



Company Name: \_\_\_\_\_ Job Site Location: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_ Start Time: \_\_\_\_\_ Finish Time: \_\_\_\_\_ Foreman/Supervisor: \_\_\_\_\_

## Topic 212: Aggressive Driving

**Introduction:** Most of the people driving on the roadways are just trying to get where they are going. Incidents and encounters with other drivers who may do something incredibly rude, thoughtless, or careless can happen every day. Depending on traffic patterns, everyday driving can be extremely stressful. But as the stress of traffic congestion increases, people do things they would not normally do. They are frustrated at the traffic, but generally, they are just folks trying to get to work, to the market, or home. These could be the people whipping through a 50 mph traffic zone at 80 mph, changing lanes like they were in a road race, exiting the freeway from the left lane, turning left from the right lane, or tailgating.



**Most of what** the media calls road rage is simply aggressive driving. Road rage incidents are occurring more frequently and people are being attacked or injured because they honked their horn. It is important that you not become involved in road rage incidents, whether the cause is just incompetent or aggressive drivers or your own impatience. Many aggressive drivers have incredibly short fuses; take care to avoid being the one to light them.

**If you are concentrating** on driving safely, you will see the guy running the red light, approaching from the rear at high speed, or weaving through traffic and then you can get out of his way ahead of time. Avoid changing lanes any more than necessary as this may anger other drivers by your weaving through traffic. If someone is weaving through traffic from behind, simply move over and let them go. When in heavy traffic, drive at the posted speed limit and let the aggressive drivers go on. Avoid blocking the left lane and a good law to remember is "Keep Right Except to Pass."



**Aggressive Driving** — In many states, you may be cited for aggressive driving if you commit a series of acts during a single, continuous period of driving that presents an immediate hazard to another person or vehicle, exceed the posted speed limit, and commit two of the following violations:

- Failure to obey traffic signs or signals
- Unsafe lane change
- Failure to yield to emergency vehicles
- Passing another vehicle on the right side
- Following too close

**The penalties** for aggressive driving may include fines, being required to attend a Traffic Survival School course, and your license may be suspended.

**Attitude and Awareness** — Courtesy and consideration toward others are the most important driving attitudes you can develop. Concentration and alertness are other important elements. You must develop the habit of keeping your mind on driving.

**Knowledge and Experience** — Experienced drivers often face the problems of carelessness, overconfidence, and bad driving habits that develop over time. Changes have taken place in cars and trucks and in driving rules and techniques. The amount of traffic is constantly increasing. Your ability to adjust and adapt to these changes will determine how safe a driver you really are. Skill is more than eye/hand/foot coordination. It is a well rehearsed driving strategy, which involves anticipation, reaction and the constant changing of the space between your vehicle and other vehicles.

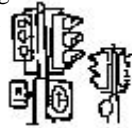


**Important Defensive Driving Techniques** — "Defensive Driving" means being constantly aware of the driving conditions, planning ahead, anticipating dangers and taking the right action so as not to come in contact with any obstacle or other vehicle.

**Emotions** — You cannot drive well if you are angry, excited, worried or depressed. Anger is the emotion that probably occurs most often while driving, especially in heavy traffic. Allowing your emotions to influence the decisions you must make while driving will result in driving errors.

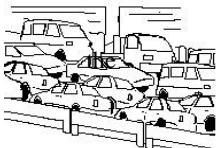
**Distractions** — Radical driving maneuvers resulting from distractions or inattention may be perceived as aggressive driving. Avoid distractions such as:

- Searching for dropped items
- Doing paperwork
- Controlling children
- Eating a meal
- Reaching into the glove compartment
- Trying to get out of a jacket
- Reading anything
- Putting on make-up
- Fastening a safety belt
- Using a cell phone
- Adjusting the radio



