarını düşünmek.

Mesajlaşma: En ölümcülü — üç türü aynı anda birleştirir. Gözleri, elleri ve zihni sürüşten aynı anda uzaklaştırır.

Yorgunluk: Uykulu sürüş, alkollü sürüş gibidir. Yorgunluk tepki süresini yavaşlatır ve mikro-uykuya neden olur.

Rehavet: Tanıdık rotalar aşırı güven oluşturur. Kazaların çoğu evin 40 km yakınında bilinen yollarda olur.

Yolda Ölüme Yol Açan Yaygın Hatalar

- ✗ Bir mesaja 'sadece bir saniyelğine' bakmak — otoban hızında o saniye 25+ metre kör sürüş demek
- ✗ Sürüş sırasında yemek veya içmek — dökülen sıvılar ani direksiyon hareketlerine neden olur
- ✗ Araç hareket halindeyken GPS programlamak veya müzik değiştirmek
- ✗ Eller serbest aramaların güvenli olduğuna inanmak — bilişsel dikkat dağıniklığı sürüşü bozar
- ✗ Yorgun sürüş — uykulu sürüş alkollü sürüş kadar tehlikelidir

Hatırlanması Gereken Güvenlik İpuçları

- ✓ Aramaları, GPS'i ve mesajları yönetmek için bir yolcu 'yardımcı pilot' olarak belirleyin
- ✓ Uzun sürüşlerde düzenli mola verin — tetikte kalmak için her 2 saatte veya 160 km'de durun
- ✓ Sürüş sırasında bildirimleri engelleyen uygulamalar kullanın — birçok sigorta şirketi ücretsiz sunar
- ✓ Sürmeden önce gevşek eşyaları sabitleyin — yuvarlanan şişe ölümcül dikkat dağıtıcı olabilir
- ✓ Örnek olun — sürücülerini yönetiyorsanız sıfır tolerans dikkatsiz sürüş politikası belirleyin

Ekibiniz İçin Tartışma Soruları

1. İş için araç kullanırken en yaygın dikkat dağıtıcılar nelerdir?
2. Dikkati dağınik sürüşten kaynaklanan bir ramak kala yaşayan oldu mu?
3. Sürüş sırasında telefon kullanımı hakkında şirket politikamız var mı?
4. Yolda dikkat dağıtıcılardan kaçınmak için ne stratejiler kullanıyorsunuz?
5. Dikkatsiz olmadan sürüş için birbirimizi nasıl sorumlu tutabiliriz?

İŞBAŞI KONUŞMASI İMZA BÖLÜMÜ

Tarih: _____

Süpervizör: _____

Proje: _____

Konum: _____

Katılım listesi ekte: [] Evet