

Jakub Niedbalski

Uniwersytet Łódzki

ORCID 0000-0002-2803-7628

DOI: [10.35464/1642-672X.PS.2021.1-2.15](https://doi.org/10.35464/1642-672X.PS.2021.1-2.15)

Rola sportu w procesie urzeczywistnienia idei integracji osób z niepełnosprawnościami

The role of sport in the process of implementing the idea of integration of people with disabilities

ABSTRACT: The research is intended to indicate the role of sport in the lives of people with physical disability, and to determine how sport practicing impacts the change in how a disabled person is seen by fully capable individuals, thus counteracting the social exclusion in this category of citizens. Sport is one of those activities which is not only an opportunity to stay in shape and healthy but also to integrate through the possibility for the disabled to participate in a social life. Sport practicing by a disabled individual leads to mental strengthening, it reduces negative emotions, and at the same time support the process of developing social ties. Sport influences how a person with a disability perceives themselves and their own life situation, but it also affects how they are seen by fully capable individuals. The research will use qualitative data obtained through in-depth unstructured interview technique and undisguised observation conducted among disabled individuals who practice sport. The research material will be analyzed and interpreted in accordance with principles of the grounded theory methodology.

KEYWORDS: disability, sport, social integration, social inclusion, social exclusion.

STRESZCZENIE: Celem badań jest wskazanie roli sportu w życiu osób z niepełnosprawnością fizyczną, a także określenie tego, jak uprawianie sportu wpływa na zmianę sposobu postrzegania człowieka niepełnosprawnego przez osoby pełnosprawne, przeciwdziałając w ten sposób wykluczeniu społecznemu tej kategorii obywateli. Sport jest jedną z tych aktywności, która stanowi nie tylko szansą na utrzymanie sprawności fizycznej i zdrowia, ale także na integrację poprzez stworzenie możliwości uczestnictwa osób niepełnosprawnych

w życiu społecznym. Uprawianie sportu przez osobę niepełnosprawną prowadzi do wzmocnienia psychicznego, redukuje negatywne emocje, a przy tym wspomaga proces rozwoju więzi społecznych. Sport wpływa na to, jak osoba niepełnosprawna postrzega siebie i własną sytuację życiową, ale oddziałuje także na sposób jej postrzegania przez ludzi pełnosprawnych. W badaniach wykorzystane zostaną dane jakościowe zdobyte za pomocą techniki pogłębionego wywiadu swobodnego oraz obserwacji jawnej przeprowadzone wśród osób niepełnosprawnych uprawiających sport. Analiza i interpretacja materiału badawczego prowadzona będzie zgodnie z zasadami metodologii teorii ugruntowanej.

SŁOWA KLUCZOWE: niepełnosprawność, sport, integracja społeczna, inkluzja społeczna, wykluczenie społeczne.

Wstęp

Niepełnosprawność to pojęcie, które w dzisiejszym rozumieniu wprowadziła druga połowa XX wieku. Dawniej funkcjonowały raczej obraźliwe epitefy kierowane w stronę osób niepełnosprawnych. Negatywne określenia, którymi osoby niepełnosprawne naznaczano, spychały je poza nawias tzw. zdrowego społeczeństwa. Z biegiem lat zmieniały się jednak negatywne konotacje owego pojęcia. Zaczęto zauważać, jak wielopłaszczyznowym zjawiskiem jest niepełnosprawność i jak wielu różnych sfer życia ona dotyczy (Pieszak, 2012, s. 135).

Pomimo zachodzących na przestrzeni lat zmian nadal trudno jest uznać sytuację osób niepełnosprawnych za adekwatną do ich potrzeb. Świadczą o tym liczne badania (Kryńska, 2013; Ostrowska, 2015), które dowodzą, że życie osób niepełnosprawnych w Polsce można ocenić jako trudne i wymagające wprowadzenia określonych zmian zarówno na poziomie strukturalnym, systemowym jak i społecznym. W dalszym ciągu dominuje bowiem obraz osoby niepełnosprawnej, jako niesamodzielnej, bezbronnej, nie potrafiącej zadbać o siebie i własne interesy. Osoby niepełnosprawne oceniane są bardzo często jako ludzie słabi, lękliwi, wycofani, nerwowi, niepewni siebie, czy niezadowoleni z życia. Cechy te stanowią element stereotypu i uogólnionego obrazu osoby niepełnosprawnej w społeczeństwie (Ostrowska, 1997, s. 76). Poprzez przypisanie etykiety słabości, czy lękliwości eliminuje się je z wielu dziedzin życia społecznego (Czykwin, 2007, s. 32). Jednocześnie osoby niepełnosprawne postrzegane są jako zasługujące na współczucie, a nie jako partnerzy różnych przedsięwzięć. Jak podaje Antonina Ostrowska, znana polska badaczka (1997, s. 77), można wyróżnić dwie kategorie czynników, które oddają społeczną charakterystykę osoby niepełnosprawnej. Są to: koncentrowanie się na słabościach i ograniczeniach psychicznych jednostki, a także wszystkie te cechy, które utrudniają jej interakcje z otoczeniem. Negatywne postawy wobec niepełnosprawnych wynikają z wysokiej pozycji, jaką w hierarchii wartości zajmują: zdrowie, sprawność fizyczna, siła, sukces, produktywność, zamożność,

niezależność (Kossewska, 2003, s. 3). Zdaniem Romana Ossowskiego na sytuację osób niepełnosprawnych szczególnie wpływ mają następujące czynniki: właściwości społecznego otoczenia, widoczność niepełnosprawności oraz stan materialny osób niepełnosprawnych (Ossowski, 1999, s. 284–286). Znajdując się w niekorzystnym położeniu społecznym osoby niepełnosprawne, zdaniem Ryszarda Szarfenberga (2008, s. 4) mogą mieć równocześnie problemy z podmiotowością, wolnością wyboru, równouprawnieniem i pozytywnym wizerunkiem społecznym.

