

Μετάβαση Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από την αθλητική στην επαγγελματική καριέρα

Του Κίτσου Αθανάσιου

Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία που υποβάλλεται στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων απόκτησης του μεταπτυχιακού τίτλου του Μεταπτυχιακού Προγράμματος «Διοίκηση Αθλητικών Οργανισμών και Επιχειρήσεων» του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου στην κατεύθυνση «Μάνατζμεντ Αθλητικών Οργανισμών και Επιχειρήσεων»

Σπάρτη

2023

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

Επιβλέπων: Αθανάσιος Στρίγκας, Καθηγητής

2ο Μέλος: Αθανάσιος Κριεμάδης, Καθηγητής

3ο Μέλος: Ευθαλία (Ελια) Χατζηγιάννη, Αναπλ. Καθηγήτρια

Υπεύθυνη Δήλωση

Με ατομική μου ευθύνη και γνωρίζοντας τις κυρώσεις που προβλέπονται από τις διατάξεις του άρθρου 18 (Λόγοι και διαδικασία διαγραφής από το ΠΜΣ) του Κανονισμού Λειτουργίας Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, δηλώνω υπεύθυνα ότι για τη συγγραφή της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής μου Εργασίας (ΜΔΕ) δεν χρησιμοποίησα ολόκληρο ή μέρος έργου άλλου δημιουργού ή τις ιδέες και αντιλήψεις άλλου δημιουργού χωρίς να γίνεται αναφορά στην πηγή προέλευσης (βιβλίο, άρθρο από εφημερίδα ή περιοδικό, ιστοσελίδα κλπ.).

Ημερομηνία: 16 / 09 /2023

Ο Δηλών:

Κίτσος Αθανάσιος

(Υπογραφή)

Copyright © Αθανάσιος Δ. Κίτσος, 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 συγγραφέα. Οι απόψεις και τα συμπεράσματα που περιέχονται σε αυτό το έγγραφο εκφράζουν τον συγγραφέα και δεν πρέπει να ερμηνευθεί ότι αντιπροσωπεύουν τις επίσημες θέσεις του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Αθανάσιος Δ. Κίτσος: Μετάβαση Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από την αθλητική στην επαγγελματική καριέρα.

(Με την επίβλεψη του Αθανασίου Στρίγκα, Καθηγητή)

Η παρούσα εργασία αποτελεί μία έρευνα με θέμα τις δυσκολίες τις οποίες αντιμετωπίζουν οι αθλητές με αναπηρία κατά τη μετάβαση από την αθλητική καριέρα στην επαγγελματική ζωή. Η εργασία αναπτύχθηκε μέσα από ποσοτική έρευνα και βιβλιογραφική ανασκόπηση. Τα αποτελέσματα, ανέδειξαν, μεταξύ άλλων, την έλλειψη στήριξης των αθλητών με αναπηρία και την αναγκαία στροφή των αθλητών σε μία διπλή καριέρα. Στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα, αναδείχθηκε πως οι γυναίκες θεωρούν πως ιδανικά θα ήθελαν να αποσυρθούν μετά τα 40 έτη τους από τον πρωταθλητισμό. Τέλος, από το δεύτερο ερευνητικό ερώτημα, προέκυψε πως οι αθλητές στίβου ή κολύμβησης θεωρούν πως ενδιαφέρεται αρχικά η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού όσον αφορά την προετοιμασία των αθλητών σχετικά με την επαγγελματική αλλά και την προσωπική ζωή αφού τελειώσει το κεφάλαιο του πρωταθλητισμού. Ωστόσο, όσοι ήταν αθλητές του μπότσια, υποστήριξαν ότι περισσότερο ενδιαφέρεται η Ομοσπονδία.

Λέξεις Κλειδιά: *Αθλητές με αναπηρία, Διπλή καριέρα, Μετάβαση, Επαγγελματική αποκατάσταση αθλητών, Λήξη αθλητικής καριέρας*

ABSTRACT

Kitsos Athanasios: Transition of Greek athletes with disabilities from sports to professional careers.

(With the supervision of Athanasios Strigas, Professor)

This paper is research on the difficulties faced by athletes with disabilities during the transition from sports career to professional life. The paper was developed through quantitative research and literature review. The results highlighted, among other things, the lack of support for athletes with disabilities and the necessary shift of athletes into a dual career. In the first research question, it was shown that women think that ideally they would like to retire after 40 years from the championship. Finally, from the second research question, it emerged that athletics or swimming athletes believe that the General Secretariat of Sports is initially interested in the preparation of athletes for their professional and personal life after the championship. However, those who were boccia athletes, argued that the Federation is more interested.

Keywords: Athletes with disabilities, Dual career, Transition, Professional rehabilitation of athletes, End of sports career

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω μέσα από την κάρδια μου την οικογένεια μου για την αμέριστη συμπαράσταση που μου πρόσφερε όλον αυτόν το χρόνο που αφιέρωσα στο πρόγραμμα μεταπτυχιακών σπουδών στο Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου καθώς και όλους τους καθηγητές που συνέβαλλαν και με καθοδήγησαν ώστε να δω μέσα από το πρίσμα της Οργάνωσης και Διοίκησης τον αθλητισμό.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

| | |
|--|------|
| ΠΕΡΙΛΗΨΗ..... | iv |
| ABSTRACT..... | v |
| ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ..... | vi |
| ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ..... | ix |
| Κατάλογος πινάκων..... | xi |
| Κατάλογος σχημάτων..... | xiii |
| ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ & ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΜΒΟΛΩΝ..... | xv |
| Διατύπωση Προβλήματος..... | 16 |
| Σκοπός της έρευνας..... | 17 |
| Σημασία/χρησιμότητα έρευνας..... | 17 |
| Λειτουργικοί Ορισμοί..... | 18 |
| Ι.ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ..... | 19 |
| Έρευνες σε σχέση με την μετέπειτα επαγγελματική πορεία των αθλητών με αναπηρία..... | 19 |
| Τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι αθλητές με αναπηρία..... | 26 |
| Η επίδραση του Covid 19..... | 33 |
| Το κίνημα των αθλητών με αναπηρία..... | 36 |
| Προβλήματα αθλητών κατά την εύρεση εργασίας..... | 42 |
| Μετάβαση και διπλή καριέρα..... | 55 |
| II.ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ..... | 69 |
| III.ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ..... | 71 |
| IV.ΣΥΖΗΤΗΣΗ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ..... | 102 |
| ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ..... | 106 |
| ΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ..... | 108 |

| | |
|------------------|-----|
| ΙΣΤΟΤΟΠΟΙ:..... | 116 |
| ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ..... | 116 |

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

| | |
|--|----|
| Πίνακας 1. Φύλο..... | 71 |
| Πίνακας 2. Ηλικία..... | 72 |
| Πίνακας 3. Οικογενειακή κατάσταση..... | 73 |
| Πίνακας 4. Μορφωτικό επίπεδο..... | 74 |
| Πίνακας 5. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι..... | 75 |
| Πίνακας 6. Πόσα χρόνια κάνεις πρωταθλητισμό..... | 76 |
| Πίνακας 7. Συμμετείχες στην Εθνική Ομάδα..... | 77 |
| Πίνακας 8. Σε ποια ομάδα συμμετέχεις..... | 78 |
| Πίνακας 9. Πόσες συμμετοχές έχεις..... | 79 |
| Πίνακας 10. Ποια βοήθεια έλαβες από την πολιτεία λόγω της ενασχόλησής σου με τον αθλητισμό..... | 80 |
| Πίνακας 11. Τι σου αρέσει/απολαμβάνεις περισσότερο σε σχέση με την ενασχόλησή σου με τον πρωταθλητισμό..... | 81 |
| Πίνακας 12. Κατά μέσο όρο πόσες είναι οι ετήσιες οικονομικές απολαβές σου από τον αθλητισμό, όλα τα χρόνια της ενασχόλησής σου σε υψηλό επίπεδο..... | 82 |
| Πίνακας 13. Έχεις ποτέ εργαστεί ενώ παράλληλα ήσουν αθλητής/τρια..... | 84 |
| Πίνακας 14. Εργάζεσαι κάπου τώρα..... | 85 |
| Πίνακας 15. Σε ποιον κλάδο ανήκει η εργασία σου..... | 86 |
| Πίνακας 16. Σε ποιον επαγγελματικό κλάδο θα επιθυμούσες να εργαστείς μετά το τέλος της αθλητικής σου καριέρας..... | 87 |
| Πίνακας 17. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό..... | 88 |
| Πίνακας 18. Πώς προετοιμάζεις την μελλοντική σου επαγγελματική αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό..... | 89 |
| Πίνακας 19. Σε περίπτωση που δεν έχεις προετοιμαστεί ακόμα, ποιο από τα παρακάτω ισχύει για εσένα..... | 90 |

| | |
|--|-----|
| Πίνακας 20. Ποια από τις παρακάτω φράσεις σε εκφράζει περισσότερο σχετικά με τις σπουδές σου..... | 92 |
| Πίνακας 21. Πως θεωρείς ότι θα προετοιμαζόσουν καλύτερα για την επαγγελματική σου ζωή μετά τον αθλητισμό..... | 93 |
| Πίνακας 22. Τι θα έπρεπε να περιέχει ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης»-προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό..... | 95 |
| Πίνακας 23. Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό..... | 96 |
| Πίνακας 24. Ποιος φορέας είναι κατάλληλος να οργανώσει-υλοποιήσει πρόγραμμα εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική αποκατάσταση..... | 97 |
| Πίνακας 25. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό..... | 98 |
| Πίνακας 26. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό..... | 99 |
| Πίνακας 27. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι * Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό..... | 100 |
| Πίνακας 28. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι * Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό..... | 100 |

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

| | |
|--|----|
| Γράφημα 1. Φύλο..... | 71 |
| Γράφημα 2. Ηλικία..... | 72 |
| Γράφημα 3. Οικογενειακή κατάσταση..... | 73 |
| Γράφημα 4. Μορφωτικό επίπεδο..... | 74 |
| Γράφημα 5. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι..... | 75 |
| Γράφημα 6. Πόσα χρόνια κάνεις πρωταθλητισμό..... | 76 |
| Γράφημα 7. Συμμετείχες στην Εθνική Ομάδα..... | 77 |
| Γράφημα 8. Σε ποια ομάδα συμμετέχεις..... | 78 |
| Γράφημα 9. Πόσες συμμετοχές έχεις..... | 79 |
| Γράφημα 10. Ποια βοήθεια έλαβες από την πολιτεία λόγω της ενασχόλησής σου με τον αθλητισμό..... | 80 |
| Γράφημα 11. Τι σου αρέσει/απολαμβάνεις περισσότερο σε σχέση με την ενασχόλησή σου με τον πρωταθλητισμό..... | 82 |
| Γράφημα 12. Κατά μέσο όρο πόσες είναι οι ετήσιες οικονομικές απολαβές σου από τον αθλητισμό, όλα τα χρόνια της ενασχόλησής σου σε υψηλό επίπεδο..... | 83 |
| Γράφημα 13. Έχεις ποτέ εργαστεί ενώ παράλληλα ήσουν αθλητής/τρια..... | 84 |
| Γράφημα 14. Εργάζεσαι κάπου τώρα..... | 85 |
| Γράφημα 15. Σε ποιον κλάδο ανήκει η εργασία σου..... | 86 |
| Γράφημα 16. Σε ποιον επαγγελματικό κλάδο θα επιθυμούσες να εργαστείς μετά το τέλος της αθλητικής σου καριέρας..... | 88 |
| Γράφημα 17. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό..... | 89 |
| Γράφημα 18. Πώς προετοιμάζεις την μελλοντική σου επαγγελματική αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό..... | 90 |
| Γράφημα 19. Σε περίπτωση που δεν έχεις προετοιμαστεί ακόμα, ποιο από τα παρακάτω ισχύει για εσένα..... | 91 |

| | |
|--|----|
| Γράφημα 20. Ποια από τις παρακάτω φράσεις σε εκφράζει περισσότερο σχετικά με τις σπουδές σου..... | 93 |
| Γράφημα 21. Πως θεωρείς ότι θα προετοιμαζόσουν καλύτερα για την επαγγελματική σου ζωή μετά τον αθλητισμό..... | 94 |
| Γράφημα 22. Τι θα έπρεπε να περιέχει ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης»-προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό..... | 96 |
| Γράφημα 23. Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό..... | 97 |
| Γράφημα 24. Ποιος φορέας είναι κατάλληλος να οργανώσει-υλοποιήσει πρόγραμμα εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική αποκατάσταση..... | 98 |

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ & ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΜΒΟΛΩΝ

DC: Double Career – Διπλή Σταδιοδρομία

I.P.C: International Paralympic Committee – Διεθνής Παραολυμπιακή Επιτροπή

Π.Ο.Υ: Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας σχεδίασε μία σύνθετη απόδοση για τον όρο αναπηρία, η οποία και αναδεικνύει ιδιαίτερα τη δυσκολία ορισμού, αλλά και τη ρευστότητα του όρου. Με τον τρόπο που προσεγγίστηκε η αναπηρία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, εκτός από το δεδομένο της διαφορετικότητας που βασίζεται σε μία ιατρική διάγνωση, γίνεται αναγνώριση και του περιβαλλοντικού ρόλου ως παράγοντα που επιβαρύνει την αναπηρία και ο οποίος εκδηλώνεται μέσω των εμποδίων ή ως επιβοηθητικός παράγοντας που παρέχει βοηθήματα. Αναγνωρίζεται, ακόμη, και ο ρόλος των κοινωνικών αντιλήψεων (Αιτιολογική Έκθεση, νόμος 4488/2017). Ο ορισμός του ΠΟΥ ισορροπεί ουσιαστικά ανάμεσα στο ιατρικό και το κοινωνικό μοντέλο, συντελώντας στη δημιουργία του όρου «βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο» (WHO, 2002).

Ο αθλητισμός αποτελεί μια συστηματική προσέγγιση στη σωματική καλλιέργεια και δραστηριότητα, καθοδηγούμενη από μια ξεχωριστή φιλοσοφία, μεθοδολογία και παιδαγωγική, με απώτερο στόχο την επίτευξη του υψηλότερου δυνατού επιπέδου σωματικής απόδοσης. Ταυτόχρονα, ο αθλητισμός είναι ένας θεσμός της κοινωνίας και ως τέτοιος αντικατοπτρίζει την κουλτούρα της κοινωνίας στην οποία είναι ενσωματωμένος. Για παράδειγμα, στην κλασική αρχαιότητα, και ιδιαίτερα στην αρχαία Αθήνα, ο αθλητισμός θεωρούταν κοινωνικό και πολιτιστικό αγαθό και είχε επίσης σημαντική εκπαιδευτική αξία (Γογγάκη, 2013).

Αφού αποσυρθούν από το άθλημά τους, η πλειοψηφία των αθλητών υψηλών επιδόσεων θα χρειαστεί να βρουν άλλη δουλειά για να συντηρηθούν. Όταν οι επαγγελματίες αθλητές φτάνουν σε σημαντικό σημείο της σταδιοδρομίας τους, το βιογραφικό τους (CV) φαίνεται αρκετά διαφοροποιήσιμο από αυτό του τυπικού αναζητούντος εργασία που έχει την ίδια ηλικία και προετοιμάζεται για την αγορά εργασίας με πιο συμβατικούς τρόπους, όπως με την απόκτηση κάποιου επιπέδου εκπαίδευσης και κάποιου επίπεδο εργασιακής εμπειρίας. Ταυτόχρονα, οι αθλητές υψηλών επιδόσεων έχουν αποκτήσει μόνο μοναδική αθλητική τεχνογνωσία, η οποία δυστυχώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί στις επιχειρήσεις μόνο σε περιορισμένο βαθμό (Haerle, 1975).

Διατύπωση Προβλήματος

Ένα ζήτημα που απασχολεί συχνά τους αθλητές, αποτελεί το ζήτημα της «διπλής καριέρας» ή αλλιώς της μετάβασης από τον αθλητισμό στην επαγγελματική ζωή. Για την πλειοψηφία των αθλητών, συμπεριλαμβανομένων πολλών ιδιαίτερα επιτυχημένων αθλητών στο άθλημά τους, οι εναλλακτικοί τρόποι την οικονομική τους συντήρηση αποτελούν μία αναγκαιότητα. Ελάχιστοι αθλητές επιτυγχάνουν να αποκτούν χρήματα, αν και συγχρόνως διαγωνίζονται, ώστε να υποστηρίξουν τον εαυτό τους και να είναι αυτόνομοι (David, 1999).

Η κατάσταση αυτή, είναι ακόμη πιο δύσκολη για τους αθλητές με αναπηρία, οι οποίοι, δυστυχώς, αντιμετωπίζουν συχνά επιπρόσθετα εμπόδια λόγω της έλλειψης ενημέρωσης των επαγγελματιών, των προκαταλήψεων και του κοινωνικού αποκλεισμού.

Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της παρούσας έρευνας αποτελεί η διερεύνηση, μέσα από εμπειρική, ποσοτική έρευνα, της διαδικασίας της μετάβασης των Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από τον αθλητισμό στην επαγγελματική καριέρα. Πιο συγκεκριμένα θα εξεταστούν οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν, οι λύσεις που επιλέγουν αλλά και η υποστήριξη που λαμβάνουν από το κράτος και άλλα θεσμικά όργανα. Τα αποτελέσματα της έρευνας θα συγκριθούν με άλλες μελέτες, ώστε να αναδειχθεί ποια είναι η κατάσταση στην Ελλάδα και ποιες αποτελεσματικές προτάσεις βελτίωσης της κατάστασης θα μπορούσαν να προκύψουν από την έρευνα.

Σημασία/χρησιμότητα της έρευνας

Η έρευνα στην συγκεκριμένη κατεύθυνση, η οποία δεν έχει αναπτυχθεί στην Ελλάδα, μπορεί να συμβάλει στην ενημέρωση, η οποία αποτελεί το πρώτο βήμα για την εύρεση και υιοθέτηση λύσεων για το πρόβλημα.

Ερευνητικές υποθέσεις

Ερευνητική υπόθεση 1: Οι αθλητές με αναπηρία στην Ελλάδα δυσκολεύονται να ενταχθούν στην αγορά εργασίας, μετά από χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό.

Ερευνητική υπόθεση 2: Οι αθλητές με αναπηρία στην Ελλάδα αναγκάζονται να συνδυάζουν την επαγγελματική και αθλητική τους πορεία, με αποτέλεσμα να εξαντλούνται σωματικά και πνευματικά.

Ερευνητική υπόθεση 3: Οι αθλητές με αναπηρία στην Ελλάδα δεν λαμβάνουν την υποστήριξη που χρειάζονται από το κράτος και άλλους θεσμούς.

Λειτουργικοί ορισμοί

Για τις ανάγκες της παρούσας εργασίας, υιοθετούνται οι ακόλουθοι ορισμοί:

Αναπηρία: Η αναπηρία αποτελεί μία βιολογική αλλά και κοινωνική κατάσταση, καθώς σύμφωνα με το ιατρικό μοντέλο η αναπηρία αποτελεί μία κατάσταση έκπτωσης της δυνατότητας του ατόμου η οποία απαιτεί αποκατάσταση από ειδικούς και σύμφωνα με το κοινωνικό μοντέλο συνδέεται με το ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο στο οποίο εντάσσεται (Π.Ο.Υ. 2022).

Αθλητισμός: Η οργανωμένη και συστηματική προσπάθεια την οποία καταβάλλει ο άνθρωπος, με στόχο την προετοιμασία του για την επιτυχία σε αγώνες και την καλλιέργεια των ψυχοπνευματικών του δυνάμεων. Στηρίζεται στην άμιλλα και στο συναγωνισμό (Till et al., 2022).

Επαγγελματική Καριέρα: Η καριέρα μπορεί να οριστεί τόσο από υποκειμενική όσο και από αντικειμενική σκοπιά. Από την αντικειμενική οπτική, η καριέρα είναι μια δια βίου ακολουθία εργασιακών εμπειριών που σχετίζονται με ρόλους που τα άτομα υιοθετούν, προκειμένου να εξασφαλίσουν την οικονομική τους αποκατάσταση (Arnold, 2002).

Προϋποθέσεις & Περιορισμοί

Σημαντική προϋπόθεση για την επάρκεια της παρούσας έρευνας αποτελεί η λήψη ενός επαρκούς αριθμητικά δείγματος, ώστε η στατιστική ανάλυση να είναι όσο το δυνατόν πιο έγκυρη. Ωστόσο, η εύρεση ικανού αριθμού αθλητών με αναπηρία που να έχουν το χρόνο και τη διάθεση να λάβουν συμμετοχή, δυσχεραίνει την έρευνα και αποτελεί έναν πιθανό περιορισμό. Μετά από συνομιλία με την Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία δόθηκε η διαβεβαίωση ότι το ερωτηματολόγιο στάλθηκε σε όλους τους αθλητές των σωματίων που καλλιεργούν τα τρία αθλήματα στα οποία στηρίχθηκε η έρευνα και ότι είναι σχετικά περιορισμένος ο αριθμός των αθλητών.

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Στην παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση πρόκειται να παρουσιαστούν ευρήματα ερευνών τα οποία αφορούν το ερευνητικό πρόβλημα που εξετάζεται στην παρούσα έρευνα.

1. Έρευνες σε σχέση με την μετέπειτα επαγγελματική πορεία των αθλητών με αναπηρία

Όταν ένας αθλητής φτάνει στο τέλος της καριέρας του, δεν έρχεται μόνο αντιμέτωπος με το τέλος της αθλητικής του καριέρας, αλλά και με ένα σημαντικό φάσμα ψυχολογικών, κοινωνικών, οικονομικών και επαγγελματικών ανατροπών. Το μέγεθος των συγκεκριμένων ανατροπών, καθώς και οι απόψεις των αθλητών για αυτές τις αλλαγές, θα έχουν σημαντικό αντίκτυπο στην ποιότητα της προσαρμογής που θα υποστεί ο αθλητής στην μετέπειτα επαγγελματική πορεία του, μέχρι τη συνταξιοδότησή του (Μπουκουβάλας, 2021).

Οι συνθήκες υπό τις οποίες ένα άτομο έρχεται αντιμέτωπο με την εγκατάλειψη της αθλητικής του καριέρας, ποικίλουν, αλλά οι Taylor και Ogilvie (1994) εντοπίζουν κάποιους βασικούς παράγοντες που οδηγούν τους αθλητές σε αυτή την απόφαση, και συγκεκριμένα τέσσερις. Τον πρώτο παράγοντα αποτελεί η ηλικία, επειδή η απόδοση ενός αθλητή συνήθως μειώνεται με την αύξηση της ηλικίας. Σύμφωνα με τους Ceci Eric et al. (2004), με το πέρασμα του χρόνου, τόσο η φυσική του κατάσταση όσο και οι ικανότητές του επιδεινώνονται, γεγονός που καθιστά για τον αθλητή ή την αθλήτρια ολοένα και πιο δύσκολο το να αγωνιστεί στο μέγιστο επίπεδο. Επιπρόσθετα, η μη επιλογή αθλητών για αγώνες από τους αντίστοιχους προπονητές τους είναι μια άλλη από τις πιο κρίσιμες αιτίες που οδηγεί έναν αθλητή ή μία αθλήτρια στο να αποσυρθεί από αθλητική καριέρα. Αναφέρεται ακόμη ότι ένα σοβαρό ατύχημα ή τραυματισμός είναι πιθανό όχι μόνο να οδηγήσει στην εγκατάλειψη του αθλητισμού αλλά και να έχει σημαντική επίδραση στην ψυχική κατάσταση ενός αθλητή, οδηγώντας σε συνέπειες όπως κατάθλιψη, κατάχρηση ουσιών, ακόμη και αυτοκτονικές τάσεις. Επιπλέον, εάν η καριέρα ενός αθλητή διακοπεί λόγω τραυματισμού, μπορεί να οδηγήσει σε κρίση ταυτότητας, καθώς και σε κοινωνική απομόνωση, άγχος και χαμηλή αυτοεκτίμηση (Allison & Meyer, 1988). Φυσικά, υπάρχει και η τέταρτη περίπτωση στην οποία ο

αθλητής μπορεί να επιλέξει ο ίδιος να διακόψει την αθλητική πορεία του για λόγους προσωπικής επιλογής, όπως οικονομικούς λόγους, οικογενειακούς λόγους κ.α.

Σε μία βιβλιογραφική ανασκόπηση ερευνών, οι οποίες αναφέρονται στην επαγγελματική πορεία των αθλητών με αναπηρία μετά τον αθλητισμό, είναι σημαντικό να αναφερθεί η συνάντηση για τη συνεργασία ERASMUS+Sport «Διπλή καριέρα μαθητών-αθλητών με αναπηρία ως εργαλείο κοινωνικής ένταξης μαθητών με αναπηρία ως εργαλείο κοινωνικής ένταξης (Paralimits)», η οποία πραγματοποιήθηκε στις 3 Φεβρουαρίου 2021 στο Καθολικό Πανεπιστήμιο του San Antonio Murcia (UCAM-Ισπανία). Αυτή η συνάντηση πραγματοποιήθηκε με σκοπό την προώθηση της ολιστικής ανάπτυξης των Παραολυμπιακών αθλητών και την κοινωνική τους ένταξη στην πρωτοβουλία The Partners of Para-limits, η οποία έχει διάρκεια ζωής τριάντα μηνών, κατά τη διάρκεια των οποίων θα εντοπίσει τις απαιτήσεις και τα εμπόδια που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-αθλητές με αναπηρία, όταν προσπαθούν να εξισορροπήσουν τις αθλητικές και ακαδημαϊκές τους ευθύνες. Οι εταίροι θα αναπτύξουν έναν οδηγό για να ενισχύσουν τη διπλή σταδιοδρομία μεταξύ αθλητών με αναπηρία με βάση τις πληροφορίες που συλλέγουν βάσει στοιχείων και θα δημιουργήσουν ένα καινοτόμο μάθημα για την εκπαίδευση του πανεπιστημιακού προσωπικού ως μέντορες αθλητισμού που ειδικεύονται σε φοιτητές-αθλητές με αναπηρία και να εκδώσει ένα Ευρωπαϊκό Εγχειρίδιο που θα χρησιμεύσει ως εργαλείο για τη διάδοση του έργου σε άλλα ενδιαφερόμενα μέρη. Το αποκορύφωμα αυτής της μελέτης θα είναι η ίδρυση ενός Παρατηρητηρίου για τη Διπλή Καριέρα, την Αναπηρία και τον Αθλητισμό. Ο πρωταρχικός σκοπός αυτού του παρατηρητηρίου θα είναι να διασφαλίσει ότι τα ευεργετικά αποτελέσματα αυτού του μοντέλου θα διατηρηθούν πολύ μετά την ολοκλήρωση του έργου (Kozla, 2021).

Σύμφωνα με έρευνα των Dehghansai et al. (2008), δεν υπάρχει αμφιβολία ότι τα άτομα με αναπηρίες που συμμετέχουν στον αθλητισμό αποκομίζουν σημαντικά οφέλη. Ωστόσο, υπάρχουν ερευνητικά κενά σχετικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν την απόφαση των αθλητών να συμμετέχουν και να εξακολουθούν να ασχολούνται με τον αθλητισμό. Προκειμένου να καλυφθεί αυτό το ενημερωτικό κενό, ερεύνησαν το αθλητικό παρελθόν εκατόν πενήντα τεσσάρων αθλητών από την Αυστραλία και τον Καναδά, ανδρών και γυναικών, οι οποίοι συμπλήρωσαν μια τροποποιημένη έκδοση του

Ερωτηματολογίου Αναπτυξιακής Ιστορίας Αθλητών. Συγκεκριμένα, η εστίασή τους ήταν στα επιτεύγματά τους στο άθλημα της επιλογής τους. Η ανάλυση των δεδομένων έδειξε ότι σαράντα επτά αθλητές, ή το 30,5%, μετεγκαταστάθηκαν λόγω παραγόντων που σχετίζονται με τις αναπηρίες τους (όπως η προσβασιμότητα) ή/και την ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό (π.χ. ευκαιρίες). Ο αριθμός των ατόμων που ανέφεραν ότι είχαν τραυματισμό του νωτιαίου μυελού ήταν 46, ο αριθμός των ατόμων που ανέφεραν ότι είχαν ακρωτηριασμό ή ανεπάρκεια άκρου ήταν 33 και ο αριθμός των ατόμων που ανέφεραν ότι είχαν εγκεφαλική παράλυση ή επίκτητη εγκεφαλική βλάβη ήταν 25. Η πλειοψηφία των αθλητών έμαθαν για το Paraspport είτε μέσω των οικογενειών ή των φίλων τους ($n = 37$), είτε των εγκαταστάσεων αποκατάστασης και των φυσιοθεραπευτών ($n = 30$), είτε μέσω σχολείων και δασκάλων ($n = 15$). Οι αθλητές άρχισαν να συμμετέχουν σε αθλήματα για διάφορους λόγους, με κύριους λόγους την απόλαυση, την έκθεση σε ένα ανταγωνιστικό περιβάλλον και τη βελτίωση της συνολικής υγείας και φυσικής κατάστασης. Ωστόσο, οι αθλητές αντιμετώπισαν επίσης προκλήσεις από νωρίς, από τις οποίες οι πιο συνηθισμένες ήταν το υψηλό κόστος και οι απαιτήσεις που σχετίζονται με τον αθλητισμό, την αντιμετώπιση των επιπλοκών που σχετίζονται με την αναπηρία και την εξάρτηση από άλλους (π.χ. μεταφορά, ένδυση). Παρόλα αυτά, οι αθλητές συνέχισαν να συμμετέχουν λόγω της ανταγωνιστικής φύσης του περιβάλλοντος, της αυξανόμενης αίσθησης ολοκλήρωσης και της σταθερής υποστήριξης που λάμβαναν από τον κοινωνικό τους κύκλο (π.χ. οικογένεια, φίλοι). Αυτοί οι αθλητές συνήθως αγωνίστηκαν σε ψυχαγωγικό επίπεδο, σε συλλόγους ή διασυλλογικούς χώρους και μόνο εναντίον άλλων αθλητών με αναπηρία. Όταν γίνει κατανοητή η υπάρχουσα αθλητική ιστορία των αθλητών, μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη μελλοντικών προγραμμάτων για αθλητές με αναπηρία. Αυτά τα προγράμματα θα προσπαθήσουν να ενισχύσουν τη δέσμευση και να διατηρήσουν τη συμμετοχή, μεγιστοποιώντας παράλληλα την ποιότητα ανάπτυξης για τους αθλητές (Dehghansai et al., 2008).

Σύμφωνα με την έρευνα των Sundar et al. (2018) οι ευκαιρίες απασχόλησης είναι δύσκολο να βρεθούν για τα άτομα με αναπηρία. Από την άλλη μεριά, έχουν ερευνηθεί σχετικά λίγα στοιχεία που αναφέρονται στις εμπειρίες των ατόμων με αναπηρία στον εργασιακό χώρο πέρα από τις παραδοσιακές μετρήσεις της συμμετοχής στο εργατικό δυναμικό ή των ποσοστών ανεργίας. Η έρευνά τους συνοψίζει τα ευρήματα της Εθνικής

Έρευνας Απασχόλησης και Αναπηρίας του Ιδρύματος Kessler 2015 (KFNEDS, 2015), η οποία είναι μια έρευνα ατόμων με αναπηρία στις Ηνωμένες Πολιτείες που σχεδιάστηκε ως αντιπροσωπευτική σε εθνικό επίπεδο. Πραγματοποιήθηκε μια δημοσκόπηση με διπλό πλαίσιο και ένα εθνικά αντιπροσωπευτικό δείγμα. Η έρευνα έλαβε απαντήσεις από 3.013 άτομα με αναπηρία που ήταν σε ηλικία εργασίας. Ερωτήσεις σχετικά με την αναπηρία, το καθεστώς απασχόλησης, τις δραστηριότητες αναζήτησης εργασίας και τις προηγούμενες εργασιακές εμπειρίες τέθηκαν στους ερωτηθέντες στην έρευνα. Πάνω από το 42 % των συμμετεχόντων στη μελέτη ήταν πλέον απασχολούμενοι. Με το που τέθηκαν στο φάσμα της αναπηρίας τους, το 68,4% εργάζεται ενεργά για την επίτευξη του στόχου της απασχόλησής του, συμμετέχοντας στην προετοιμασία εργασίας, την αναζήτηση εργασίας ή/και τη συμμετοχή στο εργατικό δυναμικό. Πολλά άτομα κατάφεραν να ξεπεράσουν τις προκλήσεις που αντιμετώπισαν στην εργασία, παρά το γεγονός ότι ορισμένα εμπόδια συνέχιζαν να υπάρχουν. Συνολικά, το 47,8% των ερωτηθέντων ανέφεραν ότι χρησιμοποιούν υποβοήθηση στο χώρο εργασίας, το 45,3% ανέφεραν ότι ήταν ικανοποιημένοι με τη δουλειά τους και το 86,6% ανέφεραν ότι αισθάνονται αποδεκτοί στον τόπο εργασίας τους.

Η Killing Fields National Employment Dynamics Study (KFNEDS) επικεντρώνεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα με αναπηρία προσπαθούν να εργαστούν και να ξεπεράσουν τα εμπόδια, μια συζήτηση που συνήθως αγνοείται στη σύγχρονη έρευνα για την αναπηρία και την απασχόληση. Τα ερευνητικά αποτελέσματα ενδέχεται να συμβάλλουν στη διαμόρφωση νέων πολιτικών και προγραμμάτων που έχουν σχεδιαστεί για την προώθηση ευκαιριών απασχόλησης που αφορούν άτομα με αναπηρία (Sundar et al., 2018).

Αξίζει ακόμη να αναφερθεί η έρευνα των Lastuka & Cottingham (2015). Ο στόχος αυτής της μελέτης ήταν η διερεύνηση της σημασίας των προσαρμοσμένων αθλημάτων όσον αφορά την ικανότητά τους να προβλέπουν ευκαιρίες σταδιοδρομίας για άτομα που έχουν σωματικές αναπηρίες. Για αυτή τη διερεύνηση υιοθετήθηκε μια συγχρονική προσέγγιση. Πραγματοποιήθηκε μια έρευνα σε εκατόν σαράντα αθλητές με κινητικά προβλήματα που παίζουν ράγκμπι με αναπηρικό αμαξίδιο ή μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο και συνέλεξαν δεδομένα για την απασχόληση και άλλους

παράγοντες όπως η εκπαίδευση, η ηλικία, η ηλικία έναρξης της αναπηρίας και η αθλητική κατηγοριοποίηση. Εκατόν τριάντα ένα άτομα συμφώνησαν να λάβουν μέρος στη μελέτη. Σύμφωνα με τα ερευνητικά ευρήματα, η αύξηση του αριθμού των ετών συμμετοχής σε προσαρμοσμένα αθλήματα συνδέεται με πιθανότητα απασχόλησης που είναι περίπου 4% υψηλότερη. Η εκπαίδευση και το χρονικό διάστημα κατά το οποίο ένα άτομο είναι ανάπηρο έχει βρεθεί ότι είναι ευνοϊκοί προγνωστικοί παράγοντες για την απασχόληση, ενώ η σοβαρότητα της αναπηρίας αποτελεί αρνητικό παράγοντα της πιθανότητας απασχόλησης. Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι η ηλικία στην οποία εκδηλώνεται για πρώτη φορά η αναπηρία δεν αποτελεί σημαντικό παράγοντα πρόβλεψης της απασχόλησης. Τα ευρήματα υποδήλωσαν ότι η αυξημένη συμμετοχή σε προσαρμοσμένα αθλήματα θα είχε ένα σημαντικό οικονομικό πλεονέκτημα, μειώνοντας τα ποσοστά ανεργίας, και ως αποτέλεσμα, μπορεί να δικαιολογήσει την κατανομή περισσότερων πόρων για την υποστήριξη της επέκτασης των προγραμμάτων προσαρμοστικών αθλημάτων (Lastuka & Cottingham, 2015).

Σύμφωνα με τις Hanlon και Taylor (2022) οι σταδιοδρομίες για τις γυναίκες στον αθλητισμό διαμορφώνονται από ατομικές και οργανωτικές μεταβλητές. Οι βιωμένες εμπειρίες των γυναικών σε αθλητικούς οργανισμούς έχει βρεθεί ότι περιορίζονται από: προκλήσεις ένταξης επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, απροθυμία να επιδιώξουν ηγετικούς ρόλους, (ατομικοί) και έλλειψη μεντόρων, προτύπων, δικτύων, αναγνώρισης, ευκαιριών, πόρων και πολιτικών που υποστηρίζουν τη θετική ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και ενσταλάζουν συνειδητή και ασυνείδητη προκατάληψη (οργανωτική). Οι Evans και Pfister (2020) διαπίστωσαν στη συστηματική αφηγηματική ανασκόπηση της έρευνας τους για τις γυναίκες στην αθλητική ηγεσία ότι, ενώ πολλές μελέτες σε μέσο επίπεδο έχουν διερευνήσει τις δομές λόγου του φύλου, τις έμφυτες πειθαρχικές πρακτικές και τους έμφυτους λόγους οργανωτικού επιπέδου, η διερεύνηση σε μικροεπίπεδο είναι λιγότερο συχνή. Σύμφωνα με τα ευρήματα πρόσφατων μελετών, είναι πολύ πιο δύσκολο για τις γυναίκες να προχωρήσουν σε θέσεις εξουσίας στους αθλητικούς αγώνες της Αυστραλίας (Richards et al., 2020). Η έρευνα σχετικά με τη διασταύρωση του φύλου και της αναπηρίας σε υπαλλήλους αθλητικής ηγεσίας ή αθλητικών οργανισμών είναι ελάχιστη (Darcy et al., 2017), αλλά ορισμένα ευρήματα υποδεικνύουν ότι όσοι βρίσκονται σε ηγετικές θέσεις σε αθλητικούς συλλόγους (στον όμιλο) αντιστέκονται σε οποιαδήποτε αλλαγή στα προνόμιά τους,

ειδικά σε σχέση με την αυξανόμενη ποικιλομορφία (Spraaij et al., 2020). Λόγω τόσο θεσμικών όσο και μεμονωμένων μορφών ικανότητας, η έρευνα έχει επίσης δείξει ότι τα άτομα με αναπηρίες συχνά αποδίδονται σε καθεστώς «δεύτερης κατηγορίας» στον αθλητικό κόσμο (Kearney et al., 2019).

