

Leitfaden Lehreinheit

Liebe Referentin, lieber Referent,

der folgende Leitfaden soll Ihnen helfen, das Thema Ablenkung im Straßenverkehr innerhalb einer Lehreinheit von 45 Minuten zu bearbeiten und das Lehrgespräch/den Unterricht einfacher zu gestalten.

Im Mittelpunkt dieser Lehreinheit stehen 20 PowerPoint-Folien, die die wichtigsten Aspekte der Ablenkungsgefahren im Straßenverkehr aufgreifen und Lösungsansätze zur Minimierung von Unfallgefahren durch Ablenkung vorstellen. Die Präsentation lässt sich in 5 Kapitel einteilen:

- Folien 1 - 3: Einführung
- Folien 4 - 6: Daten und Fakten
- Folien 7 - 12: Wahrnehmung, Ablenkungsarten, Fehlhandlungen
- Folien 13 - 16: Einschätzung und die häufigsten Ablenkungsquellen in der Praxis
- Folien 17 - 20: Tipps und weitere Informationen gegen Ablenkung im Straßenverkehr, Abschluss

Darüber hinaus ist es über die auf jeder Folie eingerichtete Navigation jederzeit möglich, auf Kurzfilme und Expertenbeiträge zum Thema Ablenkung zurückzugreifen.

Inhalt

1. **Titelfolie/Beginn**
2. **Gründe der Aktion**
3. **Ziele der Schwerpunktaktion**
4. **Frage an die Teilnehmer**
5. **Befragung: Ablenkungsquellen in der Rangfolge der Nennungen**
6. **(2 Folien)**
7. **Begriffsbestimmung – Rechtslage**
8. **Wahrnehmung und Verarbeitung**
9. **Warum ist Ablenkung im Straßenverkehr ein Problem?**
10. **Wahrnehmung und Verarbeitung**
11. **Wie wirkt Ablenkung beim Fahren?**
12. **Ablenkungsarten und Fehler**
13. **Fahrfremde Tätigkeiten – Risikoeinschätzung**
14. **Ablenkungsquellen: Elektronische Kommunikation**
15. **(2 Folien)**
16. **Weitere Ablenkungsquellen**
17. **5 Tipps gegen Ablenkung im Straßenverkehr**
18. **Weitere Informationen**
19. **Schlussfolie (optional)**
20. **Kurzfilme**



Folie 1: Beginn

Die Startfolie zu Beginn der Lehreinheit bietet eine gute Gelegenheit, z. B. anhand der Logos, die Herausgeber (UK/BG/DVR) kurz vorzustellen.

Darüber hinaus können an dieser Stelle Hinweise zu der grafischen Gestaltung der Schwerpunktaktion gegeben werden.

Neben dem Claim „ABGELENKT? ...bleib auf Kurs!“, mit einem „abgelenkten“ B, finden sich auf der Fahrbahn Gegenstände wieder, die dort eigentlich nicht hingehören und den Betrachter zunächst irritieren. Bei genauerem Hinsehen wird deutlich, dass es sich um Gegenstände handelt, die zur Ablenkung im Straßenverkehr geführt haben. Der zum Teil defekte Zustand dieser Gegenstände lässt einen vorhergehenden Unfall vermuten.



Folie 2: Gründe der Aktion



Gründe der Aktion

- Ablenkung ist eine zunehmende und oft unterschätzte Gefahr im Straßenverkehr.
- Ablenkung betrifft uns alle, ob als Kraftfahrer, Fahrradfahrer oder Fußgänger.
- Ablenkung nimmt einen wachsenden Anteil an der Entstehung gefährlicher Verkehrssituationen und am Zustandekommen von Unfällen ein.

Zum Einstieg in das Thema Ablenkung im Straßenverkehr wird die Bedeutung des Themas beleuchtet:

- In einer repräsentativen Umfrage gab mehr als die Hälfte der Befragten an, durch Ablenkung schon in brenzlige Situationen geraten zu sein.
- Unfallforscher schätzen, dass Ablenkung bei jedem vierten schweren Unfall eine Rolle gespielt hat.
- Untersuchungen belegen, dass jeder siebte Lkw-Unfall auf Ablenkung des Fahrers zurückzuführen ist.



