

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

JOANNA SOBIECKA

*An influence of practicing paralympic sport
on self-feeling and health state of handicapped people
(on example of Hungarian and Polish athletes)*

**Wpływ uprawiania dyscyplin sportu paraolimpijskiego
na samopoczucie i stan zdrowia osób niepełnosprawnych
(na przykładzie zawodników z Węgier i Polski)¹**

WSTĘP

Oczekiwanym efektem rehabilitacji jest przede wszystkim wyrobienie w osobach niepełnosprawnych pozytywnej oceny samego siebie. Taka akceptacja własnego inwalidztwa powinna się przejawiać w sferze pozytywnego samopoczucia psychicznego, ujawniająca chęć aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym nie tylko wśród osób niepełnosprawnych, ale głównie otaczających ich ludzi zdrowych.

Przeprowadzone ogólnopolskie badania pod kierunkiem Ostrowskiej [3] udowodniły, iż większość niepełnosprawnych osób pomimo przynajmniej jednorazowego poddania się rehabilitacji leczniczej nie osiągnęło takiego stanu, aby umożliwić im prowadzenie aktywnego życia. Można przypuszczać, że w tych przypadkach należy kontynuować rehabilitację, która powinna przybrać formę rekreacyjno-sportową. Istotne w niej jest to, iż poprzez aktywność treningową osoba niepełnosprawna najłatwiej może przekroczyć barierę wszelkich zahamowań fizycznych oraz psychicznych, jaka dzieli ją od ludzi pełnosprawnych. Działalność sportowa pomaga uwierzyć we własne siły i zdolności. A zatem celem pracy jest ukazanie wpływu uprawiania sportu na sposób odczuwania swojego inwalidztwa przez badanych oraz możliwości ich funkcjonowania w życiu społecznym środowiska osób pełnosprawnych.

METODY I MATERIAŁ

Na podstawie dokumentów urzędowych Węgierskiego Komitetu Paraolimpijskiego w Budapeszcie² oraz „Indeksu polskich uczestników Igrzysk Paraolimpijskich”³, odtworzo-

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

² Węgierski Komitet Paraolimpijski, 1032 Budapeszt, San Marco 76

no skład osobowy zawodników uczestniczących w X Letnich Igrzyskach Paraolimpijskich, w Atlancie oraz ich dane personalne.

W ramach kolejnego etapu, przetłumaczono na język węgierski kwestionariusz ankiety autorstwa Sobieckiej [4], składający się z dwóch części w większości z pytań otwartych.

Za pomocą rozdawanej ankiety (wraz z listem przewodnim wyjaśniającym potrzebę badań i prośbą wyrażenia zgody na ich wykonanie) przeprowadzono badania całej zbiorowości sportowców niepełnosprawnych obecnie żyjących na Węgrzech oraz w Polsce, którzy brali czynny udział w igrzyskach. Rozdano 96 kwestionariusze ankiet (36 zawodnikom Węgier i 60 Polski). Wypełniło je 84 respondentów: 30 z Węgier (I grupa badanych), co stanowi 83% całej zbiorowości ankietowanych oraz 54 sportowców z Polski (II grupa badanych), to jest 89% wszystkich paraolimpijczyków tego kraju startujących w Igrzyskach, w Atlancie.

Z danych kwestionariuszowych wydzielono cechy charakterystyki badanych oraz wybrane aspekty dotyczące samopoczucia i stanu zdrowia trenujących osób niepełnosprawnych, które następnie skategoryzowano i przedstawiono w wartościach procentowych dla wyodrębnionych grup.

WYNIKI

CHARAKTERYSTYKA BADANYCH GRUP

Badani zawodnicy z Węgier podczas Letnich Igrzysk Paraolimpijskich w Atlancie brali udział w następujących dyscyplinach sportowych: lekkoatletyce, piłce siatkowej, pływaniu, goal ballu, tenisie stołowym, szermierce, lekkoatletyce, tenisie na wózkach oraz podnoszeniu ciężarów. Paraolimpijczycy - reprezentanci Polski uprawiali: lekkoatletykę, piłkę siatkową, podnoszenie ciężarów, pływanie, łucznictwo, żeglarstwo, szermierkę, tenis stołowy oraz ziemny.