Τα άτομα που έχουν αναπηρίες, γενικά, έχουν χαμηλότερο ποσοστό απασχόλησης και τους δίνονται λιγότερες δυνατότητες για διοικητικές και ηγετικές ευθύνες (Plowman, 2018). Αυτή η ανισότητα ευκαιριών έχει συνδεθεί με τις αντιλήψεις των εργοδοτών ότι η πρόσληψη ατόμων με αναπηρία συνεπάγεται πρόσθετο κόστος και προκλήσεις (Waterhouse et al., 2010). Αυτό, με τη σειρά του, δημιουργεί άγχος σχετικά με τον διορισμό ατόμων με αναπηρία λόγω του αντιληπτού πρόσθετου κόστους και των προκλήσεων (Domzal et al., 2008). Έχει γίνει πολύ λίγη έρευνα σχετικά με την απασχόληση των ατόμων με αναπηρία σε αθλητικούς οργανισμούς (Wright & Cunningham, 2017). Η διερεύνηση του τρόπου με τον οποίο οι ατομικές, κοινωνικές και οργανωτικές δομές διαιωνίζουν τον συστημικό αποκλεισμό, τις προκαταλήψεις και τον στιγματισμό των ατόμων με αναπηρίες αποτελεί πρωταρχικό επίκεντρο της έρευνας για τον αθλητισμό και τα άτομα με αναπηρίες (Darcy et al., 2017).

Συγκεκριμένα, οι Roulstone και Williams (2014) τόνισαν την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα που ενισχύει την κατανόησή μας για την εμπειρία των ατόμων με αναπηρία μέσω του εντοπισμού των παραγόντων που επηρεάζουν τον τρόπο διαχείρισης της αναπηρίας και της κατάστασης αναπηρίας στον εργασιακό χώρο και των στρατηγικών που χρησιμοποιούνται για τη διαπραγμάτευση βασικών σχέσεων. Η ανάπτυξη εμπιστοσύνης σε αυτές τις σχέσεις είναι απαραίτητη και οι Shantz et al. (2018) διαπίστωσαν ότι ενώ η κατοχή μιας επίσημης πολιτικής αναπηρίας είναι σημαντική, ο συνδυασμός της με υποστηρικτικές πρακτικές διαχείρισης ανθρώπινων πόρων οδηγεί σε μεγαλύτερη εργασιακή ικανοποίηση για τους εργαζόμενους με αναπηρία. Αυτό το εύρημα καταδεικνύει τη σημασία της ανάπτυξης εμπιστοσύνης σε αυτές τις σχέσεις. Ωστόσο, στις περισσότερες περιπτώσεις, το συναίσθημα που παρουσιάζεται εξωτερικά είναι πιο αισιόδοξο από αυτό που τα άτομα βιώνουν πραγματικά (Mann, 2005). Σύμφωνα με τον Boucher (2017), συχνά, οι γυναίκες με αναπηρία καταφέρνουν ενεργά με τρόπους να «εξαφανίσουν» την αναπηρία τους προκειμένου να γίνουν αποδεκτές στο εργατικό δυναμικό.

Υπάρχουν ελάχιστα δεδομένα για τα άτομα με αναπηρίες που εργάζονται στην αθλητική βιομηχανία και λίγες, αν υπάρχουν, δημοσιευμένες έρευνες σχετικά με τις εμπειρίες των εργαζομένων αθλητών με αναπηρία.

Στην Αυστραλία, τα άτομα με αναπηρίες που είναι σε ηλικία εργασίας (μεταξύ 15 και 64 ετών) έχουν ποσοστό συμμετοχής στο εργατικό δυναμικό 48%, με τις γυναίκες να έχουν χαμηλότερο ποσοστό απασχόλησης από τους άνδρες (46% έναντι 50%) (Australian Institute of Health Welfare, 2020).

Άτομα που «σημαδεύονται με τη σφραγίδα της διαφορετικότητας», είτε είναι σωματικά (χρώμα, φυλή, αναπηρία, φύλο, κ.λπ.), είτε ηθικά (τρόπος ζωής, σεξουαλικός προσανατολισμός) ή συνδέονται με την ιδιότητα μέλους μιας συγκεκριμένης ομάδας (εθνική, κοινοτική, θρησκευτική, κ.λπ.), ξεχωρίζουν σε κοινωνικές ή πολιτιστικές οντότητες και αναφέρονται ως έχοντα μια «ετερότητα». Παρά το γεγονός ότι ορισμένα άτομα με αναπηρία μπορεί να είναι πολιτικά, οικονομικά και κοινωνικά ενσωματωμένα στην κοινωνία, ωστόσο εξακολουθούν να ταξινομούνται ως ανήκοντα στην ομάδα της «ετερότητας» (Harma et al., 2013).

Η κοινότητα των ατόμων με αναπηρία δεν είναι μια μονολιθική ομάδα αλλά μια ποικιλόμορφη ομάδα ατόμων που μοιράζονται την κοινή εμπειρία της αναπηρία, αλλά και του να υπόκεινται σε προκαταλήψεις εξαιτίας των προβλημάτων που μπορεί να αντιμετωπίζουν (Forber-Pratt et al., 2018). Το αίσθημα υπερηφάνειας ή ντροπής ενός ατόμου αναφορικά με την αναπηρία του, καθώς και το επίπεδο συμμετοχής, συντροφικότητας και αλληλεπίδρασης με την ευρύτερη κοινότητα αναπηρίας, είναι όλες πτυχές που συμβάλλουν στην ταυτότητα της αναπηρίας του (Caldwell, 2011).

Η εξέταση του ατόμου και της αναπηρίας του στο πλαίσιο του κοινωνικά δημιουργημένου περιβάλλοντος που είναι επίσημο είναι καθοριστική για την εκτίμηση του κοινωνικού μοντέλου της αναπηρίας. Υποστηρίζεται ότι οι άνθρωποι είναι ανάπηροι ως αποτέλεσμα των δικών τους προσωπικών εμπειριών, της κοινωνικής κατασκευής των τόπων στους οποίους ζουν και εργάζονται και των στάσεων των άλλων ανθρώπων απέναντι τους (Purtell, 2013). Σύμφωνα με τους O'Connell et al. (2008), η κοινωνική προσέγγιση αναγνωρίζει ότι οι ανισότητες που αντιμετωπίζουν τα άτομα με αναπηρία είναι προϊόν ικανών κοινωνικών και περιβαλλοντικών συνθηκών. Επιπλέον, με την έρευνα των Meekosha και Shuttleworth (2009) σχετικά με την κοινωνική

κατασκευή της αναπηρίας, υπάρχει μια περίπλοκη αλληλεπίδραση μεταξύ της δυναμικής της κοινωνικής εξουσίας, της κοινωνικοποίησης, της ένταξης/αποκλεισμού, της προσβασιμότητας/κινητικότητας, των πολιτικών ταυτότητας, της διατομής και των προνομίων (Titchkovsky, 2011). Ο προσδιορισμός των κοινωνικοδομικών στοιχείων και των κοινωνικών πλαισίων που επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα με αναπηρία περιηγούνται στο περιβάλλον τους είναι ένας τρόπος για να κατανοήσουμε τις επιπτώσεις αυτών των αλληλεπιδράσεων. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με την ανάλυση των δεδομένων (Chalk, 2016).

Ενώ οι Brewer et al. (2012) αναγνωρίζουν τη θεμελιώδη προϋπόθεση ότι η κοινωνική κατασκευή της βιωμένης εμπειρίας είναι κεντρικής σημασίας για την κοινωνική προσέγγιση της αναπηρίας, υποστηρίζουν ότι η αναπηρία μπορεί επίσης να θεωρηθεί ως θετική ταυτότητα. Η κοινωνική ταυτότητα ενός ατόμου μπορεί να αναπτυχθεί συσχετίζοντας τον εαυτό του με μία ή πολλές προσωπικές ή ομαδικές ιδιότητες. Νέα έρευνα έχει δείξει ότι η διαμόρφωση μιας συλλογικής ταυτότητας μέσα σε μια περιθωριοποιημένη ομάδα, όπως των ατόμων αναπηρία, μπορεί να είναι μια θετική ψυχολογική πηγή για την ευημερία (Bogart et al., 2018). Αυτό το εύρημα έχει συνέπειες τόσο στην ψυχολογική υγεία όσο και στην ευημερία των ατόμων με αναπηρία (Bogart, 2014). Οι ισχυρές ταυτότητες αναπηρίας δίνουν στα άτομα την ευκαιρία να αντιμετωπίσουν κοινωνικούς, σωματικούς και συστημικούς περιορισμούς που έχουν συμβάλει στις δυσκολίες που σχετίζονται με τη ζωή με μια αναπηρία (Forber-Pratt et al., 2018).

2. Τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι αθλητές με αναπηρία

Σύμφωνα με τους Dehghansai et al. (2021), οι απαιτήσεις των αθλημάτων υψηλών επιδόσεων γίνονται σημαντικά πιο δύσκολες τους μήνες που προηγούνται των Παραολυμπιακών Αγώνων. Χρησιμοποιώντας ημιδομημένες συνεντεύξεις, οι ερευνητές θέλησαν να μάθουν περισσότερα για τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι Αυστραλοί αθλητές ($n = 7$) και οι προπονητές ($n = 5$) καθώς προετοιμάζονταν για τους Παραολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο. Στόχος τους ήταν να κατανοήσουν καλύτερα τις προσεγγίσεις των αθλητών και των προπονητών. Η θεματική τους ανάλυση έφερε στο φως προκλήσεις που ήταν μοναδικές για τα αθλήματα των συμμετεχόντων (όπως οικονομικοί περιορισμοί, αποκεντρωμένες εμπειρίες και αθλητές με ποικίλες

αναπηρίες), για την προσωπική τους ζωή (όπως η μετεγκατάσταση σε μια νέα πόλη για να αποκτήσουν πρόσβαση στην προπόνηση, καθυστερώντας τις επαγγελματικές ή εκπαιδευτικές προόδους και την απομόνωση από τους κοινωνικούς κύκλους) και τις σχετικές αβεβαιότητες (π.χ. COVID-19, προσόντα, διαπιστεύσεις). Οι συμμετέχοντες ξεπέρασαν αυτά τα εμπόδια χρησιμοποιώντας τεχνικές για «πρόβλεψη και προετοιμασία» (όπως ενδεδειγμένος προγραμματισμός, σαφή επικοινωνία και εφεδρικά σχέδια) και «διαχείριση προσδοκιών» (π.χ. κατανόηση συγκεκριμένων ρόλων και ορίων, εστίαση στη διαδικασία). Η ικανότητα των προπονητών να κατανοούν πώς αλληλεπιδρούν οι αναπηρίες των αθλητών με το προπονητικό και αγωνιστικό περιβάλλον τους και να εξατομικεύουν την υποστήριξη στις ατομικές ανάγκες κάθε αθλητή βοηθήθηκε σημαντικά από την εμπιστοσύνη και την επικοινωνία που υπήρχε μεταξύ των αθλητών και των ίδιων και των προπονητών. Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό, οι συμμετέχοντες άντεξαν την «πίεση» των Αγώνων λόγω του γεγονότος ότι η απόδοσή τους θα είχε αντίκτυπο στην καριέρα τους στη συνέχεια. Αυτό οδήγησε ορισμένους αθλητές να σκεφτούν τη συνταξιοδότηση, ενώ άλλοι συνειδητοποίησαν τις συνέπειες της απόδοσής τους σε επαγγέλματα και χορηγίες που σχετίζονται με τον αθλητισμό. Επιπλέον, οι προπονητές αναγνώρισαν ότι η επιτυχία των προγραμμάτων τους και η συνέχιση της απασχόλησής τους θα εξαρτηθεί από τα αποτελέσματα των Αγώνων. Τα ευρήματα αυτής της μελέτης όχι μόνο υπογραμμίζουν βασικές πρακτικές συνέπειες που μπορούν να βοηθήσουν τους αθλητές και τους προπονητές πριν, κατά τη διάρκεια και μετά από μεγάλους αγώνες, αλλά ρίχνουν επίσης φως σε παράγοντες που πρέπει να ληφθούν υπόψη για τη μείωση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι ομάδες καθώς προετοιμάζονται για τους ολυμπιακούς αγώνες.

Παρά το γεγονός ότι πολυάριθμες μελέτες έχουν καταδείξει τα πλεονεκτήματα της ενασχόλησης με αθλητικές δραστηριότητες, όπως η ενίσχυση της σωματικής, καθώς και της ψυχικής υγείας, αλλά και η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων, έχει αναφερθεί ότι οι πιέσεις και οι δυσκολίες, οι οποίες οφείλονται στη συμμετοχή σε ένα άθλημα σε υψηλό επίπεδο, μπορεί να εξουδετερώσουν αυτά τα ευεργετικά αποτελέσματα (Bruner et al., 2008). Οι επίλεκτοι αθλητές είναι επιρρεπείς στην εξάντληση ως αποτέλεσμα υψηλών προσδοκιών, υψηλής έντασης προπονητικών περιβαλλόντων, αυξημένης έκθεσης στα μέσα και πιο σοβαρών συνεπειών για επιδόσεις κάτω του μέσου όρου. Επιπλέον, οι αθλητές είναι πιο πιθανό να υποστούν σωματικούς τραυματισμούς

και στις πιο σοβαρές περιπτώσεις, ψυχολογικές και σωματικές διαταραχές. Τόσο από αθλητική (συμμόρφωση με τα πρότυπα απόδοσης) όσο και από κοινωνική σκοπιά (προσαρμογή και σχέση με άλλους), αυτά τα προβλήματα είναι ιδιαίτερα προκλητικά για τους αθλητές που μόλις ξεκινούν στους εθνικούς και διεθνείς αγώνες.

Οι αθλητές που αγωνίζονται σε υψηλό επίπεδο ή σε επαγγελματικό περιβάλλον δεν είναι οι μόνοι που αντιμετωπίζουν τεράστιο άγχος και πίεση. Στο ίδιο πνεύμα, οι προπονητές έρχονται συχνά αντιμέτωποι με υπερβολικές προσδοκίες προκειμένου να προωθήσουν τις δυνατότητες των παικτών τους σε διεθνείς διοργανώσεις. Έχει γίνει σχετικά λίγη έρευνα που επικεντρώνεται στις εμπειρίες των προπονητών και στο πώς αντιμετωπίζουν τον αυξανόμενο αριθμό προκλήσεων που είναι κοινές σε περιβάλλοντα υψηλής απόδοσης. Αυτό συμβαίνει παρά το γεγονός ότι υπάρχει έρευνα που εξετάζει το άγχος που βιώνουν οι προπονητές και τις μεθόδους που χρησιμοποιούν για να αντιμετωπίσουν αυτό το άγχος. Οι προπονητές αισθάνονται εξουθενωμένοι και εξαντλημένοι ως αποτέλεσμα των συνεχών απαιτήσεων που τίθενται για υποστήριξη αθλητών, διατήρηση ισορροπίας μεταξύ των προσδοκιών των διοικητικών φορέων, γονέων και αθλητών και αντιμετώπιση του αυξημένου ελέγχου από τα μέσα ενημέρωσης και ειδησεογραφικά μέσα. Εν τω μεταξύ, έχει τεκμηριωθεί ότι οι προπονητές που έχουν υψηλό φόρτο εργασίας και χαμηλά επίπεδα δεξιοτήτων αυτορρύθμισης έχουν υψηλότερα επίπεδα κούρασης κατά τη διάρκεια της αθλητικής σεζόν. Ένας από τους τρόπους με τους οποίους οι προπονητές ανέφεραν ότι αντιμετωπίζουν αυτές τις απαιτήσεις είναι να παραμείνουν προσαρμοστικοί και να μαθαίνουν «στη δουλειά», να συζητούν ευκαιρίες με άλλους και να στηρίζονται στην προηγούμενη εμπειρία τους ως παίκτες. Είναι ζωτικής σημασίας να αναπτυχθεί μια βαθύτερη κατανόηση των προκλήσεων και των μηχανισμών αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν οι προπονητές για να εξασφαλίσουν τόσο τη δική τους όσο και την ευημερία των αθλητών τους (Didymus, 2017).

Σε καταστάσεις υψηλών επιδόσεων, οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι προπονητές και οι αθλητές μπορεί να γίνουν πολύ πιο δύσκολες πριν από βασικούς αγώνες (π.χ. Παγκόσμια Πρωταθλήματα, Ολυμπιακούς ή Παραολυμπιακούς Αγώνες). Είναι φυσικό ότι, καθώς αυξάνεται ο αριθμός των προκριματικών αγώνων και των προπονητικών μονάδων, καθώς και η ένταση της προπόνησης, η ζωή ενός ατόμου εκτός

του αθλητισμού συνήθως τίθεται σε αναμονή καθώς αυξάνονται οι απαιτήσεις του αθλητικού τρόπου ζωής του (δηλ. αφοσίωση στα μέσα ενημέρωσης, ταξίδια, κ.λπ.). Επιπλέον, οι προπονητές υψηλών επιδόσεων λαμβάνουν συχνά τετραετή συμβόλαια και οι προσδοκίες που τίθενται για την απόδοση προπονητή και αθλητή αυξάνονται ως άμεσο αποτέλεσμα της απόδοσης της ομάδας στους Αγώνες. Το γεγονός αυτό επιφέρει μια σειρά από επιπτώσεις για την επαγγελματική, ακαδημαϊκή και προσωπική ζωή των αθλητών.

Ελάχιστες έρευνες έχουν εξετάσει τις συνέπειες της συμμετοχής των αθλητών με αναπηρία στο πλαίσιο των Παραολυμπιακών Αγώνων, σε σχέση με την προσωπική ζωή, επαγγελματική ζωή και την εκπαίδευσή τους (Brittain, 2004). Αναμφισβήτητα, υπάρχουν ομοιότητες μεταξύ των Ολυμπιακών και Παραολυμπιακών αγώνων όπως δηλαδή, μορφή τετραετίας και εκδήλωση αιχμής για τους περισσότερους ανταγωνιστές αθλητές και τους προπονητές τους, έντονα περιβάλλοντα, αυξημένη έκθεση στα μέσα ενημέρωσης και διακρίσεις κύρους.

Ωστόσο, είναι σημαντικό να ληφθεί υπόψη η πιθανότητα ότι μπορεί να υπάρχουν προκλήσεις που αφορούν ειδικά τα παραολυμπιακά αθλητικά πλαίσια. Για παράδειγμα, υπάρχουν κάποιες ομοιότητες μεταξύ της προπόνησης αθλητών και της προπόνησης αθλητών με αναπηρίες (όπως η σημασία της χρήσης στρατηγικών υποστήριξης της αυτονομίας), αλλά υπάρχουν επίσης πτυχές της προπόνησης ελίτ αθλητών με αναπηρίες που απαιτούν μια πιο προσαρμοστική προσέγγιση, όπως η προσαρμογή της προπόνησης στις συγκεκριμένες ικανότητες των αθλητών ή η αντιμετώπιση του κοινωνικού στιγματισμού σε δημόσιους χώρους. Επιπλέον, υπάρχει ένας σημαντικός όγκος ερευνών που υπογραμμίζει την ανάγκη για τους παραολυμπιακούς προπονητές να τροποποιήσουν το στυλ διδασκαλίας τους και να κάνουν χρήση μιας ποικιλίας εκπαιδευτικών προσεγγίσεων (δηλ. επίσημες, μη τυπικές και ανεπίσημες) προκειμένου να αντισταθμίσουν τους περιορισμένους πόρους και την υποστήριξη που είναι στη διάθεσή τους. Ωστόσο, οι γνώσεις μας για τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι προπονητές των Παραολυμπιακών Αγώνων όταν προετοιμάζουν τους αθλητές για τους Παραολυμπιακούς Αγώνες και τις τεχνικές που χρησιμοποιούν για να ξεπεράσουν αυτές τις προκλήσεις είναι περιορισμένες.

Με παρόμοιο τρόπο, υπάρχει έλλειψη πληροφοριών σχετικά με τα εμπόδια που πρέπει να ξεπεράσουν οι παραολυμπιακοί αθλητές για να προετοιμαστούν για αυτού του είδους μεγάλης σημασίας αγώνες. Οι Pensgaard et al. (1999) κατέληξαν στο συμπέρασμα μετά από έρευνα για τα κίνητρα των Παραολυμπιακών και Ολυμπιονικών αθλητών ότι και οι δύο ομάδες αθλητών έχουν προφίλ κινήτρων που είναι πολύ συγκρίσιμα μεταξύ τους. Οι παραολυμπιακοί αθλητές, από την άλλη, χρησιμοποιούν διαφορετικές στρατηγικές αντιμετώπισης (δηλαδή, ένα κλίμα που είναι περισσότερο προσανατολισμένο στην κυριαρχία) και αντικατοπτρίζουν διαφορετικά προφίλ διάθεσης και ικανοποιητικές απαντήσεις (δηλαδή, είναι πολύ πιο ικανοποιημένοι με την προσπάθεια και τα αποτελέσματα). Αυτό υποδηλώνει ότι οι παραολυμπιακοί αθλητές αντιμετωπίζουν τους στρεσογόνους παράγοντες στο περιβάλλον τους με διαφορετικό τρόπο. Το σχετικό άγχος των παραολυμπιακών αθλητών πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τον αγώνα έχει διερευνηθεί τόσο από τους Campbell και Jones (2002) και από τον Jefferies και τους συνεργάτες του (2012). Οι αθλητές ανησυχούν για τη συνεισφορά τους στην ομάδα τους, την επάρκεια της προετοιμασίας τους για τους αγώνες (για παράδειγμα, εάν η προπόνηση θα είχε ως αποτέλεσμα την απόδοση στον αγώνα, εάν θα αισθάνονται πλήρως σε φόρμα, εάν έχουν κατάλληλη προετοιμασία πριν τον αγώνα) και πώς θα διαχειριστούν τις ψυχοκοινωνικές πιέσεις (πρόληψη ή αντιμετώπιση τραυματισμών, προσωπικών και ομαδικών δυνατοτήτων απόδοσης, συνέπειες αποτελεσμάτων). Η ομαδική κουλτούρα (δηλαδή προσωπικότητες συμπαίκτη, αντικρουόμενοι στόχοι, συμπεριφορά και αλληλεπιδράσεις συμπαίκτη, ρόλοι και ευθύνες, ομαδική ανισότητα) αναγνωρίστηκε επίσης ως βασικός παράγοντας που συμβάλλει στο άγχος και το θυμό των αθλητών, οδηγώντας σε αυξημένα επίπεδα στρες κατά τη δημιουργία του αγώνα.

Έρευνες που διεξήγαγε η Sport England δείχνουν ότι ένα στα πέντε άτομα που ζει στην Αγγλία θεωρείται ότι έχει αναπηρία και τα άτομα αυτά έχουν πιθανότητες στο διπλάσιο να καταστούν σωματικά ανενεργά από τα άτομα που δεν έχουν αναπηρία. Έλλειψη ευαισθητοποίησης από την πλευρά εκείνων που δεν έχουν αναπηρίες σχετικά με τον τρόπο συμπερίληψης των ατόμων με αναπηρία στα αθλήματα, έλλειψη ευκαιριών για προπόνηση και αγώνα, προσβάσιμες εγκαταστάσεις που προκαλούν φυσικά εμπόδια και περιορισμένοι πόροι είναι μερικά από τα τυπικά εμπόδια που αντιμετωπίζουν τα άτομα με αναπηρία όταν προσπαθούν να συμμετάσχουν σε

αθλήματα. Δυστυχώς, ένα άλλο διαδεδομένο εμπόδιο στον αθλητισμό είναι οι αρνητικές κοινωνικές συμπεριφορές, οι οποίες ενδέχεται να επιφέρουν απομόνωση σε κοινωνικό επίπεδο και να έχουν επίδραση τόσο στη συναισθηματική όσο και στη σωματική ευημερία του ατόμου. Απαντώντας σε ερώτηση που έθεσε η Activity Alliance, η πλειονότητα των ατόμων με αναπηρία (64%) δήλωσε ότι θα ήθελε να συμμετάσχει σε αθλήματα με μια ομάδα που περιελάμβανε άτομα με αναπηρία και άτομα χωρίς αναπηρία. Δεν είναι ασυνήθιστο οι απόψεις των ανθρώπων να αλλάζουν όταν αλληλεπιδρούν με μια διαφορετική ομάδα ατόμων, ιδιαίτερα στο πλαίσιο μιας προσαρμοστικής δραστηριότητας όπως το μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο, για παράδειγμα (Kiurppis, 2018).

Η ενασχόληση των ατόμων που αντιμετωπίζουν αναπηρία με τον αθλητισμό ενθαρρύνεται προκειμένου να αναπτυχθεί τόσο η σωματική όσο και η ψυχική τους ευεξία. Έχει αποδειχθεί ότι τα αθλήματα χωρίς αποκλεισμούς μπορούν να έχουν θετική επίδραση στη συμμετοχή, οδηγώντας σε γενικές βελτιώσεις στη σωματική αλλά και στην ψυχική υγεία. Στο σύνολο της έρευνας που έχει γίνει, έχει δοθεί μεγάλη έμφαση στη συμμετοχή και την ενσωμάτωση των ατόμων αυτών στον αθλητισμό. Από την άλλη πλευρά, υπάρχει έλλειψη έρευνας που διερευνά τις εμπειρίες των ικανών αθλητών που συμμετέχουν σε αθλήματα αναπηρίας. Στο πλαίσιο των αθλημάτων με αναπηρία, η συμμετοχή των παικτών ως αντίστροφη ενσωμάτωση. Το μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο είναι το πιο δημοφιλές άθλημα και επειδή οι παίκτες του έχουν ένα ευρύ φάσμα αναπηριών, ηλικιών και φύλων, η μελέτη των προοπτικών τους για την αντίστροφη ολοκλήρωση μπορεί να προσφέρει χρήσιμες πληροφορίες για περαιτέρω ανάπτυξη και βελτίωση του αθλητισμού χωρίς αποκλεισμούς σε γενικά περιβάλλοντα. Αυτή τη στιγμή 17.000 άτομα παίζουν μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο στο Ηνωμένο Βασίλειο τόσο σε περιφερειακό όσο και σε εθνικό επίπεδο στα βρετανικά πρωταθλήματα μπάσκετ με αμαξίδιο. Υπάρχουν περισσότερες από 200 ομάδες κατανεμημένες σε όλη την Αγγλία, την Ιρλανδία, τη Σκωτία και την Ουαλία, και υπάρχει χώρος για να αυξηθεί η συμμετοχή σε αυτό το άθλημα. Οι παίκτες που έχουν αναπηρίες και οι παίκτες που δεν έχουν αναπηρίες ανταγωνίζονται μεταξύ τους σε αυτήν την εθνική διοργάνωση επειδή το ποσοστό των παικτών χωρίς αναπηρία στο πρωτάθλημα είναι 21%. Το μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο ήταν το πρώτο άθλημα που πρωτοστάτησε στην έννοια της αντίστροφης ολοκλήρωσης, η οποία περιλαμβάνει παίκτες χωρίς αναπηρία που

αγωνίζονται σε ένα άθλημα που παραδοσιακά προορίζεται για αθλητές με αναπηρία. Η τάση εξαπλώθηκε σε όλο τον κόσμο, οδηγώντας σε αύξηση του αριθμού των ομάδων και των χωρών που αγωνίζονται στο μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο. Πιστεύεται ότι η συμμετοχή μη ανάπηρων ατόμων βοηθά στη διατήρηση της ανάπτυξης του μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο, καθώς συμβάλλουν στο σχηματισμό ομάδων με επαρκή αριθμό παικτών. Χωρίς τη συμμετοχή τους, το άθλημα θα δυσκολευόταν και δεν θα ήταν τόσο δημοφιλές όσο είναι τώρα (Hutzler et al., 2016).

Οι αθλητές με αναπηρία έχουν εκφράσει την αποδοκιμασία τους για το γεγονός ότι ορισμένα αθλήματα καλύπτουν μόνο ένα περιορισμένο φάσμα αναπηρίας. Ως αποτέλεσμα, ορισμένοι αθλητές με αναπηρία συνεχίζουν να πιστεύουν ότι αποκλείονται λόγω της ικανότητάς τους.

Σύμφωνα με τους Ramsden et al. (2023), ο όρος «αντίστροφη ολοκλήρωση» αναφέρεται στη διαδικασία μέσω της οποίας τα αρτιμελή άτομα συμμετέχουν σε αθλητικές εκδηλώσεις που προορίζονται για αθλητές με αναπηρία. Οι κινήσεις για την ενσωμάτωση των ατόμων με αναπηρία στο κοινωνικό γίνεσθαι συνεχίζονται εδώ και δεκαετίες. Υπήρξε έλλειψη στοιχείων που να υποστηρίζουν την έννοια της «αντίστροφης ολοκλήρωσης», η οποία αναφέρεται στη συμμετοχή μη ανάπηρων ατόμων σε αθλητικές εκδηλώσεις για αθλητές με αναπηρία. Αυτή η έρευνα διερεύνησε τις πραγματικές εμπειρίες και τα κίνητρα έντεκα εθνικών αθλητών μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο (τέσσερις αρτιμελείς και επτά με αναπηρία), με στόχο τον προσδιορισμό της πιθανότητας αντίστροφης ολοκλήρωσης και τον προσδιορισμό των παραγόντων που επηρέασαν τη συμμετοχή των παικτών. Για την εφαρμογή της θεματικής ανάλυσης χρησιμοποιήθηκε μια απαγωγική στρατηγική. Προκειμένου να ενισχυθεί η ερμηνεία των ευρημάτων, χρησιμοποιήθηκε ένα πλαίσιο με τη μορφή του κοινωνικο-σχεσιακού μοντέλου. Αναφέρθηκε ότι η αντίστροφη ολοκλήρωση οδήγησε σε μεγαλύτερη αμοιβαία κατανόηση του αντίκτυπου της αναπηρίας και στα δύο μέρη και τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι η συμμετοχή στο μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο οδήγησε σε σημαντικές βελτιώσεις τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχική υγεία, καθώς και στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Όλοι οι συμμετέχοντες είχαν θετικές εμπειρίες και εξέφρασαν την υποστήριξή τους για την συμμετοχή μη ανάπηρων ατόμων στο άθλημα, γεγονός που υποδηλώνει ότι οι παίκτες χωρίς αναπηρία παίζουν σημαντικό

ρόλο και συμβάλλουν στην αναπτυξιακή πορεία του αθλήματος στην τοπική κοινωνία. Από την άλλη πλευρά, η συμμετοχή παικτών χωρίς αναπηρία δεν υποστηρίχθηκε σε διεθνές επίπεδο. Αυτό θέτει υπό αμφισβήτηση την ιδέα της ένταξης σε υψηλότερα επίπεδα και εγείρει το ερώτημα εάν το άθλημα πρέπει ή όχι να είναι πιο περιεκτικό. Αυτά τα ευρήματα μπορεί να είναι σε θέση να υποδείξουν τους προπονητές και τους πολιτικούς στον σωστό δρόμο όταν πρόκειται για την επέκταση των ευκαιριών χωρίς αποκλεισμούς σε όλα τα διαφορετικά επίπεδα. Προκειμένου να διασφαλιστεί ότι οι προπονητές γνωρίζουν πώς να καθιερώνουν, να ενθαρρύνουν και να προπονούν σε αθλήματα χωρίς αποκλεισμούς, πρόσθετη έρευνα μπορεί να διερευνήσει προγράμματα εκπαίδευσης προπονητών και μαθησιακές εμπειρίες για προπονητές χωρίς αποκλεισμούς.

2.1. Η επίδραση του Covid-19

Ως αποτέλεσμα της εφαρμογής προληπτικών μέτρων κατά της εξάπλωσης του Covid-19 και του φόβου που σχετίζεται με την πανδημία, σχεδόν όλες οι αθλητικές δραστηριότητες και αγώνες παγκοσμίως ακυρώθηκαν ή αναβλήθηκαν, όπως οι Ολυμπιακοί και Παραολυμπιακοί Αγώνες που είχαν προγραμματιστεί να διεξαχθούν. Στην πράξη, η πανδημία είχε σοβαρό αντίκτυπο στον αθλητισμό σε όλα τα επίπεδα, από την ψυχαγωγική σωματική άσκηση έως τους αγώνες στα υψηλότερα επίπεδα. Οι περιορισμοί που τέθηκαν στις ευκαιρίες των αθλητών να συμμετέχουν σε σωματική δραστηριότητα θα έχουν επιζήμια επίδραση, τόσο στην υγεία τους όσο και στη μελλοντική τους απόδοσή. Υποστηρίζεται ότι η επιβεβλημένη απομόνωση έφερε ως αποτέλεσμα τη διακοπή της οργανωμένης κατάρτισης και των ανταγωνιστικών δραστηριοτήτων, καθώς και παρατεταμένες περιόδους αδράνειας, οι οποίες θα διαλυθούν μόνο από σπάνιες εκπαιδευτικές συνεδρίες που θα διεξάγονται σε λιγότερο από ιδανικές συνθήκες (καμία ή περιορισμένη πρόσβαση σε εγκαταστάσεις και εξοπλισμός εκπαίδευσης). Επειδή υπήρχαν λιγότερες ευκαιρίες για τους παίκτες, τους προπονητές και άλλα μέλη του δικτύου υποστήριξης της ομάδας να αλληλεπιδρούν κοινωνικά, οι σχέσεις της ομάδας σε πολλές περιπτώσεις επιδεινώθηκαν. Επιπλέον, οι περιορισμοί που τέθηκαν στα ταξίδια είχαν ακόμη μεγαλύτερο αντίκτυπο στους αθλητές με αναπηρίες, οι οποίοι ήδη αντιμετώπιζαν κινητικές προκλήσεις λόγω ανεπαρκούς υποδομής δημόσιων συγκοινωνιών για άτομα με αναπηρία.

Ακαδημαϊκές δημοσιεύσεις που έχουν δημοσιευτεί μέχρι στιγμής για τον αντίκτυπο της πανδημίας έχουν αξιολογήσει την επίδραση που είχε ο Covid-19 στην απόδοση των αθλητών, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για συχνή σωματική δραστηριότητα όταν βρίσκονται σε κοινωνική απομόνωση (Wong et al., 2020). Σύμφωνα με τα ευρήματα ορισμένων ερευνών, οι επιπτώσεις της πανδημίας δεν είναι ομοιόμορφα αρνητικές. Για παράδειγμα, αν και το 40,5% των ήδη ανενεργών ατόμων ήταν ακόμη λιγότερο ενεργά, μόνο το 22,4% των ήδη ενεργών ατόμων έγινε λιγότερο ενεργό. Σε σύγκριση, μόνο το 33% των ατόμων που ήταν ανενεργά έγιναν πιο δραστήρια, ενώ το 40,3% των ατόμων που ήταν ήδη ενεργά έγιναν ακόμη πιο ενεργά. Άλλες μελέτες δείχνουν ότι το μειωμένο επίπεδο σωματικής δραστηριότητας παιδιών και ενηλίκων που ζουν υπό περιορισμό μπορεί να τα εκθέσει σε αυξημένο κίνδυνο παχυσαρκίας, ο οποίος σχετίζεται με μια ποικιλία από άμεσες και μακροχρόνιες συννοσηρότητες, όπως άπνοια, υπέρταση, διαβήτης τύπου 2, καρδιακές παθήσεις, εγκεφαλικό επεισόδιο και μειωμένη ανοσία. Η αβεβαιότητα και η απομόνωση μπορεί να οδηγήσουν σε μια αφύσικα παρατεταμένη απελευθέρωση κορτιζόλης και κατεχολαμίνης, η οποία μπορεί δυνητικά να οδηγήσει σε μια ποικιλία παθολογιών και ψυχοπαθολογιών, όπως άγχος, κατάθλιψη, μοναξιά ή διαταραχές ύπνου (Jukic et al., 2019). Ακόμη, ψυχοφυσιολογικές συνθήκες της ζωής υπό αποκλεισμό και καραντίνα μπορεί να έχουν αρνητική επίδραση στη δραστηριότητα του συμπαθητικού νευρικού συστήματος.

Τα άτομα που έχουν αναπηρίες αποτελούν μια ξεχωριστή κατηγορία όσον αφορά τα προβλήματα υγείας τους και τους κινδύνους για την υγεία, κάτι που είναι σημαντικό να έχουμε κατά νου όταν σκεφτόμαστε τις κοινωνικές επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19. Οι μελέτες δείχνουν ότι άτομα με συγκεκριμένες συννοσηρότητες που σχετίζονται με αναπηρίες (για παράδειγμα, εξασθενημένη λειτουργία του ανοσοποιητικού, είτε λόγω ασθένειας είτε φαρμακευτικής αγωγής, νεφρική/ηπατική δυσλειτουργία, καρδιαγγειακές παθήσεις, πνευμονικές παθήσεις) μπορεί να εμφανίσουν πιο σοβαρά συμπτώματα όταν πάσχουν από τον Covid-19. Ως αποτέλεσμα, αυτά τα άτομα απαιτούν πρόσθετα μέτρα ασφαλείας, όπως αυστηρή κοινωνική απομόνωση. Ωστόσο, είναι γνωστό ότι η ενασχόληση με τη σωματική άσκηση, η συμμετοχή σε ένα άθλημα και η κοινωνικοποίηση είναι κρίσιμα συστατικά στη διαδικασία της φυσικής αποκατάστασης για τα άτομα με αναπηρία. Η αυτάρκειά τους καθώς και η ψυχική και

σωματική τους αντοχή μπορούν να βελτιωθούν σημαντικά μέσω της συμμετοχής σε αθλήματα και άλλες μορφές σωματικής δραστηριότητας. Όταν εξετάζουμε τα οφέλη της σωματικής δραστηριότητας υπό το πρίσμα της φαινομενικά μεγαλύτερης απειλής που θέτει ο Covid-19, προκύπτει ότι τα οφέλη της σωματικής δραστηριότητας δεν δικαιολογούν χαλάρωση των κανόνων που διέπουν την κοινωνική απόσταση. Τα προαναφερθέντα ισχύουν ιδιαίτερα για αθλητές με αναπηρία που προετοιμάζονται για εκδηλώσεις εντός του lockdown.

