



המאמר לקוח מתוך החוברת

מבוא להתנהגות מאתגרת בקרב אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית



פברואר 2019

מבוא להתנהגות מאתגרת בקרב אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית

חוברת העשרה

שותפי עריכה

• ענת פרנק | מנהלת תוכן - תכניות ייחודיות, שירות להערכה והכרה, אגף הערכה, הכרה ותכניות, מינהל מוגבלויות, משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים.

• שרון גנות | מנהלת ידע ושותפויות, קרן שלום.



השפעת הסביבה הפיזית על התנהגות מאתגרת

אשקר סעיד וכרמית כהנא

הסביבה הפיזית היא בעלת השפעה משמעותית על התנהגות מקבל השירות. הסביבה יכולה להפחית או להגביר התנהגות מאתגרת של אוכלוסייה זו. הסביבה הפיזית והמבנה (מעון, הוסטל, מרכז יום, בית ספר ...) עשויים לסייע באופן שיעודד התנהגות רצויה וימנע חיכוך, פגיעה עצמית וסביבתית, אלימות וכדומה.

עיצוב סביבתי

עיצוב סביבתי תורם לקידום התנהגות רצויה ומציע מספר עקרונות לבניית הסביבה הפיזית והחברתית:

- **עבודות אמנות:** שילוב עבודות אמנות והצגתן במרחב הציבורי, יהוו חלק מתכנית חברתית, ויתרמו לתחושת גאווה, שייכות, ביתיות ואינטימיות.
- **סדר הישיבה:** כדאי להושיב את האנשים בקבוצות, ובכך ליצור אינטראקציות חברתיות ומפגשים ידידותיים. חשוב להימנע מחיבורים שמעוררים לחץ והתפרצויות.
- **תאורה וקשר עם החוץ:** מומלץ להגדיל את שטח החלונות במגמה לשפר את הקשר עם סביבת המבנה, ולהשתמש כמה שיותר באור טבעי.
- **מרחבים קטנים ואינטימיים:** חשוב ליצור פינות אישיות ומרחב אישי, כדי לאפשר למקבלי השירות לקחת פסק זמן במידת הצורך.
- **גבולות ברורים:** חשוב ליצור גבולות ברורים לחדרים ולדרכי הגישה בתוך המבנה ומחוצה לו, כדי להגדיל את תחושת הביטחון ולמנוע לחץ.
- **שיגרה ברורה וסדר יום קבוע:** מומלץ לבנות שיגרה קבועה של פעילות בחללים קבועים למניעת הפתעות והורדת לחץ גם במרחבים הציבוריים.

תכנון הסביבה הפיזית

התכנון האדריכלי של המבנה והסביבה צריך לקחת בחשבון היבטים שונים המונעים חיכוך, אלימות והרס. מומלץ להתמקד בתכנון אזורי פעילות, זרימת תנועה חופשית, מניעת פינות מסתור, מניעת צפיפות בחללי הפעילות, אפשרויות פיקוח ומיגון, שימוש בחומרי בנייה ובריהוט מחומרים עמידים, תוך שמירה על כל היבטי הבטיחות.

- **סביבה טיפולית "אסתטית":** מומלץ ליצור סביבה טיפולית חווייתית, עשירה, מאתגרת, מרגיעה, וכזו שביצירתה שותפים אנשים וצוות כאחד. סביבה אשר תגרום לתחושות של הזדהות, שייכות, קהילתיות, אחריות, ורוגע. בתכנון הסביבה יש להתייחס לפרופורציה ולמקצב, לאספקט החזותי של החלל, לצבע, לגוון, לאור והצל, לחומר והמרקם (טקסטורה), ולריהוט.
- **סביבות עשירות:** קיימת חשיבות לבניית סביבות מאתגרות (המונעות שעמום) מצד אחד, אך גם לסביבות הרמוניות ושקטות, המאפשרות למידה וריכוז. חשוב שהסביבות לא תהיינה עמוסות בפרטים. הסביבות צריכות לאפשר ככל הניתן חדירת אור טבעי ותאורה מלאכותית שאיננה מרצדת. כמו כן קיימת חשיבות לסביבה מאווררת, נקייה ומטופחת.
- **סביבה טיפולית "מרחבית":** מומלץ ליצור סביבה המונעת צפיפות במרחבים ציבוריים ומאפשרת מרחב מחיה אישי. כמו כן, על הסביבה לאפשר מרחב בחירה בין אזורי הפעילויות תוך מתן נגישות נוחה לכל אחד מהם.

רעש ויזואלי

שותפות האנשים בעיצוב הסביבה הלימודית חשובה ליצירת תחושת ההזדהות והשייכות. מומלץ כי הצגת העבודות במרחב ייצור הרמוניה ורוגע, ויהיה מותאם לעולמם (בגובה עיניים, מותאם למידות וכו'), תוך כדי הימנעות מיצירת "רעש ויזואלי". מומלץ להימנע מעומס וצפיפות יתר בקישוט הקירות בתמונות, בתערוכות ובעבודות אנשים (חניכים). עומס כזה עלול לגרום לרעש ויזואלי היוצר גירויים רבים מידי, החמצת המסר, הסחת דעת ולחץ.

