

رانندگی بی خطر برای سالمندان تست- خود ارزیابی

دستور العمل: برای هر یک از ۱۵ سؤال زیر، گزینه ایکه شخصیت شما را به بهترین حالت توصیف می کند انتخاب کنید

هرگز یا تقریباً هیچ وقت



بعضی وقتها



همیشه یا اغلب وقتها



1. هنگام تغییر خط، من چراغ راهنما میزنم و خط بغل را چک می



2. ن کمر بند ایمنی ماشین را میبندم.



3. من تلاش میکنم که از تغییرات در قانون رانندگی در شهرها و بزرگراهها مطلع باش



4. من در تقاطعها بدلیل اینکه باید تمامی جهات را نگاه کنم، احساس نگرانی میکنم



5. رای من انتخاب کردن بهترین خط سرعت هنگام ورود به بزرگراهها ی پر ترد دشوار است



6. فکر می کنم هنگام رانندگی در شرایط خطرناک من نسبت به قبل کند تر واکنش نشان می دهم



INSTRUCTIONS: For each of the following 15 questions, check the symbol of the answer that best describes you.

Always or Almost Always



Sometimes



Never or Almost Never



7. احساس ناراحتی در رانندگی من تاثیر می گذارد .



8. راحتی در هنگام رانندگی حواسم پرت می شود



9. در هنگام رانندگی احساس استرس و اضطراب می کن



10. بطور مداوم و منظم قدرت بینائی خود را چک میکنم



11. من تأثیر داروهایی را که استفاده میکنم, در هنگام رانندگی با پزشکم یا دارو ساز مرتبطه چک میکنم



12. سعی میکنم اطلاعات پزشکی و سلامت خود را به روز نگه دارم .



13. خانواده ام و دوستانم در مورد رانندگی من ابراز نگرانی می کنند



14. آیا در دو سال گذشته برای سرعت بالا و یا ایجاد ترافیک جریمه شده اید?



None

One

More than 2

15. چه تعداد تصادف و یا حادثه در سال گذشته داشته اید?



None

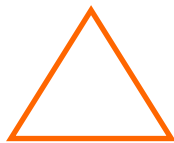
One

More than 2

چگونه نمره خود را محاسبه کنید؟

نمره گذاری

تعداد مربعها و مثلثها را بشمارید و در قسمت مقابل هر کدام یادداشت کنید (علامت دایره شمرده نمی شود)



تعداد این علامت را ضرب در عدد ۲ بکنید = _____



تعداد این علامت را ضرب در عدد ۵ بکنید = _____

تعداد اعداد را با هم جمع کنید = _____

تفسیر نمره ها

هر اندازه که تعداد نمرات شما پایین تر باشد ، رانندگی برای شما امنیت بیشتری دارد.
هر اندازه که تعداد نمرات شما بیشتر باشد ، رانندگی برای شما و دیگران خطرناک تر است.

معنای آنها

نمرات

0 to 15



شما از امنیت در رانندگی مطلع هستی و عادات خوب ر

16 to 34



شما در حال تکمیل کردن اطلاعات بیشتر در مورد

35 and over



روش رانندگی شما برای شما و دیگران خطرناک