Negatywne postawy i oczekiwania ludzi sprawnych wobec osób niepełnosprawnych mają ujemny wpływ na zachowanie tych ostatnich wobec siebie i wobec ludzi zdrowych. Utrudniają przystosowanie się i akceptowanie własnej niepełnosprawności, zniechęcają do podejmowania wysiłku, a czasem rodzą poczucie pogardy dla samego siebie i swojej niepełnosprawności. Osoby, które otrzymują nieporównanie więcej przykrych zwrotnych informacji na własny temat mogą, ukształtować negatywną tożsamość (Czykwin, 2008a, s. 19; Goffman, 1963). Procesy dehumanizacji związane z wykluczeniem w skrajnych wypadkach mogą też prowadzić do wzrostu poczucia winy, a nawet osłabienia czy utraty identyfikacji z innymi i ich reifikacji (Czykiwn, 2008, s. 20). Człowiek niepełnosprawny ma często problemy z akceptacją siebie, czuje się mniej atrakcyjny, towarzyszy mu zaniżone poczucie własnej wartości, izolacja od reszty pełnosprawnego społeczeństwa, z którym się identyfikuje (Pieśzak, 2012, s. 136).

Z tego względu osoby niepełnosprawne są tą kategorią społeczną, o której nierzadko mówi się w kontekście wykluczenia i marginalizacji. Marginalność ta dotyczy jednostki niepełnosprawnej lub grupy społecznej (niepełnosprawnych) w zakresie różnych form funkcjonowania: sfery wytwórczości, sfery spożycia, socjalnej, polityki, szeroko pojętej sfery kultury, określającej możliwość pełnienia ról społecznych odpowiadających standardom grup dominujących (Nowak, 2005, s. 50). Marginalnej sytuacji osób niepełnosprawnych towarzyszą liczne stereotypy na ich temat. Ludzi niepełnosprawnych opatruje się rozmaitymi etykietami, które są nacechowane negatywnymi ocenami moralnymi i wyrażają lęk, pogardę, obrzydzenie lub litość. Potwierdza to dominującą pozycję i wyższość stygmatyzujących wobec stygmatyzowanych (Goffman, 1963).

Mimo to nieustannie czyni się starania, aby zapobiegać wszelkim tego typu sytuacjom bądź minimalizować ich skutki. W tym celu prowadzi się szeroko zakrojoną politykę integracji i normalizacji życia osób niepełnosprawnych. Wszystko po to, aby włączyć je do głównego nurtu życia społecznego. Robi się to na wiele sposobów, przy czym za szczególnie istotne uznaje się wszech-

stronne aktywizowanie osób niepełnosprawnych w różnych dziedzinach życia. Jedną z takich form aktywności jest sport (Pieszak, 2012, s. 136). Aleksandra Łuszczyńska (2011) dowodzi, iż zadowolenie z uprawiania aktywności fizycznej lub sportu, to jeden z determinantów jakości życia ludzi niepełnosprawnych. Z kolei według Zofii Żukowskiej (2006, s. 126), człowiek niepełnosprawny może nie tylko żyć normalnie, ale też czerpać z życia radość. Jak dalej pisze przywołana autorka, jedną z takich dróg jest sport, który można postrzegać jako szansę zarówno dla indywidualnego rozwoju jednostki, jak i jej społecznej integracji.

Integracyjna funkcja sportu uprawianego przez osoby niepełnosprawne

W sporcie osób niepełnosprawnych od początku podkreślano jego funkcję zdrowotną i leczniczą oraz integrującą środowisko niepełnosprawnych i pełnosprawnych członków społeczeństwa (Tasiemski, Koper, 2013, s. 128). Skutecznie służy on integracji osób niepełnosprawnych ze społecznością ludzi zdrowych, wspiera proces aktywizacji zawodowej i poprawia stan zdrowia (Femniak, 2006, s. 65). Z tego względu uważa się, iż sportowe formy rehabilitacji należą do fundamentalnych w przygotowywaniu osób niepełnosprawnych do jak najpełniejszego uczestnictwa w życiu społecznym, zawodowym i rodzinnym (Molik, Morgulec-Adamowicz, Kosmol, 2008, s. 8). Na tej podstawie zasadza się przekonanie, że sport pomaga w przezwyciężaniu lęków, osamotnienia i kompleksów (Olszewski, Parys, Trojańska, 2012). Sport jako jedna z podstawowych form aktywności fizycznej służy zaspokajaniu potrzeb jednostki niezbędnych w procesie jej prawidłowego rozwoju fizycznego, społecznego i psychicznego (Grzeszczyk, 2008, s. 81). W związku z tym aktywność sportową osób niepełnosprawnych nierzadko ujmuje się jako „formę uczestnictwa w kulturze fizycznej, której głównym celem jest utrzymanie i rozwój sprawności funkcjonalnej odzyskanej w procesie rehabilitacji leczniczej, a w przypadku osób wyrażających potrzebę współzawodnictwa, dążenie do osiągnięcia jak najlepszych rezultatów” (Tasiemski, Koper, 2013, s. 117).

Sport osób niepełnosprawnych został zapoczątkowany w ubiegłym stuleciu, a na jego rozwój szczególnie wpływ miały nowo powstające organizacje, których celem było kierowanie i zarządzanie różnymi formami aktywizowania ludzi dysfunkcjami psychofizycznymi (Rekowski, Wilk, 1997, s. 109–112). Na przestrzeni lat zmianom ulegały zarówno warunki jak i możliwości uprawiania sportu przez osoby niepełnosprawne, a kolejne towarzyszące temu procesowi wydarzenia wyznaczały stopniowe przechodzenie od rehabilitacji poprzez

rekreację do sportu wyczynowego (Molik, Morgulec-Adamowicz, Kosmol, 2006, s. 63). Początkowo sport niepełnosprawnych służył przede wszystkim usprawnianiu funkcjonalnemu osób ze schorzeniami narządu ruchu. Później rozwinął się sport wyczynowy, a w jego obszarze sport paraolimpijski.

