

I nostri esperti 49



Rubrica a cura di Lino Busato*

Psicologia e benessere

LA PSICOLOGIA DELL'AUTOMOBILISTA AL VOLANTE: SPESSO INDISCIPLINATI, MALEDUCATI E A VOLTE VIOLENTI

*Psicologo
psicoterapeuta -
studio@linobusato.it

Roma 15 aprile scorso: un automobilista uccide a coltellate un uomo dopo una lite per un parcheggio conteso, il dramma è avvenuto davanti alle famiglie dei due automobilisti.

Non è la prima volta che sentiamo notizie di questo genere, è esperienza di ognuno di noi aver assistito, per strada, a (ma forse anche compiere o subire) comportamenti o atteggiamenti ostili verso gli altri automobilisti che esprimono mancanza di rispetto e intolleranza che non di rado si concretizzano in atti prepotenti pieni di aggressività verbale e a volte fisica. Al volante molti hanno una disponibilità bassissima ad accettare gli errori degli altri, tendono inoltre ad ingrandire anche i piccoli sbagli degli altri automobilisti oppure interpretano l'intenzionalità di certi comportamenti in un certo modo arrivando alle offese e in certi casi a vere e proprie risse con conseguenze pesanti.

Perché tutto questo?

Da un lato è espressione di un malessere sociale diffuso e indefinito legato alla "società della fretta" fatta di giornate ad incastro, del calcolo esatto dei tempi, dalle ansie da ritardo e quindi se qualcuno ci rallenta (un pedone che deve attraversare o la macchina davanti che non parte subito quando il semaforo è verde) o ci ostacola (va troppo lento) diventa un nemico.

Dall'altro lato c'è la componente individuale ecco che alla guida alcuni automobilisti sperimentano la loro: onnipotenza, invulnerabilità, furbizia, il loro bisogno di primeggiare e competere con gli altri, la loro voglia di trasgredire. E come se nella testa di molte persone ci fosse un meccanismo perverso che scatta per una specie di competizione a chi arriva per primo.

Ecco che al volante alcuni individui si trasformano ed esprimono un aggressività che affonda le sue radici in conflitti personali, sono persone che hanno una situazione interna "tracimante" e basta una goccia per farle esplodere.

Per delle persone l'auto sembra essere proprio il posto perfetto per esprimere la propria rabbia trasferendo le proprie insoddisfazioni e frustrazioni esistenziali (conflitti familiari e affettivi, difficoltà lavorative od economiche).

Quando siamo al volante diventa quindi importante aumentare la consapevolezza dei nostri "automatici" atteggiamenti, legati a tutto quel sommerso presente in ognuno di noi (a livello affettivo, emotivo e cognitivo), che possono portare attraverso modi di fare al verificarsi di situazioni spiacevoli.