

הפעילות הגופנית בשעות הפנאי כאמצעי לשיפור עצמאותם האישית של צעירים עם לקות אינטלקטואלית

יעל אלמוסני

בשנים האחרונות רווחת הדעה כי צעירים עם לקות אינטלקטואלית מסוגלים לקבל החלטות בתחומים שונים בחייהם אם נשכיל לבנות עבורם תכניות מתאימות. היכולת לקבל החלטות תאפשר להם השתלבות בקהילה ועל ידי כך יוכלו לחיות חיים של איכות. מטרת מחקר היא לבדוק אם פעילות גופנית בשעות הפנאי תשפר את עצמאותם האישית של צעירים עם לקות אינטלקטואלית. במחקר נבדקו 51 צעירים (גיל 25-30) עם לקות אינטלקטואלית המשתתפים בפעילויות שונות בשעות הפנאי במקום מגוריהם. תכנית ההתערבות כללה ארבעה נושאים שהופעלו במודל ה-(L.M.D.) Leisure in Making Decision. הועבר שאלון לעצמאות אישית בתחילת התכנית ובסופה. נמצא כי בתחומים מסוימים הייתה השפעה של תכנית ההתערבות אך בתחומים נוספים לא חל שינוי. מהמחקר עולה שאוכלוסייה זו מגיבה באופן חיובי לתכניות המאפשרות החלטות אישיות אך מגבלות מחקר זה מנעו קבלת תוצאות חד משמעיות.

תאריכים: לקות אינטלקטואלית, קבלת החלטות, עצמאות אישית, העצמה, נחישות עצמית.