Małgorzata Oziemczuk

JAK STAĆ SIĘ ŚWIADOMYM KIEROWCĄ



Małgorzata Oziemczuk

Jak stać się świadomym kierowcą

Wersja Demonstracyjna

Wydawnictwo Psychoskok
Konin 2021

Małgorzata Oziemczuk

„Jak stać się świadomym kierowcą”

Copyright © by **Małgorzata Oziemczuk**, 2021

Copyright © by **Wydawnictwo Psychoskok Sp. z o.o.** 2021

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Żadna część niniejszej publikacji nie
może być reprodukowana, powielana i udostępniana
w jakiejkolwiek formie bez pisemnej zgody wydawcy.

Redaktor prowadząca: **Wioletta Jankowiak**

Projekt okładki: **"Dobry Duszek"**

Korekta: **"Dobry Duszek"**, **Robert Olejnik**

Zdjęcie na okładce: **(Ljupco Smokovski)**
www.stock.adobe.com

Skład epub, mobi i pdf: **Kamil Skitek**

ISBN: **978-83-8119-766-3**

Wydawnictwo Psychoskok Sp. z o.o.

ul. Spółdzielców 3, pok. 325, 62-510 Konin

tel. (63) 242 02 02, kom. 695-943-706

http://www.psychoskok.pl/

http://wydawnictwo.psychoskok.pl/

e-mail:wydawnictwo@psychoskok.pl

Spis treści:

1. Kilka skomplikowanych zasad do przestrzegania....5
2. Co nieco o sobie 7
3. Sprostowanie tytułu.....12
4. Początki początków 22
5. Skąd nasze skłonności do irracjonalnego podejścia do jazdy samochodem?.....28
6. Jak mam się pozbyć tego świństwa (zmiana sposobu myślenia)? 77
7. Część praktyczna.....102
8. Pora na fakty – coś, co łączy wszystkich kierowców na świecie (tych doświadczonych i niedoświadczonych).....112
9. Czego nie ominiesz, jeżdżąc autem? 114
10. Coś po coś.....118
11. Liczy się postawa.....128
12. Czego cię nie nauczą na kursie prawa jazdy? 133
13. Lista moich wrogów jest długa. Pewność siebie nie może opierać się na przekonaniu, iż jest się akceptowanym przez innych 143
14. Jak stać się kierowcą, od którego warto się uczyć?.....145
15. Od fajtłapy do fachowca… 147
16. Gratuluję, zdałeś/aś prawko.....153

1. Kilka skomplikowanych zasad do przestrzegania

Tytuł jest mocno „zachęcający” prawda? (Wolą wytłumaczenia, początkowo tytuł brzmiał: „Jak stać się świadomym kierowcą u boku nieświadomego męża”). Swoją drogą zastanawiałeś/aś się kiedyś, dlaczego tak niechętnie podchodzimy do zadań, jeśli ktoś inny z góry zasugeruje, że dane zadanie nie należy do najprostszych? Czy nie powinniśmy skupić się raczej na ogromie satysfakcji, z jaką będziemy mieli przyjemność się zetknąć w momencie wykonania powierzonego nam (bądź sobie samym) zadania? Dlaczego nie zadajemy sobie pytań typu: „A co, jeśli mi się uda?”, „A co, jeśli się naprawdę sprawdzę?”? Zamiast tego z łatwością przychodzą nam do głowy pytania typu: „A co, jeśli to po prostu zawalę?”, „A co, jeśli się tylko upokorzę?”. Tu, w tym miejscu, poprzez treść tej książki sprowokuję cię, byś był/a bardziej otwarty/a na ten pierwszy sposób myślenia.

Wracając do istoty tego rozdziału, ta książka może przynieść pożądany dla ciebie rezultat, ponieważ rządzi się pewnymi zasadami. Oto one:

- W momencie, gdy zobaczysz tekst wytłuszczonym drukiem – proszę byś to sobie zanotował/a (mogą to być 2,

3 zdania, więc nie będzie to wymagało ogromnej fatygi z twojej strony).

