

# Råd till Dig som ska vara handledare

## Rätt från början

*I all utbildning påpekas att man ska "börja rätt". Ska man lära sig spela golf får man först råd och tips om hur man ska hålla klubban. Ska man lära sig spela ishockey får man först lära sig åka skridskor.*

Ett bra sätt att komma rätt från början i förarutbildningen är att kombinera utbildning i trafikskola med träning hemma. Då kan du som är handledare åka med på lektionerna i trafikskolan och se hur inläringen bör gå till. Sedan kan ni träna hemma och återvända till trafikskolan när det är dags att gå vidare till nästa övning.

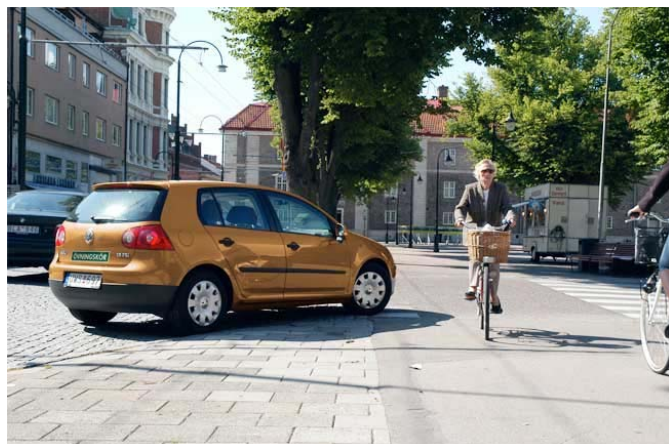


## Är du ett bra föredöme

*Om du ska bli en bra handledare bör du fundera över hur du är som föredöme.*

Många handledare har redan under en lång tid "undervisat" eleven i trafikkunskap. Detta gäller framförallt de som är förälder till eleven. Under alla körningar där eleven varit passagerare har föraren visat "hur man ska köra bil och uppträda som trafikant". Det är en gammal sanning att våra barn inte gör som vi säger, utan som vi gör.

Handen på hjärtat – går du aldrig mot rött ljus? Håller du själv hastighetsgränserna? Stannar du alltid vid stopp? Visar du själv hänsyn i trafiken? Fundera gärna över hur du är som föredöme, om inte annat så för att ha ett ärligt svar om eleven vid något tillfälle protesterar och säger "vadå, du brukar ju själv...".



Det är även bra att du funderar över din inställning till förarutbildningen. En del vuxna signalerar att "körkort, det är väl inte så svårt – jag körde minsann inte mer än några lektioner och det kostade bara några hundralappar...".

Förarutbildningen skiljer sig från annan utbildning genom att en del i mångas ögon ger "högre status" ju kortare utbildning man har fått. En del elever skryter med att de endast kört ett litet antal lektioner och ibland "friserar" man antalet så att de blir färre. Är det länge sedan du själv tog körkort så fundera över hur trafiken förändrats på dessa år och räkna gärna om kostnaden till dagens penningvärde. Vad ingick i din egen körkortsutbildning?

Det är lätt att trycka ner självförtroendet hos en elev genom att indirekt tala om för henne att hon inte uppfyller dina förväntningar. Vi måste precis som i andra sammanhang acceptera att vi lär oss olika fort och att vi endast kan jämföra med oss själva.

Är du nära släkt, till exempel förälder, till din elev bör du även tänka till över handledarrollen. Träningen kan bli en underbart rolig tid, då ni får tid tillsammans i ett givande samarbete. Ibland kan det nära förhållandet dock skapa bekymmer för handledaren, till exempel vet de flesta tonårsföräldrar att de inte alltid uppfattas som självklara auktoriteter. Då finns en risk att det är eleven som styr övningen medan handledaren åker med för att legitimeras körningen. Klargör från början att det är du som ska leda övningarna. Att du räknas som ansvarig förare är ett tungt vägande skäl för att du ska styra träningen.

## Tålmod

*Din elev måste få göra fel – alla är vi barn i början. Övning ger som bekant färdighet och genom att visa tålmod och inte missnöje så hjälper du din elev framåt. Tänk på att du har lång erfarenhet av bilkörning och du har automatiserat en del av det som din elev brottas med under utbildningen.*

Försätt inte eleven och dig själv i för svåra situationer. Att ge sig ut på landsvägar och trafikerade gator med en elev som ännu inte lärt sig hur gas och broms fungerar är stressande för eleven och det kan rentav vara livsfarligt. Låt eleven lära sig att hantera bilen i mycket lugna miljöer.



## Risker

*All bilkörning är förenat med vissa risker, även övningskörning i trafikskola. Trafikläraren har dock redskap för att minska riskerna.*



När ni övar privat sitter en helt oerfaren person bakom ratten och den juridiske föraren, det vill säga du, sitter på passagerarplatsen utan egentlig möjlighet att ingripa. Detta ökar naturligtvis riskerna men du kan i viss mån kompensera det genom att hela tiden "vara med" i körningen – du får aldrig vara en passagerare som bara åker med. Du måste ha minst samma uppmärksamhet och samma handlingsberedskap som när du kör själv. Den handledare som sitter och läser tidningen eller förstrött tittar på naturen utsätter sin elev, sig själv och andra för stora risker.

