

Testnevelési Egyetem
Bsc Rekreációs szervezés és Egészségfejlesztés Szak

**Vak személyek sportban való részvétele
rekreációs és turisztikai színtereken**

Témavezető:

Nagy Kinga

Egyetemi tanársegéd

Rekreáció Tanszék

Készítette:

Perjési Lionel

2018

BUDAPEST

Tartalomjegyzék

Bevezetés	2
1. Szakirodalmi áttekintés	4
1.1. A látássérülés meghatározása különböző tudományágak szerint.....	4
1.2. A látássérült személyek aránya globálisan és Magyarországon.....	7
1.3. A sportolás színterei a hétköznapi rekreációtól a turizmusig	8
1.3.1. A sportturizmus modellje	11
1.4. A látássérült személyek sportrekreációs és turisztikai lehetőségei és motivációja ...	12
1.4.1. A látássérült személyek sportolási lehetőségei	12
1.4.2. A látássérült személyek sportolási motivációja	13
1.4.3. A látássérült személyek utazási lehetőségei.....	13
1.4.4. A látássérült személyek utazási motivációja.....	15
1.4.5. A hazánkban élő látássérült személyek rekreációjához kapcsolódó fontosabb intézmények tevékenysége és rendezvényei	17
1.4.6. Jó gyakorlatok: a „100-ast egy 100-asért!” rendezvény bemutatása.....	18
1.4.7. Jó gyakorlatok: a kaposvári „Tapintható város”	20
2. A saját kutatás módszertanának bemutatása	21
2.1. Problémafelvetés és hipotézisek.....	21
2.2. Kutatási módszerek és mintavétel	23
2.2.1. Az interjúban résztvevő vak személyek bemutatása	24
2.2.2. A szakértői interjúkban résztvevő személyek bemutatása	26
3. Eredmények.....	27
3.1. A vak személyek sportolási motivációja.....	27
3.2. A vak személyek sportrendezvényeken való részvétele.....	31
3.3. A vak személyek sportturizmusban való részvétele.....	37
3.4. A szakértői interjúk eredményei	42
3.4.1. Interjú a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetség rendezvényszervezőjével.....	43
3.4.2. Interjú a Látássérültek Szabadidős Sportegyesületének elnökével	45
4. Összefoglalás és következtetések	48
Összefoglaló.....	53
Felhasznált irodalom.....	54
Mellékletek	57

Bevezetés

A fogyatékkal élőknek számtalan nehézséggel kell megbirkózniuk a hétköznapi tevékenységeik és az utazásaik során. Míg nekünk a világ legtermészetesebb dolgai közé tartozik, hogy például eljutunk egyik helyről a másikra, nekik a bonyodalmak attól a pillanattól elkezdődnek, hogy átlépik a küszöböt. Talán nehezen érezzük át a súlyát annak, hogy egyes embertársainknak komoly erőfeszítést jelent megvalósítani azokat a hétköznapi igényeket, mint például, hogy szeretne elmenni szórakozni, sportolni, vagy ügyeket intézni.

Az, hogy mennyire lesz könnyebb vagy nehezebb dolga egy fogyatékkal élőknek, az nagyobb részben csakis rajtunk múlik, azon, hogy hogyan alakítjuk az őket kiszolgáló környezetet és hogyan állunk hozzájuk emberileg. Az akadálymentesítés és a figyelem elengedhetetlen ahhoz, hogy a szabadidőben és a turizmusban megszerezhető örömeiket azon társaink is ki tudják használni, akiknek nehézségeik adódtak. Szerencsére a hétköznapiakban egyre több olyan példával találjuk szembe magunkat, amelyek esetében egy vaknak, egy mozgássérültnek vagy egy hallássérültnek is megpróbálják biztosítani a lehetőséget arra, hogy fogyatékoságából adódóan könnyebben el tudja érni úti célját.

Jómagam születésem óta látássérült vagyok. Egy szemészorvosnak köszönhetem a látásomat, amely korántsem tökéletes, de számomra mégis az. Olyan érzés ez, mint amikor az ember úgy tud megvizsgálni két álláspontot, hogy az érem mindkét oldalát látja. Úgy vettem észre, hogy az emberek nagy része sajnos idegenkedik, feszültnek érzi magát a nem látó emberek között. Az utca embere fél, hogy esetleg megbántja vagy rosszul csinál valamit és ennek következtében inkább nem csinál semmit, odább áll. Van egy szakadék, amelyet a legjobban a sport tud áthidalni. A sport véleményem szerint a legtökéletesebb közös csatorna, amelynek köszönhetően nemcsak a vak személyek tarthatnak fel általuk ismeretlen dimenziókat, hanem mi is megismerhetjük őket, és mindazt, amit képviselnek, hiszen gyakran a sport beszél helyettünk. Egy lépés megtétele egymás felé.

Dolgozatomban szeretnék rávilágítani a vak személyek jelenlegi helyzetére a szabadidősportban és turizmusban. Mindez azért fontos számomra, mert úgy gondolom, hogy ez az említett szakadék áthidalható. Ha megértjük, hogy a fogyatékkal élők, mint „kereslet” milyen speciális igényeket támaszt például egy sportrendezvény esetében, akkor tudunk tenni azért, hogy ez megvalósuljon és akár a vak személyek is részesülhessenek a sport számos jótékony funkciójában. Úgy gondolom, hogy a szabadidősport lehetőségét senkitől sem szabad elvenni.

Kíváncsi vagyok arra, hogy a sportolni vágyó, nem látó emberek esetében melyek azok a lehetőségek, amelyek hozzáférhetővé teszik számukra a sportolást, vagy akár egy nagyobb utazást, illetve mely akadályok lehetetlenítik el azokat. Mi jelenti számukra az élvezeti faktort, motivációt e tevékenységekben való részvételre és melyek azok a legtávolabbi úticélok, turisztikai desztinációk, ameddig hajlandóak és képesek elutazni a mozgás érdekében. A rekreációs szakemberek a különböző szabadidőpiaci színtereken – rendezvényeken, turisztikai animációban - találkozhatnak vakokkal és talán nekik van a legnagyobb szerepük az első lépések megtételében. A sport-és turisztikai csomagok összeállításában egy aktívabb nyaralás keretein belül fontos ismernünk ezt a szegmenst is, hiszen ha tudjuk, hogy mi az igény, oda is tudunk rá figyelni.

A vak személyek szabadidő sportolási szokásairól és az ehhez köthető utazási szokásokról hazai és nemzetközi szinten sem készült sok kutatás. Szakdolgozatommal személyes célom, hogy megértsük a társadalom e kis szeletének igényeit, hiszen rajtunk, rekreáció szervezőkön múlhat az, hogy ők mikor, mennyit és hogyan tudnak kihasználni a sportolás, a mozgás és az utazás élményét jelentő fantasztikus világából.

1. Szakirodalmi áttekintés

1.1. A látássérülés meghatározása különböző tudományágak szerint

Globális értelemben a látássérültek esetében körülbelül 80%-ra tehető azoknak a száma, akik rendelkeznek minimális látással, míg ezzel szemben körülbelül 20%-ról mondható el, hogy teljesen vak. Ennek magyarázatául többféle definíció létezik a látássérülés meghatározására. A továbbiakban a látássérült személyek meghatározására alkalmazott szempontrendszereket mutatom be különböző tudományágak alapján.

Orvosi értelemben: „*Látássérültnek számít az a személy, akinek szemészeti állapota a normálistól tartós eltérést mutat, függetlenül ennek súlyosságától.* (Kovács, 2000, p. 463.)”.

Szociológiai értelemben: relatív és abszolút fogyatékoságról beszélhetünk. Abszolút értelemben nem tekinthető valaki látássérültnek, ha mondjuk egy kontaklencse vagy szemüveg maximálisan megoldja ezt a problémát. Ugyanakkor relatív értelemben viszont soha nem lehet belőle pilóta a látássérülése miatt például, ennek kapcsán relatív értelemben látássérültnek minősül.

Pedagógiai értelemben: Jelenleg az ENSZ Egészségügyi Világszervezetének a definíciója érvényes, amely szerint: „*Pedagógiai értelemben látássérültnek minősül az a gyermek, akinek látásvesztése, olyan súlyos fokú, hogy csak megfelelően kialakított tárgyi és személyi környezetben, speciális módszerek és eszközök segítségével képes optimálisan fejlődni, ismereteket feldolgozni, elsajátítani.*” (Benczúr, 2003, p. 131.)

A **szakorvosi szemvizsgálat alapján** az alábbi **gyógypedagógiai** kategóriákat különböztethetjük meg:

- **Vakok:** nem érzékelnek fényt.
- **Aliglátók:** visus kisebb, mint a 0,1-es érték vagy nagyfokú látótérszűküllet.
 - **Fényérzékelők:** meg tudják állapítani a fény irányát.
 - **Ujjolvasók:** a visus érték 0,02 körüli, 2 méteren belül képesek megszámolni a feltartott kéz ujjait.

- **Nagytárgylátók:** a visus érték nem éri el a 0,1 határát, de a nagyobb, mozgó tárgyakat észreveszik.
- **Gyengénlátók:** a visus érték 0,1-0,3. *„Magyarországon gyengénlátó az a gyermek, akinek szemészetileg korrigált jobbik szemén a Snellen szerinti távoli visus 0,3-0,1, illetve az, akinek 0,4-0,5 visusérték mellett nagymértékű látótér szűkülete vagy romló közellátása van.”*(Benczúr, 2003, p. 132)

Jogi értelemben azért fontos a látássérülés meghatározása, mert ennek alapján állapítható meg valakinek a büntethetősége és a felelősségre vonása, valamint ezeknek a szempontoknak a figyelembevételével adhatók a különböző kedvezmények, legyen szó a családról vagy egyéni szinten.

A látássérülés jogi meghatározása kiskorúak esetében: *„A látássérülés a szem, a látóideg vagy az agykérgi látóközpont sérülése következtében kialakult állapot, mely megváltoztatja a tanuló megismerő tevékenységét, alkalmazkodó képességét, személyiségét. Gyógypedagógiai szempontból azok a tanulók látássérültek, akiknek látásteljesítménye (vízusa) az ép látáshoz (vízus: 1) viszonyítva két szemmel és korrigáltan (szemüveggel) is 0-0,33 (látásteljesítmény 0-33%) közötti. Ezen belül:*

- a) vakok azok a tanulók, akiknek látóképessége teljesen hiányzik (vízus: 0);*
- b) aliglátók azok a tanulók, akik minimális látással rendelkeznek: fényt érzékelők, ujjolvasók, nagytárgylátók (vízus: fényérzés -0,1);*
- c) gyengénlátók azok a tanulók, akiknek az életvitelét nagymértékben korlátozza a csökkent látásteljesítmény (vízus: 0,1-0,33).”* (2/2005. (III.1.) OM rendelet 2. számú melléklete)

Felnőttkorban más szempontrendszer alapján van a meghatározás:

„Látási fogyatékosnak azt a személyt kell tekinteni, akinek látóélessége megfelelő korrekcióval

- a) mindkét szemén 5/70 (0,07)*
- b) az egyik szemén 5/50 (0,1) a másik szemén 3 méterről olvas ujjakat (0,03).*
- c) az egyik szemén 5/40 (0,125), a másik szemén fényérzékelés nincs, vagy a másik szeme hiányzik; rövidlátás esetén – a fenti látásélesség értékeitől függetlenül –csak az jogosult a fogyatékosági támogatásra, akinek közeli*

látásélessége Csapody V., vagy annál rosszabb, vagy akinek látótere mindkét oldalon körkörösen húsz foknál szűkebb. (21/2003. (II. 25) Kormányrendelet¹)”

Munkaügyi értelemben: A látássérülés mértéke kizáró tényező lehet bizonyos munkakörök betöltésében, hiszen bizonyos tevékenységeknél a tökéletes látás alapfeltétel a felelősségteljes munkavégzéshez.

A **WHO definíciója** értelmében „*Látássérültnek tekinthető az a személy, akinek jobbik szemén maximális korrekcióval mérhető látásélessége az ép látás 30%-a (V:0,3), vagy ennél kevesebb, illetve látótérszűkülete nem több 20°-nál.* (Pajor, 2017 pp. 30-31.)

¹ a súlyos fogyatékoság minősítésének és felülvizsgálatának, valamint a fogyatékosági támogatás folyósításának szabályairól szóló 141/2000. (VIII. 9.) Kormányrendelet, valamint a családok támogatásáról szóló 1998. évi LXXXIV. törvény végrehajtására kiadott 223/1998. (XII. 30.) Kormányrendelet módosításáról.

1.2. A látássérült személyek aránya globálisan és Magyarországon

Loi, Kong (2017) felhívják a figyelmet arra, hogy a WHO 2010-ben 285 millióra becsülte a látássérültek számát a világon, ebből 39 millióra a vakok és 246 millió a látási problémával élők száma, az érintettek negyede Kínában él. Figyelmeztetnek, hogy Cambridge-i, illetve Oxford-i kutatók szerint a látássérültek száma 2050-re akár megháromszorozódhat, az előregedés illetve a népességszám növekedése következtében, ha a gyógyítás illetve a finanszírozás nem változik.

A 2011-es magyarországi népszámlálás egy kategória alatt tüntette fel a fogyatékkal élő embereket. Az 1. táblázatban a könnyebb átláthatóság érdekében a feltüntettem a számszerű adatokat a hazánkban élő látássérült személyekről. E mérések alapján, Magyarországon 2011-ben **9054 vak**, valamint 73.430 gyengén vagy aliglátó személy élt. Ez összesen **82.484 látássérültet** jelent. Sajnos az azóta eltelt években ez a szám valószínűleg csak emelkedett, figyelembe véve az országra jellemző előregedő társadalmat és a koraszülöttek számának növekedését.

Fogyatékoság típusa	-14 év	15-19 év	20-29 év	30-39 év	40-49 év	50-59 év	60-69 év	70-79 év	80+ év	Összes
Vak	247	186	457	699	780	1358	1635	1724	1968	9054
Gyengénlátó, aliglátó	2344	1717	3238	4377	5811	12555	12695	14593	16100	73430

1. táblázat: A látássérültek korcsoport és a látássérülés típusa szerinti megoszlása Magyarországon a 2011-es népszámlálás alapján

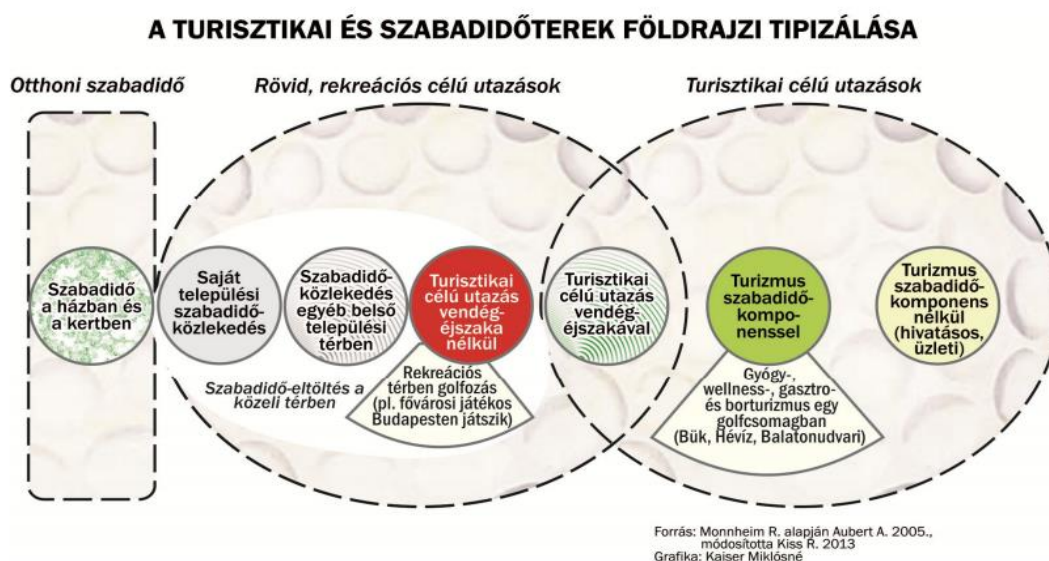
(http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/nepsz2011/nepsz_11_2011.pdf)

Letöltés: 2018.11.13.)