Obecnie sport niepełnosprawnych stanowi jedną z ważniejszych form aktywizacji i uczestnictwa w życiu społecznym osób z różnego rodzaju dysfunkcjami fizycznymi, a także intelektualnymi, pełniąc tym samym istotną rolę integracyjną (Wilski, Nadolska, Dowling, MCConkey, Hassan, 2012, s. 86). Sport sprzyja więc zmianom w społecznym postrzeganiu osób niepełnosprawnych, a przede wszystkim tolerancji wobec tej kategorii ludzi.

Według Wiktora Degi (1971), znanego polskiego badacza w dziedzinie rehabilitacji, sport powinien umożliwiać osobom niepełnosprawnym utrzymanie sprawności fizycznej, wzmacniać poczucie własnej wartości jednostki oraz poprawiać jej kondycję psychiczną.

Zgodnie ze słowami prekursora sportu osób niepełnosprawnych fizycznie, Ludwiga Guttmanna, „dla osoby niepełnosprawnej sport powinien być skutecznym środkiem przywracania kontaktu ze światem zewnętrznym, ułatwiając integrację tych osób ze społecznością obywatelską” (Guttmann, 1976; za Sobiecka, 1999, s. 119).

Aktywność sportowa osób niepełnosprawnych ma więc istotne znaczenie w życiu poszczególnych jednostek, przyczyniając się do ich integracji i adaptacji w społeczeństwie. Przy czym biorąc pod uwagę wielowątkowość i wieloaspektowość uprawiania sportu, można aktywności tej przypisać różne funkcje. Po pierwsze, aktywność sportową traktuje się jako atrakcyjny rodzaj usprawniania ruchowego, wykorzystujący naturalne formy ruchu. Po drugie, to wszechstronne oddziaływanie na osobę, które może być źródłem pozytywnych doświadczeń w różnych obszarach jej funkcjonowania. Po trzecie, sport traktowany jest jako intensywne doświadczenie różnych aspektów własnej cielesności, pozwala rozpoznać rzeczywiste możliwości uszkodzonego organizmu, wspomagając w ten sposób zarządzanie własnym ciałem. Po czwarte, działalność sportowa sprzyja inicjowaniu i rozwijaniu własnej aktywności przez osoby niepełnosprawne (Tasiemski, Koper, 2013, s. 126).

Współczesnym pojęciem, które łączy zróżnicowane przejawy uczestniczenia osób niepełnosprawnych w aktywności fizycznej, jest adaptowana aktywność fizyczna, AAF (ang. *adapted physical activity*), zwana też dostosowaną aktywnością ruchową (Tasiemski, Koper, 2013, s. 122). Istotnym elementem AAF jest natomiast sport adaptowany (ang. *adapted sport*), czyli sport zmodyfikowany lub stworzony z myślą o indywidualnych, specjalnych potrzebach osób z niepełnosprawnością. Zgodnie z aktualną definicją, AAF to interdyscy-

plinarna dziedzina nauki ukierunkowana na rozpoznawanie i wyjaśnianie indywidualnych różnic w zakresie aktywności fizycznej. Obejmuje ona obszar zarówno badań naukowych, jak i świadczenia usług. Akcentuje i wspiera postawę akceptacji wobec odmienności, opowiadając się za powszechnym dostępem do sportu i nawołując do aktywnego stylu życia. Promuje nowe rozwiązania i inicjatywy związane z aktywnością fizyczną, zalecając tworzenie kompleksowych programów i systemów wsparcia, wzmocnienia i upodmiotowienia jednostek (Tasiemski, Koper, 2013, s. 123).

Metodologia badań

Materiał badawczy wykorzystany w niniejszym opracowaniu stanowią osobiste doświadczenia osób niepełnosprawnych, które realizują swoją aktywność fizyczną poprzez uczestnictwo w różnych formach sportu. Z przedstawicielami tej kategorii osób niepełnosprawnych, przeprowadzone zostały wywiady swobodne nieustrukturyzowane. Stosując triangulację danych w badaniach wykorzystano także zapisy z obserwacji poczynionych podczas spotkań i imprez sportowych, treningów oraz konsultacji.¹

Przesłanki, które stały za wyborem powyższych technik, wynikają po pierwsze z przyjętych założeń ontologicznych (ludzkie doświadczenia, interpretacje, wiedza, oceny, interakcje uznaje się za znaczące właściwości rzeczywistości społecznej) i epistemologicznych (prawomocnym sposobem generowania danych na podstawie tych założeń ontologicznych, są interakcja, rozmowa z ludźmi, słuchanie opowieści i uzyskanie dostępu do wiedzy, ocen, wrażeń jednostek). Po drugie, uzyskane dane mają dzięki temu charakter całościowy i pogłębiony, co zgodne jest ze słowami Rubin i Rubin, według których „badania jakościowe stosuje się w odniesieniu do zagadnień wymagających głębszego zrozumienia, któremu najlepiej służą szczegółowe przykłady i rozbudowana narracja” (Rubin, Rubin, 1997, s. 205).

Analiza i interpretacja materiału badawczego prowadzona jest zgodnie z zasadami metodologii teorii ugruntowanej (Charmaz, 2006; Glaser, 1978; Glaser, Strauss, 1967; Strauss, Corbin, 1990). Dobór kolejnych przypadków miał charakter teoretyczny, i opierał się na metodzie ciągłego porównywania, co oznacza, że kolejne przypadki dobierane były na podstawie bieżących usta-

¹ Artykuł powstał / badania przeprowadzono w ramach projektu „Aktywność fizyczna źródłem zmiany w życiu osoby z trwałą dysfunkcją organizmu – analiza procesu rekonstrukcji tożsamości” (nr 2015/17/D/HS6/00184), prowadzonego w Uniwersytecie Łódzkim, finansowanego przez Narodowe Centrum Nauki.

leń analitycznych, nie zaś ustalonych przed badaniem założeń (Konecki, 2000, s. 70). Dobór przypadków trwał do momentu osiągnięcia teoretycznego nasycenia (*theoretical saturation*) wygenerowanych kategorii analitycznych (Glaser, Strauss, 1967, s. 61).

