

SPORT ŹRÓDŁEM ZMIAN W ŻYCIU CZŁOWIEKA Z DYSFUNKCJAMI FIZYCZNYMI. ANALIZA ZJAWISKA Z PERSPEKTYWY PROCESU STAWANIA SIĘ OSOBĄ NIEPEŁNOSPRAWNĄ

Pojęcie zmiany społecznej obecne jest w naukach społecznych i humanistycznych od niemalże samego początku ich istnienia. Według Piotra Sztompki, zmiana społeczna to różnica pomiędzy stanem systemu społecznego (grupy, organizacji) w jednym momencie czasu i stanem tego samego systemu w innym momencie czasu¹. Zmiana społeczna oznacza przejście od jednego stanu systemu do drugiego. Poszczególne zmiany wiążą się ze sobą i zazębiają, jedne pociągają za sobą kolejne. W ten sposób tworzą one sekwencję następujących po sobie i przyczynowo uwarunkowanych faz lub etapów określonego procesu. Zmiany mogą dokonywać się na wielu płaszczyznach i w wielu wymiarach, a także mogą być analizowane na różnych poziomach: makrospołecznym (w całych społeczeństwach i systemach międzynarodowych), mezospołecznym (zachodzących w społecznościach lokalnych i wielkich organizacji) oraz mikrospołecznym (w obrębie małych grup i postawach ludzi).

W artykule koncentruję się na tym ostatnim poziomie, przyjmując jednocześnie jako perspektywę poznawczą teorię symbolicznego interakcjonizmu zakorzenioną w paradygmacie interpretatywnym. Koncepcja ta charakteryzuje się specyficznym podejściem do natury rzeczywistości społecznej, która ma wymiar procesualny i opiera się na interpretacji znaczeń oraz ustalaniu wspólnych definicji sytuacji poszczególnych jej członków. Jednostki, które wchodzą ze sobą we wzajemne interakcje, komunikują się nawzajem, tworząc podstawy dla konstruowania realnego i intersubiektywnego świata ludzi obdarzonych poczuciem własnego ja. Społeczeństwo zaś tworzy się, utrzymuje i zmienia dzięki zdolnościom ludzi do myślenia i definiowania, jak też do autorefleksji i samooceny, będąc w istocie efektem ludzkich działań, którzy stale i na bieżąco dokonują reinterpretacji wszystkich istotnych aspektów swojego życia². Jednostki są tutaj aktywnymi i świadomymi aktorami, działającymi w oparciu o znaczenia nadawane obiektom i tym samym współkreującymi rzeczywistość a nie reagującymi bezwolnie i bezwiednie na pochodzące z zewnątrz bodźce³

1 P. Sztompka (2006), *Socjologia. Analiza społeczeństwa*, Warszawa, ss. 437-439.

2 J. Szacki (2002), *Historia myśli socjologicznej*, Warszawa, ss. 545 i n.

3 J. Turner (2004), *Struktura teorii socjologicznej*, Warszawa, ss. 418-421.

Herbert Blumer, czołowy przedstawiciel symbolicznego interakcjonizmu, jego sens sprowadza do trzech podstawowych przesłanek dotyczących związków znaczenia i działania⁴.

Pierwsza z przesłanek mówi, że podstawą działania ludzi wobec przedmiotów są znaczenia, jakie ludzie tym przedmiotom nadają. Kategoria „przedmiotów” według Blumera jest bardzo szeroka i obejmuje swym zakresem wszelkiego rodzaju artefakty, sytuacje, działania, oraz ludzi i instytucje, a więc w praktyce wszystko, co znajduje się w otoczeniu jednostki. Mogą być nimi zarówno elementy środowiska przyrodniczego, wytwory ludzkiej działalności, jak i abstrakcyjne idee, przy czym ważne jest to, że każdy z tych obiektów zaistnieje w świadomości jednostki dopiero wówczas, gdy uzyska właściwe sobie znaczenie⁵

Druga przesłanka zaproponowana przez Blumera, odnosi się do źródła znaczeń nadawanych wszystkim przedmiotom, które znajdują się w otoczeniu jednostki. Podstawy konstruowania owych znaczeń Blumer upatruje w interakcjach społecznych. Znaczenia postrzegane są zatem jako wytwory społeczne, a ściślej, kreacje tworzone w trakcie i za pomocą czynności definicyjnych ludzi wchodzących ze sobą w interakcje⁶. Jednostka uczy się znaczeń obiektów wchodząc w interakcje z określonymi partnerami, którzy działając na dany obiekt definiują dla niej jego znaczenie⁷. Wynika z tego, że „znaczenie” nie jest raz na zawsze przypisane do obiektu, lecz może ulegać ciągłym zmianom i modyfikacjom w zależności od zredefiniowania między innymi aktualnego przeznaczenia czy sposobu użycia przedmiotu w konkretnych okolicznościach, przez samą jednostkę bądź jej znaczących innych.

