

FIZINĘ NEGALIĄ TURINČIŲ ASMENŲ, DALYVAUJANČIŲ SPORTINĖJE VEIKLOJE, GYVENIMO KOKYBĖ

Marius Ivanauskas, Daiva Mockevičienė, Jūra Vladas Vaitkevičius, Lina Miliūnienė

Šiaulių universitetas, Socialinės gerovės ir negalės studijų fakultetas

Įvadas

Socialinės integracijos sistema neigaliesiems užtikrina lygias galimybes dalyvauti kultūros, sporto ir kitose visuomenės gyvenimo srityse. Jungtinių Tautų ir Europos Sąjungos socialinė politika jau prieš 30 metų rekomendavo suteikti neigaliesiems lygias teises ir galimybes dalyvauti visose visuomenės gyvenimo srityse, kartu ir sportinėje veikloje, ir paneigė netinkamą įprastinę ir diskriminuojamąją nuostatą, kad neigalieji yra ligoniai ir tik medicinos specialistai turi reglamentuoti jų fizinę veiklą.

Neigalieji mūsų visuomenės nariai turi išskirtines fizines ir psichologines ypatybes ir specialiuosius poreikius, kurie išryškėja jiems siekiant lygių galimybių, pvz., dalyvauti fizinio ugdymo, neigaliųjų sporto, rekreacinės ir buitinės fizinės veiklos srityse. Specialiųjų poreikių įvairovę lemia skirtingos negalių rūšys (fizinės, regėjimo, klausos, intelekto ir t. t.) ir nevienodas funkcijos pažeidimo laipsnis. Įvairių fizinės, psichologinės ir socialinės reabilitacijos, pedagogikos priemonių taikymas, tenkinant neigalių asmenų fizinės veiklos poreikius, yra vienas pagrindinių taikomosios fizinės veiklos uždavinių, skatinant neigaliųjų socialinę integraciją ir kartu mažinant jų negalios apraiškas (Adomaitienė, 2003a). Anot Mikelkevičiūtės (2002), gerinant neigalių asmenų gyvenimo kokybę bei jų socialinę integraciją, ypač daug dėmesio skiriama taikomajai fizinei veiklai, galinčiai maksimaliai padidinti minėtų asmenų nepriklausomybės potencialą bei teigiamą savęs vertinimą. Todėl neatsitiktinai daugelyje išsivysčiusių šalių neigalūs asmenys vis labiau įtraukiami į įvairią taikomąją fizinę, sportinę bei kitą rekreacinę veiklą. Pasak K. Skučo (2003a, b), taikomoji fizinė veikla – viena iš sėkmingos neigaliųjų socialinės integracijos į visuomenę veiksmų. Neigaliųjų rekreacinio ir varžybinio sporto raida yra svarbus jų gyvenimo kokybės, fizinės, psichologinės ir socialinės gerovės gerinimo veiksnys (Samsonienė ir kt., 2008; Campbell, Jones, 2002).

Tačiau nepaisant neigaliųjų integracijos skatinimo ir tai reglamentuojančių įstatymų, dar daug neigaliųjų yra segreguoti ir turi menkas galimybes dalyvauti visuomenėje ir jos veikloje. Statistiniai duomenys rodo, kad vien tik Europoje yra apie 10 proc. neigaliųjų. Neigaliųjų emocinei ir socialinei gerovei sportas ir fizinė veikla ypač reikšmingi. Socialines, neigaliųjų integravimosi visuomenėje problemas, jų priežastis ir kliūtis nagrinėja daugelis pasaulio, žino-

ma, ir Lietuvos mokslininkų (Adomaitienė, 2007; Gudonis, 2000; Ruškus, 2002; Sherrill, C., 1998 ir kt.). K. Skučas (2003a) tyrė, ar taikomosios fizinės veiklos ir sporto pratybos gali pagerinti fiziškai neigaliųjų gyvenimo kokybę. Autorius fizinę veiklą traktavo kaip priemonę biosocialiniams igūdžiams pagerinti neatskleisdamas sporto įtakos psichosocialinėms funkcijoms. S. Samsonienės ir kt. (2008) atliktame neigaliųjų socializacijos taikomąja fizine veikla tyrime siekta nustatyti organizmo funkcijų sutrikimo įtaką neigaliųjų socializacijai. Autoriai taip pat orientavosi į neigaliųjų biosocialines funkcijas.