Motywy wyboru wskazanej metody była potrzeba poznania „faktycznych” sposobów życia, działań jednostkowych, procesów tworzenia znaczeń, a zatem, pragnienie zbliżenia nauki do „życia” i *poznawania rzeczywistości społecznej z punktu widzenia tworzących tę rzeczywistość podmiotów* (Wyka, 1993, s. 34).

Rola sportu w walce z marginalizacją i wykluczeniem społecznym osób niepełnosprawnych

Oddziałując wszechstronnie na osobę niepełnosprawną – jak twierdzą Tasiemski i Koper (2013, s. 126–127) – sport stanowi źródło pozytywnych doświadczeń, pomagając jej w rozpoznaniu rzeczywistych możliwości uszkodzonego organizmu, kompensowaniu zaistniałych dysfunkcji, odzyskaniu niezależności samoobsługowej, podniesieniu samooceny, kształtowaniu wytrwałości w przezwyciężaniu własnych słabości oraz pokonywaniu trudności. Poza tym aktywność sportowa stwarza warunki do nawiązywania różnego rodzaju interpersonalnych relacji, co sprzyja integracji społecznej. Natomiast profesjonalizacja sportu niepełnosprawnych sprawia, że staje się on coraz bardziej widowiskowy, a rozwój współpracy między różnymi organizacjami odpowiedzialnymi za sport osób pełno- i niepełnosprawnych przyczynia się do integracji obu środowisk sportowych. Dzięki temu możliwa jest popularyzacja sportu paraolimpijskiego w społeczeństwie, a także promocja pozytywnego wizerunku sportowca niepełnosprawnego (Tasiemski, Koper, 2013, s. 126–127).

W związku z tym, uprawianie sportu może nie tylko prowadzić do integracji społecznej, ale także przeciwdziałać wykluczeniu osób niepełnosprawnych. Przy czym charakter owego przeciwdziałania będzie do pewnego stopnia uzależniony od specyfiki poszczególnych typów aktywności sportowej, począwszy od sportu rehabilitacyjnego, poprzez sport rekreacyjny, a na wyczynowym skończywszy.

W wypadku uprawiania sportu rehabilitacyjnego, mamy do czynienia z sytuacją, w której osoba niepełnosprawna poprzez działania zmierzające stricte do poprawy swojego stanu fizycznego, osiąga taki stopień sprawności, który pozwala jej na samodzielność i niezależność od innych osób (w zależności od indywidualnych cech). W tej sytuacji sport, będzie szczególnie istotny z perspektywy nabyciu takiej sprawności fizycznej, która pozwoli na swo-

bodne przemieszczanie się, np. korzystanie ze środków transportu miejskiego, poruszanie się w miejscach publicznych, itd., bez konieczności rezygnowania z uczestnictwa w różnych sfera aktywności życiowej. W ten sposób osoba niepełnosprawna będzie miała szansę na włączenie się główny nurt życia społecznego.

Od kiedy więcej się rusza, zacząłem chodzić na treningi, to mam znacznie lepszą kondycję i też zupełnie inaczej podchodzę do moich możliwości, bo czuję, że mogę więcej niż kiedyś. To kwestia mojej kondycji, ale też psychiki, bo jedno z drugim jest ściśle powiązane. Teraz nie ma większych oporów, żeby gdzieś iść, coś zrobić, po prostu czuję się bardziej samodzielny niż kiedyś [fragment wypowiedzi niepełnosprawnego sportowca – wywiad 4]

Należy oczywiście brać pod uwagę ogólny stan infrastruktury komunikacyjnej, dostosowanie przestrzenne i funkcjonalne oraz zaimplementowane rozwiązania architektoniczne m.in. ułatwiające przemieszczanie się osób niepełnosprawnych, a także powszechność takich rozwiązań, bowiem dopiero one wraz z fizycznymi możliwościami osób z różnymi dysfunkcjami faktycznie dają potencjalne szanse na uczestnictwo w całokształcie życia publicznego tej kategorii obywateli.

W pewnym uproszczeniu – jak podają Tasiemski i Koper (2013) – można przyjąć, że rehabilitacyjna rola sportu trwa dopóty, dopóki obserwowana jest poprawa stanu funkcjonalnego osoby niepełnosprawnej pod wpływem tejże aktywności. W momencie, gdy osoba ta osiągnie maksymalny poziom sprawności funkcjonalnej, odpowiednio do rodzaju i zakresu swojej niepełnosprawności, uprawianie sportu przyjmuje zazwyczaj jedną z dwóch form: rekreacyjną lub wyczynową. W tym pierwszym przypadku, sport pełni rolę rozrywkową a więc zarówno pozwalającą miło i aktywnie spędzić czas, robiąc to dla satysfakcji i własnej przyjemności. Uprawianie sportu pozwala w tym przypadku na kontakt z innymi osobami niepełnosprawnymi, które mają podobne problemy i zmagają się często z takimi samymi trudnościami zdrowotnymi. Jest to ta forma aktywności fizycznej, która zasadniczo nie jest konieczna z perspektywy rehabilitacji, jednak posiada jej walory, co oznacza, że osoby niepełnosprawne dzięki niej poprawiają, a przede wszystkim utrzymują określony, zdobyty dzięki rehabilitacji, stan sprawności. Przede wszystkim jednak to aktywność, która ma charakter dobrowolny i łączy się ze spędzaniem czasu wolnego w sposób przyjemny, ale aktywny i rozwijający zarówno fizycznie jak i społecznie (wiąże się z kategorią czasu wolnego i ma charakter fakultatywny, co oznacza, że osoba niepełnosprawna nie jest w żaden sposób zobligowana

