



האוניברסיטה העברית בירושלים  
THE HEBREW UNIVERSITY OF JERUSALEM

משרד דיקן הסטודנטים

# נגישות השירות



חוברת מידע לסגל אקדמי ומנהלי

כתבה: מיכל טבקמן  
השתתפו בכתיבה: ד"ר אוריה תשבי, יהודית (דיתי) דנן,  
דיאנה דניאל שרים, משה עובד

חברים יקרים,

במהלך עבודתכם עם הסטודנטים הנכם נתקלים בוודאי, כל אחד בהתאם לתפקידו, בסטודנטים המהווים חלק מאוכלוסיית "האנשים בעלי מוגבלויות". אלו סטודנטים אשר חרף מוגבלותם, הפיסית, החושית, הנפשית או המנטלית, עברו את סף הקבלה לאוניברסיטה העברית וכעת עליהם להתמודד עם אתגר כפול: להשתלט על חומר הלימודים והמטלות האקדמיות וגם עם הקשיים הנלווים עקב המוגבלות הספציפית לכל אחד ואחת מהם. האוניברסיטה העברית הדוגלת ברכישת השכלה, כמנוף להגשמה אישית ולהשתלבות במעגל העשייה והיצירה, מחוייבת להבטיח שסטודנטים מכל שכבות הציבור, לרבות סטודנטים בעלי צרכים מיוחדים, יוכלו למצות את יכולותיהם האקדמיות ולקחת חלק פעיל במגוון הפעילויות המוצעות באוניברסיטה.

מאז עוגנה בחוק, לפני כעשור, זכותו של אדם בעל מוגבלות לקבל החלטות הנוגעות לחייו על פי רצונו והעדפותיו, חלה התקדמות ניכרת, אך בהחלט עוד לא מספקת, ביחס המדינה ומוסדותיה כלפי אוכלוסייה זו. אנו, בדיקנט הסטודנטים של האוניברסיטה העברית, פועלים לקידומו של הנושא ומציעים מגוון של שירותים מיוחדים במטרה לעזור לסטודנטים אלו להגיע למיצוי יכולותיהם. במשרדנו הוקמה יחידה לשוויון הזדמנויות שתפקידה לסייע לאותם סטודנטים, הן בהתאמות פיסיות – טכנולוגיות והן בסיוע אנושי בכל רמה נדרשת.

חוברת המידע תעזור לכם, אנשי הסגל, להכיר את המוגבלויות השונות, את הדרכים בהן אנו מתמודדים אתן והמלצות כיצד ליישם אותן במגע שלכם עם הסטודנטים.

ולבסוף, זכרו כי היחידה לשוויון הזדמנויות ורכזת הנגישות בה עומדים לרשותכם בכל בעיה שמתעוררת בעת טיפול באוכלוסיית הסטודנטים הללו, על מנת לסייע בידיכם להעניק להם את השירות הטוב והתואם ביותר.

פרופ' אסתי שהמי

דיקן הסטודנטים

נובמבר 2008

# תוכן העניינים

6	<a href="#"><u>מבוא</u></a>
7	<a href="#"><u>המלצות כלליות לנגישות השירות</u></a>
8	<a href="#"><u>סטודנטים עם ליקוי ראייה או עיוורים</u></a>
10	<a href="#"><u>סטודנטים עם ליקוי שמיעה או חרשים</u></a>
11	<a href="#"><u>סטודנטים עם ליקויי למידה ו/או הפרעת קשב וריכוז</u></a>
13	<a href="#"><u>סטודנטים עם חרדת בחינות</u></a>
14	<a href="#"><u>סטודנטים עם מגבלה נפשית</u></a>
15	<a href="#"><u>סטודנטים עם מגבלת ניידות</u></a>
16	<a href="#"><u>סטודנטים עם מחלה כרונית</u></a>
18	<a href="#"><u>יחידות שירות במשרד דיקן הסטודנטים</u></a>

## מבוא

בשנים האחרונות מדינת ישראל עוברת תהליך של שינוי ביחסה לאנשים עם מוגבלות. עיקר השינוי מתבטא בהכרה בזכותם הבסיסית של אלה לחיים מלאים ויצרניים, חיים של הגשמה עצמית, לא בשולי החברה אלא תוך שהם משולבים בכל תחומי העשייה האנושית. ביטוי מובהק למגמה זו הוא חקיקת חוק שוויון זכויות אנשים עם מוגבלות, התשנ"ח – 1998. חוק השוויון מגדיר את זכויותיהם של אנשים עם מוגבלות ואת מחויבותה של החברה הישראלית לזכויות אלה.

תהליכים דומים התרחשו בעשורים האחרונים ברוב המדינות המפותחות בעולם. ביטוי לכך ניתן למצוא באמנה בינלאומית של ארגון האומות המאוחדות שנחתמה ב-2006 ועוסקת בזכויות אנשים עם מוגבלות. ישראל התחייבה לאמץ את האמנה ולמעשה כללה את עקרונותיה במסגרת חוק השוויון. יותר מעשרה אחוז מהאוכלוסייה בישראל הם אנשים עם מוגבלות- אנשים שיכולותיהם שונות מהיכולות הנחשבות בחברה כנורמטיביות. לפי חוק השוויון אדם עם מוגבלות הוא " אדם עם לקות פיסית, נפשית או שכלית לרבות קוגניטיבית, קבועה או זמנית אשר בשלה מוגבל תפקודו באופן מהותי בתחום אחד או יותר מתחומי החיים העיקריים".

