

A. Snabbguide

Börja här:

Innehåll

1. *Fatal Visions Tunnel Vision Lens (TVL)*
2. *Snabbguide*

Fakta

Vid slutet av denna session, kommer alla deltagare att ha upplevt effekten av tunnelseende och de kommer också att kunna beskriva verkan av försämring av periferiseende, som kallas tunnelseende, och dess potentiella konsekvenser.

Förberedelse

1. Välj passande TVL för Fatal Vision-glasögonen.
2. Applicera TVL till Fatal Vision-glasögonen.
3. Lagra TVL linsen på lämpligt pappersark eller lämna dem på skyddsglasögonen.

Sätt säkerheten främst! Använd markeringar för deltagare som bär Fatal Vision och TVL. Håll demonstrationsplatsen fri från alla hinder.

Introduktion

Alkohol påverkar en persons förmåga på många olika sätt. Människor som har konsumerat relativt små mängder alkohol upplever nedsatt periferiseende, och är också mindre benägna att upptäcka och känna igen objekt och signaler utanför det centrala synfältet. Deras omdömesförmåga och koncentration börjar minska. Detta beskrivs som "kognitiv närsynthet". Individen fokuserar endast på självklara tecken och signaler som finns mitt framför ögonen på dem, men missar viktiga tecken i omgivningen. Denna förändring i fokus och omdöme kan beskrivas som tunnelseende eller myopi (närsynthet). Närsynthet, eller myopi, betyder att ögonen fokuserar på bilder direkt framifrån medan bilder som ligger vid sidan och längre bort är suddiga. En person som upplever tunnelseende eller myopi kan fokusera med bestämdhet på ett objekt som ligger framför dem, men de är inte så medvetna om vad som pågår utkanten av synfältet. En bil, en person, eller ett djur kommer inte att fånga deras uppmärksamhet innan det/de har flyttat sig från periferiseendet till fokus i det centrala synfältet, när det kan vara för sent att reagera på ett säkert sätt.

Bilden

Peripheral vision = Periferiseende

Tunnel vision = Tunnelseende

B. TVL Aktiviteter

Fatal Vision och TVL är mest effektiva när deltagarna får bära glasögonen i motsats till att vara passiva observatörer.

1. Demonstrera periferiseende utan försämring

Låt individen blunda med höger öga.

Låt personen sträcka ut armarna ut till sidan.

Sakta sträcka fram armarna framför sig och sedan berätta för dig:

- Vilken hand ser de först?
- Ser de sin högra hand 90 grader från näsan?
- Ser de sin vänstra hand 30 grader från näsan?

2. Repetera denna aktivitet med vänster öga.

3. Be dem att försöka komma ihåg var deras högra och vänstra händer befann sig vid fullt periferiseende.

2. Demonstrera Tunnelseende

1. Be deltagarna att kolla av omgivningen efter alla blåa objekt som finns.*
2. Låt alla som deltar i presentationen få stänga ögonen.
3. Be dem att lista allt som är gult.
4. Hur framgångsrika är de att räkna upp alla gula objekt?
5. Fråga dem varför de presterade så dåligt?
6. Peka på att de kraftigt begränsade sitt fokus baserat på dina instruktioner.
7. Vad skulle ett sådant begränsat fokus ha för slags inverkan på deras förmåga att köra säkert?

* Ändra ämnet för det som för varje session ska identifieras. Det kan vara färger eller andra objekt baserat på vad som finns att tillgå i omgivningarna.

3. Använda TVL tillsammans med Fatal Vision-glasögon

1. Ge deltagarna följande instruktioner:
 - a. Berätta att du kommer att stryka med fingret tvärsöver deras synfält och att de måste titta rakt fram utan att röra på huvudet eller ögonen.
 - b. Säg åt dem att höja sin hand när de kan se ditt finger.
2. Låt studenten sätta på sig ett par Fatal Vision-glasögon med TVL.
3. Repetera steg 1, både a och b.

Diskussion

- Peka på hur deras synfält har avsmalnat.
- Vad skulle hända om de skulle köra med ett sådant begränsat synfält?
- Vilka effekter på deras förmåga att köra säkert skulle detta kunna ha?