do jego uprawiania). Dzięki sportowi w wymiarze rozrywkowym osoby niepełnosprawne zyskują możliwość współuczestniczenia w grupach, w których skupieni są inni niepełnosprawni, co ułatwia otwarcie w stosunku do innych ludzi. Warto odnotować, że przypadku grup homogenicznych szybciej przebiega proces adaptacji nowych osób. Identyfikacja z grupami, których ideologie nie są tak deprecjonujące i zagrażające dla dobrostanu jednostki, dają szansę na skuteczne radzenie sobie ze stygmatem. Takimi grupami są przede wszystkim te, które składają się z członków posiadających podobny dezawuuujący atrybut (Czykwin, 2008a, s. 18). Co więcej pomiędzy członkami takie grupy rozwijają się także pozasportowe relacje interpersonalne, które nierzadko przeistaczają się w kontakty koleżeńskie lub nawet przyjacielskie. Grupy takie są także źródłem wiedzy o tym, jaki sobie radzić i jak rozwiązywać (praktycznie) problemy dnia codziennego. Grupa jest miejscem dzielenia się doświadczeniami pomiędzy osobami niepełnosprawnymi, które borykają się często z podobnymi problemami życiowymi. Warto zaznaczyć, że jest to swoiste „stadium pośrednie” pomiędzy rehabilitacją fizyczną i, a „wyjściem ku społeczeństwu”, czyli uczestnictwem w życiu codziennym w kontaktach z osobami zdrowymi, pośredniczące w procesie „przepracowywania” własnej niepełnosprawności.

W tym kontekście grupa, w której może być prowadzona aktywność sportowa jest środowiskiem wsparcia, wzmacniającym mentalnie jednostkę poprzez gromadzenie ludzi o podobnych problemach, ale jest także polem wymiany i dzielenia się z innymi problemami dnia codziennego. Sprawy, które mogą być podejmowane w ramach grupy zazwyczaj wykraczają daleko poza sferę sportu, odnosząc się do chociażby aspektów higieny osobistej, czy załatwiania spraw z różnymi agendami i instytucjami, itd. Członkowie grupy zdobywają zatem wiedzę praktyczną, która pomaga im w rozwiązywaniu bieżących problemów, dotyczących życia na co dzień. Grupa taka pomaga również odizolować się na chwilę od spraw przyziemnych i skoncentrować się na zupełnie innej aktywności. Negatywne skutki stygmatyzacji są łagodzone dzięki grupom wsparcia i pozytywnym znaczącym innym (Czykwin, 2008a, s. 19).

Będąc tutaj nabrałem przekonania, że pomimo moich dolegliwości, i tego, że praktycznie nikt nie wróżył, że coś ze mnie jeszcze będzie, mi udało się nie tylko pokonać własne lęki, osiągnąć założone cele, ale mogłem różnym niedowiarcom powiedzieć prosto w oczy „zobaczcie, jestem sportowcem” [fragment wypowiedzi niepełnosprawnego sportowca – wywiad 12].

Takie pozytywne wzmocnienie, powstające dzięki budowaniu więzi grupowych, a także możliwości pokazania otoczeniu, że jest się funkcjonalną jed-

nostką stanowi, z jednej strony, ważne źródło do realizacji swoich planów życiowych, z drugiej zaś sprzyja jej *samoakceptacji*. W tej perspektywie jednostka staje się przedmiotem refleksji nad samym sobą, a tym samym wszelkie podejmowane przez nią aktywności zorientowane są na nią samą. Jednostka w ramach grupy uzgadnia plany działania i permanentnie reinterpretuje rzeczywistość w interakcji z jej członkami a, równoległe prowadzi dyskusję z samą sobą. Dzięki owym interakcjom i swoistym autonarracjom uzyskuje klucz do interpretacji swojego miejsca w świecie i tego, co w danej sytuacji należy czynić (Mead, 1934). W ten sposób niepełnosprawne wychodzą ze stygmatem w obręb społeczny, upubliczniają go i pokazują, na co można spojrzeć z perspektywy walki o usankcjonowanie inności i wyzwolenie ze społecznej marginalności. Grupy takie niwelują w znacznym stopniu samotność i bezradność stygmatyzowanych jednostek, realnie wspierając ich tożsamość (Rusaczyk, 2008, s. 253).

Po wypadku byłem w dołku. Właściwie świat mi się zawalił. Myślałem, że lepiej było mi zginąć, niż zostać kaleką. To był ciężki czas, więc jak przyszła Maria (imię zmienione – JN), i powiedziała, że ja mogę jeszcze to czy tamto i, że tacy jak ja to nawet grają, to myślałem, że jej odbiło. Ale mimo wszystko chciałem wyjść, bo nie mogłem już dłużej tak w zamknięciu siedzieć. Dałem się namówić. (...) Teraz wiem, że to było najlepsze w całej tej sytuacji, co mogłem zrobić. To pozwoliło mi spojrzeć inaczej na moje życie, wyzwolić się z czarnych myśli i nabrać przekonania, że mogę w miarę normalnie żyć, pracować i dalej funkcjonować wśród ludzi [fragment wypowiedzi niepełnosprawnego sportowca – wywiad 7].

Znaczenie rekreacji fizycznej dla jakości życia osób niepełnosprawnych – jak podkreślają Tasiemski i Koper (2013, s. 129) – zostało dostrzeżone już wcześniej w wielu krajach świata, gdzie organizacje pozarządowe działające na rzecz środowiska osób niepełnosprawnych przedstawiają szeroką ofertę obozów, wyjazdów itp. z programem sportów rekreacyjnych przeznaczonych dla całych rodzin. Jak dalej dodają wspomniani autorzy, udział osób niepełnosprawnych w rekreacji fizycznej z pewnością będzie pożądaną formą spędzania czasu wolnego, ale poza funkcją terapeutyczną (podtrzymywanie odzyskanej sprawności), powinien mieć wpływ na wydajniejszą pracę (czynny wypoczynek od obowiązków zawodowych), a także sprzyjać szerszym kontaktom społecznym. Udział w rekreacji fizycznej ułatwia samoocenę własnych możliwości, a w efekcie – aktywniejsze życie społeczne. Nie bez znaczenia jest też fakt, że umiejętność aktywnego wypoczynku buduje pozytywny wizerunek osoby niepełnosprawnej (współcześnie właściwie każdej osoby) (Tasiemski, Koper,

2013, s. 129). Radzenie sobie ze stygmatem, jak pisze Czykwin (2008b: 232), stanowi ważny element ogólniejszej kategorii rozwijanej przez Goffmana czyli manipulowania wrażeniami. Wiąże się ona z próbą kontrolowania tego, jak widzą nas inni.

