



## Προσβασιμότητα και Κώφωση/Βαρηκοΐα

Αποστολακίδη Ελένη

ΑΜ: 6062202003007

*Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία που υποβάλλεται στην Τριμελή Εξεταστική Επιτροπή για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων απόκτησης του μεταπτυχιακού τίτλου του Μεταπτυχιακού Προγράμματος «Οργάνωση και Διαχείριση Αθλητικών Δραστηριοτήτων για Άτομα με Αναπηρίες (Α.με.Α.)» του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού της Σχολής Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας Ζωής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου*

Σπάρτη

2023

Εγκεκριμένο από την Τριμελή Εξεταστική Επιτροπή:

1. Επιβλέπων: Δρ. Στρίγκας Αθανάσιος, Καθηγητής
2. Μέλος: Παπαλουκάς Μάριος-Δανιήλ, Καθηγητής
3. Μέλος: Μαριδάκη Μαρία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια

**Copyright © Αποστολακίδη Ελένη, 2023.**

**Με επιφύλαξη κάθε δικαιώματος. All rights reserved.**

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας εργασίας, εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν τη χρήση της εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τον/τη συγγραφέα. Οι απόψεις και τα συμπεράσματα που περιέχονται σε αυτό το έγγραφο εκφράζουν τον/τη συγγραφέα και δεν πρέπει να ερμηνευθεί ότι αντιπροσωπεύουν τις επίσημες θέσεις του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού της Σχολής Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας Ζωής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ελένη Αποστολακίδη: Προσβασιμότητα και Κώφωση/Βαρηκοΐα  
(Με την επίβλεψη του κ. Αθανάσιου Στρίγκα, Καθηγητή ΤΟΔΑ).

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να αποτυπωθεί η ανάγκη για άσκηση όλων των ατόμων και να δοθεί ιδιαίτερη έμφαση στα κωφά και βαρήκοα άτομα, καθώς και στο πόσο ο αθλητισμός ευνοεί την προσβασιμότητα αυτής της ομάδας στο κοινωνικό σύνολο, αλλά και στο σχολικό περιβάλλον. Αναφέρεται στα πλεονεκτήματα και τα οφέλη του αθλητισμού και γίνεται λόγος για τους κωφούς, όπως επίσης και για την απώλεια ακοής και τα είδη της. Σημαντικό είναι να σημειωθεί ότι αναφέρεται επίσης στην προσβασιμότητα και στις μορφές επικοινωνίας των κωφών ατόμων. Γίνεται μια μικρή αναφορά στη νοηματική γλώσσα, στη σύμβαση του ΟΗΕ και καταλήγει στη Λευκή Βίβλο και στο πως ο αθλητισμός βοηθά στην κοινωνική ενσωμάτωση όλων των ατόμων. Το δείγμα συμπλήρωσε ερωτήσεις σε μορφή συνέντευξης (γραπτώς), και τα αποτελέσματα έδειξαν πως παρόλα τα εμπόδια που μπορεί να συναντήσει ένα κωφό/βαρήκοο άτομο στην προσβασιμότητα της καθημερινότητάς του, επιθυμεί να συνεχίσει να αθλείται, θεωρώντας πως ανήκει σε μια παγκόσμια ομάδα.

**Λέξεις-κλειδιά:** κώφωση, απώλεια ακοής, αθλητισμός, προσβασιμότητα, εκπαίδευση.

## **ABSTRACT**

Eleni Apostolakidi: Accessibility for the deaf and hard of hearing  
(Under the supervision of Dr. Stringas Athanasios, Professor).

The purpose of this study was to reflect the need for exercise for all people and to place particular emphasis on the deaf and hard of hearing people, as well as on how sports promote the accessibility of this group in society as a whole, but also in the school environment. The advantages and benefits of sports are mentioned, and there is a note on the deaf, as well as the hearing loss and its types. It is important to note that it also refers to accessibility and forms of communication for deaf people. There is a brief reference to sign language, the UN Convention and concludes with the White Bible of sports and how sports help with the social inclusion of all people. The sample completed interview questions (in writing form), and the results showed that despite the barriers that a deaf/hard of hearing person may encounter in accessibility in their everyday life, they still wish to continue to participate in sports or work out, considering themselves as part of a universal group.

**Keywords:** deafness, hearing loss, sports, accessibility, education.

## Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά τον επιβλέποντά μου, καθηγητή κύριο Στρίγκα Αθανάσιο για την αμέριστη βοήθεια που μου προσέφερε σε όλη την πορεία της συγγραφής μου, η συμβολή του οποίου ήταν πολύτιμη. Καθώς επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω και τον καθηγητή κύριο Παπαλουκά Μάριο, όπως και την αναπληρώτρια καθηγήτρια κυρία Μαριδάκη Μαρία, μέλη της τριμελούς επιτροπής, για τη συνεργασία, την υπομονή, την επιμονή, και την χρήσιμη καθοδήγηση αλλά και βοήθειά τους στη συγγραφή της διπλωματικής μου διατριβής. Χωρίς τις οδηγίες τους δε θα ήταν δυνατό να επιτευχθεί αυτός ο στόχος.

Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω τους καθηγητές μου του Μεταπτυχιακού για τις γνώσεις που είχα τη δυνατότητα να αποκτήσω καθόλη τη διάρκεια του προγράμματος αυτού, τους/τις ερωτηθέντες/ερωτηθείσες που συμμετείχαν στις συνεντεύξεις, πραγματικά το πιο σημαντικό κομμάτι της πορείας της συγκεκριμένης εργασίας, αλλά και την οικογένειά μου που ήταν πάντα δίπλα μου σε όλα τα βήματά μου.

*Στην οικογένειά μου*

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	ii
ABSTRACT.....	iii
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.....	vi
Σχήμα 4.1 Ενασχόληση με αθλητικές δραστηριότητες.....	viii
Σχήμα 4.2 Ύπαρξη αθλητικών χώρων/εγκαταστάσεων στο Πανεπιστήμιο.....	viii
Σχήμα 4.3 Υποστήριξη κατά τη διάρκεια της υποχρεωτικής εκπαίδευσης.....	viii
Σχήμα 4.4 Ενασχόληση με την άθληση/Αντιμετώπιση δυσκολιών.....	viii
Σχήμα 4.5 Υποστήριξη στο Πανεπιστήμιο/Υποχρεωτική παρακολούθηση θεωρητικών μαθημάτων.....	viii
Σχήμα 4.6 Τρόπος επικοινωνίας/Δυσκολία λόγω μάσκας .....	viii
Σχήμα 4.7 Άσκηση/Επικοινωνία.....	viii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ .....	ix
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι.....	10
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	10
1.1 Θεωρητική βάση του υπό διερεύνηση θέματος της εργασίας .....	11
1.2 Προσδιορισμός και οριοθέτηση του προβλήματος .....	13
1.3 Σκοπός της έρευνας.....	15
1.4 Ερευνητικές υποθέσεις.....	15
1.5 Οριοθετήσεις - Περιορισμοί .....	15
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ.....	16
ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ .....	16
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ.....	29
ΜΕΘΟΔΟΣ .....	29
3.1 Δείγμα.....	29
3.2 Μέσα συλλογής δεδομένων .....	29
3.3 Διαδικασία συλλογής δεδομένων.....	30
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙV .....	31
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ .....	31
ΚΕΦΑΛΑΙΟ V.....	36
ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ .....	36
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....	39
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ.....	44

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

Σχήμα 4.1 Ενασχόληση με αθλητικές δραστηριότητες.....	29
Σχήμα 4.2 Ύπαρξη αθλητικών χώρων/εγκαταστάσεων στο Πανεπιστήμιο.....	29
Σχήμα 4.3 Υποστήριξη κατά τη διάρκεια της υποχρεωτικής εκπαίδευσης.....	30
Σχήμα 4.4 Ενασχόληση με την άθληση/Αντιμετώπιση δυσκολιών.....	31
Σχήμα 4.5 Υποστήριξη στο Πανεπιστήμιο/Υποχρεωτική παρακολούθηση θεωρητικών μαθημάτων.....	31
Σχήμα 4.6 Τρόπος επικοινωνίας/Δυσκολία λόγω μάσκας.....	32
Σχήμα 4.7 Άσκηση/Επικοινωνία.....	33



## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ

ΑμεΑ: Άτομο/α με Αναπηρία

ΑΝΓ: Αμερικάνικη Νοηματική Γλώσσα

ΒΝΓ: Βρετανική Νοηματική Γλώσσα

ΕΝΓ: Ελληνική Νοηματική Γλώσσα

ΔΣ: Διεθνές Σύμβολο

ΕΣΑμεΑ: Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία

ΟΗΕ: Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών

ASL: American Sign Language

BSL: British Sign Language

IS: International Sign

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες προσφέρουν την ευκαιρία ευαισθητοποίησης σε παγκόσμια κλίμακα για τον αθλητισμό των ατόμων με αναπηρία (ΑμεΑ). Εν μέρει, οι εκδηλώσεις αυτές συμβάλουν επίσης στην αναθεώρηση των αντιλήψεων για τα άτομα με αναπηρία ευρύτερα στην κοινωνία (Department for Work and Pensions, 2014; SCOPE, 2016). Θα πρέπει να σημειωθεί, ότι οι Παραολυμπιακοί Αγώνες αποτελούν μια μονόπλευρη εικόνα του αθλητισμού των ατόμων με αναπηρία. Όπως και άλλες αθλητικές διοργανώσεις υψηλού επιπέδου, οι Παραολυμπιακοί Αγώνες λειτουργούν ρητά στο πλαίσιο ενός τομέα επιδόσεων και, ως εκ τούτου, δεν λαμβάνουν υπόψη όσους ασχολούνται με τον κοινοτικό αθλητισμό (ατόμων με αναπηρία) στο πλαίσιο της συμμετοχής. Πράγματι, παρόλο που οι Παραολυμπιακοί Αγώνες αντιπροσωπεύουν άτομα με ποικίλες αναπηρίες, οι αθλητές με μαθησιακές δυσκολίες και/ή άλλες αναπηρίες διαχωρίζονται και περιθωριοποιούνται (Jobling, Jobling & Fitzgerald, 2008). Επομένως, η συμμετοχή στον αθλητισμό εξετάζεται περιορισμένα, καθώς δεν αντιπροσωπεύει το ποικίλο φάσμα των ατόμων με αναπηρία στην κοινωνία. Ορισμένοι ερευνητές έχουν υποστηρίξει, ότι αυτό το είδος εκπροσώπησης είναι αντιπαραγωγικό για τα δικαιώματα της αναπηρίας (Braye, Dixon & Gibbons, 2013). Επιπλέον, οι αθλητές που πάσχουν από κώφωση ή βαρηκοΐα δεν έχουν δικαίωμα στους Παραολυμπιακούς Αγώνες, εκτός αν συνυπάρχει άλλη αναπηρία, που τους δίνει την πρόσβαση να αγωνιστούν στην συγκεκριμένη διοργάνωση. Οι κωφοί/βαρήκοοι συμμετέχουν στους Deaflympics, μια ελίτ αθλητική διοργάνωση ανοιχτή σε όσους αθλητές έχουν επίπεδο κώφωσης που ιατρικά ορίζεται ως 55 dB στο καλύτερο αυτί τους (Harrison, 2014).

Στο πλαίσιο αυτής της ευρύτερης συζήτησης γύρω από την αναγνώριση, την εκπροσώπηση και την προσβασιμότητα στον αθλητισμό, η παρούσα εργασία επικεντρώνεται στα κωφά/βαρήκοα άτομα, προκειμένου να προσφέρει κάποιες παρατηρήσεις σχετικά με αυτή τη συχνά αγνοούμενη κοινωνική ομάδα.

## 1.1 Θεωρητική βάση του υπό διερεύνηση θέματος της εργασίας

Τα κοινά προβλήματα των ατόμων με αναπηρία περιλαμβάνουν στερεότυπα, στιγματισμό, δυσκολίες στην εκπαίδευση και την απασχόληση και προβλήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις. Αυτά συχνά οδηγούν σε αισθήματα κατωτερότητας, κατάθλιψη, αλλαγές στην προσωπικότητα, κακή κοινωνικοποίηση και απομόνωση, αρνητικές επιλογές στον τρόπο ζωής, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης νικοτίνης, αλκοόλ και ψυχαγωγικών ναρκωτικών, και αρνητικές στάσεις απέναντι στη σωματική δραστηριότητα.

Κλινικές μελέτες, ιδίως σε παραπληγικούς, αποκαλύπτουν μείωση των υποκειμενικών και αντικειμενικών διαταραχών της ψυχολογικής λειτουργίας μεταξύ των ατόμων που συμμετέχουν στον αθλητισμό. Τα ευρήματα περιλάμβαναν μειωμένες βαθμολογίες για το άγχος, τη φοβία, την εμμονή, τη σωματοποίηση και την κατάθλιψη.

Ο αθλητισμός έχει πολλά ψυχολογικά πλεονεκτήματα για τα άτομα με αναπηρία, επειδή είναι ένας ευχάριστος τρόπος άσκησης και βοηθά στην ανακούφιση από την πλήξη της αποκατάστασης. Επιτρέπει την εκούσια επιλογή, τη λήψη προσωπικών αποφάσεων και επιτρέπει αυξημένες ευκαιρίες για εκτροπή και διασκέδαση. Επιτρέπει στα άτομα με αναπηρία να ανακτήσουν επαφή με τον φυσιολογικό κόσμο και να διευκολυνθεί η κοινωνική επανένταξη. Ο αθλητής με αναπηρία μπορεί κάλλιστα να είναι σε θέση να προπονείται και σε ορισμένες περιπτώσεις να συναγωνίζεται με φυσιολογικούς αθλητές. Τα συναισθήματα κατωτερότητας μειώνονται και υπάρχουν αυξημένες ευκαιρίες, επιλογές και εμπειρίες διαθέσιμες στους ανάπηρους, ώστε να αυξάνεται η αυτοεκτίμησή τους. Τα άτομα με αναπηρία μπορεί να κερδίσουν το σεβασμό της κοινότητας των αρτιμελών και μια αυξημένη αποδοχή του εαυτού τους ως αποτέλεσμα της αθλητικής συμμετοχής, βοηθώντας τα έτσι στον αγώνα τους κατά της προκατάληψης και του στιγματισμού. Ο αθλητής με αναπηρία μπορεί να γίνει αντιληπτός ως εξειδικευμένος αθλητής και όχι πλέον ως παραπληγικός, εγκεφαλικά παράλυτος ή τυφλός.

Συνεπώς, τα ψυχολογικά και σωματικά οφέλη της συμμετοχής στον αθλητισμό και την άσκηση για τα άτομα με αναπηρία είναι σημαντικά. Ο ειδικός αποκατάστασης, ο ιατρός αθλητιατρικής και ο γενικός ιατρός, θα πρέπει όλοι να συμμετέχουν στην ενθάρρυνση του ατόμου με αναπηρία να συμμετέχει σε κάποιο είδος αθλητικής δραστηριότητας.

