

## הסביבה הפיזית, התנהגות מאתגרת והפחתת אלימות לפרט ולסביבה

### כותבים:

- אשקר סעיד, BPT מדריך קליני, סגן מנהלת בית כרמיאל, יועץ ארגונומי לפגיעות עבודה ונגישות סביבה.
- כרמית כהנא M.Sc.P.T פיזיותרפיסטית יועצת ארצית ביחידת הבריאות, מנהל מוגבלויות משרד הרווחה

לסביבה הפיזית השפעה משמעותית על התנהגות מקבל השירות. הסביבה יכולה להפחית או להגביר התנהגות המאתגרת של מקבלי השירות. ישנם אמצעים שבעזרתם הסביבה הפיזית הבנויה של בנין (מעון, הוסטל, מרכז יום, בית ספר ...) עשויה לסייע באופן שיעודד התנהגות רצויה מחד ובמניעת חיכוך, פגיעה עצמית וסביבתית, ואלימות לסוגיה.

### עיצוב סביבתי

**עיצוב סביבתי תורם לקידום התנהגות רצויה ומציע עקרונות לבניית הסביבה הפיזית והחברתית באופן שיביא להתנהגות חיובית.**

- **עבודות אומנות**- שילוב עבודות אמנות והצגתן במרחב הציבורי, תוך יצירת תכנית חברתית, בניית תחושה של גאווה, שייכות ותחושת ביתיות ואינטימיות.
- **סדרי הישיבה**- בניית קבוצות במטרה לעודד אינטראקציות חברתיות, תוך פיתוח מקומות מפגש ידידותיים ואינטימיים עבורן. הימנעות מחיבורים שמעוררים סטרס והתפרצויות.
- **תאורה וקשר עם החוץ**- הגדלת שטחי החלונות במגמה לשפר את הקשר עם החוץ, תמיד יש עדיפות לאור טבעי.
- **מרחבים קטנים ואינטימיים**- יצירת פינות אישיות ומרחב אישי במראה ובתחושה, כדי לקחת פסק זמן במידת הצורך.
- **גבולות ברורים**- יצירת גבולות ברורים לחדרים, למסלולים ולדרכים כדי להגדיל את תחושת הביטחון ולמנוע סטרס.
- **שיגרה ברורה וסדר יום קבוע**- יצירת שיגרה קבועה של פעילות בחללים קבועים למניעת הפתעות והורדת סטרס גם במרחבים הציבוריים.

### תכנון הסביבה הפיזית

התכנון האדריכלי של המבנה והסביבה צריך לקחת בחשבון היבטים שונים המונעים חיכוך, אלימות והרס. מומלץ להתמקד בתכנון זרימת תנועה חופשית ואזורי פעילות, מניעת פינות מסתור, מניעת צפיפות בחללי הפעילות, אפשרויות פיקוח ומיגון, שימוש בחומרי בנייה וגמר עמידים ובריהוט מחומרים עמידים, תוך שמירה על כל היבטי הבטיחות.

**סביבה טיפולית "אסתטית"**- חווייתית, עשירה, מאתגרת, מרגיעה, שביצירתה שותפים אנשים וצוות כאחד, אשר תגרום לתחושות של הזדהות, שייכות, קהילתיות ואחריות, ורוגע. בתכנון הסביבה יש להתיחס לפרופורציה ולמקצב, לאספקט הויזואלי של החלל, וכן לצבע, לגוון, אור וצל, חומר ומרקם (טקסטורה) של החלל והריהוט בו.

**סביבות עשירות**- מאתגרות ומונעות שעמום, ועם זאת הרמוניות ושקטות, המאפשרות למידה וריכוז. לא להיות עמוסות בפרטים. הן צריכות לאפשר חדירת אור טבעי, תאורה מלאכותית לא מרצדת, מאוררות, נקיות ומטופחות.

**סביבה טיפולית "מרחבית"**- המונעת צפיפות במרחבים ציבוריים מאפשרת מרחב תנועה ומציעה מרחב מחיה אישי ומרחב בחירה בין אזורי הפעילויות תוך מתן נגישות נוחה לכל אחד מהם.

## רעש ויזואלי

בבניינים רבים נוהגים לקשט את הקירות בתמונות, בתערוכות, בעבודות אנשים (חניכים) ובמסרים ויזואליים, נוספים בצפיפות ובעומס רב, היוצרים לעתים רעש ויזואלי היוצר גירויים רבים מדי, גורם להחמצת המסר, מסיח את הדעת ומכניס לסטרס.

שותפות האנשים בעיצוב הסביבה הלימודית חשובה ליצירת תחושת ההזדהות, השייכות. יש לשים לב להצגת עבודות באופן הרמוני, במקצב רוגע, בהתאמה לעולמם (בגובה עיניו, בהתאם למידותיו וכו') ובאופן המונע "רעש ויזואלי".

## צבע וגוון

לצבע ולאופן השימוש בו, יש השפעה על האנשים, על גירויים, על עוררות ועל אופן הביצוע של המטלות, ושיגרת הפעילות והטיפול. סביבה צבעונית משפיעה על עירנות ועל דרבון או על עייפות ועל שעמום.