**Suggestions that will help you stay calm while driving in stressful conditions:**

- **Plan your journey;** if you know the best way to get to your destination, it helps reduce anxiety and stress.
- **Forget work** or home worries while you are behind wheel. Concentrate on your driving instead.
- **Drive with** your doors locked and if you sense trouble, do not leave the safety of your car.
- **In-car sound systems** can help reduce stress, especially in traffic jams.
- **Try to be courteous** and stay calm if provoked by another motorist.
- **Take a deep breath** and count slowly from 1 to 10 if you are tempted to jump out of your car in a fit of rage.
- **Do not retaliate** by flashing headlights, sounding your horn, or making rude gesture: It only makes a volatile situation worse.
- **If you are the victim** of aggression, note the license plate number and report the incident as soon as possible.
- **Remember,** we all share the roads and simply want to arrive safely.



**Conclusion:** Aggressive driving tactics such as passing on the shoulder, cutting in line, tailgating, changing lanes without signaling and cutting off drivers, and weaving through heavy traffic will make you the target of road rage a lot quicker than if you drive in a friendly, courteous manner. Doing so will help you avoid accidents, tickets, or other problems.

### Work Site Review

Work-Site Hazards and Safety Suggestions: \_\_\_\_\_

Personnel Safety Violations: \_\_\_\_\_

**Employee Signatures:** \_\_\_\_\_  
*(My signature attests and verifies my understanding of and agreement to comply with, all company safety policies and regulations, and that I have not suffered, experienced, or sustained any recent job related injury or illness.)*

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Foreman/Supervisor's Signature:** \_\_\_\_\_

*These guidelines do not supercede local, state, or federal regulations and must not be construed as a substitute for, or legal interpretation of, any OSHA regulations.*



Nombre de Compañía: \_\_\_\_\_ Localidad del sitio de trabajo: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Tiempo Empezaron: \_\_\_\_\_ Tiempo Terminaron: \_\_\_\_\_ Supervisor: \_\_\_\_\_

## **Tópico 212: Conducción Agresiva**

**Introducción:** La mayoría de la gente que conduce en las carreteras generalmente solo trata de llegar ha donde va. Incidentes y encuentros pueden suceder cada día, gracias a conductores, que hacen cosas imprudentes o hacen algo descortés, o descuidados. Dependiendo en las normas del tráfico, conducir cada día se puede ser extremadamente estresante. Pero como el estrés del trafico cogestionado aumenta, la gente hace cosas que normalmente no haría. Están frustrados con el tráfico, pero generalmente, nomás son gente tratando de llegar al trabajo, el mercado, o sus casas. **Casi todo lo que** los medios publicitarios llaman furia de las carreteras es simplemente agresiva conducción. Incidentes de furia de carreteras están ocurriendo mas frecuentemente y la gente está siendo atacada o lesionada por sonar la bocina. Es importante que no llegue a estar involucrado en incidentes de furia de carreteras, aunque la causa sea solo conductores incompetentes o agresivos o su propia impaciencia. Muchos conductores agresivos, increíblemente tienen "mechas muy cortas"; tenga cuidado en no ser usted quien la encienda.

**Si está concentrado** en conducir seguramente, verá a el tipo pasar por la luz roja, aproximándose con alta velocidad, o zigzaguear por el trafico, entonces puede quitarte del camino con tiempo. Evite cambiar vías más de lo necesario, esto puede enfurecer a otros conductores por zigzaguear por el tráfico. Si alguien está zigzagueando por el tráfico desde atrás, simplemente déjelo pasar. En tráfico pesado, conduzca a la velocidad indicada y deje que el conductor agresivo siga. Evite bloquear la vía izquierda. Una buena ley que siempre deberá recordar es "Quédese a la derecha, menos a rebasar."

**Conducción agresiva** – En muchos estados, puede ser multado por conducir agresivo si comete una serie de actos mientras un continuo periodo de conducir, que presenta inmediato peligro a otra persona o vehículo, exceder el límite de velocidad indicado, y cometer dos de las siguientes violaciones:

- No obedecer señales de tráfico.
- Inseguro cambio de vías.
- Falta de ceder para vehículos de emergencia.
- Rebasar otro vehículo a la derecha.
- Siguiendo muy cercas.