### **1.1.1. Ακούοντες**

Ιστορικά, η κυρίαρχη κουλτούρα των ακούοντων υποβίβασε τους κωφούς σε κοινωνικές κατηγορίες, όπως "ανάπηροι" και "παρείσακτοι". Η ιστορία της καταπίεσης και του αποκλεισμού της κοινότητας των κωφών -αν και με σημαντικές διαφοροποιήσεις ανάλογα με τις χώρες- και η άγνοια και η απόρριψη των φυσικών και προτιμώμενων μέσων επικοινωνίας πολλών από αυτούς είναι ένα γνωστό και πολλές φορές καταγγελλόμενο φαινόμενο. Ωστόσο, οι κωφοί αναπηρούν περισσότερο από τις συναλλαγές τους με τον κόσμο των ακούοντων παρά από την παθολογία της βαρηκοΐας τους. Δυστυχώς, η κοινωνική εικόνα της κώφωσης εξακολουθεί και σήμερα σε πάρα πολλές χώρες να χαρακτηρίζεται όχι μόνο από ένα βαθιά ριζωμένο παθολογικό στίγμα αλλά και από αρνητικά στερεότυπα και προκατειλημμένες στάσεις απέναντι στους κωφούς -που οφείλονται κυρίως σε μια εκτεταμένη κοινωνική έλλειψη γνώσεων σχετικά με τους μηχανισμούς επικοινωνίας και τον τρόπο λειτουργίας τους σε συνδυασμό με την κουλτούρα-, οι οποίες έχουν επηρεάσει δυσμενώς τις ιατρικές, νομικές και εκπαιδευτικές πολιτικές για τους κωφούς. Σε μεγάλο βαθμό, η κοσμοθεωρία της κώφωσης έχει ασκήσει επιρροή σε τόσα πολλά ζητήματα που απασχολούν τους κωφούς, ώστε μια ανασκόπηση του θέματος αναδεικνύεται ως ζωτικής σημασίας σε αυτό το σημείο (Munoz-Baell, 2000).

### **1.1.2. Κοινότητα κωφών**

Η κώφωση εκ γενετής έχει σοβαρές συνέπειες στην ανάπτυξη των παιδιών στο διανοητικό, γνωστικό, ψυχολογικό και κοινωνικό τομέα. Για αυτό το λόγο θα πρέπει να δοθεί βάση στις μικρές υποομάδες στις οποίες έχει χωριστεί.

A) κωφά παιδιά που έχουν γεννηθεί από κωφό γονέα και έχουν ως μητρική τους γλώσσα τη νοηματική,

B) κωφά παιδιά που έχουν γεννηθεί από ακούοντα άτομα (μητέρα ή πατέρα) και οι οποίοι δε θέλουν να έχουν σχέση με τη νοηματική γλώσσα,

Γ) κωφά παιδιά με κάποιο ή κάποια κωφά μέλη στην οικογένειά τους.

Και οι δύο κοινότητες, οι ακούοντες και οι κωφοί δηλαδή, έρχονται αντιμέτωπες με γλωσσικά εμπόδια στην επικοινωνία τους. Η διαφορά στις προκλήσεις αυτές βρίσκεται στο πως αυτές ερμηνεύουν τα εμπόδια αυτά και στο πως ορίζουν τις ζωές τους.

Όσον αφορά στο παιδικό ηλικιακό κομμάτι, ο κοινωνικός κόσμος των παιδιών είναι δύσκολο να κατασκευαστεί όταν εμπλέκονται τα άγχη του κάθε γονέα, χαμηλές αυτοεκτιμήσεις και ο κοινωνικός αποκλεισμός τα οποία είναι μια πληθώρα συνεπειών που αντιμετωπίζουν στον επικοινωνιακό τομέα. Έτσι, λοιπόν, λόγω αυτής της «αναπηρίας»,

όπως τη θεωρούν, οι κωφοί δύσκολα θα ακολουθήσουν υψηλή παιδεία, με αποτέλεσμα να μην ψάχνουν για καλές δουλειές, οπότε και αυτό συνεπάγεται χαμηλά εισοδήματα. Το γεγονός, ότι οι ακούντες τους απορρίπτουν και τους αποξενώνουν δε βοηθά ιδιαίτερα, καθώς τους κάνει να αυτοκαλούνται μειονότητα. Παρ'όλ'αυτά, ο πολιτισμικά κωφός δε θεωρεί τον εαυτό του ως ανάπηρο, αλλά ως μέλος μιας κοινότητας, η οποία ονομάζεται κοινότητα των κωφών. Για να ενταχθεί κάποιος στην κοινότητα αυτή θα πρέπει να το κερδίσει μέσα από εμπειρίες παρόμοιες, μέσα από τη νοηματική. Δεν αρκεί δηλαδή το να είναι κάποιος κωφός ή βαρήκοος στην προκειμένη περίπτωση. Η συμπερίληψη των ατόμων αυτών στην ίδια αυτή ομάδα μπορεί να θεωρηθεί ως ψυχοθεραπεία, καθώς εντείνει τη δίγλωσση πολιτισμική εκπαίδευση εκτός του προφορικού λόγου (Munoz-Baell, 2000).

Εκτός από τις προαναφερθείσες υποομάδες, αξίζει να τονιστεί η σημασία της μειονότητας ακόμα και μέσα στην ίδια την ομάδα.

Στην πρώτη (α) ομάδα τα άτομα αυτά ονομάζονται Κωφοί, με κεφαλαίο «Κ». Αυτά τα άτομα είναι στενά συνδεδεμένα μεταξύ τους, έχουν τη νοηματική ως κύρια γλώσσα τους όταν επικοινωνούν και ακολουθούν τη λεγόμενη κουλτούρα των Κωφών (Vernon, 2006).

Η δεύτερη (β) και η τρίτη (γ) ομάδα είναι υποομάδες οι οποίες χαρακτηρίζονται ως κωφοί ή βαρήκοοι. Ο τρόπος επικοινωνίας τους είναι ο προφορικός λόγος, η ανάγνωση των χειλιών ή η γραφή. Αυτά τα άτομα είναι άτομα που έχασαν την ακοή τους κάποια στιγμή στη ζωή τους, είναι άτομα που χρησιμοποιούν ακουστικά βοηθήματα και η ακοή τους είναι αρκετά καλή ώστε καταλαβαίνουν πράγματα που έχουν ειπωθεί (Vernon, 2006).

## **1.2 Προσδιορισμός και οριοθέτηση του προβλήματος**

Ο ορισμός της σωματικής δραστηριότητας μπορεί να ποικίλλει. Η σωματική δραστηριότητα είναι η κίνηση του σώματος που παράγεται από τους σκελετικούς μύες και αυξάνει την ενεργειακή δαπάνη. Συνδέεται με τη βελτίωση της ψυχικής, συναισθηματικής, κοινωνικής, γνωστικής και κινητικής ανάπτυξης του ανθρώπου. Πολλές μελέτες έχουν δείξει ότι οι μέτριας έντασης σωματικές δραστηριότητες έχουν σημαντικά οφέλη για την υγεία (WHO, 2019; Caspersen, Powell, & Christenson, 1985). Η σωματική δραστηριότητα μειώνει τον κίνδυνο καρδιαγγειακών παθήσεων, διαβήτη, κατάθλιψης, παχυσαρκίας (WHO, 2019; Kohl III & Cook, 2013). Έτσι, οι δραστηριότητες αυτές μπορούν να επιφέρουν ψυχολογικά και φυσιολογικά οφέλη (π.χ. προαγωγή της υγείας, έκφραση συναισθημάτων, διαμόρφωση κριτικής συνείδησης, ανάπτυξη αυτονομίας και κίνητρα για σπουδές, μεταξύ άλλων) (Arent et al., 2020). Η φυσική δραστηριότητα μπορεί να πραγματοποιηθεί χωρίς περιορισμούς

από τον κωφό πληθυσμό. Ο όρος κωφός αναφέρεται γενικά σε ένα άτομο που δεν μπορεί να ακούσει και να επεξεργαστεί πληροφορίες με την ακουστική διαδικασία (Barboza et al., 2019; Ercan et al., 2016). Ένα κωφό άτομο δεν μπορεί να ακούσει και συνεπώς, δεν είναι σε θέση να μάθει αυθόρμητα πώς να μιλάει και να κατανοεί την ομιλία (Mayberry, 2002; Hoffman et al., 2010). Συνήθως η κώφωση σχετίζεται μόνο με την απώλεια ακοής και δεν επηρεάζει την ικανότητα άσκησης (Barboza et al., 2015). Αρχικά, η κώφωση περιορίζει την ανάπτυξη του προφορικού λόγου και η γνωστική ανάπτυξη (η οποία είναι σύνθετη και ποικίλη) θα εξαρτηθεί από τον τρόπο με τον οποίο η οικογένεια και η κοινωνία αντιδρούν και αλληλοεπιδρούν με τα κωφά άτομα (Mayberry, 2002).

Η σχέση του ανθρώπου είναι αρκετά συνδεδεμένη με τον αθλητισμό. Πολλά άτομα επιλέγουν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό είτε σε επαγγελματική βάση ή/και σε ερασιτεχνική. Για τα άτομα με αναπηρία, συμπεριλαμβανομένων των κωφών και βαρήκοων αποτελεί ένα τρόπο έκφρασης. Σημαντικό πλεονέκτημα για τα άτομα αυτά αποτελεί το ευεργέτημα της άσκησης στην υγεία. Επίσης, η σχέση των ατόμων με την άσκηση βελτιώνει τις πνευματικές αντοχές, επαναπροσδιορίζει τις ηθικές αξίες και προάγει την κοινωνικοποίηση (Μπαρμπούτης, 2013). Γι' αυτό άλλωστε, μέσω της άσκησης δημιουργούνται και τους αναπτύσσονται η σωματική και η νοητική υπόσταση, εμφυσώντας διάφορες σημαντικές κοινωνικές αξίες, όπως η αυτοπειθαρχία, η δικαιοσύνη, το πνεύμα ομαδικότητας, η αλληλεγγύη, η ανεκτικότητα και το ευ αγωνίζεσθε. Ωστόσο, η σχέση του αθλητισμού με τα άτομα με αναπηρία επηρεάζεται και από εξωτερικούς και από εσωτερικούς παράγοντες. Πιο συγκεκριμένα, η στάση και η αντίληψη των γονέων, αλλά και του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου διαδραματίζουν μεγάλο ρόλο στη συμμετοχή των ατόμων, κωφών ή μη, στον αθλητισμό (Ζένιου, Γιαννικοπούλου, 2019). Ακόμα, τα άτομα αυτά μέσω της συμμετοχής τους στον αθλητισμό μαθαίνουν να διαχειρίζονται καλύτερα το σώμα τους, το άγχος τους και άλλα καθημερινά προβλήματα, καθώς βελτιώνουν τις κοινωνικές τους σχέσεις (Στρατούρη, 2017).

### **1.3 Σκοπός της έρευνας**

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση της επίδρασης του αθλητισμού/άσκησης στην προσβασιμότητα των κωφών/βαρήκοων ατόμων. Ανεξάρτητη μεταβλητή είναι η κώφωση/βαρηκοΐα και η εξαρτημένη μεταβλητή είναι η επίδραση του αθλητισμού/άσκησης στην προσβασιμότητα.

### **1.4 Ερευνητικές υποθέσεις**

H<sub>α1</sub>: Η άσκηση/αθλητισμός συνεισφέρει στην προσβασιμότητα των κωφών/βαρήκοων ατόμων.

H<sub>α2</sub>: Τα κωφά/βαρήκοα άτομα ασκούνται ή επιλέγουν την άσκηση ως μέσο κοινωνικοποίησης.

H<sub>α3</sub>: Η προσβασιμότητα στην άσκηση των κωφών/βαρήκοων ατόμων επηρεάζεται από το κοινωνικό/εκπαιδευτικό πλαίσιο.

### **1.5 Οριοθετήσεις - Περιορισμοί**

Οριοθετήσεις:

- Στην μελέτη συμμετείχαν αποκλειστικά άτομα που έπασχαν από κώφωση ή βαρηκοΐα.
- Οι συμμετέχοντες γνώριζαν μια μορφή επικοινωνίας (χειλανάγνωση, νοηματική) τουλάχιστον.

Περιορισμοί:

- Ο αριθμός του δείγματος ήταν περιορισμένος.
- Οι απαντήσεις δόθηκαν γραπτώς.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ II

### ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

#### 2.1. Απώλεια Ακοής

Η απώλεια ακοής ανήκει στις διαταραχές αισθητηρίων οργάνων. Αυτή υπάρχει όταν μειώνεται η ικανότητα ακοής, το οποίο είναι πρόβλημα που μπορεί να δημιουργηθεί στο έξω, μέσο ή έσω αυτί. Όταν έχουμε μερική απώλεια ακοής, καλείται βαρηκοΐα, ενώ όταν είναι ολική, καλείται κώφωση. Μπορούμε να τη συναντήσουμε και στα δύο αυτιά (αμφοτερόπλευρη), ή μόνο στο ένα (μονόπλευρη). Μπορεί, επίσης, να είναι μόνιμη ή προσωρινή.

##### 2.1.1. Αιτίες που την προκαλούν

Τα αίτια της μπορεί να είναι περιβαλλοντικά ή γενετικά. Η γήρανση μπορεί να είναι μια ακόμη αιτία (καλείται πρεσβυακουσία), όπως επίσης και κάποιες λοιμώξεις. Μπορεί να προκληθεί μέσω επιπλοκών κατά τη γέννηση, μέσω χρόνιων λοιμώξεων του ωτός, όπως και μέσω μερικών φαρμάκων ή τοξινών, καθώς επίσης και λόγω τραυμάτων του αυτιού. Όσον αφορά το παιδί, κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης, οι ασθένειες που την προκαλούν είναι η ερυθρά, η σύφιλη και ο κυττερομεγαλοϊός.

##### 2.1.2. Διάγνωση

Με κλινική εξέταση μπορεί ένας ωτορινολαρυγγολόγος να κάνει διάγνωση. Αυτή μπορεί να γίνει με φυσική εξέταση(καλείται ωτοσκόπηση), με κάποιες γενικές εξετάσεις που γίνεται έλεγχος, εξετάσεις που βασίζονται σε εφαρμογές και δοκιμασίες, καθώς και με την ακοομέτρηση. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί ο γιατρός να εντοπίσει και να προσδιορίσει τη βλάβη που υπάρχει στο ακουστικό σύστημα.

Ήπια χαρακτηρίζεται, όταν κάποιος δε μπορεί να ακούσει από 25 έως 40 dB. Μέτρια από 41 έως 55 dB, μέτρια προς σοβαρή από 56 έως 70dB, σοβαρή από 71 έως 90 dB, και βαθιά όταν η απώλεια είναι μεγαλύτερη από 90 dB (“Απώλεια ακοής”, 2022).

