

HEZKUNTZA ETA KIROL FAKULTATEA

Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua

Ikasturtea: 2021-2022

**NOLAKOA DA DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEK JARDUERA FISIKOA
ETA KIROLA EGITEKO ERREALITATEA ENTRENATZAILEEN BEGIRADATIK?**

EGILEA: Maite Bahillo Alvarez

ZUZENDARIA: Uxue Fernandez Lasa

Data, 2022ko maiatzaren 19a

AURKIBIDEA

1. LABURPENA ETA GAKO HITZAK	4
2. SARRERA ETA JUSTIFIKAZIOA	5
3. EGOERAREN ANALISIA	6
3.1. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEN INKLUSIOA GIZARTEAN ETA JFKn	6
3.2. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEN JFK MUNDURAKO SARBIDEA	7
3.3. JFK ESKAINTZA DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONENTZAT	8
3.4. JFK EGOKITUA ALA INKLUSIBOA?	10
3.5. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEK JFK PRAKTIKATZEKO DITUZTEN AUKERAK ETA ONURAK	10
3.6. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEK JFK PRAKTIKATZEKO DITUZTEN OZTOPOAK	11
3.7. JFK INKLUSIBOAN EKITE ESPARRUEN ARABERAKO ERRALITATEA	12
3.8. JFK ARLOKO PROFESIONALEN GARRANTZIA ETA ERAGINA	13
3.8.1. FORMAZIOA	13
3.8.2. PROFESIONALEK JFK INKLUSIBOA IKUSTEKO MODUA	15
3.8.3. PROFESIONALEN ERAGINA JFK INKLUSIBOAN	15
4. LANAREN HELBURUA	18
5. METODOLOGIA	18
5.1. DISEINU MOTA	18
5.2. PARTE HARTZAILEAK	18
5.3. DATUAK JASOTZEKO TEKNIKAK	19
5.4. DATUEN ANALISIA	20
6. EMAITZAK ETA EZTABAIDA	21
6.1. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONAK	21
6.1.1. OZTOPOAK	21
6.1.2. ONURAK	23
6.2. PROFESIONALAK	24
6.2.1. JASOTAKO FORMAKUNTZA	24
6.2.2. ENTRENATZAILEEN PROFILA	26
6.2.3. KIROLARIEN HAUTAKETA ETA SAILKAPENA	27
6.2.4. JFK EGOKITUA EDO INKLUSIBOA?	28
6.2.5. JFK INKLUSIBORAKO ARDATZAK/FAKTOREAK	29
6.3. GIZARTEKO INKLUSIBOTASUNA	31
6.3.1. TESTUINGURUAREN ERAGINA	31
7. ONDORIOAK	33
8. APLIKAZIO PRAKTIKOAK	34
9. ERREFERENTZIAK	36
10. ERANSKINAK	42
10.1. BAIMEN INFORMATUA	42

10.2. ELKARRIZKETAREN GIDOIA	44
10.3. ELKARRIZKETAK	46
10.3.1. IRATIREN ELAKARRIZKETA	46
10.3.2. JONEN ELKARRIZKETA	58
10.3.3. ANEREN ELKARRIZKETA	68
10.3.4. OIERREN ELKARRIZKETA	83

1. LABURPENA ETA GAKO HITZAK

Ikerketa honen helburua desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta jarduera fisiko-kirol (JFK) inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Horretarako entrenatzaileen iritziak bildu eta azertu dira metodologia kualitatiboa erabiliz. Parte-hartzaileak Haszten erakundeko 5 entrenatzaile izan dira. Emaitzak hiru zatitan banatu dira: desgaitasunak dituzten pertsonetan, profesioaletan eta gizarteko inklusibotasunean. Emaitzetan ikusi da oraindik ere desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko oztopo ekonomikoekin, eskaintza urritasunarekin eta irisgarritasun faltarekin aurkitzen direla. Desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egiten duten profesionalei dagokionez, formakuntza eskasa dutela eta haien jarrerak kirolariak JFK praktikatzeko eragin handia daukala ikusi da. Horrez gain, ondorioztatu da ohikoagoa dela desgaitasunak dituzten pertsonen kirol egokituaren parte hartzea kirol inklusiboan baino. Eredu batean edo bestean parte hartzeko erabakia kirolariaren nahien eta gaitasun sozialen arabera dela ikusi da. Gehitzeko, errendimenduzkoak ez diren JFK indibidualetan inklusioa errazago eman daitekeela ere azaldu da. Gizarteko inklusibitateari erreparatuz, oraindik gizartean jarrera aldaketa bat beharrezkoa dela ikusi da giro inklusibo egoki bat lortzeko. Ikerketan oraindik desgaitasunak dituzten pertsonen JFK arrakastatsu bat praktikatu ahal izateko lan handia falta dela ondorioztatu da.

HITZ GAKOAK: jarduera fisikoa, kirol inklusiboa, kirol egokitua, entrenatzaileak.

El objetivo de esta investigación es analizar las experiencias de los entrenadores de personas con discapacidad y realizar aportaciones en torno a actividades físico-deportivas (AFD) inclusivas y adaptadas. Para ello se han recogido y analizado las opiniones de los entrenadores a través de la metodología cualitativa. Los participantes han sido 5 entrenadores de la asociación de Haszten. Los resultados se han dividido en tres apartados: en las personas con discapacidad, en los profesionales y en la inclusividad de la sociedad. Los resultados muestran que las personas con discapacidad siguen encontrándose con barreras económicas, escasez de oferta y falta de accesibilidad para la práctica de AFD. En cuanto a los profesionales que trabajan con personas con discapacidad, se ha observado que tienen poca formación y que su actitud influye mucho para que los deportistas practiquen AFD. Además, se concluye que es más habitual que las personas con discapacidad participen en el deporte adaptado que en el inclusivo. Se ha constatado que la decisión de participar en uno u otro modelo depende de los deseos y de las capacidades sociales del deportista. Para añadir, también se explica que se ha dado más fácil la inclusión en AFD individuales que no sean de rendimiento. Atendiendo a la inclusividad social, todavía sigue siendo necesario un cambio de actitud social para lograr un entorno inclusivo adecuado. En la investigación se ha llegado a la conclusión de que todavía falta mucho trabajo para que las personas con discapacidad puedan practicar una exitosa AFD.

PALABRAS CLAVE: actividad física, deporte inclusivo, deporte adaptado, entrenadores.

2. SARRERA ETA JUSTIFIKAZIOA

Azkenaldian desgaitasunak dituzten pertsonen jarduera fisiko-kirola (JFK) praktitzatzeko hobekuntzak egon direnez, askotan uste da oztopoak desagertu direla edo hauek oso gutxi direla, baina oraindik existitzen dira. Horren ondorioz, gaur egun aurki daitezkeen zailtasunak aztertzekeo grina sortu zitzaidan. Gainera, azken boladan JFK inklusiboari buruz asko hitz egiten da eta honek nola funtzionatzen duen edo benetan aurrera eramatea lortzen den aztertu nahi nuen. Azken finean nik ikusi dut oso erraz hitz egiten dela JFK inklusiboa praktikatzeari buruz, baina errealitatea askoz konplexuagoa dela uste dut. Horretarako, Haszten entitateak asko lagundu nau. Izan ere, bertan lan egiten duten profesionalak elkarrizketatuz desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egiten duten profesionalen ikuspegia ezagutu ahal izan dut eta horretaz baliatu lana aurrera eramateko. Ildo horretan, graduko nahitaezko praktikak eta bertan izandako esperientzia uztartzen ditu txosten honek.