Ta ostatnia cecha, a więc budowanie wizerunku, ujawnia się szczególnie wyraźnie w przypadku kolejnej opisywanej tutaj formie aktywności fizycznej osób niepełnosprawnych, a więc sportu wyczynowego. Przede wszystkim, na co należy zwrócić uwagę, to fakt, iż poza wcześniejszymi cechami, sport uprawiany wyczynowo wspomaga proces zmiany społecznego postrzegania osób niepełnosprawnych w ogóle. Osoby niepełnosprawne uprawiające sport wyczynowy są swego rodzaju ambasadorami wszystkich niepełnosprawnych, a dzięki swoim sukcesom i ich nagłaśnianiu przez media, aktywnie działają na rzecz przeciwdziałania społecznemu wykluczeniu tej kategorii obywateli. A mimo iż, niepełnosprawni sportowcy stanowią z oczywistych względów niewielki odsetek wśród wszystkich osób z dysfunkcjami motorycznymi, to jednak pełnią bardzo ważną rolę w walce o równouprawnienie i równe traktowanie wszystkich niepełnosprawnych. Warto przy tym podkreślić, że sportowcy niepełnosprawni uprawiających sport wyczynowo, podejmują swoistą walkę ze stygmatem, która polega nie tylko na upublicznianiu, ale wręcz eksponowaniu stygmatu. Taką linię obrony można nazwać „obroną przez atak”, co nie jest często spotykanym zjawiskiem wśród osób/kategorii osób ze stygmatem (por. Czykwin, 2008a, s. 20–21).

Prawda jest taka, że bez determinacji, olbrzymiego wysiłku i samozaparcia, to dużo bym nie zrobiła. Żeby mieć osiągnięcia, trzeba się przyłożyć. Osoby niepełnosprawne, które myślą o karierze sportowej muszą teraz pracować i angażować się tak samo, jako pełnosprawni sportowcy wyczynowi. Poziom jest coraz większy. Żeby znaleźć się w czołówce trzeba się zaangażować. (...) Daje mi to poczucie wolności, tego, że mogę coś faktycznie zrobić z moim życiem i nie boję się tego powiedzieć, pokazać innym, że stać mnie na to i że jestem w stanie walczyć z najlepszymi [fragment wypowiedzi niepełnosprawnego sportowca – wywiad 11].

Sport wyczynowy niepełnosprawnych wiąże się z kategorią zawodowstwa, bowiem zaczyna coraz częściej stanowić pracę zarobkową. Wiążą się z tym określone konsekwencje, bowiem, gdy dana osoba zdecyduje się uprawiać sport wyczynowy, jest zmuszona do podjęcia określonych wyzwań, a także zachowania określonego rygoru i dyscypliny. Jest to bowiem jednym z warunków osiągnięcia sukcesów a tym samym uczynienia ze sportu aktywności przynoszącej realne korzyści finansowe, czyli traktowanego w sposób zawo-

dowy. Sport wyczynowy stawia bardzo wysokie wymagania, a od sportowców oczekuje się bardzo dobrych wyników. Można je osiągnąć, gdy człowiek posiada określone uzdolnienia, ma odpowiednie predyspozycje, potrafi wytrzymać obciążenia fizyczne i psychiczne, przede wszystkim zaś gotów jest podjąć bardzo wyczerpującą, długotrwałą i obciążającą pracę nad sobą. Z tego względu uznaje się, że współczesny sport wyczynowy niepełnosprawnych osiągnął już tak wysoki poziom, że bez odpowiednich predyspozycji oraz bez podporządkowania całego życia działalności sportowej, trudno myśleć o uprawianiu go na poziomie wyczynowym (Tasiemski, Koper, 2013, s. 130).

Wnioski

Prowadzone badania pozwalają postawić tezę, która wskazuje na to, że uprawianie sportu przez osoby niepełnosprawne umożliwia ich włączanie w krwiobieg życia społecznego (Kaczorowski, 2005). Oznacza to, że osoby te poprzez aktywność fizyczną zyskują możliwość realnego wpływania na własne życie, a także sposobność działania opartego na partnerstwie równoprawnych podmiotów życia społecznego. Odbywa się to na zasadzie psychicznych i społecznych przeobrażeń w sposobie percypowania osób z dysfunkcjami ciała i związane jest z procesem inkluzji oraz integracji tychże osób w ramach szerszych mas społecznych (zob. Waśkowski, 2011). Mechanizm ten dotyczy zarówno przemian na poziomie indywidualnym, jednostkowym osoby niepełnosprawnej i oznacza rekonstrukcję w sposobie postrzegania siebie samej takiej osoby, ale odnosi się także do zmiany obrazu osoby niepełnosprawnej obecnego w społeczeństwie i oznacza jego pozytywną przemianę od podejścia stereotypowego do podkreślania polityki równouprawnienia.

Przed wszystkim, prointegracyjna i proinkluzyjna rola sportu ujawnia się w tym, że jego uprawianie sprzyja **budowaniu poczucia sprawstwa** oraz **podmiotowości** osoby niepełnosprawnej, co dokonuje się poprzez wskazanie perspektywy życia aktywnego, w którym możliwa jest samorealizacja, ale także realny wpływ na bieg codziennych wydarzeń. Sport stwarza zatem możliwości zrekonstruowania obrazu siebie z osoby niepełnosprawnej postrzeganej jako nieporadna, zależna od innych i wymagająca stałej opieki, w stronę osoby-sportowca, uosabiającego niezależność, siłę, odwagę a także dynamikę i życiową witalność. Dzieje się tak, bowiem sport pozwala spojrzeć na własne ciało z innej perspektyw, wyjść poza obraz siebie jako „kaleki” w kierunku nowych definicji własnej osoby (Niedbalski, 2015).