Παρόλο που μια μελέτη (Shaw et al., 2021) έδειξε ότι ο χρόνος που αφιερώνεται στη συμμετοχή σε καθιστικές δραστηριότητες μπροστά στην οθόνη αυξήθηκε στο χρονικό διάστημα της πανδημίας Covid-19, τόνισε επίσης τη γενική ανθεκτικότητα των αθλητών, δείχνοντας ότι δεν υπήρχαν ευδιάκριτες διαφορές στην προπόνηση, τη φυσική κατάσταση ή τη διατροφική πρόσληψη σε σύντομο χρονικό διάστημα (3 μήνες).

Με βάση την έρευνα των Urbanski et al. (2021) ως αποτέλεσμα των μέτρων μετριασμού που έλαβε η πολωνική κυβέρνηση μεταξύ Μαρτίου 2020 και Ιουνίου 2020, όλα τα γυμναστήρια και οι αθλητικές εγκαταστάσεις στην Πολωνία έκλεισαν (κοινωνική απομόνωση και κοινωνική αποστασιοποίηση). Ως συνέπεια αυτού, οι αθλητές μπορούσαν να ασκούνται μόνο έξω, σχεδόν πάντα μόνοι τους, και συχνά χωρίς καμία άμεση καθοδήγηση από τους προπονητές τους. Επειδή τα άτομα με αναπηρίες χρειάζονται συχνά τη βοήθεια των φροντιστών τους, οι αθλητές με αναπηρία αντιμετωπίζουν ένα συγκεκριμένο σύνολο προκλήσεων όταν απαιτείται να εξασκηθούν μόνοι τους.

3. Το κίνημα των αθλητών με αναπηρία

Ανεπίσημα, το ιστορικό γίνεσθαι του αθλητικού κινήματος θεωρείται ότι ξεκίνησε όταν οι πρώτοι Έλληνες αθλητές με αναπηρία συμμετείχαν σε διεθνείς αθλητικούς αγώνες την εποχή της μεταπολίτευσης. Οι αθλητές αυτοί αγωνίστηκαν στους αγώνες με δική τους πρωτοβουλία και δεν έλαβαν καμία εξωτερική βοήθεια (Κουρτέση, 2014).

Στην Ελλάδα, η ανάπτυξη του αθλητισμού για τα άτομα με αναπηρία ξεκίνησε τη δεκαετία του 1970, και πιο συγκεκριμένα στα τέλη με αρχές της επόμενης δεκαετίας, του 1980. Αυτό συνέπεσε με την πρώτη συμμετοχή Ελλήνων αθλητών στην

Παραολυμπιάδα και την ίδρυση των πρώτων σωματείων αθλητισμού στους συνδικαλιστικούς συλλόγους των ατόμων με αναπηρία. Και τα δύο αυτά ορόσημα συνέβησαν με το πέρας της δεκαετίας του 1970 και των αρχών της δεκαετίας του 1980. Σύμφωνα με πληροφορίες που συγκεντρώθηκαν τη δεκαετία του 1980 μέσω των Μαζικών Προγραμμάτων Αθλητισμού της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, οι δράσεις των συνδικαλιστικών οργάνων περί των δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρία, αλλά και οι ενασχολήσεις τόσο των καταρτισμένων καθηγητών φυσικής αγωγής όσο και μεμονωμένων προσπαθειών, ξεκίνησαν την προσπάθεια δημιουργίας αμιγώς αθλητικών, θεσμικών φορέων. Συγκεκριμένα, η πρώτη ένωση που ήταν αποκλειστικά αφιερωμένη στον αθλητισμό ιδρύθηκε το 1981. Αυτό σηματοδότησε την έναρξη των επίσημων ιστορικών δεδομένων του αθλητικού κινήματος για τα άτομα με αναπηρία. Οι Special Olympics της Ελλάδας ήταν η πρώτη διοργάνωση αυτού του είδους. Οι συνθήκες κάτω από τις οποίες αναπτύχθηκε η δομή του ελληνικού αθλητικού κινήματος για άτομα με αναπηρία χαρακτηρίζονται από τις καταστάσεις υπό τις οποίες αναπτύχθηκε η δομή του παγκόσμιου κινήματος αθλητισμού για άτομα με αναπηρία. Στην εξέλιξη της δομής όμως έπαιξαν ρόλο και οι ιδιαιτερότητες που επικρατούσαν στην Ελλάδα (Κουρτέση, 2014).

Στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας της «Massic Popular Sports», η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού το 1983 ίδρυσε το Ειδικό Γραφείο Αθλητισμού και ξεκίνησε τα πρώτα στο είδος του οργανωμένα προγράμματα για άτομα με αναπηρία. Στο πρώτο επίσημο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα που διεξήχθη το 1986 και διοργανώθηκε μέσω της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, δήλωσαν συμμετοχή 150 αθλητές με αναπηρία περίπου. Από εκείνο το σημείο και μετά, το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Αθλητών με Αναπηρία πραγματοποιήθηκε ως ετήσιος αθλητικός θεσμός υπό την αιγίδα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Κουρτέση, 2014).

Το πρόγραμμα «Παροχή Προπονητών Ειδικής Φυσικής Αγωγής – Εκπαιδευτικών στα Σωματεία Ατόμων με Αναπηρία» ιδρύθηκε το 1993 μέσω της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού μέσα από την πρωτοβουλία «Αθλητισμός για Όλους» και έκτοτε αποτελεί σημαντικό σκαλοπάτι στην εξέλιξη του Ειδικού Αθλητισμού. Οι αθλητές με αναπηρία μπορούσαν πλέον να λάβουν εξειδικευμένη εκπαίδευση, οποία ήταν η κινητήρια δύναμη σχετικά με την ανάπτυξη διάφορων

αθλημάτων, την αύξηση του αριθμού των αθλητών με αναπηρία και το πιο σημαντικό, την παραγωγή αθλητών σε ελίτ επίπεδο, οι οποίοι είχαν επιτύχει σημαντικές διεθνείς διακρίσεις.

Η Πανελλήνια Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες (ΠΑ.Ο.Μ.ΑμεΑ, 1993), η οποία δήλωσε συμμετοχή επί συνόλου των διαδικασιών εκπροσωπώντας την Ελλάδα και την Πανελλήνια Αθλητική Ομοσπονδία Κινητικά Αναπήρων (Π.Α.Ο.Κ.Α., 1996), αποτελούν δομές που στηρίζουν την προσπάθεια των ατόμων με αναπηρία.

Σιγά-σιγά, αλλά σταθερά, μέσα στη δεκαετία του 1990 άρχιζαν να σχηματίζονται ομοσπονδίες και ενώσεις με σκοπό να διευκολυνθεί η αθλητική συμμετοχή του μεγαλύτερου δυνατού αριθμού ατόμων με αναπηρία. Ως εκ τούτου, τον Μάιο του 1995, η νεοσύστατη εταιρεία ξεκίνησε τις εργασίες της για την Ομοσπονδία Σωματίων Ελλήνων Καλαθοσφαιριστών με Αμαξίδιο (ΟΣΕΚΑ), ξεκινώντας με τη διοργάνωση ετήσιων τουρνουά. Ταυτόχρονα, ελληνικές ομάδες ξεκίνησαν να αγωνίζονται σε διοργανώσεις ευρωπαϊκού επιπέδου. Η ΟΣΕΚΑ αναγνωρίστηκε επίσημα ως ανεξάρτητη ομοσπονδία το έτος 1998 από τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού.

Η Ελληνική Ομοσπονδία Αθλητισμού Κωφών (ΕΟΑΚ) μέσα από την ίδρυση της το 1988, πέτυχε την επίσημη αναγνώρισή της για πρώτη φορά με ψήφισμα της Γ.Γ.Α. το έτος 1999. Τόσο η Διεθνής Επιτροπή Αθλητισμού Κωφών όσο και η Ευρωπαϊκή Οργάνωση Αθλητισμού Κωφών υπολογίζουν την Ε.Ο.Α.Κ. μεταξύ των οργανώσεων μελών τους. Ο Σύλλογος Αθλητών με Νεφροπάθεια και ο Πανελλήνιος Αθλητικός Σύλλογος Δρομέων με Μεταμόσχευση είναι δύο μη αθλητικοί σύλλογοι που αποτελούν ενεργές ομοσπονδίες στο χώρο του αθλητισμού νεφροπαθών και αιμοκαθαιρόμενων. Αυτές οι ενώσεις καλύπτουν τις αθλητικές ανάγκες των νεφροπαθών και των ασθενών που υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση. Οι Εθνικές Ομάδες αγωνίζονται σε διεθνείς διοργανώσεις όπως οι Πανευρωπαϊκοί Αγώνες και το Παγκόσμιο Κύπελλο. Ακόμη, ιδρύθηκε το 1997 με απόφαση της αρμόδιας αρχής Υφυπουργού Αθλητισμού, η «Εθνική Επιτροπή Ειδικού Αθλητισμού», προκειμένου να επιλυθούν τα υφιστάμενα προβλήματα στην περιοχή και να συντονιστούν οι ενέργειες για τη δημιουργία οργανωτικής δομής των ειδικών αθλημάτων. Επιπλέον, η «Εθνική

Επιτροπή Ειδικού Αθλητισμού» είχε επιφορτιστεί με την προώθηση της ανάπτυξης των ειδικών αθλημάτων.

Εξαιτίας αυτού, το 1999, ψηφίστηκε ο Νόμος 2725 που επέτρεπε τη δυνατότητα σύστασης πέντε Αθλητικών Ομοσπονδιών Ατόμων με Αναπηρία (στη βάση των πέντε κατηγοριών αναπηρίας της Διεθνούς Παραολυμπιακής Επιτροπής), οι οποίες στη συνέχεια θα σχηματίσουν την Εθνική Παραολυμπιακή Επιτροπή. Είναι η πρώτη φορά που το ελληνικό κράτος σχεδιάζει οργανωμένα τη δημιουργία μιας αθλητικής δομής για τα άτομα με αναπηρία. Με τον τρόπο αυτό γίνεται αναγνώριση ότι οι αθλητές με αναπηρία είναι ίσοι με τους αθλητές άνευ αναπηρίας βάσει του ίδιου νόμου (άρθρο 34, παράγραφος 19), ενώ μάλιστα οι διακεκριμένοι αθλητές με αναπηρία έχουν δικαίωμα επί των ίδιων οικονομικών και επιπρόσθετων παροχών σε αντιστοιχία με εκείνες των διακεκριμένων αθλητών χωρίς αναπηρία. Αυτό εφαρμόστηκε πρώτη φορά με τους Παραολυμπιακούς Αγώνες της Ατλάντα το 1996, ύστερα από απόφαση του Υφυπουργού Αθλητισμού (Κουρτέση, 2014).

Ο Σύλλογος Ελλήνων Παραολυμπιονικών ιδρύθηκε το 2001 από μια ομάδα 36 αθλητών που είχαν αγωνιστεί στο παρελθόν στους Παραολυμπιακούς. Όλοι οι αγωνιζόμενοι άνδρες και γυναίκες που έχουν κατακτήσει από την πρώτη έως την όγδοη θέση στους Παραολυμπιακούς Αγώνες έχουν δικαίωμα να γίνουν μέλη της Ένωσης. Ο νόμος Ν. 2947 του 2001, ο οποίος ίδρυσε τη νέα ενιαία Εθνική Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρίες (έχοντας η συγκεκριμένη την ευθύνη επί συνόλου των Παραολυμπιακών αθλημάτων), αλλά και τη νέα Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή με χαρακτήρα Νομικού Προσώπου Ιδιωτικού Δικαίου, θεωρείται ότι είναι το πλέον σημαντικό γεγονός στην ιστορία του ελληνικού αθλητικού κινήματος για άτομα που έχουν αναπηρία. Σημαντική καμπή στην ανάπτυξη του αθλητικού ιδεώδους για τα άτομα με αναπηρία ήταν η ίδρυση μιας θεσμικής δομής για την υποστήριξη του Ελληνικού Παραολυμπιακού Κινήματος. Το συγκεκριμένο θεσμικό πλαίσιο έθεσε τις βέλτιστες βάσεις για την πρόοδο του αθλητικού κινήματος των ατόμων με αναπηρία και κατέστησε δυνατό τον κρατικό προγραμματισμό. Ως αποτέλεσμα της ίδρυσής του, το ελληνικό αθλητικό κίνημα έχει πλέον την ευκαιρία να ενσωματωθεί εντελώς στο αθλητικό τοπίο της Ελλάδας, να καλλιεργήσει και να εκπροσωπήσει επάξια τη χώρα συμμετέχοντας παράλληλα επί συνόλου των επόμενων μεγάλων διοργανώσεων.

Η Εθνική Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρίες, η οποία ιδρύθηκε το 2002 και, μαζί με όλες τις άλλες αθλητικές ομοσπονδίες στην Ελλάδα, υποχρεούται να ενεργεί σύμφωνα με τον Αθλητικό Νόμο. Αντιπροσωπεύει αθλητές όλων των κατηγοριών που έχουν κινητικές αναπηρίες (όπως ακρωτηριασμός, τραυματισμός νωτιαίου μυελού, εγκεφαλική παράλυση κ.λπ.), ψυχικές διαταραχές ή προβλήματα όρασης. Η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή είναι μέλος της Διεθνούς Παραολυμπιακής Επιτροπής (IPC).

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες είναι το αντίστοιχο των Ολυμπιακών Αγώνων και χρησιμεύουν ως ο κορυφαίος διαγωνισμός για αθλητές με αναπηρία που έχουν είτε κινητικές, οπτικές ή εγκεφαλικές αναπηρίες.

Ο νευροχειρουργός Ludvig Guttman, ο οποίος ασχολείται πρωτίστως με θέματα τραυμάτων που προκαλούνται από τον πόλεμο (παραπληγικοί και τετραπληγικοί), παρουσίασε τρόπους για την κινητοποίηση των ατόμων με αναπηρία. Κάπως έτσι ξεκίνησε η ιδέα για τα αθλήματα για ΑμεΑ. Το 1943, ίδρυσε το παγκοσμίως φήμης Centre Restoration of Stoke Mandeville, η οποία περιλάμβανε το Ειδικό Αθλητικό Κέντρο. Αυτή είναι η τοποθεσία όπου έχει επί του παρόντος την έδρα της η Διεθνής Αθλητική Ομοσπονδία για Άτομα με Αναπηρία (Κουρτέση, 2014).

Το 1948, την πρώτη αγωνιστική ημέρα στους Ολυμπιακούς Αγώνες, αγωνίστηκαν για πρώτη φορά αθλητές με αναπηρία. Μετά από άλλα τέσσερα χρόνια, βετεράνοι στρατιώτες από την Ολλανδία δήλωσαν συμμετοχή σε αυτούς τους αγώνες και ως αποτέλεσμα, δημιουργήθηκε το παγκόσμιο κίνημα, το οποίο είναι σήμερα διαδεδομένο ως «Παραολυμπιακό κίνημα».

Υπάρχουν πέντε διαφορετικοί τύποι αναπηριών στις οποίες εμπίπτουν οι αθλητές:

- Αθλητές με ακρωτηριασμό
- Με εγκεφαλική παράλυση
- Με περιορισμό όρασης έως και πλήρη απώλεια όρασης
- Με διάφορες αναπηρίες (νανισμός, σκλήρυνση κατά πλάκας, κ.λπ.)
- Με κάκωση νωτιαίου μυελού

Οι αγώνες για αθλητές με αναπηρία που πραγματοποιήθηκαν στη Ρώμη το 1960 θεωρούνται γενικά ως οι πρώτοι Παραολυμπιακοί Αγώνες. Συνολικά περίπου 400 αγωνιζόμενοι που εκπροσωπούσαν 23 χώρες αγωνίστηκαν σε οκτώ διαφορετικά αθλήματα. Η Παραολυμπιάδα διεξάγεται από τότε μία φορά κάθε τετραετία, συμπίπτοντας σταθερά με τους Ολυμπιακούς Αγώνες στο έτος.

Η δεκαετία του 1970 ήταν μια κομβική δεκαετία για την ανάπτυξη των Παραολυμπιακών αθλημάτων στην Ελλάδα, με τον πρώτο αγώνα με Έλληνες αγωνιζόμενους να λαμβάνει χώρα το 1976 στο Τορόντο. Πρόσθετες κατηγορίες για άτομα με αναπηρία συμπεριλήφθηκαν σε αυτόν τον διαγωνισμό και η Σουηδία φιλοξένησε τους πρώτους Παραολυμπιακούς Χειμερινούς Αγώνες.

Από το 1988 η Ελλάδα στέλνει αναγνωρισμένους εκπροσώπους των Εθνικών της Ομάδων για να αγωνιστούν στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Όλα αυτά τα χρόνια, οι Έλληνες αθλητές έχουν φτάσει σταθερά σε υψηλά επίπεδα επιτυχιών και έχουν κατακτήσει μεγάλο αριθμό μεταλλίων. Τα πρώτα μετάλλια κατακτήθηκαν το 1988 στους Παραολυμπιακούς Αγώνες της Σεούλ και αποτελούνταν από ένα ασημένιο μετάλλιο και τρία χάλκινα μετάλλια.

Η Ελλάδα, φιλοξένησε τους Παραολυμπιακούς Αγώνες το 2004, οι οποίοι παρείχαν μια μοναδική ευκαιρία για την ανάπτυξη και τη βελτίωση των αθλημάτων γενικά, όχι μόνο εκείνων που αφορούν ανάπηρους αθλητές. Η ανάπτυξη μιας επιτυχημένης Παραολυμπιακής Ομάδας ήταν σημαντικός παράγοντας για τη συνολική επιτυχία της διοργάνωσης των Αγώνων (Κουρτέση, 2014).

Η συμμετοχή Ελλήνων αθλητών στους Αγώνες προσέελκυσε τους φιλάθλους να συμμετάσχουν στον αγώνα, τους πολίτες δηλώσουν τον εθελοντισμό τους, ενώ η κοινωνία απέκτησε ανοικτότητα αναφορικά με τη διαδικασία ενσωμάτωσης των ατόμων με αναπηρία, συμβάλλοντας έτσι στην ισότητα των ευκαιριών, των δικαιωμάτων και των υποχρεώσεων. Οι Αγώνες της Αθήνας έστρεψαν την προσοχή στις αθλητικές προσπάθειες των ατόμων με αναπηρία και θεμελίωσαν τη θέση τους ως μέλη της παγκόσμιας αθλητικής οικογένειας αλλά και της ελληνικής αθλητικής οικογένειας ειδικότερα. Ωστόσο, παρά το γεγονός ότι η οργάνωσή τους ήταν άψογη, δεν κατάφεραν να αλλάξουν σε βάθος την οπτική της ελληνικής κοινωνίας για τα άτομα με αναπηρία.

Η συνεχής πρόοδος του Κινήματος, η μεταλαμπάδευση του στην κοινωνία, η στρατολόγηση νέων αθλητών, καθώς και η διατήρηση ενός επιτυχημένου μονοπατιού σε όλα τα αθλήματα με στόχο την επίτευξη διακρίσεων στο σύνολο των ελίτ διοργανώσεων, καθιστούν τη μεγαλύτερη πρόκληση που αντιμετωπίζουν όλοι οι αθλητές με αναπηρία. Για να επιτευχθούν αυτοί οι στόχοι, χρειάζεται να καταβάλλονται συντονισμένες προσπάθειες, να πραγματοποιούνται σχέδια που να είναι τόσο πρακτικά όσο και ολοκληρωμένα και να επιστρατευτούν στην προσπάθεια όλοι οι εμπλεκόμενοι οργανισμοί (Κουρτέση, 2014).

Στο έθνος μας, η πλειοψηφία της υποστήριξης για εξειδικευμένα αθλήματα προέρχεται από το κράτος. Μέσω της Διεύθυνσης Ανάπτυξης Αθλητισμού και του Τμήματος Ειδικού Αθλητισμού, το Υπουργείο Πολιτισμού και της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού γίνεται προσπάθεια για την επίτευξη των αθλητικών επιδιώξεων όλων των προαναφερόμενων κατηγοριών αναπηρίας.

Η βοήθεια που παρέχεται από το κράτος σε άτομα με αναπηρία στον χώρο του αθλητισμού λαμβάνει πολλές μορφές, με κυριότερη τη χρηματοδότηση για δράσεις τους μέσω συγκεκριμένων φορέων (Σύλλογοι, Ομοσπονδίες), την υποστήριξη σε διοικητικό επίπεδο, καθώς και την ανάπτυξη κατάλληλων αθλητικών χώρων.

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες του Πεκίνου αποτέλεσε μακράν την πιο επιτυχημένη διοργάνωση για την ελληνική ομάδα έως σήμερα. Αυτές οι νίκες δείχνουν ότι το Ελληνικό Αθλητικό Κίνημα ευδοκιμεί, ενώ επιτρέπουν να εξαχθεί το συμπέρασμα ότι γίνονται μακροπρόθεσμα σταθερά βήματα προόδου.

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες αποτελούν το σημαντικότερο αθλητικό γεγονός στο χώρο των ειδικών αθλημάτων και αποτελούν απόδειξη της πολιτιστικής προόδου που έχουν πραγματοποιήσει οι σύγχρονοι πολιτισμοί. Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες, που επικεντρώνονται στον αθλητή και όχι στην ικανότητα, προσφέρουν στους θεατές τη δυνατότητα να παρακολουθήσουν τη δύναμη και τις δεξιότητες των Παραολυμπιακών αθλητών στο ελίτ επίπεδο ανταγωνισμού τους. Διδάσκουν ότι η επιτυχία απαιτεί τα ίδια χαρακτηριστικά σε όλους, συμπεριλαμβανομένου του θάρρους, της υπομονής και της επιμονής (Κουρτέση, 2014).

4. Προβλήματα αθλητών κατά την εύρεση εργασίας

Οι οπαδοί προσβλέπουν στους καλύτερους αθλητές ως πρότυπα και είδωλα, αλλά πολύ λίγοι γνωρίζουν τη ζωή που κάνουν αυτοί οι παίκτες όταν αποσυρθούν από τα αντίστοιχα αθλήματα τους. Τα σοβαρά περιστατικά στα οποία η αστυνομία προχωρά στη σύλληψη ενός μεθυσμένου αθλητή επισημαίνονται στα ταμπλόιντ, αλλά πολλοί από τους απλούς θεατές δεν μπορούν να κατανοήσουν τα κίνητρα που κρύβονται πίσω από μια τέτοια συμπεριφορά. Ένα μόνο λάθος που μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμό μπορεί να τερματίσει το επάγγελμά των αθλητών και να απαιτήσει από αυτούς να εγκαταλείψουν τον προηγούμενο τρόπο ζωής τους, καθώς και την προηγούμενη πηγή εισοδήματος και το κοινωνικό δίκτυο.

Η ανταγωνιστικότητα, η ηγεσία και η σωματική ικανότητα και επιδεξιότητα είναι μερικά μόνο από τα μεταβιβάσιμα ταλέντα που έχουν οι αθλητές και μπορούν να εφαρμοστούν στο χώρο εργασίας. Οι αθλητές μπορεί να μην έχουν εκτεταμένο εργασιακό ιστορικό, αλλά έχουν μια ποικιλία δεξιοτήτων που μπορούν να εφαρμοστούν εκεί. Επειδή δεν έχουν προηγούμενη εμπειρία στη διαδικασία αναζήτησης εργασίας, οι αθλητές αναζητούν συνήθως τη βοήθεια άλλου ατόμου κατά τη διαδικασία αίτησης. Η Adecco, η Ολυμπιακή Επιτροπή και η Παραολυμπιακή Επιτροπή έχουν συνεργαστεί σε ένα πρόγραμμα που ονομάζεται Πρόγραμμα Σταδιοδρομίας Αθλητών με σκοπό να υποστηρίξουν τους αθλητές στην ομαλή μετάβαση από τον αθλητισμό στον εργασιακό κόσμο.

Όταν ένα άτομο μεταβαίνει από το ένα στάδιο στο άλλο, η διαδικασία ορίζεται ως μετάβαση και είναι συνήθως το αποτέλεσμα κάποιου γεγονότος ή γεγονότων (Wylleman & Lavallee, 2004). Σύμφωνα με τους Lavallee και Wylleman (2004), οι μεταβάσεις μπορεί να είναι είτε κανονιστικές είτε μη κανονιστικές. Ο πρώτος τύπος μετάβασης είναι αυτός κατά τον οποίο ένα άτομο εγκαταλείπει το προηγούμενο στάδιο και προχωρά στο επόμενο, όπως η μετάβαση από έναν τοπικό αθλητικό σύλλογο σε μια περιφερειακή ομάδα. Ο δεύτερος τύπος μετάβασης είναι αυτός κατά τον οποίο ένα άτομο μετακινείται από το ένα στάδιο στο άλλο χωρίς προγραμματισμό (για παράδειγμα λόγω ενός ατυχήματος).

Υπάρχουν δύο διακριτές μεταβάσεις που μπορούν να γίνουν σε αυτό το επίπεδο, η πρώτη από τις οποίες καθορίζεται από την ηλικία του παίκτη. Ένα παράδειγμα αυτού

θα ήταν η μεταγραφή από τη σειρά junior στο πρωτάθλημα των ενηλίκων. Οι οργανωτικές ή διαρθρωτικές αλλαγές που λαμβάνουν χώρα σε αυτό το επίπεδο αντιπροσωπεύουν το δεύτερο είδος μετάβασης που συμβαίνει σε αυτό το επίπεδο. Ένα παράδειγμα αυτού του τύπου μετάβασης είναι όταν ένας αθλητής προχωρά από το περιφερειακό στο εθνικό επίπεδο. Η ανάπτυξη του ταλέντου αποτελείται από τρία στάδια: το στάδιο έναρξης, της ανάπτυξης και το αντίστοιχο της κυριαρχίας, το οποίο ακολουθείται από το στάδιο διακοπής. (Wylleman & Lavallee, 2004) Οι ηλικίες στις οποίες συμβαίνουν οι μεταβάσεις είναι απλώς εκτιμήσεις και ενδέχεται να διαφοροποιούνται σε ατομικό επίπεδο.

Όταν αναφερόμαστε σε επαγγελματίες αθλητές, ο όρος «στάδιο μύησης» αναφέρεται στη χρονική περίοδο κατά τη παιδική ηλικία, συνήθως μεταξύ 8 και 14 ετών, κατά την οποία οι νέοι αθλητές αρχίζουν να συμμετέχουν σε οργανωμένα αθλήματα. Σε αυτό το στάδιο πραγματοποιείται ο εντοπισμός ταλαντούχων και ενδυνάμει αθλητών με επιρροή (Wylleman & Lavallee, 2004). Μια έρευνα που διεξήχθη από την Αυστραλιανή Επιτροπή Αθλητισμού το 2003 διαπίστωσε ότι μόνο ένας στους τρεις κορυφαίους νεαρούς αθλητές είναι επιτυχημένος στην επίτευξη υψηλών βαθμών όταν αγωνίζεται σε ανώτερο επίπεδο.

Σύμφωνα με τους Wylleman και Lavallee (2004), η περίοδος ανάπτυξης διαρκεί κάπου μεταξύ 15 και 20 ετών κατά μέσο όρο. Σε αυτό το σημείο της αθλητικής τους καριέρας, οι νέοι αθλητές αρχίζουν να αφιερώνουν μεγαλύτερο μέρος του χρόνου τους στην προπόνηση και αφοσιώνονται περισσότερο στο άθλημά τους. Εκτός από αυτά, το επίπεδο εξειδίκευσης αυξάνεται, πράγμα που σημαίνει ότι, για παράδειγμα, η εκπαίδευση επικεντρώνεται περισσότερο στην ανάπτυξη των ικανοτήτων που απαιτούνται σε ένα συγκεκριμένο είδος αθλήματος (Wylleman & Lavallee, 2004).

Όταν οι αθλητές φτάνουν περίπου στην ηλικία των 20 ετών, μπαίνουν στο στάδιο που είναι γνωστό ως «τελειοποίηση», κατά το οποίο συνεχίζουν να βελτιώνουν τις ικανότητές τους ενώ παράλληλα διασφαλίζουν ότι μπορούν να αποδώσουν στο μέγιστο επίπεδο της αθλητικής τους καριέρας (Wylleman & Lavallee, 2004).

Λόγω του γεγονότος ότι η ικανότητα κατανόησης των αποτελεσμάτων της απόδοσής του δεν ωριμάζει μέχρι την ηλικία μεταξύ 10 και 12 ετών, οι νέοι κατά τη

φάση της μύησης βασίζονται στην ανατροφοδότηση σχετικά με τις δυνατότητές τους που παρέχονται από τους ενήλικες (Wylleman & Lavallee, 2004).

Σύμφωνα με μια μελέτη που διεξήχθη από τον Benjamin Bloom το 1985 (η οποία μπορεί να αναφέρεται στη σελίδα 514 του Wylleman & Lavallee, 2004), συνιστάται κατά τη φάση έναρξης, οι νεαροί αθλητές να ανταμείβονται για τις καλές προσπάθειές τους και όχι για τα πραγματικά τους αποτελέσματα. Αυτό γίνεται για να διατηρηθεί το ενδιαφέρον του παιδιού για την εκπαίδευση. Η ίδια έρευνα προτείνει ότι κατά το στάδιο ανάπτυξης, όταν ο νεαρός αθλητής είναι πιο ώριμος και κατανοεί την έννοια της προπόνησης με στόχο, ο προπονητής θα πρέπει να επικεντρωθεί περισσότερο στις τεχνικές δεξιότητες και να τονίσει ότι έρχεται η πρόοδος από πειθαρχία και σκληρή δουλειά. Οι νεαροί αθλητές αρχίζουν να εξαρτώνται λιγότερο από την καθοδήγηση ενηλίκων μεταξύ 10 και 14 ετών. Αντίθετα, για να μετρήσουν το επίπεδο της απόδοσής τους, οι νεαροί αθλητές αρχίζουν να συγκρίνουν τις δεξιότητές τους με εκείνες των συμπαικτών και των φίλων τους. Έχει αποδειχθεί ότι κατά τη διάρκεια αυτής της μετάβασης, η αντίληψη του να είσαι λιγότερο ικανός ή προικισμένος από άλλους αυξάνει την πιθανότητα εγκατάλειψης μιας αθλητικής καριέρας. (Wylleman & Lavallee, 2004)

Μεταξύ των πολλών διαφορετικών ειδών αναπτυξιακών προκλήσεων που πρέπει να ξεπεράσουν οι νέοι πριν φτάσουν στην ενηλικίωση, ο σχηματισμός της αίσθησης της δικής του ταυτότητας είναι αυτή που έχει το μεγαλύτερο βάρος κατά τη διάρκεια των εφηβικών ετών (Wylleman & Lavallee, 2004). Οι νέοι αθλητές που συμμετέχουν σε αυστηρές προπονήσεις υψηλού επιπέδου συχνά χτίζουν την αίσθηση της ταυτότητας τους σε σχέση με τις αθλητικές τους επιδόσεις και έχουν την τάση να βλέπουν τον εαυτό τους αποκλειστικά στο ρόλο των αθλητών. Αυτός ο αποκαλούμενος «αποκλεισμός ταυτότητας» μπορεί να έχει πολύ σοβαρή επίδραση στην ικανότητα αντιμετώπισης μεταπτώσεων, ιδιαίτερα όταν το άτομο αποχωρεί από μια επαγγελματική αθλητική καριέρα. (Wylleman & Lavallee, 2004).

Πολλές πηγές, όπως ο Vickers (2013), κάνουν παραλληλισμούς μεταξύ του τέλους της καριέρας ενός αθλητή και της θνησιμότητας, με το σκεπτικό ότι ο παίκτης έχει αφιερώσει σχεδόν όλες τις ώρες της εγρήγορσης στην αθλητική του προετοιμασία.

Η πλειονότητα των αθλητών, όταν φτάνει στο σημείο της αποχώρησης, έρχεται αντιμέτωπη με το ερώτημα «αν δεν είσαι αθλητής, τότε ποιος είσαι;» (Vickers, 2013).

Δεδομένου ότι η πλειονότητα των αθλητών έχει κάνει πολλές παραχωρήσεις προκειμένου να είναι επιτυχημένοι στην αθλητική τους καριέρα, ο αποκλεισμός της ταυτότητας είναι ο πρωταρχικός παράγοντας που συμβάλλει στην απώλεια της ταυτότητας. Μερικά παραδείγματα αυτών αφορούν παραχωρήσεις όσον αφορά τα οικονομικά, τις σχέσεις, την εκπαίδευση ή την καριέρα κάποιου, για να αναφέρουμε μόνο μερικά (Vickers, 2013).

Είναι πιθανό η απώλεια της ισχυρής ταυτότητας κάποιου να μειώσει την ικανότητά του να αντιμετωπίζει τις μεταβάσεις (Crook & Robertson, 1991). Σύμφωνα με τα ευρήματα μιας σειράς μελετών (μία από τις οποίες διεξήχθη από τον Χαμαλίδη το 1995), οι αθλητές που ασχολήθηκαν με δραστηριότητες εκτός του αθλητισμού τους κατά τη διάρκεια της αθλητικής τους σταδιοδρομίας αντιμετώπισαν λιγότερες δυσκολίες προσαρμογής στις μεταβάσεις, ιδιαίτερα στη συνταξιοδότηση.

Σύμφωνα με τον Vickers (2013), προκειμένου οι αθλητές να συνεχίσουν την επιτυχημένη προπόνησή τους σε ένα καλύτερο περιβάλλον πρακτικής, μπορεί να τους ζητήθηκε να απομακρυνθούν σημαντικά από τις οικογένειες και τους φίλους τους. Αυτό το χαρακτηριστικό μπορεί να κάνει πιο πιθανό τα κοινωνικά δίκτυα των αθλητών να αποτελούνται κυρίως από γονείς, προπονητές και άλλους αθλητές (Χαμαλίδης, 1995). Η μετάβαση από τη συγκεκριμένη κουλτούρα των αθλητών θα μπορούσε να οδηγήσει σε μια αίσθηση απομόνωσης και αποξένωσης (Lavalley, et al., 2004). Ο συνταξιούχος αθλητής πρέπει να προσαρμοστεί σε έναν νέο τρόπο ζωής εκτός από την αποχώρηση από την κουλτούρα στην οποία συμμετείχε. Λόγω του γεγονότος ότι οι αθλητές είναι συνηθισμένοι σε ρουτίνες (Vickers, 2013), όπως συγκεκριμένα σχέδια διατροφής και αυστηρά προγράμματα προπόνησης, αυτό θα μπορούσε να αποδειχθεί μια πολύ δύσκολη ψυχική πρόκληση για αυτούς. Θα πρέπει να ενθαρρυνθούν να προσδιορίσουν τις πτυχές της αθλητικής τους ζωής που τους έδωσαν ικανοποίηση και, στη συνέχεια, θα πρέπει να εντοπίσουν ποιες άλλες πτυχές της ζωής τους, όπως η επαγγελματική τους ζωή, θα μπορούσαν να τους δώσουν μια παρόμοια αίσθηση ολοκλήρωσης (Lally & Kerr, 2005).

Οι διάφορες και βαθιές αλλαγές στη ζωή που συνοδεύουν την αποχώρηση από τον αθλητικό ανταγωνισμό μπορεί να προκαλέσουν συναισθηματικές αντιδράσεις (Vickers, 2013). Οι αθλητές που αποσύρονται συχνά εμφανίζουν εκφράσεις θυμού ή σοκ, οι οποίες είναι οι δύο από τις πιο διαδεδομένες συναισθηματικές αντιδράσεις στην περίπτωση αυτή. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί να εκδηλώσουν αυτοκτονικές συμπεριφορές, να εμπλακούν σε εγκληματικές δραστηριότητες ή να κάνουν κατάχρηση ουσιών. Οι Wolff και Lester (1989) βρήκαν και οι δύο ότι εκτός από την απώλεια της ταυτότητάς τους, οι αθλητές που αποσύρονται μπορεί να εμφανίσουν ψυχολογικές και συναισθηματικές δυσκολίες, όπως μελαγχολία και αβεβαιότητα για τις δικές τους ικανότητες (Wolff & Lester, 1989). Σύμφωνα με τον Shahnasarian (1992), πρώην αθλητές που αποσύρονται συχνά δυσκολεύονται να καταλάβουν ποιοι είναι εκτός του αθλήματός τους και έχουν αμφιβολίες για τις δυνατότητές τους να πετύχουν σε άλλες προσπάθειες. Επιπρόσθετα, η απόφαση αποχώρησης από τον αθλητικό στίβο δεν είναι αναμενόμενη στην πλειονότητα των περιπτώσεων και όσο πιο απότομη είναι η αποχώρηση τόσο πιο σοβαρές είναι κατά κανόνα οι δυσκολίες. Είναι επιτακτική ανάγκη οι αθλητές να έχουν πρόσβαση σε ψυχολογική φροντίδα προκειμένου να αποτραπεί η αύξηση του αριθμού των αθλητών που αυτοκτόνησαν ως αποτέλεσμα της απελπισίας που έφεραν ως συνταξιούχοι από τον αγωνιστικό στίβο (Vickers, 2013).

Η πλειοψηφία των ελίτ αθλητών χρειάστηκε να κάνουν συμβιβασμούς στην καριέρα τους, συμπεριλαμβανομένης της διακοπής της ακαδημαϊκής ή επαγγελματικής τους εξέλιξης, ώστε να μπορούν να αφιερώσουν περισσότερο χρόνο στο άθλημά τους (Vickers, 2013). Ως αποτέλεσμα, πιθανότατα στερούνται σημαντικό μέρος των κοινωνικών και ακαδημαϊκών ικανοτήτων που απαιτούνται στον εργασιακό κόσμο. Οι αθλητές συχνά αντιμετωπίζουν δυσκολίες, για παράδειγμα, όταν πρόκειται να λάβουν αποφάσεις, επειδή οι επιλογές σχετικά με τα προγράμματα, τους χρόνους και τους στόχους τους έχουν καθοριστεί από άλλους, όπως οι προπονητές ή η διοίκηση (Beamon, 2008). Ως εκ τούτου, οι αθλητές έχουν την τάση να αναβάλλουν τον προγραμματισμό σταδιοδρομίας για πάρα πολύ καιρό, συνήθως λόγω της άρνησης του αναπόφευκτου γεγονότος ότι μια μέρα θα πρέπει να αποσυρθούν από το άθλημα της επιλογής τους. Επομένως, οι αθλητές τείνουν να αναβάλλουν τον προγραμματισμό σταδιοδρομίας για πάρα πολύ γιατί η ιδέα του σχεδιασμού μιας άλλης πορείας σταδιοδρομίας ενώ

ασχολούνται επαγγελματικά με τον αθλητισμό θα σήμαινε την ανταλλαγή των αθλητικών ονείρων και στόχων της πλειοψηφίας των αθλητών (Lally & Kerr, 2005).