Lana ondorengo ataletan banatu da: lehendabizi, egoeraren analisi bat burutu da, gai honen inguruan publikatu den literatura zientifikoa aztertuz. Ondoren, lanaren helburua adierazi da. Jarraitzeko, metodologia atalean lana nola garatu den eta jarraitutako urratsak azaldu dira. Geroago emaitzak eta eztabaida egin dira eta amaitzeko lan honetan ateratako ondorioak aurkeztu dira eta etorkizunera begira proposamen praktikoak adierazi dira.

3. EGOERAREN ANALISIA

Diskriminazioa gertatzen da pertsona bati tratu kaltegarria ematen zaionean, bere kultura, etnia, osasun, ideologia, generoa edo beste edozein irizpideetan oinarrituta, eta horren ondorioa eskubideak edo aukerak murriztea edo ezabatzea da (Huete, 2012). Honekin lotuta, desgaitasunak dituzten pertsonak ere diskriminazioa jasaten dute (Huete, 2012). Horregatik, diskriminazioaren ondoriozko bereizketa gainditzea eta gizartean erabateko parte-hartzea lortzea eskubide zibilen mugimenduen helburu bat da, hala nola, desgaitasunak dituzten pertsonen eskubidea eta aspaldiko eskaera izanik euren aukera berdintasuna bermatzea (Fecske, 2018). Hain zuzen ere, desgaitasunen bat duten pertsonen eskubideei buruzko Nazio Batuen Erakundearen Konbentzioaren 31. artikulua ezartzen duenez, desgaitasunen bat duten helduek eta hurrek aisialdi, jolas eta JFK jardueretarako sarbidea izan behar dute, ingurune inklusiboetan zein espezifikoen (Reina, 2014). Desgaitasunak dituzten pertsonak desgaitasunik ez duten pertsonak baino aukera gutxiago dituzte aisialdian eta JFKn parte hartzeko, dena den, gaur gaurkoz (Block et al., 2013).

3.1. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEN INKLUSIOA GIZARTEAN ETA JFKn

Gizartean garapen bat eman da eta horrekin batera, inklusio fenomenoak garatzen joan da (Sierra eta Iglesias, 2016). Inklusioaren fenomenoak garapen eta aldaketa ideologikoa dakar, bai maila politikoan, bai sozialean eta kulturean ere (Sierra eta Iglesias, 2016).

Inklusioa gizarte-bazterketa jasateko arriskuan dauden pertsonak bizitza ekonomikoan, sozialean eta kulturean aktiboki parte hartzeko behar diren aukerak eta baliabideak areagotzen dituztela eta bizi diren gizartean normalizat jotzen diren bizitza eta ongizate baldintzak dituztela ziurtatzen duen prozesua da, Europar Batasunaren arabera (Pérez-Tejero, Ocete-Calvo et al., 2012). Hala ere, XXI. mendean inklusioaz hitz egiten jarraitzen bada, herritarren partaidetzako hainbat eremutan baztertutako pertsona asko daudelako da. Desgaitasunen bat duten pertsonak, beste kolektibo askoren artean, zailtasun handiak dituzte oraindik beren ingurunean txertatu eta parte hartzeko (Pérez- Tejero, 2020). Batez ere, gizarte-antolaketa dela eta, ez baitago prestatuta ingurune irisgarriak eskaintzeko eta bermatzeko eguneroko bizitzako alderdi garrantzitsuetan, hala nola, hezkuntzan, osasunean, enpleguan, JFK jardueretan, ongizate fisikoan eta mentalean eta aisialdian (Pérez- Tejero, 2020).

Desgaitasunak dituzten pertsonak beren kideen espazio, material eta jarduera berberak partekatzen dituzten prozesua da inklusioa, berez (Reina, 2014). Fenomeno hau JFKn ere garatzen ari da. Horrela, JFK inklusioa izango litzateke gizabanako guztiek, adina eta abilezia maila edozein izanda ere, JFKn jarduteko aukera berdinak dituztela ziurtatzen duen filosofia eta praktika (Reina,

2014). Ingurune inklusiboan, diren bezalakoak aurkezten dira pertsona guztiak, baita desgaitasunak dauzkatenak ere, beraien ezaugarri guztiekin, aurkezten zaien edozein erronkari aurre egiteko prest, erronka ludikoa, entrenamendukoa edo lehiakorra izan (Cansino, 2016).

Azkenean, inklusioak esan nahi du desgaitasunen bat duten pertsonen desgaitasunik ez duten pertsonekin lehiatu edo jardun ahal izatea, estigmatizaziorik gabe, besteek haiei buruz duten pertzepzioak edo beren desgaitasunak eraginik izan gabe (Nixon, 2007). Inklusioa, ziurrenik, gertatuko da JFKn parte hartzea egokia denean, hau da, JFK baten egitura edo rol eskakizunak parte-hartzaileen motibazioarekin, interesekin eta gaitasunekin bat datozenean (Nixon, 2007).

Inklusioa onuragarria da desgaitasunak dituzten pertsonen harremanak egiten dituztelako desgaitasunak ez duten pertsonekin (Fecske, 2018). JFK inklusiboaren bitartez, inklusioak berdintasuna sustatzen du gizartean desgaitasunak dituzten pertsonentzat (Fecske, 2018).

3.2. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEN JFK MUNDURAKO SARBIDEA

Desgaitasunak dituzten pertsonen lehen JFK adierazpenek testuinguru mediku-errehabilitatzailearekin lotura daukate. Izan ere, desgaitasuna zuten pertsonen lehendabizi praktikatu zuten kirol eredu kirol egokituarena izan zen (Moya, 2016). Kirol egokitua kirol-fenomeno gisa II. Mundu guda eta gero sortu zen (Moya, 2016). Gudan parte hartu zuten soldadu askok urritasun batekin amaitu zuten eta euren herrialdeetan heroi bezala hartu zituzten (Moya, 2016). Fenomeno horrek 1940ko hamarkadaren amaieran izan zuen sorrera, bereziki Ingalaterran eta Ameriketako Estatu Batuetan (AEB) (Moya, 2016). Ingalaterran, Sir Ludwig Guttmank errehabilitazio fisikoko prozesuan, II. Mundu gerrako gudariarentzat JFK egiteko aukerak aurkitu zituen (Moya, 2016). Urte batzuk geroago, 1948an, Stroke Mandevillen ospatu ziren espezifikoki desgaitasuna zuten pertsonentzako lehenengo joko antolatutakoak (Moya, 2016). Horietatik eratorrita, lehen Paralinpiar Jokoak Erroman ospatu ziren 1960an, hiri horretan ospatutako udako Olinpiar Jokoekin batera (Moya, 2016). Joko horiek oso garrantzitsuak izan ziren kirol egokiturako, eta hortik aurrera etengabe eboluzionatu du gobernatzen duten egiturei, kirol-modalitateei eta integrazio-prozesuei dagokienez (Moya, 2016).

