

## סקירת ספרות- התנדבות של אנשים עם מוגבלות

### שת"פ מסד נכויות ותחום צרכים מיוחדים באשלים

#### לתת זה לקבל - שגיא אסיאג: קוראים לי שגיא ואני עיוור

תמיד הייתי רגיל שמתנדבים מגיעים לעזור לי. מדריכים חרוצים, בנות שירות לאומי חביבות, והרבה אנשים טובים באמצע הדרך. הם נולדו "רגילים" ואני נולדתי "שונה". כל יציאה שלי מהבית לוותה במתנדב. כמובן שמעבודות הבית כמו בישול וניקיון היה לי פטור מלא. מי ששינתה את חיי במובן מסוים והפכה אותי מ"שונה" ל"רגיל" (אם כי עדיין עיוור) הייתה רינה. את רינה הכרתי בבית חינוך עיוורים בירושלים. היא הייתה בשירות לאומי אך בזמנה הפנוי התנדבה גם בעמותת "מעגלי צדק". היא סיפרה לי על פרויקט התו החברתי של העמותה והציעה לי להצטרף להתנדבויות.

אני? להתנדב?? הרי אני שייך לצד שני של המתרס, לצד שנעזר ולא לצד שעוזר. ככה זה כשאתה עיוור. בהתחלה הרעיון היה נשמע לי מופרך, אך ככל שהפכתי את הרעיון בראש, כך הוא קסם לי יותר ויותר. לאחר לבטים רבים, רינה הצליחה לשכנע אותי. וכך הגעתי לפני שנתיים בפעם הראשונה למעגלי צדק. החששות נגזזו במהרה ובמקומן מילאו אותי רגשות חדשים - ביטחון עצמי, תקווה וסיפוק. מאז ועד היום אני חלק ממשפחת המתנדבים החמה של התו החברתי. מידי חודש אנו יוצאים לסיורים ברחבי העיר לפעילות השגחה על בתי עסק. יחד אנו מוודאים שהעסקים שומרים על נגישות לאנשים עם מוגבלויות ומשלמים לעובדים את שכרם בזמן. החלק הכי חשוב מבחינתי הוא תחושת השייכות למיזם שמתנדבים בו אנשים "רגילים" לצד כאלו עם צרכים מיוחדים. כל המתנדבים מתייחסים אלינו כאל אנשים רגילים לגמרי (ממש כמו שצריכים כולם לנהוג) וכמובן שהתחושה **שגם אנחנו יכולים לתת** ולא כמו תמיד- רק לקבל מעצימה ומעודדת. כשאני נפגש בסיורים עם עובד זה או אחר על מנת לבדוק אם נשמרות זכויותיו אני משתדל לדבר עמו מעט גם על צורת ההתנהגות המתבקשת עם ציבור לקוחות בעלי מוגבלות. אני מדגיש בפניו שיש לפנות אל ציבור זה בצורה רגילה לגמרי (כי גם עיוורים ונכים למשל הם רגילים לגמרי!) אך חשוב למשל ליידע אדם עיוור שנכנס לבית קפה שלרשותו יש תפריט בכתב ברייל. או נניח אם נכה רוצה להיכנס חשוב ליידע אותו בכניסה הנוחה ביותר (בעלת הרמפה) ובאזור יותר נוח מבחינת סדרי הישיבה.

ההתנדבות במעגלי צדק גרמה לי לחוש נחוץ ומועיל לחברה, וכך החלטתי להתנדב גם לשירות לאומי, אותו ביצעתי במשכן הנשיא.

כיום אני אדם אחר. לסייע לעובדים מנוצלים מחד גיסא ולבעלי מוגבלויות מאידך גיסא זו זכות גדולה ואני גאה על הזכות שנפלה בחלקי. אני קורא גם לכם מכאן- בעלי מגבלות ואלו שלא- בואו להתנדב ולעזור, כדי לתרום לעצמכם ולחברה.

תוכן עניינים

3	הקדמה
3	התנדבות והתנדבות נוער
4	אנשים עם מוגבלות
5	הדרה חברתית, הכלה חברתית והתנדבות
7	התנדבות של אנשים עם מוגבלות- תמונת מצב בישראל ובעולם
8	תרומתה של ההתנדבות למבוגרים ובני נוער עם מוגבלות
10	תרומת התנדבותם של אנשים עם מוגבלות לארגונים ולקהילה
12	חסמים עיקריים להתנדבות של אנשים עם מוגבלות
14	עקרונות מרכזיים לשילובם של אנשים עם מוגבלות כמתנדבים
15	ביבליוגרפיה

## הקדמה

בשנים האחרונות צובר תחום ההתנדבות תאוצה. להתנדבות, השפעות חיוביות רבות על חייהם של הבוחרים לעסוק בה.

מאז ומתמיד, מקובל היה לראות בהקשר ההתנדבותי, אנשים עם מוגבלות, כמוטבי ההתנדבות וכך, מרבית תכניות ההתנדבות כונו לסיוע ועזרה לאוכלוסיות אלה. עם זאת, ההשפעות החיוביות שיש להתנדבות על מתנדבים בכלל ועל בני נוער מתנדבים בפרט, כמו גם על הקהילה, מעוררות את התפיסה, כי במעשה ההתנדבותי טמון פוטנציאל עצום ככלי משמעותי לשילוב חברתי של אנשים ובני נוער בעלי מוגבלות.

השינויים הרבים המתרחשים בחברה המערבית במאה ה-21, משפיעים מאד גם על עולם ההתנדבות. אנו עדים לכניסתם של תחומים חדשים ואוכלוסיות חדשות לעולם ההתנדבות. תהליכים אלו, תורמים לפיתוחן של תכניות לשילובן של אוכלוסיות שלא היו מעורבות בפעילות התנדבותית בעבר, כחלק מתפיסת ההתנדבות ככלי משמעותי ליצירת שילוב חברתי. במסגרת תכניות אלה מוצע לאנשים עם מוגבלות, לקחת חלק בפעילות התנדבותית בעצמם, תוך שימת דגש על הנגשת ההתנדבות, תהליכי ליווי ותמיכה למתנדבים עצמם והסרת דעות קדומות ושינוי עמדות בקרב הארגונים הקולטים אותם.

