

# A fogyatékos személyek teljesítménysportja és annak hatása a sport különböző szintereire

Doktori értekezés

**Dorogi László**

Semmelweis Egyetem  
Nevelés- és Sporttudományi Doktori Iskola



Témavezető: Dr. Bognár József, egyetemi docens, Ph.D.

Hivatalos bírálók: Dr. Márkus Eszter főiskolai docens, Ph.D.  
Dr. Osváth Péter egyetemi adjunktus, Ph.D.

Szigorlati bizottság elnöke: Dr. Gombocz János, egyetemi tanár, C.Sc.

Szigorlati bizottság tagjai: Dr. Bognár József, egyetemi docens, Ph.D.  
Dr. Oláh Attila, egyetemi docens, C.Sc.  
Dr. Osváth Károly, főiskolai tanár, C.Sc.

Budapest  
2012

## Tartalomjegyzék

Ábrák és táblázatok jegyzéke	4
Rövidítések jegyzéke	5
1. Bevezetés, irodalmi áttekintés	6
1.1. Témaválasztás indoklása	6
1.2. A fogyatékos ember	7
1.2.1. A fogyatékos fogalma	10
1.2.2. A fogyatékosokkal élő személyek jogai	13
1.2.3. A fogyatékosok helyzete a magyar társadalomban	15
1.3. Paraspport történet	18
1.3.1. A paraspport hazai vonatkozásai	22
1.4. Motiváció, teljesítménymotiváció	24
1.4.1. A teljesítmény-motiváltság	29
1.5. Megküzdés (coping)	32
1.6. Cél- és teljesítmény orientáltság	33
2. Célkitűzések	38
2.1. A kutatás célja	38
2.2. Hipotézisek	39
3. Módszerek	41
3.1. Alkalmazott módszerek	41
3.2. A vizsgált személyek köre	45
4. Eredmények	48
4.1. A motiváció és a küzdési stratégia vizsgálata során kapott eredmények	48
4.2. A „fogyatékosok sportja” című mélyinterjú során kapott eredmények	54
4.3. A fogyatékosok sportjának ismereteire irányuló vizsgálat során kapott eredmények	62
4.3.1. Általános tapasztalatok	62
4.3.2. A képzéssel kapcsolatos ismeretek	65
4.3.3. Edzői munka jellege, elismertség	67

5. Megbeszélés	69
6. Következtetések	79
7. Összefoglalás	88
8. Summary	89
9. Irodalomjegyzék	90
10. Saját közlemények jegyzéke	99
10.1. Disszertációhoz kapcsolódó publikációk	99
10.2. Disszertációhoz nem kapcsolódó publikációk	101
11. Köszönetnyilvánítás	102
12. Mellékletek	103
12.1. 1. számú melléklet, a TEOSQ kérdőív	103
12.2. 2. számú melléklet az PMCSQ kérdőív	105
12.3. 3. melléklet a Megküzdési Mód Preferencia kérdőív	107
12.4. 4. számú melléklet a „fogyatékosok sportja” című mélyinterjú	113
12.5. 5. számú melléklet a szakemberképzés kérdőív	118

## Ábrák és táblázatok jegyzéke

<b>1. ábra:</b> A fogyatékoság értelmezése 1980-1997 között	11
<b>2. ábra:</b> A fogyatékoság értelmezése 1997-től	12
<b>3. ábra:</b> A mélyinterjú résztvevőinek megoszlásai	47
<b>4. ábra:</b> A TEOSQ kérdőívre kapott válaszok eredménye a feladat és én orientáltság függvényében	48
<b>5. ábra:</b> A PMCSQ kérdőívre kapott válaszok eredménye a motivációs háttér függvényében	50
<b>6. ábra:</b> Megküzdési Mód kérdőívre kapott válaszok megoszlása a fogyatékosok és épek csoportja között	53
<b>7. ábra:</b> A mélyinterjúban résztvevők időbeosztása	55
<b>8. ábra:</b> A mélyinterjúban résztvevők sportra fordított időbeosztása	56
<b>1. táblázat:</b> A kérdőíves motivációs vizsgálat résztvevői	46
<b>2. táblázat:</b> A kérdőíves motivációs vizsgálat eredményei	51
<b>3. táblázat:</b> „Ismersz-e fogyatékos sportolót?” kérdésre „igen” választ adók (% , N=489).	63
<b>4. táblázat:</b> „Miért nincsenek fogyatékos sportolók a klubodban?” kérdésre „nem tudom” választ adók (% , N=489).	64
<b>5. táblázat</b> „Szeretnél többet hallani/tudni a fogyatékosok sportjáról?” kérdésre „igen” választ adók (N=489).	66
<b>6. táblázat:</b> „Fontosnak tartja-e, hogy az edzőképzés során fogyatékos személyek sportjáról előadások hangozzanak el?” kérdésre „igen” választ adók (N=489).	66

Rövidítések jegyzéke

AEHESIS	Aligning a European Higher Educational Structure In Sport Science
ENSZ	Egyesült Nemzetek Szervezete
EU	Európai Unió
FONESZ	Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége
IPC	Nemzetközi Paralimpiai Bizottság
MPB	Magyar Paralimpiai Bizottság
NOB	Nemzetközi Olimpiai Bizottság
OFP	Országos Fogyatékosügyi program
OM	Oktatási Minisztérium
PMCSQ	The Perceived Motivational Climate In Sport Questionnaire
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
TEOSQ	The Task and Ego Orientation Questionnaire
TFTI	Semmelweis Egyetem TSK Továbbképző Intézet
WHO	Egészségügyi Világszervezet

## **1. Bevezetés, irodalmi áttekintés**

### 1.1. Témaválasztás indoklása

A kiinduló pontom az az egyszerű tény volt, hogy a mozgás minden ember számára természetes és magától értetődő igény és cselekvés. A fogyatékos emberek esetében sincs másképp: életükben a sportnak alapvetően ugyanaz a szerepe, mint az épek esetében, ugyanakkor kiemelt jelentőséget is kaphat, ha a sportot integrációs eszköznek tekintjük, mely által a többségi társadalomba való beilleszkedésüket segíthetjük. A testkultúra az egyetemes kultúra részeként tartalmazza a test egészségét, teljesítőképességét, a testi, lelki, akarati képességek fejlesztését és versenyszerű összemérését szolgáló tevékenységeket (Takács 1972). Ezek a mozgásos tevékenységek épp úgy jellemzőek a fogyatékos emberekre, mint ép társaikra. Témaválasztásomat az indokolta, hogy sportszakemberként a munkám során napi kapcsolatban állok fogyatékos emberekkel, sportoló fogyatékosokkal. Naponta tapasztalom a fogyatékosok okozta nehézségeket, ami az egyént, a családját, a velük foglalkozó sportszakembert egyaránt érinti. Ugyanakkor látom a számos magas szintű sport eredményt, és a mögötte lévő kemény edzéseket, az épekéhez hasonló kvalifikációs versenyeken elért eredményeket, a kitartást és a teljesítményt.

Hiszek abban, hogy a disszertáció tárgyát képező kutatás és annak eredményei segítenek abban, hogy jobban megismerjük a fogyatékos emberek sportját, és annak szakmai hátterét. Az értekezés célja, hogy feltárja a fogyatékos emberek sportjának utóbbi években bekövetkezett változásait különös tekintettel az élsport kiemelkedő eredményeire és annak hatására. A disszertáció áttekinti a fogyatékos fogalmát, a parasport kialakulását, és az ezekről alkotott gondolatokat, filozófiákat, felhasználva az ezekre vonatkozó hazai és nemzetközi kutatások eredményeit. Továbbá körvonalazza a sportszakemberek e témával kapcsolatos, új kihívásait, feladatait.

A téma célcsoportjának kiválasztásakor fontosnak tartottam, hogy rávilágítsak a társadalom "láthatatlan" tagjaira, mert elengedhetetlen a szemlélet váltás a sport

színterein belül. A fogyatékos emberek életében a sportnak ugyanaz a szerepe, mint az épek esetében: az egészség megőrzése, önmegvalósítás, sikerélmény, közösségi élet, nyilvánosság megszerzése. Amiben jelentősége mégis általánosan kiemelkedhet, hogy életük egyéb színterein helyzetük sajátos volta miatt az elszigetelődés csak korlátozott mértékben oldható (lakhatás, munkavégzés, stb.), s a sport az a terület, amelyben minden résztvevő azonos módon juthat társadalmi értékek létrehozásában egyenlő mértékű önmegvalósításhoz, sikerhez, nyilvánossághoz. A sporteredmények elérése, a versenyztetés feltételrendszerének megteremtése olyan mértékű közös interakció az épek társadalmával, amelyben a siker nyomán valóban megszűnhet a hátrányos megkülönböztetés és sokkal értékesebb, valódi integráció jöhet létre.

## 1.2. A fogyatékos ember

Az emberi történelem során az egyes korok és kultúrák igen változatos módon reagáltak a fogyatékosagra, a sérültségre. A rehabilitáció és fogyatékoság történeti, kultúrantropológiai vizsgálatait napjainkban már kiemelt figyelemmel kísérik. Ezek eredményeképp megállapítható, hogy a nagy kultúrák, mint a régi zsidó tradíciók, az ógörög hagyományok, az óegyiptomi kultúra, vagy a kereszténység nem diszkriminálnak. Erre utalva csak egy pár példát emelnék ki a sok közül. Az egyik ilyen az Apostoli kánonban található, az első egyetemes zsinat előtt elfogadott 77-es kánont: "Ha valaki egyik szemét elvesztette, vagy egyik lábára sántít, minden más tekintetben viszont eleget tud tenni a püspöki hivatalnak, akkor felszentelhető, mivel nem a testi hiba gyalázza meg az embert, hanem a lelki bepizkolódás."

Az antik görög világ ideáljai között első helyen szerepelt az egészség és az épség. Ennek ellenére a kor görög kultúrájának egyik fontos eleme, hogy a fizikai fogyatékoságot nem párosítják automatikusan jellembelivel is. A görög mitológiának is van egy, fizikai fogyatékosága ellenére is teljes értékű polgára: Héphaisztosz, aki istent és embert egyaránt elkápráztat utolérhetetlen kovácmunkájával. Ugyanakkor a nagy történetírótól, Plutarkhosztól tudjuk, hogy Lükurgosz korában Spártában élt egy hagyomány, amit jelen gondolkodásunkban a rehabilitáció ellentétéként fogalmazható meg és amely feltehetően annak következménye, hogy a sérült csecsemőt nem is tekintették igazán embernek. A hagyomány szerint „Az újszülött csecsemővel apja nem rendelkezett, hanem karjába vette és elvitte a Leszkhé nevű helyre, ahol a törzsek vénei összegyülekeznek, és megvizsgálják kisdedet. Ha egészséges alkatú és erőteljes csecsemő volt utasították az apát, hogy nevelje fel, egyben pedig kijelölték neki egyet a kilencezer spártai parcellából. De ha idétlen vagy nyomorék volt, bedobták a Taügetosz Apothetai nevű szakadékba azzal a meggyőződéssel, hogy nem előnyös sem a gyermeknek, sem az államnak, ha egy születésétől kezdve gyenge és életképtelen ember életben marad...” (Kálmán és Könczei 2002).

Az antikvitást követően, a középkor évszázadai során nem előzmények nélkül Európában a keresztény kultúra hatására az addiginál sokkal inkább a figyelem



központjába került a szegény, az elesett, a fogyatékos ember. Azonban, amíg a róluk történő gondoskodás kiemelkedően fontos erkölcsi kötelességnek tűnt, addig a fogyatékossgot továbbra is a Gondviselés valamiféle megtorlásnak vélték. A középkor embere a jót, a szépet Istentől származtatta, a „torz” mögött a gonosz túlvilági erőket, vagy Isteni büntetést sejtette.

Az újkor, az ipari forradalom jelentős előrelépéseket hozott e kérdéskör megítélésében. A nők és gyermekek nagy számú alkalmazása mellett egy igen sajátos foglalkoztatási rehabilitációs formával is találkozhatunk. J. D. Tuckett 1846-ban írt olyan manufaktúrákról, amelyben, a mai szóhasználattal értelmi fogyatékosokat foglalkoztattak. A foglalkoztatás célja a manufaktúra gyártási titkainak megőrzése volt (Tuckett 1846).

A rokkant ember gondozása legitimé csak az 1793-as francia alkotmánnyal vált, amikor már törvény fogalmazta: „A közsegély szent adósság. A társadalom köteles eltartani szerencsétlen polgárait, akár úgy, hogy munkát szerez számukra, akár azáltal, hogy biztosítja a létfenntartáshoz szükséges eszközöket a munkaképtelenek számára.” Ez volt a feltétele a modern rehabilitáció kialakulásához.

Az áttörést a XX. század nagy háborúi hozták meg. Az első világháború során hatalmasra emelkedett a rokkantak száma. Amelynek eredményeképp sorra megalakultak a sérülteket összefogó, érdekeiket képviselő mozgalmak. Ilyen törekvéseknek köszönhetően jelent meg először rehabilitációs eszközként, később szervezeti szinten is a parasport Angliában.

### 1.2.1. A fogyatékoság fogalma

A fogyatékoság esetén a természetes adottságoknak veleszületett, vagy szerzett hiánya van. Ennek részletes meghatározása a fogyatékosági típusoknál más és más, Mozgáskorlátozottságról akkor beszélhetünk, ha a mozgató szervrendszer valamely részé károsodott, sérült, vagy annak hiányakor. Mindezek következtében a tartási és mozgásfunkciók tartósan, vagy maradandóan megváltoznak.

Az érzékszervi fogyatékosokhoz tartoznak a vakok, gyengénlátók, a siketek és nagyothallók. Értelmi fogyatékoság esetén az intellektust átlag alatti, az alkalmazkodó magatartásban és teljesítményben jelentős elmaradás, vagy károsodás van, ezek már 18 éves kor előtt megjelennek.

A fogyatékos sportolókhoz soroljuk még a szervátültetetteket, illetve a halmozottan fogyatékosokat is. A halmozottan sérült embereknek a képességei egyszerre több területen is korlátozottak.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) 1980-ban publikált, és az Európai Unióban is használt meghatározása megkülönböztet egymástól három, fokozatilag és tartalmilag különböző fogalmat:

- Az első, a „károsodás” (impairment) az ember pszichológiai, fiziológiai szerkezetének, funkciójának bármiféle rendellenessége, esetleg hiányossága (hiányzó vagy sérült testrész, szerv). A magyar nyelvben ennek az „egészségkárosodás” fogalom felel meg. E megközelítés egy biológiai állapotot fogalmaz meg, amely lehet időszakos vagy állandó pszichés - élettani – vagy anatómiai „veszteség” (Kullmann 2000).
- A második a „fogyatékoság” (disability) az ember bizonyos tevékenységeinek módosult, csökkent képessége. E megközelítés elsősorban a pszichés funkciókban, lelki tulajdonságokban lelhető különbségeket idézi (Illyés 2000). Az egyes tevékenységek, úgymint érzékelés, mozgás és értelmi tevékenység időszakos vagy állandó hiánya, hiányossága figyelhető meg.

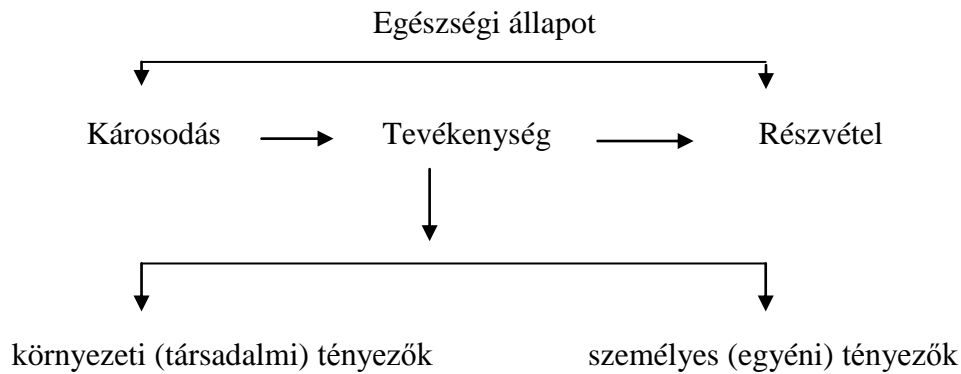
- A harmadik a „hátrány” (handicap), amely a károsodásból vagy fogyatékoságból eredő képesség csökkenés (mozgás-, megismerési-, szociális és tanulási képesség), amely egyben társadalmi hátrány is, hiszen korlátozza, esetenként meg is akadályozza, hogy az egyén betöltse szerepét a „normális” életben. Ebben az értelemben a hátrány nem más, mint a károsodás, a fogyatékoság társadalmivá válása, amely igen súlyos kulturális (tanulás), társadalmi (önellátás), gazdasági (munkavállalás) és egyéb következményekkel jár az egyén mindennapi életében.

Betegség → Károsodás → Fogyatékoság → Hátrány

1. ábra: A fogyatékoság értelmezése 1980-1997 között

A fenti definíció jól használható fogalmi keretbe foglalta a fogyatékosággal kapcsolatos gondolkodást és politikákat. De ez a megfogalmazás egyrészt kifejezetten orvosi jellegű, másrészt szociológiai és szociálpszichológiai szempontból úgy tűnik, mintha az egészségkárosodás kifejezetten magánügy lenne, holott keletkezése a statisztikák szerint számottevő részben munkahelyi, illetve közlekedési balesetek eredménye, és következményét tekintve mind egyéni, családi és közösségi, társadalmi probléma. Ezen definíció alapján a fogyatékoság a normális társadalmi szerep betöltésére való egyéni akadályozottságot jelenti.

1997-re a WHO a szakmai kritikák, és észrevételek hatására új, forradalmi jelentőségű fogalmat alkotott, amely átrendezi a fogyatékoságról való gondolkodást.



2. ábra: A fogyatékoság értelmezése 1997-től (Kullmann és Kun 2004)

Ennek az új modellnek a figyelembevételével maga a gyógyítási folyamat is megváltozik, mert a fogyatékos személy környezeti tényezőit figyelembe véve, már egy önálló döntésre képes személynek tekintik az érintettet (Márkus 2000).

A nemzetközi osztályozás fő célja:

- Közös, egységes és szabványos nyelvet biztosít a szakma képviselői számára.
- Közös értelmezést biztosít az egyén képességeinek és fogyatékoságainak jellemzéséhez egy mono- és interdiszciplináris kontextusban.
- Általános cél, hogy egységes és szabványos nyelvezetet és keretet biztosítson az egészség és az egészséggel összefüggő állapotok leírásához.
- Tudományos alapot nyújt az egészség és az egészséggel összefüggő állapotok tanulmányozásához és megértéséhez.

Ez az új értelmezés megtartja az egészségi állapotot, mint kiindulópontot, de többszintűvé válik: az egészségkárosodás korlátozza a személy aktivitását, ez pedig a társadalomban való részvételét határolja be. Az új fogalom két, szorosan összefüggő háttértényezőt feltételez, az egyik a környezeti, a másik az egyéni. Ezáltal a „fogyatékoság”, mint negatívumot tartalmazó fogalom eltűnik, ugyanakkor világossá teszi a részvétel és a környezet kiemelt szerepét. Így válik egyértelművé a társadalom felelőssége és az, hogy gyakran nem is az állapot, hanem a társadalom, a közeg tesz fogyatékosá. Ebből következik, hogy e szociális akadályozottság meghatározott

helyzetekben, bizonyos társadalmi követelmények mentén érhető tetten. Amennyiben ezeket az elvárásokat igazítjuk az érintett személy lehetőségeihez akkor annak akadályozottsága minimálisra csökken (Mesterházi 2004). Itt máris elérkeztünk a társadalom befogadó jellegéhez, lehetőségeihez, amely jellemző képet ad az aktuális társadalmi fejlettségünkről. E kép bemutatása nem témája dolgozatomnak, mégis ha csak a köztünk élő halmozottan sérültek helyzetét nézzük, akkor elmondható hogy jelentős eredményeket születtek az elmúlt években, de még számos kérdés vár megoldásra. Ehhez kellő útmutatás található összefoglaló kiadványokban, amelyek bemutatják a halmozottan fogyatékos embereket és családjaikat, ismertetve élethelyzetüket, és megfogalmazva alkalmazható javaslatokat (Márkus 2003).

### 1.2.2. A fogyatékossgal élő személyek jogai

Hátrányos helyzetről két esetben beszélnek az Európai Unióban. Az egyik a hátrányos helyzetű régiók, amelyekkel a regionális politika foglalkozik, a másik a hátrányos helyzetű társadalmi csoportok esete. A hátrányos helyzetű társadalmi csoportok ügyét évtizedekig a tagállamok belügyének tekintette a Közösség. A hetvenes évek közepétől a nők esélyegyenlőségének biztosítását ugyan kiemelték, de az összes többi csoport megszólításával a kilencvenes évekig adós maradt a Közösség. Ennek oka abban rejlik, hogy hosszú ideig tartotta magát az a némileg elbizakodott és a gazdasági növekedés szerepét túlértékelő feltételezés, hogy a szociális problémákat automatikusa megoldja majd a gazdasági közösség kiteljesedése.

Ma már valamennyi hátrányos helyzetű csoport figyelmet kap, de leginkább a munkanélküliek, a nők, a fogyatékossgal élő személyek és az idősek. Ők alkotják a hátrányos helyzetű csoport szélesebb értelemben vett közösségi jogi fogalmát, amelyekkel a kapcsolódó politikák foglalkoznak.

Az Európai Unió egy koherens európai értékrend talaján áll. Ennek elengedhetetlen összetevője a magukról nem, vagy csupán töredékes módon

gondoskodni képes állampolgárok állami védelme. Az európai értékrend az idősek és a fogyatékossgal élő személyek vonatkozásában mindenekelőtt a keresztény kultúra talaján sarjadt ki. Ezek alapvető eleme a társadalomból kiszoruló, illetve a nehéz sorsra ítéltetett emberek emberi méltóságának védelme, megőrzése. Ebből ered a bárminemű hátrányos megkülönböztetés tilalma az Európai Unión belül, melyből következik a Közösség azon szándéka, hogy a fogyatékossgal élő személyek szabadságát, teljes jogú állampolgárságát és egyenlő jogaikat a társadalmi élet minden egyes területén elismerjék. E filozófia alapvető elve a szolidaritás, mely egyben eszköz is a fogyatékossgal élő személyek társadalmi integrációjának növelésére.

Az említett filozófián alapuló politika e személyek társadalmi megbecsülésének irányába, jogaik, fizikai identitásuk kiteljesedése felé vezet, a végső cél pedig az, hogy lehetővé váljon a viszonyosság, azaz képessé váljanak a társadalommal kapcsolatos kötelezettségeik teljesítésére.

„Amint a fogyatékossgal élők egyenlő jogokat kapnak, egyelő kötelezettségek is hárulnak rájuk. Amint megkapják ezeket a jogokat, a társadalom emelje elvárásait a fogyatékossgal élőkkel szemben. Az esélyegyenlőség biztosítása folyamatának részeként meg kell adni a kellő segítséget a fogyatékossgal élőknek, hogy vállalhassák a teljes körű felelősséget a társadalom tagjaként.” (ENSZ Standard Rules). Az Európai Unió az esélyegyenlőség megteremtésére törekszik. Ezt a célt részben a hátrányos megkülönböztetés tilalmával, részben pedig pozitív intézkedésekkel kívánják elérni.

A fogyatékossgal élő személyek becsült aránya az Unió összlakosságának mintegy tíz százalékára tehető. A fogyatékossgal élő személyek aránya a magyar lakosságon belül a közösségi adatokhoz hasonlóan szintén tíz százalék körül mozog. Hazánkban a kormányzati munka során általában ezt a becslést veszik figyelembe. Ugyanakkor, az EU tagállamokban és Magyarországon is vannak ennél az aránynál alacsonyabb, 3,5-5 % körüli becslések is. A népszámlálás adatai szerint 2001-ben 577 ezer fogyatékos ember élt Magyarországon, a népesség 5,7 %-a. A korábbi, 1990. évi népszámláláshoz képest jelentősen nőtt a népességben belül a fogyatékos emberek aránya és létszáma is. A fogyatékossgal élők körében jóval alacsonyabb a

gyermekkorúak, illetve a 15-39 év közötti korosztály aránya, míg ez 40 év fölött közel 10 %-kal, 60 év fölött 25 %-kal magasabb. Mindezek mellett még fontos megemlíteni az oktatási intézményekbe járó, speciális nevelési igényű tanulók arányait is. Az OM statisztikai felmérése alapján az alapfokú oktatási intézményekbe (óvoda és ált. isk.) járó 930 ezer gyerek közül 50 ezer fogyatékos tanuló van, ebből 37.000 (14 585 lány) gyógypedagógiai tanterv szerinti osztályba jár, és 13 000 integrált osztályba.

### 1.2.3. A fogyatékosok helyzete a magyar társadalomban

A kilencvenes években lezajlott társadalmi-gazdasági átalakulás nagy terheket rótt az egész társadalomra, de a társadalmi kirekesztődés a fogyatékosokkal élők mintegy 600 ezer főre tehető csoportját különösen sújtja. Munkaerő-piaci helyzetük EU összehasonlításban rendkívül kedvezőtlen. Túlnyomó többségük inaktív státusú, rokkantsági ellátásban részesül. Annak ellenére, hogy a munkáltatókat törvény kötelezi arra, hogy legalább 5%-ban megváltozott munkaképességűeket alkalmazzanak, mindössze egytizedük foglalkoztatott (EU átlag: 40%). Iskolai végzettségük alacsony, gazdasági aktivitásuk mindössze hatoda az össznépeség átlagának. A foglalkozási rehabilitációt nehezíti, hogy az orvosi minősítési rendszer elsősorban nem a megmaradt vagy fejleszthető képességek, készségek felmérésére, hanem a passzív ellátás megalapozására irányul. Noha a védett foglalkoztatás rendszere országosan kiépült, a fogyatékkal élők foglalkoztatási lehetőségei szűkösek, többnyire alacsony jövedelmet biztosító munkakörökre korlátozódnak, és jelentős területi egyenlőtlenséget mutatnak. Elhelyezkedési lehetőségeiket nehezíti az intézmények és a tömegközlekedési eszközök akadálymentesítésének alacsony szintje.

Az 1998. évi a fogyatékos személyek jogairól és esélyegyenlőségük biztosításáról szóló XXVI törvény mérföldkő volt Magyarországon.

A törvény célja a jogok meghatározása mellett a jogok érvényesítési eszközeinek definiálása, továbbá a fogyatékos személyek számára nyújtandó komplex rehabilitáció szabályozása (környezet, kommunikáció, közlekedés, támogató szolgálat,

segédeszköz), és mindezek eredményeként a fogyatékos személyek esélyegyenlőségének, önálló életvitelének és a társadalmi életben való aktív részvételének biztosítása. Továbbá a törvény a sport feltételrendszerei közül a szabadidő- és tömegsport támogatását, valamint az egyes sportlétesítmények akadálymentesítését szabályozza. E célkitűzést elrendően alakították ki az Országos Fogyatékosügyi programot, mint pozitív intézkedést, amelynek főbb intézkedései és feladatai az esélyegyenlősítés jegyében, az egészségügy, az oktatás és képzés, a foglalkoztatás, a lakóhely, a kultúra és a sport területét érinti.

A Program az alábbiakat tartalmazza:

- a fogyatékossgal élő népesség társadalmi helyzetének bemutatását;
- a rehabilitációval kapcsolatos célok meghatározását;
- a fogyatékos személyeket érintő társadalmi szemlélet kedvező irányú megváltoztatásához szükséges tennivalókat;
- a fogyatékos személyek és családjuk életminőségének javításához szükséges feltételrendszer meghatározását;
- a fogyatékos személyeknek a társadalom életében való aktív részvételét elősegítő terveket;
- a fogyatékos személyek létszámához és társadalmilag elismert igényeihez igazodva a közlekedési rendszerek (tömegközlekedési eszközök, utasforgalmi létesítmények), a szállítás, az épített környezet átalakításának, valamint a speciális oktatás és speciális foglalkoztatás célállapotban elérendő indokolt mértékének meghatározását;
- a kitűzött célok megvalósításához szükséges eszközöket és intézményeket, valamint a szükséges pénzügyi forrásokat.