Tyrimų, skirtų neigaliųjų socializacijos problemoms, pastaruoju metu atlikta nemažai. Tačiau stokojama darbų, kuriuose būtų analizuojamas taikomosios fizinės ir sportinės veiklos poveikis judėjimo negalią turintiems asmenims psichosocialinių funkcijų aspektu. Siekiant spręsti neigalių asmenų socializacijos problemas, nepakanka konstatuoti faktą, kad neigalieji vis dar yra segreguota visuomenės dalis. Tiriamą problemą apibūdina esminis klausimas – *kokią įtaką sportinė veikla daro žmonių su fizine negalia gyvenimo kokybei*. Svarbu palyginti sportuojančių ir nesportuojančių fizinę negalią turinčių asmenų gyvenimo kokybės rodiklius, identifikuoti, kokią įtaką fizinei veiklai turi minėtiems asmenims. Toks sportuojančių ir nesportuojančių asmenų, turinčių fizinę negalią, gyvenimo kokybės palyginimo tyrimas nors iš dalies užpildytų žinių ir informacijos apie neigaliųjų fizinę veiklą, požiūrį į savo negalią, pasitenkinimą gyvenimu ir pan. stoką, leistų atskleisti esminius taikomosios fizinės veiklos poveikio gyvenimo kokybei ypatumus.

Tyrimo objektas – fizinę negalią turinčių asmenų, dalyvaujančių ir nedalyvaujančių taikomojoje fizinėje veikloje, gyvenimo kokybės charakteristika. Gyvenimo kokybei įvertinti, buvo pasirinkti šie priklausomi kintamieji: fizinio aktyvumo, pasitenkinimo gyvenimu ir požiūrio į savo negalią rodikliai.

Tyrimo tikslas – nustatyti ir įvertinti taikomosios fizinės veiklos poveikio ypatumus fizinę negalią turinčių asmenų gyvenimo kokybei gerinti.

Tyrimo organizavimas ir metodika

Tyrimo dalyvavo 111 judėjimo negalią turinčių įvairaus amžiaus (14–77 m.) asmenų. Tyrimo imčiai sudaryti taikyta atsitiktinė tikslinė atranka. Pagrindiniai tyrimo dalyvių atrankos kriterijai – fizinė negalia, respondentai, judantys tik su vežimėliu.

Apklausa atlikta Šiaulių miesto neigaliųjų sporto klube „Entuziastas“, Šiauliuose vykusiame Šiaulių apskrities žmonių su negalia sporto šventėje ir Lietuvos Paraplegikų asociacijos landšafto terapijos ir rekreacijos centre Monciškėse.

Siekdami išsiaiškinti taikomosios fizinės veiklos poveikio ypatumus fizinę negalią turinčių asmenų gyvenimo kokybei gerinti, respondentus suskirstėme į dvi grupes:

1. Respondentų grupę – *sportuojančių* [67 (60,4 %)] – sudarė asmenys, dalyvaujantys įvairaus lygio taikomojoje sportinėje veikloje: vieni jų organizuoti ir sistemingai treniruoja ir dalyvauja klubo varžybose, atstovauja klubui šalies neigaliųjų sporto renginiuose, kiti atstovauja savo sporto klubui, bet sportuoja neaktyviai arba rekreaciniais tikslais, sportuoja nereguliariai, labiau užsiima sportu, kaip rekreacine laisvalaikio praleidimo forma.

2. Respondentų grupę – *nesportuojančių* [44 (39,6 %)] – sudarė asmenys, visiškai nedalyvaujantys jokio lygio taikomojoje fizinėje veikloje.

1 lentelė. Tyrimo instrumento blokai

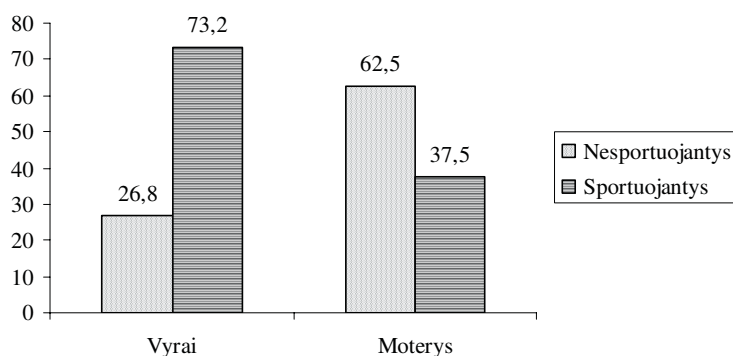
Diagnostinis blokas	Diagnostiniai konstruktai
Demografiniai klausimai	Bloką sudaro 10 klausimų, atsakymais nurodant lytį, amžių, šeimyninę padėtį, gyvenamąją vietą, užimtumą, pajamas ir išsilavinimą
Fizinis aktyvumas	Bloką sudaro 6 klausimai: šio anketos bloko paskirtis – išsiaiškinti respondentų fizinį pajėgumą (treniruočių dažnumą, kultivuojamas sporto šakas, sporto stažą ir sportinius pasiekimus)
Pasitenkinimas gyvenimu	Šio bloko 18 klausimų siekta iširti respondentų psichoemocinę būseną ir įtampą sukeliančius veiksnius
Požiūris į savo negalią	Bloko (28 klausimai) tikslas – išsiaiškinti respondentų savo negalios suvokimą
Socialiniai agentai	Šio bloko (6 klausimai) paskirtis – išsiaiškinti, kas apklausos dalyviams suteikė vertingiausias informacijos apie socializacijos formas, būdus
Sportas – Tavo gyvenime	Bloką sudaro 16 klausimų, kurie skirti informacijai – kiek respondentai žino apie neigaliųjų sporto šakas, priežastis, dėl kurių nesiryžta pradėti sportuoti, ar juos tenkina neigaliųjų sporto propagavimas per žiniasklaidos priemones – rinkti

