

Katarzyna Rutkowska

Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie  
Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej

## Analiza wybranych zagadnień psychologii sportu osób z niepełnosprawnością

### Streszczenie

Współcześnie (zwłaszcza w obszarach funkcjonowania człowieka, w których liczy się konkretny wynik osiągnięty w określonym czasie i miejscu, czyli w sporcie, ale również w sztuce czy biznesie) psychologia sportu zyskuje coraz większą popularność. Jest integralnym elementem szkolenia sportowego, a korzyści płynące ze współpracy z psychologami sportu doceniają i zawodnicy, i trenerzy. Psychologowie sportu wspierają w osiąganiu coraz lepszych rezultatów. Celem ich pracy nie jest jednak jedynie maksymalizacja wyniku, ale podniesienie jakości funkcjonowania ludzi angażujących się w działalność sportową. Systematyczna praca nad kompetencjami psychospołecznymi pozwala lepiej radzić sobie w sytuacjach trudnych nie tylko na gruncie sportu. Wzmacnia życiową filozofię pracy nad sobą i dążenia do prawdziwego mistrzostwa. W kontekście rehabilitacji osób z niepełnosprawnością nabiera to dodatkowego znaczenia.

Wydaje się tymczasem, że w obszarze sportu osób z niepełnosprawnością dorobek psychologii sportu nie jest w pełni wykorzystany. Wpływ na to ma szereg czynników – tkwiących w środowisku sportowym, ale również w środowisku psychologów. Potrzebne jest wzajemne poznanie, interdyscyplinarna dyskusja, wzmocnienie współpracy i dookreślenie oczekiwań i potrzeb każdej ze stron, a następnie adekwatny rozwój. Efektem tego mogłaby być próba stworzenia wytycznych do pracy w ramach wąskiej specjalizacji – teoretycznej i praktycznej psychologii sportu osób z niepełnosprawnością. Praca stanowi próbę określenia roli i miejsca psychologii sportu w sporcie osób z niepełnosprawnością.

**Słowa kluczowe:** psychologia sportu, sport osób z niepełnosprawnością

### Analysis of the selected topics of sports psychology of people with disabilities

#### Abstract

Today (especially in the areas of human activity, in which the most important thing is a concrete result achieved in a specific time and place, that is in sport, but also in the art or business) sports psychology is gaining popularity. It is an integral part of sports training and the benefits coming from the cooperation with sports psychologists are appreciated by the competitors and trainers as well. Sports psychologists provide support in achieving better and better results. The purpose of their work is not only maximizing results, but also enhancing the quality of people engaging in sporting activities. Systematic work on psychosocial competence allows you to better cope with difficult situations, not only on the basis of sports. It also strengthens the life philosophy of self-development and pursuit

for the true mastery. In the context of rehabilitation of people with disabilities it takes an additional significance. It seems, however, that in the field of disabled sport, the achievements of sports psychology is not fully utilized and is influenced by a number of factors from the sports world, but also from the psychologists environment. What is needed is mutual recognition, interdisciplinary discussion, enhancement of the cooperation and clarifying expectations and the needs of each side, and subsequently, an adequate development. This would result in an attempt to create guidelines to work within a narrow specialization - theoretical and practical sports psychology of people with disabilities. The work is an attempt to determine the role and place of sports psychology in disabled sport.

**Keywords:** sports psychology, disabled sport

## Wstęp

Psychologia sportu osób niepełnosprawnych czy psychologia sportu w sporcie osób z niepełnosprawnością? Potrzeby i zasadność wdrażania działań na rzecz wzrostu określonych kompetencji psychospołecznych „ludzi sportu” są niekwestionowane. Przeobrażenia sportu osób niepełnosprawnych, coraz większa profesjonalizacja sportu i związana z nią rosnąca coraz większa wiedza/świadomość przedstawicieli środowiska sportowego, a jednocześnie dążenie do mistrzostwa w sporcie i poza nim implikują konieczność pilnej dyskusji nad miejscem i rolą psychologii w sporcie osób z niepełnosprawnością. Nabiera to szczególnego znaczenia w kontekście wyzwań współczesnej rehabilitacji.

