

مؤسسة "شاليم"
لتطوير خدمات للأشخاص ذو
التخلف العقلي في السلطات المحلية
The Shalem Fund
for Development of Services for People with
Intellectual Disabilities in the Local Councils
פיתוח שירותים לאדם עם מוגבלות שכלית
התפתחותית ברשויות המקומיות

הקשר בין מסגרת מגורים, סוג תעסוקה ותפיסת שליטה לבין דפוסי פעילות פנאי של בוגרים עם פיגור שכלי בקהילה

חן אירית

בהנחיית : ד"ר מרים ברזון, פרופ' מאיר טייכמן

עבודת גמר המוגשת כמילוי חלק מהדרישות
לקבלת התואר "מוסמך האוניברסיטה"
אוניברסיטת תל אביב, בה"ס לעבודה סוציאלית



מחקר זה נערך בסיוע מענק מחקר מקרן שלם
הקרן לפיתוח שירותים לאדם עם מוגבלות שכלית התפתחותית ברשויות המקומיות

2003

קרן שלם/531/2003

תוכן עניינים

4	תקציר בעברית
7	רשימת לוחות
8	מבוא
10	פרק 1 - סקירת ספרות
10	1. איכות חיים
12	2. פנאי – הגדרות ומאפיינים
16	3. תחום הפנאי אצל אנשים עם פיגור שכלי
19	4. אוטונומיה, תפיסת שליטה וקבלת החלטות
20	5. אוטונומיה אצל אנשים עם פיגור שכלי
21	6. מסגרת המגורים ופעילות פנאי
22	7. תחום התעסוקה ופעילות פנאי
25	8. סיכום סקירת הספרות
26	פרק 2 - השערות המחקר
26	1. השערות המחקר
27	2. הגדרות אופרציונליות
29	פרק 3 - שיטת המחקר
29	1. אוכלוסיית המחקר
31	2. כלי המחקר
33	3. הליך המחקר
34	פרק 4 - ממצאים
34	1. ניתוח ממצאי המדגם
35	2. בדיקת ההשערות
44	פרק 5 - מסקנות המלצות וההשלכות היישומיות של המחקר

53	ביבליוגרפיה
60	נספחים
60	נספח א' – שאלון דמוגרפי
61	נספח ב' – שאלון שליטה "מקורי"
62	נספח ג' – שאלון לבדיקת השאלון המותאם לאוכלוסיית המחקר
63	נספח ד' – שאלון שליטה מותאם לאוכלוסית המחקר
64	נספח ה' – שאלון פעילויות פנאי
68	נספח ו' – מכתב להורים
69	תקציר באנגלית

תקציר

פעילות פנאי משמשת מקור הנאה ומאפשרת מימוש עצמי, יצירתיות והעצמה ולכן, הזדמנות להשתתף בפעילות פנאי נתפסת כיום כמרכיב אינטגרלי להגברת איכות חייו של האדם. רוב החוקרים בתחום מדגישים את תרומתה המשמעותית של פעילות פנאי לבריאות נפשית של הפרט, לסיפוק בחיים, לעלייה בדימוי העצמי ולפיתוח רגשות חיוביים של שמחה, הרפייה, תענוג ושייכות. לפנאי הגדרות בעלות הדגשים שונים וייחודיים כשהמושג לכולן הוא שמדובר בסוג פעילות בלתי מחייבת ובעלת גורם הנאה. במחקר זה נבדקו השפעתם של משתנים סביבתיים ואישיותיים על פעילות הפנאי של האדם עם פיגור שכלי, מתוך תפיסה המעוגנת בעיקרון הנורמליזציה כי צרכיו זהים לצורכיהם של כלל האנשים. חשוב להדגיש כי בבדיקה בקרב הורים נמצאה פעילות הפנאי כשירות החשוב ביותר עבור ילדים עם פיגור שכלי. מחקרים מצאו שהשתתפות בפעילות פנאי, עבור אנשים עם מוגבלויות, הינה גורם הכרחי להסתגלות מוצלחת לקהילה. השתתפות בפעילות הפנאי מספקת הזדמנות חשובה לפיתוח מיומנויות חדשות, ליצירת קשרים חברתיים ולביטוי יכולת אוטונומית. כמו כן, נמצאה ירידה בהתנהגויות בלתי מסתגלות, בקרב העוסקים בפעילות פנאי.

פעילות פנאי היא אחד התחומים בחיים בו ניתנת לאדם הזדמנות לקיים בחירות והחלטות עצמאיות, המובילות להתפתחות אישית ומימוש עצמי. מדובר בפעילות שתכניה הם חופשיים למדי, מחד, אך נדרשת פעולה יזומה הנובעת מהנעה פנימית, מאידך. אחד המושגים המרכזיים הקשורים באופן הדוק לנושא הבחירה הוא **תפיסת שליטה (Mastering)** - התחושה הסובייקטיבית של הפרט כי ניתן לשלוט על אירועים משמעותיים בחיים (Pearlin & Schooler, 1978).

לאנשים עם פיגור שכלי נחישות עצמית נמוכה יותר בהשוואה לכלל האוכלוסיה וטווח בחירה מועט מאוד, כתוצאה משילוב בין קשייהם האובייקטיביים לבין עמדות החברה המגבילות הזדמנויותיהם לקיום בחירות חופשיות אישיות בתחומים רבים בחייהם. על פי ברזון ואחרים (2000), דרגת העצמאות אליה יגיע האדם עם פיגור שכלי קשורה לאופן בו הוא גדל והתחנך במהלך השנים, באיזו מידה למד לקבל החלטות הקשורות לחייו ופיתח רמה מסוימת של מוקד שליטה פנימי או לא. נסיבות חייהם של מרבית האנשים עם פיגור שכלי ובייחוד אלו ששהו שנים רבות במוסד, הובילו אותם לקבל ללא עוררין את העובדה שאחרים מקבלים החלטות משמעותיות עבורם (Treece et al, 1999).

במחקר הנוכחי השתתפו 86 נבדקים תושבי העיר תל אביב יפו העונים לקריטריונים:

1) מתפקדים ברמה של פיגור קל עד בינוני על פי אבחון של השרות למפגר במשרד העבודה ורווחה. 2)

עובדים במסגרת תעסוקתית קבועה, במהלך השנה האחרונה לפחות. 3) מתגוררים בקהילה, בבית ההורים או במסגרת דיור מוגן, במהלך החצי שנה האחרונה לפחות.

הנבדקים רואיינו על פי שאלון מובנה מראש ומורכב משלושה חלקים: שאלון דמוגרפי, שאלון שליטה ושאלון פעילויות פנאי. התוצאות נותחו בשיטות סטטיסטיות מקובלות, לאחר חלוקת המשתתפים ל- 4 קבוצות, על פי סוג הדיור וסוג התעסוקה.

המחקר בחן ארבע השערות מרכזיות:

ההשערה הראשונה - יימצא קשר בין סוג מסגרת הדיור לבין רמת פעילות הפנאי, טיפוס פעילויות הפנאי ודרגת תפישת השליטה של אנשים עם פיגור שכלי.

ההשערה שנייה - יימצא קשר בין סוג התעסוקה לבין רמת פעילות פנאי, טיפוס פעילויות הפנאי ודרגת תפישת השליטה של אנשים עם פיגור שכלי.

ההשערה שלישית - יימצא קשר בין סוג מסגרת המגורים וסוג התעסוקה לבין שיעור ההשתתפות בטיפוסי הפנאי השונים, כך שבדיור מוגן שיעור פעילות חוץ ביתית גבוה יותר.

ההשערה רביעית - יימצא קשר בין תפישת השליטה לבין רמת פעילות הפנאי; ככל שתפישת השליטה גדולה יותר, אזי רמת פעילות הפנאי גבוהה יותר ושיעור הפעילויות מחוץ לבית גבוה יותר.

בין הממצאים העיקריים, אנשים הגרים בדיור מוגן הינם בעלי רמת פעילות פנאי גבוהה יותר ובייחוד בפעילויות מחוץ לבית, לעומת אלו שבבית. הבדל זה הופיע ללא קשר למסגרת התעסוקתית בה שולבו. יחד עם זאת, הפער בין שתי קבוצות הדיור בקרב אלו שלמדו לימודים חלקיים בלבד, גדול בהרבה בקבוצת המועסקים בתעסוקה מוגנת. נמצאו הבדלים מובהקים בין שני סוגי מסגרות התעסוקה במדדים פעילות פנאי ויכולת קבלת החלטות, נבדקים אשר עובדים בשוק החופשי, מדווחים על רמת פעילות פנאי גבוהה יותר ויכולת קבלת ההחלטות שלהם גבוהה יותר. מועסקים במסגרת מוגנות תפסו עצמם כבעלי שליטה פחותה לעומת נבדקים שהועסקו במסגרת השוק החופשי. למרות המצופה, לא נמצאו מתאמים מובהקים בין שלושת המדדים פנאי, יכולת החלטה ותפישת שליטה.

ממצאי המחקר מאוששים קיומם של קשרים בין סוג המסגרת (מגורים או תעסוקה) לבין רמת פעילות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי. כמו כן, מתחזקת הטענה כי המידה בה מסגרת מספקת לדייריה הזדמנויות לבחירה חופשית ויוזמה משפיעה על התפתחות תפישת שליטה חזקה או חלשה. במהלך ניתוח התוצאות נמצאה השפעה משמעותית על ההבדלים בין ארבע קבוצות המחקר, מצד משתנה מתערב שהוגדר "השכלה".

לסיכום, בעבודה זו רואיינו אנשים עם פיגור שכלי קל – בינוני, המשתייכים לארבע קבוצות, גרים

בדיור מוגן ועובדים בשוק החופשי; גרים בבית ההורים ועובדים בשוק החופשי; גרים בדיור מוגן ועובדים במפעל מוגן; גרים בבית ההורים ועובדים במפעל מוגן.

תוצאות המחקר מוכיחות כי פעילות פנאי בפלח אוכלוסייה זה מושפעת באופן בולט מסביבת המחיה שלהם, בעיקר ממסגרת הדיור ואולם גם ממסגרת התעסוקה. לאור יכולת נמוכה לקבלת החלטות באופן עצמאי ותפיסת שליטה עצמית ירודה יחסית, קיימת השפעה גדולה יותר לנסיבות חיים מאשר לאיפיונים אישיותיים על אורח החיים ההבדלים הבולטים יותר בין הקבוצות שנבדקו מופיעים בהקשר למסגרות ולא לאישיות.

רשימת לוחות

- לוח מספר 1 – התפלגות הנבדקים לפי סוג תעסוקה וסוג מגורים באחוזים
- לוח מספר 2 - התפלגות (% ; N) הנבדקים על פי המאפיינים: גיל, מגדר, מוצא הורים, השכלה ומצב בריאות
- לוח מספר 3 - ממוצעים וסטיות תקן של רמת פעילות פנאי, יכולת קבלת החלטות ותחושת שליטה, על פי סוג הדיור
- לוח מספר 4 - ממוצעים וסטיות תקן של רמת פעילות פנאי, יכולת קבלת החלטות ותחושת שליטה, על פי סוג התעסוקה
- לוח מספר 5 - ממוצעים וסטיות תקן של פעילות הפנאי החוץ ביתית ופנים ביתית על פי סוג הדיור
- לוח מספר 6 – ממוצעים וסטיות תקן של פעילויות פנאי בבית ומחוץ לבית בקרב אנשים בדיור מוגן לעומת דיור בבית ההורים
- לוח מספר 7 - ממוצעי פעילות הפנאי, חוץ ופנים ביתיות, בקרב העובדים בשוק החופשי ובתעסוקה מוגנת
- לוח מספר 8 - מתאמי פירסון בין שליטה, פעילות פנאי ויכולת החלטה (N=86)
- לוח מספר 9 – ממוצעים וסטיות תקן של רמת פעילות פנאי, יכולת החלטה ושליטה בקרב נבדקים בעלי השכלה חלקית לעומת השכלה מלאה

מבוא

תחום הפנאי נוגע בכל אורך חייו של הפרט וכולל מספר אספקטים: צורות הבילוי, הגורמים המשפיעים עליהם, הקשר בין פנאי לעבודה. מדובר בנושא בו הנפש והיצירתיות מקבלים במה. כיום ברור כי פעילות פנאי קבועה המשולבת כחלק אינטגרלי מסגנון החיים, מובילה לאיכות חיים גבוהה יותר של האדם. בשנים האחרונות מושם דגש חזק על פנאי בגיל הזקנה, לאור העלייה בתוחלת החיים והמודעות הגבוהה יותר לפוטנציאל האישי של שלב זה עבור הפרט. אם כן, מה בנוגע לפעילות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי?

אנשים עם פיגור שכלי, שבדרך כלל אינם מקימים משפחה, נותרים עם זמן פנוי רב יחסית לאורך שנותיהם הבוגרות ובוודאי בגיל המבוגר, עם הצטמצמות תחום התעסוקה. האופן בו ממלא זמן זה, מושפע ממגוון גורמים: מוטיבציה, זמינות, נגישות, סביבת המחיה, יכולת כספית, יכולת אישית ועוד. הפער בין זמן ליכולת מעמיד את הנושא בראש מעייניהם של האנשים עם פיגור שכלי, בני משפחותיהם ואנשי הטיפול. זהו אחד מהתחומים שהורים מאוד מודאגים לגביו מאחר וקיים קושי במילוי שעות הפנאי בתכנים אשר יתאימו לרמתם התפקודית של המפגרים וישרתו את תהליך שיקומם. לאנשי הטיפול העוסקים בתכנון וארגון פעילויות ישנן התלבטויות לגבי עולם התוכן המתאים לפעילות, מידת המורכבות האופטימלית במשימות ומידת המגוון שיש להציע. העוסקים בתחום ניצבים מול האתגר של מציאת איזון בין יכולותיו השכליות, רגשיות ולעיתים פיזיות של המפגר, לבין העקרונות של חופש הבחירה, יצירתיות ונורמליזציה.

מחקר זה בוחן את דפוסי פעילות הפנאי של בוגרים עם פיגור שכלי קל עד בינוני, המתגוררים בקהילה, בעיר תל אביב – יפו. אוכלוסיית היעד כוללת אנשים בגילאי 21 ומעלה, המתפקדים ברמה של פיגור שכלי קל עד בינוני, עובדים בתעסוקה מוגנת או חופשית ומתגוררים בשני סוגים של מגורים: משפחה (לרוב בית ההורים) או מסגרת דיור מוגן. הניסיון לבחון את הנושא בקבוצת אוכלוסייה זו נובע מהפער שבין חריגותם, מחד ועצמאותם הגבוהה יחסית, מאידך. השאלות שנבדקו הן: מה הם נהנים לעשות בשעות הפנאי שלהם, לאילו מקומות בילוי נוטים הם להגיע, מה קורה בגילאים היותר מבוגרים, מי הם האנשים איתם הם מבליים ועד כמה כל אלו הינם תולדה של יוזמה ובחירה אישית.

שאלת הבחירה משמעותית ביותר לגבי אוכלוסיית האנשים עם פיגור שכלי לאור העובדה כי פעמים רבות הפעילות מוכתבת להם על ידי הגורמים המטפלים בהם. מצב של יוזמה חיצונית בבחירת הפעילות אינו עולה בקנה אחד עם ההגדרה העמוקה של המושג פנאי, כפי שתוצג בהרחבה בפרק המושגים.

במחקר זה ייבחנו הגורמים המשפיעים על דפוסי הפנאי, ייבדקו הקשרים בין סוגי המסגרות בהן משולב האדם עם פיגור שכלי לבין מידת השתתפותו בפעילות פנאי ותיבדק השפעת תפיסת השליטה האישית. מטרתו הסופית של המחקר היא להאיר זרקור על תחום שעות הפנאי, המהווה אחד המדדים לבחינת איכות חייהם של אנשים עם פיגור שכלי. להערכתנו, ממצאי המחקר יוכלו לשרת את אנשי המקצוע וקובעי המדיניות בתחום פעילות הפנאי לאוכלוסיית האנשים בעלי פיגור שכלי, בתל אביב – יפו ובכלל. בראש ובראשונה תתקבל הערכה מבוססת על ממצאים, על מידת יכולתם של אנשים עם פיגור שכלי לכוון עצמם למטרה ולבחור בעצמם את פעילויותיהם. בהתאם למידת ההוכחה של ההשערות, ניתן יהיה להבין את הצרכים הדיפרנציאליים של כל תת אוכלוסייה ולהתאים לכל אחת יותר תכניות ספציפיות מאלה הקיימות כיום. כמו כן יש לקוות שניתן יהיה לזהות מאפיינים חדשים שעל פיהם ניתן להתייחס לאוכלוסייה זו ולהתאים תוכניות פעילות פנאי ספציפיות לצרכיהם.

פרק 1 - סקירת ספרות

בפרק זה נערכה סקירה של פרסומים העוסקים בעולם הפנאי של מבוגרים וקשישים, בחברה בכלל ובקרב אנשים בעלי פיגור שכלי בפרט. הסקירה, הכוללת ספרים, מאמרים ותיזות, מתייחסת למושגים איכות חיים, אוטונומיה, תפישת שליטה, סוגי מסגרות ויכולת לקבלת החלטות, והקשר בינם לבין פעילות פנאי. בסעיף 1 יוצג המושג הכללי: "איכות חיים". בסעיפים 2 ו-3 נסקרים הגדרות ומדדים לפנאי באופן כללי ואצל אנשים עם פיגור שכלי. הגדרת המושגים "הכוונה עצמית", "אוטונומיה" ו-"תפישת שליטה" מופיעים בסעיף 4. בסעיף 5 ישנה התייחסות לתחום האוטונומיה אצל אנשים עם פיגור שכלי. סעיפים 6 ו-7 מתייחסים לקשר בין הגורמים הנ"ל לבין סוגי מסגרות דיור ותעסוקה בהם גרים ועובדים אנשים עם פיגור שכלי. סעיף 8 מסכם את פרק סקירת הספרות.

1. איכות חיים

בעשרים השנים האחרונות תופש המושג איכות חיים מקום הולך וגדל בתודעה החברתית ואכן דיסיפלינות שונות מנסות להגדירו ולמצוא מדדים להערכתו. בעשור האחרון, נכנס המושג לתחום הטיפול באנשים עם נכויות התפתחותיות בעיקר ככלי בתכנון והערכת שירותים הניתנים להם. ניסיונות רבים נעשו כדי להגדיר את המושג "איכות חיים", הן מבחינה רעיונית והן מבחינה מעשית כאשר המכנה המשותף לכל ההגדרות הוא שאיכות חיים מורכבת ממרכיב אובייקטיבי ומרכיב סובייקטיבי. המרכיב האובייקטיבי מתייחס למדדים חברתיים סביבתיים כגון: בריאות, רווחה חברתית, חינוך, סטנדרטים של דיור, בטחון ציבורי ופנאי. המרכיב הסובייקטיבי מתייחס למדדים פסיכולוגיים ואישיים, תוך התמקדות ברווחה פסיכולוגית או שביעות רצון של הפרט משטחי חיים שונים. מרכיב הסובייקטיביות מתמקד בתפישת האדם את חייו על פי הסטנדרטים הפנימיים שלו, תוך הנחה כי ככל שהאדם יהיה יותר שבע רצון מהמשאבים שברשותו, כך רווחתו האישית תגדל והוא יהיה שבע רצון מהחיים, מיכולתו העצמית ושליטתו בחייו

(Schalock, 1990; Schalock, Keith, Hoffman & Karan, 1989).

כיום ברור כי התייחסות בלעדית למרכיב אחד - המרכיב האובייקטיבי או הסובייקטיבי - אינה מספקת. המרכיב האובייקטיבי יעיל למדידת רווחה של קהילה ומתעלם מהפרט שבתוכה. לעומתו המרכיב הסובייקטיבי משקף את התפיסה הפרטית אך בעייתי מבחינת יכולת ההשוואה והמדידה. שביעות רצון מתנאי חיים מושפעת מהסביבה בה חי האדם וקבוצות ההתייחסות הפרטיות שלו, דהיינו מהשוואה בין תפיסת מצבו לבין תפיסתו את מצב האחרים. גורמים משמעותיים נוספים הם: מצב רוח מתחלף, הבדלים תרבותיים ומידת יכולתו של האדם לשנות את תנאי חייו בהתאם להעדפותיו. לפי Pelce & Perry (1996),

אנשים בעלי סטטוס חברתי נמוך ומגוון מצומצם של אפשרויות העומדות לרשותם, ידווחו על שביעות רצון גם מתנאי חיים בסיסיים ירודים מאוד. במחקרם, נבדקו אנשים עם פיגור שכלי קל עד בינוני המתגוררים באופן עצמאי למדי בקהילה. נמצא כי רמת שביעות רצונם גבוהה למרות תנאי חייהם הקשים, עוני, דיור לקוי, ניצול, בידוד חברתי וכישלון תעסוקתי. לאור הנאמר מעלה, נראה כי מודלים המשלבים בין המרכיב האובייקטיבי למרכיב הסובייקטיבי, הם אלה המתאימים ביותר להערכת איכות חיים בכלל ושל אנשים עם פיגור שכלי בפרט.