Ostatnim założeniem interakcjonizmu symbolicznego jest według Blumera to, że ludzie posługując się znaczeniami, modyfikują je w procesach interpretacji, jakim poddają napotkane przedmioty⁸. Proces ten, jak wyjaśnia Blumer, przebiega w dwóch odrębnych etapach. W pierwszym jednostka wchodzi niejako w interakcję z samą sobą, prowadząc wewnętrzny dialog, którego celem jest określenie przedmiotów swojego działania oraz znaczeń, jakie zostaną im nadane. Drugi etap dotyczy działań jednostki podejmowanych nad operowaniem znaczeniami, co staje się możliwe właśnie dzięki procesowi komunikacji ze sobą. Jednostka selekcjonuje, sprawdza, zawiesza, przegrupowuje znaczenia, czyniąc to stosownie do sytuacji w jakiej się znajduje oraz charakteru i kierunku działań⁹.

Blumer stawia w centrum swoich założeń teoretycznych dotyczących symbolicznego interakcjonizmu działanie, które składa się z aktywności poszczególnych jednostek wchodzących z samymi sobą oraz nawzajem w interakcje. Natura rzeczywistości społecznej ma zatem wymiar procesualny, zmienny i dynamiczny¹⁰. Jednostki zaś nie są jedynie odtwórcami schematów działań, lecz twórczo reagującymi podmiotami dosto-

4 H. Blumer (2007), *Interakcjonizm symboliczny. Perspektywa i metoda*, Kraków, s. 5.

5 M. Ziółkowski (1981), *Znaczenie, interakcja, rozumienie. Studium z symbolicznego interakcjonizmu i socjologii fenomenologicznej*, Warszawa, s. 96.

6 H. Blumer (2007), dz. cyt., s. 8.

7 M. Ziółkowski (1981), dz. cyt., s. 97.

8 E. Hałas (2006) *Konwersja. Perspektywa socjologiczna*, Lublin, ss. 55-61.

9 H. Blumer (2007), dz. cyt., s. 88.

10 R. Prus (1999) *Symbolic Interaction and Ethnographic Research*, Albany, ss. 68-71.

sowującymi się do danej sytuacji i okoliczności. Blumer nie neguje przy tym znaczenia kultury oraz struktur społecznych, jako pewnych determinant życia jednostki, jednak przypisuje im odmienny od tradycyjnego charakter, widząc w nich źródło wzajemnego dopasowywania się ludzi do siebie¹¹.

Według Blumera społeczeństwo nie jest statyczną strukturą, ale dynamicznie rekonstruowanym w toku interakcji poszczególnych jednostek procesem. Z takim pojmowaniem społeczeństwa, związane jest pojęcie kariery (*career*), rozumianej jednak nie w wąskim sensie, proponowanym przez Mannheim'a, obejmującym awans jednostki w obrębie struktury społecznej, ale w sensie szerokim, szukającym swego rodzaju dialektycznych powiązań pomiędzy tym, co w każdej karierze jest do pewnego stopnia typowe i powtarzalne, a co, jednostkowe i unikalne¹². Dopiero powiązanie wszystkich aspektów kariery i odtworzenie ich sekwencji, wplecionych w biografie jednostek, pozwala na przykład na zrekonstruowanie procesu stawania się (*becoming*), który z punktu widzenia symbolicznego interakcjonizmu wydaje się szczególnie interesującym problemem badawczym.

W związku z powyższym w badaniach odwołuję się do subiektywnej perspektywy badanych, czyniąc ich własny punkt widzenia niezbędnym punktem wyjścia do konstruowania uogólnień teoretycznych¹³. Celem jest odnajdywanie sensu w przeżyciach zwykłych ludzi, a tym samym odpowiedź na pytania: jak przeżytemu doświadczeniu nadaje się znaczenie, i jak jest ono definiowane, interpretowane, rozumiane, wyrażane oraz ucieleśniane.