Az OFP program célkitűzéseiből, az intézkedési tervben meghatározott feladatokból sajnos még kevés vált valóra. A legtöbb esetben csak a kezdeti lépések kezdődtek el, a megfelelő jogszabályok, a jogi keretek biztosítása történt meg. A program tematikájának megfelelő sorrendet követve egy-egy szembetűnő példát emelek ki.



Az esélyegyenlőségi törvény meghatározza, hogy a fogyatékos személyeknek joga van az akadálymentes, illetve érzékelhető és biztonságos környezetre, mely kiterjed különösen a közlekedéssel, valamint az épített környezettel kapcsolatos tájékoztatói lehetőségekre.

Az egészségügyi ellátás vonatkozásában alapvető követelmény, hogy biztosítani kell a fogyatékos személy részére az állapota javításához, állapotromlása megelőzéséhez szükséges rendszeres és hatékony egészségügyi ellátást, melynek során törekedni kell arra, hogy az ellátás segítse elő a fogyatékos személy rehabilitációját, társadalmi beilleszkedését.

Az esélyegyenlőségi törvény a közoktatásról szóló 1993. évi LXXIX. törvénnyel összhangban a fogyatékos személy alapvető jogaként határozza meg, hogy állapotának megfelelően és életkorától függően meghatározott oktatáshoz való alkotmányos jogait gyakorolhassa. A közoktatási törvény alapján a fogyatékos gyermek, tanuló óvodai nevelése, iskolai oktatása az e célra létrehozott gyógypedagógiai nevelési, oktatási intézményben, vagy a többi gyermekkel, tanulóval együtt folyhat, az integrált oktatás jogi kereteit a törvény biztosítja. A jogszabályi háttér ellenére a fogyatékos gyermekek nehezen vagy egyáltalán nem kapcsolódhatnak be a normál oktatási rendszerbe - nemzetközi összehasonlításban is nagyon alacsony az integrált képzésben részt vevő, fogyatékossgal élők aránya - és minimális lehetőségük van a továbbtanulásra.

Az esélyegyenlőségi törvény értelmében a fogyatékos személy számára lehetővé kell tenni a művelődési, sport, kulturális és más közösségi célú létesítmények látogatását. Emellett szintén elérhetővé kell tenni a sportolási célú, szabadidős intézmények használatát. Az első 1996-os sporttörvény is rendelkezett már a fogyatékos személyek sportjáról. A sportról szóló 2000. évi CXLV. törvény – megszüntetve az eddigi diszkriminatív jogi szabályozást – azonos mértékben állapítja meg az ép és a fogyatékos sportolók és edzők járadékát. Az 1984 után Paralimpián illetve a Siketek Világjátékán érmet szerzett sportolók és edzőik jogosultak járadékra. A sikeres világversenyek után eredményességi jutalmat kapnak a sportolók és a

sportvezetők, edzők egyaránt. Ebben a sporttörvényben már önálló köztestületként jelenik meg a fogyatékosok sportjának ernyőszerve, a Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége (FONESZ). Ez a Köztestület a fogyatékosok sportjának legmagasabb szintű hazai ernyőszervezete. Legfontosabb feladatai közé tartozik a fogyatékosok sportjának érdekképviselése az állami szervek, a helyi önkormányzatok, a sportközalapítványok, a sportszövetségek és más társadalmi szervezetek irányába. Gondoskodik a fogyatékosok sportját érintő állami támogatások tagszervezetek közötti felosztásáról, továbbá sportszakmai, gazdasági, jogi, informatikai szolgáltatásokat nyújt a tagszervezetei számára. Sport Információs Rendszerének működtetésén keresztül nyilvántartja a fogyatékos sportolókat, részükre egységes versenyengedélyt ad ki. Sportágfejlesztési programokat indít. A FONESZ integrált sportrendezvényeket, programokat szervez a Magyar Sport Napja valamint a Fogyatékosok Világnapja alkalmából, elősegíti az ép sportolókkal történő közös versenyzést a különböző sporteseményeken. Továbbképzést indít a fogyatékosok sportjával foglalkozó szakemberek általános gyógypedagógiai és sportág specifikus sport ismereteinek kiszélesítése érdekében (Dorogi 2010).

A 2004. évi új sporttörvényben, a Magyar Paralimpiai Bizottságot önálló új köztestületként emelik ki, amely már teljesen megfelel az „épek” sportja legmagasabb szintű szervezeti irányításának (Nemzeti Sportszövetség és a Magyar Olimpiai Bizottság = Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége és a Magyar Paralimpiai Bizottság). A Köztestületi státusz jelentősége abban áll, hogy a köztestület létrehozását törvény rendeli el közfeladatok ellátására. A köztestület ezen feladatok ellátásához különböző jogosítványokkal rendelkezik, és vannak olyan feladatok melyeket csak ő láthat el. Mindehhez az állam a költségvetési törvényben külön, nevesített támogatást nyújt.

### 1.3. Paraszport történet

1948-ban kezdődött a paralimpiai játékok története, amikor az angliai Aylesburyben működő gerincsérültekkel foglalkozó kórház (Stoke Mandeville) brit hadirokkantjaival, a 1948-as londoni XIV. Olimpiai Játékok nyitónapjával egybeesően, Dr. Ludwig Guttmann professzor, a kórház igazgatója megrendezi az első Stoke Mandeville versenyt. Ennek keretében a kórház udvarán a kórházi betegek részvételével kerekesszékes íjásverseny került lebonyolításra, amely az érintettek számára óriási élményt jelentett, s ugyanakkor a Paraszport fejlődésének kiindulópontja volt (Nádas 1996). A világ számára ez az íjásverseny (a mai napig az íjászat az egyetlen olyan sportág a mozgáskorlátozottak számára, amelynek versenyszabályait nem kell a sérülésnek megfelelően adaptálni) demonstrálta és igazolta a hadisérültek élni akarását, lelki és fizikai erejét. A kórház orvosai hamar felismerték a játék és a sport hasznosítható szerepét a gyógyítás folyamatában. A sportot a gyógykezelési folyamat részévé tették, megalapozva a rehabilitációs programok sporttal történő kiegészítését. Ezáltal a hadisérültek, a sporttal kiegészülő rehabilitációs program rendszerességéből adódóan sportolási és versenyzési lehetőséget kaptak. Ezen túlmenően a rehabilitációs sport nagyban hozzájárul a fizikai állapotuk, a napi kondíciójuk és erőnlétük fejlesztéséhez. E komplex orvosi és sporttevékenység a pszichikai, lelki egyensúly megteremtését, visszaállítását segítette elő.

A sport visszaadta a sérült emberek, háborúban elvesztett lelki és testi, emberi önbecsülés érzését és élményét. Számukra is újra kialakíthatóvá vált a sport, versenyzés és annak szabályai révén az emberi önkontrol, az önfegyelem, valamint a szellem és a test harmonikus aktivitásának összhangja. Mindezen eredmények a társadalomba való újbóli beilleszkedéshez teremtették meg az emberi feltételeket. A Stoke Mandeville-i játékokat évente növekvő létszámmal rendezték meg a hasonló otthonok és kórházak ápoltságainak részvételével, az íjászat mellett atlétika, vívás, asztalitenisz és kosárlabda versenyszámokban.

Az angol mintát követve holland, lengyel, belga, francia hadisérülteknél is alkalmazzák a sport erejét az orvosi rehabilitációs folyamatokban. Valamint az ő

részvételükkel a későbbi Stoke Mandeville-i játékokat nemzetközi versennyé emelték. Az ezt követő években Európa számos országának kórházaiban is alkalmazni kezdték a sportot mint a háborúban megsérült emberek komplex rehabilitációs programját. A játékok nemzetközi részvétele fokozatosan nőtt, és az évenkénti rendszerességgel történő nemzetközi szintű, - egyre magasabb színvonalon és résztvevői létszámmal történő – megrendezése vált általánossá. Eközben a játékszabályokat a különböző sérültségeknek és sportági szabályoknak megfelelően összhangba hozták, valamint a sportági adaptálásokat és a sérülés specifikus kategorizálást nemzetközi szabályzó rendszerbe foglalták. A játékokon egyre bővülő nemzetközi részvétel tette szükségsszerűvé, hogy 1958-ban megalakuljon az első nemzetközi sportszövetség mozgáskorlátozottak számára, a Nemzetközi Stoke Mandeville-i Játékok Szövetsége (International Stoke Mandeville Games Federation) néven. E gyors szervezeti fejlődés eredményeképpen következett be, hogy 1960-ban, a soron következő Stoke Mandeville-i játékokat - az 1948-as első játékok céljával azonosan – a XVI. nyári olimpia helyszínének városában és közvetlenül azt követő időpontban, Rómában rendezték meg (Nádas 1997).

A mozgássérült emberek mellett, a látássérültek körében szintén jelentkezett a sport iránti igény. Az igények megvalósítása érdekében az 1964. évi tokiói játékokat követően már bemutató jelleggel megjelentek a vak sportolók versenyszámai is. Majd, először 1976-ban a „Torontó olimpiádon” kapnak hivatalosan versenyengedélyt a verseny rendezőitől a vak sportolók. Ekkor a látássérültek atlétikában és csörgölabdában, míg az amputált sportolók atlétika, úszás, asztalitenisz, lövészet és röplabda sportágakban versenyezhettek. Ezzel egyre szélesebbé válik a verseny, hiszen más sérültségű sportolói rétegek számára is biztosít versenyzési lehetőséget.

Az 1976. évi torontói játékok időszakára tehető a kerekesszék mint sporteszközök látványos, ugrásszerű technikai fejlődése. A kerekesszékeket egyre könnyebbé és egyre gyorsabbá teszik a gyártó cégek. A parasport gyors fejlődése – mint az új konstrukciók kipróbálásának legjobb színtere – nagyban hozzájárult a gyógyászati segédeszközök javuló minőségi változásához.

Az elkövetkezendő években további fejlődésen ment keresztül e versenyrendszer. Újabb sérültségi kategóriákhoz kapcsolódó versenyszámok jelentek meg, valamint egyre nőtt a bekapcsolódó országok, és így versenyzők száma. Az 1988-as a szöuli játékokon válik hivatalos elnevezéssé a PARALIMPIA, és 1989-ben megalakul az International Paralympic Committee IPC (Nemzetközi Paralimpiai Bizottság). Az alakuló közgyűlésen 41 alapító nemzet volt jelen a mozgás és látássérültek, valamint az értelmi fogyatékosok és a hallássérülteket tömörítő nemzeti sportszervezetek képviselőiben.

Az IPC alapszabálya igyekszik egyesíteni, tömöríteni, és felelősséget vállalni a paralimpiai sportágakért, de nem csak a paralimpiai játékok időszakára, hanem az ahhoz vezető négy éves időszak kvalifikációs verseny rendszeréért is. Az IPC (ellentétben a NOB-bal- ) nem csak a paralimpiai játékokért felelős szervezet, hanem paralimpiai kvalifikálást jelentő más nemzetközi IPC-EB,- VB, versenyekért is. Ennek oka a parasport szervezeti történetében keresendő, hiszen ellentétben az „épek” sportjával nem a sportág, hanem sérülés-specifikus fejlődési irányt mutat. A Nemzetközi Paralimpiai Bizottság megalakulásával párhuzamosan sorra alakultak meg a Nemzeti Paralimpiai Bizottságok. Hazánkban 1992-ben alakult meg a Magyar Paralimpiai Bizottság.

Az olimpiai család után, jelenleg a paralimpiai család a világon második legnépesebb sportszervezet a maga 161 nemzeti tagszervezetével, amelyek közül 50 Európából, 42 Afrikából, 26 Amerikából, 22 K-Ázsiából, 13 Közép-kelet, 8 Óceánia, nemzeti paralimpiai bizottságai alkotják. E szervezeti életben bekövetkezett több mint ötven éves fejlődési folyamat, a paralimpiai játékok egyre magasabb sportszakmai színvonala, és a játékok egyre növekvő nézettsége tette lehetővé, hogy a 2001-ben a NOB és az IPC közötti megállapodás rögzítse, hogy 2012-től az mindenkorai olimpiai játékokat követően két héttel, az olimpiai játékokat rendező városában és a versenyek helyszínein kell megrendezni a paralimpiai játékokat.

### 1.3.1. A parasport hazai vonatkozásai

Hazánkban 1929-ig vezethető vissza a mozgáskorlátozottak sportja (Benczúr 1984). A „Mozgásjavító” Általános Iskola és Diákotthon tanulói számára az ott dolgozó orvosok és pedagógusok felismerték a sport rehabilitációs értékét és embert formáló erejét. Ennek a felismerésnek érdekében 1929-ben megalakítják az iskola sport egyesületét, és rendszeres iskolai gyógytorna és a sportfoglalkozások, valamint háziversenyeken keresztül eljutnak az „épek” budapesti sportversenyeihez asztalitenisz, atlétika és a labdarúgás sportágakban (Benczúr 1997).

Az egyéni próbálkozásokat követően a „Mozgásjavító” Általános Iskola és Diákotthon tanárai és diákjai 1970-ben megalakítják a Mozgáskorlátozottak Halassi Olivérről a lábszáramputált kétszeres olimpiai bajnokról elnevezett Sportegyesületét (HOSC). A sportágak az asztalitenisz, íjászat, sakk, ülőröplabda, majd később úszás, teke és kispályás labdarúgás. Ezt követően számos, nagyszabású hazai nemzetközi sportversenyt rendeznek, valamint a sportolók részt vesznek a Világjátékokon (8 arany, 7 ezüst, 12 bronz).

Az 1980-as évek elejére jellemző volt, hogy sorra alakultak a hazai sportegyesületek Egerben, Pécsen, Nagykanizsán, Kaposváron, Nyíregyházán és Debrecenben, és a sportágankénti bajnoki rendszerek bevezetése megsokszorozta a hazai versenyzési lehetőségeket, és egyben az adott sportág minőségi fejlődését. Az egyesületekben tért hódított a tudatosan és rendszeresen végzett, szakemberek által irányított edzőmunka. Ennek a nagyon gyors és intenzív fejlődésnek a legkiemelkedőbb eredménye az 1984. évi New York-i Fáklya Játékokon elért fantasztikus magyar éremhullás volt.

Magyarországon először mozgáskorlátozottak számára világbajnokságot 1986-ban, az ülőröplabda sportágban Pécsen rendeztek (Lukats és Nadas 2000). Ez az első olyan hazai sportesemény volt, ahol az írott és elektronikus sajtó jóvoltából hasonlóan az „épek” sportjához a közvélemény gondolkodásán változtatni lehetett. A sport iránt érdeklődők először kaptak teljes körű tájékoztatást egy sportoló fogyatékosok számára rendezett világeseményről, így talán ettől az eseménytől tekintik a sport szakemberek

is „igazi” sportolóknak a fogyatékos sportolóinkat. Végül kiemelném, hogy a mozgáskorlátozottak, látássérült és az értelmi fogyatékos paralimpiai sportolók érdekében megalakuló országos sportszövetségek, mint alapítók, 1992-ben létrehozzák a legfőbb közös ernyőszervezetüket, a Magyar Paralimpiai Bizottságot (MPB).

Megismerve a fogyatékos emberek sport- és versenyrendszerét látható, hogy az épek felmenő versenyrendszerét tükrözi kisebb nagyobb eltérésekkel. Ezek a sikerorientált versenyrendszerek szintén megkövetelik a kiváló képességű és motiváltságú fogyatékos sportolókat. A nagyfokú sportági specializálódás miatt ezen sportolók motivációs tulajdonságai fontos kérdéssé és kutatási témává váltak. Ezért dolgozatomban a motiváció témakörére is kitérek.

#### 1.4. Motiváció, teljesítménymotiváció

Maga a szó a mozgat, mozdít (moveo) igéből ered, valamilyen erő kifejtésre irányuló cselekvést, és indítóókot, ösztönzést, indítást jelent. Minden cselekvésnek késztető, indító oka van, amelyek belső folyamatokat jelölnek, mely motívumok hozzátartoznak az emberek lelki életéhez, személyiségéhez. Az alapvető motívumok közé tartoznak a biológiai szükségletek (pl: éhség, szomjúság, szexuális, alvási, védekezésre irányuló késztetések), melyek motivált viselkedést alakítanak ki. A legalapvetőbb motívumok szorosan kapcsolódnak fiziológiai folyamatokhoz. A mindennapi életben gyakran használt „szükséglet” szó elsősorban fiziológiai folyamatokra utaló kifejezés. A szükséglet olyan hiány a szervezetben (pl. folyadékhiány, oxigénhiány, vitaminhiány), amely tartósabb fennállása esetén az egészséget vagy súlyosabb fokon az életet fenyegeti. Az ilyen fiziológiai szükségletek nyomán jellegzetes belső állapot áll elő, s ez olyan cselekvésre készíti a szervezetet, amelynek következtében a hiány megszűnik.

A motivációs állapot jellemzésére a DRIVE , angol fogalmat (hajtóerő, hajtani angolul) használja a szakirodalom, amely belső késztetést, belső hajtóerőt jelent. Ezek a motivációs drive-ok az élettani állapotok és a homeosztázis szerepét hangsúlyozzák. Belső késztetést nemcsak a biológiai szükségletek alakíthatnak ki. A drive a viselkedés motorja, ösztönző ereje, kifejezetten energetikai jellegű, és nem azonos sem a fiziológiai szükségállapottal, sem a hiánnyal, vagy a homeosztázis felbomlásával. Természetesen fontos kapcsolat áll fenn közöttük, ugyanis akkor lép fel, amikor valamilyen hiányállapot áll be a szervezetben, s ezt belső autonóm szabályozással nem lehet megszüntetni. A vágy is cselekvésre indító tényező, ez egy átélésből, tapasztalásból származik. A szervezetben előzetes tapasztalás alapján már kapcsolat áll fenn valamilyen szükséglet és az annak kielégítésére szolgáló tárgy vagy helyzet között, az ilyenek iránt a szervezet különös affinitást (rokonságot, vonzódást) mutat. Választási lehetőség esetén ezt részesíti előnyben más tárgyakkal vagy helyzetekkel szemben, illetve törekszik ennek elérésére. Az ilyen előzetes tapasztalás alapján



kialakult „vonzalmakat” nevezhetjük váagnak vagy kívánságnak, amely szintén cselekvésre indító, tehát motiváló tényezőként hat. A szükséglet, a homeosztázis, a drive, az érzélem, a vágy közösen alkotják a motivációs bázist. A motívum fogalmát Ranschburg Jenő így határozta meg: „A motívumon egy inger hatására az organizmusban keletkező, belső reakciót (drive stimulust) és az ennek eredményeként keletkező drive-ot értjük, amelyet a belső reakció - mint inger – a szervezetben létrehoz.”

Az emberi élet során a fejlődés nemcsak értelmi képességeinek kibontakozását jelenti, hanem a motiváció fejlődését is. A motiváció fejlődésének folyamán, egyrészt szélesebb lesz azoknak a tárgyaknak a köre, melyek céltárgyként szerepelhetnek, másrészt, pedig igen komplex célhelyzetek alakulnak. A motivált viselkedés tehát egy speciális viselkedésformát jelent, mely függ a motiváció jellegétől és intenzitásától, és a céltárgytól, célhelyzettől. Motivált állapotban a szervezet érzékenysége fokozódik a megfelelő céltárggyal, célszituációval, vagy az azt jelző ingerekkel szemben. A cél elérésével a motivált viselkedés leáll, megszűnik. Ilyenkor az embernél különböző pszichikus jelenségek mehetnek végbe, pl. örömezés, a cél iránti közömbösség, telítődés.

A motiváció témakörében szokás tárgyalni a szándék és az akarati cselekvés fogalmait is. A szándék annyiban hasonló a motivációhoz, hogy valamely tevékenység elvégzésére indít, annyiban azonban különböző, hogy szándékainkat időnként elfelejtjük, míg motívumainkat nem. Szándék akkor keletkezik, ha a motiváció valaminek az elvégzésére gyenge vagy ellentmondásos. Ilyenkor tudatos döntést követő akarati erőfeszítésre van szükség a tevékenység végig viteléhez.

Az ember legösszetettebb, legáltalánosabb motívuma, önkifejező törekvése, az önmegvalósítás, amelynek része a kíváncsiság, az igény szint és teljesítménymotiváció, valamint a hatékonyságra törekvés. Az önmegvalósítás az egyéb motívumokkal együtt sajátos hierarchiát alkot, melyet Maslow „motivációs piramis” konstrukciója jellemez (Maslow 1970). A motiváció lényege a célra irányultság. A versengés célja sokféle

lehet: irányulhat konkrét és rövid távú célokra, például egy-egy feladat megoldására, egy-egy verseny megnyerésére, de a cél lehet valamilyen szociális jutalom, egy meghatározott szerep vagy státus megszerzése, illetve olyan hosszú távú cél, mint az önfejlesztés. A távoli céljaink elérését mindig a legközelebbi célok megvalósításával kezdjük, ilyenkor célrendszeréről beszélünk. Nicholls három fontos tényezőt különböztet meg ebben a célrendszerében, amelyek hatással vannak a teljesítménymotivációra (Nicholls 1984). Ezek a teljesítmény célok, a teljesítményviselkedés, és a saját képességek. A teljesítménycélok vagy konkrétan a győzelemre irányulnak, vagy a feladatra, a szituáció sikeres végrehajtására. A győzelemre irányuló teljesítménycélnál mások legyőzésén van a hangsúly. A másik esetben a feladat optimális végrehajtásán, a tökéletesítésén van a hangsúly.

A versengés kapcsán az egyik legelőször felmerülő kérdés a versengés és a teljesítménymotiváció kapcsolata. A kettő egymáshoz fűződő viszonyát talán úgy lehet a legjobban megérteni, ha hangsúlyozzuk, hogy minden teljesítmény egyszerre önmagában vett és viszonylagos, vagyis abszolút és relatív. Abszolút abban az értelemben, hogy bármi, amit korábban nem tudtunk és most tudunk, önmagában értékes; bármi, amit megoldunk, önmagában teljesítmény. Ugyanakkor a megszerzett tudás, a létrehozott teljesítmény azonnal relatívvá is válik, a társas környezet révén összehasonlítás tárgya lesz, és aszerint kap pozitív vagy negatív megítélést, hogy másokhoz képest milyenek bizonyul. A versengés során a magas szintű teljesítmény mögött az énfelnagyítás, énkiemelés igénye, az én orientáció húzódik meg. A fő cél a másoknál magasabb rendű képességek megmutatása, a másik legyőzése. Egy ilyen szituációban a kompetenciaérzés attól függ, hogy mennyivel teljesített jobban az egyén másoknál. Itt a teljesítményigényt a versengés irányítja. Ugyanakkor a magas szintű teljesítmény mögött a feladat irányította versengés, a önmegvalósítás is megjelenhet, mint legmagasabb rendűnek tekintett motiváció. Ezekben az esetekben a feladat elvégzése önmagában véve értelmes, értékes és örömet nyújtó elfoglaltság. A kompetenciaérzés attól függ, hogy milyen erőfeszítést tett az illető az eredmény elérése érdekében, valamint az, hogy miként tükröződik ez a feladatmegoldásban, és a

korábbiakhoz képest történt teljesítményjavulásban. Érdeklődése minden további külső megerősítés nélkül is fennmarad.

Az ember fejlődése folyamán megtanulja, hogy környezete saját teljesítményén keresztül értékeli őt. Ezzel együtt lassan megtanulja saját magát is így értékelni. Eközben saját teljesítményét állandóan a környezetéhez, illetve saját előző teljesítményeihez viszonyítja. Mikor az ember egy feladat megoldása előtt áll, előző hasonló jellegű feladatok megoldásában elért teljesítményének ismerete alapján rendszerint bizonyos várakozással, saját teljesítményének szintjére vonatkozó meghatározott igénnyel fog hozzá ahhoz. A sportolók pl., általában nagyon jól tudják, hogy egy versenyen mit várhatnak maguktól: képességük, az előző edzésen elért teljesítmények, pillanatnyi erőnlétük és egyéb tényezők ismeretében tűzik ki előzetesen az adott alkalommal elérendő célt, pl. időeredmény formájában. Ezt a feladat elvégzésének minőségére vonatkozó előzetes célkitűzést, amelyet saját magunktól elvárunk, igénynívónak, vagy igényszintnek nevezük (Hoppe 1930).

A tapasztalat az, hogy ha a személyek teljesítményszintje elérte vagy meghaladta az igényszintet, akkor azt a személyek sikereként, ha pedig annak alatta maradt, kudarcként élték át. Megfigyelték azt is, hogy sorozatos sikerélmény hatására az igénynívó emelkedik, kudarcszéria hatására pedig csökken. Továbbá érdekes az a felismerés, hogy siker esetén sokkal nagyobb mértékben emelkedik az igényszint, mint amilyen mértékben balsiker esetén csökken. Jucknat vizsgálataiban azok a személyek, akik sikert értek el egyre nehezebb feladatokat akarnak megoldani és igényszintjük is megemelkedik, a teljesítőképeség fokozott lesz, míg a balsiker esetén az igénynívó csökken, könnyebb feladat felé fordulnak (Jucknat 1937).

Az igényszint tehát egy motiváló tényező, amely más motiváló tényezőkből ered. Rókusfalvy szerint az igényszint:” A teljesítményszinttől függő viszonyfogalom, amely az egyénnek önmagával szemben támasztott követelményét, elvárását, kitűzött célját fejezi ki ismerős feladathelyzetben” (Rókusfalvy 1986).

Az ember erősen hajlamos arra, hogy a sikert minden további nélkül sajátjának ismerje el, attól viszont vonakodik, hogy a kudarcért önmagát okolja. Ezért rendszerint a tárgyakat, eszközöket, a feladatot teszi felelőssé.

Az emberek siker esetén:

- spontán módon a nehezebb feladatok felé fordulnak,
- az igényszint emelkedik,
- a választás ideje rövidül,
- a munka folyamatossá válik, tempója növekszik,
- a teljesítőképesség fokozott.

Sikertelenség esetén viszont:

- igénynívó süllyedés áll elő,
- a következő feladat kiválasztása konfliktusos helyzetben történik,
- túlnyomórészt könnyebb feladatok felé fordul,
- választási idő nagyobb,
- a választás vonakodó, bizonytalankodó,
- a munkatempó lassul, a munkavégzés nyugtalan, gyakran ideges kapkodás lép fel,
- a személy a feladatot kedvetlenül végzi, hangulata váltakozó, dac, lehangoltság, érdektelenség mutatkozik nála.

Az igénynívó kitűzése mindig konfliktusos helyzetben történik, és döntő mértékben belejátszanak a szociális tényezők is. Amennyiben egy személyétől a feladat megkezdése előtt megkérdezik igénynívóját, magasabb teljesítményt mutat, mint akitől ezt nem kérdezték. Valószínűleg azért, mert az igénynívó másokkal való közlése arra ösztönöz, hogy azt valóban el is éri; különben a kudarc erősebben jelentkezik, viszont a sikerélmény is intenzívebb. Ugyancsak lényeges befolyásoló tényező az, hogy a személy valamely feladat végrehajtását egyedül vagy pedig, valamilyen csoportban végzi. Általánosan megnyilvánuló tendencia, hogy az ember a saját teljesítményét a csoport teljesítményéhez hasonlítsa, a csoportátlaghoz

alkalmazkodják. Ha a csoportnívó az egyén teljesítménye felett van, akkor ez növeli az egyén igénynívóját és fokozza a teljesítményt is. Ha alatta van, akkor csökkenti, vagy nem befolyásolja. A teljesítménymotiváció belső hajtóerő a sikerre, azt tükrözi vissza, hogy mennyire fontos az egyén számára a maga elé kitűzött célok elérése és meghaladása. Erőssége szorosan összefügg a korai szocializációs tapasztalatokkal: oly mértékben erősödik meg, amilyen mértékben a korai sikerélmények pozitív visszacsatolásai megerősítik. Az egyes emberek teljesítmény motívumai nagyon eltérőek lehetnek aszerint, hogy mire és milyen szinten irányulnak. Az erős teljesítménymotivációval rendelkező emberek olyan kihívó feladatokat választanak, amelyekben saját erőfeszítésükkel kontrollálhatják a végkimenetet, elért előrehaladásukról (legyen az jó vagy gyenge) világos visszajelzést kaphatnak, és sikeresen elérhetik a kiválóság kritériumait (McClelland 1958). A teljesítménymotiváció ellentéte a kudarckerülési motiváció. E kettő egymást kiegészítő, azaz az egyénben vagy a teljesítménymotívum, vagy a kudarckerülési motívum az erősebb. A kudarckerülők hajlamosak olyan alacsony egyéni célokat kitűzni maguk elé, ahol biztos a siker, vagy éppen olyan magasra rakják a léceket, hogy annak teljesítését senki sem várhatja tőlük komolyan.