Illo horretan, 1975ean Quebecen, Kanadan, aditu talde garrantzitsu bat bildu zen. Batzar hartatik sortu zen JF egokituaren kontzeptua eta Ariketa Fisiko Egokituaren Nazioarteko Federazioa (International Federation of Adapted Physical Activity (IFAPA)) sortu zen (Cansino, 2016). Federazio honen helburu nagusia JF egokituaren ikerketa eta honen garapen akademikoa sustatzea da (Cansino, 2016). Arlo horretan egin ziren aurrerapenak sustatzeko, Jarduera Fisiko Egokituari buruzko

Nazioarteko Sinposiuma antolatu zen, eta gaur egun bi urtez behin egiten da munduko hainbat lekutan, arlo honetan izan diren aurkikuntza eta aurrerapenak partekatu eta lau haizetara zabaltzeko (Cansino, 2016). Hezkuntza, Zientzia eta Kulturarako Nazio Batuen Erakundeak, berriz, gorputz-hezkuntza eta JFK sustatzen ditu, Gorputz Hezkuntzaren eta Kirolaren Nazioarteko Gutunean ezarritakoa oinarri hartuta (Cansino, 2016). Gutun hori Parisen egin zen, 1978ko azaroaren 21ean (Cansino, 2016). Gutun horretan, hezkuntza-mota horrek izan zezakeen eginkizun garrantzitsua aldarrikatzen zen, ez bakarrik haurren eta gazteen garapen kognitiboan eta fisikoan, baita helduen bizitza osoko hezkuntzaren testuinguruan aberasteko ere (Cansino, 2016).

Horrela pixkanaka- pixkanaka desgaitasunak zituzten pertsonak JFK praktikatzeko hasi ziren. Nahiz eta JFK egokitua praktikatzeko hasi, ordea, beste modu batzuetan ere JFK burutzen joan ziren gizartearen garatzen joan de heinean, gaur egun JFK inklusiboa praktikatzeko aukera izan arte.

3.3. JFK ESKAINTZA DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONENTZAT

Desgaitasunak dituzten pertsonak JFK jardueretan parte hartzeko bi antolaketa modu, ingurune edo egitura nagusi daude (Fecske, 2018). Ohiko JFK programek eta desgaitasunak dituzten pertsonentzako JFK programek hainbat ingurune eskaintzen dituzte (Fecske, 2018). Alde batetik, JFK egokitua, honetan soilik desgaitasunak dituzten pertsonak parte hartzen dutelarik (Fecske, 2018). Beste alde batetik, ordea, inklusioan edo ohiko JFKn oinarritutako programak aurki litezke, desgaitasunak dituzten pertsonak desgaitasunik ez dituztenekin parte hartzen dutenak (Fecske, 2018).

JFKn parte hartzeko aukerarako lehena JFK egokitua da. JFK egokitua desgaitasunen bat edo osasun-egoera berezia duten pertsonen kolektiboari egokitzen zaion JFK modalitatea da, pertsona horien praktika errazteko egokitzapen batzuk egin direlako edo JFKren egitura berak horretarako aukera ematen duelako (Reina, 2010). JFK egokituak, gainera, bizi-estiloetarako eta JFKrako sarbidea hobetzearen alde egiten duen eta berrikuntza eta lankidetzaren sustatzen duen zerbitzua eskaintzen du (Cansino, 2016). Hori dela eta, zenbait kirol konbentzionalek beren ezaugarrien bat egokitu dute desgaitasunen bat duten pertsonen kolektibo jakin baten premietara egokitzeko; beste kasu batzuetan, berriz, kirol modalitate berri bat sortu da, desgaitasunak dituzten pertsonen kolektibo jakin baten ezaugarri espezifikoetatik abiatuta (Moya, 2016).

JFK praktikatzeko beste aukera nagusietako bat JFK inklusiboa da. Desgaitasunak dituzten eta ez dituzten pertsonak batera praktikatzeko aukera ematen duen JFK proposatzen da, parte-hartzaileen aukerak egokituz eta dagokion JFK espezialitatearen helburuari eutsiz (Moya,

2016). Erabilitako arauak eta materiala doitu edo egokitzen dira, parte-hartzaile guztien parte-hartze aktiboa eta eraginkorra sustatzeko (Moya, 2016). JFK inklusiboaren barruan, JFK era inklusiboan praktikatzeko bi modu bereizi izan dira. Bi partaidetza-eredu horiek bat datoz JFK konbentzionalaren definizio zabalagoarekin (Fecske, 2018).

Alde batetik, ingurune konbentzionalen kategoria zabalaren barruan, minimoki egokitutako ereduak dago. Eredu honetan desgaitasunen bat duten pertsonen parte-hartzea ahalbidetzeko egokitzapen txikiak onartzen dira (Nixon, 2007). Gutxienekoen arabera egokitutako JFK ereduak honako ezaugarri nagusi hauek egituratzen dute (Fecske, 2018; Nixon, 2007):

- Kirolen sailkapen eza, kirol horiek funtzionamendu-maila handiagoko eta gaitasun atletiko maila ertaineko edo altuko parte-hartzaileak erakarri ohi dituzte.
- Egokitzapen txikiak.
- Lehiaketako intentsitatea moderatutik altura, lehia-intentsitate altuagorako joerarekin.
- Lehia zuzena desgaitasunen bat duten eta ez duten parte-hartzaileen artean.

Beste alde batetik, ordea, ohiko JFK desgaitasunik ez duten atletentzat diseinatuta eta antolatuta dago, baina desgaitasunik dituzten pertsonen parte-hartzea ahalbidetzen du (Fecske, 2018; Nixon, 2007). Ohiko JFKk honako ezaugarriak ditu (Fecske, 2018; Nixon, 2007):

- Ez dago kirolen sailkapenik. Oro har gaitasun atletikoaren maila ertaina edo altua duten desgaitasunik dituzten parte-hartzaileak erakarriko ditu.
- Ez dago desgaitasunerako egokitzapenik, eta hori da eredu honen ezaugarri bereizgarriena.
- Lehia-intentsitatea, baxutik altura.
- Lehiakideen arteko zuzeneko lehiaketa, desgaitasunik dituzten eta desgaitasunik gabeko parte-hartzaileen artean.

Eredu hau erkidegoko programetan, eskola kirolean, kirol amateurrean eta, oso gutxitan, profesionaletan aurki daiteke (Nixon, 2007). Batzuetan, aurkitzen dira desgaitasunik dituzten atletak inolako egokitzapenik gabe lehiatzen dutenak kirol-maila lehiakorrageotan (Nixon, 2007). Atletak horiek lehiatzeko aukera dute gaitasun atletiko aparta dutelako eta kirolaren errendimendu-eskakizunekin zerikusirik ez duten zailtasunik dituztelako, ordea (Nixon, 2007). Honenbestez, kirolean benetan integratzea ez dela soilik desgaitasunik dituzten eta ez dituzten pertsonak kirol bat batera praktikatzea, haien artean elkarrekintza eman behar izatea baizik (Fecske, 2018). Elkarreragin horretan, desgaitasunik dituzten pertsonen ez dute sentitzen errukirik,

mespretxurik, desberdintasunik edo moralki beheragoko aurreiritzien pisu eta desbideratzerik (Fecske, 2018).

