

רב גוניות קוגניטיבית/מוגבלות שכלית התפתחותית

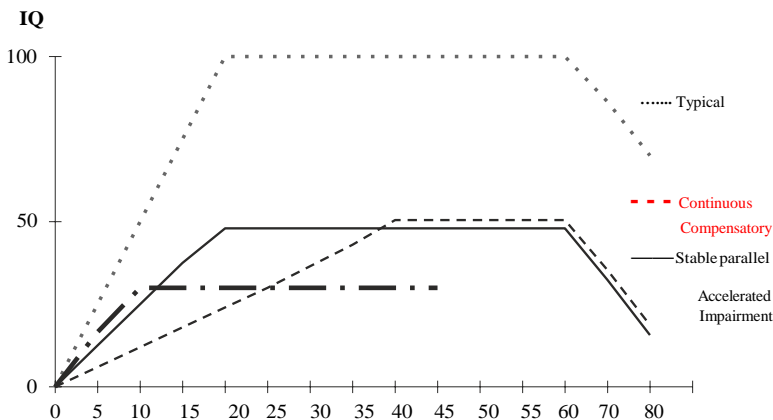
תיאורית הגיל המפצה

בעת בניית תוכניות אישיות לבוגרים עם מש"ה, עלינו לשים את הדגש על **הגיל הכרונולוגי** של הפרט על פני התמקדות צרה בגיל השכלי, בגורמים לסיבת הלקות, ברמת התפקוד במנת המשכל ובדפוסי ההתנהגות. היות שבשנים מאוחרות אנו מתוודעים לפיצוי נוירולוגי לעיכוב ההתפתחותי שאפיין את הפרט עם מש"ה בשנים הראשונות לחייו.

נתיב מפצה - תהליך ארוך טווח ואיטי של צמיחה והתפתחות קוגניטיבית

בעוד שהאינטליגנציה באוכלוסייה הכללית עולה באופן ליניארי ומגיעה לשיאה בגיל 20, ההתפתחות השכלית בקרב אנשים עם מש"ה עשויה להמשיך ולהתפתח בשנים מאוחרות יותר – כחלק ממנגנון פיצוי נוירולוגי – ולהגיע לשיאה בשנות ה-40 ואף בשנות ה-50 לחייהם. למן שנות ה-60 לחייהם, מסתמנת מגמת ירידה בתפקודים השכליים. ניתן להיערך למניעת ירידה זו ודחיית מחלות דוגמת אלצהיימר.

תיאורית הגיל המפצה: השפעת הגיל הכרונולוגי על ההתפתחות השכלית



הגיל הכרונולוגי

תרשים- שלושת נתיבי התפתחות האינטליגנציה הכללית בקרב אנשים עם מש"ה: הנתיב הלקוי, הנתיב המקביל **והנתיב המפצה** בהשוואה לאוכלוסייה בעלת התפתחות אופיינית/תקינה.

מספר הדגשים לבניית תוכניות קידום לבוגרים עם מש"ה

- **לגיל הכרונולוגי** ישנה השפעה חשובה להערכת האינטליגנציה והתפתחות הכישורים השכליים של בוגרים עם מש"ה מעבר לגיל השכלי (גיל קוגניציה). בניגוד לסברה כי ככל שהגיל עולה, נצפה לירידה בכישורים השכליים בקרב אנשים עם מש"ה, נמצא כי העלייה בגיל משפיעה לחיוב על ההתפתחות השכלית ובתוך כך, על יכולת הלמידה שלהם וזאת בשל מנגנון הפיצוי לעיכוב התפתחותי

בשנים המוקדמות. כמו כן, עם העלייה בגיל, בוגרים עם מש"ה נחשפים לגירויים רבים יותר (גרייה קוגניטיבית), צוברים ניסיון חיים ולמידים גם באופן בלתי פורמלי מגוון מיומנויות המשפרות את הביצועים שלהם במשימות קוגניטיביות שונות.

