

Akademia Świętokrzyska, Instytut Kształcenia Medycznego w Kielcach
Świętokrzyska Academy, Institute of Medical Education In Kielce

GRAŻYNA CZERWIAK, JADWIGA KRAWCZYŃSKA

The role of sport in acception of disability by disabled

**Rola sportu w akceptacji własnej niepełnosprawności osób
z dysfunkcją narządu ruchu**

Rozwój cywilizacji i związany z nim postęp techniczny w przemyśle, rolnictwie i życiu codziennym ułatwia funkcjonowanie człowieka, ale z drugiej strony powoduje wzrost liczby wypadków, a tym samym wzrost populacji osób niepełnosprawnych.

O możliwościach samorealizacji niepełnosprawnych decydować będą postawy społeczne najbliższego otoczenia i relacje członków społeczności zwiększające poczucie przynależności i bezpieczeństwa we wspólnocie ludzkiej. Istotną funkcję pełni postawa wobec własnej niepełnosprawności oraz sposoby pokonywania ograniczeń. To właśnie ta kwestia zainspirowała nas do potrzeby zbadania znaczenia czynnie uprawianego sportu w akceptacji własnej niepełnosprawności.

Sir Ludwig Guttmann stwierdził, iż „dla osoby niepełnosprawnej sport powinien być skutecznym środkiem przywracania kontaktu ze światem zewnętrznym, ułatwiając integrację tych osób ze społecznością obywatelską”.

Człowiek sprawny fizycznie zachowuje dłużej młodość, prawidłową sylwetkę, dobre samopoczucie, jest bardziej pewny siebie. Sport dostarcza licznych doznań wzbogacając sferę wewnętrznych przeżyć jednostki. Zaspokaja potrzebę współzawodnictwa, porównywania i mierzenia efektów działania. Sport sprzyja rozładowaniu napięć psychicznych, tak bardzo charakterystycznych dla współczesnego świata.

Poprzez sport mogą rozwinać się płaszczyzny integracji w zakresie małych grup koleżeńskich, środowisk lokalnych (zakład pracy, region), narodów i państw, a także wspólnot w znaczeniu międzynarodowym.[1].

Sport staje się szansą ponownego wejścia w role społeczne przez osoby z ograniczoną sprawnością, daje szansę na samorealizację oraz pozbycie się balastu własnej ułomności [4] .

Sport i aktywność ruchowa dla osób niepełnosprawnych spełnia różne funkcje:

- ⇒ Leczniczą – trening ruchowy jest kontynuacją terapii szpitalnej, oddziałuje jako biologiczny stymulator narządów.
- ⇒ Anatomiczno - fizjologiczną – umożliwia zachowanie właściwych parametrów aparatu kostno-mięśniowo-więzadłowego.
- ⇒ Wychowawczo-psychologiczną – warunkuje pokonywanie barier psychologicznych wynikających z lęku przed nowymi zadaniami ruchowymi.
- ⇒ Integacyjną – stwarza możliwości wielostronnej integracji ze społeczeństwem.
- ⇒ Kompensacyjną – drogą intensywnego treningu umożliwia proces nadkompensacji. Stosując odpowiedni trening fizyczny u osób niepełnosprawnych, można uzyskać w stosunkowo krótkim czasie – dobre wyniki w kompensowaniu utraconych funkcji. [6].

Sport jako dyscyplina ludzkiej aktywności, angażuje wiele osób niepełnosprawnych, którzy nie tylko walczą z samym sobą o uzyskanie sprawności fizycznej niezbędnej w życiu codziennym, ale chcą także walczyć w rywalizacji sportowej z innymi zawodnikami.

W sporcie tym rekord nie jest celem, a podejmowane wysiłki nie mogą łączyć się kosztem utraty zdrowia. Zawodnicy startują w zależności od schorzeń w poszczególnych grupach. Klasyfikacji do odpowiedniej grupy dokonują specjaliści, między innymi obowiązuje badanie siły mięśniowej [1].

Sport staje się szansą ponownego wejścia w role społeczne przez osoby z ograniczoną sprawnością, daje szansę na samorealizację oraz pozbycie się balastu własnej ułomności [4].

