



افتا

جمعية دعم اضطراب  
قضايا الصحة النفسية والذاتية

## القيادة عند مراهقي افتا "التعلم بحذر"

عندما يكبر الطفل ويدخل مرحلة المراهقة ويبدأ في تعلم وممارسة القيادة يبدأ معه نضال الأباء وقلق الأمهات، ولكن مع مراهقي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (افتا) يزداد النضال والقلق في مسألة القيادة ، فقد أثبتت سجلات القيادة الرسمية أن السائقين الذين يعانون من افتا أكثر عرضة للحوادث بأربع مرات مقارنة بالسائقين الآخرين وسبع مرات أكثر تسبباً في الإصطدام . إن قيادة ذوي افتا للسيارات قد تكون مهمه صعبة وخطرة بسبب الأعراض التي يعانون منها من الاندفاعية و تشتت الانتباه مما يؤدي في أغلب الأحيان إلى حدوث حوادث السيارات .

❖ تستطيع كأب أو أم ان تساعد ابنك المراهق في تجاوز مخاطر القيادة باتباع الارشادات التالية :



Created by Richard Slater  
from Noun Project

- اثبت لابنك أن تعلم القيادة مهارة يجب عليه اكتسابها .
- وفر له وقت تدريب كافي قبل وبعد حصوله على رخصة القيادة (من الأفضل أن يكون التدريب قصيراً و مستمرا).
- اسأل طبيب طفلك ما إذا كان هنالك دواعي لاستخدام دواء معين أثناء القيادة ، و اشرح لطفلك أهمية أخذ هذا الدواء أثناء القيادة .
- كن حذراً في اختيار سيارة آمنة لابنك واجعل ملكيتها له.



Created by B Barrett  
from Noun Project



Created by Adriano Gennaro  
from Noun Project



Created by Hadi Davoudpour  
from Noun Project



Created by Victor Mosqueda  
from Noun Project

- امنعه من القيادة في وقت متأخر من الليل .
- حذره من القيادة المتهورة أمام أصدقائه .
- وضح له أهمية ربط حزام الأمان .
- تأكد من إلمامه بقوانين المرور وحركة السير ووضح له أهمية إتباعه لها.