

🌸 **שם המחקר:** השתתפות בפנאי של אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית בינונית המתגוררים בדיר

בקהילה

🌸 **שנה:** 2021

🌸 **סוג:** דוקטורט

🌸 **מס' קטלוגי:** 890-283-2020

🌸 **שם החוקר:** אביבה קלר בהנחיית: פרופ' נעמי וינטראוב

🌸 **רשות המחקר:** המחלקה לריפוי בעיסוק, בית ספר לרפואה, אוניברסיטה העברית

תקציר מנהלים

אנשים בעלי מגבלות שכלית התפתחותית (מש"ה) מהווים כ-3-4% (Emerson, 2012) מהאוכלוסייה הכללית. לאורך ההיסטוריה, אנשים עם מש"ה התגוררו בעיקר במסגרות סגורות אך בעשורים האחרונים אנו רואים שינוי ומעבר הדרגתי של אוכלוסייה זו למגורים בקהילה (Gjermestand et al., 2017; Miller et al., 2008; Stainton, et al., 2011). שינוי זה אמנם שיפר את החשיפה של הקהילה הרחבה לאנשים בעלי מש"ה, אך ככל הנראה, לא גרם לשיפור משמעותי ברמת השתלבותם בה (Abbott & Mcconkey, 2006; Ouellette-Kuntz, et al., 2009). יכולת האדם עם מש"ה להשתלב בקהילה מושפעת מגורמים אישיים וסביבתיים שונים הכוללים, בהם, סוג המגורים, התנהגות מסתגלת ותפקוד יומיומי. זאת ועוד, נמצא גם כי השתתפות בפעילות פנאי ישנה מהווה גורם משפיע על רמת ההשתלבות בקהילה, אך בספרות קיים ידע מועט לגבי גורם (Azaiza et al., 2011; Patterson & Pegg, 2009). בנוסף, נראה כי הספרות אף חסרה כלים למדידת השתתפות בפנאי במהלך תפקוד.

השתתפות בפעילויות פנאי נמצאה כמובילה לשיפור איכות חיים, רווחה אישית ושילוב בקהילה וכתורמת לפיתוח מיומנויות, יחסים חברתיים ופיתוח הזהות העצמית. מעבר לכך, נמצא כי השתתפות בפנאי מהווה חלק אינטגרלי מאורח חיים בריא (Aitchison, 2003; Dattilo, 2002; Kim et al., 2014; Patterson & Pegg, 2009; Nepo et al., 2020; Rosenberg, Bart, Ratson & Jarus, 2013). למרות החשיבות של ההשתתפות בפעילויות פנאי, הספרות המעודכנת מצביעה על כך שאנשים עם מש"ה משתתפים פחות בפעילויות פנאי בהשוואה לקבוצת השווים עם ובלי מוגבלויות (Andrews et al., 2015; Nepo et al., 2020). מאחר שבספרות ישנה התייחסות מועטה לפעילויות פנאי באוכלוסייה זו, היא אינה נותנת תשובה ברורה האם ההשתתפות המועטה בפעילויות פנאי של אנשים עם מש"ה הינה משנית ללקויות הקוגניטיביות או שמא נגרמת ממיעוט ההזדמנויות ללמידה שיטתית של מעורבות בפנאי. בנוסף, קיים ידע מועט אודות תוכניות התערבות לשיפור השתתפות בפעילויות פנאי למבוגרים עם מש"ה בינוני. בשל החוסר בספרות אודות ההשתתפות של מבוגרים עם מש"ה בפעילויות פנאי ותוכניות התערבות המעודדות השתתפות בפנאי, מטרות המחקר הן: (א) להגדיר את ההזדמנויות להשתתפות בפעילויות פנאי בדיר בקהילה ולבחון את הקשר בין הזדמנויות אלה לבין מידת ההשתתפות; (ב) לפתח אבחון מבוסס תצפית להעריך השתתפות בפנאי; ו-(ג) לבחון את המועילות של שתי תוכניות התערבות בשיפור השתתפות בפנאי.

במחקר הראשון השתתפו 38 דיירים שהתגוררו ב-19 דירות בקהילה. מדריך בכל דירה שהשתתפה במחקר מילא שאלון מידע על הדירה, כולל מידע אודות תוכניות פנאי בדירה. לאחר מכן, המדריכים מילאו את שאלון Adaptive Behavior Assessment System (ABAS) בהתייחס לכל דייר שהתקבל עבורו אישור מהאופטורפוס. הראו קורלציה בין כמות ההזדמנויות לפעילויות פנאי ולוחות זמנים (מערכת יומית) חזותית (תלויה במקום גלוי לדיירים), הכוללת פעילויות פנאי, לבין מידת ההשתתפות של הדיירים עם מש"ה בפעילויות פנאי. במחקר השני, במטרה לפתח את 'תצפית להערכת השתתפות בפעילויות פנאי', הועבר *table of specifications* ל-20 מומחים (10 מומחים בגרסה הראשונה ו-10 מומחים בגרסה השנייה). לאחר הסכמה בין השופטים התצפית הועברה ל-38 מבוגרים עם מש"ה בינוני. ממצאי המחקר הראו שלתצפית יש תוקף ומהימנות פנימית, מהימנות בין שופטים ומהימנות בוחן חוזר.