„Prawdziwy mistrz to ktoś, kto: 1/uzyskuje wynik z górnego pułapu możliwości, w określonym miejscu i czasie, 2/potrąfi powtórzyć doskonale osiągnięcia wielokrotnie, 3/charakteryzuje się motywacją polegającą na gotowości do podejmowania wyzwań oraz dbałości o jakość i styl we wszystkich dziedzinach życia, 4/uzyskuje satysfakcję również z funkcjonowania poza sportem”<sup>1</sup>. W tym kontekście przysłowiowe sformułowanie „trening czyni mistrza” nabrało nowego wydźwięku. Potrzeba osiągnięcia mistrzowskiego poziomu, świadomość wielu aspektów tego mistrzostwa i wreszcie tendencja do holistycznego postrzegania rozwoju człowieka sprawiły, że na gruncie aktywności sportowej liczy się nie tylko doskonalenie sfery fizycznej, ale również psychicznej, społecznej czy duchowej – a właściwie ich umiejętne, synergiczne połączenie. Sprawia to, że współcześnie osoba angażująca się w działalność sportową powinna móc liczyć na kompleksowe, interdyscyplinarne wsparcie różnych specjalistów – w tym psychologów sportu. Naturalnie dotyczy to również zawodników z niepełnosprawnością. Tymczasem miejsce i zakres tej problematyki w toku kształcenia psychologów sportu, przegląd literatury przedmiotu, analiza tematów podejmowanych na przedmiotowych konferencjach czy szkoleniach organizowanych w kraju pozwalają na stwierdzenie, że dorobek

<sup>1</sup> J. Blecharz, *Stereotyp dobrego sportowca a zagrożenia dla zdrowia*, [w:] *Drogi i bezdroża sportu i turystyki*, red. Z. Dziubiński, Warszawa, AWF, Salezjańska Organizacja Sportowa RP, 2007, s. 401

psychologii sportu w zakresie sportu osób z niepełnosprawnością wydaje się być skromny; zbyt skromny w porównaniu do światowego poziomu.

W zagranicznej literaturze odnaleźć można doniesienia na temat głosów krytyki, jakie pojawiły się w latach 80.–90. Dotyczyły one właśnie nikłej współpracy przedstawicieli psychologii sportu i sportu osób niepełnosprawnych. Początki działalności tych środowisk datuje się podobnie – na początek XX wieku. Oprócz podobieństw historycznych, są również tematyczne – jednym z zasadniczych celów jest poprawa jakości życia. Pomimo tego, nie miały one, niestety, wielu punktów stykowych. Tej krytyce towarzyszył apel (jak po latach czas pokazał – skuteczny) do środowisk psychologów sportu i przedstawicieli sportowców z niepełnosprawnością o podjęcie zdecydowanych kroków w stronę integracji. Od tamtej pory nastąpił znaczny progres – współpraca jest ściślejsza<sup>2</sup>. Apel sprzed lat powinien stać się ważną inspiracją również w Polsce na rodzimym gruncie.

Wydaje się bowiem, że tego rodzaju integracyjne inicjatywy są w polskim sporcie osób z niepełnosprawnością potrzebne coraz bardziej również w Polsce. Psychologia sportu, jako nazwa dyscypliny, jest pojęciem bardzo pojemnym jako dyscyplina; Jednak specyfika sportowych dyscyplin pozwala czasami na używanie określeń typu: psychologia piłki nożnej, psychologia gier zespołowych. Psychologowie sportu, ze względu na rozległość problematyki, często wybierają wąskie specjalizacje<sup>3</sup>. Użycie określenia zawartego we wstępie „psychologia sportu osób z niepełnosprawnością czy psychologia sportu w sporcie osób z niepełnosprawnością?” jest symptomatyczne. Traktowane dosłownie mogłoby stanowić pewnego rodzaju nadużycie. Winno jednak skłonić do refleksji, a przede wszystkim kierunkowych działań. Stuletnie zaległości, ale także nowe potrzeby sportowców związane z przemianami sportu osób niepełnosprawnych, sprawiają, że powinny być one pilne, a proponowane rozwiązania trafnie formułowane i szybko wdrażane.