W kadrze paraolimpijskiej Węgier – podobnie jak i w polskiej – przeważali mężczyźni, a średnia wieku respondentów w trakcie przeprowadzania badań wynosiła w obydwu grupach około 35 lat. U większości ankietowanych zawodników z Węgier najczęstszą przyczyną niepełnosprawności były wady wrodzone, natomiast z Polski - uraz. Ponad połowa badanych sportowców uczęszczała na treningi systematycznie, przynajmniej dwa razy w tygodniu. Samopoczucie i stan zdrowia

Analizując otrzymane dane w poszczególnych grupach badanych zauważono, iż większość z nich posiadała odczucia pozytywne w stosunku do swojego inwalidztwa. Ten stan jako naturalny – zarówno w I jak i II grupie – uważała jedna czwarta badanych, natomiast akceptowało 23% z grupy I i tylko 13% z grupy II. Osobami niepełnosprawnymi nie czuło się aż 45% z II grupy i zaledwie 7% grupy I. W sposób optymistyczny odbierało inwalidztwo 9% z grupy II i 23% z I grupy. Należy zaznaczyć, że tylko dla 10% paraolimpijczyków z Węgier oraz 4% z Polski nabyta niepełnosprawność stała się przeszkodą w codziennym funkcjonowaniu, natomiast 10% zawodników z grupy I i 2% z II grupy badanych nie wyraziło opinii na ten temat.

Akceptacja swojego inwalidztwa pozwoliła większości ankietowanym wybrać współmałżonka ze środowiska pełnosprawnych (43% - I grupa, 41% - II grupa). W związku małżeńskim z osobą niepełnosprawną pozostawało 7% paraolimpijczyków z Węgier i

³ Indeks znajduje się w Zakładzie Kultury Fizycznej Osób Niepełnosprawnych AWF, w Krakowie i jest na bieżąco uzupełniany.

20% z Polski. Trzeba dodać, iż 43% respondentów z grupy I i 35% z grupy II było stanu wolnego.

Środowisko osób pełnosprawnych było również głównym miejscem pełnienia obowiązków zawodowych, jak i szkolnych dla badanych sportowców (67% - I grupa, 52% - II grupa), natomiast w grupie niepełnosprawnych żadna z osób nie pracowała i nie uczyła się. Na co dzień w środowisku osób mieszkanych (pełno- jak i niepełnosprawnych) pracownikami, uczniami lub studentami było 17% paraolimpijczyków z Węgier i 30% z Polski, przy czym tylko 10% ankietowanych z grupy I i 13% z grupy II to bezrobotni.

Porównując obydwie grupy nie zauważono jedynie zgodności w interpretacji otrzymanych opinii na temat środowiska osób, w którym wypoczywali dorocznie badani paraolimpijczycy. Dotyczyło to przede wszystkim otoczenia zarówno ludzi pełno- jak i niepełnosprawnych, które dawało komfort urlopowania zawodnikom z grupy I (53%) oraz II (56%). Pozostali paraolimpijczycy z Węgier i Polski wypoczywali wyłącznie w środowisku osób pełnosprawnych. Żaden respondent nie izolował się podczas urlopu tylko wśród niepełnosprawnych.