התפיסה הרווחת בקרב אנשי מקצוע וחוקרים בתחום היא כי איכות חיים של אנשים עם נכויות זהה בעיקרה לזו של כלל האוכלוסיה ומורכבת מצרכים ושאיפות דומים. יחד עם זאת מודגש כי על החוקר להכיר טוב את אוכלוסיית האנשים עם פיגור שכלי: מצבם, מקום מגוריהם, האופן בו הם מבלים את זמנם, ההזדמנויות הניתנות להם ותפישתם האישית את המושג (Goode, 1990; Schalock, 1996). מודלים שונים מגדירים תחומי חיים שאותם יש לבחון ולמדוד להערכת איכות חייו של אדם. להלן מוצגים שני מודלים מרכזיים בתחום חקירת איכות חיי אדם עם פיגור שכלי.

1.1. המודל הראשון הוא של Schalock (1996) וכולל שמונה מדדים עיקריים לאיכות חיים:

- (א) רווחה חומרית
- (ב) רווחה ריגשית – אושר וסיפוק
- (ג) יחסים בינאישיים – אינטימיות, חברות
- (ד) התפתחות אישית
- (ה) רווחה פיזית – בריאות ותזונה
- (ו) נחישות עצמית – עצמאות וקבלת החלטות
- (ז) הכללה חברתית – סטטוס ושילוב בקהילה.
- (ח) זכויות – לפרטיות ונגישות

1.2. המודל השני מגדיר איכות חיים כרווחה כללית המורכבת משלושה מימדים הנמצאים

באינטראקציה ביניהם: תחושת רווחה סובייקטיבית, מערכת האמונות וערכים, שאיפות האדם (Felce & Perry, 1995). גם במודל זה קיימת התייחסות למספר תחומי חיים מרכזיים: רווחה פיזית, רווחה חומרית, רווחה חברתית, התפתחות ופעילות ורווחה רגשית. אין בכוונת המחקר הנוכחי להקיף את כל טווח נושא איכות החיים על מדדיו שהוא רחב מעבר למטרותיו. יחד עם זאת, הכרה מינימלית של המושג חשובה כבסיס תיאורטי וערכי של המחקר ויש לה

תרומה לראיית המקרו של המחקר. אחת הדרכים החשובות לספק לאדם אפשרות למימוש רווחה רגשית ותחושת הכללה חברתית היא פעילות פנאי. נושא השליטה של האדם בחייו ויכולתו לקבל החלטות באופן עצמאי מהווה גורם מרכזי במדידת איכות חיים, בכלל ובתחום הפנאי, בפרט. לפיכך, מתוך מכלול מדדי איכות החיים הרשומה מעלה, שלושה מדדים רלוונטים לפעילות פנאי ולתפיסת שליטה והם:

(א) רווחה רגשית, (ב) נחישות עצמית (ג) הכללה חברתית.

2. פנאי – הגדרות ומאפיינים

הזדמנות לפעילות פנאי נתפסת יותר ויותר כמרכיב אינטגרלי להגברת איכות חייו של האדם, מאחר והיא מאפשרת מימוש עצמי, יצירתיות והעצמה. סגנון חיים המאזן בין עבודה ומטלות לבין פנאי מוביל לסיכוי גבוה יותר שהאדם יתפוס את חייו כמשביעי רצון, ישיג דימוי עצמי חיובי ובטחון עצמי (Hawkins, 1997; Stark & Faulkner, 1996). רוב החוקרים בתחום מדגישים את תרומתה המשמעותית של פעילות פנאי לבריאות נפשית של הפרט, לסיפוק בחיים, לעלייה בדימוי העצמי ולפיתוח רגשות חיוביים של שמחה, הרפייה, תענוג ושייכות (Iso-Ahola, Mcdual, 1981; Ridick, 1986).

1980; Neulinger, 1980;

למושג פנאי הגדרות רבות ואין אחת המקובלת על כולם. ניתן לחלק את ההגדרות השונות לשלוש קטגוריות: (א) הקטגוריה הראשונה מתייחסת לפנאי כמנוגד לעבודה ומטלות יומיומיות; (ב) השנייה רואה בפנאי מצב נפשי סובייקטיבי של האדם; ו- (ג) הקטגוריה השלישית שמה דגש על תרומת פעילות הפנאי להתפתחותו האישית של היחיד.

2.1. סוגי הפנאי

א) פנאי כמנוגד לעבודה

קטגורייה זו מתייחסת לכמות הזמן הנותרת לאדם לאחר יום העבודה או בסיום פעולות קיומיות אחרות. Kelly (1972), הגדיר פנאי ככל פעילות הנבחרת באופן חופשי ואינה קשורה לעבודתו של היחיד. בדומה, פנאי מוגדר כזמן בחירה חופשית לפעילות הנבחרת באופן אינדיבידואלי שאינה קשורה בדרך כלל לעבודה או צורות התנהגות מחייבות אחרות (Neumayer et al, 1993). קבוצת הגדרות זו הינה מעשית וקונקרטי, כאשר קיימת הנחה סמויה של החוקרים שעל היחיד להעביר את זמנו באופן פרודוקטיבי, כאשר מדובר בפעילות שאינה קשורה לעבודה.

ב) פנאי כמצב נפשי

קטגוריה זו מייצגת את הגישה כי פנאי הינו דבר מה בחוויה ובתפיסה הרגשית ולא פעולה ספציפית שמבצעים. פנאי מוגדר כתופעה חברתית-פסיכולוגית, מצב סובייקטיבי של אדם התופס את יכולתו לבחור כיצד להעביר את זמנו הפנוי, המאופיין על ידי רמה גבוהה של הנאה, חוסר מודעות לזמן, תחושת שליטה אישית וריכוז מוגבר (Neumayer et al, 1993; Dattilo & Schleien, 1994; Howe, 1987).

Neumayer (1980), הבחין בין ההגדרה האובייקטיבית של זמן פנוי לבין ההגדרה הסובייקטיבית של מצב נפשי בו היחיד חווה חווית פנאי. הוא פיתח "פרדיגמת פנאי" המורכבת משישה מצבים ולפיה פנאי טהור מוגדר כמצב המשלב מוטיבציה אינטרינזית בתפיסה של חופש מלא בבחירת הפעילות. לפי פרדיגמה זו אין בהכרח סתירה בין פנאי לעבודה מאחר ותלוי מה מידת החופש בעבודה ומה מקור המוטיבציה. לפי גישה זו, ניתן ללמוד כיצד לחוות מצב נפשי זה, על ידי ייעוץ לפנאי.

ג) פנאי כמעניק זהות

אותו החלק בזמן שאינו מחוייב על ידי דרישות קיומיות או כלכליות ולגביו האדם חופשי לעשות בחירות יזומות של חוויה. באופן זה, מתאפשר לאדם להשיג ביטוי עצמי, הנאה והתפתחות אינטלקטואלית ורוחנית (Hawkins, 1997; Tokarski, 1985).

2.2. מדדים לפנאי

הגדרת פנאי לבדה, אינה מספיקה. לצורך מדידת פעילויות פנאי, מקובל לאפיין את עולם הפנאי על פי שלושה מדדים: (א) רמת פעילות הפנאי; (ב) טיפוס פעילויות הפנאי ו- (ג) מגוון פעילויות הפנאי (שול בקון, 1991).

(א) מדד רמת פעילות פנאי - תדירות ההשתתפות של היחיד בפעילויות הפנאי המועדפות עליו. אם האדם ממלא חלק עיקרי מזמנו הפנוי בעיסוקי פנאי, אזי הוא מבטא רמת השתתפות גבוהה בפעילויות פנאי. אם הוא מעביר את רוב זמנו ללא עיסוקים ספציפיים, אזי רמת פעילות הפנאי שלו נמוכה.

(ב) מדד טיפוס פעילויות פנאי - מתייחס לסוג העיסוק בו מעורב היחיד אשר מוגדר על פי קטגוריות של טיפוסים. הפעילויות השכיחות המפורטות בספרות הן: צפייה בטלביזיה, קריאה, ספורט, טיולים, גינון, ביקור אצל חברים, יציאה לקולנוע או תיאטרון, תחביבים והשתתפות באירועים חברתיים.

ג) מדד מגוון פעילויות פנאי - מידת השתתפותו של היחיד בכמה עיסוקים שונים, לעומת מידת השתתפותו בעיסוק אחד, באיזו מידה האדם פעיל בכמה תחומי פנאי לעומת פעילות בודדת (שול בקון, 1991).

2.3. חלוקת הפנאי לקטגוריות (בהתייחס למדד טיפוסי פעילות פנאי)

החלוקה לקטגוריות משתנה מחוקר לחוקר, כאשר יש המדגישים את תוכן הפעילות (חוקרים אלה מתייחסים לפעילות פנים וחוץ; פעילות חברתית או מבודדת; אקטיבית או פסיבית), את איפיון המשתתפים בהן (סווג האנשים למארגנים, מצטרפים, חברותיים, העשרתיים וכדומה), או מודלים יחודיים כגון המודל של Neulinger (1980). חלוקות מקובלות ונפוצות הן:

א) סווג לפי פעילות פנים ביתית מול פעילות חוץ ביתית

פעילות הפנים ממוקדת בעיקר סביב אמצעי התקשורת ההמוניים (עיתונות, טלביזיה, רדיו, מחשב, ספרים ואינטרנט) וכן תחביבים כגון מלאכת יד ואומנויות. פעילויות החוץ מתייחסות לצריכת תרבות לסוגיה השונים (קולנוע, תיאטרון, קונצרטים ומופעים למיניהם), אומנות (תערוכות ומוזיאונים), ספורט פעיל (הכולל הליכה, מועדון כושר וכלל המשחקים הספורטיביים תחרותיים) ופעילויות חברתיות כגון בילוי במועדון חברתי, מפגשים עם חברים, טיולים והתנדבות ציבורית (כץ וגורביץ, 1973; כספי, 1988; אופנהיימר, 1989; Lomranz et al, 1987).

ב) סווג על פי פעילות אקטיבית מול פעילות פסיבית

חלוקה זו מתמקדת במידת המכוונות והיוזמה של המשתתף בפעילות, על פני הרצף שבין יוזמה גבוהה ומכוונת לביטוי עצמי ועד לסגנון פסיבי וסופג, כדוגמת שימוש באמצעי תקשורת המונים (כספי, 1988; שול בקון, 1991; Breen, 1961).

ג) סווג על פי פעילות תרבות גבוהה מול פעילות תרבות פופולרית

בתחום הסוציולוגיה נפוצה החלוקה לפעילויות פנאי, על פי מדרג חברתי או קבוצות תרבות. אחת המקובלות היא של גאנס (1979), שהבחין בין חמש קבוצות תרבות: תרבות גבוהה, תרבות בינונית גבוהה, תרבות בינונית ירודה, תרבות גבוהה ותרבות ירודה, על פי מעמדם או השכלתם של המשתתפים בהם. ישנם חוקרים שמצאו קשר בין סגנונות חיים לבין מעמד.

ד) סיווג על פי מודל של ניולינגר

מודל ייחודי זה מדגיש קיומם של שני מדדים המאפיינים כל פעילות. המדד הראשון הוא מידת החופש הנתפס לעיסוק בפעילות זו, החל מ-"חופש מלא" ועד ל-"כפיה חיצונית". המדד השני הוא

סוג המוטיבציה לעיסוק בפעילות, החל מ-"מוטיבציה אינטרינזית" כלומר פנימית או עצמית בה עצם ביצוע הפעילות מהווה סיפוק ועד ל-"מוטיבציה אקסטרינזית" או חיצונית בה ישנו תגמול חיצוני עבור ביצוע הפעילות. על פי שני מדדים אלה, סיווג ניולינגר את פעילויות הפנאי לשישה סוגים עיקריים (שול בקון, 1991; Neulinger, 1980).

2.4. הקשר בין מאפיינים אישיים לפנאי

במחקרים שונים בתחום הפנאי נבדקו השפעתם של מאפיינים דמוגרפיים על אופי וסגנון פעילות הפנאי. החוקרים התמודדו עם השאלה מהו הגורם המשפיע ביותר על האופן בו אדם מנצל את שעות הפנאי שלו: השכלה, גיל, תכונות אופי או זמינות אמצעי הבידור? בשני מחקרים של כץ וגורביץ (1973) על דפוסי בילוי פנאי בישראל, נמצאו משתני הגיל וההשכלה כמשמעותיים ביותר, בקביעת סגנון הבילוי. ישנן פעילויות אשר כמעט ורק בעלי השכלה גבוהה משתתפים בהם, כגון: ביקור בתיאטרון, הליכה לקונצרט, ביקור במוזיאון, פעילות ציבורית ועיסוק בתחביבים. מבחינת הגיל, קיימת נטייה ברורה לבני נוער וצעירים להשתתף בפעילות חוץ מסוג: מועדוני לילה, קולנוע, מופעי בידור קל ופעילויות ספורט. ממצא מעניין התגלה בהשוואת יישובים עם היצע תרבותי שונה. בהשוואת פעילות פנאי חוץ ביתיות על פי היצע הבידור ביישוב, לא נמצא הבדל בהרגלי הצריכה, באותה קבוצת גיל ואותה רמת השכלה.

במחקר שנערך בעיר דטרויט שבארה"ב על דפוסי בילוי פנאי, נמצאו שני המשתתפים, גיל והשכלה, כמנבאים שביעות רצון מבילוי הפנאי (Maran & Fly, 1981). מחקר אחר בעירת כורים קטנה באנגליה, בדק את ההשערה כי שעות הפנאי מנוצלות על פי זמינות הפעילויות בסביבה הקרובה לאדם. ההשערה נבחנה הן לגבי אמצעי תקשורת המוניים הזמינים בבית עם מינימום מאמץ מצד המשתתף בהם, והן לגבי ביקורים אצל בני משפחה וחברים. ההשערה אוששה והחוקרים הסיקו כי ניצול הפנאי בעיירה זו הפך משעמם, רוטיני וחסר מרכיב החקרנות, עקב חוסר זמינות לצורות בילוי מורכבות יותר מהקיימות בעיירה. טענת החוקרים היתה שמנהגי פנאי הם גם הרגלי התנהגות ומחשבה שהאדם נתפס בהם ומתקשה לשנותם (Leigh, 1971). ככלל, נראה כי לאנשים רבים קשה לשנות את דפוסי הבילוי אשר הורגלו אליהם זה מכבר.

תחום אחר של מחקרים מתייחס לגיל המבוגר ולהשפעתו על בילוי הפנאי, לגבי אותו אדם. הספרות המקצועית בוחנת את הקשר בין השלב בחיים כמו פרישה מעבודה ומצב בריאותי לבין סגנון ההתנסות בפנאי וכן את מידת הדמיון בין פעילות פנאי בגיל צעיר לזו שבגיל המבוגר. מספר תיאוריות קיימות להבנת הנושא כמו תיאורית הפעילות וההמשכיות או תיאורית הניתוק (שול בקון, 1991). אחת מהן גורסת כי הבדלים בינאישיים בדפוסי הפנאי קשורים לסגנון בילוי הפנאי בגילאים הצעירים יותר ונמצאו לה סימוכין במחקרים. בסקר תקצוב זמן של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה מהשנים 1991-1992, מופיע נתון בולט המחזק את הגישה שעיסוק בפנאי מתגבר בגיל המבוגר. כרבע (27%) מבני 65 שנים ומעלה סבורים שיש להם יותר מידי פנאי, לעומת סדר גודל של 5% - 11%, ביתר שכבות הגיל (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 1996).

3. תחום הפנאי אצל אנשים עם פיגור שכלי

העקרונות המרכזיים בתפיסה על השלכותיה החיוביות של פעילות פנאי מותאמת, חלים גם על אנשים עם מוגבלויות. עמדה זו נובעת מההבנה כי צרכי המוגבל זהים לצורכיהם של כלל האנשים וקשורים באופן הדוק לעקרון הנורמליזציה. מחקרים רבים מצאו שהשתתפות בפעילות פנאי, עבור אנשים עם מוגבלויות, הינה גורם הכרחי להסתגלות מוצלחת לקהילה. פעילות הפנאי מספקת הזדמנויות חשובות לפיתוח מיומנויות חדשות, ליצירת קשרים חברתיים ולביטוי יכולת אוטונומית. כמו כן, נמצאה ירידה בהתנהגויות בלתי מסתגלות, בקרב העוסקים בפעילות פנאי (Hill, Rotegard & Bruininks, 1984; Cheseldine & Jeffree, 1981; Pueschel, 1981). בעבודתה של לימור גולדשטיין (1992), נמצא כי פעילות פנאי היא השירות החשוב ביותר עבור ההורים לילדים עם פיגור שכלי.

הקשיים האובייקטיביים ונסיבות החיים של אנשים עם פיגור שכלי מקשים עליהם משמעותית לזוים ולהשתלב בפעילויות פנאי מגוונות ועל בסיס קבוע. זאת על אף העובדה כי השירותים פתוחים לכלל האנשים

(Wehman, 1995; Hawkins, 1997). לפיכך, אחת הדילמות הגדולות של אנשי מקצוע בתחום היא: האם נכון יהיה לפתח שירותי פנאי נבדלים משאר האוכלוסיה באזור מגוריהם או שנכון יותר יהיה לשלבם בפעילויות הפנאי הרגילות הנצרכות באופן שוטף על ידי אנשים שאינם מפגרים. רבים הדוגלים בשילוב מוגבלים בפעילויות של כלל החברה, תוך הדגשת היתרונות הרבים: חוויות השתתפות דומה יותר לאוכלוסיה הרגילה, חיזוק מיומנויות חברתיות של האדם עם פיגור שכלי, פיתוח כבוד וביטחון עצמי, סיוע להצלחה במקום עבודה ובשילוב הקהילה והצגת חופש הבחירה לפעילות חברתית (Dattilo & Schlein, 1994; ARC 2000). בצד תפיסות אלו, קיימים מחקרים המורים על קשיים בשילוב מלא לאור

הצרכים הייחודיים של אנשים עם פיגור שכלי שאינם יכולים להתממש בפעילות פתוחה לכל ועל הצורך לפעול בנפרד על פי עמדת האנשים עם פיגור שכלי בעצמם.

שני מחקרים של רייטר ולוי (1979) ושל רייטר, לוי ופינטו (1980) בודקים את דפוסי פעילות הפנאי של צעירים מפגרים בהשוואה לצעירים רגילים. בבדיקת הגורמים המשפיעים על שילובם, נמצא כי הגורם המרכזי לבידודם היה חוסר קשרים חברתיים. סגנון הבילוי אצל שתי הקבוצות היה דומה בשעות היום אך שונה בשעות הערב. נמצא כי בשעות הערב מפגרים נוטים לבלות יותר בתוך הבית בהאזנה למוסיקה ועיסוק בתחביבים, לעומת צעירים רגילים שסגנון הבילוי שלהם כלל יציאה למופעי בידור, קולנוע ומועדוני לילה. לגבי השפעתה של חברות במועדון מיוחד על דפוסי פעילות הפנאי, נמצא כי לחברות במועדון קשר ישיר והדוק לקיום רשת חברתית גדולה ומשמעותית יותר, המשפיעה מעבר לתחום הפעילות במועדון. ממצאים דומים מופיעים בעבודות שנעשו בחו"ל. בסקר שנערך במנצ'סטר שבאנגליה, על אוכלוסיית יעד של כ- 200 צעירים עם פיגור שכלי, נמצא כי רוב פעילויות הפנאי בהן השתתפו הנחקרים, היו פעילויות בעלות אופי פאסיבי, יחידני ובמסגרת המשפחה. יוצא הדופן היחיד היה חברות במועדון חברתי למוגבלים. ההסבר העיקרי לכך נמצא בהעדר קשרים חברתיים מחוץ לבית הספר והעדר מיומנויות בסיסיות שהגבילו את מגוון האפשרויות לפעילויות בעלות אופי חברתי. נמצא כי אחוז קטן של הורי הצעירים עם פיגור שכלי, תפס את חוסר החברה של ילדיהם המוגבלים כבעיה. נטיית הורים לצעירים מוגבלים להתמודד לבד עם בעיותיהם תורמת לבדידות החברתית של ילדיהם. לאור העובדה שצעירים עם פיגור שכלי תלויים בהוריהם במידה רבה יותר מאחרים לקבלת מידע בנושאים שונים, כולל אפשרויות לבילוי שעות הפנאי, הרי שלתפיסת הוריהם את סגנון הבילוי בשעות הפנאי השפעה מכרעת (Cheseldine & Jeffree, 1981).

במחקרם של Putnam & Schleien (1985) נמצא כי אנשים עם פיגור שכלי עוסקים בעיקר בפעילויות פנאי פסיביות ובתדירות נמוכה. בנסיון להבין את הגורמים המשפיעים על תופעה זו, נמצאו מספר משתנים כגון: פחות הזדמנויות לאינטראקציה עם כלל החברה, חוסר במיומנויות הנדרשות לחלק מעיסוקי שעות הפנאי האקטיביים (המרווחים בחברה הסובבת אותם), רמת מיומנות חברתית מסתגלת נמוכה.

לאור הקשיים שתוארו לעיל, פותחו מספר תוכניות ייחודיות להקניית מיומנויות של שימוש נכון בפנאי והגברת יכולתו של המוגבל לבחור באופן מודע. אחת התוכניות היא "אימון לפנאי" שפותחה והופעלה במדינת אילינוי, בקרב צעירים עם נכויות התפתחותיות, במטרה לספק כלים אופרטיביים בידי המוגבלים, לקראת שילובם המוצלח בפעילות פנאי קהילתית. התוכנית מובנית ומיועדת ללמד את המוגבלים שלושה

תחומים עיקריים: מודעות למשמעת פנאי ולערכים האישיים הקשורים בניצול שעות הפנאי; מודעות עצמית לצרכים, תחומי העניין, ציפיות ומטרות; פיתוח יכולת החלטות ופיתוח מיומנויות לאינטראקציה חברתית

(Beck-Ford & Brown, 1984).

