



Mobilen i trafiken

Barnets utveckling och förmågor i trafiken

Barnens färdigheter utvecklas hela tiden och framförallt gäller det hjärnan som styr vårt handlande. Frontallobens utveckling sker långsamt, den är färdigt utvecklad först vid ca 25 års ålder. Det tar alltså flera år ännu för ett barn i åldern 7–12. I frontalloben sker den kognitiva utvecklingen, det vill säga de intellektuella funktionerna som till exempel. tänkande, förståelse, beslutsfattande, minne, problemlösning, tolkning, bedömning, prioritering och självreglering. Det här påverkar barnets olika förmågor, beteende och agerande i trafiken. Barnets ännu outvecklade självregleringsförmåga gör att det kan vara svårt att kontrollera impulser, till exempel då ett barn ser en kompis på andra sidan gatan och tanken ("hej där är min kompis, vad roligt") styr handlingen kan barnet glömma att se sig för och bara springa över gatan. Trots att barnet lärt sig att man ska se sig för innan man går över gatan, kan impulsen ta över. Det samma gäller koncentrationsförmågan, barnet har sett bilen men något intressantare fångar uppmärksamheten och hen glömmar bort bilen.

Trafikbeteende ska tränas in från den dag barnet börjar vistas utomhus. Inget barn vaknar upp som trafikmoget på sin tolvårsdag. Trafik är ett komplext system och det behövs både mognad, övning och rutin för att klara det. Vi vuxna kan inte lägga ansvaret på barnen genom att "lära dem trafik". Bara för att barnet klarar av att svara rätt på våra frågor om vägmärken betyder det inte att barnet är moget för att klara sig ensamt i trafiken. För att kunna förstå och tolka trafiken krävs mognad, men också övning.

Olika trafiksituationer som presenteras i filmen

Nedan följer olika situationer som Kim och Zaina råker ut för i filmen "Mobilen i trafiken". De olika scenerna kan t.ex. diskuteras separat i klassen eller hemmet.

Scen 1 Synfältets betydelse

I trafiken observerar man omgivningen genom många sinnen och förmågan till rumsuppfattning spelar en stor roll, som hos barnen ännu är i ett utvecklingsstadium. Barnens synfält är snävare än vuxnas fram till 15 års ålder och då kan det vara svårt att överblicka trafiksituationer samt vad som sker runtomkring dem.

Många barn, och överraskande många vuxna, uppfattar övergångsstället som en plats där man inte kan bli påkörd. Men det kan man. Vi ska korsa gator och vägar vid övergångsställen och titta både åt vänster och höger men också omkring oss. Barn som går över vid övergångsstället syns kanske inte bakom ett fordon som redan har stannat.

1. Kim plockar fram sin telefon på vägen till skolan.



Skolklassen/barnet:

- 1a) Hur många i klassen har regler om mobilanvändning i trafiken?
Vad skulle vara bra regler i så fall?
- 1b) När är det okej att ha telefonen när man rör sig i trafiken? När är det *extra viktigt* att man låter bli?
- 1c) Spelar det någon roll om det är skolarbeten man gör på skärmen eller om det är tidsfördriv?

Hemmet/vuxna:

- 1a) Har ni diskuterat regler om mobilanvändning i trafiken i ert hem?
Vad skulle vara bra regler i så fall?
- 1b) När tycker ni som vårdnadshavare att det är okej att ha fram telefonen när man rör sig i trafiken? När är det *extra viktigt* att man låter bli?
- 1c) Spelar det någon roll om det är skolarbeten man gör på skärmen eller om det är tidsfördriv?

2. Den felparkerade bilen göra att Kim inte syns så bra för bilisten som kommer körandes. Ibland kan det till exempel finnas buskar, träd, snöhögar eller föremål som skymmer.



2a) **Klass:** Vilka farliga platser finns på din skolväg?

