

# ĐỐI TÁC VÌ LÁI XE AN TOÀN CHO THANH THIẾU NIÊN

---

Bài thuyết trình Transcript

## TRƯỢT 1

Chào mừng bạn đến với Bài thuyết trình của Đối tác vì Lái xe An toàn cho Thanh thiếu niên!

Chúng tôi rất vui mừng khi bạn đến đây. Sự tham gia và phản hồi của bạn vô cùng quý giá đối với chúng tôi khi chúng ta cùng nhau thúc đẩy thói quen lái xe an toàn cho thanh thiếu niên. Trước khi bắt đầu, chúng tôi mời phụ huynh và người giám hộ hoàn thành một bài kiểm tra ngắn trước bài thuyết trình bằng cách sử dụng mã QR hiển thị trên màn hình. Bài kiểm tra này hoàn toàn tự nguyện và sẽ được tiếp nối bằng một bài đánh giá ngắn và bài kiểm tra sau bài thuyết trình vào cuối buổi.

Phụ huynh: Bạn không chỉ nắm giữ chìa khóa xe. Bạn chính là CHÌA KHÓA cho sự an toàn của con bạn trên đường. Nghiên cứu liên tục cho thấy cha mẹ có ảnh hưởng lớn nhất đến hành vi của thanh thiếu niên khi cầm lái. Bằng cách đặt ra những kỳ vọng rõ ràng và làm gương về việc lái xe an toàn, bạn đặt nền tảng cho những thói quen có trách nhiệm.

Là những chuyên gia giáo dục lái xe, chúng tôi ở đây để hỗ trợ bạn xây dựng nền tảng kiến thức, kỹ năng và công cụ ra quyết định vững chắc cho con bạn. Nhưng chúng tôi không thể làm điều đó một mình.

Phụ huynh: Hãy thiết lập các quy tắc rõ ràng và hình phạt nhất quán để định hướng cho các lựa chọn của con bạn.

Thanh thiếu niên: Hãy tạo dựng niềm tin bằng cách đưa ra những quyết định an toàn và thông minh mỗi khi cầm lái.

Cùng nhau, chúng ta có thể tạo nên một văn hóa an toàn bền vững suốt đời.

## TRƯỢT 2

Trước khi bắt đầu, tôi muốn nhấn mạnh một yêu cầu rất quan trọng: thanh thiếu niên và phụ huynh hoặc người giám hộ phải ngồi cùng nhau trong suốt buổi thuyết trình này. Bài thuyết trình kéo dài 90 phút này được thiết kế theo hướng tương tác và hợp tác. Các bạn sẽ cùng nhau thực hiện một số hoạt động đòi hỏi sự giao tiếp cởi mở và cùng nhau đưa ra quyết định. Sự tham gia chung của các bạn là rất quan trọng để tận dụng tối đa trải nghiệm này và tạo nền tảng cho thói quen lái xe an toàn.

## TRƯỢT 3

Dưới đây là lời nhắn từ một phụ huynh gửi đến một phụ huynh khác. Video: Từ một phụ huynh gửi đến một phụ huynh khác

## TRƯỢT 4

Đối với phụ huynh hoặc người giám hộ nói tiếng Tây Ban Nha, tiếng Ả Rập, tiếng Trung, tiếng Dari, tiếng Ba Tư, tiếng Hàn, tiếng Pashto, tiếng Urdu hoặc tiếng Việt, quý vị có thể theo dõi bài thuyết trình này bằng cách sử dụng mã QR trên TRƯỢT này.

Virginia trao cho phụ huynh một vai trò quan trọng trong việc:

- Dạy thanh thiếu niên lái xe
- Cho phép thanh thiếu niên lấy giấy phép học lái xe
- Tước quyền lái xe cho đến khi họ cảm thấy con mình đã sẵn sàng và/hoặc đủ trưởng thành để lái xe
- Thực thi luật cấp phép lái xe theo cấp độ
- Tước quyền lái xe nếu thanh thiếu niên không có trách nhiệm

Trong bài thuyết trình này, chúng tôi sẽ đề cập đến từng chủ đề sau.

## TRƯỢT 5

Video Thanh thiếu niên lái xe: Cha mẹ: Bạn là chìa khóa

## TRƯỢT 6

Mặc dù việc học cách vận hành xe là điều cần thiết, nhưng chỉ riêng kỹ năng lái xe không thể ngăn ngừa hành vi nguy hiểm. Những hành vi nguy hiểm như phóng nhanh vượt ẩu, lái xe mất tập trung hoặc lái xe khi say rượu bia thường là kết quả của việc ra quyết định kém, chứ không phải do thiếu kỹ năng. Nhiều nghiên cứu đã khẳng định rằng sự tham gia của cha mẹ là một trong những cách hiệu quả nhất để giảm thiểu hành vi nguy hiểm và tai nạn giao thông ở thanh thiếu niên. Sự hướng dẫn, kỳ vọng và sự giám sát thường xuyên của quý vị sẽ tạo nên sự khác biệt thực sự. Chúng tôi hy vọng bài thuyết trình tối nay sẽ truyền cảm hứng: Những cuộc trò chuyện cởi mở và liên tục với con bạn về các lựa chọn an toàn, chủ động theo dõi thói quen lái xe của con và hướng dẫn liên tục khi con tích lũy kinh nghiệm lái xe.

Cùng nhau, chúng ta có thể giúp thanh thiếu niên không chỉ học lái xe mà còn học lái xe an toàn và có trách nhiệm.

## TRƯỢT 7

Hãy cùng thảo luận về những rủi ro khi lái xe ở thanh thiếu niên và bộ não của thanh thiếu niên.

## TRUỢT 8

Lái xe an toàn nghĩa là gì? Lái xe an toàn có phải là kỹ năng? Quyết định tốt? Hồ sơ lái xe sạch? Câu trả lời tùy thuộc vào người bạn hỏi.

Phụ huynh thường định nghĩa một người lái xe tốt là người lái xe an toàn - người duy trì khoảng cách an toàn với xe phía trước, tuân thủ giới hạn tốc độ và lái xe với sự chín chắn và trách nhiệm.

Mặt khác, thanh thiếu niên có thể định nghĩa lái xe tốt theo cách khác. Ví dụ, một số người có thể tin rằng họ là người lái xe tốt nếu họ có thể vào cua gấp ở tốc độ cao mà không bị tai nạn. Nhận thức này bị ảnh hưởng bởi sự phát triển của não bộ: phần não bộ chịu trách nhiệm nhận thức về rủi ro và hậu quả lâu dài của thanh thiếu niên vẫn chưa phát triển đầy đủ. Do đó, thanh thiếu niên có thể đánh giá thấp nguy hiểm hoặc đánh giá quá cao khả năng lái xe của mình.

## TRUỢT 9

Tai nạn xe cơ giới có thể xảy ra với bất kỳ ai - ngay cả những thanh thiếu niên "giỏi" cũng gặp tai nạn. Đó là bởi vì TẤT CẢ những người mới lái xe đều thiếu kinh nghiệm và dễ gặp tai nạn hơn.

Trong suốt bài thuyết trình này, chúng tôi sẽ đề cập chi tiết hơn đến những rủi ro khi lái xe ở thanh thiếu niên.

## TRUỢT 10

- Thanh thiếu niên xử lý việc lái xe ban đêm như thế nào? Thanh thiếu niên rất ít khi được tiếp xúc với việc lái xe ban đêm cùng cha mẹ, và họ cũng thường xuyên bị thiếu ngủ.
- Loại xe ảnh hưởng đến hành vi lái xe của thanh thiếu niên như thế nào? Nếu bạn định tặng cho con mình một chiếc xe thể thao màu đỏ bóng loáng, thì đó có thể không phải là lựa chọn tốt nhất cho con bạn. Con bạn ít có khả năng đưa xe trong xe gia đình hơn.
- Não bộ của thanh thiếu niên xử lý việc thiếu sự hướng dẫn của cha mẹ như thế nào? Khoa học đã chứng minh rất rõ ràng: cha mẹ rất quan trọng, và việc nuôi dạy con tốt có thể làm giảm đáng kể các vụ tai nạn ở thanh thiếu niên và ngăn ngừa thảm kịch.
- Một bộ não chưa trưởng thành xử lý rượu, cần sa và các loại ma túy khác như thế nào? Não bộ của thanh thiếu niên gặp khó khăn trong việc hiểu được hậu quả và rủi ro. Thật không may, thanh thiếu niên có thể không suy nghĩ kỹ về việc lái xe khi bị ảnh hưởng bởi chất kích thích.

## TRUỢT 11

Hãy giơ tay nếu bạn tin rằng câu nói này là đúng: não bộ không trưởng thành cho đến khoảng 25 tuổi.

## TRƯỢT 12

Đúng vậy - não bộ của thanh thiếu niên chỉ phát triển khoảng 80%. Thùy trán, nơi kiểm soát khả năng lý luận, phán đoán và ra quyết định, là phần não cuối cùng phát triển - thường là vào khoảng 25 tuổi.

