



Σχολή Κοινωνικών Επιστημών του Ελληνικού
Ανοικτού Πανεπιστημίου

Αθλητικές Σπουδές: Κοινωνιολογία, Ανθρωπολογία και
Ιστορία του Αθλητισμού

Διπλωματική Εργασία

Η συμμετοχή ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό και τη
φυσική δραστηριότητα: προκλήσεις, περιθωριοποίηση και
κοινωνικός αποκλεισμός.

Παναγιώτα Τσιάλα

Επιβλέπων καθηγητής: Αθανάσιος Στρίγκας

Πάτρα, Φεβρουάριος, 2023

Η παρούσα εργασία αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία του φοιτητή («συγγραφέας/δημιουργός») που την εκπόνησε. Στο πλαίσιο της πολιτικής ανοικτής πρόσβασης ο συγγραφέας/δημιουργός εκχωρεί στο ΕΑΠ, μη αποκλειστική άδεια χρήσης του δικαιώματος αναπαραγωγής, προσαρμογής, δημόσιου δανεισμού, παρουσίασης στο κοινό και ψηφιακής διάχυσής τους διεθνώς, σε ηλεκτρονική μορφή και σε οποιοδήποτε μέσο, για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς, άνευ ανταλλάγματος και για όλο το χρόνο διάρκειας των δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας. Η ανοικτή πρόσβαση στο πλήρες κείμενο για μελέτη και ανάγνωση δεν σημαίνει καθ' οιονδήποτε τρόπο παραχώρηση δικαιωμάτων διανοητικής ιδιοκτησίας του συγγραφέα/δημιουργού ούτε επιτρέπει την αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, εμπορική χρήση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, «μεταφόρτωση» (downloading), «ανάρτηση» (uploading), μετάφραση, τροποποίηση με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά της εργασίας, χωρίς τη ρητή προηγούμενη έγγραφη συναίνεση του συγγραφέα/δημιουργού. Ο συγγραφέας/δημιουργός διατηρεί το σύνολο των ηθικών και περιουσιακών του δικαιωμάτων.

Η συμμετοχή ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό και τη
φυσική δραστηριότητα: προκλήσεις, περιθωριοποίηση και
κοινωνικός αποκλεισμός

Παναγιώτα Τσιάλα

Επιτροπή Επίβλεψης Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπων Καθηγητής:
Αθανάσιος Στρίγκας

Συν-Επιβλέπουσα Καθηγήτρια
Μιμήνα Πατεράκη

Πάτρα, Φεβρουάριος 2023

«Θα ήθελα καταρχήν να ευχαριστήσω την Επιτροπή Επίβλεψης της διπλωματικής μου εργασίας και πιο συγκεκριμένα τον Επιβλέποντα Καθηγητή μου κύριο Αθανάσιο Στρίγκα για την αμέριστη βοήθεια, στήριξη και γνώση που είχα στην προσπάθεια πραγματοποίησης του παρόντος πονήματος. Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω την Συν- Επιβλέπουσα Καθηγήτρια κυρία Μιμήνα Πατεράκη για τις ιδιαίτερα εποικοδομητικές συζητήσεις και παρατηρήσεις. Θα ήθελα να αφιερώσω τη συγκεκριμένη έρευνα στον Καθηγητή μου κύριο Αθανάσιο Στρίγκα που πίστεψε στην πρωτοτυπία της και τη σπουδαιότητά της από την αρχή, όπως και στον ομοσπονδιακό προπονητή του Παραολυμπιακού αθλήματος Goalball κ.Αντώνη Ανάστο που με έκανε να δω τη ζωή με ``τυφλά μάτια``. Θα ήθελα να ευχαριστήσω την εθνική ομάδα ανδρών Goalball για τη βοήθεια, όλους όσους συμμετείχαν στις συνεντεύξεις όπως επίσης τη διοικήτρια του Κ.Ε.Α.Τ κυρία Σοφία Χαμονικολάου. Το πιο μεγάλο ευχαριστώ θα ήθελα να το δώσω στα παιδιά μου Γιώργο και Θοδωρή για τη τεράστια υπομονή σε αυτή μου την προσπάθεια, τους γονείς μου και στην ``αδερφή`` μου Χρυσάφη.»

Περίληψη

Το αντικείμενο της παρούσας ποιοτικής έρευνας ήταν να διερευνήσει τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις των συμμετεχόντων, ατόμων με οπτικές αναπηρίες, στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα για ζητήματα όπως, η περιθωριοποίηση, ο κοινωνικός αποκλεισμός και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν σε αυτή την ενασχόληση τους.

Η ποιοτική έρευνα έγινε με την χρήση ημιδομημένων συνεντεύξεων (32 ερωτήσεις) σε εννιά άτομα με οπτική αναπηρία (εκ γενετής οπτική αναπηρία όσο και επίκτητη), ενώ τα πέντε από αυτά τα άτομα είναι μέλη της εθνικής ομάδας παραολυμπιακού αθλήματος. Οι συνεντευξιζόμενοι απάντησαν σε εννέα ερευνητικά ερωτήματα ενώ από την θεματική ανάλυση που ακολούθησε προέκυψαν 21 θέματα. Από την έρευνα προέκυψε, ότι η διαβίωση άσκηση των ατόμων με οπτική αναπηρία επηρεάζεται από τις έξεις που υιοθετούν σε μικρή ηλικία. Τα άτομα με οπτική αναπηρία δέχονται επιρροή από το κοινωνικό τους δίκτυο ως προς την συμμετοχή ή μη συμμετοχή τους με τη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Προκύπτει ότι βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους αυτή, λόγω έλλειψης πρόσβασης και προσβασιμότητας των αθλητικών εγκαταστάσεων, από την έλλειψη εξειδικευμένου προσωπικού και την έλλειψη ενημέρωσης τόσο από τα ΜΜΕ όσο και από τους φορείς. Η κοινωνική υποστήριξη που δέχονται ως προς την ενασχόληση τους αυτή είναι από το οικογενειακό τους και το φιλικό τους περιβάλλον. Τέλος γίνονται προτάσεις για μελλοντική έρευνα με βάση τα συμπεράσματα.

Λέξεις – Κλειδιά

Οπτική αναπηρία, αθλητισμός, κοινωνικά δίκτυα, κοινωνικός αποκλεισμός, κοινωνική υποστήριξη, έξη

Sport participation and physical activity for people with vision impairments: challenges, marginalization and social exclusion.

Panagiota Tsiala

Abstract

The purpose of this qualitative research was to explore the experiences and perceptions of the participants, people with visual impairments, in sports and physical activity on issues such as marginalization, social exclusion and the challenges they face in this activity. The qualitative research was done using semi-structured interviews (32 questions) on nine people with visual impairment (congenital vision impairment as well as acquired), five people of which are members of the national Paralympic sports team. The interviewees answered nine research questions, while 21 themes emerged from the thematic analysis that followed. The research showed that the lifelong exercise of visually impaired people is affected by the habits (that which is acquired by constant practice or exercise upon it and which one does not have by birth) they adopt at an early age. Visually impaired people are influenced by their social network regarding their participation or non-participation in physical activity and sports. It appears that they experience social exclusion in terms of their athletic occupation, due to lack of access and accessibility of sports facilities as well as to the lack of specialized staff. The social support they receive regarding their occupation comes from their family and friendly environment. Finally, suggestions are made for future research based on the conclusions.

Keywords

Visual impairment, sports, social networks, social exclusion, social support, Habitus

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	v
Abstract.....	vi
Περιεχόμενα.....	vii
Κατάλογος Εικόνων / Σχημάτων.....	viii
Κατάλογος Πινάκων.....	ix
Συντομογραφίες & Ακρωνύμια.....	x
1.	
Εισαγωγή.....	1
1.1 Ορισμός και διατύπωση του προβλήματος.....	1
1.2 Σκοπός της έρευνας.....	3
1.3 Ερευνητικά ερωτήματα.....	4
1.4 Οριοθετήσεις- Περιορισμοί.....	5
1.5 Ορισμοί όρων.....	5
2.Ανασκόπηση βιβλιογραφίας.....	7
2.1 Αναπηρία όρασης.....	7
2.1.1 Ορισμός τύφλωσης.....	7
2.2 Εικόνα σώματος.....	8
2.3 Κοινωνική ταυτότητα.....	12
2.4 Κοινωνική υποστήριξη.....	14
2.5 Κοινωνικά δίκτυα.....	18
2.5.1 Κοινωνικό κεφάλαιο μέσω του αθλητισμού.....	21
2.5.2 Κοινωνική ένταξη και κοινωνική ενσωμάτωση μέσω του αθλητισμού.....	22
2.5.3 Η Έξη του αθλητισμού ως μέσο κοινωνικής ένταξης και ενσωμάτωσης.....	24
2.6 Κοινωνικός Αποκλεισμός.....	25
2.6.1 Κοινωνικός Πόνος.....	27
2.6.2 Ψυχο-συναισθηματικός πόνος.....	28
2.6.3 Αίτια κοινωνικού αποκλεισμού.....	31
2.7 Ελληνικό Θεσμικό Πλαίσιο.....	32
2.7.1 Το Ελληνικό Θεσμικό Πλαίσιο για την εκπαίδευση ατόμων με αναπηρία.....	33
2.7.2 Σύμβαση του ΟΗΕ για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία.....	35
2.7.3 Κέντρο Εκπαίδευσης και Αποκατάστασης Τυφλών (Κ.Ε.Α.Τ).....	36
3.Μεθοδολογία της Έρευνας.....	40
3.1 Επιλογή της Μεθόδου.....	40
3.2 Προσέλευση των συνεντευξιαζόμενων.....	41
3.3 Διαδικασίες.....	42
3.4 Πρωτόκολλο συνέντευξης.....	42
3.5 Ερευνητικό εργαλείο.....	43
3.6 Συλλογή και επεξεργασία δεδομένων.....	46
3.7 Ανάλυση δεδομένων.....	47
4. Αποτελέσματα Έρευνας.....	49
4.1 Εισαγωγή.....	49
4.2 Δημογραφικά στοιχεία δείγματος.....	49
4.3 Ανάλυση δεδομένων.....	52

4.3.1 Κάθετη ανάλυση.....	52
4.3.2 Οριζόντια ανάλυση.....	78
4.4 Ανάλυση Θεμάτων.....	98
4.4.1 Η έξη στον αθλητισμό.....	99
4.4.2 Έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού.....	101
4.4.3 Αντικειμενική υποστήριξη.....	101
4.4.4 Αντιλαμβανόμενη υποστήριξη.....	103
4.4.5 Κοινωνικό δίκτυο.....	105
4.4.6 Κοινωνικό κεφάλαιο.....	107
4.4.7 Έλλειψη ενημέρωσης.....	109
4.4.8 Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων.....	110
4.4.9 Έλλειψη ελεύθερης επιλογής αθλημάτων.....	112
4.4.10 Αποκλεισμός από προγράμματα άθλησης.....	112
4.4.11 Φόβος τραυματισμού.....	114
4.4.12 Ψυχολογικός αποκλεισμός.....	114
4.4.13 Αποδοχή αναπηρίας.....	115
4.4.14 Πηγή ψυχοσυναισθηματικής καταπίεσης.....	117
4.4.15 Κοινωνικός αποκλεισμός.....	117
4.4.16 Αντιληπτική εικόνα.....	118
4.4.17 Κοινωνική ταυτότητα.....	120
4.4.18 Κοινωνικός πόνος.....	121
4.4.19 Θεσμικό πλαίσιο.....	122
4.4.20 Οικονομικά κίνητρα και προνομία στον αναπηρικό αθλητισμό.....	124
5. Συζήτηση.....	125
5.1 Συμπεράσματα.....	125
5.2 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα	133
Βιβλιογραφία.....	135

Κατάλογος Πινάκων

Πίνακας 1 - Δημογραφικά Χαρακτηριστικά
Πίνακας 2 - Ερωτήσεις Συνέντευξης
Πίνακας 3 - Δημογραφικά Χαρακτηριστικά
Πίνακας 4 - Θέματα ή κατηγορίες της ποιοτικής έρευνας
Πίνακας 5,6 - Η έξη στον αθλητισμό
Πίνακας 7,8 - Έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού
Πίνακας 9,10 - Αντικειμενική υποστήριξη
Πίνακας 11,12 - Αντιλαμβανόμενη υποστήριξη
Πίνακας 13,14 - Κοινωνικά δίκτυα
Πίνακας 15,16 - Κοινωνικό κεφάλαιο
Πίνακας 17,18 - Έλλειψη ενημέρωσης
Πίνακας 19,20 - Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων
Πίνακας 21- Έλλειψη ελεύθερης επιλογής
Πίνακας 22,23 - Αποκλεισμός από προγράμματα άθλησης
Πίνακας 24 - Φόβος τραυματισμού
Πίνακας 25,26 - Ψυχολογικός αποκλεισμός
Πίνακας 27,28 - Αποδοχή αναπηρίας
Πίνακας 29 - Πηγή ψυχό-συναισθηματικής αναπηρίας
Πίνακας 30 - Κοινωνικός αποκλεισμός
Πίνακας 31,32 - Αντιληπτική εικόνα
Πίνακας 33 - Κοινωνική ταυτότητα
Πίνακας 35 - Κοινωνικός πόνος
Πίνακας 36,37 - Θεσμικό πλαίσιο
Πίνακας 38 - Οικονομικά κίνητρα

Συντομογραφίες & Ακρωνύμια

Κ.Ε.Α.Τ	Κέντρο Εκπαίδευσης και Αποκατάστασης Τυφλών
Ο.Η.Ε	Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών
Α.μεΑ.	Άτομα με Αναπηρία
Μ.Μ.Ε	Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης
ΕΕ1	Ερευνητικό ερώτημα 1

1. Εισαγωγή

1.1 Ορισμός και διατύπωση του προβλήματος

Σκοπός της συγκεκριμένης έρευνας είναι να ερευνηθούν εκτεταμένα οι σωματικές εμπειρίες, οι προκλήσεις, η περιθωριοποίηση και ο κοινωνικός αποκλεισμός που βιώνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία ως προς την ενασχόληση τους με τη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό, κάτι που όπως διαπιστώσαμε λείπει από την υπάρχουσα βιβλιογραφία. Παρατηρείται, ότι οποιαδήποτε προσέγγιση έχει γίνει, είναι στο σύνολο των αναπηριών και όχι στα άτομα με οπτική αναπηρία. Αυτό καθιστά την συγκεκριμένη έρευνα πρωτότυπη τόσο σε πανελλήνιο επίπεδο όσο και σε παγκόσμιο.

Οι σωματικές εμπειρίες των ατόμων με οπτική αναπηρία φαίνεται, να επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από τις έξεις που υιοθετούν σε μικρή ηλικία. Ο τρόπος λοιπόν που αντιλαμβάνονται και αξιοποιούν το σώμα τους οι άνθρωποι, είναι αποτέλεσμα των συνηθειών του σώματος, που διαμορφώνουν ένα σύνολο σωματικών τεχνικών, δημιουργώντας έτσι την κοινωνική φύση της έξης (Πουρκός, 2017). Η έννοια της έξης σχετίζεται με τις συνήθειες που αποκτούν, διαμορφώνουν και διαθέτουν τα άτομα ενός κοινωνικού συνόλου από την στιγμή της γέννησης τους, οι οποίες χαρακτηρίζονται από διαφορετικότητα και ποικιλομορφία καθώς επηρεάζονται από τα πρότυπα, την μόδα, την εκπαίδευση αλλά και γενικότερα από τις συνήθειες μίας κοινωνίας (Mauss, 2004). Διαπιστώσαμε ότι δεν υπάρχει καμία έρευνα που να ασχολείται με τις επιδράσεις των έξεων από μικρή ηλικία των ατόμων με οπτική αναπηρία και πως αυτές επιδρούν θετικά ή αρνητικά ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό. Η συγκεκριμένη έρευνα απέδειξε, (αν και το δείγμα ήταν μικρό) ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό είχαν υιοθετήσει την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό από μικρή ηλικία.

Τα άτομα με οπτική αναπηρία περιβάλλονται από ένα κοινωνικό δίκτυο, που φαίνεται να τους επηρεάζει ως προς την συμμετοχή ή μη συμμετοχή τους στις αθλητικές δραστηριότητες. Κατά των Marsden και Cambell (1998) το κοινωνικό δίκτυο είναι το σύνολο των δράσεων από άτομα ή σύνολα ανθρώπων και οι σχέσεις που αναπτύσσουν μεταξύ τους, ώστε αυτές να χαρακτηρίζονται από συσχετισμό δυνάμεων και ισχύος. Σύμφωνα με τον Νικόλαο Χρηστάκη (2010), όπως όλοι οι άνθρωποι έτσι και τα άτομα με οπτική αναπηρία είναι συνδεδεμένα με τεράστια κοινωνικά δίκτυα, όπως αυτά των φίλων,

της οικογένειας, των συναδέλφων, των συμμαθητών κ.ά. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα πολλά στοιχεία που χαρακτηρίζουν την ζωή μας, όπως η ευτυχία, η λύπη, η παχυσαρκία και η θέληση των ατόμων με μειωμένη όραση να πραγματοποιήσουν φυσική δραστηριότητα, μπορούν να διαδοθούν από άτομο σε άτομο, αποδεικνύοντας, ότι μπορεί το κοινωνικό δίκτυο του ατόμου με οπτική αναπηρία να το επηρεάσει στην καθημερινότητα του. Αν και υπάρχει βιβλιογραφία για τα κοινωνικά δίκτυα και πως αυτά επηρεάζουν θετικά ή αρνητικά τους ανθρώπους πάλι διαπιστώνουμε ότι δεν υπάρχει καμία έρευνα για την επιρροή που έχουν τα κοινωνικά δίκτυα των ατόμων με μειωμένη όραση ως προς την ενασχόληση τους στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Η έρευνά μας, μας απέδειξε (αν και το δείγμα είναι μικρό) ότι, στην περίπτωση που το φιλικό περιβάλλον και σε δεύτερο βαθμό το οικογενειακό περιβάλλον ασχολείται με τον αθλητισμό, τότε αυτό επιδρά θετικά ως προς την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία.

Η κοινωνική υποστήριξη είναι μια συναλλακτική, επικοινωνιακή διεργασία που περιλαμβάνει τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, με στόχο τη βελτίωση της αίσθησης του ατόμου αναφορικά με την ικανότητα διαχείρισης του προβλήματος του, της αυτοεκτίμησης, καθώς και της αίσθησης του ανήκειν (Mattson, 2011).

Σε δύο μεγάλες κατηγορίες διαχωρίζεται η κοινωνική υποστήριξη: στην αντικειμενική όπου το άτομο λαμβάνει στην πράξη την υποστήριξη ενώ η δεύτερη κατηγορία κοινωνικής υποστήριξης είναι η αντιλαμβανόμενη ή υποκειμενική υποστήριξη όπου το ίδιο το άτομο αντιλαμβάνεται αν υπάρχει διαθεσιμότητα της υποστήριξης η οποία θα μπορούσε να είναι είτε θετική είτε αρνητική και περιλαμβάνει το τι θεωρεί το ίδιο το άτομο ότι χρειάζεται σε αντίθεση ή σε συμφωνία με την υποστήριξη που τελικά λαμβάνει (Norris & Kaniasty, 1996). Όσο αφορά την κοινωνική υποστήριξη διαπιστώνουμε, ότι υπάρχει έλλειψη βιβλιογραφικής αναφοράς τόσο στα άτομα με οπτική αναπηρία όσο και στην σπουδαιότητα αυτής ως προς την ενασχόληση των ατόμων αυτών με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Η έρευνα, μας απέδειξε ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία υποστηρίζονται έμπρακτα, μόνο από το οικογενειακό και το φιλικό τους περιβάλλον ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό. Επίσης, αντιλαμβάνονται ότι δε δέχονται υποστήριξη από τους καθηγητές φυσικής αγωγής στο σχολείο, από την τοπική κοινωνία, από τα ΜΜΕ και από άλλους φορείς.

Ως κοινωνικό αποκλεισμό ορίζεται «η ιδιόμορφη διεργασία περιθωριοποίησης κοινωνικών ομάδων και ατόμων, που συμβαίνει επειδή καθίσταται εξαιρετικά δυσχερής η πρόσβαση

τους στα κοινωνικά και δημόσια αγαθά» (Τσιάκαλος, 2019). Σύμφωνα λοιπόν με τη βιβλιογραφία, η έννοια του κοινωνικού αποκλεισμού είναι πολυδιάστατη και πέρα από τις οικονομικές διαστάσεις που λαμβάνει συμπεριλαμβάνει τους τεχνολογικούς αποκλεισμούς, τη χαμένη γενιά, την κακή υγεία, την στέρηση πολιτικών και εκπαιδευτικών δικαιωμάτων (Georgiou, Patsantaras & Kamberidou, 2018; Γεώργμας, 2004; Τσιάκαλος, 1999; Μπόνιας, 2019). Οι μαθητές των σχολείων είναι οι πρώτοι που εισπράττουν τον κοινωνικό αποκλεισμό, λόγω της δομής και της διαδικασίας στη σχολική μονάδα. Η σχολική μονάδα όμως μπορεί υπό ορισμένες προϋποθέσεις να συμβάλει στη διαμόρφωση της ανθρώπινης αξιοπρέπειας κυρίως στα άτομα που έχουν περισσότερες πιθανότητες να δεχτούν κοινωνικό αποκλεισμό (Μαυρίδης, 2015). Αυτή η έρευνα συμφωνεί με την υπάρχουσα βιβλιογραφία, ότι δηλαδή ένα άτομο με οπτική αναπηρία βιώνει κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση του με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

Η παρούσα έρευνα χωρίζεται σε πέντε κεφάλαια τα οποία εξυπηρετούν στην καλύτερη κατανόηση και ανάδειξη των προκλήσεων, της περιθωριοποίησης και του κοινωνικού αποκλεισμού που βιώνουν ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα τα άτομα με οπτική αναπηρία. Το πρώτο κεφάλαιο είναι η εισαγωγή. Το δεύτερο κεφάλαιο είναι η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας. Το τρίτο κεφάλαιο περιλαμβάνει την μεθοδολογία της συγκεκριμένης έρευνας. Το τέταρτο κεφάλαιο περιέχει τα αποτελέσματα της έρευνας, ενώ τέλος, το πέμπτο κεφάλαιο περιέχει τα συμπεράσματα που προκύπτουν από τα εννέα ερευνητικά ερωτήματα όπως και προτάσεις για μελλοντική έρευνα.

1.2 Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της συγκεκριμένης έρευνας είναι να ερευνηθούν εκτεταμένα οι σωματικές εμπειρίες, οι προκλήσεις, η περιθωριοποίηση και ο κοινωνικός αποκλεισμός που βιώνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία ως προς την ενασχόληση τους με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό κάτι που όπως διαπιστώσαμε λείπει από την υπάρχουσα βιβλιογραφία. Πιο συγκεκριμένα μας ενδιαφέρει, να μάθουμε, πώς επηρεάζουν οι έξεις που αποκτούν από μικρή ηλικία τα άτομα με οπτική αναπηρία τη συμμετοχή τους στη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό όπως και την επίδραση που έχουν τα κοινωνικά δίκτυα ως προς την ενασχόληση τους αυτή. Πολύ σημαντικό είναι να μάθουμε εάν βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό. Ενώ τέλος μας ενδιαφέρει, να μάθουμε, εάν η υποστήριξη που δέχονται από

το άμεσο κοινωνικό τους περιβάλλον, επιδρά θετικά ή αρνητικά ως προς την ενασχόληση τους με τη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

1.3 Ερευνητικά ερωτήματα

EE1: Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;

EE2: Υποστηρίζει (τρόπος: π.χ. αρνητικά/θετικά) και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/ συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες/ τοπική κοινωνία), την ενασχόληση/ την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;

EE3: Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες η ενασχόληση/η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;

EE4: Η συμμετοχή των Α.μεΑ. σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στη ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;

EE5: Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;

EE6: Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;

EE7: Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;

EE8: Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους /μη ενασχόλησης τους με τον αθλητισμό;

ΕΕ9: Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;

1.4 Οριοθετήσεις και περιορισμοί της έρευνας

Πρώτον, η έρευνα απευθύνεται σε άτομα με οπτική αναπηρία (εκ γενετής/επίκτητη).

Δεύτερον, τα άτομα που συμμετέχουν στην έρευνα είναι ηλικίας από 19-32 ετών, το δείγμα αποτελείται από 9 άτομα εκ των οποίων 6 άνδρες και 3 γυναίκες. Οι 5 είναι αθλητές και οι 4 είναι άτομα που δεν υιοθετούν την φυσική δραστηριότητα στην καθημερινότητα τους.

Τρίτον, η έρευνα διεξήχθη χωρίς χρονικούς περιορισμούς.

1.5 Ορισμοί όρων

Κοινωνική υποστήριξη: Είναι μία συναλλακτική, επικοινωνιακή διεργασία που περιλαμβάνει την λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, με στόχο τη βελτίωση της αίσθησης του ατόμου αναφορικά με την ικανότητα διαχείρισης του προβλήματος του, της αυτοεκτίμησης καθώς και της αίσθησης του ανήκειν (Mattson, 2011).

Κοινωνικό δίκτυο: Είναι όλες οι σχέσεις που αναπτύσσονται σε ένα συγκεκριμένο σύνολο ανθρώπων αλλά και οι σχέσεις ενός ατόμου με τα άτομα που είναι σημαντικά στην καθημερινότητα του (Buysse, 1997).

Κοινωνικό κεφάλαιο: Κοινωνικό κεφάλαιο είναι τα κοινωνικά δίκτυα και οι σχέσεις, επαφές, κοινωνικοί δεσμοί που αναπτύσσονται μεταξύ των ανθρώπων προάγοντας το κοινωνικό όφελος μέσα από κοινές αξίες, κοινούς κώδικες και αντιλήψεις (Καμπερίδου, 2016).

Έξη: Είναι οι συνήθειες που αποκτούν, διαμορφώνουν και διαθέτουν τα άτομα ενός κοινωνικού συνόλου από την στιγμή της γέννησης τους, οι οποίες χαρακτηρίζονται από διαφορετικότητα και ποικιλομορφία καθώς επηρεάζονται από τα πρότυπα, την μόδα, την εκπαίδευση αλλά και γενικότερα από τις συνήθειες μίας κοινωνίας (Mauss, 2004).

Κοινωνικός αποκλεισμός: Είναι η ιδιόμορφη διεργασία περιθωριοποίησης κοινωνικών ομάδων και ατόμων, που συμβαίνει επειδή καθίσταται εξαιρετικά δυσχερής η πρόσβαση τους στα κοινωνικά και δημόσια αγαθά (Τσιάκαλος, 1999).

Κοινωνικός πόνος: Είναι μία συναισθηματική κατάσταση που το αποκλεισμένο άτομο βιώνει λόγω του αποκλεισμού του με έντονα τα συναισθήματα της νοσταλγίας, της δυστυχίας, της θλίψης (MacDonald and Leary, 2005).

Κοινωνική ταυτότητα: Κοινωνική ταυτότητα είναι η αίσθηση του ατόμου για το ποιος είναι με βάση τη συμμετοχή του στην ομάδα του. Η κοινωνική ταυτότητα «αποτελείται από εκείνες τις όψεις της αυτοεικόνας ενός ατόμου που προέρχονται από τις κοινωνικές κατηγορίες στις οποίες το άτομο θεωρεί ότι ανήκει» (Saul McLeod, 2019; Tajfel and Turner, 1979).

Αναπηρική μετανάστευση: Είναι ο έμμεσος εξαναγκασμός σε εσωτερική μετακίνηση ατόμων με αναπηρία λόγω της πολιτικής ανεπάρκειας και των λανθασμένων μορφών πολιτικής επιμόρφωσης. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τα άτομα με αναπηρία να μετακινούνται στα μεγάλα αστικά κέντρα με σκοπό την καλύτερη διαβίωση και την απόκτηση ίσων ευκαιριών (Σύμφωνα με τη συγγραφέα).

2. Ανασκόπηση της Βιβλιογραφίας

2.1 Αναπηρία Όρασης

Η «αναπηρία της όρασης» είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει την απώλεια της όρασης ενός ατόμου, γεγονός που επηρεάζει τις δραστηριότητές στην καθημερινότητά του. Είναι τόσο ευρύς σαν όρος που συμπεριλαμβάνει και τα άτομα με τύφλωση. Υπάρχει ένα μεγάλο φάσμα μεταξύ των ατόμων με πρόβλημα όρασης. Μπορεί, δηλαδή, να έχουν διαγνωστεί με το ίδιο πρόβλημα, αλλά οι οπτικές τους ικανότητες να είναι διαφορετικές. Επειδή η όραση του ατόμου επηρεάζεται από διάφορες συνθήκες και καταστάσεις, ο επίσημος τρόπος μέτρησης είναι η οπτική οξύτητα και τα οπτικά πεδία για να προσδιοριστεί η οπτική αναπηρία και όχι μόνο (Βαϊτσης και συν., 2013).

Η οπτική οξύτητα περιγράφει τη σαφήνεια με την οποία κάποιος βλέπει ένα αντικείμενο. Μετριέται τόσο η κοντινή όσο και η μακρινή όραση. Η κοντινή όραση είναι η ικανότητα του ατόμου να δει μέσα σε απόσταση 16 ιντσών (40.64 εκατοστά), ενώ η μακρινή πέρα από τις 16 ίντσες. Στις Ηνωμένες πολιτείες μετριέται σε πόδια και οι μετρήσεις αναφέρονται όπως 20/20, 20/50, 20/400. Ο πρώτος αριθμός 20 είναι η απόσταση του ατόμου από το διάγραμμα του ιατρού ενώ ο δεύτερος αριθμός 50 είναι η απόσταση όπου ένα άτομο με «τέλεια» ή «κανονική όραση» θα σταθεί ώστε να δει το διάγραμμα. Όσο μεγαλύτερος λοιπόν είναι ο δεύτερος αριθμός τόσο μειώνεται η όραση του στις μακρινές αποστάσεις. Το δε οπτικό πεδίο περιγράφει τί μπορεί να δει το άτομο προς τα πλάγια, πάνω, κάτω χωρίς να κουνάει το κεφάλι. Το οπτικό πεδίο με φυσιολογική όραση είναι περίπου στις 190 μοίρες (Βαϊτσης και συν., 2013).

2.1.1 Ορισμός Τύφλωσης

Ο νομικός ορισμός της τύφλωσης αναπτύχθηκε το 1934 στις Η.Π.Α από μια ομάδα οφθαλμιάτρων, ώστε οι άνθρωποι με τύφλωση να μπορούσαν να επωφεληθούν από τις κυβερνητικές υπηρεσίες. Η American Medical Association έδωσε τον παρακάτω ορισμό: «Τυφλό θεωρείται το άτομο που έχει κεντρική οπτική οξύτητα 20/200 ή λιγότερο, στο

καλύτερο μάτι με διορθωτικά γυαλιά ή διάμετρο του οπτικού πεδίου όχι ευρύτερη από 20 μοίρες στο καλύτερο μάτι και ύστερα από την καλύτερη δυνατή ιατρική παρέμβαση» (Βαΐτσης και συν., 2013). Στην ελληνική νομοθεσία ο νομικός/ ιατρικός ορισμός είναι: «...κατά την έννοια του παρόντος νόμου, τυφλό νοείται παν πρόσωπο, το οποίον στερείται παντελώς και της αντιλήψεως του φωτός ή του οποίου η οπτική οξύτης είναι μικρότερα του 1/20 της φυσιολογικής τοιαύτης» (Ν.958/ ΦΕΚ 191/ τ. Α΄/14-8-1979, άρθρο 1).

Τέλος, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) κατατάσσει τα σοβαρά προβλήματα υγείας σε πέντε επίπεδα. Όταν η οπτική οξύτητα είναι μεταξύ 3/10 και 1/10 (μερικώς βλέπων), τότε το άτομο χαρακτηρίζεται από μέτρια χαμηλή όραση. Στο δεύτερο επίπεδο κατατάσσονται τα άτομα με οπτική οξύτητα μεταξύ 1/10 και 1/20 (σοβαρά χαμηλή όραση). Στο τρίτο επίπεδο κατατάσσονται τα άτομα με οπτική οξύτητα μεταξύ 1/20 και μέτρηση δακτύλων από 1 μέτρο ή 1/30 (βαθιά απώλεια όρασης, τυφλός). Στο τέταρτο επίπεδο η οπτική οξύτητα θα πρέπει να είναι μεταξύ μέτρησης δακτύλων από 1 μέτρο και αντίληψη φωτός (τυφλός) (κεντρική οπτική οξύτητα από 20/500 έως 20/1000 ή οπτικό πεδίο < 10 μοίρες). Στο πέμπτο πεδίο υπάγονται τα άτομα με ολική απώλεια όρασης, δηλαδή δεν καταγράφεται αντίληψη φωτός (Βαΐτσης και συν., 2013).

2.2 Εικόνα Σώματος

Η τύφλωση είναι μία από τις συχνότερες μορφές αναπηρίες. Όμως, μέσα από τη διεθνή βιβλιογραφία, παρατηρείται ότι δεν έχουν ερευνηθεί εκτεταμένα οι σωματικές εμπειρίες, η εικόνα σώματος και η κοινωνική ταυτότητα των ατόμων με οπτική αναπηρία. Σύμφωνα με το άρθρο των Λίνας Κούτρας και συν.(2018), τα άτομα με οπτική αναπηρία δε δέχονται την διαφορετική μεταχείριση και βασίζονται στις αισθήσεις τους μόνο για την καθημερινή επιβίωση. Αξίζει να σημειωθεί ότι η αναγνώριση του περιβάλλοντος που συμμετέχουν γίνεται μέσα από τις σωματικές δραστηριότητες και εμπειρίες που αποκτούν, καθώς η εξωτερική εμφάνιση για τα άτομα αυτά αποτελεί βασικό στοιχείο της εικόνας του εαυτού τους. Τα άτομα με οπτική αναπηρία παρουσιάζουν μια θετική εικόνα του σώματος τους και δεν έχουν αισθήματα αβεβαιότητας και δυσaréσκειας γι' αυτό (Κούτρα και συν., 2018).

Στην έρευνα των Hon Keung Yuen και Carolyn Hanson (2009) τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχε σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ αναπηρίας και άσκησης με προσανατολισμό στην υγεία. Η άσκηση επιδρούσε θετικά στη αξιολόγηση της εμφάνισης των ατόμων με

αναπηρία. Τα άτομα που είχαν φυσική δραστηριότητα αξιολογούσαν καλύτερα την εμφάνισή τους και την υγεία τους, σε αντίθεση με τους ομολογούς τους που δεν είχαν ενεργή κινητικότητα.

Η υποκειμενική εικόνα που έχουν οι άνθρωποι ανεξάρτητα από το πώς είναι στην πραγματικότητα ονομάζεται εικόνα σώματος (Schilder, 2013). Η έννοια αυτή είναι πολυδιάστατη καθώς συμπεριλαμβάνει τα συναισθήματα των ανθρώπων που αφορούν τον τρόπο με τον οποίο σκέπτονται, βιώνουν αλλά και ενεργούν προς το σώμα τους (Cash and Pruzinsky, 2002). Αυτός μπορεί άλλοτε να έχει θετικό και άλλοτε αρνητικό πρόσημο επηρεάζοντας έτσι την ψυχοκοινωνική τους ευεξία, την ποιότητα ζωής τους και την επιλογή στο να συμμετέχουν ή όχι στον αθλητισμό και στην φυσική δραστηριότητα (Cash and Smolak, 2011). Υπάρχουν τέσσερις διαστάσεις της εικόνας σώματος: η αντιληπτική, η συναισθηματική, η γνωστική και η συμπεριφορική. Η αντιληπτική εικόνα επικεντρώνεται στην υποκειμενική εντύπωση του ατόμου με μειωμένη όραση για το σώμα του, ασχέτως αν είναι έτσι στην πραγματικότητα. Η συναισθηματική εικόνα έχει να κάνει με τα συναισθήματα που προκύπτουν από την ψηλάφηση του σώματος του ατόμου με μειωμένη όραση, καθώς δεν μπορεί να δει τον εαυτό του στον καθρέφτη. Εάν είναι δηλαδή ικανοποιημένος με το σύνολο της εικόνας του. Η γνωστική εικόνα έχει σχέση με τις πεποιθήσεις που έχει το άτομο με μειωμένη όραση γύρω από το σώμα του (π.χ. ενασχόληση με την άσκηση, τη διατροφή κ.λπ.) (Cash and Green, 1986). Τέλος η συμπεριφορική εικόνα έχει να κάνει με τις συμπεριφορές που υιοθετούν τα άτομα με οπτική αναπηρία στην καθημερινότητα τους οι οποίες σχετίζονται με την αντίληψη που έχουν για το σώμα τους (π.χ. αποφυγή συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες σε περιπτώσεις που θεωρούν ότι δε διαθέτουν το «κατάλληλο» σώμα) (Stice, Nemeroff, and Shaw, 1996). Οι περισσότεροι άνθρωποι εμφανίζουν μια ήπια έως μέτρια απαρésκεια για το σώμα τους, καθώς γίνεται μια εσωτερική πάλη ανάμεσα στον αντιλαμβανόμενο και τον ιδανικό εαυτό (Garner, Garfinkel, Rockert and Olmsted, 1987). Οι προκαταλήψεις και η περιθωριοποίηση των ατόμων με μειωμένη όραση, αλλά και γενικότερα όλων των ανθρώπων - ανεξάρτητα με το αν έχουν κάποιο είδος αναπηρίας είτε όχι, - όταν το σώμα τους δεν εμπίπτει στα πρότυπα των δυτικών κοινωνιών, είναι σύνηθες φαινόμενο (Grogan, 1999). Σημείο των καιρών και αποτέλεσμα της κοινωνικοοικονομικής πίεσης και προτύπων που προβαλλουν τα μέσα μαζικής ενημέρωσης είναι η δυσαρésκεια της εικόνας του σώματος (Morrison, Kalin and Morrison, 2004), με αποτέλεσμα την ανάδυση διάφορων ψυχοκοινωνικών συνεπειών όπως

οι διατροφικές διαταραχές, το κοινωνικό άγχος, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, η μειωμένη σεξουαλική λειτουργία, η μειωμένη ποιότητα ζωής, η απομόνωση κ.ά. (Cash, Morrow, Hrabosky and Perry, 2004).

Τα άτομα με μειωμένη όραση «είναι απόλυτα ικανά να σχηματίζουν σταθερά και συνεπή σχήματα (του περιβάλλοντος)» (Gold 1980, p.89). Όμως σύμφωνα με την υπάρχουσα βιβλιογραφία παρατηρείται πως τα άτομα με μειωμένη όραση και άλλες αναπηρίες δυσκολεύονται να διατηρήσουν και να αναπτύξουν τη θετική εικόνα του σώματος τους, καθώς πολλές φορές κάποιο αισθητικό «ελάττωμα», όπως κάποια δυσμορφία του προσώπου προκαλεί αρνητικά αποτελέσματα στη φυσική ελκυστικότητα (Sheppard, Eiser and Kingston, 2005). Τα άτομα που είναι τυφλά και έχουν σοβαρό επίπεδο τύφλωσης αναπτύσσουν το αίσθημα της αβεβαιότητας καθώς δεν μπορούν να λάβουν πληροφορίες από τον καθρέφτη ή να συγκρίνουν την εικόνα σώματος τους με αυτή των ανθρώπων γύρω τους (Wolffe, 2000). Η σωματική άσκηση είναι ο σημαντικότερος τρόπος ώστε τα άτομα με μειωμένη όραση να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση και επιβεβαίωση. Η σωματική άσκηση βοηθάει στην επίγνωση του σώματος κάνοντας τα άτομα με μειωμένη όραση να έχουν θετική εντύπωση για την εικόνα του σώματος τους (Bullington and Karsson, 1997).

Σύμφωνα με την έρευνα που πραγματοποίησε η Nili Kaplan-Myrth (2010), τα άτομα με μειωμένη όραση παρότι ασχολούνται με την εμφάνιση τους και την διατροφή τους δεν δίνουν βαρύτητα στις σωματικές εμπειρίες τους. Επίσης στην έρευνα των Baker, Sivyer, Towell (1998) αποδείχθηκε ότι οι εκ γενετής τυφλές γυναίκες δεν εξέφραζαν δυσαρέσκεια με το σώμα τους και επιδείκνυαν πιο υγιείς διατροφικές συνήθειες, σε αντίθεση με τις γυναίκες που τυφλώθηκαν κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Στην έρευνα των Ashikali και Dittmar (2010) τα αποτελέσματα ήταν παρόμοια, καθώς οι γυναίκες που ήταν εκ γενετής τυφλές ήταν ικανοποιημένες από την εικόνα σώματος τους ενώ έκαναν λιγότερο δίαιτα, σε αντίθεση με τις γυναίκες που είχαν μειωμένη όραση ή έχασαν την όραση τους κατά την διάρκεια της ζωής τους. Ίσως τα παραπάνω ευρήματα εξηγούνται από το γεγονός ότι τα άτομα που έχουν μειωμένη όραση και τα άτομα που έχασαν την όραση τους κατά την διάρκεια της ζωής τους έχουν εικόνα του ιδανικού σώματος από τα πρότυπα των μέσω ενημέρωσης (Ashikali and Dittmar, 2010).

Το κοινωνικό μοντέλο της αναπηρίας «αμφισβητεί την παραδοσιακή άποψη της αναπηρίας ως ιατρικής τραγωδίας και την αντικαθιστά με την άποψη της αναπηρίας ως κοινωνικής

καταπίεσης... με το επιχείρημα ότι η αναπηρία είναι κοινωνικά κατασκευασμένη και όχι βιολογικά καθορισμένη» (Shakespeare, Gillespie-Sells, and Davies, 1996, p. 3).

Το κοινωνικό μοντέλο της αναπηρίας συμπεραίνει ότι τα άτομα με πανομοιότυπες σωματικές αναπηρίες είναι πιθανό να διαφέρουν ως προς τα συναισθήματα και τις στάσεις τους απέναντι στο σώμα τους λόγω κοινωνικών παραγόντων, όπως η εκπαίδευση, η κοινωνική υποστήριξη και οι πραγματικές και αντιληπτές κοινωνικές στάσεις. Οι εμπειρίες του ατόμου από τον κοινωνικό κόσμο, οι κοινωνικές στάσεις στις οποίες έχει εκτεθεί διαμορφώνουν την εικόνα σώματος των ατόμων με αναπηρία (Taleporos and McCade, 2002).

Ο Goffman έγραψε: «Ενώ ο ξένος είναι παρών μπροστά μας, μπορεί να προκύψουν στοιχεία ότι έχει μια ιδιότητα που τον κάνει να διαφέρει από εμάς... λιγότερο επιθυμητού είδους... Μειώνεται έτσι στο μυαλό μας από ένα ολόκληρο και συνηθισμένο άτομο σε ένα μολυσμένο, με έκπτωση» (Goffman, 1963, p. 12)

Μια από τις πρώτες αξιοσημείωτες ψυχοκοινωνικές αναλύσεις σε σχέση με την σωματική εικόνα είναι η ανάλυση του Goffman (1963, p.12) γύρω από την έννοια του στίγματος που την όρισε ως «μια ιδιότητα που είναι βαθιά απαξιωτική». Διέκρινε τρία είδη στίγματος. Το πρώτο είδος είναι τα σημεία του σώματος που προκαλούν αποστροφή και μέσα σε αυτή την κατηγορία εντάσσονται οι σωματικές αναπηρίες ή παραμορφώσεις. Το δεύτερο είδος είναι οι ατομικές ατέλειες του χαρακτήρα, όπως οι ψυχικές διαταραχές. Τέλος το φυλετικό στίγμα είναι εκείνο στο οποίο συμπεριλαμβάνονται θρησκευτικές, φυλετικές και πολιτιστικές μειονότητες (Goffman, 1963).

Σύμφωνα λοιπόν με τη θεωρία του στίγματος, όταν ένα άτομο με σωματική αναπηρία συναντά ένα ξένο άτομο χωρίς κάποια αναπηρία, τότε το ξένο άτομο αντιλαμβάνεται την σωματική αναπηρία και δίνει πολλές αποδόσεις με βάση το χαρακτηριστικό. Οι αποδόσεις αυτές ίσως αφορούν την ανικανότητα του ατόμου, τη σεξουαλικότητα, την ευφυία ότι είναι αποδέκτης επιδομάτων κ.ά.. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα η αναπηρία να συσκοτίζει όλα τα άλλα προσωπικά χαρακτηριστικά, δεξιότητες και ικανότητες (Dovey and Graffam, 1994; Lawrence, 1991; Stone, 1995).

Σύμφωνα με τον Smith (1984), η εικόνα σώματος επηρεάζεται από το περιβάλλον και τις κοινωνικές συμπεριφορές με τις οποίες έρχονται σε επαφή τα άτομα με αναπηρία κατά τη διάρκεια της ζωής τους, με πιο κρίσιμα τα παιδικά και πρώιμα εφηβικά χρόνια των ατόμων.

Η αποδοχή της αναπηρίας από το περιβάλλον του ατόμου οδηγεί στην αποδοχή του εαυτού του, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται σε αυτό θετικά συναισθήματα και η επιθυμία να παραμείνει δραστήριο και όχι κοινωνικά αποκλεισμένο (Taleporos and McCade, 2002).

Σύμφωνα με τον Wendell (1996), για τους μη ανάπηρους τα άτομα με μειωμένη όραση, αναπηρίες και ανίατες ασθένειες συμβολίζουν την ευαλωτότητα, την αδυναμία, την ατέλεια και γίνονται οι «άλλοι», με αποτέλεσμα την αποσύνδεση τους από την υπόλοιπη κοινωνία.

Ζούμε σε έναν κόσμο που έχει εμμονή με τις όμορφες εικόνες σώματος, με το να είναι τα άτομα εξαιρετικά ελκυστικά, εξυπηρετικά, γεμάτα υλικές επιτυχίες, αθλητικές επιτυχίες, πνευματικά επιτεύγματα. Δυστυχώς οτιδήποτε διαφορετικό περιθωριοποιείται, απομονώνεται και θεωρείται υποδεέστερο.

2.3 Κοινωνική Ταυτότητα

Ο κόσμος χωρίστηκε σε «αυτούς» και «εμείς», σε «ανάπηρους» και «μη ανάπηρους» μέσω της διαδικασίας της κοινωνικής κατηγοριοποίησης, κατατάσσοντας δηλαδή τους ανθρώπους σε κοινωνικές ομάδες. Οι ομάδες αυτές μας δίνουν την αίσθηση «του ανήκειν» σε μια ομάδα, στον κοινωνικό κόσμο.

Σύμφωνα με τους Tajfel και Turner (1979), κοινωνική ταυτότητα είναι η αίσθηση του ατόμου για το ποιος είναι με βάση τη συμμετοχή του στην ομάδα του. Η κοινωνική ταυτότητα «αποτελείται από εκείνες τις όψεις της αυτοεικόνας ενός ατόμου που προέρχονται από τις κοινωνικές κατηγορίες στις οποίες το άτομο θεωρεί ότι ανήκει» (Saul McLeod, 2019; Tajfel and Turner, 1979).

Υπάρχουν τρία στάδια στη θεωρία της κοινωνικής ταυτότητας:

(α) Η Κατηγοριοποίηση (Social Categorization): Κατηγοριοποιούμε τα αντικείμενα για να τα κατανοήσουμε και να τα αναγνωρίσουμε. Με τον ίδιο τρόπο κατηγοριοποιούμε και τους ανθρώπους προκειμένου να κατανοήσουμε το κοινωνικό περιβάλλον. Τέτοιες κοινωνικές κατηγορίες είναι οι μαύροι, οι λευκοί, οι Χριστιανοί, οι Μουσουλμάνοι, οι ανάπηροι, οι μη ανάπηροι. Μέσα από την κατηγοριοποίηση μπορούμε να καταλάβουμε διάφορα πράγματα για τους ανθρώπους και πολλές φορές η συμπεριφορά είναι ανάλογη της κατηγορίας που ανήκει ένα άτομο είτε από το ίδιο το άτομο είτε από το άτομο που είναι απέναντι του.

(β) Η Κοινωνική Ταύτιση (Social Identification): Τα άτομα ταυτίζουν τον εαυτό τους με την ταυτότητα της ομάδας που υιοθετούν. Αν τα άτομα που έχουν μειωμένη όραση κατηγοριοποιούν τον εαυτό τους στα άτομα με αναπηρία, το πιο πιθανό είναι να υιοθετήσουν και την ταυτότητα του ανάπηρου ατόμου (ανικανότητα για συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις κ.ά.).

(γ) Η Κοινωνική Σύγκριση (Social Comparison): Αφού έχουν προηγηθεί τα άλλα δύο στάδια, δηλαδή το άτομο αναγνωρίζει τον εαυτό του ως μέλος μιας ομάδας και έχει ταυτιστεί με αυτή, τείνει να συγκρίνει την ομάδα που ανήκει με μία άλλη ομάδα. Αν θέλει να διατηρήσει την αυτοεκτίμηση του, το άτομο θα πρέπει να συγκρίνει την ομάδα που ανήκει ευνοϊκότερα σε σχέση με άλλες ομάδες (Saul McLeod, 2019). Όμως τίθεται το ερώτημα ποιες είναι οι πληροφορίες και οι εμπειρίες που αποκτούν τα άτομα με μειωμένη όραση που δεν ασχολούνται με την άσκηση κατά την καθημερινή αλληλεπίδραση με άλλους ώστε η ταυτότητα του «Εγώ» να αλλάξει και να συμμετέχουν εν τέλει στην φυσική δραστηριότητα.

Σύμφωνα με τη θεωρία του Erickson, στον οποίο πιστώνεται η εισαγωγή της έννοιας της *ταυτότητας του εγώ* και της *ομαδικής ταυτότητας*, η ταυτότητα του εγώ είναι η συνειδητή αίσθηση του εαυτού η οποία επηρεάζεται, διαμορφώνεται και αναπτύσσεται μέσω της κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Υποστηρίζει ότι η ταυτότητα του εγώ έχει μεγαλύτερη σημασία από την ομαδική ταυτότητα, καθώς μεταλλάσσεται από τις νέες εμπειρίες και πληροφορίες που δημιουργούνται από τις καθημερινές αλληλεπιδράσεις με άλλα άτομα (Laplanche and Pontalis, 1995). Επιπρόσθετα, ο Erickson πιστεύει ότι το κάθε άτομο ενδιαφέρεται να γίνει ικανό στον τομέα της ζωής του προκαλώντας ένα αίσθημα κυριαρχίας (mastery). Αν αυτή η διαδικασία δεν ρυθμίζεται σωστά κατά την διαμόρφωση της ταυτότητας του «εγώ», τότε το άτομο νιώθει ανεπαρκές. Έτσι και τα άτομα με μειωμένη όραση, αν δεν νιώθουν κυρίαρχα στην ζωή τους, αναπτύσσουν αισθήματα ανεπάρκειας και ανικανότητας ώστε να ασχοληθούν με τον αθλητισμό (Laplanche and Pontalis, 1995).

Σύμφωνα δε με τους Goffman και Giddins, η κοινωνική ταυτότητα και η ταυτότητα της αναπηρίας έχει τρεις «τάξεις». Η πρώτη είναι η προσωπική τάξη, που προκύπτει από την αντιληπτική ικανότητα των ατόμων για τον ανθρώπινο κόσμο σε συνάρτηση με την οποιαδήποτε σκέψη μπορεί να παράγει ο νους. Η δεύτερη τάξη έχει να κάνει με την αλληλεπίδραση των ατόμων σε μια κοινωνία και τις σχέσεις που προκύπτουν μεταξύ τους, ενώ, τέλος, η τρίτη τάξη είναι η ιδρυματική τάξη όπου τα άτομα μιας κοινωνίας δρουν με

συγκεκριμένους και προκαθορισμένους τρόπους. Αν και τα άτομα χαρακτηρίζονται από μοναδικότητα, η ατομικότητα επηρεάζεται από τον χρόνο και τον χώρο, είναι δηλαδή κοινωνικά κατασκευασμένη και επηρεάζεται από την κοινωνικοποίηση του ατόμου και τις σχέσεις που συνάπτει το άτομο κατά την διάρκεια της ζωής του ορίζοντας έτσι τον εαυτό τους και τους γύρω τους. Οι πρωτογενείς ταυτότητες (φύλλο, συγγένεια, εθνικότητα) είναι αυτές που χαρακτηρίζονται από μια σταθερότητα και είναι λιγότερο επιρρεπείς στις αλλαγές (Jenkins, 2004) .

Η κοινωνία είναι υπεύθυνη για τις κατηγοριοποιήσεις ανάλογα με τα χαρακτηριστικά. Δυστυχώς, οι κατηγοριοποιήσεις σε αυτό που θεωρούμε πιο συνηθισμένο, πιο κανονικό και πιο πιθανόν να συναντήσουμε έχουν ως αποτέλεσμα τις διακρίσεις, τον ρατσισμό και τον αποκλεισμό.

Σύμφωνα με τον Goffman (2006), κοινωνικό περιβάλλον είναι αυτό που εγκαθιστά τις κατηγορίες των ατόμων. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, όταν οι άνθρωποι βλέπουν ένα άτομο τυφλό το οποίο είναι εκτός των κανονικοποιητικών προσδοκιών τους, να αποδίδουν χαρακτηρισμούς και να το κατηγοριοποιούν σε συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα. Η κατηγορία και τα χαρακτηριστικά που του δίνονται, του προσδίδουν και την κοινωνική του ταυτότητα.