Folie 3: Ziele der Schwerpunktaktion



Ziele der Schwerpunktaktion

- Informieren wie Ablenkung im Straßenverkehr entstehen und vermieden werden kann und
- Sensibilisieren das Bewusstsein für die Gefahren von Ablenkung schärfen und in den Vordergrund rücken

Die wichtigsten Ziele der Schwerpunktaktion sind das Informieren und das Sensibilisieren aller Verkehrsteilnehmer für das Thema Ablenkung im Straßenverkehr.

Die grafische Darstellung dieser Folie bildet das Vorhaben plakativ ab: Ablenkung beenden und für volle Konzentration im Straßenverkehr werben.

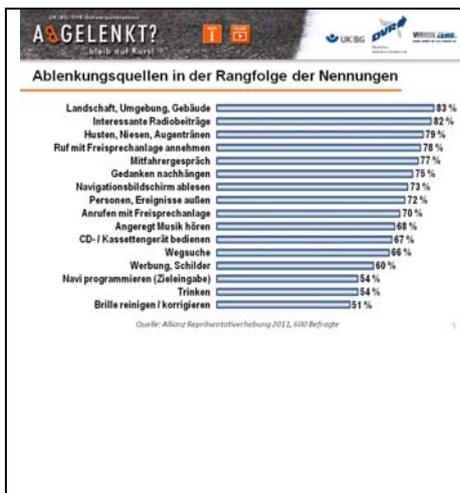


Folie 4: Frage an die Teilnehmer

Welche Ablenkungsursachen im Straßenverkehr kennen Sie aus Ihrem Alltag?
Nennen Sie Beispiele!

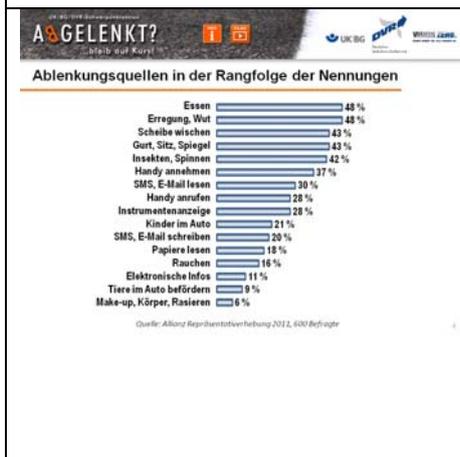


Hier können die Teilnehmer aktiv in das Lehrgespräch eingebunden werden. Das Ziel ist, die geäußerten und ggf. gesammelten Beispiele für Ablenkungsursachen mit denen zu vergleichen, die auf den folgenden beiden Folien dargestellt sind.



Folie 5: „Allianz Repräsentativerhebung 2011“ (1)

Das Allianz Zentrum für Technik (AZT) befragte 600 Autofahrer in Deutschland, Österreich und der Schweiz zu 40 Ablenkungsquellen. In dieser und der folgenden Folie sind die am häufigsten von den Befragten bestätigten Ablenkungsquellen aufgeführt (32). Auffällig ist, dass das in der öffentlichen Diskussion häufig genannte Telefonieren am Steuer erst an vierter Stelle auftaucht („Ruf mit Freisprechanlage annehmen“). Befragt wurden insgesamt 291 Männer und 309 Frauen, im Alter von: [18 - 24 Jahre = 61]; [25 - 64 Jahre = 411]; [65 Jahre und älter = 128].



Folie 6: „Allianz Repräsentativerhebung 2011“ (2)

Die Befragung zeigte auch, dass zwischen Frauen und Männern kaum Unterschiede bei der Wahrnehmung von Ablenkungsquellen festzustellen sind. Die Handynutzung und das Schreiben von SMS fanden sich bei Männern und Frauen jeweils im Mittelfeld. Männer nannten häufiger Telefonieren mit Freisprechanlage, Rauchen, Essen, Trinken oder Navigationsgerät als Ablenkungsursache. Frauen nannten häufiger Make-up/Körperpflege, Kinder im Auto, Insekten/Spinnen sowie Brillenwechsel.

Begriffsbestimmung – Rechtslage

Definition von Ablenkung im Straßenverkehr (aus der Wissenschaft / Forschung)
 „Wegwendung des Verkehrsteilnehmers von der Hauptaufgabe der regelgerechten Teilnahme am Straßenverkehr“

Straßenverkehrs-Ordnung (StVO)
 I. Allgemeine Verkehrsregeln

§ 23: Sonstige Pflichten des Fahrzeugführers (Auszug)

(1) Der Fahrzeugführer ist dafür verantwortlich, dass seine Sicht und das Gehör nicht durch die Besetzung, Tiere, die Ladung, Geräte oder den Zustand des Fahrzeugs beeinträchtigt werden. [...]