בשנים האחרונות מקדישים אנשי מקצוע תשומת לב מיוחדת לאנשים מתבגרים וקשישים. כמו באוכלוסייה הרגילה, כך גם בקרב אוכלוסיית האנשים עם פיגור שכלי, תוחלת החיים עלתה וכיום ניתן למצוא אנשים עם פיגור שכלי בני 60 ומעלה. בשלב זה חלה ירידה בכישורים התעסוקתיים בקרב האנשים עם פיגור שכלי, המתחילה בגיל מוקדם יותר מאשר בקרב האוכלוסייה הרגילה (הרבה לפני גיל 65). ירידה זו באה לידי ביטוי בעצם המוטיבציה ללכת לעבודה, בקצב העבודה ובתפוקה (ברזון, גורדון, הולצמן וויס צוקר, 2000). קיים פער משמעותי בין השינוי בתפיסה הרעיונית, לבין מה שקורה בשטח. על אף ההכרה ההולכת וגוברת שירידה בכישורים התעסוקתיים מתחילה מוקדם יותר מאשר באוכלוסייה הרגילה, לא קיימת הגדרת גיל פרישה שונה לאוכלוסיית האנשים עם פיגור שכלי או התייחסות מעשית אחרת לנושא. כתוצאה, משולבים קשישים במסגרות תעסוקתיות, ללא אפשרות בחירה בסוגי פעילויות אחרים. על פי Stroud & Sutton (1988), תפקיד החברה לספק לאנשים מזדקנים עם פיגור שכלי את הזכות לפרוש, תוך הגברת האוטונומיה לבחור ממגוון רחב יותר של אפשרויות. במחקר שהם ביצעו על אוכלוסייה מעל גיל 60 שהמשיכה לעבוד במפעל מוגן, נמצא כי סביבת העבודה סיפקה למשולבים בה, בעיקר מענה לצורכיהם החברתיים. רוב הנשאלים תפסו את העבודה ומקום העבודה כאלטרנטיבה לישיבה חסרת מעש בבית. בהתאמה לממצאי מחקר זה, פיתחו החוקרים שתי תוכניות שונות לשעות פנאי, עבור מבוגרים במרכזים קהילתיים והציעו אותן לנחקרים כאלטרנטיבה לעבודה במפעל המוגן. ההיענות היתה נלהבת ושיעורי ההשתתפות גבוהים.

4. אוטונומיה, תפיסת שליטה וקבלת החלטות

4.1. הגדרות כלליות

על פי התפיסה ההומניסטית, אנשים מסוגלים להכוונה עצמית של התנהגותם (חופש הרצון) וזכאים לחיות את חייהם לפי בחירתם האישית ובכל סגנון המועדף עליהם. ההנחה העומדת בבסיס תפיסה זו היא שהאדם מסוגל להתבונן פנימה אל עצמו ומסוגל לניתוח עצמי. ההתבוננות פנימה והניתוח העצמי מסייעים בידי האדם לנהל ולשלוט טוב יותר בחייו (רייטר, 1997). מספר חוקרים מצאו קשר חיובי בין מידת השליטה שיש לאדם על תחומים בחייו לבין תפיסת איכות חיים טובה (Wehmeyer & Schwartz, 1998 eith 1990; Treece, Gregory & Mendis, 1999).

Cicirelli (1992) מדגיש כי תחושת שליטה של הפרט על גורלו מעלה את המורל, הדימוי העצמי ומחזקת את בריאותו. יכולת לבחירה חופשית נחשבת כגורם משמעותי ובסיסי בהגדרת **איכות חיים** וקשורה למושגים של העצמה, אוטונומיה אישית ותפיסה של מידת השליטה בחיים. ככלל, ההזדמנות לקיים בחירות והחלטות מוערכת מאוד בחברה המודרנית יכולות אלו משקפות את עצמאותו וערכו העצמי של הפרט (Guess, Benson & Siegel-Causey, 1985). פעילות פנאי היא אחד התחומים בחיים בו ניתנת לאדם אפשרות לבטא יכולות אלו, המובילות להתפתחות אישית ומימוש עצמי. מדובר בפעילות שתכניה הם חופשיים למדי, מחד, אך נדרשת פעולה יזומה הנובעת מהנעה פנימית, מאידך. החופש והשעות הפנויות מאפשרים השתלבות בפעילויות מהנות ומפתחות. קיימים כאמור מספר מושגים הקשורים ליכולת הפרט לקיים בחירה חופשית כאשר בכולם נבחן הקשר בין יכולת פנימית לבין מידת שליטת האדם על חייו :

(א) אוטונומיה (ב) נחישות עצמית (ג) בחירה / מכוונות עצמית (ד) תפיסת שליטה.

(א) **אוטונומיה (autonomy)** - אוטונומיה היא יכולת האדם לנהל את חייו ולכוונם באופן תכליתי, מתוך מודעות עצמית ושליטה עצמית. לפי Cicirelli (1992), זוהי יכולת הפרט לעשות שיקולים והחלטות באופן עצמאי כדי למלא צרכים ומטרות התואמות את ערכיו. מדובר בחוויה פנימית המבוססת על מערכת ערכים אשר הינה חזקה יותר מהיכולת לעצמאות תפקודית.

(ב) **תפיסת שליטה (Mastering)** - חוויה או תחושה מתמשכת של הפרט כי ביכולתו להשפיע על הסביבה, בצורה התואמת את צרכיו (לוי קדמן, 2000). זו היא אמונה אקטיבית של האדם, לגבי קיום בחירה בין תגובות בעלות אפקטיביות שונה, להשגת מטרה רצויה. התחושה כי ניתן לשלוט על אירועים משמעותיים בחיים (Lunger, 1983; Pearlin & Schooler, 1978).

ג) **בחירה (Choosing)** - בחירה היא פעולה של הפרט להעדפת חלופה אחת על פני מספר אלטרנטיבות ידועות ומוכרות לו. ההנחה היא כי יכולת זו נמצאת ברמה זו או אחרת בידי כל האנשים אך הביטוי לה יהיה שונה אצל סוגים שונים של אנשים (Shevin & Klein, 1984).

ד) **נחישות עצמית (Self determination)** - נחישות היא יכולת הפרט לבחור ולהיות המחליט העיקרי לגבי מחשבותיו, רגשותיו והתנהגותו. יכולת זו באה לידי ביטוי בהתנהגות אוטונומית של האדם הנוטל שליטה על חייו, תוך עריכת בחירות וקביעת מטרות, המותאמות לצרכיו, ערכיו ומקורות העניין שלו (אמבר, 1999).

5. אוטונומיה ושליטה אצל אנשים עם פיגור שכלי

בשנים האחרונות הולכת וגוברת ההכרה בחשיבות התייחסות למושגים כמו חופש הרצון, אוטונומיה, עצמאות וחופש, בקרב אנשי מקצוע המטפלים באנשים עם נכויות התפתחותיות (רייטר, 1997). למרות תפיסות מסוג נורמליזציה והעצמה, תנועת האי מיסוד והתפתחות הסגור העצמי לאנשים עם פיגור שכלי, עדיין רובם חיים בסביבות המגבילות את יכולתם לבחור ושולטות בתחומים רבים של חייהם (Treece et al, 1999; Wehmeyer & Schwartz, 1998). בתחום האוטונומיה, קיים פער משמעותי בין ההתייחסות לאנשים רגילים לעומת אנשים עם פיגור שכלי. הפער נובע משילוב בין קשיים אובייקטיביים של אנשים עם פיגור שכלי לבין חברה המקבעת את מצבם, על ידי מיעוט הזדמנויות לקיום בחירות חופשיות אישיות בתחומים רבים של חיי הפרט. על פי ברזון ואחרים (2000), דרגת העצמאות אליה יגיע האדם עם פיגור שכלי קשורה לאופן בו הוא גדל והתחנך במהלך השנים, באיזו מידה למד לקבל החלטות הקשורות לחייו ופיתח רמה מסוימת של מוקד שליטה פנימי או לא. רוב המחקרים בתחום מוכיחים כי לאנשים עם פיגור שכלי נחישות עצמית נמוכה יותר בהשוואה לכלל האוכלוסיה וטווח בחירה מועט מאוד (Wehmeyer & Melzer, 1997). אנשים עם פיגור שכלי לרוב בעלי "מיקוד שליטה חיצוני", מה שמסביר את הקשיים בקבלת החלטות, הישגים נמוכים בלימודים ובעבודה. מאחר והמושג "תפיסת שליטה" קרוב מאוד למושג "מיקוד שליטה", צפוי שגם זו תהיה בקרב אוכלוסיית אנשים עם פיגור שכלי, חלשה יותר (אמבר, 1999; Wehmeyer, 1994). חשוב להדגיש כי לא נעשו מחקרים רבים בתחום זה.

בתחום הפנאי אצל מוגבלים, מספר מחקרים בוחנים את סוגיית הבחירה החופשית ומחשיבים אותה כאינדיקטור המבדיל בין פעילות פנאי לבין פעילויות אחרות. במקרים רבים פעילויות של אנשים עם פיגור שכלי, מוכתבות להם על ידי הגורמים המטפלים. מצב זה נוגד למעשה את ההגדרה הבסיסית של המושג "פנאי", אשר מתייחס לאלמנט הבחירה החופשית כחלק אינטגרלי מפעילות הפנאי עצמה (Neumayer, 1994; Smith & Lundegren, 1993; Dattilo & Schleien, 1994). מחקר יוצא דופן המתייחס לסוגיה זו, בדק

לראשונה העדפתם האישית של צעירים עם תסמונת דאון לבילוי שעות הפנאי. האם מעדיפים הם לבלות עם אנשים עם נכויות אחרים או עם אוכלוסייה רגילה. הבדיקה נעשתה על ידי הצגת שני קטעי וידאו המתארים משחק באולינג: בראשון, הוצגו אנשים עם תסמונת דאון בלבד ובשני, קבוצה מעורבת. החוקרים בחנו והשוו את תגובותיהם של הנבדקים בעלי פיגור שכלי שצפו בקלטות. התוצאות הראו כי הנבדקים נטו להעדיף את הקבוצה ההומוגנית. התוצאות מתאימות לתיאוריות בתחום הפנאי, בקרב אוכלוסייה רגילה, שאנשים מחפשים להתחבר עם דומיהם (Neumayer et al, 1993). החוקרים יוצאים מתפיסה מקצועית הדוגלת בנורמליזציה מחד, ובחופש בחירה מאידך. לדעתם יש לבדוק את רצון האדם עם פיגור שכלי, לפני שממהרים להחליט עבורו כיצד יבלה, היכן, מתי ועם מי. בהתאמה אסור לדוגלים בעקרון הנורמליזציה, לשכוח את גורם חופש הבחירה ואת ההעדפה האישית של כל אחד. עמדה דומה מציגה רייטר (1997) בהדגישה כי בשאיפה לאיכות חיים גבוהה עבור אנשים עם פיגור שכלי, חשוב לאפשר להם לבחור את מידת ההשתתפות שלהם בתוך הקהילה, על מנת שיוכלו לשמור על הזכות להיות שונים, באותה מידה כמו על הזכות להיות כמו כולם.

שני המדדים העיקריים שמייצגים את המושג הרחב "אוטונומיה" במחקר זה הם: תפיסת שליטה ויכולת עצמאית לקבלת החלטות.

6. מסגרת המגורים ופעילות פנאי

עקרון הנורמליזציה מדגיש כי צרכיו הבסיסיים של האדם עם פיגור שכלי אינם שונים בבסיסם מצרכיהם של מי שאינם מפגרים, וכי יש לספק לאנשים עם פיגור שכלי דפוסים ותנאים של חיי יום יום הקרובים ככל שניתן לתנאי החיים של כלל החברה (Nirje, 1969). חדירת עקרון זה לתפיסה המקצועית של המטפלים בתחום הביאה לשינוי מהפכני בתפיסות המקצועיות לגבי אופי הדיור המתאים ביותר לאדם עם פיגור שכלי. החל מאמצע שנות ה-70, החלו לייסד צורות מגורים אלטרנטיביות למוסדות הגדולים והמנוכרים שהיו נפוצים עד אז: מסגרות של דיור קהילתי המאופיינות באווירה ביתית, מתירנית וגמישה יחסית ומונות מספר קטן יחסית של דיירים (צוריאל וליפשיץ, 1991; אמבר, 1999). תפיסה זו מקובלת עד היום כחלק נורמטיבי בהתפתחות האדם עם פיגור שכלי הבוגר ועזיבת בית ההורים לטובת מערך דיור. התאמת צורת המגורים ליכולותיו, שלבי התפתחותו ושלבי חייו השונים הם חלק מהמטרות במגוון המסגרות הקהילתיות שפותחו עם השנים. בשנים האחרונות גוברת ההכרה שלא מספיק רק לשלב פיזית בקהילה אלא יש לבחון את מידת התערותו ומעורבותו של הפרט דרך השתתפות משמעותית בחיי הקהילה וצריכת שירותים בקהילה הרחבה (רימרמן ושוורץ, 1995).

איכות החיים ושיעור הרצון מהחיים נבדקו במספר גדול יחסית של מחקרים על אנשים עם פיגור

שכלי המתגוררים בסוגי המסגרות השונות תוך ניסיון להבין מה המסגרת המועדפת. הממצאים אינם חד משמעיים: שביעות הרצון מהחיים נמצאה בדרך כלל גבוהה יותר בקרב דיירים בדוור מוגן לעומת אלה הגרים בבית ההורים או במעון פנימייה (בן מנחם, 1997). לגבי איכות החיים נראה כי משתנים רבים משפיעים עליה ולכן לא נמצאו הבדלים באיכות החיים בין אנשים המתגוררים במסגרות דוור שונות (בנדוב ורייטר, 1997). במחקרים שנעשו על מסגרות הדוור המוגן נמצא לרוב כי הדיירים במסגרות הפתוחות יותר הינם עצמאיים יותר ובעלי רמת מעורבות גבוהה יותר בבחירה ובקבלת ההחלטות בנושאים יומיומיים (רימרמן ושוורץ, 1995; שוורץ, 1995). יחד עם זאת, ישנם ממצאים הפוכים המורים כי למרות העמדה המוצהרת למתן חופש פעולה גבוהה לדיירים, בפועל החלטות רבות הנלקחות על ידי אנשי הצוות. לדוגמה במחקר איכותני על שני בוגרים עם פיגור שכלי הגרים בדוור מוגן, נמצא כי הם כמעט ולא היו מעורבים בבחירות אשר להן השפעה מכרעת על חייהם. במאמר נטען כי אין זה מספיק להסתמך רק על שביעות רצונם של העצמית של המוגבלים מחייהם, מאחר ולא תמיד הם מודעים לאפשרויות הבחירה ולהשפעותיה החיוביות על החיים. נסיבות חייהם של מרבית האנשים עם פיגור שכלי ובייחוד אלו ששהו שנים רבות במוסד, הובילו אותם לקבל ללא עוררין את העובדה שאחרים מקבלים החלטות משמעותיות עבורם (Treece et al, 1999). בדומה, אמבר (1999) מצאה כי הנחישות העצמית של מפגרים בהוסטל נמוכה מזו של הגרים בבית ההורים.

במחקר הנוכחי נבדק הקשר בין תפיסת השליטה של האדם עם פיגור שכלי לבין רמת פעילות הפנאי שלו, תוך השוואה בין סוגי הדוור השונים.

7. תחום התעסוקה ופעילות פנאי

תחום התעסוקה הוא אחד המרכזיים ביותר בשיקומו של האדם הבוגר עם פיגור שכלי, מאחר והוא מהווה אינדיקטור לשילוב מוצלח בחברה וליישום עקרון הנורמליזציה. שילוב במסגרת תעסוקתית תואמת נמצא כתורם לתחושת יעילות, פרודוקטיביות ושייכות. השילוב במסגרת תעסוקתית מציב את האדם המוגבל בקו שווה לאנשים רגילים. האם ניתן לנבא על פי אופי התעסוקה (סוג המסגרת התעסוקתית) את מידת ההצלחה של אדם עם פיגור שכלי ליצור קשרים חברתיים ולהנות מפעילות פנאי מובנית. מספר מחקרים ניסו לבחון סוגייה זו. במחקר על הקשר שבין עבודה לפנאי בכלל האוכלוסייה לא נמצאה כמעט השפעה של עבודה על מדדי פנאי. יחד עם זאת, נמצא קשר הדוק וחזק בין מאפיינים אישיים (הערכה עצמית ומיקוד שליטה) ורמת השכלה על מדדים של עבודה ושל פנאי (Okeefe, 1986).

Katz & Yekutiel (1974) חקרו את השימוש בשעות פנאי כתהליך שיקומי בקרב אוכלוסיות עם צרכים מיוחדים. להערכתם, השתתפות בפעילות חברתית דורשת מהאדם המוגבל אינטילנגציה מינימלית, ציות

לכללי התנהגות ויכולת להסתדר עם הזולת. שאלון שהועבר לכ-130 מפגרים במפעל מוגן בדק את תפקודם בשעות הפנאי, לעומת מפגרים שאינם במסגרת תעסוקתית. נמצא כי קיים הבדל בין אלו שעובדים לעומת אלו שאינם עובדים ובין אלה הגרים בקהילה לעומת הגרים בדיור מוגן. אנשים עם פיגור שכלי שעבדו באופן מסודר והתגוררו בדיור מוגן ניצלו את שעות הפנאי באופן פעיל יותר. לפיכך, מסיקים החוקרים כי תוכנית השיקום האינדיבידואלית יעילה לשיקום מקצועי אך לא לשיקום חברתי. על כן מומלץ לפתח מיומנויות חברתיות לאנשים מפגרים בשלב מוקדם ככל הניתן. המלצה זו תואמת את גישתם החינוכית של Schleien & others (1995), הגורסת כי חינוך לשעות הפנאי צריך להיות מוקנה כבר במסגרת בית הספר. במחקר הערכה לפרוייקט ההשמה "נסה בדרך אחרת", בו משולבים אנשים עם נכות התפתחותית בשוק החופשי, נמצא כי כמעט ואין קשר בין מסגרת התעסוקה להיווצרותם של קשרים חברתיים עם אנשים רגילים, מעבר לשעות העבודה (ברזון, גורדון והולצמן, 1990; רייטר ואחרים, 1980). עם זאת, לא נבדק מידת הקשר בין המשוקמים לבין אנשים עם נכויות כמותם שהוא האופייני בדרך כלל לאוכלוסייה הנחקרת. מיעוט מחקרים עדכניים בתחום זה מקשה על קבלת תמונה כוללת אודות הגורמים העשויים להשפיע על יכולת הפרט לפעילות חברתית. נראה כי מדובר בשילוב בין מספר משתנים כגון: סוג המסגרת התעסוקתית בה משובץ האדם, סביבת העבודה ורמת העובדים האחרים במקום. עולה השאלה האם יכולת לעבוד באופן מסודר מנבאה השתלבות מוצלחת בפעילויות חברתיות בשעות הפנאי או שאין קשר בין הדברים. בילוי פנאי פחות מובנה מעבודה ומאפשר ביטוי של כישורים בתחום היצירתיות, חופש פעולה ויכולת חברתית גבוהה יותר. סוגי העבודות בהן מועסקים רוב האנשים עם פיגור שכלי הינן מונוטוניות ודורשות יכולת ריכוז עם מידה מועטה של אינטראקציה לסביבה החברתית במקום העבודה ולכאורה אין בהן כדי לתרום להם בתחום בילוי הפנאי. ניתן למצוא לדוגמא, אוטיסטים המצליחים להגיע להספקים יוצאי דופן מתוך יכולת ריכוז והתכנסות גבוהה, ללא תקשורת עם הסובבים. ברם, אין כמעט עבודה ובפרט בשוק החופשי, שהצורך בקשרים אנושיים אינו רלוונטי; העובד נדרש לגלות התמדה, גמישות ויכולת הסתגלות בינאישית. אי לכך, להערכתנו, השתלבות מוצלחת בפעילות פנאי דורשת גם כישורים ומיומנויות הדומים לאלו הנדרשים בעבודה.

לבחינת הקשר שבין מסגרת התעסוקה לבין תפיסת שליטה, מעניין לערוך השוואה עם מחקרים שנעשו באוכלוסייה הרגילה. במחקרים חדשנים שבחנו אנשים רגילים, שאינם מועסקים לאורך זמן, נמצא כי תפיסת השליטה משפיעה על יכולתם להתמיד בעבודה. אדם עם מיקוד שליטה פנימי גבוה יצליח להשתלב בקלות רבה יותר חזרה למעגל העבודה, לעומת אנשים עם מיקוד שליטה חיצוני (Waters, & Moore, 2002). במחקר זה נמצא גם קשר עם תחום הפנאי, אנשים בעלי מיקוד שליטה פנימי, אשר משולבים באופן קבוע בתעסוקה, יקבלו סיפוק ומשמעות גבוהים יותר מפעילות הפנאי. לגבי אנשים עם פיגור שכלי,

(1994), בדק את הקשר בין תפיסת שליטה של בוגרים עם נכות התפתחותית לבין סוג מסגרת התעסוקה בה עובדים. בין הממצאים הבולטים שנבדקים המועסקים במסגרות מוגנות (וגם לא מועסקים), תפסו עצמם כבעלי שליטה פחותה לעומת נבדקים שהועסקו במסגרת השוק החופשי. מחקר זה מחזק את הטענה בדבר קשר בין סוג המסגרת ומידת ההזדמנויות לשליטה ויזומה שהיא מאפשרת למשולבים בה, לבין התפתחות תפיסת שליטה חזקה או חלשה. ניתן לצפות כי בהשוואה בין שני סוגי התעסוקה, עובדים בשוק חופשי רכשו עם השנים יכולת לתמרון, חופש פעולה ועל פיתחו יכולת גבוהה יותר לשליטה במצבים פחות ברורים וחד משמעיים.

