

مؤسسة "شاليم"
لتطوير خدمات للشخص 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



הוסטל אהבה אקדמית
המכללה לחינוך גופני ולספורט ע"ש זימון במכון וינגייט בע"מ (תל א)

השפעת עמדות אנשי צוות והתנאים הסביבתיים על המניעים לפעילות גופנית של אנשים עם מוגבלות שכלית-התפתחותית המקבלים שירות במסגרות דיור, חינוך ותעסוקה



פרופ' ישעיהו הוצלר, וגב' מלי עוז MPE
המכללה האקדמית בוינגייט ואילן מרכז ספורט לנכים
ד"ר שרון ברק
בית החולים ספרא, המחלקה לשיקום ילדים



מרכז הספורט לנכים בישראל
ISRAEL SPORT CENTER FOR THE DISABLED



המרכז הרפואי ע"ש ח.שיבא, תל השומר
בית החולים של המדינה

מטרות

- לאפיין היקפים ומאפיינים של פעילות גופנית במסגרות על פי דיווח אנשי הצוות
- לסקור בקרב אנשי הצוות של המסגרות את
 - העמדות שלהם ביחס לפעילות גופנית,
 - הדיווח העצמי שלהם ביחס לפעילותם הגופנית העצמית,
 - התפיסות שלהם ביחס לפעילות גופנית של הדיירים, לרבות גורמים מעודדים וחסמים לפעילות,
- לבחון את התנאים הסביבתיים שעשויים לתמוך או לעכב פעילות גופנית במסגרות לאנשים עם מש"ה,
- לבחון האם ניתן לנבא את היקף הפעילות הגופנית המדווחת של הדיירים באמצעות משתנים של עמדות ותפיסות אנשי הצוות.

השיטה

- מערך משולב של ניתוח נתונים כמותי (לשאלות סגורות) ואיכותני (לשאלות פתחות) המופיעות בשאלון
- מרבית הפריטים הכמותיים היו מבוססים על סולמות דירוגיים, למשל:
 - רמת המודעות לפעילות גופנית אצל העובדים בדירוג של 1 (נמוכה) עד 4 (גבוהה מאוד)
 - עמדות כלפי פעילות גופנית בהתייחסות לאחרים: נראים טוב יותר, בריאים יותר, או מקובלים יותר בחברה בדירוג של 1 (מסכים מאוד) עד 4 (בכלל לא מסכים)
 - פריט אחד: מספר הפעילים במסגרת כלל נתונים כמותיים על סולם רציף,
 - פריטים אחרים כמו: סיבות בגינן המשתתפים מגיעים לפעילות הגופנית נענו באמצעות טקסט חופשי

השאלון

- פרטים דמוגרפיים,
- פריטים ביחס לגורמים מעודדים ולחסמים כלפי פעילות גופנית ביחס לאוכלוסיית היעד, כפי שהם נתפסים לדעת ממלא השאלון וכמו כן עמדות כלפי פעילות גופנית, המבוססים על שאלון שנעשה בו שימוש לסקר עמדות כלפי פעילות גופנית במחקר מלווה מטעם ביטוח לאומי על פעילות גופנית לאוכלוסיה בוגרת במסגרות של חברת המתנסים (הוצלר, רובינשטיין, שמש וברק, 2013).
- פריטים ביחס למוכנות לשינוי ביחס לפעילות גופנית על ידי ממלא השאלו (Sarkin, Johnson, Prochaska, & Prochaska, 2001), פריטים מותאמים משאלון תנאים סביבתיים לפעילות גופנית בקהילה (Erwin, 2008).
- פרטים ביחס לשיעור הפעילות הגופנית המתבצעת במקום, סוגי הפעילות הגופנית הזו, ואופן ביצועם.

ניתוח כמותי - תיאורי

- אפיון תיאורי של המרכזים ובעלי התפקידים המשתתפים במחקר (לדוגמא: סוג המרכז וההשכלה של בעל התפקיד ממלא השאלון),
- אפיון המתקנים והמשאבים לפעילות גופנית במסגרות השונות (לדוגמא: שכיחות של הימצאות אולם ספורט וציוד ספורט במסגרת),

ניתוח מהימנות שאלונים

- המהימנות של שלושה שאלונים בהם בוצע שימוש במחקר נקבעה באמצעות קרונבך אלפא והרווח בר-סמך 95% (95% confidence interval) של השאלונים:
 - שאלון גורמים מעודדים פעילות גופנית,
 - שאלון חסמים לפעילות גופנית
 - שאלון עמדות כלפי פעילות גופנית.