Metody badań

Materiał badawczy wykorzystany w niniejszym opracowaniu stanowią osobiste doświadczenia osób niepełnosprawnych uprawiających sport, które realizują swoją aktywność fizyczną poprzez uczestnictwo w różnych formach sportu powszechnego. Z przedstawicielami tej kategorii osób niepełnosprawnych przeprowadzone zostały wywiady swobodne mało ukierunkowane. Stosując triangulację danych, w badaniach wykorzystano także zapisy z obserwacji poczynionych podczas spotkań i imprez sportowych, treningów oraz konsultacji¹⁴.

Przesłanki, które stały za wyborem powyższych technik, wynikają po pierwsze z przyjętych założeń ontologicznych (ludzkie doświadczenia, interpretacje, wiedza, oceny, interakcje uznaje się za znaczące właściwości rzeczywistości społecznej) i epistemologicznych (prawomocnym sposobem generowania danych na podstawie tych założeń ontologicznych, są interakcja, rozmowa z ludźmi, słuchanie opowieści i uzyskanie dostępu do wiedzy, a także ocen oraz wrażeń jednostek). Po drugie, uzyskane dane mają dzięki temu charakter całościowy i pogłębiony, co zgodne jest ze słowami Herberta Rubina i Irene Rubin, że „badania jakościowe stosuje się w odniesieniu do

11 H. Blumer (2007), dz. cyt., s. 9.

12 K. Konecki (1992), Nowi pracownicy a kultura organizacyjna. Studium folkloru fabrycznego, *Folia Sociologica*, nr 24, s. 191.

13 J. Włodarek, M. Ziółkowski [red.] (1990), *Metoda biograficzna w socjologii*, Warszawa, s. 55.

14 Badania, które posłużyły do napisania niniejszego tekstu, stanowią część większego projektu dotyczącego sytuacji życiowej osób niepełnosprawnych podejmujących aktywność sportową.

zagadnień wymagających głębszego zrozumienia, któremu najlepiej służą szczegółowe przykłady i rozbudowana narracja”¹⁵

Analiza i interpretacja materiału badawczego prowadzona jest zgodnie z zasadami metodologii teorii ugruntowanej¹⁶. Dobór kolejnych przypadków miał charakter teoretyczny i opierał się na metodzie ciągłego porównywania, co oznacza, że kolejne przypadki dobierane były na podstawie bieżących ustaleń analitycznych, nie zaś określonych przed badaniem założeń¹⁷. Dobór przypadków trwał do momentu osiągnięcia teoretycznego nasycenia (*theoretical saturation*) wygenerowanych kategorii analitycznych¹⁸.

Motywy wyboru wskazanych metod jakościowych była potrzeba poznania „faktycznych” sposobów życia, działań jednostkowych, procesów tworzenia znaczeń, a zatem, pragnienie poznawania rzeczywistości społecznej z punktu widzenia tworzących tę rzeczywistość podmiotów¹⁹

Proces nabywania niepełnosprawności – fazy stawania się niepełnosprawnym

Osoby, które w wyniku różnego rodzaju nieszczęśliwych okoliczności stały się niepełnosprawne, muszą zmagać się z licznymi trudnościami, zarówno fizycznymi, jak i natury społecznej oraz psychicznej. Wypadek – bez względu na to czy był on zawiniony, czy nie – przynosi ze sobą istotne zmiany w dotychczasowej, wydawałoby się niezmiennej i stabilnej rzeczywistości. O przyszłości człowieka może decydować moment, ułamek sekundy, który będzie miał swoje daleko idące konsekwencje i który nie pozostanie bez wpływu na dalszy bieg życia jednostki, a także osób z jej najbliższego otoczenia. Od tej chwili zachodzą niezwykle ważne i złożone przemiany w cyklu życia jednostki, które można wyrazić w sposób procesualny, wydzielając fazy związane z określonymi doświadczeniami i towarzyszącymi im stanami psychicznymi danej osoby. Należą do nich:

- po pierwsze, faza przed zdarzeniem powodującym utratę władz fizycznych,
- po drugie, faza tuż po zdarzeniu, gdy osoba jest w stanie „szoku” powypadkowego i nie do końca orientuje się w zaistniałej sytuacji,
- po trzecie, faza, w której do jednostki dociera prawda o zaistniałej sytuacji, a także towarzyszące temu wydarzeniu negatywne emocje i nierzadko stany depresyjne,
- po czwarte, faza poszukiwania winnych, przenoszenia frustracji na osoby trzecie,
- po piąte, faza zagubienia, poczucia bezsilności przechodząca w złość, nienawiść do innych, samego siebie,

15 H. Rubin, I. Rubin (1997), Jak zmierzać do celu nie wiążąc sobie rąk. Projektowanie wywiadów jakościowych. W: L. Korporowicz [red.], *Ewaluacja w edukacji*, Warszawa, s. 205.