2.4 Κοινωνική Υποστήριξη

Η διαχείριση των ατόμων με εκ γενετής ή επίκτητη οπτική αναπηρία είναι μία πρόκληση για όλους όσους βρίσκονται στον κοινωνικό περίγυρο των ατόμων αυτών, καθώς φαίνεται να επηρεάζονται τόσο σε ψυχολογικό όσο και κοινωνικό επίπεδο. Η κοινωνική υποστήριξη, σύμφωνα με την διεθνή βιβλιογραφία, φαίνεται να επηρεάζει θετικά την ψυχική και σωματική τους υγεία. Πολλές έρευνες έχουν δείξει ότι η κοινωνική υποστήριξη βοηθάει στην υιοθέτηση ενδεδειγμένων συμπεριφορών υγείας κάτι που επιτυγχάνεται με την συμμετοχή στις αθλητικές δραστηριότητες και έχει ως αποτέλεσμα την μείωση του άγχους, την αυτοφροντίδα, την αυτοδιαχείριση και την καλύτερη ποιότητα ζωής (Ποντισίδης και Μπελλάλη, 2015).

Μέσα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας θα περιγραφεί η έννοια και οι μορφές της κοινωνικής υποστήριξης, και θα διερευνηθεί κατά πόσο έχει θετική ή αρνητική επίδραση, τόσο για τα ίδια τα άτομα με οπτικές αναπηρίες όσο και για τις οικογένειες τους.

Όπως γράφουν στο άρθρο τους ο Γεώργιος Ποντισίδης και η Θάλεια Μπελλάλη (2015), «οι χρόνιες νόσοι/ασθενείς περιλαμβάνουν τα μεταδοτικά νοσήματα (π.χ. HIV, φυματίωση), τα μη μεταδιδόμενα νοσήματα (π.χ. σακχαρώδης διαβήτης αναπνευστικές δυσχέρειες), μακροχρόνιες ψυχικές διαταραχές (π.χ. κατάθλιψη, σχιζοφρένεια), καθώς και τις προοδευτικές φυσικές - δομικές βλάβες (π.χ. τύφλωση, γενετικές διαταραχές)» (2015, σελ. 7). Σύμφωνα λοιπόν με τα παραπάνω, τα άτομα που έχουν επίκτητη ή εκ γενετής οπτική αναπηρία αντιμετωπίζονται όπως τα άτομα με τις χρόνιες νόσους και επηρεάζονται από το βαθμό κοινωνικής υποστήριξης που λαμβάνουν.

Ως χρόνια νόσος ορίζεται η κατάσταση της υγείας στην οποία τα συμπτώματα διαρκούν πάνω από 3 μήνες, είναι πολυπαραγοντικά, χωρίς να έχει οριστεί θεραπεία και απαιτούν μία συνεχή διαχείριση. Στην Ιατρική χρησιμοποιούνται εναλλακτικά τόσο ο όρος *χρόνια νόσος* (chronic disease), που αφορά διαταραχή σε οργανικό επίπεδο, και ο όρος *χρόνια ασθένεια* (chronic sickness) που αφορά το κοινωνικό επίπεδο, δηλαδή διαταράσσει τις κοινωνικές και επαγγελματικές δραστηριότητες του ατόμου που χαρακτηρίζεται ως ασθενής. Επίσης άλλος ένας όρος που χρησιμοποιείται είναι η *χρόνια αρρώστια* (chronic illness), η οποία αφορά το λειτουργικό επίπεδο του ασθενή και την υποκειμενική βιώμενη εμπειρία του ατόμου, σύμφωνα με την οποία νιώθει σωματική εξάντληση, κόπωση, πόνους και δυσλειτουργία. Σύμφωνα με τα παραπάνω, το άτομο που βιώνει μόνιμες διαταραχές σε οργανικό επίπεδο νιώθει μειονεκτικά (impairment), σε κοινωνικό επίπεδο βρίσκεται σε κατάσταση αναπηρίας (handicap), ενώ, τέλος, σε λειτουργικό επίπεδο χαρακτηρίζεται η κατάσταση του από ανικανότητα (disability) (Ποντισίδης και Μπελλάλη, 2015).

Τα χρόνια νοσήματα έχει αποδειχτεί ότι επηρεάζουν το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον των πασχόντων και την κοινωνία γενικότερα, πέρα από τις επιπτώσεις που οι ίδιοι οι πάσχοντες αντιμετωπίζουν. Έτσι η κοινωνική υποστήριξη (social support) προκαλεί το ενδιαφέρον πολλών επιστημονικών κλάδων, όπως η κοινωνιολογία, η ψυχολογία, η ιατρική, η δημόσια υγεία και η κοινωνική εργασία, καθώς οι διάφορες μορφές της, και κυρίως η συναισθηματική, βοηθούν σωματικά και ψυχικά τους πάσχοντες από χρόνιο νόσημα (Uchino, 2009).

Σύμφωνα με τον Mattson (2011), η κοινωνική υποστήριξη ορίζεται ως «μια συναλλακτική, επικοινωνιακή διεργασία που περιλαμβάνει την λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, με στόχο τη βελτίωση της αίσθησης του ατόμου αναφορικά με την ικανότητα διαχείρισης του προβλήματος του, της αυτοεκτίμησης καθώς και της *αίσθησης του ανήκειν*». Η εν λόγω

κοινωνική υποστήριξη διαχωρίζεται σε δύο μεγάλες κατηγορίες: στην αντικειμενική, όπου το άτομο λαμβάνει στη πράξη την υποστήριξη, και στην αντιλαμβανόμενη ή υποκειμενική υποστήριξη, στην οποία το ίδιο το άτομο αντιλαμβάνεται αν υπάρχει διαθεσιμότητα της υποστήριξης. Αυτή μπορεί να είναι είτε θετική είτε αρνητική και περιλαμβάνει το τι θεωρεί το ίδιο το άτομο ότι χρειάζεται σε αντίθεση ή σε συμφωνία με την υποστήριξη που τελικά λαμβάνει (Norris and Kaniasty, 1996).

Άλλες μορφές κοινωνικής υποστήριξης, σύμφωνα με τους Shaefer et al. (1981), είναι η *συναισθηματική υποστήριξη* (emotional support), που αφορά τη στήριξη που παρέχεται ώστε τα άτομα με μειωμένη όραση να καλύψουν τις συναισθηματικές τους ανάγκες, καθώς επίσης η *υποστήριξη σε επίπεδο εκτίμησης* (esteem support), η οποία αφορά όλες εκείνες τις ενέργειες όπου το άτομο με οπτική αναπηρία θα ενισχύσει την αυτοπεποίθηση του και την αυτοεκτίμηση του, ώστε να διαχειριστεί τις πιθανόν δύσκολες καταστάσεις που βιώνει. Ένας ακόμη τύπος κοινωνικής υποστήριξης κατά τους Schaefer et al. (1981) είναι η *υποστήριξη από το κοινωνικό δίκτυο* (network support), δηλαδή κατά πόσο οι σημαντικοί άλλοι είναι διαθέσιμοι ώστε να στηρίζουν με διάφορους τρόπους τα άτομα με οπτική αναπηρία. Επίσης, η *υποστήριξη σε επίπεδο πληροφόρησης* από τους σημαντικούς άλλους των ατόμων αυτών βοηθάει στην ενημέρωση, ώστε τα άτομα αυτά να λάβουν σημαντικές αποφάσεις που αφορούν τη θεραπεία, τους τρόπους μετακίνησης κλπ. Τέλος, αναφέρεται η *έμπρακτη στήριξη*, δηλαδή η βοήθεια που παρέχεται σε πρακτικά ζητήματα, όπως η μετακίνηση, η αυτοφροντίδα, η ανεξαρτησία κτλ. (Krokavcova et al., 2008; Sanderson, 2013; Schaefer et al., 1981).

Άλλες μορφές κοινωνικής υποστήριξης είναι η *λειτουργική υποστήριξη* και η *δομική υποστήριξη*. Στη λειτουργική υποστήριξη (functional support) το κοινωνικό δίκτυο υποστηρίζει και ενισχύει το άτομο με οπτική αναπηρία και περιλαμβάνει τη συναισθηματική υποστήριξη, την οικονομική υποστήριξη, την υποστήριξη σε πληροφοριακό επίπεδο, την υποστήριξη σε επίπεδο έκφρασης και εκτίμησης μίας κατάστασης, καθώς τέλος και την ερμηνεία ενός στρεσογόνου γεγονότος (Papadatou, 1999). Η δε δομική υποστήριξη ή αλλιώς κοινωνική ενσωμάτωση (social integration) αναφέρεται στο κοινωνικό δίκτυο του ατόμου με οπτική αναπηρία και στην αλληλεπίδραση του με αυτό. Σημαντικό ρόλο παίζει ο αριθμός των μελών που υποστηρίζουν το άτομο αυτό, η συχνότητα επαφής με το δίκτυο αυτό και η οικογενειακή του κατάσταση, αφού και η

πιθανή συζυγική υποστήριξη και συντροφικότητα έχει αποδειχθεί ότι μειώνουν το στρες και αυξάνουν τα θετικά συναισθήματα (Willis 1991).

Η ποσοτική και η ποιοτική υποστήριξη είναι ακόμη δύο διαστάσεις της κοινωνικής υποστήριξης. Η ποσοτική αφορά τον αριθμό των πηγών από τις οποίες το άτομο δέχεται την κοινωνική υποστήριξη όπως οι φίλοι, η οικογένεια, ο/η σύντροφος, οι συνάδελφοι κτλ. Η ποιοτική υποστήριξη διαχωρίζεται σε τρία είδη κοινωνικής υποστήριξης: (α) τη συναισθηματική υποστήριξη, όπου το άτομο με μειωμένη όραση αντιλαμβάνεται το ενδιαφέρον από τα άλλα άτομα να το βοηθήσουν, να απαλύνουν το πρόβλημα του; (β) την πληροφορική υποστήριξη, η οποία αναφέρεται στην παροχή υπηρεσιών και στην καθοδήγηση του ατόμου με οπτική αναπηρία; και (γ) τη πρακτική υποστήριξη, η οποία περιλαμβάνει την παροχή βοήθειας σε πρακτικές δουλειές, την εκγύμναση του ατόμου και την παροχή αγαθών (Καλιαμπός, 2012).

Το άρθρο του Καλιαμπού (2012) υποστηρίζει ότι πολύ σημαντικό στην αναζήτηση της υποστήριξης είναι αν το ίδιο το άτομο κάνει κατανοητό στους άλλους ότι χρειάζεται βοήθεια για να πραγματοποιήσει τη φυσική του δραστηριότητα και αν τελικά, όταν στραφεί στους άλλους, θα έχει την ανταπόκριση στο βαθμό που το ίδιο τη χρειάζεται.

Τέλος, αξίζει να αναφερθούμε στην μη ορατή υποστήριξη, όπου τα άτομα με οπτική αναπηρία λαμβάνουν υποστήριξη χωρίς να το συνειδητοποιούν, κάτι που θεωρείται πολύ εποικοδομητικό σε σχέση με τις άλλες μορφές υποστήριξης (Bolger, 2000; Bolger and Amarel, 2007).

Πολλές φορές τα άτομα με μειωμένη όραση, όσο και το οικείο περιβάλλον τους, αρνούνται να παραδεχτούν ότι βιώνουν μια προβληματική κατάσταση και έτσι δεν αντιλαμβάνονται την κοινωνική υποστήριξη θεωρώντας ότι δεν χρειάζονται βοήθεια (Καλιαμπός, 2012).

Σύμφωνα λοιπόν με τα παραπάνω, γίνεται αντιληπτό ότι υπάρχουν πολλές μορφές κοινωνικής υποστήριξης που βοηθούν τα άτομα με οπτική αναπηρία να υιοθετούν έναν πιο υγιεινό τρόπο συμπεριφοράς, να μειώνουν την κατάθλιψη και να αναπτύσσουν το αίσθημα της αυτοφροντίδας. Παρόλο που οι επιστήμονες διαφωνούν με τον ορισμό της κοινωνικής υποστήριξης, καθώς είναι ένας πολυδιάστατος ορισμός, ωστόσο συμφωνούν ότι η κοινωνική υποστήριξη αναφέρεται στις κοινωνικές συναλλαγές μεταξύ του δότη και του λήπτη κατά τις καθημερινές συναναστροφές (Sarason and Pierce, 1990). Είναι φανερό ότι οι διαπροσωπικές σχέσεις και οι κοινωνικοί δεσμοί με ανθρώπους που υποστηρίζουν το

άτομο με οπτική αναπηρία συμβάλλουν ώστε το άτομο αυτό να προσαρμόζεται σε δύσκολες καταστάσεις, να αποζητά υγιεινούς τρόπους ζωής, όπως η γυμναστική, και να διατηρεί την ψυχική του υγεία.

2.5 Κοινωνικά Δίκτυα

Για να υπάρχει, όμως, κοινωνική υποστήριξη στα άτομα με μειωμένη όραση, θα πρέπει να υποστηρίζονται από ένα μεγάλο κοινωνικό δίκτυο. Η έννοια του κοινωνικού δικτύου έχει οριστεί τόσο από τον κλάδο της Κοινωνιολογίας όσο και από τον κλάδο της Ψυχολογίας, ενώ χρησιμοποιείται εδώ και έναν αιώνα ώστε να αναλύσει τις σχέσεις μεταξύ των μελών των κοινωνικών συστημάτων τόσο σε διαπροσωπικό αλλά και σε διεθνές επίπεδο. Κατά των Marsden και Cambell (1998) το κοινωνικό δίκτυο είναι το σύνολο των δράσεων από άτομα ή σύνολα ανθρώπων και οι σχέσεις που αναπτύσσουν μεταξύ τους ώστε αυτές να χαρακτηρίζονται από συσχετισμό δυνάμεων και ισχύος. Ο συγκεκριμένος ορισμός του κοινωνικού δικτύου αφορά τον κλάδο της Κοινωνιολογίας. Ο κλάδος της Ψυχολογίας ορίζει τα κοινωνικά δίκτυα ως το σύνολο των σχέσεων που συνδέουν τα άτομα μεταξύ τους και τα οφέλη που προκύπτουν λόγω των σχέσεων αυτών στα κοινωνικά δίκτυα. Τα οφέλη που προκύπτουν από την αλληλεπίδραση της σχέσης αυτής μέσα στα κοινωνικά δίκτυα είναι η διατήρηση της ταυτότητας των ατόμων με μειωμένη όραση, δηλαδή η διατήρηση των πεποιθήσεων τους, της προσωπικότητάς τους, της εικόνας του εαυτού τους. Η συναισθηματική υποστήριξη, η υλική ενίσχυση και η συμμετοχή σε υπηρεσίες και δραστηριότητες, όπως η φυσική άσκηση, είναι μερικά από τα οφέλη που προκύπτουν από την αλληλεπίδραση των σχέσεων των ατόμων σε ένα κοινωνικό δίκτυο (Γιαννοπούλου Βασιλική, 2016).

Πολύ σημαντικό ρόλο παίζει η ανάλυση των κοινωνικών δικτύων καθώς μελετούν είτε καθολικά δίκτυα, όπου οι δεσμοί χαρακτηρίζονται από καθορισμένες σχέσεις σε έναν πληθυσμό και αναλύουν τη σύνθεση ενός μεγάλου δικτύου είτε μελετούν τα εγωκεντρικά δίκτυα, δηλαδή τις σχέσεις και τους δεσμούς που αναπτύσσουν οι κοινότητες των ατόμων με μειωμένη όραση (Cauce et al, 1994; Jansen & Van den Wittenboer, 1992; Wellman & Berkowitz, 1988).

Σύμφωνα, λοιπόν, με τα παραπάνω τα κοινωνικά δίκτυα αναφέρονται σε όλες τις σχέσεις που αναπτύσσονται σε ένα συγκεκριμένο σύνολο ανθρώπων, αλλά και τις σχέσεις ενός ατόμου με τα άτομα που είναι σημαντικά στην καθημερινότητά του (Buysse, 1997).

Τέλος, τα δίκτυα διακρίνονται σε δομικά και λειτουργικά. Ένα δομικό δίκτυο χαρακτηρίζεται από το μέγεθος του, δηλαδή το πόσο μεγάλο ή μικρό είναι σε αριθμό μελών, τη σύνθεση του, δηλαδή την αλληλεπίδραση που υπάρχει μεταξύ των ατόμων που ανήκουν στο κοινωνικό δίκτυο, όπως ο αριθμός από συγγενείς ή μη συγγενείς, την προσβασιμότητα του, τη διάρκεια των σχέσεων μεταξύ των μελών του και τέλος την πυκνότητα του. Τα λειτουργικά δίκτυα παρέχουν πληροφορίες για την κοινωνική στήριξη, την αμοιβαιότητα, καθώς και την ικανοποίηση από τη στήριξη, η οποία επηρεάζεται τόσο από το μέγεθος του κοινωνικού δικτύου και τη σύνθεση του όσο και από το μέγεθος της κοινωνικής στήριξης (Cauce, Mason, Gonzales, Hiraga, and Liu, 1994).

Σύμφωνα με τον Χρηστάκη (2010), τα άτομα με οπτική αναπηρία, όπως όλοι οι άνθρωποι, είναι συνδεδεμένα με πολλά και διαφορετικά κοινωνικά δίκτυα, όπως αυτά της οικογένειας, των φίλων, των συμμαθητών, των συναδέλφων, κ.ά. Πολλά από τα στοιχεία που χαρακτηρίζουν την ζωή μας, όπως η ευτυχία, η λύπη αλλά και η θέληση των ατόμων με οπτική αναπηρία να εμπλακούν σε φυσική δραστηριότητα, μπορούν να διαδοθούν από άτομο σε άτομο, αποδεικνύοντας έτσι ότι το κοινωνικό δίκτυο ενός ατόμου με οπτική αναπηρία μπορεί να επηρεάσει την καθημερινότητά του. Συνεπώς, αν ένα άτομο με οπτική αναπηρία έχει στον άμεσο κοινωνικό του περίγυρο (φίλοι και οικογένεια) άτομα που δεν ασχολούνται με την φυσική δραστηριότητα, το πιο πιθανό είναι ότι και αυτό δε θα ασχοληθεί με την φυσική δραστηριότητα. Η υιοθέτηση, λοιπόν, της φυσικής δραστηριότητας από τους φίλους και την οικογένεια του ατόμου με οπτική αναπηρία αυξάνει δραματικά τις πιθανότητες για ένα άτομο με οπτική αναπηρία να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Πολύ σημαντικά, επίσης, είναι και τα πρότυπα που μεταδίδονται από άνθρωπο σε άνθρωπο: για να καταφέρουμε να πείσουμε τα άτομα με οπτική αναπηρία να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, θα πρέπει να τα φέρουμε σε επαφή με άτομα που ασχολούνται με τη φυσική δραστηριότητα. Το ίδιο ίσως θα πρέπει να γίνει και με τις οικογένειες των ατόμων με οπτική αναπηρία, ώστε και αυτοί με τη σειρά τους να γίνουν πρότυπα για τα ίδια τα ανάπηρα άτομα (Χρηστάκης, 2010)

Τα κοινωνικά δίκτυα παρατηρούνται στην κοινωνία, την τεχνολογία, την γλώσσα, καθώς και σε όλες τις εκφάνσεις της ζωής. Η μετάδοση χρημάτων, γνώσης, ευτυχίας, υγιεινού

τρόπου ζωής, γυμναστικής μπορεί θεωρητικά να πραγματοποιηθεί σε απόσταση έξι βαθμίδων. Σύμφωνα με την θεωρία αυτή, όλοι μας απέχουμε από οποιοδήποτε άλλο άτομο στον πλανήτη μόλις έξι άτομα (βαθμίδες). Στον πρώτο βαθμό είναι οι φίλοι μας, στον δεύτερο βαθμό είναι οι φίλοι των φίλων μας και στον τρίτο βαθμό οι φίλοι των φίλων τους. Έτσι όλοι μας είμαστε συνδεδεμένοι και επηρεαζόμαστε συναισθηματικά και συμπεριφορικά. Προκύπτει επομένως το συμπέρασμα ότι οι πράξεις μας μπορούν να επηρεάσουν θετικά ή αρνητικά έναν μεγάλο αριθμό ατόμων. Η λύση, ώστε τα άτομα με οπτική αναπηρία να ασχοληθούν με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα, ίσως είναι να αποκτήσουν ένα κοινωνικό δίκτυο που επιλέγει τη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό ως ενασχόληση επιλογής τους.

Ένα άλλο βασικό στοιχείο της ανθρώπινης συμπεριφοράς, αλλά και βασικός τρόπος επικοινωνίας για τα άτομα με μειωμένη όραση, είναι η επικοινωνία. Ένας τρόπος επικοινωνίας και συλλογής πληροφοριών είναι η χρήση των ψηφιακών κοινωνικών δικτύων (social networks) και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (social media) που εξαπλώνεται με αυξανόμενους ρυθμούς στη σημερινή παγκοσμιοποιημένη κοινωνία. Άνθρωποι από όλον τον κόσμο μπορούν να επικοινωνήσουν να ανταλλάσσουν μηνύματα, να μοιράζονται γνώσεις και να αλληλοεπιδρούν μεταξύ τους. Τα άτομα δείχνουν να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενσωματωθούν στην κοινωνία, αλλά και να διατηρούν σχέσεις με τα κοινωνικά τους δίκτυα (Sawyer, 2012).

Σύμφωνα με τον Maslow (1954), οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να συνδεθούν με άλλους ανθρώπους και να εκπληρώσουν την επιθυμία της αίσθησης του «ανήκειν» μέσω της υποστήριξης από τις σχέσεις με τους άλλους. Αφού διασφαλίζουν το αίσθημα της ασφάλειας, προσπαθούν να βρουν πού ανήκουν (Sawyer, 2012). Έτσι και τα άτομα με οπτική αναπηρία χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να αποκτήσουν γνώσεις, να επικοινωνήσουν τόσο με άλλα άτομα που έχουν πρόβλημα όρασης όσο και με ανθρώπους χωρίς πρόβλημα όρασης. Τέλος, κοινωνικοποιούνται ενώ επηρεάζονται θετικά ή αρνητικά από τις επιλογές των άλλων ανθρώπων. Ένας λόγος που τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι τόσο δημοφιλή είναι ότι επιτρέπουν στους ανθρώπους να εξατομικεύουν τον τρόπο που βιώνουν και αλληλοεπιδρούν με τον ιστό.

2.5.1 Κοινωνικό Κεφάλαιο μέσω του Αθλητισμού

Ως κοινωνικό κεφάλαιο ορίζεται «μία σειρά σκέψεων γύρω από τους κανόνες και τα κοινωνικά δίκτυα, τις αξίες και τους πόρους που προκύπτουν από τα δύο αυτά συνιστώντας ουσιαστικά προϊόν, κοινωνικών διαπραγματεύσεων δεσμών και σχέσεων» (Cheong, Edwards, Goulbourne and Solomos, 2007, σ. 25).

Σύμφωνα με τον Schuller (2000), οι ρίζες της έννοιας του κοινωνικού κεφαλαίου βρίσκονται στις εθελοντικές ενώσεις του Alexis Tocqueville (1835), στα κοινωνικά δίκτυα της Elizabeth Bott (1957), στην εμπιστοσύνη του Jurgen Habermas (1984), στον κοινοτισμό του Etzioni (1996) και στην αυτό-αποτελεσματικότητα του Albert Bandura (1977). Παρά την πλούσια πνευματική κληρονομιά, η έννοια του κοινωνικού κεφαλαίου παραμένει ευμετάβλητη (Peter Bates and Fabian Davis, 2004).

Το κοινωνικό κεφάλαιο μπορεί να επιτευχθεί είτε ατομικά είτε συλλογικά. Τόσο η ανάπτυξη των προσωπικών δικτύων όσο και η ανάπτυξη των κοινωνικών προτύπων μπορούν να επιδράσουν θετικά στο σύνολο της κοινωνίας και να βοηθήσουν στην κοινωνική ένταξη των ατόμων με μειωμένη όραση και όχι μόνο. Τέλος, το κοινωνικό κεφάλαιο επηρεάζεται από τις συνδέσεις των ατόμων με οπτική αναπηρία με τα δίκτυα τους που χαρακτηρίζονται από μια κοινή ταυτότητα, όπως η οικογένεια, οι φίλοι, οι «σημαντικοί άλλοι» και δημιουργούν ομαδοποιήσεις που ξεπερνούν «τα έθνη, το φύλο, την κάστα, την τάξη, τον πλούτο, τη θρησκεία, την καταγωγή ή άλλα χαρακτηριστικά που διακρίνουν τις κοινωνικές ομάδες μεταξύ τους» (Narayan, 1999, σελ. 7).

Κοινωνικό κεφάλαιο είναι τα κοινωνικά δίκτυα και οι σχέσεις, επαφές, κοινωνικοί δεσμοί που αναπτύσσονται μεταξύ των ανθρώπων προάγοντας το κοινωνικό όφελος μέσα από κοινές αξίες, κοινούς κώδικες και αντιλήψεις. Ο αθλητισμός, σύμφωνα με την Καμπερίδου (2016), προωθεί την κοινωνική ενσωμάτωση για τα άτομα με αναπηρία. Η χρήση του αθλητισμού εξυπηρετεί την εξάλειψη των κοινωνικών διακρίσεων, της ξενοφοβίας, του ρατσισμού, την αντιμετώπιση των συγκρούσεων, την κοινωνική ένταξη, κ.ά. Όσο λοιπόν είναι ανεπτυγμένο και ισχυρότερο το κοινωνικό κεφάλαιο του αθλητισμού τόσο περισσότερο διευκολύνεται η κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων με μειωμένη όραση (Καμπερίδου 2016).

Κατά τον Putman το κοινωνικό κεφάλαιο ορίζεται ως τα «χαρακτηριστικά της κοινωνικής οργάνωσης όπως τα δίκτυα, οι κανόνες και η κοινωνική εμπιστοσύνη που διευκολύνουν τον συντονισμό και τη συνεργασία για αμοιβαίο όφελος» (Putman, 1995, σ.67)

Ο Putnam (2000) αποκαλεί τα κτίρια, τις εγκαταστάσεις και τον εξοπλισμό ως φυσικό κεφάλαιο. Οι άνθρωποι, οι δεξιότητες, οι γνώσεις και η εμπειρία ορίζονται ως ανθρώπινο κεφάλαιο ενώ τα κοινωνικά δίκτυα, η εμπιστοσύνη και η αμοιβαιότητα ως κοινωνικό κεφάλαιο. Χαρακτηριστική είναι η έκφραση του Άγγλου πρωθυπουργού Τόνι Μπλερ ότι «στο μέλλον πρέπει να επενδύσουμε στο κοινωνικό κεφάλαιο όπως συνήθως επενδύουμε σε δεξιότητες και κτίρια» (Corrigan & Miller, 1999).

2.5.2 Κοινωνική ένταξη και κοινωνική ενσωμάτωση μέσω του αθλητισμού

Ο όρος *κοινωνική ένταξη* είναι και αυτός ένας όρος ρευστός. Για τα άτομα με οπτική αναπηρία και γενικότερα για τα άτομα με αναπηρία, κοινωνική ένταξη σημαίνει η διασφάλιση ότι τα άτομα αυτά θα έχουν πλήρη και δίκαιη πρόσβαση σε δραστηριότητες (όπως ο αθλητισμός), σε κοινωνικούς ρόλους και στην ανάπτυξη σχέσεων με πολίτες χωρίς κάποιο είδος αναπηρίας. Η έννοια της κοινωνικής ένταξης έχει χρησιμοποιηθεί για να αγκαλιάσει την φτώχεια, την ανεργία, την κακή πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη, την αξιοπρεπή στέγαση κ.ά. (Peter Bates and Fabian Davis, 2004).

Η κοινωνική ένταξη περιλαμβάνει ένα σύνολο αποφάσεων και διαδικασιών που εφαρμόζονται από το σύνολο μιας κοινωνίας ώστε τα άτομα να συμμετέχουν σε ένα κοινωνικό σύνολο ή ένα κοινωνικό σύστημα (Δημουλάς και Παπαδοπούλου, 2004). Η κοινωνικοποίηση των ατόμων με οπτική αναπηρία μέσα στο σύνολο είναι το μέσο για να επιτευχθεί η κοινωνική ένταξη, συνάπτοντας σχέσεις και με άτομα χωρίς κάποια αναπηρία δίνοντάς τους ένα ρόλο μέσα στο κοινωνικό σύνολο (Παπαδοπούλου, 2011). Σημαντικό ρόλο, λοιπόν, στην κοινωνική ένταξη των ατόμων με οπτική αναπηρία και κατ' επέκταση για τα άτομα με αναπηρία διαδραματίζουν οι μηχανισμοί που έχει το κράτος, η οικογένεια, το σχολείο, ο αθλητισμός, οι εργασιακοί χώροι, οι «σημαντικοί άλλοι», διαμορφώνοντας έτσι συνήθειες και συμπεριφορές που τους εντάσσουν στο κοινωνικό σύνολο.

Η κοινωνική ενσωμάτωση αφορά τις σχέσεις που αναπτύσσουν τα άτομα με ή χωρίς αναπηρία με την κοινωνία και επηρεάζονται από τις κοινωνικές συνθήκες, αλλά και τις πολιτικές που εφαρμόζονται στην κοινωνία. Η κοινωνική ενσωμάτωση σε αντίθεση με την

κοινωνική ένταξη, είναι μια μακροχρόνια διαδικασία, καθώς οι κοινωνικοί δεσμοί και οι κοινωνικές σχέσεις του ατόμου με το κοινωνικό σύνολο διαμορφώνονται με βάση τον σεβασμό, την αλληλεγγύη και την αέναη επαφή με την ίδια την κοινωνία, ώστε να κατανοήσει και να αποδεχτεί τις κοινωνικές συνθήκες με απώτερο σκοπό την υγιή διαβίωσή του (Παπαδοπούλου, 2011).

Σύμφωνα με την έκδοση της Λευκής Βίβλου για τον Αθλητισμό (2007) από την Ευρωπαϊκή Ένωση, ο αθλητισμός αναδεικνύεται ως μέσο προβολής της κοινωνικής ανάπτυξης, αφού «...συμβάλλει σημαντικά στην οικονομική και κοινωνική συνοχή και στις πιο ολοκληρωμένες κοινωνίες» (Ευρωπαϊκή Επιτροπή 2007, σ. 7).

Ο αθλητισμός προωθεί την κοινωνική ένταξη και την κοινωνική ενσωμάτωση για άτομα που είναι περιθωριοποιημένα, όπως τα άτομα με μειωμένη όραση. Ο αθλητισμός, λοιπόν, μπορεί να βοηθήσει ώστε να επιλυθούν κοινωνικές διακρίσεις και κοινωνικά ζητήματα που απασχολούν τις σύγχρονες κοινωνίες (Ekholm, 2019; Sraaij, 2012). Επιπροσθέτως ο αθλητισμός σε συνδυασμό με πολιτικές κοινωνικής ένταξης και κοινωνικής ενσωμάτωσης βοηθάει στην κοινωνική ευημερία και την κοινωνική πρόοδο. Έχει, ωστόσο, αποδειχθεί ότι από μόνος του δεν μπορεί να επιφέρει τα επιθυμητά αποτελέσματα παρόλο που στηρίζεται στην κοινωνικοποίηση και στην ομαδικότητα (Sraaij, 2012).

Αν και πολλές φορές ο αθλητισμός, λόγω της φύσης του, δύναται να εμφανίσει στοιχεία διακρίσεων και αποκλεισμού, ο στόχος των εθνικών αθλητικών στρατηγικών όπως και των κοινωνικών υπηρεσιών θα πρέπει να είναι η συμμετοχή όλων των πολιτών σε αθλητικές δραστηριότητες, ώστε να ενισχυθεί η συνύπαρξη, η συναναστροφή και η αλληλεγγύη των ατόμων με αναπηρία με άτομα χωρίς κάποιου είδους αναπηρία όπως και αντίστροφα (Lagergren and Fundbeerg, 2009).

2.5.3 Η Έξη του αθλητισμού ως μέσο κοινωνικής ένταξης και ενσωμάτωσης

Δύο βασικές έννοιες που αποτελούν παράγοντες ενίσχυσης της κοινωνικής ένταξης και ενσωμάτωσης μέσω του αθλητισμού είναι η έξη και το κοινωνικό πεδίο (Bourdieu, 1994; Mauss, 2004; Λελεδάκης, 2006; Πουρκός, 2017). Η έννοια της έξης σχετίζεται με τις συνήθειες που αποκτούν, διαμορφώνουν και διαθέτουν τα άτομα ενός κοινωνικού συνόλου από τη στιγμή της γέννησής τους, οι οποίες χαρακτηρίζονται από διαφορετικότητα και ποικιλομορφία, καθώς επηρεάζονται από τα πρότυπα, τη μόδα, την εκπαίδευση αλλά και

γενικότερα από τις συνήθειες μίας κοινωνίας (Mauss, 2004). Ο τρόπος, λοιπόν, που αντιλαμβάνονται και αξιοποιούν το σώμα τους οι άνθρωποι είναι αποτέλεσμα των συνηθειών του σώματος που διαμορφώνουν ένα σύνολο σωματικών τεχνικών, δημιουργώντας έτσι την κοινωνική φύση της έξης (Πουρκός, 2017). Η έξη, δηλαδή η ιστορία που έγινε σώμα είναι βασικός παράγοντας της κοινωνικοποίησης, αφού μέσα από τους κανόνες που διαμορφώνονται στο ασυνείδητο, πράττουν τα άτομα σε ένα κοινωνικό σύνολο. Οι έξεις, λοιπόν, που ενσωματώνονται στα άτομα με οπτική αναπηρία μέσω του σώματος αλλά και της κοινωνικής τους θέσης είναι αποτέλεσμα εμπειριών και συνηθειών που διαμορφώθηκαν κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Ο Bourdieu δεν ήθελε να αποκαλύψει ότι οι πράξεις των ατόμων είναι προκαθορισμένες, αλλά το πόσο οι πράξεις των ατόμων, οι αντιλήψεις, οι σκέψεις, η επιλογή να γυμναστούν κ.ά είναι αποτέλεσμα επιδράσεων από το συγκεκριμένο κοινωνικό πλαίσιο. Άρα, μέσα από το κοινωνικό πλαίσιο αναδεικνύονται οι δυνατότητες και οι αδυναμίες των ατόμων (Λελεδάκης, 2006). Στην περίπτωση λοιπόν των ατόμων με οπτική αναπηρία που δεν επιλέγουν τη γυμναστική θα μπορούσαμε να πούμε ότι οι έξεις που αποκτούν από τη βρεφική τους ηλικία δεν συμπεριλαμβάνει την γυμναστική όπως και τα ερεθίσματα που δέχονται από το κοινωνικό πλαίσιο δεν είναι η υιοθέτηση του υγιεινού τρόπου ζωής. Τα άτομα αυτά ακολουθούν μια προκαθορισμένη ρουτίνα χωρίς συνειδητή γνώση σε μια κοινωνία που έχει επιλέξει τον τρόπο δράσης τους. Το κοινωνικό πλαίσιο τους επιβάλλει έναν συγκεκριμένο τρόπο δράσης επειδή οι ίδιοι δεν γνωρίζουν το Habitus. Το Habitus/ έξη είναι ένα «σύστημα προδιαθέσεων», «γενεσιουργές και οργανωτικές αρχές των πρακτικών και των αναπαραστάσεων» (Bourdieu, 2006 σ. 94). Μέσα από την ευρύτητα του έργου του Bourdieu αναδεικνύεται η αναζήτηση των μηχανισμών αναπαραγωγής της κοινωνίας (και των ανισοτήτων της) μέσω της κοινωνικής κατασκευής των ατόμων και της δράσης τους.

2.6 Κοινωνικός Αποκλεισμός

«Η δύναμη βρίσκεται στις διαφορές, όχι στις ομοιότητες» όπως πολύ ορθά αναφέρει ο Stephen Covey (2012), ο οποίος ήταν Αμερικανός συγγραφέας αυτοβοήθειας

Ο κοινωνικός αποκλεισμός αναδύεται στο επιστημονικό πεδίο των κοινωνικών επιστήμων στα τέλη του 20^{ου} αιώνα και στις αρχές του 21^{ου} αιώνα και συνδέεται με την περίοδο της

παγκοσμιοποίησης, την κατάρρευση της Σοβιετικής Ένωσης και το τέλος του Ψυχρού πολέμου (Γεώργιας, 2006).

Η έννοια του αποκλεισμού διαμορφώθηκε και συσχετίστηκε μέσα από διάφορες μορφές περιθωριοποίησης και στέρησης της συμμετοχής συγκεκριμένων κοινωνικών ομάδων, όπως των ατόμων με οπτική αναπηρία, από τους θεσμοθετημένους τρόπους ζωής που είναι κοινές για όλα τα μέλη της κοινωνίας. Η περιθωριοποίηση και ο αποκλεισμός ταυτίστηκαν τη δεκαετία του 1980 με τους όρους φτώχεια, ανεργία, ρατσισμός, διακρίσεις κ.ά. Πολλές φορές ο κοινωνικός αποκλεισμός χρησιμοποιείται για να καλύψει άλλα φαινόμενα όπως αυτά που αναφέρει στο άρθρο του ο Γ. Βότσης στη εφημερίδα Ελευθεροτυπία (13 Ιανουαρίου 1997): «Προβλήματα γνωστά και δυσεπίλυτα, που καλύπτονται από το μοντέρνο όρο ‘κοινωνικός αποκλεισμός’ – επινοηθέντα εσχάτως και χρησιμοποιημένα ευρύτατα, αφ’ ότου οι στρατιές των πεινασμένων της Ανατολής γκρέμισαν σύνορα και τείχη απαγορεύσεων για να στεγάσουν την απελπισία τους στο γηγενές κοινωνικό περιθώριο, κάτω από τον παραδείσιο ήλιο της Δύσης: φτώχεια, πείνα και ανεργία· εξαθλιωμένα γκέτο δουλεμπόριο· εξαναγκασμός σε πορνεία· άγρια εκμετάλλευση της εργατικής τους δύναμης· παντελής έλλειψη ασφάλισης και κοινωνικής πρόνοιας· διώξεις, κατατρεγμός, ταπεινώσεις, εξευτελισμός και βεβαίως, εγκληματικότητα- καθότι φυτώριο της ανέκαθεν η παρανομία και η αδικία κάκιστος σύμβουλος η πείνα και η απελπισία... Προβλήματα στοιχειώδους προσαρμογής σε μια κοινωνία ξένη και τόσο εχθρική, όσο προτρέπεται να βλέπει τους εξαθλιωμένους φυγάδες σαν επίβουλους άρπαγες, αλλόφυλους και αλλόδοξους, φοβερή απειλή για την τάξη και ασφάλεια, την ιδιοκτησία και την ευημερία, τα χρηστά ήθη και την κοινωνική συνοχή» (Τσιάκαλος, 1999).

Στην ελληνική κοινωνία ο σκληρός αγώνας των τυφλών πραγματοποιείται κατά τη διετία 1976-1977 με την εξέγερση 15.000 τυφλών σε μία κοινωνία που μέχρι τότε είχε στοιχεία εκμετάλλευσης από το ίδιο το κράτος και από τα φιλανθρωπικά κυκλώματα. Σύμμαχος σε αυτή την προσπάθεια είναι η Χατζημιχάλη-Παπαλιού που με το ντοκιμαντέρ της αποτυπώνει τον παλμό της εξέγερσης και βοηθάει να γίνουν ευρύτερα γνωστά τα αιτήματα του κινήματος σε όλο τον κόσμο. Η προβολή του ντοκιμαντέρ σε όλον τον κόσμο συγκεντρώνει χιλιάδες υπογραφές συμπαραστάσης από μεγάλες προσωπικότητες, όπως ο Ζαν –Πολ Σαρτ, Σιμόν ντε Μπουβουάρ, Κώστας Γαβράς, Ιβ Μοντάν, Σιμόν Σινιορέ, Μίκης Θεοδωράκης, Μισελ Φουκώ και Ρέι Τσαρλς.

Χαρακτηριστικά είναι τα λόγια των ατόμων με οπτική αναπηρία κατά τη διάρκεια του ντοκιμαντέρ για τον τρόπο αντιμετώπισής τους από την ελληνική κοινωνία και τους φορείς, «επιτέλους ήρθε η ώρα να διεκδικήσουμε τα καταπατημένα και απαράδεκτα εκμεταλλευόμενα δικαιώματά μας», «κάνουν οι υπεύθυνοι κάθε τι, χρησιμοποιούνε κάθε μέσο για να μας εκθέσουν. π.χ. μας τρέχουν σε επαιτεία...», «απόψε ζητάμε το δίκιο μας», «λάβε θέση υπουργέ, μέτρα νομοθετικά και όχι φιλανθρωπικά» (Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης, χ.χ.).

Ο κοινωνικός αποκλεισμός είναι αποτέλεσμα του νεοφιλελεύθερου μοντέλου και της συνεχούς απορρύθμισης των κοινωνικών κατακτήσεων λόγω της παρεμπόδισης να απορροφηθούν δημόσια και κοινωνικά αγαθά στις συγκεκριμένες λειτουργίες του νεοφιλελεύθερου καπιταλιστικού συστήματος. Οι μαθητές των σχολείων είναι οι πρώτοι που εισπράττουν τον κοινωνικό αποκλεισμό λόγω της δομής και της διαδικασίας στη σχολική μονάδα. Η σχολική μονάδα μπορεί υπό ορισμένες προϋποθέσεις να συμβάλει στην διαμόρφωση της ανθρώπινης αξιοπρέπειας κυρίως στα άτομα που έχουν περισσότερες πιθανότητες να δεχτούν κοινωνικό αποκλεισμό (Μαυρίδης, 2005).

Σύμφωνα με τον Τσιάκαλο (1999), ο κοινωνικός αποκλεισμός ορίζεται ως «η ιδιόμορφη διεργασία περιθωριοποίησης κοινωνικών ομάδων και ατόμων, που συμβαίνει επειδή καθίσταται εξαιρετικά δυσχερής η πρόσβαση τους στα κοινωνικά και δημόσια αγαθά.» Σύμφωνα λοιπόν με τη βιβλιογραφία, η έννοια του κοινωνικού αποκλεισμού είναι πολυδιάστατη και πέρα από τις οικονομικές διαστάσεις που συμπεριλαμβάνει τους τεχνολογικούς αποκλεισμούς, τη χαμένη γενιά, την κακή υγεία, την στέρηση πολιτικών και εκπαιδευτικών δικαιωμάτων (Georgiou, Patsantaras and Kamberidou, 2018; Γεώργας, 2004; Μπόνιας, 2019; Τσιάκαλος, 1999). Τέλος, ένα από τα χαρακτηριστικά του κοινωνικού αποκλεισμού είναι η αδυναμία πρόσβασης σε αθλητικούς χώρους, διάφορες υπηρεσίες, συγκοινωνίες και πιστωτικές υπηρεσίες (Barry, 2002; Γεώργας, 2004; Μπόνιας, 2019).

Κοινωνικός αποκλεισμός και ανισότητες είναι δυο έννοιες αλληλένδετες και εμφανίζονται στις δυτικές κοινωνίες. Ο κοινωνικός αποκλεισμός ξεκινάει με την κοινωνικοποίηση του ατόμου και συνδέεται με το σώμα, την υγεία και τις αναπηρίες του ατόμου. Το άτομο όντας ένα ενεργό μέλος της κοινωνίας και ένα δρών υποκείμενο αναπτύσσει σχέσεις με τους

«σημαντικούς άλλους», την οικογένεια του, τους φίλους του, τους συμμαθητές του, τους συναθλητές του, με την Εκκλησία, κ.ά. (Μπόνιας, 2019; Παπαδοπούλου, 2012).

2.6.1 Κοινωνικός Πόνος

Ιδιαίτερο επιστημονικό ενδιαφέρον παρατηρείται για τον κοινωνικό πόνο. Ο κοινωνικός πόνος είναι αποτέλεσμα του κοινωνικού αποκλεισμού. Πέρα από το φυσικό πόνο που νιώθει ένα άτομο και εκδηλώνεται με σημάδια στο σώμα, τραυματισμούς κ.ά, ένα άτομο μπορεί να νιώσει τον κοινωνικό πόνο που εκδηλώνεται με αντικοινωνική συμπεριφορά. Στην προκειμένη περίπτωση των ατόμων με οπτική αναπηρία γίνεται αντιληπτός με τη μη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες. Ο κοινωνικός αποκλεισμός εμποδίζει στο άτομο τόσο φυσικό πόνο όσο και κοινωνικό πόνο. Ο κοινωνικός αποκλεισμός όσο και ο φυσικός πόνος είναι ταυτόσημοι όροι και προξενεί ανασφάλεια στο άτομο που βιώνει τον αποκλεισμό, στεναχώρια, δυσάρεστα συναισθήματα που κάποιες φορές δεν γίνεται αντιληπτό από τους «σημαντικούς άλλους» (MacDonald and Leary, 2005). Ο κοινωνικός πόνος είναι μία συναισθηματική κατάσταση που το αποκλεισμένο άτομο βιώνει, λόγω του αποκλεισμού του, με έντονα τα συναισθήματα της νοσταλγίας, της δυστυχίας, της θλίψης (MacDonald and Leary, 2005). Ο κοινωνικός πόνος σύμφωνα με τον Leary περιλαμβάνει επώδυνα συναισθήματα που προκαλούνται από άλλα άτομα, όπως το να νιώθει κάποιος απόρριψη, μόνος, υποτιμημένος, εγκαταλειμμένος ή αποσυνδεδεμένος από τις δραστηριότητες μιας κοινωνίας (Cassata, 2021). Το κίνητρο για τη διατήρηση των κοινωνικών σχέσεων είναι τόσο ισχυρό, ώστε τα άτομα που βιώνουν τον κοινωνικό αποκλεισμό να αντιμετωπίζουν τόσο φυσικό πόνο όσο και κοινωνικό πόνο. Τα άτομα που βιώνουν χρόνιο κοινωνικό αλλά και σωματικό πόνο χαρακτηρίζονται από ευαλωτότητα (Sturgeon and Zautra, 2015).

2.6.2 Ψυχο-συναισθηματικός Αποκλεισμός

Η έννοια της ψυχο-συναισθηματικής αναπηρίας εισήχθη για πρώτη φορά από την Carol Thomas στο βιβλίο της *Female Forms*. Η αναπηρία μπορεί να βιωθεί ως δύο μορφές κοινωνικής καταπίεσης: η δομική αναπηρία και η ψυχο-συναισθηματική αναπηρία. Η άμεση ψυχο-συναισθηματική αναπηρία προκύπτει από τις σχέσεις που έχει το άτομο με αναπηρία, με άλλα άτομα ή με τον εαυτό του και είναι η πιο σημαντική μορφή ψυχο-

συναισθηματικής αναπηρίας. Η ψυχο-συναισθηματική αναπηρία επηρεάζει τη συναισθηματική ευεξία και την αίσθηση του εαυτού ενός ατόμου και επομένως μπορεί να έχει σωρευτικό αρνητικό αντίκτυπο με την πάροδο του χρόνου στην αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθησή του (Reeve, 2019).

Έχοντας την παραδοχή ότι η αναπηρία είναι μια ιστορική, κοινωνική και πολιτισμική κατασκευή, καταρρίπτεται ο διαχωρισμός της βλάβης από την αναπηρία. Η βλάβη έχει να κάνει με ένα ή και περισσότερα μέρη του σώματος που δεν λειτουργούν με αναμενόμενο τρόπο, ενώ η αναπηρία είναι μια κατάσταση η οποία εξέρχεται από μια κοινωνική κατασκευή. Ο αναμενόμενος τρόπος λειτουργίας του σώματος καθιστά τη βλάβη ως μια λειτουργία η οποία επηρεάζεται από το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο, από τις αξίες και τις στάσεις της κοινωνίας που δρα το άτομο και δέχεται διεργασίες κριτικής και προσδοκιών. Συνεπώς η βλάβη και η αναπηρία έχουν κοινή κοινωνικό-κονστρουξιονιστική προσέγγιση (Hernandez-Saca and Cannon, 2016).

Η προσωπική εμπειρία του ατόμου που βιώνει μία βλάβη, είναι πολύ σημαντική, καθώς αναδύονται οι ανησυχίες, τα συναισθήματα σχετικά με τη βλάβη και την εξέλιξη της, κάνοντας, έτσι, μοναδική την εμπειρία του ατόμου μέσα στο συγκεκριμένο χρόνο και τόπο που την βιώνει. Η εμπειρία είτε μπορεί να είναι θετική, είτε αρνητική, είτε ουδέτερη (Crow, 1996). Έτσι η εμπειρία της βλάβης, αποκτά μία ιστορία και γίνεται κομμάτι του ατόμου αλλά προσθέτει και γνώση στην αντιμετώπιση όλων των αρνητικών συναισθημάτων που κάνουν το άτομο με βλάβη- αναπηρία να μη συμμετέχει στη φυσική δραστηριότητα.

Σύμφωνα με τον Goodley (2011), τα αίτια της περιθωριοποίησης και του αποκλεισμού δεν βρίσκονται στην κοινωνία αλλά στη ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία. Η Thomas (1999), αναφέρει, ότι τα άτομα χωρίς αναπηρία λόγω τις εξιδανίκευσης της κανονικότητας και της ψυχό- συναισθηματικής διάστασης της αναπηρίας, εκφράζουν μια απαξιώτική, εχθρική και με λύπηση συμπεριφορά προς τα άτομα με αναπηρία. Υπάρχουν όμως και συμπεριφορές με στοιχεία πατροναρισμού, αλτρουισμού, βοήθειας και φροντίδας που συμπεριλαμβάνονται στο πλαίσιο του ψυχό-συναισθηματικού αποκλεισμού (Liddiard, 2014; Thomas, 2006).

Θα πρέπει να αναφερθεί, ότι σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, παρατηρείται ότι έχει δοθεί έμφαση στη δομική πλευρά του αποκλεισμού και έχει υποτιμηθεί η συναισθηματική πλευρά της αναπηρίας. Σχόλια, βλέμματα από αγνώστους μπορούν να προκαλέσουν αποκλεισμό σε

οποιονδήποτε άνθρωπο, όπως αποκλεισμό δημιουργούν και τα εμπόδια (πρακτικά, οικονομικά) στην καθημερινότητα των ανθρώπων. Ο ψυχό-συναισθηματικός μισαναπηρισμός, δηλαδή το σύνολο των υποθέσεων, των αντιλήψεων και των πρακτικών που αψηφά τα δικαιώματα των αναπήρων και τα αντιμετωπίζει ως άτομα κατώτερα είναι άλλος ένας λόγος που μπορεί να οδηγήσει τα άτομα με αναπηρία σε αποκλεισμό (Goodley, 2014).

Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, το άτομο με αναπηρία να αντιμετωπίζει συναισθηματική πίεση και αρνητικά συναισθήματα ως προς τη συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες (Reeve, 2012). Το αίσθημα της απόρριψης είναι ένα σύνηθες φαινόμενο που αντιμετωπίζουν τα άτομα με αναπηρία και όχι μόνο (Hughes and Paterson, 1997; Hughes, 1999; Loja et. al, 2013). Οι προκαταλήψεις που υπάρχουν, ώστε το σώμα να εμφανίζεται τέλειο και η απαξίωση των σωμάτων με βλάβη, έχει επιπτώσεις στα συναισθήματα των αναπήρων που επηρεάζουν την ελκυστικότητα και θελκτικότητά τους.

Τα άτομα με αναπηρία πολλές φορές έχουν να αντιμετωπίσουν την περιέργεια των άλλων ανθρώπων, μέσα από ερωτήσεις, που έχουν σχέση με τις καθημερινές σωματικές ανάγκες τους. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, τα άτομα χωρίς αναπηρία να σχηματίζουν συγκεκριμένη εικόνα για το πώς πρέπει να μοιάζουν και να συμπεριφέρονται τα άτομα με αναπηρία (Reeve, 2002).

Μία άλλη πηγή ψυχο-συναισθηματικής καταπίεσης των ατόμων με αναπηρία είναι η εμπειρία του βλέμματος των άλλων ανθρώπων. Οι άνθρωποι κοιτάζουν ότι τους δυσκολεύει να κατανοήσουν, προσπαθώντας, να εξηγήσουν καταστάσεις και πράγματα τα οποία είναι άγνωστα (Thomas, 2006). Το βλέμμα πολλές φορές ισοδυναμεί, με διαταγές, εντολές και θυματοποιεί το άτομο που γίνεται αποδέκτης του βλέμματος. Για τον Foucault το βλέμμα αυτό παραλληλίζεται με την διαδικασία του «πανοπτικού», δηλαδή την παρακολούθηση μέσω του βλέμματος κάνοντας έτσι τα μάτια δύναμη εξουσίας και γνώσης (Hughes, 1999).

Όμως ποια είναι η αντίδραση των αναπήρων μπροστά στα βλέμματα των άλλων; Οι αντιδράσεις ποικίλουν και αυτό γιατί κάθε άτομο με αναπηρία έχει την δική του βιογραφία και τις δικές του εμπειρίες. Άλλοτε, μπορεί να προκαλέσει το συναίσθημα την ντροπής, της ακύρωσης, της ευαλωτότητας. Όλα αυτά όμως μεταλλάσσονται ανάλογα με το πόσο εμφανής είναι η βλάβη. Έτσι τα άτομα με αναπηρία μπαίνουν στην διαδικασία να γίνουν αποδεκτοί από το κοινωνικό σύνολο (Reeve, 2002). Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τα άτομα με

αναπηρία να μην γνωρίζουν τον πραγματικό τους εαυτό, τις πραγματικές τους ανάγκες, τις πραγματικές τους ικανότητες (Charlton, 2006; Reeve, 2002; Thomas, 2004,2006).