Uprawianie sportu pobudza do aktywnego życia, staje się źródłem radości, a jednocześnie odpręża i oddala negatywne myśli o własnym kalectwie. Pozwala osobie niepełnosprawnej wyrwać się z monotonii codziennego życia, a będąc jednocześnie źródłem rehabilitacji, usprawnia i usamodzielnia, zwiększając tym samym szanse na normalne uczestnictwo we wszystkich płaszczyznach życia [3].

Sport inwalidów może realizować wszelkie cele rehabilitacji, jeżeli nic nie straci z wartości emocjonalnych, psychologicznych i społecznych, których jest nosicielem [2].

Celem niniejszego opracowania jest poznanie opinii osób z dysfunkcją narządu ruchu na temat wartości wynikających z uprawiania sportu przez osoby niepełnosprawne.

W pracy podjęto próbę ustalenia odpowiedzi na następujące pytania:

- ⇒ Jakie motywy skłoniły badanych do uprawiania sportu ?
- ⇒ Jakie korzyści wynikają z uprawiania sportu ?
- ⇒ Czy uprawianie sportu spowodowało zmiany w dotychczasowym stylu życia ?
- ⇒ Czy zwiększona aktywność fizyczna wpłynęła na sposób myślenia o przyszłości ?

MATERIAŁ I METODA

Badania przeprowadzono w miesiącach luty - czerwiec 2003 roku w Busku – Zdroju podczas Mistrzostw Polski w Siatkówce na Siedząco - Busko- Zdrój 2003

Zbiorowość badanych stanowiła grupa 40 niepełnosprawnych mężczyzn z dysfunkcją narządu ruchu, uprawiających czynnie sport.

Dla potrzeb badawczych wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego, z wykorzystaniem kwestionariusza ankiety własnego autorstwa.

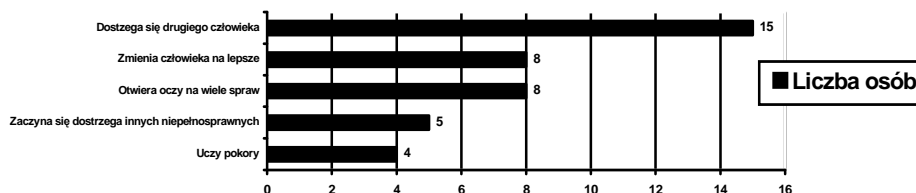
OMÓWIENIE WYNIKÓW BADAŃ

Badaniami objęto 40 mężczyzn z dysfunkcją narządu ruchu w wieku od 18 do 36 lat uprawiających: rugby na wózkach, siatkówkę na stojąco i na siedząco.

Niepełnosprawność, szczególnie nabyta zmienia sposób myślenia i postrzegania rzeczywistości. W opinii 15 badanych, bycie osobą niepełnosprawną pozwala dostrzegać drugiego człowieka, 16 badanych stwierdziła, że fakt doznania niepełnosprawności zmienia człowieka na lepsze i otwiera oczy na wiele spraw, których do tej pory nie widziała lub nie chciała widzieć, 5 osób stwierdziło, iż dzięki własnej dysfunkcji zaczyna dostrzegać innych niepełnosprawnych, a 4 osoby, fakt bycia niepełnosprawnym nauczył pokory (wykres 1).

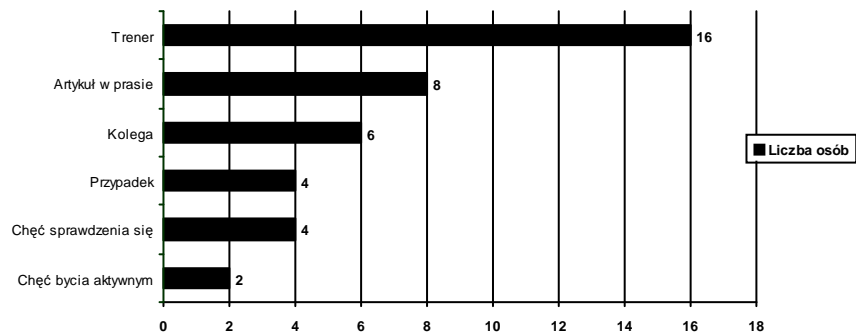
Zdaniem 16 niepełnosprawnych sportowców, do uprawiania sportu namówił ich trener, który jest jednocześnie rehabilitantem na oddziale szpitala, 8 badanych osób zaczęło trenować po przeczytaniu artykułu w prasie, a 6 osób przyszło na trening za namową kolegi. W pozostałej grupie badanych po 4 osoby rozpoczęły trening z chęci sprawdzenia swoich możliwości lub przez zwykły przypadek, tylko 2 badanych wskazuje na chęć bycia aktywnym, jako motyw uprawiania sportu (wykres 2).