Ponadto osoby niepełnosprawne, które uprawiają sport zazwyczaj realizują tę aktywność w ramach określonych instytucji czy organizacji. Wcho-

dząc do nich, stają się również członkami mniej sformalizowanych grup opartych na więziach koleżeństwa. Można zatem postawić tezę, iż sport umożliwia poznawanie innych ludzi i **zawiązywanie relacji interpersonalnych**, których efektem mogą być dalsze wsparcie, pomoc, a czasem przyjaźnie, które z kolei mogą się przerodzić w trwałe związki – w ten sposób ożywia sferę kontaktów interpersonalnych, co stwarza warunki do poszukiwania znaczących innych.

Dodatkowym aspektem uczestnictwa w tak tworzonych grupach oraz instytucjach sportowych jest możliwość obcowania z innymi niepełnosprawnymi, którzy, dzięki swoim umiejętnościom, sile i kondycji fizycznej, mogą stać się żywym i namacalnym dowodem na to, że osoba z dysfunkcjami ciała, która podejmie trud **pracy nad samą sobą**, dzięki własnym działaniom może zmienić nie tylko swój wizerunek, ale także całe swoje życie. Jednocześnie sposobność obserwowania takich pozytywnych przykładów, które zaświadcza- ją o możliwościach osób niepełnosprawnych, pobudza do działania i rodzi nadzieję, na to, że także inne osoby są w stanie zrobić coś z własnym życiem, skutecznie przeciwstawiając się własnym słabościom i ograniczeniom. W tym wypadku sport jest nośnikiem określonych, proinkluzywnych wartości, takich jak budowanie poczucia wiary we własne siły, czy podtrzymywanie nadziei na możliwość zmiany własnego życia, które wywołują w osobie niepełnosprawnej chęć włączenia się w różnego rodzaju działania.

Sport powoduje również, że dana osoba zdobywa bazę wspomagającą proces podejmowania działań zmierzających do **realizowania aktywności w innych obszarach życia**. Sport jest bowiem nośnikiem zarówno mobilizującej jak i pouczającej wartości życiowej. Przy czym wspomniane przemiany w systemie wartości nie ograniczają się wyłącznie do sfery psychiki jednostki, ale sięgają dalej, prowadząc do przełamania barier społecznych związanych ze stereotypowym postrzeganiem osób niepełnosprawnych jako ludzi roszczeniowych i zależnych od innych. W tym kontekście sport jawi się jako jedna z aktywności osób niepełnosprawnych, która, może stanowić ważne źródło dla kształtowania się pozytywnych postaw społeczeństwa wobec tej kategorii osób.

W ten sposób sport niepełnosprawnych pokazuje inne oblicze niepełnosprawności, które każe zmienić dotychczasowe sposoby myślenia o osobach z różnego rodzaju dysfunkcjami i pozbyć się stereotypowego ich postrzegania na rzecz budowania wizerunku osób niepełnosprawnych, w którym istotną rolę odgrywa samodzielność, zaradność i niezależność. Sport wpływa zatem wieloaspektowo na sytuację osoby niepełnosprawnej. W wymiarze indywidualnym prowadzi bezpośrednio do wzmocnienia organizmu, poprawy formy fizycznej, a to przekłada się na większą siłę, witalność i samodzielność osoby niepełnosprawnej, która dzięki uprawianiu sportu staje się bardziej spraw-

na fizycznie. Przy czym nie chodzi wyłącznie o sprawność fizyczną, ale także psychospołeczną, bowiem osoba uprawiająca sport jest bardziej pewna siebie, wierzy we własne możliwości i jest mniej podatna na różnego rodzaju negatywne sytuacje. Uprawianie sportu, zwłaszcza, gdy łączy się z uczestnictwem w imprezach sportowych, może być także możliwością odróżnienia się od innych osób niepełnosprawnych, które nie podejmują takiej działalności, ale to również kreowanie pozytywnego wizerunku wśród osób pełnosprawnych, a w niektórych przypadkach, gdy mowa jest o sportowcach wyczynowych, także poczucia dumy oraz źródła prestiżu społecznego. To także pole do rywalizacji, sprawdzenia własnych umiejętności oraz zademonstrowania innym swoich możliwości. Tym samym jest to sposobność do tego, aby udowodnić osobom pełnosprawnym, że jest się dostatecznie silnym, zmotywowanym i zaradnym, aby móc być aktywnym, walecznym, mieć pasje, itd. Sport może zatem przyczynić się do zwiększenia siły osobowości i wpływać na tożsamość jednostki go uprawiającej, co skutecznie warunkuje jej osiągnięcia w różnych, pozasportowych sferach życia.

Bibliografia

- Charmaz, K. (2006). *Constructing Grounded Theory. A Practical Guide Through Qualitative Analysis*. London, New Delhi: Sage Publications
- Czykwin, E. (2007). *Stygmat społeczny*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Czykwin, E. (2008a). Wstęp. W: E. Czykwin, M. Rusaczyk (red.), „Gorsi inni” – badania (ss. 7–23). Białystok: Trans Humana.
- Czykwin, E. (2008b). Jawny i ukryty stygmat społeczny. Próby zastosowania w kontekście mniejszości narodowych. W: E. Czykwin, M. Rusaczyk (red.), „Gorsi inni” – badania (ss. 229–248). Białystok: Trans Humana.
- Dega, W. (1971). Sport i turystyka jako czynnik rehabilitacji osób poszkodowanych na zdrowiu. W: J. Beck, K. Walicki (red.), *Możliwości uprawiania sportu przez inwalidów* (ss. 15–25). Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Femniak, J. (2006). Paraolimpiady w świetle antropologii filozoficznej W: J. Nowocien (red.), *Spoleczno-edukacyjne oblicza olimpiizmu. Ruch olimpijski i niepełnosprawni sportowcy* (ss. 65–70). Warszawa: AWF w Warszawie, Polska Akademia Olimpijska.
- Glaser, B. (1978). *Theoretical Sensitivity*. San Francisco: The Sociology Press
- Glaser, B., Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded theory. Strategies for qualitative research*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Goffman, E. (1963). *Stigma. Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs (N.J.): Prentice-Hall.
- Grzeszczyk, S. (2008). Sport i turystyka w rehabilitacji osób niepełnosprawnych. W: Jerzy Rottmund (red.), *Wybrane aspekty pracy z niepełnosprawnymi* (s. 81 – 88). Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.