Στην πλειονότητα των περιπτώσεων, οι οικογένειες καλούνται να κάνουν σημαντικές οικονομικές θυσίες προκειμένου να καταστεί δυνατή η επαγγελματική κατάρτιση σε νεαρούς αθλητές. Είναι πιθανό οι αθλητές να αισθάνονται πίεση να εξασφαλίσουν μια άνετη διαβίωση όχι μόνο για τους εαυτούς τους αλλά και για την οικογένειά τους ως αποτέλεσμα των οικονομικών θυσιών που έχουν κάνει. Κατά τη διάρκεια του σταδίου τελειοποίησης, που συμβαίνει όταν οι αθλητές προσεγγίζουν το υψηλό επίπεδο της απόδοσής τους, οι χορηγίες είναι η πιο χαρακτηριστική πηγή χρημάτων για τους αθλητές. Αφού αποσυρθούν από το άθλημά τους, μερικοί από τους καλύτερους αθλητές θα συνεχίσουν να λαμβάνουν οικονομική υποστήριξη από τους χορηγούς τους. Ωστόσο, η συντριπτική πλειοψηφία των αθλητών θα χρειαστεί να βρουν άλλες μεθόδους για να βγάλουν τα προς το ζην (Wylleman & Lavallee, 2004).

Οι συνταξιούχοι αθλητές μπορεί να στερούνται, ή να αντιλαμβάνονται ότι τους λείπουν, κάποια ταλέντα που είναι απαραίτητα στον εργασιακό κόσμο. Από την άλλη πλευρά, έχουν μια ποικιλία από πολύτιμες δεξιότητες που είναι απαραίτητες για την αθλητική ανάπτυξη και μπορούν επίσης να μεταφερθούν σε άλλες σταδιοδρομίες. Μερικά παραδείγματα αυτών των δεξιοτήτων περιλαμβάνουν την ανταγωνιστικότητα, την ομαδική εργασία, την ηγεσία, το multitasking, τη διαχείριση χρόνου και την επικοινωνία. Αυτές οι δεξιότητες μπορούν να μεταφερθούν σε άλλες σταδιοδρομίες. Όταν υποβάλλουν αίτηση για θέσεις εργασίας αντί να δίνουν έμφαση στην έλλειψη κάποιων άλλων προσόντων, οι υποψήφιοι θα πρέπει να τονίζουν την επάρκειά τους στους προαναφερθέντες τομείς (Wiant, 1977).

Σύμφωνα με τον Χαμαλίδη (1995), ένας αθλητής που έχει έστω και μικρή εμπειρία από δραστηριότητες που δεν σχετίζονται με τον αθλητισμό θα έχει μια ευκολότερη και λιγότερο αγχωτική μετάβαση στον εργασιακό κόσμο. Εκτός από την εργασία ή την απόκτηση γνώσεων μέσω πρακτικής άσκησης, μια άλλη επιλογή θα μπορούσε να είναι η ένταξη σε εκδηλώσεις που χρηματοδοτούνται από τη φοιτητική ένωση ή διάφορες σχολικές ομάδες. Η ικανότητα να οραματίζεται κανείς τον εαυτό του ως κάτι διαφορετικό από έναν αθλητή είναι ευεργετική κατά τη διαδικασία της μετάβασης μακριά από τον αθλητισμό (Vickers, 2013).

Η πιο αρνητική πτυχή της επαγγελματικής εξέλιξης των αθλητών βασίζεται στο γεγονός ότι, στις περισσότερες περιπτώσεις, αναγκάστηκαν να βάλουν τέλος στην ακαδημαϊκή τους καριέρα για να επικεντρωθούν στην αθλητική τους σταδιοδρομία. Όταν ένας αθλητής αποσύρεται στη μέση ηλικία των 34 ετών (North & Lavallee, 2004), είναι τουλάχιστον δέκα χρόνια πίσω στην επαγγελματική ανάπτυξη ενός μη αθλητή της ίδιας μέσης ηλικίας (Schreiner, 2012). Ως αποτέλεσμα του γεγονότος ότι, σε πολλές περιπτώσεις, ο επαγγελματίας αθλητής δεν έχει κάνει ποτέ δουλειά στη ζωή του και δεν έχει δημιουργήσει ποτέ βιογραφικό, απαιτεί όχι μόνο ψυχολογική υποστήριξη αλλά και βοήθεια σε καθήκοντα που είναι πιο πρακτικά προσανατολισμένα (Suutarinen, 2014).

Υπάρχουν πολλές διάφορες φάσεις που θα περάσει ένας αθλητής κατά τη διάρκεια της καριέρας του. Το αρχικό στάδιο, που μπορεί να μην εγγραφεί καν στη μνήμη του αθλητή, είναι όταν μόλις ξεκινούν τη συμμετοχή τους στη δραστηριότητα. Κάθε αθλητής ξεκίνησε το αθλητικό του ταξίδι κάποια στιγμή στη ζωή του, είτε ήταν τριών ετών είτε ήταν τελειόφοιτος του Λυκείου. Μετά από αυτό, ορισμένοι αθλητές κάνουν το άλμα από τον ερασιτεχνικό αθλητισμό στο υψηλότερο επίπεδο ή ακόμα και στον επαγγελματικό αθλητισμό. Σε κάθε περίπτωση, η μετάβαση που ακολουθεί μια επιτυχημένη αθλητική σταδιοδρομία - η συνταξιοδότηση - είναι δυστυχώς αναπόφευκτη.

Η λέξη «συνταξιοδότηση» ακούγεται πολύ συχνά στον κόσμο του επαγγελματικού αθλητισμού, και έχει συνδεθεί με εκτενή έρευνα, όσον αφορά την ψυχολογία αλλά και την επαγγελματική αποκατάσταση των αθλητών μετά από αυτήν. Γενικά, η συνταξιοδότηση συνδέεται με σημαντική αύξηση της ποσότητας της ψυχικής και σωματικής καταπόνησης που βιώνουν οι αθλητές. Ως αποτέλεσμα, είναι ζωτικής σημασίας για την υγεία κάποιου μετά τη συνταξιοδότησή τους οι αθλητές, οι σύζυγοι, οι γονείς και οι προπονητές αθλητών να εκπαιδεύονται σχετικά με αυτές τις πιέσεις και τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να τις αντιμετωπίσουν.

Αρχικά, η πράξη της συνταξιοδότησης πραγματοποιείται συνήθως με μια σειρά βημάτων. Η εγκατάλειψη του χώρου του αθλητισμού δεν είναι συνήθως απότομη. Αντίθετα, ο αθλητής συνήθως δέχεται μεγάλη πίεση να καθυστερήσει την απόσυρσή του μέχρι την «κατάλληλη» στιγμή, ανεξάρτητα από το αν αυτό οφείλεται στην ηλικία του ή στον χρόνο που έχει αφιερώσει στο άθλημά του. Η πιο σημαντική αλλαγή που

συμβαίνει για έναν αθλητή μετά τη συνταξιοδότησή του είναι η ανάγκη να ανακαλύψει ποιος είναι εκτός από το άθλημα που αφήνει πίσω του. Αυτό γίνεται πιο δύσκολο καθώς αφιερώνει κανείς περισσότερο χρόνο συμμετέχοντας στο άθλημα. Τέλος, όταν ένας αθλητής αποσυρθεί από το άθλημά του, οι σχέσεις που είχε με τους φίλους, τους γονείς και τους συνεργάτες του μπορεί να αλλάξουν καθώς εργάζονται για να καθορίσουν ποιοι είναι και πού ταιριάζουν στον κόσμο έξω από το άθλημά τους.

Η πλειοψηφία των αθλητών ακολουθούν μια σχετικά καθορισμένη ρουτίνα κατά τη μετάβαση εκτός ανταγωνιστικού παιχνιδιού. Οι αθλητές έχουν την επιλογή να συμμετάσχουν σε λιγότερους αγώνες, να μειώσουν τον χρόνο που αφιερώνουν στην εξάσκηση ή να παίρνουν ολόκληρες ημέρες άδεια από τη δραστηριότητά τους. Η διαδικασία δίνει στον αθλητή χρόνο να προσαρμοστεί στις αναμενόμενες αλλαγές στον τρόπο ζωής του, συμπεριλαμβανομένης της διακοπής της αθλητικής του συμμετοχής. Έχει οριστεί ότι η συνταξιοδότηση σταδιοδρομίας είναι μια σταδιακή, μεταβατική διαδικασία ψυχολογικής και κοινωνικής προσαρμογής που συνδέεται με την αναζήτηση ταυτότητας (Probert & Crespo, 2015). Η αποχώρηση ενός αθλητή σηματοδοτεί μια σημαντική καμπή τόσο στην καριέρα όσο και στη ζωή του, και ως εκ τούτου, θα πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ευκαιρία για ανάπτυξη και προσαρμογή.

Οι ανησυχίες σχετικά με την ικανότητα του αθλητή να διατηρήσει το επίπεδο δραστηριότητάς του καθώς και τη σωματική και ψυχική του υγεία είναι χαρακτηριστικές όταν ο αθλητής ξεκινήσει τη μετάβασή του προς τη συνταξιοδότηση. Η άσκηση που έκαναν για το άθλημά τους ήταν προσαρμοσμένη ειδικά για το άθλημά τους, αλλά "οι αθλητές μπορεί να μην κατανοούν πλήρως τη σημασία της συνεχούς ενασχόλησης με την καρδιαγγειακή προπόνηση και την προπόνηση φυσικής κατάστασης μετά την αποχώρησή τους από το άθλημά τους για τη μακροπρόθεσμη υγεία τους" (Esopenko et al., 2020). Αυτοί οι αθλητές έχουν κάνει συνήθεια να ενσωματώνουν τη σωματική δραστηριότητα στη ζωή τους λόγω του αθλητισμού τους, αλλά αν η κινητήρια δύναμη του αθλήματός τους αφαιρεθεί από τη ζωή τους, είναι πιθανό κάποιοι από αυτούς να σταματήσουν την άσκηση. Εξαιτίας αυτού, ανάλογα με τα επίπεδα, την ηλικία και τα ταλέντα τους πριν από τη συνταξιοδότηση, μπορεί να αντιμετωπίσουν ορισμένα προβλήματα με την υγεία τους.

Μόλις ένας αθλητής αποσυρθεί από το άθλημά του, όχι μόνο πιθανότατα θα χάσει μέρος της επιθυμίας για άσκηση, αλλά πιθανότατα θα χάσει και κάποια πτυχή της αίσθησης του εαυτού του. Αυτή η πτυχή εξαρτάται από το πόσο καιρό έχουν ασχοληθεί με τη δραστηριότητα και από το πόσο προσωπικά συνδέονται με την κοινότητα που την περιβάλλει. Οι αθλητές που αφιερώνουν ολόκληρη τη ζωή τους στο άθλημά τους μπορεί να μην ξέρουν ποιοι είναι έξω από αυτό, γι' αυτό η αποχώρηση από το άθλημά τους μπορεί να είναι επιζήμια για την ψυχολογική τους ταυτότητα. Σύμφωνα με τους Park et al. (2012), έρευνα που διεξήχθη για τη μετάβαση της σταδιοδρομίας των αθλητών μακριά από τον αθλητισμό «αποκάλυψε ότι οι συνταξιούχοι αθλητές βίωσαν απώλεια ταυτότητας όταν είχαν ισχυρή αθλητική ταυτότητα τη στιγμή του τερματισμού της αθλητικής τους σταδιοδρομίας και χρειάζονταν μεγαλύτερο χρονικό διάστημα του χρόνου προσαρμογής στη μετα-αθλητική ζωή». Λόγω του γεγονότος ότι έχουν περάσει το μεγαλύτερο μέρος της ζωής τους συμμετέχοντας στο άθλημά τους, γνωστοί αθλητές θα δυσκολευτούν περισσότερο τη μετάβαση στη ζωή μετά τη συνταξιοδότηση από νεότερους αθλητές με λιγότερη εμπειρία. Λόγω του γεγονότος ότι οι αθλητές απλά δεν ξέρουν ποιοι είναι εκτός του αθλήματός τους, η απόσυρση από ένα πάθος που ήταν μέρος της ζωής τους όλη τους τη ζωή θα μπορούσε να έχει σημαντικές ψυχολογικές επιπτώσεις.

Η απόφαση των αθλητών να εγκαταλείψουν το άθλημά τους για διάφορους λόγους δεν επηρεάζει μόνο τους ίδιους τους αθλητές αλλά και τους γονείς, τους συζύγους και τους προπονητές τους. Οι συνεργάτες χάνουν τη συνήθεια να παρακολουθούν τον αθλητή τους σε προπονήσεις και αγώνες και οι προπονητές χάνουν έναν μαθητή καθώς και κάποιον για τον οποίο είναι περήφανοι. Επομένως, οι γονείς, οι συνεργάτες και οι προπονητές του αθλητή πρέπει επίσης να προσαρμοστούν σε αυτή τη νέα αλλαγή την ίδια στιγμή που ο αθλητής περνάει τη μετάβαση στη συνταξιοδότηση. Υπήρχαν περιπτώσεις που οι γονείς και οι σύντροφοι του αθλητή ένιωθαν ότι η σχέση τους με τον αθλητή ήταν μακρινή ή ασύνδετη κατά τη διάρκεια της συνταξιοδότησης. Ωστόσο, οι γονείς και οι σύντροφοι εξιστόρησαν επίσης περιπτώσεις στις οποίες ένιωσαν κοντά στον αθλητή και η μετάβαση φάνηκε να είναι περισσότερο μια κοινή εμπειρία για όλους τους εμπλεκόμενους (Brown et al., 2019). Ως αποτέλεσμα της απόφασης του αθλητή τους να αποσυρθεί, οι γονείς, οι σύζυγοι και οι προπονητές

μπορεί να έρθουν πιο κοντά στον αθλητή για να υποστηρίξουν την επιλογή που τους αλλάζει τη ζωή και όλοι μπορεί να μάθουν να προσαρμόζονται μαζί.

Η μετάβαση, όπως και όλες οι άλλες μεταπτώσεις που περνούν κατά τη διάρκεια της χρονικής περιόδου, θα διευκολυνθούν εάν οι άνθρωποι κατανοήσουν αυτές τις συνέπειες για τον αθλητή ενώ αποσύρεται από το άθλημά του. Οι αθλητές θα πρέπει να γνωρίζουν ότι η μετάβαση από τον ανταγωνιστικό στίβο μπορεί να είναι μια σταδιακή διαδικασία και ότι δεν χρειάζεται να εγκαταλείψουν το άθλημά τους αμέσως. Η προσαρμογή στον τρόπο ζωής ενός συνταξιούχου αθλητή μπορεί να περιλαμβάνει τη συμμετοχή σε λιγότερους αγώνες, την ενασχόληση με λιγότερο επίπονες προπονήσεις ή το να επιτρέψουν στον εαυτό τους μια μέρα ξεκούρασης. Σε περίπτωση που ένας αθλητής αποσυρθεί από το άθλημά του, δεν θα μπορεί πια να συμπεριλάβει την τακτική του άσκηση στο πρόγραμμα του αθλήματός του. Ως αποτέλεσμα, από τη στιγμή που ένας αθλητής αποσυρθεί από το συγκεκριμένο άθλημά του, θα πρέπει να αρχίσει να ψάχνει για πιο γενικές ρουτίνες προπόνησης και άσκησης προκειμένου να παραμείνει ενεργός στα τελευταία του χρόνια (Σαρρής, 2019).

Την ίδια στιγμή που οι αθλητές ανακαλύπτουν πώς να διατηρούνται σε φόρμα εκτός του αθλήματός τους, πρέπει επίσης να καταλάβουν ποιοι είναι ως άτομα. Το να βρουν ποιοι είναι εκτός του αθλήματός τους είναι πιθανό να είναι η πιο δύσκολη πρόκληση που θα αντιμετωπίσουν μετά την απόσυρσή τους από το άθλημά τους. Αυτή η κίνηση θα ήταν πιο δύσκολη για τους ελίτ και επαγγελματίες αθλητές που αφιερώνουν τη ζωή και την καριέρα τους στο άθλημά τους, αλλά ακόμη και οι ερασιτέχνες παίκτες που παίζουν για μεγάλο χρονικό διάστημα μπορεί να αντιληφθούν τη μετάβαση. Μια λύση θα ήταν να μην αποκοπούν εντελώς από την κοινότητα και αντ' αυτού να προσπαθήσουν να περάσουν χρόνο με τους συνομηλίκους τους που δεν συμμετέχουν στο άθλημα.

Οι αθλητές μπορούν να διατηρήσουν τη σύνδεσή τους με την κοινότητά τους διατηρώντας επαφή με τους συμπαίκτες τους. Επιπλέον, είναι σημαντικό να διατηρεί κανείς σχέσεις με τους γονείς, τους συνεργάτες και τους εκπαιδευτές του. Η μετάβαση στη συνταξιοδότηση θα πρέπει να είναι ήσυχη και απλή εάν τα αγαπημένα πρόσωπα του αθλητή και η κοινότητα είναι εκεί για να τον στηρίξουν.

Το να ξεκινούν την αθλητική τους σταδιοδρομία, να ανεβαίνουν στις τάξεις και τελικά να το εγκαταλείπουν είναι όλα ορόσημα στην πορεία προς μια επιτυχημένη καριέρα για κάθε αθλητή. Όλοι θα βοηθηθούν στη μετάβασή τους εάν έχουν καλύτερη κατανόηση αυτών των επιπτώσεων και των αποτελεσμάτων τους, κάτι που θα επιτρέψει ένα καλύτερο αποτέλεσμα και λιγότερες τύψεις και δυσάρεστα συναισθήματα σχετικά με τη συνταξιοδότηση. Όταν κάποιος φτάνει σε αυτό το σημείο της αθλητικής του καριέρας, δεν χρειάζεται λύπη ή απροθυμία γιατί είναι μια φυσική εξέλιξη που περνούν όλοι οι αθλητές.

Το τελευταίο χρονικό διάστημα, έχει δημιουργηθεί μια συζήτηση σχετικά με την αναγκαιότητα παροχής κατάρτισης σε επαγγελματίες αθλητές κατά τη διάρκεια της ακμής της σταδιοδρομίας τους. Υπάρχουν ποδοσφαιρικές ακαδημίες, όπως ο Άγιαξ, που πρεσβεύουν μια διαφορετική μέθοδο διδασκαλίας των παιδιών αθλητών. Αυτές οι ακαδημίες παρέχουν στους μαθητές τους εκπαίδευση εκτός από την αθλητική εκπαίδευση, και τους καθιστούν ξεκάθαρο, ότι, πολύ λίγοι αθλητές θα καταφέρουν να ζήσουν από το ποδόσφαιρο, αλλά από την άλλη, ακόμη και αυτοί θα πρέπει να είναι έτοιμοι για νέα βήματα όταν τελειώσει η αθλητική τους πορεία. Άλλωστε, δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι το τριάντα πέντε τοις εκατό των πρώην ποδοσφαιριστών εμφανίζουν συμπτώματα κατάθλιψης αμέσως μετά τη λήξη της καριέρας τους (Σαρρής, 2019).

«Ως ποδοσφαιριστής, όταν είσαι 20, νιώθεις άφθαρτος», είπε ο Τζόρτζιο Κιελίνι, έμπειρος αμυντικός της Γιουβέντους, σε συνέντευξη που δόθηκε για να υποστηρίξει την πρωτοβουλία Mind the Gap, η οποία στοχεύει να προετοιμάσει τους ποδοσφαιριστές για τη στιγμή που θα τελειώσει η καριέρα τους. Η πρωτοβουλία Mind the Gap στοχεύει να προετοιμάσει τους ποδοσφαιριστές για τη στιγμή που τελειώνει η καριέρα τους, τονίζοντας ότι δεν υπάρχει όριο στο τι μπορείς να πετύχεις στο ποδόσφαιρο. Ο μεγάλος ποδοσφαιριστής τονίζει ότι:

«Όταν φτάσεις στα 35, όμως, είναι πιθανό να έχεις φτάσει στο τέλος της καριέρας σου. Μετά από αυτό, έχετε την υπόλοιπη ζωή σας μπροστά σας και δεν αρκεί απλώς να μπορείτε να παίξετε ποδόσφαιρο. Μια δουλειά στο ποδόσφαιρο είναι δύσκολο να βρεθεί για τους περισσότερους ανθρώπους. Η κατάθλιψη είναι πάντα μια πιθανότητα, και πολλοί άνθρωποι έχουν οικονομικές δυσκολίες όχι μόνο επειδή δεν

έχουν σκεφτεί επαρκώς τι πρόκειται να κάνουν στο μέλλον, αλλά και επειδή δεν έχουν διευρύνει το μυαλό τους μέσω της επιδίωξης της εκπαίδευσης. Αν θέλετε να είστε επιτυχημένοι ως επαγγελματίες ποδοσφαιριστές, πρέπει να αρχίσετε να σκέφτεστε τη ζωή πέρα από το ποδόσφαιρο όσο το δυνατόν νωρίτερα στην καριέρα σας, όχι όσο πιο αργά γίνεται.»

Ενώ έπαιζε για τη Γιουβέντους, ο Κιελίνι συνέχισε τις σπουδές του, αποκτώντας πτυχία στα οικονομικά και μεταπτυχιακό στη διοίκηση επιχειρήσεων. Το πρόγραμμα Mind the Gap είναι μια πρωτοβουλία της FIFPRO, η οποία είναι η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ποδοσφαιριστών. Το πρόγραμμα αυτό υποστηρίζεται από τον ίδιο και συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ (Σαρρής, 2019).

Η Iris Schlapendel, πρώην Ολλανδή πρωταθλήτρια ποδηλασίας, ακολούθησε μια καριέρα στο σχέδιο μόδας κατά τη διάρκεια της καριέρας της με σκοπό να σχεδιάσει ποδηλατικά ρούχα και εξοπλισμό. «Οι προπονητές μου μου έλεγαν συνεχώς, "Iris, παράτα να κάνεις ό,τι άλλο κάνεις και επικεντρώσου στην ποδηλασία. Πάντα αγνόησα τις συμβουλές τους.» Ο Peter Enkelman, πρώην τερματοφύλακας της Aston Villa, δήλωσε ότι ήταν μεταξύ της πλειοψηφίας των ποδοσφαιριστών που ζούσαν σε μια «φούσκα» όταν έπαιζαν ενεργά στο άθλημα: «Υπάρχει μια συγκεκριμένη νοοτροπία που επικρατεί στα αποδυτήρια. Μεταξύ 17 και 36 ετών, δεν σκέφτεσαι πολύ το μέλλον. Όσο έχεις δουλειά στο ποδόσφαιρο, ξεχνάς τα πάντα και η μόρφωση αποκλείεται εντελώς.» Ωστόσο, ο Enkelman, μετά από προσωπική προσπάθεια εργάζεται επί του παρόντος στην DHL στη Φινλανδία.

Τα ευρήματα αυτής της μελέτης, τα οποία διεξήχθησαν από τον καθηγητή David Lavalley του Πανεπιστημίου Abertay στη Σκωτία και δημοσιεύθηκαν στο Journal of Loss and Trauma, επικεντρώνονται στη σημασία της λήψης κατάλληλης εκπαίδευσης. Κατά τη διάρκεια τριών ετών, ο καθηγητής παρατήρησε 632 άτομα να αγωνίζονται στο Αυστραλιανό Ράγκμπι Λιγκ. Ανακάλυψε ότι όσοι αθλητές είχαν σπουδάσει για δεύτερη θέση, εκτός από τις αθλητικές τους αναζητήσεις, είχαν περισσότερες πιθανότητες να έχουν ανώτερες αθλητικές επιδόσεις. Σύμφωνα με την έρευνά του, τα άτομα που προετοιμάζονται για τη μετάβαση έχουν μεγαλύτερη και πιο επιτυχημένη καριέρα στον αθλητισμό, καθώς και πιο τακτική συμμετοχή στους αγώνες. Από την έρευνα προκύπτει ότι τα υψηλότερα επίπεδα συμμετοχής στον προγραμματισμό πριν από τη

συνταξιοδότηση συνδέονται θετικά με την επιλογή από την ομάδα, τη θητεία στην ομάδα και τη διάρκεια της σταδιοδρομίας. Επιπρόσθετα, ανακαλύφθηκε ότι ο προγραμματισμός επέβαλε την επίδρασή του στην απόδοση μέσω της εμπειρίας των επαγγελματιών από την αλλαγή εργασίας και του αριθμού των συνεδριών υποστήριξης που παρακολούθησαν οι αθλητές (Σαρρής, 2019).

Η έρευνα εμπνεύστηκε από ένα συνέδριο που διεξήχθη στο Άμστερνταμ πριν από λίγους μήνες με το όνομα World Players Development Conference. Περίπου εκατό άτομα, συμπεριλαμβανομένων ειδικών στην παιδική ανάπτυξη, στελεχών από ποδοσφαιρικές ενώσεις σε 47 διαφορετικές χώρες, ιατρών και επιστημόνων, συζήτησαν όλες τις νέες προσεγγίσεις που ασχολούνται με τους αθλητές σε παγκόσμια κλίμακα και δίνουν προσοχή σε τομείς όπως η εκπαίδευση, τα προσωπικά ενδιαφέροντα και ψυχική υγεία, τομείς που, όπως κατέστησαν σαφές οι δηλώσεις του Schlapendel, είχαν αγνοηθεί για αρκετό καιρό μέχρι πολύ πρόσφατα. Οι περιπτωσιολογικές μελέτες που παρασχέθηκαν κατέστησαν απολύτως προφανές ότι το επίπεδο καλλιέργειας και προετοιμασίας ενός αθλητή σχετίζεται άμεσα με τον αριθμό των ταλέντων που αποκτά, όχι κυρίως για την μελλοντική, αλλά και για την παροντική του επίδοση. Η προσπάθεια να ανταποκριθεί στις καταστάσεις που θα αντιμετωπίσει, η ικανότητά του να χρησιμοποιεί καλύτερα τον εαυτό του και να λειτουργεί υπό συνθήκες μεγάλης πίεσης, ψυχολογικού και σωματικού στρες και έντονης ανταγωνιστικότητας διαμορφώνονται διαφορετικά. Η προπόνηση σε περιβάλλοντα διαφορετικά από αυτά που συνήθως συνδέονται με ένα συγκεκριμένο άθλημα είναι ζωτικής σημασίας σε κάθε στάδιο της καριέρας ενός αθλητή.

Η τρέχουσα πορεία δείχνει ότι τα επόμενα χρόνια, αυτή η πιο ολιστική προσέγγιση θα γίνει ολοένα και πιο δημοφιλής. Το επίπεδο κάθε αθλητή θα ανέβει συνολικά, γεγονός που θα προκαλέσει αύξηση του όγκου των δεδομένων (Σαρρής, 2019).

5.Μετάβαση και διπλή καριέρα

Η ολοκλήρωση της καριέρας ενός αθλητή στο άθλημα που έχει επιλέξει είναι ένα φυσικό και αναπόφευκτο στάδιο στην εξέλιξη της ζωής του ως αθλητή. Η έννοια της «μετάβασης» έχει λάβει μεγάλη προσοχή τις τελευταίες δεκαετίες. Αυτή η προσοχή έχει επικεντρωθεί σε μια ποικιλία θεμάτων, όπως η ανάπτυξη του κύκλου ζωής ενός

ατόμου, ο επαγγελματικός προγραμματισμός, οι εκπαιδευτικές διαδικασίες, η κοινωνική υποστήριξη (Cutrona & Russell, 1990) και οι μεταβάσεις που έρχονται με τη γήρανση και τη συνταξιοδότηση. Από τις αρχές της δεκαετίας του 1970 και τα πρώτα έτη της δεκαετίας του 1980, οι ερευνητές έδειξαν σημαντικό ενδιαφέρον για την έννοια της μετάβασης στον τομέα της αθλητικής ψυχολογίας. Οι ερευνητές στην ψυχολογία και τις κοινωνικές επιστήμες ενδιαφέρθηκαν πρωτίστως για το πώς οι επαγγελματίες αθλητές μπορούν να αντιμετωπίσουν την προοπτική της συνταξιοδότησης και την ολοκλήρωση της ανταγωνιστικής τους σταδιοδρομίας υψηλού επιπέδου στον αθλητισμό. Το επίκεντρο της έρευνας στη συνέχεια χωρίστηκε σε τρεις διακριτές περιόδους (τα πρώτα χρόνια, τα μεσαία και τα μεταγενέστερα χρόνια), κατά τις οποίες η ολοκλήρωση μιας αθλητικής σταδιοδρομίας θεωρήθηκε ως ένα μοναδικό γεγονός, το οποίο επανεκτιμήθηκε ως μέρος μιας μεταβατικής διαδικασίας από τους ερευνητές (Wylleman et al., 2004), (Μηνούδης, 2017).

Σύμφωνα με τους Alferman και Stambulova (2007), η σταδιοδρομία στον αθλητισμό είναι μια πολυετής προσπάθεια παάνω από όλα αθλητική, που αναλαμβάνεται από ένα άτομο με την πρόθεση να αξιοποιήσει πλήρως τις δυνατότητες του όσον αφορά τις αθλητικές του ικανότητες. Απεναντίας, ο Bloom (1985) αναφέρει την αθλητική σταδιοδρομία ως μια μετάβαση που αποτελείται από τρία στάδια: τα «πρώιμα» χρόνια, τα οποία τονίζονται από τον προσανατολισμό της διαδικασίας, τη γονεϊκή υποστήριξη και την εκπαίδευση, τα «μεσαία» έτη, τα οποία τονίζονται από την προσπάθεια για την επίτευξη στοχευμένης απόδοσης και απαίτηση δέσμευσης που αυξάνεται ολοένα και περισσότερο στο άθλημα, καθώς και τα «τελευταία» χρόνια, κατά τα οποία οι αθλητές κατά κάποιο τρόπο γίνονται ειδικοί και ένα μεγάλο μέρος της ζωής τους το θυσιάζουν στον αθλητισμό (Μηνούδης, 2017).

Στη συνέχεια, η μελέτη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η καριέρα στον αθλητισμό μπορεί να θεωρηθεί μία αλυσίδα από διαδοχικές μεταβάσεις. Αυτές οι μεταβάσεις είναι φάσεις ή γεγονότα που μπορούν να ληφθούν ως σημεία καμπής, επειδή συντελούν σε μια αναθεώρηση για τον εαυτό και τον κόσμο τους και, ως αποτέλεσμα, απαιτούν αντίστοιχη διαφοροποίηση σε επίπεδο συμπεριφορών και σχέσεων. Αυτές οι μεταβάσεις μπορούν να κατηγοριοποιηθούν είτε ως θετικές είτε ως αρνητικές. Σύμφωνα με τους Baillie και Danish (1992), η ολοκλήρωση μιας καριέρας στον αθλητισμό και η

μετάβαση από το ένα στάδιο στο άλλο θεωρούνται προκλητικές και αποπροσανατολιστικές για μεγάλο αριθμό αθλητών, με την εμπειρία να είναι ιδιαίτερα επιβαρυντική για πολλούς επαγγελματίες αθλητές, ειδικά εκείνους που κατατάσσονται στην αθλητική ελίτ (Μηνούδης, 2017).

Η πρόοδος των αθλητών συνήθως επιταχύνεται από την ολοκλήρωση ενός ή περισσότερων αγώνων. Σύμφωνα με τους Wylleman και Lavallee (2004), υπάρχουν δύο διαφορετικά είδη μεταβάσεων που αναφέρονται στη βιβλιογραφία: κανονιστικές μεταβάσεις και μη κανονιστικές μεταβάσεις. Όταν ένας αθλητής περνά από μια μετάβαση που θεωρείται φυσιολογική, μετακινείται από τη μία φάση στην άλλη, με αποτέλεσμα να γίνεται μια προβλέψιμη διαδικασία. Οι ρυθμιστικές μεταβάσεις είναι κομμάτι μιας συγκεκριμένης ακολουθίας συμβάντων ή αλλαγών που έχουν να κάνουν με τη κοινωνικοποίηση ενός ατόμου. Αυτή η ακολουθία περιλαμβάνει βιολογικά, κοινωνικά και συναισθηματικά συμβάντα. Αυτές οι αλλαγές δεν συμβαίνουν σκόπιμα ή με προκαθορισμένη σειρά. Μάλλον, είναι το άμεσο αποτέλεσμα βασικών γεγονότων στη ζωή ενός ατόμου. Ο όρος "μη κανονιστικές μεταβάσεις" αναφέρεται σε περιστατικά όπως η διακοπή του αγωνίσματος για το έτος ως αποτέλεσμα τραυματισμού, αλλαγής προπονητή ή μεταγραφής σε άλλη ομάδα. Μπορεί επίσης να αναφέρεται σε μεταβάσεις που αναμένονταν αλλά δεν πραγματοποιήθηκαν, όπως η απουσία πραγματοποίησης ή συμμετοχής στους Ολυμπιακούς Αγώνες (Μηνούδης, 2017).

Παρά το γεγονός ότι τα ανταγωνιστικά αθλήματα υπόκεινται, ως επί το πλείστον, σε τυχαία αποτελέσματα, διακρίνονται από μεταβάσεις στους κανόνες που είτε συμβαίνουν φυσικά είτε ενορχηστρώνονται σκόπιμα. Σύμφωνα με τους Wylleman & Lavallee (2004) το πρώτο επίπεδο μεταβάσεων αφορά την ηλικία στην οποία ένας αθλητής μετακινείται από ένα χαμηλότερο σε ένα υψηλότερο επίπεδο, το δεύτερο επίπεδο καθορίζεται από τα δομικά και οργανωτικά χαρακτηριστικά κάθε αθλήματος και το τρίτο επίπεδο αναφέρεται στο πόσο είναι βελτιωμένες οι επιδόσεις που επιτρέπουν στους αθλητές να μεταβούν από το τοπικό επίπεδο αρχικά στο εθνικό και ακολούθως στο παγκόσμιο επίπεδο. Σε διαφορετική προοπτική, η Stambulova (2000) περιγράφει μια αθλητική σταδιοδρομία στη βάση διακριτών και προβλέψιμων επιπέδων και μεταβάσεων. Αυτά τα στάδια και οι μεταβάσεις περιλαμβάνουν την αρχική εξειδίκευση ενός αθλητή στο άθλημα, μια μετάβαση στην εντατική προπόνηση, μια

μετάβαση σε αθλήματα υψηλής απόδοσης, μια μετάβαση στον επαγγελματικό αθλητισμό μέσω του ερασιτεχνικού, μια μετάβαση με διαδοχικά βήματα στην κορύφωση και τον τερματισμό της αθλητικής του καριέρας. Οι προηγούμενες αλλαγές είναι άμεσα συνδεδεμένες με το εν λόγω άθλημα, αλλά και οι αθλητές επηρεάζονται και άλλες μεταβάσεις οι οποίες δεν αφορούν καθόλου τον αθλητισμό καθώς περνούν τη φάση της ωρίμανσης.

Η σύναψη μιας σχέσης ή μιας καριέρας σε ένα άθλημα μπορεί να είναι ένα αγχωτικό γεγονός, αλλά μελέτες έχουν δείξει ότι ένα τέτοιο συμπέρασμα μπορεί επίσης να παρουσιάσει μια ευκαιρία για κοινωνική ανανέωση. Έχει παρατηρηθεί μια κινητικότητα το τελευταίο διάστημα με διάφορες ενέργειες και με προγράμματα για την ενεργή συμμετοχή των αθλητών στον τομέα της κοινωνίας και της επαγγελματικής ζωής αφού τερματίσουν την αθλητική τους πορεία ή σε σχέση με την επαγγελματική και αθλητική τους σταδιοδρομία. Αυτή η αλλαγή προέκυψε ως αποτέλεσμα της αυξανόμενης συνειδητοποίησης της ανάγκης να βοηθηθούν οι αθλητές να μεταβούν στη ζωή μετά τον αθλητισμό (Μηνούδης, 2017).

Η διπλή σταδιοδρομία στον αθλητισμό είναι μια έκφραση ενθάρρυνσης προς εκείνους τους αθλητές, οι οποίοι είχαν ένα επιτυχημένο ξεκίνημα, εξέλιξη και επίτευξη μιας υψηλού επιπέδου αθλητικής διαδρομής, να εκπαιδευτούν ταυτόχρονα, ώστε στη συνέχεια να ενσωματώσουν έναν κοινωνικό ρόλο στην και να διασφαλίσουν ένα εισόδημα που να είναι ικανοποιητικό για αυτούς (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 2013). Το Dual Career in Sports ενθαρρύνει τους αθλητές που είχαν ένα επιτυχημένο ξεκίνημα, εξέλιξη και ολοκλήρωση μιας ελίτ αθλητικής καριέρας να συνδυάσουν την εκπαίδευσή τους ταυτόχρονα. Ο όρος «διπλή καριέρα» παραπέμπει στη δυσκολία εξισορρόπησης της καριέρας στον αθλητισμό με ένα άλλο επάγγελμα ή σπουδές ταυτόχρονα. Η διπλή καριέρα περιλαμβάνει την επιδίωξη επαγγελματικών και αθλητικών προσπαθειών ταυτόχρονα και συχνά διαρκεί από δέκα έως είκοσι χρόνια. Χρήζει σημαντικότητας όλα τα μοντέλα να επιδεικνύουν μια άμεση σύνδεση μεταξύ των μετασχηματισμών που λαμβάνουν χώρα στην αθλητική καριέρα ενός ατόμου και των μεταβάσεων που λαμβάνουν χώρα σε άλλες πτυχές της ζωής τους ταυτόχρονα (Μηνούδης, 2017).