צבעים חמים, כגון אדום וצהוב, נתפסים כצבעים מעוררים יותר מאשר צבעים קרים, ירוק וכחול, הנתפסים כצבעים מרגיעים. יש חוקרים שמצאו כי צבעוניות הסביבה יכולה להשפיע על הביצוע, על מצב הרוח ועל תפיסת החומר הנלמד.

על כן הוצע כי פעילויות הדורשות רמת ריכוז גבוהה תעשה בסביבה "קרירה", הנתפסת כשקטה, ואילו למשימות פשוטות אפשר להשתמש במרקמי צבע מורכבים. יש גם צבעים שנמצאו כמפחיתים אגרסיביות וכבעלי השפעה מרגיעה, כגון הצבע הוורוד (Schuss, 1985, in Stone, 2001).

## רמת הביצוע

איכות בנייה גבוהה תביא להאטת הבלאי, לתנאי תחזוקה נוחים יותר ולצורך בתיקונים קלים ונדירים יותר. שימוש בחומרים עמידים במקומות מועדים לפגיעה כמו: אסלות תלויות בשירותים ומיכל סמוי, מושבי אסלה מחומרים עמידים וצירים ממתכת. תקרות אקוסטיות איכותיות ופסי הגנה על הקירות כמו גם ציורי קיר או תמונות מקובעות שימנעו אפשרויות קילוף או הרס. הגנה על אלמנטים מועדים לפגיעה כמו ארונות בולטים. הגנה על מכשירים אלקטרוניים כגון הפעלת מזגנים על ידי שלט והתקנת זיגוג עמיד והולם שסייעו במניעת השחתה.

## תכנון חצר

תכנון מרחבי של החצר, תוך מניעת ריכוזם של אנשים במוקד יחיד, ימנעו מצבי חיכוך העלולים לגרום למעשי אלימות. תוכן החצר עם מגוון אפשרויות תנועתיות היוצרות מסלול תנועתית המושך לפעילות פיזית נורמטיבית, תורם להרגעה ולהוצאת אנרגיה. החצר צריכה להציע גם מקומות המאפשרים תהליכי חיברות שונים: מקומות שיחה ומפגש שקטים, מוצלים ומוגנים, מקומות שמאפשרים שקט והתבודדות מבוקרת, מקומות מפגש לקבוצות קטנות; פינות מקבץ לפעילות משותפת לקבוצות קטנות וגדולות.

## שטחי חוץ

ההפסקה והפעילות הפיזית היא מרכיב חשוב בשיגרה היומית של מקבל השירות, והיא חשובה באותה מידה כמו סדנה. יצירת מרחבים לריצה, לתנועה מבוקרת חיונית להתפתחות החברתית והפיזית כאחד. שטחי החוץ של הבניין כוללים מגרש ספורט, חצרות משחק, גינות נוי, חצרות מקצוע ועוד. שילוב של טבע וצמחייה בתחום הבניין תורם לבריאות הפיזית והנפשית של האנשים. נוכחותו של הטבע בחצר מוסיפה לתחושת הביטחון האישי של התלמידים. חשוב לייחד שטחים למשחקי כדור תוך הגנה הן על המבנה והן על האנשים שבחצר.

## טיפול ותחזוקה

שיתוף מקבלי השירות בטיפול ובאחזקה של הבניין וחצרותיו ובהחלטות לגבי השימוש בסביבה הפיזית ובמתקניה מעודד ומגביר רגשות של שייכות, אכפתיות וקהילתיות, ושמירה על הקיים. תחושות אלו כלפי סביבה מוערכת תעודדנה התייחסות חיובית אל הבניין ואל מתקניו.

## נגישות

הבניין חייב להיות נגיש וממתוכנן על פי כל עקרונות הנגישות, נגישות מיטבית מונעת פגיעות כתוצאה מהתנהגות מאתגרת או פגיעות טיפוליות.

1. מקלחת ללא אמבט עם מקלחון ומשטח נגד החלקה מצויד בידידות ומאחזים מקובעים לקיר כולל אסלה תלויות מקובעת לקיר ומיכל סמוי, מראה מקובעת לקיר רצוי מראה ממרקם בטיחותי.
2. להימנע מהצבת מדרגות רצופות שעלולות לסכן את האנשים בהליכה ובמעבר ממקום למקום .
3. אם יש בבניין גרם מדרגות הוא חייב להיות סגור עם שער ועם פסי אזהרה, פסים מובלים, משטחי אזהרה, סימן מדרגות ומניעת החלקה.
4. כל מפגע בטיחותי מעלה את תחושת הסטרט ומעודד התנהגות פוגענית.
5. תכנון סביבה מעודד תקשורת ותנועה, מפחית את הסטרט, ומעודד התנהגות נורמטיבית.