- למידה מתווכת משפרת את האינטליגנציה והביצועים השכליים במיוחד בקרב בוגרים עם מש"ה בגילים מתקדמים. נמצא כי השינויים המיטביים הללו נשמרים כחמש שנים בתום תכנית ההתערבות.
- האינטליגנציה והביצועים השכליים יכולים להתפתח בקרב אנשים עם מש"ה (אף ללא למידה מתווכת שמטרתה ללמוד כישורים קוגניטיביים ספציפיים) בתקופת הבגרות עד גיל 45 כתולדה של גיל כרונולוגי, פלסטיות עצבית/גמישות מוחית, בשלות רגשית, למידה ספונטאנית ובלתי פורמלית וניסיון חיים מצטבר.
- לא רק גורמים מולדים ללקות, רמת התפקוד, המטען הגנטי או מנת המשכל משפיעים על כישורים שכליים (גורמים אנדוגניים) אלא גם גורמים סביבתיים (גורמים אקסוגניים) כמו: השתתפות בפעילויות מאתגרות ומעשירות בשעות הפנאי, התנסויות חינוכיות ותעסוקה לאורך מעגל החיים.

למידה מתווכת לבוגרים עם מש"ה - המדריך כמתווך את הסביבה לפרט עם מש"ה על מנת לסייע לו ללמוד מיומנויות ספציפיות חדשות. כישורים שכליים נלמדים ונרכשים באמצעות תיווך של המדריך באינטראקציה שבין הפרט לגירויים בסביבה. ככל שתהיה יותר למידה מתווכת כך יהיו לפרט כישורים ללמוד גם במישורין מהסביבה ללא תיווך.

נמצא כי בוגרים עם מש"ה מפיקים תועלת רבה יותר מלמידה מתווכת בהשוואה למתבגרים עם מש"ה, הווה אומר, נמצא אצל הראשונים עלייה משמעותית יותר באינטליגנציה הקריסטלית (מילולית) ובאינטליגנציה הפלואידית (חשיבה מופשטת, לוגיקה, היקש, פתרון בעיות, זיכרון ויכולת ויזו-מוטורית) בהלימה לתיאורית הגיל המפצה ולתיאורית הרזרבות הקוגניטיביות – בוגרים עם מש"ה מבצעים את אותה מטלה בדומה לצעירים עם מש"ה אך הם עושים זאת באמצעות הפעלה של אותה רשת מוחית בדרך חלופית או ע"י הפעלת אזור מוחי שונה.

מודל ה-CAB – קוגניציה, אפקט והתנהגות - על תשעת מדדי התיווך:

תיווך הקוגניציה – המטרה להעשיר את הגירויים הקוגניטיביים באינטראקציה בין המדריך לפרט.

- **התמקדות** - המדריך מסב את תשומת ליבו של הפרט לאדם, לחפץ, לידע, לזמן או לאירוע משמעותי. ההתמקדות כוללת כל פעולה של המדריך אשר מטרתה לשנות את ההתנהגות או התפיסה של הפרט. האינטראקציה תהא הדדית כאשר הפרט יגיב למדריך אם בצורה מילולית ואם בצורה בלתי מילולית.
- **הרחבה קוגניטיבית** – פעולה מכוונת של המדריך להעלאת המודעות והידע של הפרט מעבר לסיפוק הצורך המידי שלו. פעולות כאלו כוללת הסברים, פיתוח ושכלול ידע, יצירת קשר רעיוני בין דברים (אסוציאציות), יצירת קשר בין התנסויות בעבר, בהווה ובעתיד והרחבת הידע על היבטיו הפיזיים, ההגיוניים, והחברתיים בסביבות ובמצבים מגוונים. למשל, בעת הכנת הארוחה, המדריך מספק לדיירים ידע על רכיבי המזון השונים, הערכים

התזונתיים שלהם, על תהליך הבישול או האפייה, על המרקם, הצבעים והטעמים. לכך ישנה משמעות גדולה יותר בהשוואה להכנת הארוחה רק לשם סיפוק הרעב. ניתן ליישום בתחומים מגוונים כמו: בעת ביצוע מטלות משק הבית, פעילויות פנאי ובתעסוקה.

תיווך הרגש – המטרה להגביר רגשות חיוביים ולהפחית רגשות שליליים בין המדריך לפרט.