##### 2.1.3. Συμπτώματα

###### Κίνηση

- Υπάρχει έλλειψη ισορροπίας η οποία μπορεί να είναι και στατική και δυναμική.
- Μπορεί να εμφανιστεί ίλιγγος.
- Χρειάζεται περισσότερος χρόνος για να κατανοηθεί και να εκτελεστεί σωστά μια κίνηση.



### Ομιλία

- Δημιουργούνται διαταραχές στην ομιλία του ατόμου. Είτε έχουμε μια μη καθαρή ομιλία, με πιο δυνατή φωνή, ή και μονότονη.
- Το άτομο δε γελάει συχνά.

### Ακοή

- Έχουμε έλλειψη στην έκφραση και αδιαφορία(απάθεια) για διάφορους ήχους.
- Υπάρχει έλλειψη αντίδρασης σε διάφορες λέξεις που έχουν ειπωθεί, επίσης γίνεται παράκληση να επαναληφθούν προτάσεις ή λέξεις.
- Το σώμα τεντώνεται προς την κατεύθυνση του ήχου για καλύτερη κατανόηση.

### Συμπεριφορά

- Ενδέχεται να εκδηλωθεί παρορμητικότητα και εκνευρισμός.
- Υπάρχουν τάσεις για απομόνωση, όπως επίσης και μελαγχολική διάθεση.

### Υγεία

- Ενδέχεται να υπάρχουν χρόνιοι πόνοι ή πίεση σε αυτιά.
- Πρόκληση μολύνσεων(ωτίτιδες).

### Οπτική προσοχή

- Έχει παρατηρηθεί ότι άτομα με απώλεια ακοής έχουν πολύ καλή οπτική προσοχή καθώς είναι σε ετοιμότητα για τυχόν κινήσεις και χειρονομίες που προέρχονται από άλλους.

Εκτός των προαναφερθέντων σημείων, αξίζει να δοθεί προσοχή στο γεγονός ότι το άτομο δυσκολεύεται όταν χρησιμοποιεί το τηλέφωνο, δυσκολεύεται στο να εντοπίζει τον ήχο και να κατανοεί την ομιλία, κυρίως αυτήν που έχει υψηλή συχνότητα, όπως και όταν υπάρχει θόρυβος ή όταν υπάρχουν άλλοι ήχοι στο περιβάλλον γύρω του. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο το άτομο νιώθει πως πρέπει να αυξάνει την ένταση της τηλεόρασης ή του ραδιοφώνου, ώστε να μπορεί να ακούει πιο καθαρά τους ήχους.

Επίσης, άξιο αναφοράς είναι το ότι πιθανόν να παρουσιαστεί ενδεχόμενο κουδουνίσματος, εμβοών, βουητού ή σφυρίγματος στην περίπτωση απουσίας εξωτερικού ήχου, όπως και το ενδεχόμενο διαταραχών των κινήσεων στο πρόσωπο(όγκος ή περίπτωση εγκεφαλικού επεισοδίου) ή ατόμων που πάσχουν από την παράλυση του Bell(Bell's Palsy) (“Απώλεια ακοής”, 2022).

## 2.2. Είδη απώλειας ακοής

Έχουμε τρεις κύριους τύπους.

Τη βαρηκοΐα αγωγιμότητας, τη νευροαισθητήριο βαρηκοΐα, και τη μικτή.

1. Η **βαρηκοΐα αγωγιμότητας** μπορεί να προκληθεί όταν υπάρχει βλάβη στο έξω ή μέσο αυτί και υπάρχει εμπόδιση των ηχητικών κυμάτων έξω ή μέσου ωτός. Προκαλείται από μόλυνση, από υγρό στο μέσο αυτί, από βλάβη των οσταρίων στο μέσο αυτί, από διάτρηση στην τυμπανική μεμβράνη ή όταν υπάρχει ξένο σώμα ή σμήγμα στον ακουστικό πόρο.

*Συμπτώματα* αυτής είναι:

- Λανθασμένη αντίληψη ήχου και ομιλίας.
- Ύπαρξη πόνου σε αυτί ή εκροή υγρού.
- Ύπαρξη ερυθρότητας ή πρηξίματος στο εξωτερικό τμήμα του ωτός.
- Ύπαρξη πίεσης ή το αίσθημα του ότι το αυτί είναι γεμάτο.

2. Η **νευροαισθητήριο βαρηκοΐα** μπορεί να προκληθεί όταν υπάρχει βλάβη στο εσωτερικό του αυτιού (έσω) και δε μπορεί να λάβει ή να στείλει κύματα δονήσεων στον εγκέφαλο. Προκαλείται από την εμφάνιση μολύνσεως ή νόσου, από τη λήψη φαρμακευτικών σκευασμάτων, από υπερβολικό θόρυβο, καθώς και από εμφάνιση προβλημάτων στη γέννα ή τα γηρατειά.

*Συμπτώματα* αυτής είναι:

- Παραμόρφωση ήχου και δυσκολία κατανόησης ομιλίας.
- Ύπαρξη δυσκολίας κατανόησης συχνοτήτων (υψηλοί τόνοι περισσότερο).
- Ύπαρξη δυσκολίας κατανόησης ήχων, όταν υπάρχει θόρυβος στο εξωτερικό περιβάλλον.

3. Η **μικτή βαρηκοΐα** είναι μια μίξη των δυο προηγούμενων, δηλαδή όταν παρουσιάζονται βλάβες και στο έσω και έξω ή μέσο αυτί καθώς η μετάδοση ηχητικών κυμάτων δεν είναι αποτελεσματική, οπότε και αυτά δεν μπορούν να ανιχνευτούν και να μεταδοθούν στον εγκέφαλο.

Τα συμπτώματα αυτής έχουν αναφερθεί παραπάνω.

Τέλος, υπάρχει και ένας άλλος τύπος βαρηκοΐας που καλείται **κεντρική ή νευρική βαρηκοΐα** και μπορεί να προκληθεί, όταν βλάπτεται το νεύρο του ωτός ή τα ακουστικά κέντρα. Αυτό σημαίνει πως ενώ η μετάδοση των ηχητικών κυμάτων είναι ομαλή, τα σήματα ή οι ηλεκτρικοί παλμοί δε λαμβάνονται σωστά. Προκαλείται από ύπαρξη κρανιοεγκεφαλικών κακώσεων, νόσων ή όγκων και το άτομο αδυνατεί να κατανοήσει τους ήχους γύρω του (“Βαρηκοΐα”, n.d).

Στην περίπτωση της βαρηκοΐας μπορεί η ακοή να αποκατασταθεί μερικώς μέσω κοχλιακών εμφυτευμάτων ή αν χρησιμοποιηθεί ακουστικό βοήθημα. Η διάγνωση για το πιο κατάλληλο βοήθημα μπορεί να διεξαχθεί σε κέντρα ακοής για όσο το δυνατόν λιγότερη απώλεια ακοής.

Η τεχνολογία έχει εξελιχθεί αρκετά τα τελευταία χρόνια και έτσι ο καθένας μπορεί να τρέξει μια έρευνα αγοράς, είτε σε καταστήματα ή κέντρα ακοής ή ακόμα και στο διαδίκτυο. Αυτά τα ακουστικά βοηθήματα είναι ακουστικά βαρηκοΐας, τα οποία μπορούν να συνδεθούν μέσω εφαρμογών με το κινητό τηλέφωνο, το laptop, το iPad ή ακόμα και με την τηλεόραση του ατόμου. Υπάρχει μια πληθώρα επιλογών από τα οποία μπορεί κανείς να διαλέξει, σύμφωνα πάντα με τις ανάγκες του και τη γνώμη ειδικού.

- *Behind the ear (BTE) / miniBTE* λέγονται αυτά που τοποθετούνται πίσω από το αυτί και βγαίνουν σε κανονικό αλλά και σε πιο μικρό μέγεθος, εξ ου και η ονομασία miniBTE.
- *Receiver in the ear (RITE) / miniRITE* λέγονται εκείνα που ο αποδέκτης βρίσκεται μέσα στο αυτί και υπάρχει
- *Completely in the canal (CIC)* λέγονται αυτά που τοποθετούνται μέσα στον ακουστικό πόρο και δεν υπάρχει κέλυφος με μηχανισμό όπως τα Behind the ear.
- *Invisible in the canal (IIC)* λέγονται εκείνα που η τοποθέτησή τους γίνεται στο βάθος του ακουστικού πόρου, και όπως αναφέρει η ονομασία τους, είναι ουσιαστικά αόρατα (“Oticon Hearing Aids”, n.d).

### **2.3. Τρόποι που διασφαλίζεται η προσβασιμότητα**

Η Χριστοφή, Μ., (2013, p.78) αναφέρει πως το άτομο που έχει πρόβλημα με την ακοή του δυσκολεύεται, όταν ενημερώνεται για οτιδήποτε, όταν για παράδειγμα η ενημέρωση γίνεται μόνο με ήχο και όχι με οπτικό σύστημα ταυτόχρονα. Δυσκολεύεται επίσης όταν επικοινωνεί με τους γύρω του και δεν υπάρχει δυνατότητα διερμηνείας στη νοηματική γλώσσα, ή σύστημα που ενισχύει τον ήχο, όπως επίσης και όταν χρησιμοποιεί συσκευές, εξοπλισμό και βοηθήματα τα οποία δεν έχουν προσαρμοστεί στις εκάστοτε ανάγκες του (για παράδειγμα οπτικοακουστική πληροφορία ή δονήσεις κλπ.)

Το να διασφαλισθεί η προσβασιμότητα έχει στόχο το να εξαλειφθούν τα παραπάνω εμπόδια από όλους του τομείς και το να ικανοποιηθούν οι ανάγκες του βαρήκοου/κωφού ατόμου, ώστε να μπορεί να γίνει αξιοποίηση των δυνατοτήτων του και να συμμετάσχει και αυτό ισотίμως στην κοινωνική και οικονομική εξέλιξη με άλλους συμπολίτες του.

Η εφαρμογή της προσβασιμότητας αναγνωρίζεται τόσο σε δημόσιες και ιδιωτικές

υπηρεσίες αλλά και σε υποδομές και αγαθά και επηρεάζει την καθημερινότητα σε όλους τους τομείς (Χριστοφή, 2013, p.79).

### **Διευκολύνσεις**

Για το βαρήκοο/κωφό άτομο, για να επιτευχθεί η έννοια της προσβασιμότητας όπως ορίζεται, καθίσταται αναγκαίο στην καθημερινή ζωή:

- Η διάθεση οπτικών σημάτων.
- Η προοπτική για υπότιτλους όπου κρίνεται απαραίτητο.
- Η διάθεση κειμενοτηλεφώνου.
- Η προοπτική για μετάφραση στη νοηματική.
- Η προοπτική για συστήματα που ενισχύουν τον ήχο.
- Η διάθεση συστήματος ή συσκευής με δονήσεις σε περίπτωση ειδοποίησης (για παράδειγμα υπηρεσία αφύπνισης ξενοδοχείου, πλοίου/τραίνου κλπ.) (Χριστοφή, 2013, p.91).

### **2.4. Επικοινωνία**

Με το όρο επικοινωνία εννοούμε τον τρόπο με τον οποίο μια πληροφορία (είτε σκέψη, ιδέα ή συναίσθημα) μεταβιβάζεται από κάποιον ή κάποιους (τον οποίο καλούμε πομπό Α) σε κάποιον άλλο, που καλείται δέκτης Β. Στόχος είναι η πρόκληση μιας ιδέας, πράξης ή ενός συναισθήματος, ώστε να επηρεαστεί η κατάσταση και η συμπεριφορά του Β (Ισχάκης, 2021).

Η επικοινωνία μεταξύ κωφών και μη κωφών (ακούοντες) επιτυγχάνεται με διάφορους τρόπους. Όλα εξαρτώνται από τον βαθμό της απώλειας ακοής τους και το πότε έχασαν την ακοή τους. Μπορεί να επιτευχθεί με τον προφορικό λόγο, την χειλεανάγνωση και τη χρήση της νοηματικής γλώσσας, καθώς επίσης και με υποστηρικτικές τεχνολογίες.

### **2.5. Χειλεανάγνωση**

Με τον όρο χειλεανάγνωση (ή αλλιώς lip reading) εννοούμε, όπως αναφέρει και η λέξη, το «διάβασμα» των χειλιών. Το άτομο, προσπαθεί να αποκωδικοποιήσει στοιχεία που προσφέρονται στην επικοινωνία του με ένα άλλο άτομο ή μια ομάδα ατόμων και στην έκφραση του λόγου και του προσώπου τους.

Ο όρος αυτός έχει συνδεθεί με την εξάσκηση και την ανάπτυξη συγκεκριμένων δεξιοτήτων οι οποίες βοηθούν το άτομο να επικοινωνεί αποτελεσματικότερα και ευκολότερα. Το άτομο δίνει βάση στη γλώσσα του σώματος του πομπού, στις κινήσεις αλλά και τους μορφασμούς του, και με αυτόν τον τρόπο, χρησιμοποιώντας την όρασή του και την παρατηρητικότητα του, γίνεται η αποκωδικοποίηση της κάθε πληροφορίας (“Χειλεανάγνωση”, n.d).

### **2.5.1 Δεδομένα για την χειλεανάγνωση**

- Για την κατανόηση των πληροφοριών η αποφυγή ερεθισμάτων στο άμεσο περιβάλλον, είναι απαραίτητη, ώστε να μπορεί ο αποδέκτης να συγκεντρωθεί.
- Οι ομιλητές θα πρέπει να μιλούν καθαρά και αργά.
- Είναι δύσκολο έως αδύνατο να μπορέσει κάποιος να κατανοήσει το άτομο που έχει απέναντί του, όταν υπάρχουν σκιές ή όταν ο φωτισμός του περιβάλλοντος δεν είναι επαρκής.
- Κάποιοι ήχοι, για ένα άτομο με απώλεια ακοής, είναι παρόμοιοι. Για αυτόν τον λόγο θα πρέπει να δίνεται έμφαση στις εκφράσεις του ομιλητή, ώστε να αποφευχθούν τυχόν παρεξηγήσεις.
- Χρειάζονται αρκετές ώρες εξάσκησης και υπομονής για μια πιο πλήρη μορφή επικοινωνίας (“A beginner’s guide to lipreading”, n.d).

## **2.6. Νοηματική Γλώσσα**

Καθώς η επικοινωνία μας έχει κατηγοριοποιηθεί σε λεκτική και μη λεκτική και το μη λεκτικό κομμάτι ανέρχεται σε ποσοστό άνω του 60% (Κουππή, n.d), αξίζει να αναφερθεί και η σημασία της νοηματικής γλώσσας για τα κωφά και βαρήκοα άτομα.