1.3. A sportolás színterei a hétköznapi rekreációtól a turizmusig

A rekreáció és a turizmus hatásai közötti eltérés abban is kimutatható, hogy míg a turizmusnál maradandó élményszerzésről beszélünk, a rekreáció esetében a fizikai aktivitás, az átmeneti kikapcsolódás lesz a cél.

Az 1. ábra egy olyan rendszert mutat be, amelyben a turisztikai és földrajzi szabadidőterek földrajzi tipizálása a cél. A három dimenzió: az otthoni szabadidő, a rövid, rekreációs célú utazások és a turisztikai célú utazások.



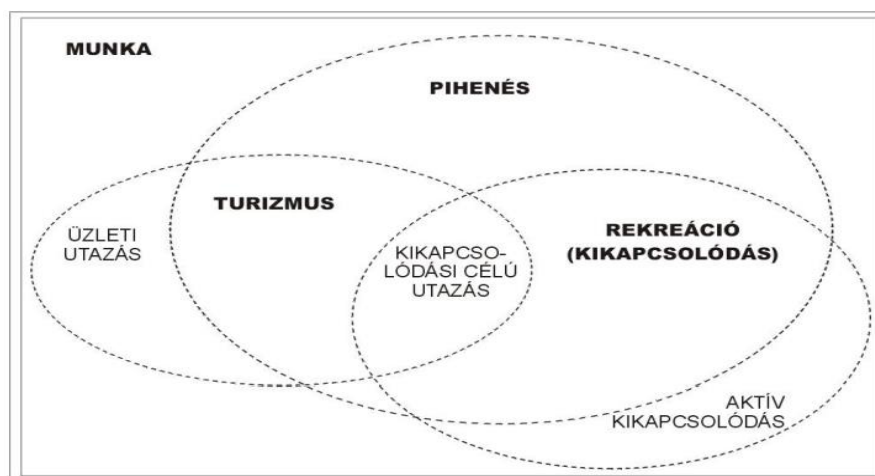
1. ábra: A turisztikai és szabadidőterek földrajzi tipizálása (Kiss, 2013, p. 21.)

Az *otthoni szabadidő* dimenziója a legrugalmasabb, legkényelmesebb és leginkább költséghatékony módja a szabadidő eltöltésének, azonban a „munkavégző képesség helyreállító” hatása nem feltétlenül olyan tartós, mint további dimenziókban. Ez a rész jelen vizsgálatunk szempontjából is fontos lehet, hiszen a vak személyek legotthonosabban saját lakhelyükön és környékén mozognak. Az itt fellelhető tevékenységek legtöbbje könnyen elérhető számukra. Ilyenek például a társasjátékok, internethasználat, zenehallgatás, olvasás, tv nézés.

A *rövid, rekreációs célú utazások* dimenziójában találjuk a mindennapjaink során végrehajtott tevékenységeket, amelyek célja az egészség megőrzése és a közérzet javítása, és amely tevékenységek többnyire szálláshely igénybevétele nélkül történik. Ezekre a rendszeres tevékenységekre általában nem

sok idő marad, így általában az állandó lakó-és munkahelyet jelentő település határain belül maradván végezzük el a tevékenységeket. Példának okáért vegyük az úszást, mint kikapcsolódást szolgáló tevékenységet. Szerencsésebb esetben egy településen belül található uszoda, amelyben megvalósulhat a rendszeres mozgás szálláshely foglalása nélkül is. Ugyanakkor más a helyzet, ha kénytelenek vagyunk egy másik, hozzánk közeli település uszodájának szolgáltatásait igénybe venni.

Az utolsó, harmadik dimenzió a *turisztikai célú utazásokat* jeleníti meg, ahol az utazáshoz szabadidő komponens is párosulhat (Kiss, 2013).



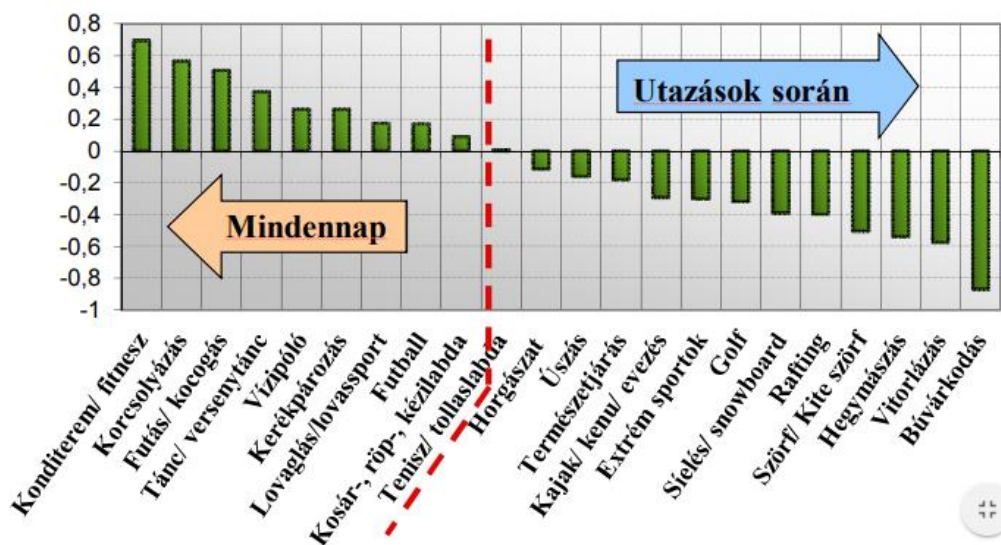
2. ábra: A pihenés, a kikapcsolódás és a turizmus közötti kapcsolat
(Hall, Page, 2002 alapján Csapó, Savella és Remenyik, 2010)

A 2. ábrán látható turizmus, pihenés és rekreáció hármását figyelembe véve megállapítható, hogy a munka mellett az aktív és passzív pihenés játszik kulcsszerepet a mindennapjainkban. A pihenés egy részéhez hozzátartozik az a típusú turizmus, ami a kikapcsolódást szolgáló utazásokat jelenti és erősen elhatárolódik a hivatásturizmustól. Egy másik része a kikapcsolódás, amelynek esetében nem történik utazás, illetve a harmadik komponens az aktív kikapcsolódás.

Az eltérés a fentebb bemutatott modell és ez között, hogy az előbbi esetében a tevékenység eltöltésének földrajzi helyzetét vizsgáltuk meg. Ebben az

esetben elválasztjuk a munkával és a pihenéssel járó utazásokat és a pihenés, a turizmus és a rekreáció egymáshoz viszonyított kapcsolataival foglalkozunk.

Kiss Róbert (2013) kutatásában szétválasztja a sporttevékenységeket aszerint, hogy melyek azok, amelyeket inkább a lakókörnyezetünk közelében vagy otthon végzünk, illetve melyek azok, amelyek akár fő motivációs tényezőként is szolgálhatnak egy-egy utazásra (3. ábra).



3. ábra: Hétköznapi és utazás során végzett sporttevékenységek (Kiss, 2013)

A leggyakoribb otthoni sporttevékenység a konditermi vagy fitneszedzés, futás, kocogás, kerékpározás és a labdajátékok. Ezzel szemben a horgászat, természetjárás, extrém sportok, síelés, szörfözés, vitorlázás, búvárkodás mivel otthon általában nem érhetőek el, turisztikai tevékenységet váltanak ki. E tevékenységek nem csak az utazás részeként, hanem akár az utazás fő céljaként is megjelölhetők. A preferált mozgásforma helyszíne, lakóhelytől való távolsága és eszközigénye miatt jóval drágábbak, mint a lakókörnyezetben végezhető rekreációs tevékenységek, költségigényük gyakran felülmúlja az egyre népszerűbb gyógy- és wellness szolgáltatásokat is. Az otthoni és turisztikai szintén is megjelenő tevékenységek a tenisz és a horgászat. A tenisz iránt érdeklődők szinte bárhol űzhetik kedvenc sportjukat, hiszen ma már szinte minden turisztikai desztináció rendelkezik a szükséges pályákkal, valamint az árak sem olyan magasak, mint régebben. Például napjainkban egy teniszütő

árának csak a sportolni kívánó személy igényei és céljai szabhatnak határt. Ezzel szemben az olcsóbb, kifejezetten rekreációs célú teniszezésre alkalmas utak is megjelentek már a piacon.

1.3.1. A sportturizmus modellje

A sportturizmus elméleti modellje a földrajzi környezet alapjain nyugvó természeti, társadalmi, gazdasági és infrastrukturális környezet komplexitását hangsúlyozza ki. A modell az utazás, a helyváltoztatás tekintetében is megkülönböztet aktív és passzív formát (4. ábra).

A rekreációs testmozgás és a sportolás iránti elköteleződés és életmódba illeszkedő rendszeressé válása vezethet odáig, hogy ezek az életminőséget javító fizikai aktivitások már az utazások alkalmával is egyre fontosabb szerephez jutnak, sőt akár elsődleges utazási motivációt is kiválthatnak.



4. ábra: A sportturizmus sporttudományi modellje (Laczkó-Bánhidi, 2015)

Bánhidi (2015) szerint a sportturizmus középpontjában az aktív tevékenységet folytató szervezők (animátorok) és a résztvevők (turisták) állnak, akik testi, fizikai adottságaikkal és az adott környezethez alkalmazkodó motiváltsággal vannak jelen. A sportturisztikai program sikerét a szervezők és a résztvevők együttes tevékenysége, összhangja határozza meg. A résztvevők számára ideális terhelésintenzitás megfelelő ismerete jelentősen befolyásolhatja a sportoló közérzetét.

1.4. A látássérült személyek sportrekreációs és turisztikai lehetőségei és motivációja

1.4.1. A látássérült személyek sportolási lehetőségei

Szerencsére napjainkban egyre több mozgásformához hozzáférnek a látássérült és vak sportolni vágyók. A legelterjedtebb, csapatban űzhető játékok a csörgőlabda, vagyis a goalball, a torball és a vaklabdarúgás. Látó segítő közreműködésével tudnak úszni, síelni, triatlonozni, tandemkerékpározni, atletizálni, túrázni, falat mászni, lovagolni, baseballozni, szörfözni, vitorlázni. Részt tudnak venni csoportos órákon, mint a jóga, pilates, aerobik, spinning, társastánc, hastánc és egyéb erősítő edzések. Látó segítő nélkül ott vannak a küzdősportok, mint a judo. Különböző konditermi edzések, TRX gyakorlatok, súlyemelés, kardió gépek használata. Emellett ott van még a sakk, a ping-pong, a teke és a bowling. Vannak speciálisan adaptált sportágak, amelyek űzése egy időben elképzelhetetlen volt a vakok számára. Ilyen a lövészet, az alpesi sí és a biatlon.

A látássérült személyek sportolási szokásainak, illetve a szabadidő-, és a szabadidősport látássérültek számára akadálymentes hozzáféréseinek vizsgálatában hazai szintén hiánypótló kutatás Gombás Judit (2016) nevéhez kötődik, aki a Budapesten élő, 18-65 év közötti látássérült célcsoportot (n=140) vizsgálta.

A látássérültek **szabadidőeltöltésére és fizikai aktivitására** vonatkozó kutatásban (Gombás, 2016) a válaszadók 27,9%-a minden nap, illetve heti háromszor sportol, kirándul vagy sétál, emellett 27,1% hetente 1-2 alkalommal sportol. Így összességében a kutatásban résztvevők kicsit több mint a fele (54%-a) napi, illetve heti rendszerességgel sportol. Ennek egyik lehetséges oka, hogy a látássérült személyek leggyakrabban gyalog közlekednek, például gyalog mennek ügyeket intézni vagy a munkahelyükre. Így a gyaloglás alapvető építőelemeit alkotja a mindennapjaiknak. A mutatók így torzulnak, hiszen nem derül ki, hogy ezt a mozgásformát szabadidő eltöltésének szentelik vagy ténylegesen a szükségszerűség a fő motiváció. 30%-uk ritkán, míg 13,6% pedig soha nem sportol. A leggyakrabban kedvelt mozgásforma a séta, amelyet a torna, a futás vagy kocogás, illetve az úszás követett.

1.4.2. A látássérült személyek sportolási motivációja

A látássérült személyek **sportolási motivációra** vonatkozóan Gombás (2016) szerint a látássérültek egyáltalán nem tartják fontosnak a sportot, mint a versenyzés eszközét. Inkább a **felfrissülés, kikapcsolódás és az egészség megőrzése** miatt fontos számukra a mozgás. A kutatásban résztvevők a testi és szellemi egészség dimenzióit 1-től 4-ig értékelték (1 = nagyon fontos, 4 = nem fontos), melynél a legtöbb esetben 1-es, illetve 2-es értékelést adtak (átlag=1,52). Az eljutást a sportolás helyszínére sem problémaként értékelték a válaszadók (átlag=1,9). Ugyanígy nem volt panasz a külső segítségadás hiányára (átlag 1,8) és a sportolás közben felmerülő veszélyekkel sem. Ezzel szemben jelentek meg olyan visszajelzések, mint például a helyszínen való tájékozódás nehézsége.

A szabadidősportnál a **látó sporttársak** bevonásának szerepe kiemelten fontos, hiszen segítség hiányában maga a sporttevékenység is megghiúsulhat. A sportlétesítményekben történő sportolás a legtöbb esetben kísérő segítségével valósul meg. A látássérültek 27,1%-a mer elindulni egyedül uszodába. 43,6%-uk gondolja úgy, hogy látó társaik szívesen sportolnak velük és segítenek nekik, ezzel szemben 10%-uk szerint a „látók” nem szívesen nyújtanak segítséget. Sok esetben a kísérő jelenléte jelölhető akár a motiváció forrásának.

1.4.3. A látássérült személyek utazási lehetőségei

Sokat kell tenni azért, hogy a turisztikai piac elérhetővé váljon a látássérült emberek számára. A látássérült emberek elérhető célpiaccá váltak a turistautakat szervezők számára, de ehhez olyan helyzetet kell teremteni, hogy ez a piaci szegmens pozitív tapasztalatokat szerezhesen.

Loi és Kong az IFT (Institute for Tourism Studies, Kína) Ausztráliában, illetve az Egyesült Királyságban doktorált kutatói tanulmányukban arra jutottak, hogy a turizmusban a látássérültek egy „elhanyagolt” piaci szegmenst alkotnak.

Loi és Kong kutatásukban (2017) felhívják a figyelmet arra, hogy milyen nehézséget támaszt a nem megfelelő tárgyi környezet, továbbá az elérhetetlen szolgáltatások, illetve az emberek elutasító magatartása a látássérültekkel szemben.

A fizikai akadályok elhárításán túl a turisztikai szolgáltatóknak a személyzet számára is megfelelő tréninget kellene nyújtani a kutatók szerint. A látássérültek ugyanúgy vágnak a világ megismerésére, mint ép társaik, de az akadályok megfoszthatják őket ezektől az élményektől.

A kutatók két napos belföldi úton (Makaó, Kína) résztvevő utazókkal készítettek mélyinterjúkat és kvalitatív megközelítésből értékelték az eredményeket. Fele-fele arányban, 8 látássérült és 8 kísérő vett részt az úton. A látássérültek által tapasztalt nehézségeket az utazás során a kutatók három fő téma köré rendezték:

1. **személyes szinten** - önbizalomhiány, függés az öt kísérő társtól, stressz, aggodás attól, hogy terhére van
2. **szociális, társadalmi korlátok** - látássérültekről alkotott sztereotípiák, kulturális különbségek. A kormány politikája
3. **környezeti problémák** - fizikai akadályok, megfelelő speciális támogató eszközök hiánya látássérültek számára

A kutatók (Loi, Kong 2017) ajánlásokat fogalmaztak meg az érintettek számára:

- A **látássérültek** általános oktatása, illetve a technikai és egyéb segítő eszközök használatára való képzése szükséges.
- A **turisztikai desztinációknak** törvénybe kell iktatni, hogy a sérült embereket ne érje diszkrimináció.
- A **kormányoknak** a mobilitást segítő módon megvalósuló városfejlesztést kell támogatni, csökkenteni a fizikai korlátokat és audio-technológiát biztosítani a turisztikai attrakciók és tömegközlekedés közelében.
- Az **utazásszervezőket** a technológia, a média és az internet használatára biztatják. Azt javasolják, hogy kerüljék a készpénzes és preferálják a bankkártyás fizetési módot látássérültek esetében.