Οι υποθέσεις που κάνουν τα άτομα με αναπηρία για το ποια είναι η εικόνα τους στα άτομα χωρίς αναπηρία, μέσα από τις προκαταλήψεις και τις ψευδείς ίσως υποθέσεις που κάνουν, έχει ως αποτέλεσμα να τους δημιουργούν εσωτερικευμένη καταπίεση με αποτέλεσμα την απομόνωση και την αποξένωση. Έτσι τα άτομα με αναπηρία οδηγούνται στο σημείο να πιστεύουν ότι είναι λιγότερο ικανά από τους υπόλοιπους και να έχουν το αίσθημα της ντροπής και της αυτολύπησης.

Σύμφωνα με τον Marks (1999), οι τραυματικές εμπειρίες επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση, τις πράξεις του ατόμου, δηλαδή αν θέλει να συμμετέχει στον αθλητισμό, όπως και στη διαμόρφωση των σκέψεων υποσυνείδητα.

Η εσωτερικευμένη καταπίεση μέσω του κοινωνικού μοντέλου έχει όμως και θετικές επιπτώσεις για τα άτομα με αναπηρία, καθώς μέσα από τις έξι γνωρίζουν ότι δεν είναι δικό τους θέμα η προκατάληψη και ο κοινωνικός αποκλεισμός. Το κοινωνικό μοντέλο της αναπηρίας διαμορφώνεται μέσα από τις αλληλεπιδράσεις των ατόμων με αναπηρία με τα υπόλοιπα μέλη μιας κοινωνίας που χαρακτηρίζεται από φυσικά, συμπεριφορικά, επικοινωνιακά και κοινωνικά εμπόδια (Τομπέα, 2016). Σύμφωνα με το *Disabled People's International* το κοινωνικό μοντέλο ορίζεται ως «η απώλεια ή ο περιορισμός των ευκαιριών για συμμετοχή στην κανονική ζωή της κοινότητας σε ισότιμη βάση με τους άλλους, λόγω φυσικών ή κοινωνικών φραγμών» (Τομπέα, 2016). Η ευθύνη είναι της ίδιας της κοινωνίας καθώς "εκκολάπτεται" ένα περιβάλλον όπου δεν δέχεται την διαφορετικότητα, την ανθρώπινη ποικιλομορφία και αναπτύσσει σχέσεις εχθρικές σε ότι δεν συμβιβάζεται με τα σύνηθες μοντέλα εμφάνισης και συμπεριφοράς (Tregaskis, 2002).

Το πόσο εμφανής ή όχι είναι η βλάβη του ατόμου με αναπηρία επηρεάζει τα συναισθήματα του και αυξάνει τις πιθανότητες στο να αυτοαποκλειστεί (Reeve,2006).

2.6.3 Αίτια Κοινωνικού Αποκλεισμού

Σύμφωνα με το Πράσινο Βιβλίο της Επιτροπής των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων, οι αιτίες του κοινωνικού αποκλεισμού είναι: η παρακμή των παραδοσιακών μορφών αλληλεγγύης, η ελαχιστοποίηση των παραδοσιακών μορφών αλληλεγγύης, η μακροχρόνια ανεργία, η

παρακμή των αντιπροσωπευτικών θεσμών, οι νέες μορφές μετανάστευσης και η βιομηχανική αλλαγή σε εργαζομένους χωρίς εκπαίδευση (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 1994).

Υπάρχουν συγκεκριμένες στάσεις και κοινωνικές πρακτικές οι οποίες οδηγούν σε κοινωνικό αποκλεισμό. Αυτές είναι η κινητοποίηση της θεσμικής προκατάληψης, όπου συγκεκριμένες κοινωνικές ομάδες, μειώνουν την ευημερία σε άλλους, η κοινωνική απομάκρυνση όπου «οι κοινωνικές δομές στοχεύουν στην μεγιστοποίηση ανταμοιβής μειώνοντας ή περιορίζοντας την δυνατότητα πρόσβαση σε πόρους σε συγκεκριμένο κύκλο ατόμων». Τέλος είναι οι αθέμιτες πρακτικές, όπου υπάρχουν κενά μεταξύ κανόνων και νόμων με αποτέλεσμα την εμφάνιση του αποκλεισμού (Καλογεροπούλου, 2020).

Ο κοινωνικός αποκλεισμός είναι αποτέλεσμα, σύμφωνα με τον Τσιάκαλο, «ισχυρών δογμάτων και ιδεολογιών των οποίων το βασικότερο συστατικό είναι ο αποκλεισμός, η έλλειψη πολιτικής βούλησης για αναγκαίες μεταρρυθμίσεις και η έλλειψη επαρκούς τεχνογνωσίας για την αντιμετώπιση του φαινομένου του αποκλεισμού». Η αντιμετώπιση όμως του κοινωνικού αποκλεισμού δεν είναι ούτε η τεχνογνωσία ούτε τα μέτρα των κυβερνήσεων, αλλά η αλληλεγγύη που θα πρέπει να δείξει ο κάθε άνθρωπος ξεχωριστά καθώς ο αποκλεισμός ενός ανθρώπου σημαίνει και τον αποκλεισμό ολόκληρης της ανθρωπότητας και τον αποκλεισμό του καθένα μας και της καθεμιάς μας ξεχωριστά. (Τσιάκαλος, 1996).

2.7 Ελληνικό Θεσμικό Πλαίσιο

Σύμφωνα με το άρθρο 4 (Ισότητα των Ελλήνων) του Ελληνικού Συντάγματος, όλοι οι Έλληνες και οι Ελληνίδες έχουν ίσα δικαιώματα και υποχρεώσεις θεσπίζοντας έτσι την αρχή της ισότητας τόσο για τα άτομα με αναπηρία όσο και για την ισότητα των φύλων (Σούλης, 2013).

Σύμφωνα με τα παρακάτω άρθρα έχουν καταχωρηθεί τα ακόλουθα:

- Άρθρο 2, παρ.1: Γίνεται αναφορά στην προστασία και στο σεβασμό της «ανθρώπινης αξίας» ως μία πρωταρχική υποχρέωση του Ελληνικού Κράτους (Βουλή των Ελλήνων).
- Άρθρο 5, παρ.1 : «Καθένας έχει δικαίωμα να αναπτύσσει ελεύθερα την προσωπικότητά του και να συμμετέχει στην, κοινωνική, οικονομική και

πολιτική ζωή της Χώρας εφόσον δεν προσβάλλει τα δικαιώματα των άλλων και δεν παραβιάζει το Σύνταγμα ή τα χρηστά ήθη» (Βουλή των Ελλήνων).

- Άρθρο 5, παρ.2 : «Όλοι όσοι βρίσκονται στην Ελληνική Επικράτεια απολαμβάνουν την απόλυτη προστασία της ζωής, της τιμής και της ελευθερίας τους, χωρίς διάκριση εθνικότητας, φυλής, γλώσσας και θρησκευτικών ή πολιτικών πεποιθήσεων. Εξαιρέσεις επιτρέπονται στις περιπτώσεις που προβλέπει το διεθνές δίκαιο» (Βουλή των Ελλήνων).
- Άρθρο 21, παρ. 3 : Σύμφωνα με το συγκεκριμένο άρθρο το κράτος υποχρεούται να διασφαλίσει την υγεία των πολιτών και να λάβει μέτρα ώστε να προστατευτεί η νεότητα, το γήρας, η αναπηρία και η περίθαλψη των απόρων. Έτσι σύμφωνα με τις διατάξεις θεσμοθετείτε το κοινωνικό κράτος δικαίου καθώς και η κρατική κοινωνική πολιτική (Βουλή των Ελλήνων).
- Άρθρο 22: Στο συγκεκριμένο άρθρο γίνεται αναφορά για τα δικαιώματα των αναπήρων στην εργασία προβλέποντας της συνθήκες εργασίας, αμοιβή, προαγωγές, εκπαίδευση στην εργασία κ.ά. Είναι ξεκάθαρο ότι απαγορεύεται κάθε είδους διάκριση σε βάρος τους. Έτσι το Κράτος δημιουργεί συνθήκες απασχόλησης όλων των πολιτών (Βουλή των Ελλήνων).
- Άρθρο 25: Στο άρθρο αυτό θεσπίζονται τα ατομικά και κοινωνικά δικαιώματα του ανθρώπου με απώτερο σκοπό την προστασία των θεμελιωδών δικαιωμάτων και την αρχή ενός κοινωνικού κράτους δικαίου. Έτσι λοιπόν τα δικαιώματα των αναπήρων ως μέλη του κοινωνικού συνόλου τελούν υπό την εγγύηση του Κράτους και διασφαλίζονται ανεμπόδιστα από τα κρατικά όργανα. Κάθε είδος περιορισμοί επιβάλλονται μόνο από το σύνταγμα και εφόσον υπάρχει επιφύλαξη υπερ. αυτού , σεβόμενοι την αρχή της αναλογικότητας. Η προστασία «των θεμελιωδών δικαιωμάτων από την Πολιτεία αποβλέπει στην πραγμάτωση της κοινωνικής προόδου μέσα σε ελευθερία και δικαιοσύνη» (Βουλή Ελλήνων).

2.7.1 Το Ελληνικό θεσμικό πλαίσιο για την εκπαίδευση των ατόμων με αναπηρία

Ο πρώτος νόμος που αναφέρεται στην ειδική αγωγή στην Ελλάδα είναι «Περί ιδρύσεως σχολείου ανωμάτων και καθυστερημένων παιδών κτλ.» , με τον Αναγκαστικό νόμο 453\26-1-1937, ΦΕΚ 28\Α\30-1-1937 όπου προσδιορίζεται η έννοια του παιδιού με νοητική καθυστέρηση και τη ίδρυση του πρώτου Ειδικού Σχολείου στην Αθήνα. Το 1938 ο νόμος τροποποιείται και προσδιορίζεται η έννοια του καθυστερημένου παιδιού «Περί τροποποιήσεως και συμπληρώσεως του αναγκαστικού νόμου 453\1937», ΦΕΚ 24\Α\27-1-1938 (Μοιρασγέντη, Εθνική Ομοσπονδία Τυφλών).

Το 1951 ψηφίζεται ο Νόμος 1904\28-7-1951 «Περί προστασίας και αποκαταστάσεως των τυφλών» όπου ρυθμίζεται η εκπαιδευτική και επιδοματική πολιτική θεσπίζοντας τη τήρηση του γενικού «μητρώου τυφλών» στο Υπουργείο Κοινωνικής Πρόνοιας. Ο νόμος έκανε υποχρεωτική την φοίτηση των ατόμων με οπτική αναπηρία σε ειδικές σχολές ενώ για τα άτομα που είναι «ανίκανα εργασίας» υπάρχει πρόβλεψη για παροχή οικονομικής βοήθειας (Μοιρασγέντη, Εθνική Ομοσπονδία Τυφλών).

Τα επόμενα τριάντα χρόνια δηλαδή από το 1951 μέχρι και το 1981 η Ειδική Αγωγή είναι αυτόνομο τμήμα του εκπαιδευτικού συστήματος με δικό του πρόγραμμα και νομική υπόσταση. Η κοινωνική μέριμνα, η παροχή ειδικής αγωγής και επαγγελματική εκπαίδευσης στα άτομα με αναπηρία κατοχυρώνονται με το νόμο 1143/1981 (Ζώνιου, Σιδέρη, 2000, Μοιρασγεντή, 2022, Εθνική Ομοσπονδία Τυφλών).

Το 1981 ψηφίζεται ο πρώτος νόμος για την Ειδική εκπαίδευση όπου για πρώτη φορά γίνεται η οριοθέτηση της έννοιας του «αποκλίνοντα ατόμου» και θεσπίζεται η υποχρεωτική φοίτηση και η επαγγελματική ένταξη των ατόμων με αναπηρία (Σούλης, 2013). Οι μαθητές με αναπηρία μπορούν να φοιτούν σε δημόσια και ιδιωτικά σχολεία υποχρεωτικά από ηλικία 6-17 ετών ενώ παρέχεται και ειδική εκπαίδευση των εκπαιδευτικών (Στασινός, 1991).

Το 1984 υιοθετείται η αρχή της ενσωμάτωσης των παιδιών με ειδικές ανάγκες στα γενικά σχολεία και η εισαγωγή του μαθήματος ξένης γλώσσας. Η αποκλειστική ευθύνη σε θέματα εκπαίδευσης , επαγγελματικής εκπαίδευσης και αποκατάστασης είναι του Υπουργείου Παιδείας και προβλέπεται η εκτύπωση βιβλίων για τυφλούς στο σύστημα της γραφής Braille (Στασινός, 1991).

Σύμφωνα με τον Νόμο υπ. Αρθ. 1566\26-9\1985 «Δομή και λειτουργία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης γίνεται αντικατάσταση του όρου «αποκλίνοντα άτομα» με τον όρο «άτομα με ειδικές ανάγκες». Με τον συγκεκριμένο νόμο η ειδική Αγωγή

ενσωματώνεται στο γενικότερο πλαίσιο της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ενώ πραγματοποιείται και εκτύπωση βιβλίων για τυφλούς με το σύστημα Braille (Ζώνιου-Σιδέρη, 2012).

Μόλις το 2000 με τον Νόμο υπ. Αριθ. 2817/14-3-2000 ιδρύεται το Τμήμα Ειδικής Αγωγής στο Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, ο όρος ειδικές ανάγκες αντικαθίσταται από τον όρο «ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες» ενώ θεσμοθετούνται τα ΚΔΑΥ (Κέντρα Διάγνωσης, Αξιολόγησης και Υποστήριξης για τους μαθητές που έχουν ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες τα οποία είναι υπεύθυνα ενημέρωσης, υποστήριξης και ευαισθητοποίησης των γονέων, των εκπαιδευτικών και της κοινωνίας. Όλα τα παραπάνω έχουν ως αποτέλεσμα την δημιουργία νέων ειδικοτήτων και τη χρήση νέων τεχνολογιών (Σούλης, 2013).

Το 2008 με τον Νόμο υπ. Αρθ. 3699\26-9-2008 υποχρεούται να κατοχυρώνει την υποχρεωτική εκπαίδευση στα άτομα με αναπηρία και μεριμνά για την δωρεάν εκπαίδευση όλων των ηλικιών. Οι δομές της Ειδικής Εκπαίδευσης και αγωγής περιλαμβάνουν σχολικές μονάδες ειδικής εκπαίδευσης σε κατάλληλες κτιριακές υποδομές ενώ το σύστημα διδασκαλίας ενισχύεται με προγράμματα διδασκαλίας κατ' οίκον, με προγράμματα συνεκπαίδευσης και υποστηρικτικές εκπαιδευτικές υπηρεσίες (Σούλης, 2013).

Μέσα από τις νομοθεσίες καταλαβαίνουμε ότι οι σκοποί των υπηρεσιών ειδικής εκπαίδευσης και αγωγής είναι η ανάπτυξη της προσωπικότητας των μαθητών, η ένταξη τους στο εκπαιδευτικό σύστημα και στην κοινωνική και επαγγελματική ζωή, η βελτίωση των γνωστικών δεξιοτήτων, η αποδοχή των μαθητών στο κοινωνικό σύνολο και η συμβίωση με στόχο την προσβασιμότητα σε όλες τις υπηρεσίες (Σούλης, 2013). Το 1989 παρατηρούμε μία κινητικότητα από την Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία (Ε.Σ.Α.μεΑ) με στόχο την καταπολέμηση των διακρίσεων και την κατοχύρωση των δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρία. Ταυτόχρονα έχουμε την δραστηριοποίηση Πανελλήνιων Συνδέσμων και Σωματείων Ατόμων με Αναπηρία με συγκεκριμένες αναπηρίες. Η εκπαίδευση των ατόμων με αναπηρία βλέπουμε να σχετίζεται αποκλειστικά με την πρωτοβάθμια και την δευτεροβάθμια εκπαίδευση ενώ για την επαγγελματική και την τριτοβάθμια εκπαίδευση δεν υπάρχει μέριμνα. (Σούλης, 2013).

Σύμφωνα με τα παραπάνω καταλαβαίνουμε ότι δεν γίνεται πουθενά αναφορά για την φυσική δραστηριότητα, το μάθημα της φυσικής αγωγής όπως και τους χώρους άθλησης.

2.7.2 Σύμβαση του ΟΗΕ για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία

Η σύμβαση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία υιοθετήθηκε κατά τη διάρκεια της 61^{ης} Συνόδου ΓΣ του ΟΗΕ στις 13 Δεκεμβρίου 2006 και τέθηκε σε ισχύ στις 3 Μαΐου το 2008. Σύμφωνα με τη συγκεκριμένη σύμβαση εξασφαλίζονται τα δικαιώματα με λεπτομέρεια για τα Α.μεΑ. όπως και τις υποχρεώσεις των κρατών ώστε να εξασφαλίσουν την τήρησή τους. Δεν δημιουργήθηκαν νέα δικαιώματα αλλά ο σκοπός ήταν να εξασφαλιστεί η ισότητα και η εφαρμογή των ήδη υπαρχόντων ανθρωπίνων δικαιωμάτων για όλα τα άτομα με αναπηρία (Κολωνiάρης, 2013). Είναι χαρακτηριστικό ότι ο πρόεδρος της ειδικής Επιτροπής χαρακτήρισε τη Σύμβαση ως «σύμβαση εφαρμογής» (Kayess and French, 2008, σ.20). Ο σκοπός της σύμβασης είναι η «προαγωγή, προστασία και διασφάλιση της πλήρους ισότιμης απόλαυσης όλων των δικαιωμάτων του ανθρώπου και των θεμελιωδών ελευθεριών από όλα τα Α.μεΑ. και την προώθηση του σεβασμού της εγγενούς αξιοπρέπειας» (Kayess and French, 2008, σ. 24).

Τέλος, η Σύμβαση προβλέπει την ισότιμη πρόσβαση στη δικαιοσύνη, την ισότιμη μεταχείριση από τις δικαστικές και αστυνομικές αρχές όπως επίσης την λήψη μέτρων για την ισότιμη πρόσβαση στην εκπαίδευση, την εργασία, την υγεία, στις αθλητικές δραστηριότητες, στην πολιτική και κοινωνική ζωή. Τα άτομα με αναπηρία αναγνωρίζονται έννομα πρόσωπα και απαγορεύεται κάθε είδους άσκησης βίας, βασανιστηρίων διασφαλίζοντας την ελευθερία κινήσεων, έκφρασης και τον σεβασμό της ιδιωτικής τους ζωής (From Exclusion to Equality, 2007).

2.7.3 Κέντρο Εκπαίδευσης και Αποκατάστασης Τυφλών (Κ.Ε.Α.Τ)

Το Κέντρο Εκπαίδευσης και Αποκατάστασης Τυφλών (Κ.Ε.Α.Τ) είναι νομικό πρόσωπο Δημοσίου Δικαίου (Ν.Π.Δ.Δ.) και εποπτεύεται από το υπουργείο Εργασίας και κοινωνικών υποθέσεων. Λειτουργεί στην Αθήνα ως Κεντρική υπηρεσία και στην Θεσσαλονίκη ως περιφερειακή Διεύθυνση –Παράρτημα καλύπτοντας τις ανάγκες των νέων και ενήλικων ατόμων με αναπηρία όρασης σε εθνικό επίπεδο. Στην ιστοσελίδα του Κ.Ε.Α.Τ (<https://keat.gr/>) είναι φανερό ότι ο κύριος στόχος είναι η ανεξαρτησία των ατόμων με αναπηρία όρασης και η πλήρης ένταξη τους στο κοινωνικό τους σύνολο. Με σεβασμό στον άνθρωπο οι δράσεις στο Κ.Ε.Α.Τ έχουν ως στόχο την πνευματική, ηθική, κοινωνική και

πολιτιστική ανάπτυξη. Οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να πετύχουν ό,τι θέλουν στην ζωή τους μέσω της αμοιβαίας συνεργασίας, της εξειδικευμένης εκπαίδευσης και την πρόσβαση στις νέες τεχνολογίες.

Οι επιμέρους σκοποί του Κ.Ε.Α.Τ όπως αναφέρονται στην ιστοσελίδα τους είναι η ενημέρωση, η στήριξη και εκπαίδευση των οικογενειών από τις πρώτες μέρες γέννησης του παιδιού, η κάλυψη και αντιμετώπιση εκπαιδευτικών, επαγγελματικών και πνευματικών αναγκών των ατόμων με αναπηρία όρασης, η εφαρμογή σύγχρονων μεθόδων και προγραμμάτων εκπαίδευσης –χρήση και χορήγηση υποστηρικτικής τεχνολογίας, η ίδρυση μόνιμων κατάλληλων δομών μόνιμης περίθαλψης για άτομα που λόγω πολλαπλής αναπηρίας ή ηλικίας δεν μπορούν να ενταχθούν σε προγράμματα αποκατάστασης, η επιστημονική αντιμετώπιση των οικογενειακών και κοινωνικών επιπτώσεων τυφλότητας, η έρευνα για την βελτίωση των μεθόδων αποκατάστασης ενώ τέλος είναι η καταπολέμηση προκαταλήψεων και κατάργηση κοινωνικών και νομικών κωλυμάτων με σκοπό την αναγνώριση ίσων ευκαιριών και της συμμετοχής του τυφλού ατόμου σε όλες τις δραστηριότητες της ζωής.

Στην εκπαίδευση του Κ.Ε.Α.Τ συμπεριλαμβάνονται τα ακόλουθα πεδία:

1. Προνηπιακό Τμήμα με σκοπό την παροχή εξειδικευμένης φροντίδας νηπίων με αναπηρία όρασης από την γέννηση τους έως και την ηλικία των πέντε ετών , υποστηρίζει και συμβουλεύει τις οικογένειες των παιδιών από τον πρώτο χρόνο της ζωής τους για την σωστή αντιμετώπιση της ιδιαιτερότητας τους ,αξιολογώντας τις ικανότητες και επισημαίνοντας τις δυσκολίες των παιδιών και την παιδαγωγική τους καθοδήγηση. Τέλος η ένταξη των παιδιών στο ευρύτερο κοινωνικό σύνολο είναι ο βασικότερος σκοπός.
2. Το τμήμα εφαρμόζει προγράμματα που καλύπτουν τις ανάγκες των παιδιών από 0 έως 3 ετών με συνεδρίες που πραγματοποιούνται στο σπίτι ανάλογα με τις ανάγκες του κάθε παιδιού. Από την ηλικία 3 έως 5 ετών καθημερινά τα παιδιά παρακολουθούν την σχολική χρονιά στις εγκαταστάσεις του κέντρου. Τέλος η αναζήτηση και στήριξη των παιδιών με αναπηρία όρασης είναι ένα από τα προγράμματα που εφαρμόζονται.

Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 30 ετών της λειτουργίας του, το τμήμα, συνεργάστηκε με περισσότερες από 200 οικογένειες παιδιών με αναπηρία όρασης και πρόσθετες αναπηρίες (νοητική υστέρηση, κώφωση, αυτισμό κλπ.).

3. Υποστηρικτικά Μαθήματα

Στους μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου παρέχονται εξατομικευμένα μαθήματα ενισχυτικής διδασκαλίας των μαθημάτων του αναλυτικού προγράμματος των σχολείων από καταρτισμένους καθηγητές όλων των ειδικοτήτων (Φιλολογίας, Μαθηματικών, Φυσικής, Κοινωνιολογίας, Φυσικής Αγωγής, Αγγλικής, Γαλλικής και Γερμανικής Φιλολογίας, κλπ.). Ο στόχος των υποστηρικτικών μαθημάτων είναι για την μαθησιακή και γνωστική ενίσχυση των μαθητών ώστε να μπορούν να παρακολουθούν με μεγαλύτερη ευκολία το δημόσιο σχολείο. Η καθηγητές είναι σε στενή συνεργασία με τους καθηγητές του δημοσίου σχολείου ώστε να καταστεί ολόπλευρη η ένταξη των μαθητών στην σχολική ζωή.

4. Νέες Τεχνολογίες

Στις εγκαταστάσεις του Κ.Ε.Α.Τ τόσο στην Αθήνα όσο και στην Θεσσαλονίκη λειτουργούν τμήματα εκμάθησης ηλεκτρονικών υπολογιστών (Η/Υ) και εκπαίδευσης νέων υποστηρικτικών τεχνολογιών με σύγχρονο εξοπλισμό. Θα πρέπει να αναφερθεί ότι στο Κ.Ε.Α.Τ στη Θεσσαλονίκη λειτουργεί πιστοποιημένο εξεταστικό κέντρο ECDL ατόμων με αναπηρία όρασης που διακρίνεται για την μοναδικότητα του στην Ελλάδα. Η εκπαίδευση Η/Υ απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες.

5. Αθλητισμός

Ο αθλητισμός για το Κ.Ε.Α.Τ παρατηρούμε ότι έχει πολύπλευρους στόχους και όχι μόνο αθλητικούς. Η σωματική ανάπτυξη, η βελτίωση της κινητικότητας και του προσανατολισμού, η ισόρροπη ανάπτυξη τόσο ψυχική όσο και πνευματική, η βελτίωση της αυτονομίας, η αποδοχή του μαθητή από άλλους μαθητές, η δημιουργία σταθερών συνηθειών, συμμετοχή σε αθλητικές ευκαιρίες και η καλλιέργεια των κινητικών του κλίσεων και δυνατοτήτων είναι όλα αυτά που επιτυγχάνονται από την ενασχόληση των ατόμων με περιορισμένη όραση μέσω του αθλητισμού.

6. Κινητικότητα - Προσανατολισμός και Δεξιότητες Καθημερινής Διαβίωσης

Ο ακρογωνιαίος λίθος για την δόμηση της αυτονομίας ενός ατόμου με περιορισμένη όραση είναι η ανάπτυξη των τεχνικών Κινητικότητας – Προσανατολισμού όπως και η ανάπτυξη των δεξιοτήτων καθημερινής διαβίωσης. Μέσω αυτών θα μπορέσει να έχει πρόσβαση στην εκπαίδευση, την εργασία, τον αθλητισμό όπως και στους χώρους διασκέδασης και ψυχαγωγίας. Το τμήμα αυτό ενημερώνει και ευαισθητοποιεί τους πολίτες σε θέματα προσβασιμότητας δημόσιων χώρων, κτιρίων

όπως επίσης βοηθάει στην κατασκευή απτικών χαρτών. Η εκπαίδευση σε αυτό το τμήμα περιλαμβάνει την ανάπτυξη της προκινητικότητας, προσανατολισμού, οργάνωσης σκέψης, γνώση εννοιών του χώρου, κινητικότητα, κοινωνική αγωγή, προσωπική υγιεινή, ένδυση και νοικοκυριό.

7. Εκπαίδευση και Πιστοποίηση στη γραφή Braille

Στο Κ.Ε.Α.Τ πραγματοποιείται εκμάθηση και πιστοποίηση στη Γραφή Braille για άτομα που επιθυμούν να εργαστούν ή εργάζονται με άτομα με περιορισμένη όραση. Σε όλα τα παραπάνω έρχεται να προστεθεί η διδασκαλία μουσικής που έχει ως αποτέλεσμα τη πνευματική ανάπτυξη, την μείωση του στρες, την ανάπτυξη της δημιουργικότητας, την ανάπτυξη της μνήμης, την αίσθησης της επιτυχίας την διασκέδαση και την ψυχαγωγία. Γίνεται η διδασκαλία του πιάνου, κιθάρας και μπουζουκιού όπως επίσης η διδασκαλία μουσικής θεωρίας και τραγουδιού.

Σύμφωνα με όλα τα παραπάνω, μπορούμε να διαπιστώσουμε ότι ένα παιδί με οπτική αναπηρία από τη στιγμή της γέννησής του έχει τη δυνατότητα να εκπαιδευτεί, ώστε να γίνει ανεξάρτητο στην μετέπειτα πορεία της ζωής του όπως όλοι οι γονείς επιθυμούν για τα παιδιά τους. Το Κ.Ε.Α.Τ προσφέρει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα μόρφωσης με έναν από τους πιο εξελιγμένους, εξειδικευμένους εξοπλισμούς για τα άτομα με μειωμένη όραση και εξειδικευμένο προσωπικό που βλέπουμε να συμμετέχει στην καθημερινότητα των ατόμων με μειωμένη όραση πέρα από τις αρμοδιότητες του Κ.Ε.Α.Τ, παρακολουθώντας την εξέλιξη των ατόμων αυτών. Διαπιστώνουμε επίσης, ότι στην εκπαίδευση αυτή παρέχεται βοήθεια και στις οικογένειες των παιδιών ώστε να επιτευχθούν οι περισσότεροι στόχοι. Δεν θα μπορούσαμε όμως να μην αναρωτηθούμε ένα παιδί με μειωμένη όραση που γεννιέται εκτός των μεγάλων αστικών πόλεων Αθήνα και Θεσσαλονίκη τί εκπαίδευση του παρέχεται και τί υποστήριξη έχει η οικογένεια του;

3. Μεθοδολογία της Έρευνας

3.1 Η επιλογή της μεθόδου

Η διεξαγωγή μίας έρευνας βασίζεται σε έναν ερευνητικό προβληματισμό που καταθέτει ένας ερευνητής/-τρια, για την μελέτη του οποίου καλείται να σχεδιάσει την πλέον κατάλληλη μεθοδολογική προσέγγιση. Η μεθοδολογία είναι η διαδικασία που ακολουθεί ο/η ερευνητής/-τρια προκειμένου να δώσει πειστικές απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα που προκύπτουν από την ανασκόπηση της μεθοδολογίας, αλλά και από τα ενδιαφέροντα του/της. Οι ερευνητικές μέθοδοι διακρίνονται σε ποιοτικές ποσοτικές, και μικτές (συνδυάζουν ποσοτικές και ποιοτικές μεθόδους, προκειμένου να έχουν τα πλεονεκτήματα και των δύο, ελαχιστοποιώντας τα μειονεκτήματά τους). Για την μελέτη των ερευνητικών ερωτημάτων της παρούσας έρευνας επιλέχθηκε η ποιοτική προσέγγιση.

Οι ποιοτική έρευνα μπορεί να πάρει πολλές μορφές, ενώ οι παραδοχές σχετικά με τις ιδιότητες της είναι συχνά αντικρουόμενες. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα την ύπαρξη διαφορετικών ορισμών με βάση τα χαρακτηριστικά που αρκετοί ερευνητές της προσδίδουν (Κοντογιαννάτου, 2018). Οι Denzin και Lincoln (2000) αναφέρουν ότι «...η ποιοτική έρευνα είναι μία δραστηριότητα που τοποθετεί τον παρατηρητή μέσα στον κόσμο. Αυτός ο κόσμος, αποτελείται από ένα σύνολο ερμηνειών και υλικών πρακτικών που τον κάνει ορατό. Αυτές οι πρακτικές μετατρέπουν τον κόσμο σε παραστάσεις, που συμπεριλαμβάνουν σημειώσεις, συνεντεύξεις, φωτογραφίες, ηχογραφήσεις και υπομνήματα. Σε αυτό το επίπεδο, η ποιοτική έρευνα αναλαμβάνει να κάνει μία ερμηνευτική, νατουραλιστική προσέγγιση του κόσμου αυτού. Αυτό σημαίνει πως οι ποιοτικοί ερευνητές μελετούν τα πράγματα στο φυσικό τους κόσμο και προσπαθούν να τα ερμηνεύσουν από τη σκοπιά των ίδιων των ανθρώπων» (Denzin and Lincoln, 2000, σελ.3; Ritchie and Lewis, 2003).

Στην ποιοτική έρευνα, τα συμπεράσματα της μελέτης δεν μπορούν να γενικευθούν στον στοχευμένο πληθυσμό. Επιπλέον, οι γνώσεις, η εξειδίκευση, τα κίνητρα αλλά και οι απόψεις του ερευνητή/-τριας μπορούν να επηρεάσουν σε μεγάλο βαθμό την δομή και τα ευρήματα της έρευνας. Όσο αφορά τα ποιοτικά ευρήματα, υπάρχει πάντα το ενδεχόμενο

να μην παρέχουν συσχέτιση μεταξύ αιτίας και του αποτελέσματος (επίδρασης) σε ευρεία κλίμακα.

3.2 Προσέλκυση των αφηγητών (Συνεντευξιαζόμενων)

Εφαρμόστηκε σκόπιμη δειγματοληψία καθώς στο επίκεντρο της έρευνας ήταν ελίτ αθλητές Παραολυμπιακού αθλήματος αλλά και άτομα με οπτικές αναπηρίες χωρίς συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες. Η σημασία της εθελοντικής συμμετοχής τους εξηγήθηκε από την ερευνήτρια αρκετές φορές ώστε να εμποδιστεί ο κάθε εξαναγκασμός, επειδή κάποιοι από τους συμμετέχοντες στην έρευνα είναι αθλητές της εθνικής ομάδας του συγκεκριμένου αθλήματος. Επιπλέον, το πρωτόκολλο για τη διασφάλιση της ανωνυμίας, της εμπιστευτικότητας, και τη μη ιχνηλασιμότητας τονίστηκε σε όλους τους συμμετέχοντες.

Η πρόσκληση στους συμμετέχοντες στάλθηκε μέσω email που επισυνάπτεται στο Παράρτημα και περιέχει τα στοιχεία επικοινωνίας του ερευνητή. Είχαν τα παρακάτω χαρακτηριστικά:

Α/Α	ΦΥΛΟ	ΗΛΙΚΙΑ	ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ	ΑΔΕΡΦΙΑ	ΤΟΠΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ/ΚΑΤΟΙΚΙΑ	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ	ΑΝΑΠΗΡΙΑ
Σ1	Ανδρας	32	ΑΤΕΙ	1	Αθήνα/Αθήνα	Ναι	Επίκτητη
Σ2	Ανδρας	25	ΑΤΕΙ	1	Αθήνα/Αθήνα	Ναι	Εκ γενετής
Σ3	Ανδρας	22	ΑΤΕΙ	2	Επαρχία/Αθήνα	Ναι	Εκ γενετής
Σ4	Ανδρας	29	ΑΤΕΙ	2	Επαρχία/Αθήνα	Ναι	Εκ γενετής
Σ5	Ανδρας	28	ΑΤΕΙ	3	Επαρχία/Θεσσαλονίκη	Ναι	Εκ γενετής
Σ6	Ανδρας	19	ΑΤΕΙ	1	Αθήνα/Αθήνα	Όχι	Επίκτητη
Σ7	Γυναίκα	20	ΑΤΕΙ	2	Επαρχία/Αθήνα	Όχι	Εκ γενετής
Σ8	Γυναίκα	22	ΑΤΕΙ	1	Επαρχία/Αθήνα	Όχι	Εκ γενετής
Σ9	Γυναίκα	20	ΑΤΕΙ	1	Επαρχία/ Αθήνα	Όχι	Εκ γενετής

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά

3.3 Διαδικασίες

Πριν από τη συνέντευξη, όλοι οι συμμετέχοντες υπέγραψαν το έντυπο συγκατάθεσης και συμφώνησαν με την καταγραφή των συνεντεύξεων με σκοπό την ορθότερη ανάλυση των

συνεντεύξεων. Οι συμμετέχοντες επίσης ενημερώθηκαν συγκεκριμένα ότι κανείς άλλος πλην της ερευνήτριας δεν θα είχε πρόσβαση στα προσωπικά στοιχεία των αφηγητών.

3.4 Πρωτόκολλο συνέντευξης

Ο σκοπός αυτής της ποιοτικής έρευνας ήταν να διερευνήσει τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις των συμμετεχόντων, ατόμων με οπτικές αναπηρίες, στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα για ζητήματα όπως η περιθωριοποίηση, ο κοινωνικός αποκλεισμός και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν σε αυτή την ενασχόληση τους. Τα εννέα ερευνητικά ερωτήματα που διατυπώθηκαν ήταν ως εξής:

ΕΕ 1: Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;

ΕΕ2: Υποστηρίζει (τρόπος: π.χ. αρνητικά/θετικά) και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/ συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες/ τοπική κοινωνία), την ενασχόληση/ την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;

ΕΕ3: Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες η ενασχόληση/η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;

ΕΕ4: Η συμμετοχή των Α.μεΑ. σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στη ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;

ΕΕ5: Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;

ΕΕ6: Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;

ΕΕ7: Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;

ΕΕ8: Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους /μη ενασχόλησης τους με τον αθλητισμό;

ΕΕ9: Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;

Οι ερωτήσεις της συνέντευξης ελέγχθηκαν πιλοτικά από την ερευνήτρια προκειμένου να εντοπιστούν ερωτήσεις που θα μπορούσαν δυνητικά να δημιουργήσουν σύγχυση, φόβο ή άγχος στους αφηγητές, ώστε στη συνέχεια να αναδιατυπωθούν, να τροποποιηθούν ή και να αφαιρεθούν.

Πριν από την έναρξη κάθε συνέντευξης, οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν εκ νέου για την ερευνητικούς στόχους και τον σκοπό της συμμετοχής τους στη μελέτης. Δόθηκε έμφαση στη εμπιστευτικότητα και την ανωνυμία της συμμετοχής, και λήφθηκε η συγκατάθεση των αφηγητών για ηχογράφηση της συνέντευξης. Επιπρόσθετα, υπενθυμίστηκαν στους συμμετέχοντες το δικαίωμα τους να διακόψουν ή να αποσυρθούν από την έρευνα χωρίς να υποχρεώνονται να δικαιολογήσουν αυτή τους την ενέργεια.

Κάθε συνέντευξη ξεκινούσε με ανώδυνες ερωτήσεις «προθέρμανσης» ενώ οι δύσκολες ερωτήσεις έγιναν προς το τέλος.

Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης, υπήρξαν παύσεις και διευκρινιστικές ερωτήσεις (probes) για να επιτραπεί στους συμμετέχοντες να προβληματιστούν και να απαντήσουν. Οι διευκρινιστικές ερωτήσεις έδωσαν τη δυνατότητα στον ερευνητή να συγκεντρώσει πιο εμπειριστατωμένες και εις βάθος απαντήσεις όταν τα ζητήματα θα μπορούσαν να είναι κρίσιμα για την απάντηση στο κύριου ερευνητικού ερωτήματος (Lune & Berg, 2017; Newsman, 2014).

Όλες οι συνεντεύξεις ηχογραφήθηκαν με απενεργοποιημένη τη συσκευή εγγραφής βίντεο, ενώ στα ονόματα των συμμετεχόντων δόθηκαν ψευδώνυμα. Τέλος, κάθε συνέντευξη ολοκληρώθηκε με ευχαριστίες προς τον συμμετέχοντα, ενώ ενημερώθηκαν ότι μια δεύτερη συνεδρία, προκειμένου να επικυρώσουν την απομαγνητοφώνηση των συνεντεύξεων, ίσως χρειαζόταν.

3.5 Ερευνητικό εργαλείο

Βασικό ερευνητικό εργαλείο ποιοτικής έρευνας είναι η προσωπική συνέντευξη (Libarkin & Kurdziel, 2002). Η συνέντευξη αφορά μια τεχνική που ενισχύει την αλληλεπίδραση, την επικοινωνία μεταξύ προσώπων, καθοδηγείται από τον ερευνητή ή τον ερωτώντα με στόχο

την απόσπαση πληροφοριών σχετιζόμενων με το αντικείμενο της έρευνας (Cohen & Manion, 1992: 307-308). Οι συνεντεύξεις διακρίνονται σε δομημένες, μη δομημένες, ημι-δομημένες, άμεσες ή έμμεσες, επαναλαμβανόμενες, κλινικές και σε βάθος (Παρασκευοπούλου-Κόλλια, 2008).

Το εργαλείο συλλογής δεδομένων που χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα μελέτη είναι μια ημιδομημένη συνέντευξη (semi-structured interview). Οι ερωτήσεις είναι προκαθορισμένες, αλλά δύναται η διάταξη τους να αλλάξει, αν κριθεί αναγκαίο. Επιλέχθηκε για να επιτρέψει στους συμμετέχοντες να παρέχουν πλούσιες και σε βάθος αφηγήσεις των εμπειριών τους. Οι προκαθορισμένες ερωτήσεις προσφέρουν την απαιτούμενη δομή και καθοδήγηση κατά τη διαδικασία της συνέντευξης. Επιπλέον, η ευελιξία των διατυπώσεων στις ερωτήσεις και η αλληλουχία των ερωτήσεων διευκολύνει τη ροή της εύστοχης επικοινωνίας. Προβλέπεται η ενσωμάτωση επιπλέον ερωτήσεων (probing) για τη συλλογή περισσότερων πληροφοριών, αλλά και για να απαντηθούν καλύτερα τα ερευνητικά ερωτήματα που έχουν τεθεί (Lune & Berg, 2017). Ο οδηγός συνέντευξης αποτελείται από 32 ερωτήσεις ανοικτού τύπου, οι οποίες έχουν ως στόχο να απαντήσουν τα ερευνητικά ερωτήματα της παρούσας εργασίας. Οι ερωτήσεις που χρησιμοποιήθηκαν κατά την συνέντευξη παραθέτονται στον Πίνακα 2.

Ερώτηση 1:	Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες. Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;
Ερώτηση 2:	Σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον σου, η οικογένεια οι στενοί σου συγγενείς, φίλοι, συνομήλικοι, συμμαθητές, καθηγητές - καθηγήτριες, τοπική κοινωνία, υποστήριξε την ενασχόλησή σου με τον αθλητισμό;
Ερώτηση 3:	Αντιλαμβάνεσαι ότι το άμεσο οικογενειακό σου περιβάλλον σε υποστηρίζει <u>έμπρακτα</u> όσον αφορά τη συμμετοχή στους αθλητικές δραστηριότητες;
Ερώτηση 4:	Ποια αντιλαμβάνεστε ως ιδεατή υποστήριξη από το <u>άμεσο οικογενειακό σας περιβάλλον</u> όσον αφορά την συμμετοχή σας σε αθλητικές δραστηριότητες
Ερώτηση 5:	Ποιες είναι οι θέσεις του αναπηρικού κινήματος για την ενασχόληση με τον αθλητισμό; Πως αυτές επηρεάζουν (αν επηρεάζουν) την ενασχόληση των μαθητών/μαθητριών με τον αθλητισμό;
Ερώτηση 6:	Κάνετε κατανοητό στους άλλους ότι χρειάζεστε υποστήριξη προκειμένου (εφόσον πρόκειται) να συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες;
Ερώτηση 7:	Πώς επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό η σχέση που έχουν τα μέλη της οικογένειάς τους, οι φίλοι και η τοπική κοινωνία με το αθλητισμό;

Ερώτηση 8:	Διατηρείς σχέσεις με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό; Σε έχουν προτρέψει να ασχοληθείς με τον αθλητισμό;
Ερώτηση 9:	Θεωρείτε ότι η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» - μέσω της υποστήριξης από την σχέσεις που αναπτύσσουν με άλλους αθλητές.
Ερώτηση 10:	Υπάρχει πληροφόρηση (σε τι βαθμό/ με ποιο τρόπο) ως προς τις ευκαιρίες που προσφέρονται στα άτομα με οπτικές αναπηρίες να ασχοληθούν με τον αθλητισμό;
Ερώτηση 11:	Πως επηρεάζει η παρουσίαση της αναπηρίας στα Μ.Μ.Ε την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με μειωμένη όραση.
Ερώτηση 12:	Χρησιμοποιείτε τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθείτε για αθλητικά δρώμενα (σχετικά ή όχι με την αναπηρία);
Ερώτηση 13:	Πολύ σημαντικά είναι τα πρότυπα που μεταδίδονται από άτομο σε άτομο. Λόγω έλλειψης της οπτικής ικανότητας πιστεύετε ότι δεν μπορείτε να αντιληφθείτε ένα αθλητικό πρότυπο ώστε να υιοθετήσετε τον αθλητισμό;
Ερώτηση 14:	Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στη ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;
Ερώτηση 15:	Βελτιώθηκε ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα που είχαν οι άλλοι για εσάς μετά την συμμετοχή σας σε αθλητικές δραστηριότητες;
Ερώτηση 16:	Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;
Ερώτηση 17:	Θεωρείτε ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες στα άτομα με οπτικές αναπηρίες;
Ερώτηση 18:	Θεωρείτε ότι οι αθλητικές εγκαταστάσεις είναι προσβάσιμες (συγκοινωνίες, λειτουργία αναβατορίων, και τη χάραξη ειδικών διαδρομών) στα άτομα με οπτικές αναπηρίες;
Ερώτηση 19:	Θεωρείτε ότι οι αθλητικές εγκαταστάσεις/δήμοι/Γ.Γ.Α/ ιδιώτες προσφέρουν προγράμματα άθλησης προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτικές αναπηρίες;
Ερώτηση 20:	Υπάρχουν ακαδημίες/ προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων για άτομα με οπτικές αναπηρίες;
Ερώτηση 21:	Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρία έχουν διαφορετική αντιμετώπιση από την οικογένεια τους ως προς την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες. Αν ναι, σε ποιους λόγους οφείλεται αυτή η αντιμετώπιση;
Ερώτηση 22:	Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;
Ερώτηση 23:	Έχεις αισθανθεί απαξιοτική, εχθρική ή με λύπηση συμπεριφορά που να σε απέτρεψε από την συμμετοχή σου σε αθλητικές δραστηριότητες;
Ερώτηση 24:	Είχες ποτέ κάποια τραυματική εμπειρία που να σε απώθησε από την ενασχόληση σου με τον αθλητισμό;

Ερώτηση 25:	Πιστεύεις ότι ο τρόπος που αντιμετωπίζεις την αναπηρία σου σε επιβαρύνει συναισθηματικά και να μην έχεις διάθεση να συμμετέχεις στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα;
Ερώτηση 26:	Υπάρχει η θεωρία ότι τα βλέμματα των ατόμων χωρίς αναπηρία επηρεάζουν αρνητικά την ψυχολογία των ατόμων με αναπηρία. Εσύ που δεν βλέπεις τι μπορεί να σε επηρεάσει αρνητικά ώστε να μην ασχοληθείς με τον αθλητισμό;
Ερώτηση 27:	Θεωρείς ότι το σώμα σου είναι κατάλληλο για συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες;
Ερώτηση 28:	Θεωρείτε ότι τα τυφλά άτομα ανήκουν στην κατηγορία των αναπήρων;
Ερώτηση 29:	Θεωρείτε ότι τα τυφλά άτομα είναι υποδεέστερα;
Ερώτηση 30:	Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους /μη ενασχόλησης τους με τον αθλητισμό?
Ερώτηση 31:	Αξιολογήστε το θεσμικό πλαίσιο και πως αυτό επηρεάζει την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με μειωμένη όραση;
Ερώτηση 32:	Υπάρχουν προνόμια (και οικονομικά κίνητρα) από την Πολιτεία και πως επηρεάζουν (η ύπαρξη ή η έλλειψη τους) την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;

Πίνακας 2. Ερωτήσεις συνέντευξης

3.6 Συλλογή και επεξεργασία δεδομένων

Οι συνομιλίες των συνεντεύξεων ηχογραφήθηκαν – με την πρότερη συναίνεση των συμμετεχόντων - προκειμένου να καταστεί δυνατή η επικύρωση του περιεχομένου. Τα δεδομένα που συλλέχθηκαν θα μεταγράφηκαν - verbatim - σε αρχείο MICROSOFT WORD. Επακολούθησε ψευδωνυμοποίηση του ονόματος των συμμετεχόντων. Οποιοσδήποτε αναγνωρίσιμες πληροφορίες σχετικά με τους συμμετέχοντες διαγράφηκαν κατά τη διαδικασία της μεταγραφής.

Τα αρχεία που περιείχαν τις μεταγραφές και τις ηχογραφήσεις θα κρυπτογραφηθούν και θα αποθηκευτούν χωριστά και με ασφάλεια στον προσωπικό υπολογιστή της ερευνήτριας, χρησιμοποιώντας ισχυρό κωδικό πρόσβασης. Σε όλους τους συμμετέχοντες θα σταλούν αντίγραφα της μεταγραφής των συνεντεύξεων για επικύρωση.

Για την ανάλυση των συνεντεύξεων θα χρησιμοποιηθεί η μέθοδος της θεματικής ανάλυσης. Η θεματική ανάλυση ως μέθοδος ποιοτικής ανάλυσης πραγματοποιείται μέσα από την προσέγγιση έξι (6) φάσεων για την ανάλυση των δεδομένων με τρόπο οργανωμένο και αυστηρό, σύμφωνα με τις αρχές που περιγράφονται στο άρθρο των Braun & Clarke (2006), καθώς και σε μεταγενέστερα άρθρα των ιδίων που συμπληρώνουν την αρχική εργασία τους

3.7 Ανάλυση δεδομένων

Η ανάλυση των δεδομένων που προέκυψαν από τις συνεντεύξεις έγινε με βάση τη θεματική ανάλυση (Thematic Analysis), μία τεχνική ανάλυσης δεδομένων η οποία - για την συγκεκριμένη μελέτη - βασίστηκε στην επαγωγική μέθοδο. Σύμφωνα με τον Boyatzis (1998), η θεματική ανάλυση οργανώνει και περιγράφει το σύνολο των δεδομένων και στοχεύει στο να ερμηνεύσει τις διάφορες πτυχές της ερευνητικής μελέτης. Πιο συγκεκριμένα, σκοπός της θεματικής ανάλυσης είναι η συστηματική αναγνώριση, οργάνωση και κατανόηση των κωδικοποιήσεων (codings) και των θεμάτων (themes) που προκύπτουν από τις συνεντεύξεις, καθώς και τις παρατηρήσεις των συμμετεχόντων. Ο ερευνητής, αναλαμβάνοντας έναν πιο ενεργητικό και δημιουργικό ρόλο, έχει την δυνατότητα να ανιχνεύσει πολυάριθμα μοτίβα νοήματος εντός των δεδομένων του, επιλέγοντας όμως μόνο εκείνα που σχετίζονται με το θέμα της μελέτης του και τα οποία είναι κατάλληλα να απαντήσουν τα ερευνητικά ερωτήματα που έχει θέσει (Τσιώλης, 2017; Braun και Clarke, 2012). Συμπερασματικά, είναι τα ερευνητικά ερωτήματα τα οποία καθοδηγούν τον ερευνητή/-τρια στην αναγνώριση και οργάνωση των σχετικών με αυτά θεμάτων κατά τη διαδικασία της θεματικής ανάλυσης.

Η διαδικασία της θεματικής ανάλυσης διενεργείται στα εξής βασικά βήματα (Braun και Clarke, 2012; Τσιώλης, 2016):

1. Μετεγγραφή (Απομαγνητοφώνηση): Μετατροπή των ηχογραφημένων ή βιντεοσκοπημένων σε γραπτό κείμενο, ακολουθώντας τους κανόνες σημειογραφίας.
2. Εξοικείωση με τα δεδομένα, μέσα από την ουσιαστική ανάγνωση τους και τη σημείωση των αρχικών ιδεών
3. Εντοπισμός και συγκέντρωση των αποσπασμάτων που αντιστοιχούν σε κάθε ερευνητικό ερώτημα: Μετά από προσεκτική ανάγνωση του κειμένου συγκεντρώνονται οι χρήσιμες πληροφορίες που παρέχονται για κάθε ερευνητικό ερώτημα.
4. Κωδικοποίηση: Η διαδικασία κατά την οποία ο ερευνητής αποδίδει εννοιολογικούς προσδιορισμούς στα δεδομένα του. Οι συγκεκριμένοι κωδικοί δύναται να είναι περιγραφικού ή ερμηνευτικού τύπου.

5. Μετάβαση από τους κώδικες στα θέματα: Προκύπτουν από την επεξεργασία, τη σύγκριση και τη συγχώνευση των κωδικών. Καθορισμός και ονομασία των θεμάτων, μέσα από σαφείς ορισμούς και ονόματα για κάθε θέμα. Τα θέματα αποτελούν γενικές και αυτόνομες έννοιες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως απάντηση στα ερευνητικά ερωτήματα.
6. Επανεξέταση θεμάτων, όπου γίνεται έλεγχος της επιλογής των θεμάτων σε σχέση με την κωδικοποίηση και με ολόκληρο το σύνολο δεδομένων, δημιουργώντας έναν θεματικό «χάρτη» της ανάλυσης.
7. Έκθεση των ευρημάτων: Κατά τη διαδικασία της παρουσίασης των αποτελεσμάτων δίνονται πρώτα οι ιδιότητες/θέματα και στη συνέχεια τα αποσπάσματα από τα κείμενα των συνεντεύξεων.

4. Αποτελέσματα Έρευνας

4.1 Εισαγωγή

Σε αυτό το κεφάλαιο θα παρουσιαστούν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συνεντευξιζόμενων, η κάθετη και οριζόντια ανάλυση των συνεντεύξεων ενώ τέλος θα παρατεθούν τα θέματα που προέκυψαν και η σύνδεσή τους με τα ερευνητικά ερωτήματα.

4.2 Δημογραφικά στοιχεία του δείγματος

Οι πρώτες οχτώ (8) ερωτήσεις της έρευνας σχετίζονταν με τα δημογραφικά στοιχεία των συνεντευξιζόμενων (φύλο, ηλικία, αδέρφια, μορφωτικό επίπεδο, αθλητική δραστηριότητα, αναπηρία, τόπος γέννησης/κατοικίας). Το δείγμα αποτελείται από 6 άνδρες και 3 γυναίκες από 19 χρονών έως 32 χρονών με επίκτητη ή εκ γενετής οπτική αναπηρία. Τα δημογραφικά χαρακτηριστικά από την συνέντευξη παρουσιάζονται παρακάτω:

Σ1: Πρόκειται για άνδρα 32 χρονών, που γεννήθηκε και διαμένει στην Αθήνα. Η οπτική αναπηρία του είναι επίκτητη μετά από ατύχημα που είχε στα 22 του χρόνια. Έχει έναν αδερφό/αδερφή. Από πολύ μικρή ηλικία ασχολείται με τον αθλητισμό (αθλητής εθνικής ομάδας) ενώ έχει τελειώσει δύο Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα. Ο Σ1 είχε ιδιαίτερη ευφράδεια λόγου δίνοντας μακροσκελής απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα. Τέλος αξίζει να σημειωθεί ότι η μετακίνηση του στο χώρο διεξαγωγής της συνέντευξης χαρακτηρίζεται από ιδιαίτερη άνεση παρόλο που ήταν άγνωστος για τον ίδιο.