- **אוטונומיה** – המדריך מאפשר לפרט הזדמנויות לבחור, להעדיף, לגבש החלטות ולהיות עצמאי בתחומי החיים השונים, למשל, לבחור פעילויות פנאי, לבחור מה לאכול ולבחור תחום עיסוק. הזכות להגדרה עצמית כבסיס להגברת איכות החיים והעלאת המוטיבציה הפנימית של הפרט עם מש"ה – עניין, הנאה וסיפוק - ליזום פעולות.
- **משמעות/ערכים** – המדריך פועל על מנת שהפרט יפנים ערכים אוניברסאליים, קהילתיים, משפחתיים ואישיים כמו: צדק, מוסר, עבודה, דת, כנות, התמדה, מסירות, אחריות, שייכות, נימוסים, כבוד, סבלנות, שמירה על איכות הסביבה וצער בעלי חיים.
- **עידוד עם הסבר** – המדריך נותן חיזוק חיובי באופן מילולי או בלתי מילולי לתחושת המסוגלות של הפרט בכך שהוא מסביר לו במה הצליח, אפילו באם חלה התקדמות קטנה (עקב בצד אגודל) או חיזוק על המאמצים שהשקיע גם באם לא הושג התוצר המצופה. ההסבר לחיזוק שנותן המדריך לפרט מגביר מוטיבציה פנימית כמו הנאה וסיפוק עצמי מעצם ביצוע המשימה ועשוי להפחית תלות בחיזוקים חיצוניים. אפשר ליישם בתחומים מגוונים: בעת ביצוע פעילויות היומיום ADL, פעילות תעסוקתית או פעילות פנאי.

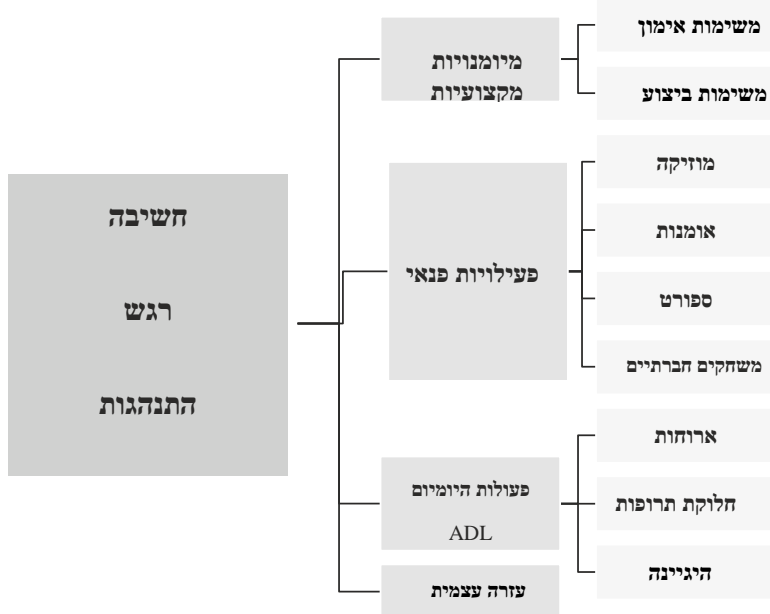
תיווך ההתנהגות – המטרה לעודד עצמאות והתנהגות אדפטיבית (סתגלנית) אצל הפרט עם מש"ה. תיווך המדריך נועד לספק לפרט הזדמנויות ללמוד, להפנים ולהכליל אסטרטגיות לניתוח ולביצוע המשימה.

- **ויסות התנהגות מכוונת משימה** – המדריך כמתווך מנתח משימה ספציפית ע"מ להבין את כל השלבים הנדרשים על מנת שהפרט יוכל לבצע.
- **הנחיות מילוליות** – המדריך מסביר לפרט מה נדרש כדי לבצע את המשימה ובכך מאפשר לו ויסות עצמי מקסימלי (תחושה של יציבות ושליטה במצב).
- **חיקוי** – המדריך מדגים לפרט איך לבצע את המשימה ע"מ לעודד חיקוי.
- **תרגול** – המדריך מייצר הזדמנויות בעבור הפרט ע"מ לתרגל או לבצע מהלכים קטנים החיוניים לכדי השלמת המטלה (לפרק את המטלה ולהתקדם עקב בצד אגודל עד לביצועה המלא).
- **עזרה פיזית** – תיווך מקסימלי אך ורק כברירת מחדל באם מדדי התיווך ההתנהגותיים לעיל נמצאו כבלתי יעילים.