Arra a kérdésre, hogy **elősegítheti-e a turizmus a látássérült emberek beilleszkedését**, Tomej pozitív választ ad (2016). A szociális beilleszkedés két fő dimenzióban vizsgálható: **objektív** dimenzióban az egyén részvételében jelenhet

meg az élet különböző területein, illetve **szubjektív** dimenzióban az egyén elégedettségében, élményeiben való tükröződése (Coombs és mtsai, 2013).

Erős kapcsolat van a turizmus a fogyatékkal élők és a szociális kirekesztés / beilleszkedés között. A turizmus, a sporttal és a szabadidős tevékenységekkel együtt gazdasági társadalmi és kulturális értéket képvisel az egyén számára és erősítheti, illetve gyengítheti a sérült emberek beilleszkedését. (Aitchison, 2007) Néhány kutató szerint a szabadidős és turisztikai üzletág rendelkezik a legnagyobb potenciállal a fenntartható társadalom eléréséhez azáltal, hogy az életminőséget pozitív irányban tudja befolyásolni a fogyatékkal élők számára. (Darcy, Cameron, és Pegg, 2010, p. 520).

A turisztikai attrakciókat mindenki számára elérhetővé kell tenni, hiszen a vak emberek is szeretnék megismerni a világot. A sport hozzáadásával pedig számtalan új lehetőség nyílik. Csernák Orsolya, turizmus és vendéglátás szakos hallgató a vak személyek utazási lehetőségeit kutatta. Megállapította, hogy a turisztika ágazatban tevékenykedő szervezetek, mint az utazási irodák például nincsenek felkészülve a vakok általi igények kielégítésére. Ugyanilyen rossz a helyzet az akadálymentesítés terén. Hiányos személyzeti ismeretek, rossz felszereltség. Az akadálymentesítés már hazánkban is fontos szempont és főleg az új építmények, épületek esetében figyelnek is rá. Viszont az akadálymentesítés gyakran csak a mozgássérülteket célozza meg és nem a vak személyeket. Gyakori probléma az anyagi háttér, amely szintén nagy visszatartó erő az elutazásban és az utazási irodák használatában.

1.4.4. A látássérült személyek utazási motivációja

A látók és látássérültek szervezett utazásokban való részvételének motivációit vizsgálva elmondható hogy a közös utazási élmények mindkét csoport életminőségére pozitívan hatnak, ugyanakkor a két csoport motivációi eltérőek (Tomej, 2017). A szerző kvalitatív kutatást végzett telefonos interjúk alapján, megállapításai strukturált interjúkon alapultak, amelyeket e szervezett utazások korábbi résztvevőivel készített 2016 júniusában és júliusában. A szerző által

meginterjúvoltak között két látássérült és hat ép látású volt, akiktől azt kérdezte, hogy

- miért választották ezt a „közös” utazást, illetve
- milyen előzetes elvárásaik és milyen utólag leszűrhető tapasztalataik voltak.

A látássérültek egyértelműen kifejezték az utazás iránti általános vágyukat, illetve azt a reményüket, hogy utastársaik segítségükre lesznek a szervezett utazás során. Az épen látó utastársak esetében nagyon lényeges volt a segíteni akarás kielégítése, korábbi hasonló tapasztalat. Többeknek más önkéntes tevékenysége is volt, vagy éppen személyes érintettség miatt utaztak sérült látásúakkal. Visszatérő elem volt a motivációk között a kíváncsiság, az adott desztináció iránti érdeklődés, illetve az objektív adottságok, az előnyös ár, és az adott körülmények (Tomej, 2017).

1.4.5. A hazánkban élő látássérült személyek rekreációjához kapcsolódó fontosabb intézmények tevékenysége és rendezvényei

A MGVGYOSZ - Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége idén ünnepli fennállásának 100. évfordulóját. A személyes interjúban összeszedett információk alapján a szövetség fő célkitűzése a látássérültek érdekképviselése mellett, hogy együtt tegyünk élhetőbbé a világot. Olyan segítségnyújtást biztosítanak a látássérülteknek, amelyek segítségével képesek önállóan megoldani a problémáikat, illetve képesek legyenek kiállni önmagukért. Egy olyan generáció nevelése a cél, amely tud, képes önállóan szembe nézni az életben felmerülő nehézségekkel. Főleg kulturális rendezvényeket szerveznek, amelyeken bárki részt vehet. Ilyen például az olvasás világnapja, amelyen 100 hangos és 100 Braille könyvet adtak át. Rendszeres és népszerű rendezvény a mese világnapja, fehér bot napi ünnepség, irodalmi délután, „kutyajó” nap és különböző témájú konferenciák és operett gálák.

A SUHANJ! Alapítvány

A SUHANJ! Alapítvány egy non-profit, közhasznú szervezet, amelynek célja a mozgás megszerettetése és könnyebbé tétele a fogyatékkal élő emberek számára úgy, hogy rendszeresen közös eseményeket, edzéseket szerveznek az ép emberekkel. Gyakran vesznek részt egy nagy közösségként futóversenyeken és egyéb témájú sportrendezvényeken, amelyek keretein belül kísérik és segítséget nyújtanak a fogyatékkal élőknek. Nevükhöz fűződik az első akadálymentes edzőterem, amely lehetővé teszi a sportolást biztonságos környezetben mindenki számára. (suhanj.hu, Letöltés: 2018.11.20.)

A LÁSS Egyesület (Látássérültek Szabadidős Sportegyesülete)

A Látássérültek Szabadidős Sportegyesülete, rövidebb és közismertebb nevén LÁSS egyesület egy közhasznú szervezet, amelynek legfőbb célkitűzései között szerepel, hogy a látássérült embereknek kortól és nemtől függetlenül lehetőséget teremtsenek arra, hogy megismerjék a mozgás örömét. Önkéntesek és tagok segítségével segítséget nyújtanak a sportolni vágyóknak. Sportnapokat, sporttáborokat és különböző sportrendezvényeket szerveznek belföldön és külföldön egyaránt. Megpróbálnak minél több mozgásformát megismertetni a látássérültekkel. Ebbe bele tartozik az a nem elhanyagolható segítségnyújtás, amely esetében ki lehet próbálni olyan sportágakat is, amelyek segítség nélkül nem megvalósíthatók. Ha valaki azért nem tud részt venni egy rendezvényen, mert utazásbeli vagy sportolás közbeni segítségre van szüksége, fel tudja venni a kapcsolatot a LÁSS munkatársaival és ők mindent megtesznek a segítségnyújtás érdekében.

A LÁSS által szervezett programok különböző helyszíneken találhatók. Vannak rendszeres és alkalmi programok. Ilyen rendszeresen üzhető sportágak a pilátesz, jóga, aerobik, vakfoci, hastánc és a futás. A kiemelt rendezvényeken történő részvétel, amelyeken a látássérült személyek képviselőként való indulás és a segítségnyújtáson van a hangsúly. Ilyen rendezvény a Vivicitá, Bécs Maraton, Wizzair félmaraton, Spar Maraton. Valamint vannak, kifejezetten a LÁSS által szervezett események. Ilyenek szoktak lenni a sí táborok, gyalogtúrák, LÁSS kalandtábor, LÁSS Budapest és a MikuLÁSS Futás (lassegyesulet.hu, Letöltés: 2018.11.20.).

1.4.6. Jó gyakorlatok: a „100-ast egy 100-asért!” rendezvény bemutatása

A „100-ast egy százasért” egy teljes mértékben magyar kezdeményezés, amelyet a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége alkotott meg fennállásának 100. évfordulója alkalmából. A nagy reményekhez kötött versenysorozat dr. Nagyné Berke Mónika, Puskás Anett és Angyal Gábor nevéhez fűződik. A verseny célja, hogy kellő motiváció keretein belül, ösztönözze a vak és gyengénlátó személyeket valamilyen mozgásforma kipróbálására, gyakorlására. Fontos, hogy olyan sportágat válasszanak, amelynek teljesítménye kifejezhető

km-ben. Így főleg az aerob mozgásformák kerülnek előtérbe, mint a séta, futás, úszás, kerékpározás. A verseny fő üzenete, hogy a mozgás öröme mindenkié, és mindenki számára elérhető. A verseny minden látássérült és segítője számára nyitott. Fiatalabbak és idősebbek egyaránt részt vehetnek. A részvételi feltételek között szerepel a saját facebook profil, a mozgásforma km-ben kifejezhetősége, valamint 3 kép a mozgásforma végzése közben. Összefoglalva, amennyiben valaki szeret futni például, nincs más dolga, mint futás közben dokumentálni a megtett távot, készíteni pár fotót és ezt egy csokorba fel kell tölteni az MVGYOSZ hivatalos facebook oldalára a vezető bejegyzéshez. A 100 km-t természetesen nem egyszerre kell teljesíteni, hanem tetszőlegesen az egyéni képességektől és a szabadidőtől függően. Bármilyen mozgásformával lehet gyűjteni a km-eket. Lehet úszni, futni, tekerni, korcsolyázni, lovagolni. A nyertes, a legtöbb lájkot kapó bejegyzés lesz. A verseny időpontja 2018. augusztus 15-től december 1-ig tart, amely a fogyatékkal élő emberek nemzetközi napja. A nyeremény 100.000 Ft értékű sportvásárlási utalvány.

A verseny a nyereménynek köszönhetően sportolásra buzdít, ugyanakkor nem köti meg sem azt, hogy mikor, sem azt, hogy hogyan. Ezzel a módszerrel olyan, a vakok és gyengénlátók köreiben kevésbé preferált tényezőket vettek ki, amelyek akár az egész mozgásforma megghiúsulásához is vezethet. Gondolok itt az utazásra, amely kifejezetten hátráltató tényező lehet egy-egy sportrendezvény vagy sportesemény alkalmával. A vidéken élő vak személyeknél gyakran a legnagyobb akadálya annak, hogy részt tudjanak venni szervezett sporteseményen az az, hogy messze van tőlük. Elveti a tömegtől és a nagyobb rendezvényektől való félelem lehetőségét. Neki lehet indulni bármikor a barátokkal, családtagokkal, ismerősökkel.

A versenyen való részvétel nem igényel semmilyen sportban való jártasságot, sem előmenetelt, sem állóképességet. A verseny jellegéből adódóan tehát a résztvevők semmilyen szinten nincsenek lekorlátozva. Nem akadály sem a kor, sem az edzettségi állapot, hiszen úgy van összerakva, hogy akár az is részt vehet, aki a verseny kiírás napjától a verseny zárásáig minden nap sétál legalább 1 km-t. A kezdeményezés még gyerekcipőben jár, de a pozitív visszajelzések és az eddigieknél jóval több szabadságot adó mozgalom remélhetőleg évről évre több

látássérültnek segít majd, hogy saját környezeti feltételeiben minél többet kihozzon magából és a mozgás a mindennapok részévé váljon.

1.4.7. Jó gyakorlatok: a kaposvári „Tapintható város”

Kaposváron 2009-ben valósították meg a „Tapintható város” nevezetű programot, amelynek lényegibb elemei a városban való tájékozódást és annak bemutatását szorgalmazza a vak turisták számára. A Braille írásos brossura valóban nem csak a felszínességet karistolja, hiszen a kihelyezett tapintható térképek mellett úgynevezett audio guide lejátszók segítségével járhatják körül a turisták a várost. Nem mellékes tényként ezt az eszközt egészséges társaik is előszeretettel alkalmazzák.

2010-ben teljes mértékben akadálymentesítették a Tourinform irodát. A belső tér kialakítása és a bejutás lehetővé teszi a vakok, a hallássérültek és mozgáskorlátozottak számára, hogy tájékozódjanak, kommunikáljanak. A vakok számára kihelyezett Braille írásos információs anyagok segítenek.

Természetesen maga a belváros is teljes mértékben akadálymentesített. A vakok közlekedését mindenhol vezetősávós gyalogátkelők, beszélő lámpák és alacsonypadlós buszok segítik. A Csiky Gergely színházban a 90 decibel projekt társulatának köszönhetően a hallás és látássérültek élvezhetik a darabokat. Az akadálymentesség mellett élő narrációval és jeltolmács közreműködésével segítenek az arra rászoruló vendégeknek. Nem mellékesen jegyezném meg, hogy a kifejezetten ennek a rétegnek szánt előadások általában teltházzal működnek. A horgásztónál 30 horgász hely akadálymentes.

Ezeknek a fejlesztéseknek köszönhetően, Kaposvár 2013-ban elnyerte a „Kiváló Európai Desztináció” címet. Ez azért fontos mert elmondható, hogy amennyiben egy fogyatékkal élő szeretne elmenni egy Kaposváron megrendezésre kerülő rendezvényre, sportrendezvényre, vagy csak szimplán a szellemi rekreáció keretein belül szeretne elmenni egy múzeumba vagy meglátogatni egy kulturális intézményt, nevesebb látványosságot akkor minden adott lesz hozzá a külső környezetet vizsgálva, hogy ő is részese legyen az élmények (Magyar TDM Szövetség).

2. A saját kutatás módszertanának bemutatása

Kutatásom célja, hogy betekintést nyerjek a vak személyek sportolási szokásaiba, sportrendezvényeken történő részvételébe és az ehhez köthető utazási szokásokba. Kíváncsi vagyok arra, hogy a vak személyek hogyan élik meg a sportolás közben a *flow* élményt, milyen motivációból mozognak, sportolnak? Szeretném feltárni, hogy milyen „plusz” értékeket ad hozzá a sportolás a mindennapjaikhoz. Ezen felül a sportrendezvényeken történő aktív részvétel és a hozzájuk kapcsolódó utazási körülmények és az esetleges nehézségek felmérése képezte kutatásom fő vezérfonalát.

2.1. Problémafelvetés és hipotézisek

A szakirodalmi források és személyes tapasztalatom alapján felmerült bennem az a kérdés, hogy a hazánkban élő vak személyek vajon milyen motivációból mozognak, és mi veszi rá őket, hogy részt vegyenek egy sportrendezvényen vagy sport célú utazáson?

A vizsgált célcsoportra vonatkozó előzetes tudásom alapján három hipotézist fogalmaztam meg, melyek a lakóhelyen végezhető sportrekreációra, a sportrendezvényeken való részvételre és a sport célú utazásokra vonatkoznak.

H1: A kutatásban résztvevő vak személyek motivációja a sportolásban elsősorban az önbizalom növelése és flow élmény átélésekor leginkább az időélmény torzulásának dimenzióját tapasztalják.

Az első hipotézisre való reflektálás során a mélyinterjú 1. – 5. kérdéseire kapott válaszokat elemzem ki az **Eredmények** c. fejezetben. Az interjú kérdései:

1. *Milyen sportágat űz?*
2. *Milyen rendszerességgel sportol?*
3. *Milyen pozitív hatást tulajdonít a sportolásnak?*
4. *Sportoláson kívül milyen más szabadidős tevékenységekkel tölti a szabadidejét?*
5. *Hallott már a flow élményről? Ha igen, milyen érzés volt?*

H2: A kutatásban résztvevő vak személyek a sportrendezvények közül azokat preferálják, amelyeken fizikailag aktívan részt tudnak venni kísérő társaságában.

A második hipotézisre való reflektálás során a mélyinterjú 6.-11. kérdéseire kapott válaszokat elemzem ki az **Eredmények** fejezetben. Az interjú kérdései:

6. *Szokott-e szervezett rendezvényeken, illetve sportrendezvényeken aktívan részt venni?*
7. *Mely rendezvényeket preferálja leginkább és miért?*
8. *Mi alapján választja meg, hogy mely sportrendezvényeken vesz részt?*
9. *Melyik a legemlékezetesebb sportrendezvény, amin aktívan részt vett és miért? (Desztináció megjelölése)*
10. *Ön szerint mivel lehetne jobbra, illetve könnyebbé tenni a részvételt a sportrendezvényeken történő részvételt a vakok számára?*
11. *Milyen módon értesül a rendezvényekről?*

H3: A kutatásban résztvevő vak személyek nyaralás céljából szoktak külföldre utazni, sportolás vagy sportrendezvény céljából azonban nem.