Thanh thiếu niên có đầu óc nhạy bén, nhưng họ vẫn đang học cách quản lý rủi ro. Não bộ của họ có xu hướng: Đánh giá thấp nguy hiểm và tìm kiếm những trải nghiệm mạnh mẽ, hồi hộp.

Đó là lý do tại sao thanh thiếu niên có thể phóng nhanh vượt ẩu, bám đuôi xe khác, sử dụng điện thoại khi lái xe, hoặc lái xe khi mệt mỏi hoặc không tỉnh táo.

Cho đến khi não bộ của các em phát triển đầy đủ, cha mẹ phải đóng vai trò như "thùy trán" của con mình - hướng dẫn các em đến những lựa chọn an toàn hơn khi cầm lái.

## TRƯỢT 13

Xe hơi không gây tai nạn; chính con người mới là nguyên nhân gây tai nạn. Người lái xe, đặc biệt là tài xế trẻ, vẫn là một mắt xích yếu trong an toàn giao thông. Điều thú vị cần lưu ý là dữ liệu tai nạn cho thấy thanh thiếu niên lớn tuổi hơn, có nhiều thời gian lái xe hơn, lại gặp nhiều tai nạn hơn. Tỷ lệ tai nạn cao hơn ở thanh thiếu niên lớn tuổi được cho là do họ có nhiều đặc quyền lái xe hơn, ít bị hạn chế hơn và ít được cha mẹ giám sát hơn. Tỷ lệ tai nạn cao hơn này đã thúc đẩy Đại hội đồng sửa đổi các hạn chế về hành khách vị thành niên đối với thanh thiếu niên lớn tuổi.

## TRƯỢT 14

Hầu hết các vụ tai nạn ở tuổi vị thành niên không phải do kỹ năng lái xe kém mà là do thiếu kinh nghiệm và thái độ liều lĩnh. Ngay cả những thanh thiếu niên có kỹ năng lái xe tốt nhưng lại liều lĩnh không cần thiết cũng dễ gặp tai nạn hơn.

Theo CDC: Thanh thiếu niên thường đánh giá thấp các tình huống nguy hiểm hơn người lớn. Họ cũng dễ mắc phải những sai lầm nghiêm trọng trong việc đưa ra quyết định, dẫn đến tai nạn nghiêm trọng hơn.

Tin tốt là gì? Thái độ có thể thay đổi. Theo thời gian, kinh nghiệm và sự hướng dẫn - đặc biệt là từ cha mẹ - thanh thiếu niên có thể hình thành thói quen lái xe an toàn hơn. Cha mẹ đóng vai trò quan trọng nhất trong việc định hình tư duy của con mình khi ngồi sau tay lái.

## TRƯỢT 15

Video: Không cha mẹ nào muốn nghe tiếng gõ cửa này.

## TRƯỢT 16

Thông thường, sự thay đổi chỉ đến sau khi một điều gì đó khủng khiếp đã xảy ra - một vụ tai nạn, một chấn thương, hoặc tệ hơn. Nhưng mục tiêu của giáo dục lái xe là phòng ngừa. Chúng tôi muốn thanh thiếu niên và các gia đình đưa ra những lựa chọn thông minh và an toàn trước khi thảm kịch xảy ra. Cho dù đó là thắt dây an toàn, tránh bị phân tâm, hay nói không với việc chạy quá tốc độ, những quyết định này đều quan trọng mỗi khi bạn cầm lái. Đừng chờ đợi một lời cảnh tỉnh. Hãy chủ động, có chủ đích và cam kết đảm bảo an toàn; bắt đầu ngay từ bây giờ.

## TRƯỢT 17

Bạn Là Hình Mẫu Nào Khi Lái Xe?

Thanh thiếu niên luôn quan sát và học hỏi từ tấm gương của bạn.

Một nghiên cứu của Liberty Mutual và SADD cho thấy nhiều phụ huynh vô tình bắt chước các hành vi lái xe không an toàn, chẳng hạn như nhắn tin khi lái xe. Thực tế: 41% thanh thiếu niên cho biết cha mẹ họ vẫn tiếp tục các hành vi nguy hiểm ngay cả khi đã được yêu cầu dừng lại. 28% cho biết cha mẹ họ biện minh cho những hành động đó.

Là một "người lái xe có kinh nghiệm" không phải là lý do để bào chữa cho những thói quen xấu. Lựa chọn của bạn định hình nhận thức của con bạn về những gì được chấp nhận trên đường. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng cha mẹ làm gương về việc uống rượu bia và lái xe, hoặc thể hiện sự dễ dãi với rượu bia có thể ảnh hưởng đến hành vi tương lai của con họ, đặc biệt là khi chúng chuyển sang đại học hoặc trưởng thành. Tóm lại: Luôn luôn làm gương về việc lái xe an toàn và có trách nhiệm. Hành động của bạn có ý nghĩa hơn lời nói.

## TRƯỢT 18

Phụ huynh: Để giữ an toàn cho con, hãy chủ động và thể hiện rõ ràng rằng bạn là người chịu trách nhiệm. Sự an toàn của con phụ thuộc vào sự hướng dẫn và giới hạn của bạn.

Thanh thiếu niên: Niềm tin không tự nhiên mà có. Nó được xây dựng thông qua những lựa chọn có trách nhiệm và hành vi nhất quán. Và một khi đã có được, nó có thể được duy trì thông qua những quyết định đúng đắn liên tục.

## TRƯỢT 19

Bây giờ chúng ta hãy nói về việc xin Giấy phép học lái xe và dạy con bạn lái xe.

## TRƯỢT 20

Để đủ điều kiện xin giấy phép học lái xe tại Virginia, thanh thiếu niên phải: ít nhất 15 tuổi 6 tháng, có sự cho phép của cha mẹ hoặc người giám hộ; cung cấp bằng chứng về danh tính, nơi cư trú và tình trạng pháp lý (là công dân Hoa Kỳ hoặc được phép cư trú hợp pháp tại Hoa Kỳ); vượt qua hai bài kiểm tra tại DMV: bài kiểm tra biển báo giao thông với điểm số 100% và bài kiểm tra kiến thức chung với điểm số ít nhất 80%.

Để tìm Trung tâm Dịch vụ Khách hàng DMV gần nhất và kiểm tra giờ hoạt động, hãy truy cập: [dmv.virginia.gov](http://dmv.virginia.gov)

Hầu hết các công ty bảo hiểm không yêu cầu thanh thiếu niên có giấy phép học lái xe phải được thêm ngay vào hợp đồng bảo hiểm ô tô của gia đình, nhưng tốt nhất bạn nên kiểm tra với nhà cung cấp của mình để xác nhận.

## TRƯỢT 21

Bạn có biết? Gần một nửa số thanh thiếu niên không đậu bài kiểm tra Giấy phép lái xe tập sự ngay lần đầu tiên

Nếu trượt bài kiểm tra, các em phải đợi 15 ngày trước khi thi lại và đóng lệ phí thi lại. Nếu con em của bạn không đậu bài kiểm tra Giấy phép lái xe tập sự của Virginia sau ba lần thi, các em sẽ cần hoàn thành khóa đào tạo bổ sung trước khi có thể thi lại. Cụ thể, các em phải cung cấp cho DMV bằng chứng đã hoàn thành một trong những điều sau:

- Khóa học giáo dục lái xe tại lớp học (36 buổi), hoặc
- Khóa học Sổ tay Lái xe 8 giờ, dựa trên Sổ tay Lái xe của Virginia và có sẵn trực tuyến hoặc trực tiếp thông qua một trường dạy lái xe được DMV cấp phép.

Yêu cầu này phải được đáp ứng sau lần thi trượt thứ ba và trước khi các em có thể thi lại lần thứ tư.

Để tránh chậm trễ, khuyến nghị thanh thiếu niên nên thi giấy phép lái xe tập sự trước khi hoàn thành khóa học giáo dục lái xe tại lớp học. Bằng cách đó, nếu trượt ba lần, việc hoàn thành khóa học trên lớp sau đó sẽ đáp ứng yêu cầu của DMV và cho phép các em thi lại.

Hãy khuyến khích con bạn học tập kỹ lưỡng và cố gắng đậu ngay lần thi đầu tiên. Điều này sẽ tiết kiệm thời gian và giúp quá trình diễn ra suôn sẻ!

## TRƯỢT 22

Vậy là giờ đây, con bạn đã có giấy phép học lái và sẵn sàng cầm lái. Còn các bậc phụ huynh: Quý vị đã sẵn sàng chưa? Quý vị cần chứng nhận con mình đã lái xe ít nhất 45 giờ, trong đó 15 giờ là sau khi mặt trời lặn, trước khi con bạn có thể lấy bằng lái. Việc tập lái xe không chỉ đơn thuần là tích lũy thời gian để đáp ứng các yêu cầu của luật pháp. Việc tập lái xe nên bao gồm các buổi thực hành có kế hoạch, có hướng dẫn và ý nghĩa, bao gồm tất cả các kỹ năng và môi trường lái xe. Thanh thiếu niên không dễ dàng thích nghi với các tình huống lái xe mới. Các em cần một người hướng dẫn phụ huynh theo sát các bài học trong hướng dẫn 45 giờ, để người lái mới học cách điều khiển xe an toàn trên những địa hình mới và thực hành các kỹ năng lái xe ĐÚNG CÁCH.