תנאי מרכזי לשילוב אנשים עם מוגבלות בכל תחומי החיים הוא נגישות. הגדרת הנגישות בחוק השוויון היא " אפשרות הגעה למקום, תנועה והתמצאות בו, שימוש והנאה משירות, קבלת מידע הניתן או המופק במסגרת מקום או שירות או בקשר אליהם, שימוש במתקניהם והשתתפות בתכניות ובפעילויות המתקיימות בהם, והכל באופן שוויוני, מכובד, עצמאי ובטיחותי". כדי לאפשר נגישות יש להתאים את הסביבה או את השירות לאנשים עם מוגבלות. ההתאמה יכולה להיעשות באמצעים טכנולוגיים, בשינויים פיזיים ובסיוע אנושי. קיימים שני ממדים עיקריים למושג נגישות:

1. הנגשה פיסית: בניית סביבה פיזית חדשה או שינוי הסביבה הקיימת כך שאנשים עם סוגים שונים של מוגבלות יוכלו להגיע ולהיכנס אליהן, לנוע ולהתמצא בתוכן בקלות בביטחון ובאופן עצמאי.
  2. הנגשת השירות: התאמת נהלים, הליכים ונוהגים של השירות וכן מתן אמצעי ושירותי עזר על מנת לאפשר לאדם לקבל מידע הניתן או מופק במסגרת המקום או על מנת שיוכל להשתתף בתכניות ובפעילויות המתקיימות בו.
- בחברת זו תוכלו לקבל מידע לגבי שש אוכלוסיות מרכזיות של סטודנטים עם מוגבלות: סטודנטים עם מגבלת ראייה, שמיעה, למידה, מגבלה נפשית, מגבלת ניידות ומחלות כרוניות. המידע יתמקד בתיאור המגבלה, מחסומים ללמידה והמלצות לנגישות השירות.

האוניברסיטה רואה עצמה מחויבת לתת מענה לצרכים של קבוצות סטודנטים בעלי מוגבלויות שונות ולאפשר שוויון הזדמנויות על מנת שיוכלו להגיע למיצוי יכולותיהם וזאת תוך שמירה על הרמה האקדמית והשוויון בין כל הסטודנטים.

### המלצות כלליות להנגשת השירות

#### חשוב לדעת:

- חלק מהסטודנטים בוחרים לחשוף את מגבלתם ואחרים בוחרים שלא לעשות זאת.
- חלק מהסטודנטים מתמודדים עם מגבלה לא נראית כמו מגבלה נפשית, ליקוי למידה או מחלה כרונית. למרות שאינך רואה את המגבלה היא יכולה להפריע מאוד לתפקוד ויש לתת לה מענה.
- צרכי הנגישות של סטודנטים בעלי אותו סוג מגבלה יכולים להיות שונים. בנוסף, צרכי הנגישות של אותו סטודנט יכולים להשתנות במהלך שנת הלימודים.
- סטודנט שיצר קשר עם יחידת הנגישות יכול לספק מכתב המפרט את השפעת המגבלה על התפקוד האקדמי ולאילו התאמות הוא זקוק על מנת לאפשר לו תפקוד מרבי.
- חלק מהזכויות הניתנות עבור סטודנטים עם מגבלה על מנת לאפשר להם לבטא את ידיעותיהם, הם מבחנים בתנאים מותאמים. ההתאמות באות לידי ביטוי בשינויים אפן העברת המבחן כמו הארכת זמן, בחינה בחדר נפרד וכו'. מטרת ההתאמות היא לעקוף את הליקוי התפקודי מבלי לפגוע בתחום הנמדד או בסטנדרט האקדמי. ההתאמות אינן אמורות לתת יתרון למי שמקבל אותן על פני סטודנטים אחרים.

#### כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם מגבלה:

הנקודות הבאות נמצא וכמסייעות לסטודנטים על ידי מחקרים וספרות מקצועית.

#### המלצות כלליות:

- העבר לסטודנטים מסר שאפשר לגשת אליך ולשתף אותך במידה ויש מגבלה המשפיעה על היכולת הלימודית, שאל את הסטודנט מה המשמעות האישית של הליקוי עבורו ואיך תוכל לסייע לו.
- הימנע מלהתייחס לסטודנטים עם מגבלות כאנשים שצריך לרחם עליהם, לפחד או להתעלם מהם. אל תתייחס אליהם כאל גיבורים, אמיצים או "מיוחדים" יותר מאחרים.
  - דבר עם הסטודנט בגובה העיניים. השתמש בטון דיבור ועוצמת קול רגילה.
  - שמור על פרטיותו של הסטודנט, דבר אתו על ענייניו האישיים ביחידות. אל תדון על מצבו הרפואי עם גורמים שונים ללא הסכמתו.