4. Ändra körbana

1. Lägg ut två rader av så kallad markeringstejp, varje del ska vara cirka 3 meter lång.
2. Låt en deltagare ställa sig högst upp på höger sida av gångbanan. Detta är förare 1. Låt deltagaren utan TVL positionera sig längst ner på vänster sida om gångbanan. Detta är förare 2.
4. Instruera förare nummer 1 att ropa när denne ser förare nummer 2.

5. Låt förare 2 börja gå uppför dennes körfil.
6. Markera det ställe där förare 2 kunde ses av förare 1.
7. Förare nummer 2 återvänder längst ner i sin fil.
8. Låt förare 1 sätta på sig Fatal Vision-glasögon med TVL.
9. Låt förare 2 börja gå uppför sin körfil.
10. Markera det ställe där förare 2 var synlig denna gång.

Diskussion

- Skulle förare nummer 1 på ett säkert sätt ha bytt körfil med TVL?
- Varför fungerade det inte att kolla över axeln?
- Vad skulle mer ha missats?

Stödande fakta

1. Alkoholkoncentration i blodet anges som alkoholgram per 100 milliliter av blodet.
2. Personer som är påverkade av en låg dos alkohol upplever en nedsättning av periferiseendet.
3. Perifer syn påverkas när alkoholkoncentrationen i blodet når .05 och högre. Vid denna tidpunkt så börjar synfältet att bli suddigt och en persons slutlednings-, omdömes- och koncentrationsförmåga börjar att försämrans.
4. Forskning har visat att en persons ögon börjar rycka från en alkoholkoncentration i blodet på .05 g/100 ml. En person som har tränats ordentligt för att utföra ett HGN-test (Horizontal Gaze Nystagmus test) kan exakt avgöra en persons alkoholkoncentration i blodet, baserat på när deras ögonmuskler inte längre på ett lätt sätt kan följa ett objekt som rör sig i deras synfält. När en tjänsteman (officer) stryker med fingret 30-40 cm från en persons ögon genom deras synfält, börjar ögat att rycka vid den vinkel som beskrivs nedan och som svarar mot alkoholkoncentrationen i blodet.

Alkoholkoncentration i blodet

0.05
0.10
0.15
0.20

Perifer syn

45 grader
40 grader
35 grader
30 grader

5. Ta lyra

1. Genomför en "Walk-the-Line" demonstration.
2. Ställ upp 2-3 personer med mjuka bollar vid 2-3 olika platser i körfältet. Dessa personer bör vara 1,2-1,5 meter från linjen.
3. Instruera dem att turas om att kasta bollen till deltagaren. Instruera deltagaren att:
 - a. Stå vid början av linjen.
 - b. Att titta rakt fram mot slutet av linjen.
 - c. Gå raka vägen till slutet av linjen.

- d. Fånga bollarna.
4. Repetera stegen 1-3, denna gång får deltagaren bära ett par Fatal Vision-glasögon med TVL.

Diskussion

- Hur kände du dig första gången som en boll kom emot dig?
- Be åskådarna att beskriva vad de såg. Hur skulle detta kunna överföras till bilkörning?
- Kände deltagaren igen bollarna i tid så att dessa hann fångas? Kunde personerna fortsätta att gå eller påverkades gången?

Köra SIDNE

1. Genomför en SIDNE-demonstrationskurs.
2. Instruera Sändarmonitoren till att endast köra SIDNE i normalläge för denna övning.
3. Ställ upp 2-3 personer med ”strandbollar” på 2-3 punkter i banan. Instruera dem att turas om att rulla bollarna mot SIDNE.
4. Informera både passagerare och förare att varje boll är en trafikfara: ett barn, ett djur, ett annat fordon eller en cyklist.
5. Låt passageraren, men inte föraren, bära glasögon.
6. Instruera föraren att:
 - * Följa pilarna runt banan.
 - * Att agera med undvikande manöver enbart när passageraren informerar om en trafikfara.
 - * Att vara medvetna om hinder i deras färdväg.
 - * Att undvika faror och risker.
7. Instruera passageraren att:
 - * Titta rakt fram hela tiden.
 - * Informera föraren så snart ett farthinder syns.

Diskussion

- Vilken var tidsskillnaden från det att föraren såg bollen komma mot SIDNE jämfört med när passageraren såg den?
- Hade föraren möjlighet att reagera så snabbt som du trodde vara nödvändigt?
- Be åskådarna att beskriva vad de såg och hur faran tedde sig för dem om de vore faran eller passageraren.