סקירה זו מציגה את ממצאי המחקרים שבחנו את ההשפעות וההשלכות של התנדבות אנשים עם מוגבלות בכלל ובני נוער וצעירים עם מוגבלות בפרט וכן את החסמים האישיים והארגוניים כמו גם את העקרונות המרכזיים להפעלת תכנית התנדבות, המשלבת אנשים עם מוגבלות כמתנדבים. חשוב לציין כי בעוד שדה המחקר החוקר את ההתנדבות הוא נרחב ומעמיק בעולם, הספרות המחקרית המתייחסת למתנדבים עם מוגבלויות, עדיין מצומצמת וחסרה ולעיתים קרובות מתמקדת בתיאורים אנקדוטיים, בחקרי מקרה ובראיונות (Andrews, 2005; Miller, Schleien, Brooke, Frisoli & Brooks, 2005)

## התנדבות והתנדבות בני נוער

התנדבות היא כל פעילות בה מושקע חינוך זמן, על מנת להיטיב עם אחר, קבוצה או מטרה. ההתנדבות נגזרת מתוך מקבץ של התנהגויות מסייעות ומתאפיינת יותר במחויבות מאשר בעזרה ספונטנית (Wilson, 2000). הדר (2010), מחדדת ומוסיפה כי התנדבות, היא תהליך מתוכנן ומותווה מראש, אשר נמשך תקופה ארוכה זאת בניגוד להתנהגות עוזרת, המבוססת בעיקר על ספונטאניות.

במסגרת אמנת ההתנדבות שפרסמה המועצה הלאומית להתנדבות בישראל (2005) הוגדר כי מתנדב/ת הינו אדם הפועל למען הזולת והחברה מתוך רצון חפשי, וללא קבלת תמורה כלכלית עבור הפעולה ההתנדבותית. וכי פעילות התנדבותית הינה תרומת זמן, שירות, מומחיות, ידע, יוקרה ו/או מערכת קשרים על ידי מתנדב, לפחות למשך פרק הזמן לגביו התחייב המתנדב, באופן ישיר או עקיף, לאנשים מוכרים (למעט בני משפחה) ו/או בלתי-מוכרים, לארגונים, למוסדות ולתנועות, לקהילה ו/או לסביבה.

התנדבות נוער מוגדרת כפעילות של בני נוער בגילאים 12-19, שמתנדבים למען הקהילה ללא תגמול כספי. חלק מהמתנדבים מתנדבים במסגרת תכניות לעידוד התנדבות בבתי הספר בהם הם לומדים, בהן הם לעיתים מחויבים לפעילות. בני נוער אלה, מרחיבים את המונח התנדבות, אל מעבר למובנה הצר של המילה, הכולל רק מתנדבים שפועלים מתוך רצון חופשי, ללא גמול כספי ולמען אנשים זרים להם (Haski-Leventhal, Ronel, York, & Ben-David, 2008).

בני נוער מתנדבים, הם לרוב בעלי רשתות חברתיות חזקות וזיקה משפחתית להתנדבות. הם עשויים להשקיע שעות התנדבות רבות, להיות מחויבים מאד ובעלי שביעות רצון גבוהה מהתנדבותם ולשאוף לשמש דוגמא אישית למתבגרים אחרים, בכל הנוגע לפעילות ומעורבות חברתית (Kulik, 2007; Haski-Leventhal et al., 2008).

### אנשים עם מוגבלות

על פי חוק שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות (התשנ"ח 1998), אדם עם מוגבלות הוא אדם שמתקיימים בו שני תנאים: תנאי ראשון הוא שיש לו לקות, קבועה או זמנית, שהיא אחת מאלה: **פיסית**, לרבות חושית (כגון אדם המתנייד בכסא גלגלים, אדם עם מוגבלות בשמיעה, אדם עם מוגבלות בראיה); **נפשית** (כגון אדם עם מחלת נפש); **שכלית** (אדם עם מוגבלות שכלית התפתחותית); או **קוגניטיבית** (לרבות אדם עם לקויות למידה). תנאי שני הוא שאותה לקות מגבילה באופן מהותי את תפקודו באחד מתחומי חיים העיקריים, כגון: היותו קטוע רגל מגביל באופן מהותי את ניידותו; לקות הלמידה שיש לו גורמת לקשיים בריכוז ולהספק לימודים נמוך.

ילדים עם צרכים מיוחדים, על פי הגדרת מכון ברוקדייל הם: "ילדים עם נכויות, או ילדים עם מחלות כרוניות הזקוקים לטיפולים קבועים או למעקב רפואי קבוע. לילדים אלה מגוון רחב מאד של צרכים מיוחדים בתחומי הבריאות, החינוך והשיקום ולנכותם השפעה על תפקודם בחיי היומיום, על יכולתם ללמוד, על תפקודם החברתי והנפשי ועל משפחותיהם" (נאון, מורגנשטיין, שימעל וריבליס, 2000).

### הדרה חברתית, הכלה חברתית והתנדבות

הדרה חברתית (Social exclusion), היא תהליך שבאמצעותו פרטים נדחקים לשולי החברה ונמנעת מהם השתתפותם בה כחברים שווים זכויות וזאת בשל עוניים, בשל חוסר שליטה במיומנויות יסוד הנדרשות כדי לתפקד בחברה או עקב אפליה. מצב זה גורם להרחקתם ממקורות תעסוקה, ממקורות הכנסה ומהזדמנויות לרכישת השכלה מתאימה. לעומתה, הכלה חברתית (Social inclusion) היא התהליך ההפוך, בו מתאפשרת לפרטים הנמצאים בסיכון לעוני ולהדרה חברתית הנגישות להזדמנויות ולמשאבים הנדרשים להשתתפותם המלאה בתחומי הכלכלה, גודל החברה והתרבות, לאיכות ולרמת חיים הנחשבות למקובלות

בחברה שבה הם חיים, ליכולת ההשפעה על קבלת ההחלטות על חייהם ולמימוש זכויותיהם הבסיסיות (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2011).

דוח נציבות שיווין לאנשים עם מוגבלות בישראל משנת 2008, מדגים מספר תחומים הפוגעים ביכולתם של אנשים עם מוגבלות להשתלב בחברה: נושא ההשכלה, שהינו קריטי להשתלבות כלכלית וחברתית ולגבוי נמצא פער גדול מאוד בין אנשים עם מוגבלות לבין אנשים ללא מוגבלות. נושא הנגישות, הכולל היעדר הנגשה במרחב הציבורי בתחומים שונים אשר מקשה על השתלבות בחברה. בנוסף, מהדוח עולה בבירור, כי חוסר ההשתלבות אינו קשור למידת המוגבלות או סוג המוגבלות שיש לאדם אלא לעצם היותו אדם עם מגבלה. על פי סייקס, בלוך ושטיגליץ (2009), רבים מהאנשים עם מוגבלות, נשארים במצב של הדרה חברתית בעקבות חוסר האלטרנטיבות למסלולי חיים סרגטיביים בתנאי הדיור, ההשכלה, העבודה, והחברה.