Część ankietowanych zawodników uznało aktywność treningową w wybranych dyscyplinach sportu paraolimpijskiego jako drogę do pozbycia się kompleksów swojej niepełnosprawności i możliwość odnoszenia sukcesów towarzyskich. Dzięki niemu posiadali ogólny szacunek w społeczeństwie (17% - I grupa, 19% - II grupa) i przyjaciół, na których mogli zawsze liczyć respondenci z grupy II (46%). Ich osiągnięcia sportowe były uznawane przez przyjaciół (13% - I grupa, 6% - II grupa), jak i oni sami cieszyli się szacunkiem wśród najlepszych sportowców klubu (20% - I grupa, 6% - II grupa). Pełnili także znaczące funkcje zarówno w swojej reprezentacji, jak i w klubie, gdzie trenowali (7% - I grupa, 4% - II grupa). Należy jednak zaznaczyć, iż w opinii 27% paraolimpijczyków z Węgier i tylko 4% z Polski podczas swojej kariery sportowej nie osiągnęli znaczących sukcesów towarzyskich, natomiast 30% osób z I grupy i 22% z II grupy nie chciało wypowiedzieć się na ten temat.

Obok pozytywnej integracji społecznej środowiska osób pełnosprawnych, uprawianie dyscyplin sportu paraolimpijskiego miało także wpływ na ogólny stan zdrowia. W czasie przeprowadzania badań stwierdzono, iż większość oceniło go jako zdecydowanie lepszy (63% - I grupa, 48% - II grupa) lub lepszy (23% - I grupa, 32% - II grupa) w porównaniu do stanu przed rozpoczęciem treningów. Nie odczuło żadnych zmian 10% paraolimpijczyków z Węgier i 20% z Polski, natomiast tylko w jednym przypadku u zawodnika z grupy I – pogorszył się.

OMÓWIENIE WYNIKÓW

Sport w rehabilitacji społecznej nie jest celem, lecz narzędziem do utworzenia dobrych warunków dla samopoczucia człowieka. Uprawiając go, stwarza się korzystne oddziaływanie wzajemne na siebie. Dlatego też Egyed [1] postrzegał sport jako jeden z najbardziej istotnych elementów procesu rehabilitacji osób niepełnosprawnych, zwłaszcza w aspekcie ich integracji społecznej ze środowiskiem ludzi zdrowych.

Podobnego zdania był Szakonyi [8], który uważał, iż uczestnictwo w treningach sportowych oznacza dla inwalidy nie tylko wypełnienie czasu wolnego, ale likwidowanie zahamowań psychicznych oraz eliminację izolacji społecznej. Również Fejes [2] twierdził, że jest to stworzenie partnerstwa – akceptacji – pomiędzy osobami niepełnosprawnymi, a społeczeństwem ludzi zdrowych.

Powyższe teoretyczne rozważania uzasadniają również wyniki badań własnych, gdzie większość osób uprawiających dyscypliny sportu paraolimpijskiego posiadała odczucia

pozytywne w stosunku do swojego inwalidztwa. Zaakceptowanie nabytej niepełnosprawności pozwoliło im zarówno pracować, uczyć się, jak i wypoczywać przede wszystkim w środowisku ludzi zdrowych. Zdobyli także odwagę na zawarcie związku małżeńskiego z partnerem pełnosprawnym. Wielu reprezentantów Węgier i Polski posiadało sukcesy towarzyskie, które łączone były z otoczeniem ludzi zdrowych.

Pozytywne skutki rehabilitacji sportem, w prezentowanym aspekcie, potwierdziły także badania polskich paraolimpijczyków, osób niepełnosprawnych trenujących siatkówkę oraz łucznictwo [5, 6, 7].

Odmienne rezultaty przedstawiła w swych badaniach ogólnopolskich Ostrowska i współautorzy [3]. Pomimo, iż 56% niepełnosprawnych osób było przynajmniej jednorazowo poddane rehabilitacji leczniczej, to tylko 4% respondentów nie zadeklarowało żadnych ograniczeń. Można przypuszczać, że prowadzona przez nich rehabilitacja w szpitalu, przychodni i sanatorium nie pozbyła ograniczeń skutków inwalidztwa. Bariery te likwiduje dopiero dalsza forma rehabilitacji, prowadzona systematyczną aktywnością sportową, która tworzy nowy zakres działania potwierdzając, iż niepełnosprawność nie jest naruszeniem immanentnej wartości jednostki ludzkiej.