8. סיכום סקירת הספרות

במטרה ללמוד על תחום הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי נסקרו דפוסי פנאי של כלל האוכלוסיה והאדם עם פיגור שכלי בפרט. מהסקירה הספרותית עולה תפיסת עולם מודרנית הרואה את פרט עם נכות התפתחותית במרכז ובוחנת את שיקומו על פני טווח גדול של מרכיבים. פעילות הפנאי היא אחת הדרכים החשובות למימוש עצמי ולתחושת שייכות ובסופו של דבר עשויה להגביר את איכות חייו של האדם. נקודת המוצא של הפרט עם פיגור שכלי בתחום הפנאי בולטת כבעייתית ביותר. מדובר באנשים עם רמת השכלה נמוכה, ליקויים במיומנויות אינסטרומנטליות, בעיות חברתיות ושכליות, לרוב בעלי מיקוד שליטה חיצוני וזמן פנוי רב יחסית לבני גילם הרגילים. קיים סימן שאלה גדול על מידת יכולתם להכוונה עצמית, אוטונומיה וקיום חופש בחירה באשר למילוי זמנם הפנוי. יחד עם זאת נמצא שאחד המדדים המרכזיים המשליכים על מידת המעורבות של מוגבלים בפעילות פנאי, הוא רמת העצמאות ומידת חופש הבחירה הניתנים להם. ככל שמידת עצמאותם תגבר ותינתן להם מידה רבה יותר של חופש בחירה כך ההשתתפות בפעילות פנאי תגבר ותהפוך עבורם למהנה יותר (Glausier, Whorton and Knight, 1995). כיום מדגישים אנשי המקצוע המטפלים באוכלוסיות אנשים עם פיגור שכלי, יותר ויותר את פיתוח המיומנויות לשליטה, בחירה ונחישות עצמית, כמטרות בתהליך החינוך (אמבר, 1999).

אחת השאלות שמחקר זה מנסה לבדוק היא מידת השפעת תפיסת השליטה של אדם עם פיגור שכלי על דפוסי הפנאי שלו. האם האופי הקונפורמיסטי של האנשים עם פיגור שכלי מפריע להם במיצוי תחום הפנאי ובהנאה מלאה ממנו או אולי יש גורם המוביל לאיכות חיים נמוכה יחסית? במחקר ייבדקו ההבדלים בין דיירי הדיור המוגן לבין אנשים עם פיגור שכלי המתגוררים בבית ההורים בהיבט דפוסי הפנאי ותפיסת השליטה העצמית; האם קיימת השפעה של סוג המגורים על רמת השליטה העצמית של אנשים עם פיגור; מהי השפעתם של סגנונות תעסוקה שונים על תפיסת השליטה ועל דפוסי הפנאי. מבין המרכיבים השונים שפורטו, במחקר הנוכחי בחרתי להתייחס לשני תחומים מרכזיים: האחד, "תפיסת שליטה", מרכיב משמעותי בתוך המושג הכולל "אוטונומיה", והשני, "רמת פעילות פנאי", המתמקד בצד האופרטיבי של תחום הפנאי, עד כמה הנבדקים עוסקים בפעילות ובאילו סוגים. ההשערות שמופיעות בפרק הבא גובשו מתוך מטרה להתמקד בהשפעות של שני סוגי התעסוקה והדיור ובזו של תפיסת השליטה, תוך נטרול מירבי של גורמים אחרים שעשויים להשפיע.

פרק 2 - השערות המחקר

בפרק זה תוצגנה ארבע (4) השערות המחקר לבדיקה. בהמשך תוצגנה הגדרות אופרטיביות למושגים שמופיעים בהשערות המחקר והסבר קצר לגבי אופן מדידתם: פעילות פנאי, תפישת שליטה, יכולת קבלת החלטות, סוג מסגרת מגורים, סוג מסגרת תעסוקה.

1. השערה ראשונה

יימצא קשר בין סוג מסגרת הדיור לבין רמת פעילות הפנאי, טיפוס פעילויות הפנאי ודרגת תפישת השליטה של אנשים עם פיגור שכלי:

1.1. בקרב המתגוררים בדיור מוגן תמצא רמת פעילות פנאי גבוהה ובעלת מגוון רחב יותר מאשר בקרב המתגוררים בבית ההורים.

1.2. בקרב המתגוררים בדיור מוגן תמצא דרגת תפישת שליטה ויכולת החלטה גבוהות יותר מאשר בקרב המתגוררים בבית ההורים.

2. השערה שנייה

יימצא קשר בין סוג התעסוקה לבין רמת פעילות פנאי, טיפוס פעילויות הפנאי ודרגת תפישת השליטה של אנשים עם פיגור שכלי:

2.1. בקרב אנשים העובדים בשוק החופשי, תמצא רמת פעילות גבוהה יותר מאשר בקרב אלו העובדים במסגרת תעסוקתית מוגנת.

2.2. בקרב העובדים במסגרת תעסוקתית מוגנת, תמצא דרגת תפישת שליטה ויכולת החלטה נמוכות יותר מאשר בקרב אלו העובדים בשוק החופשי.

3. השערה שלישית

יימצא קשר בין סוג מסגרת המגורים וסוג התעסוקה לבין שיעור ההשתתפות בטיפוסי הפנאי השונים, כך שבדיור מוגן שיעור פעילות חוץ ביתית גבוה יותר.

4. השערה רביעית

יימצא קשר בין תפיסת השליטה לבין רמת פעילות הפנאי; ככל שתפיסת השליטה גדולה יותר, אזי רמת פעילות הפנאי גבוהה יותר ושיעור הפעילויות מחוץ לבית גבוה יותר.

5. הגדרות אופרציונליות (הגדרות אופרטיביות למושגי השערות המחקר)

5.1. פעילות הפנאי

פעילות הפנאי נבדקה על בסיס תשובותיהם של המרואיינים לשאלות המתארות דפוסי פנאי, לדוגמה "האם אתה צופה בטלוויזיה ובאיזו תכיפות?". התוצאות מכלל השאלות בתחום הפנאי נותחו באמצעים סטטיסטיים במטרה לאפיין את דפוסי פעילות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי בשני מישורים: רמת פעילות הפנאי וסוגי הפעילויות הנפוצות בקרב אוכלוסייה זו. במושג "רמת פעילות פנאי" הכוונה לתדירות ההשתתפות של היחיד בפעילויות פנאי המועדפות עליו. האם האדם עם פיגור שכלי מרבה לעסוק בפעילויות פנאי או להיפך. רמת השתתפות גבוהה תבוא לידי ביטוי במילוי רוב הזמן הפנוי בעיסוקי פנאי ורמה נמוכה תהיה אם הפרט מעביר זמנו הפנוי ללא עיסוקים ספציפיים.

5.2. טיפוסי פעילות

במושג "טיפוסי פעילות" הכוונה היא לסגנון הפעילות של האדם, האם ניתן למצוא כוונים מיוחדים שהם אופייניים יותר לאוכלוסייה זו, מה ההבדלים בין אנשים עם פיגור שכלי החיים בדיור מוגן לבין אלו שבבית ובין אלו בסוגי התעסוקה השונים מבחינת הנטייה לשימוש בשירותי פנאי מחוץ לבית למול התרכזות בפעילות פנים ביתית. אופי פעילות הפנאי נבדקה על ידי חלוקת מכלול הפעילויות שבשאלון לשתי קטגוריות: פנים וחוץ ביתי, וניתוחן על פי הקבוצות השונות.

5.3. רמת תפיסת השליטה

רמת תפיסת השליטה נבדקה באמצעות שאלון השליטה של Pearlın & Shooler (1978) אשר הותאם לאנשים עם פיגור שכלי (ראה סעיף 2.2 בפרק "שיטת המחקר"). במושג "רמת תפיסת שליטה" הכוונה היא למידה שבה הפרט תופס את עצמו כשולט בסביבתו הקרובה, כמשפיע על מהלך חיי היום יום שלו. ציון גבוה בשאלון ייחשב לרמת תפיסת שליטה גבוהה וציון נמוך, בהתאמה, ייחשב כרמת תפיסה נמוכה.

5.4. יכולת קבלת החלטות

יכולת קבלת החלטות בתחום הפנאי נבדקה על ידי "שאלון החלטה" שמורכב מסך כל תתי השאלות בשאלון הפנאי: שאלות כדוגמת "מי מחליט האם תצפה בטלוויזיה?" (סעיף 2.3 בפרק שיטת המחקר).

5.5. סוג מסגרת מגורים

במונח "סוג מסגרת מגורים" הכוונה היא למסגרת הדיור שבה מתגורר הנבדק באופן קבוע, למעלה משנה. במחקר זה הוגדרו ונבדקו שני סוגים של מסגרות דיור: (1 דיור מוגן על סוגיו ו-2) בית ההורים.

5.6. סוג מסגרת תעסוקה

במונח "סוג מסגרת תעסוקה" הכוונה להבחנה בין סוגי שילוב תעסוקתי הפתוחים לאנשים עם פיגור שכלי, בהתאם לרמת התמיכה הניתנת לאדם. שני סוגי המסגרות שנבחנו הן: (1 תעסוקה מוגנת בתוך מפעל עבודה שיקומי. (2 תעסוקה בשוק החופשי, שילוב פרטני בעיקר במקומות עבודה רגילים עם ליווי מתוגבר.

פרק 3 - שיטת המחקר

1. נבדקים

המחקר כלל 98 בוגרים מהעיר תל אביב יפו העונים לקריטריונים הבאים :

1.1. מתפקדים ברמה של פיגור קל עד בינוני על פי ועדת אבחון של האגף לטיפול באדם עם פיגור שכלי במשרד העבודה ורווחה.

1.2. הינם בוגרים מעל גיל 21.

1.3. עובדים במסגרת תעסוקתית קבועה, במהלך השנה האחרונה לפחות.

1.4. מתגוררים במסגרת הקהילה בבית ההורים או בדיור מוגן, במהלך השנה האחרונה לפחות.

הנבדקים כוללים את כל האוכלוסייה העונה לקריטריונים הנ"ל, לפי רשימות של השרות לנכויות

התפתחותיות בעיריית תל אביב יפו. מתוך סך האנשים שנבחרו, השתתפו במחקר 86 נבדקים.

5 הורים התנגדו לראיון ילדיהם ושלושה אנשים בעלי פיגור שכלי התנגדו לראיון, לאחר שניתנה הסכמת הוריהם. שני נבדקים לא נכללו בניתוחי התוצאות מכיוון שלא הבינו את השאלות. לשני נבדקים נוספים לא הצלחנו להגיע בשל אשפוזם במהלך תקופת המחקר.

במחקר השתתפו 49 נשים ו-37 גברים, בגילאים 21 – 61 שנים. גיל ממוצע: $M = 41.16$; $SD = 10.58$.

הנבדקים נחלקים על פי מסגרת המגורים שלהם, לשני סוגים: דיור מוגן או משפחה, ועל פי סוג התעסוקה: שוק חופשי או תעסוקה מוגנת, **סך הכל 4 קבוצות**. חלוקת המדגם על פי ארבע הקבוצות, מוצגת בלוח מספר 1

לוח מספר 1

התפלגות הנבדקים לפי סוג תעסוקה וסוג מגורים באחוזים

סוג התעסוקה		סוג המגורים
שוק חופשי	מפעל מוגן	
20.7%	26.4%	במשפחה
29.9%	20.0%	דיור מוגן

כפי שניתן לראות בלוח מספר 1, אחוז הנבדקים בקבוצות השונות דומה ואכן בניתוח χ^2 להשוואה בין נבדקים המתגוררים במשפחה לאלו בדיור המוגן, לא נמצאו הבדלים מובהקים על פי מסגרת התעסוקה

$$\chi^2 = 1.38; df = 1, P > 0.05. \text{ (חופשי / מוגן).}$$

בהשוואת שתי קבוצות התעסוקה, שוק חופשי ותעסוקה מוגנת, לא נמצאו הבדלים מובהקים
 $F(1,83) = 0.26; P > 0.05$. כמו כן לא נמצאה אינטראקציה מובהקת של המשתנים דיור ותעסוקה
 $F(1,83) = 0.15; P > 0.05$. הלוח הבא מציג את התפלגות נבדקי המחקר על פי המאפיינים

הדמוגרפיים.

לוח מספר 2

התפלגות (N ; %) הנבדקים על פי המאפיינים: מגדר, מוצא הורים, השכלה ומצב בריאות

מאפיינים	ערכים	N	%
מגדר	נשים	49	57.0
	גברים	37	43.0
מוצא האב	ישראל	16	20.3
	מערב	35	44.3
	מזרח	28	35.4
מוצא האם	ישראל	21	27.3
	מערב	33	42.3
	מזרח	23	29.9
השכלה (סוג בית ספר)	רגיל	16	20.3
	מיוחד	63	79.9
השכלה (שנות לימוד)	חלקי	37	43.0
	מלא	49	57.0
בעיות רפואיות	אין	67	77.9
	יש	19	22.1

כפי שניתן לראות בלוח מעלה, הרוב המכריע של הנבדקים למד בבתי ספר מיוחדים. כ-20% הנותרים למדו בבתי ספר רגילים בשנים הראשונות ללימודיהם. 43% מהנבדקים למדו לימודים חלקיים בלבד, עד 10 שנות לימוד. הנותרים סיימו לימודים מלאים עד גיל 21, בבית ספר לחינוך מיוחד. מבחינה בריאותית, לרוב הנבדקים אין בעיות רפואיות מיוחדות. לגבי מוצא ההורים, למעלה מ-40% מהנבדקים מוצאם מארצות אירופה ואמריקה. כ-30% מוצאם מארצות אפריקה ואסיה. רק ל-20% מהנבדקים, שני ההורים נולדו בישראל.

2. כלי המחקר

במחקר זה נעשה שימוש בשאלון מובנה מראש שהועבר בצורת ראיון אישי לכל אחד מהנבדקים. השאלון מורכב משלושה חלקים: שאלון דמוגרפי, שאלון שליטה ושאלון פעילויות פנאי.

2.1. שאלון הפרטים הדמוגרפים

השאלון הדמוגרפי כולל פריטים סטנדרטיים, המקובלים במחקרים בתחום: מין, גיל, מוצא, השכלה, מסגרת מגורים, מסגרת תעסוקתית ומצב בריאותי (נספח א).

2.2. שאלון שליטה (Mastery)

תפיסת השליטה נבדקה באמצעות שאלון שליטה, המבוסס על השאלון של Pearl & Schooler (1978), המונה 7 היגדים. בשאלון המקורי הנבדק נדרש לדרג כל היגד על סולם מ-1 (לא

מתאים) עד

5 (מתאים מאוד). ממוצע התשובות משבעת ההיגדים מהווה את ציון הנבדק, כאשר ציון גבוה, מעיד על תחושת שליטה גבוהה. השאלון המקורי (נספח ב) הועבר לאנשים עם ליקויי ראייה במחקרה של לוי קדמן (2000), ונמצאה עקיבות פנימית של 0.787 במבחן אלפא קרוניך. אוכלוסיית המחקר, בהגדרתה מתקשה להתמודד עם ניסוחים מורכבים בנושאים מופשטים כגון שליטה ולכן יש סיכון גדול מהרגיל לחוסר הבנת השאלות, בעיות ריכוז ואינטרפטציה שונה של השאלות. כל אלו גורמים המאיימים על מהימנות הנחקר וכתוצאה על מהימנות הכלי. אי לכך, נדרשתי לתהליך התאמת השאלון לאוכלוסייה הנחקרת.

תהליך שינוי והתאמת שאלון השליטה כלל 3 שלבים.

השלב הראשון – Pre Test לשאלון המקורי – בשלב הראשון העברתי את השאלון המקורי כפי שהוא

ל-4 נבדקים ונוכחתי כי השאלון המקורי לא מתאים לאוכלוסיית היעד של המחקר, הן מבחינת הניסוחים והן בהיבט היכולת להשתמש בסולמות. לאור התוצאות, השאלון הועבר לבדיקה של שישה שופטים, אנשי מקצוע מהתחום, אשר כל אחד מהם העיר מסר בנפרד את הערותיו והצעה לניסוח מחדש המותאם לאוכלוסיית היעד.

השלב השני – הכנת נוסח חדש לשאלון ותיקופו. בשלב השני, בוצעה אינטגרציה בין הערות השופטים השונים וכן הופקו לקחים מבעיות שנצפו אצל הנבדקים (בשאלון המקורי). הוכן נוסח חדש לשאלון (נספח ד). יש לציין כי בוצע תיקוף הנוסח החדש של השאלון, תוך מציאת רמת

המתאם בין זוגות של ניסוחים לאותו היגד (נספח ג), על ידי העברתו ל-10 נבדקים באוכלוסייה הרגילה ונמצא כי רמת המתאם גבוהה.

השלב השלישי – Pre Test לשאלון המותאם (גרסת השאלון בנספח ד). השאלון החדש הועבר ל-3 נבדקים אחרים והתגלה כמובן הרבה יותר. ברם, הנבדקים התקשו לסמן את עמדתם על הרצף בטווח של 5 אפשרויות. לאור בעיה זו ומתוך ידיעה ששינוי זה בוצע בשאלון גם במחקרים אחרים, נבנה מדד אחד כללי, על פי ממוצע ההערכות בשבעת הפריטים, כך שטווח הציון יהיה מ-1 ועד-3. ככל שהציון גבוהה יותר השליטה רבה יותר.

בבדיקת העקיבות הפנימית של שאלון השליטה במחקר, נמצאה תחילה עקיבות פנימית נמוכה:

$\alpha = 0.58$, אולם התברר שלפריט מספר 6 מתאם נמוך עם הציון הכללי

$r = 0.06$. לאחר הורדתו של פריט זה, נתקבלה עקיבות פנימית גבוהה יותר: $r = 0.64$.

2.3. שאלון פעילות הפנאי

שאלון פעילות הפנאי מונה 19 שאלות על מידת השתתפותו של הנבדק בפעילויות פנאי שונות. הנבדק צריך לציין אם הוא מבצע את הפעילויות ובאיזה תכיפות, בטווח של: אף פעם לא ועד לעיתים קרובות מאוד. לאחר כל שאלה כזו מופיעה תת שאלה שמטרתה לבדוק את תהליך קבלת ההחלטה לביצוע הפעילות. שאלון זה מבוסס על שני כלי מחקר קיימים שנבנו ונבדקו על אוכלוסיית האנשים עם פיגור שכלי: שאלון פעילות פנאי של שוורץ (1994), שאלון סקר הצרכים ומענים של אנשים מבוגרים ומזדקנים עם פיגור שכלי החיים בקהילה של ברזון ואחרים (2000). שאלון זה ייקרא בפרק התוצאות – "שאלון פנאי" (נספח ה). לשאלון הפנאי התקבלה עקיבות פנימית די נמוכה $\alpha = 0.65$, לאחר הורדת שלושה פריטים שמתאם עם הציון הכללי נמוך מ- $r = 0.10$ (פריטים 1, 14, 18), נמצאה עקיבות פנימית סבירה: $\alpha = 0.69$.

אוסף תתי השאלות, הבודקות את תהליך קבלת ההחלטה לביצוע פעילות פנאי: האם האדם עם פיגור שכלי החליט בעצמו על השתתפות בפעילות מסוימת או שהוא נזקק לעזרה, מבוסס על שאלון בחירה וקבלת החלטות למבוגרים בעלי נכות אינטלקטואלית של Stacliffe (1995). שאלון זה נקרא "שאלון החלטה". לשאלון ההחלטה במחקר זה יצאה אלפא מאוד גבוהה: $\alpha = 0.80$.

לביצוע ניתוח ספציפי יותר לפעילות הפנאי, ובהתאם לספרות המקצועית בתחום, חולקו 19 הפעילויות לשתי קטגוריות: פעילות בתוך הבית ופעילות מחוץ לבית. החלוקה בוצעה תוך

אינטגרציה של חוות דעתם של שלושה שופטים מהתחום שבחנו את הרשימה. הפעילויות תוך הבית כוללות: צפייה בטלויזיה, האזנה לרדיו, קריאה, עבודה על מחשב ומשחקי חברה. כל השאר הן פעילויות מחוץ לבית.