בסקר שנערך על ידי מכון ברוקדייל נמצא כי צעירים עם מוגבלויות, בוגרי המערכת שהשתלבו בחינוך הרגיל, דיווחו על מיעוט של קשרים חברתיים מחוץ לשעות בית הספר. הדו"ח מצביע על כך שהקשרים החברתיים של צעירים עם מוגבלויות הם מועטים וכי התלמידים זוכים למעט התנסויות חברתיות. משמעות הממצא היא שילדים ובני נוער עם מוגבלות סובלים מבידוד, ובעקבות כך גם כישוריהם החברתיים מצומצמים. (נאון, מרום ומילשטיין, 2010)

בשנת 2000, בעת כינוס מיוחד של העצרת הכללית של האום בג'נבה, זיהו משתתפי העצרת את ההתנדבות כ"מנגנון נוסף בקידומה של אינטגרציה חברתית" והסכימו לגבי הצורך להעלות את המודעות הציבורית לערכה של ההתנדבות ולהזדמנויות התמונות בה, להכלה חברתית. באותה הצהרה, ביקשו מדינות האו"ם לעודד את פיתוחן של מגוון אפשרויות לאנשים הסובלים מהדרה חברתית, לקחת חלק בפעילות התנדבותית. ההכרה של ההתנדבות כתהליך המוביל להכלה חברתית, סימנה את תחילתו של המעבר מהתפיסה של ההתנדבות כפעילות חד צדדית בה יש צד נותן וצד מקבל, להתנדבות כפעילות הדדית, בה כל הלוקחים בה חלק הם גם נותנים וגם מקבלים. (State of the World's Volunteerism Report, 2011).

על פי Kearney (2003), להתנדבות תפקיד קריטי בבניית חברה שהיא מלוכדת ומחוברת. ההתנדבות משלבת השתתפות ויוזמה אזרחית ומספקת רשת של מערכות יחסים חברתיות שמחברות אנשים לקהילות שלהם, חיבור שהוא חיוני לבניית קהילות דמוקרטיות, בריאות ושמקיימות את עצמן. במילים אחרות, התנדבות מסייעת לבנות הון חברתי באופן בו היא מחברת, מגשרת ומקשרת. מכאן, שלהתנדבות גם תפקיד חשוב במלחמה בהדרה חברתית. עבור אנשים המתמודדים עם הדרה חברתית, ההתנדבות יכולה להועיל בדרכים שונות, ביניהן בנגישות לרשתות חברתיות, בהזדמנויות להעצמה, בהזדמנויות ללמוד ולפתח מיומנויות, בשיפור הבריאות הפיזית והמנטלית ובהזדמנות לחוות סיפוק מעצם התרומה לקהילה. ההתנדבות

יכולה גם לספק דרך קריטית לאנשים שקולם אינו נשמע בקהילתם, לשנות את האופן בו הם נתפסים על ידי אחרים.

Morrow (2001), מוסיפה וטוענת כי באמצעות אחריות אמיתית והוליסטית זה כלפי זה, הבאה לידי ביטוי באקט ההתנדבותי, אנשים יכולים להתחבר בדרכים חדשות ולעיתים אף לא צפויות, לאנשים הבאים מרקע שונה משלהם. הלמידה מהתהליך, שהיא לעיתים תוצר לא מכוון של ההתנדבות מנקודת מבטו של המתנדב, הינה למעשה תוצר חברתי קריטי ליכולת לייצר לכידות חברתית. התנדבות מספקת דרך לקדם לכידות חברתית מבלי לגרום לאנשים להיות מודעים לכך.

בדוח האום על מצב ההתנדבות העולמי שפורסם בשנת 2011, הוקדש פרק שלם לתרומתה של ההתנדבות להכלה חברתית. בדוח צוינו רמות שונות בהן ההתנדבות תורמת להכלה חברתית. **ברמת הפרט**, עשויה ההתנדבות לסייע לאנשים להתגבר על תחושות של בידוד אישי וערך עצמי נמוך ולעורר תחושת שייכות ומשמעות. במקביל, מפחיתה ההתנדבות מתחים ונלחמת בתחושת הבדידות ממנה סובלים אנשים הסובלים מהדרה חברתית. ההתנדבות עשויה אף לתרום ליצירת אפשרויות תעסוקה, בכך שהיא משפרת את המיומנויות המקצועיות והחברתיות של המתנדבים ומחזקת את הרשתות החברתיות שלהם. באמצעות התנדבות יכולים אנשים להלחם בסיבות העומדות בבסיסה של ההדרה החברתית כגון העדר אפשרויות תעסוקה, חוסר שיוויון בחינוך וכיו"ב. **ברמת הקהילה**, במסגרתה לעיתים קבוצות שלמות סובלות מהדרה חברתית, ההתנדבות מייצרת ומטפחת תחושת קהילתיות, שייכות קהילתית ורווחה קהילתית אשר תורמות בתורן לבניית חוסן קהילתי. **ברמת המדינה**, ההתנדבות עשויה לייצר שינוי במדיניות שיתכן ופוגעת או מעכבת הכלה חברתית. (State of the World's Volunteerism Report, 2011).

### **התנדבות של אנשים עם מוגבלות- תמונת מצב בישראל ובעולם**

על מנת שתיווצר הכלה חברתית, על כל אחד מהפרטים בחברה לחוש שהם מסוגלים לתרום לחברה באופן משמעותי. אנשים עם מוגבלות מתמודדים לעיתים קרובות עם הדרה חברתית המבוססת על אי הבנות ודעות קדומות המציגים אותם במונחים המדגישים את המוגבלות ולא במונחים המדגישים את המסוגלות ואת יכולתם לתרום לחברה אליה הם משתייכים. תדמיתה הנפוצה של ההתנדבות כפעילות "צדקה", בה צד אחד "חזק" מעניק לצד שני "נזקק"- מחזקת תפיסה זו. (State of the World's Volunteerism Report, 2011).

למעשה, המחקרים מראים כי הסבירות שאדם עם מוגבלות יתנדב, היא נמוכה יחסית לאדם ללא מוגבלות. בבריטניה, למשל, בשנת 2008, 32% מהמבוגרים עם מוגבלות התנדבו, זאת לעומת 41% מכלל האוכלוסייה המבוגרת. (State of the World's Volunteerism Report, 2011). בארה"ב, נכון לשנת 2002, 5.4% מכלל המתנדבים, היו אנשים עם מוגבלות ו- 1.1% מהמתנדבים היו אנשים עם מוגבלות

שכלית התפתחותית, זאת על אף שאחוז האנשים עם מוגבלות באוכלוסייה הוא גבוה מכך משמעותית (בסביבות ה-20%) (Miller, Schleien, Rider, Hall, Roche & Worsley, 2002).