Οι Pallares et al. (2011) διαφοροποιούν τους αθλητές μεταξύ τριών διαφορετικών τύπων σταδιοδρομίας: α) τη γραμμική, κατά την οποία δίνεται από τον

αθλητή η μέγιστη σημασία στην αθλητική του καριέρα και αφιερώνεται σε αυτήν· β) τη σύγκλιση, στην οποία ο αθλητής δίνει ύψιστη προτεραιότητα στην αθλητική του καριέρα, αλλά ταυτόχρονα ασχολείται και με άλλη δραστηριότητα (εργασία ή σπουδές). και γ) την παράλληλη σταδιοδρομία, στην οποία ο αθλητής αποδίδει την ίδια σημασία και βαρύτητα και στα δύο. Σύμφωνα με αυτή τη λογική, μια Διπλή Σταδιοδρομία για έναν μόνο αθλητή μπορεί να θεωρηθεί ότι είναι τόσο συγκλίνοντος όσο και παράλληλου τύπου (Μηνούδης, 2017).

Οι απαιτήσεις που τίθενται σε έναν επαγγελματία και υψηλού επιπέδου αθλητή σε συνδυασμό με το άθλημά του ενδέχεται να είναι αρκετά υψηλές, υποχρεώνοντας τους να δείχνουν όλο και αυξανόμενα ενέργεια και χρόνο για να βελτιώσουν την απόδοσή τους σε αυτό το στοιχείο σε σύγκριση με διάφορες εκφάνσεις της ζωής τους. Ωστόσο, οι άνθρωποι που έχουν ένα πολύ καλό εισόδημα από τον αθλητισμό είναι πολύ λίγοι, και αυτοί που μπορούν να βασιστούν στις ρυθμίσεις που έχει κάνει το κράτος για την οικονομική τους υποστήριξη μόλις τελειώσουν την καριέρα τους στον αθλητισμό είναι ακόμη λιγότεροι. Αυτά τα δεδομένα υπογραμμίζουν ακόμη περισσότερο την αναγκαιότητα για τους αθλητές είτε να έχουν διπλή καριέρα είτε δευτερεύον άθλημα (Μηνούδης, 2017).

Χρειάζονται περίπου δέκα χρόνια για να δημιουργηθεί η απαραίτητη εμπειρία για μια καριέρα στα ελίτ αθλήματα και άλλα πέντε έως δέκα χρόνια αγώνων και ανταγωνισμού σε υψηλό επίπεδο απόδοσης απαιτούνται για αυτήν την εξέλιξη και πρόοδο. Παρότι η εξέλιξη ακολουθεί μια συνεχή πορεία, οι αθλητές πολλές φορές αναφέρουν τις δικές τους αθλητικές σταδιοδρομίες με όρους συνθηκών επιτυχημένων γεγονότων (όπως όταν επιλέχθηκαν για πρώτη φορά σε μια εθνική ομάδα, όταν πέτυχαν μια νίκη σε έναν αγώνα ή όταν τους συνέβη ένας σοβαρός τραυματισμός) ή μη πραγματοποιημένα γεγονότα, τα οποία είναι γεγονότα που αναμενόταν να πραγματοποιηθούν αλλά τελικά δεν έλαβαν χώρα (Wylleman et al., 2004) (Μηνούδης, 2017).

Οι αθλητές έρχονται σε πρώτη επαφή με τις μεταβάσεις σε ηλικία μεταξύ 6 και 8 ετών και απαιτείται να προσαρμοστούν σε νέες συνθήκες ή σενάρια. Μπορεί, για παράδειγμα, να συμμετέχουν σε ένα άθλημα που είναι οργανωμένο και ανταγωνιστικό, να προπονούνται σε υψηλή ένταση, να αγωνίζονται σε υψηλότερο επίπεδο και να τα

πραγματοποιούν όλα αυτά προς την ολοκλήρωση της καριέρας πριν επιστρέψουν στην επαγγελματική και κοινωνική ζωή εκτός αθλητισμού. Σύμφωνα με το μοντέλο κύκλου ζωής των Acosta et al (2007), τα ακόλουθα είναι τα πέντε συγκεκριμένα στάδια που ακολουθούνται από μια καριέρα πάνω στον αθλητισμό με αυτή τη σειρά:

Έναρξη καριέρας στον αθλητισμό: Σε μια ορισμένη ηλικία, συνήθως μεταξύ 8 και 10 χρονών, όταν σε ένα παιδί διακρίνεται το ταλέντο του, ενώ παράλληλα οι γονείς του παίρνουν την απόφαση να επικεντρωθούν στις αθλητικές ικανότητες του παιδιού, το παιδί θα πάρει την απόφαση να συμμετάσχει σε ένα άθλημα. Σε αυτό το σημείο, ο ανταγωνισμός είναι σημαντικά μειωμένος.

Ανάπτυξη: Ο αθλητής εργάζεται πάντα για να βελτιώσει τις δεξιότητές του σε αυτό το στάδιο και αρχίζει να παίρνει μια γεύση του πώς είναι να ζεις έναν αθλητικό τρόπο ζωής. Παίρνει μέρος σε πρωταθλήματα για παιδιά και εφήβους για να δείξει την ανάπτυξή του και να αποκτήσει αυτοπεποίθηση ότι είναι έτοιμος να πάει στο επόμενο επίπεδο. Είναι ζωτικής σημασίας να επισημανθεί ότι όλο αυτό το διάστημα ο αθλητής συνεχίζει το σχολείο και την προπόνησή του, ενώ παράλληλα οφείλει να κατανοήσει τη διάκριση που υφίσταται, να αγωνίζεται για ψυχαγωγία και για επιτυχίες (Μηνούδης, 2017).

Εξειδίκευση σε ένα άθλημα: στο σημείο αυτό, η ποσότητα και το επίπεδο των αγώνων αυξάνονται διαρκώς, απότοκος του οποίου είναι ο επαγγελματίας αθλητής να καλείται να διατηρήσει το όποιο ανταγωνιστικό πλεονέκτημα απέκτησε και ανέκτησε στη διάρκεια της εξέλιξής του. Οι αθλητές οφείλουν τώρα να διατηρηθούν στο πιο υψηλό αγωνιστικό επίπεδο, ενώ πλαισιώνονται από επαγγελματίες προπονητές, γυμναστές, φυσιοθεραπευτές, πράκτορες, αλλά και οικονομικών συμβούλων. Αυτό είναι κάτι που κάνουν προσπαθώντας να διατηρηθούν στο υψηλότερο επίπεδο ανταγωνισμού. Σε αυτή τη συγκυρία, είναι απαραίτητο να συμμετέχουν σε τουρνουά τόσο σε εθνικό όσο και σε διεθνές επίπεδο.

Η μετακόμιση σε ένα νέο μέρος, η προσαρμογή σε ένα καινούριο κοινωνικό περίγυρο, η υιοθέτηση ενός νέου τρόπου ζωής και κουλτούρας είναι μερικές μόνο από τις πολυάριθμες αλλαγές ζωής που υφίστανται οι επαγγελματίες αθλητές καθώς κάνουν τη μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση και από τον ερασιτεχνικό στον επαγγελματικό αθλητισμό. Τα τελευταία χρόνια αυτού του σταδίου είναι όταν ένας

αθλητής αντιλαμβάνεται ότι η αθλητική του σταδιοδρομία και εξέλιξη δεν διαρκούν εφ' όρου ζωής, τότε αρχίζει να ορματίζεται και τις μέλλουσες συνθήκες.

Πτώση αθλητικής σταδιοδρομίας: μέσα από την αθλητική αντίληψη ότι οι προσπάθειές του να παραμείνει στο πιο υψηλό επίπεδο είναι ανεφάρμοστες, ο αθλητής οφείλει να πάρει τη δύσκολη απόφαση να αποσυρθεί από την αθλητική του καριέρα (Μηνούδης, 2017).

Μετά την ολοκλήρωση της αθλητικής του καριέρας, ξεκινά ένα νέο κεφάλαιο στη ζωή του. Οι Wylleman και Lavalle (2004) εφάρμοσαν ένα πρότυπο διάρκειας ζωής αναφορικά με αθλητές, το οποίο αναφέρεται στο διαδραστικό και αμοιβαίο χαρακτήρα της αθλητικής ανάπτυξης μέσα από τέσσερις τομείς (αθλητικό, ψυχολογικό, κοινωνικό και ακαδημαϊκό), τις ρυθμιστικές μεταβάσεις που συμβαίνουν σε καθένα από αυτά.

Ένα ακόμη αναπτυξιακό μοντέλο το οποίο προτάθηκε έχει τέσσερα επίπεδα. Εστιάζει στο γεγονός ότι να αναδεικνύει τις μεταβάσεις που περνάει ένας αθλητής κατά τη διάρκεια της εξέλιξής του. Περιέχει επίσης τις φάσεις έναρξης, ανάπτυξης και εξειδίκευσης που περιγράφει ο Bloom (1985), καθώς και μια διακοπή-ασυνέχεια. Οι αθλητές συνήθως κάνουν τις ακόλουθες μεταβάσεις σε όλη τη διάρκεια της καριέρας τους:

α) μετάβαση στη συμμετοχή σε οργανωμένα ανταγωνιστικά αθλήματα μεταξύ 6 και 7 ετών.

β) μετάβαση σε συμμετοχή σε πρόγραμμα εντατικής εκπαίδευσης και αγώνων μεταξύ 12 και 13 ετών

γ) μετάβαση σε υψηλό ή ελίτ επίπεδο αθλητικής συμμετοχής μεταξύ 18 και 19 ετών

δ) απόσυρση από τα ανταγωνιστικά αθλήματα μεταξύ 28 και 30+ ετών

(Wylleman & Lavalle, 2004)

Τα διαστήματα κατηγορίας ηλικιών είναι ένας μέσος όρος που έχουν υπολογιστεί με βάση τα δεδομένα μεγάλου αριθμού αθλητών που αγωνίζονται σε διάφορα αθλήματα.

Το δεύτερο επίπεδο του μοντέλου ανάπτυξης απεικονίζει τα κανονιστικά στάδια που λαμβάνουν χώρα σε ψυχολογικό επίπεδο, καθώς και τις μεταβάσεις που λαμβάνουν χώρα μεταξύ τους. Αποτελείται από τρία διαφορετικά στάδια ανάπτυξης: την παιδική ηλικία (μέχρι την ηλικία των 12 ετών), την εφηβεία (13 έως 18 ετών) και την ενήλικη ζωή (19 ετών και άνω) (Rise, 1998).

Οι αλλαγές που συντελούνται στην κοινωνική ανάπτυξη των αθλητών ως άμεσο αποτέλεσμα της ενασχόλησής τους με τον αθλητισμό αντιπροσωπεύονται στο τρίτο επίπεδο. Στο τελικό στάδιο διακρίνονται όλα τα μοναδικά στάδια, καθώς και τα περάσματα στο επαγγελματικό και ακαδημαϊκό επίπεδο. Από πρακτική άποψη, αναδεικνύει τις μεταβάσεις ενός ατόμου στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση στην ηλικία των έξι ετών, στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση μεταξύ δώδεκα και δεκατριών ετών και στην τριτοβάθμια εκπαίδευση μεταξύ των δεκαοκτώ και δεκαεννέα ετών.

Είναι άξιο αναφοράς ότι το πέραςμα σε επαγγελματικό επίπεδο είναι εφικτό όχι μόνο ύστερα από την ολοκλήρωση της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης αλλά και μετά την ολοκλήρωση της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (Μηνούδης, 2017).

Ο απαιτούμενος χρόνος προς την διεκπεραίωση κάθε επιπέδου ποικίλλει και καθορίζεται από διάφορους παράγοντες, όπως η ικανότητα του παίκτη και το είδος του αθλήματος που παίζεται. Στην πραγματικότητα, ένας αθλητής που έχει αναπηρία είναι αρκετές φορές πιο μεγάλος σε σχέση με έναν αθλητή που είναι αρτιμελής, αν και αγωνίζεται στο ίδιο επίπεδο της αθλητικής του καριέρας. Το μέσο εύρος ηλικίας για έναν αθλητή με αναπηρία για να φτάσει στο μέγιστο της απόδοσής του είναι κάπου μεταξύ 15 και 45 ετών. Υπάρχουν πολλοί ταλαντούχοι νέοι αθλητές που μπορεί να μην πάνε προς αυτή την κατεύθυνση για την καριέρα τους. Αυτό το μοντέλο δεν λαμβάνει υπόψη τη μη ρυθμιστική μεταβατική βάση (όπως ένας τραυματισμός, η μεταφορά σε άλλη ομάδα, κ.λπ.) ή οι μεταβάσεις που αναμενόταν, ωστόσο δεν έγιναν (Schlossberg, 1984), ενώ και τα δύο έχουν ουσιαστικές επιπτώσεις στην κατάσταση του αθλητή και την ανάπτυξη του. Επιπλέον, υπάρχουν έρευνες που τονίζουν πόσο σημαντικό είναι να καταλήξουμε σε ένα ενιαίο αναπτυξιακό μοντέλο προκειμένου να κατανοήσουμε τη διαδικασία ωρίμανσης των κορυφαίων αθλητών (Debois et al., 2015).

Για να φτάσουν στο επόμενο στάδιο της ανάπτυξής τους, οι αθλητές πρέπει να μπορούν να αντιμετωπίσουν σωστά τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν. Σε περίπτωση

που αυτό δεν συμβεί, θα αναγκαστούν να αντιμετωπίσουν μια κρίση, η οποία πιθανότατα θα προκαλέσει μείωση του ρυθμού προόδου τους. Η έρευνα, από την άλλη πλευρά, δεν επιβεβαιώνει την κοινή αντίληψη ότι οι ελίτ αθλητές έχουν μακρά καριέρα στα αντίστοιχα αθλήματα τους. Αυτό σχετίζεται με το ότι ο μέσος όρος καριέρας στο NBA είναι μόνο πέντε χρόνια, ενώ στο μπέιζμπολ είναι έξι χρόνια (Μηνούδης, 2017).

Ένας αθλητής είναι απαραίτητο να διαχειρίζεται ταυτόχρονα την ακαδημαϊκή και αθλητική σταδιοδρομία του, προκειμένου να διασφαλιστεί η ικανότητα του να προσαρμοστεί ψυχολογικά και κοινωνικά στο άθλημά του (Wylleman & Lavalle, 2004). Όταν προσπαθούν να εξισορροπήσουν μια καριέρα στον αθλητισμό με άλλες υποχρεώσεις, όπως το σχολείο ή τη δουλειά, οι αθλητές συχνά συναντούν εμπόδια. Για να πετύχουν τον στόχο τους να αγωνίζονται στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο στο άθλημά τους, πρέπει να συμμετέχουν σε επίπονες προπονήσεις και αγώνες σε τακτική βάση, τόσο στη χώρα καταγωγής τους όσο και αλλού. Αυτό τους δυσκολεύει να ισορροπήσουν τις αθλητικές τους αναζητήσεις με τις απαιτήσεις και τους περιορισμούς που επιβάλλει το εκπαιδευτικό σύστημα και ο χώρος εργασίας. Ωστόσο, ο σχεδιασμός για ένα διπλό επάγγελμα ενδέχεται να είναι χρήσιμος για τη σταδιοδρομία του αθλητή, καθώς θα του επιτρέψει να βρίσκει χρόνο για προπόνηση ή την εργασία του, κάτι που θα του προσδώσει τη βάση, προκειμένου να αποκτήσει μια νέα καριέρα μόλις αποσυρθεί από τον στίβο, ενώ ταυτόχρονα θα προστατεύσει τους αθλητές.

Σύμφωνα με τον ορισμό που προσφέρθηκε από τους Alfremann και Stambulova το 2007, ως αθλητική καριέρα ορίζεται μια συνεχής αθλητική δραστηριότητα όπου συμμετέχει κάποιος με στόχο να φτάσει στο καλύτερο επίπεδο αθλητικής απόδοσης του ατόμου. (Debois et al., 2015) Σύμφωνα με την Stambulova (2000), ο ορισμός της διπλής σταδιοδρομίας μπορεί να συνοψιστεί ως εξής: «μια καριέρα με σημαντική δραστηριότητα αναφορικά με τον αθλητισμό και την ακαδημαϊκή πορεία».

Οι ταλαντούχοι και επίλεκτοι αθλητές θα πρέπει να μπορούν να ακολουθούν μια αθλητική καριέρα αλλά με τη συμμετοχή τους στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, προκειμένου να επιτύχουν μια ολιστική ανάπτυξη. Αυτό έχει να κάνει ότι και τα δύο πεδία σχετίζονται με την αποπεράτωση των ευθυνών ενός ατόμου στην κοινωνία μόλις ολοκληρωθεί η αθλητική καριέρα. Τα πλεονεκτήματα που προκύπτουν για τους αθλητές

που συμμετέχουν σε προγράμματα διπλής σταδιοδρομίας καθίστανται προφανή από μελέτη που διενεργήθηκε στον αθλητισμό και περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

Πλεονεκτήματα για την υγεία κάποιου, όπως ένας πιο ολοκληρωμένος τρόπος ζωής, χαμηλότερα επίπεδα άγχους και γενική αίσθηση ευεξίας. Πλεονεκτήματα από αναπτυξιακή σκοπιά, όπως η βελτίωση των συνθηκών για την απόκτηση δεξιοτήτων ζωής που μπορούν να εφαρμοστούν στον αθλητισμό, το εκπαιδευτικό σύστημα και άλλες πτυχές της καθημερινής ζωής, την ανάπτυξη της αίσθησης του εαυτού και της ταυτότητας ενός ατόμου και ευεργετικά αποτελέσματα στην ικανότητα αυτορρύθμισης ενός αθλητή.

Οφέλη για την κοινωνία, όπως βελτιωμένες ευκαιρίες για θετική κοινωνικοποίηση και πρόσβαση σε ένα ευρύτερο κοινωνικό δίκτυο και συστήματα κοινωνικής υποστήριξης. Επίσης πλεονεκτήματα που σχετίζονται με την απαγκίστρωση από τον αθλητικό βίο και να ακολουθεί η προσαρμογή στη ζωή με το πέρας του βίου αυτού, όπως βελτιωμένη ικανότητα για προγραμματισμό σταδιοδρομίας, μικρότερη περίοδος προσαρμογής και προστασία από κρίσεις ταυτότητας, καθώς και προοπτικές για μελλοντικές εργασίες που φαίνονται καλύτερες, όπως για παράδειγμα διευρυμένες δυνατότητες απασχόλησης και πρόσβαση σε επαγγέλματα που αμείβονται καλά (Μπουκουβάλας, 2021).

Το Dual Career (DC) είναι μια συντομογραφία που αναφέρεται σε μια καριέρα που επικεντρώνεται τόσο στην εργασία όσο και στην εκπαίδευση, σε συνδυασμό με τον αθλητισμό (Stambulova & Wylleman, 2015). Οι συνεχώς αυξανόμενες απαιτήσεις για απόδοση σε ελίτ αθλήματα ασκούν υψηλή πίεση στους νέους αθλητές, οι οποίοι συχνά νοιώθουν ότι αναγκάζονται να κάνουν επιλογή μεταξύ της αξιοποίησης των αθλητικών ικανοτήτων τους ή της απόκτησης μιας ικανοποιητικής εκπαίδευσης για μια μετα-αθλητική καριέρα. Ωστόσο, η επιδίωξη δεσμεύσεων εκπαίδευσης σε αθλητές που αγωνίζονται σε αθλήματα υψηλών επιδόσεων μπορεί να είναι μια πρόκληση, καθώς οι συνεχώς αυξανόμενες απαιτήσεις για απόδοση σε ελίτ αθλήματα ασκούν υψηλή πίεση στους νέους αθλητές (Cosh&Tully, 2015).

Η τροχιά της Διπλής Καριέρας (DC) δεν είναι γραμμική και περιλαμβάνει στην πραγματικότητα μια σειρά από διακριτά στάδια και μεταβάσεις (Stambulova, Ryba & Henriksen, 2016). Οι αθλητές περνούν από ποικίλες πιέσεις και προκλήσεις σε

διαφορετικά επίπεδα και τύπους σε κάθε στάδιο και μετάβαση της ανάπτυξής τους, κάτι που μπορεί να έχει αρνητικό αντίκτυπο τόσο στην αθλητική όσο και στην προσωπική τους ανάπτυξη (Μινούδης, 2017). Με άλλα λόγια, ο χρόνος και η ενέργεια που επενδύουν στον αθλητισμό ποικίλλει κατά τη διάρκεια της ζωής τους με βάση παράγοντες όπως οι ατομικές κοινωνικές, ψυχολογικές και οικονομικές τους συνθήκες, καθώς και οι εκπαιδευτικές ή επαγγελματικές τους υποχρεώσεις. Αυτή είναι μια πολύ πιο δύσκολη πρόκληση για τους μη επαγγελματίες αθλητές, οι οποίοι συχνά πρέπει να διαχειριστούν την αθλητική τους σταδιοδρομία μέσα σε περιορισμένους γνωστικούς, κοινωνικούς, οικονομικούς και χρονικούς πόρους ή κάτω από μη οργανωμένα δίκτυα υποστήριξης. Αυτό καθιστά το έργο τους ακόμα πιο δύσκολο.

Η αυξανόμενη ανησυχία για ορισμένες εθνικές αθλητικές κουλτούρες και ειδικές υποκουλτούρες για τον αθλητισμό που επιτρέπουν την εκμετάλλευση νεαρών αθλητών χωρίς να δίνεται η δέουσα προσοχή στις εκπαιδευτικές και περαιτέρω επαγγελματικές τους ανάγκες, εκθέτοντάς τους έτσι σε δυνητικά επιζήμιες καταστάσεις κατά τη διάρκεια και ύστερα από την αποχώρηση από τον αθλητισμό. Η Ευρωπαϊκή Ένωση παραχώρησε πρόσφατα πολιτική νομιμοποίηση σε ελίτ αθλητές που εφαρμόζουν μια διπλή καριέρα (DC). Οι κατευθυντήριες γραμμές της ΕΕ για τη διπλή σταδιοδρομία των αθλητών (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 2012) είναι ένα στρατηγικό έγγραφο που καταδεικνύει την υποστηρικτική θεσμική προσέγγιση της ΕΕ σε σχέση με τη διπλή σταδιοδρομία (DC), ιδιαίτερα την ανάγκη συντονισμένων προσπαθειών για την προστασία του θεμελιώδους δικαιώματός τους ισότιμη πρόσβαση σε ποιοτική εκπαίδευση. Οι κατευθυντήριες γραμμές δημοσιεύθηκαν από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή το 2012. Αυτό σημαίνει ρητή πολιτική και κοινωνική αναγνώριση του ζητήματος του ελέγχου ντόπινγκ των αθλητών εξίσου από τα θεσμικά όργανα της ΕΕ αλλά και τις κυβερνήσεις μεμονωμένων χωρών σε όλο τον κόσμο. Πρέπει να τονιστεί ότι μια τέτοια προσέγγιση απαιτεί τη διατύπωση διυποκειμενικών σημασιών που εκτείνονται πέρα από τις ατομικές πεποιθήσεις και την έκκληση για δράση.

Παρά το γεγονός ότι η Ελλάδα έχει δει μια σημαίνουσα αύξηση στον αριθμό εκείνων που συμμετέχουν στον αθλητισμό τις τελευταίες δεκαετίες, ιδιαίτερα κατά τα χρόνια πριν και μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004, το νομικό πλαίσιο που ισχύει

σήμερα για την εκπαιδευτική σταδιοδρομία των αθλητών και ο τρόπος που συνδυάζονται με την αθλητική τους πρόοδο είναι ασαφής.

Το Ελληνικό Συμβούλιο της Επικρατείας πρόσφατα με τον νόμο 686 του 2018 έλαβε την απόφαση ότι οι επίλεκτοι αθλητές δεν επιτρέπεται πλέον να εισέρχονται ελεύθερα σε καμία δημόσια σχολή τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, όπως γινόταν πολλές δεκαετίες πριν από αυτή την απόφαση. Το συμπέρασμα ήταν ότι αυτή η δραστηριότητα έρχεται σε αντίθεση με τα συνταγματικά ιδανικά της ισότητας και της αξιοκρατίας μεταξύ όλων των άλλων υποψηφίων που επιθυμούν να σπουδάσουν σε ένα πανεπιστήμιο, και ότι αυτός ήταν ο πρωταρχικός παράγοντας στη διαδικασία λήψης αποφάσεων. Μόνο οι αθλητές που έχουν κερδίσει το πρώτο, το δεύτερο ή το τρίτο τους μετάλλιο σε Ολυμπιακούς Αγώνες ή Παγκόσμιο Πρωτάθλημα είναι επιλέξιμοι βάσει του καταστατικού που τους επιτρέπει να εισέλθουν δωρεάν σε οποιοδήποτε ίδρυμα ως εξαιρετικοί αθλητές. Για εισαγωγή σε οποιοδήποτε πανεπιστημιακό τμήμα ή τμήμα φυσικής αγωγής και επιστήμης αθλητισμού, οι αθλητές που έχουν κερδίσει από τέταρτη έως έκτη νίκη υπόκεινται σε αμοιβή που βρίσκεται σε ένα ποσοστό αντίστοιχα υψηλό με βάση την θέση διάκρισης που έχουν κερδίσει.

Επιπλέον, τα δημόσια αθλητικά σχολεία, τα οποία ιδρύθηκαν τις δεκαετίες του 1980 και του 1990 αλλά έκτοτε έκλεισαν, αποτελούσαν βασικό συστατικό του συστήματος υποστήριξης της χώρας, αλλά δεν λειτουργούν πλέον. Μετά από τρεις δεκαετίες λειτουργίας, η ελληνική κυβέρνηση αποφάσισε το 2010 (στην αρχή της οικονομικής και χρηματοπιστωτικής κρίσης) να ξεκινήσει τη διαδικασία σταδιακής κατάργησης των αθλητικών σχολείων επειδή ήταν πολύ ακριβά και είχαν θεωρηθεί από το Υπουργείο Παιδείας «αντιπαραγωγικά για τον αθλητισμό και αντισυμβατικά για την εκπαίδευση». Το Υπουργείο Παιδείας ανέφερε ότι υπήρχαν 12.060 παιδιά που φοιτούσαν σε δημόσια αθλητικά σχολεία σε όλη τη χώρα. Επιπλέον, απασχολούνταν 2.036 εκπαιδευτές για τη διδασκαλία πολλών μαθημάτων, συμπεριλαμβανομένης της Φυσικής Αγωγής. Το εγχείρημα αυτό είχε ετήσια δαπάνη περίπου 25 εκατ. ευρώ σε κόστος. Περίπου 2,4 εκατομμύρια δολάρια δαπανήθηκαν από αυτό το σύνολο για είδη πρώτης ανάγκης για μαθητές, όπως ταξίδια και μεταφορές. Το παρακάτω είναι ένα παράδειγμα σχετικής ελληνικής νομοθεσίας που καθιστά αδύνατη την καριέρα αθλητών στη χώρα. Σύμφωνα με το άρθρο 108 του νόμου 2725 του 1999 για τον ελληνικό

αθλητισμό, το οποίο αργότερα τροποποιήθηκε με το άρθρο 13 του νόμου 3479 το 2006, είναι ξεκάθαρο ότι μια από τις υποχρεώσεις ενός αθλητή είναι να παραμείνει μέλος του ίδιου αθλητικού σωματείου μέχρι να φτάσει στην ηλικία των 23 ετών.

Εξαιτίας αυτής της νομοθεσίας, οι αθλητές εγκατέλειπαν το άθλημά τους σε όλο και μικρότερη ηλικία, γεγονός που οδηγούσε σε υψηλά ποσοστά εγκατάλειψης των ανταγωνιστικών αθλημάτων κατά την εφηβεία. Ως εκ τούτου, φάνηκε ότι ο πρωταρχικός σκοπός του νόμου ήταν να διαφυλάξει τα δικαιώματα των αθλητικών συλλόγων και όχι την προοπτική αγωνιστικής καριέρας ενός αθλητή. Από την άλλη πλευρά, το άρθρο 4 του νόμου 3479 του 2006 παρέχει τη δυνατότητα για προπονητικά προγράμματα που θα μπορούσαν να διατεθούν και σε ερασιτέχνες αθλητές βάσει επαρκούς και τεκμηριωμένου σκεπτικού και ερμηνείας.

Ακολουθεί μια αναφορά σε ένα προνόμιο που απολαμβάνουν οι εξαιρετικοί αθλητές που υπάρχει ακόμα και σήμερα, αν και δεν συμβάλλει στην ικανότητα των παικτών να ακολουθήσουν διπλή καριέρα. Οι αθλητές που έχουν αποδώσει σε υψηλό επίπεδο κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων ή των Παγκοσμίων Πρωταθλημάτων (πρώτοι έως τρίτοι) εξακολουθούν να δικαιούνται να τους προσφερθεί μια (μόνιμη) θέση εργασίας στον δημόσιο τομέα της Ελλάδας, όπως η κεντρική κυβέρνηση, η τοπική αυτοδιοίκηση, ο τομέας υγείας, εκπαίδευσης, στρατού, αναλόγως των προσόντων και των προτιμήσεών τους. Επιπλέον, οι αθλητές υψηλού επιπέδου έχουν την πολυτέλεια να απαλλαγούν από κάθε υποχρέωση να εκτελούν στρατιωτική θητεία, η οποία είναι πλέον απαίτηση για τους άνδρες πολίτες.

Ταυτόχρονα, οι επαγγελματίες αθλητές εκμεταλλεύτηκαν τα προνόμια που απορρέουν από τις κατευθυντήριες γραμμές που θέσπισε η Ευρωπαϊκή Ένωση σχετικά με τη διπλή σταδιοδρομία (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 2012).

Για να εξεταστεί σε βάθος αυτό το θέμα, αναλαμβάνονται συγκεκριμένες ενέργειες με σκοπό την επίτευξη των στόχων της στρατηγικής Ευρώπης 2020. Αυτοί οι στόχοι περιλαμβάνουν τη μείωση της φθοράς των μαθητών, την ενίσχυση της απασχόλησης και τη διατήρηση ενός αυξημένου αριθμού επιπέδων δραστηριότητας των αθλητών για μεγάλο χρονικό διάστημα. Επιπλέον, η Ευρωπαϊκή Ένωση κινείται προς την κατεύθυνση της ενθάρρυνσης των ιδρυμάτων τριτοβάθμιας εκπαίδευσης να συνεργαστούν με αθλητικές ομάδες για τη δημιουργία προγραμμάτων εξ αποστάσεως

εκμάθησης για ενεργούς και μη αθλητές στο πλαίσιο διπλής σταδιοδρομίας (καλές πρακτικές). Ένα παράδειγμα αποτελεί η δημοσίευση το 2017 ενός οδηγού βέλτιστων πρακτικών, στον οποίο συνεργάστηκαν επτά διαφορετικά έθνη, συμπεριλαμβανομένης της Ελλάδας, και υποστηρίχθηκε από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή μέσω του προγράμματος Erasmus + Sport (DC4AC, 2017). Η μείωση της αμοιβαίας οικονομικής ανακούφισης που παρέχεται στις επιχειρήσεις σε εθνικό και διεθνές πλαίσιο αποτελεί μια ακόμη πρόκληση για τους αθλητές σε όλη τη διάρκεια της σταδιοδρομίας τους (López de et al., 2015). Ως αποτέλεσμα αυτού, μπορεί να είναι δύσκολο για τους αθλητές να εξασφαλίσουν χορηγίες από διάφορες εταιρείες.

Συνοψίζοντας, με βάση το νόμο 2725 του 1999 του Υπουργείου Αθλητισμού και το πρόσφατο νόμο 4547 του 2019 του Υπουργείου Παιδείας για την πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια εκπαίδευση, είναι προφανές ότι στην Ελλάδα υπάρχει « κενό» συγκεκριμένης νομοθεσίας ή στρατηγικού σχεδίου στήριξης της «ζωής μετά τον αθλητισμό» των αθλητών είτε από το κράτος είτε από τους αθλητικούς φορείς. Στην πραγματικότητα, δεν λαμβάνεται υπόψη η πιθανή απασχολησιμότητα των αθλητών στο μέλλον. Επιπλέον, δεν προσφέρεται η συνεχής εκπαίδευση και η ενίσχυση της εκπαιδευτικής κατάρτισης των αθλητών ως προς ένα πρόγραμμα που μπορεί να διευκολύνει τη θετική μετάβαση από το αθλητικό περιβάλλον στη μετααθλητική ζωή ή τον συνδυασμό της καριέρας στον αθλητισμό με μια ακαδημαϊκή καριέρα. Αυτό είναι ένα σημαντικό κενό στον κλάδο (Zafeiroudi et al., 2020)

Όπως προκύπτει από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση, οι αθλητές γενικότερα συναντούν δυσκολίες κατά τη μετάβαση τους από τον αθλητισμό στην επαγγελματική καριέρα. Όπως είναι αναμενόμενο, η κατάσταση είναι ακόμη δυσκολότερη για τους αθλητές με αναπηρία, οι οποίοι αντιμετωπίζουν επιπλέον προβλήματα κατά την επαγγελματική τους αποκατάσταση. Αν και οι έρευνες ποικίλουν από τόπο σε τόπο και από έρευνα σε έρευνα αναφορικά με τα ποσοστά απασχόλησης των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν κάποια αναπηρία, είναι σαφές ότι η αύξηση του ποσοστού είναι ευεργετικός τόσο για τα ίδια τα άτομα αυτά, όσο και για το κοινωνικό γίγνεσθαι. Έχει αναδειχθεί από την έρευνα, ότι η ενασχόληση των ατόμων με αναπηρία με τον αθλητισμό μπορεί να τους ωφελήσει σε πολλαπλά επίπεδα και να αυξήσει την πιθανότητα εύρεσης εργασίας. Ωστόσο, το πρόβλημα της μετάβασης από τον αθλητισμό

στην επαγγελματική καριέρα, το οποίο ταλανίζει τους αθλητές, αποτελεί ένα επιπλέον εμπόδιο, καθώς η διατήρηση μίας διπλής καριέρας (φοιτητή/αθλητή ή εργαζόμενου/αθλητή) μπορεί να αποτελέσει μία ακόμη μεγαλύτερη πρόκληση για έναν αθλητή με αναπηρία και να τον αποθαρρύνει.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Σκοπός της έρευνας και ερευνητικά ρωτήματα

Η παρούσα έρευνα διερευνά την μετάβαση των Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από τον χώρο του πρωταθλητισμού στην εκπαίδευση και τον χώρο εργασίας. Πιο αναλυτικά μελετώνται στοιχεία για την πορεία τους στον πρωταθλητισμό, καθώς και οι σκέψεις τους για την εκπαίδευση τους και την μελλοντική συμπερίληψη τους στον επαγγελματικό χώρο.

- Το φύλο των αθλητών επηρεάζει τις απόψεις τους αναφορικά με την ηλικία την οποία επιθυμούν να αποσυρθούν από τον πρωταθλητισμό;
- Το άθλημα με το οποίο ασχολούνται οι συμμετέχοντες επηρεάζει την άποψη τους αναφορικά με τους φορείς που ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική τους ζωή μετά την απόσυρση τους από τον πρωταθλητισμό;

Δείγμα της έρευνας

Το δείγμα της έρευνας αποτελούν συνολικά 81 αθλητές με αναπηρία στον χώρο του πρωταθλητισμού. Πιο αναλυτικά, η πλειοψηφία των συμμετεχόντων είναι άνδρες, άνω των 33 ετών, ανύπαντροι και απόφοιτοι ΑΕΙ ή ΤΕΙ. Ταυτόχρονα, οι συμμετέχοντες ασχολούνται με την κολύμβηση, τον στίβο ή το μπότσια, κάνουν πρωταθλητισμό έως 5 έτη και συμμετέχουν στην Εθνική Ομάδα, στην ομάδα ανδρών ή γυναικών.

Ερευνητικό εργαλείο

Το εργαλείο της έρευνας είναι το ερωτηματολόγιο που απαρτίζεται συνολικά από 24 ερωτήσεις κλειστού τύπου. Πιο αναλυτικά, τέσσερις ερωτήσεις διερευνούν το δημογραφικό προφίλ των συμμετεχόντων και πέντε ερωτήσεις επικεντρώνονται στην ενασχόληση των συμμετεχόντων με τον αθλητισμό και τον πρωταθλητισμό. Παράλληλα, αναλύεται το εάν οι συμμετέχοντες έλαβαν κάποια βοήθεια από την πολιτεία, οι ετήσιες οικονομικές απολαβές τους από τον αθλητισμό και το τι τους αρέσει περισσότερο με την ενασχόληση τους, μέσα από τρεις ερωτήσεις κλειστού τύπου. Στη συνέχεια, τέσσερις ερωτήσεις διερευνούν την εργασιακή κατάσταση και κλάδο των συμμετεχόντων και τον κλάδο που θα επιθυμούσαν να

εργαστούν και μία ερώτηση επικεντρώνεται στην ηλικία που σκοπεύουν οι συμμετέχοντες να εγκαταλείψουν τον αθλητισμό. Ακολούθως, μέσα από τρεις ερωτήσεις παρουσιάζεται το πως οι συμμετέχοντες προετοιμάζουν την μελλοντική τους επαγγελματική κατάσταση και τι σκοπεύουν να κάνουν εάν δεν έχουν προετοιμαστεί ακόμα. Ταυτόχρονα, δύο ερωτήσεις επικεντρώνονται στις απόψεις των ερωτηθέντων αναφορικά με το πως θα προετοιμαζόντουσαν καλύτερα για την επαγγελματική τους ζωή με το πέρας του αθλητισμού και το τι θα όφειλε να εμπεριέχει ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα για να τους προετοιμάσει κατάλληλα. Τέλος, δύο ερωτήσεις διερευνούν τους φορείς, οι οποίοι, σύμφωνα με τους συμμετέχοντες, εκδηλώνουν ενδιαφέρον για την αθλητική προετοιμασία και είναι κατάλληλοι για την υλοποίηση προγραμμάτων εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική αποκατάσταση. Γενικά, μέσα από τις ερωτήσεις διερευνώνται οι αντιλήψεις και τα συναισθήματα του ατόμου αναφορικά με τις σπουδές του, το άθλημα ενασχόλησης του, τα θετικά στοιχεία της ενασχόλησης με τον αθλητισμό σε ελίτ επίπεδο, καθώς και τη συμμετοχή του ή μη στην Εθνική Ομάδα, τις συμμετοχές που είχε και τη στήριξη της πολιτείας στη βάση της ενασχόλησής του με τον αθλητισμό σε επαγγελματικό επίπεδο. Επίσης, μέσα από τις ερωτήσεις μπορεί κάποιος να αντιληφθεί το ιδανικό περιεχόμενο και την εγκυρότητα των φορέων ενός εκπαιδευτικού προγράμματος και αθλητικής προετοιμασίας, την εξέλιξη της επαγγελματικής και προσωπικής ζωής τους, μόλις ο αθλητικός βίος περατωθεί, τα ετήσια οικονομικά εισοδήματα σε όλα τα έτη της ενασχόλησης ενός αθλητή σε ελίτ επίπεδο απόδοσης και επίδοσης, καθώς και τον κλάδο επαγγελματικής αποκατάστασης με τον οποίο θα ήθελε μετά το τέλος της αθλητικής του καριέρας να ασχοληθεί. Επιπλέον, μέσα από τις ερωτήσεις αποτυπώνεται η παράλληλη εργασία ενός αθλητή και της όποιας σταδιοδρομίας, η ηλικία που θεωρείται καταλληλή για τον τερματισμό του αθλητικού βίου, η προετοιμασία ενός αθλητή για τη μέλλουσα του επαγγελματική αποκατάσταση και η μετάβασή του στον επαγγελματικό τομέα και τέλος τα δημογραφικά χαρακτηριστικά ενός αθλητή.