3. הליך המחקר

- 3.1.** נשלחו פניות בכתב ל-98 הורים / אפוטרופוסים של אנשים עם פיגור שכלי, העונים לקריטריונים של אוכלוסיית המחקר כפי שנקבעה מראש. שבע משפחות הביעו התנגדותן לראיון בניהם / בתם. מתוכן, שתי משפחות בקשו לשוחח עימי כדי להבין יותר לעומק את משמעות הראיון ולאן יעבור המידע הנאסף ממנו. לאחר השיחה הטלפונית בה הובטחה סודיות המידע ושימוש בו למטרות אקדמיות בלבד, שתי המשפחות נתנו אישורן. כל היתר הביעו הסכמתן.
- 3.2.** לפני עריכת הראיון, הוסברה מטרתו למרואיין, בקצרה ובפשטות. היה לי חשוב לקבל את הסכמתו האישית של המרואיין לביצוע הראיון, מתוך הגישה המנחה את כל המחקר: מתן בחירה בכל תחום אפשרי לאדם עם פיגור שכלי. בשלב הזה היו שלושה מרואיינים שלא הסכימו להשתתף בראיון.
- 3.3.** הראיונות בוצעו בשני אופנים: הראשון במסגרת הבית, בתיאום מראש עם המרואיין או משפחתו. האופן השני נוהל על ידי שתי מראיינות (כל אחת בנפרד), אני ומראיינת בשכר אשר קיבלה הכנה מתאימה מראש.

פרק 4 - ממצאים

פרק זה מציג את ממצאי המחקר. בטרם תוצגנה תוצאות המחקר המתייחסות להשערות, נציג את הממצאים המתייחסים למדגם ולהרכבו. בהמשך יוצגו תוצאות הבדיקה לגבי קשרים בין משתני המחקר: פעילות פנאי, יכולת החלטה, תפישת שליטה, סוג תעסוקה וסוג המגורים.

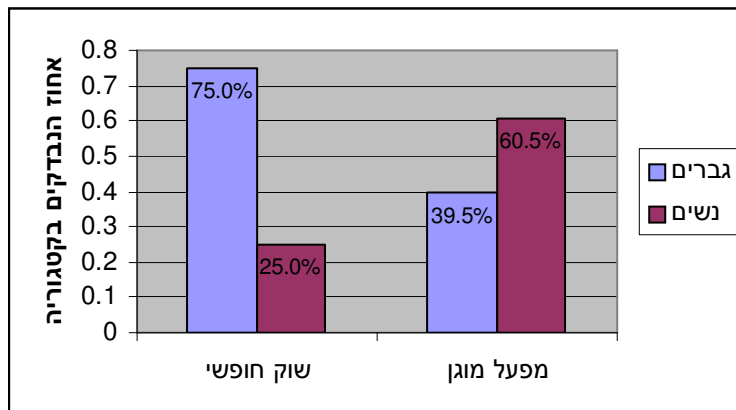
1. ניתוח ממצאי המדגם

נבדקי המחקר נחלקים לארבע קבוצות, על פי סוג הדיור וסוג התעסוקה. לבדיקת מידת קיומם של הבדלים בין הקבוצות מבחינת התפלגות המאפיינים הדמוגרפיים, מגדר, גיל, מוצא, מצב בריאות והשכלה (מספר שנות לימוד), נעשו ניתוחי χ^2 . לא נמצאו הבדלים מובהקים בין הנבדקים בארבע הקבוצות מלבד בשני משתנים: מגדר וגיל. בהתפלגות משתנה **המגדר** נמצאו הבדלים מובהקים רק בהתייחס למסגרת התעסוקה,

תרשים מספר 1. להלן תיאור ההבדלים בתרשים. $\chi^2 = 11.18; df = 1; P < 0.001$.

תרשים מספר 1

התפלגות סוג התעסוקה לפי מגדר



כפי שניתן לראות בתרשים מספר 2, בקרב העובדים במפעל מוגן, אחוז הנשים גבוה באופן משמעותי

(65.0%) מאחוז הגברים. בקרב העובדים בשוק החופשי, לעומת זאת כשלושה רבעים מהמועסקים הם

גברים. במשתנה **הגיל** נמצא כי בקרב נבדקים המתגוררים במסגרות דיור מוגן ישנם אנשים יותר

מבוגרים מאשר בקרב המתגוררים בבית. הגיל הממוצע של נבדקים בדיור מוגן הוא: $M = 45.30; SD =$

8.43, לעומת גילם הממוצע של אלו הגרים בבית הוריהם: $M = 36.51$; $SD = 10.91$. נתון זה עולה בקנה אחד עם ממצאים ממחקרים קודמים שהגיל הממוצע של אנשים החיים בדוור מוגן גבוה יותר מאשר אלו שבבית (בן מנחם, 1997).

2. בדיקת ההשערות

2.1. הקשר בין סוג מסגרת הדוור לבין פעילות פנאי ותפישת שליטה

ההשערה הראשונה קבעה כי לנבדקים אשר מתגוררים בדוור מוגן תהינה רמת פעילות פנאי ורמת שליטה גבוהות יותר מאשר לנבדקים הגרים בבית ההורים. רמת פעילות פנאי נבדקה במחקר זה באמצעות מדד אחד ואילו השליטה נבדקה על ידי שני מדדים: תפישת השליטה ויכולת קבלת החלטות. בכל שלושת המדדים, הציון מבוטא באחוזים. לבדיקת ההבדלים בין הקבוצות השונות, נעשה ניתוח 2×2 MANOVA (סוג דוור X סוג תעסוקה). בניתוח ה-MANOVA, נמצא הבדל מובהק בין האנשים הגרים בדוור מוגן לבין אלו שבבית $F(3,80) = 4.12$; $P < 0.01$, בהתייחס לרמת פעילות הפנאי. לוח מספר 3 מציג את הממוצעים וסטיות התקן של הנבדקים הגרים בדוור מוגן ושל אלו הגרים במשפחה, בשלושת המדדים. כמו כן מוצגות בטבלה תוצאות ניתוח השונות שבוצע להשוואה בין שתי הקבוצות, בכל מדד בנפרד.

לוח מספר 3

ממוצעים וסטיות תקן של רמת פעילות פנאי,

יכולת קבלת החלטות ותחושת שליטה, על פי סוג הדוור

מדדים	דוור מוגן		משפחה		F (1,82)
	SD	M	SD	M	
רמת פעילות פנאי	7.57	56.50	9.94	50.74	7.58 **
יכולת החלטה	9.66	68.65	13.62	71.27	1.86
שליטה	17.12	64.06	17.93	69.53	2.13

** $p < 0.01$

מהלוח ניתן לראות כי בניתוחי השונות שנעשו לכל מדד בנפרד, על פי סוג דוור, נמצא הבדל מובהק, רק בהתייחס לפעילות הפנאי. על פי הממוצעים המוצגים בטבלה, ניתן לראות כי רמת פעילות הפנאי של המתגוררים בדוור מוגן גבוהה יותר מזו של המתגוררים במשפחה.

2.2. הקשר בין סוג מסגרת תעסוקה לבין פעילות פנאי ותפישת שליטה

לפי **ההשערה השנייה**, נצפה כי בקרב נבדקים העובדים בשוק החופשי, רמת פעילות הפנאי ותפישת השליטה תהינה גבוהות יותר מאשר אלו שעובדים בתעסוקה מוגנת. בנייתוחי שונות 2×2 נמצא הבדל מובהק בין אלו העובדים בתעסוקה מוגנת לבין אלו שבשוק החופשי $F(3,80) = 1.30; P < 0.05$, בהתייחס לרמת פעילות פנאי וליכולת החלטה. בלוח מספר 4 ניתן לראות כי בעקבות ניתוחי השונות שנעשו לכל מדד, נמצאו הבדלים מובהקים בין שני סוגי מסגרות התעסוקה במדדים פעילות פנאי ויכולת קבלת החלטות.

לוח מספר 4

ממוצעים וסטיות תקן של רמת פעילות פנאי,

יכולת קבלת החלטות ותחושת שליטה, על פי סוג התעסוקה

מדדים	שוק חופשי		תעסוקה מוגנת	
	M	SD	M	SD
רמת פעילות פנאי	56.21	8.55	51.44	9.23
יכולת החלטה	72.04	10.89	67.71	12.15
שליטה	66.95	16.86	66.25	18.52

* $p < 0.05$

על פי הממצאים המוצגים בלוח ניתן לראות כי נבדקים אשר עובדים בשוק החופשי, מדווחים על רמת פעילות פנאי גבוהה יותר ויכולת קבלת החלטות שלהם גבוהה יותר. כלומר, השערה השנייה אוששה כמעט במלואה, השפעת סוג התעסוקה על רמת פעילות הפנאי נמצאה מובהקת וכן מדד אחד מתוך שניים שבדקו את השליטה נמצא באינטראקציה מובהקת עם סוג התעסוקה, יכולת קבלת החלטות. לא נמצא מתאם מובהק עם תפישת שליטה. יחד עם זאת, כפי שיוצג בהמשך אם מתייחסים למשתנה המתערב שעלה – מספר שנות לימוד, אזי ישנו מתאם לתפישת השליטה.

2.3. הקשר בין סוג המגורים וסוג התעסוקה לבין טיפוסי הפנאי (קטגוריות)

חוץ ביתי ופנים ביתי

השערת המחקר השלישית מתייחסת לקשר שבין סוג המסגרת לבין השתתפות ספציפית של הפרט בקטגוריית פנאי כזו או אחרת. עד כה ההתייחסות לפעילויות הפנאי היתה גלובלית. נשאלת השאלה האם ההבדלים שדווחו בחלק הראשון יימצאו גם כאשר נבצע חלוקה של פעילויות הפנאי לקטגוריות ספציפיות: פעילויות פנים

ביתיות מול פעילויות מחוץ לבית. במטרה לבדוק את ההשערה בדבר הבדלים בטיפוסי הפעילות (חוץ ביתית ופנים ביתית) על פי סוג מסגרת המגורים וסוג התעסוקה, נעשה ניתוח 2×2 Manova (דיוור x תעסוקה). בניתוח זה לא נמצא הבדל מובהק על פי מדד התעסוקה $F(2, 81) = 2.57$; $P > 0.05$. מאידך, נמצא הבדל מובהק על פי סוג הדיוור $F(2, 81) =$; $P > 0.001$. יש לציין כי לא נמצאה אינטראקציה מובהקת של דיוור X תעסוקה, כלומר ההבדל על פי סוג הדיוור אינו תלוי בסוג המסגרת התעסוקתית, $F(2, 81) = 1.07$; $P > 0.05$. לבדיקת ההבדלים בין שני סוגי הדיוור נעשו ניתוחי שונות לכל מדד בנפרד. הממוצעים וסטיות התקן של שני המדדים וכן תוצאות ניתוחי השונות הללו מוצגים בלוח הבא.

לוח מספר 5

ממוצעים וסטיות תקן של פעילות הפנאי החוץ ביתית ופנים ביתית

על פי סוג הדיוור.

מדדים	משפחה		דיוור מוגן		F (1,82)
	SD	M	SD	M	
פעילות פנים	12.84	60.67	11.56	55.29	0.55
פעילות חוץ	10.28	47.53	6.99	55.54	***16.07

*** $p < 0.001$

כפי שניתן לראות מהטבלה וניתוחי השונות נמצא הבדל מובהק רק בהתייחס לפעילות חוץ ביתית. על פי הטבלה, ניתן לראות כי לנבדקים המתגוררים בדיוור מוגן יש פעילות חוץ ענפה יותר מאלו הגרים בבית ההורים. בניתוחי שונות $2 \times 2 \times 2$ (סוג דיוור X סוג תעסוקה X מספר שנות לימוד) שבוצעו באופן מקביל לאלו שנעשו לגבי פעילויות הפנאי הגלובליות, נמצא כי: בהתייחס להבדל בין שני סוגי הדיוור, אשר בו נמצא הבדל מובהק בניתוח הגלובלי (ראה טבלה מס' 3), נמצא הבדל מובהק רק בפעילויות מחוץ לבית ולא באלו שבתוך הבית. ממצאים אלו מוצגים בלוח מספר 6.

ממוצעים וסטיות תקן של פעילויות פנאי בבית ומחוץ לבית

בקרב אנשים בדיור מוגן לעומת דיור בבית ההורים

מדדים	בבית ההורים		דיור מוגן		F (1,78)
	SD	M	SD	M	
פעילות חוץ	6.99	55.54	10.28	47.53	**23.50
פעילות פנים	14.56	59.29	12.84	60.67	0.01

** p < 0.01

מעיון בלוח מעלה נראה כי נמצא הבדל מובהק רק לגבי פעילויות פנאי מחוץ לבית: רמת פעילות הפנאי החוץ ביתית גבוהה יותר בקרב נבדקים המתגוררים בדיור מוגן מאשר אלו שגרים בבית ההורים. על פי הממוצעים נראה כי ההבדל שדווח עליו לגבי פעילויות הפנאי הגלובליות הוא למעשה פועל יוצא של ההבדל בפעילויות החוץ ביתיות.

בניתוח השונויות לגבי פעילויות פנאי גלובליות, נמצא הבדל מובהק בין שני סוגי התעסוקה. גם בניתוחי השונויות שנעשו לשתי קטגוריות הפנאי, חוץ ופנים, נמצאו הבדלים מובהקים. בשני המדדים, פעילות חוץ ביתית ופעילות פנים ביתית, אנשים העובדים בשוק החופשי מדווחים על רמת פעילות פנאי גבוהה יותר. ניתן לראות זאת בלוח מספר 7.

ממוצעי פעילות הפנאי, חוץ ופנים ביתיות,

בקרב העובדים בשוק החופשי ובתעסוקה מוגנת

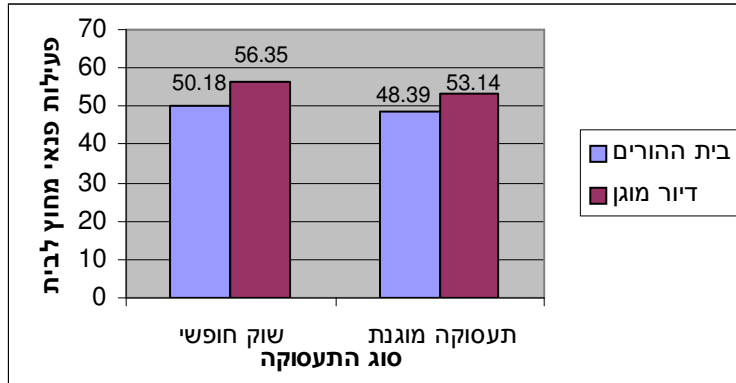
מדדים	תעסוקה מוגנת		שוק חופשי		F (1,78)
	SD	M	SD	M	
פעילות חוץ	9.92	49.61	8.66	54.02	*5.88
פעילות בבית	12.68	57.03	14.25	62.83	*5.22

* p < 0.05

בניתוחי השונויות לשתי הקטגוריות חוץ ופנים לא נמצא הבדל מובהק בשנות הלימוד בבית הספר של הנבדקים $F(2,77) = 1.03; P > 0.05$. מאידך נמצאה אינטראקציה מובהקת לסוג דיור X סוג תעסוקה $F(1,78) = 4.76; P < 0.05$. אינטראקציה זאת מוצגת בתרשימים מספר 5 ו-6, המציגים את הממוצעים על פי סוג דיור וסוג תעסוקה בקרב אנשים בעלי השכלה חלקית למול מלאה.

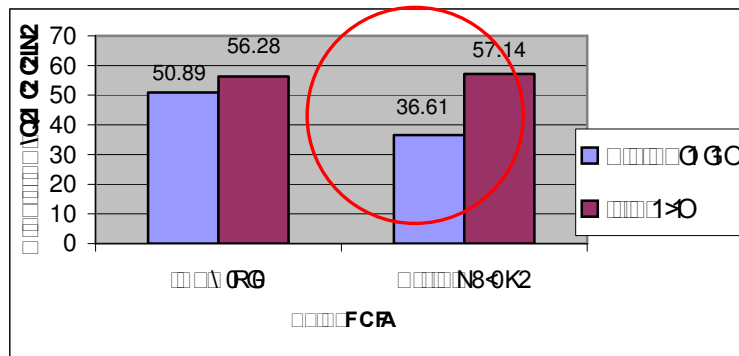
ממוצעי פעילות פנאי מחוץ לבית,

על פי סוג הדיור וסוג התעסוקה בקרב בעלי השכלה מלאה



ממוצעי פעילות פנאי מחוץ לבית,

על פי סוג הדיור וסוג התעסוקה בקרב בעלי השכלה חלקית



מהתרשימים מעלה ניתן לראות כי ללא קשר לרקע הלימודי שלהם, רמת פעילות הפנאי מחוץ לבית גבוהה יותר בקרב הגרים בדיור מוגן לעומת אלו הגרים בבית ההורים, בקרב נבדקים משני סוגי מסגרות התעסוקה. אולם, הפער בין המתגוררים בדיור מוגן לבין אלו שגרים בבית, בקרב מי שלמד השכלה חלקית, עד 10 שנות לימוד, גדול בהרבה בקבוצה של העובדים בתעסוקה מוגנת. על פי הממצאים, נראה כי הקבוצה היוצאת דופן בהשוואה לאחרות, היא קבוצת הנבדקים שסיימו ללמוד בגילאי 15–16 (השכלה חלקית), מתגוררים בבית הוריהם ועובדים במפעל מוגן. בקבוצה זו רמת פעילות הפנאי בקטגוריית פעילויות חוץ ביתיות נמוכה בהרבה משאר הקבוצות. יש לציין כי בניתוחי Simple effect שנעשו לבדיקת מקור האינטראקציות, נמצא הבדל מובהק בין אלו הגרים בדיור מוגן לבין אלו

שגרים בבית ההורים, רק בקרב מי שלמד בבית ספר יסודי ונמצא בתעסוקה מוגנת

$$.F(1,11) = 52.51; P < 0.001$$

2.4. הקשר בין משתני המחקר

השערת המחקר הרביעית מתייחסת לקשר שבין תפישת שליטה ויכולת קבלת החלטות לבין רמת פעילות הפנאי. במטרה לבדוק השערה זו, חושבו מתאמי פירסון בין שלושת המדדים בהתייחס לכלל המדגם וכן בהתייחס לכל סוג דיור וסוג תעסוקה בנפרד. כפי שניתן לראות בלוח מספר 9 מטה, לא נמצאו מתאמים מובהקים בין שלושת המדדים. יש לציין שגם כאשר חושבו מתאמים לכל אחת מקבוצות המחקר בנפרד, לא נמצאו מתאמים מובהקים.

לוח מספר 8

מתאמי פירסון בין שליטה, פעילות פנאי ויכולת החלטה (N=86)

המדד	כל המדגם		משפחה		דיור מוגן
שליטה	1.0				
פנאי	0.10		0.19		0.14
החלטה	0.14		0.05		0.23
	שליטה	פנאי	שליטה	פנאי	פנאי

2.5. הקשר בין מאפיינים אישיים לבין מדדי המחקר

במחקר נאספו מאפיינים אישיים של הנבדקים כגון מוצא, גיל, מגדר ורקע לימודי. מבין משתנים אלו הגיל מופיע כמשתנה רציף ואילו יתר המשתנים הינם קטגוריאליים. לבדיקת הקשר בין משתנה הגיל לשלושת מדדי המחקר, הושוו מתאמי פירסון ולגבי המשתנים הקטגוריאליים נעשו ניתוחי שונות תלת כיווניים (מאפיין אישי X סוג דיור X סוג תעסוקה).

א) הקשר בין גיל לבין מדדי המחקר

במתאמי פירסון לא נמצאו מתאמים מובהקים בין גיל לשלושת המשתנים התלויים (שליטה, פנאי והחלטה). אולם, במתאמים שנעשו לאחר חלוקת הנבדקים על פי סוג הדיור, נמצא מתאם שלילי מובהק בין הגיל לרמת פעילות הפנאי, בקרב אלו הגרים בבית ההורים

$$.r = -0.31; P < 0.05$$

לעומת זאת, לא נמצא מתאם מובהק בקרב המתגוררים בדיור מוגן

$$.r = 0.12; P < 0.05$$

על פי ממצא זה, ניתן לראות כי בקרב נבדקים הגרים בבית ההורים, ככל שהם מבוגרים יותר, כך

רמת פעילות הפנאי שלהם נמוכה יותר. כלומר, יש קשר בין הגיל ומסגרת המגורים רמת פעילות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי.

בחלוקת הנבדקים על פי סוג התעסוקה, נמצא מתאם שלילי מובהק בין הגיל לבין תפיסת השליטה בקרב נבדקים בשוק החופשי בלבד $r = -0.39; P < 0.05$. לא נמצא מתאם מובהק בקרב עובדים המשולבים בתעסוקה מוגנת $r = -0.31; P < 0.05$. ממצאים אלו מורים על יחס הפוך בין גיל לתפיסת שליטה בקרב עובדים בשוק החופשי בלבד: ככל שהם מבוגרים יותר, תפיסת השליטה שלהם נמוכה יותר.

(ב) הקשר בין המשתנים מוצא ההורים, מצב בריאות ומגדר לבין מדדי המחקר -

בניתוחים שנעשו למגדר, מוצא ומצב בריאות לא נמצאו הבדלים מובהקים וכן לא אינטראקציה של משתנים אלו או אחרים.

(ג) הקשר בין הרקע לימודי לבין מדדי המחקר

בניתוחים שבוצעו על המשתנה הבלתי תלוי "השכלה", לא נמצאו הבדלים מובהקים בין אלו שלמדו בבית ספר רגיל, לבין אלו שלמדו בבתי ספר מיוחדים. יחד עם זאת, לאחר חלוקה של הנבדקים על פי מספר שנות הלימוד שלמדו: לימודים חלקיים עד שמונה שנים או לימודים מלאים עד גיל 21 בחינוך המיוחד, כן נמצאו הבדלים. בניתוח השכלה X סוג המגורים X סוג תעסוקה, נמצא הבדל מובהק לשנות לימוד $F(3,76) = 2.72; P < 0.05$. הממוצעים וסטיות התקן של נבדקים שלמדו מספר שנים מועט לעומת אלו שלמדו עד גיל 21, מוצגים בלוח מספר 9.

