

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Zdravotně sociální fakulta

## **Vnímání sportu u osob s disabilitou chůze**

bakalářská práce

Autor práce: Lucie Jelínková, Dis.  
Studijní program: Rehabilitace  
Studijní obor: Rehabilitační-psychosociální péče o postižené děti, dospělé a seniory

Vedoucí práce: Mgr. Petra Zimmelová, Ph.D.

Datum odevzdání práce: 3. 5. 2013

## Abstrakt

V bakalářské práci se zabývám sportováním zdravotně postižené populace. Toto téma jsem si vybrala, neboť se v mém zaměstnání denně setkávám se zdravotně postiženými osobami a právě pohybem se je snažím opět navrátit zpět do běžného života. Jako léčebnou proceduru je některým zdatnějším jedincům ordinován zdravotní sport a vidím, že při této činnosti se všem zúčastněným objeví úsměv na rtech, i když si zrovna procházejí těžkou životní situací.

V úvodu stručně zachycuji minulý a současný pohled ke sportování zdravotně postižených jedinců. Celá práce je rozdělena na teoretickou a výzkumnou část.

Teoretickou část jsem rozdělila do 4 kapitol. První kapitola pojednává o obecném pojmu disabilita a o disabilitě pohybu z hlediska zdravotního i sociálního. Dále o příčinách, dělení disabilit a jejich možných kompenzačních možnostech. Jako nejčastější příčinu vrozené disability chůze uvádím dětskou mozkovou obrnu. U získané disability chůze v období dospělosti pak poranění míchy. Kompenzace se uskutečňuje nejen prostřednictvím pomůcek k soběstačnosti, tedy pohybu, chůzi či přemísťování osoby na vozíku, ale také prostřednictvím pomoci dávek od státu. V druhé kapitole se věnuji disabilitám v dětském věku a sportovním aktivitám tohoto období. Protože první tři roky života jsou pro vývoj pohybu nejdůležitější, podrobněji se věnuji období kojeneckému a batolecímu. Zde popisuji vývoj postiženého dítěte v těchto obdobích a spatřuji důležitost rodiny, která „nastartuje“ pohled dítěte do svého života, tedy i ke sportovnímu. Třetí část je věnována disabilitám získaným v dospělém věku života. Rozebírám, co disabilita v tomto věku pro osoby znamená a čeho se právě v dospělém věku dotýká. V jakých organizacích se tyto lidé mohou s pohybem a sporty setkávat při změně svého zdravotního stavu. Postižení získané v tomto období z plného zdraví člověka úplně „vykolejí“, proto je dobré, když taková osoba se může s možností sportů, co nejdříve seznámit a vidět, že to jde. Čtvrtá kapitola pojednává o sportu. Popisuji krátce o vývoji pojmu sport, co pro lidi sport znamená, co jim přináší. Rozdělují sportování zdravotně postižené populace na léčebný, rekreační a výkonnostní sport. Popisuji začátky sportování této populace v zahraničí a u nás. Ke konci udávám některé

typy organizací, které se v ČR sportovní činností tělesně postižených osob zabývají a jaké sporty nabízejí.

Výzkumná část práce se zabývá kvalitativním výzkumem, který jsem prováděla technikou narativních rozhovorů se šesti respondenty. Cílem bylo zjistit klíčové faktory, které ovlivnily životy tělesně postižených osob ve vztahu ke sportu. Výzkum jsem zaměřila na to, jestli je rozdíl mezi přístupem ke sportu u osob, které jsou disabilní od útlého věku a osob s disabilitou vzniklou v dospělosti. Abych mohla dojít k výzkumné otázce, kterou jsem si položila, oslovila jsem respondenty s disabilitou vrozenou i získanou. Při výběru vzorku respondentů jsem se snažila, aby jako takový byl rozmanitý. Podmínkou bylo, aby tyto osoby byli na vozíku, měli se sportováním různého druhu zkušenosti, byli územně rozptýleni, byli různého věkového složení a pohlaví, měli rodiny, či byli svobodní. Provedla jsem analýzu narativních rozhovorů a sportů, kterým se osoby věnovali, věnují nebo by se ještě chtěli nějakým jiným sportům v budoucnu věnovat. Během analýzy jsem si vytvořila pět kategorií, které jsem nazvala: Vztah k pohybu, Proč sport, Negativa, Začátky sportování, Rodina.

Výzkum ukázal, že klíčových faktorů, které ovlivňují život osob ke sportu, je několik. Jsou například závislé od typu zdravotního postižení, výběru sportovních aktivit, časové vytíženosti osob. Objevily se i negativní faktory, jako jsou čas a finance, ale nějak výrazně neodrazují od sportování. Osobám disabilních od narození napomáhá v osamostatnění a osobám se získanou disabilitou napomáhá navrátit opět do společnosti a užívání si, při některých typech sportů, opět volnosti pohybu. Výzkum ukázal, že rozdíl v přístupu jedinců disabilních od dětství či v dospělém věku je ve výběru sportů. Osoby s vrozenou disabilitou se vyhýbají akčním, rychlostním a adrenalinovým aktivitám a vyhledávají raději sporty na soustředění a taktizování. Výzkum poukázal na problémy ve výkonnostním sportu v klasifikacích a v současné době ve sponzorství a celkově financování sportování těchto osob.

## **Abstract**

This bachelor work focuses on sport activities of physically handicapped part of population. The choice of this theme is narrowly connected with my job, where I work with disabled people on everyday bases and I try to return them into active life by physical exercising. Sport is recommended to those who are physically stronger as a medical treatment and I can see that this activity can make these people smile despite the difficult situation they are facing.

In the introduction there is briefly compared past and present attitude to sport activities of physically disabled people. Whole work is divided into a theory part and research part.

The theory part is divided into 4 chapters. The first chapter explains the general term of disability, about disability from the health and social point of view. It is also about causes and different kinds of these disabilities and the possible tools of compensation. As the most common reason of congenital disability of walk is children cerebral palsy. As a received disability of walk is in adulthood it is interruption of spinal cord. Compensations is provided not just by using tools to help to be independent, to be able to move, to walk or to transfer a disabled person using a wheel chair but also by social help from the government. The second chapter is focused on disabled children and sport activities for this age group. First 3 years of life are the most important for development of movement; it is especially focused on infants and toddlers. There I describe development of handicapped child in these periods and there is pointed importance of family, which can „set up“ the children view into his life and also sport life. The third chapter pays attention to received disabilities in adulthood. I point out what it means for these people and what it is about in this age. I mention organizations where those can attend sport activities to improve their health condition. Health handicap received in this period of life when a person was completely healthy before means „shock“ and that is why it is good, if a person like this can come into close contact with sports as soon as possible, to see that it is possible. The fourth chapter is about sport. It briefly describes development of sport, what it means to people and what

it brings. I divide sport activities of handicapped population to rehabilitation, free time and Professional. There is also described how it began in The Czech Republic and abroad. In the final I mention some kinds of organizations in The Czech Republic that provide sport activities for physically disabled people and specify what activities they offer.

The research part is focused on qualitative research, which was done by narrative interview with 6 respondents. The aim was to find the key factors that influenced lives of physically disabled people in the connection with sport. The research is focused on the difference of attitude those who are disabled since childhood and those who became disabled in adulthood. To be able to get to the research question that I asked myself, I interview both kinds of respondents. I tried to select those respondents who differ a lot. The condition was that those had to be on a wheelchair, had different experience with sport, lived in different areas, were various age and sex, had a family or lived single. I made analyze of narrative interview and sports which were those respondents interested in, or sports they would like to take up in the future. Five categories were made during this analysis, which I called: Attitude to sport, Why to sport, Negatives, Beginnings of sport, Family.

The research has shown that there are several factors that influence the attitude of people to sport. They depend on the kind of health handicap, the choice of sport activities and on how busy they are. The negative factors that appeared are time and money but they do not stop people from doing sports. Sport helps to those who live with their handicap since young age to become independent and to those who became disabled during their lives sport helps to return to active life and to enjoy to be able to freely move again while doing some activities. The research has shown that there is a difference. In the introduction between the choices of sport activities of those who are handicapped main part of their lives and those who became handicapped during their lives. Those with congenital disability avoid fast and adrenaline sport activities and look for activities that need concentration and strategy. It pointed the problems in professional sport, classification and also sponsorship as well as financing these sport activities.

Klíčová slova:

Disabilita, zdravotní disabilita, sociální disabilita, disabilita dětského věku, dítě a sport, disabilita dospělého věku, dospělý a sport, sport, význam sportu, rekreační sport, výkonnostní sport, sportovní organizace

Key words:

Disability, health disability, social disability, disability of children, children and sport, disability of adults, adults and sport, sport, importance of sport, free time sport activities, professional sport, sport organizations

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to – v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou – elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne (datum)

.....

(jméno a příjmení)

## **Poděkování**

Především bych chtěla poděkovat vedoucí mé bakalářské práce paní Mgr. Petře Zimmelové, Ph.D. za její rady při tvorbě této práce, za její psychickou podporu a lidský přístup. Děkuji panu Mgr. Pavlu Martínkovi, předsedovi sportovního klubu Jedličkova ústavu, za ochotu a poskytnutí kontaktů na některé respondenty k realizaci výzkumu. Také děkuji všem respondentům, kteří mi poskytli svůj čas a rozhovor.



# Obsah

Úvod.....	10
<b>1. Současný stav.....</b>	<b>11</b>
1.1.  Disabilita pohybu.....	11
1.1.1.  Dělení disabilit pohybu.....	12
1.1.2.  Příčiny vzniku disabilit.....	13
1.1.3.  Kompenzace disabilit pohybu.....	13
1.2.  Dětský věk.....	14
1.2.1.  Vrozené disability.....	15
1.2.2.  Disabilita a kojenecký věk.....	15
1.2.3.  Disabilita a batolecký věk.....	16
1.2.4.  Dítě a sport.....	17
1.3.  Dospělý věk.....	18
1.3.1.  Získané disability.....	18
1.3.2.  Disabilita a dospělý věk.....	19
1.3.3.  Dospělý a sport.....	19
1.4.  Sport a jeho význam.....	20
1.4.1.  Sport a integrace.....	22
1.4.2.  Sport zdravotně postižených.....	22
1.4.3.  Historie sportu zdravotně postižených.....	23
1.4.4.  Některé typy sportů tělesně postižených osob v ČR.....	24
<b>2.  Cíl práce a výzkumné otázky.....</b>	<b>26</b>
<b>3.  Metodika.....</b>	<b>27</b>
3.1.  Použitá metoda.....	27
3.2.  Charakteristika výzkumného vzorku.....	27
<b>4.  Výsledky.....</b>	<b>29</b>
<b>5.  Diskuze.....</b>	<b>67</b>
<b>6.  Závěr.....</b>	<b>72</b>
<b>7.  Seznam informačních zdrojů.....</b>	<b>73</b>

## Úvod

Sport je jednou z možností sociálního začlenění zdravotně postižené populace do společnosti. U dětí to znamená integraci mezi své vrstevníky. U dospělých může být sport prostředkem reintegrace k běžnému způsobu života, který vedli před změnou svého zdravotního stavu. Pokud je vhodně dávkován k přihlídnutí zdravotního stavu, je vhodný pro všechny druhy zdravotního postižení, tedy pro osoby se smyslovým, mentálním, tělesným i kombinovaným postižením. Sport může těmto lidem dát nový rozměr jejich života. Zhruba do roku 1995 nebylo pro lidi s těžkým zdravotním postižením, kromě šachové disciplíny, jiného sportovního uplatnění, kde by se mohli zviditelnit. Dnes přístup ke sportu mají všichni a téměř všechny druhy sportu jsou těmto jedincům přístupné. Každý si může vybrat z široké nabídky sportovních aktivit. Činných je také spousta sportovních klubů, které sdružují zdravotně postižené sportovce. K možnostem získání informací k jednotlivým sportovním aktivitám napomáhá v současné době internet, kde je možné zhodnotit přístup a možnosti sportů disabilních jedinců v zahraničí a některé prvky převzít i do naší společnosti. Jistě se u nás tato problematika po revoluci zlepšila, stále však zůstává rezerva k dalšímu vylepšování, a to zejména v medializaci široké populace lidí.

Sama se s tělesně postiženými osobami setkávám při svém zaměstnání a pohyb je hlavní součástí a motorem, kterým se snažím různě postižené osoby opět navrátit, někdy alespoň na úroveň soběstačnosti v základních činnostech o svoji osobu, zpět do běžného života. V zařízení, kde pracuji, je sport součástí rehabilitační léčby a sama vidím, že lidi stmeluje, přináší jim optimismus a úsměv na rtech i v situacích pro ně ne zrovna lehkých. Proto jsem chtěla zjistit, jaký mají přístup lidé ke sportu, kteří jsou již v domácím prostředí a kompenzovaném stavu.

# 1. Současný stav

## 1.1 Disabilita pohybu

Pojem disabilita se stal na mezinárodní úrovni zastřešujícím výrazem v oblasti funkčních poruch, aktivit a participace. Vychází z nové klasifikace Světové zdravotnické organizace z roku 2001 a z Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví (IC FDH): „*Disabilita je snížení funkčních schopností na úrovni těla, jedince nebo společnosti, která vzniká, když se občan se svým zdravotním stavem (zdravotní kondicí) setkává s bariérami prostředí*“ (WHO, 2001, str. 9). To znamená, že v důsledku následků poškození nelze vykonávat aktivity tím způsobem, jak je to obvyklé (Jankovský, 2006). Disabilita může být považována za výstup nebo důsledek složitého vztahu mezi zdravotními problémy jedince a osobními i vnějšími faktory, které představují okolnosti, ve kterých člověk žije. Podstata a rozsah konkrétního výkonu člověka může být limitován ve své podstatě, trvání, nebo kvalitě. K omezení může docházet následkem poruchy některého orgánu nebo více orgánů (Lippertová-Grünerová, 2005).

V praxi tedy existuje několik způsobů, na jejichž základě se definuje zdravotní postižení. Lékařské hledisko představuje disabilitu způsobenou přímo chorobou, traumatem nebo jinými zdravotními problémy, které vyžadují léčení. Sociální model nahlíží na disabilitu jako sociálně vytvořený problém a předmět plné integrace osoby do společnosti. Chápe tedy postižení nikoliv jako individuální záležitost jedince, nýbrž jako produkt vztahů a souvislostí mezi jedincem a jeho okolím. Disabilita je pak charakterizovaná jako komplex sdružených podmínek, z nichž mnohé jsou vytvářeny společenským prostředím nebo jako výsledek vzniklých bariér mezi jedincem a okolím. Takové disability získávají sociální povahu a znemožňují osobě s postižením plně se participovat na životě společnosti. Proto tyto formy disabilit vyžadují řešení na politické úrovni prostřednictvím lidských práv. (WHO, 2001; Bruthansová, Jeřábková, 2012).

**Disabilita pohybu** vychází z tělesného postižení, respektive lokomočního či pohybového postižení. Znamená omezení hybnosti až znemožnění pohybu a poruchy motorické koordinace v důsledku poškození, vývojové vady nebo funkční poruchy nosného a hybného aparátu. Nebo-li v důsledku centrální, periferní poruchy inervace, amputace končetiny či deformací částí motorického systému. Tyto vady nebo dysfunkce bývají patrné na první pohled a vedou ke snížení funkční výkonnosti i ztráty schopnosti v některé či více oblastech lokomoce (Michalík a kol., 2011). V důsledku celkové či omezené mobility brání tělesné postižení často pracovní činnosti. Osoby s disabilitou pohybu představují heterogenní skupinu, která postihuje člověka v celé jeho osobnosti (Plevová, Slowik, 2010). Kálal hovoří o projevu omezení hybného systému poruchou funkce celého organismu, neboť změna vrozeného pohybového vzorce (stereotypu), která vyplývá ze ztížení pohybových možností, se zákonitě odráží ve funkcích transportního systému a tyto poruchy posléze vyvolají poškození dalších funkcí a ty posléze mohou vyústit i v selhání samotného orgánu. Vzájemné, zákonitě se podmiňující vztahy příčin a důsledků v oblasti somatické a psychické, později vedou i k nerovnováze ve sféře společenské a vzniká disabilita. Jedinec je tedy primárně postižen ve sféře somatické, začíná trpět i v oblasti psychické a konečným výsledkem je jeho společenská izolace (Kálal, 2007).

### **1.1.1 Dělení disabilit pohybu**

Pohybové postižení můžeme rozdělit dle pohyblivosti jedince, tedy stupně postižení, na lehké, středně těžké a těžké. Lehké postižení je charakterizováno schopností samostatného pohybu. Středně těžké umožňuje pohyb s pomocí různých ortopedických pomůcek. A těžké postižení znamená nemožnost samostatného pohybu (Buřvalová, Reitmayerová, 2007). Podle časového hlediska rozeznáváme vrozené či získané. Vrozené (kongenitální) mohou vznikat v průběhu prenatálního vývoje, porodu nebo krátce v postnatálním období. Získaná postižení jsou způsobena buď úrazem, nebo

různými chorobami a jejich následky, které mají negativní vliv na pohybové ústrojí. Získaná postižení mohou vznikat v kterémkoliv období života (Fischer, Škoda, 2008).

### **1.1.2 Příčiny vzniku disabilit pohybu**

Příčiny mohou být různorodé. Neurologické, ortopedické, traumatologické, onkologické, zánětlivé, aj. Dle místního postižení periferní, centrální, multikomplexní. Dle časového dělení vrozené a získané v průběhu života.

Příčiny vedoucí k disabilitám již v dětském věku jsou neurovývojové syndromy, mezi nejčastější takové neurovývojové onemocnění patří dětská mozková obrna. Postihuje řadu oblastí, kognitivní schopnosti, hybnost, zrak, sluch, způsob chování, často bývá spojována se záchvatovými stavy. Příčiny vzniku mohou být prenatální, perinatální i postnatální (Kraus, 2005).

V dospělém věku dochází nejčastěji k získaným disabilitám pohybu v důsledku úrazů, a to poraněním páteře. Zlomeniny páteře představují asi 5 % ze všech úrazů. V 15-40% případů bývá poranění páteře spojeno s poraněním míchy. Nejčastější příčinou míšních poranění jsou dopravní úrazy a pády, zvláště z výšky. Nejzranitelnější bývá krční úsek páteře, dále hrudní a pak bederní. V ČR se poranění míchy vyskytuje na 3,35/100 000 obyvatel, to znamená asi 300 nových úrazů míchy ročně. (Hrabálek, 2011).

### **1.1.3 Kompenzace disability pohybu**

Při známkách zlepšení se doporučuje pokračovat v cílené rehabilitaci. Pokud je stav již trvalý, je třeba jedince naučit se svým postižením žít a vhodnými prostředky následky postižení kompenzovat. Dle stupně postižení lze nacvičit chůzi s oporou, v těžším případě (např. kdy má osoba potíže s rovnováhou ve stoji, či ochrnutí dolní poloviny těla) je třeba trénovat jízdu na vozíku (Trojan, 2005).

Oporou se může rozumět hole, chodítka, ortézy, peroneální pásky. Současná doba přináší i nové technologické pomůcky, které umožňují pohyb v podobě trojkolek a různých skútrů. Kompenzační a rehabilitační pomůcky mohou osoby se zdravotním postižením získat ze systému veřejného zdravotního pojištění (MPSV, článek 20, 2011).

Určitou kompenzaci se snaží provádět stát. Zákonem o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením ve formě příspěvku na zvláštní pomůcku a příspěvku na mobilitu. Jedinci je poskytnuta na vlastní písemnou žádost a doložením všech náležitostí a čestného prohlášení o pravidelném dopravování směřujícím k podpoře sociálního začlenění. Žádosti se podávají na úřadu práce v místě bydliště. Dávky jsou financovány ze systému sociální péče (329/2011 Sb.).

## **1.2 Dětský věk**

Různé typy postižení u dětí se liší charakterem, intenzitou a dalším rozvojem. Je tedy třeba rozlišovat choroby progresivní, u kterých lze očekávat další narůstání obtíží, a choroby neprogresivní, kde naopak se dá očekávat jistý stupeň kompenzace a určité zlepšení. U dětí je důležitý stupeň psychického postižení, od kterého by se měla dále vyvíjet práce s dítětem ke vzdělání. Významnou roli pak sehrávají nejen odborníci, ale hlavně rodina. Těmto v dnešní době pomáhá řada organizací, mnohé vznikly z iniciativy právě rodičů. Nejvýznamnější je například Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR. Má ustanoveny kluby ve všech okresech republiky a již ve svých počátcích se zaměřovala na volnočasové aktivity pro zdravotně postižené děti, jako jsou psychorehabilitační pobyty, letní tábory zaměřené dle typu postižení, vodácké tábory, aj. V současné době se také podílí na tvorbě zákonů a mezinárodní spolupráci (Pešová, Šamalík, 2006). Rozmanitá oblast nejrůznějších zájmových (rekreačních) a volnočasových aktivit náleží mezi pedagogické prostředky rehabilitace (Jankovský in Vyskočilová, 2011).