בשנת 1998, חוקקה הכנסת את "חוק שוויון לאנשים עם מוגבלות תשנ"ח", במטרה לעגן את זכותם של אנשים עם מוגבלות בחברה הישראלית, למעורבות שוויונית ופעילה בכל תחומי החיים. בפועל, מצאו ארטמן-ברגמן ורימרמן (2009) תמונה די עגומה, בכל הנוגע למעורבותם החברתית של אנשים עם מוגבלות בישראל. למעלה מעשור לאחר חקיקת חוק השוויון, עדיין קיימים פערים במידת ובדפוס המעורבות החברתית של אנשים עם מוגבלות, ביחס לאלה ללא מוגבלות. מהמחקר עולה, כי במרבית פעילויות המעורבות החברתית אותן בחנו, דיווחו אנשים עם מוגבלות על רמות מעורבות נמוכות יותר ובתדירות פחותה מאנשים ללא מוגבלות, זאת על אף שברמת המוטיבציה-אנשים עם מוגבלות מעוניינים להיות מעורבים במעגלי החברה השונים יותר מאנשים ללא מוגבלות. דפוס מעורבות דלים אלה, עלולים ליצור תהליך מעגלי של הדרה. האדם עם המוגבלות שחש מודר מהחברה, אינו יוצר קשרים חברתיים ומקצועיים, המהווים פלטפורמה חשובה ביותר להשתלבות ומגבירים את הנגישות למשאבים חברתיים.

עקב מיעוט הנתונים לגבי התנדבות בישראל בכלל, לא נמצאו נתונים עדכניים לגבי מספר האנשים עם מוגבלות שלוקחים חלק בפעילות התנדבותית בישראל.

מקור אחד של נתונים, מגיע מתכנית "קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים", המספקת סל שירותים לנכים מבוגרים בני 18-67, המתגוררים בקהילה 24 שעות ביממה, כל ימי השבוע, תמורת תשלום ובסיוע ממשלתי ועירוני (גריפל וקטש, 2011). במחקר על קהילה תומכת לנכים רואיינו 1,149 חברים בתכנית באותה עת ונמצא כי כ-11% מחברי הקהילה (125 חברים) פעילים במסגרת התנדבותית כלשהי, וכרבע מהמרואיינים (304 חברים) דיווחו כי הם מעוניינים להתנדב (גריפל והבר, 2010).

מקור נוסף של נתונים, מגיע מפרויקט "משלבים" אשר הוקם במטרה לייצר מערך משולב של שירות לאומי עבור צעירים עם מוגבלות, כך שכל צעיר עם מוגבלות יהיה זכאי להשתלב ככל צעיר אחר במסלול השירות הלאומי על מנת- לתרום למדינה ולחברה. בשנת ההפעלה הראשונה של פרויקט משלבים, עמדו לרשות העמותה 74 תקנים בלבד, כאשר עם השנים חלה עליה איטית והדרגתית, עד ל-300 תקנים בשנת 2011, אם כי עדיין מדובר במספר זעום של תקנים, ביחס למספר התקנים העומדים לרשות האוכלוסייה הערבית והאוכלוסייה החרדית. (אלפסי, 2012).

### **תרומתה של ההתנדבות למבוגרים ובני נוער עם מוגבלות**

יתכן שכתוצאה מהיקפה המצומצם של התופעה, מחקרים מעטים, כאמור, בחנו את השפעותיה ותרומתה של ההתנדבות, לאנשים ובני נוער עם מוגבלות. עם זאת, מכל המאמרים והמחקרים שנסקרו עולה, שהתועלות

של ההתנדבות לעוסקים בה מקרב כלל האוכלוסייה, הן רלוונטיות ואולי אף מועצמות, כאשר מדובר במתנדבים עם מוגבלות.

ההתנדבות יכולה לסייע להוצאתו של האדם עם המוגבלות ממעגל הבדידות, לסייע לו לרכוש מיומנויות ולאפשר לו להתנסות בתהליכי קבלת החלטות ובהשפעה על גורמים מחוץ לעצמו. מדובר בתהליך שיכול לסייע בקבלת החלטות גם בנוגע לעצמו, כגון בחירת מקצוע או תחום לימודים. ההתנדבות מוכיחה, קודם כל למתנדב עצמו, כי הוא בעל יכולת וכוחות לתרום לרווחת זולתו ומכאן הוא חווה העצמה הנובעת מעצם היותו בעל יכולות שגם אחרים מבחינים בהן ומעריכים אותן (סימקין, 2011).

בתכנית "קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים" התפיסה היא כי פיתוח תחום ההתנדבות של מנויי התוכנית, מאפשר את מימושה של אחת ממטרות התכנית: בניית קהילה ומסגרת חברתית המקנה הזדמנות לאדם עם נכות להשפיע, להיות מעורב ולהעלות את דימויו העצמי. העיסוקים המשמעותיים בהתנדבות תורמים לחיזוק ההערכה העצמית, הגאווה והסיפוק של המתנדב, מאפשרים לו יצירת קשרים חברתיים משמעותיים, מעניקים תחושת שייכות לקהילה, ובנוסף מסייעים לזולת ולקהילה (גרפיל וקוטש, 2011).

להלן ממצאי המחקרים שבחנו את ההשפעות והתועלות המשמעותיות של ההתנדבות על אנשים עם מוגבלות:

**עליה בתחושת משמעות, השפעה וערך עצמי:** במחקר אשר בחן את ההשפעה של השתתפות בפעילות התנדבותית על בני נוער וצעירים עם מוגבלות, נמצא כי ההתנדבות תרמה רבות לתחושת המשמעות של הצעירים, לביטחונם ולערכם העצמי. ההתנדבות חיזקה את תחושתם, כי הם מסוגלים להשפיע על סביבתם ועל העולם וכי יש בכוחם לתרום לקהילה שלהם, להשפיע או לייצר שינוי. תחושה זו של עשייה משמעותית, אפשרה להם גם לחשוב על הצרכים האישיים שלהם ועל העתיד שלהם ותרמה רבות לתהליכי קבלת ההחלטות שלהם לגבי חיייהם בעתיד (Roker, Player & Coleman, 1998).

במחקר נוסף, אשר עסק בפעילות התנדבותית משותפת של צעירים עם מוגבלות וצעירים ללא מוגבלות, נמצא כי למתנדבים עם המוגבלות הלכה והתחזקה תחושת המשמעות והנחיצות וכי ניתן היה להבחין בשינוי עמדותיהם כלפי הפעילות: מפעילות "שצריך לעשות" לפעילות "שחשוב לעשות". עמדה זו, לטענת החוקרים, תרמה רבות להעצמתם (Miller, Schleien, Rider, Hall, Roche & Worsley, 2002).