Αρχικός έλεγχος ερωτηματολογίου-Πιλοτική έρευνα (pretest)

Το ερωτηματολόγιο πριν χρησιμοποιηθεί σε αυτήν την έρευνα, έχει χρησιμοποιηθεί στην έρευνα του Μονιούδη (2017), καθώς εκεί πρώτα σχεδιάστηκε και εκπονήθηκε ένα πρώτο προσχέδιο (draft) του ερωτηματολογίου από τον ερευνητή, η

διανομή του οποίου έγινε σε 15 άτομα για πιλοτική έρευνα. Στόχος της πιλοτικής έρευνας τότε ήταν να γίνει μια γενική καταγραφή των αποτελεσμάτων, καθώς και ο χρόνος που θα χρειαστεί για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου να είναι μέσα στο χρονικό διάστημα των 10 λεπτών της ώρας, αλλά και να επισυμανθούν και διαπιστωθούν όποιες παραλήψεις, ασάφειες, παρερμηνείες, συντακτικά και ορθογραφικά λάθη.

Συλλογή δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση κατάλληλου Google form, το οποίο διαμοιράστηκε στους αθλητές μέσω της Εθνικής Αθλητικής Ομοσπονδίας Ατόμων με Αναπηρίες, σε μορφή e-mail, αλλά και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης σχετικά με τον πρωταθλητισμό ατόμων με αναπηρία. Το Google form περιέχει όλες τις μεταβλητές του ερωτηματολογίου, ενώ παράλληλα, συνοδεύεται και από εισαγωγικό σημείωμα, το οποίο ενημερώνει τους αθλητές για τον λόγο διεξαγωγής και τους σκοπούς και στόχους της έρευνας. Ταυτόχρονα, τους δίνει πληροφορίες για τον τρόπο και χρόνο συμπλήρωσης του ερευνητικού εργαλείου, ενώ δίνονται και τα ηλεκτρονικά στοιχεία επικοινωνίας του ερευνητή ώστε να επικοινωνήσουν σε περίπτωση απορίας ή προβλήματος κατά την συμπλήρωση.

Ανάλυση δεδομένων

Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με βάση το στατιστικό πρόγραμμα SPSSv25. Ειδικότερα, για την περιγραφική παρουσίαση των ερωτήσεων υπολογίστηκαν ποσοστά και συχνότητες, ενώ η απάντηση των ερευνητικών ερωτημάτων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση του εργαλείου Chi-Square και με τη χρήση του ελέγχου Cross tabs. Τα παραπάνω, παρουσιάζονται μέσα από πίνακες και γραφήματα, τα οποία δημιουργήθηκαν τόσο στο SPSS όσο και στο πρόγραμμα Microsoft Excel.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ανάλυση αποτελεσμάτων

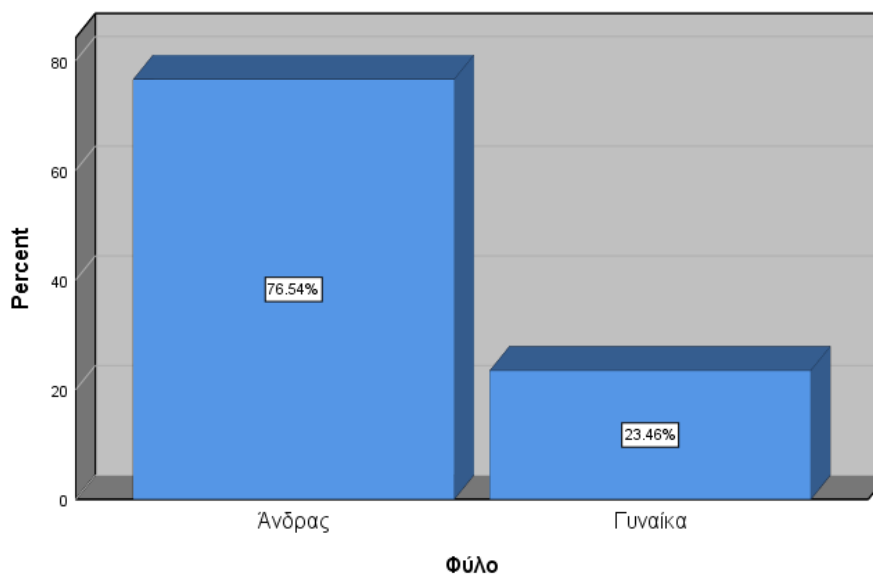
Στη συνέχεια, παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας, ενώ δίνεται απάντηση και στα ερευνητικά ερωτήματα.

Στον Πίνακα 1 και το Γράφημα 1, παρουσιάζεται το φύλο των αθλητών. Το 76.5% αυτών είναι άνδρες, ενώ οι γυναίκες αγγίζουν το 23.5% του δείγματος.

Πίνακας 1. Φύλο

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Άνδρας | 62 | 76.5 | 76.5 |
| | Γυναίκα | 19 | 23.5 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 1. Φύλο

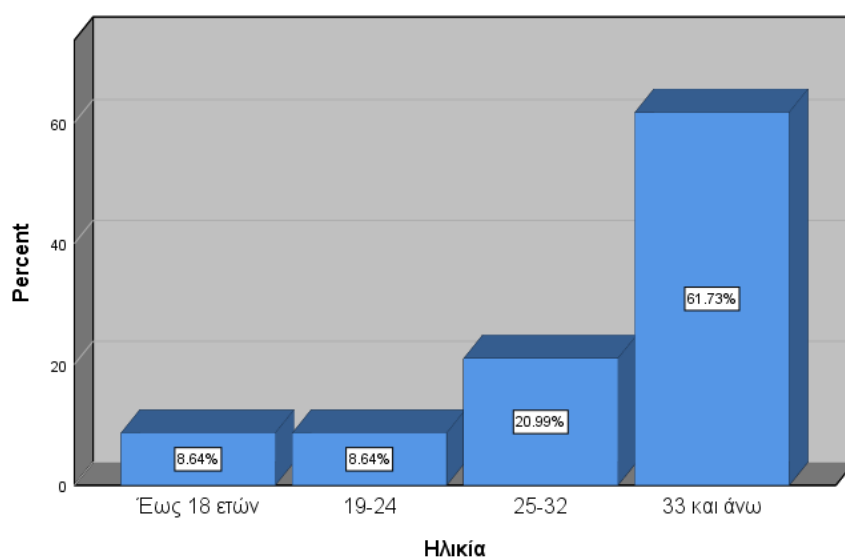


Στον Πίνακα 2 και το Γράφημα 2, αναλύεται η ηλικία του δείγματος. Το 61.7% αγγίζουν όσοι είναι 33 ετών και άνω, το 21% είναι 25 με 32 ετών και όσοι είναι έως 18 ετών ή 19 με 24 ετών καταλαμβάνουν από 8.6% έκαστος.

| Πίνακας 2. Ηλικία | |
|-------------------|--|
| | |

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Έως 18 ετών | 7 | 8.6 | 8.6 |
| | 19-24 | 7 | 8.6 | 17.3 |
| | 25-32 | 17 | 21.0 | 38.3 |
| | 33 και άνω | 50 | 61.7 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 2. Ηλικία



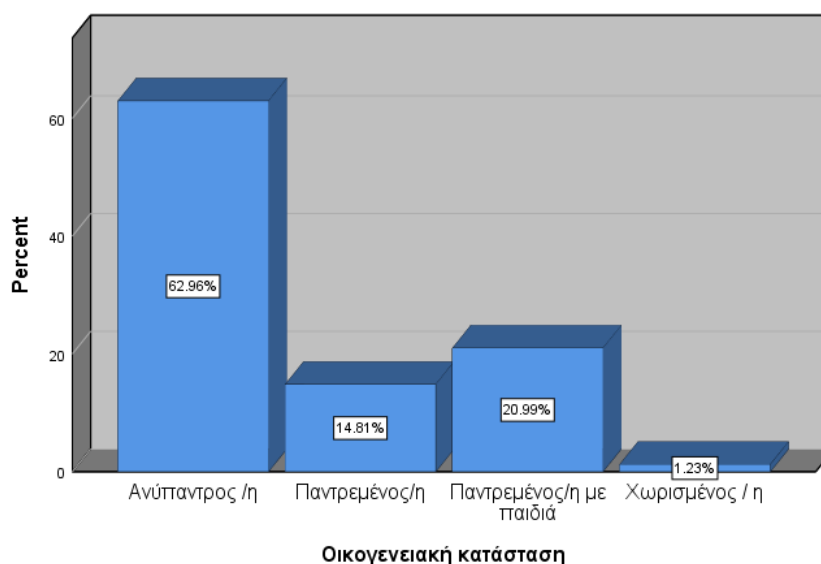
Όσον αφορά την οικογενειακή κατάσταση των ερωτηθέντων, το 63% ανήκει σε όσους είναι ανύπαντροι, το 21% σε όσους είναι παντρεμένοι με παιδιά και το 14.8% στους παντρεμένους χωρίς παιδιά. Το υπόλοιπο 1.2% αντιπροσωπεύουν οι χωρισμένοι, όπως φαίνεται στον Πίνακα 3 και το Γράφημα 3.

Πίνακας 3. Οικογενειακή κατάσταση

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Ανύπαντρος /η | 51 | 63.0 | 63.0 |
| | Παντρεμένος/η | 12 | 14.8 | 77.8 |

| | | | | |
|--|-------------------------|----|-------|-------|
| | Παντρεμένος/η με παιδιά | 17 | 21.0 | 98.8 |
| | Χωρισμένος / η | 1 | 1.2 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 3. Οικογενειακή κατάσταση



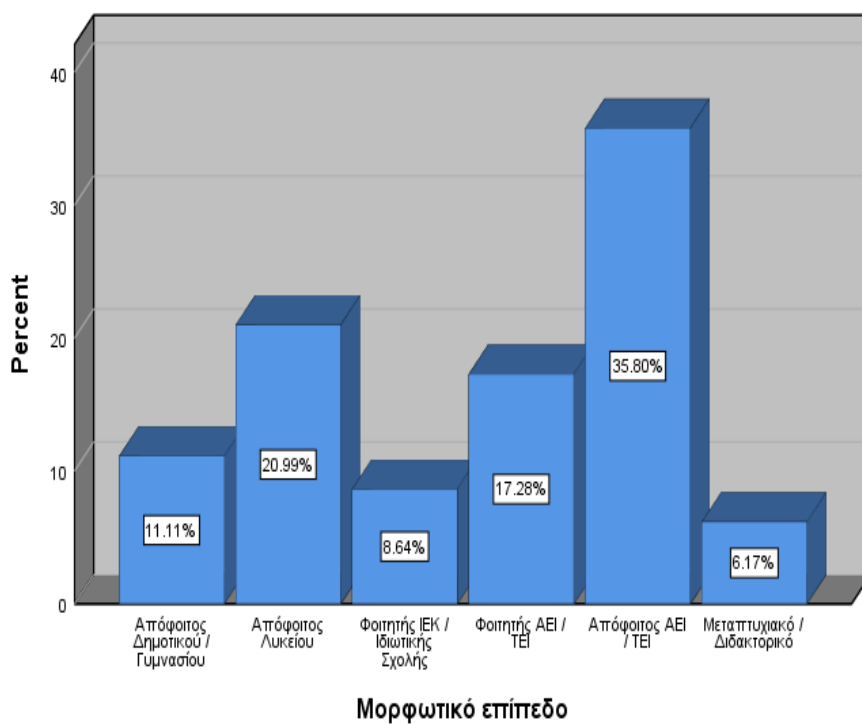
Στον Πίνακα 4 και το Γράφημα 4, αναλύεται το μορφωτικό επίπεδο των ερωτηθέντων. Οι απόφοιτοι ΑΕΙ/ΤΕΙ καταλαμβάνουν το 35.8% του δείγματος, το 21% ανήκει στους αποφοίτους Λυκείου και το 17.3% στους φοιτητές ΑΕΙ ή ΤΕΙ. Επιπλέον, το 11.1% του δείγματος καταλαμβάνουν οι απόφοιτοι Δημοτικού και Γυμνασίου, το 8.6% ανήκει στους φοιτητές ΙΕΚ- ιδιωτικής σχολής και το 6.2% στους κατόχους μεταπτυχιακού και διδακτορικού τίτλου.

Πίνακας 4. Μορφωτικό επίπεδο

| | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|--|-----------|---------------|--------------------|
| | | | |

| | | | | |
|-------|---------------------------------|----|-------|-------|
| Valid | Απόφοιτος Δημοτικού / Γυμνασίου | 9 | 11.1 | 11.1 |
| | Απόφοιτος Λυκείου | 17 | 21.0 | 32.1 |
| | Φοιτητής ΙΕΚ / Ιδιωτικής Σχολής | 7 | 8.6 | 40.7 |
| | Φοιτητής ΑΕΙ / ΤΕΙ | 14 | 17.3 | 58.0 |
| | Απόφοιτος ΑΕΙ / ΤΕΙ | 29 | 35.8 | 93.8 |
| | Μεταπτυχιακό / Διδακτορικό | 5 | 6.2 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 4. Μορφωτικό επίπεδο

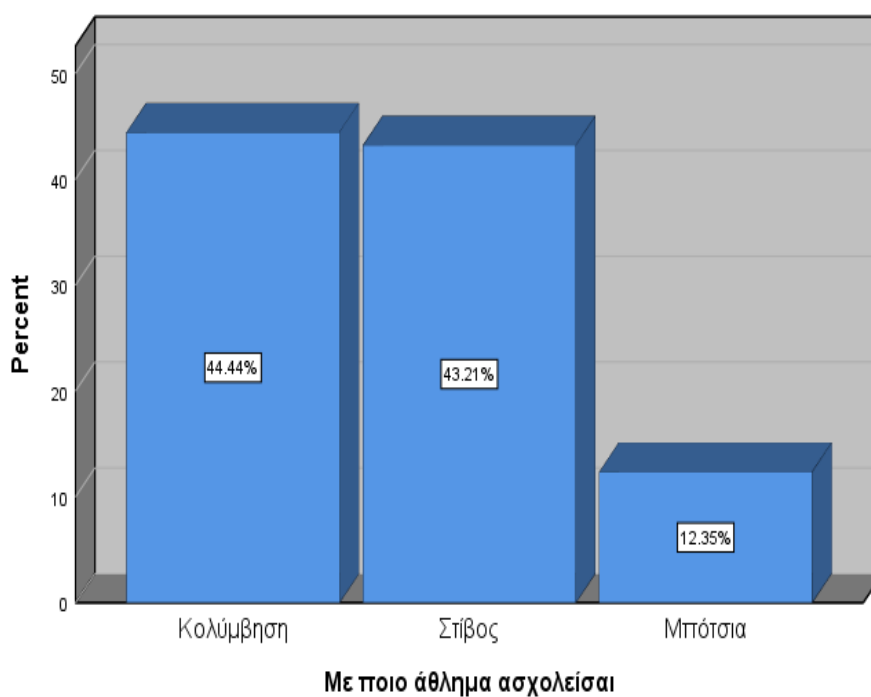


Στον Πίνακα 5 και το Γράφημα 5, αναδεικνύεται πως το 44.4% του δείγματος ασχολείται με την κολύμβηση, το 43.2% με τον στίβο και το 12.3% με την μπότσια.

Πίνακας 5. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Κολύμβηση | 36 | 44.4 | 44.4 |
| | Στίβος | 35 | 43.2 | 87.7 |
| | Μπότσια | 10 | 12.3 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 5. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι



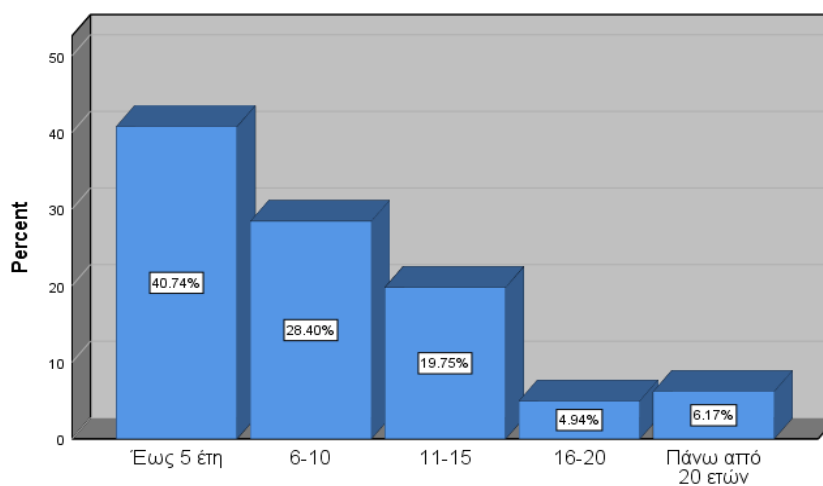
Αναφορικά με τα έτη με τα οποία ασχολούνται οι συμμετέχοντες με τον πρωταθλητισμό, το 40.7% αγγίζουν όσοι αναφέρονται σε έως 5 έτη. Το 28.4% ασχολούνται 6 με 10 έτη, το 19.8% 11 με 15 έτη και το 6.2% πάνω από 20 έτη. Το

υπόλοιπο 4.9% ασχολείται με τον πρωταθλητισμό 16 με 20 έτη, όπως φαίνεται στον Πίνακα 6 και το Γράφημα 6.

Πίνακας 6. Πόσα χρόνια κάνεις πρωταθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Έως 5 έτη | 33 | 40.7 | 40.7 |
| | 6-10 | 23 | 28.4 | 69.1 |
| | 11-15 | 16 | 19.8 | 88.9 |
| | 16-20 | 4 | 4.9 | 93.8 |
| | Πάνω από 20 ετών | 5 | 6.2 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 6. Πόσα χρόνια κάνεις πρωταθλητισμό

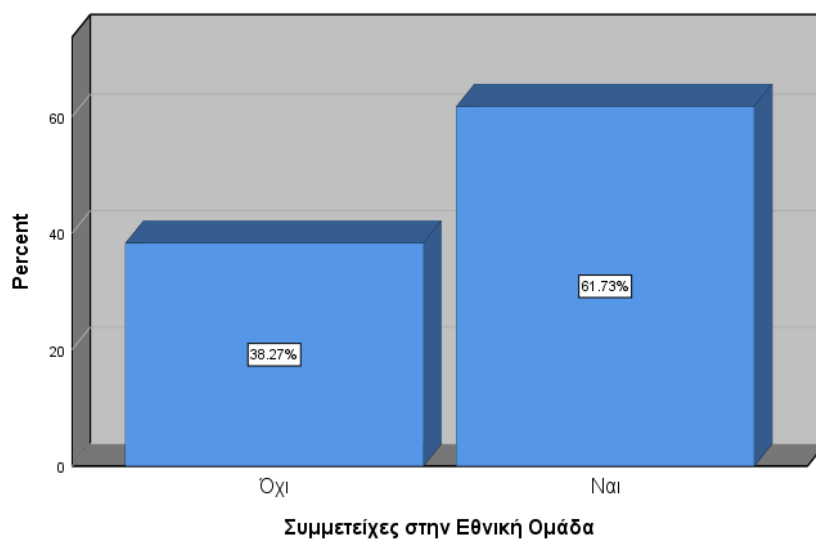


Ο Πίνακας 7 και το Γράφημα 7, αποτυπώνουν το εάν οι αθλητές ήταν μέλη σε κάποιο Εθνική Ομάδα. Το 61.7% αγγίζουν όσοι έδωσαν θετική απάντηση, με το υπόλοιπο 38.3% των αθλητών να μην ήταν μέλη σε κάποιο Εθνική Ομάδα.

Πίνακας 7. Συμμετείχες στην Εθνική Ομάδα

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Όχι | 3 | 38.27 | 38.27 |
| | Ναι | 5 | 61.73 | 100.00 |
| | Total | 8 | 100.00 | |

Γράφημα 7. Συμμετείχες στην Εθνική Ομάδα

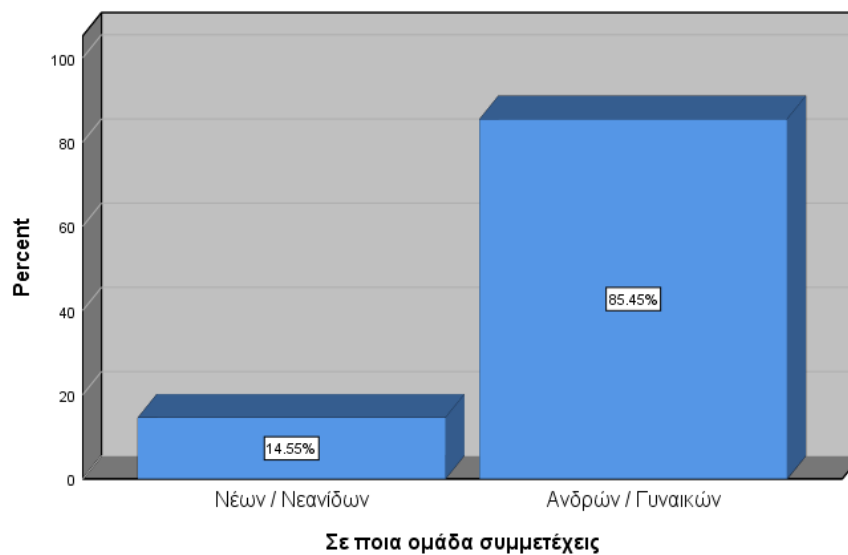


Στον Πίνακα 8 και το Γράφημα 8, αναλύεται η ομάδα στην οποία συμμετέχουν οι συμμετέχοντες. Το 85.5% ανήκει σε όσους συμμετέχουν σε ομάδα ανδρών/γυναικών. Το υπόλοιπο 14.5% του δείγματος συμμετέχει σε ομάδες νέων/νεανίδων.

Πίνακας 8. Σε ποια ομάδα συμμετέχεις

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|-------------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Νέων / Νεανίδων | 8 | 14.5 | 14.5 |
| | Ανδρών / Γυναικών | 47 | 85.5 | 100.0 |
| | Total | 55 | 100.0 | |
| Missing | System | 26 | | |
| Total | | 81 | | |

Γράφημα 8. Σε ποια ομάδα συμμετέχεις

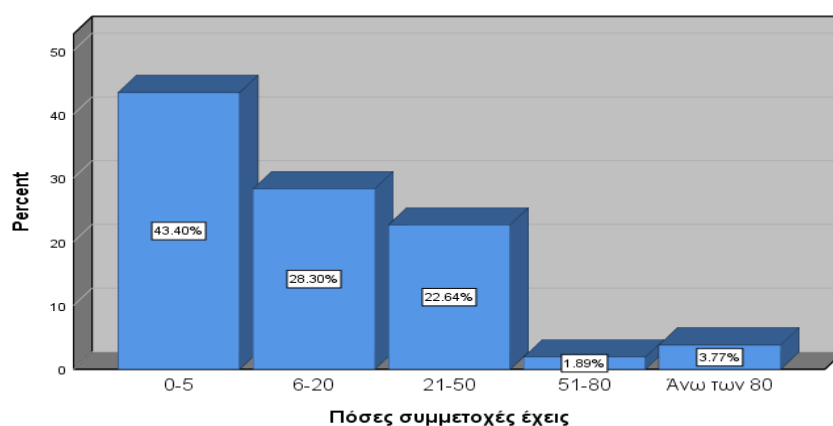


Στη συνέχεια, οι ερωτηθέντες κλήθηκαν να δηλώσουν τον αριθμό των συμμετοχών τους στις ομάδες τους. Το 43.4% αγγίζουν όσοι αναφέρονται σε έως 5 συμμετοχές, το 28.3% σε 6 με 20 συμμετοχές και το 22.6% σε 21 με 50 συμμετοχές. Επιπλέον, το 3.8% αναφέρεται σε πάνω από 80 συμμετοχές και το 1.9% σε 51 με 80 συμμετοχές, όπως είναι εμφανές στον Πίνακα 9 και το Γράφημα 9.

Πίνακας 9. Πόσες συμμετοχές έχεις

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | 0-5 | 23 | 43.4 | 43.4 |
| | 6-20 | 15 | 28.3 | 71.7 |
| | 21-50 | 12 | 22.6 | 94.3 |
| | 51-80 | 1 | 1.9 | 96.2 |
| | Άνω των 80 | 2 | 3.8 | 100.0 |
| | Total | 53 | 100.0 | |
| Missing | System | 28 | | |
| Total | | 81 | | |

Γράφημα 9. Πόσες συμμετοχές έχεις

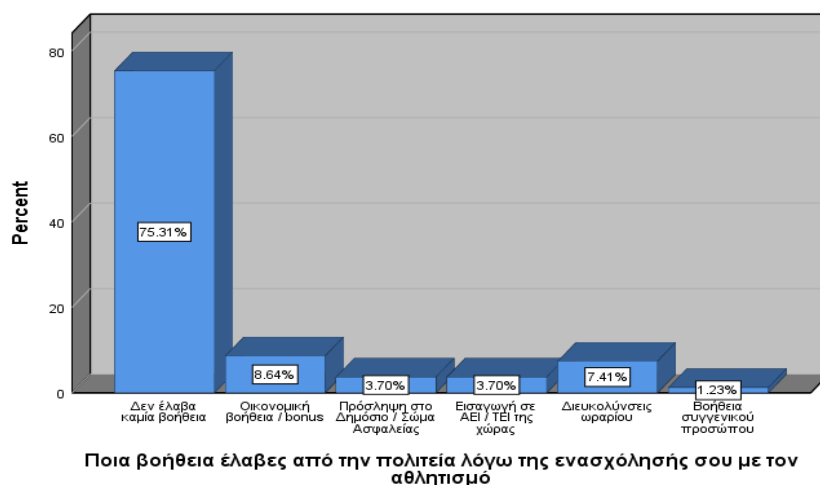


Στον Πίνακα 10 και το Γράφημα 10, αναλύεται το είδος της βοήθειας που δέχθηκαν οι συμμετέχοντες λόγω της ενασχόλησης τους με τον αθλητισμό. Η πλειοψηφία, σε ποσοστό 75.3%, ανήκει σε όσους υποστηρίζουν πως δεν έλαβαν καμία βοήθεια, το 8.6% δηλώνουν πως έλαβαν οικονομική βοήθεια και το 7.4% αναφέρονται σε διευκολύνσεις ωραρίου. Όσοι αναφέρονται σε πρόσληψη στο δημόσιο και εισαγωγή σε ΑΕΙ - ΤΕΙ αγγίζουν από 3.7% και το 1.2% υποστηρίζει πως βοηθήθηκε συγγενικό πρόσωπο.

Πίνακας 10. Ποια βοήθεια έλαβες από την πολιτεία λόγω της ενασχόλησής σου με τον αθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------------------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Δεν έλαβα καμία βοήθεια | 61 | 75.3 | 75.3 |
| | Οικονομική βοήθεια / bonus | 7 | 8.6 | 84.0 |
| | Πρόσληψη στο Δημόσιο / Σώμα Ασφαλείας | 3 | 3.7 | 87.7 |
| | Εισαγωγή σε ΑΕΙ / ΤΕΙ της χώρας | 3 | 3.7 | 91.4 |
| | Διευκολύνσεις ωραρίου | 6 | 7.4 | 98.8 |
| | Βοήθεια συγγενικού προσώπου | 1 | 1.2 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 10. Ποια βοήθεια έλαβες από την πολιτεία λόγω της ενασχόλησής σου με τον αθλητισμό

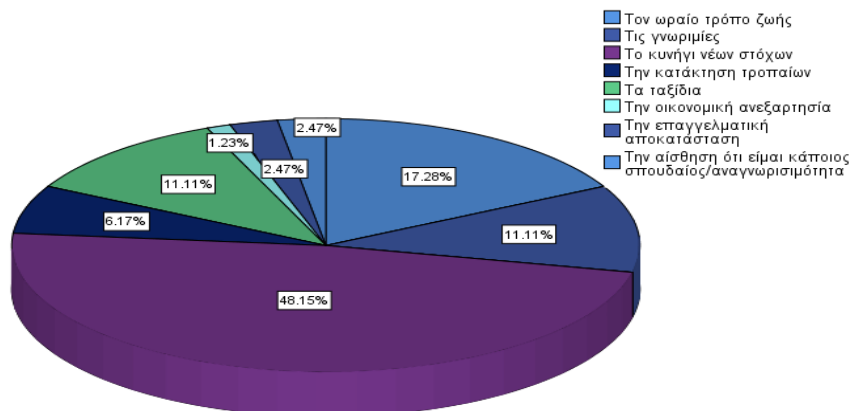


Στον Πίνακα 11 και το Γράφημα 11, διερευνάται το τι αρέσει στους συμμετέχοντες και τι απολαμβάνουν περισσότερο σε σχέση με την ενασχόληση τους με τον πρωταθλητισμό. Το 48.1% δηλώνουν πως απολαμβάνουν πιο πολύ το κυνήγι των νέων στόχων, το 17.3% αναφέρεται στον ωραίο τρόπο ζωής και όσοι κάνουν λόγο για γνωριμίες ή ταξίδια αγγίζουν από 11.1% έκαστος. Το 6.2% φτάνουν όσοι αναφέρονται σε κατάκτηση νέων τροπαίων, το 2.5% στην επαγγελματική αποκατάσταση, το 2.5% στην αίσθηση της σπουδαιότητας και την αναγνωρισιμότητα, ενώ μόλις το 1.2% των αθλητών αναφέρουν πως απολαμβάνουν πιο πολύ την οικονομική ανεξαρτησία.

Πίνακας 11. Τι σου αρέσει/απολαμβάνεις περισσότερο σε σχέση με την ενασχόλησή σου με τον πρωταθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Τον ωραίο τρόπο ζωής | 14 | 17.3 | 17.3 |
| | Τις γνωριμίες | 9 | 11.1 | 28.4 |
| | Το κυνήγι νέων στόχων | 39 | 48.1 | 76.5 |
| | Την κατάκτηση τροπαίων | 5 | 6.2 | 82.7 |
| | Τα ταξίδια | 9 | 11.1 | 93.8 |
| | Την οικονομική ανεξαρτησία | 1 | 1.2 | 95.1 |
| | Την επαγγελματική αποκατάσταση | 2 | 2.5 | 97.5 |
| | Την αίσθηση ότι είμαι κάποιος σπουδαίος/αναγνωρισίμότητα | 2 | 2.5 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 11. Τι σου αρέσει/απολαμβάνεις περισσότερο σε σχέση με την ενασχόλησή σου με τον πρωταθλητισμό



Επιπλέον, διερευνώνται οι ετήσιες οικονομικές απολαβές από τον αθλητισμό, όλα τα χρόνια της ενασχόλησης των συμμετεχόντων στον τομέα του πρωταθλητισμού. Το 85.5% φτάνουν όσοι κάνουν λόγο για έως 20.000€, το 9.2% αναφέρεται σε 20.001€ έως 40.000€ και το 2.6% σε εισόδημα από 60.001€ έως 100.000€. Ταυτόχρονα, όσοι κάνουν λόγο για εισόδημα από 40.001€ έως 60.000€ ή πάνω από 100.000€ αντιπροσωπεύουν από 1.3% έκαστος. Τα παραπάνω, παρουσιάζονται στον Πίνακα 12 και το Γράφημα 12.

Πίνακας 12. Κατά μέσο όρο πόσες είναι οι ετήσιες οικονομικές απολαβές σου από τον αθλητισμό, όλα τα χρόνια της ενασχόλησής σου σε υψηλό επίπεδο

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|--------------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | 0 – 20.000€ | 65 | 85.5 | 85.5 |
| | 20.001€ – 40.000€ | 7 | 9.2 | 94.7 |
| | 40.001€ – 60.000€ | 1 | 1.3 | 96.1 |
| | 60.001€ – 100.000€ | 2 | 2.6 | 98.7 |
| | Πάνω από 100.000€ | 1 | 1.3 | 100.0 |
| | Total | 76 | 100.0 | |
| Missing | System | 5 | | |
| Total | | 81 | | |

Γράφημα 12. Κατά μέσο όρο πόσες είναι οι ετήσιες οικονομικές απολαβές σου από τον αθλητισμό, όλα τα χρόνια της ενασχόλησής σου σε υψηλό επίπεδο

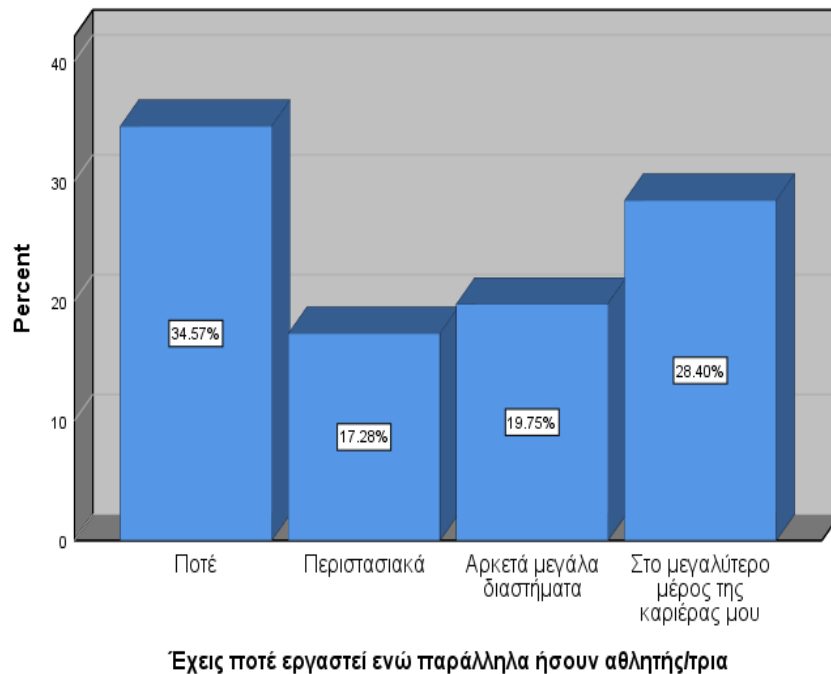


Ως προς το εάν οι συμμετέχοντες έχουν εργαστεί παράλληλα με την ενασχόληση με τον αθλητισμό, διερευνάται στον Πίνακα 13 και το Γράφημα 13. Το 34.6% απάντησαν πως ποτέ δεν έχουν εργαστεί, το 28.4% πως στο μεγαλύτερο μέρος της αθλητικής τους καριέρας εργάζονταν και το 19.8% πως σε αρκετά μεγάλα χρονικά διαστήματα εργάστηκαν. Επιπλέον, το 17.3% αναφέρει πως περιστασιακά χρειάστηκε να εργαστεί.

Πίνακας 13. Έχεις ποτέ εργαστεί ενώ παράλληλα ήσουν αθλητής/τρια

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Ποτέ | 28 | 34.6 | 34.6 |
| | Περιστασιακά | 14 | 17.3 | 51.9 |
| | Αρκετά μεγάλα διαστήματα | 16 | 19.8 | 71.6 |
| | Στο μεγαλύτερο μέρος της καριέρας μου | 23 | 28.4 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 13. Έχεις ποτέ εργαστεί ενώ παράλληλα ήσουν αθλητής/τρια

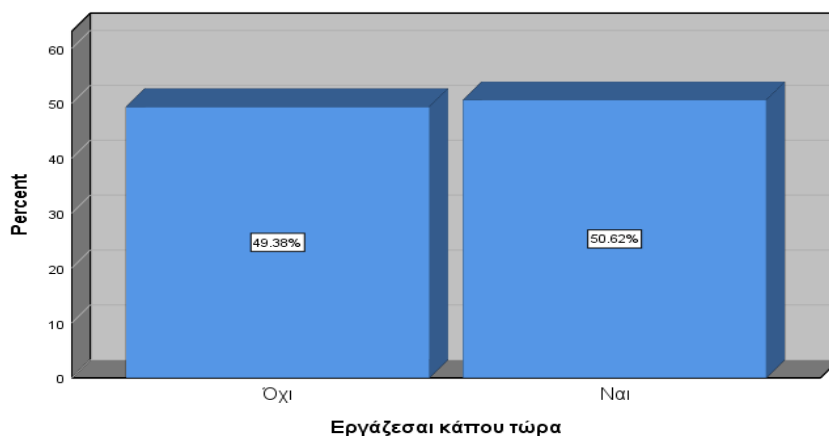


Στον Πίνακα 14 και το Γράφημα 14, αναλύεται το κατά πόσο οι συμμετέχοντες εργάζονται κάπου τώρα. Το 50.6% αυτών απάντησαν θετικά και το 49.4% έδωσαν αρνητική απάντηση.

