

## 交通安全の心理的側面 ～ストレスマネジメントと安全管理の共通点～

芝浦工業大学 工学部 共通系

春日 伸予

春日は心身医学の分野でストレスマネジメントの研究を行っているが、ストレスマネジメントは、自分のストレス状態に気づくことからスタートする。すなわち、自分のストレス状態への「気づき」が自己管理への動機付けとなり、加えてストレスに関連する様々な要因への認識を深めることで、予防・軽減のための効果的な自己管理が出来るのである。

同様に、交通安全の自己管理にも「気づき」が重要である。ドライバーは、①自分の心理特性や運転行動特性、②様々な事故パターン、③自分の特性と事故パターンとの関連性、④危険な場面に対する対処方法、に関しての「気づき」や「認識」が必要である。そうした気づきや認識によって危険を自分のものとして感じ取ることが出来、安全への動機付けや効果的な自己管理が可能となる。

また、コンピュータ作業が原因となるストレスのマネジメントには、人間の自己管理内容に同調する支援機能をコンピュータに持たせることが重要である。同様に、ドライバーに対する車の運転支援機能は、運転教育や自己管理内容と同調するものであることが重要である。例えば、ドライバーが危険な運転をしていることや、それを機械の支援によって修正されていることをドライバーに気づかせることなく作動する支援機能は、人間の集中力や認知能力等を退化させることになり、教育が促進していることと相反するものになる。支援機能は、機械としての機能向上だけでなく、人間の能力を退化させることなく支援する「人間中心の運転支援」であることが重要であり、それによって運転教育・自己管理と運転支援の相乗効果が期待できる。

以上のような、ストレスマネジメントと運転管理との共通性をはじめとして、運転教育や運転支援が抱える問題点（リスク補償行為や事故を再発するドライバーの存在）、あるいは工学と人間系分野との横断的研究の留意点等についての考えを述べる。