- כאשר אתה פוגש סטודנט במצוקה, עזור לו למקד את פנייתו. שאל אותו איזה עזרה הוא צריך בנושאים כמו רשימת הקריאה בקורס, מטלות הגשה או כל נושא אחר.
- אם סטודנט חושף בפניך את מגבלתו, דאג ליידע אותו על גורמי הסיוע הרלוונטיים במשרד דיקן הסטודנטים ודרכי הפנייה אליהם.
- מומלץ לשריין מקומות ישיבה בשורות הראשונות בכל כיתה עבור סטודנטים עם מוגבלות.

#### המלצות למטלות הגשה, תרגילים ועבודות:

- הוראות הגשה לתרגילים ולעבודות רצוי לתת בצירוף דוגמאות.
- יש לאפשר לסטודנטים שאלות הבהרה לגבי דרישות תרגילים ועבודות: היקף, נושא, ביבליוגרפיה ושאלת מחקר.
- במתן מטלה מורכבת רצוי ללוות הסטודנט על ידי חלוקה המטלה לתת משימות ומעקב.

#### המלצות לקראת מבחנים:

- סטודנטים ירגישו נוח יותר לפנות בבקשה לעזרה אם ישאלו אם הם מתמודדים עם קושי מיוחד שחשוב שהמרצה או המתרגל ידעו עליו.
- ניתן לפנות ליחידות הסיוע בדיקנט ולהתייעץ לגבי סטודנטים המתקשים להיבחן בצורה סטנדרטית.
- שאלות המדגימות את מתכונת הבחינה ותוכנה וכן פתרונות לדוגמא יסייעו לסטודנט ללמוד לבחינה.
- שמירה על מתכונת זהה בשני מועדי המבחן מאפשרת לסטודנט להיערך מבחינת ההתאמות להן הוא זקוק וכן מאפשרת לו לתרגל לקראת המבחן.

#### **סטודנטים עם ליקויי ראייה או עיוורים**

מרבית לקויי הראייה אינם עיוורים לחלוטין, המגבלה בראייה יכולה להתבטא ברמות שונות של פגיעה בראייה עצמה ופגיעה בשדה הראייה. כתוצאה ממגבלת הראייה יש לעיתים גם הגבלה בניידות. לחלק מהסטודנטים לקויי הראייה יש תנוחת גוף שונה מאנשים ללא ליקויי ראייה.

חלק מהסטודנטים העיוורים ולקויי הראייה נעזרים במקל או כלב נחייה, האחרים נעזרים בסימנים חיצוניים בסביבתם על מנת לעבור ממקום למקום.

באוניברסיטה פועל מרכז למידה לעיוור שמטרתו לסייע לסטודנטים עם ליקויי ראייה או עיוורים. אוכלוסיית היעד של המרכז היא סטודנטים בעלי תעודת עיוור ו/או לקויי ראייה שמגבלתם מוכרת ע"י המוסד לביטוח לאומי.

מרכז הלמידה מאפשר למידה בחדרים אישיים המכילים טכנולוגיה מסייעת מתאימה, ספרייה אקדמית שכוללת חומרים בפורמט מוקלט, מוגדל או בכתב ברייל, הקראה אישית ושיעורי עזר, ייעוץ והכוון אקדמי, סיוע בבחינות, השאלת טכנולוגיה מסייעת וסיוע בתחום תעסוקה.

ניתן להתייעץ עם צוות המרכז בכל שאלה או התלבטות לגבי סטודנטים אלה :

טל.: 02- 5882155 / 2677/ 2770, דו"א"ל: [lcb@savion.huji.ac.il](mailto:lcb@savion.huji.ac.il)

#### **מחסומים ללמידה:**

- האתגר המרכזי של סטודנטים עם ליקויי ראייה הוא התמודדות עם כמות גדולה של חומר כתוב. תהליכי הקריאה והכתיבה אצל סטודנטים עם ליקויי ראייה יהיו איטיים כתוצאה מסריקה איטית ושימוש באמצעי טכנולוגיה מסייעת.
- סטודנט לקוי ראייה יתקשה לראות את הכתוב על הלוח או המוקרן במצגת. בנוסף הסטודנט יתקשה ללמוד חומרים המוגשים בצורה גרפית כמו גרפים ושרטוטים.
- אם הסטודנט מסוגל לכתוב לעיתים כתב היד שלו יהיה גדול ויראה ילדוטי.
- סטודנט עם ליקויי ראייה עשוי להתקשות בניידות- המעבר שלו ממקום למקום יהיה איטי יותר.

#### **המלצות להנגשת השירות**

##### חשוב לדעת:

- כשאתה פוגש סטודנט עם ליקויי ראייה הצג את עצמך בשם למקרה שהסטודנט אינו מזהה את קולך.
- הודע לסטודנט כשאתה מגיע או עוזב את נוכחותו.
- סטודנט לקוי ראייה יתקשה לראות דלת פתוחה למחצה, השאר את דלת החדר סגורה או פתוחה.
- הסטודנט יכול לבקש להיעזר בכך כדי לעבור ממקום למקום. אם אינך בטוח, שאל את הסטודנט אם הוא זקוק לעזרה, אל תניח שהוא זקוק להנחיה. בדרך כלל, הסטודנט יאחז בחלק העליון של ידך מעט מעל המרפק. הודע לסטודנט על שינוי בפני השטח, מכשול או שינוי כיוון.

כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם ליקויי ראייה:

**קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות (עמוד 7)**

- בשיעורים המבוססים על מצגות או כתיבה על הלוח, מומלץ לדאוג כי החומר יהיה נגיש באינטרנט.

- כאשר מחולקים בשיעור דפי קריאה מודפסים, מומלץ לדאוג כי סטודנט עם ליקוי ראייה יקבל אותם בהגדלה המתאימה או בפורמט ממוחשב המאפשר הגדלה או המרה לברייל.
- לסטודנטים עם ליקוי ראייה יש קושי מהותי בהתמודדות עם חומרי לימוד אשר כוללים תרשימים גרפיים. הוספת הסבר מילולי קצר יוכל לסייע להם מאוד להבין את החומר.
- מומלץ לאפשר לסטודנט להקליט את ההרצאה.

### **סטודנטים עם ליקוי שמיעה או חרשים**

האופן שבו ישפיע ליקוי השמיעה על הסטודנט תלוי בגיל בו איבד את שמיעתו ובדרגת הירידה בשמיעה. סטודנטים אלה ישתמשו בדרך כלל באמצעי תקשורת כמו: מכשירי שמיעה, מכשירי fm, קריאת שפתיים, שפת סימנים וכתובה. גם סטודנטים המיומנים בקריאת שפתיים יכולים באמצעותה להבין רק 30% מהנאמר ואת השאר הם משלימים על ידי ניחוש.

מכשיר שמיעה מגביר את קול הדובר אולם יחד אתו גם את קולות הרקע. המטרה של מערכת fm היא להביא את קול הדובר ישירות לאוזני השומע ובכך להפחית את ההשפעה השלילית של רעשי הרקע. במערכת fm הדובר מרכיב מיקרופון ומשדר. המשדר משדר את הדיבור על גבי גלי רדיו אל הסטודנט המרכיב את המקלט. שימוש במכשיר fm מאפשר למרצה לדבר ממרחק מבלי שקולו יאבד מן העוצמה והבהירות שלו.

בדיקנט הסטודנטים פועלת יחידת נגישות. היחידה נותנת שירות לכל סטודנט המתמודד עם מגבלה רפואית זמנית או קבועה המגבילה את הלמידה. תחומי השירות של היחידה הם מתן מענה בשאלות ונושאים הקשורים בנגישות, השאלת טכנולוגיה מסייעת, מתן מידע לגבי זכויות וסיוע לאנשים עם מוגבלות על ידי הביטוח הלאומי, משרד הביטחון, משרד הרווחה ומשרד הבריאות ומתן המלצות להתאמות אקדמיות. בכל שאלה או התלבטות לגבי סטודנטים אלה ניתן לפנות למיכל טבקמן רכזת הנגישות:

טל: 02-58800118, 0548-820680 דו"א: [michaltab@savion.huji.ac.il](mailto:michaltab@savion.huji.ac.il)

### **מחסומים ללמידה:**

המחסום המרכזי ללמידה עבור סטודנטים אלה הוא קושי רב בקליטת חומר לימודי המיועד בעיקרו לאנשים שומעים ומועבר בערוץ שמיעתי. הקושי מתגבר כאשר המרצה מדבר כשפניו אינם מופנים לעבר הסטודנט, כאשר דיבורו אינו ברור וכשיש רעשי רקע בכיתה.

### **המלצות להנגשת השירות:**

חשוב לדעת:



- קריאת שפתיים ושימוש במכשירי שמיעה ובמערכות fm , מהווים פתרון חלקי עבור הסטודנטים ואינם מהווים תחליף לשמיעה ממקור ראשון. על מנת להתמודד עם הקושי הסטודנטים משתמשים באסטרטגיות מפצות כמו: צילום חומר ההרצאות , שיעורי עזר ועבודת לימוד רבה מחוץ למסגרת ההרצאות.
- מכשיר fm משדר לסטודנט רק את דברי המרצה, על מנת לסייע לסטודנט לעקוב אחרי הדיון השתדל לחזור על ההערות או השאלות הנאמרות בכיתה וציין מיהו הדובר.

כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם ליקוי שמיעה:

**קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות (עמוד 7)**

- הסב את תשומת ליבו של הסטודנט באמצעות טפיחה על הכתף או סימון חזותי לפני שאתה מתחיל לדבר.
- דבר לאט וברור, אין צורך להרים את הקול או להדגיש את ההיגוי. השתדל לא לאכול, לעשן או להסתיר את הפה בזמן הדיבור.
- דבר ישירות אל הסטודנט גם אם הוא נעזר במתרגם לשפת הסימנים.
- אם הסטודנט לא מבין את הנאמר ראשית חזור על דבריך, לאחר מכן נסח את הדברים במילים אחרות. במידת הצורך ניתן לתקשר באמצעות כתיבה.