(1a) Dem Fahrzeugführer ist die Benutzung eines Mobil- oder Autotelefonos untersagt, wenn er hierfür das Mobiltelefon oder den Hörer des Autotelefonos aufnimmt oder hält. Dies gilt nicht, wenn das Fahrzeug steht und bei Kraftfahrzeugen der Motor ausgeschaltet ist. [...]

Folie 7: Begriffsbestimmung – Rechtslage

Was ist Ablenkung – und was nicht?
 Ablenkung ist zunächst eine Nebentätigkeit. Diese Aussage erfasst die Ablenkung im Straßenverkehr jedoch nur zum Teil. Eine allgemein verbindliche Definition des Begriffs der Fahrerablenkung lässt sich, wegen komplizierter und komplexer menschlicher Verarbeitungstechniken von Informationen, schwer eindeutig bestimmen.

In der Forschung und Wissenschaft spricht man daher von der „Wegwendung des Verkehrsteilnehmers von der Hauptaufgabe der regelgerechten Teilnahme am Straßenverkehr“.

Im zweiten Teil der Folie werden die gesetzlichen Regelungen angesprochen und vorgestellt.

Wahrnehmung und Verarbeitung

- Etwa 90 % der Informationen aus der Umwelt nehmen wir als Bilder über die Augen wahr.
- Das Gehirn kann unter optimalen Bedingungen maximal 7 bis 8 Sachverhalte gleichzeitig erfassen und auswerten.
- Ein Überangebot mindert die Leistungsfähigkeit des Gehirns und erzeugt Stress.

Folie 8: Wahrnehmung und Verarbeitung

Diese Folie beinhaltet drei Kerngedanken/Botschaften, die nacheinander (animiert) abgerufen werden können. Bei den 90 % der Informationen, die wir mit den Augen aufnehmen, sind es in einer Sekunde bis zu 60 Momentaufnahmen (Einzelbilder), die das Auge mit seinen ca. 6 Millionen Zapfen für das Farb-Sehen und etwa 120 Millionen Stäbchen für das Schwarz-Weiß-Sehen auf der Netzhaut aufnehmen kann.

Von der Vielzahl der visuellen Informationen können dann maximal 7 bis 8 Sachverhalte gleichzeitig ausgewertet werden. Dabei ist die Beschreibung „gleichzeitig“ nicht ganz zutreffend. In Wirklichkeit werden die Geschehnisse nacheinander in schneller Abfolge abgearbeitet. Eine Ausnahme bilden nur lange geübte und antrainierte Fähigkeiten, wie z. B. bei Musikern, die gleichzeitig Noten lesen, ein Instrument spielen und dem Dirigenten folgen können.

Was passiert mit uns, wenn wir einer Stresssituation ausgesetzt sind? Der Blutdruck und der Puls steigen. Adrenalin wird verstärkt ausgeschüttet. Wir empfinden dabei Anspannung, Frustration und Ärger. Unsere Reaktionsfähigkeit wird gemindert und wir können uns schlechter konzentrieren.

AusGELENKT?
bleib auf Kurs!

Warum ist Ablenkung im Verkehr ein Problem?

Offensichtlich ist das Autofahren zumindest teilweise so einfach, dass sich die Fahrer dabei unterfordert und sicher genug fühlen, um sich mit anderen Dingen gleichzeitig zu beschäftigen.

In einer Befragungsstudie*) zeigte sich, dass

- nur 4 % aller Fahrer während der letzten halben Stunde nichts Fahrfremdes getan hatten
- etwa 20 % berichteten von einer weiteren Tätigkeit
- knapp 40 % berichteten von zwei weiteren Tätigkeiten
- der Rest der Fahrer (36 %) hatte sich mit drei oder mehr Dingen beschäftigt

*) Befragungsstudie: Haerter & Vollbrecht (2012)

Folie 9: Warum ist Ablenkung ein Problem?