A harmadik hipotézisre való reflektálás során a mélyinterjú 12. – 18. kérdéseire kapott válaszokat elemzem ki az **Eredmények** fejezetben. Az interjú kérdései:

12. *Szokott-e lakhelyéről elutazni sportolás vagy sportrendezvény céljából?*
13. *Vett már részt aktívan külföldi sportrendezvényen? Ha igen, milyennek találta a belföldi viszonyokhoz képest? Miben volt más?*
14. *Mi volt eddig a legtávolabbi célpont?*
15. *Utazásai során milyen nehézségek szoktak felmerülni?*
16. *Ezek áthidalásában kiktől szokott segítséget kérni, illetve milyen eszközök segítik Önt utazásai során?*
17. *Segítséggel vagy egyedül szokott utazni belföldi, illetve külföldi útjai során? Miért?*
18. *Mivel lehetne könnyebbé tenni az utazást a vak emberek számára?*

2.2. Kutatási módszerek és mintavétel

A vak személyek sportrekreációs és különösen sportturisztikai szokásai feltáratlan területnek számít mind hazai, mind nemzetközi szintén, így kevés kiindulópontom volt a saját kutatás kérdésfelvetéseinek összeállításakor. Kutatásom feltáró jellege miatt tehát a kvalitatív módszert választottam, alanyaimmal ennek megfelelően strukturált mélyinterjúkat készítettem.

Módszertanilag megalapozott célom az volt, hogy az interjúk válaszai alapján összeállított kvantitatív kérdőívet is kiküldök, ilyen módon már nagyobb tendenciákat is meg tudok majd állapítani. A vak személyek kérdőív kitöltésben való akadályoztatásával kapcsolatos kétségeimet egyik interjú alanyom teljes mértékben eloszlatta, hiszen a modern alkalmazások és képernyőolvasó programok segítségével a vak személyek is számtalan dolgot tudnak már intézni az interneten.

A kérdőív 4 hétig volt aktív és 3 kitöltés érkezett. Megosztásra került a LÁSS egyesület, az MVGYOSZ és a Vakok és Gyengénlátók Közép-magyarországi Regionális Egyesületének a levelezőlistáján, valamint látássérültek által használt közösségi oldalak csoportjaiban. A kis elemszám miatt (3 fő) ezek az eredmények nem kerülnek bemutatásra dolgozatomban.

A mélyinterjúkat két külön csoportban vettem fel: az egyik egy vak és egy gyengénlátó személyből álló szakértői csoport volt. A másik csoportot sportoló, mozogni szerető, 7 esetben vak, 1 esetben aliglátó felnőtt személyek alkották. Az interjúalanyok mindegyike írásban hozzájárult az interjúk elvégzéséhez és az ott elhangzottak leírásához. Az interjúalanyok által aláírt beleegyező nyilatkozat tartalmát a **Mellékletek** fejezetben tüntetem fel, az aláírt példányokat az anonimitás miatt nem jelentetem meg a dolgozatban, azokat személyesen tárolom, illetve konzulensemnél is megtalálhatók ezek másolatban. A személyes adatok védelmének érdekében a neveket megváltoztattam az **Eredmények** közzétételénél. A két szakértő esetében a válaszok bemutatása az eredeti (saját) nevek közzétételével történt meg.

Az általam megkérdezett személyek kiválasztása két fő kritérium szerint történt:

- 1. kritérium:** A látás semmilyen szinten nem nyújt neki segítséget a hétköznapiak, illetve a sportolás kapcsán.
- 2. kritérium:** legalább heti 1 alkalommal szokott mozogni, sportolni. A mozgásba bele tartozhatnak az otthoni (ház körüli) munkák, illetve mozgásos hobbi tevékenységek is.

2.2.1. Az interjúban résztvevő vak személyek bemutatása

A megkérdezett személyekre jellemző, hogy szeretnek mozogni, sportolni. 4 férfival és 4 nővel készítettem interjút. Közülük 6 születése óta vak, 1 személy 13 évesen veszítette el a látását és 1 személy alig látó. 4 személy esetében személyes beszélgetés alkalmával történt meg az interjú. Máté, Barbara, Nóra és László esetében távolsági problémák miatt telefonbeszélgetés keretein belül tettem fel a kérdéseket. Az interjúkban résztvevők nevét, az anonimitásra való tekintettel megváltoztattuk. Mindenki írásban hozzájárult az interjúk elkészítéséhez és az eredmények anonim formában történő publikálásához.

Az alanyok rövid bemutatása:

1. interjúalany:

Nóra, 28 éves, születése óta aliglátó. Budapesten él és dolgozik a HR területén belül. Felsőfokú tanulmányait az ELTE, BME és a Testnevelési Egyetemen folytatta. Kedvenc sportága a triatlon. Szereti szabadidejét a barátaival tölteni.

2. interjúalany:

Szandra 40 éves, születése óta vak. Budapesten masszörként dolgozik. Hittudományi végzettséget szerzett a Pázmány Péter Katolikus Egyetemen. Jelenleg masszörként dolgozik. Középiskolás éveit rendszeresen részt vett goalball versenyeken, nem kevés sikerrel. Szabadidejében fuvolázik és nyelveket tanul.

3. interjúalany:

László 32 éves, születése óta vak. Nagykőrösön él családjával. Felsőfokú tanulmányait a Szegedi Tudományegyetemen fejezte be germanisztika szakon. Jelenleg németet tanít. Szabadidejében szeret tandemezni az édesapjával és nagyokat sétálni. Szereti figyelemmel követni a sporteseményeket, főleg a labdarúgó és teniszmérkőzéseket.

4. interjúalany:

Sándor 27 éves, születése óta vak. Tanulmányait az ELTE sportszervező szakán folytatta. Szeret részt venni sportrendezvényeken és azok szervezésében egyaránt. Kedvelt sportága a vaklabdarúgás.

5. interjúalany:

Noel 25 éves, születése óta vak. A Testnevelési Egyetem és a Nemzeti Közszerződési Egyetem hallgatója. Jelenleg sportszervezőként tevékenykedik. Kedvelt sportága a judo és a futás. Szereti nézni a sportközvetítéseket, szeret eljárni szórakozni a barátaival és sokat hallgat zenét.

6. interjúalany

Barbara 28 éves. Látását 13-14 éves korában veszítette el teljesen. Kevesebb, mint 1 éve boldog édesanya. Az ELTE pszichológia szakán végzett. Kedvenc sportága a triatlon, amelyet versenyszerűen űzött. Szeret zongorázni, olvasni és a barátaival, családjával tölteni az időt.

7. interjúalany

Andrea 36 éves, születése óta vak. A Bárczi Gusztáv Gyógypedagógia Karon szerezte végzettségét. Jelenleg egy informatikai cég ügyfélszolgálatosaként dolgozik. Rendszeresen sétál és szeret túrázni. Kedvenc elfoglaltsága a Vasas röplabdacsapatának a mérkőzéseire kilátogatni és szurkolni.

8. interjúalany

Máté 24 éves, születése óta vak. Jelenleg szakgimnáziumi tanuló. Reggelente szeret edzeni, főleg otthoni körülmények között. Kedvence a TRX és a spinning. Régebben úszott és futott is. A rádió fontos az életében. Műsorok szerkesztésében segít.

2.2.2. A szakértői interjúkban résztvevő személyek bemutatása

Volt szerencsém elmenni és személyesen beszélni a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének (Továbbiakban: MVGYOSZ) egyik szervezőjével, **Puskás Anettel**, aki nem mellékesen a „100-ast egy 100-asért” elnevezésű sportverseny egyik alapítója.

A második szakértő a Látássérültek Szabadidős Sportegyesületének, vagy közismertebb nevén LÁSS egyesületének az elnöke és egyik legaktívabb szervezője, **Forgács Szabolcs**.

3. Eredmények

E fejezetben a válaszokat az interjúkérdések szerint összegezve, az egyes hipotézisekre reflektálva írom le. A válaszokban található kulcsfogalmak és közös tartalmi elemek kielemezése után az Összefoglalás és következtetések fejezetben reflektálok a kutatásom előtt kialakított hipotézisekre.

3.1. A vak személyek sportolási motivációja

H1: A kutatásban résztvevő vak személyek motivációja a sportolásban elsősorban az önbizalom növelése és flow élmény átélésekor leginkább az időélmény torzulásának dimenzióját tapasztalják.

Az első hipotézisre való reflektálás során a mélyinterjú 1. – 5. kérdéseire kapott válaszokat elemzem ki, majd összevetem a vonatkozó szakirodalommal.

1. interjúkérdés: Milyen sportágat űz?

Az interjúkban megkérdezett személyek mindegyike fizikailag aktív, szeret mozogni és szeret sportolni. A válaszadók a következő mozgásformákat nevezték meg: **futás, judo, vaklabdarúgás, séta, túrázás, goalball, edzőteremben futópados edzés, gerinctorna, úszás, vízi torna, TRX-erősítő edzések, triatlon és spinning.** A kedvenc, leggyakrabban említett mozgásformák közé tartozik a TRX, az úszás és a futás. Ezek gyakran összefonódnak a triatlon formájában, amely jelen kutatásban kétszer fordult elő. Ezeket a sportágakat követi a séta és a túrázás, valamint a tandembiciklizés. A megkérdezettek közül ketten sportolnak versenyszerűen. Az egyik ilyen sportág a judo, a másik a triatlon, amelyhez köthetők még TRX és egyéb erősítő edzések. A másik 6 résztvevő rekreációs szinten végzi a mozgásformákat.

2. interjúkérdés: Milyen rendszerességgel sportol?

A válaszadók közül a legtöbb alkalom az idejétől függően heti 6-8 alkalommal volt. A **legtöbbet sportoló** az egyik hölgy volt, Nóra, aki az idejétől függően heti

6-8 alkalommal sportol. A legkevésbé aktív szintén egy hölgy, Barbara, aki jelenleg újdonsült anyukaként tartózkodik otthon, kevesebb, mint 1 éves gyermekével. A közeljövőben szeretné ismét bevezetni a mozgást a mindennapokba, kezdetben csak otthon végezhető átmozgatásokkal és futópád segítségével. A szakadék nagy és nehéz határt húzni. **Rendszerességről** igazából három esetben beszélhetünk. Nóra, Máté és Noel **heti 5-8 alkalommal** szokott sportolni. Nóra és Noel rendszeresen vesznek részt sportversenyeken és sporteseményeken. A többiek hobbi illetve rekreációs szinten sportolnak. Elmondásuk szerint **törekszenek a heti 3 alkalomra, de ez legtöbbször nem sikerül** időhiány vagy munka miatt. Mindnyájan egyetértettek abban, hogy a mozgás, bár különböző okokból, de fontos a számukra. Amikor kevesebb alkalom marad a sportolásra, mindig próbálnak valamilyen kiegészítő aktív tevékenységet találni, amellyel **egyensúlyozni tudják a kevésbé aktív percek**et. Sándornak heti 1 vaklabdarúgó edzés gyakran elég kevésnek bizonyul. Andreának kevés ideje marad a mozgásra, gyakran ennek ellensúlyozására **gyalog jár dolgozni**. László szintén mindennapi sétával próbálja kielégíteni mozgásigényét. Szandra masszőr, így szakmája által fizikailag igénybe van véve, ugyanakkor mindig megpróbál heti háromszor sportolni. Máté a legaktívabb a rekreációs sportolást tekintve, hiszen túl van egy nagy életmódváltáson. El sem tudja képzelni a mindennapokat az otthoni, reggeli edzések nélkül. Megállapíthatjuk, hogy **két esetben beszélhetünk heti 3 alkalomnál kevesebb mozgásról. A további 6 esetben megvalósul a heti 3 alkalommal történő aktív mozgás**, ugyanakkor le kell szögezni, hogy ezen esetek közül 3-ról mondható el, hogy sportolásról van szó.

3. interjúkérdés: Milyen pozitív hatást tulajdonít a sportolásnak?

A témával kapcsolatban semmilyen választási opció (zárt válaszlehetőség) nem volt megadva az interjú során. Mindenki számára mást jelent a sport fontossága, így nyitott kérdésként tettem fel az alanyoknak. Ebben az esetben kifejezetten kíváncsi voltam arra, hogy az általam megkérdezett személyeknek milyen pozitívumot nyújt a mozgás öröme a mindennapok kapcsán. Legnagyobb meglepetésemre egyáltalán nem hétköznapi válaszokat kaptam. **5 fő** válaszolta azt, hogy a mozgás fontos tényező az **esztétikus testkép** szempontjából. Máté túl

van már egy 20 kg-os fogyáson és számára fontos a külső megjelenés. Szintén **5 alkalommal fordult elő a mozgás és a mindennapok könnyebbé tételének a kapcsolata**. Ezt úgy kell érteni, hogy sokkal bátrabbak, könnyebben néznek szembe a mindennapi kihívásokkal. Szandra például kifejezetten bátrabban mer elindulni otthonról. Máté és László esetében mind fizikailag, mind szellemileg **jobban tudják teljesíteni a feladataikat, például magabiztosabbak** az utazások alatt és jobban teljesítenek a munkájuk terén is. Noel esetében ez a könnyebbség a **rendszeresség** tükrében jelenik meg, hiszen ad egy rendszert, úgymond keretbe foglalja a napot. A rendszeres edzés, egy biztos pont, amelybe lehet kapaszkodni. Ezt követően **3 esetben hangzott el a testi és lelki felfrissülés**. Sándor például alig várja a pénteki vaklabdarúgó edzést, mert az ő esetében inkább a hétvége szól a sportolásról, míg a hétköznapiak annak a szervezéséről. Így igazi felfrissülés számára **kiszakadni a hétköznapi monotonitásból**. Az előző válaszokat követte a **közösségteremtő funkció**, amely Nóra esetében olyan erős, hogy még élettársát is a sportolásnak köszönheti. Végül 2 esetben került szóba a **mérhető teljesítmény**, amely inkább arról az oldalról vizsgálható, hogy Noel és Barbara szerint a mozgás és a sport lehetőséget biztosít arra, hogy ha valaki kevésbé sikeres az élet egyéb területein, akkor a mozgás kapcsán mindig lesz mérhető fejlődés, amely őket elégedettséggel tölti el. Az interjúk alatt szóba került még az **egészség megőrzésének a fontossága és a feszültség levezetésének a lehetősége**.

4. interjúkérdés:

Sportoláson kívül milyen más szabadidős tevékenységekkel tölti a szabadidejét?

A legtöbbször a **társasági életről** esett szó. 5-en válaszolták, hogy szabadidejüket szívesen töltik a családjukkal, illetve barátaikkal. Ezt követte 3 esetben az **olvasás**. Ezeken kívül az alábbi szabadidős tevékenységeket említették a résztvevők: **zenehallgatás, sportesemények nyomon követése a televízióban vagy az interneten, programozás, társasjátékok, fuvalázás, zongorázás, nyelvtanulás, kreatív dolgok készítése, rádiózás**. A leginkább meglepő választ Andreától kaptam, aki szinte minden héten kimegy személyesen és figyelemmel követi a Vasas röplabda mérkőzéseit.

5. interjúkérdés:

Hallott már a flow élményről? Ha igen, milyen érzés volt?

Az általam megkérdezett **8 személy közül 4-en** hallottak már a flow élményről. Egy személy kivételével mindenkinek felsőfokú végzettsége van, ugyanakkor a flow élményről csak Nóra, Barbara, Noel és Sándor hallott, nekik sporttal vagy pszichológiával kapcsolatos végzettségük révén nem volt idegen a fogalom. A legkonkrétabb választ Nórától kaptam, aki kifejezetten az egyik fő motivációnak tartja a flow élmény megélését. *„Amikor az ember egy futóversenyen vesz részt, ami jó hosszú is, lehetőleg egy maraton vagy félmaratoni táv, ott azért vannak nehezebb időszakok is, de ott ezt nagyon-nagyon meg lehet élni, amikor azt érzed, hogy megy és a feladat összhangban van a képességeiddel és, az élmény, amikor sikerül”*. A sikerélményen keresztül írta le Noel is az élményt. *„Talán a legjobb az volt, amikor a félmaratonon célba értem, az fantasztikus érzés volt, elmondhatatlan volt számomra az az egész atmoszféra illetve minden, ami bennem zajlott.”* Barbara szintén a sikerélményen keresztül emlékszik vissza a történetekre, ugyanakkor ő hangsúlyozza, hogy edzésen soha még csak a közelében sem volt. *„Félmaratonon talán egyszer, a közepén, 16 km környékén nagyon jó volt, akkor csak úgy suhantunk. Igazából egy úszóversenyen, akkor ott úgy az nagyon jó volt, a beérkezés, paksi az edzővel, a hangulat, az nagyon jó volt. A versenyeken inkább, edzéseken egyáltalán nem”*. Sándor esetében közvetlenül a labdarúgó mérkőzések utáni sikerélmény és az utolsó percek jutottak az eszébe.