גם במחקר שעסק בעמדות של גמלאים עם מוגבלות כלפי התנדבות, נמצא כי ההתנדבות מחזקת את המתנדבים, מייצרת להם תחושת הישגיות והצלחה ותורמת לשינוי המיקוד מבעיותיהם האישיות, לנושאים חברתיים רחבים יותר ובכך מעניקה להם פרספקטיבה. (Balandin, Llewellyn, Dew, Ballin & Schneider, 2006).



**שיפור במיומנויות אישיות, התנהגותיות וחברתיות:** במחקר שהתמקד בבני נוער עם מוגבלות כמתנדבים, נמצא כי ההתנדבות תרמה לפיתוחן של מיומנויות אישיות וחברתיות. מיומנויות אלה כללו תחושת בטחון להתנסות בחוויות חדשות, תחושת מסוגלות להציע רעיונות חדשים בקבוצה, עמידה והצגה מול קהל, שיפור היכולות להתרועע עם אנשים מסוגים שונים וחיזוק הרשתות החברתיות והכרות עם חברים חדשים. ( Roker et al., 1998).

מחקר נוסף מצא כי ההתנדבות תרמה לשינויים חיוביים בסוציאליזציה של בני נוער עם מוגבלות שהתנדבו. במחקר דווח על שינוי חיובי בהתנהגות והכללה של ההתנהגות החיובית גם למסגרת הלימודית, שם הפגינו בני הנוער שיפור גם ביכולותיהם האקדמיות. באותו מחקר אף צוין כי בקרב בני נוער עם מוגבלות קשה יותר שהתנדבו, נראה שיפור במיומנויות תפקודיות, כולל עמידה בזמנים והסתגלות למצבים חדשים וכן שיפור בעמדות של המתנדבים, כולל: ורבליזציה והבעות פנים מוגברות, ציפיה להשתתפות בתוכנית ועמדות חיוביות יותר כלפי מקבלי השירות. (Miller et al., 2005).

במחקר אשר עסק בפעילות משלבת של צעירים עם וללא מוגבלות, נמצא כי הפעילות תרמה רבות לפיתוח מיומנויות חברתיות ותקשורתיות. החוקרים ציינו כי במהלך ההתנדבות המשותפת, הצעירים עם מוגבלות הגבירו משמעותית את התקשורת הוורבאלית שלהם, את האינטראקציה החברתית שלהם בינם לבין עצמם ועם הצעירים ללא המוגבלות ויצרו מערכות יחסים משמעותיות. עוד נמצא כי להתנדבות הייתה תרומה רגשית והתנהגותית. המתנדבים ציינו כי הם נהנים להגיע לפעילות, הפגינו התלהבות ברצונם להמשיך ולקחת חלק בפעילות, והפחיתו התנהגויות גרייה-עצמית כגון נדנדוד גוף, נפנופי ידיים והתנהגויות סטריאוטיפיות אחרות (Miller et al., 2002).

גם במחקר שעסק בשילובם של צעירים עם מוגבלות במערך השירות הלאומי, נמצא כי במעבר מתחילת השירות לאמצע השירות חלה עליה של כ 10% בתפיסת המסוגלות העצמית של המתנדבים עם המוגבלות (אלפסי, 2012).

במחקר אשר עסק בגמלאים עם מוגבלות, נמצא כי חלקם הכירו בהתנדבות ככלי לחיזוק הרשתות החברתיות שלהם, המיומנויות החברתיות שלהם והיכרותם עם אנשים חדשים (Balandin et al., 2006).

**פיתוח מיומנויות תעסוקה חדשות:** בכל המחקרים שנסקרו, נמצא כי ההתנדבות תרמה לפיתוחן של מיומנויות חדשות, הרלוונטיות לעולם התעסוקה. כך, למשל, נמצא כי צעירים עם מוגבלות שהתנדבו דיווחו על פיתוח מיומנויות וכישורים אדמיניסטרטיביים, מיומנויות מחשב, שיפור במיומנויות כתיבה וניסוח, מיומנויות כלכליות וניהוליות. (Roker et al., 1998). במחקר המשלב של Miller et al. (2002), נמצא כי המתנדבים התנסו במיומנויות מגוונות שלא הייתה להם ההזדמנות להתנסות בהם קודם לכן. מיומנויות אלה כללו שימוש במגוון של כלים, גינון, תכנון, פתרון בעיות והתנסות עם יישום משימה עם תחילתה- ועד לתוצאותיה הנראות לעין. הגמלאים עם המוגבלות במחקרם של Balandin et al. (2006), ציינו כי

ההתנדבות אפשרה להם לעשות שימוש במיומנויות שכבר פיתחו לאורך חייהם ולשפר ולייעל מיומנויות חדשות ובכך תורמת לצמיחתם האישית.

כ 90% מהמתנדבים עם המוגבלות במסגרת השירות הלאומי סיפרו בעת הריאיון כי היו ממליצים לחבריהם להתנדב לשירות האזרחי לאומי ממגוון סיבות, ביניהן: דרך אחרת לתרום במקום צבא, שיפור ההרגשה, תפיסת השירות ככלי שיכול לקדם אותם בחיים ולהגדיל את סיכוייהם למצוא עבודה בעתיד, תפיסת השירות ככלי שעוזר להתפתחות האישית, זכויות נלוות ועוד (אלפסי, 2012).

חשוב לציין, כי במחקרים בהם שולבו אנשים עם מוגבלויות שונות, נמצאו הבדלים בהשפעה ובתרומת ההתנדבות עליהם. כך למשל, במחקרים של Roker et al (1998), ציינו החוקרים כי בקרב צעירים עם לקויות למידה קשות, התועלות התמקדו בעיקר בפיתוח מיומנויות אישיות, חברתיות ופרקטיות. עבור הצעירים עם לקויות למידה קלות, סברו החוקרים כי הפוטנציאל לשילוב בהתנדבות היה גדול יותר, בכל הנוגע לפיתוח מיומנויות תעסוקה, שסייעו להם להשתלב בעולם העבודה בעתיד.

גם ארטמן-ברגמן ורימרמן (2009), מציינים במאמרם כי קיים קשר מובהק בין חומרת הנכות, סוג ההכרה והסטטוס התעסוקתי לבין דפוסי המעורבות החברתית של האנשים עם המוגבלות. כך, למשל, הם מצאו כי רמות המעורבות פוחתות ככל שהנכות קשה יותר. אנשים עם מוגבלות, המוערכת אצלם כקלה, נוטים להראות דפוסי מעורבות דומים לאוכלוסיית האנשים ללא המוגבלות ולעיתים אף במידה רבה יותר.