Im ersten Teil der Folie wird eine Erklärung für eine der wichtigsten Ablenkungsursachen beim Fahren gegeben. Verkehrspsychologische Erkenntnisse und Untersuchungen zeigen übereinstimmend, dass jede aktive Teilnahme am Straßenverkehr mit ständigen Anforderungen verbunden ist. Menschen bevorzugen im Allgemeinen ein mittleres Anforderungsniveau; nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig. Dieses Niveau liegt bei jedem von uns anders. Offenbar empfinden wir subjektiv die routinierte Fahrtätigkeit, also Lenken, Schalten oder Bremsen, als zu einfach. Sind wir also scheinbar unterfordert, suchen wir automatisch neue Herausforderungen und wollen dann zusätzliche Aufgaben gleichzeitig erledigen.

Diese Erkenntnisse wurden durch eine im Jahr 2011 durchgeführte Befragung der Technischen Universität Braunschweig eindrucksvoll belegt. Es wurden 289 Autofahrer befragt, ob sie während der letzten halben Stunde sich ausschließlich mit Fahren oder auch mit anderen Dingen am Steuer beschäftigt hatten? Die Ergebnisse der Befragung werden, im zweiten Teil der Folie, in 4 Stufen animiert wiedergegeben. Diese sind nach der Anzahl der fahrfremden Tätigkeiten eingeteilt: keine, eine, zwei und drei oder mehr Tätigkeiten.

AusGELENKT?
bleib auf Kurs!

Wahrnehmung und Verarbeitung

Prozess der Informationsverarbeitung

Folie 10: Wahrnehmung und Verarbeitung

Diese Folie soll den Teilnehmern deutlich machen, wie Ablenkung in die Prozesse der Informationsverarbeitung im Straßenverkehr eingreifen und diese stören kann. Mit drei animierten Textblöcken wird der Prozess von der Informationsaufnahme über die Wahrnehmung bis zur Reaktion und Handlung in zeitlicher Abfolge dargestellt.

A&G GELENKT?
„Steib auf Kurve!“

Wie wirkt Ablenkung beim Fahren?

```

    graph TD
      Q1{Hat der Fahrer die relevanten Informationen wahrgenommen?} -- ja --> Q2{Hat der Fahrer die Informationen richtig interpretiert?}
      Q1 -- nein --> A1[Informationsmangel]
      Q2 -- ja --> Q3{Hat der Fahrer die richtige Entscheidung getroffen?}
      Q2 -- nein --> A2[Fehlinterpretation]
      Q3 -- ja --> Q4{Hat der Fahrer richtig gehandelt?}
      Q3 -- nein --> A3[Fehlentscheidung]
      Q4 -- ja --> End(( ))
      Q4 -- nein --> A4[Ausführungsfehler]
  
```

Quelle: Bient & Vollath (2007)

Folie 11: Wie wirkt Ablenkung beim Autofahren?

Mit dieser Folie wird die Fehleranalyse durch Ablenkung fortgesetzt. Der Chart illustriert das Entstehen typischer Fehlhandlungen durch Ablenkung und stellt die jeweiligen Fehlerkategorien vor.

Mit dem animierten Aufbau lässt sich gut darstellen, dass Fehler nur dann entstehen können, wenn einzelne Handlungsschritte, z. B. verursacht durch Ablenkung beim Fahren, nicht korrekt ausgeführt wurden.

A&G GELENKT?
„Steib auf Kurve!“

Ablenkungsarten und Fehler

- Visuelle Ablenkung – Informationsmangel**
 - Bedienung von Geräten (fahrzeug-eigen / fahrzeu-gremd)
- Mentale Ablenkung – Fehlentscheidung**
 - Telefonieren
 - Beifahrer
 - Selbstinitiierte Handlungen (Geistesabwesenheit)
- Motorische Ablenkung – Ausführungsfehler**
 - Rauchen
 - Essen und Trinken
 - Kleidung und Körperpflege

Quelle: Bient & Vollath (2007)

Folie 12: Ablenkungsarten und Fehler

Diese Folie zeigt die Einteilung der Ablenkungsarten, wie sie aktuell von der Wissenschaft und der Verkehrspsychologie vorgenommen wird. Diese Darstellung soll den Teilnehmern deutlich machen, zu welchen Grundfehlern die diversen Ablenkungsursachen führen können.