Οι νοηματικές γλώσσες είναι οπτικο-κινησιακές γλώσσες. Βασίζονται δηλαδή στις κινήσεις των χεριών, των σωμάτων ή στις στάσεις τους, όπως επίσης και στην κάθε έκφραση των προσώπων που χρησιμοποιούν τα άτομα για την απόδοση εννοιών, αφηρημένων ή μη. Υπάρχουν παραλλαγές σε κάθε περιοχή, αλλά δεν υπάρχει μια παγκοσμίως γνωστή νοηματική γλώσσα (“Νοηματική”, n.d) παρά μόνο το International Sign (IS) ή αλλιώς το Διεθνές Σύμβολο (ΔΣ), το οποίο το χρησιμοποιούν αρκετά σε διεθνή συνέδρια ή ακόμα και σε ταξίδια και είναι ένας τρόπος επικοινωνίας, όταν δεν υπάρχει μια κοινή νοηματική γλώσσα μεταξύ ατόμων ή ομάδων αυτών (“International sign”, n.d).

### **2.6.1. Ιστορία της Νοηματικής Γλώσσας**

Η εκπαίδευση των κωφών ατόμων ξεκινά το 1755 στο Παρίσι όπου και ιδρύεται το πρώτο σχολείο κωφών ατόμων από τον Abbè Charles Michel de l’ Epèe, όπου και διδάσκει, υποστηρίζοντας πως τα κωφά άτομα μπορούν και πρέπει να λαμβάνουν εκπαίδευση, όπως επίσης και το γεγονός ότι είναι η φυσική τους γλώσσα η νοηματική. Μαθητές του μεταβαίνουν σε άλλες Ευρωπαϊκές χώρες για να συνεχίσουν το έργο του, και το 1817, άλλος μαθητής του, ο Laurent Clerk, μαζί με τον Thomas Hopkins Gallaudet βοηθούν στην

ίδρυση του πρώτου σχολείου κωφών στις Η.Π.Α, διαδίδοντας παγκοσμίως τη νοηματική γλώσσα και απασχολώντας την κοινή γνώμη, ιδιαίτερα τις επιστημονικές και εκπαιδευτικές κοινότητες.

Το 1880 στα πλαίσια του Διεθνούς Συνεδρίου στο Μιλάνο λαμβάνουν χώρα διαμάχες για το αν πρέπει να χρησιμοποιείται ή όχι η νοηματική γλώσσα στην εκπαίδευση, με επικράτηση του προφορικού λόγου, καθιστώντας έτσι τη γλώσσα αυτή απαγορευμένη και ακατάλληλη. Το κωφό άτομο που αδυνατεί να μιλήσει θεωρείται ασθενής.

Παρά ταύτα, με την πάροδο 80 ετών, ο William Stokoe με την έρευνά του πάνω στη γλωσσολογία και στην Αμερικανική Νοηματική Γλώσσα – ΑΝΓ (American Sign Language – ASL), όπως και οι εκπονήσεις άλλων μελετών και κοινωνικών θεμάτων, καταφέρνει να παρακινήσει τις απόψεις στην επιστημονική κοινότητα, καταλήγοντας στο συμπέρασμα ότι τα κωφά άτομα διακρίνονται ως πολιτισμικές και γλωσσικές μειονότητες. Αυτό μέλλει να γίνει η αρχή για την αναγνώριση των εθνικών νοηματικών γλωσσών σε αρκετές χώρες από τη δεκαετία του 1980 (Κομνηνού, 2019).

Όσον αφορά στην Ελλάδα, το πρώτο σχολείο κωφών ιδρύεται το 1923, αφού έχει ξεκινήσει μια προσπάθεια για εκπαίδευση από το 1907. Ύστερα από το 1984 ξεκινά να διαδίδεται νόμιμα καθώς θεωρούνταν αυστηρώς απαγορευμένη μέχρι τότε (“Ιστορία της Ε.Ν.Γ”, n.d).

Αναγνωρίζεται ως η φυσική γλώσσα στην Ελληνική κοινότητα Κωφών, και ειδικότερα λαμβάνει επίσημο ρόλο με το νόμο 2817/2000 στον εκπαιδευτικό τομέα το 2000 για κωφούς και βαρήκοους μαθητές (“Ελληνική Νοηματική Γλώσσα”, 2022).

## **2.6.2. Η σημασία των χειρομορφών**

Οι χειρομορφές είναι τα χαρακτηριστικότερα συστατικά κάποιου νοήματος και καλούνται τα σχήματα που παίρνουν οι παλάμες μας και η τοποθέτηση των θέσεων των δακτύλων μας, όταν σχηματίζουμε νοήματα. Για τη δημιουργία νοημάτων οι χειρομορφές συνοδεύονται από:

- Τους προσανατολισμούς των παλαμών μας, τις κατευθύνσεις στις οποίες στρέφονται οι χειρομορφές, όταν σχηματίζουμε νοήματα. Οι δείκτες προς τα που δείχνουν;
- Τις θέσεις των χειρομορφών στο περιβάλλον γύρω μας ή πάνω στα σώματά μας. Το κάθε νόημα παράγεται στο χώρο νοηματισμού, που είναι καθορισμένος χώρος και χωροθετείται σε τετράγωνα από τις κορυφές των κεφαλών ως τους άνω κορμούς μας, εκτείνοντας την εικόνα αυτή στο παράθυρο είκοσι με τριάντα εκατοστών (20 – 30) δεξιά ή / και αριστερά από το μπράτσο μας.

- Αναφορικά με το παραπάνω σημείο, αν χρησιμοποιηθούν χειρομορφές έξω από το «παράθυρο» αυτό, εκείνες δεν αναγνωρίζονται ως νοήματα.
- Τις κινήσεις των χεριών, χωρίς τις οποίες δε μπορούν να ολοκληρωθούν τα νοήματα. Θα πρέπει να είναι και φορείς άλλων σημασιών, δηλώνοντας πχ. Αριθμούς, μεγέθη αντικειμένου, συχνότητες των ενεργειών αυτών.
- Τις στάσεις (ή κινήσεις) των σωμάτων και τις εκφράσεις των προσώπων, οι οποίες λειτουργούν δηλώνοντας τους τόνους των φωνών μας σε κάθε ομιλούμενη γλώσσα (“Εξέλιξη και διάδοση της ENΓ”, n.d).

## **2.7. Προσβασιμότητα**

Ο όρος αυτός αναφέρεται ως χαρακτηριστικό που δίνει τη δυνατότητα σε όλους, χωρίς να κάνει διάκριση φύλων, ηλικιών και άλλων χαρακτηριστικών, όπως οι διαπλάσεις του σώματος, οι δυνάμεις, οι αντιλήψεις, οι εθνικότητες να μπορούν να έχουν αυτονομία όσον αφορά τη χρησιμοποίηση υποδομών, υπηρεσιών και αγαθών με την άσκηση των δικαιωμάτων τους. Αυτό γίνεται με τον προσβάσιμο σχεδιασμό.

### **2.7.1. Σύμβαση του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία**

Η σύμβαση αυτή του ΟΗΕ ψηφίστηκε, μαζί με το Προαιρετικό Πρωτόκολλο, στις 13 Δεκεμβρίου 2006 και άρχισε να ισχύει στις 3 Μαΐου 2008. Στόχευε στην ίση αντιμετώπιση των ατόμων με αναπηρία με τους συμπολίτες τους, διασφαλίζοντας τα δικαιώματά τους (ΕσαμεΑ, n.d).

Ειδικότερα, σύμφωνα με το *άρθρο 9*, το οποίο αναφέρεται στην **Προσβασιμότητα**, αξίζει να αναφερθούν τα παρακάτω:

- Γίνεται λήψη κατάλληλων μέτρων από τα Συμβαλλόμενα Κράτη για να διασφαλισθεί η ίση πρόσβαση των ατόμων αυτών σε πληροφορίες, στην τεχνολογία, καθώς και στο φυσικό περιβάλλον και στα μέσα μεταφοράς, εξαλείφοντας εμπόδια σε όλες τις εγκαταστάσεις και υπηρεσίες.
- Γίνεται λήψη κατάλληλων μέτρων, ώστε να εφαρμοστούν τα πρότυπα για την προσβασιμότητα προς τη διευκόλυνση όλων των πολιτών, χωρίς κανένα κώλυμα.

Το *άρθρο 8* αναφέρεται στην **Ενημέρωση** με την υιοθέτηση αποτελεσματικών μέτρων από τα Κράτη για να ευαισθητοποιηθεί το κοινό σε θέματα αναπηρίας, μιλά για την

καταπολέμηση στερεοτύπων και προκαταλήψεων και ενθαρρύνει το σεβασμό προς τα δικαιώματα αυτά, καθώς και προάγει προγράμματα ευαισθητοποίησης.

Το *άρθρο 24* μιλά για την **Εκπαίδευση** με την εξάλειψη διακρίσεων και τη συμπερίληψη στο εκπαιδευτικό σύστημα, προσαρμόζοντας τα μέτρα αυτά ανάλογα τις ανάγκες του εκάστοτε ατόμου.

Το *άρθρο 30* αναφέρεται στο δικαίωμα, που έχουν τα άτομα με αναπηρία στο να συμμετέχουν σε **πολιτιστικά δρώμενα, στην αναψυχή και τον αθλητισμό**, με τη λήψη κατάλληλων μέτρων, που αφορά στην απόλαυση πολιτιστικού υλικού και ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων. Επίσης, η υιοθέτηση των μέτρων αυτών ενθαρρύνει και προάγει τη συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία σε ένα ίσο και προσβάσιμο περιβάλλον αθλητικών δραστηριοτήτων με τη βοήθεια του Καθολικού Σχεδιασμού (“Σύμβαση ΟΗΕ”, n.d).

## **2.8. Λευκή Βίβλος για τον Αθλητισμό**

Βάσει όλων των προαναφερθεισών πληροφοριών, και καθώς κάνουμε λόγο για ισότητα και ενσωμάτωση, αξίζει να θίξουμε το κομμάτι του αθλητισμού, διότι είναι μια ευρεία έννοια, που τα τελευταία χρόνια γίνεται ολοένα και περισσότερο αισθητή, ιδιαίτερα σε συνδυασμό με τις ίσες ευκαιρίες και τη συμπερίληψη.

Η έννοια του αθλητισμού εντοπίζεται στην αρχαιότητα, ύστερα από τα Ομηρικά έπη και καθιερώνεται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες, λαμβάνοντας μορφή καθαρά αγωνιστική. Παρ’ όλα αυτά, ξανακάνει την εμφάνισή του γύρω στον 19<sup>ο</sup> αιώνα, και αυτή τη φορά έχει την έννοια της αναψυχής (“Αθλητισμός”, 2022).

Η Λευκή Βίβλος, η οποία εκδόθηκε το 2007, είναι το Α και το Ω του αθλητισμού, αναφερόμενη σε βασικές έννοιες και θέματα αυτού.

Γίνεται λόγος για τον κοινωνικό ρόλο του, για το πόσο βοηθάει η σωματική άσκηση τα άτομα να βελτιώνουν την υγεία τους με καθημερινές αθλητικές δραστηριότητες, είτε σε επίπεδο ερασιτεχνικό, είτε επαγγελματικό.

Άξιο αναφοράς είναι το γεγονός, ότι παραπέμπει στο να ενισχυθεί ο ρόλος της φυσικής αγωγής στο εκπαιδευτικό σύστημα, αξιοποιώντας τα οφέλη που δημιουργούνται και για τη σωματική και πνευματική υγεία, αλλά και για την εκπαίδευση, προωθώντας και επενδύοντας σε τέτοιες ευκαιρίες.

Με αυτόν τον τρόπο η κοινωνική ένταξη και η ενσωμάτωση όλων των ατόμων για ίσες ευκαιρίες εντείνεται και στο κοινωνικοοικονομικό γίγνεσθαι, σπάζοντας τα όρια των διακρίσεων και εντάσσοντας τον καθένα μας σε μια ομάδα, αναπτύσσοντας την αίσθηση



του «ανήκειν». Εξαλείφονται και καταπολεμώνται έτσι η βία και ο ρατσισμός, σε όποια μορφή και αν αυτά συναντώνται.

Είναι δηλαδή ένα ολιστικό εργαλείο ευαισθητοποίησης του κοινού που δε γνωρίζει σύνορα (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Γενική Διεύθυνση Εκπαίδευσης και Πολιτισμού, 2007).

### **2.8.1. Κοινωνική ενσωμάτωση μέσω του αθλητισμού**

Ο «αθλητισμός για όλους» είναι μια έννοια βαθιά ριζωμένη στο είναι του κάθε ανθρώπου, καθώς προωθεί τις ίσες ευκαιρίες μέσω της ανάπτυξης του στην κοινωνία, και δίνοντας μια μορφή φωνής σε αυτούς που δεν δύναται να εκφραστούν διαφορετικά, αγκαλιάζοντας τον καθένα σε παγκόσμια εμβέλεια (Kelly, 2011).

Έχουν αναπτυχθεί διάφορα μοντέλα που περιγράφουν τα διάφορα στάδια ανάπτυξης των αθλητών. Δηλαδή, τους τρόπους με τους οποίους οι αθλητές κοινωνικοποιούνται και διατηρούν τη συμμετοχή τους στον αθλητισμό. Στην ανασκόπησή τους, οι Lloyd κ.ά. (2015) συζητούν έναν αριθμό μοντέλων που λαμβάνουν υπόψη τα διάφορα στάδια της ανάπτυξης των αθλητών, συμπεριλαμβανομένων, του Διαφοροποιημένου Μοντέλου Χαρισματικότητας και Ταλέντου (DMGT) (Gagné, 1993), του Μοντέλου Ανάπτυξης Ταλέντου στη Φυσική Αγωγή (Bailey and Morley, 2006) και του Αναπτυξιακού Μοντέλου Αθλητικής Συμμετοχής (DMSP) (Côté and Hay, 2002). Καθένα από αυτά τα μοντέλα δίνει έμφαση, με διαφορετικούς τρόπους, στην εκπαίδευση, στον αθλητισμό και στις ευρύτερες διαστάσεις της ανάπτυξης. Οι εμπειρίες σωματικής άσκησης, τα ενδιαφέροντα της οικογένειας για τον αθλητισμό και τα δίκτυα φιλίας έχουν αναφερθεί ως παράγοντες διευκόλυνσης του αθλητισμού (Wheeler and Green, 2014). Τα δεδομένα καταδεικνύουν, ότι σημαντικά λιγότερα κωφά ή βαρήκοα παιδιά συμμετέχουν στον αθλητισμό σε σύγκριση με τα ακούοντα (Sport England, 2001). Η μετάβαση από το σχολείο στη συμμετοχή των ενηλίκων προσφέρει επίσης προκλήσεις για τα άτομα με αναπηρία και τα άτομα με κώφωση/βαρηκοΐα (National Disability Sport Organisations, 2015).