2a) **Föräldrar:** Har ni diskuterat farliga platser under skolvägen?

Scen 2 Hörlurarnas betydelse

I trafiken observerar man omgivningen genom många sinnen och förmågan till rumsuppfattning spelar en stor roll. Denna förmåga är ännu i ett utvecklingsstadium hos barn. Att identifiera varifrån ljud kommer kräver även en viss mognad, en bil eller cykel kan signalera från höger, barnet tror det kommer från vänster. För barn är det dessutom utmanande att bedöma avstånd och hastighet.

Trafikmärket vägarbete varnar för ett hinder på vägen eller ett vägavsnitt som är under arbete. Chaufförer i stora arbetsmaskiner och lastbilar är koncentrerade på sitt arbete och att de har svårt att få syn på barn som oförväntat rör sig på eller nära byggarbetsplatser. Berätta för barnen att många arbetsfordon är utrustade med varningssignal t.ex. när de backar. Därför är det viktigt att vi lyssnar på vad som sker runt omkring oss.

3. Kim överraskas av ett byggarbete på hans skolväg och behöver avvika från trottoaren ut på cykelvägen.



Skolklassen/barnet:

3a) Vad behöver du beakta när din normala rutt inte går att använda?

Hemmet/vuxna:

3a) Har ni talat hemma om vad som behöver beaktas vid eventuell rutförändring?

4. Kim har hörlurar på sig och uppfattar inte att cyklisten försöker göra honom uppmärksam genom att ringa på ringklockan, men Kim hör honom inte. Hörlurarna kan vara stora eller rätt osynliga.

Vi har svårt att uppfatta ljud som kommer rakt bakifrån och därför är det svårt att höra när det närmar sig en cyklist bakom oss. Som cyklist ska du signalera till medtrafikanterna genom att använda ringklockan på cykeln. Som fotgängare ska du kunna reagera på den övriga trafiken med att se och höra vad som sker runt om dig. Därför ska du inte låta mobiltelefonen eller hörlurarna störa din koncentration

Skolklassen/barnet:

- 4a) Har du varit med om en situation, där du inte har hört när någon försökt nå din uppmärksamhet hemma eller i trafiken för att du har haft hörlurar på dig?
- 4b) Har du försökt ropa på någon som inte har hört för att den haft hörlurar?

Hemmet/vuxna:

- 4a) Har ni diskuterat användning av hörlurar överlag, både hemma och i trafiken?
- 4b) Vet ni vad barnen lyssnar på?

5. Cyklisten kör rätt fort förbi Kim.

Skolklassen/barnet:

- 5a) Hur tycker du att en hänsynstagande cyklist kunde ha gjort annorlunda?

Hemmet/vuxna:

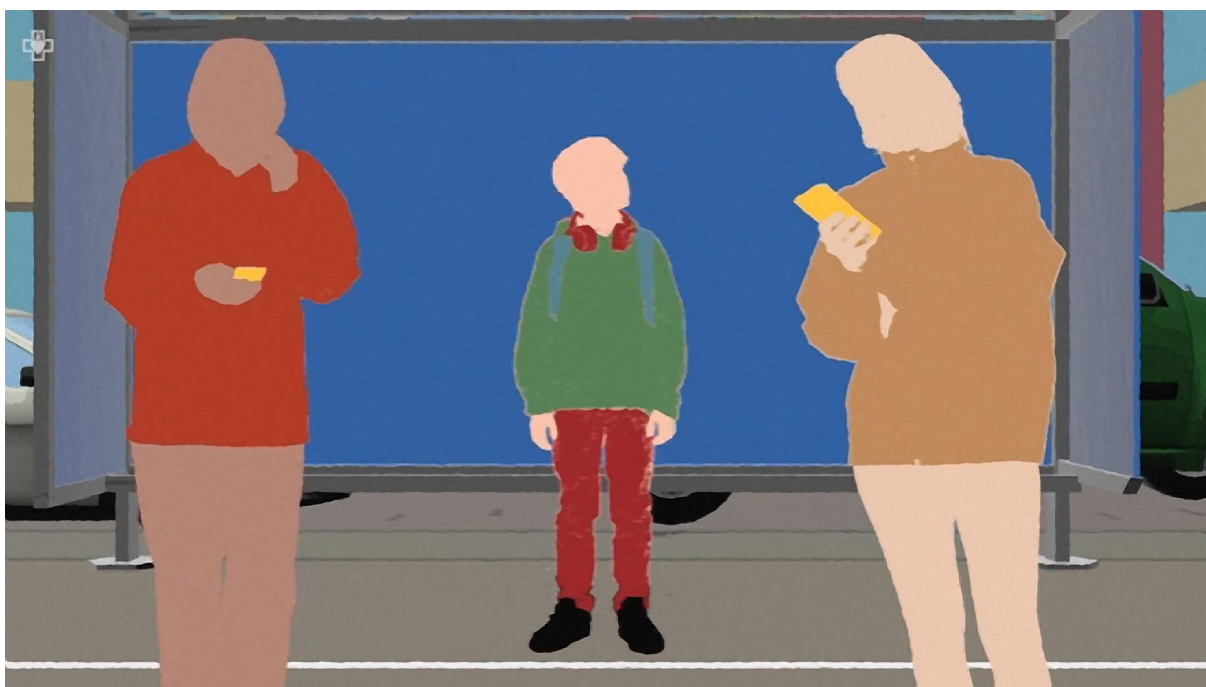
- 5a) Hur beaktar du som vuxen barn i trafiken som rör sig oaktsamt?

Scen 3 Aktiv skolväg och vuxnas exempel.

Enligt motionsrekommendationerna för barn i åldern 7–17 år är det önskvärt att få in minst en timme rask och ansträngande motion alla dagar samt stärka muskler och skelett 3 gånger i veckan. Det uppmanas också till röra sig alltid då man kan och att man kompletterar sina hobbyer med vardagsmotion. Enligt studier kan det påvisas att kompisarnas och föräldrarnas stöd samt exempel var betydande för en mer fysisk aktiv vardag. Fysisk aktivitet främjar inläringen i sin tur.

Det finns platser där en busshållplats ligger alldeles intill cykel- och gångbanan. Det gäller att visa hänsyn till personer som rör sig på cykel- och gångbanan och till de som står vid busshållplatsen.

6. Kim står på busshållplatsen och ser vuxna stå runt honom och använda sina mobiler i trafiken.



Skolklassen/barnet:

- 6a) Hurdant exempel är du för de yngre eleverna eller mindre syskon med tanke på mobilanvändning?
- 6b) Hurdant exempel visas åt dej hemifrån med tanke på aktiv vardag och mobilanvändning?

Hemmet/vuxna:

- 6a) Hurdant exempel på mobilanvändning ger du åt barnen?

7. Han väntar på sin vän Zaina, som stiger av bussen tidigare för att få in mer aktivitet till sin skolväg.

Skolklassen/barnet:

- 7a) Hur aktiv är du under din skolväg?
- 7b) Hur kunde du få in mera rörelse på din skolväg?
- 7c) Hur tar sig dina vårdnadshavare sig till sin arbetsplats?
- 7d) Delar du skolväg med en kompis eller ett syskon?

Hemmet/vuxna:

- 7a) Hur aktiv är du under din arbetsväg, vilket exempel visar du?
- 7b) Hur kunde du få in mera rörelse på din arbetsväg?
- 7c) Hur tar sig barnen i ditt hem till skolan?
- 7d) Kunde du stöda dem i att få in mera rörelse under sin skolväg?