16 K. Charmaz (2006), *Constructing Grounded Theory. A Practical Guide Through Qualitative Analysis*, London, New Delhi; B. Glaser (1978), *Theoretical Sensitivity*, San Francisco; B. Glaser, A. Strauss (1967), *The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research*, Chicago; M. Gorzko (2008), *Procedury i emergencja. O metodologii klasycznych odmian teorii ugruntowanej*, Szczecin; K. Konecki (2000), *Studia z metodologii badań jakościowych. Teoria ugruntowana*, Warszawa; A. Strauss, J. Corbin (1990), *Basics of Qualitative Research*, London, New Delhi.

17 B. Glaser (1978), dz. cyt., ss. 49-50; B. Glaser, A. Strauss (1967), dz. cyt., s. 45; K. Konecki (2000), dz. cyt., s. 70.

18 B. Glaser, S. Strauss (1967), dz. cyt., s. 61.

19 A. Wyka (1993), *Badacz społeczny wobec doświadczenia*, Warszawa, s. 34.

po szóste, faza zamknięcia i alienacji lub inaczej kostnienia i zapaści (poddania się) – w tej fazie osoba może pozostawać dłużej, a w niektórych przypadkach w ogóle z niej nie wychodzić, co może prowadzić do stopniowego, coraz większego wyłączenia się z życia społecznego i pogrążania we własnym wewnętrznym, zamkniętym świecie,

po siódme, faza drobnych wyłomów, a więc pierwszych oznak powolnych zmian pod wpływem pozytywnych bodźców zewnętrznych (środowiskowych),

po ósme, faza reinterpretacji, czyli stopniowych przemian w sposobie myślenia, spowodowanych istotnym dla jednostki wydarzeniem,

po dziewiąte, faza odnajdywania się w zmienionej sytuacji, dojrzewania do akceptacji istniejącego stanu rzeczy,

po dziesiąte, faza wzmocnienia psychicznego i stopniowego budowania wiary w siebie,

po jedenaste, faza odnajdywania sensu życia (m.in. w sporcie),

po dwunaste, faza samoakceptacji, pogodzenia się z istniejącą sytuacją, a tym samym życia „w pełni” swoich możliwości.

Zaprezentowane fazy odnoszą się do „kariery” percepcyjno-adaptacyjnej osoby z nabytą niepełnosprawnością, co oznacza, że nie koncentrują się wyłącznie na działaniach prowadzących do przemian fizycznych i sprawnościowych, ale także tych, związanych z przemianą w sposobie postrzegania siebie (czyli *de facto* powrotu do społeczeństwa oraz wypracowaniu nowych sposobów egzystencji jednostki, odpowiednich do zmiennych warunków życia). To wówczas dochodzi do stopniowego zaadaptowania się jednostki w nowych warunkach i wypracowania odpowiednich dla niej racjonalizacji oraz neutralizacji obecnej sytuacji tak, aby zapanować nad negatywnymi emocjami i przejść od poczucia bezsilności i rozczarowania do odnalezienia sensu życia.

Sport może stać się dla jednostki ważnym aspektem jej życia. Może być swoistą „odskocznią” od rutyny życia codziennego osoby niepełnosprawnej, w którym odnajduje źródło radości i zapomnienia, bądź, co ważniejsze, który umożliwia odnalezienie się w innych sferach jej życia. A zatem sport może być celem samym w sobie, ale może też stanowić środek do osiągnięcia innego celu. W pierwszym przypadku sport traktowany jest jako podstawa, oś, wokół której koncentruje się życie danej osoby. Jest to sytuacja, w której aktywność sportowa stanowi bardzo często jedną z głównych form uczestnictwa w życiu społecznym osoby niepełnosprawnej, co sprawia, że to w niej pokłada ona większość bądź wszystkie swoje nadzieje na przyszłość. Druga sytuacja to taka, w której sport uznaje się za środek, a zatem jest on katalizatorem dalszych przemian w życiu jednostki, wzmacniającym ją i mobilizującym do działania w innych obszarach życia.