Σ2: Πρόκειται για άνδρα 25 χρονών, που γεννήθηκε και διαμένει στην Αθήνα με οπτική αναπηρία εκ γενετής. Έχει πτυχίο ανώτατου εκπαιδευτικού ιδρύματος και ασχολείται με τον αθλητισμό από μικρή ηλικία (αθλητής εθνικής ομάδας). Έχει έναν αδερφό/αδερφή. Ο Σ2 χαρακτηρίζεται από ευφράδεια λόγου και άνεση στον άγνωστο χώρο γι' αυτόν διεξαγωγής της συνέντευξης.

Σ3: Πρόκειται για άνδρα 22 χρονών, που γεννήθηκε στην επαρχία, περνώντας εκεί τα παιδικά του χρόνια. Έχει εκ γενετής οπτική αναπηρία. Τώρα διαμένει στην Αθήνα λόγω σπουδών. Είναι φοιτητής Ανώτατου Εκπαιδευτικού Ιδρύματος. Έχει δύο αδέρφια ενώ γυμνάζεται από πολύ μικρή ηλικία (αθλητής εθνικής ομάδας). Ο Σ3 είχε ευφράδεια λόγου και ιδιαίτερη χαρά για την πραγματοποίηση της συνέντευξης.

Σ4: Πρόκειται για άνδρα 29 χρονών, που γεννήθηκε στην επαρχία και διαμένει στην Αθήνα λόγω σπουδών. Η οπτική αναπηρία που έχει είναι εκ γενετής ενώ έχει δύο αδέρφια. Γυμνάζεται από μικρή ηλικία (αθλητής εθνικής ομάδας). Χαρακτηρίζεται από ευφράδεια λόγου και ταπεινότητα. Η κίνηση του στο χώρο συνέντευξης χαρακτηρίζεται από άνεση και αυτοπεποίθηση.

Σ5: Πρόκειται για άνδρα 28 χρόνων, που γεννήθηκε στην επαρχία και διαμένει στην Θεσσαλονίκη. Είναι απόφοιτος Ανώτατης Εκπαίδευσης. Έχει τρία αδέρφια. Ασχολήθηκε με την φυσική δραστηριότητα από πολύ μικρή ηλικία και τώρα είναι μέλος της εθνικής ομάδας ενός Παραολυμπιακού αθλήματος. Χαρακτηρίζεται από ευφράδεια λόγου και δυναμισμό στον λόγο του. Η κίνηση του μέσα στο χώρο της συνέντευξης χαρακτηρίζεται από αυτοπεποίθηση.

Σ6: Πρόκειται για άνδρα 19 χρονών, που γεννήθηκε και διαμένει στην Αθήνα με επίκτητη οπτική αναπηρία. Ενώ είχε αθλητική δραστηριότητα (ποδηλασία) από μικρή ηλικία στα 16 του χρόνια αποκτά την αναπηρία του. Από τότε μέχρι και τώρα δεν πραγματοποιεί καμία φυσική δραστηριότητα. Ο Σ6 χαρακτηρίζεται από έντονα αρνητικά συναισθήματα καθώς όπως επιβεβαιώνει στη συνέντευξη δεν μπορεί να διαχειριστεί την αναπηρία του. Είναι φοιτητής σε ανώτατο εκπαιδευτικό ίδρυμα αλλά δεν παρακολουθεί τα μαθήματα. Έχει έναν αδερφό/αδερφή. Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε με μεγάλη δυσκολία καθώς δεν μπορούσε να κατανοήσει τις ερωτήσεις όπως και να τις αναπτύξει.

Σ7: Πρόκειται για γυναίκα 20 χρονών με τόπο γέννησης τα Ιόνια νησιά και τόπο κατοικίας την Αθήνα. Η οπτική της αναπηρία είναι εκ γενετής. Η ενασχόληση της με τον αθλητισμό έγινε σε μεγάλη ηλικία (15) και ύστερα από την μετακίνηση της στο Κ.Ε.Α.Τ ώστε να λάβει την εκπαίδευση για άτομα με οπτική αναπηρία με σκοπό την ανεξαρτησία της. Έχει δύο αδέρφια ενώ είναι φοιτήτρια ανώτατου εκπαιδευτικού ιδρύματος που όμως δεν παρακολουθεί. Η Σ7 χαρακτηρίζεται από δυσκολία στην έκφραση κατά τη διάρκεια της συνέντευξης ενώ πολλές από τις ερωτήσεις δεν γίνονται κατανοητές.

Σ8: Πρόκειται για γυναίκα 22 χρονών με τόπο γέννησης την Πελοπόννησο και τόπο κατοικίας την Αθήνα. Έχει έναν αδερφό/αδερφή ενώ η οπτική της αναπηρία είναι εκ γενετής. Σπουδάζει σε ανώτατο εκπαιδευτικό ίδρυμα. Προσπάθησε να μνηθεί σε μεγάλη ηλικία στον αθλητισμό αλλά η προσπάθειά της απέτυχε. Η Σ8 χαρακτηρίζεται από

ευφράδεια λόγου όπως και χιουμοριστική διάθεση για την φυσική δραστηριότητα και τις ικανότητες της σε αυτό.

Σ9: Πρόκειται για Γυναίκα 20 χρονών με τόπο γέννησης την Πελοπόννησο και τόπο κατοικίας την Αθήνα. Ασχολήθηκε με τον αθλητισμό(ποδόσφαιρο) σε μεγάλη ηλικία (15) όταν άρχισε να φοιτά στο Κ.Ε.Α.Τ. Είναι φοιτήτρια ανώτατου εκπαιδευτικού ιδρύματος χωρίς συστηματική παρακολούθηση. Η Σ9 χαρακτηρίζεται από άνεση στον λόγο χωρίς όμως να θέλει να αναπτύξει ιδιαίτερα τις ερωτήσεις.

Σύμφωνα με την παραπάνω συνοπτική περιγραφή των δημογραφικών στοιχείων των συνεντευξιαζόμενων διαπιστώνονται τα παρακάτω:

Ως προς το φύλο, υπάρχουν έξι άνδρες και τρεις γυναίκες. Οι πέντε από τους συνεντευξιαζόμενους (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) πραγματοποιούν αθλητική δραστηριότητα από μικρή ηλικία μέχρι και τώρα, ενώ οι άλλοι τέσσερις (Σ6,Σ7,Σ8,Σ9) δεν πραγματοποιούν κάποια φυσική δραστηριότητα. Το 80% του δείγματος έχει οπτική αναπηρία εκ γενετής. Ο μέσος όρος ηλικίας των συνεντευξιαζόμενων είναι τα 24 χρόνια με το εύρος ηλικίας από 19 έως 32 ετών. Το 30% γνώρισε τον αναπηρικό αθλητισμό σε μεγάλη ηλικία και μέσω του Κ.Ε.Α.Τ. Από τους συνεντευξιαζόμενους που ασχολούνται με την αθλητική δραστηριότητα το 100% είναι κάτοχοι πτυχίων ανωτάτων εκπαιδευτικών ιδρυμάτων ή συνεπείς στις φοιτητικές τους υποχρεώσεις. Τα άτομα χωρίς αθλητική δραστηριότητα χαρακτηρίζονται από 90% αποτυχία φοίτησης στα ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα.

Στον παρακάτω πίνακα διαφαίνονται τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των εννέα συνεντευξιαζόμενων(Σ= Συνεντευξιαζόμενος με αύξοντα αριθμό από το 1 ως το 9):

<i>A/A</i>	<i>ΦΥΛΟ</i>	<i>ΗΛΙΚΙΑ</i>	<i>ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</i>	<i>ΑΔΕΡΦΙΑ</i>	<i>ΤΟΠΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ/ ΚΑΤΟΙΚΙΑ</i>	<i>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟ ΤΗΤΑ</i>	<i>ΑΝΑΠΗΡΙΑ</i>
Σ1	Ανδρας	32	ΑΤΕΙ	1	Αθήνα/Αθήνα	Ναι	Επίκτητη
Σ2	Ανδρας	25	ΑΤΕΙ	1	Αθήνα/Αθήνα	Ναι	Εκ γενετής
Σ3	Ανδρας	22	ΑΤΕΙ	2	Επαρχία/Αθήνα	Ναι	Εκ γενετής
Σ4	Ανδρας	29	ΑΤΕΙ	2	Επαρχία/Αθήνα	Ναι	Εκ γενετής
Σ5	Ανδρας	28	ΑΤΕΙ	3	Επαρχία/Θεσσαλονίκη	Ναι	Εκ γενετής
Σ6	Ανδρας	19	ΑΤΕΙ	1	Αθήνα/Αθήνα	Όχι	Επίκτητη
Σ7	Γυναίκα	20	ΑΤΕΙ	2	Επαρχία/Αθήνα	Όχι	Εκ γενετής
Σ8	Γυναίκα	22	ΑΤΕΙ	1	Επαρχία/Αθήνα	Όχι	Εκ γενετής
Σ9	Γυναίκα	20	ΑΤΕΙ	1	Επαρχία/ Αθήνα	Όχι	Εκ γενετής

Πίνακας 3. Δημογραφικά χαρακτηριστικά

4.3 Ανάλυση Δεδομένων

4.3.1 Κάθετη Ανάλυση

Υποκείμενο 1

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (ΕΕ1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ1 – με επίκτητη οπτική αναπηρία - ανέφερε ότι *η ενασχόληση του με τον αθλητισμό ξεκίνησε από πολύ μικρή ηλικία με συμμετοχή σε διάφορα αθλήματα*. Η απόκτηση της αναπηρίας του ύστερα από το ατύχημα δεν τον εμπόδισε ώστε να συνεχίσει να αθλείται συστηματικά και σε υψηλό επίπεδο. Τόσο πριν αποκτήσει την αναπηρία του όσο και μετέπειτα ποτέ η μύηση του στον αθλητισμό δεν επηρεάστηκε αρνητικά από κάποιον εξωγενή παράγοντα. Ο Σ1 κατά την μετακίνηση του στον χώρο της συνέντευξης όσο και κατά την διάρκεια της συνέντευξης παρουσίαζε στοιχεία αυτοπεποίθησης. Ο λόγος του είχε συνέχεια, χωρίς σημεία παύσης και παρατεταμένης σκέψης.

Η κοινωνική υποστήριξη φαίνεται να επηρεάζει θετικά στην υιοθέτηση υγιεινών συμπεριφορών υγείας όπως ο αθλητισμός. Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι /συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» ο Σ1 αναφέρει ότι είναι δέκτης σημαντικής και έμπρακτης υποστήριξης από την οικογένεια του ως προς την ενασχόληση του με τον αθλητισμό, τόσο πριν από το ατύχημα όσο και μετά από αυτό. Χαρακτηριστικά σημειώνει ότι,«στην παιδική ηλικία η οικογένεια μου με υποστήριξε αρκετά...στη συνέχεια, από τη στιγμή που πέρασα σε άλλο επίπεδο (είμαι και διεθνής αθλήτης), με υποστήριξαν και με υποστηρίζουν». Η υποστήριξη από την οικογένεια ως προς την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες χαρακτηρίζεται ως ιδεατή, αν και θα ήθελε περισσότερη κατανόηση από την δική τους πλευρά, που όμως δεν υπάρχει «λόγω έλλειψης αθλητικής παιδείας ή λόγω έλλειψης γνώσεων για το τι χρειάζομαι...». Τονίζει ακόμα ότι έχει κάνει απολύτως κατανοητό στην οικογένεια του ότι κάποιες φορές χρειάζεται υποστήριξη ώστε να πραγματοποιήσει τις αθλητικές του δραστηριότητες. Αντίστοιχα, και το φιλικό του περιβάλλον είναι πολύ υποστηρικτικό εκδηλώνοντας αυτή την υποστήριξη και με έμπρακτο τρόπο. Ο Σ1 δηλώνει με έμφαση ότι οι καθηγητές του στο Πανεπιστήμιο τον υποστηρίζουν ενώ, αντιθέτως, υπογραμμίζει την απουσία υποστήριξης από την τοπική κοινωνία, κυρίως λόγω έλλειψης υποδομών και εξειδικευμένου προσωπικού. Ο Σ1 αναδεικνύει ότι οι «φορείς αδιαφορούν σχετικά με τον αναπηρικό αθλητισμό και το τι αυτός μπορεί να προσφέρει στα άτομα με αναπηρία.» Ως παράδειγμα αναφέρει το ΚΕΑΤ, όπου διαπιστώνει ότι δεν απασχολεί «ανθρώπους, γνώστες του αναπηρικού αθλητισμού,» με τεχνογνωσία ως προς την προώθηση του, με αποτέλεσμα να μην μπορεί να υποστηρίξει άτομα με οπτικές αναπηρίες που θέλουν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό.

Για να υπάρχει κοινωνική υποστήριξη στα άτομα με οπτική αναπηρία θα πρέπει να υποστηρίζονται από ένα μεγάλο κοινωνικό δίκτυο. Οι δράσεις και οι σχέσεις που αναπτύσσουν μεταξύ τους τα άτομα ή τα σύνολα των ανθρώπων χαρακτηρίζονται από συσχετισμό δυνάμεων και ισχύος (Γιαννοπούλου, 2016). Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» ο Σ1 απαντά ότι η ενασχόληση του πατέρα του με το μπάσκετ τον επηρέασε

στο να αγαπήσει τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Οι φίλοι του είχαν επίσης θετική επιρροή πάνω του αφού τον παρότρυναν να συνεχίσει τον αθλητισμό και μετά το ατύχημα του. Αξίζει εδώ να σημειωθεί ότι η δημιουργία και η διατήρηση διαπροσωπικών σχέσεων με άτομα που είχαν οπτική αναπηρία και ασχολούνταν με τον αθλητισμό επηρέασε θετικά και την δική του ενασχόληση με τον αθλητισμό. Όπως αναφέρει, «...διατηρώ σχέσεις με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό. Μάλιστα (ήταν) ένας από αυτούς (που) με προέτρεψε να ασχοληθώ με το άθλημα που κάνω τώρα». Η υποστήριξη που υπάρχει στα ομαδικά αθλήματα λόγω των σχέσεων που αναπτύσσονται με τους άλλους αθλητές «ενισχύει την αίσθηση «του ανήκειν» ειδικά στα ομαδικά αθλήματα.»

Συμπερασματικά, εάν στο κοινωνικό δίκτυο των ατόμων με οπτική αναπηρία υπάρχουν αθλητικά πρότυπα, σύμφωνα με τον Σ1, μπορούν να επιδράσουν θετικά και να ενθαρρύνουν την ενασχόληση των ατόμων με αναπηρία με τον αθλητισμό, αρκεί βέβαια να είναι γνώστες του αντικειμένου (αθλητισμός για ΑμεΑ) «και να μπορέσουν να αντιληφθούν το τι σημαίνει (να είναι κάποιος) αθλητής (με αναπηρία), για παράδειγμα να κάνει κάποιες επιδόσεις ή μία προσπάθεια έστω».

Σχετικά με την τοπική κοινωνία και το ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει, ο Σ1 σημείωσε ότι υπάρχουν μεγάλες δυνατότητες ανάπτυξης του αθλητισμού για ΑμεΑ μέσω της διοργάνωσης αθλητικών εκδηλώσεων από τις δημοτικές αρχές, κάτι το οποίο δεν γίνεται σήμερα. Είπε χαρακτηριστικά: «Θα πρέπει να υπάρξει στην τοπική κοινωνία, (στους) δήμους (και) στις κοινότητες, να διοργανώνονται τέτοιου είδους αθλητικές εκδηλώσεις, να καλέσει τα σχολεία - και όχι μόνο - ώστε να μπορέσει ο κόσμος να μάθει και τον αναπηρικό αθλητισμό.» Τέτοιες αθλητικές διοργανώσεις θα δώσουν επιπλέον κίνητρα στα άτομα με οπτική ή άλλες αναπηρίες να ασχοληθούν με τον αθλητισμό. Επιπρόσθετα, ο Σ1 ανέδειξε ότι η έλλειψη πληροφόρησης και ενημέρωσης από τα ΜΜΕ - καθώς και από τους αθλητικούς και αυτοδιοικητικούς φορείς - ως προς τις ευκαιρίες και τις δυνατότητες που προσφέρονται στα άτομα με οπτική αναπηρία να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, επηρεάζουν αρνητικά την ενασχόληση των ατόμων αυτών με τον αθλητισμό.

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» ο Σ1 επιβεβαιώνει ότι η συμμετοχή στον αθλητισμό επιτρέπει στα άτομα με αναπηρία να αναπτύξουν την

αυτοεκτίμηση τους ενώ υποβοηθά και την δημιουργία σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων. Θεωρεί όμως ταυτόχρονα ότι οι σχέσεις αυτές θα ήταν ακόμη πιο ενισχυμένες αν υπήρχε «κάποια αλληλεπίδραση ή τέλος πάντων κάποια σχέση μεταξύ ατόμων με αναπηρία και αρτιμελών ώστε να μπορούν κάπως να συνδεθούν μέσω του αθλητισμού». Τέλος, σημειώνει ότι ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα που είχαν οι άλλοι γι' αυτόν δεν βελτιώθηκε με την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες.

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ1 εξηγεί ότι υπάρχει κοινωνικός αποκλεισμός και αυτός οφείλεται στην έλλειψη ενημέρωσης που λαμβάνουν τα ίδια τα άτομα και οι οικογένειες τους ως προς τις δυνατότητες που έχουν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα. Η προσβασιμότητα στις αθλητικές εγκαταστάσεις είναι προβληματική ή και ανέφικτη, ενώ η μη δυνατότητα επιλογής αθλημάτων και παρεχόμενων προγραμμάτων άθλησης σε δημοτικές αλλά και κρατικές αθλητικές εγκαταστάσεις δημιουργούν αποκλεισμό. Ο Σ1 λέει χαρακτηριστικά ότι «τέτοια προγράμματα δεν υπάρχουν για άτομα με αναπηρία.» Αναγνωρίζει, ωστόσο, ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες σε μεγάλο βαθμό. Τέλος, ο κοινωνικός αποκλεισμός μπορεί να ξεκινήσει από την ίδια την οικογένεια και τον διαφορετικό τρόπο αντιμετώπισης του ατόμου που έχει την αναπηρία. Ως λόγοι, σύμφωνα με τον Σ1, αναφέρονται ο φόβος για πιθανό τραυματισμό («οι γονείς φοβούνται μη χτυπήσει το παιδί»), η μη αποδοχή της αναπηρίας από την οικογένεια, αλλά και το αίσθημα της ντροπής που την συνοδεύει. Λέει χαρακτηριστικά: «Σίγουρα δεν το έχουν αποδεχθεί και πολύ πιθανόν να ντρέπονται κιόλας γι' αυτό.»

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» ο Σ1 υποστηρίζει ότι το άτομο με οπτική αναπηρία θα αυτοαποκλειστεί από την ψυχολογία του, δηλαδή από τον τρόπο που αντιμετωπίζει το ίδιο την αναπηρία του. Ο ίδιος έχει αποδεχθεί την αναπηρία του και δεν τον έχει επηρεάσει συναισθηματικά ώστε να μην ασχοληθεί με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Η κοινωνία δεν τον έχει περιθωριοποιήσει καθώς δεν είχε ποτέ κάποια τραυματική εμπειρία ούτε έχει αισθανθεί απαξιοτική ή με

λύπηση συμπεριφορά που να τον απώθησε στην ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Τέλος αν και δεν βλέπει τα βλέμματα των ατόμων χωρίς αναπηρία που ίσως να τον επηρέαζαν αρνητικά σημειώνει ότι αυτό που ίσως να τον επηρέαζε αρνητικά θα ήταν ο λόγος των ανθρώπων.

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ1 απαντά κατηγορηματικά ότι το σώμα του είναι κατάλληλο για αθλητικές δραστηριότητες. Αν και πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των ατόμων με αναπηρία δεν νιώθει υποδεέστερος από τα τυπικά άτομα καθώς, όπως υποστηρίζει, δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι «(τις) ίδιες δυνατότητες πάντα και παντού».

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» ο Σ1 διευκρινίζει ότι είναι «τα ίδια συναισθήματα που βιώνει και κάποιος που βλέπει: χαρά, λύπη, νίκη, ήττα και ανταγωνισμό.»

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» ο Σ1 πιστεύει ότι το θεσμικό πλαίσιο επηρεάζει θετικά αρκεί να εφαρμόζεται, ενώ τα οικονομικά κίνητρα και τα προνόμια ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό δεν μπορούν να βοηθήσουν.

Υποκείμενο 2

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ2 – ο οποίος έχει οπτική αναπηρία εκ γενετής - ανέφερε ότι η ενασχόληση του με τον αθλητισμό ξεκίνησε από πολύ μικρή ηλικία, ενώ δεν αντιμετώπισε εμπόδια στην μύηση του σε αθλητικές δραστηριότητες.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι /συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» ο Σ2 αναφέρει ότι η οικογένεια του όσο και του φιλικό του περιβάλλον τον υποστηρίζουν σε μεγάλο βαθμό. Η υποστήριξη αυτή γίνεται με τρόπο έμπρακτο, καθώς, όπως λέει, η μητέρα του τον βοηθάει «με το διατροφικό

κομμάτι», ενώ ο πατέρας του και ο αδερφός του τον «βοηθούν στις μετακινήσεις μου με το αυτοκίνητο». Έκανε και κάνει κατανοητό στην οικογένεια και τους φίλους του ότι για την ενασχόληση του με τον αθλητισμό χρειάζεται και τη δική τους υποστήριξη. Επιπρόσθετα, υποστηρίζει ότι η υποστήριξη από την οικογένεια του ήταν και είναι η ιδεατή. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει, τον «υποστηρίζει σωστά». Χαρακτηρίζει την υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας ως «ψιλό- αδιάφορη,» ενώ γενικότερα για το αναπηρικό κίνημα και τις θέσεις του σχετικά με την ενασχόληση των ΑμεΑ με τον αθλητισμό λέει ότι «βοηθάνε και επηρεάζουν έστω και λίγο, αν και δεν γνωρίζει συγκεκριμένα πράγματα».

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» ο Σ2 απαντά ότι γι' αυτόν «έπαιξε σημαντικό ρόλο στην ενασχόληση» του με τον αθλητισμό ότι ο πατέρας του «ασχολούταν με τον αθλητισμό» καθώς και η συμμετοχή που είχαν οι φίλοι του σε αθλητικές δραστηριότητες. Υπογραμμίζει ότι διατηρεί φιλική σχέση με άλλα τυφλά άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό και τα οποία τον «προέτρεψαν να γνωρίσει και να ασχοληθεί με το άθλημα που κάνει τώρα». Πιστεύει ότι η συμμετοχή του στο συγκεκριμένο άθλημα «ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» που βιώνει. Αναφέρει ότι, ενώ χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα, δεν υπάρχει «καθόλου ενημέρωση» για τις ευκαιρίες που προσφέρονται στα άτομα με οπτικές αναπηρίες ώστε να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, καθώς τα ΜΜΕ δεν αφιερώνουν επαρκή τηλεοπτικό χρόνο στην παρουσίαση και την επικαιρότητα των αθλημάτων για ΑμεΑ. Υποστηρίζει όμως ότι ακόμα και αυτή η περιορισμένη σε χρόνο και κάλυψη ενημέρωση έχει τη δυνατότητα να επηρεάσει θετικά την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό. Τέλος, αναγνωρίζει και τον σημαντικό ρόλο που έχουν τα διάφορα αθλητικά πρότυπα, καθώς όπως χαρακτηριστικά υποστηρίζει, τον «έχουν επηρεάσει θετικά.»

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» ο Σ2 επιβεβαιώνει ότι η ενασχόληση όλων των ατόμων με τον αθλητισμό, είτε έχουν κάποια μορφή αναπηρίας είτε όχι, αναπτύσσει τις σχέσεις εμπιστοσύνης με τους άλλους καθώς και την

εκτίμηση του ατόμου για τον εαυτό του. Για τον Σ2 «οποιαδήποτε ενασχόληση με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα είναι θετική για την ψυχοσωματική υγεία». Επισημαίνει όμως ότι η συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες «δεν έπαιξε καθόλου ρόλο» στον τρόπο αντιμετώπισης και την εικόνα που είχαν οι άλλοι για αυτόν, ως άτομο με οπτική αναπηρία.

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ2 ισχυρίζεται ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό καθώς οι αθλητικές εγκαταστάσεις δεν είναι όλες προσβάσιμες. Τα προγράμματα άθλησης για τα άτομα με οπτική αναπηρία είναι περιορισμένα, ενώ πολύ μικρός είναι και ο αριθμός των αθλητικών σωματείων για ΑμεΑ που προσφέρουν υπηρεσίες. Αξιοπρόσεκτο είναι το γεγονός ότι ο Σ2 πιστεύει ότι είναι οι ίδιοι οι γονείς που αποκλείουν τα παιδιά τους από τις αθλητικές δραστηριότητες λόγω του φόβου τους για πιθανό τραυματισμό, καθώς επίσης και της έλλειψης γνώσεων σχετικά με τον αθλητισμό και τα ποικίλα οφέλη του.

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» ο Σ2 υποστηρίζει ότι «αν αποκτήσεις την αναπηρία κατά την διάρκεια της ζωής σου παίζει σημαντικό ρόλο πως θα το αποδεχθεί το ίδιο το άτομο και τον επηρεάζει η ίδια η ψυχολογία του. Αν γεννηθείς με αυτό η κοινωνία». Η κοινωνία δεν του έχει φερθεί ποτέ όσο αφορά τον αθλητισμό με εχθρική ή με λύπη συμπεριφορά όπως και ποτέ δεν είχε κάποια τραυματική εμπειρία που να τον απώθησε από τον αθλητισμό. Ο Σ2 έχει αποδεχθεί την αναπηρία του και δηλώνει ότι η αναπηρία δεν τον «επηρέασε συναισθηματικά» και δεν στάθηκε εμπόδιο στην θέληση/διάθεση του να γυμναστεί.

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ2 διευκρινίζει ότι αν και ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων το σώμα του «είναι «ιδανικό για αθλητικές δραστηριότητες» και «μπορεί να προσαρμοστεί σε οποιοδήποτε άθλημα». Δηλώνει επίσης κατηγορηματικά ότι «κανένας άνθρωπος με οποιαδήποτε αναπηρία δεν είναι υποδεέστερος».

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» ο Σ2 εξηγεί ότι αισθάνεται την ενέργεια που προσφέρει η αθλητική προσπάθεια και ξεδίνει από την καθημερινότητα του. Συναισθήματα θαυμασμού για τους συναθλητές του και αγάπη είναι μερικά από τα συναισθήματα που ο ίδιος βιώνει.

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» ο Σ2 λέει ότι δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο και ότι θεωρεί απαραίτητη τη δημιουργία ενός εγχειριδίου που θα εξηγεί τα πάντα για την αναπηρία και τον αθλητισμό. Επιπρόσθετα, θεωρεί ότι η προσφορά προνομίων και οικονομικών κινήτρων ίσως να είναι σοβαρό κίνητρο για κάποια ΑμεΑ, ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό.

Υποκείμενο 3

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ3 – ο οποίος έχει οπτική αναπηρία εκ γενετής - ανέφερε ότι η ενασχόληση του με τον αθλητισμό ξεκίνησε από πολύ μικρή ηλικία, σε διάφορα αθλήματα, ενώ δεν αντιμετώπισε εμπόδια στην μύηση του σε αθλητικές δραστηριότητες, αν εξαιρέσει κανείς τη μη παροχή αθλητικών υπηρεσιών, ειδικά σχεδιασμένων για ΑμεΑ, στην επαρχία που διέμενε κατά τα παιδικά του χρόνια.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» ο Σ3 αναφέρει ότι η οικογένεια του και το φιλικό του περιβάλλον ήταν υποστηρικτικοί σε μεγάλο βαθμό. Η υποστήριξη από την οικογένεια του ήταν έμπρακτη καθώς, όπως διευκρινίζει, «η αυτονομία (για ένα άτομο με οπτική αναπηρία) ήταν πολύ δύσκολη» στην επαρχία, με την έλλειψη υποδομών και υπηρεσιών. Ο Σ3 υπογραμμίζει ότι η ανεξαρτησία που του πρόσφερε το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον από μικρή ηλικία, ήταν ότι καλύτερο μπορούσε να προσδοκά από αυτούς, ήταν η ιδεατή υποστήριξη. Προσθέτει βέβαια ότι προσπαθεί επανειλημμένα να εξηγήσει

στο οικογενειακό περιβάλλον την ανάγκη του για υποστήριξη από την πλευρά τους ως προς τη συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες, ωστόσο κάποιες φορές αυτό δεν γίνεται εύκολα κατανοητό λόγω έλλειψης γνώσεων. Για τους καθηγητές φυσικής αγωγής στο σχολικό περιβάλλον αναφέρει ότι «άλλοι ήταν (υποστηρικτικοί) και άλλοι όχι.» Η τοπική κοινωνία στην επαρχία παρόλο που ζούσε κάτι «πρωτόγνωρο» προσπαθούσε να τον υποστηρίξει. Τέλος πιστεύει ότι το αναπηρικό κίνημα δεν υποστηρίζει έμπρακτα την ενασχόληση των ΑμεΑ. με τον αθλητισμό καθώς δεν κάνει πράξη όλα αυτά που υποστηρίζει σε δηλώσεις του.

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (ΕΕ3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» ο Σ3 επισημαίνει ότι το πρώτο ερέθισμα ώστε να ασχοληθεί με τον αθλητισμό ήρθε από τους φίλους του στο σχολείο. Η τοπική κοινωνία και η οικογένεια του συσπειρώθηκε γύρω από την επιθυμία του μετά από παρουσίαση ενός παραολυμπιακού αθλήματος στο χωριό του, και θέλησαν να του παρέχουν την δυνατότητα συμμετοχής στον αναπηρικό αθλητισμό. Τέλος, η ενθάρρυνση που έλαβε από έναν Καθηγητή Φυσικής Αγωγής στο σχολείο, ο οποίος είχε γνώσεις στον αθλητισμό για ΑμεΑ, επηρέασε την απόφαση του να συμμετάσχει σε αθλητικές δραστηριότητες. Ο ίδιος διατηρεί φιλικές σχέσεις με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό, τα οποία και τον ενθαρρύνουν ώστε να συνεχίσει την ενασχόληση του. Ο Σ3 πιστεύει ότι η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν», υπογραμμίζοντας ότι αυτό γίνεται περισσότερο εμφανές στα ομαδικά αθλήματα. Σχετικά με την πληροφόρηση που λαμβάνουν τα ΑμεΑ ως προς τις ευκαιρίες ενασχόλησης με τον αθλητισμό, θεωρεί ότι η πληροφόρηση είναι περιορισμένη στα μη αστικά κέντρα, σε αντίθεση με την Αθήνα και τη Θεσσαλονίκη όπου υπάρχει περισσότερη πληροφόρηση. Αν και χρησιμοποιεί τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα, υποστηρίζει ότι τα ΜΜΕ δεν παρουσιάζουν ευκαιρίες άθλησης για ΑμεΑ και ειδησιογραφία σχετική με Παραολυμπιακά αθλήματα με τρόπο που ενθαρρύνει τα άτομα με οπτική αναπηρία να ενημερωθούν και να ασχοληθούν με τον αθλητισμό. Τέλος μπορεί να αντιληφθεί ένα αθλητικό πρότυπο μέσω της πρακτικής άσκησης ώστε να επηρεαστεί στην ενασχόληση του με τον αθλητισμό.

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» ο Σ3 θεωρεί ότι η συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες τον βοήθησε «στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης (του) και στην ανάπτυξη εμπιστοσύνης με άλλους ανθρώπους» ενώ βελτιώθηκε και ο τρόπος αντιμετώπισης του από τους άλλους καθώς και της εικόνας που είχαν γι' αυτόν. Χαρακτηριστικό είναι αυτό που λέει ο Σ3 ότι με την ενασχόληση του στον αθλητισμό «...ήρθαν άνθρωποι να μου μιλήσουν που αν δεν ασχολούμουν με τον αθλητισμό δεν θα έρχονταν.»

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ3 ισχυρίζεται ότι βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και αυτό λόγω έλλειψης υποδομών: δεν είναι όλες οι αθλητικές εγκαταστάσεις προσβάσιμες. Στον δήμο που διαμένει δεν υπάρχουν προγράμματα άθλησης για άτομα με οπτική αναπηρία, καθώς και προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων, αν και γίνονται κάποιες προσπάθειες. Πιστεύει ότι η διαφορετική αντιμετώπιση από την ίδια την οικογένεια μπορεί να αποκλείσει τα άτομα με οπτική αναπηρία από τον αθλητισμό. Τέλος, αναφέρει ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες είναι προσβάσιμες για τα άτομα με οπτική αναπηρία κάτι που βοηθάει στο να μην αποκλείονται τα άτομα με οπτική αναπηρία από την ενημέρωση.

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» ο Σ3 υποστηρίζει ότι η αιτία του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης οφείλεται στην ψυχολογία του ατόμου και σε δεύτερη θέση έρχεται η κοινωνία. Σύμφωνα με τον Σ3 «Η ψυχολογία είναι πολύ σημαντική αλλά παίζει ρόλο πολύ και τι ερεθίσματα έχει από την κοινωνία». Αν και έχει αισθανθεί απαξιοτική, εχθρική και με λύπηση συμπεριφορά στο δημοτικό από τους συμμαθητές του δεν τον απέτρεψε από τις αθλητικές δραστηριότητες καθώς είχε την υποστήριξη από την οικογένεια του και τους φίλους του. Ποτέ δεν είχε κάποια τραυματική εμπειρία που να τον απώθησε στο να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Η αναπηρία του ποτέ δεν τον επιβάρυνε συναισθηματικά ώστε να μην ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Σίγουρα τα βλέμματα των άλλων δεν μπορούν να τον επηρεάσουν αρνητικά

αλλά ο λόγος αμφισβήτησης των ανθρώπων ότι δεν μπορεί να κάνει πράγματα μπορεί να τον επηρεάσει αλλά όχι τόσο ώστε να μην ασχοληθεί με τον αθλητισμό.

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ3 θεωρεί ότι το σώμα του είναι κατάλληλο για την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες κάτι που ενισχύεται από την θετική άποψη που έχουν και οι άλλοι για το σώμα του. Λέει χαρακτηριστικά: «Μου έχουν πει ότι έχω κατάλληλο σώμα». Υποστηρίζει ότι δεν ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων και αυτό γιατί μπορεί να εκτελεί όλες τις εργασίες στην καθημερινότητα του και ότι δεν είναι υποδεέστερος από τα άτομα που έχουν φυσιολογική όραση.

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» ο Σ3 εξηγεί ότι η ενασχόληση του με τον αθλητισμό του επιτρέπει να βιώνει όμορφα συναισθήματα, να νιώθει ότι πετυχαίνει προσωπικούς στόχους, και να διοχετεύει την ενέργεια του σε κάτι ουσιαστικό.

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» ο Σ3 απαντά ότι δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο και τους νόμους σχετικά με τον αναπηρικό αθλητισμό, ενώ πιστεύει ότι «ότι η πολιτεία θα πρέπει να βοηθήσει οικονομικά ώστε να δημιουργηθούν αθλητικά σωματεία, με προσωπικό εξειδικευμένο, σε όλη την Ελλάδα». Τέλος χαρακτηρίζει ως «θετικό» την ύπαρξη προνομίων και οικονομικών κινήτρων από την πολιτεία σε όσους ασχολούνται με τον αθλητισμό.

Υποκείμενο 4

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ4 – ο οποίος έχει οπτική αναπηρία εκ γενετής – ανέφερε ότι μυήθηκε στον αθλητισμό από πολύ μικρή ηλικία μέσω του παιχνιδιού με φίλους, ενώ δεν αντιμετώπισε εμπόδια στην μύηση του σε αθλητικές δραστηριότητες.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» ο Σ4 αναφέρει ότι υποστηρίζεται σε μεγάλο βαθμό από την οικογένεια και το φιλικό του περιβάλλον. Στα παιδικά του χρόνια η υποστήριξη αυτή ήταν έμπρακτη. Τώρα, λόγω ανεξαρτησίας, δεν χρειάζεται βοήθεια. Λέει χαρακτηριστικά: «... τώρα, σε αυτή την ηλικία, είμαι ανεξάρτητος. Αλλά στην μικρότερη ηλικία, που ζούσαμε μαζί, ναι, με υποστήριζαν έμπρακτα». Υπογραμμίζει, επίσης, ότι πάντα έκανε κατανοητή στους άλλους την ανάγκη του για υποστήριξη προκειμένου να συμμετέχει σε αθλητικές δραστηριότητες. Για τον Σ4, η ιδεατή υποστήριξη ήταν αυτή της οικογένειάς του, η οποία του αφιέρωσε χρόνο για να πραγματοποιήσει αθλητικές δραστηριότητες. Σημειώνει, με έμφαση, ότι από τους γυμναστές στο γυμνάσιο και το λύκειο δεν υπήρχε υποστήριξη, κυρίως λόγω έλλειψης γνώσεων. Λέει χαρακτηριστικά: «Όταν ήμουν στο γυμνάσιο και λύκειο, οι γυμναστές στο σχολείο δεν με άφηναν να κάνω τίποτα. Δεν γνώριζαν...», ενώ η τοπική κοινωνία, τόσο στα παιδικά του χρόνια όσο και τώρα, είναι αδιάφορη. Τέλος, θεωρεί ότι οι θέσεις του αναπηρικού κινήματος για την ενασχόληση με τον αθλητισμό είναι προβληματικές: «Δυστυχώς δεν μπορούν να επηρεάσουν την ενασχόληση των μαθητών - μαθητριών με τον αθλητισμό και αυτό γιατί δεν βοηθούν τα παιδιά από μικρή ηλικία να μάθουν για την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.»

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» ο Σ4 υποστηρίζει ότι ήταν οι φίλοι του αυτοί που τον επηρέασαν να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Λέει χαρακτηριστικά: «Οι φίλοι μου όμως ασχολιόντουσαν με τον αθλητισμό και με παρότρυναν να ασχοληθώ και εγώ με τον αθλητισμό.» Η οικογένειά του, αν και δεν συμμετείχε σε αθλητικές δραστηριότητες, αναγνώριζε την σπουδαιότητα του αθλητισμού και τον υποστήριζε. Ο Σ4 διατηρεί σχέσεις με άλλα άτομα με οπτική αναπηρία, τα οποία ασχολούνται με τον αθλητισμό και τον παροτρύνουν να γυμνάζεται. Πιστεύει ότι η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν.» Ο Σ4 χρησιμοποιεί τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα. Επισημαίνει όμως ότι τα ΜΜΕ δεν μπορούν να επηρεάσουν τα άτομα με οπτική αναπηρία να

ασχοληθούν με τον αθλητισμό καθώς δεν αφιερώνουν τηλεοπτικό χρόνο στην κάλυψη αθλητικών γεγονότων που αφορούν άτομα με οπτική αναπηρία. Ο Σ4 πιστεύει ότι η θέληση είναι αυτή που μετράει για την ενασχόληση με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα και όχι τα αθλητικά πρότυπα. Τα αθλητικά πρότυπα τον βοήθησαν στο πέτυχει τους αθλητικούς του στόχους.

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» ο Σ4 αναφέρει ότι τόσο η αυτοεκτίμηση του όσο και η εμπιστοσύνη στις σχέσεις του με άλλα μέλη του κοινωνικού του δικτύου αναπτύχθηκαν μέσω της συμμετοχής του σε αθλητικές δραστηριότητες, ενώ βελτιώθηκε και η συνολική του εικόνα καθώς, όπως εμφατικά αναφέρει, περισσότερα άτομα τον προσέγγισαν.

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ4 υποστηρίζει ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν τον κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και αυτό γιατί δεν υπάρχει προσβασιμότητα στις αθλητικές εγκαταστάσεις. Λέει χαρακτηριστικά ότι «οι δήμοι και οι φορείς τους αποκλείουν από τις αθλητικές εγκαταστάσεις.» Στον αποκλεισμό που βιώνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία είναι οι ελάχιστες αθλητικές εγκαταστάσεις που είναι προσβάσιμες (έντονος τόνος φωνής), τα ελάχιστα προγράμματα προσαρμοσμένης φυσικής αγωγής και άθλησης που προσφέρονται στα άτομα με οπτική αναπηρία, καθώς και η έλλειψη προγραμμάτων εκμάθησης αθλημάτων για τα άτομα αυτά. Ο Σ4 επιβεβαιώνει η οικογένεια του δεν έχει συμβάλει καθόλου στο να αυτοαποκλειστεί, καθώς, όπως ισχυρίζεται, ποτέ δεν είχε «διαφορετική αντιμετώπιση σε σχέση με τα αδέρφια» του ως προς την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες. Τέλος, εξηγεί ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης «είναι προσβάσιμες για τα άτομα με οπτική αναπηρία».

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» ο Σ4 πιστεύει ότι «οφείλεται τόσο στην κοινωνία, όσο και στην ψυχολογία του ανθρώπου που βιώνει την αναπηρία. Αν η ψυχολογία σου είναι να νιώθεις ανίκανος στο να κάνεις πράγματα έτσι θα

σε αντιμετωπίσει και η ίδια η κοινωνία,» δηλαδή η ψυχολογία του ίδιου του ατόμου το περιθωριοποιεί, και μετά ακολουθεί η κοινωνία. Δεν έχει νιώσει ποτέ απαξιώτική, εχθρική ή με λύπηση συμπεριφορά όπως και κάποια τραυματική εμπειρία που να τον επηρέασε αρνητικά ως προς την ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Έχει αποδεχθεί την αναπηρία του και τίποτα δεν θα τον επηρέαζε «ώστε να σταματήσω τη ενασχόληση μου με τον αθλητισμό».

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ4 θεωρεί ότι το σώμα του «είναι κατάλληλο για αθλητικές δραστηριότητες». Πιστεύει ότι τα τυφλά άτομα δεν είναι υποδεέστερα ενώ, τέλος, λέει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων μόνο όταν δεν μπορεί να κάνει κάποια πράγματα.

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» ο Σ4 εξηγεί ότι κατακλύζεται από «ευχαρίστηση, χαρά, δυναμικότητα, και χαμόγελο.»

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» ο Σ4 συνδέει το θεσμικό πλαίσιο με τι σπουδές του. Θεωρεί ότι ο θεσμικό πλαίσιο δεν είναι βοηθητικό, καθώς όταν λείπει για αγώνες δεν μπορεί να ολοκληρώσει τις σπουδές του «λόγω απουσιών που μου βάζουν οι καθηγητές μου». Γνωρίζει για τα προνόμια και τα οικονομικά κίνητρα για τα άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό αλλά δεν πιστεύει ότι θα τον «βοηθήσουν στην ενασχόληση μου με τον αθλητισμό».

Υποκείμενο 5

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ5 – ο οποίος έχει οπτική αναπηρία εκ γενετής -ανάφερε ότι είχε φυσική δραστηριότητα από μικρή ηλικία μέσω του σχολικού αθλητισμού και των αθλοπαιδιών στη γειτονιά. Ωστόσο, δεν μπόρεσε να μνηθεί στον αθλητισμό λόγω της μη ύπαρξης προγράμματος προσαρμοσμένου αθλητισμού στο χωριό του. Πληροφορήθηκε

για τις ευκαιρίες «που έχουν τα παιδιά με πρόβλημα όρασης στον αθλητισμό» όταν στην ηλικία των 17 ετών πήγε στην Θεσσαλονίκη για να παρακολουθήσει τα εκπαιδευτικά προγράμματα στο ΚΕΑΤ.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» ο Σ5 αναφέρει ότι οι γονείς του ήταν υποστηρικτικοί ως προς την ενασχόλησή του με τον αθλητισμό, όπως και οι φίλοι του στο γυμνάσιο και οι γυμναστές του στο σχολείο. Αντίθετα, η τοπική κοινωνία δεν ήταν υποστηρικτική γιατί - όπως εξηγεί - δεν υπήρχαν οι κατάλληλες υποδομές για την ανάπτυξη του αναπηρικού αθλητισμού. Ωστόσο, προσθέτει ότι στην πόλη που ήρθε μετά (Θεσσαλονίκη) οι συνάνθρωποι του ήταν πολύ υποστηρικτικοί καθώς του υπόδειξαν αθλητικά σωματεία τα οποία καλλιεργούσαν αθλήματα για άτομα με οπτικές αναπηρίες. Ο Σ5 διαχωρίζει την υποστήριξη που δέχτηκε σε αυτή του χωριού και της πόλης. Όσο αφορά το οικογενειακό του περιβάλλον, ο Σ5 αναφέρει ότι τον στήριζε και συνεχίζει να τον στηρίζει έμπρακτα, αποδεχόμενος ότι από την οικογένεια του έλαβε την ιδεατή υποστήριξη, καθώς δεν ήταν υπερπροστατευτικοί για να τον περιορίσουν. Προσθέτει ότι πάντα έκανε κατανοητό στην οικογένεια του ότι χρειαζόταν υποστήριξη γιατί όπως λέει «πιστεύω ότι διεκδικώ αυτά που θέλω για την ενασχόληση μου με τον αθλητισμό.» Τέλος, ο Σ5 θεωρεί ότι οι θέσεις του αναπηρικού κινήματος για την ενασχόληση των μαθητών και των μαθητριών με τον αθλητισμό δεν είναι στο σωστό "δρόμο" καθώς δεν έχει παρουσιαστεί από τους φορείς που το εκφράζουν ένα οργανωμένο πλάνο. Ο βασικός πυλώνας εκπαίδευσης για τα άτομα με μειωμένη όραση, που είναι το ΚΕΑΤ, δεν προωθεί, κατά την άποψη του, την ενασχόληση των παιδιών με τον αθλητισμό.

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» ο Σ5 αποκαλύπτει κανείς από την οικογένεια του δεν ασχολείται με την φυσική δραστηριότητα. Αυτοί που τον παρακίνησαν να ασχοληθεί με τον αθλητισμό ήταν οι φίλοι του, αρχικά στην επαρχία και μετέπειτα στην πόλη που τώρα διαμένει. Διατηρεί σχέσεις με οπτικά ανάπηρα άτομα, τα οποία ασχολούνται με τον αθλητισμό και παρακινούν και εκείνον να συνεχίσει. Από την στιγμή που ασχολήθηκε με το ομαδικό άθλημα που παίζει, νιώθει ότι ανήκει σε μία ομάδα και μπορεί να πετύχει τους

στόχους του. Παραδέχεται ότι επηρεάζεται από αθλητικά πρότυπα μέσα από αυτά που ακούει και διαβάζει, αλλά εξηγεί ότι η δική του συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες οφείλεται στην προσωπική του βούληση. Ενώ χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα, διαπιστώνει ότι τα ΜΜΕ δεν ενημερώνουν αρκετά και με τον τρόπο που πρέπει. Δυστυχώς, λέει, γίνεται αναφορά μόνο στους Παραολυμπιακούς και τους Ολυμπιακούς αγώνες. Δεν υπάρχει σχεδόν καμία πληροφόρηση ως προς την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό. Σύμφωνα με τον Σ5, για να πληροφορηθεί κάποιος για τις ευκαιρίες άθλησης των ατόμων με οπτική αναπηρία βασίζεται κυρίως στην τύχη!

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ. σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» ο Σ5 υποστηρίζει ότι μέσω του αθλητισμού «... κοινωνικοποιείσαι, συναναστρέφεσαι με κόσμο, εμπιστεύεσαι άλλους ανθρώπους και αποβάλεις τις φοβίες σου». Η ενασχόληση του με τον αθλητισμό δεν άλλαξε κάτι ως προς τον τρόπο αντιμετώπισης και της εικόνας που είχαν οι άλλοι γι' αυτόν. Ίσως τώρα «αισθάνονται πιο περήφανοι».

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ5 υποστηρίζει ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό που πολλές φορές προέρχεται από την ίδια την οικογένεια τους. Η διαφορετική αντιμετώπιση λόγω «μη ενημέρωσης των γονέων για το πως πρέπει να φέρονται σε ένα παιδί με οπτική αναπηρία» μπορεί να γίνει αιτία αποκλεισμού του. Εστιάζει στο ότι δεν υπάρχουν προγράμματα άθλησης, τα οποία είναι προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτική αναπηρία. Υπάρχουν μόνο μεμονωμένα παραδείγματα αθλητικών σωματείων που καλλιεργούν τον αναπηρικό αθλητισμό, ενώ ελάχιστες είναι και οι αθλητικές εγκαταστάσεις που είναι προσβάσιμες. Λέει χαρακτηριστικά ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία «δεν μπορούν σε όλη την Ελλάδα» να απευθυνθούν σε προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων καθώς «είναι ελάχιστα τα αθλητικά σωματεία που καταρτίζουν προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων για τους οπτικά ανάπηρους». Τέλος οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες « οι περισσότερες».

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» ο Σ5 θεωρεί ότι η κοινωνία περιθωριοποιεί τα άτομα με αναπηρία γιατί «την ψυχολογία την φτιάχνει η κοινωνία. Αν σε στηρίζουν οι δικοί σου άνθρωποι, οι γείτονες σου, τότε και η ψυχολογία σου αλλάζει». Ο Σ5 δεν έχει αισθανθεί εχθρική συμπεριφορά ή συμπεριφορά λύπησης, όπως και ποτέ δεν είχε κάποια τραυματική εμπειρία σχετικά με την ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Η αναπηρία του δεν τον έχει επηρεάσει αρνητικά ώστε να μην θέλει να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Πιστεύει ότι το μόνο που θα μπορούσε να επηρεάσει κάποιον τυφλό αρνητικά ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό είναι ο τόνος της φωνής του ανθρώπου που έχει απέναντι του.

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ5 αν και πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων, γιατί δεν μπορεί να κάνει κάποια πράγματα, θεωρεί ότι έχει κατάλληλο σώμα για την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες. Θεωρεί επίσης, ότι σε καμία περίπτωση τα άτομα με οπτική αναπηρία δεν είναι υποδεέστερα.

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» ο Σ5 υπογραμμίζει ότι έχει «πολλά έντονα θετικά συναισθήματα», συγκινήσεις όπως και κοινωνικοποίηση.

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» ο Σ5 υποστηρίζει ότι το θεσμικό πλαίσιο δεν τον έχει επηρεάσει. Πιστεύει όμως ότι τα προνόμια και τα οικονομικά κίνητρα που υπάρχουν είναι βοηθητικά.

Υποκείμενο 6

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ6, ο οποίος έχει επίκτητη οπτική αναπηρία, μυήθηκε στον αθλητισμό από πολύ μικρή ηλικία. Μετά τα δεκαέξι, όταν και απώλεσε την όραση του,

σταμάτησε να ασχολείται με τον αθλητισμό γιατί όντας τυφλός δεν μπορούσε να κάνει ποδηλασία.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» ο Σ6 αναφέρει ότι η οικογένεια του είναι υποστηρικτική ως προς την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες στην περίπτωση που αυτός θελήσει να ξαναρχίσει. Θεωρεί ότι αυτή η υποστήριξη θα είναι έμπρακτη. Κάνει κατανοητό ότι για να ασχοληθεί με τον αθλητισμό χρειάζεται υποστήριξη. Οι φίλοι του δεν έχουν υποστηρικτική διάθεση όπως και η τοπική κοινωνία που όπως πιστεύει δεν θα τον στήριζε γιατί δεν ξέρουν ότι ζει. Λέει χαρακτηριστικά: «δεν πιστεύω ότι (η τοπική κοινωνία) θα με στήριζε και αυτό γιατί δεν με ξέρουν.»

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» ο Σ6 αναφέρει ότι κανείς από την οικογένεια του και το φιλικό του περιβάλλον δεν ασχολείται με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Διατηρεί σχέσεις με άλλα τυφλά άτομα αλλά δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Δεν έχει κάποιο αθλητικό πρότυπο ώστε να τον επηρεάσει, αλλά αν τον «προσέγγιζε κάποιος που έχει επιτυχίες στον αναπηρικό αθλητισμό ίσως με βοηθούσε στο να συμμετέχω». Πιστεύει ότι η ενασχόληση με τον αθλητισμό ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» σε μια ομάδα. Θεωρεί ότι τα ΜΜΕ επηρεάζουν θετικά την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία με τον αθλητισμό, αν και δεν υπάρχει πληροφόρηση για τις ευκαιρίες συμμετοχής σε αθλήματα που ενδιαφέρουν τους οπτικά αναπήρους. Τέλος, υποστηρίζει ότι χρησιμοποιεί ελάχιστα τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης προκειμένου να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα.

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» ο Σ6 διαπιστώνει ότι αν και δεν ασχολείται με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα πιστεύει ότι η πιθανή ενασχόληση του με κάποιας μορφής άσκησης θα τον βοηθούσε να νιώσει ο ίδιος όμορφα και θα βελτιωνόταν η εικόνα που έχουν οι άλλοι για αυτόν.