### **1.2.1 Vrozené disability**

Sociální postavení a psychika člověka s vrozeným postižením se vyvíjí odlišně ve srovnání s psychikou lidí, u nichž se zdravotní stav změnil až v průběhu života. Jak se může zdát, nedá se říci, že jedinec s trvalým vrozeným nebo časně získaným postižením je v příznivějším postavení. Bytí takovéto osoby je od počátku spojeno se skutečností postižení i úsilím o překonávání jeho důsledků. Při určité struktuře osobnosti a realistické výchovné a další podpoře může takový jedinec získávat potřebné zkušenosti, osvojit si určité sociální dovednosti, zvládat jisté sociální role, vědět, co od života očekávat, vytvořit si vhodný sebenáhled, mít motivující hodnotovou hierarchii, usilovat o dosažení přiměřených cílů a vědět jakých prostředků využít. Osoba s vrozeným, případně brzy získaným postižením má sice k dispozici časový prostor a škálu podpůrných opatření k tomu, aby se adaptovala na svou reálnou situaci, přijala ji, našla si vlastní cestu k seberealizaci a mohla žít co možná nejplněji, ale kde ucelená podpora chybí, dostavují se krize a zklamání (Novosad, 2011). Jinak řečeno na rozvoji osobnosti silně působí prostředí, ve kterém se nachází, neboť zdravotní postižení dítěte silně zasáhne jeho nejbližší osoby, proto osobnost dítěte a později i jako dospělého je ovlivněna reakcí rodičů (Votava, 2005).

### **1.2.2 Disabilita a kojenecký věk**

První rok života je důležitý pro rozvoj vlastností, dovedností a schopností jedince. Jedná se o odrazový můstek do dalšího života. Pro postižené dítě je důležité, aby jeho potřeby byly dostatečně stimulovány a zrání dítěte bylo v harmonii s vlivy prostředí, kde dítě žije. Postižené děti mohou být více ohroženy podnětovou deprivací, opožděným vývojem nebo naopak nadměrnou stimulací a přehnanou péčí. Aby docházelo co nejméně k narušení výchovných postupů, je důležitá včasná diagnostika postižení a dostatečná informovanost rodiny. Za normálních okolností také dochází k rozvoji motoriky a s rozvojem pohybových schopností dochází k vývoji poznávacích

procesů a socializace. Pohybové omezení dítěte má negativní vliv i na rodiče, může utlumovat zájem rodičů se dítěti věnovat, což má v pozdějším vývoji pro dítě velmi nepříznivý dopad a může vést k většímu riziku vzniku kombinovaného postižení. V případě závažnějšího postižení se pohybové dovednosti v průběhu prvního roka života nerozvinou vůbec. Rozvoj motoriky je podmíněn rozvojem nervové soustavy a vliv prostředí může další vývoj podněcovat či zpomalovat. Samostatná lokomoce se u zdravých dětí objevuje ke konci tohoto období. Motorika ruky je spojena s manipulací, která je závislá na rozvoji ovládnutí ruky a úchopu. Vývoj motoriky ruky a lokomoce je u dětí s dětskou mozkovou obrnou opožděn. Pohybový vývoj i vnímání svého těla má pro kojence velký význam, neboť jeho sebepojetí v tomto věku je především vztaženo k vlastnímu tělu. Jestliže nejde o velmi těžké postižení, tak u většiny dětí se rozvíjí běžně citové prožitky a projevy, odchylky mohou poukazovat na charakter rodinné výchovy. Na konci kojeneckého období postižené děti nedosahují v motorickém vývoji stejné úrovně jako zdravé, narušen může být i vývoj řeči (Vágnerová a kol., 2000).

### **1.2.3 Disabilita a batolecí věk**

Hlavním úkolem tohoto období je širší seznámení dítěte s prostředím a odpoutání od matky, s tím souvisí rozvoj dětské osobnosti a své identity. Erikson popisuje toto období jako období autonomie, dítě zatím dosahuje autonomie především pomocí svalové aktivity. U dětí se zdravotním postižením a zejména u dětí s dětskou mozkovou obrnou je zbavování závislosti na ostatních osobách, v důsledku narušení lokomočních a jiných schopností, nemožné a přetrvává vazba na zprostředkování aktivity jinými lidmi. Nesamostatnost dítěte v pohybu vede rodiče k tendenci chovat se k dítěti i v ostatních oblastech jako ke kojenci. Není narušeno jen samostatné uspokojování psychických a pohybových potřeb, ale částečně i potřeba orientace, tedy učení, rozvoj poznávacích procesů. Je důležité, aby rodiče učili dítě aktivně a samostatně poznávat. Osamostatňování bývá u postižených dětí pomalým procesem, musí být povzbuzováno



přiměřenou stimulací. Rozvoj potřeby učení a touhy po nových zkušenostech je možno při pocitu jistoty (Vágnerová a kol., 2000).

#### **1.2.4 Dítě a sport**

Sportovní činnosti jsou spojeny s vyšším stupněm fyzické zátěže, proto musí být u postižených dětí vzata v potaz náročnost sportu, aby nedošlo k většímu ublížení na zdraví. Při prvotní úvaze o možnosti sportu je nezbytné určit druh, stupeň a míru poškození. Proto by dítě mělo mít ke sportu doporučení lékaře, který s přihlédnutím k diagnóze a na základě vyšetření rozhoduje o formě, typu a intenzitě zatížení, které je možno u postiženého dítěte tolerovat. V kojeneckém a batolecím období se nedá hovořit o sportu, ale všechny zákroky, které se v tomto období s dítětem provádějí, mohou tvořit základ pro sportovní činnost. Jedná se především o Vojtovu metodu (Kučera a kol., 2011).

Vojtova terapie je cíleně aplikovaná léčebná metoda v rámci léčebné rehabilitace tělesně postižených dětí. Jejím prostřednictvím se odborníci společně s rodiči snaží stimulovat motoriku dítěte. Její další výhodou je také nápomoc při rozvoji psychosociálního vývoje kojence. Metoda je uplatnitelná také u tělesných problémů dospělých (Orth, 2009). Zkušenosti fyzioterapeutů potvrzují, že postižení pohybového systému, která se cvičením podařilo významně ovlivnit, motivují ke sportu v průběhu celého života (Kučera a kol., 2011).

Dle Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením jsou u nás v ČR děti, žáci a studenti se zdravotním postižením zapojováni do všech kulturních a sportovních aktivit, které jsou pořádány v rámci vzdělávání. Ministerstvo školství také podporuje formou dotací občanským sdružením pracujícím s mládeží účast dětí, žáků a studentů se zdravotním postižením v prázdninových a dalších sportovních aktivitách (MPSV, článek 30, 2011).

## 1.3 Dospělý věk

Zdravotní postižení vzniklé v dospělosti vzniká náhle, nejčastěji úrazem, anebo pozvolna chronickou nemocí. V důsledku úrazů dochází převážně k poranění páteře. Nejčastější příčinou míšních poranění jsou dopravní úrazy a pády, zvláště z výšky, při skocích do mělké vody a v posledních letech také při nehodách říditelných padáků a ultralehkých letadel (Višňa, Hoch, 2004).

### 1.3.1 Získané disability

Důsledky a reakce na vznik postižení jsou velmi individuální. Mimo stupně a typu postižení závisí na míře informace, kterou jedinec o svém stavu dostane, zejména pak na včasné rehabilitaci ve všech jejích složkách (Votava, 2005). V důsledku náhlé, prudké změny nemají lidé příležitost postupné adaptace, tak jako u vrozených postižení. Nečekaný přechod zdraví, funkční nedostatečnost a vzhledová odlišnost, které sebou získané postižení přináší, má velký vliv na lidskou psychiku a vyvolává krizovou situaci. Postižení znamená zásah do kvality života, omezení aktivit a příležitostí. Negativně se prolíná do sociální, osobní, rodinné i profesní stránky života, vede ke změně postojů a hodnot v životě. Změny bývají výrazné hlavně u lidí s amputacemi, poraněním míchy s klinickým obrazem paraplegie, tetraplegie (Novosad, 2011).

Postižení vzniklé u jedince v průběhu života, stejně jako u postižení vrozeného, ovlivňuje celou osobnost člověka. Vyrovnání se s nově vzniklou situací záleží především na osobnostní výbavě jedince a na kvalitě prostředí, ve kterém člověk působí (Nováková, 2011).

U převážné většiny jedinců dochází k traumatům v produktivním věku, náhlá ztráta nejen pracovní výkonnosti, ale i pohyblivosti, soběstačnosti, rovnováhy, vlády nad procesem vyměšování i pohlavní aktivity pak znamená zhroucení světa nejen jemu, ale i jeho blízkým. Někteří jedinci se s následky vyrovnávají relativně rychle a vytvoří si opět podmínky pro plnohodnotný život. Vše je vysoce individuální a proměnlivé,

záleží na osobnosti postiženého, ale i jeho zázemí, závažnosti stavu, perspektivách a adaptačních schopnostech. Výzkumy i zkušenosti praxe ukazují, že lidé, kteří jsou poučeni o své situaci, znají svůj zdravotní stav, jsou motivováni, mají svůj systém hodnot i dostupné cíle, podporu blízké osoby a ztotožněnou zřetelnou životní perspektivu, mnohem lépe spolupracují při rehabilitaci, rychle se zotavují nebo stabilizují, lépe snáší bolest a aktivněji zvládají nesnáze (Novosad, 2011). Pro takto postiženou osobu je důležité, aby našla aktivní přístup k životu i za nové situace a právě sport tomu mnohdy může napomoci.

### **1.3.2 Disabilita a dospělý věk**

Dospělost lze definovat obdobím svobody rozhodování s odpovědností za svá rozhodnutí a schopností získat a plnit příslušné role. Zralost dospělého je prokázána schopností vytvořením si určité identity, která zahrnuje i jeho postižení, tudíž počítá s omezením, která mu přináší. Jestliže je jedinec schopen tohoto dokázat, může usilovat o dosažení dalšího vývojového stupně, a to stádia intimity, což znamená, že na psychické úrovni může být rovnocenným partnerem, tedy není jen závislým na něčí péči. Je-li schopný vytvářet a rozvíjet něčeho užitečného, pak je schopen zvládnout i rodičovskou a profesní roli. Ne každý postižený jedinec je schopen zvládnout všechny požadavky dospělosti (Vágnerová, 2004).

Získané postižení tedy zasahuje do role partnerské, rodičovské i profesní. Ovlivnění jedince v těchto rolích je individuální, závisí na osobnostní charakteristice a uspořádaných vztazích před změnou jeho zdravotního stavu a zejména po ní.

### **1.3.3 Dospělý a sport**

Jedinci se při změně jejich zdravotního stavu již v průběhu rehabilitace setkávají se sportem. V ČR poskytují intenzivní rehabilitaci Rehabilitační ústavy Kladruby,

Hrabyně, Hamzovy odborné léčebny pro děti a dospělé Luže Košumberk, Školící a fyzioterapeutické centrum Jimramov, Vojenský rehabilitační ústav Slapy nad Vltavou, Rehabilitční klinika Malvazinky, aj. (Wendsche a kol., 2009). Dále se setkávají se sportem v rehabilitaci následného období, která spadá především do oblasti sociální a stává se trvalou součástí pacientova života. Ta probíhá dle individuálního stavu a potřeb osoby (Adamčová a kol., 2005). Bývají to příležitosti na rekondičních pobytech v lázeňských léčebnách, či prostřednictvím různých nestátních organizací.

## **1.4 Sport a jeho význam**

Z etymologického hlediska pojem sport vychází nejprve z lovecké vášně středověkých aristokratických honů, později nabývá významu bavit se, rozptylovat se. Znamená to, že historicky má obsah pojmu sport psychologické souvislosti. V posledních padesáti letech přispěla televize ke komercializaci a mohutné popularitě sportu. Právě díky ní je sport ve vědomí lidí především elitním sportem výkonnostním a volnočasové rekreační sporty, které mají vyšší bio-psycho-sociální prospěšnost, jsou podceňovány (Slepička, 2006).

Význam pohybu pro člověka je zásadní, pomocí něhož vyjevuje své vědomí k existenci, užívání si života a potvrzení si platnosti ke svému žití. Prostřednictvím pohybu těla je umožněno vnímání změn, jak se vnímáme a hodnotíme, ovlivňuje zásadním způsobem naše chování a prožívání. Pro člověka je sport emočně prožitková příležitost zvyšující kvalitu života. Platí, že pocit únavy po tzv. „dostat do těla“ má eustresové účinky, je prožíván libě a vede k vyšším psychickým či fyzickým výkonům. Cílem sportování je úspěšnost, sebepotvrzení a následná sebedůvěra. Sport je součástí společenského života a odrazem způsobu žití. Je významný sociální jev. Může mít podobu profesní dráhy nebo aktivní či pasivní zábavy, čímž je zřejmé, že plní důležitou funkci náplně volného času. Může mít formativní i deformativní účinky na lidskou osobnost i sociální skupiny. Současné moderní sporty jsou spojovány s podstupováním rizik a překonáváním strachu, stejně je také patrná tendence uchýlovat se

do modelových, trenažerových podmínek, např. veslování, spinning, ergometry, lezecké, golfové, střelecké trenažéry. Zdokonalováním virtuálního prostředí a rozšiřováním sportů bude tato tendence výraznější (Slepička, 2006).

**Význam sportu pro osoby se zdravotním postižením** je mnohostranný, lze jej provádět několikerým způsobem. Převážně vyplňuje volný čas, při němž se udržuje tělesná kondice, provádí nácvik obratnosti a nových dovedností. Jedinci mají možnost pobytu v přírodě, nebo naopak se dostávají do společnosti osob s podobnými zájmy a blízkého věku. Sportovec se může srovnávat s ostatními podobně postiženými lidmi, sledovat svůj výkon a výsledky v průběhu času. Sport je nedílnou součástí moderního života a postižený sportovec se tak může přiblížit či vyrovnat zdravým lidem (Votava, 2005).

Kábele vidí i jiné významy jako rozvíjení dalších pohybových schopností a dovedností jako je udržení rovnováhy, rychlost reakce, splynutí s vozíkem jako součástí těla a zvládnutí jízdy na něm. Osvojení žádoucích regeneračních a kompenzačních metod (kompenzační cvičení, posilování, strečink, psychorelaxační techniky). Formování psychické vlastnosti jako je volní úsilí, schopnost koncentrace, zvládnání emocí, adaptace a kooperace, vyrovnávání se s konfliktními situacemi, kompenzace pocitů méněcennosti. Ulehčení překonávání sociálních bariér, například přijetí sociálních rolí, navazování kontaktů s ostatními zdravotně postiženými, ale i zdravými jedinci, nebo jako pozitivního příkladu pro ostatní nesportující osoby. V neposlední řadě pozitivní vliv předcházení vzniku civilizačních onemocnění (Kábele, 1992).

Kálal uvádí, že sport udržuje a posiluje celkovou tělesnou zdatnost a psychologický dopad vidí v pravidelném cvičení, který odvádí od depresivních nálad, a díky vysoké motivaci může výrazně ovlivnit celkovou pohybovou potřebu i pestrost lokomočních projevů. Pravidelné cvičení umožňuje integraci mezi zdravou populací, neboť utužuje sebevědomí a vyrovnání se s postižením a přivádí jedince do kolektivu, tím se snižuje riziko izolace postižených a jejich uzavírání se vůči okolí (Kálal, 2007).

Podle Dishmana ke zlepšení duševního zdraví nemusí vést samotná pohybová aktivita, ale interakce s ostatními lidmi a sociální podpora, kterou jedinec zažívá při cvičení (Tod, Thatcher, Rahman, 2010).

### 1.4.1 Sport a integrace

Bílá kniha o sportu, která vychází z komise evropských společenství, pracuje s potenciálem sportu pro účely sociálního začlenění, integraci a rovných příležitostí. Sport pomáhá vytvářet integrovanější společnost, proto by měli mít ke sportu přístup všichni občané. Je třeba věnovat zvláštní pozornost specifickým potřebám a situacím ve sportu u mladých lidí, lidí zdravotně postižených a pocházejících ze znevýhodněných poměrů (Bílá kniha, 2007).

### 1.4.2 Sport zdravotně postižených

Pohybové aktivity zdravotně postižených lidí mají vícenásobný význam. Uplatňuje se mimo důležitosti rehabilitační a rekondiční také smysl společenský, motivační a volnočasový.

**Terapie sportem** je pojem, kde sportovní činnosti a soutěživé hry, přizpůsobené míře a typu postižení, jsou součástí celkového rehabilitačního programu. Jako terapeutický prostředek má za cíl zlepšení kondice, nácvik obratnosti a dosahování pozitivního psychologického účinku v průběhu rehabilitačního procesu. Při tomto druhu terapie je důležité se vyhýbat jednostrannému zatěžování, přetěžování a riziku úrazu (Votava, 2005). Kalvach nazývá tento sport jako léčebná tělesná výchova. Probíhá pod lékařským dohledem jednotlivě nebo ve skupině ve zdravotnických, lázeňských či rekondičních zařízeních (Kalvach a kol., 2011).

**Rekreační sport.** Je již prováděn osobou mimo program léčebné rehabilitace. Může být prováděn individuálně, nebo ve skupině v rehabilitačních ústavech, v zájmové či sportovní organizaci. Je využíván zejména ke smysluplnému vyplnění volného času. Je doporučován mnohými rehabilitačními odborníky nejen proto, že hrozí menší nebezpečí přepínání sil sportovce a zhoršení zdravotního stavu. Rekreační sport může zdravotně postižená osoba vykonávat společně s nepostiženými lidmi (Votava, 2005). Kalvach tento sport nazývá zdravotní léčebnou výchovou, je provozován pod vedením

profesionálních cvičitelů. Dle typu postižení pak vznikají zájmová sdružení, např. paraplegiků, po cévní mozkové příhodě, atd. Oblíbenou aktivitou, která se může počítat k rekreačnímu sportování, jsou rekondiční ozdravné edukační pobyty (Kalvach a kol., 2011).

**Organizovaný rekreační sport.** I se zdravotním postižením se může osoba věnovat sportu na výkonnostní a vrcholové úrovni. Mezinárodním vrcholem jsou paralympijské hry, konané paralelně s hrami olympijskými a zaštitěné Mezinárodním olympijským výborem (Kalvach a kol., 2011). Takový sport má charakter soutěží a přípravy na ně. Výhoda spočívá často ve větší motivaci, v soustavném dozoru trenéra a sportovního lékaře. O této sportovní činnosti je veřejnost více informována než o rekreačních sportech. Své počátky má ve Velké Británii (Votava, 2005).

### **1.4.3 Historie sportu zdravotně postižených**

První sport pro zdravotně postižené osoby se odehrál v Anglii, v rehabilitačním zařízení města Stoke Mandeville. Zorganizoval jej neurochirurg sir Ludwig Guttman. Jednalo se o první mezinárodní hry vozíčkářů, které probíhaly současně s londýnskou olympiádou v roce 1948. Byly to závody pro veterány druhé světové války se zraněním páteře. Tyto hry byly prvním předznamenáním pozdějších paralympiád, neboť o čtyři roky se těchto her zúčastnili i sportovci z Nizozemí, kteří podpořili vznik paralympijského hnutí (Vrábel, 2012). V České republice se konaly první hry v rehabilitačním ústavu Kladruby u Vlašimi dokonce o tři měsíce dříve než ve Stoke Mandeville. Dodnes jsou každoročně se slávou pořádané pod názvem Kladrubské hry konané ke konci května. Účastní se jich současní i dřívější klienti ústavu společně s personálem rehabilitačního oddělení. Můžeme říci, že tyto dva rehabilitační ústavy jsou centry, ve kterých vznikal sport invalidů (Kálal, 2007).

Doktor Guttmann byl hlavním iniciátorem všech paralympiád až do své smrti, do roku 1980. První ročníky paralympiád byly určeny pro sportovce s těžkým postižením páteře, v průběhu let se připojovaly další skupiny tělesně postižených, to

s sebou přineslo změny ve zdravotní klasifikaci, zvýšení počtu sportovních disciplín a počtu sportovců (Český paralympijský výbor, 2011, paralympic.cz).

#### 1.4.4 Některé typy sportů tělesně postižených osob v ČR

**Jedličkův ústav a sportovní klub Jedlička.** Většinu klientely tvoří děti a mladí lidé s vrozeným tělesným, potažmo mentálním postižením, menší část je po úrazech a poškozeních mozku. Praktikují ucelenou rehabilitaci a rozvíjení mnoha zájmových aktivit. Sportovní klub JÚ intenzivně pracuje se stovkou mladých lidí s tělesným postižením, nejen z JÚŠ, ale z celé Prahy a okolí. Může se chlubit výsledky z paralympiád i mezinárodních mistrovství (Pičman, 2010). **Sporty poskytované SK Jedlička:** atletika, boccia, curling, cyklistika, florbal, stolní tenis, závěsný kuželník, doplňkové sporty (dráhové kuželky, cvičení v posilovně, vodní turistika, sportovně rehabilitační pobyty). Další informace možno zjistit na [www.ju-lbc.cz/cs/sk-jedlicka](http://www.ju-lbc.cz/cs/sk-jedlicka).