Tyrimo rezultatų analizė

Iš visų tyrime dalyvavusių respondentų 60,4 % dalyvavo taikomojoje sportinėje veikloje. Kiek mažiau nei pusė visų respondentų (39,6 %) tei-

gė nesportuojantys. Tarp vyrų buvo 73,2 % sportuojančių ir 26,8 % neužsiiminėjo jokia taikomąja sportine ar fizine veikla (1 pav.). Sportuojančių tyrimo dalyvių buvo mažiau (37 %).

Labai svarbus anketos bruožas – klausimai buvo orientuoti ne tik į esamos būklės vertinimą, tačiau ir į poreikius, kitaip tariant, pokyčių būtinybę, kryptingumą (1 lentelė).



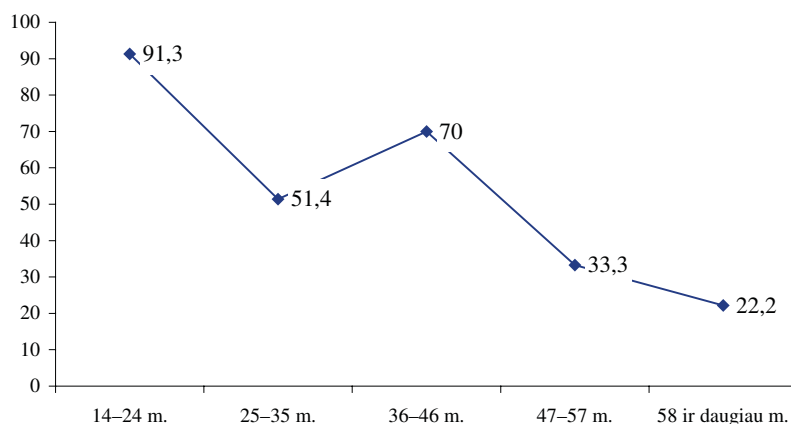
1 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lytį (proc.)

Tyrimo dalyvių amžius nuo 14 m. iki 77 m. Daugiausia (N = 37) buvo vidutinio (25–35 m.) am-

žiaus respondentų. Tarp tiriamųjų buvo 9 senyvo (58 ir daugiau metų) amžiaus respondentai (2 pav.).

Kaip tikėtasi, aktyviausi sporte buvo (14–24 m.) paaugliai ir jaunuoliai, net 91,3 % šio amžiaus tarpsnio respondentų sportuoja. Nemažai sportuojančių (net 70 %) buvo vidutinio bei pagyvenusio (36–46 m.) amžiaus. Nustatyta, kad vyresnio (47–57 m.) ir senyvo (58 m. ir daugiau) amžiaus respondentai

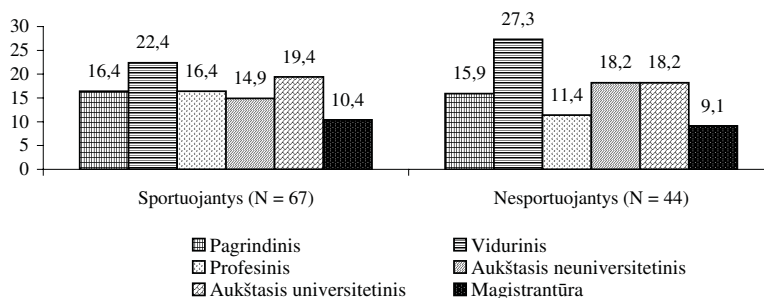
sportuoja retai. Iš 47–57 metų amžiaus tarpsnio sportuoja 33,3 %, o iš senyvo amžiaus respondentų – tik 22,2 %. Galima daryti prielaidą, kad taikomoji fizinė ir sportinė veikla nepakankamai panaudojama gerontologijoje.



2 pav. Sportuojančių respondentų pasiskirstymas pagal amžių (proc.)