## TRƯỢT 23

Hầu hết các bậc phụ huynh không phải là giáo viên dạy lái xe được đào tạo bài bản—nhưng với những công cụ phù hợp, họ có thể trở thành những người hướng dẫn xuất sắc. Cẩm nang Lái xe 45 giờ dành cho Phụ huynh/Thanh thiếu niên được thiết kế để giúp các bậc phụ huynh hướng dẫn con mình một cách an toàn và hiệu quả qua nhiều trải nghiệm lái xe khác nhau, từ những tình huống cơ bản đến phức tạp hơn.

Cẩm nang này cung cấp: Các bài học tuần tự, xây dựng kỹ năng, chuyển từ môi trường rủi ro thấp sang rủi ro cao—bắt đầu từ bãi đậu xe và tiến dần qua các đường phố trong khu phố, giao thông thưa thớt, đường nông thôn, đường cao tốc, và cuối cùng là lái xe trong thành phố. Mục tiêu học tập rõ ràng cho từng giai đoạn phát triển kỹ năng lái xe. Các chiến lược và mẹo huấn luyện giúp phụ huynh xác định và sửa lỗi lái xe, đồng thời xây dựng sự tự tin cho con mình khi cầm lái.

Phụ huynh được khuyến khích sử dụng cẩm nang này để lên kế hoạch cho các buổi thực hành thường xuyên trong suốt thời gian 9 tháng học lái xe tập sự, nhằm vượt qua yêu cầu 45 giờ lái xe có giám sát. Mỗi bài học đều bao gồm thời gian ước tính để thành thạo kỹ năng, nhưng hãy nhớ rằng—mỗi thanh thiếu niên học theo tốc độ riêng của mình. Hãy dành nhiều thời gian nhất có thể trước khi chuyển sang bài học tiếp theo. Bạn cũng sẽ được yêu cầu đánh giá định kỳ sự tiến bộ của con mình bằng cách đánh dấu từng kỹ năng: S (Đạt yêu cầu), hoặc NP (Cần thực hành).

Hãy nhớ ghi lại thời gian thực hành của bạn vào nhật ký lái xe 45 giờ ở cuối sách hướng dẫn. Tốt nhất là cập nhật nhật ký sau mỗi buổi học để lưu giữ hồ sơ chính xác. Bây giờ, hãy cùng khám phá một số điều quan trọng bạn sẽ giúp con mình học hỏi để trở thành một người lái xe an toàn và có trách nhiệm.

## TRƯỢT 24

Trước tiên, hãy lên kế hoạch để đây là khoảng thời gian vui vẻ bên nhau. Đây là một cơ hội “gắn kết” tuyệt vời. Hãy tập trung vào việc lái xe và để lại những vấn đề gia đình ở nhà. Nhưng đừng đợi đến khi gặp trường hợp khẩn cấp mới học cách điều khiển xe từ ghế phụ. Trong bãi đậu xe với con bạn ngồi ghế lái, hãy luyện tập lái và điều khiển xe bằng tay trái từ ghế phụ.

## TRƯỢT 25

Bạn cũng có thể kiểm soát tốc độ của xe từ ghế hành khách. Nếu xe của bạn có phanh đỗ giữa các ghế, hãy tập dừng xe bằng cách nhấn nút nhả phanh và kéo phanh đỗ.

Nếu học viên hoảng loạn và tăng tốc quá nhanh, hãy tập chuyển số từ chế độ Lái sang Số Không từ ghế hành khách.

## TRƯỢT 26

Hãy nói chuyện trước với con bạn về cách bạn dự định giao tiếp trong các buổi thực hành. Hãy khuyến khích con bình luận về việc lái xe! Đây là công cụ hữu ích nhất để kiểm tra cách con bạn xử lý môi trường lái xe. Hãy yêu cầu con bạn "đọc to hình ảnh giao thông" và mô tả bất cứ điều gì có thể ảnh hưởng đến lộ trình di chuyển của bạn. Ví dụ, khi con bạn thay đổi tốc độ, con có thể nói: "đèn đỏ, kiểm tra gương, nhả chân ga và bắt đầu phanh". Thực ra, bạn sẽ nghe thấy "kiểm tra gương và nhả chân ga" rất nhiều!

Hãy nhấn mạnh rằng đèn xanh có nghĩa là phải quan sát giao lộ trước khi đi tiếp và chú ý đến những tài xế vượt đèn đỏ.

Khuyến khích con bạn lập kế hoạch lộ trình trước khi lái xe để dự đoán những thách thức tiềm ẩn, chẳng hạn như giao lộ đông đúc, rẽ khó, nhập làn và các tình huống tắc nghẽn giao thông khác.

Khuyến khích con bạn lập kế hoạch lộ trình để tránh rẽ trái khó khăn.

Có rất nhiều điều cần học trong mỗi bài học trong hướng dẫn 45 giờ, vì vậy hãy dành đủ thời gian để con bạn đạt được sự thành thạo ở mỗi cấp độ trước khi chuyển sang bài học tiếp theo. Nếu có thể, hãy cố gắng lồng ghép nội dung lái xe ban đêm vào từng phần hướng dẫn.

## TRƯỢT 27

Phụ huynh: Quý vị nên quan sát giao thông phía sau xe bằng cách điều chỉnh gương chiếu hậu bên phụ hoặc sử dụng gương trên tấm chắn nắng làm gương chiếu hậu.

Kiểm tra gương chiếu hậu, khoảng trống hai bên và phía trước xe trước khi chỉ đường.

Hãy hướng dẫn một cách đơn giản và ngắn gọn. Trước tiên, hãy chỉ đường, sau đó nêu rõ hành động cần thực hiện (ví dụ: "Tại ngã tư tiếp theo, rẽ phải"). Trong khi con bạn đang thực hiện một động tác, quý vị nên phản hồi chính xác và ngay lập tức. Nếu con mắc lỗi, hãy lập lại động tác và hướng dẫn con từng bước một, sau đó tạo cơ hội cho con thực hành thêm mà không cần bất kỳ sự trợ giúp nào. Quý vị có thể giải thích yếu tố quan trọng của việc rẽ phải không? Nếu không, quý vị có thể xem lại các yếu tố quan trọng này trong hướng dẫn dành cho phụ huynh/thanh thiếu niên 45 giờ.

## TRƯỢT 28

Hãy nói chuyện với con bạn về những việc con nên làm trước khi khởi động xe. Hãy bắt đầu với dây an toàn và một bài kiểm tra nhanh.

Vui lòng giơ tay nếu bạn nghĩ câu này đúng: Luật pháp Virginia yêu cầu tất cả người ngồi trên xe cơ giới phải thắt dây an toàn, bất kể họ ngồi ở vị trí nào trong xe.

## TRƯỢT 29

Điều này là đúng! Luật pháp Virginia yêu cầu tất cả người ngồi trên xe cơ giới phải thắt dây an toàn, bất kể họ ngồi ở vị trí nào trong xe. Trẻ em dưới 8 tuổi phải được thắt dây an toàn đúng cách trên ghế an toàn dành cho trẻ em, và ghế trẻ em hướng về phía sau vẫn phải được đặt ở hàng ghế sau của xe.

Thắt dây an toàn là cách đơn giản và hiệu quả nhất để ngăn ngừa thương tích và tử vong do tai nạn xe hơi!

## TRƯỢT 30

Video Thắt Dây An Toàn (30 giây)  
Đôi khi bạn phải tỏ ra khó chịu!

## TRƯỢT 31

Thật không may, tài xế và hành khách tuổi teen ít sử dụng dây an toàn hơn bất kỳ nhóm tuổi nào khác — và lựa chọn đó có thể gây ra hậu quả tàn khốc.

Dây an toàn là tuyến phòng thủ đầu tiên của bạn trong trường hợp va chạm. Chúng giữ bạn ở bên trong xe, ngăn bạn va vào bảng điều khiển, cửa sổ hoặc các hành khách khác và giảm nguy cơ chấn thương nghiêm trọng hoặc tử vong khoảng 50%.

## TRƯỢT 32

Cha mẹ đóng vai trò quan trọng trong việc quyết định con cái có thắt dây an toàn hay không. Cha mẹ không chỉ nên làm gương cho con về việc thắt dây an toàn mà còn nên thực hiện nghiêm ngặt quy định thắt dây an toàn cho cả gia đình và tuyệt đối không khoan nhượng với hành vi không sử dụng. Việc thắt dây an toàn sẽ trở thành thói quen sau một thời gian ngắn, và việc thắt dây an toàn là một thói quen rất tốt!

## TRƯỢT 33

Video 49 giây  
Đừng như dưa lưới. Thắt dây an toàn vào!