A többiek még nem hallottak a flow élményről. Nekik röviden elmagyaráztam, hogy miről is van szó. Az általam használt kulcsfogalmak: Erős fókusz, időérzék megszűnése, sikerélmény, a test és a tudat szinkronja, egyensúly a feladat nehézsége és a képességek között, teljes elmerülés a tevékenységben. Ezek után Andrea a gyorsan elrepülő aerobik órákat említette meg, mikor nagyon jól megy neki. László szintén csoportos átmozgatások keretein belül az **idő torzulásával** éli meg az élményt. Máté spinning edzés közben szokta **másképpen érezni az idő múlását**. Szandra viszont a goalball versenyek alkalmával az utolsó percekre és a **siker élményre** emlékezett vissza. **5-en a sikerélmény és a**

belemerülés élményével azonosultak, míg 3 interjúalany a belemerüléssel és az idő torzulásával (gyorsulásával) írta le a flow átélését.

3.2. A vak személyek sportrendezvényeken való részvétele

H2: A kutatásban résztvevő vak személyek a sportrendezvények közül azokat preferálják, amelyeken fizikailag aktívan részt tudnak venni kísérő társaságában.

A második hipotézisre való reflektálás során a mélyinterjú 6.-11. kérdéseire kapott válaszokat elemzem ki, majd összevetem a vonatkozó szakirodalommal.

6. interjúkérdés: *Szokott-e szervezett rendezvényeken, illetve sportrendezvényeken aktívan részt venni?*

Andrea és Máté nem szoktak aktívan részt venni sportrendezvényeken. Barbara és Szandra **régebben** versenyszerűen jártak rendezvényekre, manapság viszont az időhiány és az érdeklődési körének megfelelő esemény híján nem szokott eljárni, Barbara pedig nemrég megszületett kislányának szenteli ideje nagy részét. Sándor sportszervezői munkája mellett rendszeresen látogatja a rendezvényeket. Noel és Nóra szintén rendszeresen, aktívan vesznek részt sportrendezvényeken, kifejezett teljesítménynövelő céllal. László nem szokott rendezvényeken részt venni, viszont rendszeresen részt vesz olyan csoportos találkozókra, amelyeknek bár a mozgás nem a fő irányvonala, mégis mindig találhatnak rá alkalmat.

A megkérdezettek fele, **4 fő szokott aktívan részt venni** sportrendezvényeken, négyen pedig nem szoktak rendezvényekre járni. Itt meg kell említenem Szandra és Andrea nevét, akik aktívan nem szoktak eljárni sportrendezvényekre, ugyanakkor **passzívan** gyakran a helyszínről figyelik az eseményeket.

7. interjúkérdés: *Mely rendezvényeket preferálja leginkább és miért?*

Az interjúban résztvevők közül Máté egyáltalán nem szokott részt venni szervezett eseményeken. Régebben a futással és az úszással kapcsolatos

versenyeken volt aktív. Andrea és Szandra passzívan szokott jelen lenni sportrendezvényeken. Mindketten a labdajátékokat szeretik előben megtekinteni. Szandra a kézilabdát és vízilabdát részesíti előnyben, míg Andrea a röplabdamerkőzéseket tekinti meg, amint lehetősége van rá. Barbara, Nóra és Noel főleg a futórendezvényeket szeretik. Ők hárman szívesen elmennek és kipróbálnak más típusú sportrendezvényeket is, amennyiben van rá lehetőségük. Sándor a labdarúgással kapcsolatos eseményeket preferálja, míg László szívesen részt vesz túrákon és tandem kirándulásokon. Összességében 5 esetben lett megjelölve a futás, mint kedvelt rendezvény, ezt követte a túrázás 3 alkalommal, az úszás 3 alkalommal, és végül a tandem túrák 2 alkalommal. Sándor és Andrea esetében jöttek szóba az olyan események, amelyeknek a lényege, hogy minél több sportágat ki lehessen próbálni. Elmondható, hogy az általam megkérdezett személyek kedvelt rendezvényei a futás, úszás, túrák és a tandem túrák, valamint az olyan alkalmak, ahol lehetőségük van több sportágat is kipróbálni. Emellett 2 alkalommal felmerült a sportrendezvényeken történő passzív részvétel lehetősége.

8. interjúkérdés: Mi alapján választja meg, hogy mely sportrendezvényeken vesz részt?

Andrea esetében a passzív rendezvénylátogatás, a szurkolás a döntő tényező. A Vasas röplabdacsapatának egyik vezérszurkolója. Aktívan nem jellemző rá a rendezvényeken való részvétel. Szandra szintén a passzív mérkőzészátogatásokat szereti, míg Mátéra nem jellemző manapság az aktív részvétel, mert sem ideje, sem kedve nincs hozzá. Barbara számára a saját célok és azok megvalósulása jelenti a fő választási tényezőt. Például mekkora a táv, mik az elvárások, illetve, hogy a teljesítmény növelése a cél, vagy pedig rekreációs céllal érkezik. Sándor szervező révén nehezen tudja elválasztani, hogy mikortól szervező és mikortól résztvevő. Gyakran vesz részt, olyan rendezvényeken, amelyeket teljes mértékben ő szervezett a csapatával, vagy részlegesen segített a munkában. Az ő esetében a fő választási opció, hogy lehessen sportolni, mozogni. Kifejezetten kerüli a konferencia jellegű rendezvényeket, ahol előadásokat kell hallgatnia. Leggyakrabban a saját szervezésű rendezvényeken vesz részt, legyen szó

bármilyen aktivitásról. Nóra esetében szintén az egyéni célkitűzések dominálnak, ugyanakkor gyakran inkább azokon a futó eseményeken vesz részt, amelyeken kevesebben vannak, **nincs akkora tömeg**. A nagy tömeg képes elvenni a fókuszot és csökken a futás élvezhetősége. Noelnek fontos választási kritérium, hogy a **helyszín könnyen megközelíthető legyen**, és ne akadálypályán kelljen haladnia. Kifejezetten ügyel rá, hogy részt vehessenek valamilyen személyek is, emellett be tudja illeszteni, a napi programjába. László kifejezetten az **integrált eseményeket** preferálja. A tandem kerékpár kedvelőjeként az egyik legfontosabb választási opció, hogy legyen egy **megbízható társa**, valamint inkább a kisebb létszámú események választása. Mindenki feltételként jegyezte meg, hogy **látó kísérővel** tudjanak részt venni a rendezvényen. Szandra szívesen részt venne tandem rendezvényeken, ha lenne megbízható kísérője. Emellett 2 esetben a saját célok középpontba helyezése a hangsúly és 2 esetben a létszám volt meghatározó. 1 esetben egyáltalán nincs is igény a rendezvényen való részvételre és 2 esetben jött szóba a passzív rendezvénylátogatás. 5 személynél kifejezetten fontos szempont a rendezvény, sportolással és mozgással kapcsolatos mibenléte.

9. interjúkérdés: Melyik a legemlékezetesebb sportrendezvény, amin aktívan részt vett és miért? (Deszínáció megjelölése)

Andreának a „Fuss a fényben” futógála tetszett a legjobban, amelyet a Margit-szigeten rendeztek. Tetszett neki a hangulat, életében először futott rendezvény keretein belül és kapott érmet. Máténak szintén az első alkalom varázssá vált kedvence volt a Telekom Vivicitá Félmaraton, amely szintén a Margit-szigethez köthető. Szandra rendszeresen versenyzett goalball sportágban. Egy müncheni és nürnbergi versenyt említett, amelyre nagyon jól felkészültek és nyertek is. Barbarának az első Országos Triatlon Bajnokság volt nagyon meghatározó Tiszaújvárosban. Nagyon jól felkészült, jó időt ment és nagyon jól meg volt szervezve az egész. Sándornak a legkülönlegesebb élménye egy belgiumi, 1 hetes szörfoktatás volt. Különlegessége azonban nem csak a sportág érdekességét illetően tűnt ki a többi közül. *”Az a jó az egészben, mint egyébként a síelésben is, rá vagy utalva a segítődre valamilyen szinten, de mégsem az van, hogy fogod, a vállát mondjuk, mint a futásnál, vagy ülsz mögötte, mint a tandembiciklin, hanem*

*mégis a te kezében van a vitorla, a te lábadon van a séléc és az arra megy, amerre te irányítod. Persze, megmondják, hogy merre, de ha véletlenül nem arra, akkor nem arra fog menni. Van egyfajta **szabadság**. A szabadság érzése, hogy nem vagy összekötve senkivel. Ritkán döntök úgy, hogy másfelé megyek, mert az balesetveszélyes, de én határozom meg a sebességet, hogy hogyan akarok menni.*”

Nórának nem kisebb esemény, mint a New York Maraton a leginkább meghatározó. „Az volt az az igazi, első pillanattól az utolsóig’ **flow** élmény típusú versenyem. Az nagyon euforisztikus élmény volt.” Nagyon örült, hogy részt vehet rajta, és a hangulatát, amíg él nem felejtí el. Noel számos rendezvényen részt vett már, így több is van, amelyekre kifejezetten szívesen emlékszik. Az egyik a Kékes Csúcsfutás a jó hangulat miatt. A másik az első Vivicitá félmaratonja, mert nagy büszkeséggel töltötte el, hogy lefutotta. Németországban pedig egy judo versenyen vett részt, amelyen sikerült jól szerepelnie, annak ellenére, hogy nem sokkal előtte műtötték a szemét. Lászlónak egy Márianosztrán átért túra volt a legkiemelkedőbb, mert sok emberrel megismerkedett, jó volt a hangulat és egy forrásban fürödhetek a végén. 5 válaszban az **első alkalom varázsa** és az ehhez kapcsolódó **sikerélmény** biztosította a maradandóságot. 1 esetben a sportág különlegességéből adódó **szabadság** érzése, míg 1 jó emlék fűződik a **rendezvény monumentális jellegéhez és a hangulathoz**. 4 esetben pedig hazai rendezvények határozzák meg a legemlékezetesebb élményt.

*10. interjúkérdés: **Ön szerint mivel lehetne jobbá, illetve könnyebbé tenni a részvételt a sportrendezvényeken történő részvételt a vakok számára?***

Andrea szerint az akadálymentesítés és a segítők biztosítása lenne a legfontosabb feladat. Máté abban látja a lehetőséget, hogy vagy a kisebb létszámú rendezvényeket kell preferálniuk a vak személyeknek, vagy pedig **összehangolt, felkészült segítőgárdát** kell biztosítani. Sajnos sokszor előfordul, hogy elmenne egy-egy az érdeklődési körének megfelelő rendezvényre, de nem talál maga mellé senkit, egyedül viszont ez kivitelezhetetlen. Szandra a megbízhatóságot és a **stabilitást** tüntette fel, vagyis a **precíz megszervezés és lebonyolítás**. Nem mellékes módon pedig kibővítette a segítség adást olyan módon, hogy szerinte az első lépések sokak számára sokkal könnyebben mennének, ha lennének olyan

önkéntesek, akik akár ajtótól ajtóig elkísérik a résztvevőt. Aki sportol és utazik, azzal nincs baj, viszont akik ülnek a négy fal között, őket nehéz rábírní a mozgásra. Barbara úgy véli, hogy a legnagyobb probléma maga a **lustaság**. Gyakran ráhúzzák a vakságot a lustaságra és ez nem jó dolog. Igenis, akár egy látó embernek el kell indulni, és ki kell próbálnia a dolgokat. Amennyiben valakinek segítségre lenne szüksége, a szervezetek tökéletesen vevők erre. A **LÁSS és a SUHANJ** szervezet is biztosít segítőt az utazáshoz, kísért a rendezvényhez, csak kérni kellene. A legnagyobb baj a motiváció hiánya és a lustaság. Sándornál a **kisebb létszámú rendezvények** kézenfekvő megoldásnak bizonyulnak. Nagyobb rendezvény esetében a biztonságérzet kialakítása fontos lehet. Az ő esetében megnyugtató, ha tudja, merre vannak a **fix pontok**. Ilyen fix pont lehet a büfé, mosdó és a kijárat. Nóra úgy gondolja, hogy a legnagyobb probléma az **első lépések megtétele**. Ha kipróbálnák magukat egy ilyen rendezvényen rájönnének, hogy a sport mennyi mindent adhat és onnantól kezdve minden jönne magától. Sportoláskor a vak személyek a fejlődés lehetősége mellett egy olyan dimenzióban mozognak, amelyben jobb lesz a problémamegoldó képességük és lesz egy olyan pont, ahol rendszeresen sikereket fognak elérni. Noel az információ áramlásában véli felfedezni a problémát. *„A kulcs abban rejlik, hogy **fel kell hívni rá a figyelmet**, hogy ilyen rendezvények vannak és ők is ugyanúgy részt tudnak venni, mint bárki más. Ugyanaz a helyzet, mint a látóknál. Aki akar úgyis részt fog venni, aki nem akar az nem fog. Csak a mi esetünkben több helyen akadhat el az információ. Minél több helyen kellene **kommunikálni**. Például folyamatosan tájékoztatni a vakok szövetségét, akik hírlevelekben szét tudnák küldeni. Lehet bombázni a közösségi oldalakat, interneten népszerűsíteni. Egy program segítségével már mi is látunk mindent, ami a képernyőn van. Ez egy képernyő felolvasó program, amely a képernyőn levő szöveget felolvassa. Ez az egyik legfontosabb tájékozási pontunk.”* László adta talán a legkimerítőbb választ a kérdésre. Az ő esetében azért volt érdekes a téma, mert nem budapesti szemmel közelítette meg a kérdést, hanem vidéken élőként. Alaphangon szerinte az integrált rendezvények a legjobbak, alapból úgy kellene mindent megszervezni, hogy bárki részt vehessen rajtuk. **A vidéken élőknek jóval kevesebb lehetőségük van.** Sokkal többet kellene utazni.

A legnagyobb probléma, hogy **nincs értesítés**. László sem mozdult ki sehová, amíg nem csatlakozott az ERESZ Látássérültek Egyesületéhez. Addig otthon ült, hiába szeretett volna elmenni bárhová is. Alapból **kevesebb rendezvény van** és, amik vannak minőségileg nem említhetők egy lapon egy budapesti rendezvénnyel például. Nincs semmilyen segítség, van, aki még az utazást is bevállalna csak **nincs, aki segítene** neki, kimenne elé a megállóba, elkísérné a vonatra. Nem mindenki mer bátran elindulni. Összességében véve, minden interjúalanynál felvetődött a **kísérők szükségességének megkérdőjelezhetlensége**. Akadályként pedig 3 alanyomnál is a motiváció hiányára és a lustaságra terelődött a beszélgetés. 2 alkalommal jött szóba a rendezvényeken résztvevők létszáma, a precíz szervezés, az információ áramlása és az akadálymentesítés, akár fix pontok létrehozásával, mint például a kijárat pontos helye vagy a büfé holléte.

11. interjúkérdés: Milyen módon értesül a rendezvényekről?

A megkérdezett 8 főből ketten említettek **telefonos értesítést** és szintén 2 esetben a **rádióból** való tájékozódást, míg van egy alanyom, akinek a barátok szoktak szólni a rendezvényekről.

6 esetben **hírlevelek** segítségével tájékozódnak az aktuális lehetőségekről. Minden szervezetnek, egyesületnek megvannak a maga címlistái. A legnagyobb ilyen listák például a Vakok Szövetségének, valamint a Vakok és Gyengénlátók Közép-magyarországi Regionális Egyesületének van. Rendszeresen küldenek ki híreket, felhívásokat, lehetőségeket, értesítéseket. Ezek nagyon jól össze vannak szedve, rengeteg adattal és sok vak személyt és gyengénlátót érnek. Ezen felül minden interjúválaszban megjelent a **Facebook** közösségi oldal jelentős szerepe. A facebook segítségével gyorsan elérik őket, hiszen nagyon sok csoport található, amely kifejezetten a látássérülteket foglalja magába. Itt olyan releváns információkat kapnak, amelyek megegyeznek az érdeklődési körükkel.

Összefoglalóan tehát a rendezvényekről való tájékozódásban főleg az internet és az általa nyújtott lehetőségek dominálnak, mint az e-mailezés és a közösségi oldalak.

3.3. A vak személyek sportturizmusban való részvétele

H3: A kutatásban résztvevő vak személyek nyaralás céljából szoktak külföldre utazni, sportolás vagy sportrendezvény céljából azonban nem.