3.4. JFK EGOKITUA ALA INKLUSIBOA?

JFK praktikatzeko aurrez aipaturiko bi moduetatik, zein den aproposena ez dago argi eta iritzi desberdinak daude honen inguruan. JFK egokituari buruzko eztabaidak 90eko hamarkadaren hasieran hasi ziren (Fecske, 2018). JFK egokitua desgaitasunak dituzten kirolarientzat onuragarriagoa den ala ez eztabaidatu izan da. Literatura zientifikoaren egungo egoeran oinarrituta, zaila da JFK ingurune egokitu batek izan ditzakeen onurak eta eragozpenak antzematea (Fecske, 2018). Inklusioa askotan desgaitasunen bat duten pertsonentzako jardunbide egoki gisa gomendatzen den arren, baina, gomendio hori babesten duten proba enpirikoen falta dago (Fecske, 2018). Hori dela eta, norberak bere buruari galde diezaioke ea JFK egokitua testuinguru inklusibo edo eskusibo horretan dagoen. Gutmannek berak, mugimendu paralinpikoaren aitak, argudiatu zuen desgaitasunen bat duten eta ez duten pertsonen arteko lehiaketak pertsonen arteko ulermena hobetzea ahalbidetuko lukeela, eta gizarteratzen lagunduko liekeela (Reina, 2014). Amaitzeko, horrez gain, batzuek kritikatu egin dute JFK inklusiboan, egokitzapen txikiak sartzen direnean, JFKren osotasunaren galera eta ekitatea (Fecske, 2018). Kostu-argudioek eta kostu- eta praktikotasun-argudioek inklusioa ahalbidetzen duten egokitzapenekiko erresistentzia sustatzen dute (Fecske, 2018).

3.5. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEK JFK PRAKTIKATZEKO DITUZTEN AUKERAK ETA ONURAK

Desgaitasunak dituzten pertsonak zein aukera eta onura jasotzen dituzten JFK praktikatzerako orduan ere aztergai garrantzitsua da euren errealitatea ezagutzeko. Aukeren kasuan, ikuspegi pertsonaletik, dibertsioa JFK programa egokitueta parte hartzearen aldeko elementuetako bat da, baita osasuna eta sasoi egoera hobetzea ere (Jaarsma, 2014; Reina, 2014). Ikuspegi psikosozialago batetik, gainera, aipatzekoa da hainbat ikerketatan aipatutako aukeretako batzuk motibazio intrintsekoa, autonomia edo harreman sozialen bilaketa direla (Jaarsma, 2014; Reina, 2014). Inguruneko faktoreei dagokionez, aldiz, desgaitasun mota desberdinak zituzten heldu eta haurrentzako JFKren ingurumen-aukera nagusia kontaktu soziala izan zen hainbat ikerlanen arabera (Jaarsma, 2014; Reina, 2014). Fecskek (2018) ere babestu izan du desgaitasunak dituzten pertsonentzako JFK egiteak onura ugari dituela. Orokorrean, JFKk erakutsi du ingurune onuragarria dela bizi-kalitate handiagoa eta osasuntsuagoa sustatzeko, hortaz.

JFK inklusiboa praktikatu, desgaitasunak dituzten pertsonak onura desberdinak antzeman ditzakete. Lehenik eta behin, onura fisikoei dagokionez, forma fisikoa hobetu dezakete

hezur-dentsitatea hobetuz, pisua kontrolatuz, arteria-presioa murriztuz eta garapena bultzatuz (Fecske, 2018). Onura psikosozialen kasuan, berriz, gizarte-babes positiboa eskuratu dezakete eta beste batzuekin batera lan eginez helburu komun bat lor dezakete (Fecske, 2018). Gainera, JFK inklusiboak inklusio soziala ere badakar, erlazioak egiten dituzte desgaitasunak ez dituzten pertsonekin, horrela gizartean gehiago murgiltzeko aukerak sortuz (Cansino, 2016). Amaitzeko, JFKk onura emozionalak, psikologikoak eta sozialak eskaintzen dizkiete desgaitasunak dituzten pertsoneri (Fecske, 2018): independentzia eta autorrealizazioa hobetzen dute, porrotari aurre egiten ikasten dute (Fecske, 2018), autoestimua handitu eta euren burua gehiago onartzen dute (Reina, 2014) eta, azkenik, depresioa murriztu eta kontzentrazioa areagotu egiten dute (Cansino, 2016).

Aipatu bezala, JFK inklusiboak onura ugari dituen arren desgaitasunak dituzten pertsonentzat, onuradun gehiago ere baditu. Izan ere, desgaitasunik ez dutenentzat ere zenbait onura dakartza. Adibidez, hezkuntza arloan, desgaitasunak dituzten ikasleekin JFK egiteak lagun dezake kideen enpatia garatzen eta euren beharrak hobeto ulertzen (Dieringer eta Judge, 2015). Horrez gain, desgaitasunik ez duten ikasleek desberdintasunarekiko errespetu handiagoa daukate (Reina, 2014) eta desgaitasunen bat duten pertsoneri buruz duten pertzepzioa nabarmen hobetzen da (Blanco eta Mulas, 2021).

3.6. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONEK JFK PRAKTIKATZEKO DITUZTEN OZTOPOAK

Nahiz eta zenbait aukera egon eta onura iturri izan daitekeen JFK inklusiboa desgaitasunak dituztenentzat, dena den, gaur egun oraindik oztopo asko aurkitzen dira desgaitasunak dituzten pertsonen JFK praktikatzerako orduan. Ohiko JFKn, estigmaren oztopoek eta gizarte-desabantailek, baita zailtasun praktikoek ere, sarbidea blokeatu dute eta desgaitasun-maila jakin batzuk dituzten pertsonen inklusio-ahaleginak zaildu dituzte (Nixon, 2007). Oztopo edo arazo horiek bereziki etsigarriak izan dira kirol-ingurune lehiakorrenetan, non desgaitasunak dituzten kirolarien parte-hartzea baxuagoa den (Nixon, 2007). Desgaitasun bat izateagatik jokalarari hauek oztopatuak izan dira; izan ere, JFK arduradunek ez dute onartzen egituraren, taldearen edo instalakuntzen egokitzapen egokiak egitea edo ez daude prest JFKn ikuspegi berri edo desberdinik onartzeko (Nixon, 2007).

Lehen aipatutakoez gain, desgaitasunak dituzten pertsonen mota desberdinetako oztopoak aurki ditzakete, arlo ezberdinetan. Oztopo pertsonalei dagokienez, motibazio eza, energia eza eta nekea oztopo garrantzitsutzat jotzen dira (Jaarsma, 2014). Horrez gain, desgaitasuna bera ere oztopo bezala ikusten dute JFK praktikatzeko (Jaarsma, 2014). Gainera, ingurunearen muga nabarmenenak moduan honako hauek aurkeztu izan dira: JFK egiteko aukera eza, irisgarritasun zailtasunak eta

garraioa (Reina, 2014). Are gehiago, JFK arloan eskuragarri dagoen eskaintzari buruzko informaziorik eza edo praktiken ondoriozko kostuak, bereziki JFK materiala eskuratzeari dagozkionak, ere oztopo nagusi bezala aipatu izan dira (Reina, 2014). Beste oztopo garrantzitsu batzuk, ildo berean, ikasketa-programa desegokiak edo eskuraezinak diseinatzea eta prestakuntza nahikorik gabeko langileak edukitzea izan dira (Dieringer eta Judge, 2015).

Inklusiorako bidean, alabaina, jarduera falta are handiagoa da desgaitasunak dituzten eta ez dituzten pertsonen praktika berean sartzea bilatzen denean, jarduera horiek gutxiago garatzen direlako eta orain arte planteatutako JFKk orokorrean espezifikoak edo egokitzapenik gabekoak zirelako (Pérez- Tejero, 2020).