## TRƯỢT 34

Một điều khác bạn nên xem xét lại với con mình TRƯỚC KHI con khởi động xe là việc điều chỉnh gương. Hiện nay, chế độ gương loại bỏ điểm mù (BGE) được khuyến nghị. Chế độ BGE giúp giảm vùng mù xung quanh xe và độ chói của đèn pha từ các xe phía sau. Khi sử dụng chế độ BGE, bạn sẽ nhìn rõ hơn làn đường bên cạnh xe chứ không phải bên hông xe. Điều này cho phép bạn quan sát các phương tiện ở làn đường bên cạnh.

## TRƯỢT 35

Video – Điều chỉnh gương đúng cách (2:15)

Nếu bạn sử dụng chế độ gương BGE, bạn có cần phải “kiểm tra đầu” không? Có, bạn cần kiểm tra nhanh qua vai ở khu vực ngay ngoài tầm nhìn ngoại vi.

## TRƯỢT 36

Sau khi bạn và con đã thắt dây an toàn và điều chỉnh gương, bạn đã sẵn sàng lái xe. Chúng ta hãy cùng tìm hiểu thêm một số thông tin về lái xe.

Vui lòng giơ tay nếu bạn tin rằng tuyên bố này là đúng.

Vị trí an toàn nhất để đặt tay lên vô lăng trong hầu hết các tình huống lái xe là 10 giờ và 2 giờ.

## TRƯỢT 37

Sai! Đặt tay lên nửa dưới của vô lăng ở vị trí 8 và 4 là vị trí tay an toàn nhất trong hầu hết các tình huống lái xe.

## TRƯỢT 38

Hãy cùng tìm hiểu về cách giữ an toàn khi lái xe—bắt đầu từ tư thế ngồi và cách bạn cầm vô lăng.

Đầu tiên, hãy luôn thắt dây an toàn—không có ngoại lệ. Và hãy đảm bảo bạn ngồi cách túi khí ít nhất 25 cm. Khoảng cách này giúp giảm nguy cơ chấn thương nếu túi khí bung ra.

Nếu vô lăng của bạn có thể điều chỉnh được, hãy nghiêng nó sao cho túi khí hướng vào ngực bạn chứ không phải mặt bạn. Sự điều chỉnh nhỏ này có thể tạo ra sự khác biệt lớn trong trường hợp va chạm.

Bây giờ, hãy nói về cách đặt tay. Nhiều người trong chúng ta được dạy là giữ vô lăng ở vị trí 25 và 30 cm, nhưng các chuyên gia an toàn ngày nay khuyến nghị nên giữ ở vị trí 25 và 30 cm. Tại sao? Việc đặt tay ở vị trí 25 và 30 cm cũng giúp đưa tay ra khỏi đường đi của túi khí, giảm chấn thương ở tay, cánh tay và mặt nếu túi khí bung ra. Giữ vô lăng ở vị trí thấp nhất cũng giúp giảm xu hướng di chuyển vô lăng quá nhiều, điều này có thể dẫn đến mất kiểm soát hoặc lao ra khỏi đường.

Chúng ta hãy cùng thử nhé.

Mọi người, hãy ngồi thẳng lưng và đặt tay ở vị trí 10 giờ và 2 giờ trên đỉnh vô lăng tưởng tượng của bạn. Giữ nguyên tư thế đó một lúc. Bây giờ, hãy gật đầu nếu bạn cảm thấy vai hoặc cánh tay bắt đầu căng cứng. Bây giờ, hãy hạ tay xuống vị trí 8 giờ và 4 giờ. Bạn có cảm thấy sự khác biệt không? Tư thế này giúp bạn thư giãn hơn, giảm mỏi cơ và kiểm soát tốt hơn.

Những điều chỉnh nhỏ này: cách bạn ngồi, vị trí bạn đặt tay có thể tạo ra tác động lớn đến sự an toàn của bạn.

## TRƯỢT 39

Video – Vị trí đặt tay trên vô lăng (2:28)

Video cho thấy lý do tại sao vị trí đặt tay số 8 và số 4 là vị trí đặt tay an toàn và hiệu quả nhất trong hầu hết các tình huống lái xe.

## TRƯỢT 40

Việc chạy ra khỏi đường rất nguy hiểm, đặc biệt là đối với những người mới lái xe. Hãy dành chút thời gian để thảo luận với con bạn ba lý do khiến tài xế chạy ra khỏi đường.

- Hầu hết các vụ tai nạn chạy ra khỏi đường là do lỗi của tài xế. Những lý do này bao gồm: "Bù trừ quá mức" (không sử dụng vị trí tay số 8 và số 4), "kiểm soát hướng đi kém" (không nhìn về hướng bạn muốn xe đi), "lái xe quá nhanh khi vào cua" (quán tính sẽ kéo xe đi thẳng), "quá nhanh so với điều kiện đường xá" (thời tiết xấu), "né tránh không đúng cách" (động vật hoặc các chướng ngại vật khác trên đường di chuyển), "phân tâm" (trong và ngoài), và lái xe trong khi buồn ngủ.
- Dải giảm xóc sẽ cảnh báo tài xế khi họ chạy ra khỏi đường. Hãy tập lái xe trên dải giảm xóc để "giảm nhạy cảm" cho con bạn, giúp con bạn vượt qua sự hoảng loạn và/hoặc phản ứng thái quá.
- Với sự luyện tập, việc phục hồi an toàn trên đường địa hình không phải là một kỹ năng khó học.

## TRƯỢT 41

Video sửa lỗi quá mức (2:43)

## TRƯỢT 42

Xe của bạn được điều khiển bởi bốn mảng lốp nhỏ tiếp xúc với mặt đường. Thuật ngữ "lực kéo" nói chung ám chỉ khả năng duy trì ma sát bám dính giữa xe (cụ thể là lốp xe) và mặt đường. Khả năng kiểm soát và hiệu suất của xe bị ảnh hưởng bởi lực kéo giữa các mảng lốp và mặt đường. Nếu không có lực kéo, bạn sẽ không thể kiểm soát được.

## TRƯỢT 43

Mặt đường: Yếu tố quan trọng nhất ảnh hưởng đến khả năng trượt bánh xe là tình trạng của mặt đường. Là nhựa đường hay bê tông? Nhám hay nhẵn? Hãy nghĩ đến giấy nhám. Nó có nhiều mức độ nhám khác nhau. Giấy nhám càng nhám thì ma sát với bề mặt được chà nhám càng lớn. Điều kiện đường xá: Điều này không giống với mặt đường. Các điều kiện đường xá khác nhau tạo ra các khả năng ma sát khác nhau cho lốp xe. Một con đường gồ ghề khi trời mưa sẽ kém bám đường hơn so với cùng một con đường cao tốc khô ráo; tương tự như vậy, mặt đường phủ tuyết sẽ càng ít khả năng ma sát với lốp xe.

Tốc độ và hướng của xe: Bạn càng đi nhanh, xe càng phải tiêu hao nhiều năng lượng trước khi dừng lại. Và nếu đường hướng về phía đông trong khi xe của bạn hướng về phía bắc, bạn sẽ gặp vấn đề.

## TRƯỢT 44

Quý phụ huynh, nếu không muốn con mình gặp tai nạn, hãy dạy con cách kiểm soát khoảng cách - đặc biệt là khoảng cách phía trước xe. Đây là khoảng cách dễ dàng và quan trọng nhất mà người lái xe có thể kiểm soát. Nếu có đủ khoảng cách giữa xe của mình và xe phía trước, bạn có thể phanh hoặc đánh lái để tránh va chạm.

Biểu đồ cung cấp khoảng cách khuyến nghị tính bằng giây trên bề mặt khô ráo cho các tốc độ khác nhau.

## TRƯỢT 45

Bây giờ chúng ta hãy nói về việc xin Giấy phép lái xe và các Yêu cầu cấp phép lái xe theo từng cấp độ của Virginia.

## TRƯỢT 46

Để có được giấy phép lái xe tại Virginia cho bất kỳ ai dưới 18 tuổi, học viên của bạn phải: ít nhất 16 tuổi 3 tháng; thực hành lái xe với giấy phép học lái ít nhất 9 tháng; hoàn thành 45 giờ thực hành có hướng dẫn với phụ huynh hoặc người giám hộ; và hoàn thành thành công chương trình đào tạo lái xe tại lớp học và thực hành lái xe (trên xe) được tiểu bang phê duyệt.

Lưu ý: Trước đây, người nộp đơn xin Thẻ Đặc quyền Lái xe (DPC) có thể sử dụng bài kiểm tra kỹ năng lái xe cuối cùng của trường để lấy giấy phép tại DMV. Tuy nhiên, một phán quyết pháp lý gần đây của luật Virginia hiện yêu cầu người nộp đơn xin DPC cũng phải vượt qua bài kiểm tra kỹ năng lái xe do DMV tổ chức trước khi nhận được giấy phép. Mẫu TDL-180 sẽ không có hiệu lực cho đến khi học viên hoàn thành bài kiểm tra kỹ năng lái xe tại DMV.