#### 1.4.1. A teljesítmény-motiváltság

A teljesítmény-motiváltság eredetét vizsgáljuk, akkor az egyén családi és szociális háttérét nem hagyhatjuk figyelmen kívül. Fontos a család belső életének megfigyelése, ezen belül a teljesítmény-motiváltság és a gyermeknevelés bizonyos módszereinek kapcsolata, valamint a szülő szociális helyzete. Ezen a területen végzett kutatómunkát Witerbottom (1958) is, aki vizsgálódásai során arra az eredményre jutott, hogy az önállóságra nevelés és a teljesítmény-motiváltság szoros összefüggésben van egymással. Azt állítja, hogy a teljesítmény-motiváltság azoknál a gyerekeknél van jelen, akiknél a szülő (az édesanyja) relatíve korán elvárja gyermekétől, hogy önállóan megbirkózzon feladataival. A különböző szociális

csoporthoz önállóságra nevelő módszereik érthetően különbözőek. Mindezt megerősítik McClelland vizsgálatai is, szerinte a teljesítmény-motiváltság rétegspecifikus, a középréteghez tartozó szülők nagyobb hangsúlyt fektetnek az önállóságra való nevelésre, mint az alsóbb rétegekhez tartozók (McClelland 1955). A vizsgálatainak lényegi részét képezte az a tény, hogy az önállóságra nevelés a teljesítmény-motiváltság előfeltétele. Azt a nézetet képviselte, hogy mindenféle minta és motiváltság elsajátítódik, és ezek ismétlődő affektív tapasztalatokból fejlődik ki. Ezek a tapasztalatok különböző szituációkkal és viselkedés fajtákkal vannak kapcsolatban. A teljesítmény-motiváltság esetében ez azt jelenti, hogy a gyerek jó pontot (piros pont) kap a szülőtől bizonyos szituációkban. Ekkor gyermek megpróbál eleget tenni viselkedésével a piros pontnak. Ha ez sikerül, akkor pozitív indulat keletkezik, ha nem, akkor az negatív indulatot kelt. Ebből azt a következtetést lehet levonni, hogy azoknál a családoknál, ahol nagy hangsúlyt kapnak a piros pontok, vagy ahol a szülő meg van győződve arról, hogy a gyereke bizonyos feladatokat önállóan és sikerrel el tud végezni, ott a gyerek valószínűleg nagy teljesítmény-motivációval fog rendelkezni. Két jelentősen megkülönböztethető nevelési típust foglal magába ez a teória: az első, amikor a gyereket arra nevelik, hogy jól végezze el feladatait, a másodikkal a gyereket önállóságra nevelik. Az első teljesítmény-nevelésnek nevezik, mert nagy hangsúlyt kap a piros pont által a versengést kívánó viselkedés. A másodikat önállóságra való nevelésnek nevezhetnénk, mert a gyerekeknek lehetőséget ad az önállóság kibontakozására. Rosen és munkatársai e kettő kapcsolatát vizsgálta, és megállapította, hogy a teljesítmény-motiváltság fejlődésében a teljesítmény-nevelésnek nagyobb szerepe lehet (Rosen és Andrade 1972). Azonban egy másik elemet is figyelembe kellett venni az önállóságra való nevelés vizsgálatánál. Ez az autonómia, ami alatt azt értették, hogy a gyermek döntési tevékenységét, szabadságát elismerik. Feltételezték, hogy a teljesítmény-motiváltság a három szocializációs módszerekből ered. Először a teljesítmény-nevelésből, ahol a szülők nagy célokat helyeznek gyermekük elé. Másodszer az önállóságra-nevelésből, ahol a szülők megmutatják, hogy önbizalmat várnak el gyerekeiktől. Egyidejűleg döntési szabadságot adnak, így saját maga felelős sikereiért, sikertelenségeiért. Végül pedig a rendszabályokból, dicséretekből, szidásokból, amit azért használnak a szülők, hogy elvárásaikat gyerekeik

következésként teljesítse, és a helyes viselkedés megerősödjön benne. Arra a kérdésre, hogy miben különbözik a szülők viselkedése a teljesítmény-motiváció függvényében, az objektív eredményeik azt mutatták (Rosen és Andrade 1972), hogy azok a szülők, akiknek gyermekük nagy teljesítmény-motivációval rendelkezik nagyobb igényeket támasztanak a feladatok megoldásában, több önállóságot várnak el, illetve tekintetbe veszik véleményüket. Ha ezek a szülők piros pontot adnak, elvárják, hogy a teljesítmény átlagon felüli legyen. Ha a gyerek haladást, fejlődést mutat, akkor azt a szülők elismeréssel fogadják. Ha azonban rosszul teljesít a fiú, akkor leginkább az anya fejezi ki elégedetlenségét. Érthetőnek tűnik, hogy a teljesítmény nagyobb szerepet játszik a teljesítmény-motiváció fejlődésében, mint az önállóságra nevelés. A teljesítmény-motiváció fejlődése a szülők nevelésével kezdődik, akik gyermekük teljesítményéért piros pontot ígérnek, és egy célt tűznek ki, amit el kell érni. Ha megbirkózik ezzel a feladattal, megerősödik a szülők viselkedése vonzódással. A gyerek teljesítménye növekszik részben a korábbi tapasztalatok által, és részben a szülők nagyobb mértékű részvételével a feladatok megoldásában. Ha a teljesítmény növekszik, nagyobb autonómiát adnak a szülők, illetve kevésbé szólnak bele a dolgaik megoldásába. A cél szintje mindig magasabb lesz, és a körforgás megy tovább. A teljesítménymotiváció olyan törekvés, amely az egyéni ügyességet minden olyan tevékenységben fokozza, vagy lehetőségig magas szintet tartja, amelyhez egy értékskála kapcsolható és ezért magvalósítása sikerülhet vagy kudarcot vallhat (Heckhausen 1965). Ebben a folyamatban, a teljesítményszint növelésében a szülő mellett, fontos feladat van a tanárnak, a sport területén az edzőnek. Számos nemzetközi kutatás megerősítette, hogy az elit sportban a győzni akarás megváltoztatja a motivációt, és a belső motivációs tényezőket, a külső motiváció váltja fel (Pelletier és mtsai 1995). Továbbá a belső és külső motiváció arányának változása mellett a célorientáció is változik. A feladat orientációs környezetben az eredményesség sokszor magasabb szintet mutat, mint a teljesítmény orientált szituációban (Theeboom és mtsai 1995).

## 1.5. Megküzdés (coping)

A megküzdés értelmezése, fogalma és egyben átfogó megközelítése Lazarus nevéhez fűződik (Lazarus 1966). Azonban meg kell jegyezni, hogy Lazarus féle kognitív megközelítési módot számos felfogás és modell előzte meg. A klasszikus pszichoanalitikus nézőpont szerint a coping elsősorban az ego folyamatokhoz kapcsolódik, amelyben az „én” feladata a külvilággal szembeni fenyegetés elhárítása. Fontos megemlítenem a Haan féle struktúrát, amely a külső illetve belső fenyegetettséggel szembeni megküzdő és elhárító funkciókat elemzi (Haan 1977). Ebből a rendszerből kiemelném a megküzdő folyamatok jellemzőit, miszerint a coping mindig valamilyen célirányos tevékenység, ami a jövőbe mutat. A jelen helyzetet realitásként kezeli és választási lehetőségeket tartalmaz.

A kognitív modelljében a környezet és a személy szoros kapcsolatban van, és a külső ill. belső fenyegetés elhárítását először értékeli a személy, majd megküzdési módot választ (Lazarus 1977). Lazarus szerint a stresszhatásokra az emberek két féle módon reagálnak, vagy problémacentrikusan a helyzetre összpontosítanak, és megpróbálják azt megváltoztatni. Vagy érzelmileg kezelik a stresszhelyzetet, és a személy megpróbálja a negatív érzelmek okozta állapotot enyhíteni. Ez utóbbi jellemző akkor is, ha a probléma megváltoztatása sikertelen. Ez a két stratégia ellenben nem különül el egymástól, mert az emberek stresszhelyzetben gyakran ezek keverékét használják. Fontos kiemelni, hogy mindezek előtt az értékelési folyamat jelentősen befolyásolja a választott megküzdési (coping) módot. Ez az értékelési folyamat több szintből áll. Először a személy érzelmileg kezeli a stresszt, és megpróbálja annak jelentőségét megfogalmazni. Ezt követően összegyűjti a forrásokat, a lehetséges eszközöket a probléma elhárítására. Majd a konkrét megoldási folyamat, a stratégia következik, legyen akár elhárítás, vagy konkrét megoldása az adott problémának. A problémacentrikus stratégiát gyakrabban használják azokban a szituációkban, ahol a személyek hisznek abban, hogy konstruktív lehet tenni a stresszhelyzet megoldásában, és pozitív változást várnak el. Az érzelemcentrikus stratégiát akkor



használják gyakrabban, ha az adott helyzetet mindenképpen el kell viselniük, azon személyesen nem tudnak változtatni.

Ezt a megküzdési modellt tette mérhetővé Lazarus és munkatársai, és a kutatásaik alapján a két megküzdési formán belül további elkülöníthető stratégiákat fogalmaztak meg (Lazarus és Folkman 1986). Ezek a faktorok az alábbiak:

- konfrontáció: azaz a problémával való szembehelyezkedés, aktív megküzdés;
- eltávolodás: a helyzettől való érzelmi távolságtartás, cél az energia gyűjtés a megküzdéshez;
- érzelmek szabályozása: az adott stresszhelyzetben a legjobban segítő érzelmi kifejezőmód;
- társas támogatás keresés: a társban a támogatás keresése;
- a felelősség vállalás;
- problémamegoldás: a legcélravezetőbb stratégia értékelése, használata;
- elkerülés, és /vagy menekülés: a személy kilép a stressz-szituációból;
- pozitív jelentés keresés: a stresszhelyzet pozitívként való értékelése;

A hazai kutatások közül Oláh nemzetközi kutatásai kimutatták, hogy a fiatalok körében a magas szorongásszint elkerülő stratégia alkalmazását vonja maga után (Oláh 1995). Míg az alacsony és közepes szorongásszint pedig problémacentrikus stratégia alkalmazását eredményezi. Oláh a szorongás és a megküzdést egységes egészként kezeli (Oláh 1993).

#### 1.6. Cél- és teljesítmény orientáltság

A fogyatékosok sportjának magas szintű sport eredményei, és a mögötte lévő kemény edzések, az épekéhez hasonló kvalifikációs versenyeken elért eredmények feltételeznek egy átlagon feletti pszichés képességeket. Ezek a pszichés jellemzők

közül kiemelkedők a sportoló motivációja és megküzdési stratégiája. Ennek specifikus elemzése hasznos eredményekkel szolgál a gyakorlatban (Révész és mtsai 2005).

A célorientáció és motivációs környezet vizsgálatai korábban elsősorban pedagógiai kutatásokban szerepelt. Az egyik ilyen vizsgálat volt a Tsang és munkatársai tanulmánya (Tsang és mtsai 2005). Amely négy ország közötti, feladat és én orientációs különbségeket vizsgálta középiskolás gyerekek körében. Itt a kutatás rámutatott, hogy a kulturális különbségek eltérő motivációs szintet eredményeznek. Ezt további kutatások is alátámasztották, és megerősítették hogy a motiváció vizsgálatánál nem mehetünk el a kulturális specifikumok megismerése mellett (Duda és Allison 1990; Markus és Kitayama 1991). Egy másik tanulmányban a Morgan megállapította, hogy az észlelt teljesítmény (performance) orientációs háttér magasabb a sportiskolásoknál, mint a többi középiskolás tanulók körében (Morgan 2006).

Jelen dolgozatnak további elméleti alapja volt a korábban végzett teljesítmény-cél vizsgálatok, amelyeket angol és norvég sportolók körében végeztek. Itt kiemelném Ames, Duda tanulmányait, akik széles körűen vizsgálták a sport színterén a motiváció és a teljesítmény összefüggéseit (Ames 1992; Duda 1987). Továbbá egyes kutatások többek között a fogyatékos és ép sportolók összehasonlításával mutattak rá a sportteljesítmény és a motiváció kapcsolatára (Nicholls 1992).

A norvég Sorensen, és Pensgaard tanulmányaiban kimutatták, hogy a látássérült és mozgássérült sportolók motivációs háttére jelentősen nem tér el az ép sportolókétól (Sorensen 2003; Pensgaard és mtsai 1999). A fogyatékos sportolók hazai vizsgálata szerény képet mutat, ezen belül is elsősorban orvosi megközelítéssel találkozunk (Székely és mtsai 2000). A fogyatékos emberek sportsikerei megkívánják, hogy ezek a kutatások pszichológiai irányú tanulmányokkal bővüljenek (Sherrill és Williams 1996).

Figyelemre méltó eredményt mutattak Fliess-Douer és munkatársainak vizsgálata, ahol a flamand férfi kerekesszékes kosárlabda csapat tagjai hasonló

feladat, és én orientációs szintet mutattak, mint az ép kosárlabda csapat tagjai (Fliess-Douer és mtsai 2003). Ezek az eredmények megegyeztek a korábbi, norvég olimpiai és paralimpiai sportolók körében végzett vizsgálati tapasztalatokkal (Pensgaard és mtsai 1999), amely tanulmány kimutatta, hogy norvég paralimpiai és olimpiai csapattagok motivációs háttere hasonló, a sikert és motiváló tényezőket közel azonos módon jellemzik a sportolók. A sportolók ezen megítéléseit, feladat és én orientációs szintjeit a sportoló alap tulajdonságának és a környezete együttes interakciójában jellemezhetjük (Harwood és Biddle 2002). Ebben az interakcióban kap jelentős szerepet az edző, akiknek más és más habitussal kell rendelkeznie ha ép, vagy fogyatékos sportolóval dolgozik.

Ezért dolgozatomban kiemelem az edzőképzés ismeretanyagának bővítésének fontosságát a fogyatékosok sportjának specifikus ismereteivel. Kutatásom ezen részével a sportszakember képzés korszerűsítésére is teszek javaslatot egy koncepcionális modell bemutatásával. A javaslat kidolgozása kapcsolódik egy korábbi, az AEHESIS projekthez, mely a 2003-ban indult ERASMUS Hálózat Projektje (Klein és mtsai 2006). Az AEHESIS célkitűzése volt az európai felsőoktatási rendszerek összehangolása a testnevelés, a fitness, a sportmenedzsment és az edzői tevékenységi körök területén. Az elmúlt öt évben 28 európai ország oktatási szakértője, 70 társszervezet számos konferencia keretében vitatta meg sportszektorhoz kapcsolódó tananyagát, képzési szabványait és referenciáit. Az AEHESIS projekt egyik célja volt, hogy a sportoktatás kulcsterületeinek – nevezetesen a Testnevelés, a Sportmenedzsment, a Fitness, valamint az Edzőképzés területek – tananyagairól gyűjtsön korszerű és hatékony információt az európai programokhoz. A projekt további célja volt a sportszakemberképzésben résztvevő intézmények feltérképezése és értékelése, valamint az „ideális gyakorlat” (Petry és mtsai 2005) meghatározásához szükséges irányelvek kidolgozása. A célcsoportok elsősorban a sportszakemberképzés tananyagfejlesztői, a sporttudomány területén tevékenykedő oktatók és hallgatók, valamint az egyetemeken és egyéb oktatási intézményekben, a korábban említett négy területen tevékenykedő döntéshozók.

Az AEHESIS projekt (Petry és Gütt 2006) alapvetően a sportot eszköznek tekinti a legfontosabb társadalmi célok elérése érdekében, mint például egészségmegőrzés, nevelés, személyiségfejlesztés, közösségépítés, társadalmi integráció. Alapszemlélete a mindenki által végezhető sportolás, az egészséges életmód kialakítása, megvalósítása. Ennek magyarországi adaptálása található a 2007 tavaszán elfogadott Nemzeti Sportstratégiában (Országgyűlési Határozat 65/2007), amely a sport valamennyi területén számos rövid és hosszú távú célt fogalmaz meg.

A sport szempontjából kevésbé aktív rétegek megszólítása érdekében többek között képzési, továbbképzési és kommunikációs programok elindítását szorgalmazza (Gita és mtsai 2005). A hazai edzőképzés számára egyértelmű, hogy a sportszakemberképzés terén elengedhetetlen a képzési tartalom mielőbbi korszerűsítése (Kovács és mtsai 2003). Figyelembe véve számos EU tagország eredményeit, gyakorlatát, a sportszakemberképzés struktúráját oly módon kell korszerűsíteni, hogy a sportélet differenciálódása, és az abból születő új társadalmi igények is teret kapjanak a szakemberképzésben (Révész és mtsai 2007). Ilyen társadalmi igény, hogy a sport általános és speciális rendszerében azonos megítéléssel és ranggal jelenjen meg a megváltozott fizikai-, értelmi-, szervi, érzékszervi és más fogyatékos személyek sporttevékenysége (The Convention on the Rights of Persons with Disabilities 2006). A sport, mint a kultúra része különösen alkalmas a másság, a fogyatékoság széles körű elfogadtatására (Dorogi 2002). Mindezek érdekében vizsgáltam meg a hazai edzőképzésben résztvevők véleményét, ismereteit a fogyatékosok sportjáról. A tapasztalatok szerint a sportszakemberképzés, és továbbképzés esetében elsősorban tartalmi-módszertani megújítására van szükség, valamint a hazai és nemzetközi tudományos kutatások eredményeinek (adaptált mozgásformák és azok tanítási módszertana, az inkluzív oktatás módszertana, elősegítve a fogyatékos személyek integrációját) átvételére kell helyezni a hangsúlyt (Gita és mtsai 2005).

Magyarország 2007 tavaszán ratifikálta az Egyesült Nemzetek Szervezetének egyezményét, amely a fogyatékosággal élő személyek jogairól szól. Ennek 30. cikkelye tér ki a fogyatékos személyek a kulturális életben, rekreációban, szabadidős

tevékenységekben és sportban való részvételére (Klein és mtsai 2006). A szerződő államok megfelelő intézkedéseket hoznak annak érdekében, hogy a fogyatékos személyek számára a fogyatékoság típusához igazodó, speciális rekreációs és sporttevékenységek szervezésének, fejlesztésének és az ezekben való részvételnek a lehetőségét, valamint a velük kapcsolatos képzést, edzést és a szükséges forrásokat, másokkal egyenlő feltételek mellett biztosítsák.

Az eredmények tükrében megfogalmazhatók az edzőképzés ismeretanyagának fejlesztési irányai, a témával való bővítése, amelynek legkézenfekvőbb sportági területei lehetnek az adaptált sportok, pl. atlétika, röplabda, úszás (Peters és Downs 2006).

## 2. Célkitűzések

### 2.1. A kutatás célja

A kutatásban kiemelt vizsgálati célként kezelem a sikeres paralimpiai kvalifikáció, és az eredményes szereplés hatását a fogyatékos sportolókat ösztönző motívumok feltárásában. Mindezt az egyéni hozzáállás és a társadalmilag megerősített visszacsatolási rendszerek kölcsönhatásaként kezelem. Célom, hogy a flamand és norvég kutatók eredményeit igazoljam a magyarországi kutatásban (Fliess-Douer és mtsai 2003; Sorensen 2003). Így a mozgás- és látássérült sportolók valamint az ép sportolók motivációs jellemzőit összehasonlítsam (Pensgaard és mtsai 1999).

Fontosnak tartom a fizikailag aktív életvitel kialakítását ösztönző pozitív példák bemutatását és annak hatását a fogyatékos emberek populációjára. Ahogy a sportnak az ép, egészséges szervezetre gyakorolt kedvező élettani hatása van (Rigler 2003), úgy ez a fogyatékos személyre is igaz. Célom, hogy bemutassam a rendszeres sport és tágabb értelemben a mozgásgazdag életmód javítja a fogyatékos emberek életminőségét, valamint a jobb fizikális és pszichés állapot erős motiváló tényező a jó életminőség megtartásában.

A jó példák elemző bemutatása központi szerepet kaphatnak a fogyatékos gyerekeket érintő nevelési, oktatási koncepciók kialakításában, a kapcsolódó oktatáspolitikai irányok megfogalmazásában, szakmapolitikai stratégiai döntések megalapozásában. Ezen túlmenően véleményem szerint a fogyatékos emberek életútját végigkísérő rehabilitáció egyik leghangúlyosabb eszköze a sport, ennek hatását érzékeltetem a bemutatott sportolói példákon keresztül.

Továbbá a kutatás célkitűzései tartalmazzák az integráció jegyében működő egyesületek edzői habitusát, az ép és fogyatékos sportolókkal elért sikerek edzői, módszertani kérdéseinek megfogalmazását is.

A megközelítési szempontjaim a kutatás során egyrészt a fogyatékos sportolók teljesítménymotivációjának, egyéni és szituációs motiváció-háttérének, valamint megküzdési stratégiájának vizsgálata. Véleményem szerint, ennek eredményeképp a fogyatékos sportolók egészség-kulturális magatartásának, valamint az aktív sportolás hatására történő viselkedésmód változás vizsgálatának eredményei igen fontos adalékokat szolgáltatnak a sportról, mint egy komplex magatartási tevékenységről.

## 2.2. Hipotézisek

- Feltételezem, hogy a versenyszerűen sportoló fogyatékos személyek megküzdési stratégiájában a feladat orientáltság a jellemzőbb, mint az én orientáltság.
- Feltételezem, hogy az ép és a fogyatékos sportolók eltérő motivációs háttérrel rendelkeznek. Az ép sportolók inkább teljesítmény-orientált háttérrel, míg a fogyatékos sportolók inkább feladat-orientált háttérrel rendelkeznek sportpályafutásuk alatt.
- Feltételezésem szerint a rendszeres sport és tágabb értelemben a mozgásgazdag életmód javítja a fogyatékos emberek életminőségét, valamint a jobb fizikai és pszichés állapot erős motiváló tényező a jó életminőség megtartásában.
- Feltételezem, hogy a sportszakember képzés területén végzett vizsgálat alapján szakmai ajánlások fogalmazhatók meg a fogyatékos sportolókkal foglalkozó edzők, sportszakemberek részére.
- Feltételezem, hogy megfogalmazhatók az edzőképzés ismeretanyagának fejlesztési irányai, a fogyatékosügyi témával való bővítése. Ennek legkézenfekvőbb sportági területei lehetnek az adaptált sportok (pl. atlétika, röplabda, úszás).

- Feltételezem, hogy az interjúk eredményei alátámasztják az a megállapítást, hogy a sport sajátos eszközzel javítja a fogyatékos emberek életminőségét.



### 3. Módszerek

#### 3.1. Alkalmazott módszerek

A fogyatékos sportolók teljesítménymotivációjának és küzdési stratégiájának vizsgálata során a norvég kutatásban használt vizsgálati módszereket használtam (Pensgaard 1999). A fordítást követően két teszt állt a rendelkezésemre: a TEOSQ (13 kérdés) és a PMCSQ (21 kérdés) teszt. Az előbbi (The Task and Ego Orientation Questionnaire) egy 13 kérdésből álló kérdőív (Duda és Nicholls 1992), amely a feladat és én orientáltság sportösszefüggéseit vizsgálja, azaz a sportolók a sikerességüket inkább az egyéni feladatvégzés tökéletesítésével, vagy az adott sportban másokkal szembeni sikerebb, eredményesebb szerepléssel magyarázzák. A kérdőív zárt végű kérdésekből áll, és a választ adóknak egy 5 fokozatú Likert skálán kellett meghatározniuk, hogy mennyire értenek egyet az adott állítással. Az 1-es érték az egyáltalán nem értek egyet vele véleményt, az 5-ös érték a teljesen egyetértek véleményt jelentette. (1.sz. melléklet)

A kérdőív (TEOSQ) kettő alskálája, feladat (task) és én (ego) alskálák jó belső konzisztencia szintet mutattak. A Cronbach alfa érték a feladat alskála esetén 0,79 volt, az ego alskála esetén 0,81 volt (Duda és Whitehead 1998). A magyar skála megbízhatósága a feladat alskála esetén 0,67 volt, az ego alskála esetén 0,87 volt. Ezek az értékek megfeleltek az eredeti skála alapján, Ostrow (2002) által (feladat alskála: 0.62 -0.82; ego alskála 0.85-0.89). közöltekkel.

A másik kérdőív (The Perceived Motivational Climate In Sport Questionnaire) egy 21 kérdésből áll, amely a sportolók motivációs hátterét becsüli meg, kihangsúlyozva a tudás és teljesítménycélokot (Seifriz és mtsai 1992; Walling és mtsai 1993). A kérdőív zárt végű kérdésekből áll, és a választ adóknak egy 5 fokozatú Likert skálán kellett meghatározniuk, hogy mennyire értenek egyet az adott állítással. Az 1-es

érték az egyáltalán nem értek egyet vele véleményt, az 5-ös érték a teljesen egyetérték véleményt jelentette (2.sz. melléklet).

A kérdőív (PMCSQ) kettő alskálája, feladat (mastery)-orientált háttér és teljesítmény (performance)-orientált háttér alskálák belső konzisztencia szintje megfelelő volt, a teljes kérdőívre vonatkozó Cronbach alfa érték 0,80. A magyar skála megbízhatósági vizsgálata a fordítást követően egy pilot kutatás keretében történt, a feladat-orientált alfa értéke 0,72 értéket, a teljesítmény-orientált alskála alfa értéke 0,76 értéket mutatott. A háromhétrel később végzett megbízhatósági vizsgálat hasonló eredménnyel zárult, 0,84 és 0,80 értékekkel.

Továbbá meg kell említenem, hogy az előbb bemutatott két kérdőívön kívül egy harmadik kérdőívet (3.sz. melléklet) is használtam a sportolók teljesítménymotivációjának és küzdési stratégiájának vizsgálata során. Oláh által kidolgozott 80 kérdésből álló Megküzdési Mód Preferencia tesztet (Oláh 1995), amelyet egy széleskörű empirikus felmérés eredményeire támaszkodva állított össze. Ennek során a megküzdő viselkedés megnyilvánulásait gyűjtötte össze, és a viselkedés minták elemzése után választotta ki a legjellemzőbb reagálási módokat. Oláh a kérdőívet széles körben alkalmazta felnőttek körében, elkészítve a magyar standardját a tesztnek, és igazolta a kérdőív érvényességét, majd elvégezte a kérdőív megbízhatóságának vizsgálatát serdülők között (Oláh 1993). Ennek a kérdőívnek a megküzdési stratégiák speciális módjait izoláló nyolc független faktorai:

- Probléma centrikus reagálás: Itt cél a fenyegetettség elhárítása a helyzet megváltoztatása. A személy minden lehetőséget számításba vesz a probléma kezelése érdekében.
- Támasz keresés: Az egyén ilyenkor szintén a fenyegetettség elhárítása törekszik, de ehhez közreműködőt igényel. A konkrét lépésekhez társra van szüksége.
- Emóció fókusz: A személy elsősorban arra törekszik, hogy a fenyegetettség keltette negatív érzelmi állapotot megszüntesse.

- Emóció kiürítés: Az egyén a fenyegetettség okozta feszültséget, nem célirányos reakciókban vezeti le, anger-out megnyilvánulások révén, az érzelmei szabadon megnyilvánulnak.
- Feszültség kontroll: Az egyén figyelme a fenyegetésről önmagára irányul, és helyzetén nem változtat.
- Figyelem elterelés: Ekkor a személy kilép a helyzetből, ezzel próbál hátrítani és halogatja a közbeavatkozást.
- Önbüntetés: Az egyén magában keresi a hibát. A fenyegetettséget negatív emócióval kezeli, úgy állítja be mintha az az ő helytelen viselkedésére kapott válasz lenne.
- Belenyugvás: A személy belenyugszik a problémába, úgy érzi, hogy el kell fogadni a helyzetet és együtt kell vele élnie.