## Rehabilitacyjne wartości sportu

Sport osób z niepełnosprawnością, pomimo rozlicznych podobieństw do sportu osób pełnosprawnych, podejmowanych prób utożsamiania tych obszarów kultury fizycznej i kontrowersji z tym związanych, zachowuje swoją odrębność – głównie przez wzgląd na specyficzne potrzeby osób trenujących i związaną z tym

<sup>2</sup> S. J. Hanrahan, *Athletes with disabilities*, [w:] *Handbook of sport psychology*, red. G. Tenenbaum, R. C. Eklund, Hoboken, New Jersey: John Wiley and Sons, Inc., 2007, s. 845–858; M. J. Asken, *The challenge of the physically challenged: delivering sport psychology services to physically disabled athletes*, „Sport Psychologist” 1991, Nr 5, s. 370–381; M. J. Asken, M. D. Goodling, *Sport psychology: an undeveloped discipline from among the sport sciences for disabled athletes*, „Adapted Physical Activity Quarterly” 1986, Nr 3, s. 312–319; H. Rieder, *Sport psychology for the handicapped*, „International Journal of Sport Psychology” 1979, Nr 10, s. 184–189

<sup>3</sup> M. Jarvis, *Psychologia sportu*, Gdańsk, GWP, 2003

konieczność dostosowania reguł, organizacji szkolenia i systemu współzawodnictwa<sup>4</sup>. Pomimo coraz większego akcentu kładzionego na osiąganie sportowego wyniku, niezmiennie ważnym aspektem jest funkcja rehabilitacyjna. Sport promuje określony styl życia. Działalność sportowa staje się również sposobem na wyrównywanie szans, realizację idei integracji czy reintegracji. Jest płaszczyzną, na której osoby z niepełnosprawnością odzyskują/uzyskują wieloaspektową samodzielność, rozwijają samoakceptację, wzmacniają poczucie własnej wartości, godności oraz motywację do dalszych działań. Uruchamiane mechanizmy kompensacyjne pozwalają na efektywną pracę nad ograniczeniami. Bódczący klimat sportu sprawia, że aktywizowane są rezerwy fizyczne i psychospołeczne. Świat wewnętrznych przeżyć zawodnika wzbogaca się, a ponadto wyzwala się u niego optymalna motywacja do walki z różnego rodzaju przeciwnościami<sup>5</sup>.

Świadomość tak szerokiego spektrum możliwych korzystnych oddziaływań i ich znaczenia dla holistycznego rozwoju człowieka niepełnosprawnego, implikuje konieczność organizacji i dostosowania adekwatnego wsparcia psychologicznego. Współczesny dorobek psychologii sportu, a przede wszystkim stworzona w oparciu o niego oferta dedykowana sportowcom, może z powodzeniem wpisać się w system oddziaływań szkoleniowych dedykowanych zawodnikom z niepełnosprawnością. Dzięki temu możliwe będzie pełniejsze realizowanie w praktyce założenia dotyczącego doskonalenia i rozwoju zachowanych potencjałów, a nie wyłącznie koncentrowanie się na ewentualnych deficytach<sup>6</sup>.

## Przedmiot psychologii sportu

Psychologia sportu rozwija się bardzo dynamicznie – i w zakresie teorii, i w zakresie praktyki. Jej popularność w ostatnich latach znacząco wzrosła. Sięganie do głębokich rezerw technicznych, maksymalizacja eksploatacji organizmu na poziomie fizycznym, a przy tym dążenie do osiągnięcia wysokich rezultatów

<sup>4</sup> M. Koper, T. Tasiemski, *Miejsce sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych fizycznie*, „Niepełnosprawność – zagadnienia, problemy, rozwiązania” 2013, Nr III, s. 111–134; J. Orzech, J. Sobiecka, *Sport osób niepełnosprawnych*, Kraków, Wydawnictwo Skrytowe Nr 98, AWF, 1989