**Sportovní klub Kociánka.** Klub zajišťuje sportovní činnosti dětí a dospělých s tělesným, převážně spastickým postižením. Spolupracuje s Ústavem sociální péče Kociánka, tak i s postiženými sportovci a organizacemi celé České republiky. Je členem české federace Spastic Handicap (Nečasová, 2010). **Sporty:** atletika, cyklistika, lukostřelba, boccia, závěsný kuželník, dráhové kuželky, střelba ze vzduchovky (další informace možno najít na <http://www.kocianka.cz/?q=aktivita/sport>).

**Centrum Paraple.** Organizuje sportovní kurzy pro lidi s poraněním míchy, jejich cílem je poskytnutí zázemí pro začátky sportovních aktivit a snaží se motivovat ke sportu. **Pořádá:** všeobecný sportovní kurz, kurzy jachtingu a vodních sportů, lyžařský, potápěčský, vodácký, cyklistický kurzy (další informace možno najít <http://www.paraple.cz/nase-sluzby/sportovni-kurzy.html>).

**Český svaz tělesně postižených sportovců.** Tělovýchovné jednotky a sportovní kluby dle krajů nabízejí tyto **sporty:** atletiku, basketbal, hokej na elektrických vozících, florbal vozičkářů, handbike, triatlon, duatlon, jezdeckví, paravoltiž, kuželky, lyžování,



orientační závod, plavání, rugby vozičkářů, sledgehockey, stolní tenis, šachy, tenis TP, tenis vozičkářů, turistiku, volejbal TP (další informace možno zjistit na [www.cstps.cz](http://www.cstps.cz)).

**Česká federace Spastic Handicap o.s.** Sdružuje tělovýchovné jednoty a sportovní kluby v ČR. **Sporty:** atletika, boccia, curling, cyklistika, lukostřelba, stolní tenis, závěsný kuželník, ostatní sporty dle krajů (další informace možno zjistit na [www.spastic.cz](http://www.spastic.cz)).

**Aplikované pohybové aktivity volný čas a sport - APA VČAS.** **Sporty:** vodní sporty, tanec a umění, atletika, boccia, paravoltiž, lyžování, sledge hokej (další informace dostupné na [www.apavcas.cz](http://www.apavcas.cz))

**1.Centrum zdravotně postižených, Jižních Čech, o.s.** **Sporty:** fitness, vzpírání zdravotně postižených, veslování, atletika, hendbike (další informace možné na [www.1czpjc.cz](http://www.1czpjc.cz))

## **2. Cíl práce**

Cílem mé bakalářské práce je zjistit klíčové faktory, které ovlivnily život handicapovaných ve vztahu ke sportu.

Základní výzkumnou otázku jsem si položila:

Je rozdíl mezi přístupem ke sportu u osob, které jsou disabilní od útlého věku a osob s disabilitou vzniklou v dospělosti?

## **3. Metodika**

### **3.1 Použitá metoda**

Pro výzkum jsem použila kvalitativní metodu. Výběr vzorku výzkumu byl záměrný. Jako metodu k získání kvalitativních dat jsem zvolila narativní rozhovor. Při narativním rozhovoru je respondent povzbuzován k volnému vyprávění, ze kterého mohou vyplynout subjektivní významové struktury o určitých událostech, které by se při cíleném dotazování nemusely projevit. Vlastní rozhovor můžeme rozdělit na několik fází: stimulaci, vyprávění a otázky (Hendl, J., 2005). Tyto rozhovory byly nahrávány se souhlasem respondentů na diktafon. Audiozáznam zůstává v archivu autorky bakalářské práce.

### **3.2 Charakteristika výzkumného vzorku**

Výběr respondentů tvoří základní parametry zakotvené v teorii. Hlavní kotvou je věk, od kterého se vyvíjí jejich disabilita pohybu. Abych získala osoby s vrozenou disabilitou, zkontaktovala jsem sportovní klub Jedličkova ústavu. Osoby se získanou disabilitou jsem hledala s pomocí mých spolupracovníků ze zaměstnání, kteří s některými takovými udržují vzájemné kontakty. Hlavní podmínkou bylo, aby takové osoby měly se sportem zkušenosti a byly na vozíku. Další kotvy jsem si stanovila:

1. Bydliště – Praha a zbytek republiky
2. Pohlaví – muž či žena
3. Typ sportu – rekreačně či výkonnostně
4. Profese – zaměstnaní, podnikatelé, či bez zaměstnání
5. Rodina – bezdětní, s dětmi

Rozhovory byly provedeny se 3 osobami s vrozenou disabilitou a 3 osobami s disabilitou vzniklou v dospělosti. Vzorek osob disabilních od dětství jsou 2 muži

ve věkovém rozhraní 19 a 33 let, 1 žena ve věku 25 let. Dvě osoby se věnují výkonnostnímu sportu, jedna osoba dříve výkonnostně, nyní rekreačně. Dvě osoby pocházejí z Prahy, jedna osoba z menšího města ve Středních Čechách. Vzorek osob se získanou disabilitou jsou 2 muži ve věku 36 a 66 let, jedna žena ve věku 32 let. Jedna osoba se věnovala výkonnostnímu sportu, dvě osoby sportují rekreačně. Dvě osoby pocházejí z Prahy, jedna osoba z menšího města Jihomoravského kraje.

Rozhovory s respondenty byly prováděny v časovém rozmezí prosinec až únor. Téměř se všemi byly rozhovory prováděny v rehabilitačním ústavu Kladruby, na cvičebně po pracovní době. V době, kdy jsme měli na rozhovor dostatek času a klidu. Jen za jedním respondentem jsem se vypravila do Prahy, vzhledem k jeho časové vytíženosti byl rozhovor proveden v jeho pracovním prostředí, v redakci časopisu.

## 4. Výsledky

Respondenty jsem si rozdělila do dvou skupin:

1. skupina: osoby s disabilitou od narození (respondent 1, 2, 3)
2. skupina: osoby s disabilitou získanou (respondent 4, 5, 6)

Vyznačila jsem sporty, kterým se osoby věnují nebo by se chtěli ještě do budoucna věnovat či vyzkoušet.

**Tabulka 1, sporty respondentů**

	Provozované sporty	Sporty v budoucnu
Respondent 1	Curling, florbal (občas)	
Respondent 2	Speciální program Olgy Šípkové pro vozíčkáře	Plavání
Respondent 3	Boccia	
Respondent 4	Jezdectví, vodní a zimní lyžování, hanbike	Golf
Respondent 5	Veslování	Paragliding
Respondent 6	Potápění, zimní lyžování, kanoistika, skok budgee	Tandem seskok, paragliding

Tabulka 1 ukazuje, že respondenti se získanou disabilitou jsou víc aktivní, mají širší okruh sportovních činností, nebojí se provozovat adrenalinové sporty. Jsou soustředěni ve sportovních aktivitách na rychlost pohybu.

Analýzou rozhovorů jsem vytvořila pět kategorií: vztah k pohybu, proč sport, negativa, začátky sportování, rodina. Rozhovory s respondenty jsou přeepsané v původním znění. T znamená tazatel, R znamená respondent.

**Respondent 1:** muž, 33 let, z Prahy, od narození paraplegik, ženatý, za pár měsíců očekává s manželkou první dítě, zaměstnaný, výkonnostní sportováním, dříve šachy, stolní tenis, nyní curling a občas florbal

**Stimulační fáze:**

**T:** Dobře, tak jo, tak děkuji, jseš moc hodnej. Já bych Tě poprosila, jestli bys mi mohl říct něco o Tobě, vlastně kolik Ti je, čím se zabýváš?

**R:** Tak jmenuju se...., narodil jsem se v roce 1979 v Praze a stalo se mi to, že při porodu došlo k poškození míchy, takže jsem od narození na vozíku, paraplegik. (...) No vyrůstal jsem v docela normálních podmínkách bych řekl a díky tomu, že vlastně moje rodina, rodiče, ségra a vlastně i ta širší rodina mě vždycky brali tak jako normálně, já jsem jim za to moc vděčnej, takže jsem vychodil základní školu (...) jak se blížil druhý stupeň, že se začneme stěhovat z učebny do učebny a paní ředitelka, která tomu nebyla vůbec nakloněná a v podstatě tehdy té mojí třídní učitelce, což byla začínající pedagožka, teda mladá, tak řekla, že to dělá na vlastní triko, tak v podstatě naši se rozhodli, že bude lepší, když budu teda už na ten druhý stupeň do Jedličkova ústavu v Praze (...) tam jsem potom z deváté třídy udělal přijímací zkoušky na běžný gympl, na gymnázium Opatov, čtyřleté tedy že tam jsem potom chodil do běžné školy ačkoliv, tím že jsem měl tu zkušenost z toho prvního stupně a v podstatě jsem vyrůstal mezi kamarády na chalupě, kteří byli jako normální, tedy bez postižení, tak mě to ani nepřišlo ňák jako zvláštní, že jsem v běžné škole, né mě to přišlo jako normal, ba naopak já tenkrát, když jsem měl jít do tý Jedle, tak jsem se rozčiloval, že tam mezi ty divný děti nepudu a pak to bylo úplně v pohodě, líbilo se mi tam, (...) pak jsem po tom gymplu šel na pedagogickou fakultu, tu jsem vystudoval tady v Praze, normálně učitelství dějepisu a občanky, pro druhý stupeň a střední školy. Tehdy mi pár lidí při těch přijímačkách říkalo, proč jsem nešel na speciální pedagogiku, když jsem na tom vozíku a mě to trochu jako zlobilo, protože jsem si říkal co to jako je za model, že automaticky, protože je člověk na vozíku, tak by měl jít dělat speciální pedagogiku (...) člověk začne hledat práci a v té době jsem využil kontakt, který jsem měl ještě v Jedli (...) shodou okolností tam ve čtvrtém ročníku na gymnáziu studoval kámoš, se kterým jsem se znal z Jánských

lázní, (...) on mě tenkrát vlastně řekl, že odchází občankář a jestli bych se tam nechtěl ucházet o místo, **tak jsem tam vlastně přišel do Jedle** a myslel jsem si, že je to jenom na chvíličku, na částečný úvazek než dostuduji a už je z toho 10 roků, **učím tam a dělám tam taky něco jako mediálního koordinátora**, (...) dělám redaktora, píšu do toho měsíčníku a jak jsem říkal, že jsem nechtěl mít s tématem lidí s hendikepem vůbec nic společného, tak v podstatě skoro všechno, co dělám, tak s tím nějak souvisí (...) bych taky neměl zapomenout taky, že jsem se taky mezi tím oženil a že teďkon čekáme s manželkou první dítě.

### **Vyprávění:**

**T:** Dobře, mohl by ses teďkon zaměřit na období nebo spíš na ten sportovní život?

**R:** Dobrá, tak jestli se to dá zařadit jako sport, tak **jako úplně první jsem asi začal hrát šachy, to mě naučil tatínek, někdy kolem 5., 6. roku života, takže potom vlastně když jsem po nějaké době nastoupil do té Jedličkárny, tak jsem se tam hodně věnoval šachům, hodně jsme se tam také věnovali stolnímu tenisu**, ale jenom jako na takové úrovni prostě pro zábavu v podstatě, i když s těmi šachy jsem pak objížděl různé turnaje (...) když mi bylo nějakých 13 let zhruba, tak jsem vyhrál ty celorepublikové hry, ještě to bylo vlastně Československo, to se konalo tenkrát v Bratislavě, (...) **jako když kluci někde běhají po parku, tak takhle sme se honili na vozíku, naučil jsem se v Jánských lázních plavat**, to vlastně ještě když jsem zmiňoval, že jsem chodil na tu běžnou základní školu, tak k nějaké té třetí třídě tehdy bylo běžné, že se chodilo povinně plavat s tou školou, tak to si pamatuju, že jsem měl radost, že už v té době jsem vlastně s těmi ostatními spolužáky mohl normálně v tom bazénu plavat, nepotřeboval jsem žádný kruh, dokonce mě těšilo, že někteří ještě plavat neuměli a já už jsem to uměl, tak to bylo hezké. No tak plavání jsem se nikdy závodně nevěnoval, ale vždycky mě bavilo. No potom, **když jsem opustil Jedli, tak po hříchu jsem v podstatě se sportu přestal věnovat, protože tam v tý Jedli byly na to podmínky**, tam jsem se mohl měřit v tom sportu s těmi ostatními spolužáky a kamarády a **ztratil jsem trošku ty kontakty na tu komunitu lidí s hendikepem**, tak jsem šel spíš tou dráhou, nechci to nazvat jako vznostně, jako intelektuální, ale prostě sport v tu chvíli přestal být důležitý (...) sme občas jako třeba

s rodinou hráli na chatě bedbinton že jo, vždycky mě ty sportovní ňáký aktivity bavily jako ve volném čase. Ale pak, když jsem přešel do Jedle, tak jsem zjistil, že existuje curling vozičkářů, mě to jako úplně ten sport fascinoval už od olympijských her v Nagánu, od zimní olympiády, kdy se vlastně objevil curling (...) podle mě curling buď lidi fascinuje a nebo je vůbec nebaví a mě právě fascinoval, no a přišel jsem do Jedličkova ústavu, kde funguje sportovní klub Jedličkova ústavu Praha a jeho šéf je velice zajímavá postava (...) no a mi jsme se tak jako skamarádili docela a já jsem mu říkal, že mě baví ten curling, že by mě zajímalo, jsetli to vůbec někdo hraje na vozíku, a to byla jenom taková akademická diskuze nebo já jsem to jenom tak jako nadhodil, no a on říká: „Vždyť mi chodíme trénovat curling na vozíku.“ A já jsem úplně byl fascinovanej nejenom, že to vůbec existuje na vozíku, ale že vlastně přímo hned vedle mě se najednou objevila možnost to hrát, no tak jsem hned šel na první trénink jak byla první příležitost,(....) No takže já jsem do toho vstoupil v nejhodnější dobrou dobu, protože to fakt začínalo ten sport, bylo pár lidí, kteří chodili trénovat, ale ještě se to nehrálo jako podle pravidel, spíš to byli takové dovednostní soutěže (...) ale jistě začal vznikat ten sport podle jako mezinárodních pravidel, protože ta pravidla curlingu vozičkářů se zase až tak neliší od těch běžných. A najednou se začaly hrát zápasy, prostě sestavily se družstva mezi sebou a to už nás bavilo ještě víc. No a pak vznikla reprezentace, začali jsem sbírat první zkušenosti (...) pak jsme dokázali jako o rok pozdějc už i někoho porazit, mi jsme porazili Kanadu, což byli v tý době aktuálně mistři světa jo (...) jsme začali sbírat ty mezinárodní zkušenosti a baví nás to a bavilo nás to víc a víc, (...) v roce 2011 tady v Praze bohužel skončili poslední, sestoupili jsme a už se nám zase nepodařilo postoupit zpátky a přišli jsme tím vlastně už o dvě paralympiády, takže jsme už prošvihli dvě paralympiády (...) teď jsme si v listopadu vlastně zavřeli, tím že jsme opět nepostoupili, zavřeli brány i do Soči no.

### **Otázky:**

**T:** Můžeš mi říct, co ti pozitivního a negativního ten sport přináší?

**R:** Tak jednoznačně převažují ta pozitiva jako, kdybych měl, abych nekončil pak negativně, tak když začnu negativy, tak trošku to stojí čas, který člověk občas jako



hledá, samozřejmě tím odsune na druhou kolej něco jiného, čemu by se třeba taky rád věnoval, teď uvidím jak to bude až se nám narodí to dítě jo, to vlastně ještě v tuhle chvíli nedokážu říct, já furt doufám, že třeba tomu curlingu to nějak neuškodí, protože pořád tam mám ten cíl, že na tu paralympiádu bych se chtěl dostat no, tak negativa ještě, mě se tak třeba nedotýká díky tomu, že jsem z Prahy, tudíž nějaké dojíždění a finance, ale vim že kamarádi, spoluhráči a spoluhráčky co jezdí třeba z Trutnova, z Hradce Králové, z Velkého Meziříčí, tak ty to stojí dost peněz, energie, tak to je takové negativum, že ubývá těch peněz v tom sportu a čím dál tím víc dochází k tomu, že musíme mít nějakou spoluúčasť nebo si i schánět peníze přes sponzory (...) ale jinak ten sport sám o sobě to ne, tak jinak někdy jsou negativní emoce, ale tak to samozřejmě ať už je to nějaké jako prohrané utkání anebo třeba i nějaký nesoulad v rámci mezilidských vztahů, protože to se vždycky stane, ale dá se s tím samozřejmě vypořádat, je to normální a kdyby to nebylo, tak to není asi normální no, ale v tom týmu jako panuje fajn atmosféra, je to kamarádské a to mě baví no, jednak ten sport samotný, jednak to, že se člověk někde podívá, že začátku to bylo jako o tom, že jsem to bral jako zábavu a možná od chvíle, kdy jsme to začali brát víc vážně nebo i já, tak jsem možná začali víc tlačit na pilu a od té chvíle to tolik nešlo asi, protože ten curling je hodně o psychice no a když člověk jako moc chce, tak to možná tolik nejde (....)

**T:** Když jsi byl malej, tak Tě rodiče podporovali a teď Tě podporuje i nová rodina?

**R:** Tak rodiče mě určitě podporovali, hlavně tatka, protože on byl taky jako docela sportovec vždycky, maminka tam spíš měla někdy strach, třeba plavání v moři k bójce, to jí úplně dobře nedělalo teda a samozřejmě, že tak maminky bývají takové jako víc starostlivé, tak měla strach, aby se mi něco nestalo, ale jako nikdy mě v tom nebránila a oba mě jako v tom podporovali. No manželka ta mě v tom taky nějak nebrání, ale zase že by mě nějak extrémně do toho strkala, to se říct nedá, třeba vůbec nechodí na moje zápasy, jí to nezajímá, ale mě to nevadí jako že jo prostě, vim, že můj tatínek se jí vždycky ptá a Katko přijdete se podívat jako a pak je takovej jako trochu zklamanej, že vona nechce, že jí to nezajímá, tak už se s tím trochu smířil, protože tatínek je naopak jako velký fanoušek, ten nám chodí na všechny utkání domácí, no tak podpora ano nebo při nejmenším v rámci teda rodiny nové řekněme od manželky né odpor, tak.