A tesztek eredményeképp felszínre kerülő motivációs tényezőkön, az én- és feladat-orientáltság jellemzőin túlmenően pontos képet szeretnék kapni a fogyatékos sportolók társadalmi és szociális háttéréről. Ezért egy általam elkészített mélyinterjú segítségével – személyes konzultáció keretében – kérdéseket tettem fel a sportolóknak (4.sz. melléklet). Ebben a szakaszban felvett kérdőív segített, hogy pontosabban megfogható legyen a hazai fogyatékos, versenyszerűen sportolók megküzdési stratégiájának, feladat-orientáltságának szocio-kulturális kerete, az edző-sportoló viszonyának speciális volta. A legfőbb célom a kérdőív összeállításánál a tesztek eredményeiben kirajzolódó problémakörök árnyalásának szándéka vezetett. Arra voltam kíváncsi, hogy a mindennapjaikban hol helyezkedik el a sport, ennek jelentősége és milyen szervezeti keretek között valósul meg. Továbbá: milyen személyes sikereket köszönhetnek a sportnak, és a képességeiket mennyivel eredményesebben tudták ki bontakoztatni a sporton keresztül? Alternatívát kínál-e a sport az egyénnek az önmegvalósításához? Az interjúk eredményeiből pontos képet szeretnék kapni, hogy a fogyatékos személyeknek az aktív sport kapcsán változott-e az életük a szociális kapcsolataik, másképp élnek-e meg a sikereiket, kudarcaikat. Végül soron azt vizsgálom, hogy a nyilvánvaló egészségnyereség mellett, mennyiben járul

hozzá a sport a sportolók életminőségének javításához. A felvett kérdőív abban is segített, hogy pontosabban megfoghatóvá vált a hazai fogyatékos, versenyszerűen sportolók megküzdési stratégiájának feladat-orientáltsága. A kérdőív összeállításában a korábbi eredmények figyelembevételével a következő témaköröket érintem: időbeosztásuk, sportolási szokásaik, napi elfoglaltságuk, szociális kapcsolataik, edzővel való viszonyuk, sikereik / sikertelenségük kulcsa, céljaik, lehetőségeik valamint indítékaik. A mélyinterjú keretében a fogyatékos sportolók részére kilenc 9 kérdést, a fogyatékos sportolók edzői részére 14 kérdést állítottam össze.

Végül a sportszakember képzésben résztvevők vizsgálatához használt kérdőív szerkesztését és adaptálását szintén egy előkutatás keretében végeztem, amely során az edzőképzés vezetőjét és 19 oktatót kérdeztem meg. Ebben az előtanulmányban a kérdések az egyéni tapasztalatokra, érdeklődésre, jövőbeni tervekre, és a fogyatékosok sportjának általános és specifikus ismereteire irányultak. Az itt kapott válaszok, tapasztalatok alapján alakítottam ki a végleges, elsősorban nyílt kérdéseket tartalmazó kérdőívet (Dorogi és mtsai 2009).

A végleges kérdőív (5.sz. melléklet) az edzőképzésben részt vevők személyes tapasztalatára és véleményére volt kíváncsi a fogyatékos sport résztvevőivel, ismertségével, irányultságával, elfogadottságával kapcsolatosan. A vizsgálat a 2006-2007-es tanévben a TFTI edzőképzésében megjelenő hallgatókat célozta meg (N=789). A kutatás során a kitöltött és teljes mértékben használható kérdőívek visszaérkezési aránya 61,9 % volt (N=489).

A kutatásban használt kérdőívekre kapott kvalitatív adatokat, csoportosítottuk és kódoltuk, hogy statisztikai számítások elvégezhetőek legyenek. Az elemzés a kérdések jellegéhez igazodva nem-paraméteres módszerekkel történt, így az adatok jellegének megfelelő leíró statisztikán kívül Chi négyzet tesztet használtunk a teljes mintán belüli, illetve Pearson Chi-négyzet tesztet használtunk a csoportokon belüli különbségek kimutatására (Agresti 1996). A szignifikancia szintet a nemzetközi gyakorlatnak

megfelelően 5%-os szinten fogadtuk el. A statisztikát az SPSS 15.0 for Windows programmal készítettük.

### 3.2. A vizsgált személyek köre

A sportszakember képzésben résztvevő megkérdezettek köre a Semmelweis Egyetem TSK Továbbképző Intézete (TFTI) által szervezett edzőképzésben és edzőtovábbképzésben résztvevő hallgatók voltak (276 férfi, 213 nő). Közülük 331 fő (67.7%) egyéni sportágat, és 158 fő (32.3%) csapat sportágat képviselt; 364 fő (74.4%) érettségivel, és 125 fő (24.6%) felsőfokú végzettséggel rendelkezett. Lényeges, hogy a képzésre jelentkezők egy része már rendelkezett edzői múlttal, az edzőként töltött évek átlaga a teljes minta tekintetében 3,05 év. Az edzői múlt alapján a résztvevőket három csoportba osztottuk, úgymint edzői múlttal nem rendelkezők (72.4%), 1-4 év tapasztalat (18.6%), és 4 évnél több tapasztalat (9,0%).

A kérdőíves motivációs vizsgálat résztvevőinek kiválasztását a Magyar Paralimpiai Bizottsággal való szoros együttműködés előzte meg. Azokat a sportolókat kerestem meg akik tagjai a 2004-es Paralimpiai magyar keretnek. A paralimpiai kerettagból 34 sportoló vett részt a vizsgálatban, így a jelenlegi részvételi arány 75%-os. Ezen kívül a vizsgálatban részt vettek a Magyar Bajnokságban és a Közép-Európai Régió Ülőröplabda Bajnokságban szereplő magyar csapatok sportolói (25 fő), illetve a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar harmad és negyedéves aktívan sportoló hallgatói (58 fő). (1. táblázat)

A megkérdezettek köre, egyrészt a fogyatékossgal élő emberek köréből, a versenyszerűen sportolók csoportja, valamint kontroll csoportként ép sportolók. A minta meghatározását a sportágak jellege (csapat-, illetve egyéni sportok), nem, kor, lakhely, illetve a sportban elért eredmények figyelembevételével készítettem el.

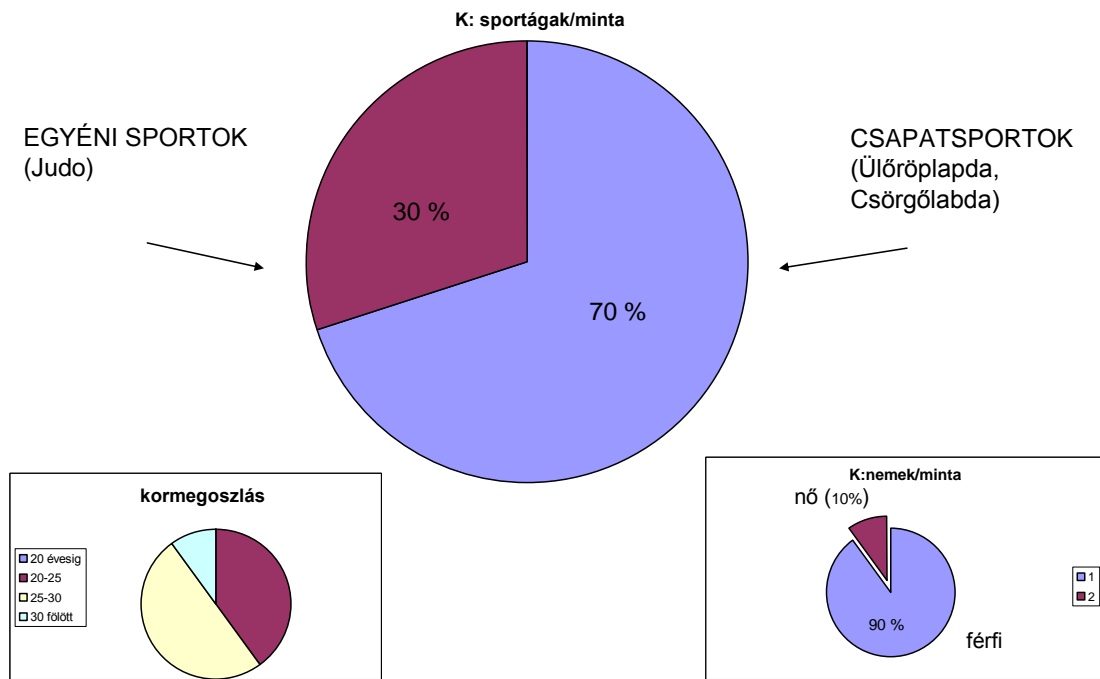
A felvétel időpontja: 2003 május - 2004 április közötti időszak volt.

1. táblázat: A kérdőíves motivációs vizsgálat résztvevői

Résztevő sportolók		
<b>I. csoport</b> Fogyatékos élsportoló		
csörgőlabda	9 fő válogatott	átlag életkor: 26, 9 férfi
vívás	5 fő válogatott	átlag életkor: 25, 1 férfi, 4 nő
ülőröplabda	9 fő válogatott	átlag életkor: 34, 9 férfi
kerekesszékes futás	1 fő válogatott	átlag életkor: 30, 1 nő
úszás	10 fő válogatott	átlag életkor: 25, 3 férfi, 7 nő
<b>II. csoport</b> Fogyatékos sportoló		
ülőröplabda	25 fő	átlag életkor: 40, 25 férfi
<b>III. csoport</b> Ép sportolók		
aktívan sportoló egyetemi hallgatók	58 fő	átlag életkor: 23, 21 férfi 37 nő

A résztvevők által képviselt sportági csoportosításban, az atlétika sportágot képviselők veleszületett fogyatékoságuk volt (100%), a vívás esetén részben veleszületett részben szerzett fogyatékoságuk volt (50%-50%), az úszás esetén a veleszületett fogyatékoság aránya 70%, míg a szerzett fogyatékoság 30% volt. A csapatsportok körében a veleszületett és szerzett fogyatékoság aránya 50% - 50% volt.

Az 1. táblázatban bemutatott, teljes vizsgálati csoportból a mélyinterjú keretében összesen a tíz fő fogyatékos sportolóval beszélgettem. Közülük hét fő csapat sportokban vesz részt (70%), hárman egyéni sportágban sportolnak (30%). A nemek arányát tekintve kilenc férfi (90%) és egy nő (10%) vett részt a vizsgálatban. A korosztály nézve a választ adók átlag életkora 25 és 30 év között volt. (3. ábra)

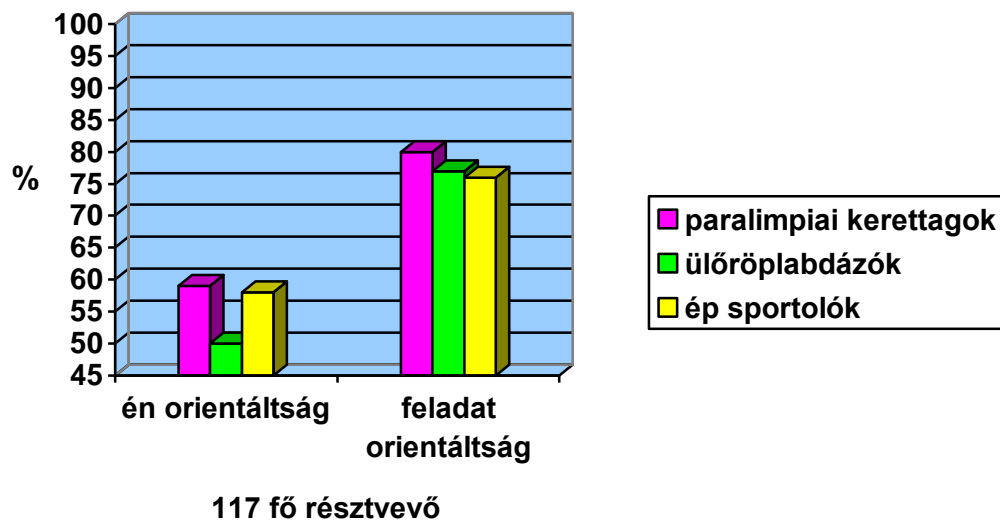


3. ábra: A mélyinterjú résztvevőinek megoszlásai

## 4. Eredmények

### 4.1. A motiváció és megküzdési stratégia vizsgálata során kapott eredmények

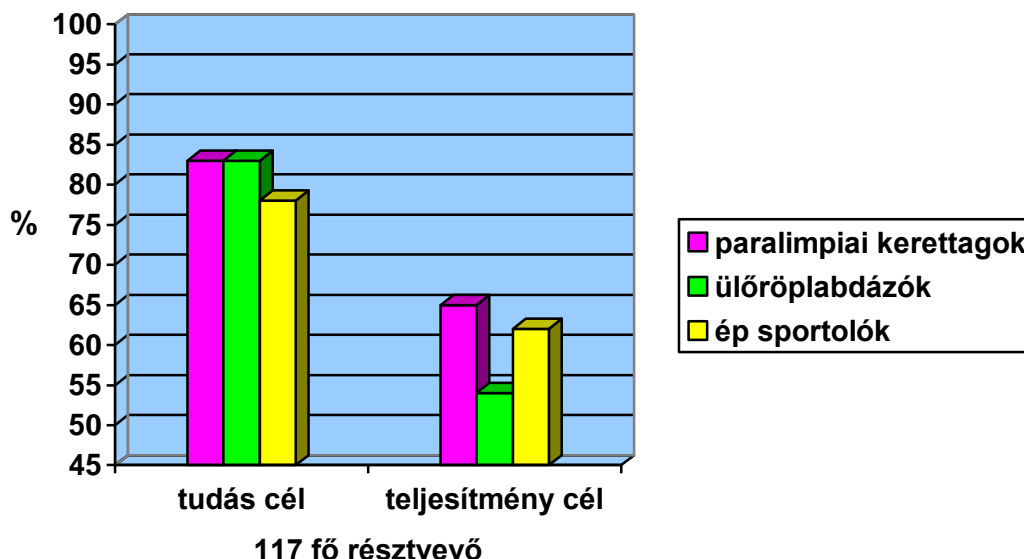
A kérdőívekre kapott válaszokat a nemek és a csoportok (paralimpiai kerettagok, versenyszerű sportoló fogyatékosok, és ép sportolók) összehasonlításával, többváltozós varianciaanalízis során elemeztük. A statisztikai próbák során a feladat és én orientációs alskálák, mint függő változók a nemek és a csoportok között nem mutattak szignifikáns különbséget.



4. ábra: A TEOSQ kérdőívre kapott válaszok eredménye a feladat és én orientáltság függvényében



A 4. ábrán a feladat és én orientációs teszt (TEOSQ teszt) eredményeit mutatom be, amelyek jól mutatják, hogy a három sportolói csoport hasonlóan reagált a sikeresség okainak meghatározásában. Az eredmények alapján a csoportok között nincs különbség, és a válaszadókra inkább a feladatorientáltság jellemző. Ez a teszt a feladat és én orientáltság sportösszefüggéseit vizsgálja, tehát a sportolók a sikerességüket inkább az egyéni feladatvégzés tökéletesítésével, vagy az adott sportban másokkal szembeni sikeresebb, eredményesebb szerepléssel magyarázzák. Bár a nemzetközi vizsgálatok alapján az ép sportolók körében az ego orientáltság jellemzőbb, az általunk vizsgált csoportok között valódi különbséget nem tudunk megállapítani. A vizsgálat résztvevőire összességében a feladat orientáltság jellemző, céljaikat inkább feladatokban fogalmazzák meg. Ezt azzal magyarázzuk, hogy a vizsgálatban résztvevő ép sportolók nem válogatott szintűek, sportsikereik között nincs Világjátékokon szerzett eredmény. Így számukra a sikert inkább a feladatvégzés tökéletesítése jelenti. A fogyatékos sportolók mindkét csoportjára a feladat orientáltság jellemző, amely bizonyítja, hogy inkább a feladatvégzés, az új gyakorlat, vagy játékszituáció megtanulása és kemény gyakorlása jelenti a sikert a sportban.



5. ábra: A PMCSQ kérdőívre kapott válaszok eredménye a motivációs háttér függvényében

A motivációs teszt (PMCSQ teszt) érdekes eredményt hozott (5. ábra). A fent említett csoportok között, mind a nemek, mind a sportolói csoportok között lényeges különbség mutatkozott ( $P < 0.05$ ) a motivációs háttérrel kapcsolatban. Megállapítható, hogy a fogyatékos sportolók motivációs profiljukra jellemzőbb a tudás (mastery) -cél, mint a teljesítmény-cél. A motivációs háttérrel vizsgáló teszt kihangsúlyozza a tudás (mastery) és teljesítmény-célokat. Ennek a tesztnek az eredménye alapján igazolódott, hogy az ép és a fogyatékos sportolók eltérő motivációs háttérrel rendelkeznek, és az a feltetelezés, hogy az ép sportolók nagyobb teljesítmény-orientált háttérrel, míg a fogyatékos sportolók pedig nagyobb tudás-orientált háttérrel rendelkeznek sportpályafutásuk alatt, szintén bizonyítást nyert. Külön figyelmet fordítottunk a Paralimpikonokra, akikre tudás (mastery) és teljesítmény-cél egyaránt jellemző. Az elit fogyatékos sportolót egyaránt motiválja a teljesítmény-siker és az újabb és újabb feladat tudás (mastery). Ennek a tesztnek az eredményei visszacsengnek az interjúk (a kutatás második

szakasza) eredményeiben is, mikor a motivációról kérdeztük a személyes beszélgetések során a sportolókat. A 2. táblázatban foglalom össze a két teszt statisztikai eredményeit.

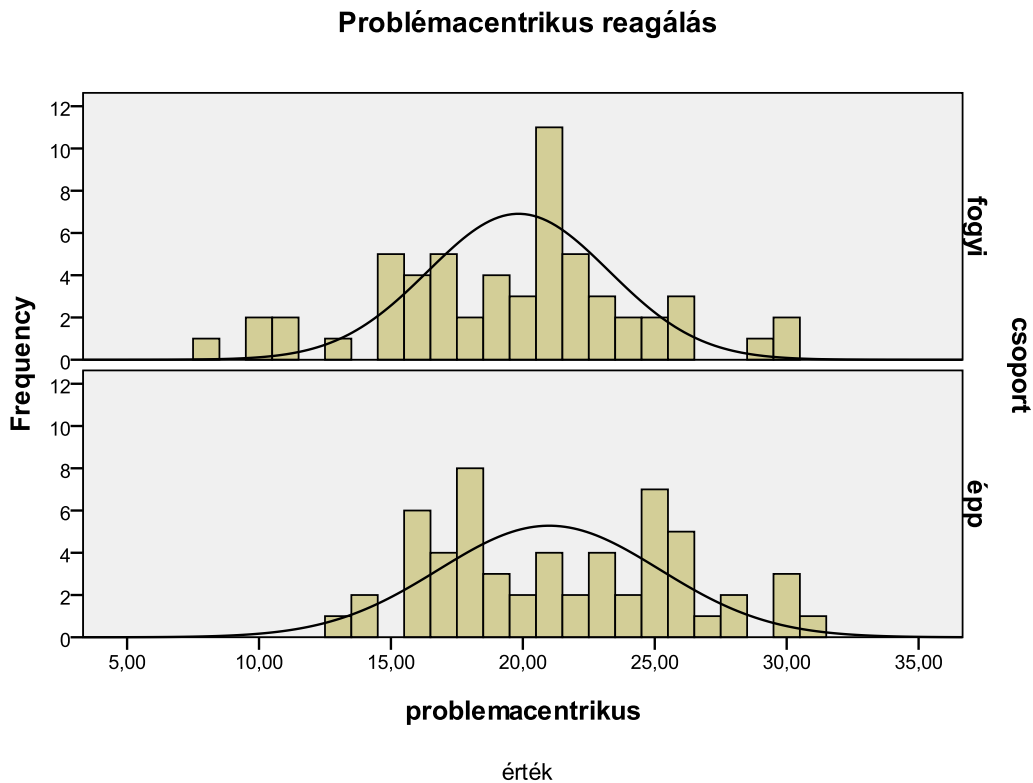
2. táblázat: A kérdőíves motivációs vizsgálat eredményei

Átlagok és szórás a négy függő változó tekintetében, külön-külön a csoportok és a nemek szerint.				
	feladat (task) orientáció átlag ( $\pm$ SD)	én (ego) orientáció átlag ( $\pm$ SD)	tudás (mastery) cél átlag ( $\pm$ SD)	teljesítmény (performance) cél átlag ( $\pm$ SD)
fogyatékos sportolók	3,31 (.76)	3,48 (.70)	4,15 (.50)*	3,07 (.76)
ép sportolók	3,30 (.70)	3,50 (.63)	3,83 (.52)*	3,09 (.59)
férfi	3,28 (.75)	3,46 (.69)	4,06 (.55)	2,91 (.69)*
nő	3,33 (.64)	3,53 (.63)	3,90 (.55)	3,33 (.58)*
Statisztikailag szignifikáns különbséget a fogyatékos sportolók és az ép sportolók tudás cél háttéré változóban (# P <0,003), valamint a férfiak és nők között a teljesítmény célokban találtunk (* p <0,00).				

A korábbi kutatásokban (Pensgaard 1999) igazoltak alapján az ép és a fogyatékos sportolók eltérő motivációs háttérrel rendelkeznek. A két teszt alapján azonban csak a tudás-cél motivációs háttért illetően mutatkozott különbség az ép és fogyatékos sportolók között. A többi motivációs összetevőben a csoportok hasonló eredményt mutattak. Ezt az eredményt alátámasztja Campbell és munkatársainak következtetései, miszerint sokkal több a hasonlóság a fogyatékos és ép sportolók között, mint a különbség (Campbell és Jones 1997). Ugyanakkor a várt különbségeket alátámasztó nemzetközi kutatás, a norvég vizsgálat eredményei – miszerint a fogyatékos sportolók magas teljesítmény-cél figyelhető meg motivációs profiljukban – hallássérült sportolók körében végzett kutatásban születtek (Sørensen 2003). Jelen kutatásunkban a megszólított fogyatékos személyek látás és mozgássérültek voltak, ez adja a magyarázatot arra, hogy miért nem mutatkozik jelentős különbség a fogyatékos és ép sportolók teljesítménymotivációjában. Ezek a különbségek befolyásolhatták az

eredményeket még akkor is, ha azok összhangban vannak a korábbi kutatások eredményeivel. De az eredmények megerősítik, hogy a fogyatékos sportolók pszichológiai vizsgálataiban, hasonlóan az ép sportolókat megcélzó vizsgálatokhoz a versenyző kell, hogy a kutatás középpontban legyen, nem pedig maga a fogyatékoság (Hanrahan 1998).

Megküzdési Mód (Coping) kérdőív eredmények összehasonlítása a fogyatékos sportolók és az ép sportolók között nem hozott átütő sikert. A kérdőívben az alkalmazkodás, a preferált helyzetmegoldási módokat és megküzdési stratégiákat vizsgáltuk. A vizsgálatban szintén a „megküzdési mód preferencia” kérdőív nyolc skálája ötfokú gyakoriság skálán regisztrálták a vizsgálatban résztvevők, hogy a fenyegető helyzetekben melyik megoldási módot, milyen gyakorisággal választják. Csupán a Problémacentrikus reagálás alszállában mutattak magasabb értéket ( $P < 0.05$ ) a fogyatékos sportolók, míg a többi dimenzióban nem volt szignifikáns különbség (6. ábra).



6. ábra: Megküzdési Mód kérdőívre kapott válaszok megoszlása a fogyatékosok és épek csoportja között

Ez az eredmény azt jelenti, hogy sokkal jobban jellemző a fogyatékos sportolókra a fellépő fenyegetettség és probléma elhárítása, a problémás helyzet megváltoztatása, illetve kiiktatása. Ehhez minden lehetőséget számításba vesznek, amely segítheti a probléma kezelését. Úgy gondolom, hogy ez a fajta probléma centrikus magatartás összességében jellemzi a fogyatékos személyeket. Azaz a fogyatékos személyek gyakrabban reagálnak probléma centrikus módon a fenyegető helyzetben, mint az épek. A fogyatékos személy a stressz keltett feszültséget leküzdése érdekében, a próbálja saját erővel megküzdeni, vagy segítséget kér olyan személytől, aki konkrét lépést tesz az ügy érdekében. Amennyiben képessége, vagy mások segítsége sem oldja meg az aktuális problémát, akkor a személy a saját személyiség stabilitásának megőrzésére figyel, de nem adja fel a helyzetmódosítás lehetőségét.

Ezek a megküzdés-stratégiák kidolgozottabb viselkedést foglalnak magukban. Azt feltételezhetjük, hogy a fogyatékos sportoló eredményesebb megküzdés stratégiát választ, mint az ép társai.

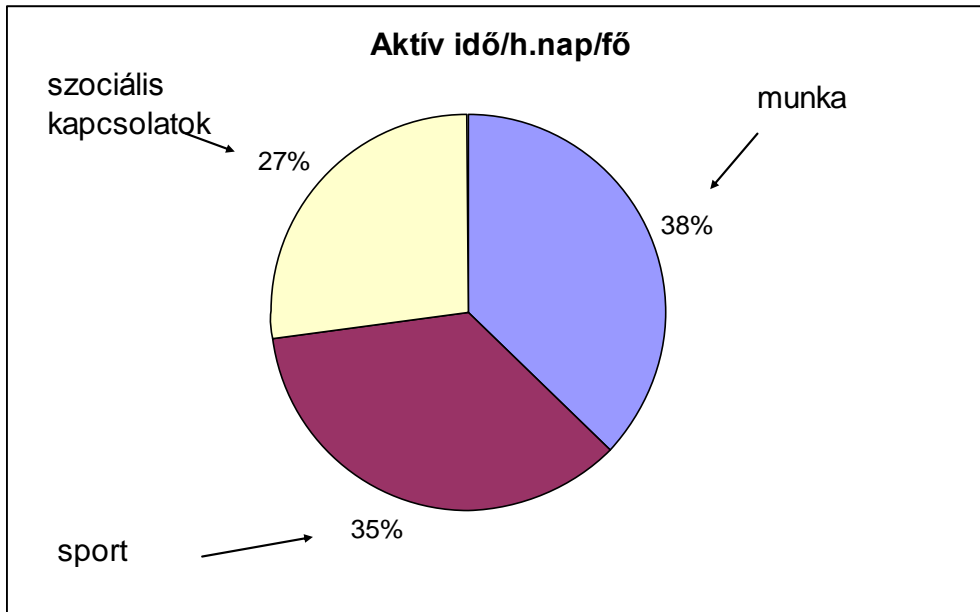
#### 4.2. „A fogyatékosok sportja” című mélyinterjú során kapott eredmények

A tíz élsportoló, fogyatékos személlyel folytatott beszélgetés során pontosan megfogalmazták, hogy a legtöbb tudatosan szervezett időt az aktív sportolásra fordítják, életforma-szerűen sportolnak. Mindnyájan aktív kereső tevékenységük mellett az életvitelüket a sporthoz alakítják.

##### a.) Időbeosztás:

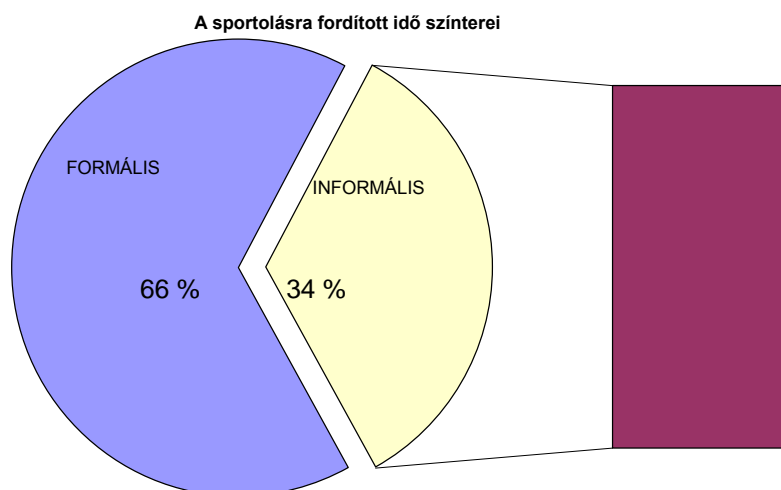
(1. kérdés Hogyan telik egy heted? Meséld el részletesen egy átlagos hetedet?)

Időbeosztás alapja egy átlagos hét volt az interjúkészítés során. (Azt a stratégiát választottam, hogy ha nem célravezető az „általános” átlagos hét, akkor az elmúlt hét időbeosztására kérdezek rá. Nem került sor erre, egyetlen esetben sem. ) Az aktivitás jegyében szervezett idő vizsgálata (edzés, munka, tanulás) arra enged következtetni, hogy a fogyatékos sportolók tudatosan szervezett időbeosztással élnek (7. ábra). Ebben nagy szerepe van a munka mellett a sportnak is, mert világosan megmutatkozott, hogy az edzések, és egyéb sporttevékenységek az időbeosztásuk gerincét alkotja.