## TRƯỢT 47

Lái xe là nguy cơ sức khỏe số 1 đối với thanh thiếu niên, đó là lý do tại sao hầu hết các khóa học giáo dục lái xe trong lớp học đều được tích hợp vào chương trình giáo dục sức khỏe lớp 10. Các khóa học này cung cấp nền tảng toàn diện về an toàn giao thông và lái xe có trách nhiệm. Chương trình giáo dục lái xe trong lớp học bao gồm các chủ đề thiết yếu như: luật lệ giao thông và thủ tục cấp phép, động lực học của xe và quản lý thời gian và không gian, chia sẻ đường với xe máy, xe tải và các phương tiện khác, cách mua và bảo hiểm xe, kỹ năng định vị: bao gồm đọc bản đồ và sử dụng GPS, và những nguy hiểm của việc lái xe trong tình trạng mất tập trung, buồn ngủ và thiếu tỉnh táo.

Sau khi hoàn thành, học viên sẽ nhận được Chứng chỉ Hoàn thành Khóa học Lái xe trong Lớp học—thường được gọi là thẻ DEC. Chứng chỉ này là bắt buộc trước khi con bạn có thể bắt đầu học lái xe.

## TRƯỢT 48

Sau khi con bạn đã có được giấy phép học lái xe và hoàn thành chương trình đào tạo lái xe tại lớp, các em đủ điều kiện để đăng ký chương trình Thực hành lái xe (BTW). Dưới đây là những gì bạn có thể mong đợi: Chương trình hướng dẫn lái xe có sẵn trước hoặc sau giờ học trong năm học và được cung cấp vào mùa hè tại nhiều trường trung học. Khóa học bao gồm 14 tiết học: 7 tiết lái xe và 7 tiết quan sát. Vào cuối khóa học, con bạn sẽ làm bài kiểm tra kỹ năng lái xe. Nếu con bạn: đã có giấy phép học lái xe ít nhất 9 tháng, vượt qua bài kiểm tra lái xe, hoàn thành nhật ký lái xe có giám sát 45 giờ và đã đáp ứng tất cả các yêu cầu cấp phép dành cho trẻ vị thành niên khác; thì người hướng dẫn lái xe sẽ cấp giấy phép lái xe tạm thời có thời hạn 6 tháng. Việc lựa chọn một chương trình đào tạo lái xe chất lượng là một trong những quyết định an toàn quan trọng nhất mà cha mẹ có thể đưa ra. May mắn thay, với sự hướng dẫn đúng đắn và sự hợp tác chặt chẽ giữa nhà trường và gia đình, con bạn có thể có được các kỹ năng và sự tự tin cần thiết để trở thành một người lái xe an toàn và có trách nhiệm. Sẽ dễ dàng hơn nhiều khi trao chìa khóa cho con khi bạn biết con mình đã được chuẩn bị tốt, thông qua một người hướng dẫn có trình độ và thông qua quá trình thực hành có ý nghĩa và nhất quán với bạn.

## TRƯỢT 49

Cần lưu ý rằng phụ huynh có trách nhiệm đồng ý cấp giấy phép lái xe. Phụ huynh phải ký đơn xin cấp giấy phép học lái xe của DMV, mẫu đơn xin phép phụ huynh tham gia khóa học lái xe, nhật ký lái xe 45 giờ và giấy phép lái xe tạm thời 6 tháng của học viên. Sau khi học viên hoàn thành chương trình học trên lớp và trên xe, đồng thời đáp ứng tất cả các yêu cầu cấp phép, với sự đồng ý của phụ huynh, giáo viên hướng dẫn lái xe có thể cấp giấy phép lái xe tạm thời 6 tháng cho học viên. Giáo viên hướng dẫn lái xe sẽ đưa cho bạn một bản sao giấy phép lái xe 6 tháng của học viên và gửi một bản sao khác cho DMV.

## TRƯỢT 50

Sau khi con bạn nhận được giấy phép lái xe tạm thời 6 tháng, Sở Giao thông Cơ giới Virginia (DMV) sẽ xử lý giấy phép lái xe vĩnh viễn có hiệu lực trong 8 năm của con bạn và gửi đơn Tòa án Quận về Quan hệ Gia đình và Vị thành niên, nơi quản lý mã bưu chính của gia đình bạn. Quan trọng: Hãy đảm bảo DMV có địa chỉ gửi thư chính xác của bạn trong hồ sơ. Điều này đảm bảo giấy phép được gửi đến tòa án thích hợp hoặc trực tiếp đến nhà bạn, tùy thuộc vào khu vực pháp lý của bạn.

Trong vòng sáu tháng kể từ khi nhận được giấy phép lái xe tạm thời, con bạn và cha mẹ hoặc người giám hộ có thể được mời tham dự lễ cấp giấy phép lái xe vị thành niên. Các buổi lễ này do tòa án tổ chức để chính thức trao giấy phép lái xe vĩnh viễn và nhấn mạnh trách nhiệm lái xe an toàn. Nếu tòa án yêu cầu tổ chức lễ, bạn sẽ nhận được thư mời qua đường bưu điện với ngày và địa điểm.

Nếu tòa án miễn buổi lễ, DMV sẽ gửi giấy phép lái xe vĩnh viễn trực tiếp đến cha mẹ hoặc người giám hộ qua Dịch vụ Bru chính Hoa Kỳ.

## TRƯỢT 51

Sau khi con bạn có bằng lái, liệu chúng có thể nhảy lên xe cùng bạn bè và lái xe bất cứ lúc nào chúng muốn không? KHÔNG! Chúng chỉ có bằng lái tạm thời. Virginia đã ban hành luật cấp bằng lái xe theo từng cấp độ cho người dưới 18 tuổi.

Luật Virginia cho phép người lái xe dưới 18 tuổi có bằng lái tạm thời được chở tối đa MỘT hành khách không phải là thành viên gia đình dưới 21 tuổi trong xe cho đến khi họ giữ bằng lái được một năm. Xin lưu ý rằng ngay cả một hành khách cũng có thể gây mất tập trung, và có mối tương quan trực tiếp giữa số lượng hành khách và khả năng xảy ra tai nạn. Chúng tôi hy vọng rằng quy tắc của gia đình bạn là không có hành khách!

## TRƯỢT 52

Đúng hay Sai: Luật pháp Virginia cho phép 3 hành khách vị thành niên không phải là thành viên gia đình được đi trên một chiếc xe do người lái xe vừa tròn 17 tuổi lái.

## TRƯỢT 53

Điều này là sai! Học sinh của bạn phải ít nhất 17 tuổi 3 tháng mới được chở nhiều hơn một hành khách VÀ đã có bằng lái xe trong một năm. Sau năm đầu tiên lái xe, luật pháp Virginia cho phép người lái xe trẻ tuổi được chở BA hành khách không phải là thành viên gia đình dưới 21 tuổi trong các trường hợp sau:

- khi lái xe đến và đi từ một hoạt động của trường,
- khi một tài xế có bằng lái từ 21 tuổi trở lên ngồi ở ghế hành khách phía trước, và
- trong trường hợp khẩn cấp.

Đó là luật hành khách của Virginia, nhưng có thể không phải là thông lệ tốt nhất. Chúng tôi hy vọng bạn sẽ cân nhắc áp dụng quy tắc "không chở hành khách" cho gia đình mình!

## TRƯỢT 54

Tại sao lại có quy định hạn chế hành khách? Tất cả chúng ta đều chịu ảnh hưởng rất lớn từ bạn bè đồng trang lứa. Ai cũng muốn cảm thấy mình được chấp nhận và là một phần của nhóm. Ý kiến và mối quan hệ bạn bè rất được các bạn trẻ coi trọng và có thể ảnh hưởng đến quyết định của con bạn theo hướng tích cực hoặc tiêu cực. Ví dụ, nếu các thành viên trong nhóm bạn của con bạn thất vọng an toàn, rất có thể tất cả các bạn ấy cũng sẽ thất vọng an toàn. Nếu nhóm bạn của con bạn thích đua xe đường phố, con bạn cũng có thể gặp rủi ro và tham gia vào hành vi này.

## TRƯỢT 55

Video về sự mất tập trung của hành khách (1:44)

## TRƯỢT 56

So với việc lái xe không có hành khách, nguy cơ tử vong trên mỗi dặm đường của tài xế 16 hoặc 17 tuổi:

- Tăng 44% khi chở 1 hành khách dưới 21 tuổi
- Tăng gấp đôi khi chở 2 hành khách dưới 21 tuổi
- Tăng gấp bốn lần khi chở từ ba hành khách dưới 21 tuổi trở lên
- Giảm 62% khi có hành khách từ 35 tuổi trở lên trên xe

Tin tốt là các bậc phụ huynh có thể giữ an toàn cho con em mình bằng cách áp dụng chính sách không chở hành khách cho tài xế tuổi teen.

## TRƯỢT 57

Vui lòng giơ tay nếu bạn nghĩ câu này đúng.

Tại Virginia, giờ giới nghiêm đối với người lái xe dưới 18 tuổi là từ nửa đêm đến 4 giờ sáng.