- Przygotowałam kilka zadań, które zostaną starannie opisane (jak długo ćwiczenie powinno być wykonywane, w jaki sposób itp.). Zachowaj, proszę, sumienność podczas wykonywania tych zadań i postaraj się NIE być sceptyczny/a.
- Zastanów się chwilę nad podanymi przykładami. Czy nie miałeś/aś podobnej sytuacji? Czy nasuwają ci się pewne wnioski?
- Postaraj się podejść pozytywnie do lektury. Z doświadczenia wiem, że jeśli od początku jesteśmy na „NIE", to mało co jest nas w stanie później zaskoczyć pozytywnie. Zatem daj jej, proszę, szansę…
- Postaraj się o osobny zeszyt (nie chcę sztucznie nabierać cię na liczbę stron, uwzględniając przy tym 10 pustych stron na notatki…).

Jeszcze ostatnia prośba! Jedna, jedyna:

- Potraktuj moją książkę jako kontynuację swojego kursu nauki jazdy. Nazwijmy to mentalną częścią kursu (z pewnością praktykę i teorię masz za sobą). Z takim nastawieniem jestem niemal pewna, że potraktujesz tę książkę bardziej zadaniowo i dotrzesz do końca, a wtedy zaczniesz dostrzegać zmiany. Gotowy/a? No to ruszamy…

2. Co nieco o sobie

If you want to live a happy life, tie it to a goal, not to people or things…

Albert Einstein

Krótko o sobie? Nie będzie to łatwe, bo jestem mistrzynią dygresji, ale spróbuję… Mam dwadzieścia pięć lat (pod warunkiem, że pisanie e-booka nie przeciągnie się w nieskończoność, inaczej będę zmuszona nieustannie edytować fragment odnośnie wieku). Do niedawna pracowałam w branży kompletnie niezwiązanej z pisaniem czy literaturą. Przez dwa lata pracowałam jako inżynier, przez pięć miesięcy jako projektant prac tymczasowych, a także podjęłam decyzję, że chciałabym napisać doktorat z psychologii, więc w ramach potrzebnej praktyki rozpoczęłam pracę jako mental health supporter oraz rozpoczęłam studia magisterskie na kierunku psychologia. Od dwóch lat i siedmiu miesięcy mieszkam w Anglii. Dlaczego piszę e-booka? Bo zostałam zmuszona… Nie rób takiej miny. Naprawdę… Przeżywamy teraz okres cholernego koronawirusa. Utknęłam. Był to moment, kiedy kazali mi pracować z domu, odwołali w pracy wszystkie kursy, samoloty zostały wstrzymane do odwołania, nastąpił brak możliwości jakiejkolwiek wzajemnej socjalizacji. Zatem

szanowny koronawirus wymusił na mnie znalezienie alternatywy na nudę, na to, by może komuś pomóc w jakiś inny sposób (zdalny), zmusił mnie też do znalezienia zajęcia, które pozwoliłoby mi oderwać się od szumu medialnego w BBC odnośnie wirusa. Oprócz tego, według mojego męża, w momencie gdy się nudzę, mam mnóstwo szalonych pomysłów w głowie, więc nie bez powodu mocno wspiera mnie podczas pisania tej książki. I oto w takich okolicznościach powstała treść, którą dziś wam przekazuję. Ale patrząc na tematykę e-booka, warto by było wspomnieć coś odnośnie mojego stażu jako kierowcy. Prawko mam od sześciu lat (sprostowanie – formalnie jestem kierowcą od sześciu lat), a uważam się za kierowcę od jakichś dwóch.

Wielu znajomym, którzy odkryli moje zamiłowanie do psychologii, pyta: „ALE JAK? Nie szkoda tych siedmiu lat poświęconych inżynierii (praca, studia…)?”. Myślę sobie wtedy: „W sumie dobrze się złożyło, bo dzięki doświadczeniu w inżynierii już wiem, że LICZY SIĘ JAKOŚĆ, NIE ILOŚĆ. Zatem na pewno wpłynie to korzystnie na treść tej książki (oby)”.

Choć to reakcja męża była najpiękniejsza, bo stwierdził on, że z powodzeniem byłabym w stanie napisać e-booka lub książkę, której treść składałaby się jedynie z opisów moich zabawnych (czasem przerażających) historii, które przydarzyły mi się jako kierowcy.