<sup>5</sup> Z. Żukowska, *Wartości sportu mierzone uczestnictwem młodzieży niepełnosprawnej w Igrzyskach Paraolimpijskich*, [w:] *Spoleczno-edukacyjne oblicza olimpiizmu. Ruch olimpijski i niepełnosprawni sportowcy*, red. J. Nowocien, t. I, Warszawa, AWF, 2006, s. 126–134; B. Biniakiewicz, A. Lubczyńska, *Edukacja olimpijska i paraolimpijska jako element kształcenia postaw młodzieży niepełnosprawnej wobec kultury fizycznej*, [w:] *Spoleczno-edukacyjne oblicza olimpiizmu. Ruch olimpijski i niepełnosprawni sportowcy*, red. J. Nowocien, t. I, Warszawa, AWF, 2006, s. 135–140; *Sport niepełnosprawnych w Polsce*, Warszawa, PFRON, PZSN Start, 2003; R. Plinta, *Sport osób niepełnosprawnych (informacje ogólne)*, [w:] *Kinezyterapia. Ćwiczenia kinezyterapii i metody kinezyterapeutyczne*, red. A. Zembaty, Kraków, Kasper, 2003, s. 167–170; W. Brzeziński, *Wychowanie fizyczne specjalne. Rewalidacja dzieci i młodzieży niepełnosprawnej*, cz. III, Rozprawy i Studia T. (CCCLXXIV) 300, Szczecin, Uniwersytet Szczeciński, 1999

<sup>6</sup> C. Kosakowski, *Węzłowe problemy pedagogiki specjalnej*, Toruń, Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, 2003

sprawią, że poszukuje się szansy na osiągnięcie przewagi na poziomie mentalnym. Dotyczy to sportu, ale też innych obszarów, w których ważne jest osiągnięcie określonego wyniku<sup>7</sup>.

Celem psychologów sportu nie jest jednak jedynie maksymalizacja wyniku sportowego. Funkcje psychologii sportu ewoluują. Przeobrażenia związane są z rozwojem samej nauki, ale również ze zmianami samego sportu – pozytywnymi i negatywnymi; przy czym dotyczą one tak sportu osób pełnosprawnych, jak i osób z niepełnosprawnością<sup>8</sup>. Zjawiska takie, jak uzyskanie wyniku za wszelką cenę, zdarza się, że z narażeniem zdrowia i życia, doping, zaburzenia odżywiania, różne trudne sytuacje, na przykład urazy sportowe, zakończenie sportowej kariery, są sygnałem dla intensyfikacji oddziaływań interwencyjnych. Oferta psychologii sportu uwzględnia jednak przede wszystkim szereg metod kształtujących i doskonalących określone kompetencje psychospołeczne, pozwalające na osiągnięcie i sportowego, i osobistego mistrzostwa. Tym sposobem psychologia w sporcie nawiązuje do założeń humanizmu<sup>9</sup>.

Psychologowie sportu podejmują działania w różnych obszarach. Zajmują się analizą wszelkich faktów związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej – także na gruncie sportu wyczynowego czy rekreacyjnego. Identyfikują specyfikę różnych dyscyplin, ich wymogów, warunków ich uprawiania ze szczególnym uwzględnieniem kontekstu indywidualnych charakterystyk, a zwłaszcza możliwości człowieka angażującego się w określony trening. Istotnym wyzwaniem jest budowa specjalistycznego warsztatu diagnostycznego, opartego nie tylko o powszechnie stosowane metody badań psychologicznych. Potrzebne są bowiem trafne i rzetelne metody diagnozy określonych cech i zachowań uwzględniających specyfikę funkcjonowania sportowca. Wyniki takich badań pozwalają/ pozwolą na weryfikację zdolności, wsparcie systemu naboru i selekcji do sportu, a także analizę specyficznych potrzeb ludzi zaangażowanych w sport. Dzięki temu możliwe jest precyzyjne zaprojektowanie i dopasowanie oddziaływań psychologicznych w zakresie edukacji, profilaktyki, korekty, monitoringu, interwencji czy integracji. Pobieżna prezentacja zadań, jakie stoją przed psychologami sportu, stanowi

<sup>7</sup> K. Rutkowska, *W biznesie jak w sporcie*, „Personel Plus – HR, szkolenia, rekrutacja” 2008, Nr 14, s. 98; J. Kłodecka-Różalska, *O Treningu Mentalnym, dorobku i przyszłych zastosowaniach psychologii w polskim sporcie*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 2006, Nr 4, s. 205–214; R. J. Schinke, D. Hancock, N. G. Dubuc i in., *Looking to the Future of Sport Psychology: An Introduction*, „Athletic Insight” 2006, Nr 8, s. 3