## Öva aktivt

*Undvik den passiva träning som en del handledare tillåter redan i början – när man ändå ska till stormarknaden, stugan eller släktingarna så får eleven köra.*

Det innebär ofta att eleven får köra under förhållanden som den inte är redo för, till exempel köra på stora landsvägar innan hon kan hantera bilen på ett bra sätt. Förr var det till och med förbjudet att köra mot ett bestämt mål när man mängdtränade privat. Tränar eleven under för svåra förhållanden kan även din situation bli mycket pressad. Tvingas du "köra bil" från passagerarstolen med en nybörjare vid ratten, till exempel under rusningstrafik, så är risken stor att du blir mycket stressad.



## Teori och praktik

*Det första steget mot en säkrare övning är att du och din elev förbereder er väl inför körningen. Har eleven förberett sig genom att läsa teorin som hör ihop med övningen du planerat, får hon ut mycket mer av körningen.*

Träningen blir både effektivare och säkrare och din uppgift som handledare blir mycket lättare om du är förberedd inför varje övning. STR (Sveriges Trafikskolors Riksförbund) kan erbjuda flera olika paket för B-körkort.



Till dessa läroböcker finns arbetshäften som du och din elev har stor nytta av. Där finns arbetsuppgifter och bilder till varje övning, vilket hjälper er att få struktur på träningen. Här finns också tips på vad ni bör ha läst som förberedelse för övningen. Ska du samarbeta med en trafikskola så hör efter vilka böcker de använder.

## Fordonet (utrustning)

*När din elev är 16 år får ni träna med personbil och när eleven är 17 år och 6 månader får ni även träna med en lätt lastbil. Då är det även tillåtet att koppla till en lätt släpvagn.*



Bilen, eller släpet, ska ha en grön skylt med texten ÖVNINGSKÖR, som ska vara väl synlig bakifrån. Den får inte skymma sikten för föraren. Utöver detta finns inga speciella krav på en bil som används för privat övningskörning. Naturligtvis måste bilen uppfylla de krav som alltid gäller för bilar (trafiksäker, besiktigad, skattad och försäkrad).

De bilar som används vid en trafikskola måste däremot ha extra backspeglar och dubbelkommando. Detta för att trafikläraren ska ha en bra uppsikt under körningen och på ett enkelt sätt kunna ingripa när kritiska situationer uppstår. Alla trafiklärare kan vittna om situationer där dubbelkommandot har förhindrat en olycka.

Som privat handledare utan dubbelkommando har du ingen möjlighet att ingripa i körningen på samma sätt. Därför är det viktigt att du får din elev att förstå vikten av att ni har extra säkerhetsmarginaler, till exempel rejäla avstånd till framförvarande fordon. Vi vet att de flesta olyckor i samband med privat övningskörning händer därför att handledaren inte har kunnat ingripa i en kritisk situation.

I de flesta bilar sitter parkeringsbromsen mellan sätena. Saknar bilen dubbelkommando eller någon form av nödbroms är parkeringsbromsen i praktiken din enda möjlighet att ingripa och bromsa när eleven kör. Tänk på att parkeringsbromsen inte är gjord för att bromsa bilen i höga hastigheter och bromssträckan blir mycket längre när du bromsar med parkeringsbromsen än när du bromsar med fotbromsen. I de flesta fall verkar parkeringsbromsen endast på två hjul, oftast bakhjulen och den är inte "kopplad" till ABS-systemet, det vill säga de låsningsfria bromsarna.



Kontrollera parkeringsbromsen på din bil och testa hur det känns när du drar till parkeringsbromsen i olika hastigheter.

Skaffa gärna en extra backspegel så att du kan ha uppsikt bakåt. Det är inte bra om du ställer in en av de ordinarie backspeglarna för din egen sikt – eleven ska tidigt få en rutin på att använda såväl den inre som de båda yttre backspeglarna. Det är även bra att ha en så kallad elevspegel, i vilken du kan se elevens ansikte och därmed kan du kontrollera var hon har sin uppmärksamhet. Extraspeglar av den här typen är enkla att montera och finns att köpa hos de flesta trafikskolor.

Väljer eleven att köra upp som privatist bör ni observera de krav som ställs på bilen vid förarprovet.

## Försäkring

*Övningskörning innebär ju en förhöjd risk och därför kan det vara bra att se över ditt försäkringsskydd.*

Eftersom det i juridisk mening är handledaren som är förare under övningskörningen, så ska försäkringsbolagen inte göra någon skillnad i villkoren mellan när du kör själv och när du är handledare. Trots det bör du se över försäkringsvillkoren innan ni börjar övningsköra. Det kan finnas skillnader vad gäller den så kallade självrisken vid en eventuell olycka och det lär finnas försäkringsbolag som erbjuder en tilläggsförsäkring för dem som tränar privat.

Tänk också på att de flesta biluthyrningsfirmor inte tillåter övningskörning i sina bilar.



STR-an slutna trafikskolor garanterar en förarutbildning som bygger på gedigen kunskap och god pedagogik. Målsättningen är att körkortstagaren inte bara ska klara körkortet utan också bli en säker förare på våra vägar.

En STR-an sluten trafikskola erbjuder personligt anpassad utbildningsplan och prisuppgift på vad körkortet kommer att kosta.

STR har en reklamationsnämnd dit man kan vända sig om utbildningen inte stämmer med den överenskommelse som gjorts med trafikskolan.

En STR-an sluten trafikskola har alltid utbildade trafiklärare och undervisningen genomgår ständig kvalitetskontroll av Transportstyrelsen.

STR tar strid mot alkohol i trafiken – därför har alla övningsbilar (för B-behörighet) alkoholås.

Läs mer om att ta körkort på  
**korkort.nu**

SVERIGES  
TRAFIKSKOLORS  
RIKSFÖRBUND 