Sport jako determinanta przemian w życiu osoby niepełnosprawnej

Osoba niepełnosprawna, która uległa zdarzeniu prowadzącemu do trwałej dysfunkcji organizmu, staje przed nowymi wyzwaniem i zupełnie zmienioną dla niej rzeczywistością. Z początku towarzyszy jej poczucie życiowej tragedii, wytrącenia z dotychczasowego trybu życia, a także poczucie zerwania z tym, co do tej pory było oczywiste i brane za

pewnik. Mało kto myśli przecież o tym, jak może wyglądać jego życie w sytuacji, gdy stanie się niepełnosprawny. Być może dlatego tak wielu ludzi nie bierze pod uwagę konsekwencji swoich czynów, które bezpośrednio mogą doprowadzić do stanu niepełnej sprawności. Oczywiście nie w każdym przypadku niepełnosprawność jest wynikiem działań bądź zaniechań leżących po stronie tychże osób, ale sytuacje takie nie należą do rzadkości. Przy czym, zarówno osoby, które same doprowadziły do powstania uszczerbku na własnym zdrowiu, jak i te, które bezpośrednio się do tego nie przyczyniły, zazwyczaj obwiniają za zaistniałą sytuację kogoś innego lub przenoszą ciężar odpowiedzialności na bliżej nieokreślone objekty, jak los czy fatum. Okres następujący po wydarzeniu powodującym niepełnosprawność, to także czas, w którym następuje załamanie systemu wartości, co nierzadko objawia się utratą wiary w ludzi, Boga czy w sens życia w ogóle. Jest to czas niezwykle trudny zarówno dla danej osoby, jak i całego jej otoczenia. Warto podkreślić, że to także okres „przepracowywania” swojej aktualnej sytuacji życiowej. Wiąże się z przemianami w sferze autonarracji i postrzeganiem siebie samej przez osobę niepełnosprawną. Następuje wówczas przewartościowanie tego, co jest i było ważne w życiu jednostki. Innymi słowy, to odnowienie bądź zmiana priorytetów i życiowych celów. Oznacza to, że jednostka niepełnosprawna w sposób bardziej bądź mniej świadomy zmienia swój ogląd rzeczywistości i własnej osoby. Zmienia się jej sposób myślenia o sobie, a co istotne, zaczyna stopniowo dostrzegać również pozytywne aspekty swojego życia. W tym kontekście sport może odgrywać rolę szczególnie ważną, stając się ostoją dla rodzącej wiary w siebie i swoje możliwości, a kontakt z osobami o podobnych przypadłościach i dysfunkcjach, które uprawiają tę samą dyscyplinę, może wzmacniać jednostkę w przekonaniu, co do własnych możliwości. W ten sposób osoby niepełnosprawne zyskują możliwość współuczestniczenia w grupach, w których skupieni są inni niepełnosprawni, a co ułatwia im otwarcie się w stosunku do innych ludzi. Dzieje się tak, przynajmniej z dwóch powodów. Po pierwsze, osoba niepełnosprawna dostrzega pozytywne skutki aktywności fizycznej wpływające na jej stan zdrowia i rosnącą sprawność fizyczną. Po drugie, zaczyna funkcjonować w nowej grupie, która stopniowo może stać się dla niej grupą odniesienia²⁰ Wśród jej członków uzyskuje wsparcie i zrozumienie dla swoich problemów. Tym samym osoba niepełnosprawna zaczyna stopniowo odbudowywać poczucie własnej wartości i wiary we własne siły, co w konsekwencji może także przełożyć się pozytywnie na inne rodzaje aktywności (np. w pracy czy w rodzinie).

W wielu przypadkach uprawianie sportu wzmacnia przekonanie, że osoba niepełnosprawna jest w stanie zrobić to, do czego we własnej opinii nie była zdolna. Sport sprzyja więc pozytywnemu myśleniu o sobie i własnych możliwościach. Sport rozwija poczucie własnej wartości, sprzyja poczuciu możliwości sprawstwa we własnym życiu, kierowania nim w sposób zależny od nich samych. Jest to szczególnie ważne w sytuacji, gdy osoba, stając się niepełnosprawną, utraciła równocześnie poczucie nie tylko własnej wartości, ale także sensu dalszego życia i tego, że jest w stanie dalej nim kierować. Mamy wówczas do czynienia ze swoistym sprzężeniem wzmocnienia psychicznego osoby niepełnosprawnej, bowiem sport daje jej wiarę we własne siły, co sprawia, że

20 R. Merton (1982), *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, Warszawa, ss. 335-384.

działa aktywnie na innych polach swojego życia, a to z kolei dodatkowo podnosi w niej wiarę we własne możliwości. Towarzyszy temu przejście od postawy fatalistycznej ku postawie aktywnej i sprawczej.