A harmadik hipotézisre való reflektálás során a mélyinterjú 12. – 18. kérdéseire kapott válaszokat elemzem ki, majd összevetem a vonatkozó szakirodalommal.

12. interjúkérdés:

Szokott-e lakhelyéről elutazni sportolás vagy sportrendezvény céljából?

A válasz egyértelműen és egybehangzóan **igen volt mind a 8 esetben**. A válaszok az alapján különíthetők el, hogy **5 esetben gyakran történik utazás kifejezetten sportrendezvényen történő részvétel miatt** belföldre és külföldre egyaránt, míg 3 esetben belföldi sportolásról beszélhetünk a rendezvények mellőzésével.

13. interjúkérdés: *Vett már részt aktívan külföldi sportrendezvényen? Ha igen, milyennek találta a belföldi viszonyokhoz képest? Miben volt más?*

14. interjúkérdés: *Mi volt eddig a legtávolabbi célpont?*

Az ismétlés elkerülése érdekében és az egyszerűség kedvéért a 13. és a 14. kérdést összevonva, egyszerre fejtem ki.

Jelen kutatásban résztvevők közül egyedül Andrea nem volt még külföldön, sportrendezvényen, ugyanakkor kiemelte, hogy szívesen kipróbálná csak az nem olyan egyszerű. Szereznie kellene maga mellé egy kísérőt és szabadságot kellene kivennie. Valamilyen nagyobb hangulatú futórendezvényen nagyon szívesen részt venne, és szurkolni is kiutazna a röplabda válogatott meccseire főleg a hangulata miatt. Máté Prágában vett részt úszóversenyen és 1 napos tandemtúrákon Ausztriában. A részvétel élményén kívül **nem tapasztalt semmilyen más különbséget**. Szandra goalball játékosként versenyzett Németországban, Litvániában és Csehországban. Szigorúan voltak fogva, inkább a versenyzésre koncentráltak, viszont rendkívül precíz szakemberek álltak az utazásaik és versenyeik mögött. „*Én úgy gondolom, hogy gyakran még hozzánk szerettek járni a külföldiek. Az akkori tanárom, Kati néni nagyon toppon volt. Szívét-lelkét*

beleadta a szervezésbe és hihetetlenül szakszerű, precíz volt, akár csak minden, amit ő intézett. Nürnbergben viszont kifejezetten jó emlék, hogy az utolsó este, mikor már nem kellett időben lefeküdni, volt egy bowlingpálya, ami úgy volt megcsinálva, hogy a vakok is tudják követni a játékot. Láttuk, hogy hány fát tudtunk leütni, illetve az állást is nyomon tudtuk követni. Ez a nürnbergi vakok iskolájában volt. Nagy különbségeket viszont soha nem tapasztaltam.”

Barbara Rijekában vett részt az Európai Egyetemi Játékokon. Számára annyiban volt csalódás, hogy állítása szerint belföldön megszokta, hogy úszásban kevesen vannak a versenyeken. Azonban az Európai Egyetemi Játékok egy hatalmas volumenű rendezvény és ott is ugyanolyan kevesen 4-5 fő ugrott a medencébe. Több versenyzőre, nagyobb kihívásra és hangulatra számított. Sándor sok helyen járt már külföldön, Belgiumban, Olaszországban, Németországban és Amerikában az Ifjúsági Világjátékokon. Szervezői szemmel úgy gondolja, hogy **minden rendezvénynek megvannak a maga hibái, bárhol is legyen.** Példának okáért felhozott egy német rendezvényt annak bizonyítására, hogy még a német precizitás sem mindig kikezdhetsen. Nóra megjárta a New York Maratont és a Berlin Maratont háromszor. Számára az élményfaktor nagy volt és atmoszféráját tekintve fantasztikus volt, jóval több ember és jó hangulat, ugyanakkor **nagy különbségeket nem tapasztalt.** László Németországban túrázott sokat, Görögországban úszott a tengerben. Ő sem tesz különbséget a belföldi és külföldi rendezvények között, ugyanakkor megjegyezte, hogy a Németek előrébb tartanak olyan téren, hogy rendezvényeiket úgy szervezik, hogy alpból bárki részt vehet rajtuk. Belföldön még erősebb a sajnálat érzése és az ebből fakadó bátortalanság és problémák. Egyszer nagyon szívesen elmenne Marburgba. Állítólag ez a német város az integrált rendezvények királya és nagyon megnézné. Noelnek szintén Amerika a legtávolabbi célpont, azon belül is Colorado Springs. A judo világbajnokságon vett részt. Legutóbb a bécsi maratont futotta le. Úgy gondolja, hogy **sportszervezésben kifejezetten jók vagyunk.** Az általam megkérdezett személyek körében **1 főnek nem volt tapasztalata, 7 fő esetében pedig nincs olyan tényező, amely miatt jobban preferálnák a külföldi vagy a belföldi rendezvényeket.** Mindannyian a részvétel élményét és a hangulatot jelölték meg, mint legfőbb különbség, viszont figyelembe kell venni, hogy ez a hangulatbeli

különbség a rendezvény monumentalitására vezethető vissza. Egy New York maraton nem említhető egy lapon egy belföldi, jóval, kisebb futórendezvénnyel.

15. interjúkérdés: Utazásai során milyen nehézségek szoktak felmerülni?

Fontos az elején leszögezni, úgy ahogy ők is tették, hogy ezt nem nehézségként kell kezelni, hanem meg kell oldani őket. A legnagyobb nehézségként mindenki az **idegen helyeken való tájékozódást** említette, ezzel 5 esetben találkoztam. Andrea, Noel, Szandra és Nóra egyedüli nehézségként jelölte meg az idegen helyeken való tájékozódást. Máté és László szerint gyakran az **empátia hiánya a fő probléma**. Az emberek türelmetlenek, rohannak, nem figyelnek oda egymásra. Barbara, amennyiben van rá lehetősége szereti használni az online vásárlás lehetőségét, mint például a Tesco házhozszállítási szolgáltatását. Sándornak az a problémája, hogy gyakran **rá van utalva másokra** utazás közben. Például egyszer Olaszországban ragadt a reptéren, mert a segítő, aki a reptéri asszisztencia miatt ki volt mellé rendelve, megfeledkezett a csatlakozásról és ilyenkor nem elég, hogy ülni kell egy helyben és órákat várni, ráadásul el sem mozdulhat onnan, hogy addig tudjon nézelődni, vagy beülni valahová enni-inni egy jót. Nóra szerint mindenkinél vannak nehezebb helyzetek, náluk csak annyi a különbség, hogy vannak olyan szituációk, amiket nehezebben oldanak meg. László kifejezetten szereti a vonatozást, mint utazási eszközt. Gyakran ha busszal megy ismeretlen helyeken, nehezen lehet követni, hogy megállt a busz a megállóban vagy csak jelzőlámpáról van szó. Gyakran okoz nehézséget a mosdó megtalálása. A metró kifejezetten nem szereti, mert bizonytalan számára a környezet.

16. interjúkérdés: Ezek áthidalásában kiktől szokott segítséget kérni, illetve milyen eszközök segítik Önt utazásai során?

Andrea a **fehér botot** szokta használni és indulás előtt az internet segítségével **tájékozódik**. Máté szintén az internetet hívja segítségül az utazások előtt, azonban ő a **hallására** szeret támaszkodni. Amint valami leárványkodik a hallását bizonytalanná válik, amikor arról van szó, olyankor segítséget kér az arra járó emberektől. Szandra vakvezető kutyával szokott közlekedni, okos telefont nem

szeret használni, mert így is sokszor túl nagynak tartja a zajszintet. Igénybe vette már a **reptéri asszisztenciát** és a **futár táblákat**. Barbara többször is igénybe vette a reptéri asszisztenciát, amely állítása szerint Bécsben remekül működött, Moszkvában azonban borzalmasan. Ismeretlen helyekre történő utazások előtt a családjától kér segítséget és a **Google Maps** segítségével nézik át az útvonalat. Az asszisztenciát már vonatozás céljából is kipróbálta. Sándor gyakran használja a **telefonját**, hogy tájékozódjon a menetrendben annak érdekében, hogy most éppen minek kellene történnie. Szintén szokta használni a reptéri asszisztenciát. Nóra szintén a reptéri asszisztenciát és a Google Maps lehetőségeit hívja segítségül. Noel a nagyobb utak előtt megveszi a jegyeket az interneten és a Google Maps segítségével megtervezi az utat. Gyakran tájékozódik a járművezetőktől és az **arra járó emberektől** kér segítséget, amennyiben szükséges. László a fehér bot mellett, szintén a Google Maps-en szokott tájékozódni. Gyakran kér segítséget az emberektől és szokta használni a „**Be my eyes**” nevezetű applikációt. Az interjúalanyok minden esetben tájékozódnak az interneten, főleg a Google Maps segítségével az előzőleg nem ismert úti célok miatt. Sokat segít az esetleges előzetes feltérképezés, egyeztetés a gép előtt egy látó személlyel, mondjuk baráttal vagy családtagokkal. A résztvevők közül 5 esetben használták már a reptéri asszisztenciát, amelyet nagyon dicsért mindenki. Mind a 8 személy szokott segítséget kérni a járókelőktől, amennyiben nem tudja megoldani az adott szituációt. Az internetet szintén mindenki használja. 7 esetben tájékozódásra 1 esetben került szóba a jegyek megvásárlása miatt.

17. interjúkérdés: *Segítséggel vagy egyedül szokott utazni belföldi, illetve külföldi útjai során? Miért?*

A **belföldi** utazás témában egyértelműen **mindenki bátran elmer indulni egyedül**. Természetesen mindenki hozzátette, hogy kíséreléssel azért könnyebb, de László például egyáltalán nem szereti, ha nézik minden lépését. „*Én simán el vagyok egyedül, de hogyha valaki nagyon ragaszkodik, akkor mondom neki, hogy jöhet. Viszont azt nem szeretem, ha a családból eljönnek, és minden lépésemet figyelik. Ha valaki arrafelé jön és elkísér, azt nagyon szépen megköszönöm, de nem kell velem bajlódni, mindenkinek meg van a maga dolga. Ha szeretne,*

elkísérhet, de egyedül is elvagyok. Én úgy vagyok ezzel, hogy ha éppen nincs kísérőre lehetőség, akkor sem szabad meghátrálni.” A külföldi utak viszont már teljesen más kategória. Elmondható, hogy a **külföldi utak alkalmával mindenki utazik valakivel.** Legyen szó sport esetében csapattársakról, barátokról vagy éppen nyaralásról a családdal. 4 esetben nem probléma a kísérő nélküli utazás külföldön. Sándor szerint: *„A világ jelentős része ismeretlen, szóval ez ilyen. Elindulok, mert miért ne indulnék el, mert nagy baj nem lehet. Ezt kell meg tanulni kezelni, hogy ha elmész egyedül, akkor ott nem nagyon lehet majd nekimenni a világnak, hanem ott azért sokkal jobban rá vagy utalva azokra, akiktől segítséget kérhetsz vagy kell kérned.*” Sándor is többször utazott már külföldre egyedül, akárcsak László, Barbara, Nóra és Noel. Andrea, Máté és Szandra szerint a külföldi utazáshoz mindenképpen szükség van látó segítőre.

18. interjúkérdés:

Mivel lehetne könnyebbé tenni az utazást a vak emberek számára?

Andreának a hétköznapiakban nincs sok baja az utazással. Elkanyarodtunk az utazástól egészen a turisztikai attrakciók bemutatásáig. Nem tartja rossz dolognak az audioguidokat és az elterjedésüket, de szerinte túl sok felesleges információt mondanak el, elvonva a figyelmet az élményről. A vak személyek sokkal jobban élveznének, mondjuk egy múzeumlátogatást, ha lennének kicsinyített **másolatok**, amiket meg lehetne tapogatni annak érdekében, hogy jobban el tudják képzelni az objektumokat, kiállított tárgyakat.

Máté Ausztriát hozta fel követendő példának. Sokkal hatékonyabban lehetne közlekedni, ha az utcákon nem lennének **érthetetlen akadályok** és rendezettebbek lennének. Ilyen akadályok a bokrok, szemetesek, érthetetlen helyekre kihelyezett Demszky-karók, **Az emberek nem figyelnek egymásra**, az autósok gyakran felparkolnak a járdára, a járdaszízek állapota kétségbeejtő vagy nincs, valamint az emberek kicsit jobban odafigyelhetnének egymásra.

Szandra úgy gondolja, hogy jó, hogy vannak olyan ötletek, amelyek megpróbálnak segíteni nekik az utazásban, viszont ezek a kezdeményezések gyakran elhasalnak különböző okok miatt. Ilyen például, hogy ha valamit építenek, nem beszélnek **szakemberekkel**, nem veszik fel a kapcsolatot a vakok

szövetségével, nem kérdeznak meg egy vak személyt. Jó példa a vezetősávok elterjedése. A Keleti pályaudvarnál a mozgólépcső előtti vezetősáv például a két mozgólépcső közé vezeti az embert és nem a mozgólépcsőre rá. Ezzel szemben Bécsben nagyon jól meg van oldva. Olaszországban találkozott Braille térképpel. Nagyon jó dolognak tartja és örült neki, hogy meg tudja nézni, hogy éppen hol van, de mivel nem tudja beletenni a táskájába, ezért tájékozódásra nem feltétlenül alkalmas.

Barbara a **GPS navigáció és az online applikációk** fejlesztésében lát lehetőséget, valamint az **asszisztenciát** minél több helyen kellene megpróbálni megoldani. Gyakran a vásárlást online intézi, amely szerinte egy nagyon jó dolog és a példát lehetne alkalmazni több esetben.

Nóra fantasztikus előrelépésnek gondolja, hogy **egyre több közlekedési jármű mondja be a megállókat**. Elképzelni sem tudja, hogy utazott ez előtt a funkció előtt. Viszont sajnos gyakran előfordul, hogy nem működik vagy csúszik, ami viszont nagyon meg tudja nehezíteni a helyzetet. A **futár-táblákat** is kifejezetten jó ötletnek tartja. Noel, László és Sándor az emberek empátiáját és az online lehetőségek fejlesztését emelték ki.

3.4. A szakértői interjúk eredményei

A szakértőknek feltett kérdésekkel az volt a célom, hogy egy kicsit tisztább képet kapjak a kínálati oldalt (rendezvényeket, közösségi kezdeményezéseket) alakító személyektől. Kíváncsi voltam arra, hogy vajon ők hogyan látják a vakok helyzetét, a számukra szervezett rendezvényeket, a sportolási szokásokat és, hogy szerintük mik lehetnek azok a tényezők, amelyek segítik, vagy éppen hátráltatják a vak személyeket a sportba való bekapcsolódásban.

3.4.1. Interjú a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetség rendezvényszervezőjével

Puskás Anett munkájának csak egyik része a rendezvények szervezése, a másik fontos feladata a vakok és gyengénlátók érdekképviselése. Megjegyezte, hogy a munka sokrétű, sok mindenben részt vesz.

1. interjúkérdés: Működését tekintve mi a szervezet fő célja?

Anett az MGVGYOSZ célját leginkább a jelmondat segítségével fogalmazta meg. „Együtt tegyük élhetőbbé a világot.” A látássérülteknek sok esetben szükségük van segítségre a mindennapokhoz, ugyanakkor **a szervezet nem akar minden problémát megoldani helyettük**. A cél, hogy segítsenek egy olyan generáció nevelésében, akik képesek egyedül is szembenézni a problémákkal és mindennapi kihívásokkal. Számos rendezvényt, konferenciát rendeznek megoldásra váró kérdések ügyében, kulturális témában, kezelik a mindennapi problémákat, állandó támaszt nyújtanak a látássérülteknek és az érdekképviselőkkel is foglalkoznak. A rendezvényeket a szövetség munkatársaival, önkéntesekkel és egyéb közreműködők segítségével valósítják meg.

2. interjúkérdés: Melyek a legfontosabb nézőpontok, amelyeket Ön szerint figyelembe kell venni a vakok számára szervezett rendezvényeken?