**T:** A manželka je taky nějak sportovně založená?

**R:** Tak manželka je ráda, tak asi ze sportů bych řek jsou procházky se psem, ale vim, že ráda lyžuje taky, když je příležitost, což já bych teoreticky s ní mocht taky, ale já tu monoski moc ne, protože já se bojím, já mám lámavou nohu a já se bojím pádů z tý monoski jo, takže nechci riskovat nějaké dlouhé srůstání po čtyřech zlomeninách jako v dětství, už si na tu nohu dávám pozor, vyhýbám se nějak moc kontaktním sportům, mě by se třeba líbil i basket na vozíku, ale to je hodně kontaktní, občas si s kamarády, jsem vlastně zapomněl na začátku, si zahraju florbal, jen tak rekreačně, protože v Jedličkově ústavu v tělocvičně probíhají tréninky nebo i v rámci soustředění letního, co máme curlingové, tak si jako taky zahrajem florbal mezi sebou na vozíku, tak to jo, ale určitě né na nějaké výkonnostní úrovni, ten curling ten mi vyhovuje, ten je takovej, tam je jediný kontakt co člověk má, tak je jedine s tím kamenem, no a to se musí jako uhnout, když si dá pozor, tak se mu nic nestane, (...) ale tak to asi při každým sportu se něco může, ale si myslim že ten curling je minimálně rizikový, ani pády moc nehrozí že jo, to spíš zdravý člověk uklouzne na ledě, mi jak máme ty čtyři opěrné body tak to je v pohodě

**T:** A ještě se zeptám na ty mistrovství nebo ty vyšší závody, je třeba vyšetření od doktora nebo jak je to?

**R:** No tak mi protože hrajeme ligu, kde nastupují týmy né jako reprezentační, ale jako klubové, tak vlastně náš klub od nás požaduje každý rok zdravotní potvrzení, že můžeme sportovat a tak dále a to je potřeba i pro start v té lize teda. (...) ono nás to tady v Český republice hraje, když teda přeženu a započítám do toho ty lidi co se tam jednou za čas jako objevěj, tak třeba 30 lidí, reprezentaci tvoří 5 lidí jako jo, takže docela velká šance se do reprezentace dostat a mi jsme třeba ještě jako povinně u curlingu vozíčkářů řekli, že musíme být mix, že musí být kluci i holky v tom týmu jo, to je z toho důvodu, že samostatná soutěž žen a samostatná soutěž mužů by neměla dostatečnou zásobu lidí, hlavně ty holky jo, těch to hraje výrazně míň a sehnat takovouhle holku

**T:** A proč si myslíš, že ty holky to hrajou jako míň?

**R:** Tak jako ty argumenty co jako ty lidi často říkaj proč se tomu nechtěj věnovat, tak je že je jim zima, hlavně holky to říkaj, že je jim zima a zase řada kluků říká, že jim to

není dost akční teda, i když on to je adrenalin docela slušnej, i když je to o tom napětí, jak hodit ten hod, já bych tohle to přirovnal k lukostřelbě trochu, jo protože tam jde o tu koncentraci a tím jedním hodem nebo tou jednou střelou se to dá všechno vyhrát, ale i pokazit, je to víc než o výkonech fyzických, tak bych to přirovnal k těm sportům na koncentraci, (...) není to zas tolik o té fyzice, je to spíš o té psychice a koncentraci a zkušenostech, protože ten led se mění a člověk se musí naučit přizpůsobit se tomu ledu, přizpůsobit se tomu, že každý soupeř používá jinou taktiku, takže je to hodně o taktice a koncentraci no. Takže dryl, trénovat, trénovat, mít to naházeno v té ruce, no a **bohužel tam narážíme na to jako reprezentační tým, protože jsme složený ze 3 klubů, z Prahy, Velkého Meziříčí a Nového města nad Metují (...)** oni musí přijíždět sem, abychom společně se sehráli, tak to je jednou za týden 2 hodiny a pak máme ještě 2 hodiny klubový trénink, což podle mě to je jako málo potřebovali bysme víc (...) je fajn, že tenhle projekt jako funguje už druhým rokem, ale mám malinko obavy o finance no, jak to bude dál, tak snad se to udrží, no a právě hodně mluví ti lidé, co sem dojíždějí v rámci české republiky na ty tréninky o tom, když vlastně nedostávají peníze, tak je ta cesta z Trutnova přide na několik set, no 2 hodiny jedou sem, pak 3 hodiny jsou na ledě, oni si daj většinou ještě trénink před tím, když už sem jedou, pak teda máme ten společný reprezentační, pak zase jedou ty 2 hodiny zpátky a stojí je to peníze, čas, energii, tak mám malinko obavy, aby u toho všichni vydrželi a tím, že je to týmový sport a ty zkušenosti se sbírají roky, tak jako každý člověk, kterej by odešel z týmu, tak by byl strašně znát, protože by trvalo měsíce, né-li léta, než by se dopracoval na jeho úroveň někdo, (...) protože tím, že je tam podmínka, aby tam byla i ta slečna, tak v případě, že je nemocná, tak mi jsme v pasti, takže potřebujeme tam mít náhradnici, jsou tam dvě slečny a tři pánové jsme tam s nimi, to je příjemné pravidlo, mě se to líbí no. A jinak tady v rámci České republiky ještě asi nejvíce se hraje vozíčkářský curling teda v tom Trutnově (...)

**T:** Jak to máte s financováním jako reprezentace?

**R:** Mi patříme jako pod sportovní klub Jedličkova ústavu a vlastně ten curling celej skoro pod Spastic handicap, což byla jedna z těch třecích ploch (...) Nějak se to urovnalo, aspoň na té formální bázi, jestli to skutečně utichlo to nedokážu říct, já

do toho nevidím (...), právě ty z toho Trutnova jsou pod ČATHS (Česká asociace tělesně handicapovaných sportovců) a že tam vždycky dochází k přefakturování těch nákladů, že vlastně tu reprezentaci financuje ten Spastic Handicap, ale ty peníze, které vlastně zaplatí za ty hráče za ČATHS tak se fakturují potom tomu ČATHS, stejně tak se rovným dílem dělí podíl za plat na trenérce, protože nás trenérka trénuje jako reprezentaci, takže je tam 5 lidí, z toho dva lidi nejsou pod Spastic Handicapem, takže se vlastně dvě pětiny peněz za tu trenérku účtují tomu ČATHS přes ten Spastic, ale ten Spastic je ten hlavní, ten organizuje tu ligu a ten curling v podstatě zaštituje z velké části, no ale tak ty peníze (...)

**Tabulka 2, shrnutí zásadních informací respondenta 1, zobecnění**

<b>Liminalita</b>	Vrozené zdravotní postižení, paraplegie při porodu – nástup do Jedličkova ústavu jako zaměstnanec
Vztah k pohybu	Pozitivní vztah ke sportování, s kamarády (zdravými i postiženými) provozoval různé sportovní aktivity ve volném čase. Pobyty v Jánských lázních Nyní se vyhýbá kontaktním sportům ze strachu poranění nohy <i>...mám lámavou nohu a já se bojím pádů...</i>
Proč sportuje	Pro zábavu, dobrou partu lidí, fascinaci typu sportu, pro výkon a účast na paralympiádě, minimální rizikovost, vycestování a podívání se někam, gender vliv <i>...mě to jako úplně ten sport fascinoval...ten curling je minimálně rizikový...fajn atmosféra, je to kamarádké a to mě baví no...člověk někam podívá... ..musíme být mix, že musí být kluci i holky v tom týmu...to je příjemné pravidlo, mě se to líbí no... ...ze začátku to bylo jako o tom, že jsem to bral jako zábavu ...to byli takové dovednostní soutěže...A najednou se začaly hrát zápasy...velká šance se do reprezentace dostat...na tu paralympiádu bych se chtěl dostat...</i>
Negativa	Finance a čas a s ním provozování tréninků <i>...mě se tak třeba nedotýká...nějaké dojíždění a finance...ale vím že kamarádi, spoluhráči a spoluhráčky co jezdí...ty to stojí dost peněz, energie... ..trošku to stojí čas, který člověk občas jako hledá...</i>
Začátky sportování	Po nástupu do zaměstnání Jedličkova ústavu <i>...když jsem přešel do Jedle jsem zjistil, že existuje curling vozíčkářů...tak jsem hned šel na první trénink, jak byla první příležitost...</i>
Rodina	Rodiče ho vedli ke sportu od mala. S manželkou by mohli lyžovat, ale vzhledem k riziku úrazu a těhotenství nesportují
<b>Stigma</b>	Obava z budoucna, jak narození dítěte zasáhne do jeho sportovní kariéry <i>.....furt doufám, že třeba tomu curlingu to nějak neuškodí...</i>

**Respondent 2:** žena, 25 let, s dětskou mozkovou obrnou, z menšího městečka ve středních Čechách, zaměstnaná na vedoucí pozici, dálkově studující, **plavání, nyní pravidelně cvičí ve speciálním programu Olgy Šípkové pro vozíčkáře**

**Stimulační fáze:**

**T:** Dobře tak jo, mohla bys mi říct jen tak v rychlosti kolik Ti je, jestli pracuješ, od kud pocházíš, kde bydlíš?

**R:** Jo tak, vystudovala jsem obchodní akademii ve Vlašimi, obor ekonomika a podnikání, potom jsem se dostala na vysokou školu finanční a správní, na obor Veřejná správa, kteréj jsem po třech letech zakončila, nicméně mi to nestačilo, tak jsem šla na magisterský program, kde studuju marketingovou komunikaci, je mi 25 let, rok pracuji v Americké firmě v Praze, na pozici podpora obchodních oddělení a **sportu se věnuju plavání, už teda ne závodně, protože to bohužel z časových důvodů nejde, ale udržuju se v kondici**, protože to je hodně náročný, tak abych mohla fungovat.

**Vyprávění:**

**T:** A mohla bys mi teď začít vyprávět ten Tvůj život, co se Ti všechno přihodilo úplně od začátku, od dětství a až do současné doby? Nepospíchej, všechno pomaličku, jakýkoliv detaily jsou pro mě důležité.

**R:** Dobře, tak narodila jsem se předčasně, tuším někdy v 8 měsíci, kdy mi až **ve 3 letech zjistili, nějaký odborník, že mám dětskou mozkovou obrnu, tak mamka se mnou cvičila vojtovu metodu. Strašně moc často, asi dvakrát denně nebo třikrát dokonce.** Do nákejch 10, potom jsme chodili na akupunkturu, potom nějak špatně pravděpodobně cvičili vojtovu metodu, tak se odešlo za lékaře do fakultní nemocnice v Motole, to znamená někdy od 6 let, kdy první operaci mi udělali, vlastně Achilovky, veškerý podkolenní šlachy, adduktory, potom vlastně následovala léčba v Jánských lázních, vždycky si tak myslím, že 6 až 8 týdnů, ale tyhle operace pokračovali až do nějakých 17 let, pravidelně každý rok jsem měla, to co sed dalo odoperovat, tak se odoperovalo. My vlastně po tu dobu co jsme tam jezdili do toho Motola, tak jsme získávali postupně ohromný přátelství v doktorech, protože nikoho tam takhle moc neoperovali vlastně jako mě. Já

jsem dětství v podstatě neměla, protože jsem byla furt v Motole, Motol, Jánský Lázně, Motol, Jánský Lázně. Teďka sedím na vozejku, ale to sedím na vozejku proto, abych se mohla jakoby víc a líp pohybovat, ale normálně chodím o francouzských holích, na nohy jsme se postavila v 8 letech, to jsem měla takový oblouky, kozičky a postupně jsem přešla na francouzský hole, nejdřív jsem měla francouzský hole s těma bodákama dole, a když mi bylo 12 let, tak jsem tancovala na Kelly family a začala jsem křičet, že stojím a moje mamka, která zrovna vařila, tak povídá: „Ty kecáš“. Já jsem jí řekla, že neklám, tak došla jako honem a to, tak se málem zbořil svět, protože já jsem v tu dobu přešla na francouzský hole normálně, no a pravidelným cvičením, jógou a posilováním jsem prostě tělo vypracovalo, tak jak se prostě vypracovalo. Jsem tady byla na pobytu, jsem tady potkala Štěpánku Foxovou, protože mamka je její spolužačka ze základky tuším, a tak mi vyprávěla o kontaktu bez bariér v Praze, tak jsme začali jezdit tam. Mamka totiž s taťkou mají firmu a mamka tam mohla kdykoliv vodejít jo, prostě taťka se bez ní obejde jo, takže kdykoliv, cokoliv já jsem řekla, tak jako se jelo, protože prostě zjistili, že mě to najednou hrozně funguje to plavání, tak prostě by sjezdili půlku světa, abych se cejtila dobře jo, na tohle je taťka dobrej jo, kdyby moch, tak mi zaplatí cokoliv, abych se prostě postavila a šla jo. Tam jsem potkala Honzu Nevrlu, 3 roky jsem byla pod jeho vedením, nicméně se nám podařilo udělat kontakt bez bariér tady v Kladrubech, takže pravidelně jsem jezdila sem na dvoufázový tréninky od 6 a od 5, a potom i díky Štěpánce jsem se dostala na závody po celý republice, no a vlastně na tom jsem takhle vystudovala tu mojí střední školu, že jsem moc ve škole nabyla, ale nicméně se to nějak podařilo a začala jsem zjišťovat, že mě to hrozně psychicky nabíjí, protože mi to dalo vytrvalost, bojovnost a to si myslím, že to můžu použít v normálním životě, že už mě spousta životních situací, tak nevykolejí a že spousta situací řeším s klidem, jo že i přesto, že teďkon už nemám jakoby plavání závodně, ale ňákou tu udržovačku, tak to jde funguje všechno tak, jak má, a teďka už 5 rokem vlastně jsem na vejšce, to nešlo skloubit s vejškou, protože mi jsme měli výuku třeba od sedmi, to fakt jako nejde a jestli jsem měla hrát na povinný a nepovinný přednášky to fakt nešlo, protože jsem vozejčkář a mě si pamatovali všichni, že tam nejsem a potom jsem to dostala spočítáno u zkoušky, takže to jsem si fakt nemohla dovolit, první semestr jsem

ještě jakž tak se to snažila udržet, i když mi to bylo spočítáno v zimním semestru. Všichni si myslí, že když jsem nastoupila do práce, že za chvíli mi tělo zkolabuje, že to nevydrží, protože já pracuju v ohromný firmě pod hrozným stresem, ale já už ten stres jako neberu já jsem prostě v klidu, řeším situace každodenní, né zrovna lehký, ale s čistou hlavou a to si myslím, že mi dalo plavání a doufám, že v Praze najdu nějaký úžasnej bazén, kde nebude nikomu vadit, že jsem na vozíčku, protože když jsem se teď kon ptala, tak nebo se ptám po Praze, tak oni mi řeknou: „Vy jste na vozejku, mi vás vzít nemůžem.“ A já říkám: „Jak to?“ A ono to kvůli bezpečnosti. A já říkám: „Ale já nepotřebuju nikoho k sobě, já už vim, jak to prostě zvládnou, sílu mám.“ A ne, nevezmou mě, tak jsem to zkoušela za měsíc do toho plaveckýho bazénu znova a pani mě poznala, takže tohle to potřebuju teď kon nejvíc vyřešit, protože vim, že fakt mě to dobíjelo, já jsem po tom co plavu, tak nemám spasmy, neexistuje spasmus u mě jo a to neberu žádný prášky, bez jakýchkoliv prášků já existuju normálně, když mě něco bolí, tak spíš se snažim tou přírodní léčbou a myslim si, že spoustu věcí je o psychice, pokud poznám ty správný lidi a budu se věnovat nějakému sportu, tak si myslím tohle to existovat může jako takhle člověk na vozejku a bez jakýchkoliv, třeba jako s dopomocí, neříkám že bez jakýkoliv to ne, ale s dopomocí se ten život na vozejku dá zvládnout, i když není jednoduchej. Já nevim, já jsem, asi tím jak mě mamka furt bičovala, furt musíš, musíš, musíš, tak já jsem se tak vybičovala, že v práci mě musej taky krotit jo, protože chci bejt jako furt lepší a lepší, ale už zjišťuju, že už nemůžu, že už je to ten nejvyšší strop, ale že prostě takže musím zvolnit. Pravidelně cvičím dvakrát týdně u Olgy Šípkové ve speciálním programu pro vozíčkáře. To mi doporučila kolegyně, že tam mám zavolat a že tam chodí na nějaký kurz a já jsem tam zavolala a oni mi řekli, že spolupracují s Jedličkovým ústavem, a že zrovna vymýšlí nějaký program pro handicapovaný, protože tam jich je hodně a že jsou si jistí, že ta částka, která se tam platí za měsíc, což je nějakých 6000,- tak, že je strašně moc pro nás, tak že šli na půl no, máme to za 3000,- úplně v pohodě jako no a chodim tam dvakrát v týdnu, protože prostě se musím udržovat, já když nestíhám plavat nebo cvičit, tak mi to svalstvo strašně tuhne a hlavně mi odcházej ruce a ruce potřebuju na všechno, tak prostě musím něco dělat, posilovat, plavat a chci se vrátit prostě zpátky do té formy, co jsem měla, protože byla neskutečně



dobrá, já jsem se smála furt a furt mi připadalo všechno jednodušší. Prostě musím bejt aktivní, abych nemusela přemýšlet nad blbostma, proč zrovna já a tak, to jsem tohle období měla zhruba od nějakých 15 let do 18 let, když jsem i obviňovala mamku, že blbě porodila a tak. Protože já jsem vlastně vyrůstala v pokoji o čtyřech stěnách a mamka mě nikam nebrala, tak jako brala jednou denně na nějakou vycházku a na plavání a to bylo všechno. Oni třeba chodili na diskotéku a začínali mít první lásky a já jsem prostě byla doma. No a to bylo první, co jsem začala proč prostě já ne, proč jsem jiná. Tak jsem furt chtěla se z toho dostat

### **Otázky:**

**T:** Takže, když to zhodnotíš takhle, co Ti to všechno přineslo, pozitivní a negativní, jestli je něco negativního?

**R:** Negativní asi ne, a pozitivní bez zdravotních problémů. Od té doby, co mám ten sport nejsem nemocná, tu bojovnost, soběstačnost, houževnatost a cílevědomost. Prostě když si dám něco do hlavy, tak to dokážu a to začalo závodama a je to i v běžném životě. Když jsem v 18 přišla na to, že nelze žít život jenom mezi čtyřma stěnama, že by to chtělo změnu, tak rodiče měli pocit, že já jsem prostě zdrhla a že mě nemaj pod kontrolou a tak, ale v rámci možností, nemůžu s nima bejt každý týden, to prostě nejde, ale těch 14 dní, 3 týdny ten odstup je normální, když mamka potřebuje, tak sedne do auta a jede za mnou na ten Chodov a podivá se jestli žiju a tak, je pravda, že se musíme prozvánět, když přijdu z práce, že jsem v pořádku

**T:** Hele a před tím jsi říkala, že jste jezdili do Prahy na ten Bb kontakt, teď tam není?

**R:** On je na Praze 6, kde já se špatně dostávám, protože tam to není bezbariérový to metro, kde bych potřebovala přestoupit a to je tak 3 hodiny cesty pro mě, jo já musím mít veškerou cestu naplánovanou na minuty, pro mě není problém se třeba dostat na Prahu 1, ale tam jde o čas a nemůžu si z práce dělat holubník, já musím prostě plnit, i když mám u sebe prostě telefon, notebook, ale nemůžu se ve dvanáct sbalit, že jdu ve 4 cvičit a musím se dostat na Prahu 6 na Strahov že jo.

**Tabulka 3, shrnutí zásadních informací respondenta 2, zobrazení**

<b>Liminalita</b>	Vrozené zdravotní postižení – plavání jí pomohlo překonávat nejtěžší období, kdy si nejvíce uvědomovala svoji odlišnost
Vztah k pohybu	Od mala pravidelné cvičení k vylepšení zdraví... <i>mamka se mnou cvičila vojtovu metodu...</i> cvičila Jógu, posilovala, léčebný a rekondiční pobyty v lázních
Proč sportuje	Plavání jí zvýšilo sebevědomí ... <i>tu bojovnost, soběstačnost, houževnatost a cílevědomost. Prostě když si dám něco do hlavy, tak to dokážu a to začalo závodama a je to i v běžném životě... já jsem se smála furt a furt mi připadalo všechno jednodušší...</i> Upevnilo imunitu, odstranilo spasmy ... <i>od té doby, co mám ten sport nejsem nemocná,...</i>
Negativa	Nyní z pracovních a studijních důvodů nemá čas <i>...už teda ne závodně, protože to bohužel z časových důvodů nejde, ale udržuju se v kondici... ... první semestr jsem ještě jakž tak se to snažila udržet...</i> V důsledku osamostatnění nemůže využívat bazén, do kterého jí dříve maminka dovážela. Chce se vrátit k pravidelnému plavání, ale kvůli zaměstnání, bariérovosti v dopravě a odmítavému postoji ve vyhlédnutém bazénu má potíže
Začátky sportování	Plavání – fyzioterapeutka v rehabilitačním ústavu speciální program Olgy Šípkové pro vozíčkáře – kolegyně z práce
Rodina	<i>...prostě by sjezdili půlku světa, abych se cejtila dobře...</i>
<b>Stigma</b>	Osamostatnění se od rodiny. Chtěla by opět začít pravidelně plavat, ale pro bariérovost a časové obtíže se jí nedaří najít vhodný bazén <i>... doufám, že v Praze najdu nějakou úžasnej bazén, kde nebude nikomu vadit, že jsem na vozíčku...</i> Do bazénu, který si vyhlédla pro možnou realizaci k návratu, volala..., <i>Vy jste na vozejku, mi Vás vzít nemůžem. " ...ono to kvůli bezpečnosti...</i>

**Respondent 3:** muž, 24 let, z Vysočiny, žije v Praze, s dětskou mozkovou obrnou, výkonnostní sport, bez zaměstnání, vzhledem k postižení špatně mluví, pro případ ujasnění byla u rozhovoru také jeho přítelkyně (P:), dříve **atletika, nyní bocca**

#### **Stimulační fáze:**

**T:** Můžeš mi nejdřív říct něco o Tobě, jak se jmenuješ, kolik ti je, kde bydlíš?

**R:** Jmenuji se..., jsem muž, mám rodinnou školu, protože jsem se nedostal na obchodku kvůli angličtině, bydlím v Praze, už několik let, začínal jsem v Jedličkárně a jsem reprezentant už asi 10 let, jako sportuju už víc než 18 let a ten **sport mě dostal jakoby z vozejku na nohy**, ze začátku jsem vůbec nemoch chodit, zavázat si boty, voblíct se, najíst se, napít, to pro mě bylo hrozný a pak se to otočilo k dobrýmu.