בקרב המתנדבים עם המוגבלות בשירות הלאומי, כ 29% מהמתנדבים עם המוגבלות דיווחו כי המגבלה מפריעה ומפריעה מאוד לשגרת חייהם ועוד כרבע (26%), דיווחו כי המגבלה לא כ"כ מפריעה. שיעור לא מבוטל של 45% דיווחו כי המגבלה כלל לא מפריעה לחיי היומיום, כאשר מדובר בעיקר בבעלי לקות נפשית.

### **תרומת התנדבותם של אנשים עם מוגבלות לארגונים ולקהילה**

Phoenix, Miller & Schleien (2002), מציינים את תרומתה של ההתנדבות לשינוי הפרדיגמה בציבור הרחב, בכל הנוגע ליכולתם של אנשים עם מוגבלות לתרום לקהילה ולא רק לצורך ממנה שירותים. כאשר אנשים עם מוגבלות מתנדבים, גוברת החשיפה והמודעות הקהילתית לאוכלוסייה זו. חשיפה זו היא חשיפה חיובית, המדגישה את יכולותיהם ואת מסוגלותם של האנשים עם המוגבלות. ההתנדבות אף מייצרת הזדמנויות לאינטראקציה חיובית בין אנשים עם וללא מוגבלות בקהילה ומלמדת מיהם האנשים הללו ומהם האתגרים שהם מציבים בפנינו כקהילה וכחברה. (סימקין 2011; Miller et al, 2002). בכך, נוצר שינוי עמדות ומצטמצמות הדעות הקדומות המרובות המיוחסות לאנשים עם מוגבלות.

במסגרת מחקר, ראיינו Phoenix et al. (2002), מתנדבים עם מוגבלות שהתנדבו לצד מתנדבים ללא מוגבלות. הם דיווחו על שינוי חיובי בעמדות של המתנדבים ללא מוגבלות. מתנדבים אלה דיווחו על נכונות גוברת לאינטראקציה עם אנשים עם מוגבלות, נכונות מוגברת לסנגר על זכויותיהם של אנשים עם מוגבלות ועל אימוץ פילוסופיית חיים משלבת במסגרתה יתבוננו על היכולות של האדם ולא על המגבלות שלו. במחקר אחר נמצא כי מתנדבים ללא מוגבלות דיווחו על עליה בבטחונם העצמי בכל הנוגע לאינטראקציות שלהם עם אנשים עם מוגבלות, על ידע שרכשו לגבי דרכים לשלב אנשים עם מוגבלות בפעילויותיהם על עלייה במודעות לנושאים הרלוונטיים לאנשים עם מוגבלויות כגון נגישות ועל פיתוח מערכות יחסים עם אנשים עם מוגבלות, על אף שלא היתה להם אינטראקציה שכזו בעברם. (Stroud, Miller & Schleien, 2006)

גם עבור הארגונים המפעילים את המתנדבים, ישנה תרומה לא מבוטלת, בבחירתם להפעיל מתנדבים עם מוגבלות. התנדבות אנשים עם מוגבלות, מנגישה לארגון קבוצה גדולה של אנשים בעלי מיומנויות וכישורים מגוונים, מצמצמת את תחלופת המתנדבים ותורמת לדימוי החיובי של הארגון ולמאמצי גיוס המשאבים שלו. (סימקין, 2011). באמצעות התנדבות, יכול הארגון גם להשפיע על מוטביו והתפיסה שלהם לגבי שונות ואחרות. באמצעות מתנדבים עם מוגבלות, יכול הארגון לשבור סטריאוטיפים של מעגלי קהילה רחבים, בכל הנוגע ליכולות ולמסוגלות של המתנדבים עם המוגבלות (Moore, & Fishlock, 2006).

למעשה, ארגון המייצג את המרקם הקהילתי שבו הוא פועל, מתפקד כארגון מקצועי יותר ואתי יותר ומייצר עבור עצמו גוף מגוון של מתנדבים, המסוגלים להגיע להחלטות טובות יותר ולחשיבה יצירתית וחדשנית לגבי הצרכים של הקהילה והדרכים לספק להם מענה.

### **חסמים עיקריים להתנדבות של אנשים עם מוגבלות**

בבואנו לבחון את החסמים השונים להתנדבות של אנשים עם מוגבלות, יש להבחין בין חסמים אישיים לבין חסמים ארגוניים/קהילתיים.

**חסמים אישיים:** במאמרם, מציינים ארטמן-ברגמן ורימרמן (2009) את תרומתן של השכלה ותעסוקה למעורבות חברתית ואזרחית. הם מצאו כי ככלל, אנשים משכילים יותר, מעורבים יותר בחברה ומדווחים על תחושה שייכות ותרומה לקהילה. משמעות הדבר היא, שחוסר השכלה או חוסר תעסוקה, מהווים חסם למעורבות בקהילה ולהתנדבות. חסם אישי נוסף הוא חומרת הנכות הנתפסת, כפי שתואר לעיל. נמצא שככל שהאדם תופס את נכותו כחמורה יותר, כך הוא מעריך את סביבתו כנגישה פחות ונוטה להיות מעורב פחות בחברה. גם Balandin et al (2006), מתייחסים לחסמים אישיים וטוענים כי פערי ידע לגבי מהי התנדבות ומה היא מאפשרת למתנדבים, עלולים להרחיק אנשים עם מוגבלות מהאפשרות לקחת חלק בפעילות.

חסם אישי משמעותי ביותר, שעלה בכל המאמרים שנסקרו, הוא החשש מפני ניצול של אנשים עם מוגבלות. אנשים עם מוגבלות הביעו את חששם, כי במידה ויציעו את עצמם כמתנדבים, הדבר יביא לכך שארגונים יחדלו מלהציע להם תעסוקה בשכר ויראו בכך הזדמנות להעסיקם בחינם. (Balandin et al, 2006; Miller et al, 2002)

**חסמים ארגוניים:** ישנם חסמים ארגוניים מגוונים, המונעים מאנשים עם מוגבלות לקחת חלק בפעילות התנדבותית, ביניהם: העדר עידוד מצד ארגונים חברתיים, העדר גישה למידע והזדמנויות למעורבות חברתית, העדר נגישות בארגון וקושי בהגעה פיזית (תחבורה). (ארטמן-ברגמן ורימרמן, 2009 Balandin et al, 2006; al, 2006). כמו כן צוינו חסמים כגון העדר תפקידים הולמים את כישוריהם של האנשים עם המוגבלות, העדר הכשרה לאנשי המקצוע המפעילים את המתנדבים בכל הנוגע למיומנויות הפעלת מתנדבים עם מוגבלות וכן העדר משאבי זמן של מנהלי ההתנדבות, לליווי הנוסף במידה ונדרש, כאשר מדובר במתנדבים עם מוגבלות (Roker et al, 1998).