לוח מספר 9

ממוצעים וסטיות תקן של רמת פעילות פנאי, יכולת החלטה ושליטה

בקרב נבדקים בעלי השכלה חלקית לעומת השכלה מלאה

מדדים	מלא		חלקי		F (1,78)
	SD	M	SD	M	
רמת פעילות פנאי	8.31	54.02	10.30	53.57	1.86
יכולת החלטה	11.99	70.27	11.37	69.35	0.14
שליטה	17.20	70.82	16.79	61.02	**7.47

** $p < 0.01$

בניתוחי השוונות שנעשו בין נבדקים שלמדו בשני המסלולים השונים, נמצא הבדל מובהק רק במדד השליטה. על פי הממוצעים ניתן לראות כי נבדקים אשר למדו תוכנית לימודים מלאה מדווחים על תחושת

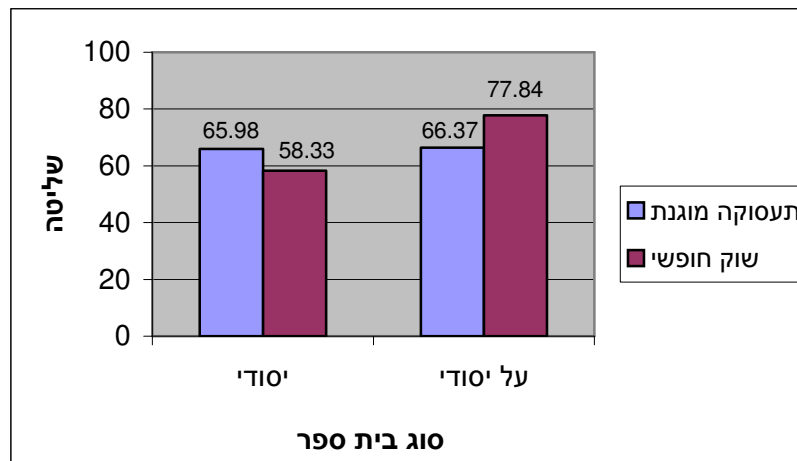
שליטה גבוהה יותר. בניתוח ה-MANOVA נמצאה גם אינטראקציה מובהקת של סוג תעסוקה X שנות לימוד $F(3,76) = 3.33; P < 0.05$. בניתוחי השונות שנעשו לכל מדד בנפרד, נמצאה אינטראקציה

מובהקת רק בהתייחס לתפישת השליטה $F(1,78) = 8.08; P < 0.01$.

תרשים מספר 4 מציג את האינטראקציה שתוארה לעיל.

תרשים מספר 4

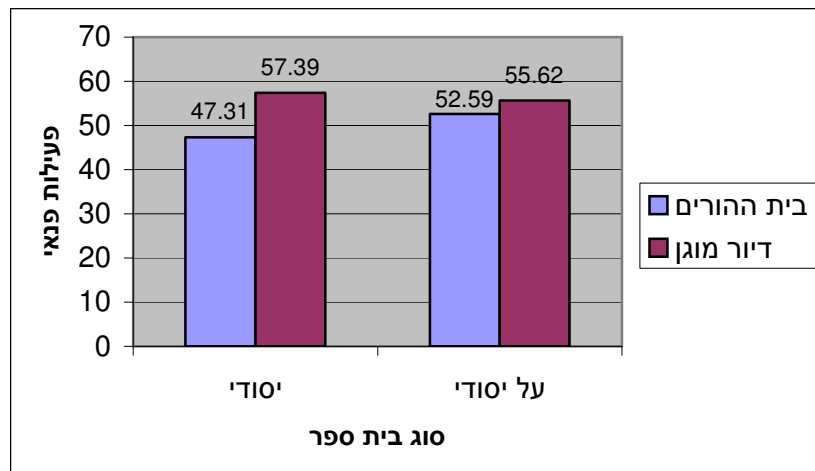
ממוצעי תחושת שליטה על פי שנות לימוד וסוג מסגרת תעסוקתית



על פי התרשים ניתן לראות כי ההבדלים במשתנה תפישת השליטה, על פי סוג התעסוקה, תלויים ברקע הלימודי של האדם עם פיגור שכלי. בקרב אלו שלמדו שנות לימוד מועטות, נבדקים שעובדים בתעסוקה מוגנת מביעים תפישת שליטה גבוהה יותר מאלו שעובדים בשוק החופשי. לעומת זאת, בקרב מי שלמדו לימודים מלאים, מדווחת שליטה גבוהה יותר אצל אנשים המועסקים בשוק החופשי, בהשוואה לתעסוקה מוגנת. ככל שמספר שנות הלימוד עולה, כך תפישת השליטה בקרב עובדים בשוק החופשי גבוהה יותר ואילו אצל מפעל מוגן אין לשנות הלימוד השפעה.

בניתוח ה-MANOVA לא נמצאה אינטראקציה מובהקת של: סוג דירור X מספר שנות לימוד $F(3,76) = 2.09; P < 0.05$. יחד עם זאת, בניתוחי השונות שנעשו לכל מדד בנפרד, נמצאה אינטראקציה מובהקת לגבי פעילויות הפנאי $F(1,78) = 4.47; P < 0.05$. תרשים מספר 5 מציג את התוצאות.

ממוצעי פעילות פנאי על פי סוג ביה"ס וסוג מסגרת דיור



כפי שניתן לראות מתוך התרשים, הן בקרב נבדקים שלמדו לימודים חלקיים והן בקרב אלו שלמדו לימודים מלאים, רמת פעילות הפנאי של המתגוררים במסגרת דיור מוגן גבוהה יותר. יחד עם זאת, ניתן לראות שבקרב נבדקים שלמדו לימודים חלקיים בלבד, הבדל זה גדול יותר באופן משמעותי.

לסיכום, ממצאים אלו מורים על קשר של המשתנים הבלתי תלויים עם גורם נוסף, שלא נצפה מראש – הרקע הלימודי. ניתן לראות כי רמת פעילות הפנאי גבוהה יותר בקרב נבדקים המתגוררים בדיור מוגן, ואולם ההבדל המשמעותי ביותר הוא בקרב אנשים שלא סיימו מלוא לימודיהם מסיבות כגון: נשירה, אי התאמה למסגרת, יציאה מוקדמת לשוק העבודה, עלייה לארץ בגיל מאוחר ומודעות נמוכה של הסביבה. במקביל, בתחום התעסוקה, נמצא קשר בין תפיסת השליטה לבין מספר שנות הלימוד שלמד הנבדק. הפער המשמעותי ביותר הוא בקרב נבדקים שלמדו מסלול לימודים מלא, כאשר תחושת השליטה גבוהה יותר בקרב נבדקים שעובדים בשוק החופשי. ממצא זה מאושש את ההשערה הרביעית לגבי קשר בין תחושת שליטה ומסגרת תעסוקתית עם סייג לפלח אוכלוסיית בעלי השכלה חלקית בלבד.

פרק 5 - מסקנות המלצות וההשלכות היישומיות של המחקר

מחקר זה עוסק בתחום בילוי הפנאי של מבוגרים המתפקדים ברמה של פיגור שכלי קל עד בינוני המתגוררים ועובדים בקהילה. לצורך המחקר נבחרו 86 אנשים בגילאי 21 עד 61 המתגוררים בעיר תל אביב, במסגרות דיור מוגן או בבית ההורים והמשולבים בשני סוגי מסגרות תעסוקה: בשוק העבודה החופשי או במפעל מוגן.

מטרת המחקר היתה לבדוק האם קיים קשר בין סוגי המסגרות השונים בהם גרים ועובדים אנשים עם פיגור שכלי לבין סגנון בילוי הפנאי שלהם לשם הרחבת ההכרות עם עולם הפנאי בקרב אנשים עם פיגור שכלי קל ובינוני. מטרה נוספת היתה לבחון את השפעתם של שני מדדים אישיותיים "תפיסת שליטה" ו"יכולת החלטה" על פעילויות הפנאי. במחקר נבדקו ארבעה משתנים בלתי תלויים: (1) סוג מסגרת מגורים; (2) סוג מסגרת תעסוקתית; (3) תפיסת שליטה; ו- (4) יכולת קבלת החלטה. כמו כן נבדקה מידת השפעתם של הגורמים הנ"ל על רמת פעילות הפנאי וטיפוסי הפנאי (פעילות חוץ ביתית ופנים ביתית). במסגרת המחקר נבדקו ארבע השערות מרכזיות, על ידי חלוקת המדגם לארבע קבוצות בהתאם לסוג המגורים וסוג התעסוקה (אנשים הגרים בדיור מוגן ועובדים בשוק חופשי; אנשים הגרים בדיור מוגן ועובדים במפעל מוגן; אנשים הגרים בבית ועובדים בשוק החופשי ואנשים הגרים בבית ועובדים במפעל מוגן).

ההשערה הראשונה מתייחסת למסגרת הדיור ובדקה את ההבדלים בתחום פעילות הפנאי ובנושא תפיסת שליטה בין נבדקים הגרים בבית ההורים לבין אלו הגרים בדיור מוגן.

ההשערה השנייה מתייחסת לתחום התעסוקה ובדקה את הקשר בין רמת פעילות פנאי ותפיסת שליטה, לבין סוג המסגרת התעסוקתית בה משולבים האנשים עם פיגור שכלי.

ההשערה השלישית בדקה את שני טיפוסי הפנאי "פעילות חוץ" ו"פעילות פנים" ואת הקשר של סוגי פעילות אלה עם סוג מסגרת המגורים וסוג מסגרת התעסוקה.

ההשערה הרביעית בדקה האם קיים קשר בין תפישת שליטה לבין רמת פעילות פנאי.

רמת פעילות הפנאי נבדקה באמצעות שאלון פעילויות פנאי בו נמנו תשע עשרה פעילויות (נספח ה'). כל מרואיין התבקש לציין את מידת השתתפותו בכל אחת מפעילויות אלו. טיפוסי הפנאי נבדקו על ידי חלוקת כלל הפעילויות לשתי קטגוריות: פעילות פנים ביתית ופעילות חוץ ביתית. רמת תפיסת השליטה נמדדה על פי שאלון השליטה של Perlin & Shooler (1978), אשר הותאם לאוכלוסיית המחקר (נספח ב'). ציון גבוה הצביע על תפישת שליטה גבוהה וציון נמוך על תפיסה נמוכה.

המחקר התבסס על מספר הנחות יסוד שהושאלו משתי תיאוריות. האחת, הגישה ההומניסטית, הטוענת למתן אפשרות ביטוי שווה לכל אדם; והשנייה, התיאוריה של Schalock (1990) המחזקת את הקשר שבין תנאי חיים לבין איכות חיים. בתיאוריה זו אחד ממדדי איכות החיים מתייחס לבילוי פנאי. הנחת העבודה הראשונה היתה כי המעבר למגורים בדיור מוגן (לעומת בית ההורים), משפיע על מרבית תחומי החיים וגורם לשינוי משמעותי באורח החיים היומיומי במגוון היבטים: קשרים חברתיים, עמדות הסביבה ותפיסת האדם את עצמו. הנחה שנייה מתבססת על התחומים שוויון הזדמנויות, העצמה, שמירת כבוד האדם וחירותו, כמרכיבים משמעותיים לקידום האדם עם פיגור שכלי והשגת רמה גבוהה יותר של הגשמה עצמית. הנחה שלישית התייחסה להשפעתו של המרכיב התעסוקתי והחברתי על איכות חייו של הפרט, בייחוד זה הלוקה בשכלו. באופן אובייקטיבי, יש לאנשים עם פיגור שכלי יותר זמן פנוי בהשוואה לכלל האוכלוסייה באותם גילאים, מצב זה נובע בעיקר מהעובדה שהם בדרך כלל אינם מקימים משפחה. לפיכך, נראה כי היחס בין הזמן הפנוי לבין הזמן המוקדש לעבודה ומטלות "תפקיד" גדול יותר בקרב אוכלוסייה זו לעומת כלל האוכלוסייה. לאור הנחות אלו ניתן לצפות לרמה פעילות פנאי גבוהה יותר בקרב אנשים עם פיגור שכלי, ברם בפועל אין הדבר ממריץ אותם להשתלב יותר בפעילויות פנאי. הסיבה העיקרית טמונה כנראה בעובדה שפעילות פנאי אינה רק פונקציה של זמן פנוי, אלא כרוכה בעמדות, רצונות ותפיסה פנימית של מתן משמעות לזמן הפנוי. בספרות המקצועית על אוכלוסיות עם פיגור שכלי, ניתן לראות כי בין הגורמים המשפיעים ביותר על רמת פעילות פנאי נמנים מאפיינים אישיים (שהוזכרו לעיל) ומשתנים סביבתיים כגון: עמדות הסביבה, מסגרת השייכות ותפיסת המשפחה.

לבדיקת ההשערה הראשונה נערכה השוואה בין אנשים עם פיגור שכלי החיים בדיור מוגן לבין אלה הגרים בבית ההורים. רמת פעילות הפנאי של דיירים בדיור מוגן נמצאה גבוהה באופן מובהק מאשר בקרב המתגוררים בבית, בעיקר בפעילויות המבוצעות מחוץ לבית. ממצא זה עולה בקנה אחד עם ממצאים ממחקרים דומים. במחקרה של בן מנחם (1997), לדוגמא, נבדק הקשר בין סוג המסגרת לבין שיעור ההשתתפות בפעילויות לבילוי פנאי. במחקר נמצא כי דיירי הדיור המוגן משתתפים בפעילויות פנאי פחות מאשר דיירי המעונות ויותר מאנשים המתגוררים בבית ההורים. ניתן לראות בבירור כי לאופי המסגרת משקל מכריע בהטויות סגנון מימוש פעילות הפנאי בקרב אנשים עם פיגור שכלי. ככל שהמסגרת מובנית יותר, שיעור ההשתתפות בפעילויות פנאי גבוה יותר. להערכתנו, תפיסת העולם המנחה את אנשי הצוות במסגרות השונות מייחסת לעולם הפנאי חשיבות מרכזית ולכן מושקע מאמץ רב יותר בתחום זה. אופי מסגרת הדיור המוגן ומשאביו מאפשר מגוון פעילויות רחב יותר לעומת בית ההורים. עובדה זאת בולטת בעיקר בפעילויות שנערכות מחוץ למסגרת הכרוכות בעלות כספית יותר גבוהה ודורשות יתר התארגנות.

במעונות פועלים על פי אותה תפיסה אך עם נטייה לארגן יותר חוגים ופעילויות במקום, כחלק אינטגרלי מחיי המעון. כתוצאה, יכולים מרבית הדיירים להשתתף ללא מאמץ אם כי אז ההשתתפות בפעילות פסיבית יותר ואינה תוצר של יוזמה אישית, אשר נבדקה במחקר הנוכחי. הבדל נוסף הוא שהמחקר של בן מנחם התמקד בפעילויות מובנות ואילו במחקר הנוכחי נבדק מגוון רחב של פעילויות פנאי על כל סוגיהן. בחלקה השני של ההשערה הראשונה נבדק הקשר בין סוג המגורים לבין שליטה בה נכללים המדדים "תפיסת שליטה" ו"יכולת ההחלטה". הממצאים העלו כי קשר זה אינו מובהק באף אחד משני המדדים הנ"ל, לא בממד יכולת ההחלטה ולא בממד השליטה. במחקרה של אמבר (1999) נבדקה איכות החיים כפונקציה של אופי המסגרת ושל יכולת האדם לשליטה אך לא נמצאו הבדל או אינטראקציה בין נחישות עצמית לבין מסגרת המגורים. הקרבה המושגית בין המשתנים "נחישות עצמית" ו"תפיסת שליטה" מחדדת את ההתאמה בין ממצא זה לבין התוצאה במחקר הנוכחי. ההסבר לתוצאות אלו טמון כנראה בעובדה כי סביבת המגורים המובנית מצמצמת את האפשרות של הפרט לבטא תכונות כגון נחישות או שליטה. באופן פרדוקסלי, למרות האידיאולוגיה לנורמליזציה ושיתוף הפרט שרווחת במסגרות הדיור המוגן, אין הן מצליחות לספק אפשרות בחירה אמיתית לדייריהם בהחלטות הנוגעות בחייהם בכלל ובתחום הפנאי בפרט. יחד עם זאת, ישנם כנראה גורמים סביבתיים אחרים המשפיעים על איכות החיים או על בילוי שעות הפנאי. גם במחקר על לקויי למידה, שבדק את הקשר בין סוג מסגרת המגורים לבין סגנון התמודדות (שוהם, 1999), לא נמצאה אינטראקציה מובהקת בין שני המשתנים לגבי איכות חיים. המשתנה "איכות החיים" נמדד בארבעה מדדים אחד מהם הוא כוח/ עצמאות הדומה מאוד לממד השליטה או יכולת החלטה. אם כן, נראה כי מדובר במאפיין שלא ברור עד כמה הוא מובנה באישיות או נתון לעיצוב על ידי הסביבה, כך שמשפיע מעט על איכות החיים.

לעומת הממצאים הנ"ל, Stancliffe and Abery (1997) מצאו שאפילו בקרב אנשים עם פיגור קשה ועמוק ישנה מידה מסוימת של יכולת בחירה, אך היא באה לידי ביטוי רק במסגרת המאפשרת זאת, כדוגמת דיור מוגן. ממצא זה הוא פועל יוצא של השוואה בין אנשים עם רמות פיגור שכלי זהות אך שונים מבחינת מקום מגוריהם: קבוצה שיצאה מסידור מוסדי לקהילה לעומת קבוצת ביקורת שנשארה במעון. אפשרות אחת להסבר ההבדל הנ"ל היא שבהשוואת מצבים קיצוניים – מגורים במעון סגור לעומת מגורים בקהילה, הפערים יבלטו והקשר יבוא לביטוי. כמו כן, יכול להיות שמאפיינים שונים שלא הוגדרו במחקר המופיעים בדיור המוגן לעומת הבית, הם המשפיעים ואז יכול להיות שאם נצליח לבדודם ניתן יהיה למצוא את הקשר.

ההשערה השנייה בדקה את ההשפעה של המסגרת התעסוקתית על מדדי פנאי ושליטה. רמת פעילות הפנאי בשתי קטגוריות הפנאי, פנים ביתיות וחוף ביתיות, נמצאה גבוהה יותר בקרב עובדים בשוק החופשי לעומת עובדים במפעל מוגן. ממצא זה מפתיע לאור הידוע לנו על הקשרים החברתיים של נבדקים מהשוק החופשי עם שותפים לעבודה. אלה הם קשרים שטחיים אשר ברוב המקרים אינם גולשים לשעות הפנאי, בעיקר בשל פערים ביכולות החברתיות בינם לבין האוכלוסייה הרגילה. במחקרים שונים נבדק הקשר בין שילוב בעבודה לבין התחום החברתי. מחקרים של ברזון ואחרים (1990) בדק האם יש בשילוב מוצלח בעבודה כדי להצביע על יכולת שילוב חברתית. ממצאי המחקר מורים כי אנשים ששולבו בהצלחה בעבודה בשוק החופשי, לא הצליחו לממש קשרים חברתיים וראו עצמם כמבודדים חברתית בניגוד לדומיהם במפעל מוגן. בדומה, במחקר על צעירים מפגרים נמצא כי מקום העבודה משפיע מעט על מגוון פעילויות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי (רייטר, לוי ופינטו; 1980). יחד עם זאת, אנשים אלו מסוגלים לרמה גבוהה יותר של עצמאות יומיומית, הם בעלי יכולת התארגנות טובה ורמת הסתגלות גבוהה. יכולות אלה יאפשרו להם לנצל ביתר קלות את שירותי הקהילה בתחום הפנאי ולכן למרות ובשל בדידותם הם מפגינים רמה גבוהה יותר של פעילות פנאי. למעשה האדם עם פיגור שכלי המשולב במקום עבודה רגיל, נמצא במהלך היום עם אנשים שאינם יכולים לשמש פרטנר אמיתי לחברות ולכן מרגיש בודד יותר. השילוב במפעל מוגן, לעומת זאת, משמש פעמים רבות מסגרת לסיפוק הצרכים החברתיים שהאדם עם פיגור שכלי מתקשה לשמר בשעות אחר הצהריים. אחוז האנשים שאינם עצמאיים בשימוש בתחבורה ציבורית בתוך המפעל המוגן גדול בהרבה מאחוז אלה שבשוק החופשי ולכן עבורם המפעל המוגן הוא המקום הבלעדי למימוש צרכיהם החברתיים. בגיל מבוגר יותר, ההבחנה כי מפעל העבודה המוגן הופך למקום לסיפוק צרכים חברתיים הופכת ברורה הרבה יותר. רוב האנשים לא מסוגלים לעבוד כבעבר וממשיכים להגיע למפעל רק כאלטרנטיבה להשארות פסיבית בבית.