מתאמים

- נקבעו שתי קטגוריות של משתנים: (1) משתנים המשקפים את רמת הפעילות הגופנית של הפעילים במרכז ו-2) משתנים העשויים להסביר (לנבא) את רמת הפעילות הגופנית במסגרת.
- לאחר קביעת המשתנים בשתי קטגוריות המשתנים שצוינה לעיל, חושבו מתאמים בין המשתנים המנבאים רמת פעילות גופנית לבין המשתנים שהעריכו את רמת הפעילות הגופנית אמצעות מתאמי ספירמן (Spearman's rank correlation coefficient).

סטטיסטיקה היסקית

- הבדלים ברמת הפעילות הגופנית לפי השלבים השונים של מעגל השינוי (פעיל מעל לשישה חודשים, פעיל פחות משישה חודשים, כוונה להתחיל פעילות גופנית בחודש הקרוב, כוונה להתחיל פעילות גופנית בחצי שנה הקרובה וחוטר כוונה להתחיל פעילות גופנית בחצי השנה הקרובה)
- הבדלים ברמת הפעילות הגופנית לפי רמת מודעות לפעילות גופנית בהווה ובעבר (רמה נמוכה, בינונית וגבוהה-גבוהה מאוד).
- אלה בוצעו בעזרת ANOVA חד כיווני
- ניבוי רמת הפעילות הגופנית המדוחת של המשתתפים על סמך המשתנים שלעיל וכן מידת הגורמים המעודדים והחסמים המדווחים בוצע בעזרת רגרסיה מרובה

הניתוח האיכותני

- הטקסט שהתקבל ביחס לכל אחת מהשאלות הפתוחות הוקלד לתוך גיליון אקסל בעמודות וסומן בתגיות צבעוניות לאפיון קטגוריות תוכן.
- המידע המילולי העיקרי הצטבר בעמודה "סיבות בגינן מגיעים המשתתפים לפעילות".
- שניים מהמחברים המנוסים בעיבוד תוכן איכותני ניתחו באופן עצמאי את המידע המילולי ואפיינו קטגוריות תוכן.
- הקטגוריות והתגיות המשויכות לכל אחת מכן נידונו במשותף על ידי שני המחברים עד להסכמה.

ממצאים עיקריים לפי מטרות

- לאפיין **היקפים ומאפיינים של פעילות גופנית** במסגרות על פי דיווח אנשי הצוות מאפייני המשיבים
 - מתקנים ומשאבים במסגרות
- לסקור בקרב אנשי הצוות של המסגרות
 - **עמדות לפעילות**
 - רמת פעילות נוכחית בחתך מעגל השינוי
- לבחון את **התנאים הסביבתיים** שעשויים לתמוך או לעכב פעילות גופנית במסגרות
 - תנאים בסביבת המסגרת
 - תחושת ביטחון בסביבת המסגרת,
- **ניבוי רמת הפעילות** הגופנית המדווחת באמצעות משתנים של עמדות ותפיסות אנשי הצוות
 - מנבאים
 - מנבאים ורמת הפעילות