#### **Vyprávění:**

**T:** Hm, tak to je dobře a můžeš mi teď říct něco víc o Tobě, jako od malička až do současnosti, do dnešního dne?

**R:** Tak takhle, když jsem přišel na svět, tak jsem měl omotanou pupeční šňůru, s tím že ještě u mě byl nezkušenej porodník, tak tím se to ještě zdvojnásobilo, ta pupeční šňůra mi přerušila tok do mozku a tím pádem jsem jako ochrnl celej a víc ještě na pravou stranu mi ta koordinace dělá, pravostranná je ještě o třičtvrtě horší než ta levá, no a ještě to vzalo hlasivky a hrtan (...) **potom nastoupil jsem hned jako na rehabilitaci**. Je fakt, že máma, no protože mámě nic neřekli do dvou let a mámě už to bylo divný, že proč se semnou, prostě jsem nebyl schopný pás koníky, že jsem nezvednul hlavu, furt jsem polehával, tak mámě to bylo divný, tak mě vzala k doktorovi, tam určili diagnózu, že opravdu udělali velkou chybu, že to zjistili až po dvou letech, že kdyby to zjistili už tenkrát, tak věřej, že by ta Vojtova metoda mohla leccos zachránit, ale to už bylo pozdě, tak **mě poslali do toho Košumberka**. Tam si nic nepamatuju, protože jsem tam byl sám a malej, jako 6, 7, 8 let, takže toto bodobí si moc nepamatuju, protože máma se mnou nemohla bejt, měla ještě nestarost zbytek rodiny, jako mám dva bráchy, sestru čekala. **Pak jsem nastoupil do Jedličkárny, maminka mě tam odvedla v 6 letech** a byl jsem tam jako (...) To znamená jednou za čtrnáct dní jsem jezdil domů, oni rodiče žijí

na Vysočině. Když nastoupil jeden kamarád (...) asistenta pedagoga a právě jsem mu asi spad do oka, kterej si mě bral domů na víkendy nebo od rána na tejden. A on mě jednou vzal do posilovny, že si jde zacvičit s kamarády, ať doma nejsem sám, tak ať jdu s nim. Ve dvanácti jsem ochutnal první pohyby sportu, jsem si vyzkoušel první cviky, a u toho jsem do posavad' zůstal. A teď si uvědomuju, že mi to nevychází. No asi osmiletěj, to jsem začal i hrát boču, né atletiku. Když teda přišel ten dosavadní trenér v tý Praze, v klubu, tak jsem chtěl dělat atletiku s tím, že jsem se chtěl zvednout z vozejku, nebejt na někom závislej a tak, tak jsem tam chodil pravidelně, dvakrát, třikrát týdně po dvou hodinách. Tam jakoby ten trenér mě učil samostatnosti, s tím, že jsem slejzal z vozejku sám, už tenkrát jsem měl malou tříkolku, kterou jsem si půjčoval, někdy jsem si jí vzal bez dovolení, protože ten kluk na ní moc nejezdil, já jsem si jí půjčoval, než mi jako ten Jedličkův ústav mi nepořídil vlastní tříkolku, tak jsem se pohyboval na jeho a díky tý tříkolce jsem už namoch i koordinaci trupu, že kdybych nedržel trup, tak ležim pod tříkolku. A jak jsem jezdil každej den na ten trénink, jakoby třikrát, kdy se mi chtělo, no prostě každej den tam byl nějakej kroužek, aktivita, v pondělí bylo plavání, v úterý byla ta boča, ve středu zase něco, ve čtvrtek jsem hrál fotbal po kolenou a ten sport mi jakoby posiloval svalstvo jako všechny svaly co mám a díky tomu jsem se jako moch postavit na svoje nohy no. Rok 2001 byl pro mě vrcholem jakoby mistrovství světa na boče Evropy Teplic a to jsem nevěděl, co mám čekat nemám, já jsem tam byl hozenej jako, jak se to mluví (P: no žes tam byl hozenej jako). Přidal jsem tu atletiku s tím, že jsem nechtěl běhat, mi to bylo nabídnuto běhat, protože bych to neudejchal a no nechtělo se mi spíš, protože pro mě bylo akčnější ten hod a vrh a ten rychlej pohyb, jako švih, tak jsem začal trénovat disk, kouli. Byl jsem na obou, v Pekingu a v Londýně. V Pekingu, tam jsem to trochu čekal, že ty výsledky jsem na to neměl a v Londýně, tam ty výsledky byli dobrý, ta disciplíny bohužel to spojili (P: spojili 3 kategorie dohromady, Fanda je vlastně F32 a spojili F32,F33 a F34, a kdyby je nespojili, tak by byl Fanda vlastně druhej a ještě tam bylo 20 atletů vlastně jakoby v rámci 3 medailí a Fanda házel jako první a po prvních deseti sportovců byl jako první, protože hodil hnedka světovej rekord, ale pak ho přehodili ještě vlastně třikrát, nebo čtyřikrát, nakonec skončil vlastně pátej no). No a já jsem byl ještě tejden na tréninku,

jsem si pokazil ty záda, že jsem byl pod práškama proti bolesti a do závodů jsem nastupoval s vervou vítězství (...) v Londýně byla i Pát'a, tak to mi taky dost dalo, když jsem byl první a za sebou mám přítelkyni jako v těch ochozech tam, tak to mi hrozně dalo, tak jsem (...) A druhým pokusem to tam vletělo (P: ty jsi vlastně přehodil svůj rekord o 30 cm, takže jako úplně perfektní výkon). No jsem slyšel jako malý křupnutí v zádech a jak jsem byl pod práškama, tak mi to bylo jedno. Tu atletiku jsem se musel kvůli zdravotním problémům vzdát. Mi doktor napsal stopku jakoby posilování a makání na záda, že tam jako v bedrech jak jsou ty úpony jako, mám v těch bedrech hodně svalů přetrhaných, že se neobnovují, že pořád zůstávají přetržený, takže musím počkat až se ty svaly obnověj. Teď se zaměřím na tu boču do toho Realu, já bych chtěl překvapit sám sebe i ostatní jakoby, vyhrání Bc2. Českéj národ vyhrál několik medailí, bylo nedávno nová kategorie a Bc3 vyhráli taky medaili, ale Bc1, Bc2 ty nikdy nic nevyhráli (P: Fanda je vlastně kapitánem v týmu Bc1 a Bc2 a jako jedinej se dostal v rámci jednotlivců Bc2 na paralympiádu, že tam byl vlastně jako první, máme výbornej tým českéj vlastně Bc4 páry, vlastně Radek Procházka a Leoš Lacina, to jsou který letos vlastně byli druhý no na paralympiádě, třetí teda no, třetí. Takže teďka se spíš soustředí na tu boču, kde je vlastně taky na špičce). Na špičce mezi prvníma 60. (P: No tak jseš mezi prvníma, jseš nejlepší, jseš 16 na světě. Teď vlastně nejbližší akce ho čeká mistrovství Evropy v boče v Portugalsku v červnu a pak hnedka za měsíc jede na mistrovství světa v atletice do Francie).

### **Otázky:**

**T:** Tak takhle když to shrneš, co Ti ten sport přináší jako pozitivního a jestli je i třeba něco negativního?

**R:** Pozitivního je to, co, že mě to osamostatnilo, že mám svůj byt a mám doma čekajícího pejska a mám zdravou přítelkyni už 4 roky (se seznámili na soutěži, přítelkyně dělá rozhodčí bocci) a mám takovej život, kterej jsem si přál, jako málem jsem si myslel, že opravdu zůstanu v tom ústavu do smrti a to jsem nechtěl no, chtěl jsem mít svoje věci, svoje vybavení bytu, všechno moje a toho jsem dosáhnul, docílil a největší cíl sportovní bylo dosáhnout paralympijský medaile. Na tý boče tam sem to

trochu i podcenil, tam ty cíle mohly být vyšší, mohly bejt víc tréninku a je pravda, že jsem byl víc zaměřenej na tu atletiku a se zdravotníma problémy zad to dopadlo tak jak to dopadlo. **Vůbec toho nelituju, naopak jsem rád, že jsem mocht reprezentovat, ale štvě mě teďka jakoby neschopnost.** Já nevim, ta boča může bejt do smrti, není náročná fyzicky, tu atletiku uvidim kvůli zdraví a trenér mi ještě dává 4 roky, tak se uvidí co bude. **A já nevim, protože ten sport je dobrá věc do života, ale ke konci už tomu tréninku tělo ublíží a už jsem i unavenej, zdraví už nejde nahoru, už jde jenom k drobným hranicím, kdy už vejš nemůže bejt a tu hranici překračuje s tím, že si ubližuju, takže nedej bože kdybych blbě hodil, tak mi praskne páteř a můžu bejt BC3 ani nemrknu, že jo.**

**T:** A ještě se zeptám nějaký bariéry, jak se dopravuješ na tréninky?

**R:** Na tréninky jak se mi chce, ale většinou na tříkolce, **ta tříkolka pro mě znamená větší svobodu pohybu**, jak rychlostně, tak i rychlostně (smích). Jedu sám, **předem si tu trasu musim najít, nedělej mi problém eskalátory, autobusy sám**, tam už ty řidiči konečně pochopili, že musej z toho autobusu vylízt a když jedu s přítelkyní nebo s někym, tak ty řidiči víceméně nejsou schopný vůbec, seděj a čekaj, co se bude dít dál, kdybych vážil 110 kilo, tak ti řidiči...že ta mladá holka toho přítele nemusí unýst. Mám přítelkyni a mám asistenčního psa a tam jsme si vyměnili role (smích), více tomu psovi pomáhám já

**T:** Je ten sport nějak finančně náročnej?

**R:** Až teď bude náročnej, do posud peníze na ten sport byly, ale tenhle rok nám odkleply spousta příspěvků (P: No jasně, je míň sponzorů a ten svaz vlastně už neplatí všechny závody, takže už teďka jsou různý příspěvky jak na tu boču nebo atletiku, takže si musí peníze shánět sami, ale musíme zaklepat, že většinu peněz jsme zatím vždycky sehnali, jak na soustředění, tak i na závody od sponzorů). Ta konkurence v Čechách dost klesne, protože některý lidi bohužel výsledky nemaj, aby mohli shánět ty sponzory, ti sponzoři půjdou za tím, kdo má výsledky že jo, tak velký procento (...) **my jsme teď na mistrovství Evropy sháněli přes 40 tisíc každej na Evropu a dřív nám to poskytli ty federace spastiků a jak nejsou peníze a tam bude i politický problém, tam byly konflikty a všechno do sebe zapadá. Ty peníze prostě teďkon nebudou a možná dlouhodobě nebudou**

**T:** Společně, tak nějak si taky spolu zaspportujete?

**R:** My tak cyklistiku (P: no jezdíme na kole, Fanda vlastně používá speciální tříkolku tak spolu jezdíme na kole), občas **spolu trénujem i tu boču** (P: No teď poslední době se věnujeme tý boče, protože já vlastně dělám rozhodčí), no a občas vysportujeme i psa, občas když se nám chce, tak jedem na dobrej pohybovou aktivitu na diskotéku.

**Tabulka 4, shrnutí zásadních informací respondenta 3, zobecnění**

<b>Liminalita</b>	Vrozené zdravotní postižení, dětská mozková obrna – nástup do Jedličkova ústavu
Vztah k pohybu	Od mala cvičil ke zlepšení svého zdraví a snaze chodit, léčebný pobyt v lázních
Proč sportuje	Chtěl chodit... <i>jsem se chtěl zvednout z vozejku, nebejt na někom závislej a tak, tak jsem tam chodil pravidelně, dvakrát, třikrát týdně po dvou hodinách...</i> <i>...mě to osamostatnilo...a mám zdravou přítelkyni už 4 roky (se seznámili na soutěži), gender vliv</i> <i>...mám takovej život, kterej jsem si přál, jako málem jsem si myslel, že opravdu zůstanu v tom ústavu do smrti a to jsem nechtěl...</i> Pro výkon, úspěchy <i>...největší cíl sportovní bylo dosáhnout paralympijský medaile....</i>
Negativa	Poranění zad, únava, strach z poškození krční páteře Samostatné cestování <i>...předem si tu trasu musím najít...</i> Finance <i>...posud peníze na ten sport byly...jsme teď na mistrovství Evropy sháněli přes 40 tisíc každej na Evropu a dřív nám to poskytl ty federace spastik...Ty peníze prostě teďkon nebudou a možná dlouhodobě nebudou...</i>
Začátky sportování	Jedličkův ústav – asistent pedagoga, trenér sportovního klubu <i>...pro mě bylo akčnější ten hod a vrh a ten rychlej pohyb, jako švih, tak jsem začal trénovat disk, kouli...</i>
Rodina	Žije sám v Praze, od dětství bydlel v Jedličkově ústavu <i>...jednou za čtrnáct dní jsem jezdil domů, oni rodiče žijí na Vysočině...</i> Gender vliv - s přítelkyní, která je rozhodčí bocci <i>...spolu trénujem i tu boču...</i>
<b>Stigma</b>	Momentální zákaz věnování se atletice pro zdravotní komplikace spojené s přetížením v rámci výkonnostního sportu



**Respondent 4:** žena, 33 let, z Prahy, zaměstnaná v administrativní činnosti, žije s partnerem, nyní na mateřské dovolené, úraz v 25 letech na motorce, paraplegie, jezdeckví, čtyřkolky, vodní i zimní lyže, hanbick, chystá se na golf

#### **Stimulační fáze:**

**T:** Mohla bys mi teda říct něco o Tvém sportovním životě před úrazem, jen tak krátce říct, co se Ti stalo a potom úrazu, jak jsi začala znova. Jestli jsi vstoupila znovu do sportovního života a můžeš to zhodnotit do dnešního dne?

**R:** Hm, určitě, úraz se mi stal ve 24 letech, jsem jela na motorce, vysekala jsem se, vzala sem to do protijedoucího nákladáku a v důsledku toho jsem na vozíčku od svých 24 let, to znamená, teď jsem slavila nedávno svoje osmý narozeniny. Před úrazem jsem sportovala, ale nebyla jsem takovej ten zarytej sporovec do jednoho sportu, ale od každého kousek jsem dělala. Od 14 let jsem jezdila na koních, před tím tam proběhlo iks let něco, že jako tanečky, balet, gymnastika tam taky bejvala nějaká, no a jinak od 15 jsem tancovala společenské tance. Ale čemu jsem se potom i víc věnovala tak to byli právě ty koně, tancování a poslední dobou před úrazem to bylo i aerobik, jinak taky na kolo jsem sedla, nebyl problém, na lyže, v ničem jsem nějak extra nevynikala, ale bylo to hobby, jakoby rekreace. Nejvíc teda pořád ty koně no a tancování. Takže to bylo skvělý, ráda jsem se hejbalá, ale tím úrazem samozřejmě to trošičku, to změnilo, spíš jako druhy sportů.

#### **Vyprávění:**

**T:** Jak jsi přišla k těm všem sportům?

**R:** Spíš, že jsem to viděla u kamarádů, někam jsme jeli s partou a ty koně to třeba bylo úplně od dětství můj obrovský sen a tanečky ty jak jsem začala, tanečky, balet od 6 let asi do 12, 13 let, no to tenkrát rodič, že jo. To bylo ještě Karlínský divadlo, zpěv, tanec, herectví, no prostě jsem toho vyzkoušela docela dost. Nicméně od těch 14ti u těch koní jsem zůstala až do teďka, s tím že samozřejmě už nejezdím tak jako dřív, ale mám to i jako rehabilitaci v podstatě, k tomu se ještě dostanu. Fakt od malička, pořád koně, koně, koně, že jo, ale tenkrát před revolucí nebyla žádná šance, po revoluci se tady ukázalo

pár stájí v Praze a okolí, a bylo to strašnej problém se tam dostat. Tak jsem se tam takovým hrozným, složitým způsobem dostala ve svých 14 letech, protože těch koní bylo fakt nějak málo a prostě já jezdím a byl to fakt takovej boj, bylo to takový nepříjemný, tak jsem potom odešla, kousek za Prahu jsem dojížděla. Tam to bylo už hodně přátelský a tím, že už jsem na těch koních měla už 3 roky odježděno, tak už jsem nebyla úplně začátečník, něco jsem uměla, takže oni už tam byli rádi, že jsem k nim přišla, že nejsem začátečník, že tam něco, že tam kus práce udělám že jo, no a **tady tím úrazem se to úplně změnilo. Tak jsem vlastně zjišťovala, jaký sporty jsou, můžu dělat na té káře, a tenkrát, takhle já jsem vlastně si vybírala rehabilitaci, mohla jsem buď sem Kladruby nebo jsem mohla do Luže, to bylo hned po úraze a vybrala jsem si půl roku v Luži. Právě díky tomu, že tam měli hypošku, říkám si: „Jé koně“.** Jako že to zvítězilo i když to bylo tak daleko, vlastně o kus dál že jo z Prahy, no a **tak díky tomu jsem se možná k těm koním vrátila, protože tam jsem zjistila, že to nějakým způsobem, že to jde a bomba, skvělí. No a pak tenkrát to ještě bylo v nemocnici za mnou přišla ta kamarádka, kterou jsem měla jako nejlepší z koní a říká: „Neboj mi do dvou let si toho koně pořídíme“.** No a mi jsme si ho od mého úrazu pořídily do roka a půl s kámoškou na půl. Takže já jsem jak jsem se vrátila více méně jsem začala chodit ke koním, pak jsme si pořídili toho koně a jsem vlastně i na něm začala jezdit, nechala jsem si dělat nájezdovou rampu na toho koně a bylo to skvělý a vlastně dělala jsem si tak jako sama **na koleni hypošku** a tím, že jsem to cejtla a tím, že jsem jezdila dřív na koni jo, tak jsem k tomu měla blíž a možná jsem věděla, co si k tomu koni si můžu dovolit a co možná od toho očekávat. I když samozřejmě to bylo, to cejtim jinak než dřív, že jo, dvě třetiny těla necejtim, ale i tak jako můžu hrozně moc porovnat jak ta hypoška, že to opravdu něco dává, cejtim že jakmile na toho koně sednu a teda jezdím bez sedla, abych teda cejtla ty svaly z těch zad koní že jo, prostě, aby to bylo dobrý, tak **fakt cejtim, jak mi to úplně nastimuluje ty moje zádový svaly a že se tam zapnou i ty svaly, který vlastně nefungují a tak 20 min sedím krásně rovně** a pak samozřejmě už je to svalstvo, který nefunguje, že jo, jak je ochablý a unavený, takže zase jdu do jakoby do kulata, ale **fakt cítím, že mi to něco dává a že to má smysl a že ta hypoška je skvělá věc.** Takže to vlastně můžu hodně porovnat, protože že jo málo lidí jezdí před a po úraze, takže

skvělý. Mi jsme potom se s tou kamarádkou jakoby ve zlým rozešly, nicméně já v tý stáji jsem zůstala jezdit a jezdím tam koně tý majitelky, vždycky nějakýho vyberem, kterej je vhodnej, on potom jde do důchodu, tak zase jinýho vybíráme víš a no ale dobrý, jsem aspoň nezakrněla u toho jednoho koně a poznáváš jakoby víc těch mentalit těch koní a voni se úplně ke mně chovaj jinak samozřejmě než dřív, vidí že jsem brouček raněnej, tak se ke mně chovaj prostě fakt krásně. Né samozřejmě všechny, některý jsou taky svině, že jo samozřejmě no a ale dobrý no. A jinak jsem vyzkoušela ještě, no po půl roce, co jsem se vrátila z tý rehabilitace, tak jsem šla rovnou do Paraplíčka a tam byl akorát tejdenní sportovní kurz, docela krátce potom v létě. Tak jsem si vyzkoušela, já nevím tenis, vyzkoušela jsem si šipky, střílení a zase hypoška tam taky byla, co tam bylo plavání a ještě potápění, fakt jako hodně, mraky sportů od každýho kousek, bylo to fajn, ale tak ty koně pořád. No a potom s Paraplíčkem jsem jezdila na sportovní kurzy třeba v zimě, víš jako na monosky, takže lyžuju, tak jakože né skvěle, protože se dostanu tak jednou, dvakrát na lyže, ale je to skvělý i to se dá, no a s Paraplíčkem dál jsem potom zkoušela vodní lyžování, což se mi taky docela, jednou, dvakrát do roka v tom létě prostě jedu, jedu si zalyžovat na tu vodní lyži, skvělí je to.