צבע וגוון

הצבע והגוון של הסביבה עלולים להשפיע על מקבלי השירות, על מידת העוררות שלהם, על האופן בו יבצעו את המטלות ועל שגרת הפעילות והטיפול. סביבה צבעונית מדי יכולה להגביר ערנות ודרבון אך גם יכולה להגביר עייפות ושעמום. צבעים חמים, כגון אדום וצהוב, נתפסים כצבעים מעוררים יותר. צבעים קרים, כמו ירוק וכחול, נתפסים כצבעים מרגיעים. יש חוקרים שמצאו כי צבעוניות הסביבה יכולה להשפיע על הביצוע, על מצב הרוח ועל תפיסת החומר הנלמד. על כן הוצע כי פעילויות הדורשות רמת ריכוז גבוהה יעשו בסביבה "קרירה", הנתפסת כשקטה, ואילו משימות פשוטות תעשנה בסביבה עם מרקמי צבע מורכבים. צבעים מסוימים, כמו הצבע הוורוד למשל, נמצאו כמפחיתים תוקפנות וכבעלי השפעה מרגיעה.

איכות הבנייה ורמת הביצוע

איכות בנייה גבוהה תביא להאטת הבלאי, לתנאי תחזוקה נוחים יותר ולצורך בתיקונים קלים ונדירים יותר. קיימת חשיבות לשימוש בחומרים עמידים במקומות המועדים לפגיעה (אסלות תלויות בשירותים ומיכל סמוי, מושבי אסלה מחומרים עמידים וצירים ממתכת), ואף להגן על חפצים שעשויים להביא לפגיעה (למשל, ארונות בולטים). מומלץ לבנות תקרות אקוסטיות ופסי הגנה על הקירות, ואף לדאוג לציורי קיר או תמונות מקובעות שימנעו אפשרויות קילוף או הרס. קיימת חשיבות להגן על מכשירים אלקטרוניים (למשל, הפעלת מזגנים באמצעות שלטים) ולהתקנת מסגרות עמידות לחלונות ודלתות שסייעו במניעת השחתה.

תכנון החצר

תכנון מרחבי של החצר, תוך מניעת ריכוזם של אנשים במוקד יחיד, ימנעו מצבי חיכוך העלולים לגרום למעשי אלימות. יש לתכנן את החצר כך שתאפשר תנועתיות. יצירת מסלול תנועת המושך לפעילות פיזית נורמטיבית, יכול לתרום להרגעה ולהוצאת אנרגיה. החצר צריכה להציע מגוון מקומות המשמשים לצרכים שונים, כגון: מקומות שיחה ומפגש שקטים ומוצללים, מקומות שמאפשרים שקט והתבודדות מבוקרת, מקומות המאפשרים מפגשים לקבוצות קטנות, ואף מקומות מיוחדים לפעילות משותפת קבוצתית.

שטחי חוץ

ההפסקה והפעילות הפיזית הם מרכיבים חשובים בשגרה היומיומית של מקבל השירות, והיא חשובה באותה מידה כמו סדנה. יצירת מרחבים לריצה ולתנועה מבוקרת חיונית להתפתחות החברתית והפיזית כאחד.

שטחי החוץ של הבניין כוללים מגרש ספורט, חצרות משחק, גינות נוי, חצרות מקצוע ועוד. שילוב של טבע וצמחייה בתחום הבניין תורם לבריאות הפיזית והנפשית של האנשים. נוכחותו של הטבע בחצר מוסיפה לתחושת הביטחון האישי של מקבלי השירות. חשוב לייחד שטחים למשחקי כדור תוך הגנה הן על המבנה והן על האנשים שבחצר.

טיפול ותחזוקה

שיתוף מקבלי השירות בטיפול ובתחזוקה של הבניין ואף שיתופם בקבלת החלטות לגבי השימוש במתקני הסביבה - יכול לעודד ולהגביר תחושות של שייכות, אכפתיות, קהילתיות ושמירה על הקיים. תחושות אלו יעודדו את מקבל השירות לשמור ולהתייחס באופן חיובי אל הבניין ומתקניו.

נגישות

הבניין חייב להיות נגיש ומתוכנן על פי כל עקרונות הנגישות. נגישות מיטבית מונעת פגיעות כתוצאה מהתנהגות מאתגרת או פגיעות טיפוליות. כל מפגע בטיחותי מעלה את תחושת הלחץ ומעודד התנהגות פוגענית. יש לשים למספר הנחיות חשובות:

- יש להימנע מריבוי מדרגות שעלולות לסכן את האנשים בהליכה ובמעבר ממקום למקום.
- אם יש בבניין גרם מדרגות הוא חייב להיות סגור עם שער ועם פסי אזהרה, משטחי אזהרה, סימון של מדרגות וסימון של זהירות מהחלקה.
- קיימת חשיבות שתהייה מקלחת (ללא אמבט) עם מקלחון ומשטח נגד החלקה מצויד בידיות ומאחזים מקובעים לקיר. כמו כן חשוב שתהייה אסלה תלויה מקובעת לקיר ומיכל סמוי. על המראות להיות מקובעות לקיר ורצוי שהן יהיו עשויות ממרקם בטיחותי.