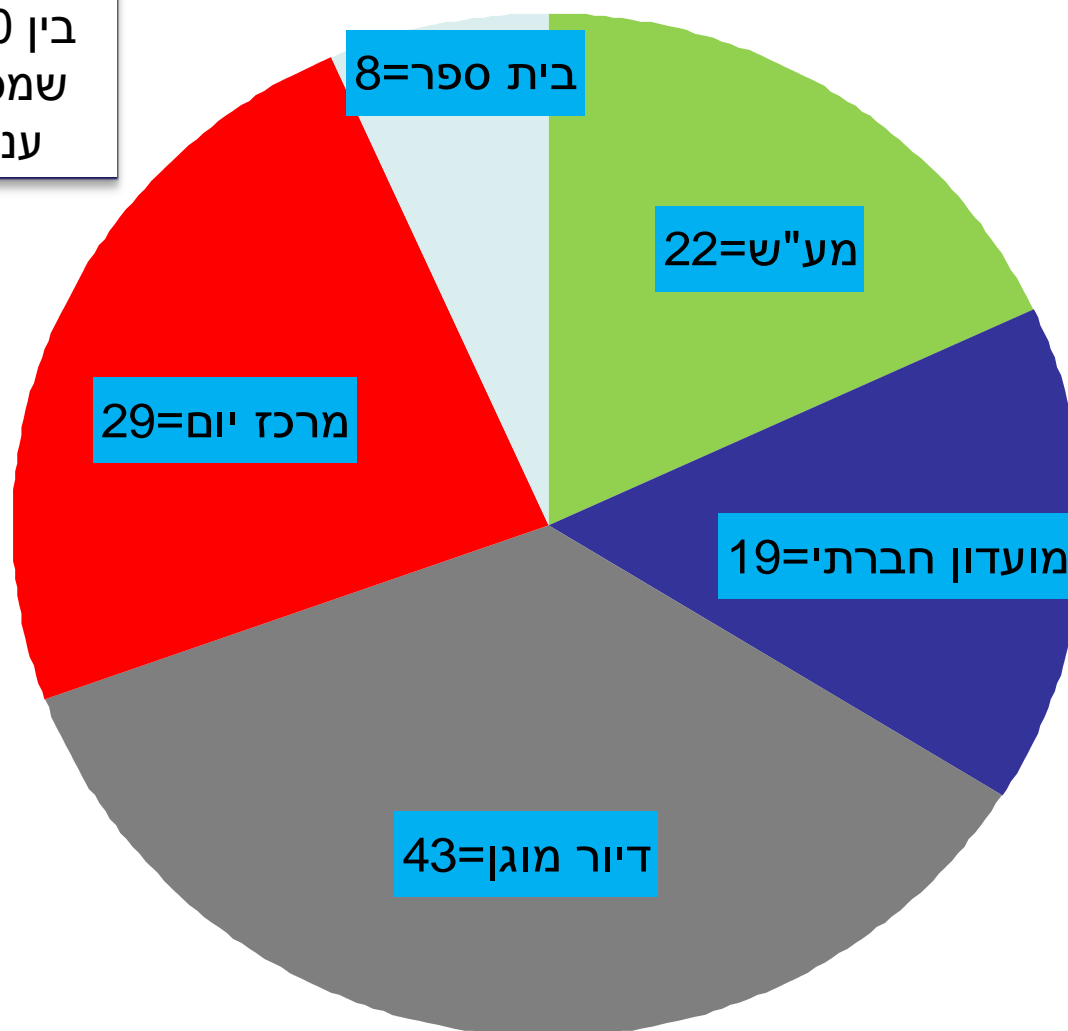
מספר משיבים בחתך מסגרת

מספר מסגרת	שם המסגרת	מספר משתתפים	אחוז מכלל המשתתפים במחקר
1	שיח סוד	8	6.7
2	טייבה	5	4.2
3	מע"ש אשדוד	7	5.8
4	דבורייה	11	9.2
5	רמת גן, מתנ"ס	5	4.2
6	חולון	5	4.2
7	דימונה	6	5.0
8	אשדוד	10	8.3
9	טופז	3	2.5
10	מרכז יום חדרה	9	7.5
11	מרכז כוכב	10	8.3
12	בה"ס ירושלים	9	7.5
13	מע"ש נצרת	18	15.0
14	עמותת שקל, ירושלים	14	11.7
סה"כ		120	100.0

המלצות

מספר המשיבים לפי סוג מסגרת

סה"כ: בשאלונים נע בין 120 – 121 היות שמספר משיבים לא ענו לכל הפריטים



מספר מקבלי שירות ממוצע לפי סוג מסגרת

מספר מקבלי שירות בכל סוג מסגרת: (סטיית תקן) ממוצע	סוג מסגרת
30.68 (39.32)	מע"ש
35.88 (31.35)	מועדון חברתי
24.97 (31.99)	דיור מוגן
34.12 (22.72)	מרכז יום
35.00 (1.54)	בית ספר
31.32 (30.28)	סה"כ

המלצות

מתקנים ומשאבים במסגרות

Chi-squared (significance level)	לא - (%) שכיחות	כן - (%) שכיחות	מאפיין
0.736 (0.391)	39 (44.8)	48 (55.2)	אולם ספורט (n=87)
0.096 (0.757)	45 (47.9)	49 (52.1)	חצר התעמלות (n=94)
0.674 (0.411)	52 (54.7)	43 (45.3)	חדר כושר (n=95)
57.28 (< 0.001)	8 (9)	80 (91)	מתקני פעילות גופנית בסיסיים (אולם ספורט ו/או חדר התעמלות ו/או חדר כושר) (n=88)
0.172 (0.678)	49 (52.7)	44 (47.3)	אופניים (n=93)
4.102 (0.042)	54 (61.4)	34 (38.6)	מתקני כושר בטבע (n=88)
32.88 (< 0.001)	18 (19.6)	74 (80.4)	ציוד לפעילות פנאי (n=92)
15.919 (< 0.001)	24 (27.9)	62 (72.1)	פעילות גופנית קבועה עם מאמן (n=86)
הערה: במסגרות בהן יש פעילות קבועה עם מאמן, תדירות הפעילות הממוצעת היא 4.35 (0.882) פעמים בשבוע			
7.439 (0.006)	63 (64.3)	35 (35.7)	פעילות גופנית תחרותית (n=98)