A&G GELENKT?
„Steib auf Kurve!“

Fahrfremde Tätigkeiten – Risikoeinschätzung

	Häufig	Selten
Niedriges Risiko	<ul style="list-style-type: none"> Regeln der Klimaanlage Ruhige Mitfahrer Essen Trinken Annul (lang) Rufannahme (Handy) Zigaretten drehen 	<ul style="list-style-type: none"> Wachst eine CD Suchen von Gegenständen unter dem Sitz Umstehen lassen Schreiben
Hohes Risiko	<ul style="list-style-type: none"> Rufannahme (Freisprechanlage) Störrede Mitfahrer SMS Alkoholkonsum (ggf. Mitfahrer) 	<ul style="list-style-type: none"> Flüstern (ungeschickt)

Neuseeländische Studie/Befragung von Autofahrern zur Einschätzung ablenkender Tätigkeiten
Quelle: Bundesanstalt für Straßenwesen, HfM 225

Folie 13: Fahrfremde Tätigkeiten – Risikoeinschätzung

Diese Folie stellt die Ergebnisse einer neuseeländischen Studie vor, in der Autofahrer nach ihrer Einschätzung von Ablenkungsursachen sowie nach Häufigkeit und dem damit verbundenen Unfallrisiko befragt wurden. Auffällig oft wurden fahrfremde Tätigkeiten genannt, die mit häufigem Gebrauch elektronischer (Kommunikations-) Medien in Verbindung stehen. Rufannahme mit Handy oder SMS wurden zudem als Tätigkeiten mit hohem Unfallrisiko genannt.

Diskutieren Sie die Ergebnisse dieser Studie und vergleichen Sie diese mit den Einschätzungen, die von den Teilnehmern zu Beginn der Lehreinheit genannt wurden.

A&G GELENKT?
„Steib auf Kurve!“

Ablenkungsquellen: Elektronische Kommunikation

- Telefonieren am Steuer lenkt mental, visuell und manuell ab!
- Das Unfallrisiko beim Telefonieren erhöht sich um das 2- bis 5-Fache.
- Eingeschränkte Blickaktivität, Reaktionsverzögerung um ca. 0,5 Sek.

Aktuell sind ca. 420.000 Handyverstöße im Zentralregister des Kraftfahrt-Bundesamtes in Flensburg gespeichert.

Allianz Befragung
Von allen befragten Fahrern:
43 % Freisprechanlagen-Headset-Nutzer
37 % Handynutzung (Rufannahmen)
28 % Handynutzung (Anrufen)

Allianz Repräsentativbefragung 2011, 600 Befragte

Folie 14: Elektronische Kommunikation

Mit dieser und der nachfolgenden Folie sollen die besonderen Ablenkungsgefahren durch elektronische Kommunikationsgeräte herausgearbeitet werden.

Telefonieren lenkt den Fahrer gleichzeitig mental, visuell und manuell ab. Das Unfallrisiko erhöht sich um das 2- bis 5-Fache, wie Erfahrungen der Polizei belegen.

Auch an dieser Stelle sollte ein Appell an die Teilnehmer nicht fehlen, trotz Freisprechanlage auf das Telefonieren während der Fahrt möglichst zu verzichten.

ABGELENKT?
bleib auf Kurs!

Ablenkungsquellen: Elektronische Kommunikation

- SMS/E-Mail – „Simsen“: Eine besondere Gefahr für junge Fahrer!
- Das Unfallrisiko beim Lesen/Schreiben erhöht sich um ein Vielfaches.
- 4-fach höhere Blickabwendungszeiten als bei Handy-Nutzung!

Allianzbefragung
Von allen befragten Fahrern:
20 % Schreiben und
30 % Lesen beim Fahren

Junge Fahrer (18 - 24):
25 % Schreiben und
40 % Lesen beim Fahren

Allianz Repräsentativbefragung 2011, 600 Befragte



Folie 15: Elektronische Kommunikation

Diese Folie soll auf die besonderen Gefahren hinweisen, die mit dem verbotenen Lesen und Schreiben von Kurznachrichten (SMS/MMS/E-Mail) am Steuer verbunden sind. Auch hier wird der Fahrer gleichzeitig mental, visuell und manuell abgelenkt.

Befragungen und Untersuchungen belegen, dass es sich zunehmend um ein weitverbreitetes Problem handelt.

Besonders gefährdet sind junge Fahrer, die gewohnt sind, im Alltag mit elektronischen Geräten intensiv zu kommunizieren.

Wegen der hohen Unfallgefahr ist die Nutzung von Mobiltelefonen am Steuer daher gesetzlich verboten.

ABGELENKT?
bleib auf Kurs!