Respondentų sklaida pagal išsilavinimą pateikta 3 pav. 28,6 % visų respondentų turėjo aukštąjį universitetinį išsilavinimą, iš kurių 9,8 % buvo baigę magistro studijas. Abiejų grupių respondentų išsilavi-

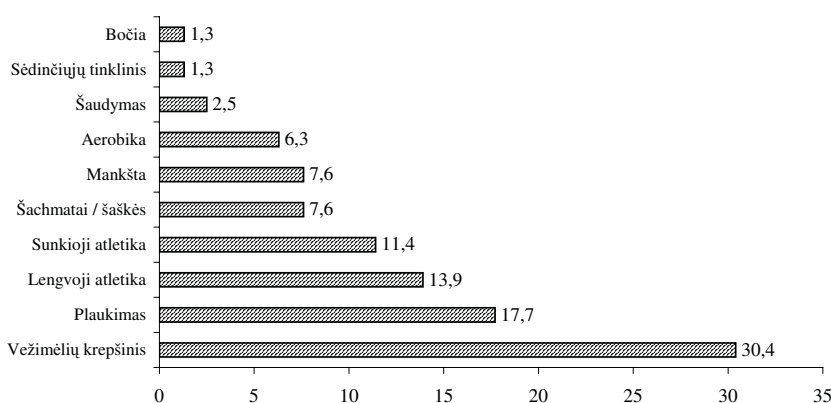
nimo lygis buvo panašus ($p < 0,05$). 16,2 % neįgaliųjų turėjo tik pagrindinį išsilavinimą – visų jų negalia yra įgimta.



3 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.)

Iš visų tyrime dalyvavusių sportuojančių respondentų (4 pav.) beveik trečdalis (30,4 %) – krepšinininkai. Kiek mažiau buvo individualių sporto šakų atstovų, tokių kaip: plaukikų (17,7 %), lengvaatlečių (13,9 %) ir sunkiaatlečių (11,4 %). Nors mankštos įtaka socializacijai – abejotina, tačiau, manoma, kad reguliari mankšta gali pagerinti psichofizinę būklę. Vadovaujantis tokia nuostata, prie šio klausimo atsa-

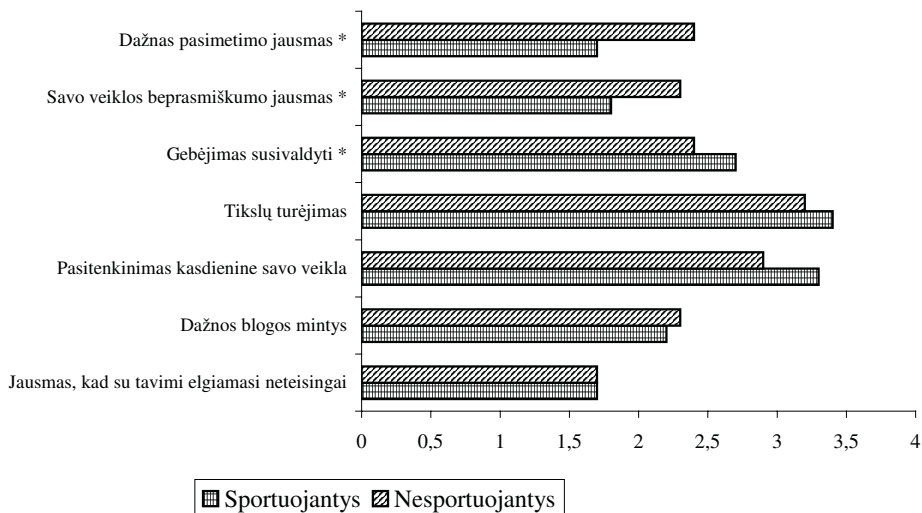
kymų buvo prijungta ir informacija ir apie dalyvavimą kineziterapijos užsiėmimuose (mankšta). Nustatyta, kad reguliariai makštinas 7,6 % respondentų. Šachmatininkai bei šaškininkai sudarė 7,6 % visų tyrimo dalyvių. Mažiausią sportuojančių neįgaliųjų dalį sudarė šauliai (2,5 %), bočios žaidėjai (1,3 %) ir neįgalūs tinklininkai (1,3 %).



4 pav. Sportuojančių respondentų kultivuojamos sporto šakos (proc.)

Tyrimo rezultatai parodė, kad daugumos sportuojančių neįgaliųjų įtampą sukeliančių veiksnių rodikliai buvo mažesni nei nesportuojančių neįgaliųjų (5 pav.). Sportuojantys neįgalieji kur kas mažiau ($p = 0,015$) priklausomi nuo aplinkinių, juos kur kas rečiau vargino stresas ($p = 0,019$) ar kiti negalavimai ($p = 0,03$). Statistiškai reikšmingai skyrėsi sportuo-

jančių ir nesportuojančių įtampa, pasireiškianti asmeniniuose santykiuose ($p = 0,037$). Nesportuojantys respondentai dažniau teigė, kad draugai jiems sukelia įtampą ($p = 0,04$). Įtampos lygis tyrimuose vertintas balais nuo 1 iki 4. * p – skirtumo statistinis reikšmingumas. Pasirinktas statistinio reikšmingumo slenkstis: $p < 0,05$.