בזמן הרצאה:

- השתדל לדבר כאשר פניך מופנות אל הכיתה, דבר בטון טבעי וברור. לסטודנט יהיה קל יותר לקרוא את שפתיך כאשר אינך יושב ישירות מול מקור אור.
- בקורסים בהם ניתן ציון או בונוס על השתתפות בכיתה אפשר לסטודנט דרך אלטרנטיבית לקבלת הציון או שקלל באופן אחר את מרכיבי הציון בקורס.
- יש לכתוב על הלוח הודעות על שינויים שקשורים בקורס.

בזמן מבחן:

- יש לכתוב על הלוח כל שינוי, תיקון או הבהרה.
- כאשר סטודנט עם ליקוי שמיעה שואל אותך שאלה רצוי שהתשובה תינתן בכתב, הסטודנט לא יוכל לשמוע כשאתה עונה לו בלחשה.

**סטודנטים עם ליקויי למידה ו/או הפרעת קשב וריכוז**

לקות למידה היא לקות המשליכה על תהליכים קוגניטיביים, ובאה לידי ביטוי בקשיים משמעותיים שאינם תואמים את הצפוי בגילו של בעל הלקות ברכישת מיומנויות או בשימוש בכישורים של קשב וריכוז, דיבור, קריאה, כתיבה, המשגה, תפקוד ניהולי או יכולות חישוביות, חברתיות או רגשיות.

ליקוי למידה יכול להתקיים גם לצד מחוננות, עם זאת יכולתם של סטודנטים עם לקויי למידה להפיק תוצר אקדמי נפגעת פעמים רבות ואינה משקפת את יכולתם הכללית.

באוניברסיטה פועלת יחידת תמיכה לסטודנטים עם לקויי למידה. היחידה נותנת מענה לסטודנטים מן המניין בעלי אבחון של לקויי למידה, או המעוניינים להתייעץ לגבי אפשרויות אבחון וטיפול.

השירות הניתן ביחידה הוא אבחון דידיקטי ממוחשב (מערכת מת"ל), ייעוץ כללי בנושא לקויות למידה והפנייה לאבחונים, סיוע פרטני בשיפור כישורי למידה, סדנאות, הדרכה בתחום טכנולוגיה מסייעת, חונכות אישית- סטודנט חונך סטודנט (פר"ח לשם) ותמיכה רגשית.

בכל התלבטות או שאלה לגבי סטודנטים אלה מומלץ לפנות ליחידת התמיכה:

טל.: 02-5881338, דו"א: [ldsupport@savion.huji.ac.il](mailto:ldsupport@savion.huji.ac.il)

### **מחסומים ללמידה**

ליקוי הלמידה משפיע על האופן שבו הסטודנט קולט מידע, משמר אותו ונותן ביטוי לידע ולהבנה שרכש. סביבת למידה שאינה מתאימה לסטודנט יכולה לפגוע בתפקוד הלימודי שלו. הקשיים עמם מתמודד הסטודנט יכולים לבוא לידי ביטוי בהתמצאות לקויה במרחב ובזמן, קושי בשמירה על קשב וריכוז, קושי בארגון חומר לימודי וניהול זמן, קושי בכתיבה- יכול להתבטא בקושי בניסוח ו/או כתב יד לא קריא ושגיאות כתיב מרובות, קושי בקריאת חומר והבנתו, בעיה בזיכרון וכן קושי בגמישות והסתגלות לשינויים.

### **המלצות להנגשת השירות:**

#### **חשוב לדעת:**

- הביצוע האקדמי של סטודנט עם ליקוי למידה יכול להיות לא עקבי.
- ניתן לראות פערים בתחומי למידה שונים אצל אותו סטודנט. לדוגמא, סטודנט יכול להיות בעל יכולת ביטוי טובה מאוד בעל פה אולם יתקשה להתבטא בכתב.
- הסטודנט עשוי להתקשות בהבנה ובביצוע של רצף הוראות או הוראות מורכבות.
- קצב איטי של קריאה והבנה משפיע על היכולת של הסטודנט להתמודד עם כמויות גדולות של חומר בזמן קצר.
- איטיות כללית, קושי בקשב וריכוז והתארגנות יכולים להשפיע על קצב הגשת מטלות ותרגילים.
- סטודנטים יכולים להיתקל בקשיים במילוי טפסים או בארגון מערכת הלימודים. במקרים אלה מומלץ לסייע במידת האפשר.

כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם ליקוי למידה ו/או הפרעת קשב וריכוז:

**קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות (עמוד 7)**

- העבר לסטודנטים מסר שאפשר לגשת אליך ולשתף אותך במידה ויש מגבלה המשפיעה על היכולת הלימודית, שאל את הסטודנט מה המשמעות האישית של הליקוי עבורו ואיך תוכל לסייע לו.
- בכתובת הסילבוס יקל על הסטודנט להבין אילו מחומרי הקריאה הם חובה ואילו רשות
- מומלץ לפרסם באתר אינטרנט המלווה את הקורס את המצגות או סיכום הנקודות המרכזיות של כל הרצאה.
- שימוש באמצעי הוראה מגוונים כגון מצגות, סרטים וכו' נמצא כתורם ליכולת להטמיע את החומר הנלמד
- חזרה בתחילת כל שיעור על נושאי השיעור הקודם מסייעת לסטודנט לשמור על הרצף הנלמד בקורס.
- בקבוצות תרגול ומעבדות מומלץ להדריך את הסטודנט באופן פרטני.