### **Otázky:**

**T:** A jak jsi to zvládala ze začátku, jako na toho koně vylejzat?

**R:** Tak já jsem viděla tu nájezdovou rampu, co měli v tý Luži, a tenkrát jsem tam vlastně šla, poměřila jsem si jí, a vlastně jsem si nechala udělat téměř kopii jo. No to jsem taky litala, aby mi jí někde udělali. Jsem si říkala, ježiš peníze na to shánět, protože to stojí 150 hadrů ta rampa stála. Nakonec mi daly Konto bariér mi daly nějaký peníze a zbytek jsem si doplatila no a ještě ty lidi mi řekli, že mi to dělali jako fakt za náklady, že jsem jakoby materiál a práce, že je to pro ně jakoby výzva, že nešlo jim nic do kapsy, že to dělali z drahýho materiálu, že jako fakt těch 150 to stálo, hrozný. To dělali z hliníku, myslím, že je to lehký, je to rozebíratelný, že kdybychom v tý stáji skončila a chtěla jít někam jinam, že to můžu rozebrat, můžu prostě přejet. Takže je to skvělý no, je to vlastně od začátku, těch 8 let co jsem na káře, co tenhle sport ty koně úplně maximálně procházíš.

**T:** Sportuješ sama za sebe nebo jen v rámci Paraplíčka?

**R:** Nene, akorát dvakrát jsem byla s tím Paraplíčkem, dvakrát jsem měla zimní kurz a dvakrát zimní lyžování a dvakrát letní lyžování jsem s nima měla. A vlastně od té doby to provozuju sama, vždycky někoho samozřejmě k ruce mám, to je jasný. Ale od té doby vlastně už s nima, teď už ani nejsem s tím Paraplíčkem nejsem v kontaktu, no ale ten základ a ten impuls tam byl obrovskej. A jinak, co ještě, všechno možnýho, čtyřkolky, že jo, ty fungovaly do té doby než mi jí před těma dvěma roky ukradli, tak ale nic méně dva a půl roku jsem na ní docela jakože dost drandila, skvělý to bylo. To jsem zvládala úplně sama, jak tu čtyřkolku nandat na ten přívěs, samozřejmě, když mi ji někdo pomohl bylo to jednodušší, víš, ale jinak jsem měla sklápěcí přívěs, naviják ve předu, takže jsem si jí přitáhla, na tu čtyřkolku jsem to chtěla, abych byla maximálně soběstačná, vylézt na ní taky úplně sama jsem, jó, když se na mě převrátila, nebo jsem se třeba vysekala, tak to mi pomohli, jo to je jasný, ale jinak úplně sama soběstačná s tou čtyřkolkou. S těma koňma více méně taky jo, protože když mě teda vodili jo, tak když jsem tam měla vychytanýho poníka, tak ale to bylo vždycky tak, že ho přistavili vždycky k té rampě nebo takhle, ze začátku museli k rampě, pomáhali mi nasednout, trochu jako že to korigovali jo, no a potom ten můj kůň byl na mě tak zvyklej, že jsem si ho přistavila k té rampě sama, oni teda stáli opodál, prostě pár metrů, kdyby něco, já jsem si přeskočila sama, odjezdila jsem sama, sama jsem si ho, jo prostě komplexně sama jo. Někdy je poprosim, aby mi ho vedli, abysem se jó dobře srovnala, víš, aby sem se nemusela na toho koně soustředit, na to řízení, jinak, jinak si ho už taky sama no. (...) Já ještě přemejšlim, co ještě za sporty, protože mě toho přijde hrozně málo. Ale jako fakt na co si vzpomeneš, tak do každýho jdu jo, no ale teďkon se víc věnuju těm koním, předtím to byly ty čtyřkolky, no ale teďkon, co mám Adámka, tak na nic víc no není čas, že jo. Jo hendbajk mám, tak taky občas hendbajkuju, tak to je skvělý no, mám vlastní monoski, tak to je dobrý, že člověk může vyrazit, nemusíš se na někoho tak nějak spoléhat, ohlížet, no. Jsem jezdila kolem Vltavy, když jsme ještě bydleli na Praze 8, tak jsem jezdila kolem Vltavy, tam bylo takový nábřežíčko, po kterým se jde, tak tam. No ale nejsem zase žádný, nějak zaritá, že bych henbajkovala jako blázen, doma mám i případně trenažér víš, že doma můžu případně čumět na telku a můžu

henbajkovat. No ale měla bych zase do toho sportu nějak víc udeřit, **no ale teďkon prostě ten čas ňák není no teďkon.**

**T:** A jak jsi přišla k hanbicku?

**R:** To jsem si zařizovala úplně sama, jsem **to koupila přes Ibejt z Německa jsem si ho dotáhla z druhý ruky**, tady jsem ho nechala trošku poštelovat, ale jinak, když jezdím na henbajku tak **nepotřebuji taky žádnou pomoc, dostanu se na něj, vylezu, nalezu z něj, víš je to zase taková další podpora v pohybu.** No ale všechno je jenom díky tomu jakoby zranění tak už toho neděláš tolik, občas si jdu jakoby zastřílet z pistole.

**T:** Ale jinak pro Tebe ten pohyb hodně znamená, když tě takhle slyším povídat?

**R:** Jo, určitě, určitě, no někdy se mi do něj vůbec nechce, víš, když jseš taková unavená a pak, když do toho jdeš, **tak je člověk šťastnej**, že to ze sebe člověk dostal. Já znám spousta lidí vokolo sebe, třeba z vořeškapu, ta ta taky, ten sport to je její život, jo, ta ze sebe dostane nějaký splíny jo a je to dobrý, no když děláš nějaký sport tak nad tím nepřemýšlíš, třeba ty koně, úplně mě to vyšťavilo jo, strašně moc, samozřejmě, že je to pro mě strašně náročný fyzicky, protože když si vezmeš, tak mě fungujou opravdu jenom ty ruce, ale pak tě to strašně zase dobije, jak ty koně jsou skvělí, že ti neublíží. Já třeba čekám, kdy spadnu z toho koně jo, protože to prostě musí zákonitě přijít, ale **vždycky si řeknu to není možný já jsem jo úplně prostě bez problémů, jo takže tě to vyšťaví fyzicky, ale psychicky ti to strašně prostě úplně dodá jo, prostě skvělý je to, skvělý pocit si myslím jako u zdravýho no, i když možná u nás, u těch hendikepovaných, že si řekneš: „Jó něco jsem dokázala.“** Víš a **nepotřebuju pomoc a i tak ti dá víc, možná vo ždibec víc než zdravýmu no. Skvělej pocit, že i když jseš nějakým způsobem limitovaná tak, co dokážeš a že je to prostě bomba, že můžeš, teďkon, co člověk je na tý káře, tak ti to dá úplně něco jinýho, fakt to jako cejtíš najednou, že ti to dá víc energie, vyčistíš si tu hlavu a máš najednou pocit, že víc můžeš a víc si to užiješ ten sport, víc mám pocit, že jako dává ti to víc jako pocitově jo, takový je to jako dokážeš to jo a můžu sportovat, víc se jako vorveš ale pak si říkáš: „Tý jo jako já jsem to dokázala, jako jde to, jde to sporotvat, prostě můžu dělat tohle to a támhle to.“ Je to prostě, člověku se, člověk prostě, máš z toho větší požitek mi to přijde a dá ti to víc energie, je to, je to super no. Nevim, jak bych to ještě víc vyjádřila.**

**T:** Tak, teď máš taky běhání kolem malinkýho, to je taky vlastně sport.

**R:** No svým způsobem vlastně jo, to jo no, tak je to svým způsobem druh pohybu. Chodim, teda se snažim se teď udržet ty koně tak nějak, i když teď jsem na něm 3 měsíce neseseděla, jsem se tam byla jenom na něho podívat

**T:** Bereš i malýho sebou?

**R:** No byl tam se mnou, potom samozřejmě už tam má domluvenýho poníčka, že tam bude se mnou jezdit, to je jasný že jo. Ale právě, jak jsme se teď kon přestěhovali, tak toho na mě bylo trochu moc a jsem trochu zkolabovala, tak jsem, jako že na kapačkách se léčila, ale dobrý, dali mi pár kapaček a už to je v pohodě, během prvního dne už mi bylo líp. Jo ale tak jsem si říkala musím trošku zpomalit a takže teď kon ta práce a malej teď kon jsem trošku ty koně dala na druhou kolej, ale tak si myslim, že už jsem tu sílu zase nabrala víc, takže si myslim, že zase začnu.

**T:** A si myslíš, že začneš zase a rozšíříš svoji působnost?

**R:** No určitě začnu. Tu čtyřkolku myslim si, že se k čtyřkolce nevrátim podle mě, protože na ní teď kon nejsou samozřejmě prachy a říkám si, že sice mi jí ukradli, to mě teda ale dere, ale aspoň budu rozumná maminka, takže tu čtyřkolku si myslim, že provozovat nebudu. Ty koně pořád, myslim si, že budu víc dělat hendbajk, myslim si, že malej bude jezdit na kole, jo ty koně, ten hendbajk si myslim, že budu dělat moc, teď kon jsem zkusila ten golfovej vozejk, ale nevím jestli. Lád' a docela rád hraje golf, takže bych ho taky vyzkoušela, ale tak to si myslim, že je hudba až toho léta jo. No a co jakože víc, vodní lyžování, to jako bych ráda, protože to si myslim, že je dobrá věc, to bych tak 2, 3 krát do roka chtěla provozovat, protože ono je to docela hodně drahý sport. To plavání asi když Adámek pujde, tak půjdu taky, to jsou zas takový sporty, že jakoby je děláš, ale nevěnuješ se tomu úplně jako hrozně moc, že jo. No tak ale tohle to si myslim, že jo jakože budu provozovat i do budoucna, když půjdu střílet někdy z luku, tak ho vezmu sebou, bude střílet z pistolky, všechno co já dělám tak trošku, tak samozřejmě on si to taky tak trošku vyzkouší. S Lád'ou třeba potom tenis, že jo a výšlapy ňáký no. Jim namažu sváču, víc a pošlu je si hrát.

**Tabulka 5, shrnutí zásadních informací respondenta 4, zobrazení**

<b>Liminalita</b>	Úraz na motorce ve 24 letech, který vedl k poškození míchy a úplnému vyřazení dolní poloviny těla z pohybu
Vztah k pohybu	Ráda se hýbala, bylo to její hobby, rekreace ... <i>Před úrazem jsem sportovala, ale nebyla jsem takovej ten zarytej sportovec do jednoho sportu, ale od každýho kousek jsem dělala...ty koně to třeba bylo úplně od dětství můj obrovský sen...</i>
Proč sportuje	Pro sebevědomí, seberealizaci, pocit soběstačnosti, volnosti pohybu, lásce ke koním ... <i>dává ti to víc jako pocitově jo, takový je to jako dokážeš to jo a můžu sportovat, víc se jako vorveš ale pak si říkáš: tý jo jako já jsem to dokázala...pocit, že i když jseš limitovaná, tak co dokážeš...je to zase taková další podpora v pohybu... jsem chtěla, abych byla maximálně soběstačná...v tý stáji jsem zůstala jezdit a jezdím tam koně majitelky...když do toho jdeš, tak je člověk šťastnej...</i>
Negativa	Finance a čas ... <i>ježíš peníze na to shánět, protože to stojí 150 hadrů ta rampa stála,.....vodní lyžování, to bych tak 2,3 krát do roka chtěla provozovat..ono je to docela hodně drahý sport...k čtyřkolce nevrátim, na ní teďkon nejsou samozřejmě prachy.....no ale teďkon prostě ten čas ňák není no teďkon... co mám Adámka</i>
Začátky sportování	Díky první rehabilitaci, kde byla hypoterapie... <i>díky tomu jsem se možná k těm koním vrátila, protože tam jsem zjistil že to nějakým způsobem že to jde...</i> S kamarádkou si pořídila do roka a půl po úrazu koně. Jiné sporty přes kurzy Paraplete
Rodina	Plánuje společné aktivity s rodinou.... <i>má domluvenýho poníčka, že tam bude se mnou jezdit,...všechno co já dělám tak trošku, tak samozřejmě on si to taky tak trošku vyzkouší...Láďa docela rád hraje golf, takže bych ho taky vyzkoušela...budu víc dělat hendbajk, myslim si, že malej bude jezdit na kole...</i>
<b>Stigma</b>	Zdravotní komplikace – nedávné zkolabování ... <i>takže teďkon ta práce a malej teďkon jsem trošku ty koně dala na druhou kolej...</i>



**Respondent 5:** muž, 68 let, z Prahy, podnikatel, ženatý, olympijský i paralympijský reprezentant, úraz v 55 letech, paraparáza, veslování, rád by ještě paragliding

**Stimulační fáze:**

**T:** Tak se Vás zeptám, jestli Vám to nebude vadit, že si budu nahrávat ten náš rozhovor a jestli byste mi mohl vyprávět Váš životní příběh až do téhle doby?

**R:** Jsem Vám zcela k dispozici, mé jméno je..., rozený 45 roku v prosinci, jsem rodilý Pražák, z Prahy 5 ze Smíchova, takže mám blízko k vodě. A vždycky jsem se, ten sport mě vždycky velice zajímal, ze začátku to bylo všechno tam jako venku, lezení po stromech a běhání a pak atletika a fotbal a nevím co ještě všechno až jsem se nakonec, když mi bylo 15, dostal do veslařského oddílu, který je dole pod kopcem, na který je jako vidím z vršku. A vzniklo to teda jako, že kamarád nechtěl sám chodit veslovat, tak sebral hochy ze školy, bylo nás, začínalo nás asi 8 a nakonec jsem tam zůstal sám, asi po 3 letech. Tak to většinou vždycky bejvá a to byl donedávna vlastně můj druhý domov ta loděnice veslařská. Samozřejmě, že mě to taky táhlo na nějakou školu sportovního jako zaměření. Jsem byl jako reprezentant veslování, v 18ti letech jsem vlastně ještě, jako junior jsem získal první medaili na mistrovství Evropy, už teda za dospělý jako, a no a tak to šlo dalších, já nevím 14 let v reprezentaci. Když jsem byl taky v Dukle, jsem přišel po vojně vlastně jsem šel do služeb ČSTV (pozn.český svaz tělesné výchovy), kde jsem dělal metodika, pak jsem šel do Dukly a z Dukly jsem šel na tělovýchovnou školu, kde jsem byl asi 10 let a kde jsem poznal svojí druhou ženu, jestli mám o své první ženě hovořit taky, to ani není potřeba, né jo tak dobře. V prvním manželství jsem měl 3 děti, hm, v tom druhým mám 2, všichni se zase samozřejmě motali kolem toho sportu, hm, takže jsem se dostal na tu tělovýchovnou školu, kde jsem se seznámil se svojí druhou ženou, která je též absolventka fakulty tělesné výchovy a sportu a samozřejmě, když jsme se motali, ona byla kanoistka, kolem vody, tak děti s námi musely jít taky k vodě. To druhý se potom vzepřelo, holka tancuje, ale mladej, ten je jako, je mu 17 a velice to vypadá, že by to mohlo někam vést. No já jsem potom, když skončila tělovýchovná škola, potom když vlastně sametová revoluce zamávala s některými věcmi, tak jsem začal podnikat ve stavebnictví. Koupil jsem bagr a dělám



dodneska nějaké takovéhle práce zemní a přípravy pro stavby a podobně. A už jsem prostě nevěděl co by, protože jsem v tom sportu zkusil hodně, vlastně od cyklistiky přes atletiku, všecko, tak jsem si říkal: „Tak zkusim si taky zalítat na padáku.“ Takže jsem začal lítat na padáku, no a po 5 letech se mi stala ta příhoda s tím, že teda přistání nebylo zrovna nejměkčí a rozboural jsem si teda tu páteř a nějak jsem se s tím popasoval. Na vozejkku jsem už od roku 2000. No řekli sice, že nebudu chodit vůbec, ale tak jako jsem se tomu vzepřel, myslim si, že ten sport tomu jako byl dobrej odrazovej můstek, no a, takže tak nějak to táhnu dál. Taky v jeden čas mě oslovili tady ti postižení, tajhle Paralympijskej výbor, že veslování vlastně taky proniklo do tý skupiny sportu, který jsou v tom zavzaty, tak jestli bych nechtěl veslovat. Tak jsem se 2 roky pokoušel o nějaké umístění, první rok jsem se dostal hned do Japonska, asi po 3 nedělích a tam jsem byl 4. na Mistrovství světa, ale potom oni dělaj takový ty testy, jako, že jo nechtěj si tam pustit nějaké podvodníky, no a řekli, že nejsem dost postiženej, že bych musel do jiný kategorie, takže jsem a to bych musel, já jsem myslel, že bych jezdil skifa, protože skif to byl můj osud v podstatě po celý život, ale tam jsou jenom ty, co můžou jenom rukama jo a oni řekli, že mám trochu záda, že můžu, takže musim do jiný kategorie, kde bych si musel najít partnerku a jezdit s ní na dvojskifa, tak jsem si říkal, že tady ve svém stavu nemám potřebu někoho učit veslovat ještě a s někým se zlobit (úsměv), takže jsem toho zanechal. Věnuju se tomu sportovnímu veslování jenom jako poradce a tak. No a pak jsem tady, pak jsem přijel do Kladrub.

### **Vyprávění:**

**T:** Ten Paraolympijský výbor, jak se o Vás dozvěděl, jak na Vás přišel, před tím než se ozval jste se veslaření již nevěnoval?

**R:** Vlastně ten veslařskej trenážer jsem měl, mám doma, tak na tom jsem vesloval vlastně celou dobu. A i jsem to zkoušel jako v loděnici na skifu, na normálním skifu a vzhledem k tomu, že teda byl zařazenej tento sport do těch paralympijských sportů, tak oni se začli pítit, jestli někdo není takovej, kdo by vesloval a moch by vlastně tam no bejt a tak vlastně se zeptali na veslařským svazu, vzesli dotaz, no a tam zjevně řekli, že sem já takovej potrefenej, že bych moch, no tak tak, já jsem řek, že jo. Protože jsem si

říkal, no tak když člověka něco honí jako, má nějaký cíl nebo prostě má něčeho dosáhnout, tak samozřejmě na sobě začne pracovat víc, než když to jen tak jako přežívá no, takže jsem řekl to bude dobrý a začal jsem se připravovat na tom skifu. Já jsem vůbec nevěděl, že se to jezdí na nějakým jiným skifu nebo tak jo, až mi to potom řekli. Tak toho prvního skifa, na kterým jsem jel, tak toho mi půjčili přímo v tom Japonsku, tak jako tam těm příjíždějícím, protože takových jako já tam bylo několik, neznalých ve věci. No a pak jsem si, když jsem přijel, tak jsem si ho koupil toho skifa, no a to už jsem říkal, že jsem to zkoušel asi 2 roky jsem se někde vyskytoval, ale vždycky chtěli, abych složil jakési testy nebo testování, tak jako Vy tady měříte, tak voni to měřili a no a tak řekli, že jsem zdrav, že do této, ne ne že nejsem zdrav to né, ale že do této kategorie nepatřím a přeřadili mě do jiné a řekli ať si seženu nějakou babu a tu ať si naučím veslovat a můžu s ní jet na skifu.

#### **Otázky:**

**T:** A je to finančně náročný, kdyby někdo chtěl tenhle druh sportu provozovat?

**R:** No náročný to je, v tom, že ten skif třeba stojí 70 tisíc korun pro tyhle ty postižený, takže už ten vstup do toho je poměrně náročnej, kdybych si našel nějakou tu tetu do toho, tak to už je 100 tisíc jo. Voni jsou, ty oddíly u nás, v tech Českých Budějovicích a v Ústí, tak voni jim ty lodě jako pučej nebo seženou a takže je to tolik nestojí. Jinak je to jedině to, že musej vyjet na ten klub, že jo nějakým autem a tak jako každého tadyhle postiženýho, kterej chce něco dělat.

**T:** A zvládal jste to všechno sám, do ty lodě nastoupit i se z ní dostat?

**R:** No, zvládal, ale samozřejmě, že tu loď nevynesete, že jo. Normálně si každej veslař nebo skifař si tu loď nosí sám, takže stejně potřebujete nějaký dva kamarády, který vám to hoděj na vodu a pak to zase vynesou.

**T:** Co Vám přinášel ten sport?

**R:** No sport je úžasná záležitost, že jo, tam každej si tam může najít to, co chce v tom, že jo. Já jsem si v tom našel, abych tak řekl, tak zjednodušeně, že se člověk mocht zmakat, tak jako zvíře, tak říkajíc. A pak jsem měl z toho takovej dobrej pocit jo, nebo když třeba ráno se vyrazilo na vodu, když ještě byla jako mlha a sem tam nějaký rybář a když se člověk zaposlouchal, jak ta voda pod tou špičkou jako šumí, to bylo taky

úžasný, no vůbec jako ten pobyt na tý vodě je vůbec sám o sobě bezva, navíc, když s dobrými kamarádkami, protože na vodě musej bejt dobrý kamarádi, tak to nemělo chybu.