במחקר השלישי השתתפו 38 מבוגרים עם מש"ה בינוני. מתוכם 17 השתתפו בתוכנית 'השתתפות בפנאי דרך למידה' (הפ"ל) ו-21 השתתפו בתוכנית 'השתתפות בפנאי דרך התאמות' (הפ"ה). התערבויות אלה מבוססות על תיאוריות של אדם-סביבה-עיסוק (Law & Dunbar, 2007) ועל ה - Leisure Ability Model (Jennings & Guerin, 2014). מבנה התוכניות זהה, וכלל ששה מפגשים דו-שבועיים בני 30 דקות כל מפגש (מלבד המפגש הראשון שנמשך 40 דקות) שהתקיימו על פני שלושה שבועות. בשתי הקבוצות, התוכניות נערכו בזוגות. לכל אחת מהתוכניות נבנה פרוטוקול המכיל את פירוט המפגש בחלוקה לדקות. המפגש הראשון של שתי התוכניות היה זהה במבנהו. ב-10 הדקות הראשונות נערכה הכרות בין המרפאה בעיסוק לבין המשתתפים והוסבר למשתתפים באופן מילולי וחזותי (באמצעות תמונות) על תכנית ההתערבות. ב-30 הדקות הנותרות, כל קבוצה התנסה בפעילות אחרת בהתאם לאופי התוכנית. המבנה של שאר המפגשים היה זהה. ארבעת המפגשים הראשונים בשתי התוכניות התקיימו בחדר המיועד להתערבות ושני המפגשים האחרונים התקיימו בחדר הפעילות המשותף/סלון בו בדרך-כלל מתקיימת פעילות הפנאי של הדירה. בהתערבות 'הפ"ל' מוקד התערבות היה להקנות ידע ומיומנות בשימוש בטאבלט לצרכי משחק בשעות הפנאי. המשתתפים למדו להפעיל את הטאבלט, לפתוח משחקים, להתאים את רמת המשחק וכן לבחור משחקים מבין אפשרויות שונות (כשיש), כגון, איזה פאזל ברצונם להרכיב. בהתערבות 'הפ"ה' נתנה למשתתפים הזדמנות להשתתף בפעילויות פנאי לא-מובנה המוצגות לפנייהם, אשר התקיימו בזמן ובחדר ייעודיים (כגון צביעה, קלפים, פאזלים וטאבלט). הנתונים נאספו במספר נקודות מדידה: לפני ההתערבות, מיד לאחריה וכחודש ימים לאחר סיומה.

ממצאי המחקר הצביעו על שיפור בהשתתפות בפנאי שקט לאורך זמן עבור שתי קבוצות המחקר כאשר קבוצה 'הפ"ל' שמרה על ציונים גבוהים יותר מקבוצה 'הפ"ה' לאורך שלוש נקודות זמן. בקבוצת 'הפ"ה' השפעת תוכנית ההתערבות הודגמה לאורך שלושת נקודות הזמן. בנוסף, על אף שלקבוצת 'הפ"ה' היו, בתחילת המחקר, ציונים נמוכים יותר, הרי שלאורך תוכנית ההתערבות פער זה קטן. ממצאים אלו יכולים להצביע על כך שעם מספיק מודעות ומשאבים מינימליים ניתן לשפר את השתתפות הפנאי של מבוגרים עם מש"ה במתגוררים בדוור בקהילה. עם זאת יש לקחת בחשבון את מגבלות המחקר: זהו מחקר ראשון מסוגו שכלל מדגים יחסית קטן. נראה שמכאן ואילך יש צורך להמשיך לחקור נושא זה בקרב מדגם גדול יותר ולטווח ארוך יותר בכדי להבין לעומק את השפעתם של משתני המחקר בקידום השתתפות בפנאי בקרב אנשים עם מש"ה בינוני בדוור קהילתי. לסיכום, מחקר זה מצביע על כך שתוכניות להשתתפות בפנאי, שכוללות התאמות לסביבה הטמפורלית והפיזית, יכולות לשפר השתתפות בפנאי בקרב אנשים עם מש"ה בינוני. בנוסף, נמצא שלמידה ישירה נותנת יתרון משמעותי יותר לשיפור רמת ההשתתפות בפנאי.

- [למחקר המלא באתר הקרן](#)
- [למאגר מחקרי קרן שלם](#)
- [למאגר כלי המחקר של קרן שלם](#)

