

עיוורון ולקויות ראייה

השתתפות חניך/כה
עם מגבלת ראייה
במכינה קדם-צבאית



עיוורון ולקויות ראייה



תדריך עיוורון ולקויות ראייה, השתתפות חניך/כה עם מגבלת ראייה במכינה קדם-צבאית פותח במסגרת מארז הידע של תכנית שיבולים - השתתפות צעירים עם מוגבלות במכינות הקדם צבאיות.

התכנית מופעלת ע"י מועצת המכינות הקדם צבאיות ובשותפות רחבה של הג'וינט, משרד החינוך, משרד הביטחון, משרד הרווחה, משרד הבריאות, הקרן לפיתוח שירותים לנכים בביטוח לאומי, קרן משפחת רודרמן ופדרציית ניו יורק.

פיתוח וניהול מארז הידע וריכוז ועדת תדריך:

זאב סלע - רכז פיתוח ידע והשתלמויות, תכנית שיבולים, מועצת המכינות הקדם צבאיות.

ועדת תדריך:

יפעת קליין	ג'וינט ישראל מעבר למגבלות
אפרת אהרוני	מועצת המכינות הקדם צבאיות
מימי פלצ'י	משרד החינוך
ד"ר נעה טייך פייר	משרד החינוך
נחמה כהן	משרד החינוך
נועה שגב	משרד החינוך

התדריך נכתב על ידי מרכז מגדלור עבור תכנית שיבולים

פיתוח ידע וליווי מקצועי: ריטה לפיד, מנהלת מקצועית, מגדל אור

כתיבה ועריכה: תמר פוקס

הגהה: חגית שמלי

קראה והעירה: אורית שפירא - משרד החינוך

עריכה לשונית: אלישבע מאי

עיצוב, עימוד והנגשה: תבונה ונגישות טכנולוגיות בע"מ

חוברת זו נכתבה בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד והיא מיועדת לשני המינים במידה שווה.

תש"פ 2020

מועצת המכינות הקדם-צבאיות | תוכנית 'שיבולים' | shibolim@mechinot.org.il

תוכן עניינים

1.....	מבוא
2.....	פרק ראשון: למידה והכנה טרום הקליטה
2.....	עיוורון ולקות ראייה בקרב צעירים (18-65): היבטים רגשיים ותפקודיים
4.....	עיוורון ולקויות ראייה: סוגים ומשמעויות תפקודיות
8.....	פרק שני: יישום בסביבת המכינה – קליטה והכנת סביבת הפעילות
8.....	עקרונות בחיזוק התפקוד העצמאי של החניך
9.....	עקרונות בליווי החניך במכינה
14.....	טכנולוגיה מסייעת וציוד עזר
19.....	דגשים להכנת מרחב הפעילות של החניך והתאמת תוכני הפעילות
26.....	פרק שלישי: ארגונים ושירותים לחניך
26.....	אתרי מידע מקוון מרכזיים
27.....	נותני שירות בתחום הזכויות
29.....	נספח: מערך הדרכה לקבוצה
29.....	מפגש קבוצתי: חיזוק יכולת הליווי וסביבתו העצמאית של החניך

לנוחיותך ולשימוש קל ומדויק במידע שלפניך, משולבים בחוברת "קודי סריקה" אשר בעזרת אפליקציית קריאת קודים (QR Code Reader) ניתן להגיע למקורות מידע נוספים

איש צוות יקר,

לפניך קובץ ידע (מדריך), אשר פותח כדי לחזק את היכולת שלך ללוות חניך/כה עם עיוורון או לקות ראייה במסגרת המכינה הקדם-צבאית.

חשוב להדגיש מספר נקודות לגבי השימוש במידע:

← הידע המוצג במסמך זה הוא **ידע כללי רחב** ועקרונות אשר מהווים בסיס להבנת הלקות, ליכולת ללוות ולתמוך. עם זאת, יש לתת את הדעת להבדלים טבעיים בתפקוד ובמאפייני האישיות של כל אדם ואדם.

← אין ציפייה לביצוע **אחד לאחד של הכתוב**. יש לבסס את העבודה על העקרונות ועל המידע המוצג, אך לתת את הדעת למאפיינים הייחודיים של כל חניך, העדפה, ויכולות תפקוד.

← **הכתוב אינו בא להחליף ליווי מקצועי**, יש לקחת בחשבון מעגלי תמיכה נוספים ואנשי מקצוע, אשר מתוארים גם במדריך זה ולהיעזר בהם לפי הצורך.

← יש להיעזר במאגרי מידע נוספים על פי הצורך: אינטרנטיים וכתובים.

מעל הכול - שתפו את החניך בכל היבט של התאמת הסביבה והפעילות.

המידע שלפניכם מוצג בשלושה חלקים מרכזיים, אשר ערוכים על פי שלבי התהליך מול החניך:

1. שלב ראשון: למידה אודות העיוורון או לקות הראייה ומשמעותם בחיי החניך.
2. שלב שני: יישום בסביבת המכינה, תוך התייחסות לשלבי העבודה עם החניך משלב הקליטה, הליווי השוטף ובמרחבי הפעילות השונים.
3. שלב שלישי: מידע והכוונה לגורמים מרכזיים, העשויים להציע שירותים ופתרונות לחניך, במהלך שילובו במכינה או בעתיד.

1	טרום קליטה, למידה והכנה	היכרות עם החניך, מגבלת ראייה ומשמעותה
2	יישום בסביבת המכינה	← עקרונות בחיזוק התפקוד העצמאי של החניך ← טכנולוגיה מסייעת וציוד עזר ← הכנת מרחב הפעילות והקבוצה - דגשים לפעילות פנים וחץ
3	גופים תומכים	ארגונים, תוכניות ושירותים לחניך

פרק ראשון: למידה והכנה טרום הקליטה

עיוורון ולקות ראייה בקרב צעירים (18-65): היבטים רגשיים ותפקודיים

על פי נתוני מינהל מוגבלויות של משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים, האוכלוסייה אשר מחזיקה תעודות עיוור במדינת ישראל מונה כיום כ-24,800 אנשים. 5% מהם נמצאים בין הגילאים 18-0, כ-35% מהם בין 19-67 (גיל העבודה) ו-60% מהם מעל גיל 67. נכון לדצמבר 2017, רק כ-10% מתוך מחזיקי תעודות עיוור הם אנשים עם עיוורון מוחלט. מינהל מוגבלויות במשרד הרווחה, בגוף אשר אמון על הנפקות תעודת העיוור במדינת ישראל, מאשר ומנפיק תעודת עיוור על פי שלושה קריטריונים שהם:

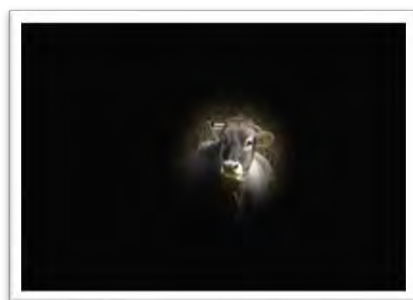
1. עיוורון מוחלט.

2. **חדות ראייה:** היכולת של העין לזהות פרטים בצורה בהירה, לאחר תיקון אופטי בעין הטובה יותר, הקריטריון הוא 3/60. כלומר, מה שאדם עם ראייה תקינה רואה ממרחק של 60 מטר, אדם שנמצא בטווח הקריטריון הזה, רואה ממרחק של שלושה מטר בלבד.