מילות מפתח ליישום מודל ה- CAB בפעילויות פנאי יומיומיות

	רכיבי המודל	אסטרטגיות מפתח
C	קוגניציה	הצבת מטרות
		הרחבת הידע ותפיסות היסוד בזיקה לכל פעילות
		תהליכים קוגניטיביים – חשיבה ולמידה
		קביעת לוח זמנים
		סיווג ושיום מילים - שמות עצם ופעלים
		תפיסות מדעיות
A	רגש- אוטונומיה/ערכים	להגביר מוטיבציה פנימית
		מתן הזדמנויות לבחור ולגבש החלטות
		הקרות – למידה של ערכים ונורמות חברתיים
B	התנהגות	למידת כישורי התנהגות סתגלניים

יישומי מודל ה- CAB (קוגניציה, רגש והתנהגות) באורח החיים



יישומי מודל ה-CAB בתכנית להשכלה גבוהה בעבור בוגרים עם מש"ה קל (IQ 55-75) ובינוני (IQ 40-55)

פרויקט "עוצמות" - שילוב אקדמי מודולרי בן 3 שלבים לבוגרים עם רב גוניות קוגניטיבית מיועד לבני ובנות -21 ומעלה (אין תקרת גיל), בבית-הספר לחינוך והקתדרא לחקר השתנות והתפתחות האינטליגנציה ע"ש מצ'אדו, אוניברסיטת בר אילן.

שלב ראשון: העשרה אקדמית מותאמת ייעודית לבוגרים עם רבגוניות קוגניטיבית/מוגבלות שכלית התפתחותית (עד כה השתתפו בתכנית כ- 40 סטודנטים). מתכונת הלימודים היא של 4 שעות, הלימודים מרוכזים ביום אחד, אחת לשבוע, למשך שנה עד שנתיים אקדמיות בעד תעודת גמר. הסטודנטים עם מש"ה מקבלים ליווי מסטודנטים הלומדים לקראת תואר מוסמך בחינוך מיוחד בהתמחות במש"ה. תפקידם להנגיש להם את הקורסים כחלק מהפרקטיקום שלהם תחת הדרכה ופיקוח. הלמידה המתווכת מתקיימת ע"פ קווים מנחים: ל-"קל לקריאה"/פישוט לשוני והטקסונומיה של בלום - לחשיבה, למידה ולהבנה: מותאמת לבוגרים עם מש"ה. תמהיל הקורסים האקדמיים: מבוא לפסיכולוגיה, מבוא לסוציולוגיה, מבוא לאקולוגיה, סגור עצמי, ספריה ומחשבים.

המכללה האקדמית תעסוקתית - תכנית ייעודית בשותפות עם משרד הרווחה המיועדת לבוגרים עם מש"ה בינוני (IQ 40-55) עם רמת הבנה נמוכה בהשוואה לסטודנטים בשלב הראשון – אלו הזקוקים ליותר תיווך ולמידה קונקרטי. היא מעניקה כישורים אקדמיים הנדרשים להשתלבות תעסוקתית מיטבית כמו: חשיבה חברתית - מבוא למדעי החברה ומבוא לפסיכולוגיה תעסוקתית.

שלב שני: שילוב קבוצתי של בוגרים עם מש"ה בסמינריון מחקרי לתואר בוגר עם סטודנטים מן המניין (עד כה השתתפו כ-20 סטודנטים). המטרות: מתן הזדמנויות לבוגרים עם מש"ה ללמוד בסביבה אקדמית, הקניית ידע אקדמי על אוכלוסייה עם מש"ה, נגישות לספריות האוניברסיטה ולמאגרי מידע, ביצוע עבודה מחקרית זוטא, למידת עמיתים בין שתי הקבוצות, למידת אסטרטגיות למידה לרבות קריאת טקסטים, שימוש בטכנולוגיות, העצמה, חיזוק הדימוי העצמי (אינטליגנציה רגשית) ואיכות החיים של סטודנטים עם מש"ה.

שלב שלישי: שילוב מלא של 6 בוגרים עם מש"ה קל במעמד של "סטודנטים מן המניין" בלימודים לקראת תואר בוגר אוניברסיטה בתכנית רב-תחומית במדעי החברה והחינוך. עד כה, ששת הסטודנטים צברו 32 נקודות זכות מתוך 64 להשלמת חובות הלימוד. הסטודנטים מקבלים הכנה מטרימה לפני כל קורס (על כל שעה אקדמית, שעה וחצי אקדמית של הכנה מטרימה), ליווי תוך כדי הקורס ולאחריו ממנגישים אקדמיים מומחים בעלי תואר מוסמך בחינוך מיוחד בהתמחות במש"ה.