המלצות לספרייה:

- סטודנטים יכולים להיתקל בקושי באיתור ספרים באמצעות המחשב ועל המדף, בהבנת דפי הוראות והסבר ובחיפוש במאגרי מידע ממוחשבים. במקרים אלה מומלץ לסייע במידת האפשר.
- מומלץ לאפשר לסטודנטים בספרייה הדרכה פרטנית הכוללת הדגמות רבות והתנסות אישית.

**סטודנטים עם חרדת בחינות**

חרדת בחינות היא תגובת לחץ המופיעה במצבים שבהם ישנה הערכה של ביצועים. כתוצאה התפקוד של הסטודנט נפגע והוא חש מצוקה.

התגובה של חרדת בחינות יכולה לבוא לידי ביטוי במספר תחומים:

סימפטומים גופניים: הזעה, קצב לב מואץ, כאב ראש, סחרחורת, כאבי בטן, תחושת עילפון וחוסר יכולת להירדם.

תגובה רגשית: פחד, חרדה, אכזבה, כעס, דיכאון ותסכול.

יכולת תפקוד: פגיעה בתפקוד היעיל וביכולת הריכוז.

בכל התלבטות או שאלה לגבי סטודנטים אלה ניתן לפנות לשירותי הייעוץ לסטודנט. השירות מיועד לכל אוכלוסיית הסטודנטים, בכל הקמפוסים של האוניברסיטה העברית, וכן לאנשי סגל מנהלי או אקדמי.

סוגי טיפול המוצעים בשירות הם: התערבות בשעת משבר, טיפול פרטני, טיפול קבוצתי, חרדת בחינות ומיומנויות למידה, טיפול זוגי ומשפחתי. ליצירת קשר ניתן לפנות לטל: 02-5882685, 02-5881699

## מחסומים ללמידה:

סטודנט עם חרדת בחינות עלול ללמוד באופן לא יעיל למבחן וינסה להימנע מהמצב המעורר חרדה. בזמן המבחן יתכן מצב של שכחה זמנית (black out), אי שקט, קושי בריכוז והתנהגות לא מסתגלת.

## המלצות להנגשת השירות:

### חשוב לדעת:

- חרדת בחינות אינה דומה ללחץ רגיל לפני מבחן, העוצמה של הלחץ והמינון שלו גבוהים הרבה יותר והם גורמים לפגיעה מהותית ביכולת התפקוד של הסטודנט.
- חרדת הבחינות יכולה לפגוע בהישגים הלימודיים של חלק מהסטודנטים, אצל האחרים אין פגיעה בהישגים אך יש פגיעה באיכות החיים.
- ניתן לטפל באופן יעיל בחרדת בחינות. אנא הפנו את הסטודנטים לקבלת עזרה בשירותי הייעוץ.

### כיצד ניתן לסייע לסטודנטים עם חרדת בחינות?

קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות ([צמוד 7](#))

## סטודנטים עם מגבלה נפשית

מתוך אוכלוסיית הנכים הקבוצה הגדולה ביותר היא של אנשים עם מגבלה נפשית. אנשים אלה מתמודדים עם מחלות כמו דיכאון, מניה – דפרסיה, סכיזופרניה, הפרעות אכילה, חרדה והפרעות אישיות. לא תמיד אפשר לזהות סטודנטים עם מגבלה זו מכיוון שהיא אינה נראית, להבדיל מאדם המסתייע בכיסא גלגלים.

באוניברסיטה פועלת תכנית תמיכה לסטודנטים עם מגבלה נפשית. היחידה נותנת מענה לסטודנטים עם מגבלה פסיכיאטרית בעלי אישור לסל שיקום של שירותי בריאות הנפש במשרד הבריאות. השירות ביחידה ניתן באמצעות חונכות ומתמקד בייעוץ כללי בנושא אסטרטגיות למידה והתאמות ללמידה, תמיכה ומידע לגבי שירותי שיקום בקהילה.

בכל התלבטות או שאלה לגבי סטודנטים אלה מומלץ לפנות למיכל טבקמן, רכזת התכנית

טל.: 02-5880118, 820680-0548, דו"א"ל: [michaltab@savion.huji.ac.il](mailto:michaltab@savion.huji.ac.il)

בנוסף לכך פועלים באוניברסיטה שירותי ייעוץ לסטודנט. השירות מיועד לכל אוכלוסיית הסטודנטים,

בכל הקמפוסים של האוניברסיטה העברית, וכן לאנשי סגל מנהלי או אקדמי.

סוגי טיפול המוצעים בשירותים הם: התערבות בשעת משבר, טיפול פרטני, טיפול קבוצתי, חרדת בחינות ומיומנויות למידה, טיפול זוגי ומשפחתי. ליצירת קשר עם שירותי הייעוץ ניתן לפנות לטל.: 5882685-

02, 5881699-02.