5 pav. Sportuojančių ir nesportuojančių neįgaliųjų psichinė sveikata (balais)

Sportuojančių ir nesportuojančių fizinę negalią turinčių asmenų pasitenkinimo gyvenimu ypatumų tyrimas atskleidė, kad pirmieji palankiau vertina savo psichinę sveikatą nei antrieji (2 lentelė). Fiziškai aktyvius tyrimo dalyvius daug rečiau ($p = 0,006$) kankina pasimetimo ar veiklos beprasmiškumo jausmas ($p = 0,044$). Be to, minėti asmenys geriau

($p = 0,047$) nei nesportuojantys neįgalieji geba susivaldyti. Be to, sportuojančiųjų įtampą sukeliančių veiksnių rodikliai buvo žemesni ($p < 0,05$) nei nesportuojančiųjų. Taigi, galima teigti, kad sportuojantys fizinę negalią turintys respondentai jaučia didesnę pasitenkinimą gyvenimu nei nesportuojantys.

2 lentelė. Įtampą sukeliantys veiksniai (balais)

Įtampą sukeliantys veiksniai	Nesportuojantys	Sportuojantys	P^*
Gyvenimo sąlygos	2,9	3,0	0,909
Finansinės problemos	2,9	2,9	0,855
Neigiamas aplinkinių požiūris	3,1	3,2	0,245
Aplinkos ir būsto pritaikymas	2,7	2,7	0,973
Šeimyninės problemos	3,1	3,3	0,109
Asmeninių santykių problemos	3,0	3,4	0,037
Draugai	3,3	3,5	0,040
Negalavimai	2,7	3,1	0,030
Užimtumo ir įsidarbinimo problemos	3,2	3,0	0,198
Stresai apskritai	2,8	3,1	0,019
Priklausomybė nuo aplinkinių	2,6	3,1	0,015

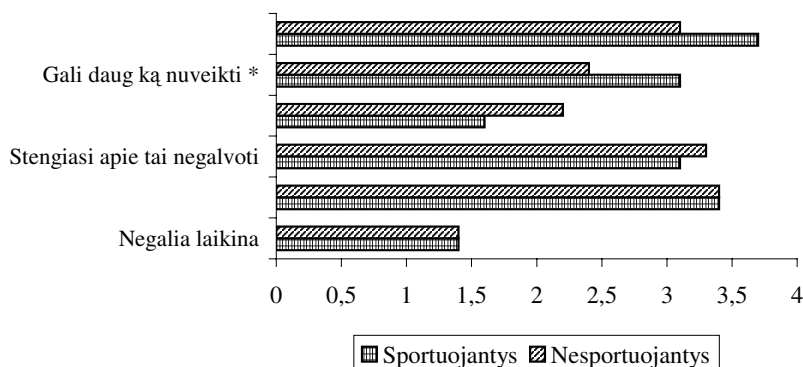
Kur kas daugiau ($p = 0,005$) nesportuojančiųjų nei sportuojančiųjų neįgaliųjų teigė, kad jie jaučiasi išties ligoti (neįgalūs) ir kad nieko nesugebėtų nuveikti, net jeigu jiems būtų sudarytos visos palankios sąlygos (6 pav.). Aiškinantis sportuojančių ir nesportuojančių respondentų požiūriui į savo negalią ypatumus, klausta dalyvių, kas jiems trukdo pasijusti kitokiu žmogumi. Tiek sportuojantys, tiek nesportuo-

jantys neįgalieji, didžiausia kliūtimi nurodė nepritaikytą aplinką, nesudarytą galimybę naudotis viešuoju transportu bei neprieinamą darbinę aplinką. Neprieinamas mokslas – turėjo mažiausią neigiamą reikšmę tiriamųjų požiūriui į savo negalią.

Sportuojantys ir nesportuojantys skirtingai vertino tik vieną aspektą, trukdantį pasijusti pilnaverčiu žmogumi: nesudarytos galimybės naudotis

transportu. Kur kas ($p = 0,044$) dažniau šį trukdį minėjo nesportuojantys neįgalieji. Reikia manyti, kad sportuojantys neįgalieji dažniau vairuoja nuosavą au-

tomobilį arba jie lengviau įveikia kliūtis, įlipdami ir išlipdami iš viešojo transporto.



6 pav. Sportuojančių ir nesportuojančių neįgaliųjų požiūrio į savo negalią rodikliai (balais)

Respondentų pažiūriui į savo negalią atskleisti teirautasi, kokios būdingos reakcijos apima susidūrus su neigiamu požiūriu į neįgalų asmenį. Paaiškėjo, kad nesportuojantys neįgalieji šiek tiek (p – statis-

tiškai nereikšmingas) agresyviau nei sportuojantys reaguoja į praeivių žvilgsnius gatvėje. Sportuojantys respondentai teigė, kad dažniausiai stengiasi į tai nekreipti jokio dėmesio (3 lentelė).