Wykres nr 1 Niepełnosprawność w życiu człowieka



Wykres nr 2

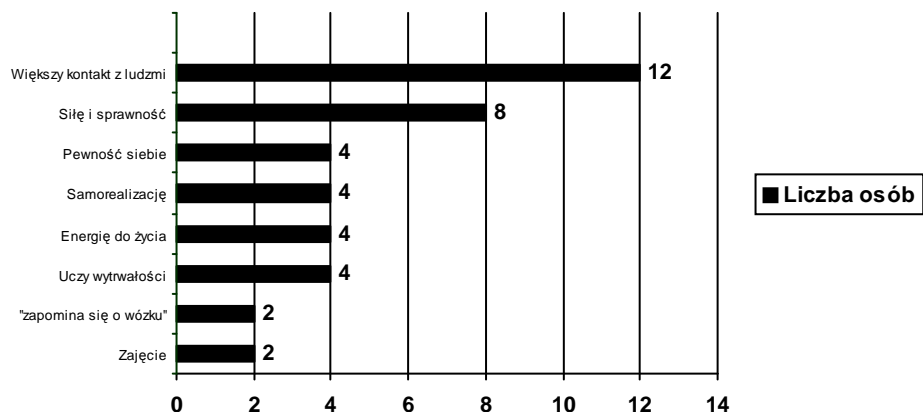
Motywy uprawiania sportu



Próbując określić korzyści wynikające z uprawiania sportu 12 badanych wskazuje na możliwość większego kontaktu z ludźmi, 8 osób podkreśla zwiększenie siły mięśniowej i sprawności. Kolejna grupa 16 badanych uważa, że uprawianie sportu stwarza okazję do samorealizacji, zdobywania energii życiowej, uczy wytrwałości i pewności siebie. Trening sportowy to dobry sposób na nudę, znalezienie sobie zajęcia, by nie myśleć o wózku inwalidzkim – tak twierdzi 4 badanych (wykres nr 3).

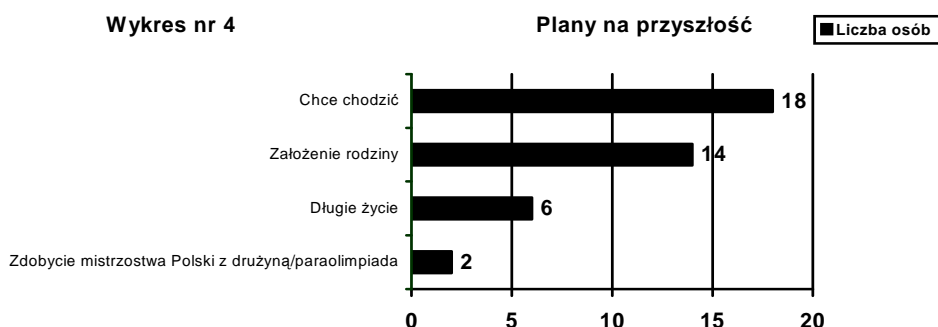
Wykres nr 3

Korzyści z uprawiania sportu



Mimo zmian w zakresie dotychczasowego stylu życia, osoby z dysfunkcją narządu ruchu nie rezygnują z planów na przyszłość. I tak 18 badanych postawiło na aktywną rehabilitację, której efektem będzie ponowna możliwość poruszania się na własnych nogach. Pragnieniem 14 osób jest założenie rodziny, 6 badanych chciałoby „ długo żyć i cieszyć się życiem” natomiast 2 osoby marzą o zdobyciu mistrzostwa ze swoją drużyną. To zjawisko przedstawia wykres nr 4.