## מחסומים ללמידה

לסטודנטים אלה יש מספר קשיים הנגרמים כתוצאה ישירה של המחלה, או כתוצאה מתופעות לוואי של תרופות.

- מחסום קוגניטיבי: קושי בשמירה על קשב וריכוז, עיבוד וארגון מידע, זיכרון ותפקודים ניהוליים.
- מחסום התנהגותי: אי שקט, אימפולסיביות, רמת אנרגיה משתנה, התבודדות, קושי במיומנויות חברתיות.
- מחסום רגשי: חרדה, תסכול, כעס, דיכאון, פרנויה, מניה.

## המלצות להנגשת השירות:

### חשוב לדעת:

- לרבים מהסטודנטים יש ניסיון קודם עם סטיגמה ודעות קדומות ולכן רובם לא מספרים באקדמיה על מצבם. ניסיון חייהם של סטודנטים אלה לימד אותם שכאשר מזהים אותם כחולים, התווית הופכת לסימן ההיכר העיקרי שלהם ויש לכך השפעה עצומה על הדימוי העצמי שלהם.
- קושי של סטודנט בעל מגבלה נפשית יכול לבוא לידי ביטוי באופן שונה אצל כל סטודנט וכן הקושי יכול להשתנות בתקופות שונות אצל אותו סטודנט.
- סטודנט יכול להיעדר באופן בלתי צפוי מהלימודים כתוצאה משינוי תרופתי או אשפוז.
- חרדה חמורה יכולה לפגוע בהשתתפות הסטודנט בשיעור ותפקודו בזמן מבחן.

כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם מגבלה נפשית

**קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות (עמוד 7)**

## סטודנטים עם מגבלת ניידות

מגבלת ניידות יכולה להיות קבועה או זמנית. הסיבות הנפוצות למגבלת ניידות קבועה הן שיתוק חלקי או מלא, קטיעה, פגיעה בחוט השדרה, ניוון שרירים, שיתוק מוחין, פגיעת ראש וכו'. מחלת לב או ריאות יכולה גם היא להגביל את הניידות. סטודנטים עם מגבלת ניידות משתמשים לעיתים קרובות בעזרים כמו כיסא גלגלים, הליכון, קביים ומקל הליכה.

בדיקנט הסטודנטים פועלת יחידת נגישות. היחידה נותנת שירות לכל סטודנט המתמודד עם מגבלה רפואית זמנית או קבועה המגבילה את הלמידה. תחומי השירות של היחידה הם מתן מענה בשאלות ונושאים הקשורים בנגישות, השאלת טכנולוגיה מסייעת, מתן מידע לגבי זכויות וסיוע לאנשים עם מוגבלות על ידי הביטוח הלאומי, משרד הביטחון, משרד הרווחה ומשרד הבריאות ומתן המלצות להתאמות אקדמיות.

בכל שאלה או התלבטות לגבי סטודנטים אלה ניתן לפנות למיכל טבקמן רכזת הנגישות:

### מחסומים ללמידה

- כתוצאה ממגבלת הניידות נדרש לסטודנטים אלה זמן רב יותר במעבר ממקום למקום וכן בשימוש במתקנים כמו, שירותים וקפיטריה.
- סטודנטים עם מגבלה המשפיעה על הגפיים העליונות יכולים להתקשות בכתיבה, רובם ישתמשו בטכנולוגיה מסייעת כגון מחשב נייד.
- חלק מהסטודנטים יצטרכו סיוע בצילום חומר ושימוש בשירותי הספרייה.

### המלצות להנגשת השירות

#### חשוב לדעת:

- חלק מהמצבים הרפואיים הגורמים למגבלת ניידות מאופיינים בתקופות של נסיגה בהן המגבלה אינה נראית לעין.
- חלק מהסטודנטים המתמודדים עם מגבלת ניידות חווים תנודות קיצוניות ברמת האנרגיה כתוצאה מהמגבלה.
- רבים מהסטודנטים המתמודדים עם מגבלת ניידות חשים תשישות.

#### כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם מגבלת ניידות

**קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות (עמוד 7)**

#### המלצות כלליות:

- אל תעמוד מאחורי סטודנט עם מגבלת ניידות ותדחף את כיסא הגלגלים שלו בלא ידיעתו והסכמתו. דחיפה פתאומית מאחור עלולה לגרום לסטודנט ליפול מהכיסא.
- כאשר אתה מדבר עם סטודנט הנעזר בכיסא גלגלים השתדל לשבת על מנת לאפשר קשר עין שיהיה נוח לסטודנט.
- אם אתה מלווה סטודנט המשתמש בכיסא גלגלים ממקום למקום, לך לצדו לא מאחוריו.
- שאל סטודנט עם מגבלת ניידות אם הוא זקוק לעזרה בפתיחת הדלת. אם כן, עבור בדלת ראשון ועמוד מאחורי הדלת הפתוחה עד שהסטודנט יעבור. אל תחזיק את הדלת כשאתה עומד בפתח. זה מכריח את הסטודנט לעבור תחתיו ויכול למחוך לך את הבהונות.