קווים מנחים: קל לקריאה/פישוט לשוני

אסטרטגיות לפישוט טקסטים על מנת להתאים אותם לבוגרים עם מש"ה

- לקצר משפטים ארוכים למשפטים קצרים.
- להבליט נקודות ציון חשובות עם תבליטים או בפונט שונה.
- להשתמש במשפטים קצרים ופעילים ולא במשפטים סבילים.
- להשתמש בשפת יומיום עד כמה שניתן.
- כל רעיון מרכזי מצריך הן מילים והן תמונה.
- תמונות והמחשות יופיעו בצמוד לטקסט.
- לשלב סרטונים, הדגמות והמחשות.
- להכין מצגות ושקופיות המכילות את עיקרי הדברים.

הטקסונומיה של בלום - לחשיבה, למידה ולהבנה: מותאמת לבוגרים עם מש"ה

- **זיכרון:** לשלוף, לזהות, לעבד ולשנן ידע חדש וכך להטמיע אותו בזיכרון לטווח הקצר והארוך.
- **הבנה:** הבנייה של משמעות אם בע"פ, אם בכתב ואם בצורה ויזואלית באמצעות מתן פרשנות והסברים, הדגמות, מיון, סיכום, הסקת מסקנות, והשוואות.
- **יישום:** לחבר בין הלמידה התיאורטית למצבים בחיי היומיום.
- **ניתוח:** לפרק את החומר הנלמד למספר חלקים. לזהות כותרות, מילים חדשות ומילות מפתח. להבחין בין עיקר וטפל, בין עקרונות לבין פרטים קטנים, שאילת שאלות ומענה עליהן. יש לנתח ולדון בכל תת-נושא בנפרד.
- **סינתזה:** לאחד בין החלקים השונים וליצור גוף ידע מוצק קוהרנטי ופונקציונלי.
- **הערכה:** ללמוד למתוח ביקורת על הנלמד על סמך סטנדרטים מסוימים גם ע"י חשיפה לנקודות מבט מגוונות על תופעה מסוימת.

המודל לשילוב מלא של בוגרים עם מש"ה עם התאמות

עיצוב אוניברסאלי – אסטרטגיות למידה עם התאמות לבוגרים עם מש"ה

עיצוב אוניברסאלי כמסגרת וכסביבת למידה המכילה שלושה עקרונות:

• ייצוג

• פעולות וביטוי עצמי

• מחויבות

1. **לספק אמצעים רבים לייצוג (הדגש הוא על מה לומדים):** לקדם השיפה למקורות מידע מגוונים כהזדמנות לעבוד על כישורים שפתיים, על ההבנה ועל הזיכרון לטווח קצר וארוך. לזהות כותרות, מילים חדשות ומילות מפתח, להבחין בין עיקר וטפל, בין עקרונות לבין פרטים קטנים וכן שאילת שאלות על הנלמד ומענה עליהן. העבודה היא על סמך הטקסונומיה של בלום – לזכור, להבין, ליישם, לנתח, למזג ולהעריך.

2. **לספק אמצעים רבים לפעולות ולביטוי עצמי (הדגש הוא על איך ללמוד):** לספק לפרט הזדמנויות לתקשר ולהתבטא בהתייחס לתכנים מותאמים – על סמך הקווים המנחים ל-"קל לקריאה" כמופיע לעיל/פישוט לשוני במיוחד של מונחים תיאורטיים ומופשטים. להתאים ולווסת את רמת הדרישה הקוגניטיבית מהפרט לשם ביצוע מטלה מסוימת ("רמת טעינות קוגניטיבית").

3. **לספק אמצעים רבים למחויבות (הדגש הוא על למה ללמוד):** לעודד את המוטיבציה הפנימית והעניין של הפרט ע"י תמיכה במאמצים שהוא משקיע ובהתמדתו. לעזור לו ברעעים המתגרים ולהדגיש בפניו את התועלת שבלמידה לחייו האישיים.

**יישומי מודל ה-CAB בסקלה של פעילויות פנאי כאמצעי לשיפור התפקוד
הקוגניטיבי בטווח המידי והארוך בקרב בוגרים עם מש"ה.**

הפעילויות מדורגות על סמך "טעינות קוגניטיבית" מ-1 ועד 5 – רמת הדרישה
הקוגניטיבית מהפרט לביצוע פעילות מסוימת.