Anett szerint az egyik legfontosabb a **hangos narráció**. Ilyenkor a narrátor elmond minden szükséges információt. Még arról is esik szó, hogy a felszólaló vagy fellépő milyen ruhában van. Ezt úgy kell elképzelni, hogy egy nagyobb rendezvényteremben, rendes keverőpult segítségével zajlik a hangosítás és a narráció. Bakos Éva szokott narrálni. Nagyon fontos a rendezvényeken a mindenki számára **egyenlő hozzáférés biztosítása**. Sokszor a legnagyobb gondot az **információ hiánya** okozza. Itt főleg arra kell gondolni, hogy sajnós van, akihez el sem jut az információ sok esetben, hiszen nem mindenkit tudnak direkt módon, egyből elérni például a levelezőlisták segítségével. Anett fontosnak tartja

a személyes kontaktot és, hogy minden felmerülő kérdésre választ kapjanak az érdeklődők. Fontos, hogy belevigye a szervezésbe és a kapcsolatfelvételbe a személyiséget, mivel a **bizalom hiánya akár a rendezvénytől való távolmaradást is eredményezheti**. Aki kér segítséget, annak segítenek az utazásban. Például mindig fogadják őket vagy kimegy valaki a megállóba, ha van ilyen igény. Mindenben segítenek, amiben tudnak. Fontos, hogy guide-okat mindenképpen kell alkalmazni, főleg a mozgalmasabb rendezvényeken és idegen helyeken.

Mi lehet fő motiváció a vakok esetében, amikor rendezvényekről beszélünk?

Anett szerint a motiváció nem a tárgyasult győzelemben valósul meg. Nem egy érem vagy egy kupa fogja motiválni a látássérülteket. Sokkal inkább arról van szó, hogy az **általuk kitűzött célokat elérjék és az ebből fakadó sikerélmény és elégedettség érzése a mérvadó**. Persze ez sok esetben függ attól, hogy mely szakaszában tartanak a helyzetük elfogadásának. Egy táv lefutása vagy egy bizonyos idő elérése sokkalta fontosabb számukra. A probléma azoknál a személyeknél kezdődik, akik nem szeretnek sportolni. Ilyen például a Vakok Intézete, ahol nem jellemző sajnos a mozgás. Őket kellene összekötni valahogy a sporttal. A kulcs abban rejlik, hogy meglegyen a motiváció, azt kell megteremteni.

3. interjúkérdés: Milyen külső tényezők nehezítik a részvételt egy-egy rendezvény kapcsán?

Anett főleg a motiváció hiányában látja a problémát, de előfordulhat, hogy a kísérő vagy az utazás okoz gondot.

4. interjúkérdés: Hogyan próbálják meg könnyebbé tenni a részvételt és élvezhetőbbé tenni a rendezvényeket a vakok számára?

Lehetőséget biztosítanak arra, hogy tudjanak kérdezni, fel tudják venni a kapcsolatot Anettel, vagy bármelyik kollégával, aki tud segíteni. Segítenek az utazásban, amennyiben szükséges. Fogadják és kísérik a résztvevőket. A rendezvényen hangos narráció segíti a megértést és a szórakozást.

5. interjúkérdés: Ön szerint melyek a legsikeresebb rendezvények és miért?

Sporttal kapcsolatban sportnapokat szoktak szervezni, amely a „Vaktív” fantázianévre hallgat. 2 éve például lehetett aerobikozni Béres Alexandrával. Jelenleg a sportnap a „100-ast egy 100-asért” versennyel lett kiváltva. Főleg a kulturális rendezvények, mint az olvasás világnapja, az irodalmi délután, amelyen felolvasnak egymásnak a látássérültek és szinkronszínészek, legutóbb Kautzky Armand volt a „sztárvendég”. Népszerű még a „kutyajó” nap is.

6. interjúkérdés: Milyen rendezvények várhatók a közeljövőben?

Decemberben lesz az adventi vásár és az operett gála. December 1-én pedig lezárul a „100-ast egy 100-asért” eseményének a versenyidőszaka.

7. interjúkérdés: Vannak hosszabb távú tervek, fejlesztési ötletek?

Anett egy konferenciát említett meg, amelynek címe „A jövő kilátásai”. Egy kerekasztal beszélgetés keretein belül beszéltek meg a fiatalokkal, hogyan lehetne hatékonyabbá tenni a látássérültek életének könnyebbé tétele az iskolákban. A háttérmunkálatok már hosszabb ideje tartanak. A szakma véleményét már kikérték, most kezdődött a fiatalokkal történő egyeztetés, szeretnék megnézni az ő szempontjukból is a dolgot.

3.4.2. Interjú a Látássérültek Szabadidős Sportegyesületének elnökével

Forgács Szabolccsal azért volt érdekes és hasznos az interjú, mert Ő születése óta vak, ugyanakkor, mint szervező tudtunk beszélgetni az egyes rendezvények és a vakok helyzetéről.

1. interjúkérdés: Működését tekintve mi a szervezet fő célja?

Szabolcs a szervezet fő célját úgy fogalmazta meg, hogy sportprogramok szervezésével próbálnak minél több **lehetőséget biztosítani** a látássérülteknek. Nem az a cél, hogy bezárja őket és egy épületben csináljanak ezt-azt, hanem

igenis **minél több mozgásformát**, sportot kipróbáljanak és minél több helyre eljussanak. Ezeken nem csak látássérültek, hanem látók is részt vehetnek. **Önkéntesek** segítségével valósítjuk meg a rendezvényeket. Nagyon jól működik a rendszer, hiszen Szabolcs elmondta, hogy előfordult már, hogy a kezdeti futásokból eljutottak a házasságig. Mindenkinek segít, amiben csak tud. Ha például bemegy valaki hozzá azzal a kéréssel, hogy úszni szeretne járni, akkor kétoldalúan megszervezik a dolgot. Beállnak az ötlet mögé és segítenek. Az önállóságot és a talpraesettséget kihangsúlyozta, nem mindent ők csinálnak.

2. interjúkérdés: Melyek a legfontosabb nézőpontok, amelyeket Ön szerint figyelembe kell venni a vakok számára szervezett rendezvényeken?

Szabolcs azt vallja, hogy mindenkit meg kell próbálni **egyenlően** kezelni. Persze vannak **speciális igények**, amelyekre oda kell figyelni, például a rendezvényre történő eljutás, az új helyeken való tájékozódás, a mosdó és a büfé megtalálása. Ezekre az esetekre **felkészülnek és biztosítanak segítséget**, de állítása szerint **ritka**, hogy valaki ne egy barátjával, családjával érkezne. Elég sokan jelentkeznek önkéntesnek.

3. interjúkérdés: Mi lehet fő motiváció a vakok esetében, amikor rendezvényekről beszélünk?

Szabolcs szerint ez sok mindentől függhet, de nem tudja a választ. Talán a **kényelem**, hogy a technika segítségével ma már mindent el lehet intézni otthonról és lehet ülni a gép előtt. Szerinte nagyon kevesen jönnek el a rendezvényekre ahhoz képest, ahány ember eljöhetne, ők inkább az **otthon ülést** választják. Ugyanakkor ez a dolog elég **messzire visszavezethető**, például általános iskolában mennyire próbálták megcsinálni velük a sportot és mennyire vettek részt a testnevelés órákon.

4. interjúkérdés: Milyen külső tényezők nehezítik a részvételt egy-egy rendezvény kapcsán?

A baj ott van, hogy el kell jönni egy **ismeretlen útvonalon, egy ismeretlen helyre**. Hiába próbál a LÁSS szervezete segíteni, ha nem mer elindulni, vagy nem jelzi, hogy segítségre lenne szüksége.

5. interjúkérdés: Hogyan próbálják meg könnyebbé tenni a részvételt és élvezhetőbbé tenni a rendezvényeket a vakok számára?

Mindenkinek próbálnak segítséget biztosítani, aki kéri, legyen szó akármilyen jellegű dologról.

6. interjúkérdés: Ön szerint melyek a legsikeresebb rendezvények és miért?

A „MikuLÁSSfutás” egyértelműen. A résztvevők létszáma folyamatosan növekszik. Az idei rendezvényen Szabolcs nagyon bízik a 700 fő részvételében.

7. interjúkérdés: Milyen rendezvények várhatók a közeljövőben?

A rendszeres programok mellett lesz **sí tábor, vakfoci**. Nehéz ezt így megmondania, mert amellet, hogy sok rendezvényt próbál meg tető alá hozni, gyakran előfordul, hogy bemegy hozzá valaki és feldob egy jó ötletet, ami mögé beáll és segít a szervezésében.

8. interjúkérdés: Vannak hosszabb távú tervek, fejlesztési ötletek?

Szabolcs közölte, hogy nem számítanak nagy szervezetnek. Viszont nagyon szeretné, ha lenne egy **központjuk**. Egy olyan hely, ahová tudják szervezni a programokat, összejöveteleket. Ugye jelenleg több helyre szervezik a programokat, mint a Margit-sziget, Csörsz utca és a XIV, kerületi angol utca. Jó lenne, ha lenne egy fix pont, ahová mindenki szívesen eljárna mozogni.

4. Összefoglalás és következtetések

Jelen kutatásból nem vonható le olyan általános következtetés, amely a hazánkban élő vak társadalomra nézve reprezentatív lenne, hiszen ahogy a szakirodalmi részben bemutattam, hazánkban kb. 9 ezer vak személy él, primer kutatásomban 10 fővel készítettem kvalitatív kutatást.

Kutatásom értékét főleg abban látom, hogy fantasztikus személyek megismerésével sikerült bepillantást nyernem egy olyan jelentős probléma világába, amely kevés figyelmet kap jelenlegi társadalmunkban. Fő problémámat az a komplex kérdés vetette fel, hogy **vajon a vak sportolni vágyóknak milyen lehetőségei vannak a szabadidősportban és a turizmusban és milyen nehézségekkel kell szembenéznük?**

Az általam felállított 3 db hipotézis a szakirodalom áttekintésén túl a személyes tapasztalataimon alapult, amelyekre különböző interjúkérdés-blokkok segítségével reflektáltam.

Első felvetésem szerint az *interjúkban résztvevő vak személyek motivációja a sportolással elsősorban az önbizalom növelése, valamint a flow élmény átélésekor az időélmény dimenziójának a torzulása.*

Meglepődve tapasztaltam, hogy a vak személyek számára kifejezetten fontos az **esztétikus külső**, csakúgy, mint a mindennapi feladatok ellátásának a könnyebbége. Ez mindenki számára mást jelentett, ugyanakkor sokuknál az **önbizalom növelésének** tudható be a sport, még akkor is, ha nem kifejezetten ez a cél szerepelt a válaszokban. Például **sportolás után bátrabban mernek nekivágni a mindennapos kihívásoknak**, mint például az utazás és a munka keretein belül megvalósuló feladatok. **Frissebbek és jobban képesek koncentrálni, motiváltabbak**, jobb a közérzetük, ezáltal könnyebben érik el a céljaikat. Megjelenik még a **mérhető eredmény, teljesítmény** és a fejlődés lehetősége, amely szintén visszavezethető az önbizalom fejlesztéséhez.

A **flow élmény** esetében érdekesnek tartom, hogy főleg a **sikerélmény** megélésének a pillanatai (a szituáció támasztott kihívások és a résztvevői

képességeinek egyensúlyi állapota) és az **idő gyorsulásának** a megélése tehető a középpontba. Úgy gondolom ennek a magyarázata, hogy a vak személyek estében nincs vizuális inger, amely következtében a „látóknál” **sokkal erőteljesebben élik meg az idő torzulását** és bizonyos tevékenységek, például sportolás esetében a **fókusz és a koncentráció** okozta érzéseket. Az erős koncentrációnak köszönhetően megszűnik az idő érzékelése, amely a hétköznapiok alkalmával, sokkal kifinomultabb.

A győzelem vagy célba érkezés élményét jelentheti egy felkészülés, nehezebb időszak végét is, megfűszerezve azzal az érzéssel, hogy sikerült leküzdeniük egy újabb akadályt és saját maguknak is bizonyítani. Sok esetben a sport az egyik leghatékonyabb módszer lehet az önmaguknak való bizonyításhoz, hiszen, olyan mérhető fejlődésről van szó, amely esetében azok a személyek is érhetnek el eredményeket, akik esetleg az élet más területein még nem annyira sikeresek. Hangsúlyoznám, hogy itt nem élsportszerű élményekre gondolok, hanem szabadidős mozgásformákra, amelyek esetében mindenkinek más a célja és mindenkinek más eszközei vannak azok elérésére. Ilyen pillanat lehet egy **győztes vaklabdarúgó mérkőzés** utolsó perceinek és a lefújást követő eufóriának a megélése vagy **beérkezés a célba** egy maratoni futóversenyen.

Az első hipotézisem az interjúválaszok alapján tehát igazolást nyer.

Második felvetésem miszerint a *kutatásban résztvevő vak személyek a sportrendezvények közül azokat preferálják, amelyeken fizikailag aktívan részt tudnak venni kísérő társaságában minden alanyom esetében beigazolódott.*

Külföldi sportrendezvényen is részt vettek már aktívan, de az élményfaktoron kívül nem tapasztaltak különbségeket a belföldi és külföldi rendezvények között. Valamilyen formában mindenkinek voltak múltbéli tapasztalatai. Összességében elmondható, hogy az általam megkérdezettek szeretnek részt venni sportrendezvényeken egyetlen kivétellel, ugyanakkor sokszor nem találhatnak rá sem időt, sem lehetőséget. Főleg a futó, úszó és tandemes eseményeken vesznek részt. Véleményem szerint ennek a fő oka a mozgás „egyszerűsége”. A mozgás megvalósulásához nem kellene speciális eszközök, nem feltétlenül jár utazással,

az otthoni környezetben is meg lehet valósítani és rendkívül költséghatékony sportokról beszélünk, amelyekre a kiadás minimális. A témában szervezett rendezvények jó hangulatúak és népszerűek, ezáltal valószínűleg kísérőt is könnyebben találnak, amely nem mellékes tényező, hanem az akadálymentesség és az élményfaktor alapvető feltétele. Sok esetben a vak személyek önállóak. Egyedül nagyon sok mindent képesek megoldani talpraesettséggel és a technika segítségével, viszont nem talákoztam olyan véleménnyel, amely megcáfolta volna, hogy kísérő nélkül részt lehessen venni egy ilyen eseményen. Egy vak ember szempontjából egyszerűen nem életszerű helyzet, hogy alkalmanként egy több száz fős futórendezvényen egyedül fusson. Az általam feltett hipotézis ebben az esetben is igaz.

Harmadik felvetésem az volt, hogy a *kutatásban résztvevő vak személyek nyaralás céljából szoktak külföldre utazni, sportolás vagy sportrendezvény céljából azonban nem.*

A vak személyek gyakran találják szembe magukat azzal a nehéz helyzettel, hogy idegen helyen kell tájékozódniuk. A világot nézve elég sok idegen hely van. A témával kapcsolatban azonban tévedtem a hipotézis felállításakor.

Egyetlen hölgy kivételével mindenki járt már külföldön sportolás céljából és ez egy rendkívül örömdetes megállapítás volt a számomra. A kutatás darabjaira törte bennem az eddig a vakok utazásairól alkotott képemet. Hihetetlenül talpraesettek és az okos telefonok, applikációk, és bizonyos szolgáltatások segítségével, mint például a reptéri asszisztencia, bármit meg tudnak oldani. Természetesen akadnak nehézségek, de ezeket meg tudják oldani. A turizmus összefonódása a sportolással új dimenziókat nyithat a vak személyek életében. Ők is szeretnék felfedezni a világot, úszni a tengerben, szörfözni, megnézni a világ csodáit. Lehetne hosszabban is sorolni a tevékenységek és az utazás kombinációjának végtelen mennyiségű eszköztárát, de a lényeg, hogy igenis hozzáférhetővé kell tenni a turisztikai attrakciókat és a látássérültek növekvő száma miatt nem hanyagolható el a téma. Már pedig sajnos nem jól állunk ebben a témakörben. A szakértői interjúkból kivehető, hogy a munkájukhoz értő és szívvel-lélekkel a téma mögött álló emberek mindent megtesznek, hogy

segítsenek a látássérülteknek a sportolásban és az utazásban, ez azonban nagyon kevésnek bizonyul. Ha belegondolunk, hogy a legtöbben tartoznak egy szervezethez, amely mindenben segít, nekik azon felül nem tudnak segítséget kérni. Csernák Orsolya (2017) szakdolgozatában azt állapította meg, hogy a vendéglátó egységek és az utazási irodák hatalmas számban nincsenek felkészülve a vak személyek igényeinek kiszolgálására. Sok esetben hiába lenne hajlandóság az utazásra, minden esetben függeni fog valamelyik családtagjától, barátaitól és ez nem a személyisége miatt van így, és ez a lényeg. Véleményem szerint ezt kellene fejleszteni azáltal, hogy több szereplőssé tesszük a piacot. A rendezvényeken legyenek hozzáértő animátorok, kísérők. Alakítsuk úgy a környezetet a mindennapokban, hogy számukra is jó legyen, segítsünk látni a világot. Egy utazási iroda létrehozása, amely kifejezetten a látássérülteket kötné össze mind külföldi, mind belföldi viszonylatban olyan desztinációkkal, amelyek képesek fogadni őket, hozzáértő személyzettel és megfelelő környezeti feltételekkel. Jó példa a helyzetre Kaposvár. Egy kis energia befektetéssel lehetővé tehető, hogy a vak emberek is „lássák” a várost. Sok mindent meg lehetne csinálni kis tapintható másolatok formájában, hogy meg tudják tapogatni az adott létesítményt például. A harmadik hipotézisemet az általam kérdezett interjú alanyok megcáfolták.