## TRƯỢT 58

Điều này là đúng! Trong hầu hết các trường hợp, luật pháp Virginia KHÔNG cho phép người lái xe dưới 18 tuổi, có GIẤY PHÉP HỌC LÁI XE hoặc BẰNG LÁI XE, lái xe từ nửa đêm đến 4 giờ sáng. Thực tế, số liệu thống kê cho thấy việc lái xe sau 7 giờ tối rất nguy hiểm đối với thanh thiếu niên.

Luật giới nghiêm có thể khác nhau tùy theo quận.

## TRƯỢT 59

Đối với tài xế ở mọi lứa tuổi, ban đêm tiềm ẩn nhiều rủi ro hơn trên đường, nhưng đối với thanh thiếu niên, rủi ro này đặc biệt cao. Tầm nhìn hạn chế và tài xế mệt mỏi là những nguyên nhân chính gây ra các vụ tai nạn ban đêm. Đó là lý do tại sao cha mẹ cần đảm bảo con mình được thực hành lái xe nhiều dưới sự giám sát trong điều kiện ánh sáng yếu. Việc thiết lập ranh giới rõ ràng cũng quan trọng không kém: theo dõi các kế hoạch sau giờ học và cuối tuần, và cân nhắc việc hạn chế lái xe ban đêm cho đến khi con bạn có nhiều kinh nghiệm hơn khi cầm lái.

## TRƯỢT 60

Chúng ta hãy cùng thảo luận về một số điều khác mà cha mẹ và thanh thiếu niên nên cân nhắc khi bắt đầu có kinh nghiệm lái xe.

## TRƯỢT 61

Hãy giờ tay nếu đêm qua bạn ngủ đủ 8 tiếng. Hầu hết thanh thiếu niên cần 9 tiếng, nhưng thường chỉ ngủ được 7 tiếng. Việc thiếu ngủ khiến những người lái xe trẻ tuổi gặp nguy hiểm nghiêm trọng. Thanh thiếu niên dễ gặp tai nạn do buồn ngủ khi lái xe nhất, đặc biệt là vào sáng sớm hoặc đêm muộn. Mặc dù chỉ chiếm 14% số người lái xe, nhưng họ lại liên quan đến 50% số vụ tai nạn do buồn ngủ khi lái xe. Hãy đảm bảo con bạn được nghỉ ngơi đầy đủ trước khi cầm lái - điều này có thể cứu sống một mạng người.

## TRƯỢT 62

Buồn ngủ khiến người lái xe kém tập trung, phản ứng chậm và ảnh hưởng đến khả năng ra quyết định của người lái xe.

Lái xe trong tình trạng mệt mỏi được so sánh với lái xe trong tình trạng say xỉn. Việc thức liên tục 18 tiếng khiến não bộ hoạt động ở mức tương đương với não bộ say xỉn hợp pháp.

Thật không may, thanh thiếu niên có lịch trình khiến họ bị thiếu ngủ. Để dễ hình dung: một học sinh trung học điển hình thức dậy lúc 6:00 sáng; đến trường và tham gia các hoạt động sau giờ học; về nhà, ăn tối, đến nhà bạn lúc 9 giờ tối; và sau đó về nhà lúc nửa đêm. Học sinh này đã thức liên tục 18 tiếng; và nếu học sinh này lái xe, học sinh này được coi là người lái xe trong tình trạng say xỉn.

## TRƯỢT 63

Lái xe mất tập trung là một trong những nguyên nhân chính gây ra tai nạn. Bất cứ điều gì khiến bạn mất tập trung khi lái xe đều là sự phân tâm. Nếu bạn là một người lái xe mất tập trung, nguy cơ tai nạn của bạn sẽ tăng gấp 3 đến 8 lần so với người lái xe không bị phân tâm.

Các em học sinh, trong 10 giây tới, hãy liệt kê 5 điều gây mất tập trung khi lái xe cho phụ huynh. Các em đã bao gồm việc đập ruồi chưa? Bật radio chưa? Nói chuyện với hành khách chưa?

## TRƯỢT 64

Hãy giờ tay nếu bạn nghĩ tuyên bố này là đúng: Người lái xe tuổi teen dưới 18 tuổi có thể sử dụng điện thoại di động nhưng không được nhắn tin khi đang lái xe.

## TRƯỢT 65

Điều đó là sai! Hiện tại, bất kỳ ai cầm điện thoại di động hoặc nhắn tin khi lái xe đều là bất hợp pháp tại Virginia. Nếu bạn dưới 18 tuổi, bạn thậm chí không được sử dụng thiết bị không dây rảnh tay. Nếu một tài xế vị thành niên vi phạm luật điện thoại di động của Virginia, họ sẽ bị trừ 3 điểm phạt và phải nộp phạt. Nếu bị kết án lần thứ hai, tòa án sẽ đình chỉ quyền lái xe của thiếu niên đó trong 6 tháng. Ngoài ra, những tài xế dưới 20 tuổi bị kết án trừ điểm phạt phải tham gia

khóa học cải thiện kỹ năng lái xe và không được tham gia khóa học cải thiện kỹ năng lái xe trực tuyến.

Mức phạt là 125 đô la cho lần vi phạm đầu tiên và 250 đô la cho lần tái phạm vi phạm liên quan đến vi phạm sử dụng điện thoại di động.

Bạn có nghĩ rằng việc một tài xế vị thành niên vi phạm sử dụng điện thoại di động sẽ ảnh hưởng đến bảo hiểm xe hơi của gia đình bạn không?

## TRƯỢT 66

Tin nhắn văn bản làm tăng nguy cơ tai nạn hoặc suýt tai nạn lên gấp đôi, khiến người lái xe mất tập trung trung bình 23 giây khi lái xe.

Các hoạt động được thực hiện khi thực hiện cuộc gọi điện thoại, chẳng hạn như vớ tay lấy điện thoại, tìm kiếm danh bạ và bấm số, làm tăng nguy cơ tai nạn lên gấp ba lần.

## TRƯỢT 67

Bạn có thể vừa nói chuyện điện thoại vừa viết email cùng lúc không? Không ổn lắm, vì não bộ sẽ phân chia sự chú ý giữa các nhiệm vụ, tập trung vào một việc rồi lại đến việc khác.

Nếu bạn nghĩ mình giỏi làm nhiều việc cùng lúc, hãy nghĩ lại. Đa nhiệm là một điều hoang đường. Não bộ của bạn không thể làm được điều đó. Khi bạn chuyển từ việc này sang việc khác, thực ra bạn đang phân chia sự chú ý cho nhiều việc khác nhau. Bạn không thể vừa nói chuyện điện thoại vừa soạn một email mạch lạc.

## TRƯỢT 68

Phụ huynh: Thiết lập Chính sách Không khoan nhượng đối với việc nhắn tin khi lái xe. Hãy nói rõ với con bạn rằng việc sử dụng điện thoại khi lái xe là không thể chấp nhận được. Khuyến khích con tắt điện thoại trước khi cầm lái hoặc kích hoạt tính năng "Không làm phiền khi lái xe" có sẵn trên hầu hết các điện thoại thông minh.

Hãy làm gương về hành vi an toàn và củng cố thông điệp: Không nhắn tin nào đáng giá bằng mạng sống.

## TRƯỢT 69

Bạn có biết rằng câu nói thường gặp nhất mà các tài xế thốt ra ngay sau vụ tai nạn là: "Tôi không nhìn thấy bạn". Lý do họ không nhìn thấy bạn có lẽ là do họ đang lái xe mất tập trung!

Trong một Khảo sát Hành vi Rủi ro của Thanh thiếu niên do CDC thực hiện, 39% thanh thiếu niên được khảo sát THỪA NHẬN rằng họ nhắn tin khi lái xe, và thật không may, tình trạng nhắn tin khi lái xe lại tăng lên theo độ tuổi. Đây thực sự là một thống kê đáng sợ đối với tất cả các tài xế! Là cha mẹ, đây có thể là quy tắc gia đình quan trọng nhất mà bạn cần thực hiện.

## TRƯỢT 70

Ảnh hưởng của cha mẹ đối với hành vi sử dụng điện thoại di động của thanh thiếu niên mạnh mẽ và lâu dài hơn bất kỳ ảnh hưởng nào khác, và thanh thiếu niên học hỏi từ việc quan sát người lớn. Vì vậy, các bậc phụ huynh: hãy khuyến khích các em thực hành lái xe an toàn bằng cách làm gương cho các em.

## TRƯỢT 71

Video – Cửa hàng nhắn tin và lái xe của Liz Marks (3:10)

## TRƯỢT 72

Phụ huynh: Quý vị nên lưu ý về việc uống rượu bia khi chưa đủ tuổi. Nghiên cứu chỉ ra rằng rượu bia gây hại cho các tế bào não đang phát triển của trẻ, và não bộ của trẻ vị thành niên dễ bị tổn thương hơn não bộ của người trưởng thành trước độc tính do rượu bia gây ra. Một thí nghiệm trong đó tế bào não chuột tiếp xúc với rượu bia cho thấy rượu bia ngăn chặn một số hoạt động của khớp thần kinh. Khi rượu bia được loại bỏ, các tế bào trưởng thành sẽ phục hồi trong khi các tế bào vị thành niên vẫn bị “vô hiệu hóa”.