3. **שדה ראייה:** המרחב שבו ניתן לראות פריט מסוים, כשהמבט מקובע למקום אחד במרכז.

הקריטריון הוא שדה של לכל היותר 20 מעלות לאחר תיקון אופטי בעין הטובה ביותר.



על אדם לעמוד באחד משני הקריטריונים האחרונים (חדות ושדה) או בשניהם, כדי לקבל אישור לתעודת עיוור.

על פי הערכה, במדינת ישראל חיים היום כ-75,000 איש עם לקויות ראייה בגילאים השונים, ללא תעודת עיוור, מפני שהם אינם עומדים בקריטריונים או שקיימים חסמים שונים במימוש זכות זו והשירותים הנלווים אליה. חשוב להדגיש, כי קשייו ואתגריו התפקודיים והרגשיים של אדם עם לקות ראייה, בכל גיל, הם רבים ואינם תלויים או קשורים בהכרח לקריטריונים ולמדדים המתוארים לקבלת תעודת העיוור.

תהליך קליטת חניך עם לקות ראייה או עיוורון במסגרת המכינה הקדם-צבאית, מחייב התייחסות מקצועית רגישה להיבטים רגשיים ותפקודיים כאחד. התמודדותו של צעיר עם מגבלת ראייה עם תהליך המעבר וההשתלבות במסגרת המכינה, כמסגרת חיים חדשה, מחייבת התייחסות למספר נקודות משמעותיות:

1. אופן ורמת עיבוד הלקות על ידי החניך (תהליך רגשי אשר לרוב מלווה על ידי איש מקצוע מהתחום הסוציאלי ושונה בין אדם לאדם).
2. התמודדות רגשית ותפקודית עם מעבר לסביבה פיזית וסביבת פעילות מאתגרת חדשה. זהו תהליך אשר מחייב **פיתוח אוריינטציה במרחב**, בצורה משמעותית ומודרכת על ידי איש מקצוע מתחום השיקום התפקודי, הן בשלב הקליטה והן לאורך הפעילות, אשר תפגיש את הצעיר עם אתגרים בצורה שוטפת.
- בשל לקות הראייה יתכן עיכוב בהתפתחות החברתית וברכישת מיומנויות חברתיות. ייתכנו פערים בתפקוד החברתי וכן פערים ביכולת הניהול העצמי והתפקוד העצמאי ביחס לבני הגיל. חשוב לקחת פערים אלו בחשבון. עם זאת, ניתן בהחלט לקדם תחומים אלו, במיוחד במסגרת של מכינה קדם צבאית.
3. התמודדות עם השתלבות בקבוצה חברתית חדשה. זהו תהליך אשר מחייב רגישות גבוהה, הכנה וליווי של החניך ושל הקבוצה החברתית הרחבה, אשר ייתכן שחבריה פוגשים לראשונה היבטים של תפקוד עם מגבלת ראייה.
4. התמודדות לאורך תקופת המכינה עם תמונת עתיד שונה, או כזו המחייבת היערכות נוספת, מהקבוצה החברתית הרחבה. התמודדות זו מחייבת יכולת הכלה מצד הצוות המלווה והיכרות עם המענים המתאימים לחניך עם מגבלת הראייה.
5. מגבלת הראייה (לקות ראייה או עיוורון מלא) מחייבת היערכות, ליווי והתייחסות שונה מבחינת דרישות המכינה וסביבתה.
6. קיים הבדל בתהליכי למידה, אסטרטגיות תפקוד והיכרות עם מושגים, בין חניך עם עיוורון או לקות ראייה מולדים, לאלה שנגרמו במהלך החיים.

שימו לב: עקב ההשפעה המשמעותית של חוש הראייה נהוג לייחס כל ירידה תפקודית של אדם עם לקות ראייה ללקות זו. אולם ישנם אנשים ומצבים שהקשיים התפקודיים אינם נובעים מבעיית הראייה אלא בעקבות הרגלים, רצונות, העדפות או לקויות אחרות. לכן, יש צורך לעשות הבחנה מבדלת ולהבין ממה נובע חוסר התפקוד. יש לתת את הדעת על משמעות נקודות אלה עבור החניך וסביבתו בכל משך תקופת הפעילות ויש לערב ולהיעזר.

עיוורון ולקויות ראייה: סוגים ומשמעויות תפקודיות

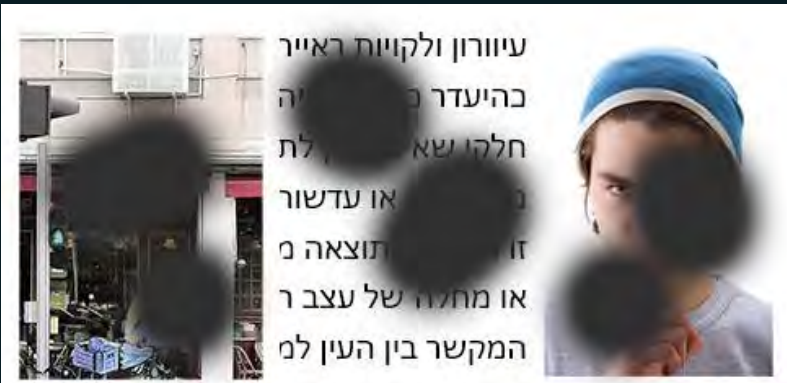
קיים מגוון גדול של מחלות עיניים, עם משמעות רבה לאדם. הטבלה הבאה, מרכזת מידע בסיסי על מחלות העיניים השכיחות ביותר. כאשר צפוי להגיע למכינה חניך עם לקות ראייה או עיוורון מלא, חשוב להכיר את המחלה ואת משמעותה התפקודית והרגשית על כל היבטיה.

יש לתת דגש על התפקוד ופחות על האבחנה שכן ייתכן מצב בו שני אנשים עם אותה אבחנה, ואף עם אותם נתונים רפואיים אך עם תפקוד שונה. לכן, יש להתייחס לתפקוד בפועל ובעיקר לקיים שיח עם החניך על התפקוד והצרכים בנסיבות ומצבים שונים ובכך לאפשר שיפור של מיומנויות הניהול העצמי.

מחלה	עיוורון מלא
השפעה על הראייה והתפקוד	חוסר יכולת לעשות שימוש תפקודי בחוש הראייה.
מענים אפשריים	מחייב התאמות בסביבה ובפעילות במקביל להדרכה שיקומית תפקודית לחניך.

מחלה	לבקנות - ALBINISIM
תיאור	קבוצה של מחלות תורשתיות הנגרמות עקב יצירה לקויה של מלנין, הפיגמנט שברשתית. העין מעורבת תמיד במחלות אלו, בדרגות חוסר משתנות.
אזור הפגיעה	גלגל העין
השפעה על הראייה והתפקוד	סנוור, קושי במיקוד הראייה, קושי בראייה למרחק ולעיתים גם ריצוד העיניים. לאורך זמן: יציב אך ייתכן שינוי בצילינדר.
מענים אפשריים	שימוש במשקפי שמש, שימוש בכובע, תאורה נכונה.

מחלה	ניוון מקולרי גילי
תיאור	מחלה ניוונית מתקדמת הגורמת לפגיעה במרכז הראייה. לרוב הפגיעה דו-עינית, אך תיתכן גם חד-עינית. שכיחותה עולה עם הגיל. יכולה להופיע בצורה יבשה או רטובה.
אזור הפגיעה	המקולה - מרכז שדה הראייה

מחלה	סטאגרדט - ניוון מקולרי צעירים
תיאור	מחלת רשתית תורשתית המנוונת את המקולה, פורצת בגיל 10-20. לעיתים הכתמים מופיעים ללא נזק למקולה.
אזור הפגיעה	רשתית
השפעה על הראייה והתפקוד	ראייה מרכזית ירודה הגורמת לקושי בראייה לקרוב, קושי בראיית פרטים (קריאה, זיהוי פנים, פריטים במרחב הציבורי).
	

מחלה	קטרקט (ירוד) CATARACT מולד או נרכש
תיאור	
אזור הפגיעה	
השפעה על הראייה והתפקוד	
	

מחלה	סכרת DIABETIC RETINOPATHY
תיאור	
אזור הפגיעה	
השפעה על הראייה והתפקוד	
מענה	

מחלה	גלאוקומה (מולדת/נרכשת) GLAUCOMA
תיאור	
אזור הפגיעה	
השפעה על הראייה והתפקוד	

מחלה	ניסטגמוס - ריצוד העין NYSTAGMUS
תיאור	
אזור הפגיעה	
השפעה על הראייה והתפקוד	

מחלה	RP - רטיניטיס פיגמנטוזה Retinitis Pigmentosa
תיאור	
אזור הפגיעה	
השפעה על הראייה והתפקוד	
מענה	

פרק שני: יישום בסביבת המכינה – קליטה והכנת סביבת הפעילות

עקרונות בחיזוק התפקוד העצמאי של החניך

חיזוק התפקוד העצמאי של החניך ייעשה באמצעות העיקרון "סיוע מקדם עצמאות" - גישה המאפשרת תפקוד עצמאי של האדם.

שילוב חניך עם עיוורון או עם לקות בראייה במכינה מצריך התייחסות פרטנית למגוון היבטים אישיים ואינו יכול להתבצע על פי מתכון מוכן מראש.

גישת **הסיוע מקדם עצמאות** מבוססת על ההבנה, כי יש לתת לחניך את הכלים והמיומנויות להתמודדות עצמאית, בשונה מהנטייה לבצע בעצמנו דברים עבורו, מה שאולי יספק פתרון נקודתי, אך לא יקדם את עצמאותו לאורך זמן. גישה זו היא "מצפן" בכל פעולה של ליווי החניך והיא מורכבת מארבעה עקרונות עבודה עיקריים ובעלי משמעות:

1	עיקרון הקביעות
2	עיקרון הניגודיות
3	שימוש בחושים מפצים
4	שימוש בטכנולוגיה מסייעת

1	תקשורת בין אישית מותאמת ומקדמת עם החניך
2	דגשים מרכזיים בניידות ובליווי פיזי

שימו לב: העקרונות שלפניכם מוצגים באופן מופרד כדי להכירם בצורה מיטבית, אך בשטח חשוב לעשות בהם שימוש משולב ואחיד.

עקרונות בליווי החניך במכינה

1. עיקרון הקביעות



אדם עם לקות ראייה מתקשה יותר מהרואה בהתמקמות במרחב ובזיהוי חפצים במרחב. הדבר נכון הן לגבי חפצים גדולים (לדוגמה סידור הרהיטים בחדר) והן לגבי חפצים קטנים (לדוגמה סידור כלי

כתיבה על שולחן עבודה). עבור כל אדם, סידור חפצים קבוע מסייע באיתור ובשימוש עצמאי.

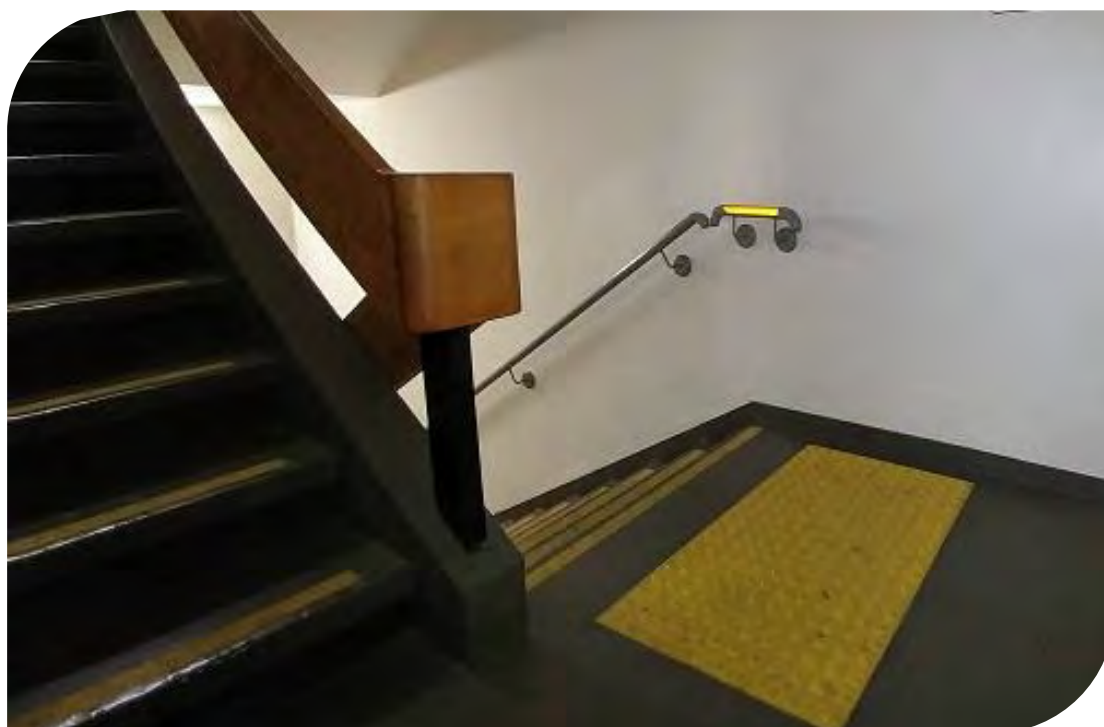
עקרון הקביעות הוא קריטי ומתייחס לא רק לסביבה הפיזית, אלא גם לשיטת הפעולה. שמירה על סדר פעולות ועל מסלול התקדמות קבוע יקל על החניך לצפות את הבאות.

	תחומים להפעלת העיקרון	הרחבה ודוגמאות
1	קביעות באופי הסימנים: מרקם, צורה וגודל	← הקפדה על שימוש בקופסאות או בעזרי אחסון בעלי סימן או מבנה קבוע: קפה בכלי עגול, סוכר בכלי מרובע וכו'.
2	קביעות במיקום בסביבה	← מיקום הרהיטים והחפצים במקומות קבועים, סידורי שולחן וישיבה קבועים. ← מסדרונות ומעברים ללא מכשולים ופנויים להליכה בטוחה.
3	קביעות בביצוע פעולות	← ביצוע פעולות לפי שיטה מוכרת/נלמדת. ← הליכה לפי מסלול מוכר/נלמד.

קביעות: דברים קבועים במקום קבוע.

2. עיקרון הניגודיות (Contrast)

כאשר אין ניגוד (contrast) מספק בין אובייקט לבין הרקע שעליו הוא נמצא, קשה לאדם עם לקות ראייה לזהות את האובייקט. ניגודיות צבע היא רק ביטוי אחד של עיקרון הניגודיות (ניגוד מסוג זה יתרום רק לאדם הרואה במידה כלשהי ואין לו משמעות לאדם עם עיוורון מלא). ניגודיות יכולה לקבל ביטויים נוספים, כמו גודל ומרקם, כמפורט בסעיף 'שימוש בחושים מפצים'. יישומי **מרקם וגודל** של עקרון הניגודיות יתרמו גם לאדם עם עיוורון מלא.