WNIOSKI

1. Według opinii badanych uprawianie sportu jest najlepszym środkiem w osiągnięciu pozytywnego stosunku do stanu niepełnosprawności.
2. Aktywność sportowa likwiduje izolację społeczną środowiska osób niepełnosprawnych i stwarza możliwości życia rodzinnego, edukacyjno-zawodowego oraz towarzyskiego w partnerstwie ze społeczeństwem ludzi zdrowych.
3. Uzyskanie wyniku sugerują potrzebę wskazywania inwalidom możliwości kontynuowania rehabilitacji poprzez sport.

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

PIŚMIENNICTWO

1. Egyed B.: Mozgáskorlázozottak rehabilitációja. [W:] Mozgásszervi sérültek rehabilitációja. Medicina könyvkiadó, Budapest 1992, 263-264.
2. Fejes A.: Testi károsodottak reintegrációja lélektani akadályokkal. Magyar Rehabilitációs Társaság XIV Vándorgyűlés. MEOSZ, Budapest 1990, 16-20.
3. Ostrowska A. i wsp.: Sytuacja ludzi niepełnosprawnych. Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii PAN, Warszawa 1994, 46-48, 54-59.
4. Sobiecka J.: Znaczenie sportu inwalidów w procesie kompleksowej rehabilitacji reprezentantów Polski startujących w igrzyskach olimpijskich osób niepełnosprawnych - aneks. Praca doktorska, AWF Kraków. 1996.
5. Sobiecka J.: Rola sportu w procesie kompleksowej rehabilitacji polskich uczestników Igrzysk Paraolimpijskich. Studia i Monografie, AWF Kraków 2000, 9.

6. Sobiecka J.: Siatkówka jako dyscyplina ułatwiająca akceptację niepełnosprawności w opinii paraolimpijczyków. Człowiek i Ruch, AWF Wrocław. 2001, 1 (3), suplement cz. 2, 30-36.
7. Sobiecka J., Rypień A.: Łucznictwo jako forma rehabilitacji społecznej. Postępy Rehabilitacji. AWF, PTR, PWN Warszawa, 2002, XVI, 1, 57-68.
8. Szakonyi J.: A fogyatékosok helyzete Magyarországon. [W:] Gyógypedagógiai szemle. Budapest 1989, 4, 37-41.

STRESZCZENIE

Celem pracy było ukazanie wpływu uprawiania sportu na sposób odczuwania swojego inwalidztwa przez niepełnosprawnych oraz możliwości ich funkcjonowania w życiu społecznym środowiska osób pełnosprawnych.

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

Wyniki analizy wykazały, iż większość osób uprawiających dyscypliny sportu paraolimpijskiego posiadała odczucia pozytywne w stosunku do swojego inwalidztwa. Zaakceptowanie nabytej niepełnosprawności pozwoliło im pracować, uczyć się i wypoczywać przede wszystkim w środowisku ludzi zdrowych. Zdobyli także odwagę zawrzeć związek małżeński z partnerem pełnosprawnym. Wielu zawodników posiadało sukcesy towarzyskie, które łączone były z otoczeniem osób zdrowych. W opinii większości badanych, obok przyjaznej integracji społecznej środowiska pełnosprawnych, uprawianie dyscyplin sportu paraolimpijskiego miało także wpływ pozytywny na ich ogólny stan zdrowia.

SUMMARY

The aim of the work was to present an influence of practicing sport on the way of seeing their disability by handicapped people and the possibility of existing in social life of healthy people.

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

The results of analysis shown, that the majority of the paralympians had positive feeling about their disability. The acceptance of the disability let them work, study and rest together with healthy people. Some of them, also get married with healthy partner. Many athletes had friends in healthy people community. In opinion of the majority of the questioned, sport had an influence not only on integration but also on their general health state.