7. ábra: A mélyinterjúban résztvevők időbeosztása

A megkérdezettek a legtöbb időt (heti 6 óra / fő) informális és formális keretek közt (53 – 47 % / edzésidő) folyó edzés-programokra fordítják. Első látásra ez azzal is magyarázható, hogy elsősorban élsportolókat kérdeztünk. (8. ábra) Ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy mentális szempontból is kiemelt jelentőségű ennek a (nem elég hangsúlyozni: jelentős mennyiségű) idő eltöltésének „minősége”, érzelmi töltete.



8. ábra: A mélyinterjúban résztvevők sportra fordított időbeosztása

Gyakran találtunk példát arra, hogy az interjú készítés során az edzéssel, sportolással, aktív mozgással töltött időket neveztek meg először, mint megemlítendő foglalkozás, majd a „köztes” időket utólag „kitöltötték” (munka, pihenés, szociális érintkezés, szórakozás).

Ha napi lebontásban vizsgáljuk, akkor a munka mellett (ami általában a délelőtti) tanulásra is találunk példát (a megkérdezettek 10 %-a). Lényegesen különbözik a hét első öt napja a hétvégektől (szombat - vasárnap), illetve a kiemelt sporteseményeket tartalmazó időszakok (kvalifikációs versenyek, bajnokságok stb.) a „normális” hétköznapoktól. Hétköznap, délután viszonylag kevés időt töltenek a család körében (napi 1 óra / fő / nap), ellentétben a hétvégékkal (6,5 óra / fő / nap). Sok időt vesz igénybe a mindennapok „szervezése” (utazás, étkezés stb. – napi 4,5 óra / fő / nap). Ez hétvégeken leginkább szabadidős foglalkozásként jelentkezik (séta, szocio-kulturális kapcsolatokon alapuló tevékenységek).

Helytállóak és bizonyítottak tekinthető azt a megállapítást, mely szerint a megkérdezettek a legtöbb időt a munka mellett az aktív sportolásra fordítják, életforma-szerűen sportolnak, életvitelüket ehhez alakítják.



b.) A sportolással töltött idő szinterei:

(2. kérdés: Milyen gyakran sportolsz? Hol sportol? Csak egyesületben sportol, vagy informális keretek között is?)

Ebből következően a megkérdezettek 100% fontosnak tartja a formális keretek között (sportegyesületek) folytatott edzések mellett az informális keretek közötti sportolást is. (Lásd: 'A sportolással töltött idő szinterei' című ábrát.)

Hetente átlagosan 2,8 alkalommal vesznek részt edzéseken, ennyi alkalommal sportolnak melynek nagyobb fele informális keretek között folyik. Ide soroltuk az edzésprogramokon kívül eső, de aktív sportolással töltött időt is (konditerem, más sportág stb.). Megállapítható, hogy e sportolók hetente átlagosan 6 órát (legkevesebb 2,5; legtöbb 8,5 órát) fordítanak aktív sportolásra.

c.) elsődleges motivációk:

(2.b. kérdés: Mikor kezdtél el sportolni? Miért kezdtél el sportolni? Mi motivált (motivál) a sportolásra? Meddig szeretnél sportolni? Mik a céljaid a sportban? Mit jelent számodra a sport? Milyen hatással van rád az aktív sport?)

A miért kezdtél el sportolni? (esetenként: Hogyan kezdtél el sportolni?) kapott válaszokból kiderül, hogy az aktív sport elkezdésében igen fontos szerepet játszott a szocializáció illetve a reszocializáció (60 %-a tért ki ennek fontosságára), a szociális kapcsolatok nemkülönben (75%-a említette a szülő, testvér, kortárs, ismerős készítését). Általában a reszocializáció, mintegy megismételte a szocializáció folyamatát, mert az egyéni életútban bekövetkezett változás (súlyos baleset) után a sport ugyanolyan hangsúllyal (vagy még hangsúlyosabban) szerepelt az egyén életvitelében. („A balesetem előtt fociztam, ezért sportolok a mai napig is, és ezért kezdtem el a sportot.” – üllőróplabdás; „Nekem más a helyzetem, mert nem is tudom mit csinálhatnék ez helyett...”- csörgőlabdás; )

A meddig sportolna? kérdésre többnyire az egészségi állapot korlátait említették (80%-a: „ameddig bírok”, „ameddig csak lehet”), a valamilyen eredmény elérése csak feltételesen jelentené az aktív sport abbahagyását (20%-a: „ha majd meglesz az összes ... éremem, akkor csak ide –informális edzés- fogok járni, hogy megmutassam a

fiuknak, hogy, hogy csinálták az öregek”). Fontos a csapathoz tartozás is („A csapatba tartozás és a társaim motiválnak”), ami a sport közösség –képző erejét hangsúlyozza. Elsődleges motivációs tényezők között elsősorban az életforma jellege (60%-a: „szeretem csinálni”, „nélküle már nem tudnék élni”, „hasznos elfoglaltság”); eredményesség (60%-a említette a: „jobb eredményeket”, hogy „itt tud küzdeni”, és, hogy „elismerést tud elérni”). Fontosnak tartotta 80%-a az elfogadható eredmények elérését is, de nem volt kizárólagos motivációs tényező („nagyon fontosak a jó eredmények, de nélküle is csinálnám”, „mindenképp csörgőznék, bár fontosak az eredmények”). Az önbecsülés megerősítése is megjelent a motivációk sorában (20%-a: „mert jót tesz az egészségnek és a lelkemnek”, „A sportolástól fáj a vállam, de pszichésen plusz hatást gyakorol rám.”).

d.) másodlagos motiváció:

(3. kérdés Gondolj vissza eddigi életedre! Mi volt benne sikeres és szerinted sikereidet minek köszönheted? (családi egészségi körülmények, stb.).

Az eddigi életük során elért sikereik között minden megkérdezett említette a sportsikereit (100%). Sikereiknek kulcsát többen (80%) szociális kapcsolataiknak (család, gyerekek, barát, edző stb.), valamint szociálpolitikai helyzetüknek (20%) (fogyatékos-sportegyesületek, stb.). A megszerzett anyagi javaknak (felépített ház, fizetés, autó) is az elért sikerek mutatói. Az egyéni hozzáállás is fontos tényezőként említhető (60%-a: „a kitartásnak”, „az akaraterőnek”, valamint a „küzdeni tudásnak” köszönheti sikereit). A sport többször is a siker forrásaként jelenik meg („sikereim a sportnak és a családomnak köszönhetem”; „A sikereimben sok szerepe van a sportnak”).

e) a sport szerepe:

(4. kérdés: Milyen szerepet tulajdonítasz a sportnak eddigi sikereidben? Szerinted képességeid a sporton keresztül sikeresebben tudtad-e kibontakoztatni?)

A megkérdezett fogyatékos sportolók 70%-a vallotta különösen fontosnak, és 30 %a nagyon fontosnak sportot, mint a sikerei forrását. A képességeik kibontakoztatásában a sport igen nagy jelentősége az elért eredményeik tükrében érthetőnek tűnnek

(többnyire profi sportolóról lévén szó). („Amilyen eredményeket elértem, ahhoz a család kellett, de a sport adta a legnagyobb lökést a sikeres élethez.”; „...tényleg fontos nekem a sport – itt tudtam képességeimet kamatoztatni.”; „...erről beszéltem: ha többen sportolnának és többet, az jót tenne a társadalomnak.”). Megállapítható, hogy a sportoló fogyatékosok önállóbbak, határozottabbak, könnyebben megtalálják helyüket a világban, és ezzel együtt jár, hogy nagyobb arányban jutnak munkához, könnyebben beilleszkednek a társadalomba, mint azok, akiknek nincs meg a sportolásra a lehetőségük, vagy nem sportolnak.

A sport integrációs erejét (6. kérdés: Változott-e az élettered az aktív sportolás következtében, nőtt-e a mozgástered? pl.: változtak a szociális kapcsolataid, másképp éled át élményeidet, sikereidet, változott a világlátásod stb.) is többen hangsúlyozták (80%), a társadalmi kapcsolatok kiszélesedése (80%), a tapasztalatszerzés (60%), élményszerzés, utazás (40%) megbecsülés és elismerés (20%) mellett.

f.) sportoló – edző kapcsolat:

(5. kérdés) Milyen a kapcsolatod az edződdel (ha van edző)? Milyen edzőt szeretnél? Miért fontos / miben segíthet szerinted az edző? (edzői attitűdök) (ha Te edző lennél, mit tartanál fontosnak...)

Az edző – sportoló kapcsolatáról az interjúalanyok véleménye nem mutatott különösebb eltéréseket: mindenki jónak (jó: 40 %, különösen jó 60%) jellemezte. Senki nem említett semmi olyant, ami az edzővel való kapcsolatát terhelné. A személyes jó viszony fontosságát hangsúlyozták, valamennyien megemlítették a szakmai segítségnyújtás nélkülözhetetlen voltát, és kihangsúlyozták a személyes kapcsolaton alapuló szakmai együttműködést (40%).

Arra a kérdésre, hogy mit tekintene fontosnak, ha edző lenne (projekciós vizsgálat), a legtöbben (5.1 kérdés:... adott feladatot, kitűzött célokat? ) az adott feladatot, kitűzött célokat tartanák fontosnak (80%). Nagyon fontos, hogy e feladatok eléggé személyre szabottak legyenek (60%), olyan tényezőket alapul véve, mint a sportoló sérülési foka (40%), képessége (20%). A jó edző tulajdonságai között említették: az empátiát, szakmai jártasságot, a „humanitását”, toleranciáját. Ezért is lényeges és

elengedhetetlen, hogy az edző minden esetben (5.2. kérdés: ...a sportoló személyét?) figyelembe vegye a sportoló személyiségét (20%), képességeit (40%), céljait (80%).

Megemlíthető a közösen kitűzött célok fontossága, amiben a sportoló és az edző partneri viszonyban van, és a sportoló személyiségének empátián alapuló megértésén alapszik. A technikai feltételek megteremtésében és a csapat menedzsmentjében is nagy szerep hárul az edzőre, a megkérdezettek véleménye szerint.

g.) lehetőségek, célok, akadályok

(7. kérdés: Milyen lehetőségeid adódtak eddig, azokat hogyan tudtad szerinted használni? Voltak-e olyan lehetőségek, amiket nem használtál ki, miért nem? Milyen terveid vannak, mit szeretnél elérni?)

A lehetőségeik kihasználásának fokáról többnyire pozitívan válaszoltak. (80%-a többnyire kihasználta az adódó lehetőségeket, bár mindenkinek voltak olyan lehetőségei, amiket nem sikerült kihasználnia.). A sportban jobb egyéni (80%) és nemzetközi eredményeket (40%), jobb elismertséget (20%), jobb sportági hagyományokat (20%) szeretnék elérni (7.1. kérdés). A magánéletben (7.2.kérdés) a jobb eredményesség (60%), az elismerés (20%) a cél. A munkát, mint a jobb életkörülmények kialakításának eszközt tekintik (60%) (7.3. kérdés).

A leküzdendő akadályok (8. kérdés Látsz-e már most akadályokat, amelyeket le kell majd küzdened a terveid megvalósulásához?) sok munkával / több edzéssel (60%) többnyire leküzdhetőek. Fontos, hogy a többségi társadalom szemléletbeli változások irányába haladjon (pl.: infrastrukturális beruházások stb.) (40%).

A kutatás eddigi eredményeinek tükrében igazoltnak tűnnek, az ép és a fogyatékos sportolók eltérő motivációs háttere: a fogyatékos sportolók pedig nagyobb tudás-orientált háttérrel rendelkeznek sportpályafutásuk alatt.

A fogyatékos sportolók körében nagyobb a differenciáltság, mint az ép társaik körében, így a velük foglalkozó sportszakember (testnevelő, edző, sportszakember, gyógypedagógus) munkájában fokozottabban kell érvényesülni az egyéni bánásmód.

Megállapítható, hogy az aktív sport elkezdésében igen fontos szerepe van a szocializációnak, illetve a reszocializációnak. Sportpolitikai döntések előkészítésénél e tényt érdemes figyelembe venni, hiszen ez igazolja a „sport for all” (mindenki által elismert – de nem elégszer / és nem eléggé hangsúlyozott) létjogosultságát. A sportoláshoz indirekten kapcsolódó jelenségek közül a sport integrációs ereje kitűnik a társadalmi kapcsolatok kiszélesedése (80%), a tapasztalatszerzés (56%), az élményszerzés, az utazás (40%) és megbecsülés, személyiségének, beállítódásának javítása, valamint elismertetésének lehetősége (20%) mellett.

Motivációs tényezők között elsősorban a sport életforma jellege volt hangsúlyos. Az eredményesség, az elfogadható eredmények elérése nem volt kizárólagos a motivációs tényezők sorában, ugyanakkor az önbecsülés megerősítését is többször, többen említették. Ugyanakkor elért sikereik között minden megkérdezett említette a sportsikereit, összességében a válaszadók a sikereik kulcsát többen szociális kapcsolataiknak, valamint szociálpolitikai helyzetüknek köszönhetik, akárcsak egyéni hozzáállásuknak. A képességeik kibontakoztatásában a sport igen nagy jelentősége az elért eredményeik tükrében érthetőnek tűnnek (többnyire profi sportolóról lévén szó), de eredményeik alapján kijelenthető, hogy nem kizárólagos a jó eredmény elérésének szándéka. Egyértelműen a sporttevékenység, mint önmegvalósítási keret jelentkezett, sőt arra is találunk példát, hogy a sportot egyetlen lehetséges önmegvalósítási terepének említette a megkérdezett.

Az edző – sportoló kapcsolatáról az interjúalanyok véleménye nem mutatott különösebb eltéréseket mindenki jónak jellemezte: a személyes kapcsolaton alapuló szakmai együttműködésnek, egyénre szabott foglalkoz(tat)ásnak a kitűzött feladatok személyre szabott jellegén kell nyugodjon, olyan tényezőket alapul véve, mint a sportoló sérülési foka, képessége. Ezért is lényeges és elengedhetetlen, hogy az edző minden esetben figyelembe vegye a sportoló személyiségét, képességeit, egyénre szabott céljait, a sportoló személyiségének empátián és tolerancián alapuló megértését. A lehetőségeik kihasználásának fokáról többnyire pozitívan válaszoltak, ami az eredményes sportolásnak is köszönhető. A munkát, mint a jobb életkörülmények

kialakításának eszközét tekintik. A leküzdendő akadályok sok munkával / több edzéssel többnyire leküzdhetőek. Fontos, hogy a többségi társadalom szemléletbeli változásaira is szükség van (pl.: infrastrukturális beruházások stb.)

#### 4.3. A fogyatékosok sportjának ismeretei irányuló vizsgálat során kapott eredmények

A mélyinterjúk során az edző – sportoló kapcsolatáról kapott véleményeket továbbgondolva tartottam fontosnak, hogy megvizsgáljam a hazai edzőképzésben résztvevők véleményét, ismereteit a fogyatékosok sportjának megítéléséről. A vizsgálat keretében az alap-, és középfokú edzőképzésben résztvevő sportszakemberektől kaptunk részletes és alapos információt a fogyatékosok sportjáról.

##### 4.3.1. Általános tapasztalatok

Sajnálatos tényként könyvelhetjük el, hogy a képzésben résztvevő hallgatók többsége (75.1%) egyetlen egy fogyatékos sportolót sem ismer ( $\text{Chi}^2 = 71,5$ ;  $p = 0,001$ ). Külön kérdés vonatkozott az olimpiai, paralimpiai számokra és saját sportágukra is, az eredményt mindkét kérdés alapján összegeztem. A kérdésben különbség mutatkozott az edzői gyakorlat éveinek és az edzők neme szempontjából. A különbözőségvizsgálat alapján elmondható, hogy minél több ideje dolgozik edzőként valaki, annál inkább ismer fogyatékos sportolót (Pearson  $\text{Chi}^2 = 6,79$ ;  $p = 0,034$ ). Emellett az is feltűnő, hogy a nők kevesebb fogyatékos sportolót ismernek, mint a férfiak (Pearson  $\text{Chi}^2 = 3,62$ ;  $p = 0,038$ ). Az érettségivel és a felsőfokú végzettséggel rendelkezők, illetve az egyéni és csapatsportágak képviselőinek válaszai között ugyanakkor nem mutatkozott statisztikai különbség (3. táblázat).

3. táblázat: „Ismersz-e fogyatékos sportolót?” kérdésre „igen” választ adók (% , N=489).

A minta %-a	24.9		
sportág (egyéni, csapat)	23.3	28.3	
képzettség (érettségi, felsőfokú)	23.8	28.2	
nem (férfi, nő)	29.2*	19.4	
edzői tapasztalat (0, <5 év, >5 év)	18.7*	33.0	29.5
* Szignifikáns különbség a változók kategóriái között			

Érdekes kérdésnek bizonyult, hogy az edzői tapasztalattal rendelkezők szakmai munkájuk során találkoztak-e fogyatékos sportolóval. A kérdésben természetesen csak azoknak a válaszait vettük figyelembe, akik rendelkeznek legalább minimum 1 év edzői gyakorlattal (n=135). Ennek alapján elmondható, hogy rendszeresen találkozik fogyatékos sportolóval 5 fő, sokszor 27 fő, soha 99 fő ( $\text{Chi}^2 = 178.2$ ;  $p = 0.001$ ) A férfiak és nők válaszai, az iskolai végzettség és a sportág jellege, illetve az edzői tapasztalatok között nem találtunk szignifikáns különbséget.

Az is érdekelt minket, hogy az egyesületekben, szervezett formában sportolnak-e fogyatékos sportolók. Ennél a kérdésnél mindenkinek a saját tapasztalataira voltunk kíváncsiak, mert a sportolók és az edzők is tisztában lehetnek az adott klubban vagy szakosztályban történő folyamatokról. Elmondható, hogy 0,7% szerint sok fogyatékos személy sportol a klubban, 5,2% szerint néhány, és 5,9% szerint egy fő, míg 17,8% nem tudja ( $\text{Chi}^2 = 224.8$ ;  $p = 0.001$ ). A minta nagy része (70,4%) szerint azonban nincs fogyatékos sportoló a saját sportegyesületében. A kérdésre adott válaszokban nem volt különbség egyik változó tekintetében sem (edzői múlt, nem, iskolai végzettség, sportág jellege).

A továbbiakban azt szeretnénk volna megtudni, hogy miért ilyen kevés, vagy éppen miért nincs fogyatékos sportoló a klubokban. A kérdésre mintegy 31,2% egyértelműen azt jelezte, hogy nem tudja, míg 14,7% személyi feltétel hiányát említette, illetve 22,8% szerint a klub nem akadálymentes ( $\text{Chi}^2 = 22.78$ ;  $p = 0.001$ ). A

nemek, a legmagasabb iskolai végzettség, edzői tapasztalat és a sportág jellege között nem találtunk szignifikáns különbséget (4. táblázat).

4. táblázat: „Miért nincsenek fogyatékos sportolók a klubokban?” kérdésre „nem tudom” választ adók (% , N=489).

A minta %-a	31.2		
sportág (egyéni, csapat)	30.6		32.6
képzettség (érettségi, felsőfokú)	31.8		29.6
nem (férfi, nő)	34.8		26.6
edzői tapasztalat (0, <5 év, >5 év)	26.7	37.4	34.1

Bízató jel, hogy a minta túlnyomó többsége szerint (97,8%) fontos, hogy a fogyatékosok sportoljanak ( $\chi^2 = 8.00$ ;  $p = 0.018$ ). A különbözőségvizsgálat azt mutatta ki, hogy az edzői múlt, a nemek, a legmagasabb iskolai végzettség és a sportág jellege között sem volt szignifikáns különbség.

Arra, hogy miért fontos a fogyatékosok sportja, a minta jelentős része említette azt, hogy kell a mozgás mindenkinek (25.3%), illetve, hogy a mozgás egyértelműen az egészséges életmód része (34%). Emellett a lehetőség mindenkinek jár (11.6%), megmozgat (7.7%), illetve a sport örömet okoz mindenkinek (11,9%) válaszok jelentek meg; 9,5% nem adott választ ( $\chi^2 = 95.0$ ;  $p = 0.001$ ). Szignifikáns különbséget találtunk a sportág szerinti csoportok válaszai között. Az egyéni sportok képviselőinek fontosabb, hogy a fogyatékos emberek is sportoljanak, mint a csapat sportokat képviselőknél (Pearson  $\chi^2 = 12.40$ ;  $p = 0.03$ ). Továbbá statisztikailag értékelhető különbséget nem kaptunk az edzői múlt, a nemek, iskolai végzettség között.

A válaszadók 48.2%-a mindezek ellenére lát lehetőséget arra, hogy saját egyesületükben fogyatékosok is sportoljanak. A többség (51.8%) szerint azonban erre nincs lehetőség. Szomorú adatnak számít, hogy mindössze 11.9% nyilatkozta, hogy adottak a sportegyesületben a feltételek a fogyatékos emberek sportolásához. Egyértelműen nem adottak a feltételek 27.8% szerint, 7.3% a speciális eszközöket jelölte meg, mint legfontosabb indokot, 10.7% szerint a sportág nem alkalmas rá,



21.7% pedig a szakemberhiányra hivatkozott. 20.6% vagy nem adott választ, vagy nem a kérdésre válaszolt.

A következő kérdés azt taglalta, hogy tudnak-e együtt sportolni a fogyatékosok az épekkel. Erre a kérdésre 80% igennel válaszolt ( $\text{Chi}^2 = 107.5$ ;  $p < 0.001$ ). A kérdésre a férfiak és az érettségivel rendelkezők többen válaszolták, hogy szerintük nem tudnak az épek együtt sportolni a fogyatékosokkal (Pearson  $\text{Chi}^2 = 3.916$ ;  $p = 0.032$ ), míg az edzői gyakorlattal rendelkezők és az iskolai végzettség változók nem mutattak különbséget.

#### 4.3.2. A képzéssel kapcsolatos ismeretek

A minta 2.1%-a jelezte, hogy alapos ismeretekkel és tapasztalatokkal rendelkezik a fogyatékosokat illetően, emellett 13.7%-nak van saját bevallása szerint valami ismerete a témáról. 54.2 % azoknak az aránya, akik semmiféle ismerettel és tapasztalattal nem rendelkezik a fogyatékosok sportját illetően ( $\text{Chi}^2 = 337.7$ ;  $p < 0.001$ ). A különbözőségvizsgálat itt sem mutatott ki lényeges különbséget az edzői múlt, a nemek, a legmagasabb iskolai végzettség és a sportág jellege között.

A következő kérdés arra irányult, hogy a képzésen részt vevők szeretnék-e többet tudni a fogyatékosok sportjáról. Erre 35.8% igennel válaszolt, 2.8% nemmel, míg 49.8%-a szerint „talán hasznos lenne” ez a speciális szakmai információ, és 11.6%-a nem tudott válaszolni a kérdésre ( $\text{Chi}^2 = 160.2$ ;  $p < 0.001$ ). A nők több pozitív választ adtak, mint férfiak (Pearson  $\text{Chi}^2 = 9.15$ ;  $p = 0.027$ ), hasonlóan az érettségivel rendelkezők, mint a felsőfokú végzettségűek (Pearson  $\text{Chi}^2 = 14.53$ ;  $p = 0.002$ ), valamint az egyéni sportokat képviselők, mint a csapat sportosok (Pearson  $\text{Chi}^2 = 12.95$ ;  $p = 0.005$ ). Az edzői múlt szerinti csoportosítás nem mutatott ki lényeges különbséget. (5. táblázat)

5. táblázat „Szeretnél többet hallani/tudni a fogyatékosok sportjáról?” kérdésre „igen” választ adók (N=489).

kategóriák			
teljes minta			35.8
sportág (egyéni, csapat)		36.8*	33.7
képzettség (érettségi, felsőfokú)		40.7*	21.1
nem (férfi, nő)		32.9	39.5*
edzői tapasztalat (0, <5 év, >5 év)	36.0	33.0	40.9

A válaszadók több mint a fele 59.0% lényegesnek tartja a fogyatékosok sportjával kapcsolatos ismereteket, 34,5% jelezte, hogy érdekli a téma, és 6.5% válaszolta, hogy ha többet tudna a fogyatékosok sportjáról, akkor tudna segíteni másoknak ( $\chi^2 = 174.4$ ;  $p < 0.001$ ). A felsőfokú végzettségűek többen válaszolták, hogy lényegesnek tartják az edzőképzésben a fogyatékosok sportjának ismereteit, mint az érettségivel rendelkezők (Pearson  $\chi^2 = 9.89$ ;  $p = 0.02$ ). A nem, az edzői múlt és a sportági jelleg nem adott számottevő különbséget a kérdésben.

Ezek után nem meglepő, hogy a minta nagy része (72,3%) szerint fontos az edzőképzést tartalmi részét fejleszteni a fogyatékos személyek sportjának ismereteivel. Ugyanakkor 11.2% nem tartja ezt szükségesnek, illetve 16,5% nem adott választ a kérdésre ( $\chi^2 = 195.7$ ;  $p < 0.001$ ). A több nő tartja fontosnak az edzőképzés tartalmi bővítését a fogyatékosok sportjának ismereteivel, mint a férfi (Pearson  $\chi^2 = 9.9$ ;  $p = 0.007$ ). Az edzői tapasztalatok, az iskolai végzettség és a sportág jellege változók nem adtak számottevő különbséget a kérdésben. (6. táblázat)

6. táblázat: „Fontosnak tartja-e, hogy az edzőképzés során fogyatékos személyek sportjáról előadások hangozzanak el?” kérdésre „igen” választ adók (N=489).

kategóriák			
teljes minta			72.3
sportág (egyéni, csapat)		74.6	67.4
képzettség (érettségi, felsőfokú)		73.8	67.6
nem (férfi, nő)		66.5	79.8*
edzői tapasztalat (0, <5 év, >5 év)	77.3	61.5	77.3

Akik fontosnak ítélték az edzőképzés korszerűsítését a fogyatékos sport irányában (n=348), elsősorban az általános ismeretek területét említették (36.7%), mint amiről szeretne többet tudni. Emellett megjelentek a pedagógia (7.7%), kommunikáció (8.7%), edzésemélet (4.8%) és pszichológia (4,3%) tantárgykörök is. Emellett 28,5% mind a négy utóbbi tantárgykört megemlítette. Mintegy 9.2% szerint külön tantárgy szükséges a fogyatékosok sport ismereteihez ( $\text{Chi}^2 = 144.0$ ;  $p < 0.001$ ). Egyik változó mentén sem találtunk számottevő különbséget (edzői múlt, nem, iskolai végzettség, sportág jellege).

#### 4.3.3. Edzői munka jellege, elismertség

Eltérőek a vélemények és tapasztalatok abban a kérdésben, hogy vállalnának-e az edzőképzésben részt vevők edzői feladatokat a fogyatékosok sportjában, ha kellő ismeretekkel rendelkeznének. A minta 52.3% igennel válaszolt. Az érettségivel rendelkezők többen vállalnának edzői szerepet a fogyatékosok sportjában, mint a felsőfokú végzettséggel rendelkezők (Pearson  $\text{Chi}^2 = 3.811$ ;  $p = 0.035$ ), az edzői múlt, a nem és a sportág jellege nem mutatott különbséget a kérdésben.

A minta 89,1% jelezte, hogy az edzői munka jellege jelentősen különbözik az ép és a fogyatékosok sportja területén ( $\text{Chi}^2 = 174.5$ ;  $p < 0.001$ ). A válaszok nem különböztek egyik változó esetében sem (edzői múlt, a nem, legmagasabb iskolai végzettség és a sportág jellege).

A következő kérdés arra irányult, hogy miben különbözik az ép és a fogyatékos sport az edzői munkában. Itt csak azoknak a válaszait vettük figyelembe, akik szerint ez különbözik (n=421). Speciális ismeretek és speciális edzői módszerek jelentek meg 52.3%-ban, valamint több odafigyelés és ehhez kapcsolódva más kommunikáció 47.7%-ban. A nők inkább az odafigyelést és a kommunikációt, míg a férfiak az edzői módszereket emelték válaszaikban ( $\chi^2 = 3.350$ ;  $p = 0.045$ ). Az edzői múlt, az iskolai végzettség és a sportág jellege nem mutatott statisztikai különbséget.