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ6 ισχυρίζεται ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό μόνο ως προς την προσβασιμότητα τους στις αθλητικές εγκαταστάσεις. Λέει χαρακτηριστικά: «Κοινωνικό αποκλεισμό θα έλεγα ότι βιώνουν γιατί δεν μπορούν να κυκλοφορήσουν στους δρόμους εύκολα όπως οι άλλοι». Δεν έχει άποψη αν οι αθλητικές εγκαταστάσεις είναι προσβάσιμες καθώς, όπως λέει, «Δεν έχω επισκεφτεί κάποια αθλητική εγκατάσταση». Στον δήμο που διαμένει δεν έχει ακούσει αν προσφέρονται προσαρμοσμένα προγράμματα άθλησης για άτομα με οπτική αναπηρία. Ο Σ6 υποστηρίζει ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία δεν μπορούν να απευθυνθούν σε προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων καθώς δεν υπάρχει καμία ενημέρωση. Τέλος, δεν είχε διαφορετική αντιμετώπιση από την οικογένεια του ως προς την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες ώστε να αποκλειστεί από την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» ο Σ6 υποστηρίζει ότι επηρεάζεται από την ψυχολογία του και βιώνει αποκλεισμό, καταπίεση και περιθωριοποίηση, αν και πιστεύει ότι και η κοινωνία έχει την τάση να αποκλείει. Ο ίδιος δεν έχει δεχθεί απαξιώτική και εχθρική συμπεριφορά ή συμπεριφορά λύπησης όπως και κάποια τραυματική εμπειρία που να τον απώθησε στο να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Ο τρόπος που αντιμετωπίζει την αναπηρία του τον επιβαρύνει συναισθηματικά ώστε να μην ασχολείται με τον αθλητισμό καθώς νιώθει ότι δεν μπορεί να κάνει αυτά που θέλει. Λέει χαρακτηριστικά: «Ναι, πιστεύω ότι από την στιγμή που έμεινα τυφλός δεν έχω την διάθεση για αθλητική δραστηριότητα. Νιώθω ότι δεν μπορώ να κάνω αυτά που μου αρέσουν. Η ψυχολογία μου δεν είναι καλή». Αν και δεν βλέπει τα βλέμματα των ανθρώπων και τις αντιδράσεις τους ως προς την αναπηρία του, θεωρεί ότι «όταν με βλέπουν έξω θα λένε πως είναι έτσι αυτός, τι κρατάει στα χέρια του; Θεωρώ ότι θα πρέπει να γίνει πιο συνήθης η εικόνα ενός τυφλού».

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» ο Σ6 θεωρεί ότι έχει κατάλληλο σώμα για αθλητικές δραστηριότητες.

Δεν πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων και αυτό γιατί μπορεί να κάνει σχεδόν τα πάντα χωρίς να νιώθει υποδεέστερος από άλλα άτομα.

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» ο Σ6 δηλώνει ότι δεν μπορεί να απαντήσει καθώς δεν συμμετέχει σε φυσικές δραστηριότητες.

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» ο Σ6 απαντά ότι δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο αλλά θα ήθελε να υπάρχει ένα εγχειρίδιο που να αναφέρει τα πάντα για την αναπηρία.

Υποκείμενο 7

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», ο Σ7, ο οποίος έχει οπτική αναπηρία εκ γενετής μνήθηκε στον αθλητισμό σε μεγάλη ηλικία και ο λόγος της καθυστέρησης αυτής (αποτυχία μύησης σε μικρή ηλικία) ήταν ένας τραυματισμός που της δημιούργησε φοβίες.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» η Σ7 πιστεύει ότι η οικογένεια της επέδειξε υποστηρικτική διάθεση όταν έκανε αθλητισμό, ενώ σε περίπτωση που θέλει να ξεκινήσει πάλι θεωρεί ότι θα την υποστηρίξουν. Λέει χαρακτηριστικά : «...με πήγαιναν πάντα όπου ήθελα. Όπως και τώρα αν το ζητήσω». Αν και δεν είχε κάνει κατανοητό στην οικογένεια της ότι χρειάζεται υποστήριξη για την ενασχόληση της με κάποια φυσική δραστηριότητα, πιστεύει ότι ως άτομο με οπτική αναπηρία είχε την ιδεατή υποστήριξη από την οικογένεια της. Αντίστοιχη υποστήριξη λαμβάνει και από τους φίλους της. Αντίθετα, οι γυμναστές της στο σχολείο δεν την προέτρεψαν και δεν υποστήριζαν στην ενασχόληση της με τον αθλητισμό. Η τοπική κοινωνία, αν και γνωρίζει ότι είναι τυφλή, δεν είχε ούτε έχει υποστηρικτική διάθεση.

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού

τους δικτύου με τον αθλητισμό;» η Σ7 αναφέρει ότι περιβάλλεται από ένα κοινωνικό δίκτυο όπου η φυσική δραστηριότητα δεν είναι μέρος της καθημερινότητας τους. Λέει χαρακτηριστικά ότι «οι γονείς μου δεν κάνουν καμία φυσική δραστηριότητα... οι φίλοι μου που κάνω παρέα ούτε και αυτοί ασχολούνται». Στο κοινωνικό της δίκτυο έχει επαφές με άλλα άτομα που είναι τυφλά, αλλά από όσο γνωρίζει «κανείς δεν κάνει κάποιο άθλημα ή έχει φυσική δραστηριότητα» ενώ κανείς δεν «με έχει προτρέψει να ασχοληθώ με την φυσική δραστηριότητα». Η Σ7 πιστεύει «ότι αν συμμετείχα σε κάποια αθλητική δραστηριότητα θα ένιωθα ότι ανήκα σε μία ομάδα». Αν και χρησιμοποιεί τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αναφέρει ότι στα ΜΜΕ θα έπρεπε να «υπάρχει περισσότερη πληροφόρηση για το τι μπορούν να κάνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό» ώστε να ενισχύσουν την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό. Στο κοινωνικό της δίκτυο δεν συμπεριλαμβάνεται κάποιο αθλητικό πρότυπο αλλά αν την προσέγγιζε «κάποιος καλός αθλητής ίσως αποκτούσα».

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), «Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» η Σ7 θεωρεί ότι «ότι ο αθλητισμός βοηθάει στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης και στην ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης (με άλλα) με άτομα με οπτική αναπηρία».

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» η Σ7 αναφέρει ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία «βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό, ειδικά όταν δεν μπορούν να μετακινηθούν και να πάνε με ασφάλεια κάπου.» Αναφέρει ένα παράδειγμα αποκλεισμού που βίωσε σε μικρή ηλικία όταν «είχα πάει στο μπαλέτο αλλά η κυρία δεν μπορούσε να με δεχτεί στο τμήμα γιατί δεν ήξερε πώς να με γυμνάσει». Συμπερασματικά, η Σ7 θεωρεί ότι βιώνει κοινωνικό αποκλεισμό ως προς της υποδομές, τις μετακινήσεις της, καθώς και την έλλειψη εξειδικευμένου προσωπικού. Αναφέρει ότι δεν έχει ακούσει αν προσφέρονται προσαρμοσμένα προγράμματα άθλησης στα άτομα με οπτική αναπηρία. Τέλος, υπογραμμίζει δεν έχει βιώσει διαφορετική αντιμετώπιση από το οικογενειακό της περιβάλλον, το οποίο και φρόντισε να μην την αποκλείσει από την φυσική δραστηριότητα.

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» η Σ7 πιστεύει ότι η περιθωριοποίηση ξεκινάει από την κοινωνία, αν και η ίδια δεν έχει αισθανθεί απαξιώτική, εχθρική ή από λύπηση συμπεριφορά που να την απέτρεψε από την συμμετοχή της σε κάποια φυσική δραστηριότητα. Τέλος, υποστηρίζει ότι δεν έχει επηρεαστεί συναισθηματικά από την αναπηρία της ώστε να μην επιθυμεί φυσική δραστηριότητα. Αυτό που ίσως να την επηρέαζε αρνητικά στην ενασχόληση της με τον αθλητισμό είναι ο τόνος της φωνής των συνανθρώπων μας, μιας και δεν βλέπει.

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» η Σ7 θεωρεί ότι δεν έχει το κατάλληλο σώμα για αθλητικές δραστηριότητες γιατί, όπως λέει, «δεν γυμνάζομαι». Πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων γιατί δεν βλέπει και όχι γιατί δεν μπορεί να κάνει πράγματα στην καθημερινότητα της. Δεν θεωρεί, λοιπόν, ότι είναι υποδεέστερη λόγω της αναπηρίας της .

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» η Σ7 εξηγεί ότι δεν μπορεί να γνωρίζει γιατί δεν γυμνάζεται.

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» η Σ7 απαντά ότι δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο, αν και γνωρίζει ότι υπάρχουν προνόμια και οικονομικά κίνητρα για τους αθλητές, Δηλώνει, όμως, ότι κίνητρα και προνόμια δεν θα την επηρέαζαν στο να αρχίσει την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

Υποκείμενο 8

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», η Σ8 – με εκ γενετής οπτική αναπηρία - ανέφερε ότι η ενασχόληση της με τον αθλητισμό ξεκίνησε σε μεγάλη ηλικία (19ετών). Η μύηση της στον αθλητισμό

απέτυχε λόγω προσωπικής βούλησης, καθώς όπως λέει δεν την «ελκύει ο αθλητισμός αν και ξέρω ότι πρέπει να κάνω για την υγεία μου».

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι /συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» η Σ8 αναφέρει ότι τόσο η οικογένεια της όσο και οι φίλοι της ήταν υποστηρικτικοί αλλά παρατηρούσαν ότι δεν της «...άρεσε η φυσική δραστηριότητα». Πάντα έκανε κατανοητό ότι χρειάζεται υποστήριξη ως προς την ενασχόληση της με τον αθλητισμό και πάντα είχε την έμπρακτη υποστήριξη του άμεσου οικογενειακού της περιβάλλοντος. Υποστηρίζει ότι είχε την ιδεατή υποστήριξη από την οικογένεια της και νιώθει ότι δεν «θα έπρεπε να κάνουν κάτι παραπάνω οι γονείς μου καθώς εμένα δεν μου αρέσει ο αθλητισμός».

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» η Σ8 απαντάει ότι στο άμεσο κοινωνικό της περιβάλλον συναναστρέφεται με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό, αναφέροντας ότι αυτά ήταν και τα άτομα που την προέτρεψαν να ασχοληθεί σε μεγάλη ηλικία. Η οικογένεια της «στο παρελθόν ασχολούταν με την φυσική δραστηριότητα» κάτι όμως που δε την επηρέασε ώστε να μνηθεί στην φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Η Σ8 χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα, όπως και για τις επιδόσεις των φίλων της. Θεωρεί ότι τα ΜΜΕ «μιλάνε μόνο για τους Ολυμπιακούς αγώνες» με αποτέλεσμα να μην ενισχύουν την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό. Λέει χαρακτηριστικά: «Δεν παρουσιάζουν σωστά τον αναπηρικό αθλητισμό». Αναδεικνύει την έλλειψη πληροφόρησης ως προς τις ευκαιρίες που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό λέγοντας ότι «... δεν υπάρχει πληροφόρηση. Στο KEAT θα πρέπει να υπάρχουν γυμναστές που να πληροφορούν για το τι μπορούν να κάνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό.» Πιστεύει ότι η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν.» Τέλος, υποστηρίζει ότι δεν θα μπορούσε κανένα αθλητικό πρότυπο να την επηρεάσει θετικά ώστε να ασχοληθεί με την φυσική δραστηριότητα καθώς, όπως λέει, είναι «θέμα αντίληψης».

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» η Σ8 πιστεύει ότι, μέσω του αθλητισμού, αναπτύσσεται η αυτοεκτίμηση και η εμπιστοσύνη. Δεν μπορεί να ξέρει αν επηρεάζεται ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα που είχαν οι άλλοι γι' αυτήν όταν ασχολήθηκε με τον αθλητισμό καθώς ο χρόνος ενασχόλησής της ήταν μικρός.

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» η Σ8 εξηγεί ότι προσωπικά δεν βιώνει «... κοινωνικό αποκλεισμό και αυτό γιατί μπορώ να πηγαίνω παντού μόνη μου. Όμως άτομα που δεν μπορούν να μετακινηθούν μόνα τους πιστεύω ότι βιώνουν. Είναι θέμα εκπαίδευσης». Από την οικογένεια της δεν είχε διαφορετική αντιμετώπιση, και δεν την απέκλεισαν από τις αθλητικές δραστηριότητες. Έχει όμως παρατηρήσει ότι σχεδόν όλες οι αθλητικές εγκαταστάσεις δεν είναι προσβάσιμες, ότι δεν προσφέρονται προσαρμοσμένα προγράμματα άθλησης στα άτομα με οπτική αναπηρία, και ότι δεν μπορούν οι ίδιοι οι ανάπηροι να απευθυνθούν σε προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων (αν και όπως λέει «γίνονται προσπάθειες»). Τέλος θεωρεί ότι «οι αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες στα άτομα με οπτική αναπηρία.»

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» η Σ8 υποστηρίζει ότι «Είναι ένας συνδυασμός» της κοινωνίας και της ψυχολογίας ... «αλλά λίγο περισσότερο (ευθύνεται) η ψυχολογία». Η ίδια αναφέρει ότι δεν έχει αισθανθεί ποτέ απαξιώτική συμπεριφορά, ούτε είχε κάποια τραυματική εμπειρία που να την απώθησε από τον αθλητισμό και να την περιθωριοποίησε. Επιπρόσθετα, αναφέρει ότι η αναπηρία της δεν την έχει επιβαρύνει συναισθηματικά ώστε να έχει αρνητικά συναισθήματα στην ενασχόληση της με την φυσική δραστηριότητα. Τέλος, ότι αυτό που ίσως θα την επηρέαζε αρνητικά, μιας και δεν βλέπει τα βλέμματα των ανθρώπων που αντικρίζουν την αναπηρία της, θα ήταν «ένας συνδυασμός τόνου φωνής και λόγου,» αλλά δεν της έχει «τύχει κάτι τέτοιο».

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» η Σ8 απαντά κατηγορηματικά και γελώντας ότι «σε καμία περίπτωση» δεν είναι το σώμα της κατάλληλο. Πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων γιατί το βλέπει «... ιατρικά ότι δεν είμαι αρτιμελής» ενώ σε καμία περίπτωση δεν νιώθει ότι είναι υποδεέστερη.

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» η Σ8 διευκρινίζει ότι «Όταν έκανα αθλητισμό ένιωθα ενθουσιασμό. Μετά όταν κατάλαβα ότι δεν μπορώ να το κάνω λόγω της κούρασης που ένιωθα απογοητεύτηκα με τον εαυτό μου. Μετά όμως ήρθε η ανακούφιση (γέλια).»

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» η Σ8 απαντάει ότι δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο.

Υποκείμενο 9

Απαντώντας στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα (EE1), «Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;», η Σ9 – με εκ γενετής οπτική αναπηρία – ανέφερε ότι η ενασχόληση της με τον αθλητισμό ξεκίνησε σε μεγάλη ηλικία (15 ετών), μέσω του ποδοσφαίρου. Η μύηση της στον αθλητισμό απέτυχε γιατί δεν υπήρχε ο απαιτούμενος αριθμός τυφλών κοριτσιών για να δημιουργηθεί ομάδα.

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα (EE2), «Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι /συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;» η Σ9 αναφέρει ότι υποστήριξη στην ενασχόληση της με τον αθλητισμό δέχθηκε μόνο από την οικογένεια της, η οποία την στήριζε και έμπρακτα. Πάντα έκανε κατανοητό ότι χρειάζεται υποστήριξη για να πραγματοποιηθεί η αθλητική δραστηριότητα λέγοντας ότι « η γυμνάστρια στο σχολείο προσάρμοζε το μάθημα σε μένα». Θεωρεί ότι τα μέλη της οικογένειάς της «έκαναν ότι μπορούσαν απλά

δεν υπήρχαν κατάλληλοι χώροι και άνθρωποι ώστε να μου κάνουν γυμναστική στην επαρχία που έμενα».

Απαντώντας στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα (EE3), «Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;» η Σ9 απαντά ότι οι γονείς της «δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό». Όσο για το φιλικό της περιβάλλον, όσο ήταν στην επαρχία δεν είχε φίλους. Απέκτησε φίλους στην διαμονή της στην Αθήνα και την εκπαίδευση της στο KEAT. Οι φίλοι της «κάνουν αθλητισμό» και την «προτρέπουν να ασχοληθεί και αυτή με την φυσική δραστηριότητα. Μάλιστα όπως σημειώνει με ενθουσιασμό, σκέφτεται να ξεκινήσει «γυμναστήριο με μία φίλη». Στο φιλικό της περιβάλλον συναναστρέφεται με άλλα τυφλά άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό, ενώ δέχεται και από αυτά προτροπή ως προς την ενασχόληση της με τον αθλητισμό. Πιστεύει ότι ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες. Χρησιμοποιεί τα μέσα κοινωνική δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα, ενώ διαπιστώνει ότι υπάρχει έλλειψη ενημέρωσης από τα ΜΜΕ ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων που έχουν οπτική αναπηρία.

Στο τέταρτο ερευνητικό ερώτημα (EE4), « Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;» η Σ9 επιβεβαιώνει ότι οι αθλητικές δραστηριότητες αναπτύσσουν την αυτοεκτίμηση και την εμπιστοσύνη λέγοντας ότι «Το ένιωσα όταν ασχολήθηκα για λίγο με τον αθλητισμό». Αντιθέτως, δεν νομίζει ότι βελτιώθηκε ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα που είχαν οι άλλοι γι' αυτήν με την ενασχόλησή της καθώς, όπως λέει, τους ήταν αδιάφορο. Λέει χαρακτηριστικά: «δεν νομίζω ότι τους ένοιαζε».

Απαντώντας στο πέμπτο ερευνητικό ερώτημα (EE5), «Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;» η Σ9 εντοπίζει τα αίτια του αποκλεισμού στην έλλειψη προσβασιμότητας γενικότερα αλλά και ειδικότερα στις αθλητικές εγκαταστάσεις. Επίσης στην επαρχία δεν μπορούσε να απευθυνθεί σε προγράμματα άθλησης προσαρμοσμένα σε τυφλούς αλλά ούτε στην εκμάθηση αθλημάτων. Στην πόλη που διαμένει υπάρχουν ελάχιστα. Έχει διαπιστώσει ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες. Τέλος, η ίδια δεν ένωσε ποτέ διαφορετική αντιμετώπιση

από τους γονείς της ως προς την συμμετοχή της στις φυσικές δραστηριότητες με αποτέλεσμα να μην νιώθει αποκλεισμένη.

Στο έκτο ερευνητικό ερώτημα (EE6), «Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;» η Σ9 υποστηρίζει ότι η περιθωριοποίηση οφείλεται και στην κοινωνία και στην ψυχολογία του ίδιου του ατόμου που βιώνει την αναπηρία. Από τα μέλη της κοινωνίας δεν έχει βιώσει ποτέ κάποια απαξιοτική συμπεριφορά ούτε είχε κάποια τραυματική εμπειρία ώστε να την αποτρέψει από κάποια αθλητική δραστηριότητα. Τέλος, προσθέτει ότι αν και δεν βλέπει τα «περίεργα» βλέμματα των ανθρώπων σχετικά με την αναπηρία της, αυτό που θα την επηρέαζε ίσως αρνητικά θα ήταν ο τρόπος που θα της μιλούσε κάποιος.

Στο έβδομο ερευνητικό ερώτημα (EE7), «Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;» η Σ9, αν και πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων, νιώθει μία αβεβαιότητα για τον αν το σώμα της είναι κατάλληλο για την συμμετοχή της στις αθλητικές δραστηριότητες και αυτό γιατί είναι «καιρό αγύμναστη». Σε καμία περίπτωση δεν νιώθει τον εαυτό της υποδεέστερο λόγω της αναπηρίας της.

Στο όγδοο ερευνητικό ερώτημα (EE8), «Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;» η Σ9 αναφέρει ότι δεν μπορεί να γνωρίζει γιατί δεν γυμνάζεται.

Τέλος, στο ένατο ερευνητικό ερώτημα (EE9), «Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;» η Σ9 υπογραμμίζει ότι δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο.

4.3.2 Οριζόντια ανάλυση

Παρακάτω γίνεται η παρουσίαση της οριζόντιας ανάλυσης με βάση τα ερευνητικά ερωτήματα.

EE1: Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;

Σ1- Η ενασχόληση του με τον αθλητισμό ξεκίνησε από πολύ μικρή ηλικία με τη συμμετοχή του σε διάφορα αθλήματα. Η απόκτηση της αναπηρίας του ύστερα από το

ατύχημα δεν τον εμπόδισε ώστε να συνεχίσει να αθλείται συστηματικά και σε υψηλό επίπεδο. Τόσο πριν αποκτήσει την αναπηρία του όσο και μετέπειτα ποτέ η μύηση του στον αθλητισμό δεν επηρεάστηκε αρνητικά από κάποιον εξωγενή παράγοντα. Ο Σ1 κατά την μετακίνηση του στον χώρο της συνέντευξης όσο και κατά την διάρκεια της συνέντευξης παρουσίαζε στοιχεία αυτοπεποίθησης. Ο λόγος του είχε συνέχεια, χωρίς σημεία παύσης και παρατεταμένης σκέψης.

Σ2 - Η μύηση του στον αθλητισμό έγινε από πολύ μικρή ηλικία χωρίς να απέτυχε στην προσπάθεια του να μνηθεί στον αθλητισμό.

Σ3 - Μυήθηκε από πολύ μικρή ηλικία στον αθλητισμό σε διάφορα αθλήματα. Αναφέρει ότι ο μοναδικός λόγος αποτυχίας στην μύηση του στον αθλητισμό ήταν η μη παροχή αναπηρικού αθλητισμού στην επαρχία που διέμενε κατά τα παιδικά του χρόνια.

Σ4 - Μυήθηκε στον αθλητισμό από πολύ μικρή ηλικία μέσω του παιχνιδιού με φίλους ενώ τίποτα δεν τον εμπόδισε στην μύηση του στον αθλητισμό.

Σ5 - Είχε φυσική δραστηριότητα από μικρή ηλικία μέσω του σχολικού αθλητισμού και των αθλοπαιδιών στη γειτονιά. Δεν μπόρεσε να μνηθεί στον αθλητισμό, λόγω μη αναπηρικού αθλητισμού στο χωριό. Ο Σ5 στην ηλικία των δεκαεφτά ετών έμαθε τις ευκαιρίες «που έχουν τα παιδιά με πρόβλημα όρασης στον αθλητισμό» όταν πήγε στην Θεσσαλονίκη για να περάσει εκπαίδευση στο ΚΕΑΤ.

Σ6 - Μυήθηκε στον αθλητισμό από πολύ μικρή ηλικία. Μετά τα δεκαέξι που τυφλώθηκε σταμάτησε να ασχολείται με τον αθλητισμό. Οι λόγοι αποτυχίας είναι γιατί δεν μπορεί να κάνει ποδηλασία σαν τυφλός.

Σ7 - Εκ γενετής τυφλός, μυήθηκε στον αθλητισμό σε μεγάλη ηλικία και ο λόγος αποτυχίας ήταν ένας τραυματισμός που της δημιούργησε φοβίες.

Σ8 - Η ενασχόληση της με τον αθλητισμό ξεκίνησε σε μεγάλη ηλικία (19 ετών). Η μύηση της στον αθλητισμό απέτυχε, λόγω προσωπικής βούλησης καθώς όπως λέει δεν την «ελκύει ο αθλητισμός αν και ξέρω ότι πρέπει να κάνω για την υγεία μου».

Σ9 - Ανέφερε ότι η ενασχόληση της με τον αθλητισμό ξεκίνησε σε μεγάλη ηλικία (15 ετών) μέσω του ποδοσφαίρου. Η μύηση της στον αθλητισμό απέτυχε γιατί δεν υπήρχε ο απαιτούμενος αριθμός τυφλών κοριτσιών για να δημιουργηθεί ομάδα.

ΕΕ2: Υποστηρίζει και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι /συνομήλικοι/συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες / τοπική κοινωνία, την ενασχόληση /την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;

Σ1 - Είναι δέκτης σημαντικής και έμπρακτης υποστήριξης από την οικογένεια του ως προς την ενασχόληση του με τον αθλητισμό, τόσο πριν από το ατύχημα όσο και μετά από αυτό. Χαρακτηριστικά σημειώνει ότι,«στην παιδική ηλικία η οικογένεια μου με υποστήριξε αρκετά...στη συνέχεια, από τη στιγμή που πέρασα σε άλλο επίπεδο (είμαι και διεθνής αθλήτης), με υποστήριξαν και με υποστηρίζουν». Η υποστήριξη από την οικογένεια ως προς την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες χαρακτηρίζεται ως ιδεατή, αν και θα ήθελε περισσότερη *κατανόηση* από την δική τους πλευρά, που όμως δεν υπάρχει «λόγω έλλειψης αθλητικής παιδείας ή λόγω έλλειψης γνώσεων για το τι χρειάζομαι...». Τονίζει ακόμα ότι έχει κάνει απολύτως κατανοητό στην οικογένεια του ότι κάποιες φορές χρειάζεται υποστήριξη ώστε να πραγματοποιήσει τις αθλητικές του δραστηριότητες. Αντίστοιχα, και το φιλικό του περιβάλλον είναι πολύ υποστηρικτικό εκδηλώνοντας αυτή την υποστήριξη και με έμπρακτο τρόπο. Ο Σ1 δηλώνει με έμφαση ότι οι καθηγητές του στο Πανεπιστήμιο τον υποστηρίζουν ενώ, αντιθέτως, υπογραμμίζει την απουσία υποστήριξης από την τοπική κοινωνία, κυρίως λόγω έλλειψης υποδομών και εξειδικευμένου προσωπικού. Ο Σ1 αναδεικνύει ότι οι «φορείς αδιαφορούν σχετικά με τον αναπηρικό αθλητισμό και το τι αυτός μπορεί να προσφέρει στα άτομα με αναπηρία.» Ως παράδειγμα αναφέρει το ΚΕΑΤ, όπου διαπιστώνει ότι δεν απασχολεί «ανθρώπους, γνώστες του αναπηρικού αθλητισμού,» με τεχνογνωσία ως προς την προώθηση του, με αποτέλεσμα να μην μπορεί να υποστηρίξει άτομα με οπτικές αναπηρίες που θέλουν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό.

Σ2 - Η οικογένεια του όσο και του φιλικό του περιβάλλον τον υποστηρίζουν σε μεγάλο βαθμό. Η υποστήριξη αυτή γίνεται με έμπρακτο τρόπο καθώς όπως λέει η μητέρα του τον βοηθάει «με το διατροφικό κομμάτι», ενώ ο πατέρας του και ο αδερφός του τον «βοηθούν στις μετακινήσεις μου με το αυτοκίνητο». Έκανε και κάνει κατανοητό στην οικογένεια του και τους φίλους του ότι χρειάζεται υποστήριξη για την ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Χαρακτηρίζει την υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας ως «ψιλό- αδιάφορη». Ενώ τέλος υποστηρίζει ότι η υποστήριξη από την οικογένεια του ήταν και είναι η ιδεατή. Όπως λέει τον «υποστηρίζει σωστά». Οι θέσεις του αναπηρικού κινήματος για την

ενασχόληση με τον αθλητισμό λέει ότι «βοηθάνε και επηρεάζουν έστω και λίγο» αν και δεν γνωρίζει συγκεκριμένα πράγματα».

Σ3 - Ισχυρίζεται ότι η οικογένεια του και το φιλικό του περιβάλλον ήταν υποστηρικτικοί σε μεγάλο βαθμό. Για τους καθηγητές φυσικής αγωγής υποστηρίζει ότι «άλλοι ήταν και άλλοι όχι» υποστηρικτικοί. Η τοπική κοινωνία στην επαρχία παρόλο που ζούσε κάτι «πρωτόγνωρο» προσπαθούσε να τον υποστηρίξει. Η υποστήριξη από την οικογένεια του ήταν έμπρακτη καθώς όπως λέει «η αυτονομία ήταν πολύ δύσκολη» στην επαρχία. Ο Σ3 υποστηρίζει ότι η ιδεατή υποστήριξη από το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον του είναι η ανεξαρτησία που του πρόσφεραν από μικρή ηλικία. Κατανοητή κάνει σε όλους την ανάγκη για υποστήριξη ώστε να πραγματοποιήσει αθλητικές δραστηριότητες αν και κάποιες φορές δεν γίνεται κατανοητό λόγω έλλειψη γνώσεων. Τέλος πιστεύει ότι το αναπηρικό κίνημα δεν υποστηρίζει την ενασχόληση των μαθητών με τον αθλητισμό καθώς δεν κάνει πράξη όλα αυτά που υποστηρίζει πάνω στον αθλητισμό.

Σ4 - Υποστηρίζεται σε μεγάλο βαθμό από την οικογένεια και το φιλικό του περιβάλλον. Στα παιδικά του χρόνια ήταν έμπρακτη η υποστήριξη. Τώρα λόγω ανεξαρτησίας δεν χρειάζεται βοήθεια «Τώρα σε αυτή την ηλικία είμαι ανεξάρτητος. Αλλά στην μικρότερη ηλικία που ζούσαμε μαζί ναι με υποστήριζαν έμπρακτα». Πάντα έκανε κατανοητό στους άλλους ότι χρειάζεται υποστήριξη για να συμμετέχει στις αθλητικές δραστηριότητες. Για τον Σ4 η ιδεατή υποστήριξη ήταν αυτή της οικογένειας του που χαρακτηρίζεται από υποστήριξη και αφιέρωση χρόνου για να πραγματοποιήσει τις αθλητικές δραστηριότητες. Καμία υποστήριξη δεν υπήρχε από τους γυμναστές στο γυμνάσιο και το λύκειο λόγω έλλειψης γνώσεων «Όταν ήμουν στο γυμνάσιο και λύκειο οι γυμναστές στο σχολείο δεν με άφηναν να κάνω τίποτα. Δεν γνώριζαν» ενώ τοπική κοινωνία τόσο στα παιδικά του χρόνια όσο και τώρα είναι αδιάφορη. Τέλος οι θέσεις του αναπηρικού κινήματος για την ενασχόληση με τον αθλητισμό «Δυστυχώς δεν μπορούν να επηρεάσουν την ενασχόληση των μαθητών -μαθητριών με τον αθλητισμό και αυτό γιατί δεν βοηθούν τα παιδιά από μικρή ηλικία να μάθουν για την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό».

Σ5 - Υποστηρικτικοί ήταν οι γονείς ως προς την ενασχόλησή του με τον αθλητισμό. Επίσης οι φίλοι του στο γυμνάσιο και οι γυμναστές του στο σχολείο είχαν υποστηρικτική διάθεση. Η τοπική κοινωνία δεν ήταν υποστηρικτική και αυτό γιατί δεν είχε κατάλληλες υποδομές για την ανάπτυξη του αναπηρικού αθλητισμού. Όμως προσθέτει ότι «Στην πόλη που ήρθα μετά ήταν πολύ υποστηρικτικοί καθώς μου πρότειναν τα αθλητικά σωματεία

που είναι για άτομα με οπτικές αναπηρίες». Ο Σ5 διαχωρίζει την υποστήριξη που δέχτηκε σε αυτή του χωριού και της πόλης. Το οικογενειακό του περιβάλλον τον στήριζε και τον στηρίζει έμπρακτα ενώ πάντα έκανε κατανοητό ότι χρειάζεται υποστήριξη ως προς την ενασχόληση του στον αθλητισμό γιατί όπως λέει «πιστεύω ότι διεκδικώ αυτά που θέλω για την ενασχόληση μου με τον αθλητισμό». Η ιδεατή υποστήριξη από την οικογένεια του ήταν αυτή που έχει δεχτεί στα παιδικά του χρόνια καθώς δεν ήταν υπερπροστατευτικοί για να τον περιορίσουν. Τέλος, ο Σ5 πιστεύει ότι οι θέσεις του αναπηρικού κινήματος για την ενασχόληση των μαθητών και των μαθητριών με τον αθλητισμό δεν είναι στο σωστό "δρόμο" καθώς χαρακτηρίζεται από μη οργανωμένο πλάνο. Επίσης ο βασικός πυλώνας εκπαίδευσης για τα άτομα με μειωμένη όραση που είναι το KEAT δεν προωθεί την ενασχόληση των παιδιών με τον αθλητισμό.

Σ6 - Αναφέρει ότι η οικογένεια του είναι υποστηρικτική ως προς την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες σε περίπτωση που θέλει να ξαναρχίσει. Οι φίλοι του δεν έχουν υποστηρικτική διάθεση όπως και η τοπική κοινωνία που όπως πιστεύει δεν θα τον στήριζε γιατί δεν ξέρουν ότι ζει εκεί «δεν πιστεύω ότι θα με στήριζε και αυτό γιατί δεν με ξέρουν». Αν ήθελε να ασχοληθεί με τον αθλητισμό ο Σ6 ξανά, η οικογένεια του θα τον υποστήριζε έμπρακτα. Τέλος κάνει κατανοητό ότι χρειάζεται υποστήριξη για να ασχοληθεί με τον αθλητισμό.

Σ7 - Η οικογένεια της είχε υποστηρικτική διάθεση όταν έκανε αθλητισμό και σε περίπτωση που θέλει να ξεκινήσει πάλι πιστεύει ότι θα την υποστηρίξουν. Υποστήριξη λαμβάνει και από τους φίλους της. Ενώ οι γυμναστές της στο σχολείο δεν την προέτρεψαν ή την υποστήριξαν στην ενασχόληση της με τον αθλητισμό. Η τοπική κοινωνία αν και ξέρει ότι είναι τυφλή δεν είχε ούτε έχει υποστηρικτική διάθεση. Το οικογενειακό της περιβάλλον την υποστήριζε έμπρακτα κατά την ενασχόληση της με τον αθλητισμό λέγοντας ότι «...με πήγαιναν πάντα όπου ήθελα . Όπως και τώρα αν το ζητήσω». Αν και δεν έχει κάνει κατανοητό στην οικογένεια της ότι χρειάζεται υποστήριξη για την ενασχόληση της με κάποια φυσική δραστηριότητα πιστεύει ότι είχε την ιδεατή υποστήριξη από την οικογένεια της.

Σ8 - Τόσο η οικογένεια της όσο και οι φίλοι της ήταν υποστηρικτικοί αλλά παρατηρούσαν ότι δεν της «...άρεσε η φυσική δραστηριότητα». Πάντα έκανε κατανοητό ότι χρειάζεται υποστήριξη ως προς την ενασχόληση της με τον αθλητισμό και πάντα είχε την έμπρακτη υποστήριξη του άμεσου οικογενειακού της περιβάλλοντος. Υποστηρίζει ότι είχε την

ιδεατή υποστήριξη από την οικογένεια της και νιώθει ότι δεν «θα έπρεπε να κάνουν κάτι παραπάνω οι γονείς μου καθώς εμένα δεν μου αρέσει ο αθλητισμός».

Σ9 - Υποστήριξη στην ενασχόληση της με τον αθλητισμό δέχθηκε μόνο από την οικογένεια της όπου την στήριζε και έμπρακτα. Πάντα έκανε κατανοητό ότι χρειάζεται υποστήριξη για να πραγματοποιηθεί η αθλητική δραστηριότητα λέγοντας ότι « η γυμνάστρια στο σχολείο προσάρμοζε το μάθημα σε μένα». Θεωρεί ότι η οικογένεια της στην επαρχία που διέμενε «ότι έκαναν ότι μπορούσαν απλά δεν υπήρχαν κατάλληλοι χώροι και άνθρωποι ώστε να μου κάνουν γυμναστική στην επαρχία που έμενα».

ΕΕ3: Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία η ενασχόληση/ η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;

Σ1 - Η ενασχόληση του πατέρα του με το μπάσκετ τον επηρέασε στο να αγαπήσει τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Οι φίλοι του είχαν επίσης θετική επιρροή πάνω του αφού τον παρότρυναν να συνεχίσει τον αθλητισμό και μετά το του ατύχημα. Αξίζει εδώ να σημειωθεί ότι η δημιουργία και η διατήρηση διαπροσωπικών σχέσεων με άτομα που είχαν οπτική αναπηρία και ασχολούνταν με τον αθλητισμό επηρέασε θετικά και την δική του ενασχόληση με τον αθλητισμό. Όπως αναφέρει, «...διατηρώ σχέσεις με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό. Μάλιστα (ήταν) ένας από αυτούς (που) με προέτρεψε να ασχοληθώ με το άθλημα που κάνω τώρα». Η υποστήριξη που υπάρχει στα ομαδικά αθλήματα λόγω των σχέσεων που αναπτύσσονται με τους άλλους αθλητές «ενισχύει την αίσθηση «του ανήκειν» ειδικά στα ομαδικά αθλήματα.»

Συμπερασματικά, εάν στο κοινωνικό δίκτυο των ατόμων με οπτική αναπηρία υπάρχουν *αθλητικά πρότυπα*, σύμφωνα με τον Σ1, μπορούν να επιδράσουν θετικά και να ενθαρρύνουν την ενασχόληση των ατόμων με αναπηρία με τον αθλητισμό, αρκεί βέβαια να είναι γνώστες του αντικειμένου (αθλητισμός για ΑμεΑ) «και να μπορέσουν να αντιληφθούν το τι σημαίνει (να είναι κάποιος) αθλητής (με αναπηρία), για παράδειγμα να κάνει κάποιες επιδόσεις ή μία προσπάθεια έστω».

Σχετικά με την τοπική κοινωνία και το ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει, ο Σ1 σημείωσε ότι υπάρχουν μεγάλες δυνατότητες ανάπτυξης του αθλητισμού για ΑμεΑ μέσω της διοργάνωσης αθλητικών εκδηλώσεων από τις δημοτικές αρχές, κάτι το οποίο δεν γίνεται σήμερα. Είπε χαρακτηριστικά: «Θα πρέπει να υπάρξει στην τοπική κοινωνία, (στους)

δήμους (και) στις κοινότητες, να διοργανώνονται τέτοιου είδους αθλητικές εκδηλώσεις, να καλέσει τα σχολεία - και όχι μόνο - ώστε να μπορέσει ο κόσμος να μάθει και τον αναπηρικό αθλητισμό.» Τέτοιες αθλητικές διοργανώσεις θα δώσουν επιπλέον κίνητρα στα άτομα με οπτική ή άλλες αναπηρίες να ασχοληθούν με τον αθλητισμό. Επιπρόσθετα, ο Σ1 ανέδειξε ότι η έλλειψη πληροφόρησης και ενημέρωσης από τα ΜΜΕ - καθώς και από τους αθλητικούς και αυτοδιοικητικούς φορείς - ως προς τις ευκαιρίες και τις δυνατότητες που προσφέρονται στα άτομα με οπτική αναπηρία να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, επηρεάζουν αρνητικά την ενασχόληση των ατόμων αυτών με τον αθλητισμό.

Σ2 – Σε αυτόν «έπαιξε σημαντικό ρόλο στην ενασχόληση» του με τον αθλητισμό ότι ο πατέρας του «ασχολούταν με τον αθλητισμό» όπως και η σχέση που είχαν οι φίλοι του με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα. Λέει ότι διατηρεί σχέση με άλλα άτομα τυφλά που ασχολούνται με τον αθλητισμό ενώ τον προέτρεψαν να ασχοληθεί με το άθλημα που κάνει τώρα». Η ενασχόληση του με τον αθλητισμό «ενισχύει την αίσθηση του ανήκειν». Ισχυρίζεται ότι ενώ χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα δεν υπάρχει «καθόλου ενημέρωση» για τις ευκαιρίες που προσφέρονται στα άτομα με οπτικές αναπηρίες να ασχοληθούν με τον αθλητισμό καθώς τα ΜΜΕ παρουσιάζουν πολύ λίγο τον αναπηρικό αθλητισμό. Έστω και αυτή η μικρή ενημέρωση μπορεί να επηρεάσει θετικά την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό σύμφωνα με τον Σ2. Τέλος τον «έχουν επηρεάσει θετικά» τα διάφορα αθλητικά πρότυπα που είχε.

Σ3 - Το πρώτο ερέθισμα ήρθε από τους φίλους του στο σχολείο ώστε να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Η τοπική κοινωνία και η οικογένεια του συσπειρώθηκε μετά από παρουσίαση ενός παραολυμπιακού αθλήματος στο χωριό του και θέλησε να του παρέχει την δυνατότητα στον αναπηρικό αθλητισμό. Τέλος η ενθάρρυνση από έναν καθηγητή φυσικής αγωγής στο σχολείο με γνώσεις στον αναπηρικό αθλητισμό τον επηρέασε στην συμμετοχή στις αθλητικές δραστηριότητες. Διατηρεί σχέσεις με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό. Αυτά τα άτομα τον έχουν προτρέψει και ενθαρρύνει ώστε να συνεχίσει να ασχολείται με τον αθλητισμό. Η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» σύμφωνα με τον Σ3, υπογραμμίζοντας ότι αυτό γίνεται περισσότερο εμφανές στα ομαδικά αθλήματα. Πιστεύει ότι η πληροφόρηση ως προς την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό είναι λίγη και υπογραμμίζει ότι στα αστικά

κέντρα όπως Αθήνα και Θεσσαλονίκη υπάρχει περισσότερη πληροφόρηση. Ενώ χρησιμοποιεί τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα υποστηρίζει ότι τα ΜΜΕ δεν παρουσιάζουν την αναπηρία με τέτοιον τρόπο ώστε τα άτομα με οπτική αναπηρία να ασχοληθούν με τον αθλητισμό και να ενημερωθούν. Τέλος μπορεί να αντιληφθεί ένα αθλητικό πρότυπο μέσω της πρακτικής άσκησης ώστε να επηρεαστεί στην ενασχόληση του με τον αθλητισμό.

Σ4 - Υποστηρίζει ότι οι φίλοι του είναι αυτοί που τον επηρέασαν να ασχοληθεί με τον αθλητισμό «Οι φίλοι μου όμως ασχολούνταν με τον αθλητισμό και με παρότρυναν να ασχοληθώ και γω με τον αθλητισμό» ενώ η οικογένεια του αν και δεν ασχολούταν με την φυσική δραστηριότητα ήξεραν την σπουδαιότητα του αθλητισμού και τον υποστήριξαν. Ο Σ4 διατηρεί σχέσεις με άλλα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό και υπάρχει υποστήριξη στο να συνεχίζει να γυμνάζεται. Πιστεύει ότι η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία ενισχύει την αίσθηση του ανήκειν.

Χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα. Δυστυχώς η παρουσίαση του αθλητισμού για τα άτομα με οπτική αναπηρία από τα ΜΜΕ δεν μπορεί να τα επηρεάσει ώστε να ασχοληθούν με τον αθλητισμό καθώς δεν παρουσιάζουν τον αναπηρικό αθλητισμό. Ενώ τέλος προσθέτει ότι «δυστυχώς δεν υπάρχει πληροφόρηση και ενημέρωση» για τις ευκαιρίες που προσφέρονται στα άτομα με οπτική αναπηρία στην ενασχόληση τους με τον αθλητισμό. Ο Σ4 πιστεύει ότι η θέληση είναι αυτή που μετράει για την ενασχόληση με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα και όχι τα αθλητικά πρότυπα. Τα αθλητικά πρότυπα τον βοήθησαν στο πετύχει τους αθλητικούς του στόχους.

Σ5 - Αυτοί που τον επηρέασαν στην ενασχόληση του με τον αθλητισμό ήταν οι φίλοι του τόσο στην επαρχία και αργότερα στην πόλη που διαμένει. Ενώ προσθέτει ότι κανείς από την οικογένεια του δεν ασχολείται με την φυσική δραστηριότητα. Διατηρεί σχέσεις με οπτικά ανάπηρα άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό. Επίσης υπάρχει υποστηρικτική διάθεση ως προς την συνέχεια της ενασχόλησης του με τον αθλητισμό από αυτά τα άτομα. Από την στιγμή που ασχολήθηκε με το ομαδικό άθλημα που κάνει νιώθει ότι ανήκει σε μία ομάδα και μπορεί να πετύχει τους στόχους του. Επηρεάζεται από τα αθλητικά πρότυπα με αυτά που ακούει και διαβάζει. Αλλά η συμμετοχή στην αθλητική δραστηριότητα πιστεύει ότι είναι από προσωπική βούληση. Ενώ χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα διαπιστώνει ότι

τα ΜΜΕ δεν ενημερώνουν πολύ. Δυστυχώς γίνεται αναφορά μόνο για τους Παραολυμπιακούς και τους Ολυμπιακούς αγώνες. Δεν υπάρχει σχεδόν καμία πληροφόρηση ως προς την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό. Σύμφωνα με το ν Σ5 για να πληροφορηθεί κάποιος βασίζονται στην τύχη.

Σ6 - Αναφέρει ότι κανείς από την οικογένεια του και το φιλικό του περιβάλλον δεν ασχολείται με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Διατηρεί σχέσεις με άλλα τυφλά άτομα αλλά δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Δεν έχει κάποιο αθλητικό πρότυπο ώστε να τον επηρεάσει αλλά αν τον «προσέγγιζε κάποιος που έχει επιτυχίες στον αναπηρικό αθλητισμό ίσως με βοηθούσε στο να συμμετέχω». Ενώ πιστεύει ότι η ενασχόληση με τον αθλητισμό ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» σε μια ομάδα. Πιστεύει ότι τα ΜΜΕ επηρεάζουν θετικά την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτική αναπηρία αν και δεν υπάρχει πληροφόρηση για τις ευκαιρίες στον αναπηρικό αθλητισμό. Τέλος υποστηρίζει ότι χρησιμοποιεί ελάχιστα τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα.

Σ7 - Περιβάλλεται από ένα κοινωνικό δίκτυο όπου δεν έχει υιοθετηθεί η φυσική δραστηριότητα στην καθημερινότητα τους λέγοντας ότι «Οι γονείς μου δεν κάνουν καμία φυσική δραστηριότητα... Οι φίλοι μου που κάνω παρέα ούτε και αυτοί ασχολούνται». Στο κοινωνικό της δίκτυο υπάρχει επαφή με άλλα άτομα που είναι τυφλά αλλά όπως ξέρει «κανείς δεν κάνει κάποιο άθλημα ή έχει φυσική δραστηριότητα» ενώ κανείς δεν την «έχει προτρέψει να ασχοληθώ με την φυσική δραστηριότητα». Η Σ7 πιστεύει «ότι αν συμμετείχα σε κάποια αθλητική δραστηριότητα θα ένιωθα ότι ανήκα σε μία ομάδα». Αν και χρησιμοποιεί τα ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης αναφέρει ότι στα ΜΜΕ θα έπρεπε να «υπάρχει περισσότερη πληροφόρηση για το τι μπορούν να κάνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό» ώστε να ενισχύσουν την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό. Στο κοινωνικό της δίκτυο δεν συμπεριλαμβάνεται κάποιο αθλητικό πρότυπο αλλά την προσέγγιζε «κάποιος καλός αθλητής ίσως αποκτούσα».

Σ8 - Στο άμεσο κοινωνικό της περιβάλλον συναναστρέφεται με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό αναφέροντας ότι αυτά ήταν και τα άτομα που την προέτρεψαν να ασχοληθεί σε μεγάλη ηλικία. Η οικογένεια της «στο παρελθόν ασχολούταν με την φυσική δραστηριότητα» κάτι όμως που δε την επηρέασε ώστε να μυηθεί στην φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Η Σ8 χρησιμοποιεί τα

ψηφιακά μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα όπως και τις επιδόσεις των φίλων της. Θεωρεί ότι τα ΜΜΕ «μιλάνε μόνο για τους Ολυμπιακούς αγώνες» με αποτέλεσμα να μην ενισχύουν την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό λέγοντας «Δεν παρουσιάζουν σωστά τον αναπηρικό αθλητισμό». Αναδεικνύει την έλλειψη πληροφόρησης ως προς τις ευκαιρίες που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό λέγοντας ότι «... δεν υπάρχει πληροφόρηση. Στο ΚΕΑΤ θα πρέπει να υπάρχουν γυμναστές που να πληροφορούν για το τι μπορούν να κάνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό.». Πιστεύει ότι η συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό ενισχύει την αίσθηση του ανήκειν. Τέλος υποστηρίζει ότι δεν θα μπορούσε κανένα αθλητικό πρότυπο να την επηρεάσει θετικά ώστε να ασχοληθεί με την φυσική δραστηριότητα καθώς όπως λέει είναι «θέμα αντίληψης».

Σ9 - Οι γονείς της «δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό». Όσο για το φιλικό της περιβάλλον όσο ήταν στην επαρχία δεν είχε φίλους. Απέκτησε φίλους με την διαμονή της στην Αθήνα και την εκπαίδευση της στο ΚΕΑΤ. Οι φίλοι της «κάνουν αθλητισμό» και την «προτρέπουν να ασχοληθεί και αυτή με την φυσική δραστηριότητα. Μάλιστα όπως σημειώνει με (ενθουσιασμό) σκέφτεται να ξεκινήσει «γυμναστήριο με μία φίλη». Στο φιλικό της περιβάλλον συναναστρέφεται με άλλα τυφλά άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό ενώ δέχεται και από αυτά προτροπή ως προς την ενασχόληση της με τον αθλητισμό. Πιστεύει ότι ενισχύει την αίσθηση του ανήκειν η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες. Χρησιμοποιεί τα μέσα κοινωνική δικτύωσης για να ενημερωθεί για τα αθλητικά δρώμενα ενώ διαπιστώνει ότι υπάρχει έλλειψη ενημέρωσης από τα ΜΜΕ ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων που έχουν οπτική αναπηρία.

ΕΕ4: *Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;*

Σ1- Η συμμετοχή στον αθλητισμό επιτρέπει στα άτομα με αναπηρία να αναπτύξουν την αυτοεκτίμηση τους ενώ υποβοηθά και την δημιουργία σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων. Θεωρεί όμως ταυτόχρονα ότι οι σχέσεις αυτές θα ήταν ακόμη πιο ενισχυμένες αν υπήρχε «κάποια αλληλεπίδραση ή τέλος πάντων κάποια σχέση μεταξύ ατόμων με αναπηρία και αρτιμελών ώστε να μπορούν κάπως να συνδεθούν

μέσω του αθλητισμού». Τέλος, σημειώνει ότι ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα που είχαν οι άλλοι γι' αυτόν δεν βελτιώθηκε με την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες.

Σ2 - Η ενασχόληση όλων των ατόμων με τον αθλητισμό είτε έχουν αναπηρία είτε όχι αναπτύσσει τις σχέσεις εμπιστοσύνης και την αυτοεκτίμηση του ίδιου του ατόμου. Για τον Σ2 «Οποιαδήποτε ενασχόληση με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα είναι θετικό για την υγεία και την ψυχο-σωματική υγεία». Ο Σ2 λέει ότι «δεν έπαιξε καθόλου ρόλο» η ενασχόληση του με τον αθλητισμό ως προς τον τρόπο αντιμετώπισης και της εικόνας που είχαν οι άλλοι γι' αυτόν.

Σ3 - Συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες τον βοήθησε «στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης μου και στην ανάπτυξη εμπιστοσύνης με άλλους ανθρώπους» ενώ βελτιώθηκε ο τρόπος αντιμετώπισης από τους άλλους και της εικόνας που είχαν γι' αυτόν. Χαρακτηριστικό είναι αυτό που λέει ο Σ3 ότι με την ενασχόληση του στον αθλητισμό «Ήρθαν άνθρωποι να μου μιλήσουν που αν δεν ασχολούμουν με τον αθλητισμό δεν θα έρχονταν».

Σ4 – Ανέφερε ότι ανέπτυξε την αυτοεκτίμηση του και την εμπιστοσύνη του με άλλα μέλη του κοινωνικού του δικτύου μέσω του αθλητισμού ενώ η εικόνα του βελτιώθηκε με την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες καθώς περισσότερα άτομα τον προσέγγισαν.

Σ5 - Μέσω του αθλητισμού «... κοινωνικοποιείσαι, συναναστρέφεταις με κόσμο, εμπιστεύεσαι άλλους ανθρώπους και αποβάλεις τις φοβίες σου». Η ενασχόληση του με τον αθλητισμό δεν άλλαξε κάτι ως προς τον τρόπο αντιμετώπισης και της εικόνας που είχαν οι άλλοι γι' αυτόν ίσως τώρα «αισθάνονται πιο περήφανοι».

Σ6 - Αν και δεν ασχολείται με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα πιστεύει ότι η πιθανή ενασχόληση του με κάποιας μορφής άσκησης θα τον βοηθούσε να νιώσει ο ίδιος όμορφα και θα βελτιωνόταν η εικόνα που έχουν οι άλλοι για αυτόν.

Σ7 - Πιστεύει ότι «ότι ο αθλητισμός βοηθάει στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης και στην ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης τα άτομα με οπτική αναπηρία».

Σ8 - Πιστεύει ότι αναπτύσσεται η αυτοεκτίμηση και η εμπιστοσύνη μέσω του αθλητισμού. Δεν μπορεί να ξέρει αν επηρεάζεται ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα

που είχαν οι άλλοι γι' αυτήν όταν ασχολήθηκε με τον αθλητισμό καθώς ο χρόνος ενασχόλησής της ήταν μικρός.

Σ9 - Επιβεβαιώνει ότι οι αθλητικές δραστηριότητες αναπτύσσουν την αυτοεκτίμηση και την εμπιστοσύνη λέγοντας ότι «Το ένιωσα όταν ασχολήθηκα για λίγο με τον αθλητισμό». Ενώ δεν νομίζει ότι βελτιώθηκε ο τρόπος αντιμετώπισης και η εικόνα που είχαν οι άλλοι γι' αυτήν με την ενασχόλησή της καθώς όπως λέει τους ήταν αδιάφορο «δεν νομίζω ότι τους ένοιαζε».