Εκτός από τα χαμηλότερα επίπεδα συμμετοχής, υπάρχουν σημαντικές διαφορές, που πρέπει να σημειωθούν όσον αφορά τη δυνητική συμμετοχή των κωφών ατόμων στον αθλητισμό. Πρώτον, οι κωφοί/βαρήκοοι μπορεί να εκτεθούν σε ξεχωριστές ευκαιρίες "αθλητισμού κωφών", δηλαδή σε αθλητικές δραστηριότητες που προσφέρονται ειδικά σε κωφά/βαρήκοα άτομα. Πράγματι, συχνά είναι τα σχολεία κωφών ή τα μέλη της οικογένειας κωφών που αποτελούν τον καταλύτη για την κοινωνικοποίηση των κωφών. Δεύτερον, στο πλαίσιο του αθλητισμού των κωφών το

πεδίο των δυνατοτήτων για ανταγωνιστική ενασχόληση στα στάδια της εξειδίκευσης και της επένδυσης περιορίζεται σε εκείνα τα αθλήματα κωφών σε συλλόγους και δομές ανταγωνισμού που υποστηρίζουν αυτές τις ευκαιρίες. Επομένως, η φύση αυτών των αθλητικών ευκαιριών μπορεί να επηρεάσει το συγκεκριμένο άθλημα (ή αθλήματα) στο οποίο (ή στα οποία) κοινωνικοποιείται ένα κωφό άτομο. Τρίτον, τα κωφά άτομα μπορεί να συμμετέχουν ταυτόχρονα στον αθλητισμό μέσω ενός συνδυασμού πλαισίων, συμπεριλαμβανομένων των γενικών αθλημάτων, του αθλητισμού για άτομα με ειδικές ανάγκες και των αθλητικών ευκαιριών για κωφά άτομα. Με αυτόν τον τρόπο, διασταυρώνουν διάφορα αθλητικά πλαίσια (mainstream αθλητισμός, αθλητισμός ατόμων με αναπηρία, αθλητικοί σύλλογοι κωφών, αγώνες και ομάδες) και σε διαφορετικά επίπεδα συμμετοχής (ψυχαγωγία/απόδοση). Ενώ αυτές οι ευκαιρίες μπορεί να φαίνεται ότι προσφέρουν μεγαλύτερες δυνατότητες επιλογής δραστηριοτήτων και ένταξης με βάση τις προτιμήσεις ενός κωφού ατόμου, προσθέτουν επίσης πολυπλοκότητα στο τοπίο του αθλητισμού για κωφά άτομα. Ως αποτέλεσμα, όσοι υποστηρίζουν τα κωφά άτομα να συμμετέχουν στον αθλητισμό μπορεί να μην γνωρίζουν αυτές τις διαφορετικές ευκαιρίες και επομένως να μην κατευθύνουν τους πιθανούς συμμετέχοντες σε αυτές τις διαφορετικές οδούς συμμετοχής. Τέταρτον, με τη διασταύρωση αυτών των ρυθμίσεων ένας κωφός/βαρήκοος αθλητής μπορεί να τοποθετηθεί και να κατανοηθεί διαφορετικά στο ίδιο άθλημα. Για παράδειγμα, στο στάδιο της εξειδίκευσης θα μπορούσε να προπονείται με μια εθνική ομάδα αθλητισμού κωφών και να θεωρείται από τα μέλη της ομάδας και τους προπονητές ως προσανατολισμένος στην ελίτ/απόδοση. Αντίθετα, μπορεί επίσης να προπονείται και να αγωνίζεται σε έναν τοπικό σύλλογο/λίγκα της γενικής κατηγορίας και σε αυτό το πλαίσιο μπορεί να μη θεωρείται ελίτ αθλητής. Το μοτίβο της ξεχωριστής ή της κύριας αθλητικής παροχής αντικατοπτρίζει την ιστορική αντιμετώπιση των κωφών ατόμων γενικότερα μέσα στην κοινωνία. Για παράδειγμα, η νομοθεσία και η πολιτική προώθησαν τη χωριστή εκπαιδευτική παροχή για τους κωφούς (Atherton, 2009a). Ενώ μεγάλο μέρος αυτού του διαχωρισμού έχει επιβληθεί, τα ίδια τα κωφά άτομα έχουν επίσης επιδιώξει ενεργά το διαχωρισμό. Για παράδειγμα, υπάρχει μια μακρά παράδοση των συλλόγων κωφών και αυτοί αναγνωρίζονται ως ένα σημαντικό πλαίσιο στο οποίο οι Κωφοί βιώνουν την αίσθηση της κοινότητας και της κανονικότητας (Atherton, 2009b, 2012; Solvang and Haualand, 2014). Σε διεθνές επίπεδο, οι Ολυμπιακοί Αγώνες Κωφών έχουν επίσης αναπτυχθεί ειδικά με γνώμονα τα κωφά/κωφά άτομα (Peers, 2018). Οι Ολυμπιακοί Αγώνες Κωφών, που προηγουμένως ήταν γνωστοί ως Παγκόσμιοι

Αγώνες Κωφών και Σιωπηλοί Αγώνες, καθιερώθηκαν το 1924. Από αυτούς τους εναρκτήριους αγώνες, οι Ολυμπιακοί Αγώνες Κωφών έχουν αυξηθεί σταθερά όσον αφορά τους συμμετέχοντες και το εύρος των αθλημάτων. Είκοσι αθλήματα περιλαμβάνονται στους Θερινούς Αγώνες Κωφών και πέντε αθλήματα περιλαμβάνονται στο πρόγραμμα των Χειμερινών Αγώνων Κωφών. Οι συμμετέχοντες στους Ολυμπιακούς Αγώνες Κωφών δεν επιτρέπεται να αγωνίζονται χρησιμοποιώντας ακουστικά βαρηκοΐας ή άλλες συσκευές ακοής. Κατά τη διάρκεια των αγώνων, οι διαιτητές και άλλοι αξιωματούχοι χρησιμοποιούν οπτικά εργαλεία όπως φώτα που αναβοσβήνουν, σήματα χειρός και σημαίες για να επικοινωνούν τις αποφάσεις τους (Harrison, 2014; Clark and Mesch, 2018).

### **2.8.2. Κατανόηση της ταυτότητας**

Η παροχή αθλητικών ευκαιριών για τους κωφούς δεν είναι απλή υπόθεση. Γενικότερα, η έννοια της ταυτότητας των Κωφών είναι πολύπλοκη και οι διαφορετικές αντιλήψεις έχουν επιπτώσεις στον τρόπο με τον οποίο οι Κωφοί αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους και γίνονται αντιληπτοί από τους άλλους μέσα στην κοινωνία (Atherton, 2009a, Dirksen, Bauman, and Murray, 2014). Οι Valentine και Skelton (2003) θεωρούν πως είναι χρήσιμη για την καλύτερη κατανόηση των Κωφών/κωφών ατόμων μέσα στην κοινωνία και τον αθλητισμό. Για παράδειγμα, χρησιμοποιούν τον όρο Κωφοί (κεφαλαίο "Κ") για να αναγνωρίσουν μια γλωσσική μειονότητα και απορρίπτουν κάθε συσχέτιση με την αναπηρία. Από αυτή την άποψη, αναγνωρίζεται, ότι οι διακρίσεις συμβαίνουν επειδή η ακούουσα κοινωνία αποκλείει τους βαρήκοους/κωφούς. Δηλαδή, η κοινωνία δεν είναι οργανωμένη με τρόπο που να συμπεριλαμβάνει τους Κωφούς/Κωφάλαλους και τους αποκλείει δίνοντας προτεραιότητα στις ακουστικές μορφές επικοινωνίας. Αντίθετα, ο όρος κωφός (μικρό "κ") χρησιμοποιείται, όταν τα άτομα αναγνωρίζουν, ότι έχουν μια βλάβη με βάση ιατρικά καθορισμένες έννοιες της "φυσιολογικής" ακοής.

Αυτός ο τρόπος ιατρικού ορισμού των κωφών χρησιμοποιείται συχνά, όταν οι άνθρωποι έχουν αποκτήσει απώλεια ακοής. Είναι ενδιαφέρον ότι οι Bauman και Murray (2014) ορίζουν την "απώλεια ακοής" ως την έλλειψη ή την απώλεια ακοής που δημιουργεί μειονέκτημα στο άτομο. Αναγνωρίζουν επίσης τις δυνατότητες του "κέρδους των κωφών", όπου τα οφέλη της κώφωσης αναδεικνύονται, αντί να αγνοούνται. Το να είσαι κωφός/βαρήκοος δεν θεωρείται αρνητικό ή κάτι που υποτιμάται. Για παράδειγμα, ο Bahan (2008) υποστηρίζει, ότι η Βρετανική Νοηματική Γλώσσα - BNL (British Sign Language - BSL) να είναι μια οπτική

γλώσσα, οι κωφοί/βαρήκοοι έχουν συχνά μια ενισχυμένη αντίληψη της αναγνώρισης του προσώπου και μια καλά αναπτυγμένη περιφερειακή όραση. Αυτές οι ιδιότητες μπορεί να είναι ευεργετικές στον αθλητισμό και να προσφέρουν στους κωφούς/βαρήκοους αθλητές δυνατότητες να παραμένουν συγκεντρωμένοι σε καταστάσεις υπό πίεση, μη επεξεργαζόμενοι εξωτερικές ακουστικές ενδείξεις, που συνήθως αποσπούν την προσοχή των ακουόντων. Ομοίως, η ιδέα του να "αισθάνεσαι" τον αθλητισμό αντί να βασίζεσαι στην ακουστική ανατροφοδότηση (για παράδειγμα, να έχεις επίγνωση, ότι ένας ανταγωνιστής βρίσκεται κοντά σου επειδή αντιλαμβάνεσαι τη ρυθμική αναπνοή στον αέρα, και αυτό μπορεί να γίνει αισθητό σε ένα συγκεκριμένο μέρος του σώματός σου) θα μπορούσε να θεωρηθεί πλεονέκτημα. Η έννοια του «κέρδους» των κωφών αποτελεί μέρος μιας ευρύτερης κινητοποίησης από τις κοινότητες των κωφών για τον επαναπροσδιορισμό με θετικούς όρους, του πολιτισμού και της γλώσσας τους (Dirksen, Bauman, and Murray, 2014; Ladd and Lane, 2013).

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

### ΜΕΘΟΔΟΣ

Η παρούσα εργασία αποτελεί μια ποιοτική έρευνα. Πραγματοποιήθηκαν συνεντεύξεις με τη χρήση ερωτήσεων ανοικτού τύπου. Οι συνεντεύξεις έλαβαν χώρα δια ζώσης. Το περιβάλλον διεξαγωγής των συνεντεύξεων παρέμεινε σταθερό (ερευνητής, χώρος, κλπ.) για όλους τους συμμετέχοντες. Οι απαντήσεις δόθηκαν γραπτώς λόγω φύσεως του δείγματος.

#### 3.1 Δείγμα

Το δείγμα αποτέλεσαν 15 άτομα με κώφωση ή βαρηκοΐα (N=15), ηλικίας 20 – 55 ετών, άνδρες (N=5) και γυναίκες (N=10) κατόπιν προσκλήσεως και συνέναισης συμμετοχής στην παρούσα μελέτη.

#### 3.2 Μέσα συλλογής δεδομένων

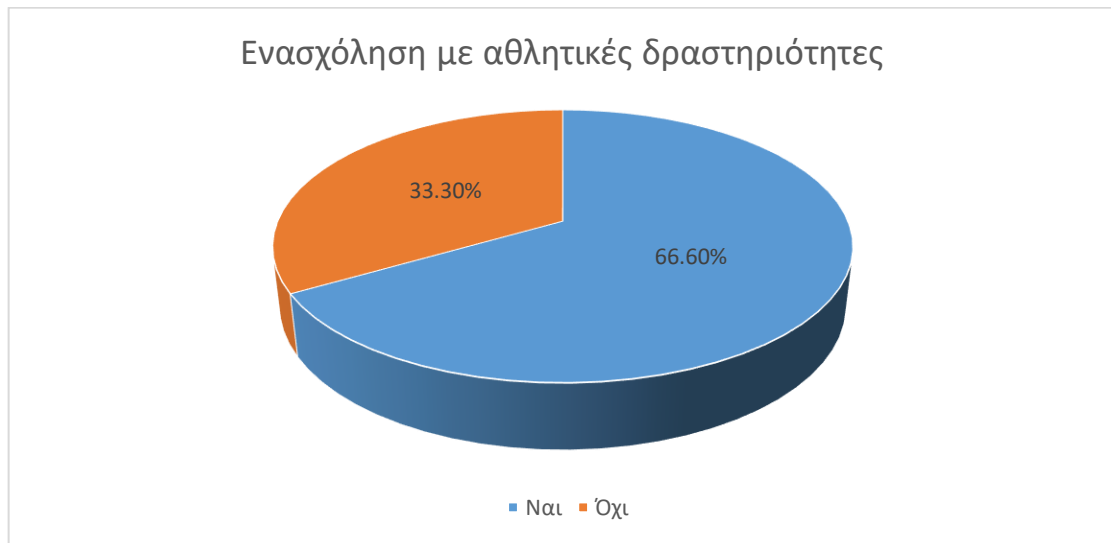
Η ποιοτική μέθοδος αναφέρεται στο συγκεκριμένο χαρακτήρα και είδος του υπό εξέταση θέματος/φαινομένου (Hammarberg, Kirkman, & De Lacey, 2016; Yilmaz, 2013; Cohen, Manion, & Morrison, 2008). Στην ποιοτική μέθοδο υπάρχει φυσιολογική ροή, με τη συλλογή των δεδομένων να γίνεται συνήθως στο φυσικό τους πλαίσιο-περιβάλλον. Σε μεγάλο βαθμό δε δίνεται κατεύθυνση από την/τον ερευνητή/τρια/ητή. Βασίζονται κυρίως στη μεθοδολογικά ελεγχόμενη οπτική του εκτελούντος την έρευνα (Flick, Von Kardorff, & Steinke, 2004) και αποσκοπούν στην ανάδειξη της πραγματικότητας για το θέμα/φαινόμενο για τα υποκείμενα που συμμετέχουν στην έρευνα. Η ποιοτική μέθοδος είναι φυσική (Given, 2008; Hughes, 2012) και εστιάζει στις πραγματικές προθέσεις (Chism, Douglas, & Hilson, 2008), χωρίς καταπίεση επιχειρώντας τη σύλληψη όλων των στοιχείων που συνθέτουν την άποψη των υποκειμένων εντός του πεδίου, το οποίο μελετάται (Ballesteros & Mata-Benito, 2018; Seitz, 2016).