## TRƯỢT 73

Hãy giơ tay nếu bạn tin rằng tuyên bố này là đúng: Một người bạn chỉ uống "một ly" là lựa chọn an toàn để được chỉ định làm tài xế.

## TRƯỢT 74

Việc sử dụng rượu bia làm chậm phản ứng và làm suy yếu khả năng phán đoán và phối hợp, tất cả đều là những kỹ năng cần thiết để lái xe an toàn. Uống càng nhiều rượu bia, mức độ suy giảm càng lớn. Giới hạn pháp lý không xác định mức độ an toàn để điều khiển phương tiện hoặc tham gia vào bất kỳ hoạt động nào khác. Suy giảm do sử dụng rượu bia bắt đầu xảy ra ở mức thấp hơn nhiều so với giới hạn pháp lý. Tại Virginia, giới hạn pháp lý đối với người dưới 21 tuổi là nồng độ cồn trong máu là 0,02. Đây là mức nồng độ cồn trung bình trong máu bình thường, vì vậy giới hạn uống rượu bia hợp pháp đối với người lái xe dưới 21 tuổi tại Virginia là không uống đồ uống có cồn.

## TRƯỢT 75

Không chỉ người lái xe mới có nguy cơ bị ảnh hưởng bởi rượu bia. Trong cuộc khảo sát toàn quốc này, cứ bốn học sinh trung học thì có một người cho biết đã từng đi trên một chiếc xe do người lái đã uống rượu bia điều khiển trong tháng qua.

Tại Virginia, một phần ba số thanh thiếu niên từ 15-19 tuổi tử vong trong các vụ tai nạn xe hơi là hành khách (DMV 2021), vì vậy nếu bạn đi cùng một tài xế đã uống rượu bia hoặc sử dụng ma túy, bạn đang đặt tính mạng của mình vào tình thế nguy hiểm nghiêm trọng.

Kết quả khảo sát này là một lời nhắc nhở rằng cha mẹ cần luôn biết con mình đang ở cùng ai.

Hãy xây dựng mối quan hệ với con cái để trong trường hợp con bạn phải lựa chọn giữa việc đi cùng một tài xế say xỉn và gọi điện về nhà để nhờ chở, chúng sẽ chọn gọi cho bạn.

Điều quan trọng nữa là cha mẹ phải giữ đúng lời hứa, ghi nhận và khen ngợi con khi chúng đưa ra quyết định sáng suốt và chín chắn.

## TRƯỢT 76

Ở Virginia, thanh thiếu niên uống rượu là vi phạm pháp luật.

Thanh thiếu niên: rượu và ma túy là bất hợp pháp, làm chậm phản ứng của bạn và bóp méo thực tế. Nghịch lý thay, mặc dù làm bạn suy yếu, rượu có thể khiến bạn nghĩ mình là một người lái xe tuyệt vời. Hãy tránh sự kết hợp tồi tệ này. Đừng uống rượu khi lái xe.

Phụ huynh: Bạn có biết những thanh thiếu niên này lấy rượu ở đâu không? Vâng, ngoài bạn bè và anh chị em lớn tuổi hơn, các nghiên cứu cho thấy cha mẹ trong cộng đồng là những người cung cấp rượu chính cho thanh thiếu niên vị thành niên. Hãy suy nghĩ kỹ về những hậu quả tiềm ẩn đối với con bạn và đối với bạn, đồng thời cần trao đổi về những kỳ vọng với các phụ huynh khác trong cộng đồng.

Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng việc sử dụng rượu bia dưới sự giám sát của người lớn, nhằm mục đích giảm thiểu tác hại, thực sự dẫn đến mức độ hậu quả có hại của rượu bia cao hơn đối với thanh thiếu niên!

## TRƯỢT 77

Virginia có luật không khoan nhượng đối với người dưới 21 tuổi uống rượu bia và lái xe, nghĩa là nếu bạn bị kết tội lái xe sau khi uống rượu bia trái phép, hình phạt bao gồm tước quyền lái xe trong một năm và mức phạt tối thiểu bắt buộc là 500 đô la hoặc 50 giờ phục vụ cộng đồng. Hầu hết các tiểu bang đều có luật không khoan nhượng để ngăn ngừa tai nạn do uống rượu bia khi chưa đủ tuổi nhằm bảo vệ não bộ đang phát triển của trẻ.

Nếu con bạn phạm lỗi và tham dự một bữa tiệc có rượu bia - ngay cả khi con bạn không lái xe - thậm chí có thể phạt 500 đô la hoặc thực hiện phục vụ cộng đồng và đình chỉ giấy phép lái xe của con bạn hoặc khả năng lấy giấy phép lái xe trong một năm. Việc đình chỉ này cũng sẽ ảnh hưởng đến bảo hiểm xe hơi của gia đình bạn.

Việc vi phạm thêm luật về uống rượu bia và lái xe khi chưa đủ tuổi có thể dẫn đến các hình phạt tài chính nặng hơn, án tù, quản chế và các yêu cầu tư vấn, cũng như ảnh hưởng đến việc tuyển sinh đại học, học bổng, hỗ trợ tài chính và cơ hội việc làm.

## TRƯỢT 78

Lái xe sau khi sử dụng một số loại thuốc, cần sa và tất cả các loại ma túy bất hợp pháp là rất nguy hiểm và có thể gây ra tai nạn giao thông, thương tích và tử vong. Tương tự như lái xe sau khi uống rượu, người lái xe không thể tự đánh giá mức độ suy giảm khả năng nhận thức của mình sau khi hút cần sa hoặc sử dụng các loại ma túy bất hợp pháp khác, vì vậy bất kỳ lượng tiêu thụ nào cũng đều gây nguy hiểm cho họ và những người khác. Cũng tương tự như lái xe dưới ảnh hưởng của rượu, những người lái xe khi phê ma túy có thể bị bắt vì lái xe trong tình trạng say xỉn (DUI).

Các nhân viên thực thi pháp luật trên khắp Virginia được đào tạo đặc biệt để nhận dạng tài xế sử dụng ma túy. Theo một nghiên cứu gần đây của Cục Quản lý Giao thông Đường bộ Quốc gia (NHTSA), cứ bốn tài xế trên đường ở Mỹ thì có một người có kết quả xét nghiệm dương tính với ít nhất một loại ma túy ảnh hưởng đến sự an toàn.

## TRƯỢT 79

Thực tế là cha mẹ là chìa khóa cho việc đưa ra quyết định đúng đắn liên quan đến việc uống rượu bia và lái xe.

Nghiên cứu đã chỉ ra rằng thanh thiếu niên ít có khả năng uống rượu bia hơn khi cha mẹ tham gia vào cuộc sống của họ và có mối quan hệ gần gũi với họ. Thanh thiếu niên ít có khả năng uống rượu bia và gặp các vấn đề liên quan đến rượu bia hơn khi cha mẹ:

- đặt ra các quy tắc và kỳ vọng rõ ràng về việc uống rượu bia,
- giao tiếp tốt giữa cha mẹ và con cái, và
- kỷ luật một cách nhất quán.

Hành vi uống rượu bia và thái độ tích cực của cha mẹ về việc không uống rượu bia và không sử dụng ma túy ảnh hưởng đến việc kiêng rượu bia và ma túy ở thanh thiếu niên, và những bậc cha mẹ có hành vi lái xe khi say rượu bia sẽ thúc đẩy hành vi lái xe khi say rượu bia ở thanh thiếu niên.

Hãy trò chuyện với con bạn về việc uống rượu bia và lái xe khi sử dụng ma túy.

## TRƯỢT 80

Tốc độ cao là một nguy cơ khác đối với tài xế tuổi teen. Tại sao nam giới lại tử vong nhiều hơn trong các vụ tai nạn? Bởi vì họ có xu hướng lái xe ở tốc độ cao hơn và chấp nhận nhiều rủi ro hơn, và việc sử dụng dây an toàn ở nam giới cũng thấp hơn.

## TRƯỢT 81

Giới hạn tốc độ cao hơn không chỉ giúp bạn đến đích nhanh hơn mà còn làm tăng đáng kể nguy cơ xảy ra tai nạn nghiêm trọng. Nghiên cứu cho thấy việc tăng giới hạn tốc độ từ 55 lên 65 dặm/giờ (mph) dẫn đến:

Tăng 3% tổng số vụ tai nạn

Tăng 24% khả năng người ngồi trên xe bị thương nặng

Ngay cả việc tăng tốc độ nhỏ cũng có thể gây ra hậu quả chết người. Bạn càng lái xe nhanh, bạn càng có ít thời gian để phản ứng—và tác động càng mạnh. Giới hạn tốc độ tồn tại vì một lý do: để cứu mạng người.