**T:** A máte jako do budoucna nějaký další myšlenky vyzkoušet nějaký další jiný sporty?

**R:** No já bych furt chtěl lítat na tom padáku, tak se mi to líbí, že bych se k tomu rád, a samozřejmě si ještě dokázal, že se nebojím jo, protože každej se, když si takhle nabil, tak si řekne ježíš, ty bys na to ještě lez a to, no tak vlez bych na to. Ale tady mi říkal nějaký člověk, že oni dokonce lítaj, že v podstatě, jestli to víte jak to vypadá, jste na nějakém kopci, no a fouká proti vám vítr, zatáhnete za ten padák vono se to zvedne nad vás, když je příznivej vítr a zvedne vás to do vzduchu. Anebo je tam nějaká louka, po který se rozběhnete a když vlastně dosáhnete určité rychlosti a nafoukne se ten padák, tak vlastně vás to zvedne a letíte a že nevím, ale kde se to provádí, to musím zjistit, že v podstatě, když sedí na tom vozičku a přiděláte si ten padák k tomu vozečku, tak máte vlastně sedák, kterej máte normálně a sjedete. Jedete z kopce a vono se to nafoukne a hotovo, takže samozřejmě musej bejt jako ideální podmínky a i na to přistání, no tak jako si myslím, že by to šlo, no takže o tom budu přemýšlet.

**T:** Myslíte si, že takhle hodně lidí, co je takhle na vozečku, se věnuje tomu veslaření?

**R:** U nás moc né teda, u nás je to, sice to vzniklo, vznikl oddíl v Českých Budějovicích a jeden v Ústí nad Labem, ale tam jsou takový ty, co špatně vidí v tom Ústí. Ale ve světě je to velice populární záležitost jo. Jsou celý oddíly, kde maj vybavení úplně úžasný, že si ten člověk tu loď vynese i sám v podstatě a speciální trenažéry jako veslařský trenažéry, který jsou speciálně upravený na to, aby se, pro tyhle ty lidi, aby na tom mohli veslovat, no a jako hodně v Anglii se to provozuje nebo v Americe. U nás ten přístup k těmhle těm postiženejm je jinej než třeba v Německu nebo v Anglii, ještě nejsme prostě tak daleko no.

**T:** A jste říkal, že Váš syn se taky veslování věnuje?

**R:** No, dělám mu poradce, vono to je těžký trénovat vlastní děti jo, protože nechtěj poslouchat moc, myslí si, že jsou moc chytrý, no až potom, potom přijdou na to, že vlastně není potřeba objevovat to, co už bylo dávno objevený jo. No ale to je jako ve všem že jo.

**Tabulka 6, shrnutí zásadních informací respondenta 5, zobecnění**

<b>Liminalita</b>	Úraz v 55 letech, který vedl k poškození páteře a poruše hybnosti dolních končetin, paraparéze
Vztah k pohybu	<i>...sport mě vždycky velice zajímal... ...jsem byl jako reprezentant veslování...</i>
Proč sportuje	Vlastní vztah ke sportu, vybavení (trenažér), pro zdraví, vyplnění času, zvyk k výkonům, blízkost vody, kamarádi <i>...když člověka něco honí jako, má nějaký cíl nebo prostě má něčeho dosáhnout, tak samozřejmě na sobě začne pracovat víc, než když to jen tak jako přežívá no, takže jsem řekl to bude dobrý a začal jsem se připravovat.....že se člověk moč zmakat, tak jako zvíře, tak říkajíc a pak jsem měl z toho takovej dobrý pocit..... si ještě dokázal, že se nebojím jo...jsem ze Smíchova, takže mám blízko k vodě...oddíl je dole pod kopcem, na který já jako vidím... ..ten pobyt na tý vodě je vůbec sám o sobě bezva navíc, když s dobrými kamarádkami...</i>
Negativa	Finance <i>...No náročný to je... ten skif třeba stojí 70 tisíc korun pro tyhle ty postižený...musej vyjet na ten klub, že jo nějakým autem a tak jako každého tadyhle postiženýho, kterej chce něco dělat....</i> Bariérovost s manipulací lodě <i>...potřebujete nějaký dva kamarády, který vám to hoděj na vodu a pak to zase vynesou...</i>
Začátky sportování	Snažil se navázat na běžný život před úrazem (sám od sebe), potom dostal nabídku reprezentovat veslování na Paralympiádě <i>...mě oslovili tady ti postižení, tahle Paralympijskej výbor...</i>
Rodina	Rodina je také sportovně založená, výkonnostnímu sportu se věnuje i syn, dělá mu i poradce... <i>velice, to vypadá, že by to mohlo někam véct...</i>
<b>Stigma</b>	Zanechání výkonnostního sportu z důvodu zařazení v rámci klasifikace do jiné skupiny, kde by si musel k provozování sportu najít partnerku.

**Respondent 6:** muž, 36 let, z menšího městečka u Znojma, občas brigády, student dálkového studia, svobodný, úraz ve 32 letech, skok do vody, kvadruplegie, potápění, zimní lyžování, kanoistika, skok budgee, chystá se na tandem seskok a paragliding

#### **Stimulační fáze:**

**T:** Začni před tím úrazem, jaký vztah jsi měl ke sportu?

**R:** Před úrazem jsem na sport neměl čas, protože jsem vlastně předělával ségře barák, sobě jsem předělával barák, zároveň jsem chodil do práce, zároveň jsem studoval dálkově vysokou školu, ještě jsem byl u hasičů starostou a s nima jsem jezdil vlastně po závodech, po soutěžích a po různých akcích, takže na sport nebyl čas. No tak na to, že jsem měl tenisový kurt před barákem, tak jsem se tam dostal dvakrát, třikrát za rok, no, maximálně, jinak na to nebyl čas. Teď jsem zase začal studovat, zaměstnání mám takový, že zaměstnání mám jenom takovou brigádu jenom jakoby, takže jsem jakoby, si to můžu časově různě skloubit. Takže to, co jsem nestihl dřív, tak teď kon se snažím všechno dohnat, na druhou stranu nechce se mi sedět doma a čumět do zdi, takže furt někam jezdím.

#### **Vyprávění:**

**R:** Po úrazu jsem se ke sportu dostal přes Paraple, na sportovním kurzu, kde jsem vyzkoušel vlastně různé sporty a chytlo mě hlavně potápění, na čtyřkolky jsem byl dvakrát na kurzu, to je vlastně týdenní kurz a tam se vyzkouší všechny možné sporty, od atletiky, po potápění, čtyřkolky, což jako není špatný, ale jako bejvalej motorkář preferuju motorku a né čtyřkolku, takže uvažuju o tří kolový motorce. A čtyřkolka je to pěkný dostat se do přírody, ale když vidím, jak se tam jezdí po lese a dělá se tam bordel, tak nejsem zastáncem toho, do té přírody to prostě nepatří. Potápění se věnuju rok a půl, a byl jsem vlastně na tom sportovním, tam mě to chytlo, pak vlastně byl potápěčskej kurz týdenní. To je vlastně, že tři dny se potápí v bazénu v Parapleti, teda jako v Praze, a dva dny potom čtvrtek, pátek se jede na lom Leštinka u Chrudimi a tam se potápí v lomu. A pak se dá jet v září na týdenní zájezd s tou organizací Restart, která vlastně provozuje to potápění vozíčkářů. Takže se s nima dá jezdit na ELbu, takže tam sem byl

dvakrát a teď v květnu pojedou do Egypta s nima. Tam je to prý super. A jinak když to třeba potom někdo chce jinak jak já, třeba já si nakupuju věci, takže už v tom mám 30 tisíc a si zase k Vánocům koupil za 12 tisíc další věci. Tak ale jinak všechno pučnou není problém za pakatel, takže se dá všechno pučit a kdo to jako chce vyzkoušet z vozíčkářů, tak každé čtvrté v Praze v Edenu bazén Slávie od 9 do 10 večer se zeptat, takže není problém, v pondělí, nejpozději v úterý se nahlásit. Objednat se, aby věděli, protože Paraple tam jezdí, ale ono zase velké zájem není, protože někdo má dekubit, někdo se vody bojí, někomu je zima a prostě někoho to vůbec nebere, tak moc velké zájem není. Takže vlastně letos měl být potápěčské kurz, v květnu a vlastně se neuskutečnil, protože nás bylo málo. V bazénu vlastně jde vždycky potápěč, kterej jede vlastně se mnou, a když už potom jako, protože v bazénu je 3 na 3,5 metru, což není problém, takže když zvládám tak se dokážu jako potápět sám, ale ve volný vodě s paroušem chodí jeden a s kvadrusem dva, takže jeden, kterej ho tahá a všechno mu ovládá a druhý, kterej je prostě poblíž a prostě je takovej jistič, no. Ve volný vodě všechno vovládají vlastně, protože člověk si to těžko ovládá a je to nebezpečný, takže sám si to ovládá potápěč.

### **Otázky:**

**T:** Proč zrovna potápění?

**R:** Já nevím, **zalíbilo se mi to, je to prostě takový extrémní sport**, tak se mi to zalíbilo no, třeba jako zkoušel jsem tu atletiku a taky to nebylo špatný, ale protože kvadruse tam hází s koulema, protože já s tím nemám problém, tak jako zase já bych byl furt první a mě by to nebavilo, jako vůči někomu. Ono se to těžko soutěží vůči někomu, každé je jináčí, já jsem takovej spíš jako parouš si připadám jo, protože já toho hodně zvládám. **No baví mě to, je to volnost pohybu, že jo, protože člověka prdnou do vody a člověk si může plavat sám, že jo. Tak jako na tý čtyřkolce si člověk sedne a může si jezdit a není na nikoho závislej, takže a za další je to pěkný pod vodou, no a pak jako super parta lidí no.** Takže protože třeba ta Elba, tam to funguje tím způsobem, že to je něco jako S tebou mě baví svět jo. To se naplní autobus a jede se prostě, rodiny, známí,

kamoši. Slavijou se tam Vánoce v září, všichni dostanou stejný trička a jde se do restaurace, je to prostě taková sranda. Je to super.

**T:** Jak často tento typ sportu provozuješ?

**R:** Když jsem v Praze tak jako když je možnost, tak vždycky si to domluvim a zajdu se potopit, no a když jedu na nějakou dovolenou si musím sehnat nějakýho asistenta k sobě.

**T:** Hele a jaký to bylo, vzpomeneš si, když jsi na to šel po prvý?

**R:** Pocity, asi dobrý no, já třeba pod vodou nemám problém, někdo tam vydrží 20 min a už musí ven, že je mu zima a já tam prostě dokavad' je vzduch v lahvi, tak jsem furt pod vodou, to já jako můžu furt. A jako pocity, jak jsem tam vlezl, tak se mi to zalíbilo a chci to furt.

**T:** Nějaký negativum, který by si vypíchl?

**R:** Negativum, asi nic no, akorát ta bariérovost dostat se do vody a tak, že jo. Člověka musí dostat do lodě, no občas je to takový srandovní. Jsme loni byli v Egyptě a občas vlastně někomu jdou třeba nohy na horu, takže musejou mu dát na nohy závaží, že jo a teď byli v tom Egyptě, že jo a teď tam ze sousední lodě koukali, že tam vozíčkářce svazujou nohy a že tam dávaj vlastně olovo na nohy a teď tam čuměli co tam vlastně blbnou jo, že je to prostě takový, kolikrát je to takovej extrém. Nebo jsem byl sjíždět Sázavu na kánoji a jsme v tý kánoji museli jet naopak, abysme pak se vlastně dostali nohama, jo protože vlastně, takže já jsem seděl a měl jsem nohy pod tou zadní sedačkou a jeli jsme naopak a taky tam nějaká blondýna tam z chaty ze skály tam na nás hulákala: „Pánové, víte, že v tom jedete naopak?“ No tak potom, co jí člověk může říct, víš jak jako, takže tak jako a kolikrát je to komický. A to jsem byl taky na Vltavě a v tom Českým Krumlově tak tam spravovali jez pod zámek no a tam se lodě musely přenášet no a jelikož vlastně se těžko přenáší takovej těžkej vozejkář v kánoji že jo, tak nás tahaly po jezu, no a tak vlastně většinou asistentky, holky většinou jedou s vozejkářema, že jo. Takže to bylo taky takový, že jo, protože chlapy si seděli v lodích a holky je tahaly po splavu dolů a teď tam prostě ty lidi z toho zámku jo, teď ty dělníci co tam dělali ten jez, tak koukali jak vejrec, co je to tam nacvičujou, protože člověka to nenapadne, že jo.



**T:** Jak vlastně chodíš na nápady na sportování?

**R:** Na nápady, tak to přes fejsbuk, tam, někdo přišel z Kanady, jak se tam skáče bandžizamping. Kámoš se toho chytl, tak to začal domlouvat, ale nikdo s tím nechtěl mít nic společného, pak to domluvil v Chomutově, tam skáčou, tam jezdí, no tam vlastně skáčou z největšího mostu jako v Čechách co je, takže to domluvil s nima, s chlapama, podle toho videa oni vlastně to nachystali (...) Kdo byl na padáku na tandemu tak jakože jo, si chválí, že paráda, super. Stíhačku chcu taky zkusit, mám hodně plánů, takže. Někdo něco vymyslí, že jo no a prostě jde se do toho, třeba ten kámoš to domluvil, napsal na fejsbuk že jo kdo chce, tak nevim, se prostě domluví, že se do toho pujde a se pak vyberou peníze.

**T:** Myslíš, že jsou sporty finančně náročné?

**R:** Finančně náročný je asi každý sport. Pokud to má člověk jako rekreačně, tak se vyplatí si vybavení půjčit, pokud to jde. Já jelikož chodím celkem často, jednou měsíčně, když mám školu a sem ubytovaný v Praze, tak se jdu zanořit, tak už mám většinu vybavení svého. Je to také z důvodu toho, že každé vybavení je různé a různě se chová, tak je lepší mít své, pokud se tomu člověk více věnuje. Třeba u potápění je důležité dobré vyvážení, a pokud má člověk pokaždé jiné vybavení, které dobře nesedí, tak je to problematické snažit se sám plavat, když nemůže použít nohy, protože ovládání jacketu, držení stability a samotného plavání musí zvládat jen s pomocí rukou. Pokud není dobré vyvážení a člověk to nemůže zkusit sám, tak to ztrácí to kouzlo volného pohybu. V bazénu to člověk zkouší pod dozorem sám, ale ve volné vodě s paraplegikem se potápí jeden potápěč a s kvadrusem dva. Co se týče jiných sportů, tak třeba kvadrurugby nebo florbal je zapotřebí si sehnat speciální sportovní vozík většinou díky nadacím, případně sponzorů a cena je od 100 000,-. Monoski na lyžování od 70 000,-. Handbike od 150 000,- Potápěčská výstroj kolem 40 000,-. To je jen cena za vybavení, a pokud se tomu člověk aktivně věnuje, tak jsou další náklady. Kámoš hraje závodně kvadrurugby, reprezentuje ČR, nedávno byl na utkání v Nizozemsku nevím kolik a za co všechno dostává od Českého ragbyového svazu, ale říkal mi, že ho to ze svého ročně přijde na cca 70 000,-. Každý koníček i sport stojí nemalé peníze a co znám kluky a takhle se tomu věnují, tak mají zaměstnání, jinak by si to asi dovolit nemohli.



To záleží na tom, kolik má člověk příjem a nutný výdej. Já jsem si zařídil bydlení před úrazem a bydlím v rodinném domě s rodiči, tak náklady nejsou tak vysoké a občas si můžu dovolit absolvovat nějaký sportovní kurz. Většinou jezdím na sporty v rámci kurzů přes Paraple, Sportovní klub vozíčkářů (SKV), Motoklub vozíčkářů a Sportability. Kurzy jsou z části dotované od sponzorů, tak za jeden den platím do 1 000,-. V ceně je ubytování, strava, asistence a zapůjčení sportovního vybavení, na čtyřkolkách včetně benzínu a na horách včetně vleku. Potápět se jezdím přes Občanské sdružení Restart, který je pod záštitou SKV. Rodiče mě nijak nepodporují, finančně ne a popravdě ani o všech aktivitách nevědí. Jako např., že jsem skákal budgee a že se chystám na tandem seskok a paragliding neví.

**Tabulka 7, shrnutí zásadních informací respondenta 6, zobrazení**

<b>Liminalita</b>	Úraz skok do vody ve 32 letech, který vedl k poškození krční míchy a ochrnutí všech končetin
Vztah k pohybu	<i>...Před úrazem jsem na sport neměl čas... ...že jsem měl tenisový kurt před barákem, tak jsem se tam dostal dvakrát, třikrát za rok, no, maximálně, jinak na to nebyl čas....</i>
Proč sportuje	Pro užívání si krásy pod vodou při dovolených, pro dobrou partu lidí, zábavu, zahnání samoty, pro pocit volného pohybu <i>...Jsem mezi lidma prostě, protože doma není co...je to volnost pohybu...a člověk si může plavat sám...je to prostě takový extrémní sport...co jsem nestihl dřív, tak teď kon se snažím všechno dohnat... nechce se mi sedět doma a čumět do zdi...</i> Využívá dotovaných kurzů od sponzorů, využívá cesty do Prahy za školou s ponořením se v bazénu <i>...jakoby, si to můžu časově různě skloubit...</i> Gender vlivy <i>...vlastně...holky většinou jedou s vozejčkářema že jo...</i>
Negativa	Finance, třeba dopomoc <i>...Každý koníček i sport stojí nemalé peníze.....pokud se tomu člověk aktivně věnuje, tak jsou další náklady.....ta bariérovost dostat se do vody a tak že jo, člověka musí dostat do lodě...</i>
Začátky sportování	<i>... Po úrazu jsem se ke sportu dostal přes Paraple...</i> Využívá kurzů NNO, internetu, přes kamarády <i>... tak to přes fejsbuk.... Někdo něco vymyslí, že jo...</i>
Rodina	<i>...Rodiče mě nijak nepodporují, finančně ne a popravdě ani o všech aktivitách nevědí...</i>
<b>Stigma</b>	

## 5. Diskuze

V našem rehabilitačním zařízení, kde pracuji, je pohyb hlavní náplní dne každého jedince, který bojuje se svým zdravotním postižením. Součástí rehabilitační léčby je u zdatnějších skupin ordinován také zdravotní sport. I když se tyto osoby nacházejí v nelehkém období, tak v danou chvíli jim přináší optimismus a úsměv na rtech. Výzkumem jsem chtěla zjistit, jaký mají přístup lidé ke sportu, kteří jsou již v domácím prostředí a kompenzovaném stavu. Chtěla jsem porovnat, zda mají na sport stejný náhled ti, kteří jsou disabilní od dětství a kteří se potkali s disabilitou až v průběhu života. Ke zjištění cíle mé práce a odpovědi na výzkumnou otázku jsem po analýze rozhovorů s respondenty vytvořila pět kategorií: vztah k pohybu, proč sport, negativa, začátky sportování, rodina. Respondenty jsem rozdělila do dvou skupin:

1. skupina: osoby s disabilitou od narození (respondent 1, dříve šachy, stolní tenis, nyní curling a občas florbal; respondent 2 dříve plavání, ke kterému by se ráda vrátila, nyní pravidelně cvičí ve speciálním programu Olgy Šípkové pro vozíčkáře; respondent 3 dříve atletika, nyní boccia)
2. skupina: osoby s disabilitou získanou (respondent 4 jezdectví, čtyřkolky, vodní i zimní lyže, hanbick, chystá se na golf; respondent 5 veslování, rád by ještě paragliding; respondent 6 potápění, zimní lyžování, kanoistika, skok budgee, chystá se na tandem seskok a paragliding).

Rozdíl v přístupu ke sportu osob disabilních od dětství či v dospělém věku se ukázal již od počátku ve výběrech sportů. Osoby disabilní od dětství se vyhýbají akčnějším druhům sportů, kdežto osoby se získanou disabilitou jsou více aktivní, akčnější a nebojí se zkoušet i adrenalinové sporty. Příčinou může být strach o své zdraví. Vyplývá to nejen ze vztahu k pohybu, kdy jedinci od dětství disabilní celý život bojují se svým zdravím a snaží se vyrovnávat s následky svého postižení. Tuto myšlenku ostatně potvrzuje Novosad, když tvrdí, že bytí osob s vrozeným postižením je od počátku spojeno se skutečností postižení i úsilím o překonávání jeho důsledků

(Novosad, L., 2011). Může také působit vliv dřívějších vzpomínek, kdy podstupovali operace, na které navazovala doba hojení k obnově funkce.