A minta 51.2%-a szerint lehet egy edző hasonlóan elismert és elfogadott a fogyatékosoknál, mint az épeknél, míg 48.8% szerint ez nem lehetséges. A nők ( $\chi^2 = 3.194$ ;  $p = 0.048$ ) és az érettségivel rendelkezők ( $\chi^2 = 4.080$ ;  $p = 0.03$ ) szignifikánsan többen állították, hogy lehet hasonlóan elismert. Az edzői múlt, illetve a sportág jellege nem mutatott különbséget. Akik szerint lehet hasonló elfogadottságot szerezni ( $n=285$ ), elsősorban mert új a terület a sportban (25.4%), mert általában keveset hallani a fogyatékosokról (31.8%), illetve csak ha élversenyző (8.5%) válaszokat adták. Emellett anyagi feltétel hiányát említette 9.5% és nem válaszolt a kérdésre 34,8% ( $p < 0,05$ ). Nem találtunk különbséget az edzői múlt, nem, iskolai végzettség és a sportág jellege tekintetében sem.

Az edzőképzésben részt vevők harmada (28.4%) szerint a fogyatékosoknál a sikert hasonlóan elismerik ( $\chi^2 = 53.1$ ;  $p < 0.001$ ). Az előző kérdéshez hasonlóan itt sem találtunk lényeges különbséget az edzői múlt, nem, iskolai végzettség és a sportág jellege tekintetében. A válasz indoklásában elsősorban az jelent meg, hogy a társadalmat nem érdekli a téma (44,6%), csak a paralimpia esetében (14,0%), illetve, hogy nincs benne pénz (14%). A minta egynegyede (27,2%) nem válaszolt a kérdésre ( $\chi^2 = 71.7$ ;  $p < 0.001$ ). Ebben a kérdésben sem volt statisztikailag értékelhető különbség a négy változó mentén (edzői múlt, nem, iskolai végzettség és a sportág jellege).

## 5. Megbeszélés

A kutatás célja volt hogy, megvizsgálja a sikeres paralimpiai kvalifikáció, és az eredményes szereplés hatását a fogyatékos sportolókat ösztönző motívumok feltárásában. Valamint a fizikailag aktív életvitel, mint ösztönző pozitív példa a fogyatékos emberek körében szemléletváltást idéz elő, abból a célból, hogy a rendszeres sport és tágabb értelemben a mozgásgazdag életmód javítja a fogyatékos emberek életminőségét, valamint a jobb fizikális és pszichés állapot erős motiváló tényező a jó életminőség megtartásában. Véleményem szerint ezek a pozitív sportolói példák központi szerepet kaphatnak a fogyatékos gyerekeket érintő nevelési, oktatási koncepciók kialakításában, a kapcsolódó oktatáspolitikai irányok megfogalmazásában, szakmapolitikai stratégiai döntések megalapozásában.

A kutatás során a fogyatékos sportolók teljesítménymotivációjának, egyéni és szituációs motiváció-háttérének, és megküzdési stratégiájának vizsgálatával komplex képet kaptam a fogyatékos sportolók egészség-kulturális magatartásáról, az aktív sportolás hatására történő értékítéleteikben történt változásokról.

Feltételezésem igazoltnak látszik, amely szerint a versenyszerűen sportoló fogyatékos személyek küzdési stratégiájában a feladat orientáltság a jellemzőbb, mint az én orientáltság. Azonban a várhatóan eltérő reagálás a sikeresség okainak meghatározásában a versenyszerűen sportoló fogyatékos személyek és az ép sportolók között, nem igazolódott. A feladat és én orientációs teszt eredményei kimutatták, hogy mind a paralimpiai kerettagok (élsportolók), mind a versenyszerű sportoló fogyatékosok, valamint az ép sportolók hasonlóan reagáltak a sikeresség okainak meghatározásában, mindkettőre a feladatorientáltság jellemző. Tehát a sportolók a sikerességüket inkább az egyéni feladatvégzés tökéletesítésével magyarázzák, inkább az új gyakorlat, vagy játékszituáció megtanulása és kemény gyakorlása jelenti a sikert a sportban.

Megállapítható, hogy az ép és a fogyatékos sportolók eltérő motivációs háttérrel rendelkeznek. Azaz ép sportolók nagyobb teljesítmény-orientációs háttérrel, míg a fogyatékos sportolók nagyobb feladat-orientációs háttérrel rendelkeznek sportpályafutásuk alatt. A sport-motivációs teszt eredményei kimutatták az ép sportolók nagyobb teljesítmény-orientációs háttérrel, míg a fogyatékos sportolók pedig nagyobb tudás-orientált háttérrel rendelkeznek sportpályafutásuk alatt. Azonban a paralimpiai keretre egyaránt jellemző volt a tudás (mastery) és teljesítménycél, azaz elit fogyatékos sportolót egyaránt motiválja a teljesítmény, az eredményes szereplés, és az újabb és újabb feladat (tudás - mastery) megoldásra való képesség.

A megküzdési stratégiák összehasonlítása a fogyatékos sportolók és az ép sportolók között nem mutatkozott jelentős eltérés. A kérdőívben megtalálható nyolc a preferált helyzetmegoldási módokból csupán a Problémacentrikus reagálás dimenzióban mutatkozott jelentős különbség a fogyatékos és ép sportolók között. Megállapítható, hogy jellemző a fogyatékos sportolókra a problémás helyzetek gyors, minden lehetőséget számításba vevő megváltoztatása. A fogyatékos sportolók jobban kialakították az életük során eredményesebb megküzdési stratégiát az ép társaiknál. Ennek egyik magyarázata a média jelenléte a sportvilágban, hiszen a közönség figyelme hatalmas hatással van a sportolókra, győzelmeikre, összességében teljesítményükre. Míg a fogyatékos sportolóknál ez a hatás kevésbé figyelhető meg. Mindezek tükrében azt feltételezhető, hogy az ép sportolók nagyobb teljesítmény-orientációs háttérrel, míg a fogyatékos sportolók pedig nagyobb tudás-orientált háttérrel rendelkeznek sportpályafutásuk alatt.

A fogyatékos sportolók körében nagyobb a differenciáltság, mint az ép társaik körében, így a velük foglalkozó sportszakember (testnevelő, edző, sportszakember, gyógypedagógus) munkájában fokozottabban érvényesül az egyéni bánásmód.

A rendszeres sport és tágabb értelemben a mozgásgazdag életmód javítja a fogyatékos emberek életminőségét, valamint a jobb fizikális és pszichés állapot erős motiváló tényező a jó életminőség megtartásában. Nyilvánvalóvá vált, hogy a sport az

egészségnyereség mellett erőteljesen hozzájárul a fogyatékos személyek reintegrációjához. A személyes interjúk alapján szakmai ajánlások fogalmazhatók meg a fogyatékos sportolókkal foglalkozó edzők, sportszakemberek részére, a paralimpiai csapat és a nem versenyszerűen sportoló fogyatékos személyek társadalmi-szociális háttérének bemutatásával, rávilágítva a fogyatékos emberek sport iránti értékítéleteire. Megállapítható, hogy a fogyatékos sportolókkal foglalkozó sportszakember munkájában fokozottabban érvényesül az egyéni bánásmód igénye. Továbbá a fogyatékos sportolók körében az elfogadható eredmények elérése nem kizárólagos a motivációs tényezők sorában, de az önbecsülés megerősítése hangsúlyos szerepet kap, ennek eredményeképp a sportsikereiket kamatoztatni tudják szociális kapcsolataikban, és társadalmi helyzetük javításában. Mindezeket a mélyinterjúk eredményei is alátámasztják, valamint igazolják azt a megállapítást, hogy a sportnak nagy szerepe van a primer prevencióban, az egészségmegőrzésben, és az egészségvédelemben, hogy a sport sajátos eszközrendszerével javítja a fogyatékos emberek életminőségét.

Továbbá, hozzájárul a sport integrációs ereje a társadalmi kapcsolatok kiszélesedéséhez, a megbecsüléshez, személyiség kibontakozásához. Jövőbeni feladatok szükségességét három területen látom, egyrészt fontos az attitűdváltás, azaz ép emberek befogadó szemléletének megváltoztatása, és a jövő generációjának már egy másfajta értékrendet közvetítése. Másrészt a fogyatékos személyek körében is szükséges szemléletmód változtatása, az igény felkeltés a sport, a rekreáció felé.

Harmadszor pedig az akadálymentesítés kérdése, amelynek megoldásával mindenkinek számára elérhető lenne a sport. Véleményem szerint az akadálymentesség egy híd épek és fogyatékosok között, hiszen ha egy fogyatékos ember, pl. a sporton keresztül sikerélményhez jut, akkor nagyobb önbizalommal, önállósággal éli életét, könnyebben integrálódik a társadalomba.

A fogyatékosok sportjában tevékenykedő szakemberek képzésének kérdését három irányból kell megközelíteni. Beszélünk kell egyrészt a szoros értelemben vett sportszakemberekről (sportorvosok, rehabilitációs szakorvosok, edzők, sportmenedzserek, stb.), másrészt említést kell tennünk a pedagógusképzésről (óvoda pedagógusok, tanítók és testnevelők), harmadrészt pedig gondolnunk kell maguknak a

fogyatékos sportolóknak a szakirányú képzésére. Rövidtávon, jelenleg a területen dolgozó szakemberek továbbképzésének biztosítása a feladat. Középtávon a testkulturális képzések alap képesítési követelményei közé indokolt beemelni a fogyatékos emberekről és a fogyatékosok sportjáról szóló ismereteket. Végül, hosszútávon az általános pedagógusképzés és egészségügyi képzés alap képesítési követelményei közé kell beemelni a fogyatékos emberekről szóló ismereteket.

A Nemzeti Sportstratégia komplex megoldást vázol fel a sporttal kapcsolatos feladatok megvalósítására, úgymint az egészséges életmód és a szabadidősport gyakorlása feltételeinek megteremtése, a versenysport, az utánpótlás-nevelés, az iskolai és diáksport, a főiskolai-egyetemi sport, és a fogyatékosok sportjának támogatása. Az itt megfogalmazott célkitűzések alapján elengedhetetlen, hogy hazánk a sportnemzet státuszát megőrizve sportoló nemzeté is váljon, és a társadalom jóval szélesebb rétegeit bevonja a sportba, annak érdekében, hogy a társadalom élvezni tudja a sport, és a sportolás nyújtotta előnyöket, így a mindennapos elegendő testedzés a hétköznapiak természetes részévé, és a szabadidő eltöltésének tartalmas formájává váljon. A stratégiai irányokban megjelenített célok a sport mindhárom színterére alkalmazandók. A fogyatékosok sportja területén prioritást kap a diák-, a szabadidő-, és a versenysportban az attitűdváltás és az akadálymentesítés, a speciális sporteszközök biztosítása, a szakember képzés, és a sportorvosi és sporttudományos háttér biztosítása.

A fogyatékos emberek sportjának filozófiájában kiemelném, hogy figyelembe kell venni a megváltozott mozgásképeséget, és szükséges megteremtteni annak feltételeit, hogy a fogyatékos ember is sportolhasson, versenyezhesen. Valamint a fogyatékos sportolók esélyegyenlőségének érdekében egyedi versenyfeltételeket kell teremteni, ezt egyrészt elérhetjük úgy, hogy egyrészt mozgásállapotuk függvényében csoportokba, osztályokba soroljuk a sportolókat. Másrészt a sportági versenyszabályokat kell a megváltozott képességekhez igazítani, adaptálni. Mivel a fogyatékos személy sérülésén túl megváltozik a test statikai és dinamikai egyensúlya, ezért az átlagostól eltérő mozgások alakulnak ki, tehát a sportág kiválasztása egyéni



elbírálást kíván, azaz figyelembe kell venni az egyéni adottságokat és a tehetséget is. A sportág kiválasztásának első állomása rehabilitáció folyamatában jelentkezik. Ha rehabilitációról beszélünk, akkor ezen azt a szervezett tevékenységet értjük, melyet a társadalom biztosít a huzamosan, vagy véglegesen fogyatékos embereknek, hogy a megmaradt képességeikkel ismét elfoglalhassák helyüket a közösségben. A rehabilitáció keretén belül párhuzamosan folyik az orvosi, nevelési, foglalkozási és szociális intézkedések tervszerű, együttes és összehangolt, egyénre szabott alkalmazása, melyben rehabilitálandó ember tevételes részvétele nélkülözhetetlen (Kullmann 1992). A rehabilitáció hármas célkitűzése közül az első az orvosi, biológiai cél, amely a tünetek csökkentését vagy megszüntetését, a teljesítőképességük javítását jelenti. A második a pszichológiai cél, amely a sérült és az őt körülvevő közösség, család szorongásainak csökkentését, az önértékelés javítását, a megküzdési potenciál erősítését, kompenzáló mechanizmusok segítségét jelenti. Végül a harmadik a szociális-társadalmi cél, amely az egészségügyi ellátás javítását, ideális szociokulturális helyzet elérését, és a hasznos munkaerő teremtését, az eltartott státusz hátrányának csökkentését foglalja magába. Véleményem szerint a sport szemléletű rehabilitációs tevékenységen keresztül biztosítható a sport szerepe a primer prevencióban, az egészségmegőrzésben, és az egészségvédelemben a fogyatékos személyek körében, valamint a sport eszközszerével javítható a fogyatékos emberek életminősége és ezáltal a fogyatékos emberek integrációja a társadalomba. Igazoltnak látom, hogy a fogyatékos emberek rehabilitációjában a sport sajátos eszközként jelenhet meg. A sport eszközszerével megvalósuló rehabilitáció célja nem más, mint általánosan a rehabilitáció célja, amely során a fogyatékos ember életvitelében és életminőségében a számára legmegfelelőbb helyet elfoglalhassa a társadalmon belül. Hiszen a sport olyan sokrétű funkcióegyüttes, melynek fiziológiai és pszichológiai előnyeit kevés más rehabilitációs aktivitással hasonlíthatjuk össze. Alapszinten a sport fizikai rehabilitációs funkciónak is tekinthető, hiszen a fizikai képességek fejlesztése egyben a rehabilitációs folyamat szükséges részét jelenti. A motorikus funkciók, a koordináció, a szív- és érrendszeri valamint a kondíció erősödésével, javulásával valamint az egyes fizikai kihívásoknak való megfeleléssel egyre nagyobb önállóságot biztosít az egyénnek a saját élete felett.

A fogyatékos emberek sportjának szervezeti és megvalósulási oldala jelenleg fogyatékosági típusok szerint jelenik meg a sport színterein. A fogyatékos személyek sportjában a fejlődés a sportági integráció útján valósulhat meg azokon a területeken, ahol az lehetséges. Ahol az integráció nem megoldható, azaz szükséges a szegregáció, ott differenciált támogatást kell megvalósítani. Először lépéseket kell tenni az adaptált sportágak integrációja területén, megtartva a szegregált versenyrendszer hazai és nemzetközi színtereit. A fogyatékos emberek sportjának fejlesztésekor a hangsúly egyrészt a hazai versenyrendszer fejlesztésére, valamint szabadidősport támogatására kell helyezni a hangsúlyt, és a helyi sportrendezvények közül különösen az integrált sporttevékenység prioritást jelentsen. Ez részben a fogyatékosághoz adaptált környezettel (akadálymentesítéssel), adott sportágaknál speciális eszközök biztosításával, a sporttudományi és sportegészségügyi háttér kiszélesítésével (például a sportág-specifikusság ismeretei, a klasszifikációs szakemberek hazai képzése útján) érhető el.

A kutatás eredményeinek összegzéseként elmondhatjuk, hogy eredményeink alátámasztják a Nemzeti Sportstratégiában megfogalmazottakat, miszerint a sportszakember-képzésben középtávon az oktatás és a képzés átfogó megújítása, innovatív, tanulást segítő technológiák, módszerek és eszközök kifejlesztése, a hatékony tudásmegosztást lehetővé tevő képzési struktúra kidolgozása, valamint a képzési tartalom mielőbbi korszerűsítése szükséges. Eredményeink a Sportstratégia céljainak megvalósításának lehetséges eszközeit és módszereit vizsgálta egy országos edzői képzési program keretében. Az edzőképzésben részt vevők igényei, ismeretei és terveik eltérő képet mutattak a kérdéseket illetően.

Az általános ismeretek, tapasztalatok tekintetében azt a megdöbbentő eredményt találtuk, hogy a megkérdezettek többsége egyetlen egy fogyatékos sportolót sem ismer. Emellett, akik rendelkeznek legalább minimális edzői gyakorlattal, szinte egyáltalán nem találkoznak fogyatékos sportolóval az edzői tevékenységük során. Az, hogy a válaszadók szerint a személyi feltétel hiánya az elsődleges a negatív tendenciában, elsősorban a képzési program kritikáját fogalmazza meg és a Nemzeti

Sportstratégia iránymutatóit támasztja alá. Az edzői képzés hiányosságai mellett az akadálymentesítés és a fogyatékosok sportjához nélkülözhetetlen speciális eszközhiányosságok jelentek meg, mint amelyek leginkább meggátolják a fogyatékosok sportjának fejlődését.

A fogyatékosügy iránti érzékenységre utal, hogy a válaszadók túlnyomó többsége szerint fontos, hogy a fogyatékosok sportoljanak, mert a fogyatékos személyeknek is kell a mozgás, az egészséges életmódjuk része, illetve a sport örömet okoz mindenkinek. E téma iránti figyelem érzékelhető arra a kérdésre adott válaszokban is, amelyek alapján elmondható, hogy a minta jelentős része szerint tudnak együtt sportolni a fogyatékos emberek az épekkel. Persze a tapasztalat hiányában ezek hipotetikus válaszok, nem feltétlen jelentenek edzői elkötelezettséget az inklúzió felé.

A képzéssel kapcsolatos ismeretek tekintetében az eredmények azt a szomorú tényt mutatták, hogy a megkérdezettek túlnyomó többsége a saját bevallásuk szerint szinte semmiféle ismerettel és tapasztalattal nem rendelkezik a fogyatékosügy témáját illetően. Pozitív a helyzetben, hogy az edzőképzés keretében szeretnének többet hallani a fogyatékosok sportjáról, mert a témát lényegesnek tartják, és úgy tűnik érdeklődve tekintenek a sport e sajátos színtere felé. Így várható volt, hogy a konkrét kérdésre adott válaszokban a minta nagy része szerint fontos az edzőképzést tartalmi részét fejleszteni a fogyatékos személyek sportjának ismereteivel. Ezt az edzőképzésben szükséges korszerűsítési irányt a válaszadók elsősorban általános fogyatékosügyi ismeretekben látják, valamint pedagógia, kommunikáció, edzéselmélet és pszichológia tantárgykörökben.

Végül az edzői munka jellegét érintő kérdések eredményei azt mutatták, hogy a vizsgálatban részt vevők csupán fele vállalna edzői feladatokat a fogyatékosok sportjában. A minta jelentős része jelezte, hogy az edzői munka jelentősen különbözik az ép és a fogyatékosok sportja területén. Ennek a különbségnek a kifejtésében megfigyelhető, hogy a válaszadók egyrészt a speciális ismeretek szükségességét és a más kommunikációt, másrészt a speciális edzői módszereket emelték ki. Erre a képzés fejlesztésekor mindenképpen érdemes odafigyelni, illetve abba is belegondolni, hogy

miként oldható meg leghatékonyabban a tananyag szerkezeti felépítése, tantárgyi tagozódása.

A résztvevők csupán fele szerint lehet egy edző hasonlóan elismert a fogyatékosok sportjában, mint az épeknél. De ennél lényegesen kevesebbek szerint jár a fogyatékosok sportja területén elért eredményesség hasonló elismertséggel, mint az épek sportja területén. Érdeemes kiemelni, hogy a negatív válaszadók elsősorban a társadalom érdektelenségére hivatkoztak!

A négy változó (edzői múlt, nem, iskolai végzettség, sportág jellege) tekintetében az eredmények alapján elmondható, hogy számos esetben találtunk statisztikailag értékelhető különbséget a csoportok között. Az edzői gyakorlattal rendelkezők véleménye szerint az épek nem tudnak együtt sportolni a fogyatékosokkal. Feltételezhetően ez a különbség azért jelentkezik, mert a különböző sportágak edzői már látják a sportágak specialitásait, igényeit, korlátait, amely körbehatárolja egy lehetséges együtt sportolást (integrációt). Erre utal, hogy az öt évnél több edzői tapasztalattal rendelkezők többen jelezték, hogy szeretnék többet tudni a fogyatékosok sportjáról, mint az edzői múlttal nem rendelkezők. Emellett az edzői múlttal rendelkezők többen jelezték, hogy az edzői munka jelentősen különbözik az ép és a fogyatékosok sportja területén.

A változók közül a sportágak jellege csoportosításnál is találtunk lényeges különbséget. Ezek szerint az egyéni sportokat képviselők válaszaikban hangsúlyosabban kiemelték, hogy a képzéseken szeretnék többet hallani a fogyatékosok sportjáról, mint a csapatsportokat képviselők. Ez a vélemény várható volt, mert az egyéni sportágakban könnyebben elképzelhető, megoldható, a fogyatékos személyek és épek közös sportolása, valamint az edzői munka is egyszerűbben adaptálható pl. atlétikában, úszásban.

A másik két változó esetében (nem, iskolai végzettség) csupán az általános ismeretekhez, és a képzéshez kapcsolódó kérdések válaszaiban mutatott ki lényeges különbséget különbözőségvizsgálat. Kiemelendő, hogy a nők kevesebb fogyatékos sportolót ismernek, mint a férfiak, valamint a nők többen jelezték, hogy szeretnék ismeretet hallani a fogyatékosok sportjáról, és ezért fontosnak tartják az edzőképzés tartalmi bővítését ezzel a sajátos sportterület ismeretével. Az iskolai végzettséget

tekintve, az érettségivel rendelkezők többen jelezték, hogy szeretnének több ismeretet kapni a fogyatékosok sportjáról. A többi kérdést tekintve a különbözőségvizsgálat nem adott statisztikailag értékelhető különbséget.

Összességében a képzésen részt vevők véleménye kétségtelenül azt jelzi, hogy szükséges a fogyatékosok sportjának ismeretanyagával bővíteni a magyarországi sportszakember képzést, edzőképzést. Az eredmények sok helyen kiábrándítóak, itt elsősorban a fogyatékos sportolók ismertségével kapcsolatos válaszokra gondolunk. Itt azonban meg kell jegyezni, hogy a sportolók ismertségével kapcsolatban nagy szerepe van a sportmédiának, amely az elmúlt évtizedben jelentős változásokon ment keresztül. Bár a technikai fejlődés hatására a sporttartalmú információ hatalmas mennyiségben, már sokkal szélesebb körben elérhető, mégis magán viseli a piacorientált üzleti szempontokat. A média olyan sportágakat és sporteseményeket közvetít, amelyek várhatóan nagy a nézettsége, és ez még mostanság kevésbé jellemző a fogyatékosok sportjára. Ehhez kapcsolódva hasonló képet mutatnak a fogyatékos sportolók sportegyesületi szintű integrációjával, a sportba való bevonási lehetőségeivel kapcsolatban megfogalmazott vélemények. Ez már a tágabb társadalmi integráció kérdéskörét feszegeti, amely megválaszolása túlmutat jelen tanulmányunkon. Az ismerethiány ellenére azonban (vagy pont ezért) reális igény mutatkozik az edzőképzésben adható szakmai ismeretek ez irányú bővítésére, illetve fejlesztésére. Ez alapján biztató, hogy a meglévő érdeklődésre, érzelmi és értékrendszeri alapokra könnyebb felépíteni ezeket a speciális ismereteket.

A sportszakember-képzés terén felmerülő igények kielégítése a fejlődés érdekében megjelenhet egyes tantárgyakba építetten és külön tantárgyként is (Benczúr 2003). Véleményünk szerint az egyes tantárgyakba történő beépítés a tanfolyamok idejének szűkössége miatt kezdetben mindenképpen hasznosabbnak és kivitelezhetőbbnek tűnik. Azonban hosszabb távon ez külön tantárgyként is megjelenhet a minőség javítása érdekében.

A fogyatékosok sportjának ismereteinek, az egyes tantárgyakba történő beépítése során fontos feladatoknak tartjuk (Dorogi 2002):

- megismertetni a leendő sportszakemberekkel a fogyatékos emberek lehetőségeit, életkörülményeit, jogait, fő problémáit,
- a hazai és a nemzetközi ismeretek, sportági tapasztalatok bemutatása edzői gyakorlattal kapcsolatosan,
- a fogyatékosok sportjával kapcsolatos fogalmak tisztázása, értelmezése,
- lehetőséget biztosítani a fogyatékosokkal élők számára a szakemberképzésben történő részvételre / elméleti és gyakorlati követelmények felülvizsgálata szükséges.

Az általános sporttörténeti és sportszakmai fejezetek mellett az elméleti kérdéseket taglaló, és sportpedagógiai jellegű ismereteknek kell, hogy gazdagítsák a leendő edzők tudását, ezzel nyújtva segítséget a fogyatékos sportolók sportjának szervezéséhez, illetve az edzői munkához. Ezzel az edzőképzés fejlesztéssel célunk, hogy napjainkban már ne az legyen a kérdés, hogy lehet-e a sportoló sérült emberek látványát nyilvánossá tenni, és vajon lesz-e az efféle eseményeknek közönsége, hanem az eddig elért sikereket miképp lehet kiterjeszteni, szélesebb körben elérhetővé tenni.

## 6. Következtetések

A teljesítmény motiváció vizsgálat eredményei alapján elmondható, hogy a vizsgált csoportok között a sikeresség megítélésében nincs különbség. Hasonlónak tekintem a sporthoz és a teljesítményhez való viszonyukat. Bár nem tekinthetők élsportolóknak az egyetemi hallgatók, és a sportoló fogyatékosok csoportja. Mégis a vizsgálat hasonló eredményre jutott, mint a korábbi nemzetközi tanulmányok. Ezt azzal magyarázom, hogy a jelenlegi paralimpiai keretbe bekerülő sportolók szintén hasonló sportháttérrel rendelkeznek, mint a többi sportoló.

Ez fontos információ a fogyatékosokkal foglalkozni kívánó, elit sport területéről érkező szakembereknek. Mert a sikeresség és a magas szintű teljesítmény a fogyatékosok sportjában továbbra is a kellő technikai és egyéb szakmai háttér függvénye. Maga a sportoló sikerre való törekvése és eredményes szereplésének háttere nem több, mint az általános életminőségének javítása.

Feltételeztem, hogy a versenyszerűen sportoló fogyatékos személyek megküzdési stratégiájában a feladat orientáltság a jellemzőbb, mint az én orientáltság. Ez beigazolódott, mert a sportoló fogyatékos személyek számára a sikeres szereplés elsősorban a feladatvégzés tökéletesítése jelenti.

Feltételeztem, hogy az ép és a fogyatékos sportolók eltérő motivációs háttérrel rendelkeznek. A feltételezésem beigazolódott, a fogyatékos sportolók motivációs profiljukra jellemzőbb a tudás-cél.

A magyar sport társadalmi funkciója betöltésének egyik legfontosabb záloga a korszerű, jól szervezett, sportszakember képzés. Nagy figyelmet kell fordítani mind a szakpedagógus-képzés és edző-képzés korszerűsítésére, a gyakorló testnevelő tanárok, továbbá a tanítók és az óvodapedagógusok szakmai-módszertani felkészültségének folyamatos gazdagítására, illetve megújítására. Az ismeretanyag fejlesztésének irányai

az új mozgásformák és azok tanítási módszertana, az inkluzív oktatás<sup>1</sup> módszertana (elősegítve a fogyatékos személyek integrációját), illetve az elméleti tudás beépülése lennének. Véleményem szerint a sportszakember-képzés, és továbbképzés (sportoktató, sportedző, szakedző, sportmenedzser, sportvezető) esetében elsősorban tartalmi-módszertani megújításra van szükség, a hazai és nemzetközi tudományos kutatások eredményeinek átvételére kell helyezni a hangsúlyt. A fogyatékos emberek sportjában az épek sportjához hasonlóan a sportszakember képzésnek meghatározó szerepe van, hiszen a sport e sajátos területén is erősödik az igény az egészség-orientált testedzésre, szabadidősport tevékenységre. A testedzéssel és versenyzéssel kapcsolatos alap- és alkalmazott-tudományi ismeretek bővülése, az edzésmódszerek korszerűsödése, a sportlétesítményekkel, a sporteszközökkel és a sportfelszerelésekkel kapcsolatos technológiai fejlődés következtében a fogyatékosok sportjának ismeretanyaga óriási mértékben megnőtt és differenciálódott, valamint egyre határozottabban kialakultak sajátos módszerei is. A fogyatékosok sportjának dinamikus fejlődése megköveteli a megfelelő tudású szakembereket. Minden sportszakembernek általános ismeretekkel kell rendelkeznie a fogyatékosok fajtáival, eredetével, jellemzőivel, pedagógiai, pszichológiai stb. vonatkozásaival kapcsolatban.