- Kaczorowski, W. (2005). *Aktywność fizyczna jako stymulator poprawy sytuacji życiowej osób niepełnosprawnych*. W: D. Ślęzak (red.), *Spoleczne i organizacyjne aspekty aktywności turystyczno-rekreacyjnej osób niepełnosprawnych* (ss. 16–26). Warszawa: Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze.
- Konecki, K. (2000). *Studia z metodologii badań jakościowych. Teoria ugruntowana*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kossewska, J. (2003). Społeczeństwo wobec osób niepełnosprawnych – postawy i ich determinanty. *Studia Psychologica I (Annales Academiae Paedagogicae Cracoviensis)*, 14, 1–11.
- Kryńska, E. (red.) (2013). *Analiza sytuacji osób niepełnosprawnych w Polsce i Unii Europejskiej, Raport przygotowany w ramach projektu: Zatrudnienie osób niepełnosprawnych – perspektywy wzrostu*. Warszawa: Wydawnictwo IPISS.
- Łuszczynska, A. (2011). *Psychologia sportu aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Mead, G. (1934). *Mind, Self and Society*. Indianapolis: Bobbs-Merrill.
- Molik, B., Morgulec-Adamowicz, N., Kosmol, A. (2008). *Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych. Koszykówka na wózkach i rugby na wózkach*. Warszawa: AWF w Warszawie.
- Niedbalski, J. (2015). Sport jako narzędzie aktywizacji i społecznej integracji osób z niepełnosprawnością fizyczną. *Problemy Polityki Społecznej*, 28(1), 101–110.
- Nowak, A. (2005). Marginalizacja osób niepełnosprawnych. W: A. Nowak (red.), *Wybrane społeczno-socjalne aspekty marginalizacji* (ss. 47–58). Katowica: Wydawnictwo Śląskiej Wyższej Szkoły Zarządzania.
- Olszewski, S., Parys, K., Trojańska, M. (2012). *Przestrzenie życia osób z niepełnosprawnością*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
- Ostrowska, A. (2015). *Niepełnosprawność w społeczeństwie 1993–2013*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii PAN.
- Ostrowska, A. (1997). Postawy społeczeństwa polskiego w stosunku do osób niepełnosprawnych. W: E., Zakrzewska-Manterys, A., Gustavsson (red.), *Upośledzenie w społecznym zwierciadle* (ss. 83–96). Warszawa: Wydawnictwo „Żak”.
- Ossowski, R. (1999). *Teoretyczne i praktyczne podstawy rehabilitacji*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uczelniane WSP w Bydgoszczy.
- Pieszak, E. (2012). Aktywność fizyczna a jakość życia osób z ograniczoną sprawnością. *Ecologia Humana*, 2(10), 135–147.
- Rekowski, W., Wilk, S. (1997). Rehabilitacja ruchowa. W: Z. Krawczyk (red.), *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku – kultura fizyczna, sport* (s. 97 – 115). Warszawa: Instytut Kultury.
- Rubin, H.J., Rubin I.S. (1997). Jak zmierzać do celu nie wiążąc sobie rąk. Projektowanie wywiadów jakościowych. W: L. Korporowicz (red.), *Ewaluacja w edukacji* (ss. 201–224). Warszawa: Oficyna Naukowa.
- Rusaczyk, M. (2008). Szkolna płaszczyzna stygmatyzacji mniejszości etnicznych – problem edukacji. W: E. Czykwin, M. Rusaczyk (red.), *„Gorsi inni” – badania* (ss. 249–270). Białystok: Trans Humana.
- Tasiemski, T., Koper, M. (2013). Miejsce sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych fizycznie. *Niepełnosprawność – zagadnienia, problemy, rozwiązania*, 3(8), 111–134.
- Sobiecka, J. (1999). Sport inwalidów – wyobcowany krąg ludzi? *Postępy Rehabilitacji*, 13 (3), 119–127.
- Strauss, A., Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative Research*. London, New Delhi: Sage.
- Szarfenberg, R. (2008). *Pojęcie wykluczenia społecznego*. Warszawa: Instytut Polityki Społecznej UW.

- Waškowski, Z. (2011). Integracyjna rola sportu we współczesnym świecie. W: P. Niedzielski, J. Witek (red.), *Sport i rekreacja a wyzwania współczesnej cywilizacji* (ss. 23–32). Szczecin: Uniwersytet Szczeciński.
- Wilski, M., Nadolska, A., Dowling, S., MCConkey, R., Hassan, D. (2012). Sporty zunifikowane olimpiad specjalnych jako forma wzbogacenia kapitału społecznego i wspomagania inkluzji społecznej osób z niepełnosprawnością intelektualną. W: S. Kowalik (red.), *Kultura fizyczna dla osób niepełnosprawnych* (ss. 83–104). Poznań: AWF w Poznaniu.
- Wyka, A. (1993). *Badacz społeczny wobec doświadczenia*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Żukowska, Z. (1999). Aspekty socjopedagogiczne leczniczej aktywności sportowej. W: J. Słężyński (red.), *Sport w rehabilitacji niepełnosprawnych* (ss. 25 – 31). Kraków: Polskie Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych.