

Wydział Rehabilitacji Ruchowej Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie
Department of Rehabilitation Academy of Physical Education Cracow

JOANNA SOBIECKA

***Lifestyle of practicing paralympian sport disabled people
(on example of Hungarian and Polish athletes)***

**Styl życia osób niepełnosprawnych uprawiających sport paraolimpijski
(na przykładzie zawodników z Węgier i Polski)¹**

WSTĘP

Niepełnosprawność jest często nie tylko pewnym stanem, ale także procesem posiadającym swoistą dynamikę postępowania. Postrzegamy go szczególnie, gdy dwie osoby o takim samym stopniu zaawansowania choroby lub dysfunkcji, znacznie różnią się sposobem zachowania w społecznym funkcjonowaniu. Uważają, iż mają zróżnicowane możliwości podejmowania rozmaitych zadań i ról związanych z życiem zawodowo-edukacyjnym, rodzinnym, w codziennych kontaktach oraz relacjach z innymi ludźmi w wypełnianiu czasu wolnego. Potwierdzają to badania przeprowadzone na terenie Polski, pod kierunkiem Ostrowskiej [3]. Pomimo, iż 88% osób niepełnosprawnych spośród ankietowanych wychodziło z mieszkania parę razy w tygodniu lub codziennie, to ponad połowa z nich uważała, że ich inwalidztwo jest jednak przyczyną poważnych ograniczeń życiowych. Należy domyślać się, iż tym samym sposobem uniemożliwiało aktywne życie. Dlatego też, celem pracy jest ukazanie wpływu uprawiania sportu – jako dalszej formy rehabilitacji – na styl życia osób niepełnosprawnych.

MATERIAŁ I METODY

Badaniami ankietowymi objęto dwie grupy niepełnosprawnych zawodników, uczestników Letnich Igrzysk Paraolimpijskich w Atlancie.

Grupa I - skupiała 30 osób z Węgier (co stanowi 83% całej reprezentacji tego kraju startującej w igrzyskach). Wśród respondentów zawodnicy uprawiali: lekkoatletykę, piłkę siatkową, pływanie, goal ball, tenis stołowy, szermierkę, tenis na wózkach oraz podnoszenie ciężarów.

¹ Badania przeprowadzono w ramach działalności statutowej dofinansowanej z KBN-u.

Grupa II – obejmowała 54 sportowców z Polski (to jest 89% wszystkich paraolimpijczyków tego państwa biorących udział w igrzyskach, w Atlancie), rywalizujących w: lekkiej atletyce, piłce siatkowej, podnoszeniu ciężarów, pływaniu, łucznictwie, żeglarskim, szermierce, tenisie stołowym i tenisie ziemnym.

Kwestionariusz-ankietę, autorstwa Sobieckiej [5] przygotowano dla każdej grupy badanych osobno, w których pytania były jednakowe i w tej samej ilości. Wybrane cechy dotyczące charakterystyki badanych oraz stylu życia osób niepełnosprawnych uprawiających sport paraolimpijski, skategoryzowano i przedstawiono w wartościach procentowych dla wyodrębnionych grup.

Rozprowadzając ankietę, uprzedzono badanych w rozmowach indywidualnych o celu badań oraz proszono w wyrażenie zgody na ich przeprowadzenie.

WYNIKI

CHARAKTERYSTYKA BADANYCH

W kadrze paraolimpijskiej Węgier – podobnie jak i Polski – przeważali mężczyźni, a średnia wieku respondentów w trakcie przeprowadzania badań wynosiła w obydwu grupach po około 35 lat. U większości ankietowanych sportowców z grupy I najczęstszą przyczyną niepełnosprawności były wady wrodzone, natomiast z II grupy - uraz. Ponad połowa badanych zawodników uczęszczała na treningi systematycznie, przynajmniej dwa razy w tygodniu. W każdej z grup, najwięcej respondentów posiadało wykształcenie średnie zawodowe, a następnie wyższe. Około 10% paraolimpijczyków z Węgier i 6% z Polski miało ukończoną tylko szkołę podstawową.

STYL ŻYCIA

W wyniku analizy materiału stwierdzono, iż większość osób uprawiających dyscyplinę sportu paraolimpijskiego na co dzień pracuje. Zawodnicy z Węgier pełnią swoje obowiązki służbowe przede wszystkim jako urzędnicy (27%), a także jako niewykwalifikowani robotnicy różnych zawodów (23%). Natomiast zawodnicy z Polski, najliczniej prezentowali kategorię robotników wykwalifikowanych (24%) oraz techników (20%). Rolnictwem i ogrodnictwem trudniło się 4% ankietowanych z grupy I. Wśród badanych niepełnosprawnych sportowców byli również studenci oraz uczniowie (7% - grupa I, 11% - grupa II), a także przedstawiciele inteligencji (13% - I grupa, 19% - II grupa). Tylko 10% respondentów z Węgier i 13% z Polski, w czasie przeprowadzania badań nie spełniała się zawodowo.

Dla większości zawodników z grupy II (61%) i 40% z I grupy, obok pracy zawodowej, życie ich było wypełnione także obowiązkami rodzinnymi. W stanie wolnym znajdowało się 43% badanych paraolimpijczyków z Węgier i 35% z Polski. Jednak należy zaznaczyć, iż wśród nich byli uczniowie i studentki, dla których plan założenia własnej rodziny został odłożony na plan dalszy. Reszta ankietowanych osób reprezentowała stan rozwiedziony (13% - grupa I, 4% - II grupa) oraz konkubinat (3% - I grupa).

Tylko 13% badanych z obydwu grup było małżeństwami bezdzietnymi. Pozostali na co dzień wychowywali dzieci, pełniąc rolę ojca lub matki, przy czym wśród Węgrów dominowały rodziny jednodzietne (23%), a Polaków dwudzietne (26%). Rodzin z trójką dzieci było 3% paraolimpijczyków z grupy I i 4% II grupy.

Uczestnictwo w systematycznym treningu przez badanych paraolimpijczyków, pełnienie przez nich ról związanych z życiem zawodowym, szkolnym i rodzinnym były także uzupeł-

niane zróżnicowanymi formami wypoczynku. Najczęściej spędzali czas wolny w sposób bierny oglądając telewizję i słuchając radio (77% - I grupa, 41% - II grupa) oraz czytając książki lub czasopisma (43% - I grupa, 28% - II grupa) bądź śpiąc (20% - I grupa, 11% - II grupa). Wypoczynek z rodziną preferowało 28% zawodników z II grupy i 7% z grupy I, natomiast w gronie towarzyskim 26% paraolimpijczyków z Polski i 10% z Węgier. Dla niektórych odpoczynek stał się uzupełnieniem aktywności sportowej inną dyscypliną niż trenowali (17% - I grupa, 15% - II grupa) lub spacerem czy wycieczką pieszą (13% - I grupa, 15% - II grupa). Niektórzy zawodnicy relaksowali się przebywając w teatrze i kinie (7% - I grupa, 13% - II grupa) lub muzyką i muzykowaniem (20% - I grupa, 11% - II grupa). Inne formy wypoczynku to rozrywki umysłowe, prace manualne, grzybobranie, wędkowanie, praca w ogrodzie lub na działce. Należy zaznaczyć, iż tylko 3% respondentów z Węgier i 5% z Polski wśród licznych obowiązków dnia codziennego nie miała czasu na odpoczynek.

Niepełnosprawni olimpijczycy korzystali także z dorocznego wypoczynku, który odbywał się poza ich miejscem zamieszkania i spędzali go zazwyczaj z rodziną. Wybierali wyjazd do rodziny (23% - I grupa, 21% - II grupa), lub wspólne z rodziną i przyjaciółmi z dala od cywilizacji (20% - I grupa, 19% - II grupa), bądź na wczasach (13% - II grupa i 3% - I grupa). W przypadku 24% paraolimpijczyków z Polski i 7% z Węgier urlop był wykorzystywany w celach sportowych na zgrupowania, obozy i zawody. W sposobach dorocznego wypoczynku wśród badanych pojawiły się także i inne: rejsy, regaty żeglarskie, spływy kajakowe (7% - II grupa), wyjazd na narty (7% - I grupa, 4% - II grupa), wycieczki przyrodnicze (7% - I grupa). Dla niektórych wczasy lecznicze, turnus sanatoryjny (3% - I grupa, 2% - II grupa) lub rehabilitacyjny (7% - II grupa) były również jedną z licznych form corocznego relaksu, ale trzeba wspomnieć, że 27% respondentów z Węgier i 15% z Polski w ogóle nie korzystało z urlopu.

Z analizy danych wynika, iż sport nie ograniczał czasowo niepełnosprawnych zawodników. Na podstawie badań stwierdzono, iż wszyscy sportowcy z Węgier i 93% z Polski posiadali hobby, któremu poświęcali część swojego wolnego czasu i zazwyczaj łączyli je ze sposobem codziennego wypoczynku. Było to przede wszystkim czytelnictwo, literatura i poezja (37% - I i II grupa), muzyka i muzykowanie (27% - I grupa, 33% - II grupa), Film, teatr i wystawy (23% - I grupa, 30% - II grupa). Ponadto ankietowane osoby pasjonowały się, chociaż w mniejszym procencie, naukami przyrodniczymi, humanistycznymi, matematyką i informatyką, a także gramami umysłowymi, fotografią, malarstwem, modelowaniem, kolekcjonerstwem oraz innymi.

OMÓWIENIE WYNIKÓW

Po zapoznaniu się z wynikami badań przeprowadzonych w ogólnopolskiej populacji niepełnosprawnych, przez Ostrowską, Sikorską i Sufina [3], budzi niepokój relatywnie duża grupa osób nie wykazująca żadnej aktywności. W odczuciu badanych inwalidów przede wszystkim praca i nauka stanowią tę sferę życia, w której posiadane przez nich ograniczenia manifestowały się najsilniej. Aż 39% ankietowanych uznało, że ich niepełnosprawność wyklucza pracę w ogóle, bądź nakłada poważne bariery w tym względzie. Mniej badanych widziało poważne ograniczenia w pełnieniu ról małżeńskich i rodzinnych (32%), a najmniej osób odczuwało skutki niepełnej sprawności w ogóle, w kontaktach z innymi ludźmi (15%). Zakres ograniczeń w sferze kontaktów społecznych może się wydawać niewielki, w porównaniu z barierami w pracy czy życiu małżeńskim lub rodzinnym. Jeżeli natomiast przypominamy sobie, iż co siódmej osobie inwalidztwo przyczynia się do izolacji społecznej,

prezentowany powyżej stan procentowy nabiera innego wyrazu, pomimo że większość tych osób było przynajmniej jednorazowo poddane rehabilitacji leczniczej.

Także bardzo wymownym świadectwem konieczności wdrożenia działań na rzecz pobudzania aktywności zawodowej osób niepełnosprawnych stały się otrzymane wyniki badań ankietowych przeprowadzone w województwie lubelskim w 2002 roku. Jabłońska-Chmielewska [1] wyodrębniła tylko 15% respondentów, którzy byli zaangażowani zawodowo. Również w prezentowanej strukturze społeczno-zawodowej najczęściej występowali renciści (59%) [2].

Według opinii Ostrowskiej i Sikorskiej [4] nie jest prawdą, iż osoby niepełnosprawne nie mają czasu na własne zainteresowania. Z przytoczonych przez autorki danych można przypuszczać, że badani w Polsce inwalidzi najczęściej oglądają telewizję, słuchają radia i nagrań. Rzadziej zaś czytają gazety, czasopisma i książki, a prawie w ogóle nie chodzą do kina, teatru, na koncerty i wystawy. Są to przeważnie zajęcia bierne, nie wymagające ruchliwości.

Po analizie powyższych danych, jak i otrzymanych wyników własnych można stwierdzić, iż ograniczona bądź zaniechana aktywność fizyczna prowadzi do izolacji społecznej. Natomiast za sprawą sportu i jego specyfiki niepełnosprawni zawodnicy odnaleźli swój styl i sposób na spędzenie czasu wolnego. Większość z nich prowadziło na co dzień aktywne życie. Obok odbywania regularnych treningów sportowych, paraolimpijczycy pracowali i wypełniali swoje obowiązki rodzinne, bądź szkolne. W ciągu dnia znajdowali również czas na wypoczynek, gdzie dominowała forma bierna - oglądanie telewizji i słuchanie radia. Niepełnosprawni olimpijczycy korzystali także z dorocznego wypoczynku, który odbywał się poza ich miejscem zamieszkania i spędzali go zazwyczaj z rodziną. Prawie wszyscy badani charakteryzowali się wszechstronnymi zainteresowaniami poza sportowymi.

Uzyskane jednoznacznie pozytywne wyniki w rehabilitacji sportem sprawiły, iż styl życia osób niepełnosprawnych nie odbiega od sposobu spełniania się ludzi zdrowych i ambitnych. Tym samym trening i współzawodnictwo należy uznać za najbardziej istotne elementy procesu rehabilitacji inwalidów, zwłaszcza w aspekcie ich integracji społecznej.

WNIOSKI

1. Według opinii badanych styl życia osób niepełnosprawnych uprawiających sport nie odbiega od sposobu funkcjonowania ludzi zdrowych.
2. Systematyczny trening sportowy jest czynnikiem mobilizującym osoby niepełnosprawne do podnoszenia kwalifikacji edukacyjno-zawodowych.
3. Cech sportu wyczynowego, przyczyniają się do lepszego realizowania procesu rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych.

Składam podziękowanie Pani mgr Katalin Vermes za udzielenie pomocy w przeprowadzeniu badań wśród niepełnosprawnych zawodników na terenie Węgier.

PIŚMIENNICTWO

1. Jabłońska – Chmielewska A.: Funkcjonowanie osób niepełnosprawnych w gospodarstwie domowym w świetle badań ankietowych w województwie lubelskim w 2002 ro-

- ku. [W:] Rodzina: edukacja zdrowotna i rehabilitacji. Pod red. Niebrój L, Kosińskiej M.: Śląska Akademia Medyczna. Eukrasia. Katowice 2003, 3, 123-127.
2. Jabłońska – Chmielewska A.: Analiza wybranych cech społecznych i socjalnych wśród badanej grupy osób niepełnosprawnych z terenu województwa lubelskiego w 2002 roku. [W:] Rodzina: edukacja zdrowotna i rehabilitacji. Pod red. Niebrój L, Kosińskiej M.: Śląska Akademia Medyczna. Eukrasia. Katowice 2003, 3, 117-122.
 3. Ostrowska A. i wsp.: Sytuacja ludzi niepełnosprawnych. Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii PAN. Warszawa 1994, 46-48, 54-59.
 4. Ostrowska A., Sikorska J.: Syndrom niepełnosprawności w Polsce. Bariery integracji. Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii PAN. Warszawa 1996, 78-80.
 5. Sobiecka J.: Znaczenie sportu inwalidów w procesie kompleksowej rehabilitacji reprezentantów Polski startujących w igrzyskach olimpijskich osób niepełnosprawnych - aneks. Praca doktorska. AWF Kraków. 1996.

STRESZCZENIE

Celem pracy było ukazanie wpływu systematycznego uprawiania dyscyplin sportu paraolimpijskiego na styl życia osób niepełnosprawnych.

Badaniami ankietowymi objęto polskich i węgierskich paraolimpijczyków, którzy brali czynny udział w Letnich Igrzyskach Paraolimpijskich w Atlancie.

Przeprowadzona analiza wykazała, iż większość zawodników prowadziło na co dzień aktywny styl życia. Obok odbywania regularnych treningów sportowych, paraolimpijczycy pracowali i wypełniali swoje obowiązki rodzinne. W ciągu dnia znajdowali również czas na wypoczynek, gdzie dominowała forma bierna - oglądanie telewizji i słuchanie radia. Urlopy natomiast reprezentanci Węgier spędzali głównie u rodziny, a z Polski na zgrupowaniach i obozach sportowych. Prawie wszyscy badani charakteryzowali się wszechstronnymi zainteresowaniami poza sportowymi.

SUMMARY

The aim of the work was to present an influence of systematical practice of paralympic sport on handicapped people's lifestyle.

Polish and Hungarian representatives who took part in Summer Paralympic Games in Atlanta were questioned.

Made analysis shown, that majority of the athletes had an active everyday life. They lead their family life and did regular sport training together. They also had time for mostly passive relaxation – watching TV and listening to the radio. Hungarian respondents spent their vacations at the family and polish mainly on sports camps. Almost all questioned had many-sided interests besides sport.