חסמים אלה נובעים, לעיתים קרובות, מתפיסות סטריאוטיפיות ודעות קדומות של האנשים המחזיקים בעמדות מפתח בארגונים המפעילים מתנדבים. מתנדבים עם מוגבלות מתארים לעיתים קרובות, כי עליהם "לשכנע" את הארגון לגבי יכולתם להתנדב ותרומתם האפשרית. במקביל, חלק מן החסמים נובעים מהתפיסה הארגונית, כי על מנת להפעיל מתנדבים עם מוגבלות, יש צורך בהשקעה ניכרת של הארגון הכוללת השקעת משאבי זמן, כח אדם, הכשרה וכסף. (Roker et al., 1998).

### עקרונות מרכזיים לשילובם של אנשים עם מוגבלות כמתנדבים

בספרות המחקרית עלו מספר מודלים להפעלת אנשים עם מוגבלות כמתנדבים, המרכזיים ביניהם הם המודל להפעלת אנשים עם מוגבלות כמתנדבים אינדיבידואליים במסגרת ארגון מתנדבים פעיל והמודל המציע יצירת תכנית התנדבות משלבת, במסגרתה מתנדבים יחד אנשים עם וללא מוגבלות.

ישנם מספר גורמים שעשויים לסייע לשילובם של אנשים עם מוגבלות כמתנדבים. מן העולה מן הסקירה, ניתן לומר כי ההכנה החשובה ביותר עבור הארגון, בשלב מקדים, היא ההכנה התפיסתית-אידיאולוגית-פילוסופית. חשוב שהארגון ידגיש את מטרותיו וערכיו, בבואו לשלב מתנדבים עם מוגבלות וייצר מדיניות ואסטרטגיה ארגונית המקדמת שוויון, מגוון ונגישות. במובן זה, על הארגון להניח את התשתית הערכית הרואה בכל מתנדב כמתנדב, בעל רצון חופשי, בעל צרכים ייחודיים, אילוצים ומגבלות ובמקביל- בעל כוחות ויכולות לתרום ולעשות שינוי חברתי. במובן זה, חשוב גם שהארגון יתמקד בתרומתו של המתנדב לארגון ולא רק בתרומתו של הארגון למתנדב (בר שי, 2011; Moore, & Fishlock, 2006).

במאמרם, מציינים Miller et al. (2005) את תפקידו המרכזי של איש מקצוע מלווה, לתכניות המבקשות לשלב אנשים עם מוגבלות כמתנדבים. לטענתם, על איש המקצוע להיות מתחום הפנאי הטיפולי הממקם אותו במיקום אסטרטגי להוביל את תחום ההתנדבות המשלבת. על איש מקצוע זה לזהות את כוחותיהם ויכולותיהם של האנשים עם המוגבלות ואת העדפותיהם, להתחבר לשחקני מפתח בקהילה, להגות ולהנחיל אסטרטגיות להתאמה ולנגישות, כמו גם לייצר תכניות, פרקטיקות ושיטות לעידוד שילובם החברתי של אנשים עם מוגבלות במסגרות התנדבות.

בפועל, כל ארגון המבקש לשלב במסגרתו מתנדבים עם מוגבלות, צריך להיערך לכך, בדיוק כפי שעל הארגון להיערך לקראת קליטת מתנדבים שהם ללא מוגבלות. במסגרת הערכות זו יש לספק תהליך הכשרה לצוות, המותאמת לעבודה עם מתנדבים עם מוגבלות, הכוללת הכרות מעמיקה עם הצרכים של המתנדב ועיצוב תפקידים מותאמים. מומלץ לעשות כן בעזרת המתנדב עצמו, שידוע בצורה המיטבית מה יסייע לו, באיזו מידה הוא זקוק להתחשבות והתאמות ובאילו תחומים הוא אינו מעוניין בהתייחסות מיוחדת. (בר-שי, 2011).

על הארגון לוודא כי חווית ההתנדבות מעוצבת סביב יכולותיו וכוחותיו של האדם עם המוגבלות, תוך הטמעת תפיסת שילוב הוליסטית וסיסטמית המאופיינת בגמישות ויצירתיות בחשיפת אנשים עם מוגבלות לסביבת התנדבות חדשה. (Phoenix et al. 2002).

במקביל, על הארגון לדאוג להנגשה פיזית של סביבת העבודה, הנגשה טכנולוגית, הנגשה של טפסים וחומרי קריאה וכל הנגשה נדרשת נוספת, דאגה לתחבורה נאותה ודאגה לאמצעי תקשורת מתאימים. (בר שי, 2011; Moore, & Fishlock, 2006)

כפי שהוזכר להלן, אפשרות נוספת ומשמעותית, לשילובם של מתנדבים עם מוגבלות, עלתה במאמרים אשר עסקו בהתנדבות של נוער וצעירים עם מוגבלות, שם ניתנה לא מעט התייחסות למשמעות של יצירת תכניות המשלבות אינטראקציה בין מתנדבים עם מוגבלות למתנדבים ללא מוגבלות. במסגרת זו, הציעו כותבי המאמרים מספר תובנות מניסיונם, לגבי מרכיבים הכרחיים ליצירת תכניות משולבות שכאלה (בר-שי, 2011):

- א. להאמין בצעירים עם מוגבלות וביכולתם לייצר שינוי חברתי אמתי.
- ב. להתייעץ ולערב את הצעירים עם הצרכים המיוחדים בכל שלבי תכנון הפרויקט.
- ג. למצוא תפקידים מעניינים, התואמים הן את היכולות והכישורים והן את תחומי העניין של הצעירים המתנדבים וכן לאתגר אותם להתנסות בחוויות ובמיומנויות חדשות. במקרה זה, על התפקידים גם להתאים לקבוצת מתנדבים ולא למתנדב בודד.
- ד. להתחיל עם קבוצה קטנה של מתנדבים ולהגדיל אותה בהדרגה, תוך התייחסות למשאבים הארגוניים הקיימים.