EE5: *Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;*

Σ1 - Υπάρχει κοινωνικός αποκλεισμός και αυτός οφείλεται στην έλλειψη ενημέρωσης που λαμβάνουν τα ίδια τα άτομα και οι οικογένειες τους ως προς τις δυνατότητες που έχουν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα. Η προσβασιμότητα στις αθλητικές εγκαταστάσεις είναι προβληματική ή και ανέφικτη, ενώ η μη δυνατότητα επιλογής αθλημάτων και παρεχόμενων προγραμμάτων άθλησης σε δημοτικές αλλά και κρατικές αθλητικές εγκαταστάσεις δημιουργούν αποκλεισμό. Ο Σ1 λέει χαρακτηριστικά ότι «τέτοια προγράμματα δεν υπάρχουν για άτομα με αναπηρία.» Αναγνωρίζει, ωστόσο, ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες σε μεγάλο βαθμό. Τέλος, ο κοινωνικός αποκλεισμός μπορεί να ξεκινήσει από την ίδια την οικογένεια και τον διαφορετικό τρόπο αντιμετώπισης του ατόμου που έχει την αναπηρία. Ως λόγοι, σύμφωνα με τον Σ1, αναφέρονται ο φόβος για πιθανό τραυματισμό («οι γονείς φοβούνται μη χτυπήσει το παιδί»), η μη αποδοχή της αναπηρίας από την οικογένεια, αλλά και το αίσθημα της ντροπής που την συνοδεύει. Λέει χαρακτηριστικά: «Σίγουρα δεν το έχουν αποδεχθεί και πολύ πιθανόν να ντρέπονται κιόλας γι' αυτό.»

Σ2 - Τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό καθώς οι αθλητικές εγκαταστάσεις δεν είναι όλες προσβάσιμες. Τα προγράμματα άθλησης όπως λέει για τα άτομα με οπτική αναπηρία είναι περιορισμένα όπως και τα αθλητικά σωματεία που υπάρχουν. Τέλος πιστεύει ότι οι γονείς αποκλείουν τα παιδιά τους από τις αθλητικές δραστηριότητες λόγω του φόβου σε πιθανό τραυματισμό και της έλλειψης γνώσεων.

Σ3 – Ανέφερε ότι βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και αυτό λόγω έλλειψης υποδομών. Δεν είναι όλες οι αθλητικές εγκαταστάσεις προσβάσιμες. Στον δήμο που διαμένει δεν υπάρχει πρόγραμμα άθλησης για άτομα με

οπτική αναπηρία. Δεν υπάρχουν προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων αν και γίνονται κάποιες προσπάθειες. Πιστεύει ότι η διαφορετική αντιμετώπιση από την ίδια την οικογένεια μπορεί να αποκλείσει τα άτομα με οπτική αναπηρία από τον αθλητισμό. Τέλος οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες είναι προσβάσιμες για τα άτομα με οπτική αναπηρία κάτι που βοηθάει στο να μην αποκλείονται τα άτομα με οπτική αναπηρία από την ενημέρωση.

Σ4 - Τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό και αυτό γιατί δεν υπάρχει προσβασιμότητα στις αθλητικές εγκαταστάσεις λέγοντας ότι «οι δήμοι και οι φορείς τους αποκλείουν από τις αθλητικές εγκαταστάσεις». Στον αποκλεισμό που βιώνουν τα άτομα με οπτική αναπηρία είναι οι ελάχιστες αθλητικές εγκαταστάσεις που είναι προσβάσιμες (έντονος τόνος φωνής) στα άτομα με οπτική αναπηρία όπως και τα ελάχιστα προγράμματα άθλησης που προσφέρονται προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτική αναπηρία ενώ δεν υπάρχουν προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων για τα άτομα αυτά. Η οικογένεια δεν έχει συμβάλει καθόλου στον να αυτοαποκλειστεί καθώς όπως ισχυρίζεται ποτέ δεν είχε «διαφορετική αντιμετώπιση σε σχέση με τα αδέρφια» του ως προς την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες. Τέλος ο Σ4 λέει ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης «είναι προσβάσιμες για τα άτομα με οπτική αναπηρία».

Σ5 - Τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό που πολλές φορές προέρχεται από την ίδια την οικογένεια τους. Η διαφορετική αντιμετώπιση λόγω «μη ενημέρωσης των γονέων για το πως πρέπει να φέρονται σε ένα παιδί με οπτική αναπηρία» μπορεί να το αποκλείσει. Εστιάζει στο ότι δεν υπάρχουν προγράμματα άθλησης που να είναι προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτική αναπηρία. Μόνο μεμονωμένες περιπτώσεις από αθλητικά σωματεία ενώ ελάχιστες είναι οι αθλητικές εγκαταστάσεις που είναι προσβάσιμες. Ο Σ5 θεωρεί ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία «δεν μπορούν σε όλη την Ελλάδα» να απευθυνθούν σε προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων καθώς «Είναι ελάχιστα τα αθλητικά σωματεία που απευθύνουν προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων για τους οπτικά ανάπηρους». Τέλος οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες « οι περισσότερες».

Σ6 - Τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό μόνο ως προς την προσβασιμότητα τους στις αθλητικές εγκαταστάσεις λέγοντας «Κοινωνικό αποκλεισμό θα έλεγα ότι βιώνουν γιατί δεν μπορούν να κυκλοφορήσουν στους δρόμους εύκολα όπως οι άλλοι». Δεν έχει άποψη αν οι αθλητικές εγκαταστάσεις είναι προσβάσιμες καθώς όπως

λέει «Δεν έχω επισκεφτεί κάποια αθλητική εγκατάσταση». Στον δήμο που διαμένει δεν έχει ακούσει αν προσφέρονται προγράμματα άθλησης προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτικές αναπηρίες. Ο Σ6 υποστηρίζει ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία δεν μπορούν να απευθυνθούν σε προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων καθώς δεν υπάρχει καμία ενημέρωση. Ενώ τέλος δεν είχε διαφορετική αντιμετώπιση από την οικογένεια του ως προς την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες ώστε να αποκλειστεί από την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

Σ7 – Ανέφερε ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία «βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ειδικά όταν δεν μπορούν να μετακινηθούν και να πάνε με ασφάλεια κάπου». Αναφέρει ένα παράδειγμα αποκλεισμού που βίωσε σε μικρή ηλικία «είχα πάει στο μπαλέτο αλλά η κυρία δεν μπορούσε να με δεχτεί στο τμήμα γιατί δεν ήξερε πώς να με γυμνάσει». Η Σ7 δηλαδή πιστεύει ότι βιώνει κοινωνικό αποκλεισμό ως προς της υποδομές, μετακινήσεις και μη εξειδικευμένο προσωπικό. Αναφέρει ότι δεν έχει ακούσει αν προσφέρονται προγράμματα άθλησης προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτική αναπηρία. Τέλος δεν έχει βιώσει διαφορετική αντιμετώπιση από το οικογενειακό της περιβάλλον ώστε να την αποκλείσει από την φυσική δραστηριότητα.

Σ8 - Προσωπικά δεν βιώνει «... κοινωνικό αποκλεισμό και αυτό γιατί μπορώ να πηγαίνω παντού μόνη μου. Όμως άτομα που δεν μπορούν να μετακινηθούν μόνα τους πιστεύω ότι βιώνουν. Είναι θέμα εκπαίδευσης». Από την οικογένεια της δεν είχε διαφορετική αντιμετώπιση ώστε να την αποκλείσει από τις αθλητικές δραστηριότητες. Όμως έχει παρατηρήσει ότι σχεδόν όλες οι αθλητικές εγκαταστάσεις δεν είναι προσβάσιμες. Ότι δεν προσφέρονται προγράμματα άθλησης προσαρμοσμένα στα άτομα με οπτική αναπηρία όπως και δεν μπορούν να απευθυνθούν σε προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων αν και όπως λέει «γίνονται προσπάθειες». Τέλος θεωρεί ότι «οι αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμα» στα άτομα με οπτική αναπηρία.

Σ9 - Εντοπίζει τα αίτια του αποκλεισμού στην έλλειψη προσβασιμότητας γενικότερα αλλά και ειδικότερα στις αθλητικές εγκαταστάσεις. Επίσης στην επαρχία δεν μπορούσε να απευθυνθεί σε προγράμματα άθλησης προσαρμοσμένα σε τυφλούς αλλά ούτε στην εκμάθηση αθλημάτων. Στην πόλη που διαμένει υπάρχουν ελάχιστα. Έχει διαπιστώσει ότι οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι προσβάσιμες και τέλος ότι η ίδια δεν ένιωσε ποτέ διαφορετική αντιμετώπιση από τους γονείς της ως προς

την συμμετοχή της στις φυσικές δραστηριότητες με αποτέλεσμα να μην νιώθει αποκλεισμένη.

ΕΕ6: Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει η στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;

Σ1 - Το άτομο με οπτική αναπηρία θα αυτοαποκλειστεί από την ψυχολογία του, δηλαδή από τον τρόπο που αντιμετωπίζει το ίδιο την αναπηρία του. Ο ίδιος έχει αποδεχθεί την αναπηρία του και δεν τον έχει επηρεάσει συναισθηματικά ώστε να μην ασχοληθεί με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Η κοινωνία δεν τον έχει περιθωριοποιήσει καθώς δεν είχε ποτέ κάποια τραυματική εμπειρία ούτε έχει αισθανθεί απαξιώτική ή με λύπη συμπεριφορά που να τον απώθησε στην ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Τέλος αν και δεν βλέπει τα βλέμματα των ατόμων χωρίς αναπηρία που ίσως να τον επηρέαζαν αρνητικά σημειώνει ότι αυτό που ίσως να τον επηρέαζε αρνητικά θα ήταν ο λόγος των ανθρώπων.

Σ2 - «Αν αποκτήσεις την αναπηρία κατά την διάρκεια της ζωής σου παίζει σημαντικό ρόλο πως θα το αποδεχθεί το ίδιο το άτομο και τον επηρεάζει η ίδια η ψυχολογία του. Αν γεννηθείς με αυτό η κοινωνία». Η κοινωνία δεν του έχει φερθεί ποτέ όσο αφορά τον αθλητισμό με εχθρική ή με λύπη συμπεριφορά όπως και ποτέ δεν είχε κάποια τραυματική εμπειρία που να τον απώθησε από τον αθλητισμό. Ο Σ2 έχει αποδεχθεί την αναπηρία του και δεν τον «επηρεάσε συναισθηματικά» ώστε να μην έχει την διάθεση να γυμναστεί.

Σ3 - Η αιτία του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης οφείλεται στην ψυχολογία του ατόμου και σε δεύτερη θέση έρχεται η κοινωνία. Σύμφωνα με τον Σ3 «Η ψυχολογία είναι πολύ σημαντική αλλά παίζει ρόλο πολύ και τι ερεθίσματα έχει από την κοινωνία». Αν και έχει αισθανθεί απαξιώτική, εχθρική και με λύπη συμπεριφορά στο δημοτικό από τους συμμαθητές του δεν τον απέτρεψε από τις αθλητικές δραστηριότητες καθώς είχε την υποστήριξη από την οικογένεια του και τους φίλους του. Ποτέ δεν είχε κάποια τραυματική εμπειρία που να τον απώθησε στο να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Η αναπηρία του ποτέ δεν τον επιβάρυνε συναισθηματικά ώστε να μην ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Σίγουρα τα βλέμματα των άλλων δεν μπορούν να τον επηρεάσουν αρνητικά αλλά ο λόγος αμφισβήτησης των ανθρώπων ότι δεν μπορεί να κάνει πράγματα μπορεί να τον επηρεάσει αλλά όχι τόσο ώστε να μην ασχοληθεί με τον αθλητισμό.

Σ4 - «Οφείλεται και στην κοινωνία και στην ψυχολογία του ανθρώπου που βιώνει την αναπηρία. Αν η ψυχολογία σου είναι να νιώθεις ανίκανος στο να κάνεις πράγματα έτσι θα σε αντιμετωπίσει και η ίδια η κοινωνία» δηλαδή η ψυχολογία του ίδιου του ατόμου τον περιθωριοποιεί και μετά ακολουθεί η κοινωνία. Δεν έχει νιώσει ποτέ απαξιοτική, εχθρική ή με λύπη συμπεριφορά όπως και κάποια τραυματική εμπειρία που να τον επηρέασε αρνητικά ως προς την ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Έχει αποδεχθεί την αναπηρία του και τίποτα δεν θα τον επηρέαζε «ώστε να σταματήσω τη ενασχόληση μου με τον αθλητισμό».

Σ5 - Η κοινωνία περιθωριοποιεί τα άτομα με αναπηρία γιατί «την ψυχολογία την φτιάχνει η κοινωνία. Αν σε στηρίζουν οι δικοί σου άνθρωποι, οι γείτονες σου τότε και η ψυχολογία σου αλλάζει». Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να επιβαρύνεται η ψυχολογία των ατόμων αυτών και να αποκλείονται. Ο Σ5 δεν έχει αισθανθεί εχθρική ή με λύπη συμπεριφορά όπως και ποτέ δεν είχε κάποια τραυματική εμπειρία ως προς την ενασχόληση του με τον αθλητισμό. Η αναπηρία του δεν τον έχει επηρεάσει αρνητικά ώστε να μην θέλει να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Πιστεύει ότι το μόνο που θα μπορούσε να επηρεάσει κάποιον τυφλό αρνητικά ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό είναι ο τόνος της φωνής του ανθρώπου που έχει απέναντι του.

Σ6 - Υποστηρίζει ότι επηρεάζεται από την ψυχολογία του και βιώνει αποκλεισμό, καταπίεση και περιθωριοποίηση. Αν και πιστεύει ότι και η κοινωνία έχει την τάση να αποκλείει. Ο ίδιος δεν έχει δεχθεί απαξιοτική, εχθρική ή με λύπη συμπεριφορά όπως και κάποια τραυματική εμπειρία που να τον απώθησε στο να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Ο τρόπος που αντιμετωπίζει την αναπηρία του τον επιβαρύνει συναισθηματικά ώστε να μην ασχολείται με τον αθλητισμό καθώς νιώθει ότι δεν μπορεί να κάνει αυτά που θέλει λέγοντας ότι «Ναι πιστεύω ότι από την στιγμή που έμεινα τυφλός δεν έχω την διάθεση για αθλητική δραστηριότητα. Νιώθω ότι δεν μπορώ να κάνω αυτά που μου αρέσουν. Η ψυχολογία μου δε είναι καλή». Αν και δεν βλέπει τα βλέμματα των ανθρώπων και τις αντιδράσεις του μπροστά στην αναπηρία του θεωρεί ότι «όταν με βλέπουν έξω θα λένε πως είναι έτσι αυτός, τι κρατάει στα χέρια του; Θεωρώ ότι θα πρέπει να γίνει πιο σύνηθες η εικόνα ενός τυφλού».

Σ7 - Η περιθωριοποίηση ξεκινάει από την κοινωνία αν και δεν έχει αισθανθεί απαξιοτική, με λύπη ή εχθρική συμπεριφορά που να την απέτρεψε από την συμμετοχή της σε κάποια φυσική δραστηριότητα. Τέλος υποστηρίζει ότι δεν έχει επηρεαστεί συναισθηματικά με

την αναπηρία της ώστε να μην επιθυμεί την φυσική δραστηριότητα. Αυτό που ίσως να την επηρέαζε από τους ανθρώπους ώστε να μην ασχοληθεί με τον αθλητισμό είναι ο τόνος της φωνής μιας και δεν βλέπει.

Σ8 - Υποστηρίζει ότι «Είναι ένας συνδυασμός» της κοινωνίας και της ψυχολογίας ...

«αλλά λίγο περισσότερο η ψυχολογία». Δεν έχει αισθανθεί ποτέ απαξιοτική συμπεριφορά ούτε είχε κάποια τραυματική εμπειρία που να την απώθησε από τον αθλητισμό και να την περιθωριοποίησε. Προσθέτοντας ότι η αναπηρία της δεν την έχει επιβαρύνει συναισθηματικά ώστε να έχει αρνητικά συναισθήματα στην ενασχόληση της με την φυσική δραστηριότητα. Τέλος αυτό που ίσως θα την επηρέαζε αρνητικά μιας και δεν βλέπει τα βλέμματα των ανθρώπων αντικρίζοντας την αναπηρία της πιστεύει ότι θα ήταν «ένας συνδυασμός τόνου φωνής και λόγου» αλλά δεν της έχει «τύχει κάτι τέτοιο».

Σ9 - Η περιθωριοποίηση οφείλεται και στην κοινωνία και στην ψυχολογία του ίδιου του ατόμου που βιώνει την αναπηρία. Από τα μέλη της κοινωνίας δεν έχει βιώσει ποτέ κάποια απαξιοτική συμπεριφορά ούτε είχε κάποια τραυματική εμπειρία ώστε να την αποτρέψει από κάποια αθλητική δραστηριότητα. Τέλος προσθέτει ότι αν και δεν βλέπει τα ' 'περίεργα' ' βλέμματα των ανθρώπων ως προς την περιέργεια για την αναπηρία της, αυτό που θα την επηρέαζε ίσως αρνητικά είναι ο τρόπος που θα της μιλούσε κάποιος.

EE7: Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;

Σ1- Το σώμα του είναι κατάλληλο για αθλητικές δραστηριότητες. Αν και πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των ατόμων με αναπηρία δεν νιώθει υποδεέστερος από τα τυπικά άτομα καθώς, όπως υποστηρίζει, δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι «(τις) ίδιες δυνατότητες πάντα και παντού».

Σ2 - Ότι αν και ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων το σώμα του « είναι «ιδανικό για αθλητικές δραστηριότητες» και «μπορεί να προσαρμοστεί σε οποιοδήποτε άθλημα». Ενώ δηλώνει ότι «κανένας άνθρωπος με οποιαδήποτε αναπηρία δεν είναι υποδεέστερος».

Σ3 - Το σώμα του είναι κατάλληλο για την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες κάτι που ενισχύεται από την θετική άποψη που έχουν και οι άλλοι για το σώμα του «Μου έχουν πει ότι έχω κατάλληλο σώμα». Υποστηρίζει ότι δεν ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων και αυτό γιατί μπορεί να τα κάνει όλα στην καθημερινότητα του και ότι δεν είναι υποδεέστερος από τα άτομα που βλέπουν.

Σ4 - Θεωρεί ότι το σώμα του «είναι κατάλληλο για τις αθλητικές δραστηριότητες».

Πιστεύει ότι τα τυφλά άτομα δεν είναι υποδεέστερα ενώ τέλος λέει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων μόνο όταν δεν μπορεί να κάνει κάποια πράγματα.

Σ5 - Αν και πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων γιατί δεν μπορεί να κάνει κάποια πράγματα θεωρεί ότι έχει κατάλληλο σώμα για την συμμετοχή του στις αθλητικές δραστηριότητες. Ενώ σε καμία περίπτωση δεν είναι υποδεέστερα τα τυφλά άτομα.

Σ6 - Θεωρεί ότι έχει κατάλληλο σώμα για αθλητικές δραστηριότητες. Δεν πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων και αυτό γιατί μπορεί να κάνει σχεδόν τα πάντα χωρίς να νιώθει υποδεέστερος από άλλα άτομα.

Σ7 - Θεωρεί ότι δεν έχει κατάλληλο σώμα για αθλητικές δραστηριότητες γιατί όπως λέει «δεν γυμνάζομαι». Πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων γιατί δεν βλέπει και όχι γιατί δεν μπορεί να κάνει πράγματα. Δεν θεωρεί ότι είναι υποδεέστερη λόγω της αναπηρίας της.

Σ8 - Απαντά κατηγορηματικά και γελώντας «σε καμία περίπτωση» δεν είναι το σώμα της κατάλληλο. Πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων γιατί το βλέπει «... ιατρικά ,ότι δεν είμαι αρτιμελής» ενώ σε καμία περίπτωση δεν νιώθει ότι είναι υποδεέστερη.

Σ9 - Αν και πιστεύει ότι ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων νιώθει μία αβεβαιότητα για τον αν το σώμα της είναι κατάλληλο για την συμμετοχή της στις αθλητικές δραστηριότητες και αυτό γιατί είναι «καιρό αγύμναστη». Σε καμία δεν νιώθει τον εαυτό της υποδεέστερο λόγω της αναπηρίας της.

EE8: Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό;

Σ1- Διευκρινίζει ότι είναι «τα ίδια συναισθήματα που βιώνει και κάποιος που βλέπει: χαρά, λύπη, νίκη , ήττα και ανταγωνισμό.»

Σ2 - Αισθάνεται ότι έχει ενέργεια ,ξεδίνει. Συναισθήματα θαυμασμού ως προς τους συναθλητές του και αγάπη είναι μερικά από τα συναισθήματα που βιώνει.

Σ3 - Με την ενασχόληση του στον αθλητισμό βιώνει όμορφα συναισθήματα, νιώθει ότι πετυχαίνει τους στόχους του και διοχετεύει την ενέργεια του σε κάτι.

Σ4 - Κατακλύζεται από «Ευχαρίστηση, χαρά, δυναμικότητα, χαμόγελο».

Σ5 - «Πολλά έντονα θετικά συναισθήματα» , συγκινήσεις όπως και κοινωνικοποίηση

Σ6 - Υποστηρίζει ότι παρόλο που δεν ασχολείται με τον αθλητισμό δεν (του) «προκαλεί αρνητικά συναισθήματα ή μη συμμετοχή μου».

Σ7 - Δεν μπορεί να ξέρει γιατί δεν γυμνάζεται.

Σ8 - «Όταν έκανα αθλητισμό ένιωθα ενθουσιασμό. Μετά όταν κατάλαβα ότι δεν μπορώ να το κάνω λόγω της κούρασης που ένιωθα απογοητεύτηκα με τον εαυτό μου. Μετά όμως ήρθε η ανακούφιση (γέλια).

EE9: *Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;»*

Σ1 - Θεσμικό πλαίσιο επηρεάζει θετικά αρκεί να εφαρμόζεται, ενώ τα οικονομικά κίνητρα και τα προνόμια ως προς την ενασχόληση με τον αθλητισμό δεν μπορούν να βοηθήσουν.

Σ2 - Δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο και ότι θεωρεί απαραίτητο ένα εγχειρίδιο που να έχει τα πάντα για την αναπηρία. Ενώ η ύπαρξη προνομίων και οικονομικών κινήτρων ίσως για κάποιους είναι ένα κίνητρο.

Σ3 - Δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο και τους νόμους πάνω στον αναπηρικό αθλητισμό ενώ πιστεύει ότι «ότι η πολιτεία θα πρέπει να βοηθήσει οικονομικά ώστε να δημιουργηθούν αθλητικά σωματεία με προσωπικό εξειδικευμένο σε όλη την Ελλάδα». Τέλος χαρακτηρίζει ως «θετικό» την ύπαρξη προνομίων και οικονομικών κινήτρων από την πολιτεία σε όσους ασχολούνται με τον αθλητισμό.

Σ4 - Συνδέει το θεσμικό πλαίσιο με τι σπουδές του. Θεωρεί ότι δεν είναι βοηθητικό καθώς όταν λείπει για αγώνες δεν μπορεί να ολοκληρώσει τις σπουδές του «λόγω απουσιών που μου βάζουν οι καθηγητές μου». Γνωρίζει για τα προνόμια και τα οικονομικά κίνητρα για τα άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό αλλά δεν «βοηθήσουν στην ενασχόληση μου με τον αθλητισμό».

Σ5 - Ότι το θεσμικό πλαίσιο δεν τον έχει επηρεάσει. Τέλος τα προνόμια και τα οικονομικά κίνητρα που υπάρχουν είναι βοηθητικά.

Σ6 - Δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο αλλά θα ήθελε να υπάρχει ένα εγχειρίδιο που να αναφέρει τα πάντα για την αναπηρία.

Σ7 - Δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο αν και γνωρίζει ότι υπάρχουν προνόμια και οικονομικά κίνητρα για τους αθλητές κάτι όμως που δεν θα την επηρέαζε στον να αρχίσει την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

Σ8 - Δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο

Σ9 - Δεν γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο.

4.4 Ανάλυση θεμάτων

Σύμφωνα με την κάθετη και την οριζόντια ανάλυση προέκυψαν τα παρακάτω θέματα ή κατηγορίες τα οποία συνδέθηκαν με τα ερευνητικά ερωτήματα όπως διαφαίνεται στον παρακάτω πίνακα. Η ανάλυση θα γίνει χωρισμένη σε δύο κατηγορίες. Η πρώτη κατηγορία είναι αυτή των αθλούμενων ατόμων με οπτική αναπηρία (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) και η δεύτερη κατηγορία είναι των μη αθλούμενων ατόμων με οπτική αναπηρία (Σ6,Σ7,Σ8,Σ9).

A/A	ΘΕΜΑΤΑ Ή ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ	ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ
1	Η Ξένη στον αθλητισμό	EE1- Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;
2	Έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού	EE1- Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας; EE5- Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;
3	Αντικειμενική υποστήριξη	EE2- Υποστηρίζει (τρόπος: π.χ. αρνητικά/θετικά) και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/ συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες/ τοπική κοινωνία), την ενασχόληση/ την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;
4	Αντιλαμβανόμενη - Υποκειμενική υποστήριξη	EE2- Υποστηρίζει (τρόπος: π.χ. αρνητικά/θετικά) και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/ συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες/ τοπική κοινωνία), την ενασχόληση/ την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;

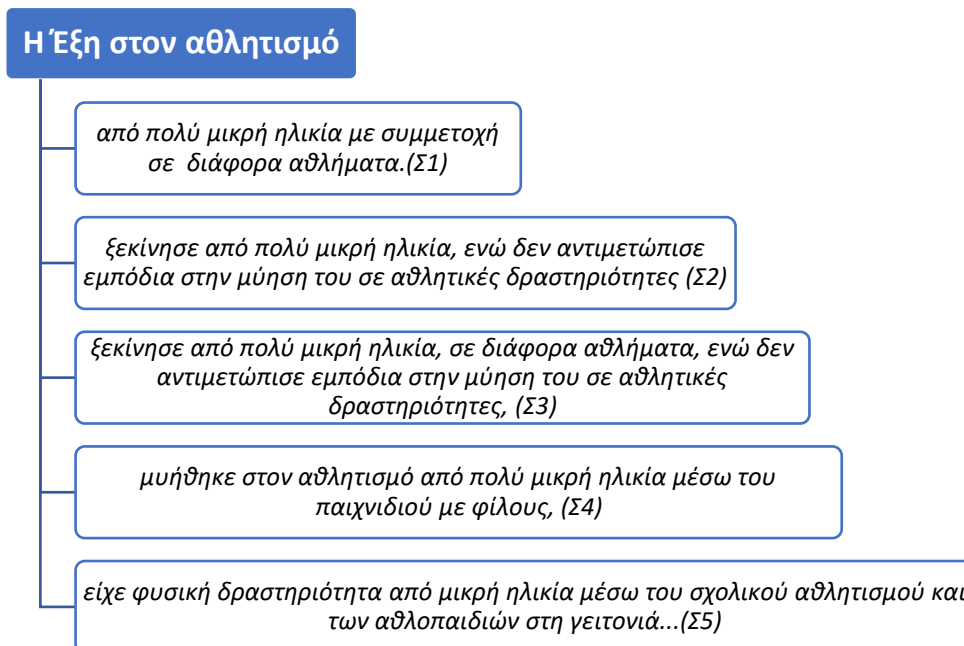
5	Κοινωνικά δίκτυα	ΕΕ3- Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες η ενασχόληση/η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;
6	Κοινωνικό κεφάλαιο	ΕΕ4- Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στη ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;
7	Έλλειψη ενημέρωσης	ΕΕ3- Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες η ενασχόληση/η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;
8	Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων	ΕΕ5- Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;
9	Έλλειψη ελευθερίας επιλογής αθλημάτων	ΕΕ5- Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;
10	Αποκλεισμός από προγράμματα άθλησης	ΕΕ5- Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;
11	Φόβος τραυματισμού	ΕΕ5- Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;
12	Ψυχολογικός αποκλεισμός	ΕΕ6- Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;
13	Αποδοχή αναπηρίας	ΕΕ6- Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;
14	Ψυχο-συναισθηματικός αποκλεισμός	ΕΕ6- Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;
15	Πηγή ψυχο-συναισθηματικής καταπίεσης	ΕΕ6- Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;
16	Κοινωνικός αποκλεισμός	ΕΕ6- Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;

17	Αντιληπτική εικόνα	EE7- Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;
18	Κοινωνική ταυτότητα	EE7- Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;
19	Κοινωνικός πόνος	EE8-Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους /μη ενασχόλησης τους με τον αθλητισμό?
20	Θεσμικό πλαίσιο	EE9- Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;
21	Οικονομικά κίνητρα και προνόμια αναπηρικού αθλητισμού	EE9- Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;

Πίνακας 4 . Θέματα ή κατηγορίες της Ποιοτικής έρευνας

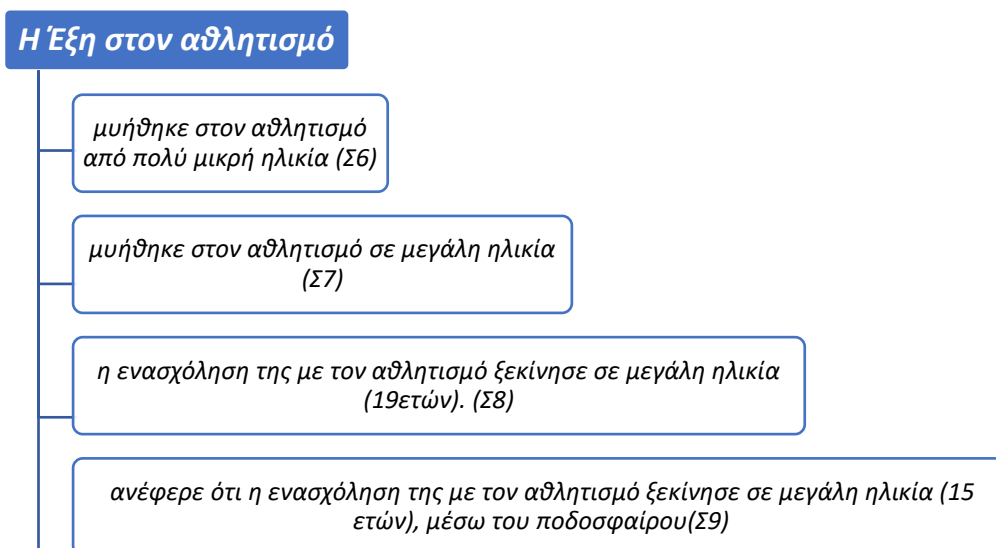
4.4.1 Η έξη στον αθλητισμό

Η έννοια της έξης σχετίζεται με τις συνήθειες που αποκτούν, διαμορφώνουν και διαθέτουν τα άτομα ενός κοινωνικού συνόλου από την στιγμή της γέννησής τους, οι οποίες χαρακτηρίζονται από διαφορετικότητα και ποικιλομορφία, καθώς επηρεάζονται από τα πρότυπα, τη μόδα, την εκπαίδευση αλλά και γενικότερα από τις συνήθειες μίας κοινωνίας (Mauss,2004). Σύμφωνα με τα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) παρατηρούμε ότι η φυσική δραστηριότητα και ο αθλητισμός εισήλθε στην ζωή τους από πολύ μικρή ηλικία μέσω του παιχνιδιού στην γειτονιά και στο σχολείο. Κάτι που τους επηρέασε θετικά ως προς την συνέχεια της ενασχόλησής τους με τον αθλητισμό μέχρι και τώρα.



Πίνακας 5. Η έξη στον αθλητισμό

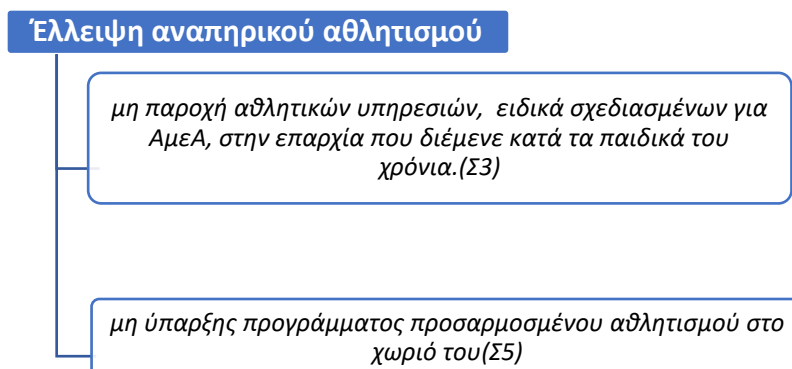
Σε αντίθεση, τα άτομα χωρίς φυσική δραστηριότητα (Σ7,Σ8,Σ9), τα οποία ασχολήθηκαν με την φυσική δραστηριότητα σε μεγάλη ηλικία, φαίνεται να επηρεάστηκαν αρνητικά και να μην υιοθέτησαν τον αθλητισμό και τον υγιεινό τρόπο ζωής. Ο Σ6, ο οποίος έχει επίκτητη οπτική αναπηρία, μυήθηκε στον αθλητισμό από πολύ μικρή ηλικία. Μετά τα δεκαέξι, όταν και απώλεσε την όραση του, σταμάτησε να ασχολείται με τον αθλητισμό γιατί όντας τυφλός δεν μπορούσε να κάνει ποδηλασία.



Πίνακας 6. Η έξη στον αθλητισμό

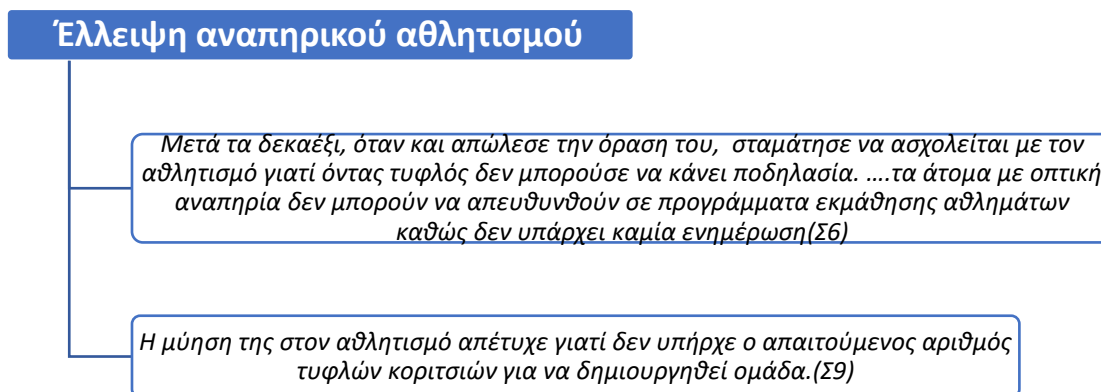
4.4.2 Έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού

Η έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού στην επαρχία σύμφωνα με τους (Σ3 και Σ5) φαίνεται να είναι μία από τις αιτίες που ακόμη και τα αθλούμενα άτομα με οπτική αναπηρία δεν μπορούσαν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό οργανωμένα κατά τα παιδικά τους χρόνια.



Πίνακας 7. Έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού

Το ίδιο φαίνεται να επηρεάζει και τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ6,Σ9), καθώς στην προσπάθειά τους να μυηθούν στον αθλητισμό σε μεγάλη ηλικία, διαπίστωσαν την έλλειψη του αναπηρικού αθλητισμού.

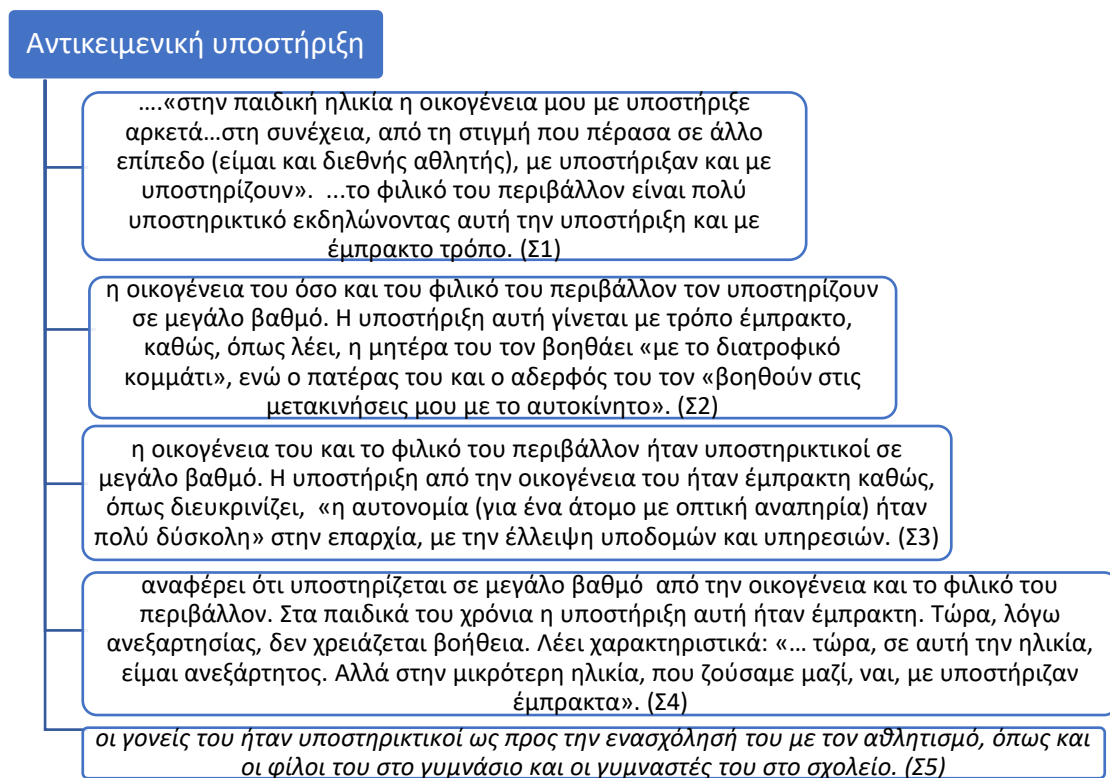


Πίνακας 8. Έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού

4.4.3 Αντικειμενική υποστήριξη

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) φαίνεται να δέχονται αντικειμενική υποστήριξη σε μεγάλο βαθμό τόσο από την οικογένεια

τους όσο και από το φιλικό τους περιβάλλον. Στην αντικειμενική υποστήριξη το άτομο λαμβάνει στην πράξη την υποστήριξη (Norris & Kaniasty, 1996).



Πίνακας 9. Αντικειμενική υποστήριξη

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό δέχονται αντικειμενική υποστήριξη κυρίως από την οικογένεια τους. Σε αντίθεση με τους αθλούμενους, δεν κάνουν αναφορά στο φιλικό τους περιβάλλον για αντικειμενική υποστήριξη.

Αντικειμενική υποστήριξη

η οικογένεια του είναι υποστηρικτική ως προς την συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες στην περίπτωση που αυτός θελήσει να ξαναρχίσει. Θεωρεί ότι αυτή η υποστήριξη θα είναι έμπρακτη (Σ6)

ότι η οικογένεια της επέδειξε υποστηρικτική διάθεση όταν : «...με πήγαιναν πάντα όπου ήθελα. Όπως και τώρα αν το ζητήσω». ...υποστήριξη λαμβάνει και από τους φίλους της (Σ7)

η οικογένεια της όσο και οι φίλοι της ήταν υποστηρικτικοί αλλά παρατηρούσαν ότι δεν της «...άρεσε η φυσική δραστηριότητα». (Σ8)

υποστήριξη στην ενασχόληση της με τον αθλητισμό δέχθηκε μόνο από την οικογένεια της, η οποία την στήριζε και έμπρακτα (Σ9)

Πίνακας 10. Αντικειμενική υποστήριξη

4.4.4 Αντιλαμβανόμενη υποστήριξη

Παρατηρούμε ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία που έχουν υιοθετήσει τη φυσική δραστηριότητα αντιλαμβάνονται ότι δεν υπάρχει υποστήριξη από την τοπική κοινωνία ως προς την ενασχόληση τους με την φυσική δραστηριότητα. Ως αντιλαμβανόμενη ή υποκειμενική υποστήριξη ορίζεται η διαθεσιμότητα της υποστήριξης που αντιλαμβάνεται το ίδιο το άτομο ότι υπάρχει, είτε είναι θετική, είτε αρνητική σε σχέση με το τι θεωρεί το ίδιο το άτομο ότι χρειάζεται, σε αντίθεση ή σε συμφωνία με την υποστήριξη που τελικά λαμβάνει (Norris & Kaniasty, 1996). Ο Σ3 και Σ4 αναφέρουν, ότι δεν υποστηρίχτηκαν στην ενασχόληση τους με τον αθλητισμό από όλους σχεδόν τους καθηγητές φυσικής αγωγής, λόγω άγνοιας.

Αντιλαμβανόμενη - Υποκειμενική υποστήριξη

οι καθηγητές του στο Πανεπιστήμιο τον υποστηρίζουν ενώ, αντιθέτως, υπογραμμίζει την απουσία υποστήριξης από την τοπική κοινωνία, κυρίως λόγω έλλειψης υποδομών και εξειδικευμένου προσωπικού. Ο Σ1 αναδεικνύει ότι οι «φορείς αδιαφορούν σχετικά με τον αναπηρικό αθλητισμό και το τι αυτός μπορεί να προσφέρει στα άτομα με αναπηρία.» (Σ1)

Χαρακτηρίζει την υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας ως «ψιλό- αδιάφορη,» ενώ γενικότερα για το αναπηρικό κίνημα και τις θέσεις του σχετικά με την ενασχόληση των ΑμεΑ με τον αθλητισμό λέει ότι «βοηθάνε και επηρεάζουν έστω και λίγο, αν και δεν γνωρίζει συγκεκριμένα πράγματα».(Σ2)

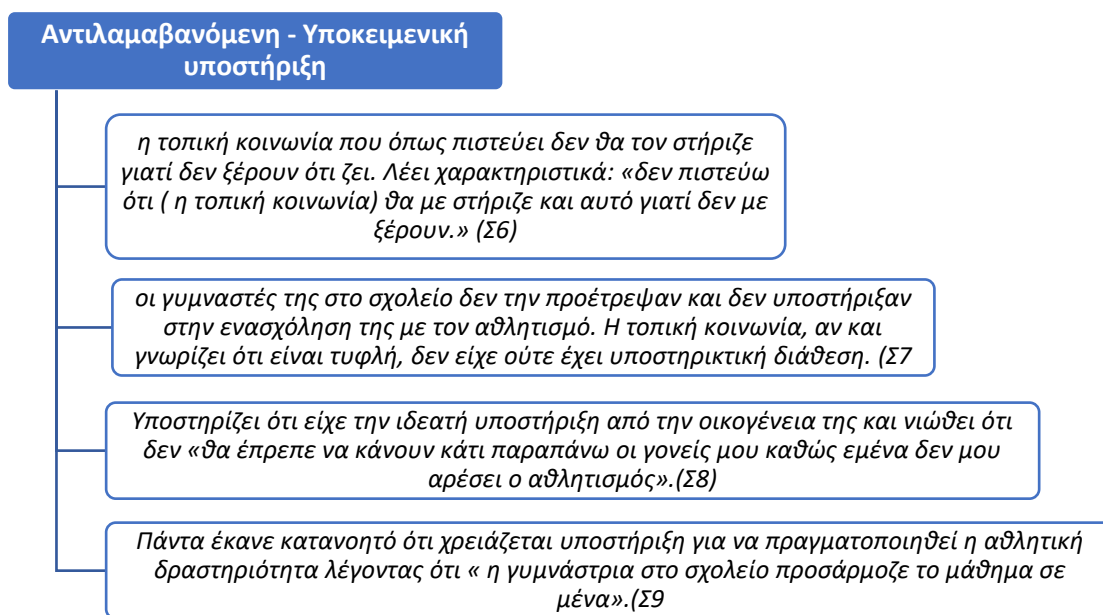
Για τους καθηγητές φυσικής αγωγής στο σχολικό περιβάλλον αναφέρει ότι «άλλοι ήταν (υποστηρικτικοί) και άλλοι όχι.» Η τοπική κοινωνία στην επαρχία παρόλο που ζούσε κάτι «πρωτόγνωρο» προσπαθούσε να τον υποστηρίξει ... το αναπηρικό κίνημα δεν υποστηρίζει έμπρακτα την ενασχόληση των ΑμεΑ με τον αθλητισμό καθώς δεν κάνει πράξη όλα αυτά που υποστηρίζει σε δηλώσεις του.(Σ3)

ότι από τους γυμναστές στο γυμνάσιο και το λύκειο δεν υπήρχε υποστήριξη, κυρίως λόγω έλλειψης γνώσεων. Λέει χαρακτηριστικά: «Όταν ήμουν στο γυμνάσιο και λύκειο, οι γυμναστές στο σχολείο δεν με άφηναν να κάνω τίποτα. Δεν γνώριζαν...,» ενώ η τοπική κοινωνία, τόσο στα παιδικά του χρόνια όσο και τώρα, είναι αδιάφορη. (Σ4)

Αντίθετα, η τοπική κοινωνία δεν ήταν υποστηρικτική γιατί - όπως εξηγεί - δεν υπήρχαν οι κατάλληλες υποδομές για την ανάπτυξη του αναπηρικού αθλητισμού. (Σ5)

Πίνακας 11. Αντιλαμβανόμενη υποστήριξη

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ6,Σ7), υποστηρίζουν και αυτά ότι υπάρχει έλλειψη υποστήριξης στον αναπηρικό αθλητισμό από την τοπική κοινωνία. Μάλιστα, ισχυρίζονται ότι η τοπική κοινωνία είναι «αδιάφορη» καθώς δεν γνωρίζει ότι διαμένουν εκεί τυφλά άτομα.



Πίνακας 12. Αντιλαμβανόμενη υποστήριξη

4.4.5 Κοινωνικά δίκτυα

Τα κοινωνικά δίκτυα αναφέρονται σε όλες τις σχέσεις που αναπτύσσονται σε ένα συγκεκριμένο σύνολο ανθρώπων, αλλά και τις σχέσεις ενός ατόμου με τα άτομα που είναι σημαντικά στην καθημερινότητα του (Buysse, 1997). Σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα βλέπουμε ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό, συναναστρέφονται με ένα σύνολο ανθρώπων(γονείς, φίλοι, άλλα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό) που έχουν υιοθετήσει την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Δηλώνουν, ότι επηρεάστηκαν θετικά και παροτρύνθηκαν ώστε να ασχοληθούν με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

Κοινωνικά δίκτυα

η ενασχόληση του πατέρα του με το μπάσκετ τον επηρέασε στο να αγαπήσει τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Οι φίλοι του είχαν επίσης θετική επιρροή πάνω του αφού τον παρότρυναν να συνεχίσει τον αθλητισμό και μετά το ατύχημα του. διατηρώ σχέσεις με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό. Μάλιστα (ήταν) ένας από αυτούς (που) με προέτρεψε να ασχοληθώ με το άθλημα που κάνω τώρα». (Σ1)

«έπαιξε σημαντικό ρόλο στην ενασχόληση» του με τον αθλητισμό ότι ο πατέρας του «ασχολούταν με τον αθλητισμό» καθώς και η συμμετοχή που είχαν οι φίλοι του σε αθλητικές δραστηριότητες. Υπογραμμίζει ότι διατηρεί φιλική σχέση με άλλα τυφλά άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό και τα οποία τον «προέτρεψαν να γνωρίσει και να ασχοληθεί με το άθλημα που κάνει τώρα». (Σ2)

το πρώτο ερέθισμα ώστε να ασχοληθεί με τον αθλητισμό ήρθε από τους φίλους του στο σχολείο.....Η τοπική κοινωνία και η οικογένεια του συσπειρώθηκε γύρω από την επιθυμία του... ενθάρρυνση έλαβε από έναν Καθηγητή Φυσικής Αγωγής στο σχολείο, ο οποίος είχε γνώσεις στον αθλητισμό για ΑμεΑ, ...με άλλα άτομα που έχουν οπτική αναπηρία και ασχολούνται με τον αθλητισμό, τα οποία και τον ενθαρρύνουν ώστε να συνεχίσει την ενασχόληση του(Σ3)

οι φίλοι του αυτοί που τον επηρέασαν να ασχοληθεί με τον αθλητισμό. Λέει χαρακτηριστικά: «Οι φίλοι μου όμως ασχολιόντουσαν με τον αθλητισμό και με παρότρυναν να ασχοληθώ και εγώ με τον αθλητισμό.» διατηρεί σχέσεις με άλλα άτομα με οπτική αναπηρία, τα οποία ασχολούνται με τον αθλητισμό και τον παροτρύνουν να γυμνάζεται(Σ4)

Αυτοί που τον παρακίνησαν να ασχοληθεί με τον αθλητισμό ήταν οι φίλοι του, ... Διατηρεί σχέσεις με οπτικά ανάπηρα άτομα, τα οποία ασχολούνται με τον αθλητισμό και παρακινούν και εκείνον να συνεχίσει.(Σ5)

Πίνακας 13. Κοινωνικά Δίκτυα

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ6,Σ7,Σ9) συναναστρέφονται στο κοινωνικό τους δίκτυο με άτομα που δεν έχουν υιοθετήσει την φυσική δραστηριότητα. Τόσο οι γονείς τους όσο και οι φίλοι τους δεν έχουν στην καθημερινότητα τους κάποια φυσική ή αθλητική δραστηριότητα.

Κοινωνικά δίκτυα

κανείς από την οικογένεια του και το φιλικό του περιβάλλον δεν ασχολείται με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Διατηρεί σχέσεις με άλλα τυφλά άτομα αλλά δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. (Σ6)

αναφέρει ότι περιβάλλεται από ένα κοινωνικό δίκτυο όπου η φυσική δραστηριότητα δεν είναι μέρος της καθημερινότητας τους. Λέει χαρακτηριστικά ότι «οι γονείς μου δεν κάνουν καμία φυσική δραστηριότητα... οι φίλοι μου που κάνω παρέα ούτε και αυτοί ασχολούνται». Στο κοινωνικό της δίκτυο έχει επαφές με άλλα άτομα που είναι τυφλά, αλλά από όσο γνωρίζει «κανείς δεν κάνει κάποιο άθλημα ή έχει φυσική δραστηριότητα » ενώ κανείς δεν « με έχει προτρέψει να ασχοληθώ με την φυσική δραστηριότητα». (Σ7)

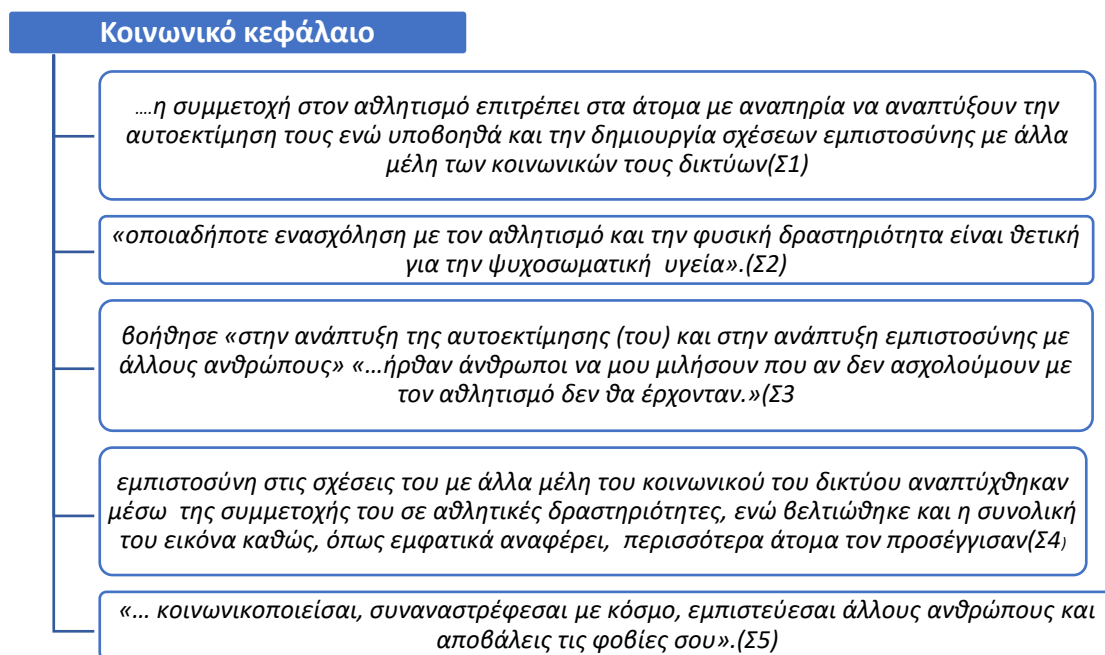
Η οικογένεια της «στο παρελθόν ασχολούταν με την φυσική δραστηριότητα» κάτι όμως που δε την επηρέασε ώστε να μυηθεί στην φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό(Σ8)

γονείς της «δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό». Όσο για το φιλικό της περιβάλλον, όσο ήταν στην επαρχία δεν είχε φίλους... στο φιλικό της περιβάλλον συναναστρέφεται με άλλα τυφλά άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό, ενώ δέχεται και από αυτά προτροπή ως προς την ενασχόληση της με τον αθλητισμό(Σ9)

Πίνακας 14. Κοινωνικά δίκτυα

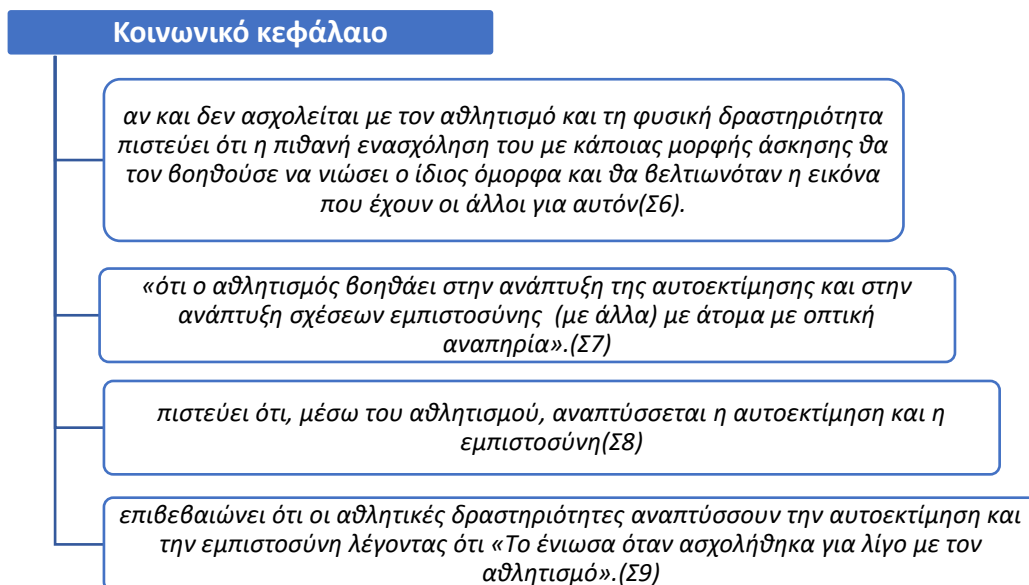
4.4.6 Κοινωνικό κεφάλαιο

Κοινωνικό κεφάλαιο είναι τα κοινωνικά δίκτυα και οι σχέσεις, επαφές ,κοινωνικοί δεσμοί που αναπτύσσονται μεταξύ των ανθρώπων, προάγοντας το κοινωνικό όφελος μέσα από κοινές αξίες, κοινούς κώδικες και αντιλήψεις. Ο αθλητισμός σύμφωνα με την Καμπερίδου (2016), προωθεί την κοινωνική ενσωμάτωση για τα άτομα με αναπηρία. Τα άτομα με οπτική αναπηρία (Σ1,Σ3,Σ4,Σ5) που ασχολούνται με τον αθλητισμό παρατηρούμε ότι αναπτύσσουν σχέσεις εμπιστοσύνης μέσω του αθλητισμού ενώ αυξάνεται το αίσθημα της αυτοεκτίμησης σύμφωνα με τους (Σ1, Σ3, Σ4).