### **3.3 Διαδικασία συλλογής δεδομένων**

Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση ερωτήσεων ανοικτού τύπου (Παράρτημα 1). Ανοικτές ερωτήσεις (open questions), είναι ερωτήσεις οι οποίες αφήνουν τον ερωτώμενο ελεύθερο να αναπτύξει την απάντηση του δίχως προκαθορισμούς. Το είδος αυτό των ερωτήσεων χρησιμοποιείται κυρίως στις μη δομημένες και στις ημιδομημένες συνεντεύξεις. Στην ημιδομημένη συνέντευξη, ο ερευνητής ξεκινά από ένα αρχικό θέμα, αλλά στη συνέχεια, και σε κάποιο βαθμό, καθοδηγείται από τις απαντήσεις του ερωτώμενου. Περιλαμβάνει ερωτήσεις κλειστού τύπου (όπως στη δομημένη) αλλά ταυτόχρονα υποβάλλονται και ανοικτές ερωτήσεις για πληρέστερη κατανόηση των απαντήσεων. Δεν υπάρχει αριθμός προκαθορισμένων ερωτήσεων, μπορεί να αλλάξουν οι διευκρινιστικές ερωτήσεις ή η σειρά των ερωτήσεων.

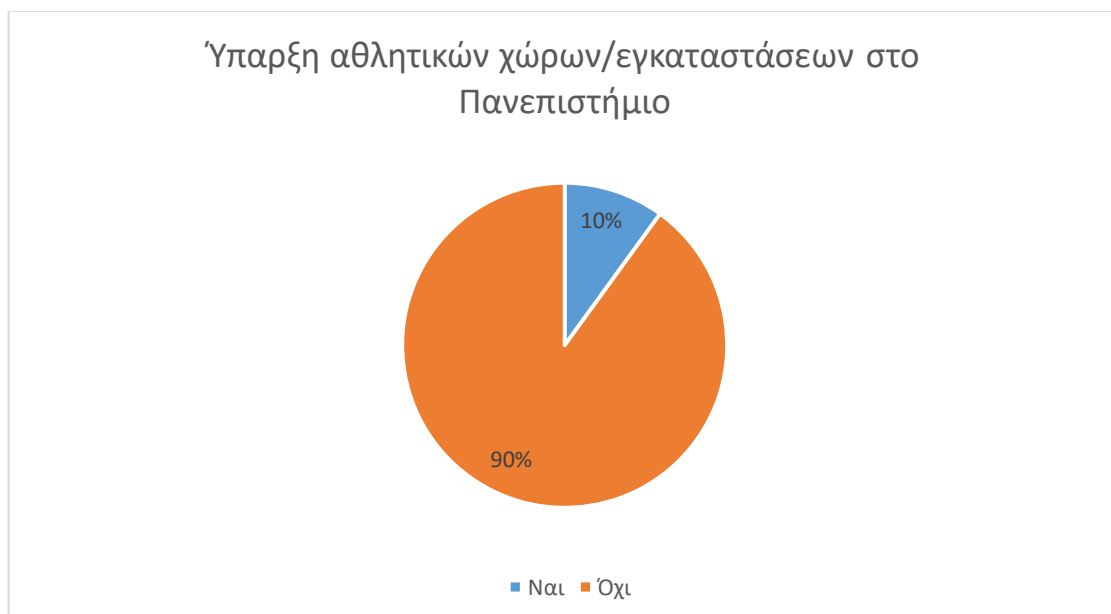
## ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ



Σχήμα 4.1

Ο αθλητισμός από την αρχαιότητα έως και σήμερα πάντα υπήρχε στη ζωή όλων των ανθρώπων. Με αυτόν τον τρόπο κρατούσε ζωντανό και το πνεύμα αλλά και το σώμα τους, παρατείνοντας έτσι και τα πολλαπλά οφέλη που είχε να προσφέρει στον καθένα. Παρατηρείται πως σήμερα, παρόλα τα εμπόδια που μπορεί κάποιο άτομο με αναπηρία να συναντήσει στον αθλητισμό, ένα μεγάλο μέρος (τα 2/3) των ατόμων με μειωμένη ακοή επιλέγουν, από το δημοτικό σχολείο και καθ' όλη την διάρκεια της σχολικής ζωής τους, αλλά και στην ενήλικη ζωή τους ακόμα, να αθλούνται, ακολουθώντας πιστά την αρχαία ρήση «νους υγιής εν σώματι υγιεί». (βλ. Σχήμα 4.1)



Σχήμα 4.2

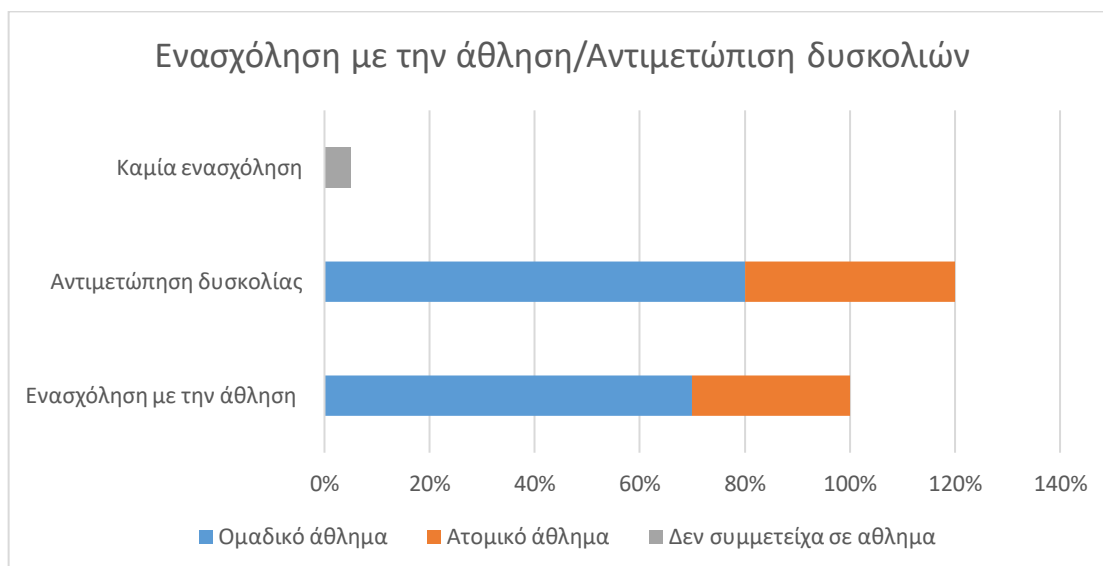
Παρά το γεγονός ότι τα Πανεπιστήμια είναι μέρη Ανώτατης Εκπαίδευσης, σε πάρα πολύ λίγες περιπτώσεις μπορεί κανείς να συναντήσει αθλητικές εγκαταστάσεις. Θα θεωρούσε κανείς, ότι σε αρκετούς από αυτούς τους χώρους, αν όχι σε όλους, θα έπρεπε να υπήρχαν αθλητικές εγκαταστάσεις, δίνοντας στους φοιτητές τη δυνατότητα να αθληθούν στον ελεύθερό τους χρόνο και εντάσσοντας την άσκηση στην καθημερινότητά τους. (βλ. Σχήμα 4.2)



Σχήμα 4.3

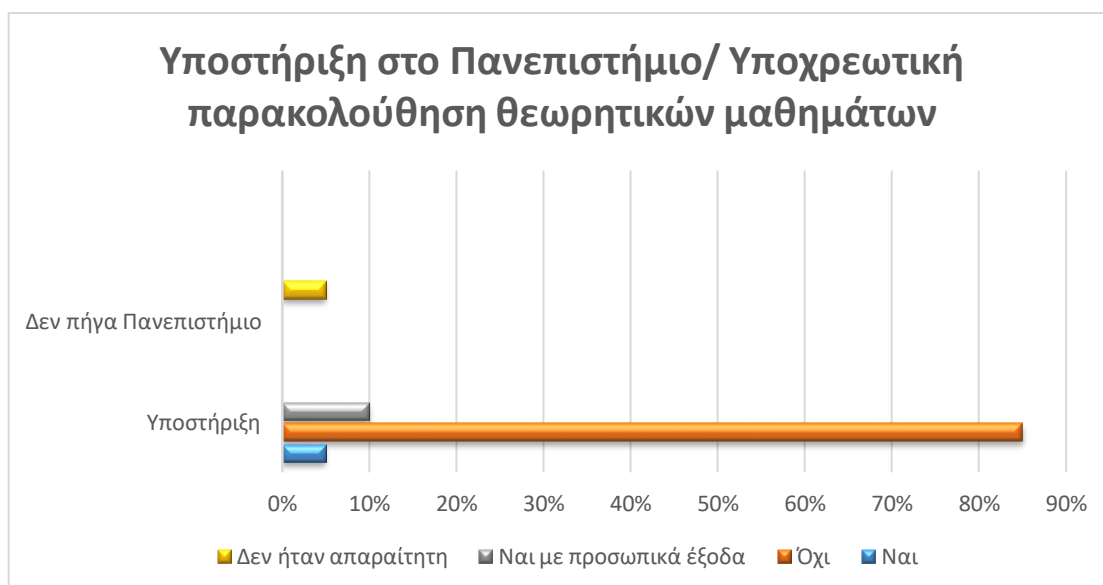
Ζώντας στην εποχή της πληροφορίας και της τεχνολογίας, σε έναν ανεπτυγμένο κόσμο, εδώ και καιρό, αλλά ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια με την άνοδο της εξελιγμένης τεχνολογίας έχουν ανοίξει αρκετές πόρτες, όσον αφορά τις αισθητηριακές διαταραχές. Αυτό γίνεται με προηγμένα ακουστικά βαρηκοΐας ή κοχλιακά εμφυτεύματα, αλλά και διάφορα gadgets (μικρόφωνα κλπ.), δηλαδή ηλεκτρονικά βοηθήματα που δίνουν την ευκαιρία στο άτομο να συμμετέχει στην καθημερινή ζωή με όλο και πιο φυσικό τρόπο. Παρόλες τις υποστηρικτικές τεχνολογίες, όμως, σημειώνεται πως δεν υπάρχει, ούτε υπήρχε αυτή η υποστήριξη που θα πρέπει να έχει ένα κωφό ή βαρήκοο άτομο κατά τη διάρκεια της σχολικής του ζωής, ώστε να μπορεί και αυτό να συμμετέχει ισότιμα, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται κενά στην εκπαίδευση. (βλ. Σχήμα 4.3)





Σχήμα 4.4

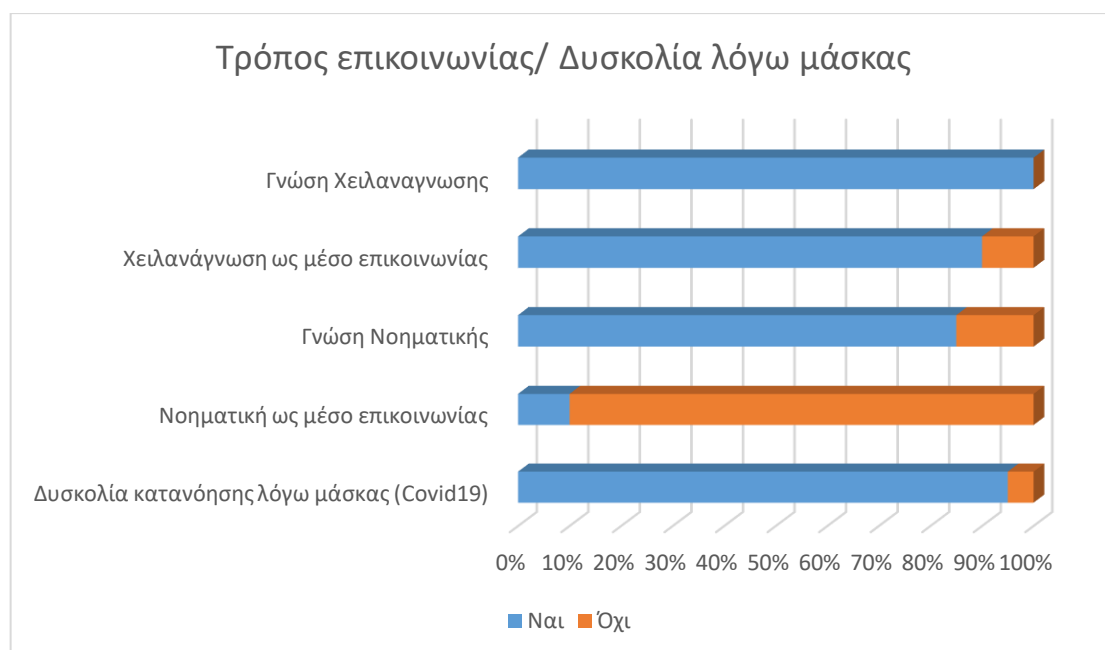
Φαίνεται ότι στην σωματική αναπηρία ή σε άλλη αισθητηριακή διαταραχή η συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία βελτιώνει τόσο την αυτοεκτίμηση, όσο και την δυνατότητα κοινωνικής ένταξης. Επιπρόσθετα, μειώνει τα επίπεδα άγχους με αποτέλεσμα να αποβάλλεται το αίσθημα της “μειονεξίας”. Η επιλογή συμμετοχής σε ομαδικά αθλήματα όπου μπορεί να συμμετέχει ισότιμα ο κάθε αθλητής (καλαθοσφαίριση με αμαξίδιο) φαίνεται όμως, ότι είναι και επιλογή αθλητή με προβλήματα ακοής αν και παρουσιάζεται από τις απαιτήσεις, ότι είναι δυσκολότερη η ένταξή τους. Παρόλα τα εμπόδια επικοινωνίας που μπορεί να συναντήσει ένας κωφός ή βαρήκοος αθλητής, επιλέγεται ομαδικό άθλημα, καθώς έτσι νιώθει πως και εκείνος/η ανήκει σε μια ομάδα. (βλ. Σχήμα 4.4)



Σχήμα 4.5

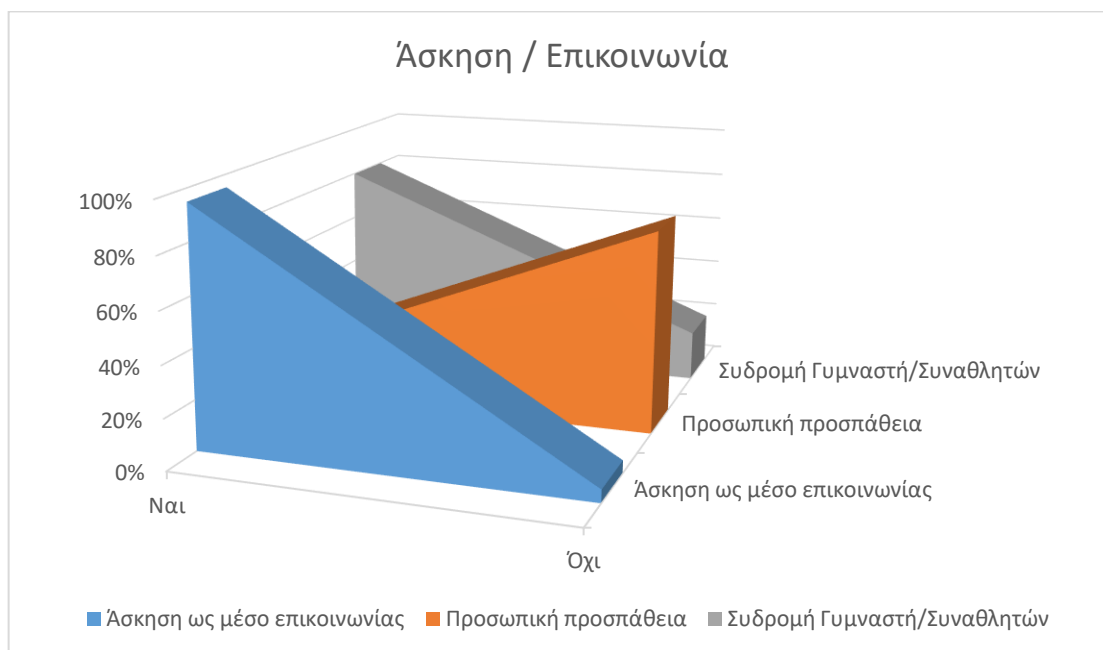
Αναφορικά με την Πανεπιστημιακή εκπαίδευση, παρατηρείται πως το μεγαλύτερο κομμάτι κωφών/βαρήκοων φοιτητών αντιμετωπίζεται το ίδιο, όπως και στην υποχρεωτική

εκπαίδευση. Δεν τους παρέχονται δηλαδή οι υποστηρικτικές τεχνολογίες που θα μπορούσαν να αλλάξουν, έστω και λίγο τη ροή των μαθημάτων και διαλέξεων, ενώ μόνο ένα πολύ μικρό μέρος φαίνεται πως έχει τη δυνατότητα αυτή. (βλ. Σχήμα 4.5)



Σχήμα 4.6

Διαπιστώνεται ότι ένα ακόμα μεγαλύτερο εμπόδιο υπάρχει, πέρα από την υποστήριξη στην εκπαίδευση, στην επικοινωνία των ατόμων αυτών με τον κόσμο γύρω τους. Ειδικότερα στην εποχή της πανδημίας που ζούμε, φαίνεται πως έχουν δυσκολευτεί ιδιαίτερα τα άτομα αυτά πάνω σε αυτό το κομμάτι, καθώς η νοηματική γλώσσα δυστυχώς, όντας δύσκολη, δεν είναι τόσο διαδεδομένη, όσο θα έπρεπε να είναι. Αυτό κάνει τους κωφούς/βαρήκοους ανθρώπους να προτιμούν τη χειλιανάγνωση (διάβασμα χειλιών) ως μέσο επικοινωνίας με τους συνανθρώπους τους, νιώθοντας και οι ίδιοι ότι συνυπάρχουν ομαλά. Παρότι έχουν δημιουργηθεί όμως κάμποσα προβλήματα με τη χρήση της μάσκας στην περίοδο του Covid-19, παρόλες τις δυσκολίες που συναντούν, επιμένουν στη χειλιανάγνωση και όχι στη χρήση νοηματικής, θεωρώντας πως υπάρχει μεγαλύτερη κατανόηση στην επικοινωνία με αυτόν τον τρόπο. (βλ. Σχήμα 4.6)



Σχήμα 4.7

Φαίνεται πως παρόλες τις δυσκολίες που άτομα, όποιος αισθητηριακής ή μη αναπηρίας, αντιμετωπίζουν στην επικοινωνία και την προσβασιμότητά τους στην καθημερινότητα, ένα είναι το κοινό που ενώνει όλους: ο αθλητισμός. Μέσα από την άσκηση, μόνος του ο καθένας, αλλά και με άλλους συναθλητές του, βιώνει το αίσθημα του «ανήκειν». Θεωρείται ότι είναι μια «γλώσσα» παγκόσμια, χωρίς διακρίσεις και χωρίς σύνορα, η οποία, ακολουθώντας συγκεκριμένους κανόνες και μόνο φέρνει πιο κοντά όλους τους ανθρώπους, ανεξαρτήτως ηλικίας, φυλής και αναπηρίας. Πιο συγκεκριμένα, με τον αθλητισμό, ο οποίος είναι το σημείο - παράδειγμα συμπερίληψης στην περίπτωση αυτή, πετυχαίνει κανείς και την ευαισθητοποίηση των πολιτών σε τέτοια θέματα, που προϋποθέτει τη συνύπαρξη όλων. Εξάλλου, σύμφωνα με τη Σύμβαση του ΟΗΕ για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία, είναι γνωστό πως όλοι έχουν ίσα δικαιώματα στη ζωή. (βλ. Σχήμα 4.7)

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

### ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να καλυφθεί, το πως επιδρά η άσκηση στην καθημερινότητα των κωφών/βαρήκοων ατόμων, όσον αφορά την προσβασιμότητά τους.

*Ηα1: Η άσκηση/αθλητισμός συνεισφέρει στην προσβασιμότητα των κωφών/βαρήκοων ατόμων.*

Όλα τα άτομα, ανεξαρτήτως ικανοτήτων, πρέπει να είναι σε θέση να ασκούν σωματική δραστηριότητα για την κοινωνική, συναισθηματική και σωματική υγεία τους. (Pennington et al., 2021). Η άσκηση και η ψυχαγωγία είναι σημαντικές για όλα τα άτομα, με αναπηρία ή όχι. Ο αθλητισμός βοηθά στην ανάπτυξη δεξιοτήτων, την εκγύμναση και στην εκμάθηση του πνεύματος ομαδικότητας. Το οφέλη της άσκησης είναι καλά τεκμηριωμένα (Wilson & Clayton, 2010).

Κωφά και βαρήκοα άτομα, τα οποία δυσκολεύονται στην επικοινωνία με τους γύρω τους, βρίσκουν διέξοδο στον αθλητισμό. Έχοντας μάθει, κάποιο άτομο, τους κανόνες του εκάστοτε αθλήματος γνωρίζει πως δε χρειάζεται περαιτέρω διευκρινίσεις, οπότε και κατανοεί το γεγονός, ότι «ανοίγουν περισσότερες πόρτες» για το ίδιο, όσον αφορά στον τρόπο της επικοινωνίας του με τους γύρω του στην ομάδα του.

*Ηα2: Τα κωφά/βαρήκοα άτομα ασκούνται ή επιλέγουν την άσκηση ως μέσο κοινωνικοποίησης.*

Τα κωφά άτομα συχνά αντιμετωπίζουν εμπόδια στην επικοινωνία και την αλληλεπίδραση με άλλα ακούοντα άτομα στην ηλικία τους (Xie, Potmesil, & Peters, 2014), και αυτό αποτελεί πρόβλημα στη σύναψη φιλίας με άλλους (Ridsdale & Thompson, 2002). Έρευνες δείχνουν, ότι τα κωφά άτομα μπορεί να μπαίνουν στο κοινωνικό περιθώριο ή μπορεί να υπάρχει μια αντιπάθεια προς το άτομό τους (Ridsdale & Thompson, 2002), αναγκάζοντάς τα να κλείνονται στον εαυτό τους (Edmondson & Howe, 2019).

Άλλες μελέτες δείχνουν, ότι τα κωφά άτομα είναι αποδεκτά σε γενικά σχολεία

(Powers, 2002) και δεν βιώνουν το αίσθημα της κοινωνικής απομόνωσης σε σχέση με άλλα παιδιά στην ηλικία τους (Punch & Hyde, 2005). Τα νεαρά κωφά άτομα θεωρούν επίσης πως έχουν μια θετική επαφή με άλλα άτομα με απώλεια ακοής ακόμα και σε εξωσχολικό περιβάλλον (Hintermair, 2010). Η διευκόλυνση στην ένταξή τους σε μια ομάδα προϋποθέτει στην αποδοχή όλων και στην κάλυψη κενών των πληροφοριών που μεταβιβάζονται (Edmondson & Howe, 2019) χωρίς κανένα περιορισμό και χωρίς αποκλεισμούς.

Όλα αυτά με τη σειρά τους δείχνουν το σωστό δρόμο προς την κοινωνικοποίηση όλων των κωφών (και μη) ατόμων, καθώς αυτό σημαίνει αναγνώριση μέσα στο κοινωνικό σύνολο, οπότε και επιτυχία, όπως και κοινωνική ολοκλήρωση μέσω αλληλεπιδράσεων με άλλα άτομα που επιλέγουν να αλληλεπιδράσουν.

*Ηα3: Η προσβασιμότητα στην άσκηση των κωφών/βαρήκων ατόμων επηρεάζεται από το κοινωνικό/εκπαιδευτικό πλαίσιο.*

Το να εντάσσονται τα κωφά/βαρήκοα παιδιά στα γενικά σχολεία γίνεται όλο και πιο διαδεδομένο σήμερα (Powers 2003). Ο σκοπός της ένταξης έχει ως στόχο στο να προωθηθεί η ακαδημαϊκή και κοινωνική ενσωμάτωση των κωφών και βαρηκόων μαθητών (Stinson & Antia 1999; Power & Hyde 2002). Οι Stinson και Leigh (1995, p. 158) αναφέρουν ότι "η σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στην τάξη δραστηριοτήτων και του διαλόγου δεν μπορεί να υπερεκτιμηθεί. Όταν η πρόσβαση στην επικοινωνία είναι περιορισμένη, η αποτελεσματική συμμετοχή στην τάξη και σε άλλα περιβάλλοντα παρεμποδίζεται και η ανάπτυξη υγιών κοινωνικών σχέσεων παρεμποδίζεται". (Hadjikakou et al., 2008).

Πολλοί κωφοί μαθητές το βρίσκουν δύσκολο να παρακολουθούν το μάθημα της φυσικής αγωγής στα γενικά σχολεία. Η αντιμετώπιση μεγάλων δυσκολιών στην επικοινωνία με τους γύρω τους είναι το πιο συχνό εμπόδιο και υπάρχει δυσκολία στο να ακολουθηθούν οδηγίες που έχουν δοθεί. Ο επιτυχής τρόπος επικοινωνίας και η συμμετοχή όλων των μαθητών στο μάθημα της φυσικής αγωγής επηρεάζει θετικά το κοινωνικό και συναισθηματικό κομμάτι. Η διασφάλιση ίσων ευκαιριών σε ακούοντες, όσο και σε μη ακούοντες είναι σημαντική. Ακόμα και η τροποποίηση δραστηριοτήτων, ώστε να προσαρμοστούν τα κωφά άτομα δημιουργεί μια αίσθηση ασφάλειας, καθιστώντας έτσι το σχολικό περιβάλλον προσβάσιμο για όλους (Pennington et al., 2021).

Μέσω της έρευνάς μας, μπορέσαμε να αποδείξουμε, ότι με υποστήριξη ή μη στην υποχρεωτική εκπαίδευση, καθώς και με διάφορους άλλους τρόπους, η ένταξη στο κοινωνικό, ακόμα και στο σχολικό πλαίσιο είναι εφικτή. Αυτό, βέβαια, προϋποθέτει προσπάθεια και από τις δύο πλευρές, και των ακουόντων μαθητών ή μη, αλλά και των καθηγητών, που με τη σωστή συνεργασία μεταξύ τους, δίνουν την ευκαιρία στους κωφούς μαθητές να συμμετέχουν ενεργά σε μια ομάδα.

Τα συμπεράσματα από την παρούσα έρευνα αξίζει να τονιστούν, καθώς με αυτόν τον τρόπο θα μπορούσε να δοθεί το έναυσμα για μια πορεία δημιουργική και ανοδική, όσον αφορά στην καθολική ένταξη σε όλα τα περιβάλλοντα (κοινωνικό, εκπαιδευτικό κλπ.) στον κόσμο της αναπηρίας, αλλά και πιο συγκεκριμένα στον κόσμο των κωφών. Θα μπορούσαν να γίνουν περισσότερες μελέτες πάνω στο αντικείμενο της συμπερίληψης στον αθλητισμό και να εμβαθύνουν ιδιαίτερα στο κομμάτι των εμποδίων που προκύπτουν στην επικοινωνία, επομένως και στο κομμάτι της προσβασιμότητας των κωφών ατόμων, προτείνοντας περισσότερες λύσεις με αυτόν τον τρόπο, χωρίς να περιθωριοποιούν την ομάδα των ατόμων αυτών.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- A beginner's guide to lip reading. (n.d). Retrieved from: <https://www.lipreading.org/beginners-guide-to-lipreading>
- Αθλητισμός. (2022, 17 Νοεμβρίου). In *Wikipedia*. <https://el.wikipedia.org/wiki/Αθλητισμός>
- Απώλεια ακοής. (2022, 15 Νοεμβρίου). In *Wikipedia*. [https://el.wikipedia.org/wiki/Απώλεια\\_ακοής](https://el.wikipedia.org/wiki/Απώλεια_ακοής)
- Arent, S. M., Walker, A. J., & Arent, M. A. (2020). The effects of exercise on anxiety and depression. *Handbook of sport psychology*, 872-890.
- Atherton, M. 2009a. "Choosing to be Deaf: Issues of Identity in the British Deaf Community." In *Historical Perspectives on Social Identities*, edited by A. Brown, 129–136. Newcastle: Cambridge Scholars Press.
- Atherton, M. 2009b. "A Feeling as Much as a Place: Leisure, Deaf Clubs and the British Deaf Community." *Leisure Studies* 28 (4): 443–454.
- Atherton, M. 2012. *Deafness, Community and Culture in Britain: Leisure and Cohesion, 1945–1995*. Manchester: Manchester University Press.
- Bahan, B. (2008). Upon the formation of a visual variety of the human race. *Open your eyes: Deaf studies talking*, 83-99.
- Bailey, R., and D. Morley. 2006. "Towards a Model of Talent Development in Physical Education." *Sport Education and Society* 11 (3): 211–230.
- Ballesteros, B., & Mata-Benito, P. (2018). The inner process of collective interpretation in qualitative research. *The Qualitative Report*, 23(1), 168-183.
- Barboza, C. F. S., Campello, A. R., & Castro, H. C. (2015). Sports, physical education, Olympic games, and Brazil: The deafness that still should be listened. *Creative Education*, 6(12), 1386.
- Barboza, C. F. S., Ramos, A. S. L., Abreu, P. A., & Castro, H. C. (2019). Physical education: adaptations and benefits for deaf students. *Creative Education*, 10(04), 714.
- Βαρηκοΐα. (n.d). Retrieved from: <https://www.akbe.gr/βαρηκοΐα/>
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public health reports*, 100(2), 126.
- Chism, N. V. N., Douglas, E., & Hilson, W. J. (2008). Qualitative research basics: A guide for engineering educators. *Rigorous Research in Engineering Education*, 1-65.
- Clark, B., and J. Mesch. 2018. "A Global Perspective on Disparity of Gender and Disability for