3.7. JFK INKLUSIBOAN EKITE ESPARRUEN ARABERAKO ERRALITATEA

JFK inklusiboa arlo desberdinetan praktikatzen da, aisian eta osasunean, batez ere. Alde batetik, desgaitasunen bat duten pertsonen gero eta gehiago eskatzen dituzte helburu osasungarria duten praktikak, normalean egoera fisikoa mantentzearekin edo hobetzearekin lotuta (Moya, 2016). Praktika horiek gehienbat inklusio eredua jarraituz garatzen dira kirol-zentroetan, aisialdi osasungarriko zentroetan, fitness zentroetan edo gimnasioetan (Moya, 2016). Askotan, udal, eskualde edo lurralde mailako JFK zerbitzuek ematen dute zerbitzua (Moya, 2016). Lehia-eremuari dagokionez, ordea, desgaitasun mota jakin bati zerbitzua ematen zaio, beraz, JFK egokitua ematen da gehienbat eremu honetan eta gutxiago JFK inklusiboa (Moya, 2016).

Bestalde, aisiari dagokionez, gaur egun, inork ez du zalantzan jartzen aisialdia eta olgeta ere, ikuspegi inklusibotik, desgaitasunen bat duten pertsonentzat eskubide bat direla eta askatasunez eta borondatez goza dezaketela, baldintza berdinetan eta inolako diskriminaziorik gabe (Pérez- Tejero, 2020). Aisialdiko eta jolas jardueretako JFK inklusiboa asko garatu da azken hamarkadan, desgaitasuna duten pertsonenganako pertzepzioa nabarmen aldatu delako, batik bat (Pérez- Tejero, 2020). Desgaitasunak dituzten pertsonentzako aisialdi eta jolas aukerak hobetzera eta areagotzera bideratutako fundazioen eta erakundeen ugaritzea oso garrantzitsua izan da azken urteotan gizarteratzearen ikuspegitik eta desgaitasunen bat duten pertsonen eskaera gero eta handiagoari erantzuten dio (Pérez- Tejero, 2020). Ildo horretan, aisialdia eta olgetan beharrezkoa da baldintza egokiak sortzea parte-hartzea eraginkorra eta atsegina izateko. Eremu honetako JFK inklusiboko jardueretan esku hartzeak izan behar dituen dimentsioetako batzuk hauek dira: jardueren, jolasen eta kirolen egokitzapenak, espazioen irisgarritasuna, materialen egokitzapena eta guztiek errespetuzko, onarpeneko, gozameneko eta lankidetzako giroan parte hartzea bermatuko duten estrategia metodologikoen egokitasuna (Pérez- Tejero, 2020).

Jolas-jardueretarako, ohiko kirol-federazioak ez diren erakundeek ematen dituzte zerbitzu horiek, salbuespen nabarmenekin (Moya, 2016). Klub espezializatuen, fundazioen eta elkarten zeregina, ordea, askoz ere erabakigarriagoa da (Moya, 2016). Egindako jarduera askok ez dute zerikusirik kirol arautuekin, baina bai, ordea, aisialdi aktiboarekin, natura-inguruneko maila desberdinetako jarduerekin eta gorputz-adierazpeneko jarduerekin (Moya, 2016).

JFK inklusiboa eskolaz kanpoko programetan edo eskola kirolean praktikatzeko aukera ere badago. Beharrezkoa da desgaitasunen bat duten ikasleentzako JFK (egokitua edo ez) sustatzea eskolan eta eskolaz kanpo (Pérez- Tejero, 2020). Eskolaz kanpoko eremuek errazten dute desgaitasunak dituzten pertsonen garapen integralerako hain beharrezkoa den bizipen eta esperientzia hori, baina jada gehienetan berezitateko dimentsio batean, ez desgaitasunik ez duten kide edo berdinekin batera (Moya, 2016). Arlo honetan, oztoporik garrantzitsuena desgaitasunak dituzten ikasleek eskola-kirolean bete-betean parte har dezaten beharrezkoak diren aldaketak edo egokitzapenak egiteko beharrezkoak diren baliabideak eskuratzea da (Dieringer eta Judge, 2015). Zehazki, diru-falta eta langile-falta ohiko oztopoak dira eskoletan, desgaitasunak dituzten gaztetxoek aukera berdintasuna urratuz (Dieringer eta Judge, 2015).

3.8. JFK ARLOKO PROFESIONALEN GARRANTZIA ETA ERAGINA

Nahiz eta orain arte adierazi moduan laguntza eman den desgaitasunak dituzten pertsonen JFKn sartzen saiatzeko, hasiera batean etsigarria zirudien desgaitasunen bat zuten ikasleak JFK antolatuetan eta curriculumetik kanpokoetan sartzea (Dieringer eta Judge, 2015). Hori dela eta, entrenatzaileen zein jarduera hauen arduradunen prestakuntzari eta heziketari garrantzia eman behar zaio (Dieringer eta Judge, 2015). Desgaitasunak dituzten kirolariek JFK praktikatzeko, entrenatzaileek JFKz jakiteaz gain, beharrezkoa da kirolariak daukan desgaitasuna ondo ezagutzea (Cregan et al., 2007).

Profesionalen alderdiari erreparatu, honenbestez, euren errealitatearen irakurketa egiteko, honako atalak aintzat hartzea oso garrantzitsua da: formazioa, JFK ikusteko modua eta haien papera JFK arrakastatsua izateko. Hauetako bakoitza ondorengo lerroetan garatuko da gehiago, puntuz puntu.

3.8.1. FORMAIZIOA

Gaur egun entrenatzaileak ez dira behar bezain prestatuta sentitzen desgaitasunak dituzten kirolariak entrenatzeko (Martin eta Whalen, 2014). Izan ere, askok desgaitasunei buruzko jakintza mugatua daukate (Crisp, 2019). Entrenatzaileek alde aurreko prestakuntzarik jaso ez badute edo

desgaitasun kontzeptua erabat ulertzen ez badute, desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzeko gaitasun gutxiagorekin ikusten dute haien burua (Crisp, 2019). Egia da JFK eta desgaitasunei buruzko bibliografia egon badagoela, baina gehiena errendimendu, irakaskuntza edo zaintzaileekin lotuta dago (Crisp, 2019). Beraz, entrenatzaileek garrantzitsu jotzen dute formazio egokia jasotzea desgaitasunak dituzten pertsonak behar bezala entrenatu ahal izateko (Dorogi et al., 2008). Izan ere, entrenatzaileek oso modu desberdinetan ikasi dute desgaitasunak dauzkaten pertsonak entrenatzen, ondorengo zerrendan adierazi den moduan (Douglas et al., 2018):

- Unibertsitatean hezkuntza formalaren bidez (Schinke et al., 1995). Honek konfiantza ematen die desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzen hasten direnean, batez ere (Taylor et al., 2014).
- Prestakuntza ez-formalaren bidez, hitzaldi, mintegiak eta entrenatzaileentzako ikastaroak eginez (Nelson et al., 2006). Hemen, entrenamendu arloarekin loturiko edo desgaitasunei buruzko hainbat ikastaro aurki daitezke. Entrenatzaileen prestakuntzarako ohiko programa askotan ez da kontuan hartzen desgaitasuna, baina entrenatzaileek beharrezkotzat jotzen dute desgaitasunak dituzten atleten entrenamenduari buruz informazioa jaso eta errealitate horren berri ikastea (Vargas et al., 2012).
- Entrenatzaile askok modu informalean ikasten dute (Douglas et al., 2018). Zenbait entrenatzaile aurretiko esperientzietan oinarritzen dira, bai desgaitasunak dituzten pertsonekin izandako esperientzietan, bai haiek kirolari bezala izandakoetan ere (Crisp, 2019). Ohikoa da entrenatzaile bihurtzea desgaitasunak dituzten kirolari ohiak, haietako askok ez badaukate ere entrenatzaile izateko asmorik, baina kirolari bezala arrakasta izatean entrenatzaile izateko aukerak izaten dituzte (Douglas et al., 2018). Profil honetako pertsonak entrenatzeko gaitasunak eta jakintzak asko garatzen dituzte kirolariak diren etapan (Douglas et al., 2018).