Weitere Ablenkungsquellen

- Navigationsgeräte
Programmieren nur in Pausen
- Musik weckt Emotionen und übertönt Warnsignale
- Mitfahrer und Begleiter
keine emotionalen (Streit-)gespräche
- Alltagshandlungen
Essen, Trinken nicht unterwegs
- Ablenkung aus der Umgebung
Bei Reizüberflutung konzentrieren Sie sich auf die relevanten Informationen zu Einschätzung der Verkehrssituation



Folie 16: Weitere Ablenkungsquellen

Nach der Vorstellung und Erörterung der Ablenkungsursachen durch elektronische Kommunikation werden weitere, in der Praxis häufige Ablenkungsquellen genannt.

Der animierte Aufbau der jeweiligen Ablenkungsquellen ermöglicht Kommentare zu den fünf Themen.

Die Stichworte dazu liefern die Unterzeilen mit ihren Botschaften bzw. Tipps. Weitere Detailinformationen sind in der Broschüre und den drei Leporellos zu finden.

Die Abbildungen auf der rechten Folienseite, die zeitgleich mit den Themen eingebildet werden, illustrieren die typischen Ablenkungssituationen.

ABGELENKT?
bleib auf Kurs!

5 Tipps gegen Ablenkung im Straßenverkehr

- Meiden Sie Zeitdruck, damit Ihnen keine Zeit für die Vorbereitungen fehlt (Scheiben freis Wischen, Navigationsgerät programmieren, usw.).
- Behalten Sie beide Hände am Steuer.
- Bleiben Sie mit Ihren Gedanken beim Fahren bzw. bei der Verkehrssituation.
- Reduzieren Sie Gerätebedienungen auf ein Minimum.
- Vermeiden Sie Telefonate während der Fahrt, auch per Freisprechanlage. Die Handynutzung ist verboten.



Folie 17:
5 Tipps gegen Ablenkung im Straßenverkehr

Weitere Hintergrundinfos:

- Zeitdruck verursacht unnötigen Stress. Blutdruck und Puls steigen. Wir empfinden in Stresssituationen Anspannung und Ärger. Unsere Reaktionsfähigkeit nimmt ab.
- Beide Hände am Steuer! Nur so lässt sich auf plötzlich auftretende Hindernisse richtig reagieren.
- Nur zwei Sekunden Ablenkung bedeuten: Schon bei 50 km/h legen Sie knapp 30 Meter zurück. Bei 130 km/h auf der Autobahn sind es in zwei Sekunden mehr als 72 Meter.
- Gerätebedienung reduzieren. Dies gilt nicht nur für fest eingebaute, sondern auch für tragbare Geräte. Fremdgeräte sind für die Bedienung und den Einsatz

im Fahrzeug nicht optimiert. Sie erfordern meistens sehr viel Konzentration bei der Bedienung und beim Einsatz. Nehmen Sie die Einstellung und Bedienung der Geräte während einer Fahrpause vor.

5. Jedes Telefongespräch lenkt uns vom Verkehrsgeschehen ab.
Das Unfallrisiko steigt beim Telefonieren am Steuer um das 2- bis 5-Fache. Kurze und sachliche Gespräche ohne starke Emotionen können die Ablenkungsgefahr ein wenig mindern. Besser noch: Bieten Sie Ihrem Anrufer an zurückzurufen, sobald Sie die Möglichkeit dazu haben.



Folie 18: Weitere Informationen

Zum Ende der Lehreinheit sollte der Hinweis auf weitere Präventionsmedien der Schwerpunktaktion nicht fehlen. Es sind insbesondere die Printmaterialien sowie die Internetseite, für die eine besondere Empfehlung zur weiteren Nutzung ausgesprochen werden sollte. Wichtig ist, die Teilnehmer zu informieren, dass die Homepage www.abgelenkt.info alle Materialien dieser Aktion sowie weitere Inhalte wie Quiz, Hintergrundinformationen, Gewinnspiel usw. im Internet bereithält.



Folie 19: Schlussfolie (optional)

Dank an die Teilnehmer und Wunsch für eine ablenkungsfreie Heimreise.



Folie 20: Kurzfilme

Diese Folie kann über einen Klick auf das Filme-Symbol innerhalb der Präsentation aufgerufen werden.

Von dieser Folie aus können die drei Kurzfilme zum Thema Ablenkungsgefahren und vier Experteninterviews direkt angesteuert werden.