**Las penalidades** de conducir agresivo pueden incluir multas, ser requerido atender un curso de escuela de sobrevivir en tráfico, y su licencia suspendida.

**Actitud y conciencia** – Cortesía y consideración hacia otros son las actitudes de conducir más importantes que puede desarrollar. Concentración y vigilancia son otros elementos importantes. Deberá desarrollar la habilidad de mantener su pensamiento en la conducción.

**Conocimiento y experiencia** – Conductores con experiencia frecuentemente encuentran los problemas de negligencia, demasiado confiados, y malas mañas de conducir que desarrollan con el paso del tiempo. Han sucedido cambios en autos, camiones, en reglas y técnicas de conducir. Su habilidad de concertarse y adaptarse a esos cambios determinará si en realidad es un buen conductor. Habilidad es más que coordinación de los ojos/manos/o pies. Es muy bueno conducir con estrategias, lo cual implica anticipación, reacción, y el constante cambio de espacio entre su vehículo u otros vehículos.

**Técnicas importantes de conducir defensivamente** – "Conducir defensivamente" quiere decir estar constantemente atento de las condiciones de conducir, planear adelante, anticipar peligros y tomar las acciones correctas para no hacer contacto con cualquier obstáculo u otro vehículo.

**Emociones** – No puedes conducir bien, si está enojado, excitado, preocupado o deprimido. Coraje es la emoción que probablemente ocurre más frecuente mientras se conduce, especialmente en tráfico pesado. Permitiendo que sus emociones influyan en las decisiones que deberá tomar mientras conduce, que resultaran en graves errores.

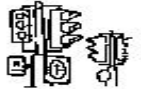
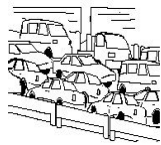
**Distracciones** – Maniobras radicales resultan de distracciones o inatención pueden ser percibidas como conducción agresiva. Evite distracciones como:

- Buscar artículos caídos.
- Tratar quitarse la chamarra.
- Controlar a los niños.
- Comer.
- Extender a la guantera.
- Abrocharse el cinturón de seguridad.
- Leer cualquier cosa.
- Poniéndose maquillaje.
- Hacer papeleo.
- Usar teléfono celular.
- Ajustar la radio.



**Sugerencias que le ayudarán a quedarse calmado mientras conduce en condiciones estresantes:**

- **Olvidese del trabajo** o asuntos del hogar mientras esté al volante. Mejor, concéntrese en conducir.
- **Planea su viaje;** si sabe la mejor manera de llegar a su destino, ayúdese a reducir ansias y estrés.
- **Sistema de sonido** puede ayudar a reducir estrés, especialmente en atascos de vehículos.
- **Conduzca con** las puertas aseguradas y si siente problemas, no deje la seguridad de su auto.
- **Trate de ser cortés** y calmado si fue provocado por otro conductor.
- **Tome una respiración profunda** y cuente lentamente del 1 a 10 si tiene la tentación de salir del auto y pelear.
- **No tome represalias** centellando las luces delanteras, sonando la bocina, o haciendo gestos rudos: Solamente hace una situación volátil peor.
- **Si eres la víctima** de agresión, anota el número de la placa y reporta el incidente lo más pronto posible.
- **Recuerda,** todos compartimos los caminos y simplemente queremos llegar seguros.



**Conclusión:** Tácticas de conducción agresiva tal como rebasar en el hombro, cortando fila, seguir demasiado cercas, cambiando vías sin señalar y cortando pasaje de otros conductores, y zigzagueando por el tráfico pesado te hará blanco de furia de carretera más rápido que si estuvieras conduciendo en una manera amigable y cortés. Haciéndolo te ayudara a evitar accidentes, multas, u otros problemas.

## **Revisión del Sitio de Trabajo**

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: \_\_\_\_\_

Violaciones de Seguridad del Personal: \_\_\_\_\_

**Firma de Empleado:**

*(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Firma de Forman/Supervisor:** \_\_\_\_\_

*Esta pauta no reemplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.*