Sport to przede wszystkim klucz do zmian na poziomie jaźni²¹ osoby niepełnosprawnej. W tym kontekście sport oznacza, że dana osoba jest w stanie dzięki aktywności fizycznej i widocznym dzięki temu zmianom odnoszącym się między innymi do jej organizmu i ciała, zmienić wyobrażenie o sobie samej. Taka zmiana może być bezpośrednim wynikiem obserwowanych przez jednostkę przekształceń związanych z własnym ciałem i jego rosnącą sprawnością, ale może także wiązać się z przeświadczeniem danej osoby, co do sposobu jej postrzegania przez innych ludzi.

Niektóre osoby niepełnosprawne mogą pójść o krok dalej i zacząć uprawiać daną dyscyplinę w sposób bardziej profesjonalny. W takiej sytuacji osoba niepełnosprawna może całkowicie zmienić swoje życie i stać się zawodnikiem. Wówczas sport staje się nierzadko głównym bądź jedynym i zarazem najważniejszym zajęciem jednostki. To wtedy zyskuje on rangę najwyższą, stając się centrum życia danej osoby, wokół której koncentrują się wszystkie inne jej działania. Jest to sytuacja, w której osoba niepełnosprawna zyskuje możliwości, jakich być może nie miałyby, będąc pełnosprawną (ze względu na specyfikę tak własnych zdolności fizycznych, jak i samego sportu niepełnosprawnych, innego od sportu wyczynowego pełnosprawnych). Sport, ale już na najwyższym poziomie, otwiera przed osobą niepełnosprawną zupełnie nowe perspektywy. Są to rozmaite wyjazdy w skali całego świata, uczestnictwo w zgrupowaniach i konsultacjach, a także – w przypadku najlepszych sportowców – stypendia i nagrody pieniężne, które pozwalają na jeszcze większe zaangażowanie w uprawianie sportu. Dotyczy to jednak „garstki” osób, większość zaś z reguły nie znajduje w sporcie możliwości utrzymania się. Mimo to dla wielu z nich sam fakt bycia w czołówce osób niepełnosprawnych ma samogratyfikujący charakter. Stawanie się coraz lepszym i trenowanie, a także samodyscyplinowanie, jest celem samym w sobie, a dążenie do jak najlepszych wyników określa ich miejsce nie tylko w sporcie, ale w całym ich życiu.

Wnioski

Osoba niepełnosprawna, która podejmuje aktywność sportową, rozpoczyna nie tylko drogę w kierunku poprawy własnej kondycji fizycznej, ale także zyskuje sposobność współuczestnictwa w działaniach osób o podobnych problemach życiowych. Dzięki uprawianiu sportu zmienia się stan umysłu jednostki, która zaczyna inaczej postrzegać siebie i otaczający ją świat. Z tego powodu zaangażowanie w sport można rozpatrywać jako źródło szans zarówno dla indywidualnego rozwoju jednostki, jak i jej społecznej integracji. Zaspokojona może być na tej drodze potrzeba samorealizacji oraz społecznej akceptacji. Sport będzie miał także szczególną rolę we wzmocnieniu poczucia własnej wartości osoby niepełnosprawnej²². Procesowi temu towarzyszą przeważnie pozytywne

21 G.H. Mead (1975), *Umysł, osobowość, społeczeństwo*, Warszawa, ss. 240-247.

22 B. Molik, N. Morgulec-Adamowicz, A. Kosmol (2008), *Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych. Koszykówka na wózkach i rugby na wózkach*, Warszawa, s. 12.

emocje, które przenoszą się na całe życie jednostki, wzmacniając ją psychicznie poprzez określone doznania będące następstwem zachodzących procesów psychospołecznych. Na bazie doświadczeń związanych z aktywnością sportową dokonuje się przemiana autopercepcji osoby niepełnosprawnej. Uprawianie sportu może zatem wpływać na sposób postrzegania siebie i swojej sytuacji życiowej, prowadząc do stopniowego odzyskania poczucia własnej wartości i przywrócenia wiary we własne siły.