- Deaf Female Athletes.” *Sport in Society* 21 (1): 64–75.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2008). *Methodology of educational research. Athens: Metaichmio.[In Greek].*
- Côté, J., and J. Hay. 2002. “Children’s Involvement in Sport: A Developmental Perspective.” In *Psychological Foundations of Sport*, edited by J. M. Silva and D. E. Stevens, 484–502. London: Allyn and Bacon.
- Dirksen, H., Bauman, L., and Murray, J. J., eds. 2014. *Deaf Gain: Raising the Stakes for Human Diversity*. University of Minneapolis Press MUSE Project: Minneapolis.
- Ελληνική Νοηματική Γλώσσα. (2022, 16 Νοεμβρίου). In *Wikipedia*. [https://el.wikipedia.org/wiki/Ελληνική\\_νοηματική\\_γλώσσα](https://el.wikipedia.org/wiki/Ελληνική_νοηματική_γλώσσα)
- Εξέλιξη και διάδοση της νοηματικής γλώσσας. (n.d). Retrieved from: <https://noimatiki-kratilos.gr/eng-2/>
- Ercan, E. A., Kılıç, A., Savaş, S., Açak, M., Bıyıklı, Z., & Töre, H. F. (2016). Deaf athlete: is there any difference beyond the hearing loss?. *Revista de Cercetare si Interventie Sociala*.
- ΕσαμεΑ. (n.d). Retrieved from: <https://www.esamea.gr/about-us/welcome-note/86-legal-framework/symbasi/547-symbasi-oie-gia-ta-dikaiomata-ton-atomon-me-anapiria>
- Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Γενική Διεύθυνση Εκπαίδευσης και Πολιτισμού. (2007). *Λευκή Βίβλος για τον Αθλητισμό*. Εκδόσεις Ευρωπαϊκής Ένωσης. <https://www.openbook.gr/leyki-vivlos-gia-ton-athlismo/>
- Ζένιου Α., Γιαννικοπούλου Θ. (2019). Η ψυχολογική επίδραση του αθλητισμού στα άτομα με αναπηρία.
- Flick, U., Von Kardorff, E., & Steinke, I. (2004). What is qualitative research? An introduction to the field. *A companion to qualitative research, 1*, 3-11.
- Gagné, F. 1993. “Constructs and Models Pertaining to Exceptional Human Abilities.” In *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent*, edited by K. A. Heller, F. J. Monks, and A. H. Passow. Oxford: Pergamon Press.
- Given, L. M. (Ed.). (2008). *The Sage encyclopedia of qualitative research methods*. Sage publications.
- Hammarberg, K., Kirkman, M., & de Lacey, S. (2016). Qualitative research methods: when to use them and how to judge them. *Human reproduction, 31*(3), 498-501.
- Harrison, S. R. 2014. *Same Spirit – Different Team: the Politicisation of the Deaflympics*. Leicester: Action Deafness Books.
- Hoffman, M., & Wang, Y. (2010). The use of graphic representations of sign language in leveled texts to support deaf readers. *American annals of the deaf, 155*(2), 131-136.



- Hughes, T. J. (2012). *The finite element method: linear static and dynamic finite element analysis*. Courier Corporation.
- International Sign. (2023, 10 January). In *Wikipedia*. [https://en.wikipedia.org/wiki/International\\_Sign](https://en.wikipedia.org/wiki/International_Sign)
- Ιστορία της Ε.Ν.Γ. (n.d). Retrieved from: [http://micro-kosmos.uoa.gr/gr/magazine/ergasies\\_foititon/ettap/2012-13/noimatiki/istoriatinoimatikisglwssas.htm](http://micro-kosmos.uoa.gr/gr/magazine/ergasies_foititon/ettap/2012-13/noimatiki/istoriatinoimatikisglwssas.htm)
- Ισχάκης, Μ. (2021, 21 Οκτωβρίου). *Οι μορφές της επικοινωνίας και ο ορισμός της*. Retrieved from: <https://www.manolischakis.gr/oi-morfes-ths-epikoinvniias-kai-o-orismos-ths/>
- Kelly, L. (2011). “Social inclusion” through sports-based interventions? *Critical Social Policy*, 31(1), 126–150. doi:10.1177/0261018310385442
- Kika Hadjidakou, Lenia Petridou & Chryso Stylianou (2008) The academic and social inclusion of oral deaf and hard-of-hearing children in Cyprus secondary general education: investigating the perspectives of the stakeholders, *European Journal of Special Needs Education*, 23:1, 17-29, DOI: [10.1080/08856250701791211](https://doi.org/10.1080/08856250701791211)
- Kohl III, H. W., & Cook, H. D. (2013). Physical activity and physical education: Relationship to growth, development, and health. In *Educating the student body: Taking physical activity and physical education to school*. National Academies Press (US).
- Κομνηνού, Ε. (2019, 24 Οκτωβρίου). *Νοηματική Γλώσσα: Οι απαρχές της γλώσσας των νοημάτων*. Retrieved from: <https://www.maxmag.gr/politismos/glossa/noimatiki-glossa-oi-aparches-tis-glossa-ton-noimatou/>
- Κουππή, Κ. (n.d). *Τι είναι η επικοινωνία. Γιατί είναι τόσο σημαντική*. Retrieved from: <https://kentrologotherapias.com.cy/ti-ine-epikinonia-giati-ine-toso-simantiki/>
- Ladd, P., & Lane, H. (2013). Deaf Ethnicity, Deafhood, and Their Relationship. *Sign Language Studies*, 13(4), 565–579. <http://www.jstor.org/stable/26191740>
- Lloyd, R. S., J. L. Oliver, A. D. Faigenbaum, R. Howard, M. B. A. De Ste Croix, C. A. Williams, T. M. Best., et al. 2015. “Long-Term Athletic Development – Part 1: A Pathway for All Youth.” *Journal of Strength and Conditioning Research* 29 (5):1439–50.
- Μπαρμπούτης Γ, (2013). «Αθλητισμός».
- Mayberry, R. I. (2002). Cognitive development in deaf children: The interface of language and perception in neuropsychology. *Handbook of neuropsychology*, 8(Part II), 71-107.
- Munoz-Baell, I. M. (2000). *Empowering the deaf. Let the deaf be deaf*. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 54(1), 40–44. doi:10.1136/jech.54.1.40
- National Disability Sport Organisations. 2015. *Active Beyond Education*. London: National Disability Sport Organisations/English Federation of Disability Sport.

- Νοηματική Γλώσσα. (2022, 28 Απριλίου). In *Wikipedia*.  
[https://el.wikipedia.org/wiki/Νοηματική\\_γλώσσα](https://el.wikipedia.org/wiki/Νοηματική_γλώσσα)
- Oticon Hearing Aids. (n.d). Retrieved from: <https://www.oticon.global/hearing-aid-users/hearing-aids/products/all>
- Peers, D. 2018. “Sport and Social Movements by and for Disability and Deaf Communities: Important Differences in Self-Determination, Politicisation, and Activism.” In *The Palgrave Handbook of Paralympic Studies*, edited by I. Brittain and A. Beacom, 71–97. London: Palgrave Macmillan.
- Pennington, Colin & Costine, Jodi & Dunbar, Makenzie & Jennings, Ryan. (2021). *Deafness and Hard of Hearing: Adapting Sport and Physical Activity*.
- Seitz, S. (2016). Pixilated partnerships, overcoming obstacles in qualitative interviews via Skype: A research note. *Qualitative research*, 16(2), 229-235.
- Solvang, P. K., and H. Haualand. 2014. “Accessibility and Diversity: Deaf Space in Action.” *Scandinavian Journal of Disability Research* 16 (1): 1–13.
- Sport England. 2001. *Young People with a Disability and Sport*. London: Sport England.
- Στρατούρη Ε. (2017). Ανθεκτικότητα, διαχείριση άγχους και αυτοαποτελεσματικότητα σε άτομα με αναπηρία.
- Suzanne Edmondson & Julia Howe (2019). Exploring the social inclusion of deaf young people in mainstream schools, using their lived experience, *Educational Psychology in Practice*, 35:2, 216-228, DOI: [10.1080/02667363.2018.1557113](https://doi.org/10.1080/02667363.2018.1557113)
- Σύμβαση ΟΗΕ. (n.d). Retrieved from: <https://www.omke.gr/simvasi-ohe/>
- Valentine, G., and T. Skelton. 2003. “Living on the Edge: The Marginalisation and Resistance of D/Deaf Youth.” *Environment and Planning A* 35 (2): 301–321
- Vernon, M. (2006). *The APA and Deafness*. *American Psychologist*, 61(8), 816–824. doi:10.1037/0003-066x.61.8.816
- Wheeler, S., and K. Green. 2014. “Parenting in Relation to Children’s Sports Participation: Generational Changes and Implications.” *Leisure Studies* 33 (3): 267–284.
- Wilson, P. E., & Clayton, G. H. (2010). *Sports and Disability*. *PM&R*, 2(3), S46–S54. doi:10.1016/j.pmrj.2010.02.002
- World Health Organization. (2019). The WHO special initiative for mental health (2019-2023): universal health coverage for mental health (No. WHO/MSD/19.1). World Health Organization.
- Χειλεανάγνωση. (n.d). Retrieved from: <https://www.akoustirixi.gr/lipreading>
- Χριστοφή, Μ., (2013). *Προσβασιμότητα και Αναπηρία*. Εκδότης: Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία (ΕΣΑμεΑ). <http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/1616>

Yilmaz, K. (2013). Comparison of quantitative and qualitative research traditions: Epistemological, theoretical, and methodological differences. *European journal of education*, 48(2), 311-325.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

### *Παράρτημα 1: Πρωτότυπο Ερωτήσεων Συνέντευξης*

#### ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΡΕΥΝΑ / ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

- Ποιά ήταν η σχέση σου με την άσκηση σε μικρή ηλικία;
- Έπαιζες με συμμαθητές στο Δημοτικό σχολείο;
- Στο Δημοτικό / Γυμνάσιο / Λύκειο συμμετείχες στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής;
- Πως επικοινωνούσες με τον Καθηγητή Φυσικής Αγωγής;
- Συμμετείχες σε ομαδικά αθλήματα κατά τη διάρκεια της σχολικής σου ζωής;
- Σε ποιά άθλημα, ατομικό ή ομαδικό, είχες μεγαλύτερη δυσκολία ένταξης και σε ποιά δεν αντιμετώπισες κανένα πρόβλημα;
- Μετά την αποφοίτησή σου από το Λύκειο συνεχίζεις να είσαι ενεργός/ή αθλητικά;

#### ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ

- Με ποιά κριτήριο επέλεξες τη Σχολή στην οποία φοιτάς;
- Στο χώρο φοίτησης πραγματοποιούνται αθλητικές δραστηριότητες / αθλήματα;

- Σε περίπτωση υποχρεωτικής παρακολούθησης μαθημάτων, πρακτικών ή θεωρητικών, πόσο δύσκολο ή εύκολο σου είναι αυτό;
- Σου παρέχονται διευκολύνσεις για τη συμμετοχή σου σε αυτά τα μαθήματα;

#### ΕΡΩΤΗΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ

- Τι θα πρότεινες για να είναι πιο εύκολη η πρόσβασή σου στην καθημερινότητα και η επικοινωνία με άτομα που δεν αντιμετωπίζουν τις δικές σου δυσκολίες;

*Παράρτημα 2: Ενδεικτικό παράδειγμα απαντήσεων από τις συνεντεύξεις που έχουν παρθεί*

#### **ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΡΕΥΝΑ / ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ**

*Γυναίκα, ετών 35*

- **Ποια ήταν η σχέση σου με την άσκηση σε μικρή ηλικία;**  
Όπως όλα τα παιδιά είχα περάσει από διάφορα στάδια σε μικρή ηλικία. Δοκίμαζα διαφορετικά αθλήματα, και στο σχολείο και εκτός σχολείου.
- **Έπαιζες με συμμαθητές στο Δημοτικό σχολείο;**  
Έπαιζα. Και στα διαλείμματα και στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής.
- **Στο Δημοτικό / Γυμνάσιο / Λύκειο συμμετείχες στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής;**  
Συμμετείχα, αν και δεν ήταν από τα αγαπημένα μου.
- **Πως επικοινωνούσες με τον Καθηγητή Φυσικής Αγωγής;**  
Κατά τη διάρκεια του μαθήματος ήμουν συνήθως μπροστά ώστε να μπορώ να ακούω τι λέει ή να μπορώ να διαβάζω τα χείλη του/ης ώστε να είμαι σίγουρη ότι τα κατάλαβα όλα σωστά.

- **Συμμετείχες σε ομαδικά αθλήματα κατά τη διάρκεια της σχολικής σου ζωής;**

Συμμετείχα, αλλά όχι σε μεγάλο βαθμό.

- **Σε ποίο άθλημα, ατομικό ή ομαδικό, είχες μεγαλύτερη δυσκολία ένταξης και σε ποίο δεν αντιμετώπισες κανένα πρόβλημα;**

Στα ομαδικά αθλήματα (τύπου Volleyball, Basketball, Taekwondo σε group setting) ήταν πιο δύσκολο να ενταχθώ διότι έπρεπε να υπάρχει επικοινωνία και με άλλους συμμαθητές/αθλητές, κάτι που το έβρισκα δύσκολο σε μικρότερη ηλικία.

Σε ατομικό επίπεδο, στο Taekwondo, στο Skiing και στο Ice Skating, δεν είχα κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα καθώς πρόσεχα τον/ην δάσκαλο/α στο τι θα πει, όπως επίσης γνώριζα ότι ήταν συγκεκριμένοι οι κανόνες που έπρεπε να ακολουθώ.

- **Μετά την αποφοίτησή σου από το Λύκειο συνεχίζεις να είσαι ενεργός/ή αθλητικά;**

Συνεχίζω να είμαι ενεργή αθλητικά, όμως έχουν αλλάξει οι προτιμήσεις μου.

### ***ΕΡΩΤΗΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ***

- **Τι θα πρότεινες για να είναι πιο εύκολη η πρόσβασή σου στην καθημερινότητα και η επικοινωνία με άτομα που δεν αντιμετωπίζουν τις δικές σου δυσκολίες;**

Θα πρότεινα περισσότερες διευκολύνσεις σε περιπτώσεις ή καταστάσεις που μου είναι δύσκολο να ανταπεξέλθω και να ανταποκριθώ, όπως θέατρα, κινηματογράφοι, σεμινάρια, δημόσιες ή ιδιωτικές υπηρεσίες. Δηλαδή καλύτερη οπτικοποίηση – ταμπέλες, επιγραφές, φυλλάδια με επεξηγήσεις. Ειδικά στην εποχή του covid η επικοινωνία με τις μάσκες είναι εξαιρετικά δύσκολη για κάποιον που βασίζεται κυρίως στη χειλεανάγνωση.

Γενικά θα πρότεινα περισσότερη ευαισθητοποίηση και ενσυναίσθηση από τα άτομα γύρω μας ώστε να είναι πιο εύκολη η καθημερινότητα για εμένα και για άλλους που αντιμετωπίζουν τις ίδιες δυσκολίες.