Modu honetan, zenbait entrenatzailek lagunengandik ikasten dute (MacDonald et al., 2016). Horrez gain, ohikoa da entrenatzaileek mentore bat bilatzea beren ibilbidearen hasieran, entrenamendu-planak garatzen eta atletekin lan egiten ikasteko (Taylor et al., 2014). Azken finean, esperientzia daukan pertsona batek eragin zuzena eta pertsonala dauka esperientzia gutxiago daukan pertsona baten garapenean (Bloom, 2013). Mentoreek entrenatzaileei laguntzen diete haien estiloari eta entrenatzeko filosofiari forma ematen, rol eredu eta komunikazio positibo baten bidez (Bloom, 2013).

Entrenatzaileek formakuntza egokia izatea ezinbestekotzat jotzen dute, izan ere, desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzea erronka bikoitza bezala ikusten dute, alde batetik, JFK ezagutu behar dutelako eta, bestetik, kirolariaren desgaitasuna ezagutu behar dutelako (Martin eta Whalen, 2014). Zentzu honetan, badirudi desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzeak konplexutasuna gehitzen diola entrenatzailearen lanari (Townsend, 2015), baina honi buruz ondo formatuta egon beharra dago modu egokian entrenatzeko. Modu honetan, jakin daiteke bere desgaitasunagatik kirolariak zer ezin duen egin, baina, batez ere, zer egin dezakeen (Cregan et al., 2007). Horrela atletak askoz hobeto ulertu ahal izango dira eta jakin daiteke noraino dakiekeen (Cregan et al., 2007).

3.8.2. PROFESIONALEK JFK INKLUSIBOA IKUSTEKO MODUA

Entrenatzaileentzat garrantzitsua da desgaitasunak dituzten pertsonen jarduera motorretan parte hartzea, haien bizimodu osasuntsuaren zati gisa (Dorogi et al., 2008). Gainera, askok uste dute desgaitasunak dituzten pertsonen JFK egin dezaketela desgaitasunik ez duten kirolariek (Dorogi et al., 2008). Entrenatzaileek haien burua inklusioa errazten duten bidelagun bezala ikusten dute (Pagán et al., 2021). Hauek urritasunak dituzten pertsonak entrenatzeak dakartzan erronkak gainditzeko prest badaude, desgaitasunak dituzten atleten inklusioa arrakastatsua izan daiteke (Hammond et al., 2014). Gainera, Hammonden (2014) ikerketan ondorioztatu zen esperientziarekin entrenatzaileek gehiago sinesten dutela JFK inklusioan. Izan ere, jadanik aurretik desgaitasunak zituzten pertsonak JFK inklusioan entrenatu zituzten entrenatzaileek jarrera eta sinesmen positiboagoak zituzten inklusioarekiko inoiz entrenatu ez zituzten entrenatzaileek baino (Hammond et al., 2014).

3.8.3. PROFESIONALEN ERAGINA JFK INKLUSIBOAN

Entrenatzailea JFK ingurunean eragin handien duen heldua da. Haien jokabideak atleten motibazioan eragina dauka, baita JFKn parte hartzeko desiran ere (MacDonald et al., 2016). Entrenatzaileek kirolariei buruz espektatiba altuak badituzte eta haiengan konfiantza daukatela erakusten badute, jokalarien motibazioak gora egiten du (Robbinset al., 2010). Gainera, entrenatzaileek ahal den heinean, kirolarien independentzia sustatzen dute eta horrek haien JFK errendimendua hobetzeaz gain, JFKtik kanpoko bizi-kalitatea ere hobetzen du (Tawse et al., 2012). Argitu beharra dago, halaber, kirolari batzuk beste batzuk baino arreta gehiago behar dutela, izan ere, batzuk galdu egiten dira entrenatzaileak oso libre uzten baditu (Cregan et al., 2007). Beraz, entrenatzailearen ardura da jakitea nork behar duen arreta gehiago eta nor jardun daitekeen modu autonomoago batean (Cregan et al., 2007). Entrenatzaile onak haien kirolarien ongizateagatik arduratzen dira zelaian eta zelaitik kanpo, malguak izan behar dira haien kirolariek eta bakoitzaren

behar pertsonalak ulertu behar dituzte (Judge et al., 2021). Horrez gain, entrenatzaileek eragiten dute euren jokalarien egoera psikologikoetan ere, batez ere euren konfiantza eta antsietate mailetan (Martin eta Whalen, 2014). Entrenatzaileak ez daude psikologian formatuta, baina garrantzitsua da hauek estrategia psikologiko desberdinak ezagutzea, atletekin erabiltzeko egoera eta momentu desberdinetan (Bastos et al., 2014).

Entrenatzaileen jarrerekin jarraituz, ezinbestekoa da entrenatzaileek kirolariak ez ikustea desgaitasunak dituzten pertsonak bezala, garrantzia kirolariak pertsonak bezala ezagutzeari eman behar baitzaio (Cregan et al., 2007). Horrela, errazago uler daiteke nondik datozen eta nora joan nahi duten edo zeintzuk diren haien helburuak JFKn (Cregan et al., 2007). Gainera, ezinbestekoa da entrenatzaileek jokalaria ahulak eta alferrikakoak bezala ez ikustea, honek eragin negatiboa izango baitu (Robbinset al., 2010). Entrenatzaileek espektatiba altuak izan behar dituzte haien kirolarien inguruan eta euren gain duten konfiantza demonstratu behar diete atletei, honek eragin positiboa izanik jokolariengan (Robbinset al., 2010).

Bestalde, desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzean, gehiago pentsatu beharra dago, beraz, entrenatzaileak sortzaileak izatea funtsezkoa da (Cregan et al., 2007). Ezin da entrenatzeko modu bakar bat izan, praktikan jartzeko aukera eta ideia sorta zabalago batera iristea beharrezkoa da (Crisp, 2019). Kontuan izan behar dira atleta bakoitzaren ezaugarriak eta horren arabera entrenamendu-estilo desberdinak diseinatu ikaskuntza-ingurune optimoa sortzeko (Cregan et al., 2007).

Orokorki, desgaitasunak dituzten kirolariak zailtasunak dituzte haien adineko lagunak egiteko. Askotan desgaitasunak dituzten pertsonak sozialki isolatuta egoten dira eta JFK praktikatzea sozializatzeko ingurune aproposa izan daiteke haientzat, hau trebetasun sozialak hobetzeko erreminta bat izanik (Orr et al., 2021). Gaitasun sozialak hobetzean erlazio sozialak egiteko erraztasuna irabazten dute eta horrekin batera inklusioa errazago ahalbidetzen da (Pagán et al., 2021). Dena den, hau ez da beti modu positiboan ematen, desgaitasunak dituzten pertsonak desgaitasunik ez dutenekin erlazionatzen direnean, esperientzia negatiboak izan ditzaketelako (Orr et al., 2021). Kontuan izan behar dira sozializatzeko haien zailtasunak eta kontuz ibili beharra dago egokitzapen psikosozial batetik jazarpena pairatzera pasa daitezkeelako (Orr et al., 2021).