<sup>8</sup> D. Michalak, D. Stańczyk, Z. Szczepańska i in., *Występowanie dopingu wśród niepełnosprawnych sportowców*, „Medycyna Sportowa” 2007, Nr 4, s. 233–235; B. Wybraniec-Lewicka, *Współczesny sport osób niepełnosprawnych z perspektywy wartości olimpizmu*, „Kultura Fizyczna” 2004, Nr 1–2, s. 6–8; Z. Żukowska, *op. cit.*

<sup>9</sup> K. Rutkowska, *Psychologia sportu – w stronę nauk o kulturze czy nauk humanistycznych*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio J – Paedagogia-Psychologia” 2011, Nr 24, s. 7–19; J. Zdebski, *Współczesne rozumienie funkcji psychologii sportu*, [w:] *Perspektywy poznawcze i praktyczne nauk o kulturze fizycznej*, red. H. Grabowski, „Studia i Monografie” 2002, Nr 18, s. 63–70

jednocześnie opis kolejnego istotnego wyzwania zawodowego – aplikacji wiedzy psychologicznej do praktyki sportowej<sup>10</sup>.

## Trening mentalny a potrzeby osób z niepełnosprawnością

Tego typu zadania na gruncie sportu osób z niepełnosprawnością powinny być realizowane ze szczególnym uwzględnieniem jego specyfiki, a także – co najważniejsze – indywidualnych potrzeb i możliwości niepełnosprawnych zawodników. Oczywiście filozofia psychologii sportu jest w tym obszarze zbieżna z ofertą dedykowaną sportowcom pełnosprawnym. Konieczna jest jednak jej adaptacja. Do tego z kolei potrzebna jest profilowana realizacja zadań powyżej opisanych zadań. Podstawą są kierunkowe badania nad specyfiką sportu osób z niepełnosprawnością (wymogami i warunkami), a także precyzyjne poznanie charakterystyki osób podejmujących aktywność fizyczną w tym obszarze. Stąd w literaturze przedmiotu można odnaleźć przegląd szeregu prowadzonych analiz, które najczęściej dotyczą porównań wybranych aspektów funkcjonowania psychospołecznego zawodników pełnosprawnych i niepełnosprawnych, przebiegu i efektywności radzenia sobie z niepełnosprawnością, motywami i pozytywnymi efektami uczestnictwa w sporcie, a także zagrożeniami czy negatywnymi aspektami rozwoju sportu osób niepełnosprawnych<sup>11</sup>.

Wyniki kierunkowych badań, kompleksowe analizy i wnioski z nich płynące mogą być nieocenioną pomocą przy projektowaniu treningów mentalnych, dedykowanych zawodnikom z niepełnosprawnością. Aktualnie problematyka ta opisywana jest szerzej głównie w literaturze zagranicznej. Autorzy wskazują przydatne techniki (na przykład doskonalące strategie radzenia sobie ze stresem, kontrolę emocji czy koncentrację uwagi), które mogą być stosowane w formie podstawowej, niezmienionej. Poruszają również problem kreatywnej adaptacji znanych metod i modeli pracy psychologów sportu do potrzeb sportowców z niepełnosprawnością. Zarządzanie celami, rozwijanie motywacji, trening wyobraźniowy czy metody odwołujące się do pracy z ciałem wymagają nierzadko modyfikacji i uwzględnienia indywidualnych możliwości zawodników. Konieczna jest więc doskonała znajomość problematyki niepełnosprawności w ogóle, ale również specyficznych potrzeb danego sportowca. Niezbędna jest interdyscyplinarna wiedza

<sup>10</sup> M. Krawczyński, D. Nowicki, *Zamiast wstępu – o roli psychologii we współczesnym sporcie*, [w:] *Psychologia sportu w treningu dzieci i młodzieży*, red. M. Krawczyński, D. Nowicki, Warszawa, COS, 2004, s. 5–9; J. Graczyk, T. Sankowski, *Psychologia sportu*, Poznań, AWF, 2000; *Psychologia sportu. Strategie i techniki*, red. T. Morris, J. Summers, Warszawa, COS, 1998

<sup>11</sup> B. Molik, T. Zubala, K. Słyk i in., *Motywacja osób niepełnosprawnych do uprawiania wybranych dyscyplin olimpijskich (koszykówki na wózkach, rugby na wózkach i boccii)*, „Fizjoterapia” 2010, Nr 18, s. 42–51; S. J. Hanrahan, *Athletes with disabilities*, [w:] *Handbook of sport psychology*, red. G. Tenenbaum, R. C. Eklund, Hoboken, New Jersey: John Wiley and Sons, Inc., 2007, s. 845–858; D. Michalak, D. Stańczyk, Z. Szczepańska i in., *op. cit.*

dotycząca różnych rodzajów niepełnosprawności, uwzględnianie szerokiego spektrum funkcjonowania<sup>12</sup>.