3 lentelė. *Reakcija susidūrus su aplinkinių neigiamu požiūriu į neįgalų asmenį (balais)*

Reakcija susidūrus su aplinkinių neigiamu požiūriu	Įvertinimo vidurkis	Nesportuojantys	Sportuojantys	P^*
Elgiasi agresyviai	1,7	1,9	1,6	0,314
Stengiasi į tai nekreipti dėmesio	3,2	3,1	3,2	0,565
Stengiasi neparodyti susikaupusio pykčio	2,8	2,8	2,8	0,917

Tyrimo rezultatai parodė, kad tiek sportuojantys, tiek nesportuojantys neįgalieji labiausiai norėtų bendrauti su įgaliaisiais ir su neįgaliaisiais žmonėmis (4 lentelė). Bendrauti skirtingų negalių grupėje

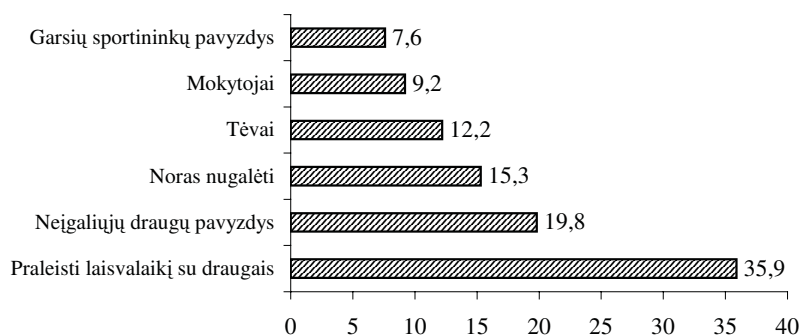
respondentai panoro mažiausiai. Kur kas dažniau ($p = 0,049$) sportuojantys nei nesportuojantys neįgalieji nori bendrauti atskiroje neįgaliųjų grupėje su asmenimis, turinčiais tokią pat negalią, kaip ir jų.

4 lentelė. *Asmenų grupės, su kuriomis fiziškai neįgalūs būtų linkę bendrauti (balais)*

Asmenų grupės	Įvertinimo vidurkis	Nesportuojantys	Sportuojantys	P^*
Neįgalieji	3,5	3,3	3,5	0,225
Įgalieji	3,4	3,2	3,5	0,139
Neįgaliųjų grupė kartu su įgaliaisiais	3,3	3,2	3,4	0,304
Atskira neįgaliųjų grupė, kur visi asmenys turi tokią pačią negalią	3,0	2,7	3,1	0,049
Atskira neįgaliųjų grupė, kur asmenys turi skirtingas negalias	2,6	2,5	2,8	0,189

Veiksnių, lėmusių apsisprendimą sportuoti, tyrimo duomenys (7 pav.) parodė, kad daugelis (35,9 %) respondentų nori praleisti laisvalaikį su kitais neįgaliais draugais treniruočių metu. 19,8 % teigė, kad juos paskatino kiti sportuojantys neįgalūs draugai. Pergalių troškimas (15,3 %) taip pat buvo svarbus, motyvuojantis sportuoti veiksnys. Kaip mažiausiai skatinantį veiksnį respondentai nurodė

garsių sportininkų pavyzdį (7,6 %) bei mokytojus (9,2 %). Taigi, tyrimo metu paaiškėjo, kad mokykloje suformuota motyvacija sportuoti asmenį lydi visą gyvenimą, net ir patyrus stuburo traumą. Kaip svarbiausią veiksnį, lėmusį respondentų dalyvavimą sportinėje arba fizinėje veikloje, patys neįgalieji įvardijo norą praleisti laisvalaikį su draugais.



7 pav. Veiksniai, paskatinę neįgaliuosius įsitraukti į sportą (proc.)

Pagrindinės kliūtys, trukdančios neįgaliesiems dalyvauti sportinėje veikloje, nurodytos 5 lentelėje. Iš tyrimo paaiškėjo, kad beveik visas anketoje išvardytas kliūtis sportuojantys ir nesportuojantys įvertino skirtingai. Įsitraukti į taikomąją sportinę ar fizinę veiklą nesportuojantiems neįgaliesiems labiausiai trukdė sportavimo prasmės suvokimo stoka, nepakankamas sportininkų finansavimas, informacijos apie neįgaliųjų sportą trūkumas. Nesportuojantieji nurodė, kad viena svarbiausių kliūčių, trukdančių

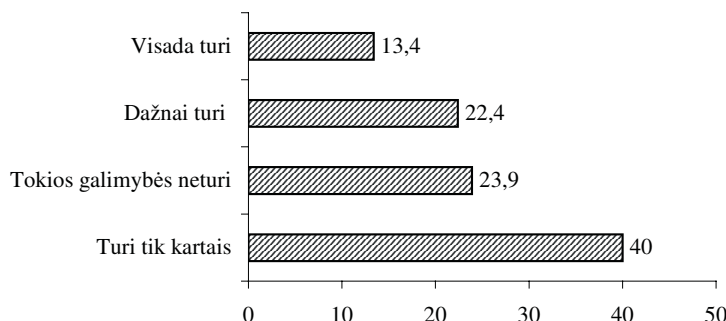
sportuoti, – nepasitikėjimas savo jėgomis. Sportuojantys respondentai kaip svarbiausią kliūtį, trukdančią tęsti sportinę karjerą, nurodė nepakankamą neįgaliųjų sportininkų finansavimą. Pažymėtina, kad sportuojantiems neįgaliesiems visiškai netrukdo jų savimotyvacijos stoka, artimųjų palaikymo stygius, be to, jie puikiai suvokia teikiamą sporto naudą. Reikšmingumo lygis vertintas balais: 1 – nereikšminga kliūtis, 5 – labai reikšminga kliūtis.