פעילות פנאי	רמת קושי	התמקדות בשלושת הרכיבים – קוגניציה, רגש והתנהגות		
		תיווך הקוגניציה	תיווך הרגש: אוטונומיה וערכים	תיווך ההתנהגות
קורסי העשרה אקדמיים	5	הבנת הנקרא והבנת הנשמע על סמך הטקסונומיה של בלום עם התאמות לבוגרים עם מש"ה. לזהות כותרות, מילים חדשות ומילות מפתח. להבחין בין עיקר וטפל, בין עקרונות לבין פרטים קטנים, שאילת שאלות ומענה עליהן, תכנון וארגון, לזכור וליישם ידע קודם, עבודה על זיכרון לטווח קצר ולטווח ארוך, תהליכים קוגניטיביים (השוואה, מיון, עריכה לפי סדר, כימות וחס מהבי), הסקת מסקנות וחשיבה רפלקטיבית.	בחירת הקורס	קריאה וכתיבה
אמצעים טכנולוגיים (מחשב, טבלט, סמרטפון)	4	כתיבה וקריאה על סמך הטקסונומיה של בלום עם התאמות לבוגרים עם מש"ה. כישורי חיפוש ברשת האינטרנט, תכנון וארגון.	בחירה של משחק מועדף או תוכנית.	גלישה באינטרנט שימוש במנועי חיפוש ללמוד כללי משחק שימוש בתכנה ובאפליקציות
דרמה	4	לזכור ולדקלם טקסטים. חיקוי וכניסה לדמות	לבחור דמות	כישורי חיקוי, משחק ואלתור.
קריאה	3	כישורי קריאה על סמך הטקסונומיה של בלום עם התאמות לבוגרים עם מש"ה.	בחירת ספר מועדף	קריאת פסקאות, עיתונים, סיפורים קצרים.
לשחק דמקה ושחמט	3	לתכנן ולחשב מהלכים. הבנה של כללי משחק ספציפיים.	לדעת להפסיד בכבוד, ולהמתין לתורך.	ביצוע מהלכים ומשחק בכפוף לכללים.

התמקדות בשלושת הרכיבים – קוגניציה, רגש והתנהגות				
פעילות פנאי	רמת קושי	תיוך הקוגניציה	תיוך ההתנהגות	
לצייר, לצבוע, שימוש בתוכנה לעריכה גרפית	3	למידה של מונחים כמו צבע, הרכב, צורה, מרקם והצללה. למידה של שימוש בחומרים, באמצעים ובכלים מגוונים (שמן, מים, קנבס, נייר, מברשות, עפרונות, פחם, מרקר, מסך מגע ועכבר). ללמוד סגנונות אומנות ושמות של אמנים.	בחירה של חומרים, אמצעים וכלים, התאמת צבעים	לצייר, לצבוע, לשרטט, לעצב ולבקר אומנות
צילום	3	לתכנן צילום, לארגן כלים ותכנים, ללמוד על סוגי מצלמות/עדשות, טכניקות צילום, אור וצל, חדות וזוויות.	לבחור את הנוף או את מושא הצילום.	להשתמש בעדשות לשם חדות ומרחק, להתאים לצילום פנים או חוץ, למתוח ביקורת על תמונות.
קרייקי	3	להבחין ביו סגנונות מוזיקה שונים, ז'אנרים, לזהות אלו שירים קלים ואלו קשים לביצוע, להבין את מילות השיר, לעקוב אחר המקצב והלחן, להשתתף בדואטים.	לבחור שירים ושותפים קוליים, לדעת לקבל שבחים כמו-גם ביקורת.	לאחוז במיקרופון בצורה מתאימה ולווסת את הווליום.
הכנת תכשיטים	3	ללמוד מונחי יסוד כמו צבע, גודל, רצף, התאמת סגנון ואורך התכשיט, לדעת היכן עונדים אותן(צמיד לכף היד, שרשרת לצוואר וסיכת ראש לשיער), ללמוד להשתמש בחומרים(תרכובת אורגנית, מתכתית, אבני חן, שעווה, חוטים, אבוס) וכלים(צבת, סרגל, כלי חריטה וליהוק).	לבחור את העיצוב, את החומרים והאמצעים.	להכין תכשיטים על סמך רצף וכללים מסוימים, להשחיל חרוזים.
פעילות אירובית ריקוד	2	להבין הוראות, תפיסת זמן, מרחב וקצב וזיהוי סגנון הריקוד.	לבחור את סוג התרגילים או את הקצב	ללכת או לרוץ בהליכון, לרקוד

