

בילוי בשעות פנאי

פירוט הנושאים

בבילוי שעות הפנאי הכוונה היא להתמודד עם ההיבט החברתי של שעות הפנאי, בבילוי בדירה ובבילוי מחוץ לדירה. בסעיף זה אפשר לשלב את תכנית הלימודים ל"ב 21, יחידה א' הכנה לחיי חברה.

- בחירת אפשרויות לבילוי שעות הפנאי יחד ולחוד – מציאת האיזון הנכון.
- בחירת אפשרויות בין מצוי לרצוי.
- פיתוח תחביבים ותעסוקות.
- תקציב אישי ועלויות.
- נידות.

שלוש הרמות של ההתנהגות החברתית

שלוש הרמות של ההתנהגות החברתית בבילוי שעות הפנאי משולבות בפרקי התכנית.

בחירת אפשרויות לבילוי שעות הפנאי יחד ולחוד – מציאת האיזון הנכון
משולבת בפרק 'חיים בחברותא'.

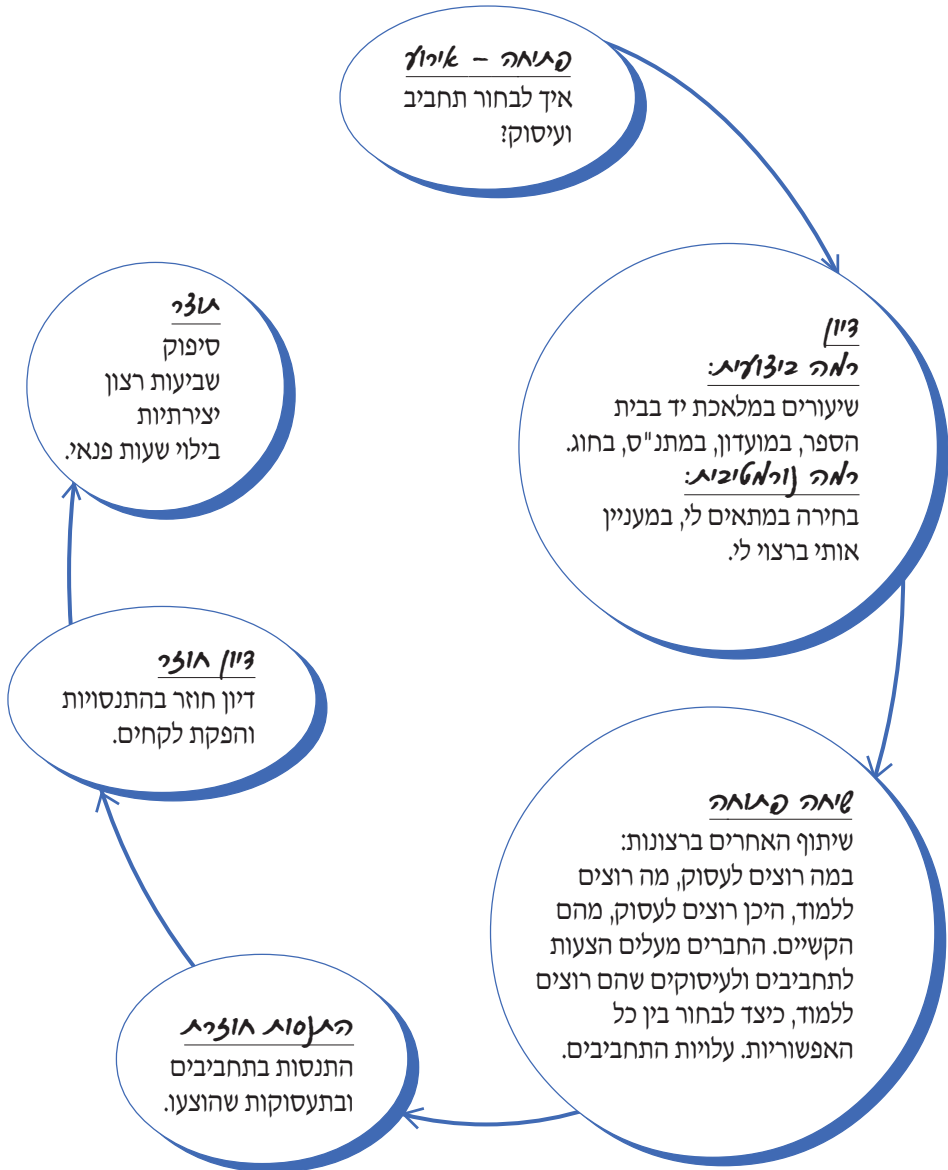
בחירת אפשרויות בין מצוי לרצוי
משולבת בפרק 'חיים בחברותא' ובפרק 'סגנון חיים אישי'.

פיתוח תחביבים ותעסוקות – משולב בפרק 'סגנון חיים אישי'.

תקציב אישי ועלויות – משולב בפרק 'סגנון חיים אישי'.

מעגל ההפנמה

פיתוח תחביבים ותעסוקות



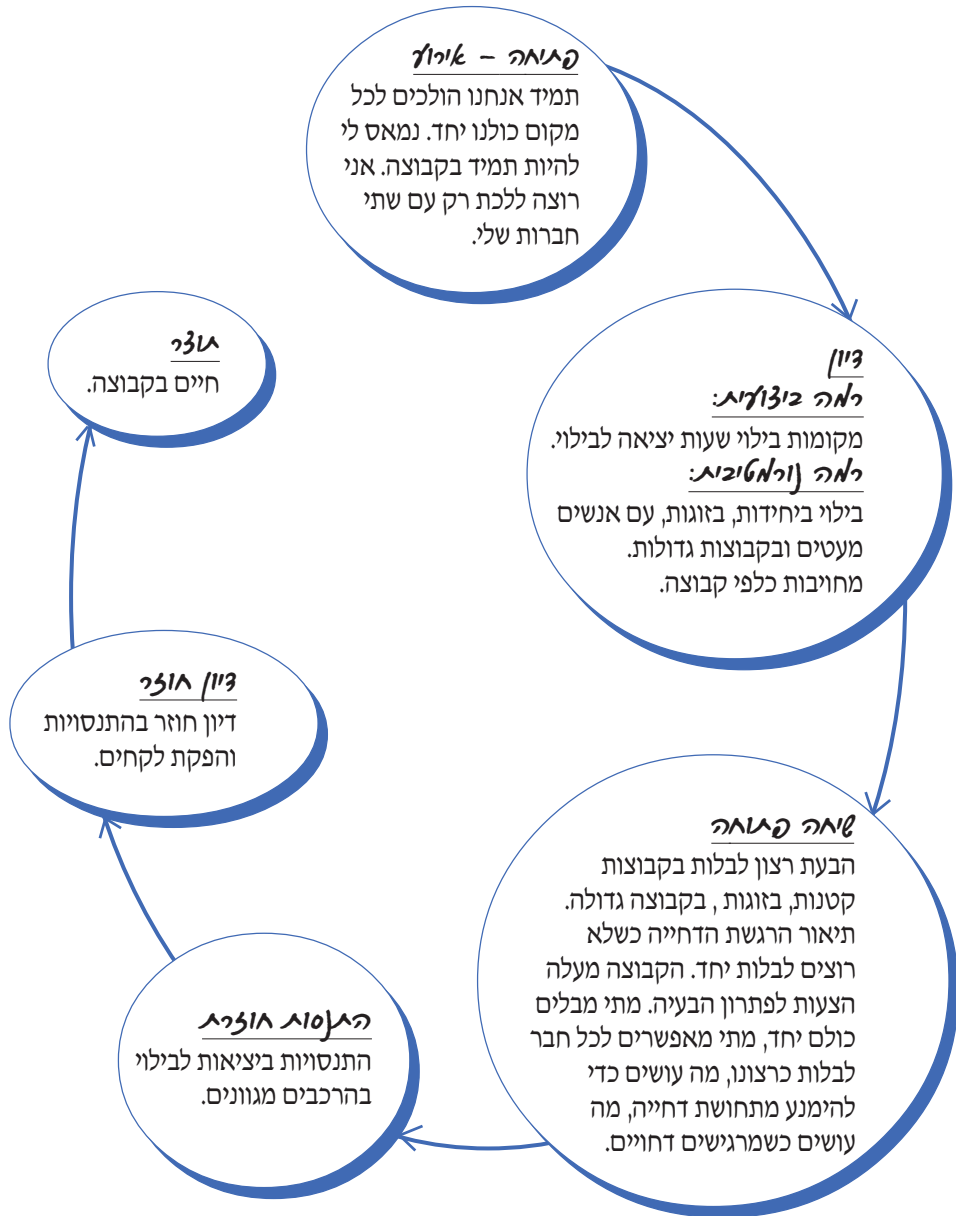
מעגל ההפנמה

פיתוח תחביבים ותעסוקות



מעגל ההפנמה

בחירת אפשרויות לבילוי בשעות הפנאי יחד ולחוד



מעגל ההפנמה

בחירת אפשרויות בין מצוי לרצוי



בילוי שעות הפנאי

לכל משפחה סגנון משלה לבילוי שעות הפנאי. סגנון זה מותנה בנורמות, בערכים חברתיים, ביכולות כלכליות ובהעדפות אישיות וקבוצתיות. במשפחות שלהן ילד בעל צרכים מיוחדים ישנן רמות אחדות של שיתוף הילד בבילוי שעות הפנאי. רמת השיתוף נעה ברצף משיתוף בכל הפעילויות של המשפחה עד חוסר שיתוף מוחלט.

רמת השיתוף של הילד או הבת נובעת מסגנון ההתמודדות של המשפחה עם הצרכים המיוחדים, מהקשיים האובייקטיביים, מנכונות המשפחה לשיתוף, ומהתמודדות המשפחה עם יחס החברה לבעלי צרכים מיוחדים. בדיוור העצמאי הקבוצה יוצאת לבילוי לעתים מאומנות (לחוגים, למתנ"ס, לבית קפה, לסרט, לטיול בסביבה הקרובה וכו').

הנושא של בילוי שעות הפנאי נדון ונלמד בבית הספר בתכנית ל"ב 21 – יחידה א': 'חינוך חברתי'.

תכנית זו מעודדת את שיתוף המשפחה בכל תת-נושא ואפשר להיעזר בה. המחנכים יעודדו את המשפחה לשתף את המתבגר בבילוי שעות הפנאי שלה וכן לאפשר לו לצאת לבילוי עם בני הקבוצה מבית הספר.

בסדנת ההורים אפשר להעלות עניינים כמו:

- עידוד יציאה לבילוי.
- לקיחת 'סיכונים' ואישור יציאה מהבית בשעות הערב.
- מתן דמי כיס.
- עזרה והדרכה בהתארגנות.
- הדרכה בניידות.
- בחירת מקומות הבילוי.

כדאי לעודד שיחות בבית על האירועים ועל הבילויים שהמתבגר חווה.

בילוי שעות הפנאי נערך לאחר שעות הלימודים ולכן שיתוף המשפחה בנושא זה חשוב במיוחד כסביבה לימודית ליצירת התנסויות; תוך התחשבות בנורמות ובערכים של המשפחה. יחד עם זאת המתבגר בעל הצרכים המיוחדים יחווה בקבוצה אפשרויות בילוי מגוונות שלא חווה במסגרת משפחתו. בדיוור העצמאי המתבגר יחווה פיתוח סגנון שעות הפנאי המועדף עליו.

למשל ייתכן והמשפחה לא נוהגת לבלות בבית קפה אך קבוצת החברים תבחר בבילוי זה והמתבגר ילמד ליהנות מכך ויבחר בבילוי זה מדי פעם.

בסדנאות ההורים כדאי לדון גם בסיטואציות שכאלה ובמתן לגיטימציה למתבגר לפתח סגנון אישי בבילוי שעות הפנאי.

הדיירים יגורו בקהילה, ולפיכך ראוי להכניס לחיים בתוכה. בשנים האחרונות אנו רואים שהחיים המשולבים בקהילה וכן השילוב הנעשה בבתי הספר משנים את העמדות של אנשי הקהילה כלפי הדיירים בעלי הצרכים המיוחדים. אפשר לשלב את תכנית ל"ב 21 יחידה א' 'הכנה לחיי חברה'.

התמצאות בקהילה: הכרת השכונה, אזור המגורים, מקומות הבילוי, הקניות, מוסדות וכו'.

שימוש בשירותים בקהילה: בנק, קופת חולים, דואר, ביטוח לאומי, סופרמרקט, חנויות, משרדי העירייה, בית כנסת, כנסייה, מסגד וכו'. תיקונים: שען, חייט, סנדלר, חשמלאי, אינטסלטור. טפוח עצמי: מספרה, קוסמטיקאית, מניקוריסטית וכו'.

מקומות בילוי בסביבה הקרובה: גן ציבורי, קולנוע, בית קפה, חדר כושר, מתנ"ס, בריכת שחייה וכו'.

עזרה והתנדבות בקהילה: עזרה לקשישים, משמר אזרחי, עזרה לפעוטות וכו'.

- מקורות לא פורמליים:** המשפחה - התמודדות עם פרידה
בניית קשר של מבוגר החי מחוץ לבית:
טלפונים, מכתבים, ביקורים הדדיים
השתתפות באירועים משפחתיים
מחלות במשפחה
אובדן במשפחה
עזרה למשפחה
- חברים** - חברים בדירה
חברים מחוץ לדירה
חברים ועובדים במקום העבודה
- שכנים** - קשר עם השכנים: סיוע מן השכנים,
עזרה לשכנים

- מקורות פורמליים:** אם בית/מדריך
עובד/ת סוציאלי/ת
ביטוח לאומי
אגודות/עמותות
רופא/ת אח/ות.

ביבליוגרפיה

בנדוב ד., רייטר, ש. (1997). הדמוי העצמי ואיכות החיים של בוגרים לקווי למידה. **חברה ורוחה** י"ז, עמ' 185-200.

ברזון, מ., גלעד, ל., צרפתי, א. (1999). לקראת יציאה מהבית. בתוך: א. דבדבני, מ. חובב, א. רימרמן, א. רמות (עורכים) **הורות נכונות התפתחותית בישראל**. ירושלים, מגנס.

גונזבורג, ה.ס. וגונזבורג, א.ל. (1992). מעונות קבוצתיים – ניאורמוסדיות? **סוגיות בחינוך מיוחד ובשיקום**, 7, עמ' 199.

היימן, ט. (2001). עמידות בקרב הורים לילדים עם צרכים מיוחדים. **סוגיות בחינוך מיוחד ובשיקום**, 16.

רייטר, ש., גולדמון, ט., ליבליך, נ. (1997). 'אני והקהילה', תכנית הכנה לחיים אוטונומיים לצעירים בעלי ליקויים פיזיים. בהפעלת 'אחוה', איגוד נכי חיפה והצפון, ממצאי המחקר המלווה. **סוגיות בחינוך מיוחד ובשיקום**, 12, עמ' 5-20.

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

Lord, J., Pedlar, A. (1991) Life in the community: Four years after the closure of an institution, *Mental Retardation* 29, pp. 213–221.

Seltzer, M., M., Krauss, M.W. Hong, J., and Orsmond, G.I. (2001). Continuity or discontinuity of family involvement following residential transitions of adults who have mental retardation. *Mental Retardation* 39, pp. 181–194.

Wheman, P., Sherril, M.M., Everson, M.J., Wood, W., Barcus, M.J. (19988). *Transition from school to work*. Baltimore: Paul H. brookes.

Blacher, J. (2001). Transition to adulthood, families, and culture, *American Journal on Mental Retardation* 106, pp. 173-188.