Πίνακας 14. Εργάζεσαι κάπου τώρα

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Όχι | 40 | 49.4 | 49.4 |
| | Ναι | 41 | 50.6 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 14. Εργάζεσαι κάπου τώρα

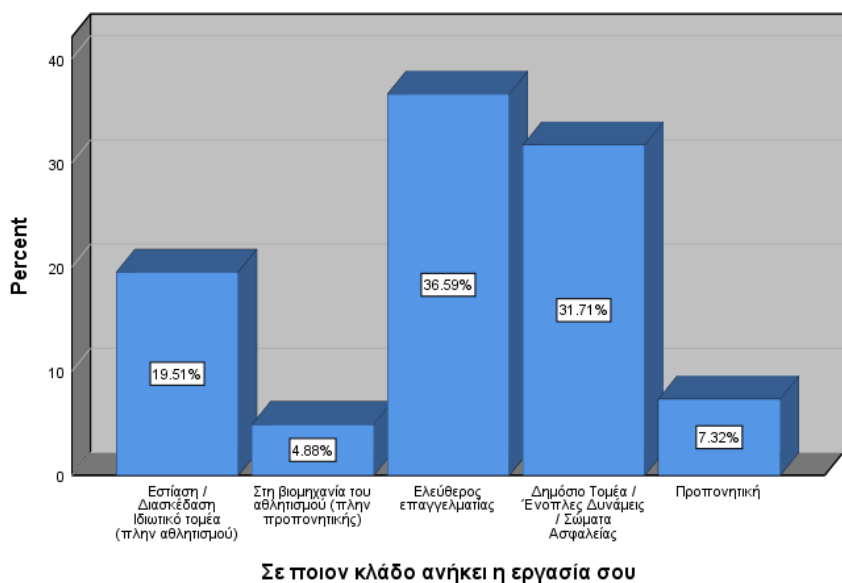


Ακολούθως, διερευνάται ο κλάδος στον οποίο ανήκει η εργασία των συμμετεχόντων. Το 36.6% φτάνουν όσοι εργάζονται ως ελεύθεροι επαγγελματίες και το 31.7% εργάζονται στον δημόσιο τομέα, στις ένοπλες δυνάμεις και στα σώματα ασφαλείας. Επιπλέον, το 19.5% αγγίζουν όσοι εργάζονται στον τομέα της εστίασης, της διασκέδασης και στον ιδιωτικό τομέα, με το 7.3% να απασχολείται στην προπονητική και το 4.9% στην βιομηχανία του αθλητισμού (Πίνακας 15 και Γράφημα 15).

Πίνακας 15. Σε ποιον κλάδο ανήκει η εργασία σου

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|---|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Εστίαση / Διασκέδαση Ιδιωτικό τομέα (πλην αθλητισμού) | 8 | 19.5 | 19.5 |
| | Στη βιομηχανία του αθλητισμού (πλην προπονητικής) | 2 | 4.9 | 24.4 |
| | Ελεύθερος επαγγελματίας | 15 | 36.6 | 61.0 |
| | Δημόσιο Τομέα / Ένοπλες Δυνάμεις / Σώματα Ασφαλείας | 13 | 31.7 | 92.7 |
| | Προπονητική | 3 | 7.3 | 100.0 |
| | Total | 41 | 100.0 | |
| Missing | System | 40 | | |

Γράφημα 15. Σε ποιον κλάδο ανήκει η εργασία σου

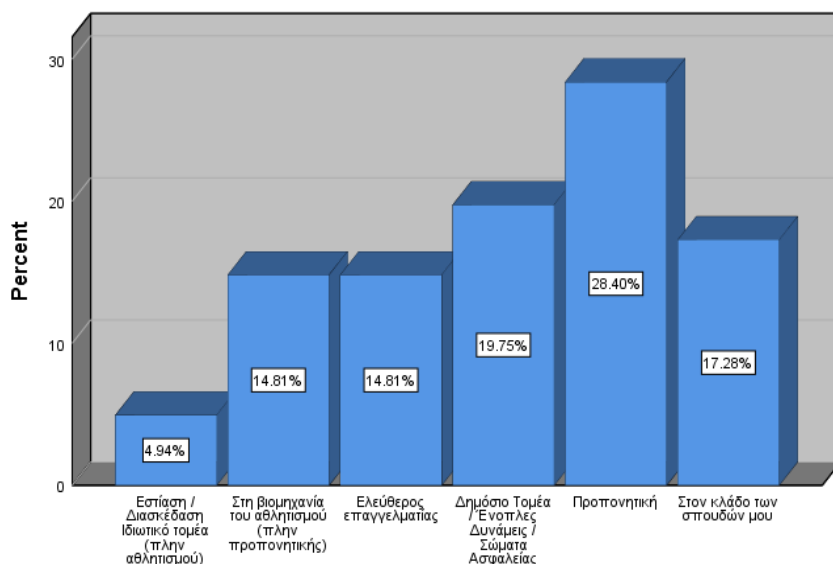


Στον Πίνακα 16 και το Γράφημα 16, μελετάται ο επαγγελματικός κλάδος στον οποίο θα ήθελαν να απασχολούνται οι συμμετέχοντες. Το 28.4% αυτών θα ήθελαν να απασχολούνται στον κλάδο της προπονητικής, το 19.8% στον δημόσιο τομέα και το 17.3% στον κλάδο των σπουδών τους. Όσοι αναφέρονται στην βιομηχανία του αθλητισμού και στον κλάδο των ελεύθερων επαγγελματιών αγγίζουν από 14.8% και το 4.9% θα ήθελαν να δραστηριοποιούνται στον κλάδο της εστίασης, της διασκέδασης και γενικότερα στον ιδιωτικό τομέα.

Πίνακας 16. Σε ποιον επαγγελματικό κλάδο θα επιθυμούσες να εργαστείς μετά το τέλος της αθλητικής σου καριέρας

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Εστίαση / Διασκέδαση Ιδιωτικό τομέα (πλην αθλητισμού) | 4 | 4.9 | 4.9 |
| | Στη βιομηχανία του αθλητισμού (πλην προπονητικής) | 12 | 14.8 | 19.8 |
| | Ελεύθερος επαγγελματίας | 12 | 14.8 | 34.6 |
| | Δημόσιο Τομέα / Ένοπλες Δυνάμεις / Σώματα Ασφαλείας | 16 | 19.8 | 54.3 |
| | Προπονητική | 23 | 28.4 | 82.7 |
| | Στον κλάδο των σπουδών μου | 14 | 17.3 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 16. Σε ποιον επαγγελματικό κλάδο θα επιθυμούσες να εργαστείς μετά το τέλος της αθλητικής σου καριέρας



Σε ποιον επαγγελματικό κλάδο θα επιθυμούσες να εργαστείς μετά το τέλος της αθλητικής σου καριέρας

Στον Πίνακα 17 και το Γράφημα 17, παρουσιάζεται η ηλικία στην οποία οι συμμετέχοντες θα ήθελαν ιδανικά να «εγκαταλείψουν» τον πρωταθλητισμό. Το 55.6% αγγίζουν όσοι αναφέρονται σε άνω των 40 ετών, το 21% σε 36 με 40 ετών και το 16% σε 31 με 35 ετών. Παράλληλα, το 7.4% αγγίζουν όσοι αναφέρονται σε ηλικίες 26 με 30 ετών.

Πίνακας 17. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | 26-30 | 6 | 7.4 | 7.4 |
| | 31-35 | 13 | 16.0 | 23.5 |
| | 36-40 | 17 | 21.0 | 44.4 |
| | Άνω των 40 ετών | 45 | 55.6 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

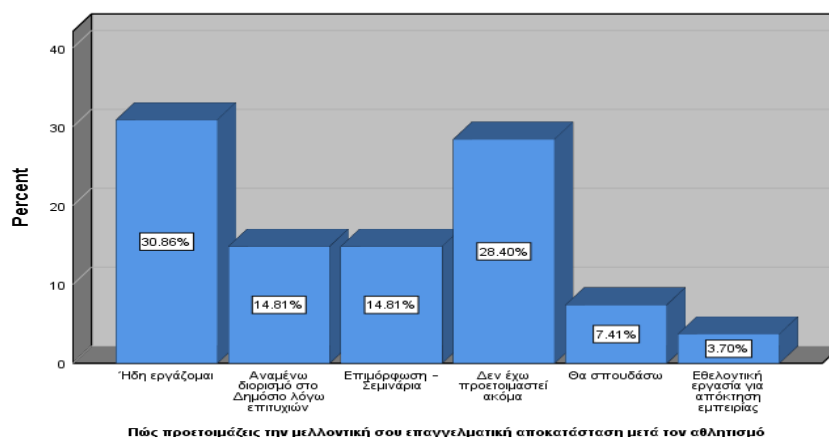
Γράφημα 17. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό

Ο Πίνακας 18 και το Γράφημα 18, αποτυπώνουν τον τρόπο προετοιμασίας που επιλέγουν οι αθλητές για την μελλοντική τους επαγγελματική αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό. Το 30.9% φτάνουν όσοι ήδη εργάζονται, το 28.4% αναφέρουν πως δεν έχουν προετοιμαστεί ακόμα, ενώ όσοι αναμένουν να διοριστούν στο Δημόσιο και αποσκοπούν σε επιμόρφωση και σεμινάρια, καταλαμβάνουν από 14.8% έκαστος. Το 7.4% αγγίζουν όσοι δηλώνουν πως σκοπεύουν να σπουδάσουν και το 3.7% πως θα πραγματοποιήσουν εθελοντική εργασία για απόκτηση εμπειρίας.

Πίνακας 18. Πώς προετοιμάζεις την μελλοντική σου επαγγελματική αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Ήδη εργάζομαι | 25 | 30.9 | 30.9 |
| | Αναμένω διορισμό στο Δημόσιο λόγω επιτυχιών | 12 | 14.8 | 45.7 |
| | Επιμόρφωση – Σεμινάρια | 12 | 14.8 | 60.5 |
| | Δεν έχω προετοιμαστεί ακόμα | 23 | 28.4 | 88.9 |
| | Θα σπουδάσω | 6 | 7.4 | 96.3 |
| | Εθελοντική εργασία για απόκτηση εμπειρίας | 3 | 3.7 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 18. Πώς προετοιμάζεις την μελλοντική σου επαγγελματική αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό

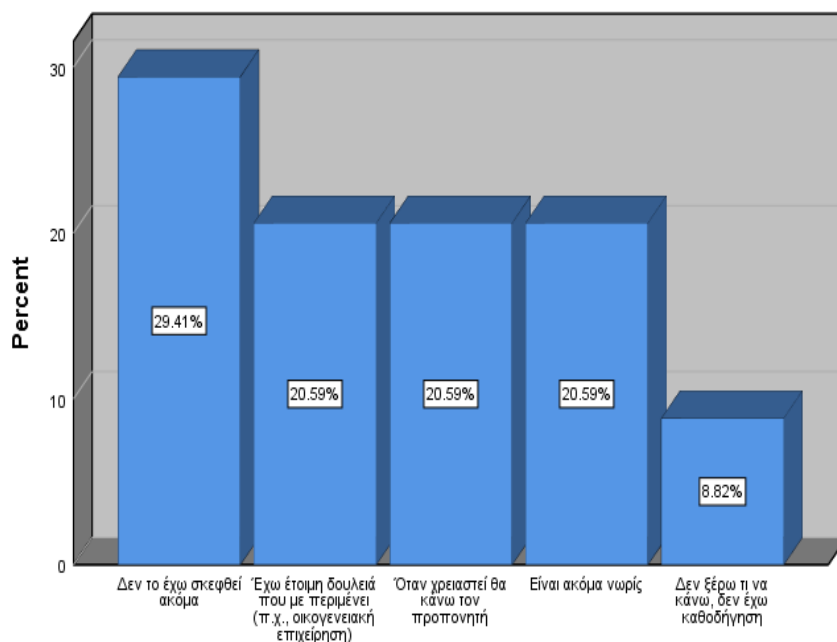


Ταυτόχρονα, οι συμμετέχοντες που δεν έχουν προετοιμαστεί, καλούνται να δηλώσουν τον λόγο. Στον Πίνακα 19 και το Γράφημα 19, παρατηρείται πως το 29.4% των συμμετεχόντων δεν έχουν σκεφθεί ακόμα, ενώ οι απαντήσεις «Έχω έτοιμη δουλειά που με περιμένει», «Όταν χρειαστεί θα κάνω τον προπονητή» και «Είναι ακόμα νωρίς», καταλαμβάνουν από 20.6% η κάθε μια. Επιπλέον, το 8.8% ανήκει σε όσους δεν ξέρουν πως να συνεχίσουν στην επαγγελματική τους πορεία, καθώς δεν έχουν καθοδήγηση.

Πίνακας 19. Σε περίπτωση που δεν έχεις προετοιμαστεί ακόμα, ποιο από τα παρακάτω ισχύει για εσένα

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|---|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Δεν το έχω σκεφθεί ακόμα | 10 | 29.4 | 29.4 |
| | Έχω έτοιμη δουλειά που με περιμένει (π.χ., οικογενειακή επιχείρηση) | 7 | 20.6 | 50.0 |
| | Όταν χρειαστεί θα κάνω τον προπονητή | 7 | 20.6 | 70.6 |
| | Είναι ακόμα νωρίς | 7 | 20.6 | 91.2 |
| | Δεν ξέρω τι να κάνω, δεν έχω καθοδήγηση | 3 | 8.8 | 100.0 |
| | Total | 34 | 100.0 | |
| Missing | System | 47 | | |
| Total | | 81 | | |

Γράφημα 19. Σε περίπτωση που δεν έχεις προετοιμαστεί ακόμα, ποιο από τα παρακάτω ισχύει για εσένα



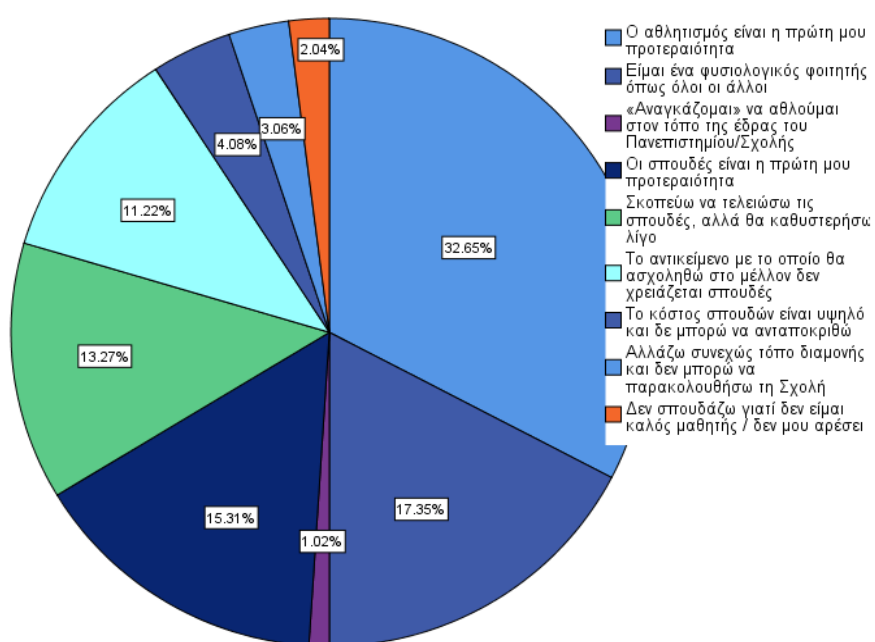
Στον Πίνακα 20 και το Γράφημα 20, διερευνώνται οι φράσεις που εκφράζουν περισσότερο τους συμμετέχοντες αναφορικά με τις σπουδές τους. Το 32.7% του συνόλου των απαντήσεων σχετίζονται με το ότι ο αθλητισμός είναι η πρώτη προτεραιότητα, το 17.3% αγγίζει η άποψη πως η συμμετέχοντες είναι φυσιολογικοί φοιτητές, το 15.3% των απαντήσεων σχετίζονται με το ότι οι σπουδές είναι η πρώτη προτεραιότητα και το 13.3% αγγίζει το ότι οι συμμετέχοντες σκοπεύουν να τελειώσουν τις σπουδές τους με μια καθυστέρηση. Ακόμη, το 11.2% των απαντήσεων αφορούν το ότι το αντικείμενο με το οποίο θα ασχοληθούν οι ερωτηθέντες στο μέλλον δεν χρειάζεται σπουδές, το 4.1% πως το κόστους των σπουδών είναι υψηλό, το 3.1% πως πραγματοποιείται συχνή αλλαγή τόπου διαμονής και το 2% με το ότι οι συμμετέχοντες δεν σπουδάζουν. Τέλος, το 1% των συνολικών απαντήσεων αντιπροσωπεύει η δήλωση «Αναγκάζομαι να αθλούμαι στον τόπο της έδρας του Πανεπιστημίου/Σχολής».

Πίνακας 20. Ποια από τις παρακάτω φράσεις σε εκφράζει περισσότερο σχετικά με τις σπουδές σου

| | | Frequenc y | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--|---------------|---------------|-----------------------|
| Valid | Ο αθλητισμός είναι η πρώτη μου προτεραιότητα | 32 | 32.7 | 32.7 |
| | Είμαι ένα φυσιολογικός φοιτητής, όπως όλοι οι άλλοι | 17 | 17.3 | 50.0 |
| | «Αναγκάζομαι» να αθλούμαι στον τόπο της έδρας του Πανεπιστημίου/Σχολής | 1 | 1.0 | 51.0 |
| | Οι σπουδές είναι η πρώτη μου προτεραιότητα | 15 | 15.3 | 66.3 |
| | Σκοπεύω να τελειώσω τις σπουδές, αλλά θα καθυστερήσω λίγο | 13 | 13.3 | 79.6 |

| | | | |
|--|----|------|-------|
| Το αντικείμενο με το οποίο θα ασχοληθώ στο μέλλον δεν χρειάζεται σπουδές | 11 | 11.2 | 90.8 |
| Το κόστος σπουδών είναι υψηλό και δε μπορώ να ανταποκριθώ | 4 | 4.1 | 94.9 |
| Αλλάζω συνεχώς τόπο διαμονής και δεν μπορώ να παρακολουθήσω τη Σχολή | 3 | 3.1 | 98.0 |
| Δεν σπουδάζω γιατί δεν είμαι καλός μαθητής / δεν μου αρέσει | 2 | 2.0 | 100.0 |

Γράφημα 20. Ποια από τις παρακάτω φράσεις σε εκφράζει περισσότερο σχετικά με τις σπουδές σου

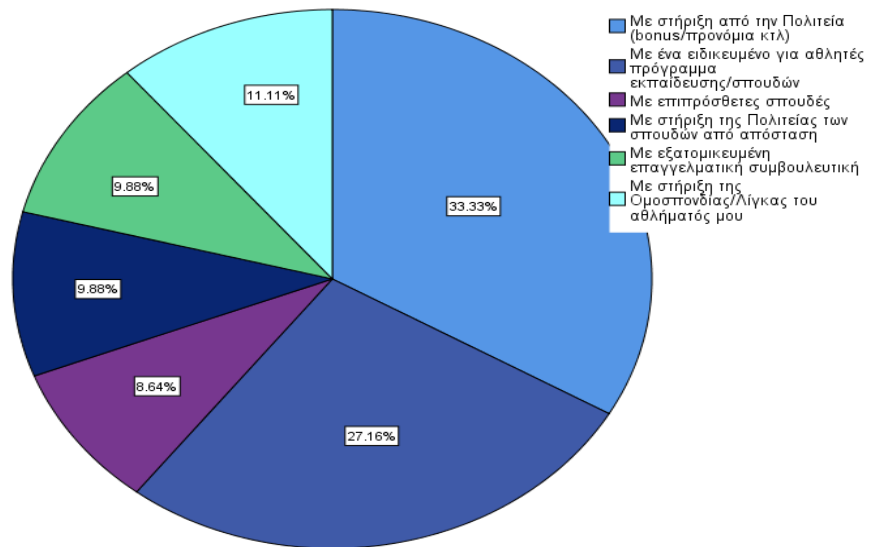


Στον Πίνακα 21 και το Γράφημα 21, αναλύονται οι τρόποι με τους οποίους οι αθλητές θεωρούν πως θα μπορούσαν να προετοιμαστούν πιο κατάλληλα για την επαγγελματική τους ζωή μετά τον αθλητισμό. Το 33.3% φτάνουν όσοι αναφέρονται στην στήριξη από την πολιτεία, το 27.2% κάνουν λόγο για ειδικευμένο πρόγραμμα για αθλητές και το 11.1% αναφέρονται σε στήριξη της ομοσπονδίας και της λίγκας του αθλήματός τους. Όσοι κάνουν λόγο για εξατομικευμένη επαγγελματική συμβουλευτική και στήριξη από την πολιτεία των σπουδών από απόσταση, καταλαμβάνουν από 9.9% έκαστος και το 8.6% αντιπροσωπεύουν όσοι αναφέρονται σε επιπρόσθετες σπουδές.

Πίνακας 21. Πως θεωρείς ότι θα προετοιμαζόσουν καλύτερα για την επαγγελματική σου ζωή μετά τον αθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Με στήριξη από την Πολιτεία (bonus/προνόμια κτλ) | 27 | 33.3 | 33.3 |
| | Με ένα ειδικευμένο για αθλητές πρόγραμμα εκπαίδευσης/σπουδών | 22 | 27.2 | 60.5 |
| | Με επιπρόσθετες σπουδές | 7 | 8.6 | 69.1 |
| | Με στήριξη της Πολιτείας των σπουδών από απόσταση | 8 | 9.9 | 79.0 |
| | Με εξατομικευμένη επαγγελματική συμβουλευτική | 8 | 9.9 | 88.9 |
| | Με στήριξη της Ομοσπονδίας/Λίγκας του αθλήματός μου | 9 | 11.1 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 21. Πως θεωρείς ότι θα προετοιμαζόσουν καλύτερα για την επαγγελματική σου ζωή μετά τον αθλητισμό



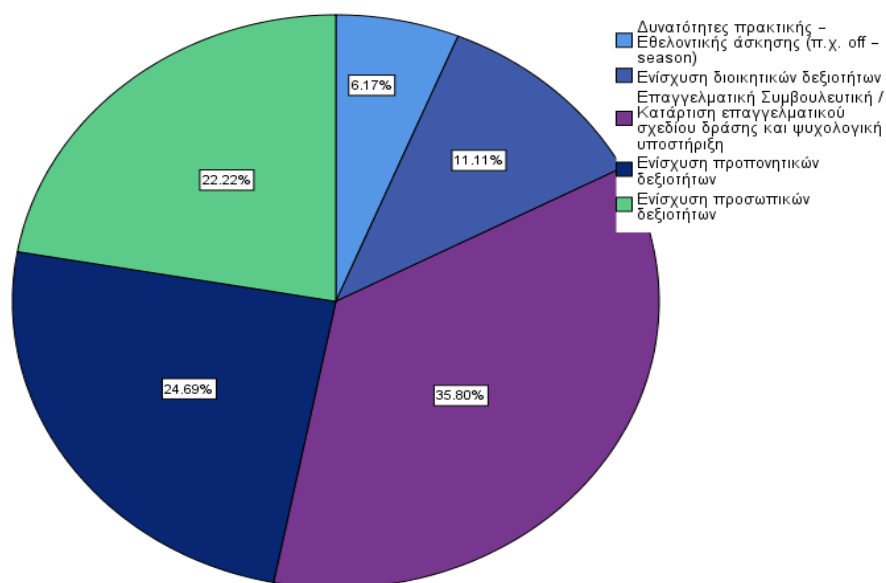
Στον Πίνακα 22 και το Γράφημα 22, διερευνάται το τι θα έπρεπε να περιέχει ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης» και προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό. Το 35.8% αγγίζουν όσοι αναφέρονται σε επαγγελματική συμβουλευτική και κατάρτιση επαγγελματικού σχεδίου δράσης σε συνδυασμό με ψυχολογική υποστήριξη. Το 24.7% φτάνουν όσοι θεωρούν πως θα έπρεπε να εμπεριέχεται ενίσχυση των προπονητικών δεξιοτήτων, το 22.2% αναφέρονται στην ενίσχυση των προσωπικών δεξιοτήτων και το 11.1%. Επιπλέον, το 6.2% αγγίζουν όσοι αναφέρονται στις δυνατότητες πρακτικής και εθελοντικής άσκησης.

Πίνακας 22. Τι θα έπρεπε να περιέχει ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης»-προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Δυνατότητες πρακτικής – Εθελοντικής άσκησης (π.χ. off – season) | 5 | 6.2 | 6.2 |
| | Ενίσχυση διοικητικών δεξιοτήτων | 9 | 11.1 | 17.3 |

| | | | |
|---|----|-------|-------|
| Επαγγελματική Συμβουλευτική / Κατάρτιση επαγγελματικού σχεδίου δράσης και ψυχολογική υποστήριξη | 29 | 35.8 | 53.1 |
| Ενίσχυση προπονητικών δεξιοτήτων | 20 | 24.7 | 77.8 |
| Ενίσχυση προσωπικών δεξιοτήτων | 18 | 22.2 | 100.0 |
| Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 22. Τι θα έπρεπε να περιέχει ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης»-προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό



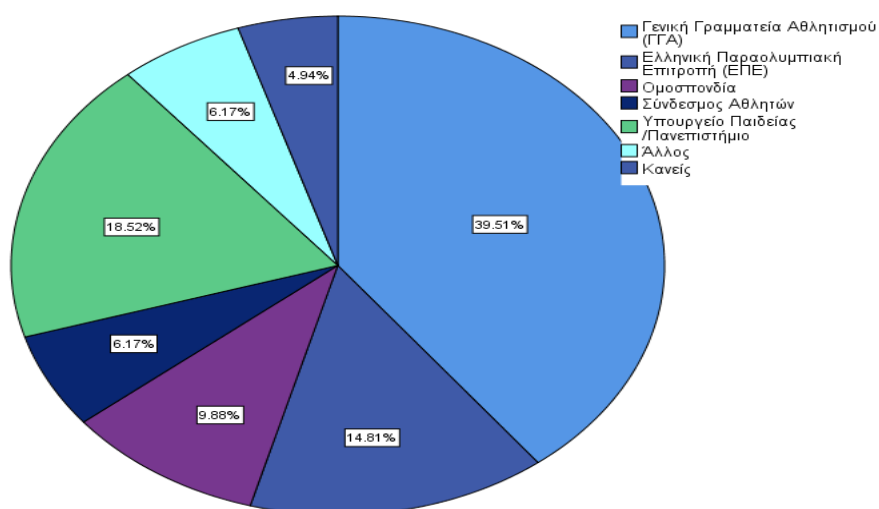
Στον Πίνακα 23 και το Γράφημα 23, αναλύονται οι φορείς που ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό, σύμφωνα με τους συμμετέχοντες. Το 39.5% αγγίζουν όσοι αναφέρουν την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, το 18.5% στο Υπουργείο Παιδείας και το 14.8% στην Ελληνική Πραολυμπιακή Επιτροπή. Το 9.9% φτάνουν όσοι αναφέρονται στην

Ομοσπονδία, το 6.2% στον Σύνδεσμο Αθλητών, ενώ η απάντηση «Άλλος» και «Κανείς» αντιπροσωπεύουν το 6.2% και το 4.9% αντίστοιχα.

Πίνακας 23. Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------------------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ) | 32 | 39.5 | 39.5 |
| | Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (ΕΠΕ) | 12 | 14.8 | 54.3 |
| | Ομοσπονδία | 8 | 9.9 | 64.2 |
| | Σύνδεσμος Αθλητών | 5 | 6.2 | 70.4 |
| | Υπουργείο Παιδείας /Πανεπιστήμιο | 15 | 18.5 | 88.9 |
| | Άλλος | 5 | 6.2 | 95.1 |
| | Κανείς | 4 | 4.9 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 23. Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό

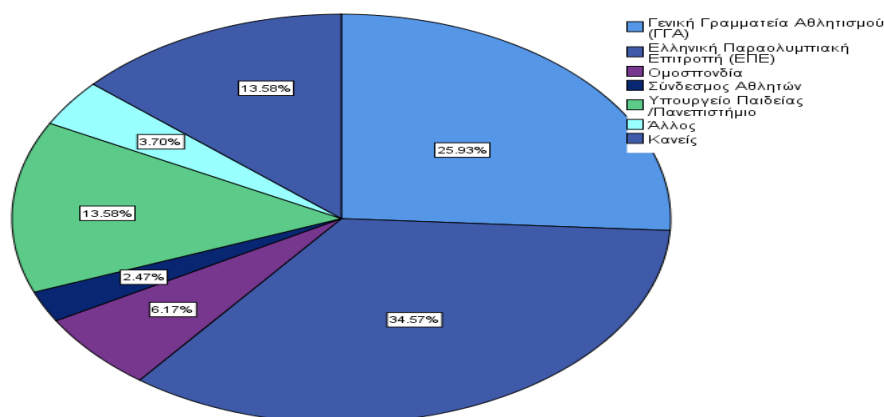


Στον Πίνακα 24 και το Γράφημα 24, παρουσιάζονται οι απόψεις των συμμετεχόντων αναφορικά με τους φορείς που είναι κατάλληλη για την υλοποίηση προγραμμάτων εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική τους αποκατάσταση. Το 34.6% φτάνουν όσοι αναφέρονται στην Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή. Το 25.9% στην Γενική Γραμματεία Αθλητισμού και το Υπουργείο Παιδείας και η απάντηση «Κανείς» αντιπροσωπεύουν από 13.6% του δείγματος. Το 6.2% αγγίζει η ομοσπονδία, το 3.7% η απάντηση «Άλλος» και το 2.5% ο σύνδεσμος αθλητών.

Πίνακας 24. Ποιος φορέας είναι κατάλληλος να οργανώσει-υλοποιήσει πρόγραμμα εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική αποκατάσταση

| | | Frequency | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------------------------|-----------|---------------|--------------------|
| Valid | Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ) | 21 | 25.9 | 25.9 |
| | Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (ΕΠΕ) | 28 | 34.6 | 60.5 |
| | Ομοσπονδία | 5 | 6.2 | 66.7 |
| | Σύνδεσμος Αθλητών | 2 | 2.5 | 69.1 |
| | Υπουργείο Παιδείας /Πανεπιστήμιο | 11 | 13.6 | 82.7 |
| | Άλλος | 3 | 3.7 | 86.4 |
| | Κανείς | 11 | 13.6 | 100.0 |
| | Total | 81 | 100.0 | |

Γράφημα 24. Ποιος φορέας είναι κατάλληλος να οργανώσει-υλοποιήσει πρόγραμμα εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική αποκατάσταση



Στη συνέχεια διερευνάται το πρώτο ερευνητικό ερώτημα της έρευνας. Όπως φαίνεται από τα αποτελέσματα του ελέγχου Chi-square στον Πίνακα 25, υφίσταται στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ του φύλου και της ηλικίας στην οποία οι συμμετέχοντες θα ήθελαν ιδανικά να αποσυρθούν από τον πρωταθλητισμό. Στον Πίνακα 26, παρατηρείται πως η πλειοψηφία των ερωτηθέντων προτιμούν να αποσυρθούν σε ηλικία άνω των 40 ετών, ωστόσο σε μεγαλύτερη συχνότητα οι γυναίκες αναφέρουν πως θα αποσυρθούν στην ηλικία αυτή.

Πίνακας 25 Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό

| | Value | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
|------------------------------|--------|----|-----------------------------------|
| Pearson Chi-Square | 8.601a | 3 | .035 |
| Likelihood Ratio | 10.308 | 3 | .016 |
| Linear-by-Linear Association | 7.586 | 1 | .006 |
| N of Valid Cases | 81 | | |

a. 4 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.41.

Πίνακας 26. Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό

| | Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό | Total |
|--|---|-------|
| | | |

| | | | 26-30 | 31-35 | 36-40 | Άνω των 40 ετών | |
|-------|---------|---------------|-------|-------|-------|--------------------|--------|
| Φύλο | Ανδρας | Count | 6 | 12 | 15 | 29 | 62 |
| | | % within Φύλο | 9.7% | 19.4% | 24.2% | 46.8% | 100.0% |
| | Γυναίκα | Count | 0 | 1 | 2 | 16 | 19 |
| | | % within Φύλο | 0.0% | 5.3% | 10.5% | 84.2% | 100.0% |
| Total | | Count | 6 | 13 | 17 | 45 | 81 |
| | | % within Φύλο | 7.4% | 16.0% | 21.0% | 55.6% | 100.0% |

Ακολούθως, διερευνάται και το δεύτερο ερευνητικό ερώτημα. Στον Πίνακα 27, είναι σαφές πως υφίσταται στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση του αθλήματος που ασχολούνται οι συμμετέχοντες με την άποψη των συμμετεχόντων για τους φορείς που ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική ζωή μετά τον πρωταθλητισμό. Όπως φαίνεται, όσοι ασχολούνται με την κολύμβηση και τον στίβο στην πλειοψηφία τους θεωρούν πως ενδιαφέρεται πρώτιστος η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, ενώ όσοι ασχολούνται με το μπότσια αναφέρονται στην Ομοσπονδία.

Πίνακας 27. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι * Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό

| | Val | df | Asymptotic Significance (2- sided) |
|------------------------------|---------|----|--|
| Pearson Chi-Square | 24.102a | 12 | .020 |
| Likelihood Ratio | 24.007 | 12 | .020 |
| Linear-by-Linear Association | .156 | 1 | .693 |
| N of Valid Cases | 81 | | |

Πίνακας 28. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι * Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό

| | | | Ποιοι φορείς ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική-προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό | | | | | | | Total |
|---------------------------|-----------|----------------------------------|---|-----------------------------------|------------|-------------------|-----------------------------------|-------|--------|--------|
| | | | Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ) | Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή (ΕΟΕ) | Ομοσπονδία | Σύνδεσμος Αθλητών | Υπουργείο Παιδείας / Πανεπιστήμιο | Άλλος | Κανείς | |
| Με ποιο άθλημα ασχολείσαι | Κολύμβηση | Count | 4 | 15 | 3 | 5 | | | 6 | |
| | | within Με ποιο άθλημα ασχολείσαι | 8.9% | 9% | 3% | 3.9% | 9% | 3% | 8% | 100.0% |
| | Στίβος | Count | 7 | 15 | 1 | 0 | 8 | | 5 | |
| | | within Με ποιο άθλημα ασχολείσαι | 8.6% | 4.3% | .9% | .0% | 2.9% | .9% | .6% | 100.0% |
| Μπότς | Count | | 2 | 4 | | 2 | | 0 | | |

| | | | | | | | | | | | |
|-------|--|--|------|---------|-----|---|---|----|--|--|-----------|
| | | within Με ποιο άθλημα ασχολε ίσαι | 0.0% | 1 0% | 20. | 4 | 0 | 20 | | | |
| Total | | ount | 2 | 3 | 12 | 8 | 5 | 15 | | | 1 |
| | | within Με ποιο άθλημα ασχολε ίσαι | 9.5% | 8% | 14. | 9 | 6 | 18 | | | 00.0 % |

ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στην παραπάνω έρευνα αναλύθηκε η μετάβαση Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από τον χώρο του αθλητισμού και του πρωταθλητισμού, στον χώρο της εκπαίδευσης και της επαγγελματικής αποκατάστασης. Στην έρευνα πήραν μέρος συνολικά 81 άτομα, εκ των οποίων τα περισσότερα άνδρες, άνω των 32 ετών και ανύπαντροι. Επιπλέον, οι περισσότεροι είναι απόφοιτοι ΑΕΙ - ΤΕΙ, ασχολούνται είτε με την κολύμβηση είτε με τον στίβο και ασχολούνται με τον πρωταθλητισμό έως 5 έτη. Ακόμη, οι περισσότεροι απαντούν θετικά πως συμμετέχουν σε κάποια Εθνική Ομάδα και πως αποτελούν μέλη της ομάδας ανδρών/γυναικών και έχουν έως 5 συμμετοχές.

Μέσα από την έρευνα, αναδείχθηκε πως οι αθλητές δεν έλαβαν καμία βοήθεια, πιο συχνά απολαμβάνουν το κυνήγι των νέων στόχων μέσα από την ενασχόληση με τον αθλητισμό και δηλώνουν κατά μέσο όρο ετήσιο εισόδημα έως 20.000€, λόγω του αθλητισμού. Παράλληλα, οι περισσότεροι αναφέρουν πως δεν έχουν εργαστεί ποτέ, ενώ όσοι εργάζονται απασχολούνται πρωτίστως στον δημόσιο τομέα, στις ένοπλες δυνάμεις και στα σώματα ασφαλείας, ενώ πιο συχνά οι συμμετέχοντες θα επιθυμούσαν να εργαζόντουσαν στον τομέα της προπονητικής. Ακόμη, θα επιθυμούσαν να «εγκαταλείψουν» τον πρωταθλητισμό σε ηλικία άνω των 40 ετών.

Συνεχίζοντας, οι περισσότεροι αθλητές ήδη εργάζονται, επομένως έχουν μια επαγγελματική αποκατάσταση, ενώ όσοι δεν έχουν προετοιμαστεί δεν έχουν σκεφθεί ακόμη για την επαγγελματική τους αποκατάσταση. Επιπλέον, πιο συχνά οι συμμετέχοντες δηλώνουν πως ο αθλητισμός είναι η πρώτη προτεραιότητα τους και δηλώνουν πως θα τους βοηθούσε στην προετοιμασία τους για την ζωή τους μετά τον αθλητισμό, η στήριξη από την πολιτεία. Ταυτόχρονα, ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης» και προετοιμασίας αθλητών σχετικά με την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό υποστηρίζουν σε υψηλότερο βαθμό πως θα έπρεπε να περιλαμβάνει επαγγελματική συμβουλευτική και κατάρτιση επαγγελματικού σχεδίου δράσης σε συνδυασμό με ψυχολογική υποστήριξη. Τέλος, θεωρούν πως η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ενδιαφέρεται περισσότερο για την προετοιμασία των αθλητών σε σχέση με το επαγγελματικό και προσωπικό βίο, με το πέρας του αθλητισμού, ενώ η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή αναδείχθηκε η καταλληλότερη για την υλοποίηση

προγραμμάτων που αφορούν την εκπαίδευση και την προετοιμασία στην επαγγελματική τους αποκατάσταση.

Στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα, αναδείχθηκε πως πιο συχνά οι γυναίκες θεωρούν πως ιδανικά θα ήθελαν να αποσυρθούν μετά τα 40 έτη τους από τον πρωταθλητισμό. Τέλος, στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα, παρατηρείται πως οι αθλητές στίβου ή κολύμβησης θεωρούν πως ενδιαφέρεται πρωτίστως η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική ζωή μετά τον πρωταθλητισμό. Ωστόσο, όσοι είναι αθλητές της μπότσια, πιο συχνά υποστηρίζουν ότι περισσότερο ενδιαφέρεται η Ομοσπονδία.