## **System wsparcia społecznego zawodnika a założenia psychologii sportu**

W tym kontekście, ale również w odniesieniu do zadań, jakie stoją przed psychologami pracującymi ze sportowcami z niepełnosprawnością, ważną kwestią jest efektywna współpraca z innymi specjalistami, między innymi lekarzami medycyny, rehabilitantami, fizjologami, ale przede wszystkim z trenerem. Bardzo często to od niego<sup>13</sup> zależy dobór współpracowników. To postawa trenera wobec psychologa sportu jest nierzadko dla zawodnika istotnym wyznacznikiem i decyduje o tym, na ile zawodnik poważnie będzie traktował trening psychologiczny. Istotne jest, że w wielu przypadkach to trener jest inicjatorem nawiązania efektywnej współpracy z psychologiem sportu. Nierzadko dzieje się tak wówczas, gdy pojawia się jakiś problem (na przykład spadek motywacji zawodnika, negatywny psychologicznie wpływ porażek/urazów, udział w zawodach wysokiej rangi), a trener w psychologii sportu upatruje szansy na zażegnanie trudnej sytuacji. Oczywiście są takie momenty, w których inicjatorem współpracy z psychologiem sportu stają się sami zawodnicy. Coraz częściej zdarza się również, że to trenerzy świadomie nawiązują długofalowy zawodowy kontakt z psychologiem. Angażują go wówczas do systematycznej pracy. Trening mentalny staje się w takim przypadku komplementarnym elementem szkolenia. Taka formuła pracy z zawodnikiem (i trenerem) jest najbardziej pożądana. Pozwala na wzmacnianie mentalnej sfery, a nie wyłącznie rozwiązywanie pojedynczych problemów i zażegnawanie pojawiających się kryzysów.

Przywołane przykłady sugerują konieczność swoistej promocji idei i oferty psychologii sportu wśród zawodników, ale i wśród szkoleniowców. Potrzebne są działania edukacyjne. Zawodnicy, trenerzy, działacze czy nawet sędziowie sportowi (a więc osoby, którym oferta psychologiczna jest dedykowana) powinni mieć świadomość wartości psychologii sportu. Jednocześnie także psychologowie sportu współpracujący z zawodnikami z niepełnosprawnością powinni korzystać z wiedzy i spostrzeżeń osób pracujących w tym obszarze na co dzień. Problematyka sportu osób niepełnosprawnych powinna być również mocniej akcentowana na etapie przygotowania zawodowego psychologów sportu, warsztat praktyków,

<sup>12</sup> M. J. Asken, M. D. Goodling, *op. cit.*; S. J. Hanrahan, J. R. Grove, R. J. Lockwood, *Psychological skills training for the blind athlete: a pilot program*, „Adapted Physical Activity Quarterly” 1990, Nr 7, s. 143–155; M. J. Asken, *op. cit.*; M. J. Gregg, D. Hrycaik, J. B. Mactavis i in., *A mental skills training package for Special Olympic athletes: a preliminary study*, „Adapted Physical Activity Quarterly” 2004, Nr 21, s. 4–18; S. J. Hanrahan, *Psychological skills training for competitive wheelchair and amputee athletes*, „Australian Psychologist” 1995, Nr 30, s. 96–101

<sup>13</sup> R. J. Schinke, D. Hancock, N. G. Dubuc i in., *op. cit.*

ich kompetencje zawodowe uwzględniające przygotowanie do pracy z osobami z niepełnosprawnością – weryfikowane i aktualizowane. Warto rozważyć organizację ścieżek rozwoju zawodowego dla psychologów pracujących w sporcie osób niepełnosprawnych. Przełożyłoby się to na jeszcze wyższą jakość świadczonych w tym zakresie usług<sup>14</sup>.