ההשערה השנייה כללה בדיקת דרגת תפישת השליטה בקרב עובדים במפעל מוגן לעומת העובדים בשוק החופשי והיא אוששה בחלקה. בשלב הראשון לבדיקתה לא נמצא מתאם מובהק בין תפישת שליטה לבין סוג התעסוקה. אולם, לאחר ניתוח התוצאות נמצא כי קיים משתנה נוסף שלא נצפה מראש ומשפיע על הקשר הזה. מדובר במספר שנות הלימוד של הנבדקים על פי חלוקה לשתי קבוצות: אלו שלמדו לימודים חלקיים ואלו שסיימו את כל שנות לימודיהם בחינוך מיוחד. הממצאים הראו כי רק בקרב אלו שלמדו לימודים חלקיים, תפישת השליטה של העובדים בשוק חופשי גבוהה יותר מזו של העובדים במפעל מוגן. כלומר, ההבדל במדד תפישת השליטה, בין שתי מסגרות התעסוקה, תלוי במספר שנות הלימוד של אותו אדם. להערכתנו, אחת המסקנות מנתון מעניין זה היא כי אנשים שלמדו לימודים חלקיים פנו בגיל צעיר למעגל העבודה. נשירה ממערכת החינוך, חוסר עניין, רקע משפחתי נמוך ויכולת מינימלית לתפקוד עצמאי

הן חלק מהסיבות האפשריות למצב. מאחר ולא עברו דרך מסלול לימודים מסודר או מרכזי שיקום, הגיעו אנשים אלה בדרך כלל לעבודה בשוק החופשי, לפעמים עסק משפחתי, ורכשו ניסיון בשלב מוקדם בחייהם הן במיומנויות תעסוקתיות והן ביכולת להשתלב בסביבה הרגילה.

בספרות המקצועית בתחום התעסוקה התפרסמו בתקופה האחרונה מחקרים הבודקים קשר בין יכולת שילוב והתמדה במקום עבודה לבין דימוי עצמי, הערכה עצמית ויכולת שילוב בפעילות פנאי. למרות ההבדלים בין שתי האוכלוסיות והעובדה שלא נעשתה בחינה מחקרית בינהן, ניתן להקיש ממצאים אלו לאוכלוסיית האנשים עם פיגור שכלי. במחקרם של Waters & Moore (2002) נמצא קשר בין הערכה עצמית חיובית, מיקוד שליטה פנימי ופעילות פנאי בעלת משמעות עמוקה לבין יכולת שילוב והתמדה בעבודה. הקשר מוסבר על ידי החוקרים בכך שהמאפיינים האישיותיים סייעו לאנשים שיצאו ממעגל העבודה להמשיך להעריך את יכולותיהם ולהאמין בעצמם וביכולתם לחזור לתפקוד בעבודה. מצב נפשי חיובי זה סייע להם בתמורה להתמודד טוב יותר עם חיפוש מקום עבודה חדש ולהסתגל לדרישות החדשות בקלות רבה יותר. יחד עם זאת, נמצא כי השפעתם של מיומנויות התמודדות כמו יכולת לפתרון בעיות ויכולת הערכה קוגניטיבית, גדולה יותר מאשר מהשפעתה של הערכה עצמית גבוהה, Waters & Moore (2002). בדומה, התערבות טיפולית למובטלים אשר התמקדה בהגברת תחושת השליטה האישית תוך למידה מובנית של המכשולים הצפויים בתהליך חיפוש העבודה והדרכים להתמודד איתם, הוכחה כיעילה מאוד בתרומתה להעסקה מחדש של אותם משתתפים שלא עבדו. ממצאים אלו שופכים אור על ממצאי המחקר הנוכחי ומובילים למסקנה כי מאפיינים פסיכולוגיים עשויים להיות גורמים המשפיעים על יכולת שילוב במסגרות תעסוקה. למרות שהתפתחות ה"אני" אצל אדם עם פיגור שכלי הינה מעט שונה, אפשר בהחלט להשוות בין שתי האוכלוסיות וליישם את המסקנות בתוכניות הכשרה לשילוב אנשים עם פיגור שכלי בעבודה בשוק החופשי. תופעת דורשי עבודה וקשיים בהתמדה קיימים ואולי אף ביתר שאת בקרב אוכלוסיית המפגרים בשכלם, אשר מתחרים על מקומות עבודה בשוק החופשי עם אנשים ללא פיגור שכלי.

השערה השלישית בדקה את הקשר בין סוג המסגרת התעסוקתית וסוג הדיור לבין טיפוס פעילות הפנאי חוץ ביתית ופנים ביתית. נמצא כי בקרב דיירים בדיור מוגן אחוז גבוה יותר עוסקים בפעילות חוץ, לעומת אלה שגרים בבית ההורים. יחד עם זאת, לא נמצא כל קשר בין טיפוס הפנאי למדד התעסוקה. במחקר של כץ וגורביץ (1973) ושל רייטר ואחרים (1980), נמצא באופן מובהק כי אנשים עם פיגור שכלי נוטים לפעילויות פנים ביתיות לעומת אנשים רגילים שעוסקים יותר גם בפעילות חוץ ביתיות. הדבר מוסבר על ידי יכולת לעצמאות נמוכה ותלות בהורים וכן על ידי דחייה מצד החברה לשילובם בפעילויות כלליות. כיום, שלושים שנה מאוחר יותר, ניתן לראות כי המצב לא השתנה בהרבה מבחינת אלו הגרים

בבית ההורים. השינוי העיקרי חל עם הגידול במספר המסגרות החוץ ביתיות הקהילתיות אשר מספקות לדייריהם מגוון אפשרויות רחב להנאה, תיאטרון, מוזיאון, ספורט וטיולים כמו כל אחד אחר. יש לציין כי במקרה זה המעורבות בפנאי מתקיימת באופן קבוצתי ומאורגן, לעומת אדם שגר בבית ונאלץ לנסות ולהשתלב באופן פרטני. אם עולה צורך בשילוב אדם עם פיגור שכלי בפעילויות פנאי במסגרות שבקהילה, אזי חיוני קיומו של גורם מתווך (למשל צוות הדיור). תפקידו של גורם זה לסייע לאדם המוגבל להכיר את מגוון השירותים הקיימים, דרישותיהם והנורמות המקובלות. במקביל, יעשה המתווך עבודת הכנה במסגרת הקולטת בקהילה, אם זה מתנ"ס אליו משלבים אדם באופן פרטני או אולם אירועים אליו אמורה להגיע קבוצה גדולה.

על פי השערה הרביעית, ככל שתפיסת השליטה ויכולת ההחלטה תעלינה, כך גם רמת פעילות הפנאי תהיה גבוהה יותר. בניגוד למשוער, לא אוששה השערה זו לגבי האוכלוסייה הנחקרת, הן בתחום התעסוקה והן בתחום הדיור. במחקרה של Bialeschi (1985) נבדקה השערה דומה בקרב מדגם מקרי של נשים. השאלה שנבחנה היתה מידת ההשפעה שיש למיקוד שליטה ויכולת בחירה של הנבדקות על תפיסתן את הפעילויות שהוצגו בפניהן כשייכות לפנאי. ממצאי המחקר לא הורו על קשר מובהק בין מיקוד השליטה של הנבדקות לבין עמדותיהן כלפי פנאי ולדפוס הפנאי שלהן. לעומת זאת, במחקרו של Stancliffe (1995) נמצא כי השילוב בין מסגרת עם נוכחות מצומצמת של צוות ומספר דיירים קטן מאפשר רמת בחירה מקסימלית תוך מתן הזדמנויות רבות לתרגול מיומנויות הבחירה. מסקנת המחקר היא כי הקשר שקיים הוא בין מאפיינים ספציפיים בסוג המסגרת לבין רמת הבחירה. כלומר, תנאים בתוך מסגרות הדיור ולא מאפיין אישיותי, כפי שנבדק במחקר הנוכחי ובמחקר של אמבר (1999), הם המשפיעים על רמת השליטה של הפרט בנעשה בחיי היומיום. ניתן לנתח את חוסר האינטראקציה בין רמת פעילות פנאי ותפישת שליטה, באף אחת מהמסגרות, למול תוצאות מחקרה של שול בקון (1990) על קשישים. אחד הגורמים הראשיים שנמצאו משפיעים על רמת פעילות הפנאי היה תפיסה סובייקטיבית של הבריאות; כלומר מידת המצב התפקודי כפי שנתפס על ידי הפרט משפיע על רמת השתתפותו בפעילויות ובחירת סוגיה. שביעות רצון כללית נמצאה כתוצר לוואי של הקשר בין המדדים הנ"ל ולא כגורם משמעותי בהתווית סגנון פעילות הפנאי.

ריכוז הנתונים שלעיל וניתוחם מובילים אותי למסקנה כי שילוב בין מספר גורמים יחדיו עשוי להשפיע על מדדי הפנאי. לאור העובדה שלא נמצא קשר בין המשתנים שנבדקו במחקר, חשוב להמשיך ולבחון משתנים אישיותיים נוספים, כגון: דימוי עצמי, תפיסת מצב בריאותי, על מנת שהתמונה תתבהר במלואה. סביר להניח כי מספר משתנים משולבים יחדיו משפיעים על רמת פעילות הפנאי.

ראיון מפגרים / מגבלות המחקר

הכלי העיקרי לאיסוף נתוני המחקר היה ראיון האנשים עם פיגור שכלי עצמם, תוך הסתמכות מלאה על תשובותיהם. רוב המחקרים העוסקים בשאלות על איכות חיים או שביעות רצון אנשים עם פיגור שכלי, בדקו את השערותיהם דרך גורם שלישי. לדוגמא: איסוף הנתונים בעזרת ראיון ההורים או המטפלים של האנשים עם פיגור שכלי. הנחת העבודה של גישה זו היא שלא ניתן לקבל תוצאות מבוססות או מהימנות מהאדם המוגבל עצמו בלבד. בעשור האחרון, ניתן למצוא יותר ויותר מחקרים בנושאים מגוונים אשר משלבים את שני כלי המחקר, ראיונות עם אנשים עם פיגור שכלי עצמם וראיונות עם גורמים טיפוליים. לדוגמא, במחקר של ברזון ואחרים, 2000, רואיינו נבדקים עם פיגור שכלי ובמקביל מטפליהם העיקריים. מגמה זו של מחקרים הינה תוצר של תפיסות מתקדמות המאמינות בהעצמה ושיויון לאדם המוגבל. מחקרים מורים כי אווירה רגועה ומקבלת, תוך מתן זמן קצר לקבלת תשובה, יכולה להפיק ראיונות מלאים העומדים בקריטריונים של מחקר, על אף הקשיים האינהרנטיים של האוכלוסיה הנחקרת (הררי – זונדר, 1997; ברזון ואחרים, 2000; Flynn, 1986).

המגבלה העיקרית במחקר, אם כן, היא פגיעה במהימנותו על ידי הטייה בתשובות. המרואיין עלול להשיב בחיוב או בשלילה לכל שאלה בלי קשר לתוכנה, כתוצאה מאופן ניסוח כלל השאלות. תופעה זו מוכרת גם בקרב כלל האנשים, אך בולטת ביתר שאת באוכלוסייה זו לאור הצורך החזק של האדם עם פיגור שכלי לרצות את האחר. הדבר נובע בעיקר ממיקוד שליטה פנימי נמוך ונחישות עצמית נמוכה האופיינית להם ומהרגל חיים של תלות באחר. על אף הקשיים הכרוכים בראיון קבוצת אוכלוסייה זו ולאור היתרונות וחסרונות של כל שיטה, ראיון האנשים עצמם (בהגבלת רמת הפיגור לקל – בינוני), נראתה הדרך הטובה ביותר בעיני ללמוד על צרכיהם ורצונותיהם. להערכתי, בחקירת תחושות סובייקטיביות (כמו תפיסת שליטה) מתן אמון מלא בדיווחי האדם עם פיגור שכלי נכון יותר הן מהבחינה הפסיכולוגית והן בהיבט הפרקטי. סבורתני כי מחקרו המדוקדק וספציפי של Stancliffe (1995) המשווה בין דיווחים עצמיים של אנשים עם פיגור שכלי למול דיווחי הצוות המטפל, מוכיח כי היתרונות עולים על החסרונות. הערך המוסף בקבלת אינפורמציה מגורם נוסף הופך זניח לעומת הסכנה שהצוות אינו מכיר את התחושות הפנימיות האמיתיות של הנחקר. במקומות שאין התאמה בין הדיווחים של המטפלים לעומת אלו של המטופלים, יש מקום לפרש זאת כפשוטו ולתת משקל רב יותר לתפיסת האדם את מידת השליטה שלו. במחקר שמצויין לעיל נמצא כי הגורמים המשפיעים על ההבדלים בין הדווחים הינם רבים ומגוונים, החל מבעיות טכניות של הטייה בשאלות המחקר, השפעה של סוג התחום בו נבדקת יכולת הבחירה ועד סוג מסגרת הדיווח של האדם. תפיסות ערכיות של המטפלים ומידת הבחירה הקיימת בפועל בתחומים שונים בסוגי דיווח שונים, עשויות להשפיע על דיווחי הצוות והדיירים כאחד. בנושאים

קונקרטיים ופתוחים לבחירתו החופשית של הדייר (כמו מתן אפשרות לצלצל בטלפון), התקבלה התאמה גבוהה בין דיווחי שתי הקבוצות. בתחומים עמומים יותר ובמקומות בהן נשללה הבחירה או ניתנה ברמה פחותה, גובר הסיכוי להתאמה נמוכה בין דיווח המפגר לדיווח המטפל (Stancliffe, 1995).

לסיכום, אחת המגבלות העיקריות במחקר היא סכנה להטייה בתוצאות עקב העובדה כי האנשים עם פיגור שכלי רואיינו והוסקו מסקנות על פי תשובותיהם. ננקטו מספר אמצעים להפחית את ההטייה: ביצוע Pretest, בחירת שאלות ברורות, ממוקדות ובעלות ניסוח מתאים. כמו כן, נבחרו נושאים שהסיכון בהם מינימלי, מחד ושהעמדה הסובייקטיבית משמעותית.

השלכות היישומיות של המחקר

הסקירה הספרותית שערכתי וממצאי מחקר זה מורים על קיומם של קשרים בין המשתנים: סוג מסגרת מגורים, סוג מסגרת תעסוקתית, רקע לימודי ותפיסת שליטה, לבין רמת פעילות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי ויכולת ההחלטה שלהם. תחום הפנאי אצל אנשים עם פיגור שכלי נחקר מעט יחסית בספרות העולמית בכלל ובספרות הישראלית בפרט. המחקרים שעוסקים בו נוגעים בהערכת תכניות פנאי ספציפיות או בפנאי כחלק ממחקר רחב יותר על שביעות רצון, קבלת החלטות ועוד. בישראל, חלק גדול מהמחקרים אינו עדכני ומציג את תמונת המצב של ישראל כפי שהיתה לפני למעלה מעשרים שנה. כמו כן, חסר נדבך משמעותי של תפיסה מודרנית להעצמה ושוויון. דווקא מחקרים אלו הינם מקיפים ומשמעותיים מאוד בהכרת דפוסי הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי.

אנשים עם פיגור שכלי עברו כברת דרך ארוכה בשני העשורים האחרונים. הם חשופים הרבה יותר למגוון פעילויות פנאי, רמת המודעות שלהם עלתה, הם הרבה יותר נגישים לשירותי פנאי ובאופן כללי עוסקים בהם יותר. יחד עם זאת, תהליך בחירת הפעילות בקרב אנשים עם פיגור שכלי אינו מתנהל עדיין על פי התפיסות המקובלות של פנאי. אחד העקרונות המרכזיים הוא התייחסות לתפיסתו, רצונותיו והמוטיבציה הפנימית של האדם. האם לשם צריך לשאוף? האם אכן כל בני האדם מיישמים רמה זו של פנאי? לא בהכרח. גם התיאוריות הפסיכולוגיות בתחום אינן רואות זאת באופן אחיד. אנשי המקצוע בתחום החינוך ורווחה, העוסקים בתכנון נושא הפנאי, צריכים לשים דגש על תחום הבחירה / שליטה של הפרט בנעשה בחייו, לפי המינון האינדיבידואלי המתאים לו. במסגרות הדיור המוגן נמצאו רמות פעילות גבוהות של פעילות פנאי וטווח רחב יותר מאשר בקרב אנשים הגרים בבית ההורים אולם לעיתים זה בא על חשבון חופש בחירה והעצמה. חשוב להכשיר את המטפלים במסגרות השונות לאוריינטציה של שיתוף, העצמה ומתן אפשרות ביטוי לרצונות האדם ובחירותיו, בתחומים רבים של היומיום.

המלצות למחקר עתידי

- 1.1. לערוך השוואה בין אנשים שעובדים לכאלו שאינם משולבים בכלל במסגרת תעסוקתית, כדי לבחון אם עצם השילוב במסגרת תעסוקתית ולא האבחנה בין סוגיהן משפיע על מדדי פנאי.
- 1.2. לבדוק הבדלים בין סוגי דיור שונים לפי גודל המסגרת ומידת נוכחות הצוות כדי לבחון אם ההבדלים משפיעים על מידת השליטה הנתפסת.
- 1.3. לפתח כלים חדשים לראיון של אנשים עם פיגור שכלי, הלוקחים בחשבון את מגבלותיהם. לדוגמא, שימוש באמצעי עזר ויזואליים לעקיפת מגבלת השפה.
- 1.4. לבחון את המושג "תפיסת שליטה" מחדש כדי לבדוק את ההשערה הרביעית (שלא אוששה) בדבר קיום קשר בין תפיסת שליטה לבין רמת פעילות פנאי. יש מקום לחפש כלים מחקרניים אלטרנטיביים הבודקים מושג זה.

ביבליוגרפיה

- אמבר, ע. (1999). הקשר שבין נחישות-עצמית ומיקוד שליטה לבין שביעות רצון מסגנון חיים של אנשים עם פיגור שכלי החיים בבית ובהוסטל. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת חיפה.
- בנדוב, ד. ורייטר, ש. (1997). הדימוי העצמי ואיכות החיים של בוגרים לקויי למידה. *חברה ורווחה*, י"ז (2), 185-200.
- בן-מנחם, י. (1997). תפיסת איכות החיים של מבוגרים עם פיגור שכלי הגרים במסגרות דיור שונות בתוככי אותה העיר. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר-אילן, רמת גן.
- ברזון, מ., גורדון, ד. והולצמן, מ. (1990). "נסה דרך אחרת" – שיקום נכים בשוק החופשי. ירושלים, המוסד לביטוח לאומי, מינהל המחקר והתכנון
- ברזון, מ., בוכנר, נ., דניס מור, ח. וויס צוקר, ר. (2000). סקר צרכים ומענים של אנשים מבוגרים ומזדקנים עם פיגור שכלי החיים בקהילה (בעיר ת"א – יפו).
- גאנס, ה. (1999) תרבות אמריקנית פופולרית ותרבות גבוהה במבנה מעמדות משתנה, 54-66 בתוך כץ, א., ינוביצקי, י., האז, ה. וילין, ד. (עורכים) *תרבות, תקשורת ופנאי בישראל – היבטים השוואתיים*. תל אביב: האוניברסיטה הפתוחה
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (1996). *דפוסי השימוש בזמן בישראל – 1991/1992*. ירושלים: פרסומים מיוחדים.
- הררי – זונדר, ס. (1997). *תפיסת מושג המוות של אנשים עם פיגור שכלי*. חיבור לשם קבלת התואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל-אביב.
- כספי, מ. (1988). *הקשר בין מוקד שליטה והערכה עצמית לבין איכות בילוי שעות הפנאי ואוריינטציה השגית אצל נערות במצוקה*. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר-אילן, רמת גן.
- כץ, א. וגורביץ, מ. (1973). *תרבות הפנאי בישראל*. תל אביב, הוצאת עם עובד.

לוי קדמן, ש. (2000). התקשרות, תחושת שליטה ותחושת בדידות בקרב בעלי ליקוי ראייה. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בפסיכולוגיה, אוניברסיטת בר-אילן, רמת גן.

לימור-גולדשטיין, ש. (1992). עמדות הורים ואנשי מקצוע לגבי השירותים הקיימים והדרושים למפגר ולמשפחתו. בית הספר לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.

ערער, א. (2000). איכות חיים, קשרי חברות ופעילות פנאי בקרב אנשים עם פיגור שכלי החיים באומנה ובידוד קהילתי. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת חיפה.

צוריאל, ד. ולפשיץ, ח. (1991). כושר התנגדות קוגניטיבי והסתגלות חברתית אצל מפגרים הגרים בבית לעומת מוסד. חברה ורווחה, י"א, 127-147.

רייטר, ש. ולוי, א. (1979). מחקר מעקב אחר צעירים מפגרים בקהילה. חברה ורווחה, ב'. רייטר, ש., לוי, א. ופינטו, ב. (1980). הגורמים המשפיעים על בילוי שעות הפנאי של צעירים מפגרים. חברה ורווחה, ג'. 406-413.

רייטר, ש. (1997). חבר חריג במערכות הרווחה, הבריאות והחינוך. חיפה: הוצאת גסטליט.

רימרמן, א. ושוורץ, ח. (1995). ביצוע הערכה במסגרות לדיור קהילתי לאוכלוסיה עם פיגור שכלי. ביטחון סוציאלי, 44, 96-107.

שוהם, ע. (1999). סוג המגורים, סגנון ההתמודדות ואיכות החיים של בוגרים עם לקות למידה. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן.

שוורץ, ח. (1995). רמת העצמאות האישית של מבוגרים עם פיגור שכלי הגרים בבתיים קבוצתיים (הוסטלים) ודירות בקהילה. סוגיות בחינוך מיוחד ובשיקום, 10(2), 49-57.

שול - בקון, מ. (1991). מבנה עולם הפנאי של קשישים בקהילה. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל-אביב.