Scen 4 Genvägar och snabb belöning

Hjärnan belönar oss med dopamin varje gång vi hittar ser en ny sida i webbläsaren, varje gång vi klickar oss vidare till något nytt. Dopaminet håller oss alerta och motiverade. Vår hjärna älskar möjligheten till belöning. Därför har vi så svårt att låta mobilen ligga i väskan eller fickan för vi vet att möjligheten till en snabb belöning kan vara bara ett "klick" ifrån. Faktum är att vi i snitt plockar upp telefonen var tionde minut, alla timmar vi är vakna. Vi blir också belönade av uppmärksamhet som vi får av andra människor. *En kompis kan föregå som ett gott exempel genom att inte använda mobilen under skolvägen och bekräftelsen behöver inte hittas via mobilen.*

Skolor ligger ofta i områden med mycket trafik och barn behöver ta ansvar för sin egen trafik-säkerhet på sin skolväg. Det är vår uppgift som vuxna att se till att deras omgivning är så säker som möjligt. Genom att tillsammans med barnen öva på skolvägen och övriga närmiljön kan man komma underfund med var de verkliga problemen och farorna finns. Träna tillsammans på de här platserna och följ upp om en tid hur barnet gör.

8. Kim och Zaina genar över en parkering på sin skolväg. Den vägen är inte så trygg. Dessutom går de tillsammans och stirrar ner i telefonen.



Skolklassen/barnet:

- 8a) Har du genvägar på din skolväg? Vad är för- och nackdelarna med din genväg?
- 8b) Vad gör att man vill kolla på telefonerna tillsammans?
- 8c) Vad kunde du vinna på att hålla telefonen i fickan eller väskan under skolvägen?

Hemmet/vuxna:

- 8a) Vet du vilka forum ditt barn använder på nätet?
- 8b) Uppmuntrar du ditt barn till att föredra en aktiv skolväg tillsammans med någon kompis?
- 8c) Om du kör ditt barn till skolan, var lämnar du av hen?

Hälsningar från våra samarbetsparter

Trafiken är en trygg plats att röra sig på, så länge alla följer de spelregler som finns. Det finns dock alltid de som ibland avviker avvika ifrån dessa spelregler, endera av oaktsamhet eller med avsikt. Därför är det väldigt viktigt att vi är medvetna om vad vi gör och vad som händer i vår omgivning då vi rör oss i trafiken, oberoende om vi är fotgängare eller om vi kör ett fordon. Detta för att vi bättre ska kunna anpassa vår egen verksamhet till det som händer omkring oss, samt bättre förutspå vad andra tänker göra.

Som fotgängare och som cyklist bör man alltid komma ihåg att man är extra utsatt i händelsen av en olycka. Om en bil kör in i en annan bil i en hastighet av 40 km/h, klarar man sig oftast utan allvarigare personskador. Om en bil kör med samma hastighet in i en fotgängare eller cyklist är skadorna med största sannolikhet väldigt allvarliga. Därav borde säkerhetstänket alltid vara i fokus, speciellt då man rör sig till fots eller med cykel.

Markus Ramstedt, kommissarie, Västra Nylands polisinrättning

Att lära sina barn att orientera sig i trafiken är en uppgift vi föräldrar har. Det börjar redan tidigt och blir ofta mera systematiskt då barnet börjar skolan. ”Gå alltid över vid övergångsställe. Stanna, se till vänster, sedan till höger och ännu en gång till vänster, innan du korsar vägen” är något som alla föräldrar upprepar för sitt barn. Med en mobiltelefon i fickan som pockar på barnets uppmärksamhet får den här diskussionen en ytterligare dimension. Ännu ett element som kan leda till att våra barn tappar fokuset i trafiken. Att tala med sina barn om hur man rör sig i trafiken och låter telefonen ligga i väskan eller fickan, är något vi nu också får ta med i diskussionen. Att själv föregå med gott exempel är a och o. Barn minns bättre hur vi gör något än det vi säger.

Micaela Romantschuk, verksamhetsledare, Förbundet Hem och Skola