Wykres nr 4



Dla osób nie uprawiających sportu koncentracja na sobie i dysfunkcji ruchowej wzmagają poczucie beznadziejności i osamotnienia w niepełnosprawności.

Sportowcy niepełnosprawni potrafią wskazać pozytywne elementy we wszystkim, co ich spotyka – również w niepełnosprawności.

WNIOSKI

- ⇒ Sport umożliwia niepełnosprawnym utrzymanie sprawności fizycznej, wyzwala dalsze możliwości rozwoju pomimo objawów niepełnosprawności ruchowej.
- ⇒ Uprawianie sportu pozwala tworzyć konstruktywne postawy wobec dysfunkcji ruchowych, wzmacniając poczucie własnej wartości
- ⇒ Uprawianie sportu warunkuje systematyczne kontakty interpersonalne, co znacząco poprawia kondycję psychiczną oraz proces adaptacji w środowisku.
- ⇒ Sport niepełnosprawnych wymaga specyficznej struktury organizacyjnej połączonej z likwidacją szeregu barier oraz przygotowania specjalistów będących jednocześnie trenerami i rehabilitantami.

PIŚMIENNICTWO

1. Beck J.: Sport w rehabilitacji inwalidów. AWF. Warszawa 1977, 38
2. Dobrucka I. : Poczucie sensu życia u paraplegików i tetraplegików uprawiających i nie uprawiających sportu. Wyd. Polski Komitet Paraolimpijski. Warszawa 2001, 15 - 16
3. Kocur J.: Dysfunkcje psychiczne a możliwość uprawiania sportu. [W:] Medycyna a sport osób niepełnosprawnych. Wyd. Polski Komitet Paraolimpijski. Warszawa 2001, s.88
4. Krawczyk Z.(red.).Filozofia i socjologia kultury fizycznej. PWN. Warszawa 1974, s.35
5. Sobiecka J. Rola sportu w procesie kompleksowej rehabilitacji polskich uczestników Igrzysk Paraolimpijskich, Studia i Monografie, AWF, Kraków 2000, s.9
6. Zembaty A. (red.). Kinezyterapia, Wyd. Kasper tom II Kraków, 2003, s.167

STRESZCZENIE

W artykule dokonano próby przedstawienia roli sportu w akceptacji własnej niepełnosprawności u osób z dysfunkcją narządu ruchu. Dokonano analizy problemu na podstawie własnego kwestionariusza wywiadu i ankiety. Badania zostały przeprowadzone w Busku – Zdroju w 2003r. w środowisku osób niepełnosprawnych uprawiających dyscypliny sportowe.

W wyniku badań ustalono, że sportowcy niepełnosprawni lepiej radzą sobie z niepełnosprawnością, niż osoby niepełnosprawne nie uprawiające sportu i w większym stopniu

akceptują dysfunkcję ruchową. W ostatnich latach wzrosło znaczenie sportu niepełnosprawnych, każdy ma szansę zaistnieć na sportowej arenie.

Aktualne regulacje prawne gwarantują każdej osobie niepełnosprawnej prawo do „pełnego uczestnictwa w życiu publicznym, kulturalnym, artystycznym i sportowym oraz turystyce odpowiednio do swoich zainteresowań i potrzeb”. Dostrzegane są wymierne korzyści płynące z uprawiania dyscyplin sportowych jako istotnego elementu wspierającego kompleksową rehabilitację warunkującą szansę powrotu do życia społecznego i zawodowego niepełnosprawnych.

SUMMARY

This article present how huge role plays sport in approval of handicap. Analyses of this issue were made on the basis of interview and poll questionnaire.

Search were made in 2003 between disabled who train sports discipline in Busko-Zdrój.

As a result it was established that disabled athletes cope with handicap better than disabled who don't train sports.

In recent years, importance of disabled sport activity raised, everyone has a chance to come into being on a sports arena.

Current law norms guarantee disabled right to complete participation in tourism, public, cultural, artistic and sports life. Perceive are measurable advantages follows from training sports disciplines.

Sport activity is a crucial element which support comprehensive rehabilitation, which is a chance to return to social and professional life.