משטח אזהרה ניגודי ומישושי לפני ירידה במדרגות, קצות מדרגות עם פס ניגודי, צילום: גילה גרטל

תחומים להפעלת העיקרון		הרחבה ודוגמאות
1	ניגודיות () צבעים	← עיצוב הסביבה בצבעים ניגודיים, התאמת חומרים כתובים (מצגות, חומרי דפוס) - גודל, צבע, תחושה או בכתב ברייל על פי הצורך והיכולת.
2	ניגודיות במרקם / בגודל	← שימוש בחפצים ובסימנים בעלי מרקם וגודל שונה (ראו פירוט בסעיף 'שימוש בחושים מפצים')

ניגודיות: הבדלים במאפיינים אשר גורמים לעצמים להיות מובחנים מסביבתם.

3. שימוש בחושים מפצים



אנשים עם מוגבלויות כמו עיוורון, עושים שימוש לא פעם בחושים האחרים שלהם כדי לפצות על החסר החושי. כדי לחזק יכולת זו אצל החניך, יש לתת את הדעת לשני היבטים של הנושא: חוש השמיעה וחוש המישוש.

כפתור עצור באוטובוס עם כתב ברייל ובניגוד חזותי,

באוטובוס גם קיימת כריזה של שמות התחנות, צילום: גילה גרטל

תחומים להפעלת העיקרון	הרחבה ודוגמאות
1 חוש השמיעה: הקפדה על תיווך מידע בקול	← כאשר קיים חומר נראה - כתוב או מוחשי - יש הנחה טבעית כי הנוכחים רואים את הדבר ואין צורך לתווך את המידע בקול רם. לדוגמה: כאשר חניך נכנס לחדר, אנו מניחים כי הוא יודע מי הנוכחים במקום. כאשר החניך לקוי ראייה, הנחה זו עשויה להיות מוטעית. ← בכיתת לימוד הנחה זו גם מנתבת את תהליך הלמידה. כאשר נעשה שימוש במצגות או בחומר כתוב, המורה/מדריך 'משלים' בדבריו את הכתוב ואין לו צורך לקרוא מילה במילה את הדברים המופיעים על השקף. התנהגות זו מתאימה לכיתה רואה, אך חניך עם עיוורון או עם לקות בראייה יחמיץ באופן זה חלק גדול מהתוכן.
2 חוש המישוש: יישום עקרון הניגודיות בממדים שאינם צבע (גודל ומרקם)	← כפי שהוזכר, ניגודיות בצבע תורמת לאדם עם שרידי ראייה ואין לה משמעות לאדם עם עיוורון מלא. ניתן ליישם עיקרון זה באופנים נוספים, כמו גודל ומרקם. יישומים כאלה יתרמו גם לאדם עם עיוורון מלא.

שימוש בחוש המישוש לסיוע לאדם עם מוגבלות בראייה:
יצירת הבדל בגודלו או בצורתו או סימון פריט באלמנט מישושי כדי להבדילו מהסביבה.

4. תקשורת מותאמת

תקשורת נכונה עם חניך עם לקות ראייה, או שאינו רואה כלל, היא תנאי קריטי להשתלבות החניך ולקידום עצמאותו. תקשורת נכונה כוללת רכיבים מילוליים ובלתי מילוליים.

תקשורת מילולית ואינטראקציה אישית - עשה ואל תעשה



- ← **דבר בקול טבעי (אל תצעק!)** הנטייה להגביר את הקול איננה נחוצה כלל.
- ← **השתמש בהוראות ובהגדרות מדויקות** (כיוון: ימינה/שמאלה, הערכת מרחק וכדומה).
- ← **הצג** את עצמך במקום לתת לחניך לנחש מי אתה.
- ← **עמוד בצד** שבו האדם יכול **לראות אותך** במינימום מאמץ.
- ← **בפנייתך** לאדם עם לקות ראייה אשר נמצא בקבוצה הסב את תשומת ליבו על ידי ציון שמו.
- ← **דבר אל האדם ישירות** ולא אליו דרך המלווה.



- ← **אל תחשוש** משימוש במילים יומיומיות, כמו "תראה", "תסתכל" - אלה ביטויי לשון מקובלים.
- ← **הימנע ממילים כלליות** שאין להן משמעות לאדם שאינו רואה ("שם", "את זה").
- ← **אל תשאיר** אדם עם עיוורון לדבר אל עצמו, אם אתה מתרחק ממנו - תיידע אותו.

תיווך הסביבה

צור תמונת מרחב/מפה מנטלית:

- ← **מה מבנה החדר?** מי הנוכחים? היכן מונח כל חומר/מכשול?
- ← **ספק לאדם פרטים** על מקור רעשים סביבתיים

ניידות: היכולת לנוע ממקום למקום



עשה

← אם רצונך לסייע לאדם - שאל אותו תחילה אם הוא זקוק לעזרה. חשוב שהפניה תעשה באופן טבעי, לא כאל נזקק לטיפול או עזרה, אלא לברר עם האדם איך הוא רוצה שנעזור, מה הוא מעדיף ומה נכון עבורו.

← **ליווי אדם עם עיוורון:**

- הצע לחניך לאחוז בך (ראה תמונות מצורפות).
- התאם את קצב הליכתך לקצב ההליכה של החניך.



-
-
-



אל עשה

- ← לעולם אל תמשוך במקל הנחייה של אדם עם עיוורון.
- ← הובלה נכונה מתבצעת באמצעות מגע והכוונה, לא על ידי משיכה במקל.
- ← הימנע ככל הניתן מהנחת מכשולים (כמו הזת כיסא).
- ← אל תשאיר אדם במרחב לא מוכר ללא אחיזה במשהו.



טכנולוגיה מסייעת וציוד עזר

אנשים עם עיוורון או לקויות ראייה יסתייעו לרוב בעזרים שונים המאפשרים את התנהלותם העצמאית. עזרים אלה מאפשרים להם לבצע פעולות יום-יומיות שעבור אדם רואה עשויות להיות פשוטות יותר. בהלימה עם גישה 'סיוע מקדם עצמאות' (שהוצגה בפרק הקודם), הטכנולוגיה מסייעת בחיי השגרה במגוון תחומים, כמו: תקשורת, למידה ופנאי, נייחות, תחזוקת בית ומטבח וטיפול עצמי (רחצה, לבוש וכדומה).

מטרת פרק זה היא לחשוף אותך כמדריך למגוון האמצעים ולא ללמד אותך שימוש מקצועי בהם, זהו תפקידו של איש המקצוע.

מהי טכנולוגיה מסייעת ?

אמצעי עזר אשר נועד לשיפור התפקוד של אנשים עם מוגבלות. זהו שם כולל להתקן או למערכת המאפשרים ליחיד לבצע משימה שלא היה יכול לבצע או להגביר את הקלות והביטחון בביצוע המשימה.

חשוב לדעת !

← חוסר היכרות או היכרות חלקית עם יתרונותיו ומגבלותיו של העזר הטכנולוגי ועם טכניקת השימוש השיטתית יכולה לתת למשתמש תחושה מדומה של ביטחון ואף לסכנו. לכן השימוש הראשוני בעזרי הטכנולוגיה מחייב הדרכה על ידי איש מקצוע (מורה שיקומי).