**Vztah k pohybu.** Respondenti ze skupiny s vrozenou disabilitou mají pohyb spjatý s léčením. Všichni respondenti uvedli, že jezdili na pobyty do lázní nebo rehabilitačních zařízení. Velký vliv v útlém dětství mají rodiče, kteří chtějí zlepšit zdravotní stav svých dětí, později mají sami osoby velkou motivaci, chodit. Tady se potvrzuje citace Kučery, že cvičení postižených osob od dětství s určitým ovlivněním poruchy je motivací ke sportu v průběhu dalšího života (Kučera, M. a kol., 2011). Respondenti 1 a 3 se dnes věnují výkonnostnímu sportu, respondent 2 v současné době z časových důvodů jen rekreačně, ale má snahu začít opět pravidelně trénovat, nejen z časových důvodů, ale také bariérovosti se mu nedaří si svůj sen splnit. Je třeba zdůraznit, že u těch, kteří se i v současné době věnují sportu na výkonnostní úrovni, sehrává fakt, že jsou v kontaktu se sportovním klubem Jedličkova ústavu. Respondent 2 „jede na svoji pěst“. Může to také poukazovat na to, že osoby, které vyrůstali jako respondent 3 ve speciálním pedagogickém ústavu internátního typu, vzhledem k tomu, že se setkávali se sportovními činnostmi denně v rámci pedagogické rehabilitace, mají větší možnost plynule přejít k výkonnostnímu typu sportování. Osoby od dětství vnímají sport jako důležitý prostředek k vylepšení svého zdraví, některým i napomohl k vysněné „chůzi“, jak to uvedli respondenti 2 a 3. U druhé skupiny, osob se získaným postižením, byl vztah k pohybu kladný. Respondent 4 se věnoval různým sportům v rámci výplně volného času a zábavy s kamarády, byl hodně aktivní a po úrazu se opět vrátil k aktivnímu způsobu života i díky lásce ke koním. Respondent 5 byl od dětství velmi aktivní, věnoval se sportu na výkonnostní úrovni, sportem se i živil, k aktivnímu způsobu na vozíku se vrátil díky kontaktům a hlavně zvyku pravidelně doma trénovat na trenažéru. Respondent 6 sice uvedl, že na sport neměl před úrazem čas, ale pohyb mu nebyl vzdálen, byl starostou místních hasičů, sportovat začal po úrazu právě změnou úrovně životního stylu a pro nadbytečný čas.

**Proč sport.** U obou skupin jsou jasné motivy sportu. A to je zábava, pro zdraví, dobrou partu lidí, zvýšení sebevědomí, seberealizaci, pro radost, zálibu ve sportu. Tyto motivy potvrzují různí autoři (Kábele, 1992; Votava, 2005; Kálal, 2007). Respondenti

z první skupiny uvádí i jiné motivy. Pro respondenta 1 je vidinou vycestování a podívání se po světě. Zprvu sportoval hlavně pro zábavu a fascinaci sportu, jak se u nás jeho sport začal více prosazovat, objevila se možnost reprezentace. Přešel k výkonnostní formě, hnacím motorem se nyní pro něj stala vidina dostat se na paralympiádu. Tento druh sportu si respondent také vybral pro jeho minimální rizikovost. Kálal uvádí, že sport může odvádět od depresivních nálad (Kálal, J., 2007), to potvrdil respondent 2. Přímo v rozhovoru říká, že když plaval, tak byl veselejší a připadalo mu vše jednodušší. Další motiv sportování, který se objevoval u první skupiny, byl osamostatnění. Respondent 3 uvádí, že mu sport napomohl k osamostatnění, nejprve s vlastní osobou, po té v jeho životě, díky němu žije takový život, jaký si představoval. Lidé, kteří se stali odkázáni na vozík, pociťují jako největší problém ztrátu mobility, proto jim sport přináší právě volnost pohybu, která jim chybí. To potvrzují dva respondenti z druhé skupiny, respondent 4 a 6. Oba zároveň potvrzují, že sport provádí pro jeho extrémnost nebo pro to, aby si dokázali, že se nebojí. Motivů, proč zdravotně postižení sportují, je několik.

**Negativa.** Všichni respondenti uvádějí jako negativa spojená se sportovní činností finance a čas. Finanční problémy souvisí se sponzorstvím sportu, s výdaji na dopravu za sportem, s drahým vybavením k provozování sportu. Zároveň, jak poukazuje respondent 6 a 5, se drahé vybavení dá řešit zapůjčením, které není tak finančně náročné. To umožňují organizace, které sporty provozují a vybavení půjčují za celkem přijatelnou cenu. Čas někteří respondenti spojují s dopravováním za sporty, s rozložením mezi ostatní aktivity či rodinu. Více či méně to závisí na tom, jak je osoba v životě vytížena. Respondent 2 z první skupiny díky osamostatnění se od rodičů má v současné době časové obtíže, jak skloubit zaměstnání a cestování na místo sportovních činností. Dříve v dopravování pomáhali rodiče. Dále se setkává s obtížemi bezbariérového prostředí, kde by chtěl svůj sport provozovat (plavání) vzhledem k blízkosti nynějšího bydliště a tedy i snadnější dopravě za sportem. Tady se ukazuje, že i přes snahu v naší společnosti vytvářet bezbariérové přístupy se budou vždy disabilní jedinci setkávat s různými překážkami. V průběhu výzkumu se nedalo nevšimnout, že všechny osoby druhé skupiny vlastnili upravené automobily, tedy problém s přesunem

své osoby nebyl takový, jako u osob se získanou disabilitou. V tomto případě se projevuje u osob první skupiny další disabilita, kterou Jankovský definuje, jako nemožnost vykonávat aktivity tím způsobem, jak je to obvyklé (Jankovský, 2006). Jedná se o disabilitu v dopravě, nemožnost řídit automobil vzhledem k diagnóze respondenta 2 a 3. Proto mohou pociťovat bariérovost a potíže s dopravováním více jak ostatní. Jiné negativum, které spíše souvisí s výběrem úrovně sportu, může být přetížení zdraví. Ačkoliv se všichni shodují, že sport je zdraví prospěšný, přeci jen se ve výzkumu objevilo u respondenta 3, který provozuje sport na výkonnostní úrovni, jako negativum zhoršení zdraví. Jak uvádí Votava, že výhodou organizovaného sportu je soustavný dozor trenéra a dohled sportovního lékaře (Votava, 2005), nemyslím si, že je výhodou, ale nutností. To je zvláště důležité právě u začínajících výkonnostních vrozeně postižených sportovců. Ostatně Kučera uvádí, že dítě by mělo mít ke sportu doporučení lékaře, který po vyšetření a přihlédnutí k diagnóze rozhodne o formě, typu a intenzitě zatížení (Kučera, M. a kol., 2011). Pokud se výkonnostní sportování dobře nepodchytí v jeho začátku, může se osoba později setkávat s jinými potížemi zdravotního charakteru. Respondent má potíže se zády a dané disciplíně se již nevěnuje, přemýšlí, zda se k ní ještě navrátí, i když mu trenér dává možnost závodění ještě na čtyři roky. Se ztrátou mobility souvisí i překonávání bariér, proto respondenti druhé skupiny vnímají jako další negativum nutnou pomoc při provozování sportu. Respondent 5 při provozování své sportovní činnosti potřebuje pomoc při manipulaci s lodí a respondent 6 s manipulací své osoby, aby se dostal do vody. Někdy i přípravy k možnému provozu svého sportu, jako je příprava s vyvážením těla při potápění.

**Začátky sportování.** U respondentů s vrozenou disabilitou byly začátky sportování již od dětství spojené s léčbou, zdravotním léčebným pohybem. Respondent 1 započal svůj sport až po nástupu do zaměstnání v Jedličkově ústavu, kde zjistil možnosti jeho provozování, začal pro zábavu a v současné době již sportuje pro výkon. Respondent 2 se svému sportu začal věnovat v krizovém období puberty, kdy si více uvědomoval svoji odlišnost od zdravé populace. Sport mu napomohl toto období lépe překlenout. Ke sportovní činnosti ho navedla fyzioterapeutka na rekondičním pobytu v Kladrubech. Respondent 3 se setkal se sporty v Jedličkově ústavu díky asistentu pedagoga a trenéra

sportovního klubu. Dva respondenti se získanou disabilitou (4 a 6) se k možnosti sportovních aktivit dostali především přes Paraple, které provozuje pravidelně letní a zimní kurzy, kde se osoby na vozíku mohou seznámit se sportem a vyzkoušet různé sportovní činnosti. Myslím, že takové organizace jsou pro tyto osoby důležité, nejen k upevnění zdravotního stavu, ale právě pro nasměrování osoby určitým směrem, zejména nachází-li se v situaci, kdy neví jak se svým „jiným“ životem naložit. Respondent 4 se navrátil zpět ke koním díky první rehabilitaci, kde se seznámil s hypoterapií a zjistil, že jezdit na koni může i po úrazu. Respondent 5 se snažil po úrazu navrátit k běžnému způsobu života, který vedl před úrazem, s výkonnostním sportem započal až po oslovení paralympijským výborem.

**Rodina.** Respondent 1 se svojí manželkou nesportuje vzhledem k vysokému stupni těhotenství, ale také proto, že manželka není nijak sportovně založená. Občas ráda lyžuje. Respondent se ale kontaktním a rizikovým sportům ze strachu o zranění vyhýbá. Zatím manželka respondenta ve svých aktivitách neomezuje, ale uvědomuje si, že po narození dítěte se jeho život bude muset změnit, doufá, že změna nezasáhne jeho sportovní kariéru. Respondent 2 uvádí, že by rodiče kvůli ní sjezdili půlku světa, dříve ji vozili na tréninky a závody, ale v současné době se snaží být samostatná a s rodinou se stýká omezeně. Respondent 3 žije s přítelkyní, se kterou se seznámil prostřednictvím sportu a nyní spolu trénují boccu. Nejen, jak uvádí Kábele, že sport umožňuje kontakt se zdravou populací (Kábele, 1992), ale dokonce představuje možnost najít si díky sportovním aktivitám, kde se soustředí lidé, svého životního partnera. A to je pro svobodné disabilní osoby díky změně hodnot určitě důležitý cíl v životě. Respondent 4 má malého syna, díky němuž je nyní dosti časově vytížen. Uvědomuje si, že sporty, které bude provozovat, zkusí i její syn, proto přehodnocuje, kterým druhům sportu se bude nadále věnovat. S přítelem se chystá v létě provozovat golf. U respondenta 5 je celá jeho rodina sportovně založená stejným směrem jako sám respondent, svému synovi dokonce v současné době dělá poradce. Respondent 6 bydlí s rodiči, ti ho nijak nepodporují, ani o některých jeho sportovních činnostech raději nevědí, zejména těch adrenalinových.

## 6. Závěr

Sport osobám přináší spoustu pozitiv, objevují se také negativa, které jak se zdá zatím nijak neodrazují od další činnosti. Postižené osoby motivuje ke sportu v podstatě to stejné jako zdravou populaci. Mohou to být sportovní ambice, naplnění volného času, pro radost a hlavně volnost pohybu a zdraví. V socializační oblasti především pro navazování kontaktů, přátelství. Hlavní pozitiva, která sport přináší, je zvyšování sebevědomí, fyzické zdatnosti, ale především umožňuje osobě po úrazu k návratu zpět do aktivního života a osoby disabilní od dětství osamostatňuje a včleňuje do běžného života zdravé populace. Se sportem mají možnost se seznámit v lázních, rehabilitačních ústavech, přes speciální pedagogické ústavy, neziskové organizace, kamarády, internet. Klíčových faktorů, které ovlivňují život disabilních jedinců ve vztahu ke sportu, je několik. Závisí od individuální osobnosti jedince (charakteru), zdravotního stavu, od typu provozovaného sportu, vyčerpání osoby zaměstnáním, rodinou, finančními prostředky, bariérovostí prostředí, ve kterém osoba žije.

Ve výzkumu se objevil hlavní rozdíl již v úvodu výzkumné práce, a to rozdílný výběr sportovních činností. Osoby s vrozenými postiženími jsou opatrnější a volí spíše klidnější druhy sportů, zaměřené více na soustředění a taktizování. Zato osoby se získaným postižením vyhledávají víc pohybové, akčnější až adrenalinové sporty a nebojí se zkoušet nové věci. Také se může zdát, že jedinci s vrozenou disabilitou, kteří se setkávají se sportovními činnostmi denně v rámci pedagogické rehabilitace, mohou plynuleji přejít k výkonnostnímu typu sportování.

Určitě by bylo vhodné provést další studie zabývající se problematikou sportu zdravotně postižených, neboť při rozhovorech s respondenty se objevily jiné obtíže, se kterými se jedinci setkávají, a to zejména u výkonnostního sportování. Byla to například otázka klasifikací, sponzorství, zaměření na druhy sportů, aj.

Práce může sloužit ke zlepšení přístupu osob s disabilitou chůze ke sportu a k seznámení široké veřejnosti s problematikou života disabilních osob.



## 7. Seznam informačních zdrojů

1. ADAMČOVÁ, E., BENEŠ, V., BÓDAY, A. a kol. *Neurorehabilitace*. 1. vyd. Praha: Triton, 2005. ISBN 80-7254-613-9
2. BRUTHANSOVÁ, D, JEŘÁBKOVÁ, V. *Koordinovaná rehabilitace*. 1. Vyd. Praha: VÚPSV, 2012. ISBN 978-80-7416-102-5
3. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *Tělesně postižený*. Praha: Vzdělávací institut ochrany ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-21-4
4. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika. Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-014-0
5. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum*. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. str. 176, 177, 407. ISBN 80-7357-040-2
6. HRABÁLEK, L. *Poranění páteře a míchy*. Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2842-0
7. JANKOVSKÝ, J. *Ucelený systém rehabilitace jako významný prostředek úspěšné integrace osob s postižením hybnosti*. In: VYSKOČILOVÁ, A. *Sborník příspěvků 1. české národní konference aplikovaných pohybových aktivit konané 19.-20.5.2011 v Olomouci*. 1. vyd. Olomouc, 2011. str. 16. ISBN 978-80-244-2764-5
8. JANKOVSKÝ, J. *Ucelený systém rehabilitace dětí*. 2. vyd. Praha: Triton, 2006. ISBN 80-7254-730-5
9. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*. 1.vyd. Praha: Olympia, 1992. ISBN 80-7033-233-6
10. KÁLAL, J. *Využití sportu u lokomočně hendikepovaných - historie a možnosti*. In: *Medicina Sportiva Bohemica & Slovaca*. Vol. 16. No 1. 2007. ISSN 1210-5481
11. KALVACH, Z. A KOL. *Křehký pacienti a primární péče*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-4026-3
12. KOMISE EVROPSKÝCH SPOLEČENSTVÍ. *Bílá kniha o sportu*. Brusel, 2007
13. KRAUS, J. a kolektiv. *Dětská mozková obrna*. 1. vyd. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-1018

14. KUČERA, M., KOLÁŘ, P., DYLEVSKÝ, I. A KOL. *Dítě, sport a zdraví*. 1.vyd. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-712-7
15. LIPPERTOVÁ-GRÜNEROVÁ, M. *Neurorehabilitace*. Galén, 2005. Str.250. ISBN 80-7262-317-6
16. MICHALÍK, J. a kolektiv, *Zdravotní postižení a pomáhající profese*, Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-859-3
17. NEČASOVÁ, M. *Sport jako prostředek integrace*. **In:** Časopis Sociální práce. Asociace vzdělavatelů v sociální práci. Roč. 10. 4/2010. str. 23. ISSN 1213-6204
18. NOVÁKOVÁ, I. *Zdravotní nauka 2. Díl: Učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3709-6
19. NOVOSAD, L. *Tělesné postižení jako fenomén i životní realita: diskurzivní pohledy na tělo, tělesnost, pohyb, člověka a tělesné postižení*. 1. vyd. Praha: Portál, 2011. str. 112-118. ISBN 9788073678739.
20. ORTH, H. *Das Kind in der Vojsa – Therapie. Ein Begleitbuch für die Praxis*. 2.vyd. Germany: Urban & Fischer, 2011. ISBN 978-3-437-46941-1
21. PEŠOVÁ, I, ŠAMALÍK, M. *Poradenská psychologie pro děti a mládež*. 1. vyd. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1216-4
22. PIČMAN, J. *Transformace Jedličkova ústavu v druhé půli devadesátých let minulého století*. **In:** Sociální práce. Roč.10, 4/2010. str.12-15. ISSN 1213-6204
23. PLEVOVÁ, I., SLOWIK, R. *Komunikace s dětským pacientem*. Praha: Grada, 2010. str. 138. ISBN 978-80-247-2968-8
24. SLEPIČKA, P., HOŠEK, V., HÁTLOVÁ, V. *Psychologie sportu* 1. vyd. Praha Univerzita Karlova: Karolinum, 2006. ISBN 80-246-1290-9
25. TOD, D., THATCHER, J., RAHMAN, R. *Sport Psychology*. Londýn, 2010. ISBN 978-0-230-24987-5. Český překlad: HARTLOVÁ, H. *Psychologie sportu*. Grada, 2012. str. 137. ISBN 978-80-247-3923-6
26. TROJAN, S. A KOL. *Rehabilitace motoriky člověka*. 3. vyd. Praha: Grada, 2005. str. 114, 115. ISBN 80-247-1296-2
27. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 3. vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3

28. VÁGNEROVÁ, M., HADJ-MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-929-4
29. VIŠŇA, P., HOCH, J. *Traumatologie dospělých. Učebnice pro lékařské fakulty*. Praha, 2004. ISBN 80-7345-034-8
30. VOTAVA, J. a kolektiv. *Ucelená rehabilitace osob se zdravotním postižením*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 50-246-0708-5
31. WENDCHE, P., BOSÁKOVÁ, H., ČIŽMÁŘ, I. a kol. *Poranění míchy: Ucelená ošetrovatelsko-rehabilitační péče*. 2. vyd. Brno, 2009. ISBN 978-80-7013-504-4
32. WORLD HEALTH ORGANIZATION. *International Classification of Functioning, Disability and Health: ICF*. WHO, 2001. ISBN 92 4 154542 9. Česká verze: *Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví*. 1. vyd. 2001. ISBN 978-80-247-1587-2

## **Legislativa**

1. MPSV. Článek 30. Účast na kulturním životě, rekreace, volný čas a sport. *Úvodní zpráva ČR o opatřeních přijatých k plnění závazků podle Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením*. Praha, 9/2011. *mpsv.cz* [online]. © Odbor 71 2.3.2012. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/12570>
2. MPSV. Článek 20. Osobní mobilita. *Úvodní zpráva ČR o opatřeních přijatých k plnění závazků podle Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením*. Praha, 9/2011. *mpsv.cz* [online]. © Odbor 71 2.3.2012. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/12570>
3. MŠMT. *BÍLÁ KNIHA O SPORTU*. Komise Evropských společenství. *mšmt.cz* [online]. © MŠMT 2006-2012. Brusel, 2007. KOM (2007) 391 v konečném znění. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/bila-kniha-o-sportu>
4. ZÁKON ČR č. 329/2011 Sb. *O poskytování dávek osobám se zdravotním postižením a o změně souvisejících zákonů*

## Internetové zdroje

1. Aplikované pohybové aktivity volný čas a sport. © Copyright 2011 Created by Laades & Mikec Company. All Rights Reserved. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.apavcas.cz/>
2. Centrum Paraple. *Sportovní kurzy*. [online]. © 2011 Obecně prospěšná společnost Centrum Paraple. [cit. 2013-2-3]. Dostupné Z: <http://www.paraple.cz/nase-sluzby/sportovni-kurzy.html>
3. Česká federace Spastic Handicap. [online]. © 2010 Česká federace Spastic Handicap o.s. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.spastic.cz/cz/uvod/>
4. Český paralympijský výbor. *Paralympijské hry*. [online]. © 2011 eSports.cz. © 2011 – ČPV. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.paralympic.cz/cpv/paralympijske-hry/>
5. VRÁBEL, T. *Historie paralympijských her: začali to váleční veteráni*. Sport. *lidovky.cz* [online]. 10. září 2012 13:00. © 2013 MAFRA, © Copyright ČTK, Reuters. ISSN 1213-1385. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: [http://sport.lidovky.cz/historie-paralympijskych-her-zacali-to-valecni-veterani-pei-/ln-sport-ostatni.asp?c=A120910\\_112052\\_In-sport-ostatni\\_vrb](http://sport.lidovky.cz/historie-paralympijskych-her-zacali-to-valecni-veterani-pei-/ln-sport-ostatni.asp?c=A120910_112052_In-sport-ostatni_vrb)
6. Sportovní klub Jedlička. Provozované sporty. [online]. © 2009 - 2012 Jedličkův ústav, příspěvková organizace, Liberec. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.ju-lbc.cz/cs/sk-jedlicka/>
7. Tělovýchovné jednotky a sportovní kluby. *cstps.cz* [online]. © 1990 – 2012. Český svaz tělesně postižených sportovců. Aktualizováno: Čtvrtek, 15 Listopad 2012 09:18. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.cstps.cz/stranky/tj-sk>
8. 1.centrum zdravotně postižených. Soubor HTM. [online]. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.1czpjc.cz/o-centru>
9. Kociánka. Aktivity. Sport. *kocianka.cz* [online]. © Kociánka 2007 – 2013. [cit. 2013-2-3]. Dostupné z: <http://www.kocianka.cz/?q=aktivity/sport>