

### Introductie

Bij verkeersgedrag denken de meeste mensen aan rijvaardigheid: het technisch bedienen en besturen van een voertuig. Maar veel vaker gaat het over het gedrag van de bestuurder. Trafieq hanteert in haar aanpak daarom liever de term 'rijwaardigheid'. Het zijn niet alleen de technische vaardigheden van de verkeersdeelnemer die bepalen of iemand verantwoord verkeersgedrag vertoont, maar meer nog de houding en handeling bij emoties, stress en complexe verkeerssituaties. Daar gaat rijwaardigheid over: veilig, positief en verantwoord verkeersgedrag.

De term rijwaardigheid doet ook meer recht aan de doelgroep: vaak zijn bestuurders voldoende rijvaardig maar vertonen ze incidenteel verkeersonveilig gedrag. Een belangrijke eerste stap is om deze doelgroep niet aan te spreken als verkeershufter of verkeersaso. Een stap van gelijkwaardigheid en respect: de weg naar rijwaardigheid. Leren omgaan met de mening van omstanders in het verkeer is ook een goed begin naar rijwaardig gedrag. Zo kun je stap voor stap werken aan rijwaardigheid.

### Voor wie is de cursus bedoeld?

De cursus is geschikt voor iedereen die beroepshalve aan het verkeer deelneemt. Zoals professionele bestuurders van vervoersbedrijven, bezorgbedrijven, transportbedrijven, bijzonder personenvervoer (gehandicapten en ouderen), taxi en Uber. Maar ook medewerkers die met bedrijfsvoertuigen aan het verkeer deelnemen (loodgieters, vertegenwoordigers, bouwvakkers, pakketbezorgers). Maaltijd- en boodschappenbezorgers die vooral in de stad aan het verkeer deelnemen (veelal op elektrische fiets of brommer) hebben eveneens baat bij deze cursus.

### Waarom deze cursus?

Een voertuig bedienen en besturen kan iedereen. Maar met het toenemen van ervaring en zelfverzekerdheid groeien vaak ook de ergernissen over andere weggebruikers, net als de 'eigen' verkeersregels. Dit kan leiden tot onveilige situaties, klachten van klanten of medeweggebruikers, boetes, rijontzeggingen en ongelukken. Al deze situaties worden sterk beïnvloed door gedrag: de rijwaardigheid.

Inzicht in de eigen rijwaardigheid levert de cursist ontzettend veel op. Op welke momenten word ik verleid om de regels te overtreden? Vanuit welke impulsen of gewoontes maak ik mijn (vaak onbewuste) keuze? Wat zijn mijn persoonlijke risico's en hoe kan ik daar het beste mee omgaan in de toekomst? Waar ben ik trots op en wat maakt mij een goede verkeersdeelnemer? Het wordt een stuk makkelijker om verantwoord te rijden als je je bewust bent van je blinde vlek, je verleidingen en je uitdagingen.

### Hoe pakken wij dit aan?

De cursus duurt 16 uur verdeeld over twee dagen met een tussentijd van 2 tot 3 weken. Op de eerste cursusdag komt veel kennis aan de orde zoals:

- het wettelijk kader rondom verkeersdeelnemers en middelengebruik, en de praktische gevolgen voor bestuurders;
- verkeersveiligheid in Nederland; de effecten van alcohol, drugs en medicijnen op de verkeersveiligheid;
- varianten van verkeersgedrag en hoe dat gedrag kan worden verklaard;
- kennis over ongevallen zoals aantallen, omstandigheden en gevolgen.

Het eerste dagdeel eindigt met een praktische thuisopdracht. Op de 2e cursusdag staat de eigen rijwaardigheid centraal. We behandelen onder andere:

- waar ben ik goed in?
- wat zijn mijn persoonlijke uitdagingen, triggers, verleidingen en gewoontes?
- het eigen (gewoonte)gedrag en hoe je gewoontes kunt doorbreken;
- inventarisatie van persoonlijke risico's tijdens verkeersdeelnemers;
- wat wil ik veranderen en welke interne en externe belemmeringen kom ik daarbij tegen?
- de ontwikkeling van een persoonlijk verbeterplan.

We maken tijdens de cursus gebruik van verschillende interactieve en online werkvormen. Zo krijgen de deelnemers inzicht in hun eigen rijwaardigheid en hun concrete verbeterpunten. Dat doen we aan de hand van een online leeromgeving met opdrachten, theorie en achtergrondartikelen die deelnemers helpen om het eigen gedrag te waarderen en waar wenselijk te veranderen. Na elk onderdeel volgt een opdracht om de behandelde theorie direct toe te passen op het gedrag van de deelnemers. De cursusleider is specialist in verkeersgedrag en werkt dagelijks met mensen die hun verkeersgedrag willen veranderen.

### Wat doen we nog meer?

Trafieq geeft nog veel meer cursussen: kijk op onze website voor het meest actuele aanbod [www.trafieq.nl](http://www.trafieq.nl).

### Wat is het resultaat van de cursus?

Na het volgen van de cursus:

- ✓ weten de deelnemers wat de wettelijke grondslag en voorwaarden zijn van verkeersdeelnemers;
- ✓ hebben de deelnemers inzicht in hun kwaliteiten en valkuilen;
- ✓ zijn de deelnemers zich bewust van manieren om hun eigen verkeersgedrag bewust(er) te sturen;
- ✓ hebben de deelnemers een concreet plan van aanpak om het gewenste verkeersgedrag te realiseren;
- ✓ ontvangen deelnemers een certificaat rijwaardigheid.

### Praktische informatie

- De cursusgroep heeft een minimum van 6 deelnemers en een maximum van 12 deelnemers.
- Deze cursus bestaat uit twee dagen (van 8 uur incl. pauzes), met een ideale tussentijd van 2 weken tussen de trainingdagen.
- Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Trafieq via: [advies@trafieq.nl](mailto:advies@trafieq.nl)

📍 Bergweg 173A | 3707 AC ZEIST

✉ info@trafieq.nl | 030 - 30 70 200

✉ Advies: [advies@trafieq.nl](mailto:advies@trafieq.nl) | 030 - 30 70 203

[www.trafieq.nl](http://www.trafieq.nl)