Πίνακας 15. Κοινωνικό Κεφάλαιο

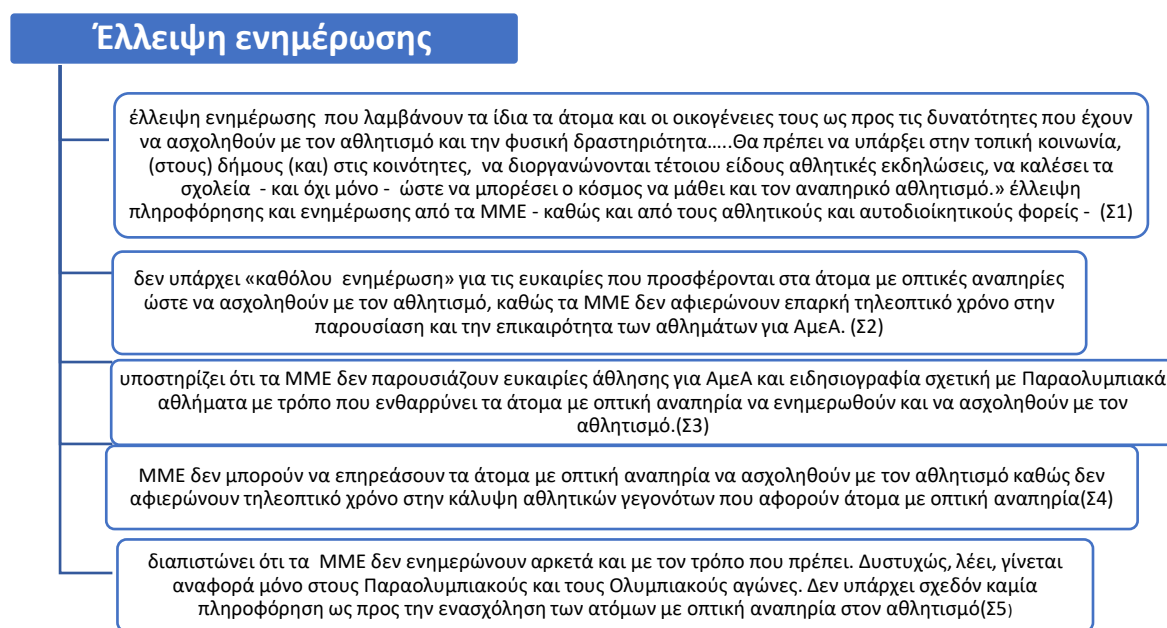
Τα άτομα χωρίς αθλητική δραστηριότητα (Σ6,Σ7,Σ8,Σ9) υποστηρίζουν, ότι η ενασχόληση με τον αθλητισμό ενισχύει την αυτοεκτίμηση και την εμπιστοσύνη όλων των ανθρώπων είτε αυτά έχουν οπτική αναπηρία είτε όχι, μάλιστα η Σ9 το ένιωσε όταν για λίγο καιρό ασχολήθηκε με κάποια αθλητική δραστηριότητα.



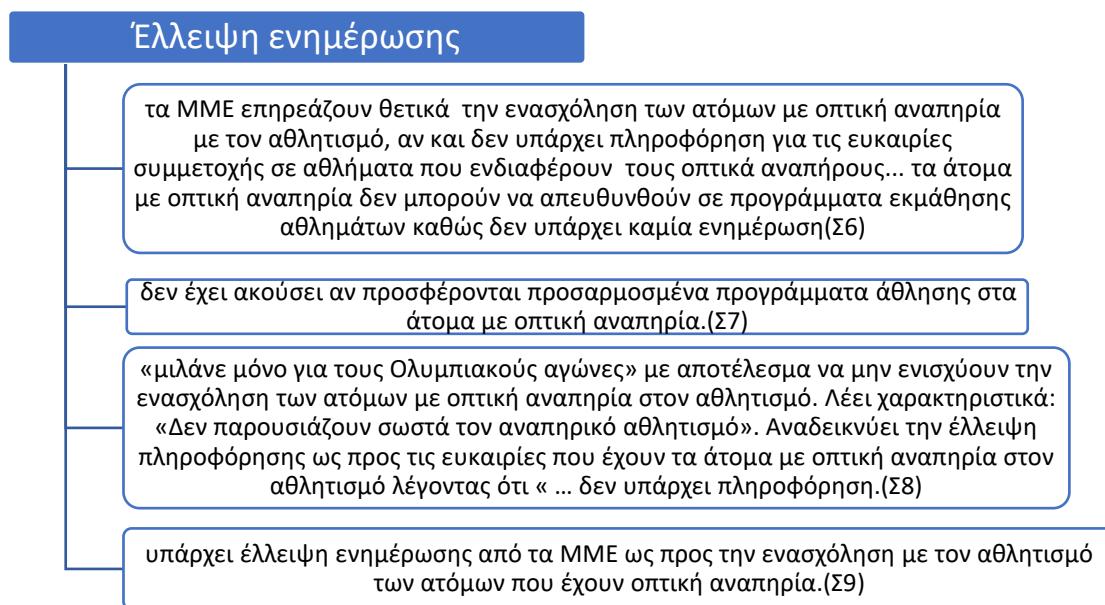
Πίνακας 16. Κοινωνικό κεφάλαιο

4.4.7 Έλλειψη ενημέρωσης

Τόσο τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4.Σ5) όσο και τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό τονίζουν την έλλειψη ενημέρωσης που έχουν οι ίδιοι όσο και οι οικογένειες τους για τις φυσικές δραστηριότητες και τις δυνατότητες άθλησης που μπορούν να έχουν από τους φορείς. Πέρα από τους φορείς, έλλειψη ενημέρωσης και διάδοσης του αναπηρικού αθλητισμού φέρεται να υφίσταται και από τα ΜΜΕ αφού όπως τονίζεται από τους (Σ3,Σ4,Σ8) γίνεται επιλεγμένη ενημέρωση (Παραολυμπιακούς αγώνες) με αποτέλεσμα να μην ενθαρρύνονται στο να συμμετέχουν στον αθλητισμό ή κάποια φυσική δραστηριότητα.



Πίνακας 17. Έλλειψη ενημέρωσης

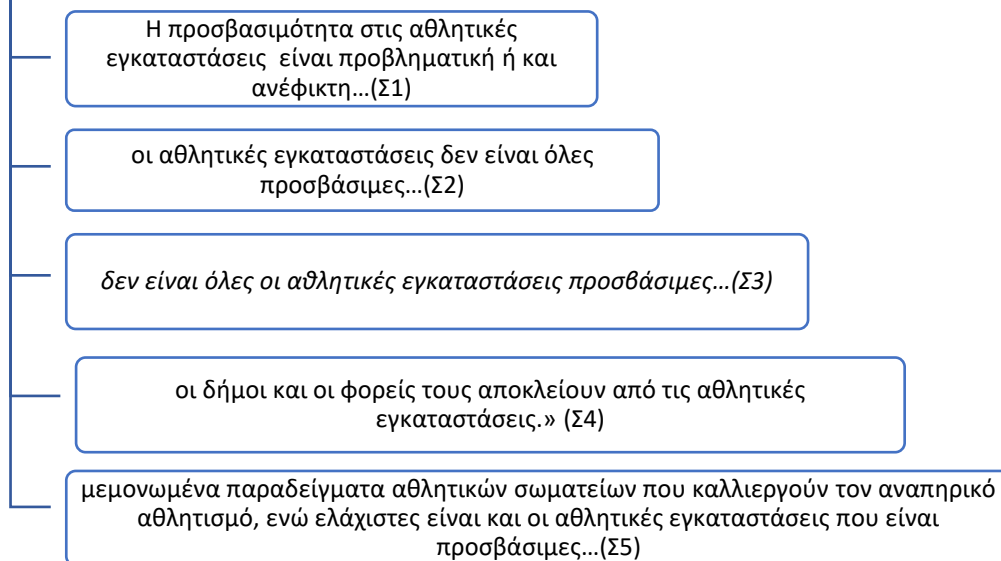


Πίνακας 18. Έλλειψη ενημέρωσης

4.4.8 Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων

Η προσβασιμότητα και η πρόσβαση προς τις αθλητικές εγκαταστάσεις χαρακτηρίζονται από τα άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4) ως προβληματική και ανέφικτη . Ενώ ο Σ4 τονίζει ότι οι δήμοι και οι φορείς τους αποκλείουν από την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό λόγω της μη προσβασιμότητας των αθλητικών εγκαταστάσεων.

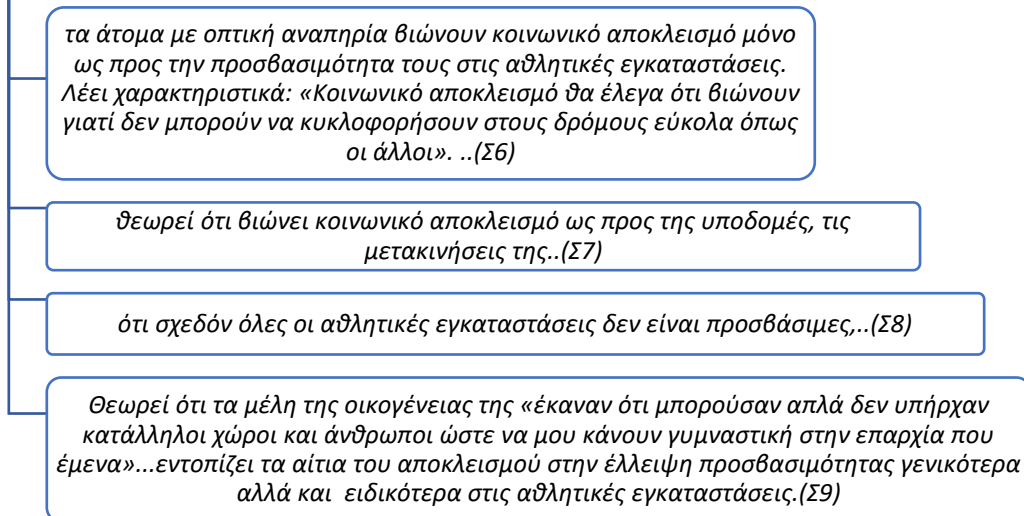
Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων



Πίνακας 19. Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων

Τα άτομα χωρίς αθλητική δραστηριότητα (Σ6,Σ7,Σ8,Σ9) βλέπουμε να ενισχύουν και αυτά την άποψη ότι οι αθλητικές εγκαταστάσεις δεν είναι προσβάσιμες με αποτέλεσμα να αποκλείονται από την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

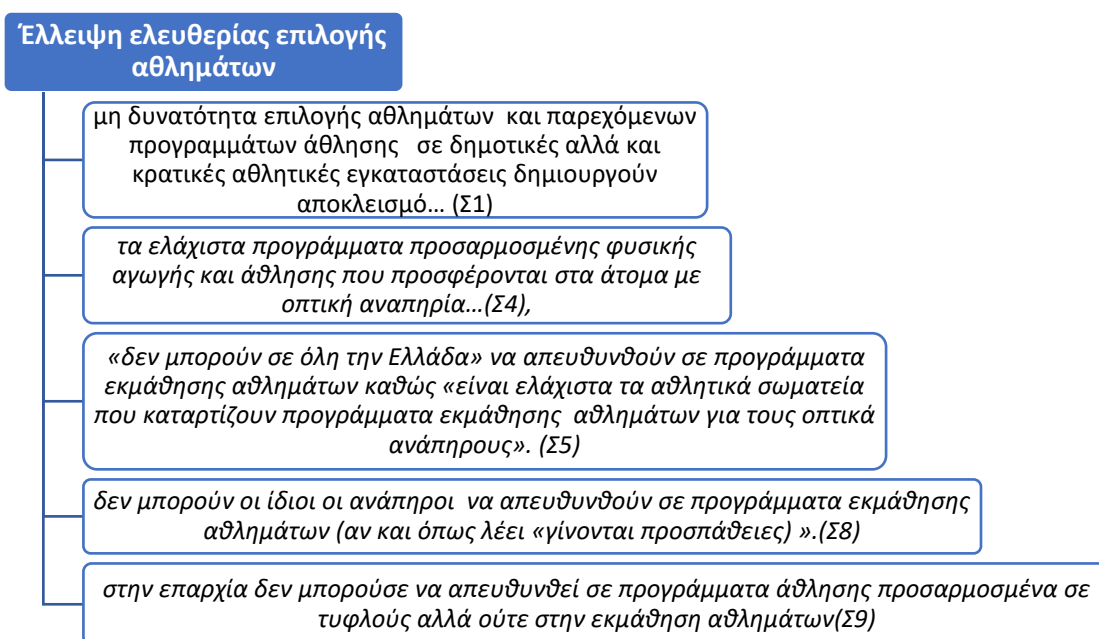
Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων



Πίνακας 20. Προσβασιμότητα αθλητικών εγκαταστάσεων

4.4.9 Έλλειψη ελεύθερης επιλογής αθλημάτων

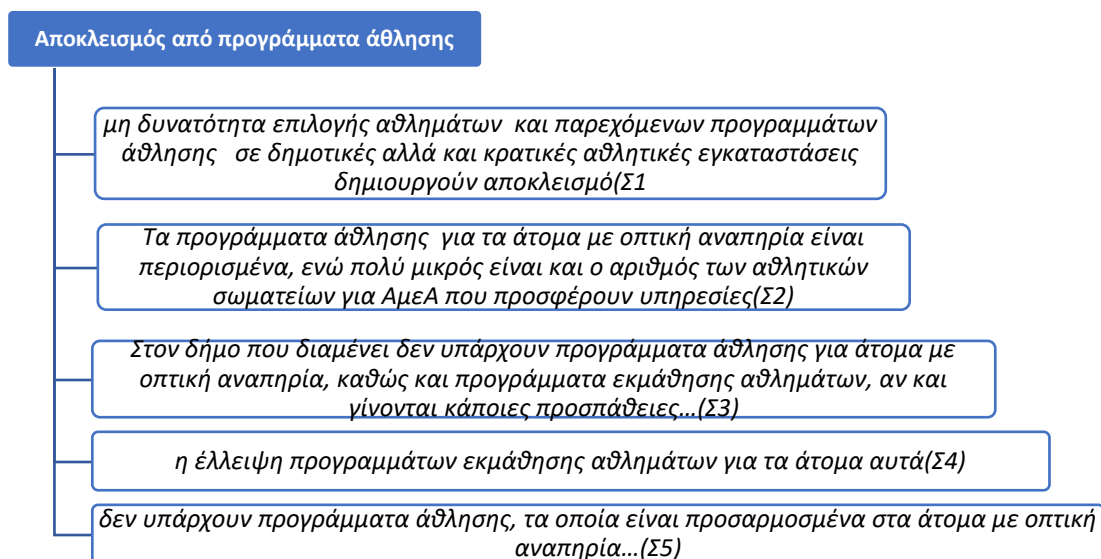
Κάτι που αναφέρθηκε τόσο από τα αθλούμενα (Σ1,Σ4,Σ5) όσο και τα μη αθλούμενα (Σ8,Σ9) άτομα με οπτική αναπηρία, είναι ότι δεν υπάρχει ελεύθερη επιλογή αθλημάτων καθώς ελάχιστα είναι τα αθλητικά σωματεία που παρέχουν προγράμματα εκμάθησης αθλημάτων για τα άτομα με οπτική αναπηρία.



Πίνακας 21. Έλλειψη ελευθερίας επιλογής αθλημάτων

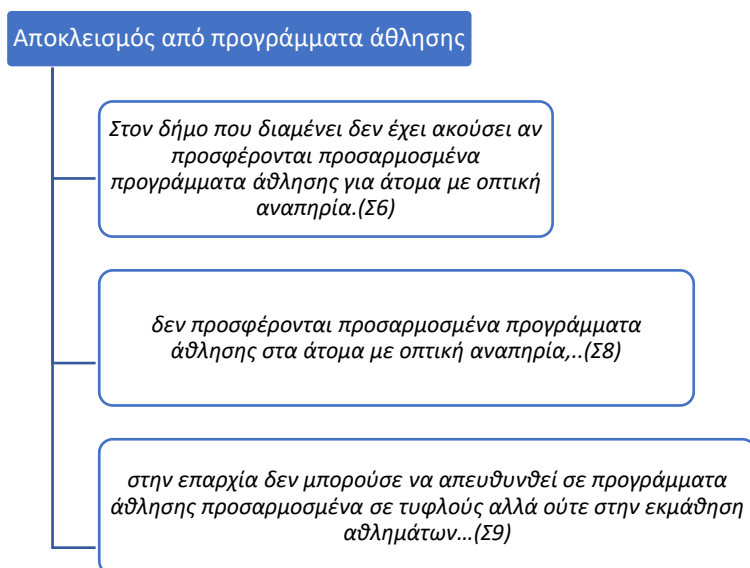
4.4.10 Αποκλεισμός από προγράμματα άθλησης

Αποκλεισμό από προγράμματα άθλησης φαίνεται να αντιμετωπίζουν οι (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) αφού όπως έχουν διαπιστώσει δεν παρέχονται προγράμματα άθλησης για τα άτομα με οπτική αναπηρία τόσο στους δήμους όσο και σε αθλητικές εγκαταστάσεις.



Πίνακας 22. Αποκλεισμός από προγράμματα άθλησης

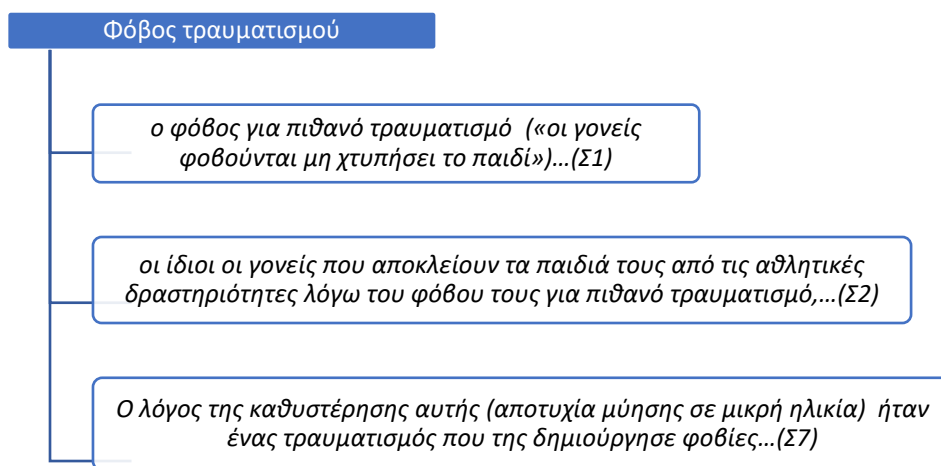
Το ίδιο υποστηρίζουν και τα άτομα που δεν αθλούνται (Σ6,Σ8,Σ9), καθώς όπως αναφέρουν δεν έχουν ακούσει για προγράμματα άθλησης ατόμων με οπτική αναπηρία στο δήμο που διαμένουν.



Πίνακας 23. Αποκλεισμός από προγράμματα άθλησης

4.4.11 Φόβος τραυματισμού

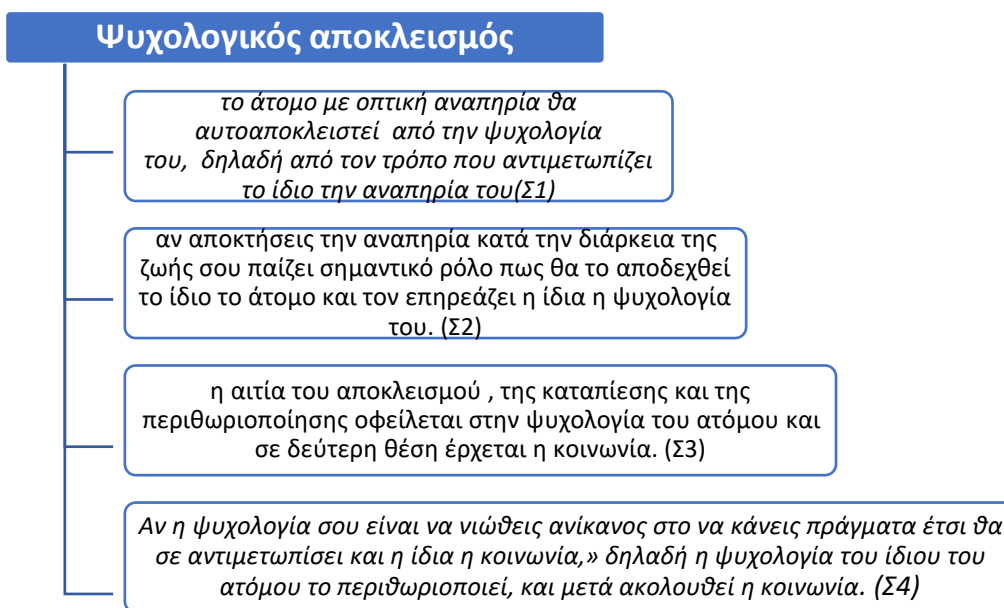
Ο φόβος για πιθανό τραυματισμό μέσω της φυσικής δραστηριότητας είναι ένας λόγος που μπορεί να αποτρέψει τη συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία στη φυσική δραστηριότητα σύμφωνα με τους (Σ1,Σ2,Σ7).



Πίνακας 24. Φόβος τραυματισμού

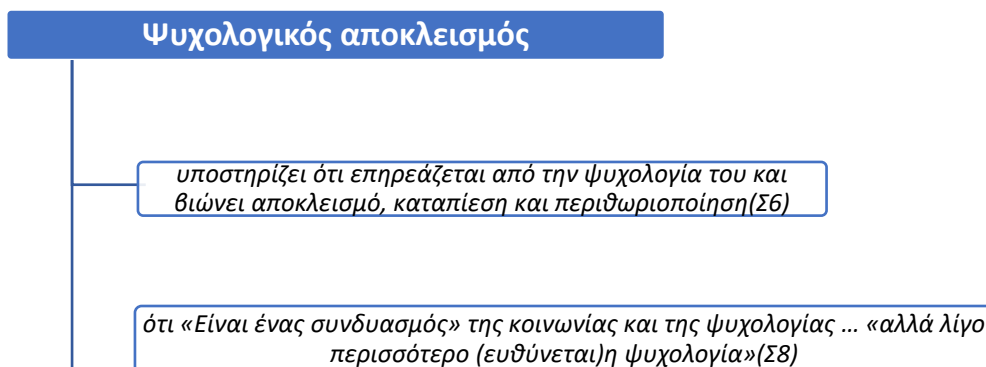
4.4.12 Ψυχολογικός αποκλεισμός

Σύμφωνα με τον Goodley (2011), τα αίτια της περιθωριοποίησης και του αποκλεισμού δεν βρίσκονται στην κοινωνία αλλά στη ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία. Η Thomas (1999), αναφέρει, ότι τα άτομα χωρίς αναπηρία λόγω τις εξιδανίκευσης της κανονικότητας και της ψυχο- συναισθηματικής διάστασης της αναπηρίας, εκφράζουν μια απαξιώτική, εχθρική και με λύπηση συμπεριφορά προς τα άτομα με αναπηρία. Υπάρχουν όμως και συμπεριφορές με στοιχεία πατροναρισμού, αλτρουισμού, βοήθειας και φροντίδας που συμπεριλαμβάνονται στο πλαίσιο του ψυχο- συναισθηματικού αποκλεισμού (Liddiard, 2014; Thomas 2006). Σύμφωνα με όλους τους αθλούμενους (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) ένα άτομο με οπτική αναπηρία θα αυτοαποκλειστεί λόγω της ψυχολογίας του και του αισθήματος ανικανότητας ώστε να κάνει πράγματα.



Πίνακας 25. Ψυχολογικός αποκλεισμός

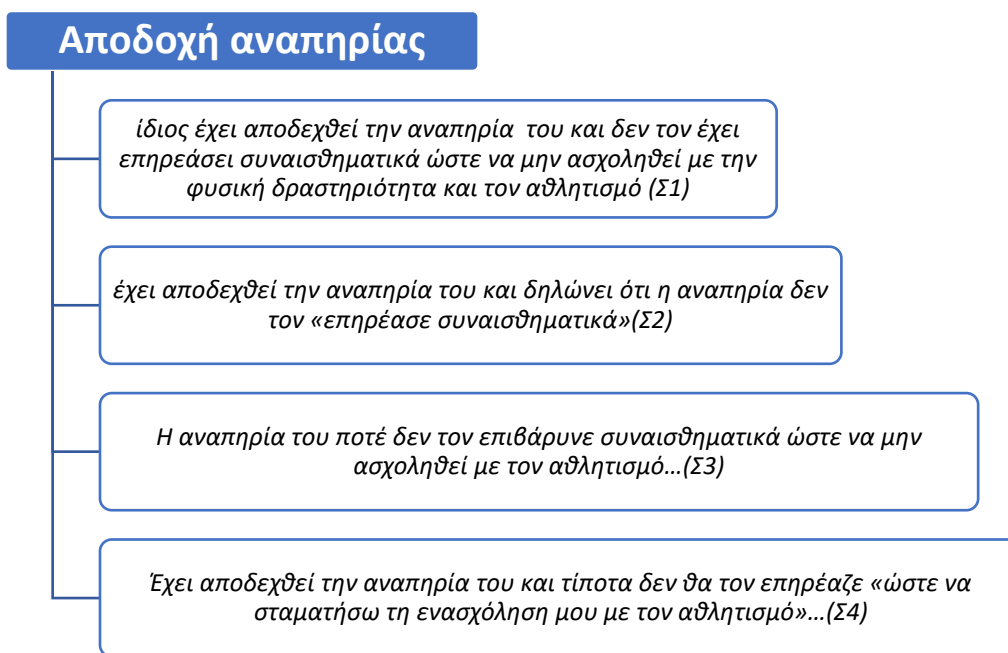
Το ίδιο υποστηρίζουν μόνο δύο οι συνεντευξιαζόμενοι (Σ6,Σ8).



Πίνακας 26. Ψυχολογικός αποκλεισμός

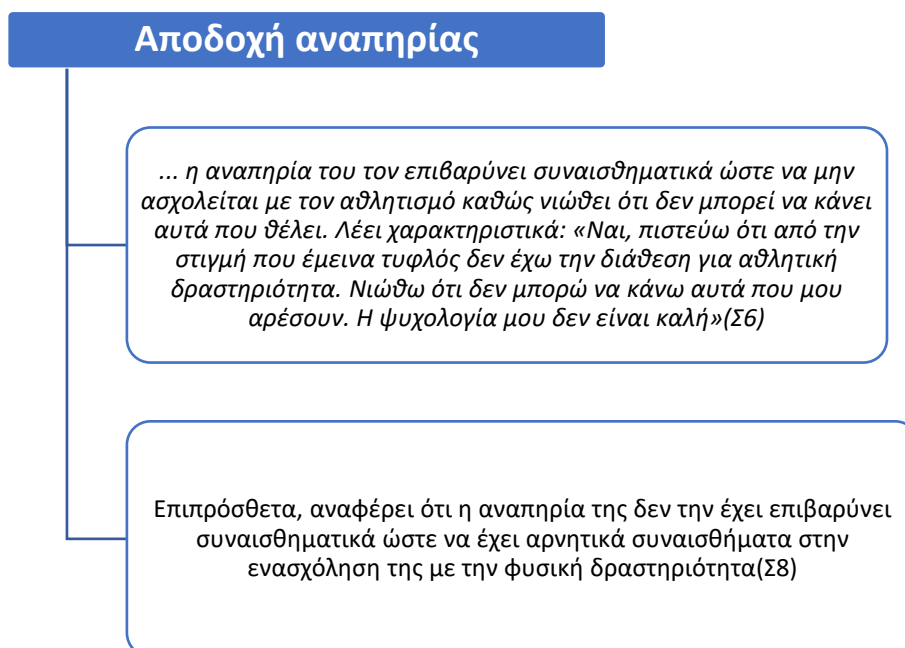
4.4.13 Αποδοχή αναπηρίας

Τα αθλούμενα άτομα με οπτική αναπηρία, (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4) φαίνεται να έχουν αποδεχθεί την αναπηρία τους κάτι που ενισχύει την συμμετοχή τους στις αθλητικές δραστηριότητες.



Πίνακας 27. Αποδοχή αναπηρίας

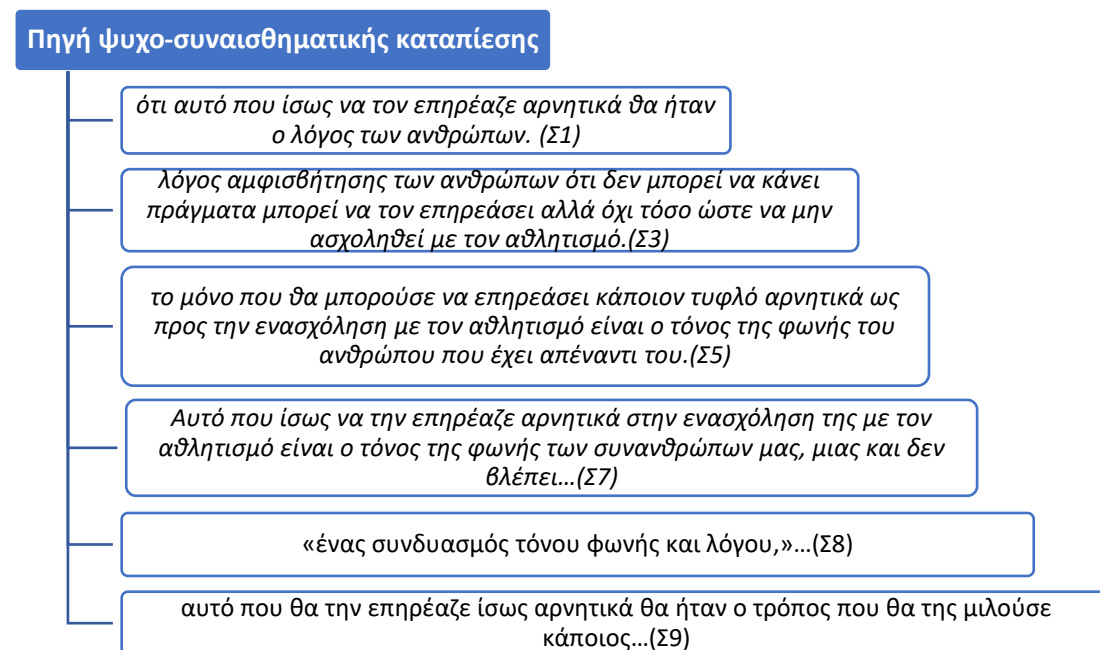
Στους μη αθλούμενους δεν μπορούμε να βγάλουμε ασφαλή συμπεράσματα, εάν δηλαδή τελικά τους επηρεάζει η αποδοχή της αναπηρίας τους ως προς την συμμετοχή τους στις αθλητικές δραστηριότητες.



Πίνακας 28. Αποδοχή αναπηρίας

4.4.14 Πηγή ψυχο-συναισθηματικής καταπίεσης

Ο ψυχο-συναισθηματικός μισαναπηρισμός, δηλαδή το σύνολο των υποθέσεων, των αντιλήψεων και των πρακτικών που αψηφά τα δικαιώματα των αναπήρων και τα αντιμετωπίζει ως άτομα κατώτερα είναι άλλος ένας λόγος που μπορεί να οδηγήσει τα άτομα με αναπηρία σε αποκλεισμό (Goodley, 2014). Πηγή ψυχο-συναισθηματικής καταπίεσης για τα άτομα με οπτική αναπηρία είτε αθλούνται είτε όχι φαίνεται να είναι όπως υποστηρίζουν, ο αρνητικός λόγος και ο τόνος της φωνής των ατόμων που συναναστρέφονται. Αυτοί οι λόγοι ίσως και να τους απέτρεπαν από την συμμετοχή τους σε κάποια αθλητική δραστηριότητα.



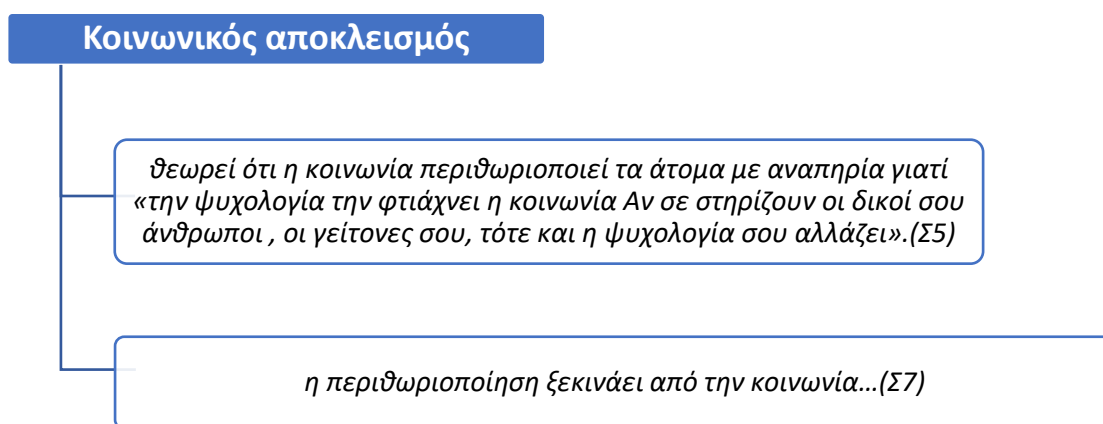
Πίνακας 29. Πηγή ψυχο-συναισθηματικής καταπίεσης

4.4.15 Κοινωνικός αποκλεισμός

Σύμφωνα με τον Goodley (2011) τα αίτια της περιθωριοποίησης και του αποκλεισμού δεν βρίσκονται στην κοινωνία αλλά στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία. Η Thomas (1999), αναφέρει ότι τα άτομα χωρίς αναπηρία λόγω τις εξιδανίκευσης της κανονικότητας και της ψυχο- συναισθηματικής διάστασης της αναπηρίας, εκφράζουν μια

απαξιώτική, εχθρική και με λύπηση συμπεριφορά προς τα άτομα με αναπηρία. Υπάρχουν όμως και συμπεριφορές με στοιχεία πατρναρισμού, αλτρουισμούς, βοήθειας και φροντίδας που συμπεριλαμβάνονται στο πλαίσιο του ψυχο-συναισθηματικού αποκλεισμού (Liddiard, 2014; Thomas 2006).

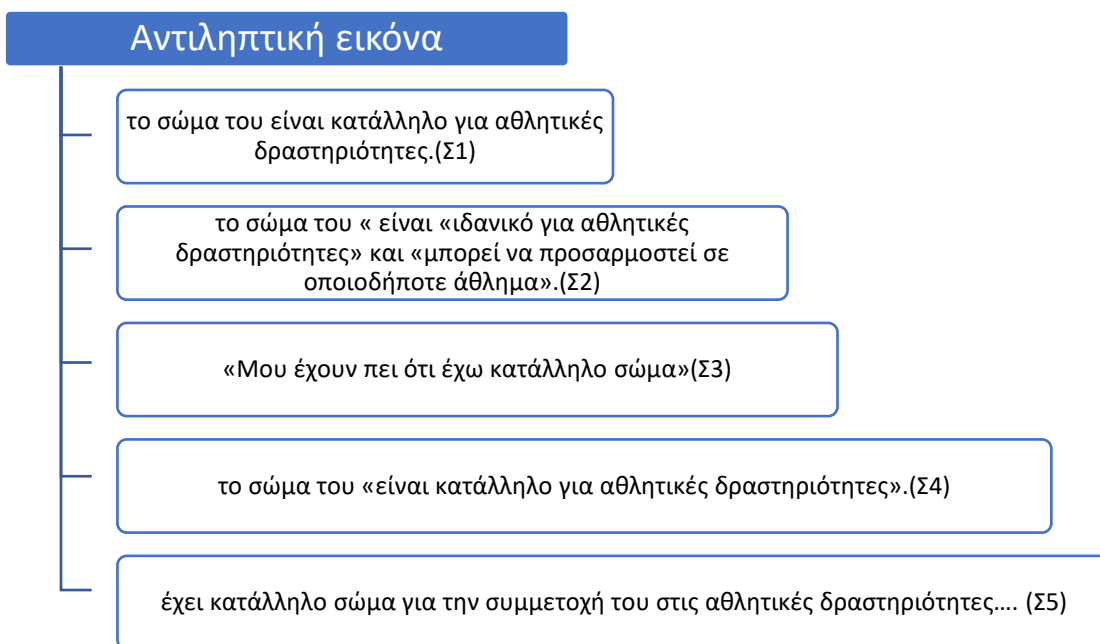
Σύμφωνα με τα παρακάτω μόνο δύο (Σ5,Σ7) από τους συνεντευξιαζόμενους φαίνεται να θεωρούν ότι η κοινωνία περιθωριοποιεί τα άτομα με οπτική αναπηρία.



Πίνακας 30. Κοινωνικός αποκλεισμός

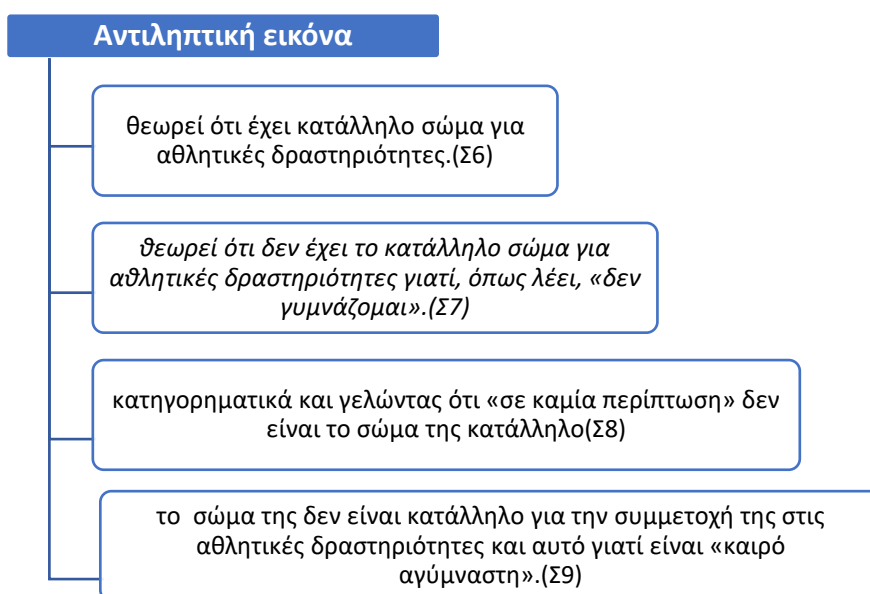
4.4.16 Αντιληπτική εικόνα

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό φαίνεται να πιστεύουν ότι έχουν κατάλληλο σώμα για αθλητικές δραστηριότητες. Οι (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5) δήλωσαν με αυτοπεποίθηση ότι τα σώματά τους είναι κατάλληλα.



Πίνακας 31. Αντιληπτική εικόνα

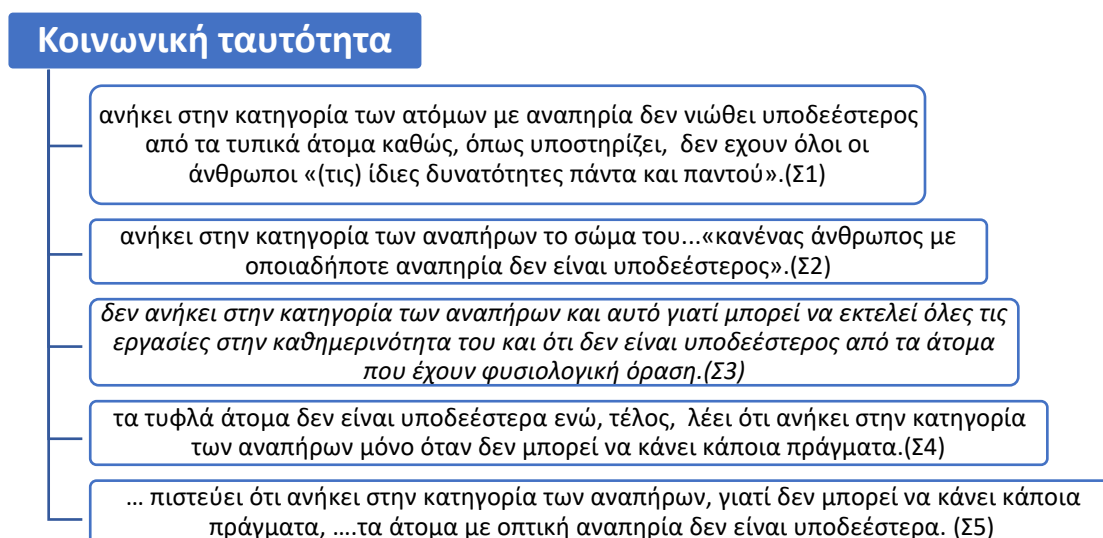
Τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό (Σ7,Σ8,Σ9), δηλώνουν ότι σώμα τους δεν είναι κατάλληλο για φυσική δραστηριότητα. Οι (Σ6,Σ7,Σ8,Σ9) χαρακτηρίζονται από ανασφάλεια στην μετακίνηση τους στον χώρο της συνέντευξης παρόλο που τους είναι οικείος. Η στάση του σώματος τους στην καρέκλα προσδίδει ότι το σώμα τους είναι αγύμναστο ενώ φαίνεται ότι έχουν παραπάνω κιλά.



Πίνακας 32. Αντιληπτική εικόνα

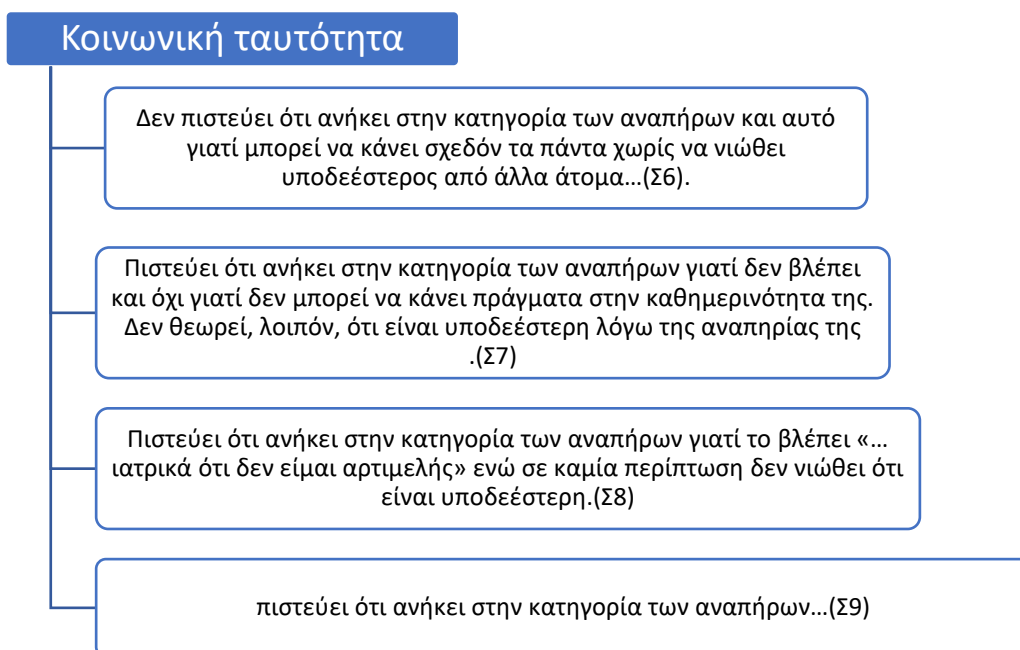
4.4.17 Κοινωνική ταυτότητα

Η κοινωνική ταυτότητα «αποτελείται από εκείνες τις όψεις της αυτοεικόνας ενός ατόμου που προέρχονται από τις κοινωνικές κατηγορίες στις οποίες το άτομο θεωρεί ότι ανήκει» (Tajfel & Turner, 1979; Saul McLeod, 2019). Σύμφωνα με τα αθλούμενα άτομα με οπτική αναπηρία (Σ1, Σ2, Σ4, Σ5), πιστεύουν ότι ανήκουν στην κατηγορία των αναπήρων και αυτό γιατί δεν μπορούν να κάνουν κάποια πράγματα στην καθημερινότητα τους. Ο Σ3 πιστεύει ότι δεν ανήκει στην κατηγορία των αναπήρων και αυτό γιατί μπορεί να εκτελεί όλες τις εργασίες στην καθημερινότητα του. Όλοι δηλώνουν ότι σε καμία περίπτωση δεν νιώθουν υποδεέστεροι από τα άτομα χωρίς αναπηρία.



Πίνακας 33. Κοινωνική ταυτότητα

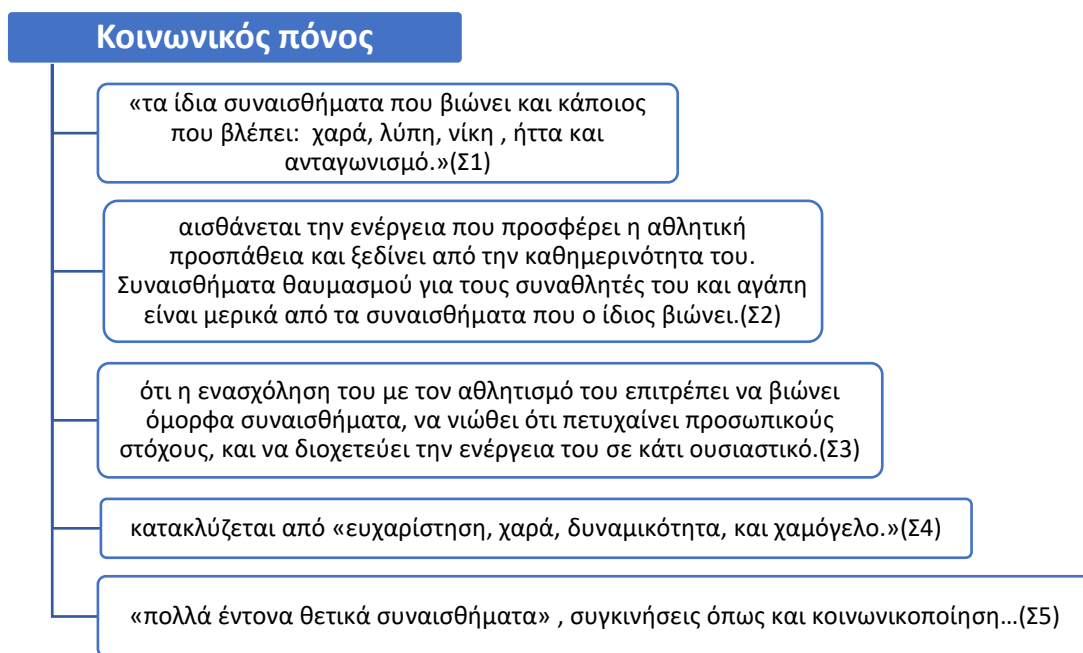
Τα μη αθλούμενα άτομα (Σ7, Σ8, Σ9), φαίνεται να υποστηρίζουν ότι ανήκουν στην κατηγορία των αναπήρων. Στηρίζουν την άποψη τους αυτή (Σ7, Σ8) ιατρικά, λέγοντας ότι δεν είναι αρτιμελείς. Ενώ όλοι υποστηρίζουν ότι δε είναι υποδεέστεροι λόγω της αναπηρίας τους.



Πίνακας 34. Κοινωνική ταυτότητα

4.4.18 Κοινωνικός πόνος

Ο κοινωνικός πόνος είναι μία συναισθηματική κατάσταση που το αποκλεισμένο άτομο βιώνει λόγω του αποκλεισμού του, με έντονα τα συναισθήματα της νοσταλγίας ,της δυστυχίας, της θλίψης (MacDonald, & Leary, 2005).Ο κοινωνικός πόνος σύμφωνα με τον Mark Leary, περιλαμβάνει επώδυνα συναισθήματα που προκαλούνται από άλλα άτομα, όπως το να νιώθεις απόρριψη, μόνος, υποτιμημένος, εγκαταλειμμένος ή αποσυνδεδεμένος από τις δραστηριότητες μιας κοινωνίας (Cathy Cassata, 2021). Ο αθλητισμός φαίνεται από τις απαντήσεις των αθλούμενων ατόμων με οπτική αναπηρία (Σ1,Σ2,Σ3,Σ4,Σ5, να βοηθάει ώστε τα άτομα με οπτική αναπηρία να μην βιώνουν κοινωνικό πόνο, αφού μέσω αυτού βιώνουν θετικά συναισθήματα όπως χαρά, αγάπη, θαυμασμό, ενώ νιώθουν ότι κοινωνικοποιούνται και διοχετεύουν την ενέργεια τους.

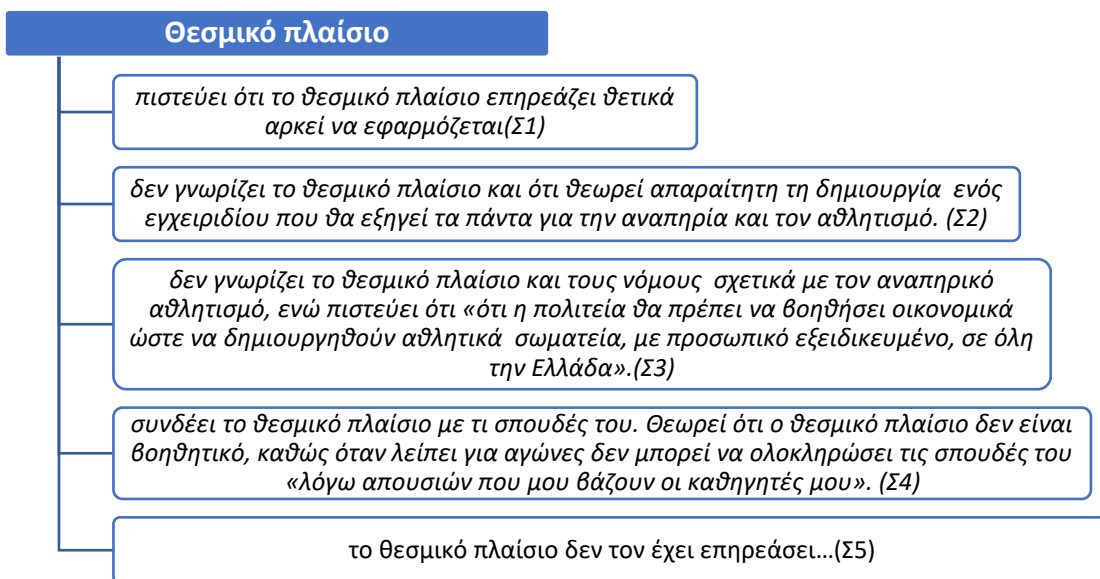


Πίνακας 35. Κοινωνικός πόνος

Στους μη αθλούμενους μόνο η Σ8 επιβεβαιώνει τα όμορφα συναισθήματα που ένιωσε όταν κάποια στιγμή ασχολήθηκε με τον αθλητισμό λέγοντας «Όταν έκανα αθλητισμό ένιωθα ενθουσιασμό».