Jokalariek esperientzia negatiboa edo positiboa izateko, entrenatzailearen jarrerak eragin handia dauka (Beyer et al., 2008). Esperientzia positiboak bizitzeko, entrenatzaileek arretaz gainbegiratu behar dituzte taldekideen artean eraikitzen diren harremanak eta estrategia desberdinak garatu behar dituzte harreman horiek positiboak izateko (Orr et al., 2021). Hori dela eta,

entrenatzaileek desgaitasunak dituzten kirolariak onartzeko giroa sortu behar dute, ingurune kultural egoki bat dagoela bermatuz, pertsona hauek onartzen dituen, horrela denak bertan eroso sentitzeko (Cregan et al., 2007). Ildo honetan, taldeko kideek entrenatzailearen jarrera eredutzat hartu ohi dute, beraz, ezinbestekoa da entrenatzaileek jarrera positiboa izatea desgaitasunak dituzten pertsonekiko, horrela gainerako kideek ere jarrera hori hartuko dutelako pertsona hauekiko (Beyer et al., 2008). Entrenatzaileak giro on hori sortzeko taldekideez balia daitezke, kideen arteko erlazio onak lortu behar baitira. Taldekideak oso garrantzitsuak izan daitezke kirolariaren esperientzian, erlazio ona izateak, desgaitasunak dituzten pertsonak motibatu ditzake, hauen depresio sintomak gutxitu daitezke eta haien buruaren pertzepzioa hobetu dezake (Orr et al., 2021).

Aipatutako harreman positiboak sortzeko entrenatzaileek komunikazioari garrantzia ematen diote (Falcão et al., 2015). Taldeko jokalariekin komunikatzeak entrenatzailearen eta jokalarien arteko harreman positiboa eraikitzen lagun lezake eta horrek eragin positiboa dauka talde kohesioan (Falcão et al., 2015). Izan ere, entrenatzaileak erlazio pertsonal eta estu bat izanez gero bere jokalariekin kalitatezko JFK eta arrakastatsua izateko aukera gehiago dago (Martin eta Whalen, 2014). Halaber, entrenatzaileen eta gurasoen arteko komunikazio efektibo bat izateak ere onura ugari ekar ditzake (Beyer et al., 2008). Batik bat, lagungarria izan daiteke kirolarien beharrak eta nahiak hobeto ezagutzeko, baita kirolariak zein portaera estrategiaren arabera erantzuten duen hobeto jakiteko ere (Vargas et al., 2012).

Entrenatzaileen filosofia edo JFK ikusteko modua asko baldintza dezakeen eredu bat JFK inklusiboa da. Esaterako, uste badute integrazioak emaitzak murrizten dituela, JFK proposamen lehiakorrek oztopo izan daitezke desgaitasunak dituzten atletak eskola kirolean integratzeko (Kozub eta Porretta, 1998). Izan ere, nahiz eta aipatu den JFKn ikuspegi desberdinak ematen direla, alde batetik denak jolastea nahi da, baina bestalde kirolaren ezaugarri nagusi bat irabazteko nahia da (Kozub eta Porretta, 1998). Irabazteari eta emaitzari garrantzi handia emateak kirolari askorentzat eragin negatiboa izan dezake, eta ez soilik desgaitasunak dituzten pertsonentzat (Kozub eta Porretta, 1998).

Aurretik aipatu den bezala, desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzea ez da lan erraza entrenatzaile batentzat. Nahiz eta kirolari desberdinek desgaitasunak izan, desgaitasun desberdinak dituzte eta haien beharrak oso desberdinak dira, beraz entrenatzaileek entrenamendu planak diseinatu behar dituzte desgaitasun desberdinak dituzten pertsonentzako eta hauek ez dira berdinak, kirolari bakoitzari moldatuta egon behar baitira (Banack et al., 2011). Amaitzeko, beraz, entrenatzaileek argi izan behar dute norekin ari diren lanean eta modu egokian entrenatu ahal izateko estrategia desberdinak jarraitu behar dituzte. Besteak beste, ematen dituzten azalpenak ez

oso luzeak eta argiak izan behar dira eta kirolariek edo taldekideren batek fisikoki ariketaren adibidea egiteak asko lagundu diezaieke ariketa ulertzeko, zenbait kasutan (Vargas et al., 2012). Gainera, proposatzen diren ariketak maila edo zailtasun desberdinak izatea komenigarria da, horrela ariketa berdina ez da errazegia edo zailegia izango, baizik eta bakoitzak bere ahalmenaren arabera egin ahal izango du (Vargas et al., 2012). Argibide hauek guztiak, beraz, desgaitasunak dituzten pertsonekin entrenatzen hasi aurretik ikastea oso interesgarria bezain garrantzizkoa da, gero praktikan modu egokian jartzeko, JFK testuinguru inklusiboagoak lortzeko bide-orrian.

4. LANAREN HELBURUA

Ikerketaren helburu nagusia desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta JFK inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Horrez gain, Ikertu nahi izan da gaur egun nola entrenatzen den desgaitasunak dituzten kirolariek eta zer alda litekeen JFK inklusibo edo egokitu arrakastatsu bat praktikatzeko.

5. METODOLOGIA

5.1. DISEINU MOTA

Ikerketa hau garatzeko metodologia kualitatiboa erabili da (Flick, 2007). Metodologia honen bidez, desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egiten duten tekniko eta entrenatzaileen iritziak eta esperientziak ezagutu ditugu eta hauek modu kualitatiboan aztertu dira.

5.2. PARTE HARTZAILEAK

Parte-hartzaileak biltzeko nahitako laginketa egin da a (Casal eta Mateu, 2003). Inklusio irizpideei erreparatuz, irispide nagusia desgaitasunak dituzten kirolariek JFK prestatzen edo aurrera eramaten duten profesionalak izatea izan da. Horrez gain, kontuan hartu da, behintzat, 3 urte baino gehiagoko esperientzia izatea eta Haszten elkartean lan egitea. Pertsona hauek eskuragarriak zirelako eta ikerlanean beren borondatez parte hartzeko prest zeudelako izan dira hautatuak, inklusio irizpideak betetzeaz gain.

23 eta 36 urte bitarteko 5 profesional izan ziren ikerketan parte hartu zutenak, zeinen informazio soziodemografikoa hurrengo taula ageri den (ikusl 1.taula).

1. Taula

Parte hartzaileen ezaugarriak

	Generoa	Adina	Urteak desgaitasunak dituzten pertsonekin lanean	Rola
Irati	Emakumezkoa	26	8	Entrenatzailea
Jon	Gizonezkoa	34	12	Programen koordinatzailea eta entrenatzailea
Ane	Emakumezkoa	36	8	Kudeaketa eta entrenatzailea
Oier	Gizonezkoa	35	15	Zuzendaria
Peio	Gizonezkoa	23	4	Entrenatzailea

5.3. DATUAK JASOTZEKO TEKNIKAK

Datuak jasotzeko, elkarrizketak erabili dira (Flick, 2007) (ikusi 10.3 eranskina). Ikerlan honetan sakontzeko galdeketa (Flick, 2007) teknika erabili zen, zehazki. Horretarako, aldez aurretik gidoia sortuz (Flick, 2007) zenbait galdera prestatu ziren desgaitasunak dituzten kirolariek lan egiten duten profesionalak JFKren inguruan bizi izandako errealitatea ezagutzeko. Desgaitasunak dituzten pertsonak JFK egiteko oztopoak ezagutzeko, JFK inklusiboa edo egokituaren onurak eta aukerak ikusteko eta profesional propioen formakuntza ezagutzeko batez ere (ikus 10.2 eranskina). Elkarrizketa malgua izan zen eta elkarrizketatuaren arabera norabide bat edo beste har zezakeen (Flick, 2007). Elkarrizketa guztiak aurrez aurre egin ziren era presentzialean eta 30-45 minutu bitarteko iraupena izan zuten. Hauek, grabatuak izan ziren, mugikorreko ahots grabazioak egiteko aplikazioaren bitartez, aurrez parte hartzaileei horretarako baimena eskatu ondoren.