התמקדות בשלושת הרכיבים – קוגניציה, רגש והתנהגות				
פעילות פנאי	רמת קושי	תיאור הקוגניציה	תיאור ההתנהגות	
סידור פרחים	2	ללמוד מונחי יסוד (צבעים, גדלים, צורות, מיון והכללה), מונחים מתמטיים (פעולות חשבון כמו חיבור וחיסור), מונחים מדעיים (ניחוח, רבגוניות, מדינת המקור של הפרח).	לבחור ולהתאים צבעים. לשלוח זר פרחים כמתנה.	לסדר פרחים על סמך תרשים מסוים ולטפח אותם.
גינון	2	ללמוד מונחי יסוד (צבעים, גדלים, צורות, מיון והכללה), מונחים מתמטיים (פעולות חשבון כמו חיבור וחיסור), מונחים מדעיים (ניחוחות, עונות השנה, מיון, רכיבי האדמה, אור השמש). ללמוד להשתמש בכלי עבודה (מעדר, את הפירה וממטרות).	לבחור את סוג העבודה	לעזור, לזרוע, לשתול, להשקות, לגזום ולדשן.
בישול ואפייה	2	ללמוד להשתמש בחומרים/כלים (קולפן, סכינים, מגרדת, תבנית אפיה, סירים מחבתות), מדידה (כמות, משקל, זמן, טמפרטורה), ללמוד על אבות המזון, רכיבי המזון ורצף פעולות במטבח.	לבחור מאכל אהוב	הכנת ארוחה, לבשל או לאפות
טיפול בבעלי חיים	2	ללמוד על המאפיינים של בעלי החיים והדפוסים שלהם (לילי/ומי, סגנון חיים משותף או יחידני וזיווג), מזון (אוכלי עשב, אוכלי בשר, אוכלי כל), סיווג (חיות בית, חיות פרא, אדמה/ים/שמים), בטיחות אחזקת בעל החיים.	לבחור חיית מחמד	להאכיל, לטפח, לטפל וללטף.
משחקי קופסה (קלפים ופאזלים)	1	להבין מונחים בסיסיים (צבע, גודל, צורה, השוואה, מיון והכללה) ומונחים מתמטיים (כמות, מספרים ופעולות חשבון כמו חיבור וחיסור).	להמתין לתורך ולכבד אחרים	לבחור במשחק מועדף, לחלק קלפים או למקם חלקי פאזל לפי התמונה

פעילות פנאי		התמקדות בשלושת הרכיבים – קוגניציה, רגש והתנהגות		
		תיווך הקוגניציה	תיווך הרגש: אוטונומיה וערכים	תיווך ההתנהגות
להקשיב לרדיו ולצפות בטלוויזיה	1	הטקסונומיה של בלום עם התאמות לבוגרים עם מש"ה	לבחור תכנית טלוויזיה או פלייסט. לחלוק חוויות ומידע עם קבוצת השווים	למצוא תחנת רדיו או תוכנית טלוויזיה רצויה.
להקשיב למוזיקה	1	להבחין ביו סגנונות מוזיקה שונים, ז'אנרים, ומדינת המקור שלהם. לזהות כלי מוזיקה.	לבחור בסגנון מוזיקה ובז'אנר	למצוא מוזיקה בתחנת רדיו או ערוץ באינטרנט וללמוד לתפעל את האמצעים הללו.
לשוחח בטלפון	1	חברות, שימוש בשפה ובזיכרון .	לבחור חבר או קרוב משפחה ולשוחח עמו, להפגין נימוס ונחמדות.	להשתמש בשפה תקנית ומתאימה, להקשיב ולזכור.

המקור:

Lifshitz H. (2020). *Growth and Development in Adulthood among Persons with Intellectual Disability*. Switzerland: Springer Nature .

הערות הקורא: מודל יישומי, מבוסס מחקר (Evidence-Based Practice) אשר נמצא בהלימה לתכנון ממוקד אדם (PCP – Person Centered Planning). המלצתה של פרופ' הפציבה ליפשיץ היא להתייחס לשלושת המרכיבים שלו – השיבה, רגש והתנהגות – לא רק בתוכניות קידום אישיות לבוגרים עם מש"ה אלא גם באינטראקציות היומיומיות בין המטפל הישיר לבוגר עם מש"ה.

סוכם ע"י אייל בן עמי

מדריך במערך הדיוור של אקים ישראל