5 lentelė. *Kliūtys trukdančios, neįgaliesiems pradėti arba tęsti sportinę veiklą (balais)*

Kliūtys	Nesportuojantys	Sportuojantys	P*
Nepritaikyta sporto bazė	2,8	2,4	0,001
Sporto inventoriaus trūkumas	3,5	2,6	0,000
Artimųjų palaikymo stoka	3,3	1,7	0,000
Savimotyvacijos stoka	2,8	1,4	0,000
Nepasitikėjimas savo jėgomis	3,8	2,9	0,000
Sporto naudos nesuvokimas	3,9	2,3	0,000
Finansinės paramos stoka	3,8	3,8	0,753
Informacijos apie neįgaliųjų sportą stoka	3,8	3,3	0,096

Tyrimas atskleidė, kad sportuojantys neįgalieji gana retai turi galimybių sportuoti drauge su įgaliaisiais (8 pav.). Tik 13,4 % visų apklausoje dalyvavusių sportuojančių neįgaliųjų turi tokią galimybę, iš jų tik 22,4 % nurodė tokią galimybę turintys gana dažnai. Dauguma apklaustųjų (40,3 %) kartu su įgalia-

siais sportuoja tik kartais, o dalis (23,9 %) neįgaliųjų teigė, kad niekada nesportuoja kartu su įgaliaisiais. Ankstesnis tyrimas (Skučas, 2003a) parodė, kad neįgalieji pageidautų, jog į jų sportą (ypač rekreacinio lygmens) įsijungtų ir įgalūs asmenys.



8 pav. Fizinę negalią turinčių sportininkų galimybė sportuoti kartu su įgaliaisiais sportininkais (proc.)

Nors dažnai akcentuojama taikomosios fizinės veiklos nauda fizinę negalią turinčių asmenų biosocialinėms funkcijoms, akivaizdu, kad minėta veikla turi teigiamos įtakos ir neįgaliųjų psichosocialinėms funkcijoms.

Išvados

1. Sportuojančių su fizine negalia turinčių asmenų yra trečdaliu daugiau nei nesportuojančių. Populiariausia sporto šaka tarp neįgaliųjų yra krepš-

nis. Šią sporto šaką nurodė apie 30 % sportuojančių respondentų.

2. Sportuojantys fizinę negalią turintys respondentai jaučia didesnę pasitenkinimą gyvenimu nei nesportuojantys. Fiziškai aktyvūs respondentai palankiau vertina savo psichinę sveikatą, be to, sportuojančių apklaustųjų įtampą sukeliančių veiksnių rodikliai žemesni nei nesportuojančių.
3. Sportuojančių neįgaliųjų požiūris į savo negalią kur kas palankesnis nei nesportuojančių. Fizinė veikla užsiimantys neįgalieji linkę labiau pasitikėti savo jėgomis net ir tuomet, kai jiems nesudarytos palankios sąlygos. Tuo tarpu nesportuojantiems respondentams nepritaikyta aplinka dažniau trukdo pasijusti pilnaverčiais žmonėmis.
4. Abi respondentų grupės svarbiausiu socializacijos agentu įvardijo kitą neįgalų žmogų.
5. Kaip svarbiausią veiksnį, lėmusį respondentų dalyvavimą sportinėje arba fizinėje veikloje, patys neįgalieji įvardijo norą praleisti laisvalaikį su draugais. Pagrindinė neįsitraukimo į taikomąją fizinę veiklą priežastis – sporto prasmės / naudos suvokimo stoka.