Obecnie, mimo korzystnych przeobrażeń, nadal można mieć poczucie, że oferta psychologii sportu nie jest w pełni wykorzystywana. Dotyczy to także sportu osób z niepełnosprawnością. Psychologowie sportu to nadal niezbyt liczna grupa zawodowa, której kwalifikacje dopiero od niedawna są weryfikowane w sposób formalny; Polski Komitet Olimpijski przyznaje psychologom sportu nominacje, a Polskie Towarzystwo Psychologiczne – klasy. Status psychologa sportu jest coraz bardziej określony, a środowisko sportowe zdaje się bardziej doceniać możliwość profesjonalnego psychologicznego wsparcia. Niestety, nadal problemy związane z brakiem wystarczających funduszy utrudniają organizację sportu<sup>15</sup>.

## Podsumowanie

Psychologia sportu osób z niepełnosprawnością to określenie, które nie претенduje do miana odrębnej dyscypliny, a raczej jest próbą zdefiniowania wąskiej specjalizacji w ramach psychologii sportu. Pełniej (niż psychologia sportu w sporcie osób z niepełnosprawnością) wpisuje się w aktualne potrzeby. Sygnalne przedstawienie wybranych problemów ma być w założeniu inspiracją przede wszystkim do pogłębionej interdyscyplinarnej dyskusji nad rolą i miejscem psychologów w sporcie osób niepełnosprawnych oraz wzmocnienia współpracy środowisk, aby z jednej strony lepiej realizować funkcje sportu osób niepełnosprawnych, a z drugiej efektywniej wypełniać zadania psychologów sportu. To między innymi również próba zwrócenia uwagi środowiska psychologów sportu na kwestie jeszcze lepszego przygotowania kadry do współpracy z zawodnikami niepełnosprawnymi. To także szansa uwrażliwienia organizatorów sportu osób niepełnosprawnych na specyficzne psychospołeczne potrzeby zawodników i wskazanie konieczności budowania systemu kompleksowego wsparcia, w ramach którego uwzględnione będą oddziaływania z zakresu psychologii sportu. Taka dyskusja, sformułowanie wniosków i wdrożenie konkretnych rozwiązań przełoży się nie tylko na lepsze wyniki sportowe i rozwój sportu osób z niepełnosprawnością, ale przede wszystkim na indywidualne mistrzostwo zawodników – lepsze funkcjonowanie w obszarze sportu oraz w innych sferach życia.

<sup>14</sup> P. Wylleman, C. G. Harwood, A. M. Elbe i in., *A perspective on education and professional development in applied sport psychology*, „Psychology of Sport & Exercise” 2009, Nr 10, s. 435–447; S. J. Hanrahan, *op. cit.*, 2007

<sup>15</sup> J. Kłodecka-Różalska, *op. cit.*; R. J. Schinke, D. Hancock, N. G. Dubuc i in., *op. cit.*; P. Wylleman, C. G. Harwood, A. M. Elbe i in., *op. cit.*