הערה: לא נמצאו מתאמים משמעותיים בין מספר המתקנים הקיימים בכל מסגרת לבין רמת פעילות גופנית.

ניבוי פעילות	תנאים סביבתיים	עמדות לפעילות	היקפים ומאפיינים	מבוא ושיטה
Chi-squared (significance level)	בנגישות הסעה שכיחות (%)	במרחק הליכה שכיחות (%)	צמוד למסגרת שכיחות (%)	מאפיין
0.831 (0.659)	30 (33.7)	26 (29.2)	33 (37.1)	מגרש כדורסל (n=89)
103.00 (< 0.001)	68 (87.2) ^b	9 (11.5) ^c	-----	חוף אגם/ים (n=78)
56.80 (< 0.001)	44 (53.0) ^a	30 (36.1) ^a	8 (9.6) ^{b,c}	שביל רכיבה על אופניים (n=83)
1.462 (0.481)	21 (26.9)	28 (35.9)	29 (37.2)	מגרש ספורט (n=78)
0.188 (0.910)	31 (32.3)	34 (35.4)	31 (32.3)	גן ציבורי (n=96)
5.154 (0.076)	35 (44.9)	24 (30.8)	19 (24.4)	מרכז ספורט קהילתי (n=78)
58.55 (< 0.001)	61 (70.1) ^{a,b}	22 (25.3) ^{a,c}	4 (4.6) ^{b,c}	בריכת שחייה (n=87)
98.14 (< 0.001)	63 (88.7) ^{a,b}	5 (7.0) ^c	3 (4.2) ^c	מגרש טניס (n=71)
14.84 (< 0.001)	42 (53.8) ^{a,b}	19 (24.4) ^c	17 (21.8) ^c	מסלול ריצה (n=78)
48.494 (< 0.001)	7 (9.1) ^a	16 (20.8) ^a	54 (70.1) ^{b,c}	מתקנים (n=77)

הערות: ^a שכיחות שונה משמעותית מ- "צמוד למסגרת"; ^b שכיחות שונה משמעותית מ- "מרחק הליכה"; ^c שכיחות שונה משמעותית מ- "בנגישות הסעה ציבורית או מאורגנת".

המלצות

ניתוח איכותני: הסיבות בגינן מגיעים המשתתפים לפעילות גופנית לדעת אנשי צוות? ($n=102$)

א. מוטיבציה חיצונית (35 היגדים)

– הצוות מעודד או מכריח להשתתף וחלק משגרת היום של המסגרת,

ב. מוטיבציה פנימית (56 היגדים)

(1) הנאה ואהבה לספורט (22 היגדים),

(2) מפגש חברתי (16 היגדים),

(3) פעילות תחרותית (היגד 1 בלבד), ו- 4

(4) גורמי מוטיבציה פנימית אחרים כמו בילוי בפנאי, חווייה, רצון, ומודעות (9 היגדים).

ג. מודעות לבריאות, לכושר ולמניעת השמנה (30 היגדים).

תנאים בסביבת המסגרת

Chi-squared (significance level)	אין - שכיחות (%)	יש - שכיחות (%)	מאפיין
0.010 (0.921)	50 (49.0)	52 (51.0)	תנועה כבדה המקשה ניידות (n=102)
21.65 (< 0.01)	27 (26.5)	75 (73.5)	מדרכות (n=102)
0.040 (0.842)	49 (48.5)	52 (51.5)	רמזורים (n=101)
0.040 (0.840)	48 (48.5)	51 (51.5)	יחידים / קבוצות העוסקים בהליכה (n=99)
27.60 (< 0.01)	73 (77.7)	21 (22.3)	פשע (n=99)