Literatūra

1. Adamonienė R., 2003a, Neįgaliųjų sociologijos pagrindai. R. Adomaitienė (Red.). *Taikomoji neįgaliųjų fizinė veikla*. P. 130–176. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
2. Adomaitienė R., 2007, Neįgaliųjų sociologijos pagrindai: negalių modeliai, socialinė integracija. R. Adomaitienė (Red.). *Projektas „Pedagogų kvalifikacijos kėlimas darbui su įvairias negalias turinčiais mokiniais bendrojo lavinimo mokyklose“*, *Metodinė medžiaga*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija. P. 5–28.
3. Campbell E., Jones G., 2002, Cognitive Appraisal of Sources of Stress Experienced by Elite Male Wheelchair Basketball Players. *Adapted Physical Activity Quarterly*. Nr. 19 (1). P. 100–108.
4. Gudonis V., 2000, Požiūris į neįgalų žmogų antikos epochoje. *Neįgalūs ugdytinis švietimo sistemos kaitos kontekste*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
5. Mikelkevičiūtė J., 2002, *Taikomosios fizinės veiklos poveikis neįžymiai protiškai atsilikusių paauglių savęs vertinimui ir kompetencijos suvokimui* (Nepublikuota edukologijos daktaro disertacija, Lietuvos kūno kultūros akademija, 2002).
6. Ruškus J., 2002, *Negalės fenomenas*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
7. Samsonienė L., Adomaitienė R., Krivičiūtė J., Janauskienė K., Jurkštienė V., Kėvelaitis, 2008, Neįgaliųjų socializacija taikomojoje fizinėje veikloje. *Medicina*. Nr. 44 (11). P. 877–884.
8. Sherrill C., 1998, *Adapted physical activity, recreation and sport; crossdisciplinary and lifespan (5 ed.)*. Boston, MA: WCB Mc Crawl-Hill.
9. Skučas K., 2003a, *Taikomosios fizinės ir sportinės veiklos vaidmuo fiziškai neįgaliųjų socializacijoje* (Nepublikuota edukologijos daktaro disertacija, Šiaulių universitetas, 2003).
10. Skučas K., 2003b, Neįgaliųjų taikomiosios fizinės veiklos (TFV) teorija, metodika ir organizavimas R. Adomaitienė (Red.). *Taikomoji neįgaliųjų fizinė veikla*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.

QUALITY OF LIFE OF PERSONS WITH PHYSICAL DISABILITY WHO ARE INVOLVED IN SPORTS ACTIVITIES

Marius Ivanauskas, Daiva Mockevičienė, Jūra Vladas Vaitkevičius, Lina Miliūnienė

Summary

The analysis of socialization concept among persons having physical disability has been carried out in this work, in which the problems of the involvement of persons with physical disability into the applied physical activities have been identified, and the influence of applied physical activities on the quality of life of the disabled has been revealed in the theoretical aspect. Using the method of questionnaire survey the research has been carried out, where the main aim was to compare the indexes of life quality of the disabled who were involved in sports activities to the indexes of those who were not. 111 persons who have movement disability have participated in this research.

In the empirical part of this work the influence of the applied physical and sports activities on the disabled persons in the aspect of psychosocial functions has been analyzed. The main findings of the empirical research are the following. Respondents having the physical disability and involved in the sports activities feel higher satisfaction with their life than those who are not. Physically active respondents evaluate their mental health more favourably; moreover, the indices of stress-causing factors are lower among those who are involved in sports activities in comparison to those who are not. The approach of the disabled involved in sports activities towards their disability is visibly more favourable than of those who are not. The disabled involved in physical and sports activities are more self-confident, even in situations with unfavourable conditions. The hypothesis that quality of life of persons with physical disability and their approach to their disability is better among the disabled who are involved in sports activities in comparison to those who are not, was confirmed.

Keywords: indices of bio-social skills, physical capability, sports activities among the disabled, disability, the disabled, indices of psychosocial health, socialization, applied physical activities.

FIZINĘ NEGALIĄ TURINČIŲ ASMENŲ, DALYVAUJANČIŲ SPORTINĖJE VEIKLOJE, GYVENIMO KOKYBĖ

Marius Ivanauskas, Daiva Mockevičienė, Jūra Vladas Vaitkevičius, Lina Miliūnienė

Santrauka

Straipsnyje pateikiamos neįgaliųjų išitraukimo į taikomąją fizinę veiklą problemos, fizinio aktyvumo, pasitenkinimo gyvenimu ir požiūrio į savo negalią rodikliai. Tyrime buvo lyginami sportuojančių ir nesportuojančių fiziškai neįgaliųjų asmenų gyvenimo kokybės rodikliai. Tyrime dalyvavo 111 judėjimo negalią turinčių asmenų, patyrusių stuburo smegenų traumas.

Anketinės apklausos rezultatai parodė, kad sportuojantys fizinę negalią turintys respondentai jaučia didesnę pasitenkinimą gyvenimu, palankiau vertina savo psichinę sveikatą nei nesportuojantys. Sportuojančių neįgaliųjų požiūris į savo negalią, kur kas palankesnis nei nesportuojančių. Fizinė bei sportinė veikla užsiimantys neįgalieji linkę labiau pasitikėti savo jėgomis net ir tuomet, kai jiems nesudarytos palankios sąlygos. Tuo tarpu nesportuojantiems respondentams nepritaikyta aplinka labiau pabrėžia, primena negalią. Dalyvaujančių sportinėje veikloje pasitenkinimo gyvenimu ir požiūrio į savo negalią rodikliai yra geresni nei nedalyvaujančių neįgaliųjų.

Prasminiai žodžiai: biosocialinių įgūdžių rodikliai, fizinis pajėgumas, neįgaliųjų sportas, neįgalumas, neįgalusis, psichosocialinės sveikatos rodikliai, socializacija, taikomoji fizinė veikla.

Įteikta 2010-09-29