← הטכנולוגיה מתפתחת ומתעדכנת כל העת - הרשימה המצורפת היא רשימה להמחשה ולהדגמה.

← הדרכה ותמיכה: חלק גדול מהעזרים הטכנולוגיים אשר יתוארו בפרק העוסק בנושא דורשים התאמה, הדרכה ותרגול ואף תמיכה על ידי איש מקצוע. בכל מקרה של קושי בשימוש על ידי החניך או צורך בעזרה, יש לוודא כי ניתנת הדרכה או תמיכה על ידי אנשי המקצוע.

דגשים להתנהלות

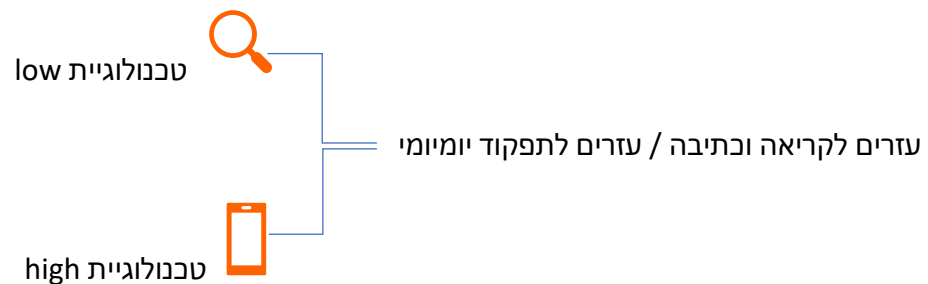
← היה ערני לצרכיו של החניך ושאל את עצמך האם יש צורך בשילוב של טכנולוגיה מסייעת.

← הכר באופן בסיסי את המוצגים בהמשך מדריך זה. מהו העזר, למה משמש ומה מגבלותיו?

← כאשר החניך מסתייע באמצעי טכנולוגיה מסייעת - למד את יכולות ומגבלות העזר (למשל: חניך עם לקות ראייה המסתייע במשקפיים אופטיות לשיפור הקריאה, עדיין יידרש לעיתים לזמן נוסף לביצוע המשימה).

מהם עזרי הטכנולוגיה המסייעת?

מקובל לחלק את עזרי הטכנולוגיה המסייעת לפי:



עזרי טכנולוגיה מסייעת משמשים אנשים עיוורים ועם לקויות ראייה במגוון תחומי החיים: טיפול עצמי, פנאי, לימודים ועבודה. קריאה וכתיבה הוא עיסוק המשתלב בכל אחד מתחומי החיים.

חשוב להדגיש, טכנולוגיה מסייעת אינה רק ציוד מבוסס אלקטרוניקה. ציוד זה יכול להיות ברמה טכנולוגית נמוכה (low tech) או ברמה טכנולוגית גבוהה (high tech). כל פריט מאפשר להתמודד עם מכשול באחד מתחומי החיים.

סוג	תמונה	הרחבה ודוגמאות	תחום
		מקל נחיה משמש לזיהוי מכשולים לפני שהאדם נתקל בהם ובעל רמת זיהוי גבוהה. מידת המקל מותאמת לאדם על פי מספר קריטריונים מקצועיים.	התמצאות וניידות
		Orcam יחידת עיבוד מידע נישאת מחוברת למצלמה וממוקמת על משקפיים, המאפשרת קריאת טקסטים, זיהוי פרצופים, מוצרים וצבעים תוך כדי שימוש בטכנולוגיית עיבוד תמונה. המערכת מופעלת באמצעות הצבעה על המוצר/הטקסט או על ידי "מחוות" (פעולות קבועות של מגע).	
		אפליקציות ניווט קיים מגוון רחב של אפליקציות ניווט, חלקם מצוי בשימוש רחב - waze, movit וחלקן מותאמות לאדם עם לקות ראייה או עיוורון.	
		מקל נחייה אלקטרוני מקל נחייה בעל אמצעי רטט אשר משמש סמן למכשולים במרחב הניידות	

תחום	הרחבה ודוגמאות	תמונה	סוג
עבודות מטבח	מזהה צבע מכשיר אלקטרוני קטן המאפשר זיהוי צבע מוצר/בגד וכדומה. כאשר מקרבים את המכשיר למשטח הרצוי הוא 'מקריא' את הצבע שזוהה.		
	מד מזיגה מתקן המאפשר מזיגה בטיחותית. מתריע בצליל ו/או רטט כאשר נוזל חם/קר נוגע במכשיר על ידי סגירת מעגל חשמלי		
טיפול עצמי	שעונים יד/קיר/שולחן. קיימים במגוון הנגשות: עם חיווי קולי/ברייל/קונטרסט. מאפשרים זיהוי שעה והתרעות. מיילסטון מכשיר רב - שימושי המסוגל לתפקד כנגן קבצים, רשמקול, רדיו, יומן פגישות המספק תזכורות ועוד. מופעל באמצעות ממשק, המספק משובים צליליים שונים או הנחיות קוליות. מאחז לגרביים טפס אשר מצמיד גרב לזוגתה ובכך מאפשרת פעולת כביסה עצמאית. מחט מונגשת מחט בעלת סגר קפיצי קל לשימוש לאדם עם מגבלת ראייה. סרט מדידה בעל הבלטות במיקומי המספרים למגע.		
	פן פריינד (Pen Friend) מכשיר המאפשר להקליט הודעות קצרות ולשמוע ההודעות על ידי סריקת מדבקה ייעודית. באמצעות המכשיר ניתן להקליט מידע קצר שיאפשר זיהוי דיסק / אריזות למיניהן / מספר טלפון וכדומה.		
	משחקים מונגשים קיימים מגוון רחב של משחקים מונגשים: דומינו מישושי, קלפים, סולטר, איקס עיגול, דמקה, שחמט, סולמות וחבלים וכו'		

תחום	הרחבה ודוגמאות	תמונה	סוג
קריאה וכתיבה	משקפי שמש מונעות סנוור מאפשרות לאדם להשתמש ביעילות בשרידי הראייה. עזר זה רלוונטי להתנהלות הכוללת של האדם ולא רק בקריאה ובכתיבה.		
	מגדלות עזר אופטי לא אלקטרוני. עדשה קמורה המשמשת לקבלת דמות מוגדלת של עצם. קיים מבחר רחב של מגדלות בעוצמות הגדלה שונות. ישנם סוגים שונים: ידניות, על בסיס, בעלות תאורה ומגדלות הנתלות על הצוואר.		
	טמ"ס (טלוויזיה במעגל סגור) נייד או נייד מכשיר אלקטרוני, המגדיל את חומר הקריאה לגודל רצוי ובכך מאפשר את קריאתו על גבי מסך גדול. ישנה אפשרות לשלוט בצבע האותיות והרקע של התמונה, כמות האור והקונטרסט שעל המסך.		
	מעמד לספר מתקן אשר מקבע את הספר בצורה אנכית על מנת לאפשר קריאה נוחה לאדם עם לקות ראייה		
	שבלונות שונות המאפשרות כתיבה בצורה ישרה על גבי דף • שורון - שבלונה מלאה לדף. • שבלונה מצומצמת לחתימה. בבולן מומלץ השימוש בטוש, כדי להגביר את יכולת הקריאה והזיהוי של הטקסט הכתוב.		
	מחשב מונגש קיימות הנגשות ותוכנות שונות המאפשרות גם לאדם עם עיוורון מלא או עם לקות ראייה להשתמש במחשב בצורה עצמאית: • תוכנות הגדלה וקונטרסט. • תוכנות הקראה והנגשה קולית. • הנגשה בברייל.		

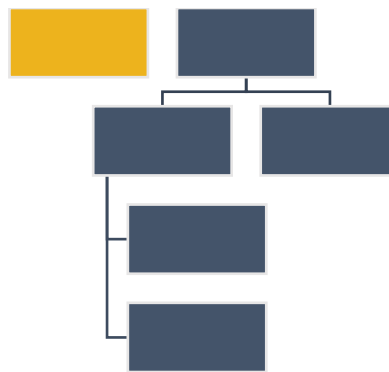
תחום	הרחבה ודוגמאות	תמונה	סוג
טלפון חכם	הטלפון החכם הוא למעשה מכשיר "All In One" אשר מציע מספר גדול של שימושים, ההולכים ומתרבים עם הזמן. הטלפון משמש לא רק לפעולות חיוג והעברת מסרים כתובים, אלא מאפשר שימוש באפליקציות שונות אשר מסייעות במגוון פעילויות של חיי יום-יום, כמו: ניווט, זיהוי כסף, זיהוי צבע, הקלטות וכו'. מומלץ להתעדכן ולהציע לחניך עצמו להתעדכן אחת לתקופה באפליקציות שונות היוצאות ועשויות לסייע לו.		

דגשים להכנת מרחב הפעילות של החניך והתאמת תוכני הפעילות

בעת שילוב של חניך עם לקות ראייה או עיוורון במסגרת המכינה יש לתת את הדעת לסביבות שהייתו, לפעילותו ולאופי הפעילות שלו. ככל שהתאמת הסביבה והפעילות תהיה מדויקת ורגישה לצורכי החניך, כך תתחזק יכולת קליטתו ותפקודו העצמאי של החניך בהמשך.

שימו לב: הכנת סביבת הפעילות והחיים של החניך מתבססת על גישת ה"סיוע מקדם עצמאות" והעקרונות המרכזיים אשר הוצגו בפרק אשר עסק בכך במדריך זה.

המידע שלפניך מתייחס למספר סביבות פעילות בחיי המכינה, הדורשות התייחסות והתאמה:



התאמת הסביבה הפנימית - פעילויות פנים

מרחב המכינה הכולל כיתות לימוד, חדרי מגורים, חדר אוכל וחללי פעילות שונים: סביבה המאופיינת בריבוי פריטים ועצמים אשר יכולים להקשות על תפקוד עצמאי, אך עם זאת בעזרת הקפדה על מספר דגשים ניתן להפוך סביבה זו לקלה ולנוחה.

כדי לחזק את תפקודו העצמאי של החניך ואת השתלבותו בפעילות במרחבים סגורים (חדר מגורים, אולם) יש לתת את הדעת על מספר דגשים:

1. קביעות בסביבה

- ← סביבת פעילות קבועה (חדר קבוע, אולם קבוע)
 - סידור קבוע של רהיטים בחדרים, כולל בחדרי המגורים.
 - מיקום קבוע של הציוד האישי, מיטה על פי נוחות החניך והעדפתו.
- ← מיקום קבוע של ציוד מסייע, ציוד אישי או כל אביזר המשמש לשגרת החיים במכינה (פינת ציוד קבועה)
- ← יידוע של כל הזזה או שינוי במיקומים בפעילות המכינה הן במרחב הציבורי והן במרחב האישי.
- ← מיקום קבוע של חניכי המכינה מבלי לפגוע בפעילות.

← מיקום קבוע של עזרי הכוונה ויזואליים (מיקום שילוט חדרים במקום קבוע, לוח הודעות).

← התאמת חומרי הפעילות:

- הכנת חומרים כתובים מותאמים ומונגשים.
- חיזוק יכולת שילוב טכנולוגיה מסייעת בפעילות הקבוצה



2. תיווך מילולי

← בשיעור/מפגש שבו נעשה שימוש במצגת או בחומר כתוב, תקשור המידע בערוץ נוסף: הקראת התוכן בקול (למשל, הקראת שקף מצגת, כולל הסבר על תמונות משמעותיות).

← ציוות חניך מלווה שיסייע לחניך שאינו רואה בקריאת החומרים הכתובים.

← יש לשים לב כי בעת שיעור בביתה סגורה אלטרנטיבה זו עשויה פחות להתאים ובכל מקרה יש לבצעה מתוך הסכמה ושיתוף פעולה של החניך עם לקות הראייה.

3. ניגודיות ושימוש בחושים מפצים

← סימון חדרים חומרי הדרכה שילוט המבוססים על עקרון הניגודיות.

← שימוש בצבעים בעלי ניגודיות גבוהה במצגות ובחומרי הלימוד.

← הדביקו מדבקה בהירה על רקע כהה (או להיפך) לסימון. (למשל: כפתור 'הפעל' בשלט, לחצן תאורה)

← הדביקו מדבקה מחוספסת על כפתור 'הפעל' של מכשירים חשמליים שונים (מכונת צילום, מכונת כביסה, שלט).

← שימוש בכלים בעלי גודל/צורה/מרקם שונים להבחנה ביניהם - למשל, כלי תבלינים בעלי צורות שונות וגדלים שונים.



4. תאורה וסנוור

← הקפדה על תאורה תומכת/ממוקדת ולא מסנוורת או עמומה, הן בחדר המגורים והן בחדר הפעילות, שימוש בתריסים ווילונות לפי צורך.



תאורה מאחורי הדובר - פני הדובר חשוכים



תאורה מעל הדובר - פני הדובר מוארים

5. ניידות

← עזור או חזק את יכולת הליווי והניידות של החניך בהגעה ובהשתתפות בפעילות (הושבה, הובלה).

← הצמד לחניך חבר מלווה על פי צורך.

6. תקשורת

← הקפד על שיח מותאם מול החניך כחלק מהפעילות השוטפת.

← זכור – חשוב לשתף ולחשוב ביחד עם החניך על הקלות או דגשים נוספים המתאימים לרמת תפקודו!

התאמת הסביבה החיצונית – פעילויות חוץ

פעילויות אשר מתקיימות במרחב פתוח חיצוני מהוות אתגר לחניך עם לקות ראייה או עיוורון. חוסר היכולת לשלוט על ארגון ועיצוב הסביבה, שלא פעם משתנה, היעדר עקרונות מסייעים כמו קביעות או קונטרסט בעזרים הוויזואליים (שילוט, הכוונה), סמור, חוסר נגישות, יחד עם קושי באוריינטציה של הצעיר, כל אלה מהווים אתגרים לתפקוד עצמאי ולתחושת הביטחון והמסוגלות. כדי לשלב את החניך בפעילות חוץ בצורה מרבית יש לתת את הדעת על מספר היבטים המבוססים על עקרונות הבסיס.



כמו כן, חשוב להבחין בין שני סוגי סביבות חיצוניות של פעילות:

- ← **סביבה חיצונית שגרתית:** מקומות שאליהם נדרש החניך לחזור מעת לעת, כמו מקום התנדבות בקהילה, סביבת וחצר המכינה, הדרך בין בית החניך והמכינה.
- ← **סביבה חיצונית משתנה:** מקומות שאליהם מגיע החניך באופן חד-פעמי, כמו טיולים ומסעות.

בכל מקרה: חשוב לקיים שיח פתוח וקשוב מול החניך באשר לאופי הפעילות ולחשוב ביחד על הדרכים לשילובו ודגשים לליווי.

1. פעילות חוץ שגרתית

בפעילות שגרתית בעלת מאפיינים קבועים יש מקום לחזק את יכולת הצעיר לשלוט ולהכיר את הסביבה ואת יכולת האוריינטציה האישית. בנוסף לכך, יש לנסות במידת האפשר לשלוט על הסביבה, לארגן ולהנגיש אותה בהתאם לעקרונות המרכזיים (קביעות, ניגודיות).

← יש לבצע חשיבה מוקדמת (של הצוות ולאחר מכן אל מול החניך) על היתכנות הליכתו של החניך במסלול. אין להוציא חניך לקוי ראייה למסלול במידה והשתתפות מסכנת את החניך או שהיא עשויה להכניסו למצוקה חריגה.

← יש לוודא האם במקום קיימת תאורה מספקת או קיים גורם מסנוור.

← יש לבחון האם קיימים במקום הפעילות גורמים אשר יכולים להוות גורם מסכן – מכשולי גובה, מכשולי רצפה – מדרגות, חוסר אחידות טופוגרפית.

← יש לדאוג לליווי החניך מספר פעמים, תוך שהוא לומד את הסביבה החדשה.

← יש לשקול את הצורך בהצמדת חניך מלווה.



2. התנדבות בקהילה

הפעילות בקהילה אשר מתקיימת במכינות היא פעילות בעלת מאפיינים מאוד דינמיים ותלוי במגוון מאפייני מקום ואוכלוסייה. כדי לאפשר לחניך לקיים את הפעילות בצורה משמעותית, מותאמת ועצמאית מומלץ להיערך במספר דרכים:

← יש לבחון את מידת הנגישות של הדרך למקום הפעילות ושל מקום הפעילות עצמו.

← יש לקיים חשיבה ושיח מול החניך לגבי אופי הפעילות, מידת התאמתה והאתגרים.

← יש לבחון את הניידות בהגעה ובשהייה במקום ההתנדבות.

← יש לקיים חשיבה לגבי אופי הפעילות – האם מחייבת שינוי.

3. טיולים ופעילויות חיצוניות בעלות אופי אתגרי/לא שגרתי

השתתפות בטיול או בפעילות בעלת מאפיינים דומים כוללת היבטים של התמצאות וניידות, פעולות יום-יומיות נוספות ועוד.

- ← יש לתת את הדעת וללמוד את מתווה הפעילות החיצונית - טופוגרפיה, מסלולי הליכה, מפגעים במסלול - שילוט, עצים, הבדלי גובה מדרגות, מדרכות.
- ← מומלץ לעבור עם החניך על המסלול.
- ← אם ניתן, יש לבצע סיור מקדים עם החניך, אם לא ניתן, יש לחזק את הניידות ולהצמיד מלווה.
- ← אם הפעילות מתבצעת בלילה יש לבחון על רמת תפקודו עצמאי של החניך בחשיכה, במידת הצורך לחבר מלווה.
- ← חשיבה על פעולות אשר יידרשו כחלק מהפעילות - בישול, לינה, מעורבות בהפעלות פיזיות.
- ← קביעות - קיבעו מקום קבוע להנחת תיקים וציוד בעת חזרה מטיול.



התאמת הסביבה החברתית

הממשקים החברתיים של החניך מחייבים התייחסות גם בסביבה פנימית (צוות המכינה, חניכים בני קבוצתו וחניכים אחרים במכינה) וסביבה חיצונית (ממשקים כמו במקרה של התנדבות בקהילה). ההשתלבות החברתית של החניך, צריכה להיעשות ברגישות ובהתחשבות. מעבר לכך, יש להקפיד על עיקרון של שקיפות – אין לדבר על לקותו של החניך ללא ידיעתו והסכמתו. כל פעולה יש לבצע בשקיפות מלאה, שתאפשר בניית אמון וגם פתיחות לקבלת סיוע.

מול סגל המכינה וקבוצת השווים מומלץ לבצע את הפעולות הבאות:

- ← היכרות עם מוגבלותו של החניך ומשמעויותיה התפקודיות. הטוב ביותר הוא אם החניך יציג עצמו ויספר על עצמו, לפחות מול קבוצת השווים הקרובה אליו. אין להעמיד חניך במצב של מבוכה. כל צעד כזה יכול להתבצע רק מתוך רצון אישי ושיתוף פעולה.
 - ← היכרות של הסגל והחניכים עם העקרונות שתוארו במדריך זה.
 - ← שיתוף חניכים בהכנת הסביבה הפיזית, כפי שתואר לעיל, תוך שהם חושבים יחד עם החניך עצמו על דרכים ורעיונות להקל עליו.
- * בנספח תוכלו למצוא דוגמה למערך הדרכה.

פרק שלישי: ארגונים ושירותים לחניך

מקורות מידע, ארגונים, שירותים ואנשי מקצוע

חניך עם לקות ראייה או עיוורון מלווה במהלך חייו על ידי ארגונים, תוכניות ואנשי מקצוע שונים, אשר פועלים במגוון היבטים למען קידומו. להלן סקירה קצרה של גופים מייצגים במספר תחומים על פי סדר זה: פלטפורמות מידע מקוונות מרכזיות מומלצות, נותני שירותים שונים במימוש זכויות, שיקום תפקודי ותעסוקתי, שיקום חברתי ופנאי.

חשוב לדעת: תוכניות ושירותים מתעדכנות ומשתנות מעת לעת, יש להתעדכן במקורות המידע על פי הצורך. מגוון השירותים המתוארים בפרק זה ממומנים על ידי משרד הרווחה והמוסד לביטוח לאומי.

אתרי מידע מקוון מרכזיים

קוד QR	תאור	לוגו וקישור לאתר
	משרד הרווחה - מינהל מוגבלויות - רש"ט (שירות ראייה, שמיעה וטכנולוגיה). מאגר מידע מרכזי: זכויות ושירותים אשר ממומנים ונתמכים על ידי אגף זה.	 משרד העבודה הרווחה והשירותים החברתיים
	מאגר מידע חינוכי, המרכז זכויות בנושאים שונים ופרטים בנוגע לאופן המימוש של אותן זכויות	 כל זכות
	מאגר מידע לגבי קצבת נכות חודשית, זכויות נלוות לקצבת נכות, שיקום מקצועי ומימון לימודים.	 המוסד לביטוח לאומי

נותני שירות בתחום הזכויות

קוד QR	תאור	לוגו וקישור לאתר
	המרכז לעיוור שירותים מרכזיים: ייצוג הציבור עם העיוורון בפני הרשויות, קידום חקיקה, פניות הציבור, מכירת ציוד מסייע לבעלי תעודות עיוור.	
	מגדל אור מרכז רב-שירותי המסייע לקידום של אנשים עם לקויות ראייה או עיוורון, לקראת תפקוד עצמאי ושילוב בתעסוקה. שירותים מרכזיים: הדרכה שיקומית: הדרכת הצעיר בסביבתו הטבעית, על ידי מורת שיקום, בתחומים כמו: התמצאות, נייחות, טיפול עצמי, שימוש בטכנולוגיה מסייעת, ועוד. מכונים לשיקום ראייה ירודה: התאמת עזרים מסייעים לקריאה ולכתיבה. מוקד טכנולוגי: תמיכה בשימושי מחשב וטלפון חכם. תחום תעסוקה: אבחון, הכשרה, סיוע בבחירת קריירה, תהליכי השמה והתאמת עמדות עבודה. תוכנית ליווי לצה"ל, תוכנית מנטורים לתעסוקה, דירות מבינה לחיים עצמאיים.	
	עמותת על"ה - העמותה לקידום הסטודנטים העיוורים והדיסלקטיים בישראל העמותה פועלת במטרה לסייע ולתמוך ברכישת השכלה של אוכלוסיית העיוורים ולקויי הראייה בישראל ומספקת תמיכה בעיקר בהיבטים הקשורים בלימודים וברכישת השכלה. שירותים מרכזיים: קורס פסיכומטרי מוגש, השאלת ציוד עזר ללימודים, מכינה לבגרות, מלגות לימודים, ריכוז תהליך הנפקת תעודות עיוור, הפעלת תחנות וקו טלפוני ארצי לגבי זכויות ושירותים.	
	רמפה - תעסוקה לצעירים עם מוגבלות שירותים מרכזיים: ליווי ובניית תוכנית אישית לקראת השתלבות בעבודה, השמה ופיתוח קריירה, הכשרות, סדנאות פיתוח מיומנויות וכישורים תעסוקתיים.	