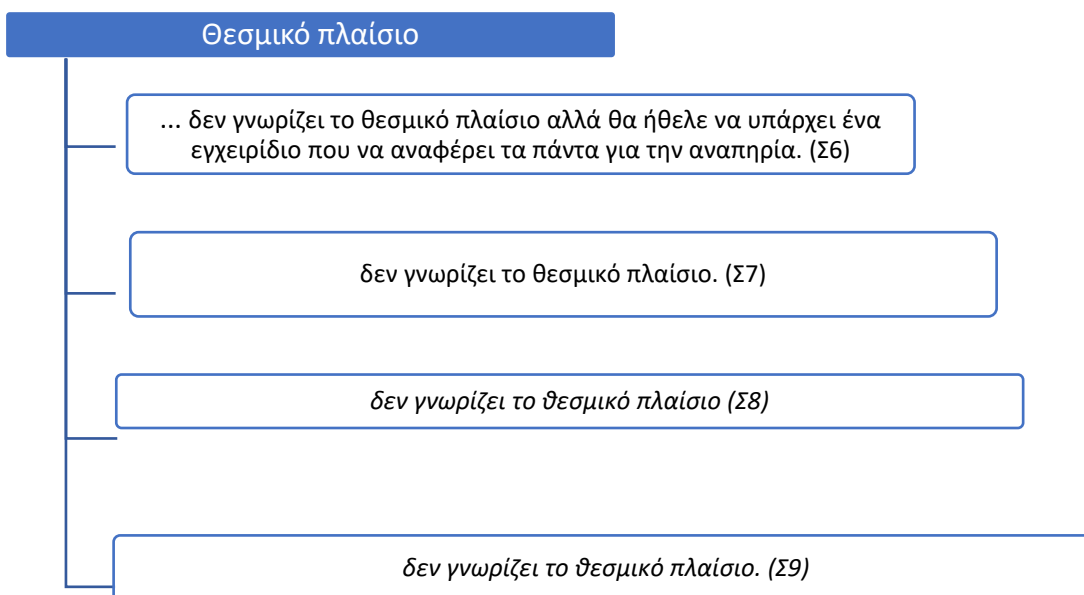
4.4.19 Θεσμικό πλαίσιο

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που αθλούνται πιστεύουν ότι το θεσμικό πλαίσιο δεν είναι βοηθητικό ως προς την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό (Σ3,Σ4,Σ5), ενώ οι (Σ2,Σ3) δηλώνουν ότι έχουν άγνοια του θεσμικού πλαισίου.



Πίνακας 36. Θεσμικό πλαίσιο

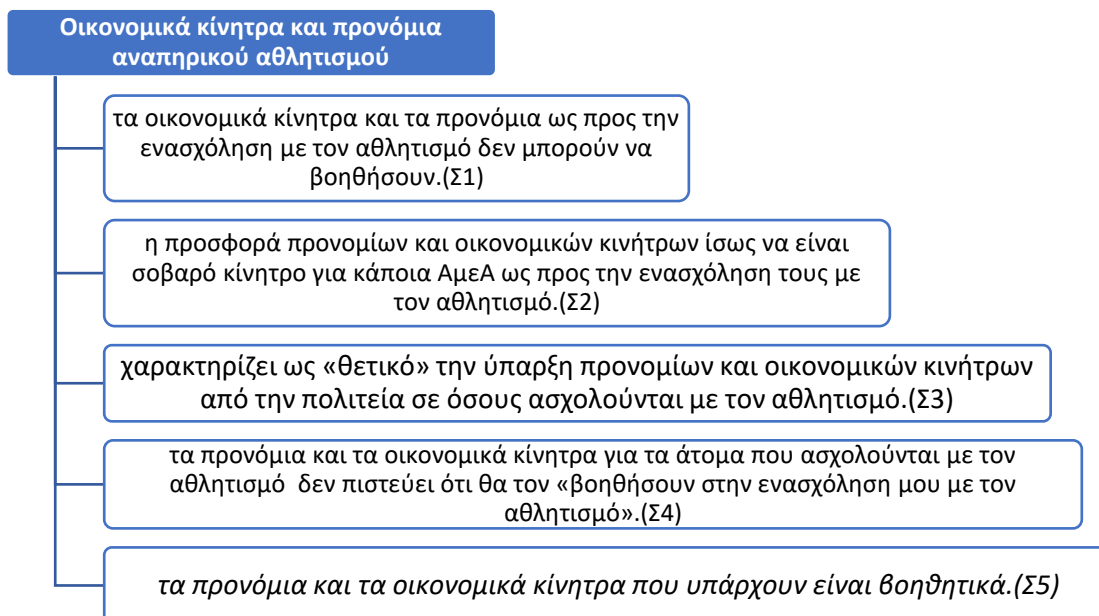
Τα μη αθλούμενα άτομα δηλώνουν ότι δεν γνωρίζουν το θεσμικό πλαίσιο.



Πίνακας 37. Θεσμικό πλαίσιο

4.4.20 Οικονομικά κίνητρα και προνόμια αναπηρικού αθλητισμού

Τα οικονομικά κίνητρα και τα προνόμια που προσφέρονται από την πολιτεία σε όσους ασχολούνται με τον αθλητισμό χαρακτηρίζονται βοηθητικά (Σ1,Σ2,Σ5).



Πίνακας 38. Οικονομικά κίνητρα

Στα μη αθλούμενα άτομα, μόνο η Σ7 φαίνεται να έχει γνώση των οικονομικών κινήτρων και προνομίων δηλώνοντας ότι δεν θα την επηρέαζαν ώστε να αρχίσει την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

5. Συζήτηση

5.1 Συμπεράσματα

Ο σκοπός αυτής της ποιοτικής έρευνας ήταν να διερευνήσει τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις των συμμετεχόντων, ατόμων με οπτικές αναπηρίες, στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα για ζητήματα όπως η περιθωριοποίηση, ο κοινωνικός αποκλεισμός και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν σε αυτή την ενασχόληση τους.

Μέσα από τα εννιά ερευνητικά ερωτήματα, σε εννιά άτομα με οπτική αναπηρία (5 αθλούμενοι και 4 μη αθλούμενοι) προέκυψαν πολλά σημαντικά συμπεράσματα. Η παρακάτω ανάλυση θα γίνει με βάση τα ερευνητικά ερωτήματα.

EE1: Από ποια ηλικία συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες; Αν η μύηση στον αθλητισμό απέτυχε, ποιοι ήταν οι λόγοι αυτής της αποτυχίας;

Όσον αφορά το πρώτο ερευνητικό ερώτημα, διαφαίνεται, ότι η έξη του αθλητισμού των ατόμων με οπτική αναπηρία, από μικρή ηλικία, επηρεάζει θετικά τη δια βίου άσκηση. Οι έξεις λοιπόν που ενσωματώνονται στα άτομα με οπτική αναπηρία μέσω του σώματος αλλά και της κοινωνικής τους θέσης, είναι αποτέλεσμα εμπειριών και συνηθειών που διαμορφώθηκαν κατά την διάρκεια της ζωής τους. Επιβεβαιώνεται δηλαδή η θεωρία του Mauss, ότι η έννοια της έξης σχετίζεται με τις συνήθειες που αποκτούν, διαμορφώνουν και διαθέτουν τα άτομα ενός κοινωνικού συνόλου από την στιγμή της γέννησης τους, οι οποίες χαρακτηρίζονται από διαφορετικότητα και ποικιλομορφία καθώς επηρεάζονται από τα πρότυπα, τη μόδα, την εκπαίδευση αλλά και γενικότερα από τις συνήθειες μίας κοινωνίας (Mauss, 2004). Ο τρόπος λοιπόν που αντιλαμβάνονται και αξιοποιούν το σώμα τους οι άνθρωποι, είναι αποτέλεσμα των συνηθειών του σώματος, που διαμορφώνουν ένα σύνολο σωματικών τεχνικών, δημιουργώντας έτσι την κοινωνική φύση της έξης (Πουρκός, 2017). Τα άτομα του δείγματος με οπτική αναπηρία που ασχολήθηκαν με τον αθλητισμό σε μικρή ηλικία, συνεχίζουν την φυσική δραστηριότητα όλοι τους μέχρι και τώρα. Στην περίπτωση λοιπόν των ατόμων με οπτική αναπηρία που δεν επιλέγουν τη γυμναστική θα μπορούσαμε να πούμε ότι οι έξεις που αποκτούν από την βρεφική τους ηλικία δε συμπεριλαμβάνει τη γυμναστική, όπως και τα ερεθίσματα που δέχονται από το κοινωνικό πλαίσιο δεν είναι η

υιοθέτηση του υγιεινού τρόπου ζωής. Το Habitus/έξη λοιπόν είναι ένα «σύστημα προδιαθέσεων», «γενεσιουργές και οργανωτικές αρχές των πρακτικών και των αναπαραστάσεων» (Bourdieu, 2006, σελ.94). Οι λόγοι αποτυχίας στην μύηση τους στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα κάποια στιγμή, ήταν ο φόβος τραυματισμού, η έλλειψη αναπηρικού αθλητισμού, η έλλειψη εξειδικευμένου προσωπικού και η έλλειψη προσβασιμότητας στους αθλητικούς χώρους τόσο στην επαρχία όσο και στα μεγάλα αστικά κέντρα.

ΕΕ2: Υποστηρίζει (τρόπος: π.χ. αρνητικά/θετικά) και σε τι βαθμό το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, στενοί συγγενείς, φίλοι/συνομήλικοι/ συμμαθητές, καθηγητές/καθηγήτριες/ τοπική κοινωνία), την ενασχόληση/ την μη ενασχόληση των οπτικά αναπήρων με τον αθλητισμό;

Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα διακρίνουμε, ότι όλοι οι συνεντευξιαζόμενοι υποστηρίζονται από την οικογένεια τους ώστε να πραγματοποιήσουν αθλητική ή φυσική δραστηριότητα. Μάλιστα, η υποστήριξη αυτή είναι έμπρακτη (μετακίνηση, διατροφή, οικονομική). Άρα βλέπουμε να είναι δέκτες αντικειμενικής υποστήριξης, όπου το άτομο λαμβάνει στη πράξη την υποστήριξη (Norris & Kaniasty 1996). Ακόμη και τα τυφλά άτομα που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό, δηλώνουν, ότι θα λάμβαναν από την οικογένεια τους υποστήριξη σε περίπτωση που ήθελαν να ξεκινήσουν κάποια αθλητική δραστηριότητα. Όλα τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό, υποστηρίζονται ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό από το φιλικό τους περιβάλλον. Η ποσοτική υποστήριξη αφορά τον αριθμό των πηγών που το άτομο δέχεται την κοινωνική υποστήριξη όπως οι φίλοι, η οικογένεια, ο/η σύντροφος, οι συνάδελφοι κτλ. (Καλιαμπός Απόστολος, 2012). Τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό φαίνεται να έχουν μεγαλύτερο αριθμό πηγών κοινωνικής υποστήριξης σε αντίθεση με τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό. Τα τρία από τα τέσσερα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό δηλώνουν ότι δεν είχαν υποστήριξη από το φιλικό τους περιβάλλον, όταν κάποια στιγμή ασχολήθηκαν με την φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό. Έλλειψη υποστήριξης φαίνεται να αντιλαμβάνονται από τους τοπικούς φορείς και να τους χαρακτηρίζουν «αδιάφορους». Τέλος αξίζει να σημειωθεί ότι γίνεται αναφορά στην έλλειψη υποστήριξης από τους καθηγητές φυσικής αγωγής σε όλες τις σχολικές βαθμίδες. Τα άτομα με οπτική αναπηρία αντιλαμβάνονται ότι δεν υπάρχει διαθεσιμότητα υποστήριξης. Αντιλαμβανόμενη ή

υποκειμενική υποστήριξη, είναι η υποστήριξη όπου το ίδιο το άτομο αντιλαμβάνεται αν υπάρχει διαθεσιμότητα της υποστήριξης η οποία θα μπορούσε να είναι είτε θετική είτε αρνητική και περιλαμβάνει το τι θεωρεί το ίδιο το άτομο ότι χρειάζεται σε αντίθεση ή σε συμφωνία με την υποστήριξη που τελικά λαμβάνει (Norris & Kaniasty 1996).

ΕΕ3: Επηρεάζει την συμμετοχή των ατόμων με οπτική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες η ενασχόληση/η μη ενασχόληση των μελών του κοινωνικού τους δικτύου με τον αθλητισμό;

Τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό, δηλώνουν, ότι έχουν επηρεαστεί ως προς την ενασχόληση τους από τα μέλη του άμεσου κοινωνικού τους δικτύου. Όπως αναφέρουν και οι πέντε, ισχυρότερη θετική επιρροή ήταν η ενασχόληση των φίλων τους με τον αθλητισμό. Η ενασχόληση της οικογένειας με τον αθλητισμό έρχεται δεύτερη στην επιρροή αλλά πρώτη στην υποστήριξη ώστε να πραγματοποιήσουν την αθλητική τους δραστηριότητα. Σημαντικό ρόλο στην ενασχόληση τους με τον αθλητισμό φαίνεται να παίζει και στους πέντε τυφλούς αθλούμενους η ανάπτυξη σχέσεων με άλλους τυφλούς αθλητές. Κατά των Marsden και Cambell (1984) το κοινωνικό δίκτυο είναι το σύνολο των δράσεων από άτομα ή σύνολα ανθρώπων και οι σχέσεις που αναπτύσσουν μεταξύ τους ώστε αυτές να χαρακτηρίζονται από συσχετισμό δυνάμεων και ισχύος. Τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό, δηλώνουν ότι τόσο η οικογένειά τους όσο και οι φίλοι τους, δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό ή τη φυσική δραστηριότητα. Στο κοινωνικό τους δίκτυο δεν συμπεριλαμβάνονται άλλα τυφλά άτομα που να ασχολούνται με τον αθλητισμό. Σύμφωνα λοιπόν με τα παραπάνω τα κοινωνικά δίκτυα αναφέρονται σε όλες τις σχέσεις που αναπτύσσονται σε ένα συγκεκριμένο σύνολο ανθρώπων αλλά και τις σχέσεις ενός ατόμου με τα άτομα που είναι σημαντικά στην καθημερινότητα του (Buysse, 1997). Διαπιστώνουμε λοιπόν, ότι τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό έχουν μεγάλο δομικό δίκτυο. Τα δομικά δίκτυα αναφέρουν το μέγεθος του δικτύου, δηλαδή το πόσο μεγάλο ή μικρό σε αριθμό είναι το σύνολο των μελών που απαρτίζουν το δίκτυο, είναι η σύνθεση του που αναφέρεται στην αλληλεπίδραση που υπάρχει μεταξύ των ατόμων που ανήκουν στο κοινωνικό δίκτυο, όπως ο αριθμός από συγγενείς ή μη συγγενείς, είναι η προσβασιμότητα, η διάρκεια των σχέσεων μεταξύ των μελών και τέλος η πυκνότητα του δικτύου. Μέσα από τα δομικά δίκτυα παρατηρούμε την ύπαρξη ή μη της κοινωνικής στήριξης, την αμοιβαιότητα, την οικειότητα και την ικανοποίηση από την κοινωνική

στήριξη (Cauce, A.M., Mason, C., Gonzales, N., Hiraga, Y., & Liu, G. (1994). Οι συνεντευξιαζόμενοι αναφέρουν, ότι τα MME δεν παρέχουν πληροφορίες για τον αναπηρικό αθλητισμό με αποτέλεσμα να μη νιώθουν στήριξη και να μην επηρεάζονται θετικά ως προς την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και την φυσική δραστηριότητα. Τα λειτουργικά δίκτυα (MME) παρέχουν πληροφορίες για την κοινωνική στήριξη, την αμοιβαιότητα, την ικανοποίηση από την στήριξη η οποία επηρεάζεται τόσο από το μέγεθος του κοινωνικού δικτύου και τη σύνθεση του όσο και από το μέγεθος της κοινωνικής στήριξης (Cauce, A.M. et al, (1994). Σύμφωνα με τον Νικόλαο Χρηστάκη (2010), όπως όλοι οι άνθρωποι έτσι και τα άτομα με μειωμένη όραση είναι συνδεδεμένα με τεράστια κοινωνικά δίκτυα, όπως αυτά των φίλων, της οικογένειας, των συναδέλφων, των συμμαθητών κ.ά. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα πολλά στοιχεία που χαρακτηρίζουν την ζωή μας όπως η ευτυχία, η λύπη, η παχυσαρκία και η θέληση των ατόμων με μειωμένη όραση να πραγματοποιήσουν φυσική δραστηριότητα, μπορούν να διαδοθούν από άτομο σε άτομο, αποδεικνύοντας, ότι μπορεί το κοινωνικό δίκτυο του ατόμου με μειωμένη όραση να το επηρεάσει στην καθημερινότητα του.

Τα άτομα με οπτική αναπηρία όταν έχουν στον κοινωνικό τους περίγυρο άτομα που δεν ασχολούνται με τη φυσική δραστηριότητα τότε επηρεάζονται αρνητικά ως προς την ενασχόληση με τη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό (Νικόλαος Χρηστάκης, 2010), κάτι που αποδεικνύεται και από την έρευνα της ερευνήτριας. Οι φίλοι και η οικογένεια είναι τα άμεσα μέλη του κοινωνικού δικτύου που επηρεάζουν θετικά ή αρνητικά την συμμετοχή του ατόμου με μειωμένη όραση στη φυσική δραστηριότητα. Η υιοθέτηση λοιπόν της φυσικής δραστηριότητας των φίλων και της οικογένειας του ατόμου με οπτική αναπηρία, επηρεάζει θετικά την ενασχόληση του ατόμου με τη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό.

ΕΕ4: Η συμμετοχή των ΑμεΑ σε αθλητικές δραστηριότητες βοηθούν στη ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης τους και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης με άλλα μέλη των κοινωνικών τους δικτύων;

Σύμφωνα με τους συνεντευξιαζόμενους που ασχολούνται με τον αθλητισμό, οι τέσσερις στους πέντε υποστηρίζουν, ότι η ενασχόληση τους με τον αθλητισμό τους βοήθησε να αυξήσουν το αίσθημα της αυτοεκτίμησης, όπως και να αναπτύξουν σχέσεις εμπιστοσύνης τόσο με άλλα τυφλά άτομα όσο και με άτομα χωρίς αναπηρία. Οι συνεντευξιαζόμενοι που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό, υποστηρίζουν, ότι ο αθλητισμός και η φυσική

δραστηριότητα μπορούν να βοηθήσουν, ώστε να αναπτύξουν σχέσεις εμπιστοσύνης με άλλα άτομα, όπως και να αναπτύξουν την αυτοεκτίμηση τους. Σύμφωνα με όλα τα παραπάνω γίνεται κατανοητό, ότι η ανάπτυξη του κοινωνικού κεφαλαίου του αθλητισμού συνεπάγεται με την κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων με οπτική αναπηρία. Κοινωνικό κεφάλαιο είναι τα κοινωνικά δίκτυα και οι σχέσεις, επαφές, κοινωνικοί δεσμοί που αναπτύσσονται μεταξύ των ανθρώπων, προάγοντας το κοινωνικό όφελος μέσα από κοινές αξίες, κοινούς κώδικες και αντιλήψεις. Ο αθλητισμός σύμφωνα με την Καμπερίδου (2016), προωθεί την κοινωνική ενσωμάτωση για τα άτομα με αναπηρία. Κατά τον Putman, το κοινωνικό κεφάλαιο ορίζεται ως τα «χαρακτηριστικά της κοινωνικής οργάνωσης όπως τα δίκτυα, οι κανόνες και η κοινωνική εμπιστοσύνη που διευκολύνουν τον συντονισμό και τη συνεργασία για αμοιβαίο όφελος» (Putman, 1995, σ.67). Τέλος αξίζει να σημειώσουμε, ότι η ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό βοήθησε τους τρεις από τους πέντε στον τρόπο αντιμετώπισης από τους άλλους, όπως και στην εικόνα που είχαν οι άλλοι γι' αυτούς. Χαρακτηριστικό είναι ότι τους προσέγγισαν περισσότερα άτομα λόγω των επιτυχιών τους, όπως και ότι τους εκδήλωσαν λόγια περηφάνειας .

ΕΕ5: Θεωρείτε ότι τα άτομα με οπτικές αναπηρίες βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους με αθλητικές δραστηριότητες;

Ως κοινωνικό αποκλεισμό ορίζεται «η ιδιόμορφη διεργασία περιθωριοποίησης κοινωνικών ομάδων και ατόμων, που συμβαίνει επειδή καθίσταται εξαιρετικά δυσχερής η πρόσβαση τους στα κοινωνικά και δημόσια αγαθά» (Τσιάκαλος Γιώργος, 1999).

Σύμφωνα με τους συνεντευξιζόμενους, τα άτομα με οπτική αναπηρία βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό ως προς την ενασχόληση τους στις αθλητικές δραστηριότητες. Η ερευνήτρια διακρίνει, ότι η έλλειψη ενημέρωσης στους γονείς των ατόμων με οπτική αναπηρία για τις ευκαιρίες που προσφέρονται μέσω του αθλητισμού, είναι ο πρωταρχικός παράγοντας κοινωνικού αποκλεισμού. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, τα παιδιά να ωθούνται σε άλλες δραστηριότητες όπως μουσική κ.ά. Εφόσον όμως κάποιοι ενημερώνονται στην «τύχη» για τις αθλητικές δραστηριότητες που υπάρχουν, αντιμετωπίζουν την έλλειψη εξειδικευμένου προσωπικού (καθηγητών ειδικής φυσικής αγωγής), με αποτέλεσμα να μην έχουν την ελεύθερη επιλογή αθλήματος. Οφείλουμε να τονίσουμε, ότι οι έξι από τους εννιά που γεννήθηκαν στην επαρχία δεν είχαν καμία δυνατότητα φυσικής δραστηριότητας. Η προσωπική θέληση και η βοήθεια του φιλικού τους περιβάλλοντος τους παρακίνησε, ώστε να έχουν, έστω και μικρή δράση στις αθλητικές δραστηριότητες της γειτονιάς τους. Όταν

το παιδί αρχίζει να φοιτά στο σχολείο, εκεί, έρχεται αντιμέτωπο με μία άλλη πραγματικότητα, καθώς, όπως τονίζουν το μάθημα φυσικής αγωγής δεν προσαρμόζεται στις ανάγκες των παιδιών με οπτική αναπηρία. Η προσωπική βούληση ορισμένων καθηγητών φυσικής αγωγής κάνει τη διαφορά. Η έλλειψη πρόσβασης και προσβασιμότητας στους αθλητικούς χώρους, όπως και οι ακατάλληλες αθλητικές εγκαταστάσεις για αναπηρικό αθλητισμό τόσο στην επαρχία όσο και στα μεγάλα αστικά κέντρα, είναι ένας άλλος παράγοντας κοινωνικού αποκλεισμού. Έστω όμως και αν καταφέρουν να φτάσουν σε κάποια αθλητική εγκατάσταση, εκεί έρχονται αντιμέτωποι με την έλλειψη προγραμμάτων άθλησης για άτομα με οπτική αναπηρία. Όλοι τονίζουν, ότι η τοπική κοινωνία αδιαφορεί για τα άτομα με οπτική αναπηρία ως προς τη βελτίωση των συνθηκών προσβασιμότητας και διάδοσης του αναπηρικού αθλητισμού. Σε όλα αυτά έρχεται να προστεθεί η « αναπηρική μετανάστευση ». Οι έξι από τους εννιά στην ηλικία των δεκαπέντε ετών αναγκάζονται, να φύγουν από τον τόπο γέννησης τους, άλλοι με την οικογένεια τους και άλλοι μόνοι τους με σκοπό να φοιτήσουν στο Κ.Ε.Α.Τ.(Αθήνα, Θεσσαλονίκη). Όλοι οι συνεντευξιαζόμενοι υποστηρίζουν ότι στο Κ.Ε.Α.Τ, γίνεται η πρώτη επαφή με τον αναπηρικό αθλητισμό τόσο σε επίπεδο ενημέρωσης όσο και σε πρακτικό επίπεδο. Όμως θα πρέπει να αναφέρουμε, ότι ακόμη και στο Κ.Ε.Α.Τ δεν υπάρχει η κατάλληλη ενημέρωση και η προώθηση του αναπηρικού αθλητισμού σύμφωνα με τους συνεντευξιαζόμενους. Πιστεύουν ότι η υποχρεωτικότητα του μαθήματος της φυσικής αγωγής στο Κ.Ε.Α.Τ θα φέρει τη διάδοση του αναπηρικού αθλητισμού. Τέλος ένας σημαντικός παράγοντας κοινωνικού αποκλεισμού είναι αυτός της ενημέρωσης από τα ΜΜΕ. Τονίζουν, ότι ενώ οι ψηφιακές αθλητικές σελίδες είναι προσβάσιμες για τα άτομα με οπτική αναπηρία, δεν ενημερώνονται για τις ευκαιρίες που έχουν τα άτομα αυτά με τον αθλητισμό. Τα ΜΜΕ σύμφωνα με τους συνεντευξιαζόμενους, φαίνεται να ενημερώνουν μόνο για τα μεγάλα γεγονότα (Παραολυμπιακούς, μεγάλες διακρίσεις).

ΕΕ6: Οι αιτίες του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκεται στην κοινωνία που έχει την τάση να αποκλείει ή στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία;

Σύμφωνα με τους συνεντευξιαζόμενους διαφαίνεται, ότι οι εφτά από τους εννιά πιστεύουν, ότι τα αίτια του φαινομένου του αποκλεισμού, της καταπίεσης και της περιθωριοποίησης βρίσκονται στη ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την οπτική αναπηρία. Η αποδοχή της αναπηρίας του ίδιου του ατόμου είναι ο σημαντικότερος παράγοντας, ώστε να μην

αυτοαποκλείεται, συμφωνώντας έτσι με τον Goodley (2011), ότι τα αίτια της περιθωριοποίησης και του αποκλεισμού δεν βρίσκονται στην κοινωνία αλλά στην ψυχολογία του ατόμου που βιώνει την αναπηρία.

Όλοι οι συνεντευξιαζόμενοι δεν επιβεβαιώνουν την Thomas (1999), όπου αναφέρει, ότι τα άτομα χωρίς αναπηρία, λόγω τις εξιδανίκευσης, της κανονικότητας και της ψυχο-συναισθηματικής διάστασης της αναπηρίας, εκφράζουν μια απαξιοτική, εχθρική και με λύπηση συμπεριφορά προς τα άτομα με αναπηρία. Αναφέρουν λοιπόν, ότι ποτέ δεν έχουν δεχθεί απαξιοτική, εχθρική και με λύπηση συμπεριφορά που να τους απέτρεψε από τη συμμετοχή τους στις αθλητικές δραστηριότητες. Σύμφωνα με τον (Marks, 1999) οι τραυματικές εμπειρίες επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση και τις πράξεις του ατόμου επηρεάζοντας την επιθυμία του για φυσική δραστηριότητα και διαμορφώνοντας τις σκέψεις του υποσυνείδητα. Στη συγκεκριμένη έρευνα, οι επτά από τους εννιά, δεν ήταν δέκτες τραυματικής εμπειρίας που να τους απώθησε από την συμμετοχή τους στις αθλητικές δραστηριότητες. Οι δύο από τους εννιά, δήλωσαν ως τραυματική εμπειρία, την έλλειψη δυνατότητας επιλογής του αθλήματος (ποδηλασία, μπαλέτο) της αρεσκείας τους, λόγω της οπτικής αναπηρίας.

Μία πηγή ψυχό- συναισθηματικής καταπίεσης των ατόμων με αναπηρία είναι η εμπειρία του βλέμματος των άλλων ανθρώπων. Οι άνθρωποι κοιτάζουν ότι τους δυσκολεύει να κατανοήσουν, προσπαθώντας, να εξηγήσουν καταστάσεις και πράγματα τα οποία είναι άγνωστα (Thomas 2006). Το βλέμμα πολλές φορές ισοδυναμεί με διαταγές, εντολές και θυματοποιεί το άτομο που γίνεται αποδέκτης του βλέμματος. Οι πέντε από τους εννιά δηλώνουν, ότι πηγή ψυχό- συναισθηματικής καταπίεσης για τα άτομα με αναπηρία όρασης είναι ο έντονος, απαξιοτικός λόγος.

ΕΕ7: Επηρεάζει η συμπεριφορική εικόνα που έχουν τα άτομα με οπτική αναπηρία για το σώμα τους την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες;

Η συμπεριφορική εικόνα έχει να κάνει με τις συμπεριφορές που υιοθετούν τα άτομα με οπτική αναπηρία στην καθημερινότητά τους, οι οποίες σχετίζονται με την αντίληψη που έχουν για το σώμα τους (αποφυγή συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες, αποφυγή σε περιπτώσεις που θεωρούν ότι δεν διαθέτουν «κατάλληλο» σώμα) (Stice, Nemeroff, and Shaw, 1996). Όλα τα άτομα με οπτική αναπηρία του δείγματός που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό, θεωρούν, ότι δε διαθέτουν «κατάλληλο» σώμα για να πραγματοποιήσουν

οποιαδήποτε αθλητική δραστηριότητα. Αν και το δείγμα της ερευνήτριας είχε μόνο τρεις γυναίκες εκ γενετής τυφλές, φαίνεται να μην συμφωνούν με τα αποτελέσματα της έρευνας των Ashikali and Dittmar (2010), όπου υποστηρίζουν, ότι οι γυναίκες που ήταν εκ γενετής τυφλές ήταν ικανοποιημένες από την εικόνα σώματος τους. Οι τρεις γυναίκες του δείγματος (μη αθλούμενες) της ερευνήτριας δεν είναι ικανοποιημένες με την εικόνα σώματος τους, θεωρώντας το ακατάλληλο για φυσική δραστηριότητα.

Όλα τα άτομα του δείγματος με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό, θεωρούν, ότι έχουν κατάλληλο σώμα για αθλητική δραστηριότητα, με αποτέλεσμα να υιοθετούν την αθλητική και φυσική δραστηριότητα στην καθημερινότητά τους. Έτσι, η άσκηση επιδρά θετικά στην αξιολόγηση της εμφάνισής τους, συμφωνώντας με τα αποτελέσματα της έρευνας των Hon Keung Yuen και Carolyn Hanson (2009), όπου αποδεικνύουν τη σπουδαιότητα της αλληλεπίδρασης μεταξύ αναπηρίας και άσκησης για την υιοθέτηση του υγιεινού τρόπου ζωής. Τα άτομα του δείγματος που είχαν φυσική δραστηριότητα, αξιολογούσαν καλύτερα την εμφάνισή τους και την υγεία τους σε αντίθεση με τους ομόλογούς τους που δεν είχαν ενεργή κινητικότητα. Η σωματική άσκηση βοηθάει στην επίγνωση του σώματος, κάνοντας τα άτομα με μειωμένη όραση, να έχουν θετική εντύπωση για την εικόνα του σώματός τους (Bullington & Karsson, 1997).

ΕΕ8: Ποια είναι τα συναισθήματα που βιώνουν τα άτομα με οπτικές αναπηρίες ως προς την ενασχόληση τους /μη ενασχόλησης τους με τον αθλητισμό;

Ο αθλητισμός για τα άτομα με οπτική αναπηρία που ασχολούνται με τον αθλητισμό φαίνεται να βοηθάει, ώστε να μη βιώνουν κοινωνικό πόνο, αφού μέσω αυτού βιώνουν θετικά συναισθήματα, όπως, χαρά, αγάπη, θαυμασμό, ενώ νιώθουν ότι κοινωνικοποιούνται και διοχετεύουν την ενέργειά τους. Αισθάνονται λοιπόν, ότι μέσω του αθλητισμού ανήκουν σε μία ομάδα και ότι δεν αποκλείονται από την κοινωνία. Ο κοινωνικός πόνος είναι αποτέλεσμα του κοινωνικού αποκλεισμού. Πέρα από το φυσικό πόνο που νιώθει ένα άτομο και εκδηλώνεται με σημάδια στο σώμα, τραυματισμούς κ.ά., μπορεί να νιώσει και τον κοινωνικό πόνο που εκδηλώνεται με την αντικοινωνική του συμπεριφορά και στην προκειμένη περίπτωση των ατόμων με μειωμένη όραση με τη μη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες. Ο κοινωνικός αποκλεισμός εμποδίζει στο άτομο τόσο φυσικό πόνο όσο και κοινωνικό πόνο. Ο κοινωνικός αποκλεισμός όσο και ο φυσικός πόνος είναι ταυτόσημοι όροι, προξενώντας ανασφάλεια στο άτομο που βιώνει τον αποκλεισμό, στεναχώρια, δυσάρεστα συναισθήματα που κάποιες φορές δεν γίνονται αντιληπτά από τους

«σημαντικούς άλλους» (MacDonald, & Leary, 2005). Ο κοινωνικός πόνος είναι μία συναισθηματική κατάσταση που το αποκλεισμένο άτομο βιώνει, λόγω του αποκλεισμού του, δημιουργώντας έντονα συναισθήματα νοσταλγίας, δυστυχίας, θλίψης (MacDonald, & Leary, 2005). Ο κοινωνικός πόνος σύμφωνα με τον Mark Leary, περιλαμβάνει επώδυνα συναισθήματα που προκαλούνται από άλλα άτομα, όπως το να νιώθεις απόρριψη, μόνος, υποτιμημένος, εγκαταλειμμένος ή αποσυνδεδεμένος από τις δραστηριότητες μιας κοινωνίας (Cathy Cassata, 2021). Το κίνητρο για τη διατήρηση των κοινωνικών σχέσεων είναι τόσο ισχυρό με αποτέλεσμα τα άτομα που βιώνουν τον κοινωνικό αποκλεισμό να αντιμετωπίζουν τόσο φυσικό πόνο όσο και κοινωνικό πόνο. Τα άτομα που βιώνουν χρόνια κοινωνικό αλλά και σωματικό πόνο χαρακτηρίζονται από ευαλωτότητα (John Sturgeon & Alex Zautra, 2015). Τα άτομα με οπτική αναπηρία που δεν ασχολούνται με τον αθλητισμό, δεν εκφράζουν ούτε θετικά ούτε αρνητικά συναισθήματα λόγω της αποχής τους από τις αθλητικές δραστηριότητες. Η ερευνήτρια όμως διαπιστώνει, ότι είναι αποσυνδεδεμένοι από δραστηριότητες της καθημερινότητάς τους, όπως οι πανεπιστημιακές “υποχρεώσεις”.

EE9: Πως επηρεάζει το θεσμικό πλαίσιο την ενασχόληση με τον αθλητισμό των ατόμων με οπτικές αναπηρίες;

Οι έξι από τους εννιά του δείγματος της ερευνήτριας δηλώνει, ότι δε γνωρίζει το θεσμικό πλαίσιο ως προς την ενασχόληση των ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό. Θεωρούν απαραίτητη τη δημιουργία εγχειρίδιου για την ενημέρωσή τους. Όλα τα άτομα του δείγματος με αθλητική δραστηριότητα γνωρίζουν τα προνόμια και τα οικονομικά κίνητρα που προσφέρονται από την πολιτεία και αυτό λόγω της ενασχόλησής τους με τον αθλητισμό σε υψηλό επίπεδο. Μάλιστα, τα χαρακτηρίζουν βοηθητικά χωρίς όμως να είναι κίνητρο για την ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό. Σε αντίθεση με τα άτομα που δεν έχουν αθλητική δραστηριότητα, διαπιστώνεται ότι δε γνωρίζουν τα προνόμια και τα οικονομικά κίνητρα που παρέχονται από την πολιτεία.

5.2 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Η παρούσα έρευνα συνέβαλλε στην εξαγωγή πολλών χρήσιμων συμπερασμάτων για την ανάπτυξη του αθλητισμού και της φυσικής δραστηριότητας για τα άτομα με οπτική αναπηρία. Ωστόσο, η συγκεκριμένη έρευνα θα μπορούσε να αναβαθμιστεί με τη συλλογή

μεγαλύτερου δείγματος, ώστε να γίνει πιο αξιόπιστη και να συγκριθούν τα αποτελέσματα με την παρούσα έρευνα.

Επιπλέον, προτείνεται ποιοτική έρευνα πάνω στις προκλήσεις, περιθωριοποίηση και τον κοινωνικό αποκλεισμό που βιώνουν οι γονείς των ατόμων με οπτική αναπηρία τόσο στην επαρχία όσο και στα μεγάλα αστικά κέντρα.

Από την υπάρχουσα βιβλιογραφία, είναι αναγκαίο η παρούσα έρευνα να πραγματοποιηθεί και σε άλλες αναπηρίες, καθώς, όπως διαπίστωσε η ερευνήτρια, η συγκεκριμένη έρευνα είναι μοναδική στην Ελλάδα για αμιγώς άτομα με οπτική αναπηρία και όχι στο σύνολο των ΑμεΑ.

Πολύ σημαντικό είναι, να ερευνηθούν οι επιδράσεις της εικόνας σώματος των ατόμων με οπτική αναπηρία στην ενασχόληση τους με τον αθλητισμό.

Τέλος θα πρέπει να γίνουν έρευνες πάνω στην κοινωνική οργάνωση όλων των φορέων και των δήμων σε σχέση με την ανάπτυξη του αθλητισμού και της φυσικής δραστηριότητας για τα άτομα με οπτική αναπηρία.

Βιβλιογραφία

Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία

Ashikali, E., & Dittmar, H. (2010). Body image and restrained eating in blind and sighted women: A preliminary study. *Body Image*, 7 (2), 172-175.

<http://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.002>

Baker, D., Sivyer, R., & Towell, T. (1998). Body image dissatisfaction and eating attitudes in visually impaired women. *International Journal of Eating Disorders*, 24 (3), 319-322.

Bolger N. & Amarel D. (2007). Effects of social support visibility on adjustment to stress: Experimental evidence. *Journal of Personality and Social Psychology* 92, 458-475.

<http://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.458>

Bourdieu, P. (1994). *Texts of Sociology*. Delfini

Bullington, J. and Karlsson, G. (1997). Body experiences of persons who are congenitally blind: A phenomenological-psychological study. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 91 (2), 151-162.

Buyse, W. (1997). *Personal social networks and behavior problems in adolescence*. Grafisch Bedrijf UFB.

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). Future challenges for body image theory, research and clinical practice. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds). *Body images: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 509-516). The Guilford Press.

Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Understanding body images: Historical and contemporary perspectives. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds). *Body images: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 3-11). The Guilford Press

Cash, T.F., & Green, G.K. (1986). Body weight and body image among college women: Perception, cognition and affect. *Journal of Personality Assessment*, 50, 290-301.

http://doi.org/10.1207/s15327752jpa5002_15

Cash, T.F., Morrow, J.A., Hrabosky, J.I., & Perry, A.A. (2004). How has body image changed? A cross-sectional investigation of college women and men from 1983 to 2001.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72 (6), 1081-1089.

<http://doi.org/10.1037/0022-006X.72.6.1081>.

Cassata, C. (n.d.). *Yes, you're probably experiencing social pain right now: How to cope*. Healthline. <https://www.healthline.com/health-news/yes-youre-probably-experiencing-social-pain-right-now-how-to-cope>

Cauce, A.M., Mason, C., Gonzales, N., Hiraga, Y., & Liu, G. (1994). Social support during adolescence: Methodological and theoretical considerations. In F. Nestman, & K. Hurrelmann (Eds.), *Social networks and social support in childhood and adolescence* (pp. 89-110). De Gruyter.

Cauce, A.M., Mason, C., Gonzales, N., Hiraga, Y., & Liu, G. (1994). Social support during adolescence: Methodological and theoretical considerations. In F. Nestman, & K. Hurrelmann (Eds.), *Social networks and social support in childhood and adolescence* (pp. 89-110). De Gruyter.

Charlton, J. I. (2006). The dimensions of disability oppression: An overview. In J.L Davis, (Ed.), *The disability studies reader*. Routledge.

Cheong, P. H., Edwards, R., Goulbourne, H., & Solomos, J. (2007). Immigration, social cohesion and social capital: A critical review. *Critical Social Policy*, 27(1), 24–49.

Crow, L. (1992). Renewing the social model of disability. *Coalition*, 5-9.

Ekholm, D. (2019). Sport as a means of governing social integration: Discourses on bridging and bonding social relations. *Sociology of Sport Journal*, 36(2), 152–161. <https://doi.org/10.1123/ssj.2018-0099>

European Commission. (2007). *White paper on sport*. European Commission

UN Office of the High Commissioner for Human Rights. (2007). *From exclusion to Equality: Realizing the rights of persons with disabilities*. Handbook for Parliamentarians on the Convention on the Rights of Persons with Disabilities, 12 <http://www.ipu.org/PDF/publications/disabilities-e.pdf>

Garner, D.M., Garfinkel, P.E., Rockert, W, & Olmsted, M.P. (1987). *A prospective study of eating disturbances in the ballet*. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 48, 170-175.

- Taleporos, G., & McCade, M.P. (2002). Social Science & Medicine. *Science Direct*, 971 - 980. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/>
- Gofman, E. (1963). Stigma notes on the management of spoiled identity, 12.
- Goodley, D. (2014). *Dis/ability Studies: Theorising disablism and ableism* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203366974>
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Routledge.
- Hernández-Saca, D. I., & Cannon, M. A. (2016). Disability as psycho-emotional disablism: A theoretical and philosophical review of education theory and practice. In Peter, M. (Ed), *Encyclopedia of educational philosophy and theory*. Springer Publishing.
- Yuen H.K. & Hanson C. (2009). Body image and exercise in people with and without acquired mobility disability. 289-296.
- Hughes, B. (1999). The constitution of impairment: Modernity and the aesthetic of oppression. *Disability & Society*, 14(2), 155-172.
- Laplanche, J., & Pontalis, J.B. (1995). *Psychoanalysis Lexicon*. Κέδρος.
- Jenkins, R. (2004). *Social Identity*. Routledge.
- John Sturgeon & Alex Zautra. (2015). National Library of Medicine. Ανάκτηση από <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4869967/>
- Dovey, K., et al. (1994). The experience of disability: Social construction and limitation.
- Lagergren, L., & Fundberg, J. (2009). Integration in association: Critical reflections on a project. *Educare*, 1, 43–59.
- Liddiard, K. (2014). The work of disabled identities in intimate relationships. *Disability & Society*, 29 (1), 115-128.
- Marks, D. (1999). Dimensions of oppression: Theorising the embodied subject. *Disability & Society*, 14 (5), 611-626.
- McLeod, S. A. (2019, October 24). Social identity theory. *Simply Psychology*. <https://www.simplypsychology.org/social-identity-theory.html>

- Narayan, D. (1999). *Bonds and bridges: Social capital and poverty*. World Bank Publications.
- Kaplan-Myrth, N. (2010). Alice without a looking glass: Blind people and body image. *Anthropology and Medicine*, 7 (3), 277-299.
- Norris F.H. & Kanaisty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: A test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 498-511.
- Papadatou D., Papazoglou I., Petraki D. & Bellali T.H. (1999). Mutual support among nurse who care to dying children. *Illness Crisis & Loss*, 7(1), 37-48.
- Bates, P. & Davis, F. (2014). Social capital, social inclusion and services for people with learning disabilities. Ανάκτηση από <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0968759042000204202>
- Putnam, R.D. (1995). Bowling alone: America's declining social capital. *Journal of Democracy*, 65-78.
- Sawyer, R. (2012). *The Impact of social media on intercultural adaptation*. The University of Rhode Island.
- Reeve, D. (2002). Negotiating psycho- emotional dimensions of disability and their influence on identity constructions. *Disability & Society*, 17 (5), 493-508.
- Reeve, D. (2012). Psycho-emotional disablism in the lives of people experiencing mental distress. In J. Anderson, B. Sapey, & H. Spandler (Eds.), *Distress or disability?* Centre for Disability Research, Lancaster University.
- Kayess, R. & French, P. (2008). Out of darkness into light? Introducing the convention on the rights of persons with disabilities. *Human Rights Law Review*, 8(1), 1 – 34.
- Sarason, B.R., Pierce, G.R., & Sarason, I.G. (1990). Social support: The sense of acceptance and the role of relationships. In B.R. Sarason, I.G. Sarason & G.R. Pierce (Eds.), *Social support: An international view* (pp. 97-128). Wiley.
- Schaefer C., Coyne JC. & Lazarus RS. (1981). The health-related functions of social support. *Journal of Behavioral Medicine* 4, 381- 406.

- Sanderson C. (2013). *Health psychology* (2nd ed). John Wiley & Sons Inc.
- Schilder, P. (2013). *The image and appearance of the human body*. Oxford: Kegan Paul.
- Sheppard, L., Eiser, C., & Kingston, J. (2005). Mothers' perceptions of children's quality of life following early diagnosis and treatment for retinoblastoma. *Child: Care, Health, and Development*, 31, 137–142. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2005.00498.x>
- Spaaij, R. (2012). Beyond the playing field: Experiences of sport, social capital, and integration among Somalis in Australia. *Ethnic and Racial Studies*, 35(9), 1519–1538. <https://doi.org/10.1080/01419870.2011.592205>
- Sperl, B. (2001). Ανάπτυξη υπηρεσιών βιβλιοθήκης προς τα άτομα με προβλήματα όρασης: Οδηγός για ελληνικές βιβλιοθήκες Πρόγραμμα Leonardo da Vinci. Έργο ACCELERATE, Εγχειρίδιο Εκπαίδευσης Εκπαιδευτών.
- Stice, E., Nemeroff, C., & Haw, H.E. (1996). Test of the dual pathway model of bulimia nervosa: evidence of dietary restraint and affect regulation mechanism. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 15, 340-363. <https://doi.org/10.1521/jscp.1996.15.3.340>
- Wendell, S. (1996). *The Rejected body: Feminist philosophical reflections on disability*.
- Tajfel, H., & Turner, J.C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W.G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations*. Brooks/Cole.
- Tajfel, H., Turner, J. C., Austin, W. G., & Worchel, S. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. *Organizational Identity: A Reader*, 56-65.
- Thomas, C. (2006). Disability and gender: Reflections on theory and research. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 8(23).
- Thomas, C. (2006). Disability and gender: Reflections on theory and research. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 8(23).
- Uchino B. (2009). Understanding the links between social support and physical health: A life-span perspective with Emphasis on the separability of perceived and received support. *Association for Psychological Science*, 4.
- Watson, N., Roulstone, A., & Thomas, C. (Eds.). (2019). *Routledge Handbook of Disability Studies* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429430817>

- Wills, T.A. (1991). Social support and interpersonal relationships. In H.A. Van Dam, F.G. Van der Horst, L. Knoop, R.M. Ryckman, H.F. Crebolder & B.H. Van den Borne (2005), *Social support in diabetes: A systematic review of controlled intervention studies.*
- Wolffe, K. E. (2000). Growth and development in middle childhood and adolescence. In A. J. Koenig and M. C. Holbrook (Eds.), *Foundations of education.* AFB Press.

Ελληνόγλωσση Βιβλιογραφία

- Γεώργιας, Κ. (2006). *Παγκοσμιοποίηση και φτώχεια: Τα ιδεολογικά πλαίσια και οι πολιτικές των διεθνών οργανισμών για την καταπολέμηση της φτώχειας.* Μεταίχμιο.
- Ζαϊμάκης, Γ. (2015). *Κοινωνία και αθλητισμός στην Ελλάδα.* Αλεξάνδρεια.
- Γιαννοπούλου, Β. (2016). Κοινωνικά δίκτυα και κοινωνική υποστήριξη σε ενήλικες με ολική και μερική απώλεια όρασης. *Επιστημονικό Εκπαιδευτικό Περιοδικό- εκπ@ιδευτικός κύκλος*, 4(2), 136. ISSN: 2241-4576.
- Δημουλάς, Κ., & Παπαδοπούλου, Δ., (2004). Έρευνα για τις μορφές κοινωνικής ένταξης των οικονομικών μεταναστών στην Περιφέρεια Αττικής 2003-2004. INE/ΓΣΕΕ-ΑΔΕΔΥ.
- Ευρωπαϊκή Επιτροπή. (1994). *Πράσινο βιβλίο-Ευρωπαϊκή κοινωνική πολιτική.*
- Ζώνιου-Σιδέρη, Α., & Ξενάκη, Χ. (2012). *Σύγχρονες ενταξιακές προσεγγίσεις.* Πεδίο.
- Καλιάμπος Απόστολος, (2012). Η έννοια της υποστήριξης από τους οικείους: Πότε είναι πραγματικά βοηθητική;
- Καλογεροπούλου, Θ. (2020). *Από την φτώχεια στον κοινωνικό αποκλεισμό: Μηχανισμοί αντιμετώπισης του φαινομένου στον Δήμο της Τρίπολης.* Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου-Τμήμα Οικονομικών Επιστημών.
- Καμπερίδου, Ε. (2016, Νοέμβριος 25-27). *Αθλητισμός και κοινωνική ενσωμάτωση.* Ανακοίνωση στο 2ο Διεθνές Συνέδριο Αθλητικών Επιστημών, Θεσσαλονίκη, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Ανάκτηση από <http://www.tinyurl.com/y3vnosdf>

Κανάκης & Λελεδάκης, Α. (2010). Η αίσθηση της πρακτικής: Μια θεωρία κοινωνικής κατασκευής του υποκειμένου, κοινωνικής δράσης και αναπαραγωγής της κοινωνίας. *Επίμετρο στον Bourdieu: Η αίσθηση της πρακτικής* (σελ.433-450). Αλεξάνδρεια.

Κολωνιάρης, Ζ. (2013). *ΟΗΕ και άτομα με αναπηρία: Σύμβαση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία και προαιρετικό πρωτόκολλο*. Ανάκτηση από <https://ikee.lib.auth.gr/record/133696/files/GRI-2014-11742.pdf>

Κούτρα Λ., Τόγκας Κ., Αλεξιάς Γ., Σαββάκης Μ., & Στρατοπούλου Ι. (2018). Σωματικές εμπειρίες, εικόνα σώματος και κοινωνική ταυτότητα ατόμων με τυφλότητα: ποιοτική μελέτη στην Ελλάδα. *Επιθεώρηση Κοινωνικών Ερευνών*, 150, 151–184. <https://doi.org/10.12681/grsr.17958>

Λελεδάκης, Α. (2010). Η θεωρία του Bourdieu για την κοινωνία και τη νεωτερικότητα. Στο Σ. Κονιόρδος (επιμ.), *Κοινωνική σκέψη και νεωτερικότητα*, σσ. 397-415. Εκδόσεις Gutenberg.

Λελεδάκης, Κ. (2006). Η αίσθηση της πρακτικής: Μια θεωρία κοινωνικής κατασκευής του υποκειμένου, κοινωνικής δράσης και αναπαραγωγής της κοινωνίας. *Επίμετρο στο Bourdieu, Η αίσθηση της πρακτικής* (σελ.433-450). Αλεξάνδρεια

Μαυρίδης, Χ. (2005). Κοινωνικός αποκλεισμός και ιδεολογία: Η συμβολή του κυρίαρχου λόγου στην παρεμπόδιση ανάπτυξης και εφαρμογής για την καταπολέμηση του κοινωνικού αποκλεισμού, 13-15.

Μοιρασγέντη, Μ. (2022). *Συμπεριληπτική εκπαίδευση για μαθητές με προβλήματα όρασης*. Ανάκτηση από <https://www.eoty.gr/symperiliptiki-ekpaidefsi-gia-mathites-me-provlimata-orasis>

Παπαδοπούλου, Δ., (2011). Η κοινωνική ενσωμάτωση των μεταναστών στην Ελλάδα: Θεωρητικές προσεγγίσεις και εμπειρικές διαπιστώσεις. Στο Α. Μωυσίδης & Δ. Παπαδοπούλου (επιμ.), *Η κοινωνική ενσωμάτωση των μεταναστών στην Ελλάδα: Εργασία, εκπαίδευση, ταυτότητες* (σ.27). Κριτική.

Ποντισίδης, Γ. & Μπελλάλη, Θ. (2015). *Η έννοια της κοινωνικής υποστήριξης και η επίδρασή της στη διαχείριση των χρόνιων νόσων*. Ανάκτηση από http://journal-ene.gr/wp-content/uploads/2016/03/HJNS_8_4.pdf

Πουρκός, Μ. (2017). Η ενσώματη στροφή στις κοινωνικές επιστήμες: Το σώμα ως τόπος βιωμάτων και κοινωνικών νοημάτων. Στο Μ. Πουρκός (Επιμ.), *Το σώμα ως τόπος βιωμάτων, ταυτοτήτων και κοινωνικών νοημάτων* (σ. 39-88).

Στασινός, Δ. (1991). *Ειδική εκπαίδευση στην Ελλάδα: Αντιλήψεις θεσμοί και πρακτικές – Κράτος και ιδιωτική πρωτοβουλία 1906-1989*.

Τομπέα, Ε. (2016). Το κοινωνικό μοντέλο της αναπηρίας. Ανάκτηση από <https://socialpolicy.gr/>

Τσιάκαλος, Γ. (1996, Ιούνιος). Κοινωνικός αποκλεισμός και αλληλεγγύη. Ο αγώνας της γυναίκας.

Τσιάκαλος, Γ. (1998). *Κοινωνικός αποκλεισμός: Ορισμός, πλαίσιο και σημασία*. Κέντρο Κοινωνικής Μορφολογίας & Κοινωνικής πολιτικής.

Τσιάκαλος, Γ. (1999). *Ανθρώπινη αξιοπρέπεια και κοινωνικός αποκλεισμός*. Ελληνικά Γράμματα.

Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης. (χ.χ.). Ο αγώνας των τυφλών. Ανάκτηση από <https://www.filmfestival.gr/>

Χρηστάκης, Ν. (2010). *Social networks*. Ανάκτηση από: <https://braining.gr/blog/>

Παράρτημα Α: «τίτλος παραρτήματος»

Ακολουθεί, σε νέα σελίδα, το παράρτημα της Εργασίας.

...

Παναγιώτα Τσιάλα, Η συμμετοχή ατόμων με οπτική αναπηρία στον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα: προκλήσεις, περιθωριοποίηση και κοινωνικός αποκλεισμός.

Υπεύθυνη Δήλωση Συγγραφέα:

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν.1599/1986, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής μου εργασίας, δεν προσβάλλει κάθε μορφής δικαιώματα διανοητικής ιδιοκτησίας, προσωπικότητας και προσωπικών δεδομένων τρίτων, δεν περιέχει έργα/εισφορές τρίτων για τα οποία απαιτείται άδεια των δημιουργών/δικαιούχων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον και πληρούν τους κανόνες της επιστημονικής παράθεσης.