## מקורות בעברית

- משרד החינוך, התרבות והספורט, המינהל לפיתוח מערכת החינוך, הגף לעיצוב חזות מבני חינוך עורכת צביה אורטנר, ליקוט ואיסוף: מיקי אריאן-כדריה, רחל דברה אורטנר, צ' ( 2001 ). שיפור חזות מבני חינוך, ירושלים, משרד החינוך.
- אזרחי, י' ( 2001 ). אסתטיקה וחינוך לאזרחות ודמוקרטיה בבית ספר, הוצאת הקיבוץ המאוחד.
- ארהרד, ר' ( 2001 ). אקלים חינוכי מיטבי, ערכה לאבחון והתערבות, ירושלים, שפ"י, משרד החינוך.
- בית ספר יפה בישראל יפה - היבטים לאסתטיקה סביבתית חינוכית ( 1989 ). המועצה לישראל יפה ומשרד החינוך והתרבות.
- גוזס, ע', צ'רצ'מן, א' ונוסבאום ג' ( 1998 ). הפחתה של פגיעות במבני חינוך וברכוש - הנחיות לעיצוב הסביבה הפיזית, תל-אביב, המכון לפיתוח מבני חינוך ורווחה.
- הורוביץ, ת' ופרנקל, ח' ( 1990 ). דפוסי אלימות של בני נוער, ירושלים, מכון הנרייטה סאלד.
- הורוביץ, ת' ואמיר, מ' ( 1981 ). דפוסי התמודדות מערכת, החינוך עם בעיות האלימות, ירושלים, מכון סאלד.
- הראל, י' ( 1998 ). ממצאי סקר רב-לאומי על התנהגות והיפגעות בני נוער, ירושלים, מכון ברוקדייל, ג'וינט.
- זבה, ר' ( 2002 ). צבע במוסדות חינוך, דוח מחקר, הטכניון, מכון טכנולוגי לישראל ומשרד החינוך, ירושלים (בדפוס).
- פוזנר, י' ( 1968 ). "משמעותו של בניין בית-הספר", תוי, חוברת 1, רבעון לאדריכלות ובניין ערים.
- פרידמן, י', הורוביץ, ת' ושלום, ר' ( 1980 ). אפקטיביות, תרבות ואקלים בית-הספר, ירושלים, מכון הנרייטה סאלד.
- פרידמן, מירטה ( 1994 ). ילדות כמרקחה, הוצאת הקיבוץ המאוחד.
- צ'רצ'מן, א' ( 1996 ). תכנון ועיצוב בית-הספר: ההיבט הפסיכולוגי, תכנון עיצוב ואסתטיקה בבית-הספר (צ' אורטנר, עורכת), ירושלים, משרד החינוך התרבות והספורט.
- קליין, י' ( 1980 ). עיצוב המבנה הפיזי של חדרי כיתות פרונטליות וחצר בית-הספר העל-יסודי בהתאם לפעילויות המתרחשות בתוכם - בעיני תלמידים ומורים, עבודת מ"א, בית הספר לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.
- ווינדזור, א', בהגן, א' ועמיר, ר' ( 1999 ). תכנון חצר בית-הספר, הנחיות והמלצות, תל-אביב, המכון למחקר ופיתוח מוסדות חינוך ורווחה

## מקורות באנגלית

Blue, D. (2000). Safety by Design, Eric Reviw, Eric Clearinghouse.

Kennedy, M., By Design, Primedia Intertec, Vol. 74(5),Jan. 2002, pp. 16-22.

Lang, J., "Design Theory from an Environmental Behavior Perspective", in Advances in Environment, Behavior and Design (Zube, E.H., and Moree, T.G.,ed.), Vol 3, ch-2, pp. 53-104.

Madeja, S., "Space Place", pp. 23-28.

Masllow, A.H, & Mintz, N.L. (1972). Effects of Esthetic Surroundings: I. "Initial Shart-Ferm Effects of Three Esthetics Conditions Upon Perceiving 'Energy' and 'Well-being' in Faces", pp. 212-219, II. "Prolonged and Repeated Experience in a 'Beautiful' and 'Ugly' Room", pp. 220-228, in People and Buildings (Gutrman, R. ed.), London.

Moore, R. (1974). "Open Space Learning Place: School Yards and Other Placess as Communal Resources for Envirommental Education, Creative Play and Recreation", In: Alternative Learning Environment, Coates (ed.), U.S.A., p. 229-234.

Proshansky, H.M., Fabian, A.K. & Kaminoff, R. (1983). Place-Identity: Physical World Socialisation of the Self, Journal of Psychology, 3, pp. 57-83.

Schneider, T. (2001). Safer Schools Through Environmental Design, Electronic Paper, Institute on Violence and Abstructive Behavior, University of Oregon, Eric Digest Clearinghouse.

Stone, J.N. (2001). Designing Effective Study Environments, Journal of Environmental Psychology, Vol. 21, pp. 179-190, Academic press.

Rivlin, L.G. & Weinstein, C.S. (1984). Educational Issues, School Settings, and Environmental Psychology, Journal of Environmental Psychology 4(4), pp. 347-364.

Rivlin, L.G. & Wolfe, M. (1987). Institutional Settings in Childrens Lives, N.Y. Wiley.

Walker, D. (1995). School Violence Prevenation, Eric Digest, No. 94, Eric Clearinghouse, Electronical Page.