- Anderson, L., Schleien, S.J., McAvoy, I. & Lais, G. (1992). *Integration through adventure: Preliminary results of a three-year longitudinal study*. (Internet)
- Beck-Ford, V. & Brown, R.I. (1984). *Leisure training & rehabilitation: A program manual*. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
- Bialeschi, M.D. (1985). *An analysis of leisure attitudes and activity patterns of women related to locus of control and perceived choice*. Ph.D. Thesis, University of Wisconsin, Madison
- Breen, K. (1961). *The Adult Years*. A report prepared for the Bartholomew County Retirement Foundation by the Department of Sociology, Purdue University.
- Cheseldine, S.E. & Jeffree, D.M. (1981). Mentally handicapped adolescents: Their use of leisure. *Mental Retardation*, 25, 49-59.
- Cicirelli, V.G. (1992). *Family care giving - autonomous and paternalistic decision making*. Sage Publications, Inc., USA
- Dattilo, J., & Schleien S.J. (1994). Understanding leisure services for individuals with mental retardation. *Mental Retardation*, 32, 53-59.
- Felce, D. & Perry, J. (1995). Quality of life: Its definition and measurement. *Research in Developmental Disabilities*, 16, 51-74.
- Flynn, M.C. (1986). Adults who are mentally handicapped as consumers: Issues & guidelines for interviewing. *Journal of Mental Deficiency Research*, 30, 369-377.
- Glausier, S.R., Whorton, J.E., & Knight, H.V. (1995). Recreation and leisure likes/dislikes of senior citizens with mental retardation. *Activities, Adaptation and Aging*, 19 (3), 43-54.
- Goode, D. (1990). Thinking about and discussing quality of life. In R.L. Shallock (ed), *Quality of Life: Perspectives and Issues*, 41-57. Washington D.C.: American Association on Mental Retardation

- Guess, Doug, Benson, H. A., and Siegel-Causey, E. (1985). Concepts and issues related to choice-making and autonomy among persons with severe disabilities. *JASH*, Vol. 10, No. 2, 79-86
- Hawkins, B.A. (1997). Promoting quality of life through leisure & recreation, in Schalock, R.L. (Ed.) *Quality of life* (vol. 2), U.S.A.: American Association on Mental Retardation.
- Hill, B.K., Rotegard, L.L., & Bruininks, R.H. (1984). Quality of life of mentally retarded people in residential care. *Social Work*, 29(3), 275-281
- Howe, C.Z. (1987). Selected social gerontology theories and older adult leisure involvement: A review of the literature. *Journal of Applied Gerontology*, 6(4), 448-463.
- Iso-Ahola, S.E. (1980). *The social psychology of leisure*. Dubuque IA:WM. C. Brown Co.
- Katz, S., and Yekutieli, E. (1994). Leisure time problems of mentally retarded graduates of training programs. *Mental Retardation*, 12, 54-57.
- Keith, K.D. (1990). Quality of life: Issues in community integration. In R.L. Schalock (Ed.), *Quality of life: Perspectives and issues*, (pp. 93-100). Washington D.C.: American Association on Mental Retardation.
- Kelly, J.R. (1972). Work and leisure: A simplified paradigm. *Journal of Leisure Research*, 4 (Winter):50
- Kelly, R.J. (1983). *Leisure identities and interactions*, Sydney, Australia.
- Kleiber D. (1999). *Leisure experience and human development*, NY, USA.)
- Lomranz, J., Bergman, S., Eyal, N. & Smotkin, D. (1987). Indoor and outdoor activity of aged women and men as related to depression and well-being. *International Journal of Aging and Human Development*, 24, 303-314
- Maran, R.W. and Fly, J.M. (1981). *Recreation and the quality of urban life*, Research Report Series, The Institute of Social Research, Michigan

- Mc Dowell, C.F. (1981). Leisure: Consciousness, well being and counseling. *The counseling psychology*, 9, 3-31.
- Neulinger, J. (1980). *To leisure: An introduction*. Boston: Allyn & Bacon
- Neumayer, R., Smith, R. W. and Lundegren, H.M. (1993). Leisure-related peer preference choices of individuals with Down syndrome. *Mental Retardation*, 31 (6), 396-402.
- Nirje, B. (1969). The normalization principle and its human management implications. In R. Kugel & W. Wolfensberger (Eds.), *Changing patterns in residential services for the mentally retarded*, 179-195. Washington D.C.: Government Printing Office.
- O'Keefe, J.F. ((1985). *Path analytic investigation of work/leisure relationships*. Ph.D. Dissertation, University Illinois Institute of Technology.
- Pearlin, L.I. & Schooler C., (1978). The Structure of coping. *Journal of health and Social Behavior*, 19(1), 2-21.
- Putnam & Schleien (1985)
- Ridick,C.C. (1986). Satisfaction Precursors, *Journal of Leisure Research*, 18(4), 259-265.
- Schalock, R.L. (1990). Attempts to conceptualize and measure quality of life. In R.L. Schalock (Ed.), *Quality of Life: Perspectives and Issues*, Washington D.C. American Association on Mental Retardation, 141-148
- Schalock, R.L., Keith, R.D., Hoffman, K. & Karan, O.C. (1989).Quality of life: Its measurement and use, *Mental Retardation*, 27, 25-31
- Schalock, R.L. (1996). Reconsidering the conceptualization and measurement of quality of life. In R.L. Schalock, (Ed.), *Quality of life: Conceptualization and measurement*, 123-139, Washington D.C.: American Association on Mental Retardation.

- Schleien, S.J., Fahnestock, M, Green, R., & Rynders, J.E. (1990). Building positive social networks through environmental interventions in integrated recreation programs. *Therapeutic Recreation Journal*, 24(4), 42-52.
- Shevin, M. and Klein, N. (1984). The importance of choice-making skills for students with severe disabilities. *JASH*, 9, 3, 159-166.
- Stancliffe, R.J. (1995). Assessing opportunities for choice-making: A comparison of self- and staff reports. *American Journal on Mental Retardation*, 99, 4, 418-429
- Stancliffe, R.J. (1997). Community-living unit size, staff presence, and residents' choice-making. *Mental Retardation*, 35, 1, 1-9
- Stancliffe, R.J. and Abery, B.H. (1997). Longitudinal study of deinstitutionalization and the exercise of choice. *Mental Retardation*, 35. 3, 159-169
- Stark, J. & Faulkner, E.,(1996). *Quality of life across the life span*, in Schalock, R.L. (ed.). Quality of Life (vol.2), U.S.A. American Association on Mental Retardation
- Stroud, M. & Sutton, E. (1988). *Expanding options for older adults with developmental disabilities: A Practical Guide to Achieving Community Access*. Baltimore, MD. Paul H. Brookes Publishing Co.
- Tokarski, W. (1985). Some social psychological notes on the meaning of work and leisure. *Leisure Studies*, 4, 227-231
- Treece, A., Gregory, B.A. & Mendis, K. (1999). "I always do what they tell me to do" – Choice-making opportunities in the lives of two older persons with severe learning difficulties living in a community setting. *Disability and Society*, 14 (6), 791-804
- Vinokur, A.D. & Schul, Y. (1997). Mastery and inoculation against setbacks as active ingredients in the JOBS intervention for the unemployed. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65 (5), 867-877.

Waters, L.E. & Moore, K.A. (2002). Self-esteem, appraisal and coping: A comparison of unemployed and re-employed people. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 593-604

Wehman, P. (1995). Supported employment for people with disabilities: what progress has been made?. In L. Nadel and D. Rosenthal (Eds.), *Down syndrome: Living and learning in the community*, 263-275. New York: Wiley-Liss.

Wehmeyer, M.L. (1994). Employment status and perception of control of adults with cognitive disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 15(2), 119-131.

Wehmeyer, M.L. and Metzler, C. (1995). How self-determined are people with mental retardation? The National Consumer Survey. *Mental Retardation*, 33, 2, 111-119)

Wehmeyer, M. & Schwartz, S. 1998. The relationship between self-determination and quality of life for adults with mental retardation. Education and Training in *Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 33, 3-12

נספח א' - שאלון דמוגרפי

שם המראיין: _____ תאריך: _____

פרטים אישיים

1. מין: א. זכר ב. נקבה
2. שנת לידה: _____
3. ארץ לידה: א. ישראל ב. אירופה, אמריקה או דרום אמריקה.
 ג. אסיה או צפון אפריקה ד. אחר _____
4. שנת עליה: _____
5. מצב משפחתי: א. רווק/ה ב. נשוי/ה ג. נשוי/ה + ילדים
 ד. גרוש/ה ה. אלמן/ה
6. ארץ לידת האב: א. ישראל ב. אירופה, אמריקה או דרום אמריקה
 ג. אסיה או צפון אפריקה ד. אחר _____
7. ארץ לידת האם: א. ישראל ב. אירופה, אמריקה או דרום אמריקה
 ג. אסיה או צפון אפריקה ד. אחר _____
8. מצב בריאות: א. בריא בדרך כלל ב. חולה לעיתים רחוקות
 ג. חולה לעיתים קרובות ד. חולה רוב הזמן
9. השכלה: א. יסודית בבית ספר רגיל ב. יסודית בבית ספר מיוחד
 ג. על יסודי מיוחד
10. מגורים: א. משפחה ב. דירה מוגנת
 ג. הוסטל ד. לבד ה. אחר: _____
11. תעסוקה: א. שוק חופשי ב. תעסוקה נתמכת (השמה קבוצתית)
 ג. תעסוקה מוגנת (מע"ש) ד. לא עובד
ה. אחר: _____

נספח ב' - שאלון השליטה המקורי

לפניך רשימת הרגשות ופעולות של אנשים. ציי/ני עד כמה האפיונים מתאימים או לא מתאימים עבורך

לא מתאים			מתאים מאוד		
1	2	3	4	5	יש לי מעט שליטה על הדברים שקורים לי
1	2	3	4	5	אין באמת דרך בה אני יכול/ה לפתור כמה מהבעיות שמפריעות לי
1	2	3	4	5	אני יכול/ה לשנות רק במידה מועטה הרבה דברים שחשובים לי בחיים
1	2	3	4	5	לעיתים קרובות אני מרגיש/ה חסר/ת אונים מכדי להתמודד עם הבעיות שלי בחיים
1	2	3	4	5	לעיתים קרובות אני מרגיש /ה נדחף על ידי אחרים
1	2	3	4	5	העתיד ומה שיקרה לי תלוי בעיקר בי
1	2	3	4	5	אני יכול/ה לעשות כמעט כל דבר שאני מחליט/ה לעשות

נספח ג' - שאלון לבדיקת השאלון המותאם לאוכלוסיית המחקר

לפניך רשימת הרגשות ופעולות של אנשים. ציי/ני עד כמה האפיונים מתאימים או לא מתאימים עבורך

לא מתאים			מתאים מאוד		
1	2	3	4	5	לעיתים קרובות אני מרגיש/ה חסר/ת אונים מכדי להתמודד עם הבעיות שלי בחיים
1	2	3	4	5	יש לי מעט שליטה על הדברים שקורים לי
1	2	3	4	5	אני לא יכול/ה לפתור כמה מהבעיות שמפריעות לי
1	2	3	4	5	לעיתים קרובות אני מרגיש/ה נדחף על ידי אחרים
1	2	3	4	5	בדרך כלל אני יכול/ה לשנות רק קצת מהדברים שחשובים לי בחיים
1	2	3	4	5	לעיתים קרובות אני מרגיש/ה חלש מכדי להתמודד עם הבעיות שלי בחיים
1	2	3	4	5	לעיתים קרובות אני מרגיש/ה מושפע מאחרים
1	2	3	4	5	אני לא קובע הרבה מהדברים שקורים לי
1	2	3	4	5	העתיד ומה שיקרה לי תלוי בעיקר בי
1	2	3	4	5	אני יכול/ה לשנות רק במידה מועטה הרבה דברים שחשובים לי בחיים
1	2	3	4	5	אני יכול/ה לעשות כמעט כל דבר שאני מחליטה לעשות
1	2	3	4	5	אין באמת דרך בה אני יכול/ה לפתור כמה מהבעיות שמפריעות לי

נספח ד' שאלון שליטה מותאם לאוכלוסיית המחקר

שם המראיין: _____ תאריך: _____

לפניך רשימת הרגשות ופעולות של אנשים.

ציין/ני עד כמה האפיונים מתאימים או לא מתאימים עבורך

לא מתאים		מתאים מאוד	
1	2	3	12. אני קובע מעט מהדברים שקורים לי
1	2	3	13. אני לא יכול/ה לטפל בכמה מהבעיות שמפריעות לי
1	2	3	14. אני יכול לשנות רק קצת מהדברים שחשובים לי בחיים
1	2	3	15. לעיתים קרובות אני מרגיש/ה שאני לא יכול להתמודד עם הבעיות שלי בחיים
1	2	3	16. לעיתים קרובות אני מרגיש/ה שאחרים קובעים בשבילי
1	2	3	17. מה שיקרה לי בעתיד תלוי בעיקר בי
1	2	3	18. אני יכול/ה לעשות כמעט כל דבר שאני מחליט/ה

תיאור הפעילות

לא יודע	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	24.1 הולך למוזיאון
			אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	24.2 מי מחליט האם תלך למוזיאון
		מי שהוא אחר מחליט			
לא יודע	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	25.1 עוסק (עושה) ספורט
			אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	25.2 מי מחליט האם תעשה ספורט
		מי שהוא אחר מחליט			
לא יודע	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	26.1 מבלה במועדון חברתי
			אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	26.2 מי מחליט האם תבלה במועדון חברתי
		מי שהוא אחר מחליט			
לא יודע	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	27.1 יושב בבית קפה או במסעדה
			אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	27.2 י מחליט האם תשב בבית קפה או במסעדה
		מי שהוא אחר מחליט			
לא יודע	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	28.1 הולך להצגה או למופע אחר
			אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	28.2 מי מחליט האם תלך להצגה או למופע אחר
		מי שהוא אחר מחליט			
לא יודע	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	29.1 משחק משחקי חברה (דמקה / דומינו וכו')

תיאור הפעילות

			מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	29.2	מי מחליט האם תשחק משחקי חברה (דמקה / דומינו וכו')
						30.1	הולך לים או לבריכה
			מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט עם עזרה מאחרים	30.2	מי מחליט האם תלך לים או לבריכה
						31.1	מטייל בגינה / בפרק או בקניון
			מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	31.2	מי מחליט האם תטייל בפרק / בגינה או בקניון
						32.1	מבלה בשמחות משפחתיות (חתונה / בר מצווה / ברית וכו')
			מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	32.2	מי מחליט האם תלך לשמחה משפחתית
						33.1	הולך לאירועי ספורט – צופה (כדורגל, כדורסל וכו')
			מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	33.2	מי מחליט האם תלך לאירוע ספורט
						34.1	מבקר בבית כנסת
			מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	34.2	מי מחליט שתבקר בבית כנסת
						35.1	נוסע לנופש בארץ

תיאור הפעילות

		מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	35.2 מי מחליט האם תיסע לנופש בארץ
	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	35.1 נוסע לנופש בחו"ל
		מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	35.2 מי מחליט האם תיסע לנופש בחו"ל
	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לעיתים קרובות	לעיתים קרובות מאוד	36.1 משתתף בפעילות נוספת
					36.3 פרט את הפעילות: _____
		מי שהוא אחר מחליט	אני מחליט עם עזרה מאחרים	אני מחליט לבד	36.2 מי מחליט שתשתתף בפעילות זאת

נספח ו' – מכתב להורים

לכבוד

משפחת _____

שלום רב

אני אירית חן סטודנטית לתואר שני באוניברסיטת תל אביב, עורכת בימים אלה מחקר בנושא בילוי שעות הפנאי של אנשים עם פיגור שכלי ומבקשת הסכמתכם לראיין את בנכם / בתכם במסגרת המחקר. הראיון יתקיים בבית או במסגרת התעסוקה, בתיאום מראש.

במסגרת תפקידי כובדת סוציאלית בתחום נכויות בעיריית תל אביב, מצאתי כי תחום שעות הפנאי מטריד משפחות רבות, להן בן משפחה עם פיגור שכלי. דרך מחקר זה, מקווה אני להביא להבנה טובה יותר של אנשי מקצוע בתחום ולהסקת מסקנות מעשיות לפיתוח וקידום תחום הפנאי.

כל אינפורמציה שתתקבל תהיה סודית ויפורסמו סיכומים כלליים בלבד, תוך הקפדה על צנעת הפרט.

אנא החזירו אלי את תשובותכם על גבי הספח המצורף מטה. לרשותכם מעטפה מבוזלת מראש. אי קבלת תשובה עד לתאריך 30.03.03, תיחשב כמתן אישור להשתתפות במחקר.

ממשפחת _____

ספח הסכמה / אי הסכמה להשתתפות במחקר

אני מסכים / מתנגד להשתתפות בני / בתי במחקר.

חתימה _____

ABSTRACT

Leisure activity is perceived today as an essential factor in enhancing a person's quality of life. Most research in this field emphasizes the engagement in leisure activity as a source of enjoyment which contributes to the individual's mental health, self-fulfillment, creativity and satisfaction in life.

The present research was conducted in order to investigate the effects of environmental and personality variables on the leisure activity of persons with mental retardation, with the understanding that their needs are similar to those of the general population as part of the normalization principle. Existing research has established that participation in leisure activity constitutes an essential factor for the successful inclusion of people with mental limitations to the general community.

Leisure activity is one aspect in life in which a person has the opportunity to exercise autonomous behavior and make independent decisions and choices, which lead to personal growth and self- fulfillment. Leisure activity is, on one hand, entirely free, but, on the other hand, it requires initiative generated by internal motivation. One of the central concepts closely related to choice making is 'mastery' – the subjective perception of the individual that it is possible to control significant events in life (Pearlin & Schooler, 1978). People with mental retardation have been found to have lower self- determination and a narrower range of choices, compared to the general population. This is a result of the combination of objective difficulties with attitudes of the society limiting their opportunities for independent choices.

Eighty six (86) people, all residents of the city of Tel Aviv-Jaffa, were selected to participate in the present study, according to certain criteria:

- 1) Functioning at a mild to moderate level of mental retardation, based on diagnosis made by the Service for the Mentally Retarded at the Ministry of Labor and Welfare.
- 2) Employment in a stable occupational environment for the last year at least.

3) Living in the community, at home or in community residence for the last six months at least.

The participants in this research were interviewed using a prepared questionnaire which consisted of three parts: a Demographic questionnaire, a Mastery questionnaire, and a Leisure activity questionnaire. The results were analyzed by the usual statistical methods, after dividing the participants into four groups, according to type of residence and type of employment.

The research examined four main hypotheses:

First Assumption – a correlation will be found between the type of residence and the level of leisure activity, the activity types and the degree of mastery of people with mental retardation.

Second Assumption – a correlation will be found between the type of employment and the level of leisure activity, the activity types and the degree of mastery of people with mental retardation.

Third Assumption – a correlation will be found between residence and employment types and the rate of participation in two kinds of leisure activities, so that in community residences the level of outdoor activity will be higher.

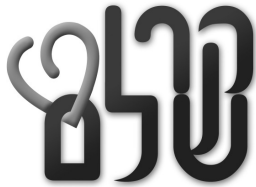
Fourth Assumption – a correlation will be found between mastery and the level of leisure activity; the higher the level of mastering, the higher the level of leisure activity and the rate of outside activities.

Among the main findings, people living in protected residences have a higher level of leisure activity, mostly in activities outside the home, than those living with their families. This difference was observed independently of the employment type. However, the gap between the two different residence groups was much higher among those working in protected employment and which their school education was partial. Significant differences were found between two types of employment groups with respect to leisure activity and decision making ability.

Participants who work in the free market report a higher level of leisure activity and exhibit a higher capacity for making decisions.

Participants who work in protected environments consider themselves as having lower mastering skills than those employed in the free market. In spite of expectations, no significant correlation was found among the three parameters – leisure activities, decision making ability and mastering.

In conclusion, in this study persons with mild to moderate mental retardation were interviewed. They belonged to four groups: living in protected residences and working in the free market; living at home with their family and working in the free market; living in protected residence and working in protected employment; living at home and working in protected employment. The results of this research demonstrate that leisure activity within this population segment is markedly affected by their living environment, mainly by their housing arrangement as well as by their work environment. In view of their low ability for independent decision making and a relatively low level of mastery, life circumstances have a greater effect than personality characteristics on the life style. In the process of analyzing the results' an intervening variable was found: "education level, the degree of school years completed. It is recommended that professionals should bear in mind the great influence of the living environment on the leisure habits of this population and incorporate it in their planning of leisure activities programs.



מؤسسة "شاليم" | The Shalem Fund
لتطوير خدمات للأشخاص ذو
التخلف العقلي في السلطات المحلية
for Development of Services for People with
Intellectual Disabilities in the Local Councils
פיתוח שירותים לאדם עם מוגבלות שכלית
התפתחותית ברשויות המקומיות

The Correlation between Type of Residence, Type of Employment and Mastery, and the Leisure Activity Habits of Persons with Mental Retardation Living in the Community

Irit Chen

Supervised by : Dr Miriam Berson, Prof. Meir Teichman

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirements for the Degree of
Master of Social Work
At Tel – Aviv University



This work was supported by a grant from Shalem Fund for Development
of Services for People with Intellectual Disabilities
In the Local Councils in Israel

2003

קרן שלם/531/2003