## TRƯỢT 82

Hiển nhiên là bạn KHÔNG BAO GIỜ được lái xe khi chưa có bằng lái. Việc này sẽ dẫn đến những hậu quả nghiêm trọng.

Ngoài ra, tất cả chúng ta đều có trách nhiệm lên tiếng nếu thấy có điều gì đó thực sự sai trái. Có một đường dây nóng ẩn danh tại [If You See Something Say Something.org](http://IfYouSeeSomethingSaySomething.org). Bạn có thể báo cáo những lo ngại về việc lái xe không an toàn hoặc các vấn đề khác như hoạt động bất hợp pháp, bắt nạt, v.v.

## TRƯỢT 83

Hãy giơ ngón tay cái lên nếu bạn tin rằng câu này đúng hoặc giơ ngón tay cái xuống nếu bạn tin rằng câu này sai: "Xe gia đình là chiếc xe an toàn nhất để con bạn lái."

## TRƯỢT 84

Điều này đúng! Xe gia đình là loại xe an toàn nhất!

## TRƯỢT 85

Các bậc phụ huynh có xe chờ sẵn trong đường lái xe cho tài xế mới nên lưu ý rằng nghiên cứu cho thấy con mình có nguy cơ gặp tai nạn cao hơn. Khi sở hữu một "chiếc xe gia đình", con sẽ phải xin mượn. Điều này giúp cha mẹ có cơ hội xem xét lại các quy tắc và hạn chế của gia đình, đồng thời kiểm soát việc ra vào xe, giúp con mình lái xe an toàn hơn nhiều.

## TRƯỢT 86

Việc thực thi pháp luật đóng vai trò quan trọng trong an toàn giao thông. Khi luật giao thông được thực thi tích cực, đường sá của chúng ta sẽ an toàn hơn.

## TRƯỢT 87

Nếu bị cảnh sát chặn lại, hãy giữ bình tĩnh, di chuyển xe ra khỏi luồng giao thông, vào lề đường bên phải và đỗ xe càng xa luồng giao thông càng tốt. Bật đèn xi nhan và tắt máy.

## TRƯỢT 88

Hạ cửa sổ, thắt dây an toàn và đặt tay lên vô lăng. Không được ra khỏi xe trừ khi có chỉ thị của cảnh sát. Hành khách cũng nên ngồi yên tại chỗ và thắt dây an toàn.

## TRƯỢT 89

Xuất trình bằng lái xe và giấy đăng ký xe. Hãy chắc chắn cho cảnh sát biết vị trí của những vật dụng này trước khi lấy chúng. Trả lời tất cả các câu hỏi của cảnh sát một cách bình tĩnh, rõ ràng và tuân thủ mọi chỉ dẫn.

## TRƯỢT 90

Luật Di chuyển qua làn đường trước đây chỉ áp dụng cho các phương tiện khẩn cấp. Luật này hiện không chỉ áp dụng cho các phương tiện khẩn cấp (như cảnh sát, cứu hỏa và xe cứu thương) mà còn áp dụng cho bất kỳ phương tiện dùng đồ nào có bật đèn báo nguy hiểm, biển báo cảnh báo hoặc pháo sáng.

Khi đến gần các phương tiện này trên đường cao tốc bốn làn xe trở lên, người lái xe phải: Di chuyển sang làn đường không liền kề nếu an toàn. Nếu không thể di chuyển, hãy giảm tốc độ xuống tốc độ an toàn và tiếp tục di chuyển một cách thận trọng. Bản cập nhật này nhằm mục đích cải thiện an toàn giao thông cho tất cả mọi người, đặc biệt là tài xế xe kéo, nhân viên tiện ích và người lái xe bị mắc kẹt.

## TRƯỢT 91

Chúng ta hãy cùng xem xét vai trò của cha mẹ.

## TRƯỢT 92

Hãy giơ tay nếu bạn tin rằng tuyên bố này là đúng: Bạn bè có ảnh hưởng lớn nhất đến hành vi lái xe của thanh thiếu niên.

## TRƯỢT 93

Điều đó hoàn toàn sai! Chính trong số 10 tài xế tuổi teen cho biết cha mẹ có ảnh hưởng lớn nhất đến hành vi lái xe của họ. Các nhóm có ảnh hưởng tiếp theo, theo thứ tự, là: lực lượng thực thi pháp luật, bạn bè đồng trang lứa và giáo viên dạy lái xe.

## TRƯỢT 94

Mặc dù Đại hội đồng cho phép con bạn lấy bằng lái xe khi đủ 16 tuổi 3 tháng, nhưng cha mẹ, chứ không phải tiểu bang, mới là người có thẩm quyền nhất để xác định xem con mình đã sẵn sàng lái xe một mình ở độ tuổi đó hay chưa. Khi cha mẹ xác định con mình đã sẵn sàng lái xe, cha mẹ có thể giúp con mình trở thành người lái xe an toàn nếu:

- là tấm gương tốt! Làm theo lời tôi nói, đừng làm theo tôi làm sẽ không hiệu quả. Việc cho phép con bạn lấy bằng lái xe không có nghĩa là con bạn không còn cần sự giám sát và hướng dẫn của bạn nữa. Bằng cách đặt ra các hạn chế đối với việc lái xe có nguy cơ cao, chẳng hạn như lái xe vào ban đêm hoặc khi có người ngồi sau, bạn sẽ giúp con mình an toàn hơn rất nhiều.
- Tạm dừng quyền lái xe của con bạn nếu con bạn không thể hiện hành vi có trách nhiệm. Luật pháp Virginia trao quyền cho cha mẹ giám sát hành vi lái xe an toàn của con mình và yêu cầu cha mẹ tạm dừng quyền lái xe của con nếu con không thể hiện hành vi an toàn và có trách nhiệm.

## TRƯỢT 95

Chúng ta hãy nói về hợp đồng lái xe giữa phụ huynh và thanh thiếu niên.

## TRƯỢT 96

Phụ huynh: bạn phải thiết lập “luật gia đình” để giới hạn thời gian, địa điểm và người mà con bạn được phép lái xe. Đừng cho rằng luật tiểu bang sẽ đảm bảo an toàn cho con bạn.

## TRƯỢT 97

Luật tiểu bang đặt ra tiêu chuẩn cơ bản cho việc lái xe của thanh thiếu niên. Đó là những tiêu chuẩn an toàn tối thiểu mà mọi tài xế mới phải tuân theo. Nhưng là cha mẹ, bạn có quyền vượt ra ngoài những điều cơ bản đó. Hãy coi quy tắc lái xe của gia đình bạn như một tấm lưới an toàn được thiết kế riêng, do chính bạn, người hiểu rõ con bạn nhất, thiết kế.

## TRƯỢT 98

Những thanh thiếu niên đã viết hợp đồng nêu rõ các quy tắc gia đình và đặt ra giới hạn về quyền lái xe ban đầu, chẳng hạn như không lái xe vào ban đêm và không chở hành khách, và có hậu quả rõ ràng khi vi phạm các quy tắc, ít có khả năng tham gia vào các hành vi lái xe nguy hiểm, gây tai nạn hoặc bị phạt.

## TRƯỢT 99

Trong suốt chương trình này, chúng tôi đã nhấn mạnh tầm quan trọng của sự tham gia của phụ huynh và sự an toàn của thanh thiếu niên khi lái xe. Phụ huynh và thanh thiếu niên nên có hợp đồng lái xe bằng văn bản và thống nhất về:

- Quy định và hậu quả

- Giới hạn lái xe
- Địa điểm và thời gian thanh thiếu niên có thể lái xe
- Trách nhiệm tài chính
- Cách thức tăng quyền hạn và
- Cấm lái xe khi say rượu hoặc sử dụng ma túy

## **TRƯỢT 100**

Cùng nhau làm việc: Hoàn thành hợp đồng. (2:47)

## **TRƯỢT 101**

Thỏa thuận giữa Phụ huynh và Người giám hộ và Lái xe Tee có sẵn trong Cẩm nang Lái xe 45 giờ dành cho Phụ huynh/Thanh thiếu niên, và mã QR này cũng sẽ đưa bạn đến hợp đồng giữa phụ huynh/người giám hộ và thanh thiếu niên trên trang web Đối tác Lái xe An toàn cho Thanh thiếu niên. Chúng tôi hy vọng bạn sẽ dành thời gian để cùng nhau hoàn thành hợp đồng.

## **TRƯỢT 102**

Quý phụ huynh/người giám hộ và học sinh: vui lòng dành vài phút để hoàn thành bài đánh giá trực tuyến bằng mã QR này.

Cảm ơn quý vị đã tham dự buổi Thuyết trình Lái xe dành cho Phụ huynh/Người giám hộ và Thanh thiếu niên kéo dài 90 phút. Chúng tôi hy vọng những thông tin được chia sẻ hôm nay sẽ giúp tất cả các em học sinh trở thành những người lái xe an toàn. Chúc quý vị một buổi tối tuyệt vời. Hãy lái xe an toàn nhé.

## **TRƯỢT 103**

tài liệu tham khảo