A témában folytatott **további kutatásokban** fontos lenne megvizsgálni, hogy az utazásszervező-és közvetítő szektor milyen ajánlatokat hoz(ott) létre a látássérültek számára? A szervezett „tandemutazások” milyen piaci potenciállal bírnak, mennyire vette észre a turizmus ipar ezt a sokáig elhanyagolt célcsoportot és vajon tisztában vannak-e azzal, hogy milyen élményeket és hogyan tudnak nyújtani számukra? Érdekes téma lehet még a vak személyek passzív sportfogyasztási szokásainak a vizsgálata. A kutatásban számomra legmeglepőbb tény, többen is válaszolták a sportközvetítések nyomon követését televízión keresztül és személyesen is a rendezvény helyszínén. Számomra eddig elképzelhetetlen volt, hogy röplabdáról fogok beszélgetni egy vak hölgygel. Meglepetésem nem tudtam palástolni és az interjú alkalmával megkért, hogy kapcsoljak be egy röplabdamezőkészítés részletet, amelyen nincs kommentátor. Míg én néztem a képernyőn, hogy mi történik, ő hang alapján mesélte el nekem, hogy

melyik csapat mikor szerez pontot és, hogy mikor mi történik. Szintén érdekes megvizsgálni a sportolással kapcsolatos kérdéseket a másik oldal, vagyis a kevésbé aktív vak személyek körein belül. Rávilágítani a problémára és megtudni mi lehet az a motiváció, amely miatt ők is elkezdenének mozogni, sportolni. Fel kell tenni a kérdést, hogy miért van az, hogy dolgozatomban sikerült ennyire aktív személyekkel beszélnem, holott minden kutatás negatív irányba tolódik. A kutatások fényében kijelenthető, hogy több az inaktív vak személy, akik több okból kifolyólag nem mernek elindulni otthonról és semmi hajlandóságot nem mutatnak a sportolásra, holott az egészségi állapotuk meglenne hozzá. Ez egy szerteágazó téma, viszont Gombás Judit és Tóthné Kälbli Katalin (2016), a látássérült tanulók inkluzív testnevelés oktatását nehezítő tényezőit vizsgáló kutatásából jól kivehető, hogy a nyugati országokban egyre több figyelmet szentelnek a speciális igényű tanulókra, illetve arra, hogy ők is részt tudjanak venni a testnevelésben. Ehhez azonban felkészült testnevelőkre és gyógypedagógusokra lenne szükség, akik tudják segíteni egymás munkáját és kialakítani az adaptált testneveléshez szükséges környezetet. Az integrált intézményekbe járó gyerekek gyakran fel voltak mentve testnevelésből (Gombás, 2016), ennek következtében nem is volt alkalmuk rá, hogy megismerjék a sport világát vagy esetleg rossz módszer miatt elment a kedvük az egészsztl.

Az általam megkérdezett személyek bebizonyították nem csak nekem, hanem mindenkinek, aki olvassa ezt a dolgozatot, hogy egy olyan rétegről beszélünk, akik igenis szeretnek sportolni, szeretnek utazni, szeretnek világot látni és, hogy ők nem a sajnálatból kérnek. Viszont a látó szakemberek azok, akik meg tudják teremteni számukra azokat a feltételeket, amelyek lehetővé teszik számukra, hogy elutazzanak, vagy sportoljanak. Csak tudnunk kell, hogyan segítsünk nekik. Minden éremnek két oldala van. Úgy gondolom, hogy rekreáció szervező szakon az ilyen témával nagyon fontos foglalkozni, hiszen mi is segíthetünk abban, hogy az általunk szervezett programokon valaki megszeresse a sportolást. Ez azonban csak úgy működhet, ha ismerjük az igényeket.

Összefoglaló

A modern társadalom egyre inkább törekszik arra, hogy segítse a fogyatékkal élő embereket minden lehetséges szintén. Ennek ellenére még mindig messze vagyunk attól, hogy ezek az emberek egyenlő bánásmódban részesüljenek.

Kutatásom célja, hogy bepillantást nyerjek a vak személyek szabadidősportolási és sporttal kapcsolatos utazási lehetőségeinek világába. A mélyinterjú módszerével kvalitatív kutatást készítettem a vakok sportolási szokásairól, motivációról, a sportrendezvényeken történő részvételéről, nehézségekről és a hazai és külföldi utazások során szerzett tapasztalatokról.

A korábbi hazai kutatások alapján a látássérültek fő sportolási motivációja a felfrissülés, kikapcsolódás és az egészség megőrzése. A szabadidősport rendezvényeknél a **látó sporttársak** bevonásának szerepe kiemelten fontos a fizikai akadályok, megfelelő speciális támogató eszközök hiánya miatt. A nemzetközi szakirodalom alapján az utazások során a látássérültek számára **akadályt jelent** az önbizalomhiány, függés az őt kísérő társtól, stressz, aggodás attól, hogy terhére van a társának.

Eredményeim azt mutatták, hogy az elért személyek mindegyike fizikailag aktív a hétköznapi életben. A megkérdezetteknek sportolás után nagyobb az önbizalmuk, ezáltal jobban teljesítenek a mindennapi feladataik elvégzésében és a munkájuk során, jobb a külső megjelenésük, frissebbek és a közösségi kapcsolataik javulnak. A flow élményt az idő torzulásának dimenziójában és az erős sikerélmény által élik meg. Szeretnek részt venni sportrendezvényeken passzívan és aktívan egyaránt látó kísérő segítségével. A technikai fejlődésnek köszönhetően pedig sok mindent önállóan is megoldanak az utazás alatt. Külföldre egyedül és segítő vagy család kíséretében utaznak, nyaralási célból, és sportolási motivációból is. Két szakértővel beszéltem, akiktől megtudtam, hogy a látássérültekkel foglalkozó szervezetek minden segítséget megadnak a sportolni vágyóknak az első lépések megtételéhez.

A megkérdezett személyek bebizonyították, hogy egy olyan potenciális turisztikai és szabadidőpiaci szegmensről beszélünk, akik igenis szeretnek sportolni, szeretnek utazni, szeretnek világot látni és azt, hogy ők nem a sajnálatból kérnek.

Felhasznált irodalom

Szakirodalom

1. Aitchison, Cara (2007): *Marking difference or making a difference: Constructing places, policies and knowledge of inclusion, exclusion and social justice in leisure, sport and tourism*. In: Ateljevic, I., Pritchard, A. and Morgan, N., eds. (2007) *The Critical Turn in Tourism Studies: Innovation Research Methodologies*. Harlow: Elsevier.
2. Benczúr Miklósné (2003): *Adaptált Testnevelés és Sport*. I. Kötet. Budapest
3. Coombs, Tim, Nicholas, Angela, & Pirkis, Jane (2013): A review of social inclusion measures. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(10), 906-919.
4. Csapó János, Savella Orsolya, Remenyik Bulcsú (2010): Aktív turizmus. In.: Michalkó Gábor (szerk.) 2011: *Turisztikai terméktervezés és fejlesztés*. Pécsi Tudományegyetem, Pécs
5. Darcy, Simon, Cameron, Bruce, & Pegg, Shane (2010): Accessible tourism and sustainability: a discussion and case study. *Journal of Sustainable Tourism*, 18(4), 515-537.
6. Gombás Judit (2016): *Budapesten élő, 18-65 év közötti látássérült személyek szabadidő-sportolási szokásainak, és a szabadidősport látássérültek számára akadálymentes hozzáféréseinek vizsgálata*. Testnevelési Egyetem Sporttudományok Doktori Iskola, Doktori értekezés.
7. Gombás Judit, Tóthné Kálbli Katalin (2016). Látássérült tanulók inkluzív testnevelés oktatását nehezítő tényezők és oktatásmódszertani sajátosságok. *Iskolakultúra*, 26(1), 125-135.
8. Loi, Kim Ieng, Kong, Weng Hang (2017): Tourism for All: Challenges and Issues Faced by People with Vision Impairment. *Tourism Planning and Development*, 14 (2) 181-197.
9. Kiss Róbert (2013): *A golfturizmus rendszere, a nemzetközi és hazai keresletkínálat trendjei és területi vetületei*. Pécsi Tudományegyetem TTK Földtudományok Doktori Iskola, Pécs, Doktori értekezés
10. Laczkó Tamás, Bánhidi Miklós (2015): Sport és egészségturizmus alapjai. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Pécs.

11. Pajor Emese (2017): *Látássérülés - Sérült látás?* Eötvös Lóránd Tudományegyetem Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Budapest
12. Tomej Kristóf (2016): Can Tourism Businesses Foster Better Inclusion for People with Visual Impairment? *BEST EN Think Tank XVI Corporate Responsibility in Tourism – Standards Practices and Policies*
13. Tomej Kristóf (2017): Motivations of sighted and blind travellers in inclusive holidays: Előzetes eredmények. INVTUR 2017: *Co-creating the future of tourism, Aveiro, Portugália, 2017. május 17 – 19. konferencia kiadvány*

Egyéb források

1. Csernák Orsolya (2017): Látássérültek és vakok utazási lehetőségeinek hazai vizsgálata. Budapesti Gazdasági Egyetem, Kereskedelmi, Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Kar, Budapest, Szakdolgozat
2. 2/2005. (III. 1.) OM rendelet a Sajátos nevelési igényű gyermekek óvodai nevelésének irányelve és a Sajátos nevelési igényű tanulók iskolai oktatásának irányelve kiadásáról, 2. számú melléklete. (Forrás: <http://www.mlszsz.hu/files/OM%20rendelet%20a%20Saj%C3%A1tos%20nevel%C3%A9si%20ig%C3%A9ny%C5%B1%20gyermekek%20%C3%B3vodai%20nevel%C3%A9s%C3%A9nek%20ir%C3%A1nyelve%20%C3%A9s%20a%20Saj%C3%A1tos%20nevel%C3%A9si%20ig%C3%A9ny%C5%B1%20tanul%C3%B3k%20iskolai%20oktat%C3%A1s%C3%A1nak%20ir%C3%A1nyelve%20kiad%C3%A1s%C3%A1r%C3%B3l.pdf> Utolsó letöltés: 2018.11.01.)
3. 141/2000. (VIII. 9.) Korm. rendelet a súlyos fogyatékoság minősítésének és felülvizsgálatának, valamint a fogyatékosági támogatás folyósításának szabályairól
(Forrás: <https://uj.jogtar.hu/#doc/db/1/id/A0000141.KOR/ts/20091001/> (utolsó letöltés: 2018.11.02))

4. Magyar TDM Szövetség: TDM Agora „*Akadálymentes turizmus – speciális szolgáltatások a piacon*” (Forrás:
http://www.tdmszovetseg.eu/files/_tdmsz/images/file/TDM_Agora_Akadalymentes_turizmus.pdf (Letöltés: 2018.11.20.)
5. World Health Organization (2010): Global data on visual impairments 2010 www.who.int/blindness/GLOBALDATAFINALforweb.pdf (Letöltés: 2018.11.20.)

Mellékletek

1. sz. melléklet: interjúalanyok beleegyező nyilatkozata (saját kép)

Tájékoztató nyilatkozat

Tisztelt Közreműködő!

Ön egy tudományos kutatásban vesz részt, amelynek témavezetője Nagy Kinga. Készítője Perjesi Lionel, a Testnevelési Egyetem hallgatója. Ez a kutatás az alapja a szakdolgozatomnak.

Kutatásunk célja, hogy betekintést nyerjünk a vak személyek sportolási szokásaiba, sportrendezvényeken történő részvételébe és az ehhez köthető utazási szokásokba. Kíváncsi vagyok arra, hogy a vak személyek hogyan élik meg a sportolás közben a FLOW élményt, milyen motivációból mozognak, sportolnak? Szeretném feltárni, hogy milyen „plusz” értékeket ad hozzá a sportolás a mindennapokhoz. Ezen felül a sportrendezvényeken történő aktív részvétel és a hozzájuk kapcsolódó utazási körülmények és az esetleges nehézségek felmérése a cél.

A részvétel önkéntes, anonim módon zajlik, bármikor megszakítható. A beszélgetésről hangfelvétel készül, amelyet bizalmas módon kezelünk, és számítógépen tárolunk. Az Ön kérésére a hanganyag és az abból készült átirat is bármikor törölhető. A kutatás során kapott eredményekből szakdolgozat készül, amelyben személyazonosításra alkalmas adatokat nem közlünk.

Beleegyező nyilatkozat

Alulírott (név, születési idő olvashatóan kitöltve)

Kijelentem, hogy a kutatásban önként veszek részt. A kutatásról, az interjú megkezdése előtt kielégítő tájékoztatást kaptam.

Tudomásul veszem, hogy az azonosításomra alkalmas személyi adataimat bizalmasan kezelik. Hozzájárulok ahhoz, hogy a vizsgálat során a rólam felvett, személyem azonosítására nem alkalmas adatok más kutatók számára is hozzáférhetők legyenek.

Fenntartom a jogot arra, hogy a vizsgálat során annak folytatásától bármikor elállhassak. Ilyen esetben a rólam addig felvett adatokat törölni kell.

Kelt: 20..... év hó nap

a személy aláírás

2. sz. melléklet: szakértői interjúalanyok beleegyező nyilatkozata (saját kép)

Tájékoztató nyilatkozat

Tisztelt Közreműködő!

Ön egy tudományos kutatásban vesz részt, amelynek témavezetője Nagy Kinga. Készítője Perjesi Lionel, a Testnevelési Egyetem hallgatója. Ez a kutatás az alapja a szakdolgozatotnak.

A vizsgálat célja

Kutatásunk célja, hogy betekintést nyerjünk a vak személyek sportolási szokásaiba, sportrendezvényeken történő részvételébe és az ehhez köthető utazási szokásokba. Kíváncsiak vagyunk arra, hogy a vak személyek hogyan élik meg a sportolás közben a FLOW élményt, milyen motivációból mozognak, sportolnak? Szeretnénk feltárni, hogy milyen „plusz” értékeket ad hozzá a sportolás a mindennapokhoz. Ezen felül a sportrendezvényeken történő aktív részvétel és a hozzájuk kapcsolódó utazási körülmények és az esetleges nehézségek felmérése a cél.

A témához kapcsolódó szakértői vélemény fontos részét képezi a dolgozatnak.

A vizsgálat menete

A részvétel önkéntes, bármikor megszakítható. Nevét, mivel szakértő a témában teljes egészében szeretném beleírni a dolgozatba a véleményének fontosságának kihangsúlyozására és a kutatás alátámasztása érdekében. A beszélgetésről hangfelvétel készül. A hangfelvételt bizalmas módon kezeljük és számítógépen tároljuk. Az Ön kérésére a hanganyag és az abból készült átirat is bármikor törölhető. A kutatás során kapott eredményekből szakdolgozat készül.

Beleegyező nyilatkozat

Alulírott(név, születési idő olvashatóan kitöltve)

Kijelentem, hogy a kutatásban önként veszek részt. A kutatásról kielégítő tájékoztatást kaptam.

Hozzájárulok ahhoz, hogy a vizsgálat során a rólam felvett adatok más kutatók számára is hozzáférhetők legyenek.

Fenntartom a jogot arra, hogy a vizsgálat során annak folytatásától bármikor elállhassak. Ilyen esetben a rólam addig felvett adatokat törölni kell.

Kelt: 20 év hó nap

a személy aláírás