## Literatura

- Asken M. J., Goodling M. D., *Sport psychology: an undeveloped discipline from among the sport sciences for disabled athletes*, „Adapted Physical Activity Quarterly” 1986, Nr 3
- Asken M. J., *The challenge of the physically challenged: delivering sport psychology services to physically disabled athletes*, „Sport Psychologist” 1991, Nr 5
- Biniakiewicz B., Lubczyńska A., *Edukacja olimpijska i paraolimpijska jako element kształcenia postaw młodzieży niepełnosprawnej wobec kultury fizycznej*, [w:] *Społeczno-edukacyjne oblicza olimpizmu. Ruch olimpijski i niepełnosprawni sportowcy*, red. Nowocien J., t. I, Warszawa, AWF, 2006
- Blecharz J., *Stereotyp dobrego sportowca a zagrożenia dla zdrowia*, [w:] *Drogi i bezdroża sportu i turystyki*, red. Dziubiński Z., Warszawa, AWF, Salezjańska Organizacja Sportowa RP, 2007
- Brzeziński W., *Wychowanie fizyczne specjalne. Rewalidacja dzieci i młodzieży niepełnosprawnej*, cz. III, Rozprawy i Studia T. (CCCLXXIV) 300, Szczecin, Uniwersytet Szczeciński, 1999
- Gracz J., Sankowski T., *Psychologia sportu*, Poznań, AWF, 2000
- Gregg M. J., Hrycaik D., Mactavis J. B. i in., *A mental skills training package for Special Olympic athletes: a preliminary study*, „Adapted Physical Activity Quarterly” 2004, Nr 21
- Hanrahan S. J., *Athletes with disabilities*, [w:] *Handbook of sport psychology*, red. Tenenbaum G., Eklund R. C., Hoboken, New Jersey: John Wiley and Sons, Inc., 2007
- Hanrahan S. J., Grove J. R., Lockwood R. J., *Psychological skills training for the blind athlete: a pilot program*, „Adapted Physical Activity Quarterly” 1990, Nr 7
- Hanrahan S. J., *Psychological skills training for competitive wheelchair and amputee athletes*, „Australian Psychologist” 1995
- Jarvis M., *Psychologia sportu*, Gdańsk, GWP, 2003
- Kłodecka-Różalska J., *O Treningu Mentalnym, dorobku i przyszłych zastosowaniach psychologii w polskim sporcie*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 2006, Nr 4
- Koper M., Tasiemski T., *Miejsce sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych fizycznie*, „Niepełnosprawność – zagadnienia, problemy, rozwiązania” 2013, Nr III
- Kosakowski C., *Węzłowe problemy pedagogiki specjalnej*, Toruń, Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, 2003
- Krawczyński M., Nowicki D., *Zamiast wstępu – o roli psychologii we współczesnym sporcie*, [w:] *Psychologia sportu w treningu dzieci i młodzieży*, red. Krawczyński M., Nowicki D., Warszawa, COS, 2004
- Michalak D., Stańczyk D., Szczepańska Z., Wójcikowska-Wójcik B., *Występowanie dopingu wśród niepełnosprawnych sportowców*, „Medycyna Sportowa” 2007, Nr 4
- Molik B., Zubala T., Słyk K. i in., *Motywacja osób niepełnosprawnych do uprawiania wybranych dyscyplin olimpijskich (koszykówki na wózkach, rugby na wózkach i boccii)*, „Fizjoterapia” 2010, Nr 18

- Orzech J., Sobiecka J., *Sport osób niepełnosprawnych*, Kraków, Wydawnictwo Skryptowe Nr 98, AWF, 1989
- Plinta R., *Sport osób niepełnosprawnych (informacje ogólne)*, [w:] *Kinezyterapia. Ćwiczenia kinezyterapii i metody kinezyterapeutyczne*, red. Zembaty A., Kraków, Kasper, 2003
- Psychologia sportu. Strategie i techniki*, red. Morris T., Summers J., Warszawa, COS, 1998
- Rieder H., *Sport psychology for the handicapped*, „International Journal of Sport Psychology” 1979, Nr 10
- Rutkowska K., *Psychologia sportu – w stronę nauk o kulturze czy nauk humanistycznych*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio J – Paedagogia-Psychologia” 2011
- Rutkowska K., *W biznesie jak w sporcie*, „Personel Plus – HR, szkolenia, rekrutacja” 2008, Nr 14
- Schinke R. J., Hancock D., Dubuc N. i in., *Looking to the Future of Sport Psychology: An Introduction*, „Athletic Insight” 2006, Nr 8  
<http://www.athleticinsight.com/Vol8Iss3/IntroFuture.htm>, [dostęp z dnia: 5.11.2013]
- Sport niepełnosprawnych w Polsce*, Warszawa, PFRON, PZSN Start, 2003
- Wybraniec-Lewicka B., *Współczesny sport osób niepełnosprawnych z perspektywy wartości olimpizmu*, „Kultura Fizyczna” 2004, Nr 1–2
- Wylleman P., Harwood C. G., Elbe A. M. i in., *A perspective on education and professional development in applied sport psychology*, „Psychology of Sport and Exercise” 2009, Nr 10
- Zdebski J., *Współczesne rozumienie funkcji psychologii sportu*, [w:] *Perspektywy poznawcze i praktyczne nauk o kulturze fizycznej*, red. Grabowski H., „Studia i Monografie” 2002, Nr 18
- Żukowska Z., *Wartości sportu mierzone uczestnictwem młodzieży niepełnosprawnej w Igrzyskach Paraolimpijskich*, [w:] *Społeczno-edukacyjne oblicza olimpizmu. Ruch olimpijski i niepełnosprawni sportowcy*, red. Nowocien J., t. I, Warszawa, AWF, 2006