Ale wróćmy do głównego celu, jaki ma ten e-book (powiedzmy, że ograniczę się do e-booka). Tak więc jestem tu dla ciebie. Jestem tu dla siebie. Jestem tu dla swojego

męża. Tak, tak, jestem tu także dla swojego męża – wytknę mu wszystkie błędy, jakie popełnił w momencie, gdy stawiałam pierwsze kroki za kółkiem. Teraz, z perspektywy czasu, już wiem, że odpowiednia pomoc i wsparcie z pewnością przyniosłyby o wiele lepsze efekty jeśli chodzi o poprawę mojej jakości prowadzenia auta. Z perspektywy czasu wiem (choć już dziś nieco bardziej z przymrużeniem oka, z dystansem), że był trudnym pasażerem. Wymagał, wymagał i jeszcze raz wymagał. Ale z drugiej strony, jeśli mam być fair, muszę wspomnieć także o tym, że kiedy już zaczął traktować mnie troszkę poważniej jako kierowcę (musiało minąć kilka dobrych lat), jako jeden z niewielu nauczył mnie bardzo, bardzo wiele, za co jestem mu dziś wdzięczna (inni kierowcy też powinni mu podziękować!), no i na koniec, jako że był moim częstym pasażerem, pogratuluję mu odwagi (tym razem z pełną powagą), bo dziś wracam wspomnieniami do tego, co miałam w głowie jako kierowca kilka lat temu, a jakie podejście mam teraz i widzę przepaść. Przepaść – w pozytywnym tego słowa znaczeniu, bo ostatecznie byłam w stanie tę przepaść przeskoczyć.

Dlaczego warto się mną zasugerować?

Właściwie to mam dwa powody, które są nie do podważenia (choć jeden z nich dziwnie zabrzmi):

- Uwielbiam psychologię, interesuję się nią oraz ją studiuję. Nie jest tajemnicą, że to, co w nas, w naszej psychice, silnie oddziałuje na różne aspekty naszego życia (w tym nasz stosunek do jazdy autem). Postaram się

zerwać ze schematami, jakie masz w swojej głowie odnośnie prowadzenia auta. Zniszczę je i będę bezlitosna.

- Mogę się pochwalić ogromnym doświadczeniem, jeśli chodzi o niekoniecznie poprawne zachowanie w trakcie jazdy (mam też na swoim koncie wypadek, w którym wykazałam się niebywałą samodzielnością) i kilka (kilkadziesiąt) innych „nieporozumień” w trakcie jazdy. Ale wiesz, co jest pocieszające? Że potrafię wyciągać konkluzje i ta cecha osobista bardzo mocno mi pomogła w tym, by dziś samodzielnie poruszać się autem.

Teraz już wiesz, że nie masz do czynienia z byle laikiem. Mam za sobą etap przestraszonego kierowcy, ale to już definitywnie za mną. Ty też się ogarniesz. Daj szansę tej lekturze, a staniesz się świadomym kierowcą. Pokażę ci, jak oswoić się z autem. Nauczysz się wsiadać za kółko rozluźniony/a. Zaczniesz czerpać przyjemność z samodzielnej jazdy samochodem, poznasz jej zalety. Jeśli masz problem ze stresem w momencie, gdy podchodzisz do egzaminu – pokażę ci skuteczne metody na zmianę sposobu myślenia, co wpłynie na redukcję twojego stresu w trakcie egzaminu. Przestaniesz wstrzymywać oddech w momencie, kiedy większy gabarytowo samochód. Przestaniesz przejmować się cynicznymi żartami kolegów na temat twojej jazdy (nie będą już mieli ku temu powodów). Zaczniesz wychodzić z inicjatywą w momencie, gdy pojawi się zapotrzebowanie na kierowcę. I przede wszystkim – przestaniesz wpadać w panikę w momencie, gdy usłyszysz znajomy dźwięk klaksonu (zrozumiesz, że możliwość

porozumiewania się pomiędzy kierowcami jest po prostu bardzo ograniczona).

Koniec Wersji Demonstracyjnej