A sportszakember képzésben végzett kutatás eredményei megerősítettek, hogy az edzőképzésben résztvevők igénylik a fogyatékosok sportismereteit. Bár nem sokan ismernek fogyatékos sportolót, mégis a sport e sajátos területe a szakembereket foglalkoztatja. A fogyatékosügy iránti érdeklődésük megfogalmazható, többségük szerint fontos, hogy a fogyatékosok is sportoljanak. Azonban a sportbeli integrációt nem tudják elképzelni, szerintük nem tudnak együtt sportolni a fogyatékos emberek az épekkel. Ez várható volt, hiszen a megkérdezettek túlnyomó többségének nincs tapasztalata a fogyatékosügy, a fogyatékosok sportja témáját illetően. Ezért tartom fontosnak, hogy a minta nagy része szerint szükséges az edzőképzést tartalmi részét fejleszteni a fogyatékos személyek sportjának ismereteivel. Véleményem szerint, ha az alapképzés során többet hallanak e területről, akkor nagyobb számban fognak majd

---

<sup>1</sup> Az *inkluzív oktatás* - a sajátos nevelési igényű tanulók integrált iskolai oktatásának irányelve szerint megvalósuló oktatás.



edzői feladatokat vállalni a fogyatékosok sportjában. Jelenleg sokak szerint az edzői munka eltér az ép és a fogyatékosok sportja területén, ami lehet kommunikációs, és speciális edzői módszerbeli különbség.

Feltételeztem, hogy a sportszakember képzés területén végzett vizsgálat alapján szakmai ajánlások fogalmazhatók meg a fogyatékos sportolókkal foglalkozó edzők, sportszakemberek részére. Feltételezésemet megtartom, a képzésen részt vevők véleménye kétségtelenül azt jelzi, hogy szükséges a fogyatékosok sportjának ismeretanyagával bővíteni a magyarországi sportszakember képzést, edzőképzést. Feltételeztem, hogy megfogalmazhatók az edzőképzés ismeretanyagának fejlesztési irányai, a fogyatékosügyi témával való bővítése. Ennek legkézenfekvőbb sportági területei lehetnek az adaptált sportok (pl. atlétika, röplabda, úszás). Feltételezésemet megtartom, az általános edzőképzés ismeretanyaga eredményesen és könnyedén bővíthető a fogyatékosok sportjának ismereteivel az adaptált sportági szaktudás anyagain keresztül.

A leendő sportszakemberek körében végzett vizsgálat eredményeit figyelembe véve elengedhetetlennek tartom megemlíteni az adaptált testnevelés és sport jelentőségét, szerepét. Véleményem szerint a fogyatékosok sportjának legmagasabb szintű – paralimpiai – eredményei légszembetűnően a felnövekvő generációra fejtheti ki hatását. Az ő sportjuknak színterei elsősorban az oktatási intézmények, amelyek a jövőben nem kerülhetik el a befogadó szemlélet szakmai kihívásait. Először az 1994-es „Salamancai” nyilatkozatot ismertetem, amelynek kiindulópontja az ENSZ 1993-as hivatalos állásfoglalása volt a fogyatékos személyek esélyegyenlőségének biztosításáról, illetve ezen túlmenően arról, hogy a fogyatékos személyek oktatásának az általános oktatási rendszer integráns részének kell lennie. A nyilatkozat egy alapdokumentum az inkluzív oktatásról, amely kijelenti, hogy teljes mértékben támogatni szükséges azon törekvéseket, melyek arra irányulnak, hogy az általános alapfokú oktatás minden gyermek számára elérhető legyen. Az inklúzió az oktatásban emberi jog, minden gyermek egyformán értékes és azonos a státusza. Gyermek kizárása az általános alapfokú oktatásból tanulási nehézségek vagy fogyatékoság

miatt diszkriminatív. Tudnunk kell, hogy a szegregált oktatás egész életen át tartó szegregációhoz vezet a fogyatékos emberek esetében. Az integrált oktatás ezért az első, alapvető lépés annak érdekében, hogy megváltozzon a diszkriminatív szemlélet, és létrejöhessenek olyan befogadó iskolák, ahol mindenkit szakszerűen oktatnak, és kialakulhasson a befogadó társadalom. A befogadó iskola lényege, hogy olyan feltételeket biztosítson, amelyek a speciális nevelési szükségletek kielégítésére is alkalmasak. A „speciális nevelési szükségletűek” fogalma kiterjed mindazokra a gyermekekre, akik külön fejlesztést igényelnek fogyatékoságuk vagy tanulási nehézségük miatt. Számos gyermeknek van tanulási nehézsége és így speciális nevelési szükséglete is az oktatás valamely időszakában. Az iskoláknak meg kell találniuk azokat a módszereket, amelyekkel hatékonyan taníthatnak minden gyermeket, ideértve azokat is, akiknek komoly hátrányaik vannak. Általános az egyetértés abban is, hogy vonják be a speciális nevelési szükségletű gyermekeket és fiatalokat azokba az oktatási lehetőségekbe, amelyeket a gyermekek többsége számára hoztak létre. Ez vezet a befogadó iskola fogalmához. A befogadó iskolák feladata olyan gyermek-centrikus pedagógia kialakítása, amely alkalmas valamennyi gyermek sikeres oktatására. Ezen iskolák előnye nemcsak az, hogy minden gyermek számára minőségi oktatást biztosítanak, hanem létrehozásuk nagy lépést jelent a diszkriminatív attitűdök megváltoztatása, az elfogadó közösségek és a befogadó társadalom kialakítása szempontjából is.

A speciális oktatást nézve Európában megfigyelhető egy sajátos inkluzív oktatáspolitikai és gyakorlati irány. Az Unióban és a tagjelölt országokban az oktatáspolitikák és gyakorlatok jelenlegi tendenciája a speciális oktatást igénylő diákoknak a többségi iskolákba való bevonására irányuló oktatáspolitikai kidolgozását, a tanárok különböző mértékű támogatással való ellátását és mindezzel párhuzamban a kiegészítő személyzet, szakanyagok, továbbképzések és a speciális felszerelés biztosítását mutatja. Ha csoportosítani szeretnénk az Unió országait aszerint, hogy a speciális oktatást igénylő diákok bevonását illetően milyen oktatáspolitikai jellemzői jellemzik őket, akkor három csoportról beszélhetünk:

- Az első kategóriába – az úgynevezett egy utas (one-track) megközelítés – azok az országok tartoznak, amelyek oktatáspolitikáját és gyakorlatát szinte valamennyi diáknak a többségi oktatásba történő bevonásának törekvése jellemzi. Ilyen megközelítéssel találkozhatunk például Svédországban.
- A második kategóriába – az úgynevezett több utas (multi-track) megközelítés – sorolható országokban az inklúzió többfajta megközelítése él. A két rendszer – a normál és a speciális képzési rendszer – között egy sor lehetőség igénybevételére nyílik lehetőség. Pl.: Dánia, Franciaország, Írország, Ausztria.
- A harmadik kategória – az ún. két utas (two-track) megközelítés – két elkülönült oktatási rendszert különböztet meg. A speciális oktatást igénylő diákokat általában speciális iskolákban vagy speciális osztályokban helyezik el. A hivatalosan speciális oktatásban részesülő diákok általában az ép kortársaik számára felállított tanterv szerint haladnak, mely figyelembe veszi a speciális szükségleteket. Hazánk is ebbe a csoportba tartozik, a speciális oktatás igen komoly hagyományokkal rendelkezik, példa erre a 100 éves Mozgásjavító Általános Iskola.

A speciális iskolák és intézmények pedagógiai szolgáltató központokká történő átalakítása általános trend Európában. Általánosságban a központok következő feladatköréit különböztethetjük meg:

- képzések és tanfolyamok szervezése tanárok és más szakmabeliek részére,
- tananyagok és módszerek fejlesztése és terjesztése,
- a többségi iskolák és a szülők támogatása,
- egyes tanulók rövidtávú és részidőben történő segítése,
- a belépés segítése a munkaerőpiacra.

A viszonylag kiterjedt speciális oktatási rendszerrel bíró országokban a speciális iskolák aktívabban vesznek részt az inklúzió folyamatában. Ezekben az országokban meghatározó jelentősége van a speciális és a többségi iskolák közötti kooperációnak. Ugyanakkor mégis nehezen valósul meg az inklúzió, mivel a többségi iskolák többé-kevésbé megszokták, hogy problémáikat az iskolarendszer egy másik részére a speciális iskolákra hárítsák. Fontos megemlíteni az egyéni oktatási programok

kidolgozásának szükségességét a speciális oktatási igényű tanulók számára. Ez adatokkal szolgál az általános tanterv alkalmazásáról, valamint az oktatási szempontú megközelítés további szükséges forrásairól, céljairól és értékeléséről.

A „speciális nevelési igényű gyermek”, tanulók a következők:

- testi, mozgásszervi fogyatékos,
- érzékszervi fogyatékos (vak, gyengénlátó, siket, nagyothalló),
- értelmi fogyatékos (enyhe fokú, középsúlyos),
- beszéd fogyatékos,
- autista,
- halmozottan fogyatékos,
- tanulásban tartósan, súlyosan akadályozott (dyslexia, disgr., discal., mutizmus, hiperkinetikus vagy kóros aktivitászavar) .

Itt kell megemlíteni a nevelési-oktatási intézmények működéséről szóló 1994-es rendeletet, amely kiegészült két olyan új oktatási-szervezési formával, amely normatíva biztosításával ösztönzi a hátrányos helyzetű tanulók integrált keretek között megvalósulását, a szociális helyzetből és a képességek fejlettségéből eredő hátrányok ellensúlyozását célzó iskolai nevelésének-oktatásának megszervezését. Ennek eredményeként az integrációs felkészítés pedagógiai rendszere az iskolák életébe egy speciális szempontot, az együttnevelés szempontját emeli be, mely átstrukturálja a pedagógiai rendszer fogalmának hagyományos kereteit (Meijer CJW 1998). A differenciálás mindenki számára a saját komplex személyiségstruktúrájának leginkább megfelelő, számára optimális fejlesztés biztosítását jelenti, figyelembe véve előzetes tudását, annak gyengébb és erősebb területeit, a tanuló igényeit, törekvéseit, érdeklődését, személyiségének rá jellemző vonásait, speciális erősségeit és gyengeségeit. A nevelés, az oktatás igazodik a gyermekhez, s ez azt is jelenti, hogy igazodik ahhoz a közeghez, amelynek a gyermek részese.

Az együttnevelésnek a következő formái valósulhatnak meg:

- formális: amikor csak formálisan vesz részt a sajátos nevelési igényű tanuló a többségi osztályban,

- részleges: amikor az oktatás keretében egyes órák integrált jelleggel valósulnak meg,
- asszimilatív: nagyobb arányú a sajátos nevelési igényű tanuló befogadása, de még a tantervben nincs változtatás,
- kooperatív: folyamatos együttműködés, tantervi változtatások a befogadás céljából.

Ha mi, testnevelők figyelmesen tekintünk a fogyatékos diákokra, megfigyelhetjük, hogy a legalacsonyabb szinttől a legkiemelkedőbb szintig képesek teljesíteni. Ezek a diákok megbecsülik, hogy egyéniségnek tekintjük őket, de ők egyben egyéni bánásmódot igényelnek, amit az adaptált testnevelés oktatáson keresztül eredményesen megvalósíthatunk. Az adaptált testnevelés és sport egy olyan terület, ami sikerrel biztosíthatja az egyéni szükségletek kielégítését a testnevelésben és a sportban. Az adaptált testnevelés a testi és motorikus fittség, az alapvető motorikus képességek, minták sajátos programja, amiben szerepelnek a vízi képességek, a tánc, egyéni és csapatjátékok, ahol az egyéni szükségletek figyelembe vehetők. Az „adaptál” szó annyit jelent: „egymáshoz illeszt, alkalmazkodik, beilleszkedik”. Az „adaptál” szó ezen kívül magába foglalja az egyéni szükségletek kielégítéséhez szükséges célok, feladatok, tevékenységek és módszerek módosításait. Az adaptált testnevelés a testnevelés alcsoportja, ami biztonsággal és egyéni megelégedéssel valósítja meg a speciális nevelési igényű tanulók egyéni szükségleteinek megfelelő fejlesztést, fejlődést. Az adaptált testnevelésnek a szokásos testnevelési körülmények között kell megvalósulnia, habár az adaptált testnevelés órák egyénre szabottak, mégis lehetőség van a csoportokban történő foglalkozásra a tanulók teljesítményszintje, szükségletei alapján.

Az adaptált testnevelésben a hangsúlyt a fizikai aktivitás aktív részére kell fektetni, nem az ülő foglalkozás jellegű tevékenységre, továbbá az adaptált testnevelési programok létrehozásában az oktatók mellett a szülők, tanárok, diákok is részt vesznek. Az adaptált sport különböző környezetben, szervezeti formában, és különböző céllal valósítható meg. Szerepelhet az oktatási programokban, iskolán

kívüli, iskolán belüli és iskolák közötti formában. Persze ezek inkább a mozgás örömét, illetve a rekreációs célokat szolgálják, hivatalos, nyílt, vagy szervezetlen programok keretén belül, vagy mint a résztvevő egyének, csoportok életstílusát kell alakítsák. Ezen túlmenően az adaptált sport wellness, orvosi vagy terápiás célt is szolgálhat. Az adaptált testnevelés és sport megvalósításának célja az önmegvalósítás erősítése, növeli az optimális egyéni fejlődést és segíti a társadalmi beilleszkedést. A minőségi adaptált testnevelés és sport oktatásához elengedhetetlen a megfelelően képzett szakemberek tanárok, edzők, terapeuták, önkéntesek stb. jelenléte. Fontos megjegyezni, hogy az adaptált testnevelés oktatásában ne kizárólag speciálisan erre kiképzett szakemberek vegyenek részt, hanem testnevelő tanári végzettségűek is. Amennyiben csak az erre a területre kiképzett szakemberek vennének részt az adaptált testnevelésben, nem tudnának minden egyéni szükségletet kielégíteni, hiszen túl kevés ilyen „specialista” létezik. Ahhoz, hogy a tanulók egyéni szükségleteit ki tudjuk elégíteni az adaptált testnevelésben, a testnevelőnek vállalnia kell a felelősséget minden általa oktatott tanulóért, elő kell segítenie a tanulók egyéni fejlődését. Ez olyan filozófiát kíván, ami a „győzelem és a veszteség” szemléletén túl mutat. A testnevelőnek megfelelő szakmai ismeretekkel, adottságokkal kell rendelkeznie, megfelelően gondoskodónak, segítő szándékúnak kell lennie. A testnevelő tanároknak szembe kell nézniük azzal, hogy biztosítaniuk kell a megfelelő oktatást a különböző képességű tanulók számára. Hangsúlyos kérdésként merül föl, hogy hogyan integráljon sikeresen fogyatékos gyerekeket, illetve, hogyan adaptálja a speciális igényt a tananyagba. A kihívás, amivel a testnevelőknek szembe kell nézniük, hogy a fogyatékos gyerekeknek edzettségük és motoros képességük gyakran alacsony szinten van. E problémák megoldása csakis az lehet, hogy a testnevelő tanárokat megfelelően kell felkészíteni, és képessé kell tenni őket arra, hogy meg tudják valósítani az inkluziót a testnevelés oktatásában. Általában véve növekszik a feszültség az iskolák eredményessége és a diákok sebezhető pozíciója között. A társadalomnak egyre nagyobb figyelme irányul az oktatási folyamat végeredményére. Természetesen nem meglepő, hogy a társadalom jobb eredményeket és több hasznot követel meg. Ennek eredményeként a piaci gondolkodás megjelenik az oktatásban, és a szülők, mint vásárlók kezdenek viselkedni. Az iskolák „felelősek” elért eredményeikért, és egyre növekvő tendencia

látható az iskoláknak az eredményeik alapján való megítélésére. Ki kell emelni, hogy ez a fejlemény veszélyt jelenthet a sebezhetőbb tanulók és szüleik számára. Először is a speciális oktatást nem igénylő gyermekek szülei hajlamosak olyan iskolát választani gyermekük számára, ahol a tanulási folyamat gyors és hatékony, és nem gátolják lassabban tanuló vagy külön figyelmet igénylő tanulók. Másrészt az iskolák valószínűleg előnyben részesítik azokat a diákokat, akik hozzájárulnak a jó eredményekhez. A speciális oktatást igénylő diákok nem csupán az osztályban meglévő különbségeket növelik, hanem az eredmények átlaga is csökken általuk. Ez a két tényező közvetlen fenyegetést jelent a speciális oktatást igénylő diákok számára. Különösen így áll a helyzet az iskolák szabad választása miatt, illetve mivel az iskoláknak nem áll fenn kötelezettségük arra nézve, hogy valamennyi, a körzetükbe tartozó diákot felvegyenek. Ebben az értelemben a jobb eredmények elérése és a speciális oktatást igénylő diákok bevonása ellentmondásba kerül. Ez a dilemma komoly odafigyelést igényel.

## 7. Összefoglalás

A kiinduló pont az az egyszerű tény volt, hogy a mozgás minden ember számára természetes és magától értetődő igény és cselekvés. A fogyatékos emberek körében a sportnak alapvetően ugyanaz a szerepe, mint az épek esetében, ugyanakkor kiemelt jelentőséget is kaphat, ha a sportot integrációs eszköznek tekintjük, mely által a többségi társadalomba való beilleszkedésüket segíti. A kutatásban kiemelt vizsgálati célként kezelem a sikeres paralimpiai kvalifikáció, és az eredményes szereplés hatását a sportolókat ösztönző motívumok kutatásában. Feltételezésem szerint a rendszeres sport és tágabb értelemben a mozgásgazdag életmód javítja a fogyatékos emberek életminőségét, a jobb fizikális és pszichés állapot erős motiváló tényező a jó életminőség megtartásában és emelésében. A kutatás eredményei az integráció jegyében működő egyesületek edzői habitusát, az ép és fogyatékos sportolókkal elért sikerek edzői, módszertani kérdéseinek megfogalmazását is kifejti. Célja továbbá az edzőképzés ismeretanyagának bővítése a fogyatékosok sportjának specifikus ismereteivel. Ezért dolgozatomban a sportszakember képzés korszerűsítésére is teszek javaslatot, és egy koncepcionális modell kerül bemutatásra. Az adatgyűjtést strukturált kérdőívvel végeztem (N=117, N=489). Kiegészítő módszerként mélyinterjúkat készítettem a témában kompetens szakemberekkel. A vizsgálatom résztvevőire összességében a feladat orientáltság jellemző, céljaikat inkább feladatokban fogalmazzák meg. Ezt azzal magyarázzuk, hogy a vizsgálatban résztvevő ép sportolók nem válogatott szintűek, sportsikereik között nincs világbajnokságon szerzett eredmény. Így számukra a sikert inkább a feladatvégzés tökéletesítése jelenti. A fogyatékos sportolók mindkét csoportjára a feladat orientáltság jellemző, amely bizonyítja, hogy inkább a feladatvégzés, az új gyakorlat, vagy játéksituáció megtanulása és kemény gyakorlása jelenti a sikert a sportban. A fogyatékos sportolók körében nagyobb a differenciáltság, mint az ép társaik körében, így a velük foglalkozó sportszakember (testnevelő, edző, sportszakember, gyógypedagógus) munkájában fokozottabban érvényesül az egyéni bánásmód. A képzésen részt vevők véleménye kétségtelenül azt jelzi, hogy szükséges a fogyatékosok sportjának ismeretanyagával bővíteni a magyarországi sportszakember képzést, edzőképzést.



## **8. SUMMARY**

The starting point of our argument is the basic fact that movement is a natural and self evident act and claim for all of us. The disabled are no different: sport bears the same meaning for them as for the non-disabled and its significance is even further emphasized considering that it can function as a means of integration into the mainstream society. During the research the standpoints of my concept has further widened and now I am analyzing the performance motivation, the individual and situational motivational factors and the coping strategies of disabled sportsmen in a broader context. The results of the analyses of the health-cultural behavior and of the alteration in behavior as a consequence of active sporting lifestyle therefore provide invaluable data on our concept of sport as a complex behavioral activity. As a result of the research, we shall exemplify the coaches' attitudes in sports associations affirming integration and elaborate the questions of coaching and methodology raised around the sport successes of disabled and non disabled sportsmen. A further aim of the research is to augment the course material for the development of sports coaches by providing specific knowledge about disabled sport. Data collection was carried out with the help of a structured questionnaire (N=117, N=489). As a supplementary method, in-depth interviews were also carried out with competent key actors. The participants of my research on the whole are characterized mostly by task-orientation, i.e. they tend to formulate their goals in terms of tasks. This can be explained by the fact that since the non-disabled participants are not international-level sportsmen and have no sports achievements in any of the world games, for them, success means the perfection of their task performance above all. Both groups of disabled sportsmen are characterized by task-orientation which verifies that it is task performance, i.e. the learning and tough practicing of a new drill or game situation which signifies success in sports. Sportsmen with disabilities also display a greater differentiation among themselves than non-disabled sportsmen therefore individual treatment have a much greater function in the work of sports professionals (gym teachers, trainers, sports specialists, special needs teachers) who work with them. In sum, the opinion of the participants undoubtedly indicates the necessity of augmenting the material used for the education of sports professionals and coaches with knowledge of the disabled sport.

## 9. Irodalomjegyzék

Agresti A. (1996) Introduction to categorical data analysis. John Wiley and Sons, NY

Ames C. (1992) Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In Roberts GC (Ed.), Motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 161-176.

Az Európai Unió szociális védelméről szóló egyes jogszabályai. (1998) ford. Németh K Pásztor E, Budapest

Benczúr M. (2003) Adaptált testnevelés és sport I-II. Budapest, Foglyatékosok Nemzeti Sportszövetsége

Benczúr M. (1997) Mozgáskorlátozott emberek sportolásáról. Amit a sportról tudni kell. Tanulmányok: A mozgásfogyatékos emberek rehabilitációjának sokoldalú megközelítése, MMS Kiadvány, 174-183.

Benczúr M. (1984) Mozgáskorlátozottak sportja. Kézikönyv, MEOSZ-TSB

Blinde EM Taub DE. (1999) Personal Empowerment through Sport and Physical Fitness Activity, Perspectives from Male College Students with Physical and Sensory Disabilities. Journal of Sport Behaviour, 22: 181–202.

Campbell E Jones G. (1997) Precompetition anxiety and self-confidence in wheelchair sport participation. Adapted Physical Activity Quarterly, 14: 95–107.

Dorogi L. (2002) Retraining coaches of disabled athletes (in Hungarian). Further Education of Coach Conference (4.11. 2002), Semmelweis University

Downs P. (2001) Próbáld ki te is! A fogyatékkal élők bevonása a sportba és az egyéb, mozgást igénylő tevékenységekbe. Ausztrál Sportbizottság, Canberra.

Duda JL. (1987) Toward a developmental theory of children's motivation in sport. *Journal of Sport Psychology*, 9: 130–145.

Duda JL Allison MT. (1990) Cross-cultural analysis in exercise and sport psychology. Avoid in the field. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12: 114–131.

Duda JL Nicholls JG. (1992) Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84: 1–10.

Duda, J, Chi L, Newton ML Walling MD. (1995) Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26: 40-63.

Duda JL Whitehead J. (1998) Measurement of goal perspectives in the physical domain. In Duda JL (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 21–48.

Fliess-Douer O, Hutzler Y Vanlandewijck YC. (2003) Relation of functional physical impairment and goal perspective of wheelchair basketball players. *Perceptual and Motor Skills*, 96: 755–758.

Fogyatékosok sportjának sportegészségügyi szempontjai. (2003) GYISM kiadvány, Budapest

Fogyatékosok sportjának története. (2003) GYISM kiadvány, Budapest

Haan N. (1977) *Coping and Defending*. New York, Academic Press

Hanrahan SJ. (1998) Practical considerations for working with athletes with disabilities. *The Sport Psychologist*, 12: 346–357.

Harwood C Biddle S. (2002) The Application of Achievement Goal Theory in Youth Sport. In Cockerill I (Ed.), Solutions in sport psychology. Thomson, London, 58–73.

Heckhausen H. (1965) Leistungsmotivation. In: Handbuch der Psychologie in 12 Bänden. Verlag Hogrefe, Göttingen

Heckhausen H. (1999) Motivation and Action.

Hoppe F. (1930) Success and failure. (Erfolg und Misserfolg). Psychologische Forschung, 14: 1-62.

[http://www.nsh.hu/fileadmin/download/fhat/szakirodalom/fogyatekosok\\_sportja.pdf](http://www.nsh.hu/fileadmin/download/fhat/szakirodalom/fogyatekosok_sportja.pdf)

<http://www.bulletin-apa.com/Compl%20Art%20vol3%20iss2.htm>

<http://www.szmm.gov.hu/main.php?folderID=1295>

<http://www.szmm.gov.hu/download.php?ctag=download&docID=706>

<http://www.szmm.gov.hu/download.php?ctag=download&docID=15026>

<http://www.european-agency.org/publications/ereports/special-education-across-europe-in-2003/special-education-across-europe-in-2003>

[http://www.unesco.org/education/pdf/SALAMA\\_E.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/SALAMA_E.PDF)

Hystory of Sport for the Disabled IPC III. General Assembly (1991) Budapest, MMS  
Kiadvány

Illyés S. (2000) A magyar gyógypedagógia hagyományai és alapfogalmai. In Illyés S (szerk.) *Gyógypedagógiai alapismeretek*. Eötvös L. Tudományegyetem Bárczi G. Gyógypedagógiai Kar, Budapest, 43-78.

Jucknat M. (1937) Performance and level of aspiration (Leistung, Anspruchsniveau und Selbstbewusstsein.) *Psychologische Forschung*, 22: 89-179.

Kator M, Martos É, Szabó A Székely G. (2000) Paralimpikonok klinikai szűrővizsgálata. *Sportorvosi Szemle* (41) 4: 231-240.

Kálmán Zs Könczei Gy. (2002) *A Taigetosztól az esélyegyenlőségig*. Osiris Kiadó, Budapest

Kerekesszékes tenisz. (2003) Kézikönyv, ITF kiadvány

Kilenc évtized a mozgáskorlátozott gyermekek szolgálatában. (1993) Nadas P (Szerk.), *Mozgásjavító Általános Iskola*, Budapest

Klein J, Madella A Petry K. (2006) Final conclusion and perspectives. In: Petry K, Froberg K Madella A (ed.), *Thematic Network Project AEHESIS - Report of the Third Year*. Cologne, 45-67.

Kovács E, Keresztesi K Kovács I. (2003) Coaching education in Hungarian higher education, opportunities for future improvement (in Hungarian). *Hungarian Rev. SportSci.* 3:23-24.

Kullmann L. (1992) *Gondolatok az életminőség értelmezéséről*. Orvosképzés, Budapest

Kullmann L Kun H. (2004) El kell-e felejtenünk az orvosi modellt? A fogyatékoság jelentősége az orvostudományban. In: Zászkaliczky P Verdes T (szerk.), Tágabb értelemben vett gyógypedagógia. ELTE Gusztáv Gyógypedagógiai Főiskolai Kar és Kölcsey Ferenc Protestáns Szakkollégium, Budapest, 67-90.

Kullmann L. (2000): Az orvosi rehabilitáció sajátosságai. In: Huszár I, Kullmann L Tringer L (szerk.), A rehabilitáció gyakorlata. Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest, 13-21.

Lukáts Gy Nádas P. (2000) Akik ülve röplabdáznak. In: Juni Gy (szerk.), A magyar röplabdázás 50 éve. Aréna, 204-212.

Lazarus RS. (1966) Psychological Stress and the Coping Process. New York, McGraw-Hill

Lazarus RS Cohen JB. (1977) "Environmental Stress". In: Altman I Wohlwill JF (Ed.), Human Behavior and Environment. Plenum, New York, 32-56.

