



2024-09-03 11:18 CEST

Musikens påverkan när du kör bil

Musik i bilen kan både förbättra och försämra din körning och ditt välbefinnande. För att hjälpa dig få en så säker och njutbar resa som möjligt, har vi på Besikta sammanställt tips och råd inför din nästa tur bakom ratten.

Musik i bilen är en självklar del av vardagen för många bilförare. Oavsett om du pendlar till jobbet, är på en roadtrip, eller bara kör till affären, är det vanligt att lyssna på radion eller en utvald spellista. Men har du någonsin reflekterat över hur musiken faktiskt påverkar din körning och ditt välbefinnande? Hos Besikta vill vi hjälpa dig att göra smarta vägval, både på vägen och musiken du väljer när du kör.

Musikens påverkan på körning

Förbättrar din koncentration och reaktionsförmåga

Studier visar att rätt typ av musik kan förbättra både din koncentration och reaktionsförmåga bakom ratten. Musik som du tycker om kan dessutom hjälpa dig att hålla dig mer alert, särskilt under längre bilresor. Det är dock viktigt att komma ihåg att ta regelbundna pauser för att undvika trötthet.

Musikens betydelse för ditt trafikbeteende

Musik kan ha en stor inverkan på hur du beter dig i trafiken. Snabb och aggressiv musik kan öka risken för att du kör fortare och tar fler risker, medan lugn och avslappnande musik kan hjälpa dig att hålla en jämnare och säkrare körstil.

En brittisk studie visade att olika musikgenrer påverkar förare på olika sätt – exempelvis kan hiphop få en förare att köra aggressivare, medan metal kan leda till högre hastigheter. Till och med klassisk musik, som många tror skulle ha en lugnande effekt, kan göra vissa förare mer oförutsägbara. Valet av musik ligger i dina händer, genom att välja musik som påverkar dig positivt kan du öka säkerheten under resan.

Musik skapar välbefinnande

Stressreducering

Musik har en förmåga att minska stress och göra bilkörningen mer njutbar, särskilt under intensiva trafikförhållanden eller långa resor. En undersökning visade till och med att musik hjälpte unga förare (18-29 år) att hålla sig bättre fokuserade när de körde ensamma.

Förbättra ditt humör

En bra låt kan förvandla en tråkig resa till en positiv upplevelse. Att sjunga med i favoritlåten eller upptäcka ny musik kan höja ditt humör, vilket i sin tur kan förbättra ditt samspel med andra trafikanter och skapa en mer harmonisk körning.

Tre praktiska tips när du kör bil

1 Skapa spellistor för din resa

För att få ut det mesta av din musikupplevelse i bilen, kan det vara smart att skapa specialanpassad spellista. Välj ut de låtar som du gillar och har du passagerare, låt även dem ta fram sina spellistor. Detta gör att du håller dig alert men inte distraherar dig från körningen. Med en härlig blandning av genrer och tempo får du de bästa förutsättningarna för att få en bra bilresa.

2 Använd bilens teknik

Utnyttja den moderna teknik som finns i din bil, som röststyrning eller handsfree-system, för att kontrollera musiken utan att ta blicken från vägen. Många bilstereoanläggningar och smartphones erbjuder säkra sätt att byta låt eller justera volymen under körning.

3 Håll volymen på en säker nivå

Att spela musik för högt kan distrahera dig och göra det svårt att höra viktiga ljud, som sirener från utryckningsfordon eller varningssignaler från andra fordon. Se till att hålla volymen på en nivå som låter dig vara uppmärksam på din omgivning.

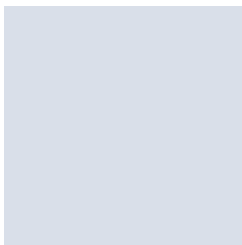
Musik i bilen är oftast positivt

Sammanfattningsvis kan musik i bilen ha både positiva och negativa effekter på din körning och ditt välbefinnande. Genom att vara medveten om dessa effekter och göra medvetna val kring vad och hur du lyssnar, kan du förbättra din körupplevelse och göra resan både säkrare och trevligare. Nästa gång du sätter dig bakom ratten, tänk på vilken musik som kan göra din resa mer njutbar och säker.

Besikta är en av de större bilprovningsaktörerna i Sverige och driver idag 200 besiktningsanläggningar på fler än 160 orter runt om i Sverige. Företagets ca 600 anställda besiktar de flesta typer av fordon, allt ifrån personbil, motorcykel och husvagn till tunga lastbilar, bussar och släp. Besikta är ackrediterat av Swedac för genomförande av den lagstadgade kontrollbesiktningen och registreringsbesiktningen, både för lätta och tunga fordon. Företaget erbjuder även extra säkerhetskontroller genom olika tilläggspaket med utökade kontroller av bl.a. krockskydd, elektronik och däck för ökad säkerhet, hållbarhet och totalkostnad över tid.

Gå in på besikta.se för mer information.

Kontaktpersoner



Magnus Moberg

Presskontakt

Teknisk direktör

magnus.moberg@besikta.se

010-809 00 40



Daniel Hjortström

Presskontakt

VD

daniel.hjortstrom@besikta.se



Karin Holm

Presskontakt

Marknadschef

Karin.holm@besikta.se

010-809 00 60