לוגו וקישור לאתר	תאור	קוד QR
 מרכז הכוון תעסוקתי לאנשים עם מוגבלות	רבדים - מרכז הכוון תעסוקתי לאנשים עם מוגבלות שירותים מרכזיים: שירותי השמה, ליווי, ייעוץ והכוון תעסוקתי אישי, מרכז סדנאות והכשרות, מימון הכשרות מקצועיות מטעם משרד העבודה, סיוע במיצוי זכויות בתחום התעסוקה, התאמה והנגשה של עמדות עבודה.	
 הספרייה המרכזית לעיוורים, כבדי ראייה ומוגבלים	הספרייה המרכזית לעיוורים ולבעלי לקויות ראייה שירותים מרכזיים: הנגשת מידע ותרבות לאוכלוסיית האנשים עם עיוורון או לקויות ראייה בכל הארץ על ידי תיאור קולי (ספרות ועיתונות, תיאטרון, קולנוע, טלוויזיה ואמנות חזותית).	
מרש"ל	מרש"ל - מרכז רב-שירותי לעיוור מרכז רב שירותים לעיוור, המופעל על ידי המחלקות לשירותים חברתיים, מקיים תחת קורת גג אחת מערך כוללני של שירותי שיקום רגשיים, שיקומיים וחברתיים עבור עיוורים ולקויי ראייה. שירותים מרכזיים: מידע והכוון בקבלת תעודת עיוור/לקוי ראייה, טיפול תמיכתי איש וקבוצתי, טיפול שיקומי לקראת תפקוד עצמאי, סנגור ותיווך בנושאים שונים, פעילויות חברתיות (חוגים, הרצאות, הצגות, טיולים).	
 עמותה להפעלת מתנדבים לשירות לאומי-אזרחי (עיר) 	עמותת שלומית - תוכנית שע"ל (שירות לאומי) היא תוכנית ארצית ייחודית ובלעדית לעמותת שלומית המשלבת צעירים/ות עם עיוורון ולקות ראייה בשירות לאומי-אזרחי. נושאי תעודת עיוור ו/או לקות ראייה מאובחנת על ידי גורם רפואי (שירותי העמותה מתקיימים בשיתוף עמותת על"ה המתוארת לעיל).	

נספח: מערך הדרכה לקבוצה

מפגש קבוצתי: חיזוק יכולת הליווי וסביבתו העצמאית של החניך

מטרה ראשית: חיזוק תפקודו של החניך עם לקות ראייה או עיוורון.

באמצעות:

- ← העלאת המודעות בקרב הקבוצה החברתית במכינה.
- ← הכרת הקשיים התפקודיים של לקות הראייה עקב מחלות.
- ← הכרת עקרונות המאפשרים תפקוד עצמאי ויישומם בשטח.

משך ההדרכה: 90 דקות.

עזרים: מצגת מלווה, כיסויים לעיניים, אמצעי המחשה על פי רצון מדריך

מדריך יקר

לפניך המלצה למבנה מפגש הכנה לחניכי המכינה אודות עיוורון או לקות ראייה. אנא התאם את מבנה ותוכני המפגש למאפייני הקבוצה והחניכים. מעל הכול, תאם וגבש יחד עם החניך את הדגשים, הנושאים ודרך הצגתם. תן מקום לחששות, שאלות ובקשות למידע נוסף.

מבנה מפגש מומלץ

- 1. פתיחה:** הצגת מטרות המפגש: חיזוק התפקוד והעצמאות של הצעיר עם מגבלת הראייה, הכרה בחשיבות הקבוצה החברתית כגורם נוסף בחיזוק עצמאותו ותפקודו של החניך.
 - 2. ביורר עמדות/שמש אסוציאציות. הצפה של הנושא:** מה המחשבה/אסוציאציה הראשונה שעולה בראשנו, כאשר אנו שומעים את המונח "עיוורון" או "לקות ראייה" - מדוע? (חוסר מידע? חשש?)
 - 3. סימולציית פתיחה:** כל משתתף עושה שימוש במשקפי סימולציה וכיסויי עיניים לביצוע פעולה לפי בחירת המנחה:
 - ← כתיבת שם מלא, תעודת זהות או אסוציאציה ראשונה כששומעים את המונח "עיוורון".
 - ← ביצוע פעולה - הליכה על ידי מלווה, שימוש בציוד.
- עיבוד:** מה היה קשה? מה קידם? האם משהו בהתנהלות הקבוצתית תרם/הקשה על ביצוע הפעולה? מה, לדעתכם, יכול לחזק את הסביבה כך שתפקודו של האדם עם מגבלת הראייה יוכל להיות עצמאי?

4. מצגת מלווה: חיזוק הבנת הלכות ועקרונות ה"סיוע מקדם עצמאות" - שקפים מרכזיים:

← רקע - עיוורון ולקויות ראייה - עיוורון מלא מול לקות ראייה.

← סיוע מקדם עצמאות: עקרונות בחיזוק סביבתו של האדם עם מגבלת הראייה.

- עקרון הקביעות.
- עקרון הניגודיות.
- שימוש בחושים מפיצים.
- שימוש בטכנולוגיה מסייעת - הצגת הנושא ומתן דוגמאות לעזרים.
- קווים מנחים לתקשורת בין-אישית מותאמת ומקדמת עם החניך.
- דגשים מרכזיים בניידות וליווי פיזי, כולל הדגמה ותרגול של ליווי אדם עם עיוורון עם הצעיר הוא עם עיוורון מלא.

אחרי הצגת כל עיקרון מתבצעת חשיבה עם הקבוצה, כיצד עיקרון זה בא לידי ביטוי בסביבת פעילות הקבוצה, כיצד ניתן לחזק פעולות המבוססות על עקרונות אלה?

5. סיכום: חזרה לשמש אסוציאציות שהוכנה על ידי הקבוצה בתחילת המפגש. האם כל אחד היה נותן כעת אסוציאציות אחרות מאילו שנתן בהתחלה? מדוע? מה גרם לשינוי?

רצוי בשלב זה גם להדגיש את החשיבות של התקשורת עם החניך עם לקות הראייה:

- ← פניה ישירה ולא עקיפה
- ← שאלות קונקרטיות לגבי יכולת ביצוע פעולה כלשהי
- ← מה הציפיות מאיתנו
- ← מה אנחנו מצפים ממנו באשר לביטוי הצרכים שלו
- ← למידה משותפת לצורך יצירת דיבור פתוח וכנה בנוגע לקשיים, באופן פשוט ויומיומי שיקדם הבנה הדדית