



افتا

جمعية دعم اضطراب  
فرط الحركة و تشتت الانتباه

# افتا والعمل

كمصاب باضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه ( افتا ) أنت تتميز ببعض المميزات التي تختلف عن غيرك منها : صعوبة اتباع التعليمات وتأديتها ، عدم القدرة على التركيز ، النسيان وتشتت انتباههم بسبب المؤثرات المحيطة بك .

هذه المميزات تؤثر على نوعية الأعمال والوظائف التي يمكن لك القيام بها ، من الأفضل الابتعاد عن الأعمال التي تتطلب التركيز والتنظيم واتباع تعليمات معينة لإنجازها . بينما لو اخترت القيام بالأعمال التي تتطلب الحماس ، المهارات ، الإبداع ، الحركة والنشاط ستكون مناسبة أكثر لإمكانياتك .

**هنا سأقوم بذكر بعض الأعمال المناسبة للمصابين بافتا :**

كمصاب بافتا من الممكن ان تكون الأعمال التي يكون فيها تعامل مباشر مع الأطفال كالتدريس مفيدة لك ، هذا العمل يتميز بالمتعة والإبداع واختبار لتحمل وصبرك .



من المناسب لك كمصاب بافتا العمل كصحفي يتسم الصحفي بالابداع والحماس كما يتميز هذا المجال بالاختلاط بالكثير من الناس وكتابة الاخبار أولا بأول مما يحتاج إلى ذاكرة قصيرة .



التعامل مع أناس مختلفين ومع مهام مختلفة تحتاج لإنجازها بوقت قصير وتركيز لفترة بسيطة مميزات جيدة وملائمة لتصبح عمل ومهنة للمصابين بافتا ، كالعامل كخبير تجميل .



الشرطة والإطفاء والإسعاف تسمح هذه المهن للعمل في مواقع مختلفة والتعامل مع مختلف من الحالات في وقت قصير مثل +هذه الأعمال مناسبة للمريض بافتا ومناسبه لصفاته .

