## 平时挺随和的人,一堵车就火冒三丈

# 堵车催生“路怒族”

本报记者 任志方 实习生 苏静

**平时性格随和,一开上车就变得急躁,有时还在车上骂骂咧咧,喜欢和人家顶牛,碰上堵车更是火一点就着。开私家车的人越来越多,开上车以后脾气暴躁的人也越来越多,这类人被称为“路怒族”。最典型的“路怒症”表现为:开车心情烦躁,容易发脾气,甚至会情绪失控。**

▶省城的道路越来越堵,有些司机的脾气也越来越急躁。
本报记者 邱志强 摄

## 成为有车族后脾气越来越差

“刚开车上路时,特别容易发火,最近一两年好多了。”由于单位离家太远,为了方便上下班,两年前在济南市某国企刚刚参加工作的小韩买了车。但开上车以后,他发现自己的脾气越来越差,“每天上班都要在路上堵一阵子,一碰上红灯就特别急躁,老想找周围的人吵架。”

让小韩印象最深刻的一次发火,是在路口等红灯信号的时候。“当时前面有个大姐,可能开的是手动挡的车。一开始她就打电话,等信号过了还没把电话放下,当时排在后面的一堆车,就拼命按喇叭。”后来,急着去上班的小韩和其他车主就直接下车,拍着女车主的车窗和她吵了起来,最后交警过来才把大家劝开。“当时怎么就那么大火气呢?现在想起来自己都觉得不好意思。”

和小韩一样,存在类似经历的有车族不在少数,在泺源大街一家事业单位上班的田先生告诉记者,他一位朋友不开车时,性格非常平和、冷静,待人和和气气,办事也特别周到。“但是一开上车就跟变了个人似的,尤其是看见开车慢慢吞吞的新手,直接就在车里开骂了。”

“如果是按次序,前面即使堵再多的车我也不会着急,关键是现在太多人不把交通规则当回事了。”小韩说,看到一些挂着政府机关牌照的车不按规则行驶,有些人开车时往外面扔饮料瓶子,边开车边打电话等等,“心里就莫名着急上火。”

## 堵车是造成发火最主要原因

有多年驾龄的出租车驾驶员杜师傅认为,堵车是造成大家容易发火的最主要原因。虽然多年开车遇到过各种情况,同时作为出租车驾驶员,也很注意自己的服务态度,一般不会轻易急躁。但是看到有人在本来就堵车的路上加塞心里还是会发火。杜师傅告诉记者,即便自己不去找别人的事,有时还是会被其他开车的人骂。

“有一次我在一个小巷子里开车经过,正好前面有辆车在路中间跑,就想让他让个路,刚按了几下喇叭,司机打开车窗回头就是一顿骂。实在想不通现在大家的火气怎么都这么大呢?”杜师傅说。

15日16时许,记者来到了经常堵车的共青团路和经四路交叉口,在这里站了仅仅5分钟,便不时能听到周围随时响起的汽车喇叭声,非常刺耳。一位正在值班的孟姓交通协管员告诉记者,“现在还好,上班高峰期机动车的喇叭声更嘈杂,惹人心烦,甚至经常会听到司机骂人。像我们这些协管员也经常会被骂,好在都习惯了。”

为什么大家会发怒?一位王姓协管员告诉记者,一方面是司机都在拼命赶时间,另一方面,有些行人也很不自觉,不遵守交通规则挡了路,这让堵在路上的司机变得更容易发怒。

◑专家说法

## 缓解“路怒症” 学会慢下来

“路怒族”为啥会着急上火?济南市心理卫生协会副会长张洪涛分析认为,单纯从心理学来看,现在社会环境的变化造成了人们生活节奏的加快,这就使大家在工作中被驱赶着适应这种快节奏。在不知不觉中,一些人就将这种快节奏的感觉转移到了生活中。

“这样一来,人们感到一旦自己慢下来就会失去机会,这就造成了人们心态的急躁。”此外,张洪涛认为,现在社会分工细化也造成了人们视野、兴趣的狭窄,不懂得通过其他方式来给自己调整减压。“我曾经在公交车上看到有位驾驶员遇到红灯以后就直接将车熄火,然后非常平静地等信号,这种状态就很好。”

张洪涛认为,有车族要缓解“路怒症”,还是要不断调整自己的心态。“学会慢下来,在着急上火的时候靠其他自己感兴趣的事情来缓解情绪。”