Lazarus RS Folkman S. (1986) Coping and adaptation. In: Gentry WD (Ed.), The handbook of behavioral medicine. Guilford, New York, 235–312.

Márkus E. (2000) Pedagógiai és szociális rehabilitáció. In: Huszár I, Kullmann L Tringer L (szerk.), A rehabilitáció gyakorlata. Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest, 22-34.

Márkus E. (2003) Ismerkedés, megértés, együttlét (IME). Súlyos-halmozott fogyatékosággal élő emberek életének kísérése. Kézenfogva Alapítvány

Markus HR Kitayama S. (1991) Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. Psychological Review, 98: 224–253.

Maslow AH. (1970) Motivation and Personality. Harper and Row, New York

Mesterházi Zs. (2004) A gyógypedagógiai folyamatról. In: Gordosné SzA (szerk.), Gyógyító pedagógia. Nevelés és terápia. Medicina Könyvkiadó Rt. Budapest, 19-40.

Meijer CJW. (1998) Integration in Europe: Provision for Pupils with Special Educational Needs; Trends in 14 European Countries. Middelfart: European Agency for Development in Special Needs Education.

"MOZGÁS - SPORT - SZEMÉLYISÉG". Szemelvénygyűjtemény a sportoló fogyatékosokról. (2002) Fejlesztő Pedagógia. 12.évf., 4-5 sz.

Nádas P. (1997) Megalakult a Magyar Paralimpiai Bizottság (MPB). Sportélet XXXIII. Évf. 10.sz.

Nádas P. (1996): Paralimpiai Játékok története. Gyógypedagógiai Szemle XXIV.4: 255-262.

Nádas P. (1997) Paralimpiai játékok. Sportélet XXXII. Évf. 11. sz.

Nicholls JG. (1984) Concepts of ability and achievement motivation. In: Ames R Ames C (Ed.), Research on motivation in education: Student motivation. New York, Acad. Press., 1: 39-73.

Nicholls JG. (1992) The general and specific in the development and expression of achievement motivation. In: Roberts GC (Ed.), Motivation in sport and exercise. Champaign, IL, Human Kinetics, 31-56.

Oláh A. (1993) Kandidátusi disszertáció. Eötvös Loránd Tudományegyetem, Budapest, 3-129.

Oláh A. (1995) Coping strategies among adolescents: A cross cultural study. *Journal of Adolescence*, 18. 4: 491–512.

Ostrow A. (2002) *Directory of Psychological Tests in the Sport and Exercise Sciences*. Morgantown, Fitness Information Technology

Paralympic Spirit Multimédiás CD (An unforgettable journey of struggle and triumph) (1996) MMS, Budapest

Pelletier LG, Fortier MS, Vallerand RJ, Tuson K M Brière NM. (1995) Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (sms). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17: 35-53.

Pensgaard AM Sorensen M. (2002) Empowerment Through the Sport Context: A Model to Guide Research for Individuals With Disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19: 48-67.

Pensgaard AM. (1999) Motivational factors and coping strategies of Norwegian Paralympic and Olympic winter sports athletes. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 3: 235-250.

Pensgaard AM, Roberts GC Ursin H. (1999) Motivational factors and coping strategies of Norwegian Paralympic and Olympic winter sport athletes. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16, 238–250.

Peters M Downs P. (2006) *Creating Classifier Pathways – An Australian Model*. VISTA Conference, Bonn, Germany

Petry K, Froberg K Madella A. (2005) *Thematic Network Project AEHESIS: Report of the Second Year*. European Sport Development & Leisure Studies, German Sport University, Cologne



Petry K Gütt M. (2006) Mapping European Sport Education Providers & Programmers. In: Petry K, Froberg K Madella A (Ed.), Thematic Network Project AEHESIS - Report of the Third Year, Cologne, 38-79.

Rigler E. (2003) Az általános edzésmélet és módszertan alapjai. III. rész. A felkészítés: a kondicionális képességek fejlesztése. Jegyzet az iskolán kívüli sportszakemberképző tanfolyamok részére, Budapest

Roberts GC Treasure DC. (1995) Achievement goals, motivational climate and achievement strategies and behaviors in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26: 64-80.

Rókusfalvy P. (1974) *Sportpszichológia*. Sport, Budapest

Rókusfalvy P. (1986) *A sport és testnevelés pszichológiája*. Budapest, Tankönyvkiadó

Rosen BC Andrade RD. (1973) Die psychosocialen Ursprünge des Leistungsmotivs. In Graumann Heckhausen (Ed.), *Reader zum Funk-Kolleg Pädagogische Psychologie*. Frankfurt: Fischer, 1: 106-122.

Sherrill C Williams T. (1996) Disability and sport: psychosocial perspectives on inclusion, integration, and participation. *Sport Science Review*, 5: 42–64.

Sørensen M. (2003) Integration in sport and empowerment of athletes with a disability. *European Bulletin of Adapted Physical Activity*, 2: 12-48.

Seifriz JJ, Duda JL Chi L. (1992) The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14: 375–391.

Takács F. (1972) A testkultúra fogalma és néhány tudományelméleti problémája. TF Közlemények, 95–100.

Theeboom M, De-Knop P Weiss MR. (1995) Motivational climate, psychological responses, and motor skill development in children's sport: a field-based intervention study. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(3): 294 - 311.

The Convention on the Rights of Persons with Disabilities. (2006)  
<http://www.un.org/disabilities/>

Tuckett JD. (1846) *A History of the Past and Present State of Labouring Population*. London

Walling MD, Duda JL Chi L. (1993) The Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15: 172–183.

White SA Duda JL. (1993) Dimensions of goals and beliefs among adolescent athletes with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 10: 125-136.

WHO: *A szervei működés nemzetközi osztályozási rendszere*. (2001) ICF, WHO, 3–25.

1998. évi XXVI. törvény – A fogyatékos személyek jogairól és esélyegyenlőségük biztosításáról.

<http://www.fonesz.hu/images/stories/1998.XXVI.eselyegyenlosegi.doc>

2004. évi I. törvény – A sportról.

65/2007. (VI. 27.) OGY határozat a Sport XXI. Nemzeti Sportstratégiáról.  
[http://www.fonesz.hu/images/stories/65.2007.VI.27.OGY.hat.Sport\\_XXI\\_Nemzeti\\_Sportstrat.doc](http://www.fonesz.hu/images/stories/65.2007.VI.27.OGY.hat.Sport_XXI_Nemzeti_Sportstrat.doc)

## 10. SAJÁT KÖZLEMÉNYEK JEGYZÉKE

### 10.1. Disszertációhoz kapcsolódó publikációk

**Dorogi** László (2010): A Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége kialakulása és működése. in: Benczúr Miklósné (szerk.) *Adaptált testkultúra és sport fogyatékoságspecifikus alapismertei*. ELTE BG Gyógyopedagógiai Kar, Budapest, 52-65.

Kälbli Katalin, **Dorogi** László (2009): Fogyatékos személyek és a sport. In: Szatmári Zoltán (szerk.) *Sport, életmód, egészség*. Budapest: Akadémiai Kiadó, pp. 760-785.

**Dorogi** László (2009): Integráció értelmezése a fogyatékos emberek sportjának területén. In: Szatmári Zoltán (szerk.) *Sport, életmód, egészség*. Budapest: Akadémiai Kiadó, 2009. pp. 785-802.

**Dorogi** László, Bognár József (2009): Fogyatékos sportolók teljesítménymotivációja. In: Bognár József (szerk.) *Tanulmányok a kiválasztás és a tehetséggondozás köréből*. Budapest: *Magyar Sporttudományi Társaság*, 2009. pp. 348-354.

**Dorogi** László, Fügedi Balázs, Kiszela Kinga, Bognár József (2009): A sportszakemberképzés egy lehetséges modellje. A fogyatékos emberek sportjával kapcsolatos ismeretek és hazai edzőképzés kapcsolata. *Kalokagathia* 47:(2/3.) 98-111.

**Dorogi** László, Bognár József (2007): Bevezetés a fogyatékos emberek sportjába. Budapest: Magyar Testnevelési Egyetem – Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány – HÍD Alapítvány.

**Dorogi** László (2007): Integráció értelmezése a fogyatékos emberek sportjának területén. In: Dorogi László, Bognár József (szerk.), *Bevezetés a fogyatékos emberek*

sportjába. Budapest: Magyar Testnevelési Egyetem – Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány – HÍD Alapítvány, pp. 81-90.

**Dorogi** László (2007): Inklúzió a testnevelésben. *Iskolai Testnevelés és Sport*. (34). 13-14.

**Dorogi** László, Bognár József, Gita Szilvia (2006): Fogyatékkal élők sportjának ismeretei az edzőképzésben. *Magyar Edző* 9:(1) 37-39.

Gita Szilvia, Bognár József, **Dorogi** László, Kälbli Katalin, Rigler Endre (2005): Az integráció helye és szerepe a hazai pedagógiai gyakorlatban. *Magyar Sporttudományi Szemle* 6:(22). 15-20.

**Dorogi** László (2003): Információ és kommunikáció a sportban: akadálymentes sportvilágháló. *Magyar Edző* 6:(4) 27.

Szekeres Pál, **Dorogi** László (2002): Fogyatékos gyerekek iskolarendszere, a versenysportra alkalmas gyerekek kiválasztása. *Magyar Edző* 5:(3). 15-20.

Gita Szilvia, Bognár József, Kälbli Katalin, **Dorogi** László (2008): Comparative study on inclusive and special education curricula in Hungary. *Physical Education And Sport* 52: pp. 16-22.

**Dorogi** László, Bognár József, Petrovics László (2008): Introducing disability issues into the education of coaches. *Physical Education And Sport* 52: pp. 39-45.

**Dorogi** László, Szabó Attila, Bognár József (2008): Goal orientation and perceived motivational climate in hungarian athletes with physical and visual disabilities and in able-bodied athletes.: Ciljna orijentacija i samoprocijenjena motivacijska klima kod madarskih sportaša s fizièkom invalidnošću i oštećenjima vida i zdravih sportaša. *Kinesiology* 40:(2) pp. 162-169.

**Dorogi** László (2005): Personality Development of the Psychomotor Talent: The Task of the PE Teacher in the identifying and recognizing of Sports Talent. In: Hermann Rüppel, Peter Noack (edit): *Motor Control and Multimedia Aided Physical Education*. Semmelweis University Budapest, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, pp. 66-73.

#### 10.2. Disszertációhoz nem kapcsolódó publikációk

**Dorogi** László (2000): A TF-es hallgatók társadalmi jövőképeinek változása az egészségi problémák tükrében. *Kalokagathia* 38:(1/2.) 108-115.

## **11. Köszönetnyilvánítás**

PhD dolgozatom nem jöhetett volna létre a Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége támogatása nélkül, amelyet ezúton köszönök meg.

Köszönöm néhai dr. Molnár Péternek, témavezetőmnek építő szándékú irányítását, amelynek során nemcsak kutatási kérdéseim megfogalmazásában segített, hanem azok megválaszolásához vezető elméletek és módszerek megismerésében és elsajátításában.

Köszönöm a Magyar Paralimpiai Bizottság szakmai segítségét, és a paralimpiai keret sportolóinak, edzőinek önzetlen segítségét, amellyel minden kérdésemre, kérdőívemre válaszoltak.

Köszönettel tartozom Dr. Bognár József, tanár úrnak a türelmes és áldozatos segítségért, Új témavezetőként segített a kutatásom befejezésében, aminek eredményeként számos publikációim készült el.

Köszönöm, Dr. Sipos Kornél Tanár Úrnak, hogy véleményével, javaslataival segítette dolgozatom elkészítését.

## 12. MELLÉKLETEK

12.1. 1. számú melléklet, a TEOSQ kérdőív



Az sportolók véleménye eltér abban hogy mennyire érzik sikeresnek magukat. Nincsenek „jó” vagy „rossz” válaszok, kérem minden állításnál jelölje meg az Önre leginkább jellemzőt.

Kor:                      Nem:                      Végzettség:                      Sportág:

**„Akkor érzem magam sikeresnek a sportban, ha...”**

	teljesen egyetérték	inkább egyetérték	igaz is, nem is	inkább nem értek egyet	egyáltalán nem értek egyet
én vagyok az egyetlen, aki meg tudja csinálni az adott gyakorlatot, mozgáselemet					
tanulok egy új mozgáselemet, és ez még több gyakorlásra készítek					
jobb vagyok a társaimnál					
a többiek nem tudnak olyan jól teljesíteni, mint én					
olyasmit tanulok amit élvezet csinálni					
a többiek hibáznak, de én nem					
kemény munkával tanulok meg egy új gyakorlatot, elemet, játéksituációt, stb.					
valóban keményen edzem					
én szerzem a legtöbb pontot, gólt, stb.					
olyan tanulok ami még több gyakorlásra ösztönöz					
én vagyok a legjobb					
jól ráérzek arra –gyakorlatra, mozgás elemre, játéksituációra, stb.- amit tanulok					
a legjobbat hozom ki magamból					



## 12.2. 2. számú melléklet az PMCSQ kérdőív



A sportolók véleménye eltér abban hogy mit éreznek motiválónak egy csapatban. Nincsenek „jó” vagy „rossz” válaszok, kérem minden állításnál jelölje meg az Önre leginkább jellemzőt.

**„A csapatban...”**

	teljesen egyetérték	inkább egyetérték	igaz is, nem is	inkább nem értek egyet	egyáltalán nem értek egyet
a játékosok akkor érzik jól magukat, ha jobbak csapattársaiknál					
a kemény munkát megjutalmazzák					
a játékosokat megbüntetik, ha hibáznak					
az lényeg hogy minden egyes mérkőzésen a játék egyre jobb legyen					
ha a játékosok hibáznak, a meccsen lecserélik őket					
az edzők ellenőrzik, hogy a játékosok fejlődnek e azokban a gyakorlatokban, amelyekben nem jók					
a játékosoknak az fontos, hogy jobban játsszanak csapattársaiknál					

a legtöbb figyelmet az edzők a sztároknak szentelik					
fontos, hogy jobban teljesíts, mint a többiek					
a játékosok keményen dolgoznak, mert még többet akarnak tanulni					
az edzők egyeseket előnyben részesítenek a többiekkel szemben					
az edzők a játékosokat arra buzdítják, hogy jobbak legyenek a csapattársaiknál					
a játékosokat arra buzdítják, hogy azt fejlesszék amiben kevésbé jók					
mindenki a legjobb – gólkirály- akar lenni					
mindenki úgy érzi, hogy fontos szerepe van					
az edzők azt akarják, hogy új mozgáselemeket –játéksituációkat- próbáljunk ki					
a játékosok akkor szeretnek játszani, mikor a csapatok azonos szinten tudnak játszani					
csak a legjobb játékosok kapnak figyelmet az edzőktől					
a legtöbb játékos lehetőséget kap a játékra a meccseken					
a játékosok félnek a hibázástól					
csak néhány játékos tud sztárrá válni					

## 12.3. 3. melléklet a Megküzdési Mód Preferencia kérdőív

**Instrukció**

A mindennapokban gyakran élünk át olyan helyzeteket, amelyek szorongást idéznek elő. Kérjük, gondolja át, hogy ÖN ÁLTALÁBAN MIT SZOKOTT TENNI, amikor ilyen szorongást kiváltó, valamivel fenyegető helyzettel, vagy valamilyen kínos problémával találja szemben magát. Az alábbiakban felsorolunk néhány magatartásmódot, amelyet az emberek általában akkor alkalmaznak, amikor szorongáskeltő helyzetben vannak. Figyelmesen olvassa el valamennyit, és karikázza be a jobboldali számok közül a megfelelőt attól függően, hogy Ön milyen gyakran alkalmazza ezeket a magatartásmódokat, amikor stressz szituációban van.

**Amikor egy fenyegető helyzetben vagyok, vagy valamilyen kínos problémám van...**

	szinte soha	néha	gyakran	mindig
1. Beszélek valakivel, aki konkrét lépést tehet a probléma megoldására	1	2	3	4
2. Nem veszem túl komolyan a dolgot	1	2	3	4
3. Megpróbálom kikapcsolni valahogy az érzelmeimet	1	2	3	4
4. Várakozó álláspontra helyezkedem	1	2	3	4
5. Különböző megoldásokat gondolok ki	1	2	3	4
6. Erőt merítek mások példájából	1	2	3	4
7. Igyekszem rugalmas lenni	1	2	3	4
8. Magamat okolom a történetekért	1	2	3	4
9. Úgy veszem, mintha emmi sem történt volna	1	2	3	4

10. Különböző dolgokkal megpróbálom elérni, hogy jobban érezzem magam	1	2	3	4
11. Megpróbálom minél jobban megérteni a helyzetet	1	2	3	4
12. Nyugtatgatom magam, hogy legközelebb majd másképp alakulnak a dolgok	1	2	3	4
13. Más elfoglaltság után nézek, hogy a gondoktól megszabaduljak	1	2	3	4
14. Nem hagyom, hogy a probléma hatalmába kerítsen	1	2	3	4
15. Halogatom a beavatkozást	1	2	3	4
16. Megpróbálom kideríteni, ki a felelős a törtétekért	1	2	3	4
17. Arra a kedvező lehetőségre koncentrálok, ami kihozható a helyzetből	1	2	3	4
18. Megkímélek másokat attól, hogy értesüljenek a problémámról	1	2	3	4
	szinte soha	néha	gyakran	mindig
19. Igyekszem elfelejteni az egészet	1	2	3	4
20. Arra gondolok, bárcsak megváltozna minden	1	2	3	4
21. Tanácsot kérek egy általam nagyra értékelt személytől	1	2	3	4
22. Terveket készítek és azokat követem	1	2	3	4
23. Elfogadom, ami van	1	2	3	4
24. Büntudatot érzek a törtétek miatt	1	2	3	4
25. Ilyenkor többet és gyakrabban eszem	1	2	3	4
26. Az időre bízom a megoldást	1	2	3	4

27. Erőt meríték a szerencsétlenségből	1	2	3	4
28. Dühbe gurulok	1	2	3	4
29. A közvetlen tennivalókra koncentrálok	1	2	3	4
30. Gyógyszerrel nyugtatom magam	1	2	3	4
31. Igyekszem nem elhamarkodottan fellépni	1	2	3	4
32. Nem mutatom ki az érzelmeimet	1	2	3	4
33. Próbálok helytállni és megküzdni azért, amit el akarok érni	1	2	3	4
34. Belenyugszom, hogy időnként baj is éri az embert	1	2	3	4
35. Igyekszem olyan helyzeteket felidézni, amelyekben kellemesen éreztem magam	1	2	3	4
36. Megpróbálok más számlájára írni azt, hogy rosszul alakulnak a dolgok	1	2	3	4
37. Megpróbálok ivással jobb hangulatra deríteni magam	1	2	3	4
38. Igyekszem gondolataimat inkább más feladatokra koncentrálni	1	2	3	4
39. Legszívesebben törnék-zúznék	1	2	3	4
40. Szabadjára engedem az érzelmeimet	1	2	3	4
41. Ilyenkor valakinek beszélnem kell az érzéseimről	1	2	3	4
42. Olyan személyektől kérek információt, akai már voltak hasonló helyzetben	1	2	3	4
43. Jobb időkről álmodozom	1	2	3	4
	szinte soha	néha	gyakran	mindig
44. Próbálok humorosan felfogni az	1	2	3	4

egészet				
45. Igénylem mások együttérzését	1	2	3	4
46. Magabiztosan lépek fel	1	2	3	4
47. Megpróbálok kilépni a helyzetből	1	2	3	4
48. Igyekszem megosztani másokkal a gondjaimat	1	2	3	4
49. Tartalék energiáimat bevetve próbálok helytállni	1	2	3	4
50. Segítséget keresek a probléma megoldásához	1	2	3	4
51. Valamivel megjutalmazom magam	1	2	3	4
52. Magamban keresem a hibát	1	2	3	4
53. Inkább a számomra kedvezőbb dolgok felé fordulok	1	2	3	4
54. Elzárkózom az emberek elől	1	2	3	4
55. Bosszúálláson töröm a fejem	1	2	3	4
56. Azt kívánom, bárcsak erőteljesebb lehetnék	1	2	3	4
57. Igyekszem a problémát kirekeszteni a tudatomból	1	2	3	4
58. Megpróbálok határozottan fellépni	1	2	3	4
59. Összegzem azokat a múltbeli tapasztalataimat, amelyeket korábban hasonló helyzetekben szereztem	1	2	3	4
60. Igyekszem távolabbról szemlélni a helyzetet, így próbálok tárgyilagosabb lenni	1	2	3	4
61. Igyekszem minél többet megtudni a helyzetről	1	2	3	4
62. Alkuval vagy engedménnyel megpróbálok valami pozitívat kihozni	1	2	3	4

	1	2	3	4
a helyzetből				
63. Megpróbálok olyan szemszögből vizsgálni a problémát, hogy elviselhetőbbnek tűnjön	1	2	3	4
64. Azzal bíztatom magam, hogy legközelebb majd másképpen alakulnak a dolgok	1	2	3	4
65. Hagyom, hogy az érzelmeim szabadon megnyilvánuljanak	1	2	3	4
66. Beletörődöm, hogy együtt kell élnem a problémával	1	2	3	4
67. Érzelmi támaszt keresek barátaimnál, szeretteimnél	1	2	3	4
	szinte soha	néha	gyakran	mindig
68. Igyekszem a helyzet pozitív, kellemes oldalát észrevenni	1	2	3	4
69. Olyan dolgokkal vígasztalom magam, amelyekről jobb kedvre derülök	1	2	3	4
70. Valami olyan tevékenységbe fogok, ami nyugtatólag hat rám	1	2	3	4
71. Minden dühömet kiadom, hogy csökkentsem a probléma keltette feszültséget	1	2	3	4
72. Igyekszem elterelni a figyelmemet a problémáról	1	2	3	4
73. Hajlandó vagyok megváltozni az eredményesség érdekében	1	2	3	4
74. A sorsra bízom magam	1	2	3	4
75. Igyekszem megváltoztatni a helyzetet	1	2	3	4
76. Kritizálok és elmarasztalom magam	1	2	3	4

77. Minden lehetőséget számításba veszek, ami segítheti a probléma kezelését	1	2	3	4
78. Tehetetlennek érzem magam	1	2	3	4
79. Nem tudok uralkodni magamon	1	2	3	4
80. Igyekszem egyedül megoldani a problémát	1	2	3	4



12.4. 4. számú melléklet a „fogyatékosok sportja” című mélyinterjú

**Kérdőív a fogyatékosok sportjának helyzetéről, ismereteiről.**

Sorszám:

SE Testnevelési Sporttudományi Kar

Pszichológia Tanszék

Dorogi László,

1124 Alkotás u. 44.

Fogyatékosok sportja

Helység:

Dátum:

Név:

Életkor:

Nem:

Sportág:

A válaszadás önkéntes!

(Felvezető szöveg:) A kutatás során arra vagyunk kíváncsiak, hogy a fogyatékos sportolókat mi motiválja, mindennapjaik hogyan telnek, milyen célok hajtják őket...

1.) Hogyan telik egy heted? Meséld el részletesen egy átlagos hetedet.

.....

.....

.....

.....

.....

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szomb at	Vasárnap
Reggel							
Délelőtt							
Délután 2-3							
3-4							
4-5							
6-7							
7-8							

2.) Milyen gyakran sportolsz? Hol sportol? Csak egyesületben sportol, vagy informális keretek között is?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2.b.) Mikor kezdett el sportolni? Miért kezdett el sportolni? Mi motiválta (motiválja) a sportolásra? Meddig szeretne sportolni? Mik a céljai a sportban? Mit jelent számodra a sport? Milyen hatással van rád az aktív sport?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3.) Gondolj vissza eddigi életedre! Mi volt benne sikeres és szerinted sikereidet minek köszönheted? (családi egészségi körülmények, de direkt módon nem kérdezzük rá fogyatékoságának okára.),

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4.) Milyen szerepet tulajdonítasz a sportnak eddigi sikereiben?

Szerinted képességeid a sporton keresztül sikeresebben tudtad-e kibontakoztatni?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

5.) Milyen a kapcsolatod az edződdel (ha van edző)? Milyen edzőt szeretnél? Miért fontos / miben segíthet szerinted az edző? (edzői attitűdök) (ha Te edző lennél, mit tartanál fontosnak, a ) adott feladatot, kitűzött célokat? b ) a sportoló személyét? c ) egyéb ?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

6.) Változott-e az életed az aktív sportolás következtében, nőtt-e a mozgástered? (pl. : változtak a szociális kapcsolataid, másképp éled át élményeidet, sikereidet, változott a világlátásod stb.)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



12.5. 5. számú melléklet a szakemberképzés kérdőív

Kedves leendő edző /oktató kolléga!

Kérlek segítsd a munkánkat, azzal, hogy kitöltöd ezt a kétoldalas kérdőívet. A kérdőív abból a célból készült, hogy pontos képet kapjunk az edző/oktató képzésben résztvevők tapasztalatairól, véleményéről a fogyatékosok sportjával kapcsolatban. Kérjük válaszoljatok őszintén, hogy a vizsgálat minél eredményesebben valósulhasson meg!

nemed:              alapvégzettséged:                              sportágad:                              hány éve  
edzősködsz /oktatsz:

**1. Kérünk nevez meg három fogyatékos sportolót!**

.....

**2. Kérünk nevez meg fogyatékos sportolót a saját sportágadban!.....**

**3. Sportszakmai munkád során kerültél kapcsolatba fogyatékos sportolóval?**

1. igen, rendszeresen              2. igen, sokszor              3. igen, néha              4.  
nem

**Ha igen, akkor milyen minőségben?**

.....  
.....  
.....  
.....

**4. Annál az egyesületnél /klubnál, ahol dolgozol (sportolsz) vannak-e fogyatékos sportolók?**

1. igen, sok      2. igen, néhány      3. igen, egy      4. nem tudok róluk  
nincsenek

Ha nincsenek, akkor szerinted mi annak az oka?

1, nem akadálymentes az egyesület (pl. kerekesszékekkel nem lehet közlekedni, nincsenek feliratok, stb.)

2, a szükséges speciális sporteszközök hiánya

3, személyi feltételek hiánya

4, egyéb,

éspedig.....  
.....  
.....  
.....

**5. Szerinted fontos-e, hogy a fogyatékos emberek is rendszeresen sportoljanak?**

1. igen      2. nem

**Miért?**.....  
.....  
.....  
.....

**6. Látsz-e lehetőséget arra, hogy fogyatékosok sportoljanak az egyesületednél /klubodnál?**

1. igen      2. nem

**Hogyan?**

**Miért?**.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**7. Szerinted tudnak-e együtt sportolni ép és fogyatékos emberek?**

1. igen

2. nem

**Hogyan?**

**Miért?**.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**8. Rendelkezel-e ismeretekkel fogyatékoságügyben a saját sport szakterületeden?**

1. igen, alapos ismeretekkel

2. igen, van valami ismeretem

3. semmi

**Ha igen, milyen ismeretekkel és hogyan alkalmazod őket?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**9. Szeretnél többet hallani/tudni a fogyatékos emberek sportjáról?**



1. igen, mindenképp    2. talán hasznos lenne    3. nem tudom    4. nem

**Miért?** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**10. Fontosnak tartod, hogy az edző /oktató képzés során a fogyatékosok sportjáról előadások hangozzanak el?**

1. igen                      2. nem                      3. nincs véleményem

**Ha igen, mely területen?** (a fogyatékoságról általánosan, pedagógia, kommunikáció, edzéselmélet, pszichológia, stb.).....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**11. Kellő ismeretekkel rendelkezve, vállalnál edzői /oktatói feladatokat fogyatékosok sportjában?**

1. igen                      2. nem

**Miért? Mely területen?** .....

.....

.....  
.....

**12. Véleményed szerint különbözik-e az edzői /oktatói munka jellege a fogyatékos sportolók és az ép sportolók körében?**

1. igen

2.nem

**Miben, hogyan? Miért**

**nem?**.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**13. Véleményed szerint hasonlóan elismert és sikeres lehet-e egy edző /oktató a fogyatékosok sportjában, mint az épek sportja területén?**

1. igen

2.nem

**Miben, hogyan? Miért**

**nem?**.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**14. Véleményed szerint a fogyatékosok sportjában a sportsikert hasonlóan elismerik-e, mint az épek sportjában? (pl. paralimpiai aranyérem – olimpiai aranyérem)**

1. igen

2.nem

**Miben, hogyan? Miért**

**nem?**.....  
.....  
.....  
.....

Köszönjük a válaszadást!