

## COMUNICATO STAMPA

# "Siamo nati per guidare?" ovvero come funziona il nostro cervello alla guida, tra capacità di attenzione, tempi di reazione e trappole mentali. Esce il libro di Marco Mazzocco

02-12-2020

*I sensi alla guida, il ruolo e le funzioni della vista e dell'occhio umano, la percezione e la distinzione tra ciò che vediamo e ciò che immaginiamo di vedere, i tempi di elaborazione delle informazioni e le trappole mentali. Tutto questo in un libro nato dalla collaborazione tra un trainer di guida efficiente, uno psicologo e mental trainer della Pattuglia Acrobatica Italiana Frece Tricolori e il presidente di AARBA (Association for the Advancement of Radical Behavior Analysis) e di AIAMC (Associazione Italiana di Analisi e Modificazione del Comportamento)*

Vicenza -Secondo i dati Istat, in Italia nel 2019, gli incidenti stradali con feriti sono stati **241.384 e 3.173 sono state le vittime della strada (morte entro 30 giorni dall'evento)**. Quanto incide la componente umana, l'errore o la "distrazione fatale", su questi tragici numeri? Quanto è predisposto il nostro cervello alla guida e quanto modificare i nostri comportamenti al volante potrebbe salvare la nostra vita e quella degli altri?

Dare risposta a quesiti come questi, oltre a quello del titolo, "**Siamo nati per guidare?**", è l'obiettivo di questo libro, che nasce per offrire qualche strumento e nozione in più, per provare a salvare nuove vite sulla strada, grazie al racconto e all'esperienza diretta dell'autore, **Marco Mazzocco**, che del training alla guida efficiente ha fatto la sua ragione di vita e la sua professione, e agli importanti contributi di **Leonardo Milani, psicologo e mental trainer della Pattuglia Acrobatica Italiana, Frece Tricolori**, e di **Fabio Tosolin, presidente di AARBA (Association for the Advancement of Radical Behavior Analysis) e di AIAMC (Associazione Italiana di Analisi e Modificazione del Comportamento)**, le società scientifiche italiane di riferimento per l'analisi del comportamento.

Il mezzo a quattro ruote è una delle più belle invenzioni per l'uomo oltretutto uno "strumento di libertà". Per molti guidare è un piacere e l'auto è divenuta una seconda casa, in cui fare pressoché di tutto: mangiare, lavorare, usare il proprio smartphone... Si sottovaluta però quanto, quella del "guidare", sia una delle attività più complesse da gestire per l'essere umano, a causa del numero infinito di micro-azioni da compiere in sequenza, per arrivare al risultato. Molte di queste azioni, infatti, diventando "automatiche", non vengono percepite come difficili, perché avvengono senza passare dal ragionamento conscio, e questo altera la percezione d'insieme di chi è al volante.

*"Vi sentirete quasi spiati quando leggerete, con dovizia di particolari, la descrizione di certi comportamenti scrive la curatrice, **Giulia Reina, nelle sue note introduttive al libro**, scritto con il linguaggio concreto e pratico, a tratti esilarante, tipico del trainer e caratteristico di*

Marco Mazzocco che, in un dialogo diretto e coinvolgente con il lettore, porta a riflettere sugli errori che vengono commessi al volante e mira a far comprendere i complessi meccanismi della mente umana alla guida.

Tra i temi affrontati dai dieci capitoli che lo compongono: **i sensi alla guida, il ruolo e le funzioni della vista e dell'occhio umano, la percezione e la distinzione tra ciò che vediamo e ciò che immaginiamo di vedere, il processo e i tempi di elaborazione delle informazioni, le trappole mentali in cui possiamo cadere, l'attenzione selettiva e i concetti della Behavior Based Safety.** Il libro mira, infine, anche a spiegare come, con un'adeguata formazione, si può diventare guidatori più consapevoli, attenti e affidabili, allenando il cervello a essere più efficiente alla guida e acquisendo l'approccio e i comportamenti corretti. Lo fa anche attraverso la conclusiva presentazione della realtà di **Efficient Driving, società fondata per erogare formazione di alta qualità in ambito di guida efficiente**, e attraverso la presentazione dei trainer del Team di Efficient Driving che, attraverso le loro storie personali, raccontano la passione e l'impegno dedicati a questi temi.

Finito di stampare nel mese di novembre 2020, il libro di 128 pagine, da domenica 29, è disponibile sul sito <https://www.efficientdriving.it/> nella sua pregiata versione cartacea, arricchita da colorate ed efficaci grafiche e certificata FSC per la stampa su carta 100% riciclata, al costo di €16,90 - in promozione a €10,00 fino al 7 dicembre 2020 - e, in versione e-book, nei maggiori store online a €8,49, su <https://store.streetlib.com/it/marco-mazzocco/siamo-nati-per-guidare> disponibile sia nel formato .mobi per Kindle e .epub per gli altri dispositivi.

#### CREDITS:

**Titolo completo:** *Siamo nati per guidare? Il nostro cervello alla guida, tra capacità di attenzione, tempi di reazione e trappole mentali*

**Autore:** Marco Mazzocco, da sempre impegnato nell'ambito della sicurezza stradale e della formazione alla guida. Nel 2010 ha fondato Efficient Driving, con l'obiettivo di trasmettere know-how sulle tecniche di guida corretta, sicura ed efficiente, con l'utilizzo di metodologie didattiche innovative

**Prefazioni di** **Leonardo Milani**, psicologo e mental trainer della Pattuglia Acrobatica Italiana, Frece Tricolori e **Fabio Tosolin**, presidente della Associazione Italiana di Analisi e Modificazione del Comportamento e di Association for the Advancement of Radical Behavior Analysis

**Curatrice editoriale:** Giulia Reina

**Progetto grafico e di comunicazione:** DiBi Project di Francesca Di Bitonto | graphic designer Giulia Marzotto – [www.dibiproject.com](http://www.dibiproject.com)

**Casa Editrice:** Efficient Driving Publishing

**Prima Edizione:** Novembre 2020 Maggiori info su: [www.efficientdriving.it](http://www.efficientdriving.it)

Per contattare l'autore:

[publishing@efficientdriving.it](mailto:publishing@efficientdriving.it) o [info@efficientdriving.it](mailto:info@efficientdriving.it)

Foto in alta risoluzione [urly.it/391cz](http://urly.it/391cz) Foto per uso digitale [urly.it/391c-](http://urly.it/391c-)