Στην παραπάνω έρευνα αναλύθηκε η μετάβαση Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από την περιοχή του αθλητισμού και του πρωταθλητισμού, στον χώρο της εκπαίδευσης και της επαγγελματικής αποκατάστασης. Στην έρευνα πήραν μέρος συνολικά 81 άτομα, εκ των οποίων τα περισσότερα άνδρες, άνω των 32 ετών και ανύπαντροι. Επιπλέον, οι περισσότεροι είναι απόφοιτοι ΑΕΙ - ΤΕΙ, ασχολούνται είτε με την κολύμβηση είτε με τον στίβο και ασχολούνται με τον πρωταθλητισμό έως 5 έτη. Ακόμη, οι περισσότεροι απαντούν θετικά πως συμμετέχουν σε κάποια Εθνική Ομάδα και πως αποτελούν μέλη της ομάδας ανδρών/γυναικών και έχουν έως 5 συμμετοχές.

Μέσα από την έρευνα, αναδείχθηκε πως οι αθλητές δεν έλαβαν καμία βοήθεια, πιο συχνά απολαμβάνουν το κυνήγι των νέων στόχων μέσα από την ενασχόληση με τον αθλητισμό και δηλώνουν κατά μέσο όρο ετήσιο εισόδημα έως 20.000€, λόγω του αθλητισμού. Παράλληλα, οι περισσότεροι αναφέρουν πως δεν έχουν εργαστεί ποτέ, ενώ όσοι εργάζονται απασχολούνται πρωτίστως στον δημόσιο τομέα, στις ένοπλες δυνάμεις και στα σώματα ασφαλείας, ενώ πιο συχνά οι συμμετέχοντες θα επιθυμούσαν να εργαζόντουσαν στον τομέα της προπονητικής. Ακόμη, θα επιθυμούσαν να «εγκαταλείψουν» τον πρωταθλητισμό σε ηλικία άνω των 40 ετών.

Συνεχίζοντας, οι περισσότεροι αθλητές ήδη εργάζονται, επομένως έχουν μια επαγγελματική αποκατάσταση, ενώ όσοι δεν έχουν προετοιμαστεί δεν έχουν σκεφθεί ακόμη για την επαγγελματική τους αποκατάσταση. Επιπλέον, πιο συχνά οι συμμετέχοντες δηλώνουν πως ο αθλητισμός είναι η πρώτη προτεραιότητα τους και δηλώνουν πως θα τους βοηθούσε στην προετοιμασία τους για την ζωή τους μετά τον αθλητισμό, η στήριξη από την πολιτεία. Ταυτόχρονα, ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης»

και προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό υποστηρίζουν σε υψηλότερο βαθμό πως θα έπρεπε να περιλαμβάνει επαγγελματική συμβουλευτική και κατάρτιση επαγγελματικού σχεδίου δράσης σε συνδυασμό με ψυχολογική υποστήριξη. Τέλος, θεωρούν πως η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ενδιαφέρεται περισσότερο για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική ζωή, μετά τον αθλητισμό, ενώ η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή αναδείχθηκε η καταλληλότερη για την υλοποίηση προγραμμάτων εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική τους αποκατάσταση.

Στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα, αναδείχθηκε πως πιο συχνά οι γυναίκες θεωρούν πως ιδανικά θα ήθελαν να αποσυρθούν μετά τα 40 έτη τους από τον πρωταθλητισμό. Τέλος, στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα, παρατηρείται πως οι αθλητές στίβου ή κολύμβησης θεωρούν πως ενδιαφέρεται πρώτιστος η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική ζωή μετά τον πρωταθλητισμό. Ωστόσο, όσοι είναι αθλητές της μπότσια, πιο συχνά υποστηρίζουν ότι περισσότερο ενδιαφέρεται η Ομοσπονδία.

Τα ευρήματα της παρούσα έρευνας, ενισχύονται από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που πραγματοποιήθηκε, καθώς φαίνεται να συμφωνούν με πολλά από τα ευρήματα άλλων ερευνών. Αρχικά, παρατηρείται ότι οι αθλητές με αναπηρία στην Ελλάδα, δεν δέχονται κάποια υποστήριξη, τόσο σε οικονομικό επίπεδο, όσο και σε επίπεδο ενδιαφέροντος για την επαγγελματική τους κατάσταση ή το χτίσιμο μίας διπλής καριέρας. Σύμφωνα με την έρευνα των Zafeiroudi et al. (2020), με βάση το νόμο 2725 του Υπουργείου Αθλητισμού του 1999 και το πρόσφατο νόμο 4547 του Υπουργείου Παιδείας το 2019 για την πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια εκπαίδευση, είναι προφανές ότι στην Ελλάδα υπάρχει «κενό» συγκεκριμένης νομοθεσίας ή στρατηγικού σχεδίου στήριξης της «ζωής μετά τον αθλητισμό» των αθλητών είτε από το κράτος είτε από τους αθλητικούς φορείς. Στην πραγματικότητα, δεν λαμβάνεται υπόψη η πιθανή απασχολησιμότητα των αθλητών στο μέλλον. Επιπλέον, δεν προσφέρεται η συνεχής εκπαίδευση και η ενίσχυση της κατάρτισης των αθλητών ως προς ένα πρόγραμμα που θα ήταν σε θέση να διευκολύνει τη θετική μετάβαση από το αθλητικό περιβάλλον στη μετααθλητική ζωή ή τον συνδυασμό της καριέρας στον

αθλητισμό με μια ακαδημαϊκή καριέρα (Zafeiroudi et al., 2020). Επιπλέον, πλήθος ερευνών που παρουσιάστηκαν, δείχνουν πως τα αθλητικά σωματεία και τα κράτη, δεν έχουν δείξει έμπρακτα τη στήριξη τους στους αθλητές και πόσο μάλλον στους αθλητές με αναπηρία, που αντιμετωπίζουν ακόμη περισσότερα προβλήματα στην προσπάθεια εύρεσης εργασίας (Hanlon & Taylor, 2022). Το θετικό γεγονός, σχετίζεται με το ότι όπως αναδείχθηκε από την τρέχουσα έρευνα, οι συμμετέχοντες αθλητές έχουν ήδη μία επαγγελματική αποκατάσταση. Αν και έχουν πραγματοποιηθεί πολλές έρευνες σχετικά με τους αθλητές με αναπηρία στην Ελλάδα αλλά και σε διεθνές επίπεδο, τα ερευνητικά ερωτήματα που προέκυψαν από την παρούσα έρευνα παρέχουν εξαιρετικά πρωτότυπα συμπεράσματα, που μπορούν να αποτελέσουν βάση για την προσαρμογή μελλοντικών σχεδιασμών, που θα βοηθήσουν τους αθλητές με αναπηρία να λάβουν τα απαραίτητα εφόδια, τα οποία θα τους βοηθήσουν όταν βρεθούν στο στάδιο της μετάβασης από τον αθλητισμό στην επαγγελματική αποκατάσταση.

Σύμφωνα με τους Alferman και Stambulova (2007), η αθλητική σταδιοδρομία αποτελεί μια διαρκής αθλητική προσπάθεια που αναλαμβάνεται από ένα άτομο το οποίο στοχεύει να αξιοποιήσει πλήρως τις δυνατότητές του όσον αφορά τις αθλητικές του ικανότητες. Αντιθέτως, ο Bloom (1985) περιγράφει την αθλητική καριέρα ως μια διαδικασία τριών σταδίων: τα «πρώιμα» χρόνια, τα οποία διακρίνονται από τον προσανατολισμό της διαδικασίας, την εκπαίδευση και την γονεϊκή υποστήριξη, τα «μεσαία» χρόνια, τα οποία προσανατολίζονται στην επίτευξη συγκεκριμένης απόδοσης και στην απαίτηση μιας αυξητικής τάσης δέσμευσης στο άθλημα και τα «τελευταία» χρόνια, σύμφωνα με τα οποία αφιερώνουν το μεγαλύτερο μέρος της ζωής τους στον αθλητισμό. Αν και τα δεδομένα αλλάζουν ελαφρώς για τα άτομα με αναπηρία, η πορεία είναι κοινή και συνοδεύεται πάντα από το επόμενο βήμα της μετάβασης στην επαγγελματική ζωή, συχνά χωρίς τις απαραίτητες εμπειρίες και εφόδια. Δεδομένου ότι για ένα άτομο με αναπηρία η κατάσταση μπορεί να είναι ακόμη πιο δύσκολη, είναι σημαντικό η έρευνα στον τομέα να επεκταθεί, παράλληλα με την ευαισθητοποίηση των αντίστοιχων φορέων. Δυστυχώς, το φαινόμενο της εκμετάλλευσης των αθλητών και της αδιαφορίας για το μέλλον τους, είναι σύνθηρες και οι συνέπειες του, έχουν αποδειχθεί ολέθριες. Δεδομένου ότι ο αθλητισμός για άτομα με αναπηρία αποτελεί έναν θεσμό στραμμένο στην παροχή ίσως ευκαιριών και την άρση του αποκλεισμού, πρέπει να παραμείνει επικεντρωμένος στο στόχο της βελτίωσης της ποιότητας ζωής των

συμμετεχόντων καθ' όλη τη διάρκεια του βίου τους και όχι μόνο όσο διαρκεί η αθλητική τους καριέρα.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Η παρούσα έρευνα εξέτασε το ζήτημα της μετάβασης των Ελλήνων αθλητών με αναπηρία από την αθλητική στην επαγγελματική καριέρα, μέσα από τη διεξαγωγή ποσοτικής έρευνας.

Όπως κάθε έρευνα, έτσι και η παρούσα είχε ορισμένους περιορισμούς, όπως για παράδειγμα τη μικρή έκταση του δείγματος της. Κατά συνέπεια, θα ήταν πολύ χρήσιμο η παρούσα έρευνα να πραγματοποιηθεί και σε ένα μεγαλύτερο δείγμα, τουλάχιστον διακοσίων συμμετεχόντων.

Ακόμη, θα ήταν ιδιαίτερα χρήσιμο να πραγματοποιηθεί μία ποιοτική έρευνα, μέσω συνεντεύξεων, ώστε εξεταστούν σε βάθος οι απόψεις των Ελλήνων αθλητών με αναπηρία, σχετικά με τη μετάβαση από την αθλητική στην επαγγελματική καριέρα. Μια έρευνα με ημι-δομημένες συνεντεύξεις θα επέτρεπε να εξαχθούν χρήσιμα συμπεράσματα όσον αφορά τα συναισθήματα των αθλητών, τους φόβους τους αλλά και τον τρόπο με τον οποίο η μετάβαση αυτή θα μπορούσε να διευκολυνθεί.

Επιπρόσθετα, θα ήταν εξαιρετικά ενδιαφέρον να πραγματοποιηθεί μία έρευνα η οποία θα εστιάζει στη σύγκριση της διαδικασίας της μετάβασης από την αθλητική στην επαγγελματική καριέρα για αθλητές με αναπηρία, ανάμεσα σε διάφορα αθλήματα. Αν και η παρούσα έρευνα διερεύνησε την επίδραση του είδους του αθλήματος στην διαδικασία της μετάβασης, η σύγκριση αυτή δεν αποτέλεσε το επίκεντρο της έρευνας. Συνεπώς, θα ήταν ιδιαίτερα ενδιαφέρον να διερευνηθεί μία συγκριτική μελέτη, που θα εστιάζει στον εντοπισμό των παραγόντων οι οποίοι επηρεάζουν την μετάβαση στην περίπτωση κάθε διαφορετικού αθλήματος.

Συνοψίζοντας, η μετάβαση των αθλητών με αναπηρία από την αθλητική στην επαγγελματική καριέρα αποτελεί ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον ζήτημα, το οποίο αξίζει να διερευνηθεί εκτενώς, ώστε να εξαχθούν χρήσιμα συμπεράσματα τα οποία πρόκειται να αξιοποιηθούν στην πράξη και να διευκολύνουν τη διαδικασία.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). Career transition and career termination.
- Allison, M. T., & Meyer, C. (1988). Career Problems and Retirement among Elite Athletes: The Female Tennis Professional. *Sociology of Sport Journal*, 5(3), 212–222.
- Arnold, J. (2002). Careers and career management.
- Australian Institute of Health and Welfare (AIHW) (2020). “People with disability in Australia 2020”.
- Baillie, P. H. F., & Danish, S. J. (1992). Understanding the career transition of athletes. *The Sport Psychologist*, 6, 77-98.
- Beamon, K., K. (2008). "Used goods": Former African American college student-athletes' perception of exploitation by division 1 universities. *The Journal of Negro Education*, 77(4), 352-364.
- Bloom, B.S. (1985). Generalizations about talent development. *Developing talent in young people*, 507-549.
- Bogart K. R. (2014). The role of disability self-concept in adaptation to congenital or acquired disability. *Rehabilitation Psychology*. 59, (1), 7.
- Bogart K. R., Lund E. M., Rottenstein A. (2018). Disability pride protects self-esteem through the rejection-identification model. *Rehabilitation Psychology*. 63, (1), 155–159. Doi: 10.1037/rep0000166
- Boucher C. (2017). The roles of power, passing, and surface acting in the workplace relationships of female leaders with disability. *Business & Society*. 56(7), 1004–1032. <https://doi.org/10.1177/0007650315610610>
- Brewer E., Brueggemann B., Hetrick N., Yergeau M. (2012). “Introduction, background, and history,” in *Arts and Humanities*, ed Brueggemann B. (Thousand Oaks, CA: Sage;), 1–62.
- Brittain I. (2004). Perceptions of disability and their impact upon involvement in sport for people with disabilities at all levels. *Journal of Sport & Social Issues*, 28(4), 429–452.

- Brown, C. J., Webb, T. L., Robinson, M. A., & Cotgreave, R. (2019). Athletes' retirement from elite sport: A qualitative study of parents and partners' experiences. *Psychology of Sport and Exercise, 40*, 51-60. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.09.005>
- Bruner M. W., Munroe-Chandler K. J., & Spink K. S. (2008). Entry into elite sport: A preliminary investigation into the transition experiences of rookie athletes. *Journal of Applied Sport Psychology, 20*(2), 236–252.
- Caldwell J. (2011). Disability identity of leaders in the self-advocacy movement. *Intellectual Developmental Disabilities, 49*(5),315–326.
- Campbell E., & Jones G. (2002a). Sources of stress experienced by elite male wheelchair basketball players. *Adapted Physical Activity Quarterly, 19*(1), 82–99.
- Campbell E., & Jones G. (2002b). Cognitive appraisal of sources of stress experienced by elite male wheelchair basketball players. *Adapted Physical Activity Quarterly, 19*(1), 100–108.
- Γογγάκη, Κ. Ι. (2013). Το ολυμπιακό ιδεώδες. Παγκόσμια κρίση και προοπτικές.
- Erpič, S. C., Wylleman, P., & Zupančič, M. (2004). The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process. *Psychology of Sport and Exercise, 5*(1), 45–59.
- Chalk H. M. (2016). Disability self-categorization in emerging adults: relationship with self-esteem, perceived esteem, mindfulness, and markers of adulthood. *Emerging Adulthood, 4*(3), 200–206. <https://doi.org/10.1177/2167696815584540>
- Cosh, S., Crabb, S., & LeCouteur A. (2012). Elite athletes and retirement: Identity, choice, and agency. *Australian Journal of Psychology, 65*(2), 89-97.
- Cosh, S., & Tully, P. J. (2015). Stressors, Coping, and Support Mechanisms for Student Athletes Combining Elite Sport and Tertiary Education: Implications for Practice. *The Sport psychologist, 29*(2), 120–133. Doi:10.1123/tsp.2014-0102
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of social support and specific stress: toward a theory of optimal matching.

- Darcy S., Lock D., Taylor T. (2017). Enabling inclusive sport participation: effects of disability and support needs on constraints to sport participation. *Leisure Sciences*. 39(1), 20–41. Doi:10.1080/01490400.2016.1151842
- David, P. (1999). Children rights in sports: young athletes and competitive sports: exploit and exploitation. *The International Journal of Children's Rights*, 7(1), 53-81.
- DC4AC Dual Career for athletes center (2017). Actual status of Dual Career of Athletes in DC4AC Countries – National Reports.
- Debois, N., Ledon, A. & Wylleman, P. (2015). A lifespan perspective on the dual career of elite male athlete. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 15-26. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.07.011>
- Dehghansai, N. & Baker, J. & Pinder, R. (2018). Athlete journeys in parasport: Identifying factors that influence athletes' participation, maintenance and development. *Journal of Exercise, Movement, and Sport (SCAPPS refereed abstracts repository)*, 50(1), 110-110.
- Dehghansai, N., Pinder, R. A., Baker, J., & Renshaw, I. (2021). Challenges and stresses experienced by athletes and coaches leading up to the Paralympic Games. *PloS one*, 16(5), e0251171. Doi: 10.1371/journal.pone.0251171
- Didymus F. F. (2017). Olympic and international level sports coaches' experiences of stressors, appraisals, and coping. *Qualitative Research in Sport, Exercise & Health*, 9(2), 214–232. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2016.1261364>
- Domzal C., Houtenville A., Sharma R. (2008). Survey of Employer Perspectives on the Employment of People with Disabilities: Technical Report, Office of Disability and Employment Policy. *US Department of Labor, CESSI, McLean*.
- Esopenko, C., Coury, J. R., Pieroth, E. M., Noble, J. M., Trofa, D. P., & Bottiglieri, T. S., (2020). The psychological burden of retirement from sport. *Current Sports Medicine Reports*, 19(10), 430-437. Doi: 10.1249/JSR.0000000000000761

- Evans A. B., Pfister G. U. (2020). Women in sports leadership: a systematic narrative review. *International review for the sociology of sport*, 56(3), 317-342. <https://doi.org/10.1177/1012690220911842>
- Forber-Pratt A. J., Mueller C. O., Andrews E. E. (2018). Disability identity and allyship in rehabilitation psychology: sit, stand, sign, and show up. *Rehabilitation Psychology*, 64(2), 119–129. Doi: 10.1037/rep0000256
- Haerle, R. K. (1975). Education, Athletic Scholarships, and the Occupational Career of the Professional Athlete. *Sociology of Work and Occupations*, 2(4), 373–403.
- Hanlon, C., & Taylor, T. (2022). Workplace Experiences of Women With Disability in Sport Organizations. *Frontiers in sports and active living*, 4,3. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.792703>
- Harma K., Gombert A., Roussey J.-Y. (2013). Impact of mainstreaming and disability visibility on social representations of disability and otherness held by junior high school pupils. *International journal of disability, development and education*, 60(4), 312-331.
- Hutzler, Y., Barda, R., Mintz, A., & Hayosh, T. (2016). Reverse integration in wheelchair basketball: A serious leisure perspective. *Journal of Sport and Social Issues*, 40(4), 338-360. Doi:10.1177/0193723516632043
- Jefferies P., Gallagher P., & Dunne S. (2012). The Paralympic athletes: A systematic review of the psychosocial literature. *Prosthetic & Orthotics International*, 36(3), 278–289.
- Jukic, I., Calleja-González, J., Cos, F., Cuzzolin, F., Olmo, J., Terrados, N., ... & Alcaraz, P. E. (2020). Strategies and solutions for team sports athletes in isolation due to COVID-19. *Sports*, 8(4), 56. doi: 10.3390/sports8040056
- Kearney S., Brittain I., Kipnis E. (2019). “Superdisabilities” vs “disabilities”? theorizing the role of ableism in (mis) representational mythology of disability in the marketplace. *Consumption Markets & Culture*, 22(5-6), 545-567. <https://doi.org/10.1080/10253866.2018.1562701>

- Kiuppis, F. (2018). Inclusion in sport: Disability and participation. *Sport in society*, 21(1), 4-21. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1225882>
- Κουρτέση, Σ. (2014). *Κοινωνικός Αποκλεισμός και Άτομα με Ειδικές Ανάγκες*. Κοινωνιολογική Θεώρηση (Doctoral dissertation, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Lavallee, D., Wylleman, P. & Alfermann, D., (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise* 5(1), 7-20.
- López de Subijana, C., Barriopedro, M., Conde, E. (2015). Supporting dual career in Spain: Elite athletes' barriers to study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 57-64. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.012>
- Mann, S. (2005). A health-care model of emotional labour: An evaluation of the literature and development of a model. *Journal of health organization and management*, 19(4/5), 304-317.
- Meekosha H., Shuttleworth R. (2009). What's so 'critical' about critical disability studies? *Australian Journal of Human Rights*, 15(1), 47-75.
- Μηνούδης, Β. (2017). Το εκπαιδευτικό υπόβαθρο των Ελλήνων ελίτ αθλητών/αθλητριών και οι προοπτικές τους για επαγγελματική αποκατάσταση μετά το τέλος της αθλητικής τους καριέρας.
- Μπουκουβάλας, Κ. (2021). Η διπλή καριέρα των αθλητών και πως θα αναπτυχθεί στην Ελλάδα.
- North, J. & Lavallee, D., (2004). An investigation of potential users of career transition services in the united Kingdom. *Psychology of Sport and Exercise* 5(1), 77-84.
- O'Connell C., Finnerty J., Egan O. (2008). *Hidden voices: An exploratory study of young carers in Cork*. Combat Poverty Agency.
- Pallarés, S., Azócar, F., Torregrosa, M., Selva, C., & Ramis, Y. (2011). Modelos de trayectoria deportiva en waterpolo y su implicación en la transición hacia una carrera profesional alternativa.(Athletic Career Models in Water Polo and their Involvement in the Transition to an Alternative Career). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6(17), 93-103.

- Park, S., Tod, D., & Lavalley, D. (2012). Exploring the retirement from sport decision-making process based on the transtheoretical model. *Psychology of sport and exercise*, 13(4), 444-453.
- Pensgaard A. M., Roberts G. C., & Ursin H. (1999). Motivational factors and coping strategies of Norwegian Paralympic and Olympic winter sport athletes. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16(3), 238–250.
- Plowman M. (2018). *The HealthWest Partnership Standards for Workforce Mutuality*. Footscray, Australia: Healthwest Partnership.
- Probert, A., & Crespo, M. (2015). Sociology of tennis: research on socialisation, participation and retirement of tennis players. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 23(65), 25-27. <https://doi.org/10.52383/itfcoaching.v23i65.116>
- Purtell R. (2013). “Music and the social model of disability,” in *Music and the Social Model: An Occupational Therapist's Approach to Music With People Labelled as Having Learning Disabilities*, ed Williams J. (London: Jessica Kingsley;), 26–32.
- Ramsden, R., Hayman, R., Potrac, P., & Hettinga, F. J. (2023). Sport Participation for People with Disabilities: Exploring the Potential of Reverse Integration and Inclusion through Wheelchair Basketball. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2491. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032491>
- Richards K., Litchfield C., Osborne J. (2020). “We're in their environment”: gendered barriers for female leaders in sport. *Sporting Traditions*, 37(2), 93–113.
- Roulstone A., Williams J. (2014). Being disabled, being a manager: ‘glass partitions’ and conditional identities in the contemporary workplace. *Disability & Society*, 29(1), 16-29.
- Schreiner, M., (2012). Donald Super Career Counseling Theory. Retrieved Nov, 12, 2016.
- Shahnasarian, M., (1992). Career development after professional football. *Journal of Career Development*, 18(4), 299-304.
- Shantz A., Wang J., Malik A. (2018). Disability status, individual variable pay, and pay satisfaction: Does relational and institutional trust make a difference? *Human Resource Management* 57(1), 365–380. <https://doi.org/10.1002/hrm.21845>

- Shaw, K. A., Bertrand, L., Deprez, D., Ko, J., Zello, G. A., & Chilibeck, P. D. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on diet, fitness, and sedentary behaviour of elite para-athletes. *Disability and Health Journal*, *14*(3), 101091. Doi: 10.1016/j.dhjo.2021.101091
- Spaaij R., Knoppers A., Jeanes R. (2020). “We want more diversity but...”: Resisting diversity in recreational sports clubs. *Sport Management Review* *23*(3), 363–373. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.05.007>
- Stambulova, N. B. (2000). Athlete’s crises: a developmental perspective. *International Journal of Sport Psychology*, *31*(1), 584–601.
- Stambulova, N., Ryba, T. V, & Henriksen, K, (2020). Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology Position Stand Revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *19*(4), 524-550. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Stambulova, N., & Wylleman, P. (2015). Dual career development and transitions. *Psychology of sport and exercise*, *21*, 1-134. Doi:10.1016/j.psychsport.2015.05.003
- Sundar, V., O Neil, J., Houtenville, A., Phillips, K., Keirns, T., Smith, A., & Katz, E. E. (2018). Striving to work and overcoming barriers: Employment strategies and successes of people with disabilities. *Journal of Vocational Rehabilitation* *48*(1)93–109. Doi:10.3233/JVR-170918
- Suutarinen, E. (2014). Employment of the professional athletes after retirement: case Athlete Career Programme in Finland.
- Σαρρής, Θ. (2019). Ζωή παράλληλα με τον επαγγελματικό αθλητισμό. *Το Κουτί της Πανδόρας*.
- Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, *6*(1), 1–20.
- Titchkowsky T. (2011). *The Question of Access: Disability, Space, Meaning*. University of Toronto Press.

- Till, K., Lloyd, R. S., McCormack, S., Williams, G., Baker, J., & Eisenmann, J. C. (2022). Optimising long-term athletic development: An investigation of practitioners' knowledge, adherence, practices and challenges. *Plos one*, *c17*(1), e0262995. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262995>
- Urbański, P., Szeliga, Ł., & Tasiemski, T. (2021). Impact of COVID-19 pandemic on athletes with disabilities preparing for the Paralympic Games in Tokyo. *BMC research notes*, *14*(1), 233. Doi: 10.1186/s13104-021-05646-0
- Waterhouse, P., Kimberley, H., Jonas, P., & Glover, J. (2010). *What Would It Take? Employer Perspectives on Employing People with a Disability. A National Vocational Education and Training Research and Evaluation Program Report*. National Centre for Vocational Education Research Ltd. PO Box 8288, Stational Arcade, Adelaide, SA 5000, Australia.
- Wiant, A. A. (1977). Transferable Skills: The Employers' Viewpoint. Information Series No. 126.
- Wolff, R. & Lester, D., (1989). A theoretical basis for counseling the retired professional athlete. *Psychological Reports*, *64*(3_suppl), pp. 1043-1046.
- Wong, A. Y. Y., Ling, S. K. K., Louie, L. H. T., Law, G. Y. K., So, R. C. H., Lee, D. C. W., & Yung, P. S. H. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on sports and exercise. *Asia-Pacific journal of sports medicine, arthroscopy, rehabilitation and technology*, *22*, 39-44. doi: 10.1016/j.asmart.2020.07.006
- Wright T., Cunningham G. (2017). Disability status, stereotype content, and employment opportunities in sport and fitness organizations. *Sport, Business and Management*. Doi:10.1108/SBM-10-2016-0061
- Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*, 507-527.
- Zafeiroudi, A., Patsiaouras, A., Dalamitros, A., Bekiari, A., & Kouthouris, C. (2020). *Dual Career of Elite Athletes in Greece. Journal of Social Science Studies*. *7*. 120-134. Doi:10.5296/jsss.v7i2.17409

ΙΣΤΟΤΟΠΟΙ

Αιτιολογική έκθεση - Σχέδιο νόμου 4488/2017: Συνταξιοδοτικές ρυθμίσεις Δημοσίου και λοιπές ασφαλιστικές διατάξεις, ενίσχυση της προστασίας των εργαζομένων, δικαιώματα ατόμων με αναπηρίες και άλλες διατάξεις.
<https://www.taxheaven.gr/circulars/26856/aitiologikh-ekoesh-sxedio-nomoy>

Kozla,T.(2021). Dual Career for student-athletes with disabilities (Para-limits). European Athlete Student, Dual Career Network

<https://www.dualcareer.eu/dual-career-for-student-athletes-with-disabilities-para-limits/>

Trine University (2021).Coping with Athlete Retirement.
https://www.trine.edu/academics/centers/center-for-sports-studies/blog/2021/coping_with_athlete_retirement.aspx

World Health Organization [WHO] (2002). Disability. https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1

Παραρτήματα

Ερωτηματολόγιο

Με τη συμπλήρωση του παρόντος ερωτηματολογίου λαμβάνετε μέρος σε ερευνητική μελέτη η οποία επικεντρώνεται στην επαγγελματική αποκατάσταση των αθλητών με αναπηρία. Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου είναι ανώνυμη και εθελοντική. Οι απαντήσεις σας είναι εμπιστευτικές και θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά για τους σκοπούς της έρευνας.

- Φύλο

| |
|---------|
| Άνδρας |
| Γυναίκα |

- Ηλικία

| |
|-------------|
| -18 |
| 19-24 |
| 25-32 |
| 33 και πάνω |

- Οικογενειακή κατάσταση

| |
|---------------------------|
| Παντρεμένος |
| Παντρεμένος / η με παιδιά |
| Χωρισμένος / η |
| Χήρος / α |

- Με ποιο άθλημα ασχολείσαι;

| |
|-----------|
| Στίβος |
| Μπότσια |
| Κολύμβηση |

- Συμμετείχες στην Εθνική Ομάδα;

| |
|-----|
| Ναι |
| Όχι |

- Αν απάντησες ΝΑΙ στην προηγούμενη ερώτηση, σε ποια ομάδα;

| |
|-------------------|
| Ανδρών / Γυναικών |
| Νέων / Νεανίδων |

| |
|--------------------|
| Παίδων / Κορασίδων |
|--------------------|

- Εάν ναι, πόσες συμμετοχές είχες ανά ομάδα;

| |
|-------|
| 0-5 |
| 6-20 |
| 21-50 |
| 51-80 |
| 81+ |

- Ποια βοήθεια έλαβες από την πολιτεία λόγω της ενασχόλησής σου με τον αθλητισμό;

| |
|--|
| Εισαγωγή σε ΑΕΙ / ΤΕΙ της χώρας |
| Πρόσληψη στο Δημόσιο / Σώμα Ασφαλείας |
| Οικονομική βοήθεια / bonus |
| Άδεια άσκησης επαγγέλματος (π.χ., πρακτορείο ΠΡΟΠΟ, άδεια προπονητή) |
| Η πολιτεία βοήθησε κάποιο συγγενικό μου πρόσωπο |
| Διευκολύνσεις ωραρίου |
| Δεν έλαβα καμία βοήθεια |

- Κατά Μέσο Όρο (Μ.Ο.) πόσες είναι οι ετήσιες οικονομικές απολαβές σου από τον αθλητισμό, όλα τα χρόνια της ενασχόλησής σου σε υψηλό επίπεδο;

| |
|--------------------|
| 0 – 20.000€ |
| 20.001€ – 40.000€ |
| 40.001€ – 60.000€ |
| 60.001€ – 100.000€ |
| 100.001€ + |

- Τι σου αρέσει/απολαμβάνεις περισσότερο σε σχέση με την ενασχόλησή σου με τον πρωταθλητισμό;

| |
|--|
| Την οικονομική ανεξαρτησία |
| Τον ωραίο τρόπο ζωής |
| Τις γνωριμίες |
| Την αίσθηση ότι είμαι κάποιος σπουδαίος/αναγνωρισιμότητα |
| Τα ταξίδια |
| Την επαγγελματική αποκατάσταση |
| Το κυνήγι νέων στόχων |
| Την κατάκτηση τροπαίων |

- Έχεις ποτέ εργαστεί ενώ παράλληλα ήσουν αθλητής/τρια; (επίλεξε συγκεκριμένη διάρκεια)

| |
|---------------------------------------|
| Στο μεγαλύτερο μέρος της καριέρας μου |
| Αρκετά μεγάλα διαστήματα |
| Περιστασιακά |
| Ποτέ |

- Εργάζεσαι κάπου τώρα;

| |
|------|
| Ναι* |
| Όχι |

- *Αν απάντησες ότι εργάζεσαι κάπου τώρα, σε ποιον κλάδο είναι η εργασία σου;

| |
|---|
| Προπονητική |
| Στη βιομηχανία του αθλητισμού (πλην προπονητικής) |

| |
|---|
| Δημόσιο Τομέα / Ένοπλες Δυνάμεις / Σώματα Ασφαλείας |
| Ελεύθερος επαγγελματίας |
| Εστίαση / Διασκέδαση Ιδιωτικό τομέα (πλην αθλητισμού) |

- Σε ποιον επαγγελματικό κλάδο θα επιθυμούσες να εργαστείς μετά το τέλος της αθλητικής σου καριέρας;

| |
|---|
| Προπονητική |
| Στη βιομηχανία του αθλητισμού (πλην προπονητικής) |
| Στο Δημόσιο Τομέα |
| Ελεύθερος επαγγελματίας |
| Εστίαση / Διασκέδαση |
| Στον κλάδο των σπουδών μου |
| Στον Ιδιωτικό Τομέα (πλην αθλητισμού) |

- Σε ποια ηλικία, ιδανικά, σκοπεύεις να «εγκαταλείψεις» τον πρωταθλητισμό;

| |
|------------|
| -25 |
| 26-30 |
| 31-35 |
| 36-40 |
| 41+ Ηλικία |

- Πώς προετοιμάζεις την μελλοντική σου επαγγελματική αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό;

| |
|-------------------------------|
| Δεν έχω προετοιμαστεί ακόμα * |
| Θα σπουδάσω |

| |
|---|
| Ήδη εργάζομαι |
| Επιμόρφωση – Σεμινάρια |
| Εθελοντική εργασία για απόκτηση εμπειρίας |
| Αναμένω διορισμό στο Δημόσιο λόγω επιτυχιών |

- *Αν απάντησες «Δεν έχω προετοιμαστεί ακόμα» ποια από τις παρακάτω φράσεις εξηγεί καλύτερα την αιτία;

| |
|---|
| |
| Είναι ακόμα νωρίς |
| Δεν το έχω σκεφθεί ακόμα |
| Δεν ξέρω τι να κάνω, δεν έχω καθοδήγηση |
| Έχω έτοιμη δουλειά που με περιμένει (π.χ., οικογενειακή επιχείρηση) |
| Δεν θα χρειάζεται να δουλεύω μετά τον αθλητισμό |
| Όταν χρειαστεί θα κάνω τον προπονητή |

- Ποια από τις παρακάτω φράσεις σε εκφράζει περισσότερο σχετικά με τις σπουδές σου;

| |
|--|
| Αλλάζω συνεχώς τόπο διαμονής και δεν μπορώ να παρακολουθήσω τη Σχολή |
| Είμαι ένα φυσιολογικός φοιτητής, όπως όλοι οι άλλοι |
| Το κόστος σπουδών είναι υψηλό και δε μπορώ να ανταποκριθώ |
| «Αναγκάζομαι» να αθλούμαι στον τόπο της έδρας του Πανεπιστημίου/Σχολής |
| Σκοπεύω να τελειώσω τις σπουδές, αλλά θα καθυστερήσω λίγο |
| Οι σπουδές είναι η πρώτη μου προτεραιότητα |
| Ο αθλητισμός είναι η πρώτη μου προτεραιότητα |
| Δεν μου δίνει ο προπονητής άδεια για να παρακολουθήσω τη Σχολή μου |
| Δεν σπουδάζω γιατί δεν είμαι καλός μαθητής / δεν μου αρέσει |

Το αντικείμενο με το οποίο θα ασχοληθώ στο μέλλον δεν χρειάζεται σπουδές

- Πως θεωρείς ότι θα προετοιμαζόσουν καλύτερα για την επαγγελματική σου ζωή μετά τον αθλητισμό;

Με ένα ειδικευμένο για αθλητές πρόγραμμα εκπαίδευσης/σπουδών;

Με στήριξη από την Πολιτεία (bonus/προνόμια κτλ);

Με εξατομικευμένη επαγγελματική συμβουλευτική;

Με επιπρόσθετες σπουδές;

Με στήριξη της Πολιτείας των σπουδών από απόσταση;

Με στήριξη της Ομοσπονδίας/Λίγκας του αθλήματός μου;

- Τι πιστεύεις ότι θα έπρεπε να περιέχει ένα πρόγραμμα «εκπαίδευσης»-προετοιμασίας αθλητών για την επαγγελματική τους αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό;

Ενίσχυση προπονητικών δεξιοτήτων

Ενίσχυση διοικητικών δεξιοτήτων

Ενίσχυση προσωπικών δεξιοτήτων (τεχνικές συνέντευξης, σύνταξη βιογραφικού, τεχνικές αναζήτησης εργασίας, κλπ.)

Επαγγελματική Συμβουλευτική / Κατάρτιση επαγγελματικού σχεδίου δράσης

Ψυχολογική Υποστήριξη

Δυνατοτητες πρακτικής- Εθελοντικής ασκήσης (πχ off-season)

- Ποιοι πιστεύεις ότι είναι οι Φορείς που (πρέπει να) ενδιαφέρονται για την προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική και προσωπική τους ζωή, μετά το τέλος της αθλητικής τους καριέρας;

α) Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ)

β) Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (ΕΠΕ)

γ) Ομοσπονδία

| |
|-------------------------------------|
| δ) Σύνδεσμος Αθλητών |
| ε) Υπουργείο Παιδείας /Πανεπιστήμιο |
| στ) Κανείς |
| ζ) Άλλος |

- Ποιο Φορέα από τους παρακάτω θα εμπιστευόσουν περισσότερο να οργανώσει και να υλοποιήσει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα ευαισθητοποίησης, εκπαίδευσης και προετοιμασίας για την επαγγελματική σου αποκατάσταση μετά τον αθλητισμό;

| |
|--|
| α) Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ) |
| β) Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (ΕΠΕ) |
| γ) Ομοσπονδία |
| δ) Σύνδεσμο Αθλητών |
| ε) Υπουργείο Παιδείας /Πανεπιστήμιο |
| στ) Κανένα |
| ζ) Άλλον |

- Μορφωτικό επίπεδο

| |
|---------------------------------|
| Απόφοιτος Δημοτικού / Γυμνασίου |
| Απόφοιτος Λυκείου |
| Φοιτητής ΙΕΚ / Ιδιωτικής Σχολής |
| Φοιτητής ΑΕΙ / ΤΕΙ |
| Απόφοιτος ΑΕΙ / ΤΕΙ |
| Μεταπτυχιακό / Διδακτορικό |

- Πόσα χρόνια κάνεις πρωταθλητισμό; (Με τον όρο «πρωταθλητισμό» εννοούμε την αθλητική ενασχόληση σε υψηλό επίπεδο, η οποία αποφέρει και οικονομικές απολαβές)

| |
|---------|
| 0-5 |
| 6- 10 |
| 11- 15 |
| 16 – 20 |
| 21+ Έτη |