## המלצות לספרייה:

- מומלץ ליידע את הסטודנט כי בספרייה קיימת עמדת מחשב נגישה הכוללת שולחן השמלי מתכוונן ואביזרי חומרה המתאימים לסטודנטים עם מגבלות שונות (ראה פירוט באתר הספרייה <http://www.mslib.huji.ac.il>)
- מומלץ לסייע לסטודנט להוציא את הספרים להם הוא זקוק מהמדפים וכן לסייע לו בצילום חומר.

## **סטודנטים עם מחלה כרונית**

סטודנטים אלה מתמודדים עם מחלות וליקויים כמו אלרגיות, דלקת פרקים, סרטן, אסטמה, סוכרת, תסמונת עייפות כרונית ואפילפסיה. מצבים אלה יכולים לגרום לבעיות בתפקוד יומיומי ובניידות. בדיקנט הסטודנטים פועלת יחידת נגישות. היחידה נותנת שירות לכל סטודנט המתמודד עם מגבלה רפואית זמנית או קבועה המגבילה את הלמידה. תחומי השירות של היחידה הם מתן מענה בשאלות ונושאים הקשורים בנגישות, השאלת טכנולוגיה מסייעת, מתן מידע לגבי זכויות וסיוע לאנשים עם מוגבלות על ידי הביטוח הלאומי, משרד הביטחון, משרד הרווחה ומשרד הבריאות ומתן המלצות להתאמות אקדמיות. בכל שאלה או התלבטות לגבי סטודנטים אלה ניתן לפנות למיכל טבקמן רכזת הנגישות: טל.: 02-5880118, 820680-0548 דו"א"ל: [michaltab@savion.huji.ac.il](mailto:michaltab@savion.huji.ac.il)

## **מחסומים ללמידה**

- מחלות אלה יכולות לגרום עייפות, חולשה, כאבים, בחילה וקושי בריכוז. כל אלה יכולים לגרום לקשיים בתפקוד האקדמי.
- היעדרות מלימודים לצורך טיפול רפואי יכולה למנוע מהסטודנט להגיש מטלות או להבחן בזמן.
- סטודנט עם מחלה כרונית עלול להתקשות ללמוד יום לימודים ארוך.

## **המלצות להנגשת השירות**

### חשוב לדעת:

- חלק מן המצבים הרפואיים מאופיינים בהתקפים שיכולים לפגוע באופן משמעותי בתפקוד הסטודנט למספר ימים ואף לתקופות ארוכות יותר. בשל כך הסטודנט נאלץ להיעדר מהלימודים על מנת לנוח או לקבל טיפול רפואי מתאים.
- מחלות דלקתיות של מערכת העיכול כמו מחלת קרוהן מצריכות יצאה תכופה של הסטודנט לשירותים.

כיצד ניתן לסייע לסטודנט עם מחלה כרונית

**קרא את ההמלצות הכלליות להנגשת השירות עבור סטודנטים עם מוגבלות (עמוד 7)**

- מומלץ לאשר לסטודנט אחוזי היעדרות גבוהים יותר מקורסי חובה בכפוף לאישורים רפואיים.
- מומלץ לאשר לסטודנטים הזקוקים לכך יציאה חופשית לשירותים בשיעורים ובזמן מבחן.
- אם הסטודנט מתמודד עם מגבלת ניידות ו/או מגבלה חושית כגון ליקוי שמיעה או ראייה קרא את ההמלצות לנגישות שירות עבור אוכלוסיות אלו.



יחידות שירות במשרד דיקן הסטודנטים-טלפונים

<u>כתובת</u>	<u>דו"אל</u>	<u>טלפון</u>	<u>יחידה</u>
בנין פרנק סינטרה חדר 3031 הר הצופים	<a href="mailto:michaltab@savion.huji.ac.il">michaltab@savion.huji.ac.il</a>	5880118-02 -0506 ,822234 -0548 820680	נגישות
מעונות רזניק 10 , הר הצופים		5882685-02 5881699-02 פקס: 5817212-02	שירותי הייעוץ לסטודנט
קמפוס הר הצופים – בניין הספרייה, פורום תחתון ליד חוות המחשבים גבעת רם- בנין שפרינצק חדר 111	<a href="mailto:lcb@savion.huji.ac.il">lcb@savion.huji.ac.il</a>	– 5882155 02 /2677 / 2770	מרכז הלמידה לעיוור
הר הצופים: מעונות רזניק 10, קומת קרקע. גבעת רם: צריף המורים רחובות: צריף שירותי הייעוץ	<a href="mailto:ldsupport@savion.huji.ac.il">ldsupport@savion.huji.ac.il</a>	הר הצופים: 5881338-02 גבעת רם: 6584074-02	היחידה לתמיכה בסטודנטים עם ליקויי למידה
בנין פרנק סינטרה חדר 3031 הר הצופים	<a href="mailto:michaltab@savion.huji.ac.il">michaltab@savion.huji.ac.il</a>	5880118-02 -0506 ,822234	תכנית השכלה אקדמאית נתמכת

		-0548 820680	
--	--	-----------------	--