המלצות

תחושת ביטחון בסביבת המסגרת

Chi-squared (significance level)	בטוח – שכיחות (%)	די בטוח – שכיחות (%)	לא יודע – (%) שכיחות	
163.00 (< 0.01)	99 (90.8)	9 (8.3)	1 (0.9)	להסתובב בסביבת המסגרת ביום (n=109)
87.39 (< 0.01)	79 (76.7)	14 (13.6)	10 (9.7)	להסתובב בסביבת המסגרת בלילה (n=103)

המלצות

ציוד ומתקני ספורט במחקר זה לעומת מחקרם של Howie et al., 2012

Howie et al., 2012 % מהמסגרות	מחקר זה % מהמסגרות	משאב מתקנים/ציוד
58	55	אולם ספורט
50	49	הצר התעמלות
*58	43	חדר כושר
15	44	אופניים
55	74	ציוד ספורט
42	62	פעילות אימון מאורגנת

* לא בהכרח במסגרת אלא בקרבת מקום בקהילה

מהימנות סולמות המדידה

95% lower confidence limit	Cronbach's alpha (with raw variables)	שם סולם המדידה
0.582	0.671	שאלון גורמים מעודדים פעילות גופנית (n=110)
0.736	0.789	שאלון חסמים לפעילות גופנית (n=105)
0.4664	0.591	שאלון עמדות כלפי פעילות גופנית (n=107)

הערה: בשאלון עמדות כלפי פעילות גופנית, השמטת מסיח מספר 3 ("אנשים שעוסקים בפעילות גופנית הם מקובלים יותר בחברה") העלתה את המהימנות ל-0.699.

ניבוי רמת הפעילות המדווחת

Adjusted R square	F-ratio	t	r partial	Standard error	Coefficient	משתנה תלוי
0.156	5.00				-1.602	Constant
		0.282	0.037	0.051	0.012	שאלון חסמים
		2.785*	0.356	0.089	0.276	שאלון גורמים מעודדים
		0.136	0.076	0.154	0.038	שאלון עמדות

הערות: משתנים מנבאים: גורמים מעודדים, חסמים ועמדות לפעילות גופנית; הרגרסיות ליתר משתני רמת פעילות גופנית יצאו לא משמעותיות ולכן תוצאות הרגרסיה לא מוסכמות בטבלה.
* משתנה מנבא משמעותי ברמה של $P < 0.05$.

שאלון גורמים מעודדים

היגד	מסכים/ה מאוד	מסכים/ה	לא כל כך מסכים/ה	בכלל לא מסכים/ה
מאמני הספורט עוזרים להם להיות פעילים גופנית				
חברים איתם הם מתעמלים, עוזרים להם להיות פעילים גופנית				
משפחותיהם מעודדות אותם להיות פעילים גופנית				
מטפלים / מדריכים עוזרים להם להיות פעיל גופנית				
עצם הפעילות שבה הם משתתפים עוזר להם להיות פעיל גופנית				

המלצות

- לקיים הכשרות לאנשי צוות במסגרות דיור, חינוך ותעסוקה לשימוש באסטרטגיות לשינוי התנהגות בריאות, שיכלול, ידע ומיומנות במתן משובים על הצלחה במינונים מותאמים אינדיבידואלית, ושימוש בהגדרת מטרות לטווחים קצרים.
- לעודד הדגמה חיובית של חברי הצוות (Modeling) על ידי פעילות גופנית חברתית משותפת של חברי צוות ומקבלי שירות במסגרות.
- לפתח תוכניות של הדרכת הורים ובני משפחה למתן מעטפת תומכת בפעילות גופנית של מקבלי השירות במסגרות.
- ליזום ולעודד שותפויות עם גופים מחוץ למסגרות כגון בתי ספר תיכוניים, ומסגרות תעסוקה לקיים חונכות פעילה בזוגות או קבוצות קטנות שתתמקד בפעילות גופנית משותפת כדוגמת מודל Unified sport או מודל אחר של "חברים לאורח חיים פעיל".

תוכניות פיתוח צוות בתהליך

- מעגלי בריאות של חברת המתנ"סים בשת"פ קרן למפעלים מיוחדים של הביטוח הלאומי – הכשרת צוותים בכ- 45 מהמועדונים לחניכים עם מש"ה (כ- 50% מהמסגרות)
- שביל ישראל של "שיח סוד" (כ-200 דיירים) – כולל הכשרת רכזים של מסגרות הדיור
- הליכה נורדית של "אקים" כולל הכשרת מדריכים
- על הארגונים השונים לפעול ביחד לשם הכשרה