- ה. להעניק תמיכה מלאה במתנדבים הכוללת דאגה לתחבורה נוחה, לנגישות ולכל צורך נוסף שעשוי להיות להם.
- ו. להכשיר את כל הצוות שיפעיל את התכנית ולהעניק לו את כל הכלים ההכרחיים לעבודה עם צעירים עם וללא מוגבלות.
- ז. לבחור מתנדבים ללא מוגבלות שהם מעט יותר מבוגרים בגילם מהמתנדבים עם מוגבלות.
- ח. לוודא כי אנשי מקצוע מתחום החינוך המיוחד מלווים את התכנית ומייעצים בשעת הצורך.
- ט. ללוות את הקבוצה כקבוצה- לפני ואחרי כל מפגש, במפגשי רפלקציה ועיבוד, הנוגעים גם לפיתוח המיומנויות, להתקדמות הקבוצה, לאינטראקציה שנוצרה בין החברים ועוד.

## ביבליוגרפיה

אלפסי, מ. (2012), מתנדבים עם מוגבלות בשירות אזרחי-לאומי, מינהל מחקר וכלכלה, משרד התמ"ת.

אמנת ההתנדבות: קוד אתיקה - נוהל הפעלת מתנדבים (2005), המועצה הלאומית להתנדבות, ת"א.

ארטן-ברגמן, ט., רימרמן, א. (2009), דפוסי מעורבות חברתית בקרב אנשים עם וללא מוגבלות בישראל, ביטחון סוציאלי, 79, 49-84.

בר-שי, ש. (2011), טיפים למנהלי מתנדבים בהפעלת מתנדבים בעלי מוגבלות, מכון לר לניהול התנדבות, יד שרה, ירושלים. אוחר ב-30 במרץ מ:

<http://www.hitnadvut.org/articles/2166>

גרון, ב. (1997), דפוסי תרומה והתנדבות של הציבור בישראל, באר שבע, אוניברסיטת בן גוריון.

גריפל, א., הבר, ל. (2010), "קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים"- הערכה מחקרית, מינהל המחקר והתכנון, המוסד לביטוח לאומי והיחידה לנכויות ושיקום, ג'וינט ישראל.

גריפל, א., קטש, ש. (2011), דו"ח מחקר לתכנית "קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים" דפוסי התנדבות ונכונות להתנדב על ידי החברים בקהילה, ג'וינט ישראל, מסד נכויות, ירושלים.

הדר, ל. (2010), התנדבות ככלי להעצמת בני נוער בסיכון. מניתוק לשלוב: יוזמות ומחשבות, במה לעובדי קדום נער בישראל, (16), 43-60.

הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2011), דוח פני החברה בישראל מספר 4, פרק 2. אוחר בתאריך 3 באפריל 2013 מ:

[http://www.cbs.gov.il/webpub/pub/text\\_page.html?publ=54&CYear=2009&CMonth=1#2](http://www.cbs.gov.il/webpub/pub/text_page.html?publ=54&CYear=2009&CMonth=1#2)

חסקי-לוונטל, ד., הנדי, פ. כנען, ר. (2009), התנדבות סטודנטים בישראל בפרספקטיבה משווה: מנבאים, מניעים, תגמולים והשפעתם על מוסדות החינוך. ביטחון סוציאלי, 79, 141-163.

נאון, ד'; מורגנשטיין, ב'; שימל, מ'; ריבליס, ג'. 2000. ילדים עם צרכים מיוחדים: הערכת צרכים וכיסוים על ידי השירותים. דמ-355-00: ג'וינט-מכון ברוקדייל.

נאון, ד', מרום, מ', מילשטיין א' (2010), שילוב ילדים עם צרכים מיוחדים בבתי ספר יסודיים. מעקב אחר "פרק השילוב" בחוק החינוך המיוחד. ירושלים, מאירס-ג'וינט-מכון ברוקדייל.

סייקס, י., בלוך, א., שטיגליץ, ס. (2009), והיינו חולמים: לקראת עיצובו מחדש של המרחב החברתי, אוחר  
ב3 באפריל 2013, מאתר שתיל: <http://shatil.org.il/files/article1.doc>

סימקין, ד. (2011), מתנדבים בעלי מוגבלות: שילוב של אנשים בעלי לקויות התפתחותיות במערך  
ההתנדבות הרגיל- מדוע על הארגונים לעשות זאת וכיצד, תמצות ותרגום מאמר מאת קטרין פרדון, מכון לר  
לניהול התנדבות, יד שרה, ירושלים. אוחר בתאריך 30 במרץ מ:  
<http://www.hitnadvut.org/articles/2163>

Andrews, J. (2005). Wheeling uphill? Reflections of practical and methodological difficulties encountered in researching the experiences of disabled volunteers. *Disability & Society*, 20(2), 201-212

Balandin, S., Llewellyn, G., Dew, A., Ballin, L., & Schneider, J. (2006). Older disabled workers' perceptions of volunteering. *Disability and Society*, 21, 677–692.

Haski-Leventhal, D., Ronel, N., York, A., and Ben-David, B. (2008). Youth volunteering for youth: Who are they serving, how are they being served. *Children and Youth Services Review*, 30, (7) , 834-846.

Kearney, J. R. (2003). Volunteering: social glue for community cohesion?. *Voluntary action-London-Institute for volunteering research*, 6(1), 45-58.

Kulik, L. (2007). Predicting responses to volunteering among adolescents in Israel: The contribution of personal and situational variables. *Voluntas*, (18), 35–54.

Lonsdale, S. (1990). *Women and Disability*. London: Macmillan.

Miller, K. D., Schleien, S. J., Brooke, P., Frisoli, A. M., & Brooks III, W. T. (2005). Community for all: the therapeutic recreation practitioner's role in inclusive volunteering. *Therapeutic Recreation Journal*, 39(1), 18-31.

Miller, K. D., Schleien, S. J., Rider, C., Hall, C., Roche, M., & Worsley, J. (2002). Inclusive volunteering: Benefits to participants and the community. *Therapeutic Recreation Journal*, 36, 247–259.



Moore, D., & Fishlock, S. (2006). Can Do! Volunteering: A guide to involving young disabled people as volunteers. *Australian Journal on Volunteering*, 11(2), 82.

Morrow, V. (2001), Young people's explanations and experiences of social exclusion: retrieving Bourdieu's concept of social capital. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 21(4/5/6), 37-63.

Phoenix, T., Miller, K., & Schleien, S. (2002). Better to give than receive. *Parks & Recreation* 10, 26-33.

Roker, D., Player, K., & Coleman, J. (1998). Challenging the image: The involvement of young people with disabilities in volunteering and campaigning. *Disability and Society*, 13, 725–741.

State of the World's Volunteerism Report, (2011): Universal Values for Global Well-being. United Nations Volunteers, 2011.

Stroud, S., Miller, K. D., & Schleien, S. J. (2006). A winning recipe for volunteerism. *Parks & Recreation*, 1, 51-54.

Wilson, J. (2000), Volunteering. *Annual Review of Sociology*, 26, 215-240.