5.4. DATUEN ANALISIA

Datuak analizatzeko, edukien analisia Ruiz Olabuenagak (2012) proposatutako telanika erabiliz egin zen. Horretarako, lehendabizi ahots grabazioak hartu eta hauen transkripzioak egin ziren. Ondoren, transkripzioak hiru aldiz irakurri eta zati esanguratsuenak nabarmendu ziren. Azkenik, kategoria-sistema bat eratu zen (ikusi 2.taula) eta bertan kategoriak, azpi-kategoriak eta kodigoak sailkatu ziren, informazioa horien arabera antolatuz.

2. Taula

Datuetatik eratorritako kategoria-sistema

KATEGORIAK	AZPI-KATEGORIAK	KODIGOAK
Desgaitasunak dituzten pertsonak	Oztopoak	<ul style="list-style-type: none"> - Eskaintza gutxi - Arazo ekonomikoak - Irisgarritasun arazoak
	Onurak	<ul style="list-style-type: none"> - Osasuna - Sozializatzea - Haien gaitasunez kontziente izatea
Profesionalak	Jasotako formakuntza	<ul style="list-style-type: none"> - Jakintza falta - Ikasketetan gabezia - Kideengandik ikasia - Esperientziatik - Ikertuz eta irakurriz
	Entrenatzaileen profila	<ul style="list-style-type: none"> - Jarrera positiboa - Kirolariak bezala tratatu - Gurasoekin komunikazioa
	Kirolarien hautaketa eta sailkapena	<ul style="list-style-type: none"> - Kirolarien nahien edo interesen arabera - Kirolariaren gaitasun sozialen arabera

	JFK egokitua edota inklusiboa?	<ul style="list-style-type: none"> - JFKegokituaren beharra - Sentsibilizazioa - Balioak
	JFK inklusiborako ardatzak/faktoreak	<ul style="list-style-type: none"> - Ekite esparrua - JFK motak
Gizarteko inklusibotasuna	Testuinguruaren eragina	<ul style="list-style-type: none"> - Giro egokia - Kideen jarrerak - JFK estrukturak irekitzea
	Sustapen estrategiak (hobekuntzak)	<ul style="list-style-type: none"> - Jarrera aldaketak - Hezkuntza - Informazioa ematea - Sentsibilizatzea - Profesionalizatzea

5.5. IRIZPIDE ETIKOAK

Elkarrizketak egin aurretik, parte-hartzaileek baimen informatu bat sinatu zuten, bertan elkarrizketa eta ahots grabazioa egiteko baimena emanaz (ikusi 10.1 eranskina). Gainera, haien datuak anonimatuari mantenduko zirela sinatu zen baimen idatzi horretan, pseudonimoak erabiliz izan errealean ordez dokumentu guztietan. Elkarrizketatutako pertsona guztiak, aldeztu aurretik elkarrizketan euren borondatez aritzea onartu zuten.

6. EMAITZAK ETA EZTABAIDA

Emaitzak eta eztabaida hiru ataletan antolatu da, desgaitasunak dituzten pertsonetan, profesionaletan eta gizarteko inklusibotasunean. Hauen barnean, beste azpi-atal batzuk bereizi dira.

6.1. DESGAITASUNAK DITUZTEN PERTSONAK

6.1.1. OZTOPOAK

Desgaitasunak dituzten pertsonak oraindik ere oztopoak aurkitzen dituzte JFK praktikatzeko. Oztopo nagusienetakoa ekonomikoa da, honek desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko dituzten aukerak mugatu ditzakeelarik (Sobiecka et al., 2019). Azken finean, desgaitasunak dituzten pertsonak praktikatutako zenbait JFKek kostu altuagoak izan ohi dituzte (Pérez eta Alonso, 2011). JFK

hauek eskaintzen dituzten entitateak ere arazo ekonomikoekin aurkitzen dira, Oierrek azaldu duen moduan leku desberdinetatik lortu behar izaten dute dirua:

“El dinero siempre ha estado y siempre va a estar como un problema en un mundo asociativo. Al final te tienes que buscar la vida por mil sitios, intentamos buscar un sistema financiero muy diverso, que no solo dependamos de una línea de financiación, sino que haya varias para que si una se te cae puedas tirar de las otras y recomponerlo.”(Oier)

Horrez gain, urritasuna duten pertsonak JFKn parte hartzeko aukera gutxiago izan ohi dituzte eskaintza gutxiago dagoelako (Stanish et al., 2016) eta noski aukera gutxiago izateak, desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko jarraitzeko desiran eragin negatiboa izan dezake (Wilhite et al., 1997). Honetan sakonduz, elkarriketatuek azaldu zuten eskaintza gutxi hori eragiten duela e-estruttura konbentzional askok desgaitasunak dituzten pertsonak ez onartzeak.

“En el deporte adaptado, mira que a día de hoy hay una oferta que parece extensa pero en realidad no es nada extensa. Si tu quieres algo muy específico te tienes que atener a lo que hay y tienes ya pocas opciones más. Pues si ya te vas a un deporte que solo tiene una escuela o dos y tienes que irte a ese pueblo a esa hora y con los compañeros que te han tocado.” (Jon)

Azkenik, oraindik irisgarritasun arazoak aurki ditzakegu instalakuntza askotan. Arazoak daude haramailletara heltzeko, eta baita jokalaria moduan instalakuntzetara heltzeko ere (European Commission, 2007). Desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egiten duten profesionalek hobekuntzak ikusi dituzte Iratik bezala, baina Peiok oraindik hobetu beharra dagoela uste du, ondorengo aipuan adierazi moduan.

“Aldaketa fisikoak badaude, bocciaren kasuan federazioak hartzen du egokituta dagoen leku bat” (Irati)

“Arazoa da askotan ikusten dugula igual igerileku batean... bale jartzen duzu igerilekura sartzeko aulki hidrauliko hori eta listo badago lortuta, baina gero zoaz atzera eta eskaloia bat daukazu. Orduan bai sartu daiteke igerilekura, baina nola helduko da haraino? Eta ateak igual oso pisutsuak dira, zabaldu behar dira eskuarekin eta joe, gurpildun aulkian badago ezin da heldu. Orduan egiteko kirola bai badaude azpiegitura hobeak, baina asko falta da oraindik” (Peio)

Honekin ikusi daiteke desgaitasunak dituzten pertsonak zenbait oztopo oraindik ere aurkitzen dituztela JFK praktikatzeko bai ekonomikoki, bai eskaintza aldetik eta baita irisgarritasun

ikuspuntutik ere. Gaur egun JFK ez da guztiz irisgarria den zerbitzua Espainian (Pérez-Tejero, Soto et al., 2012).

6.1.2. ONURAK

JFK egiteak denontzako onurak dakartza eta desgaitasunak dituzten pertsonentzako ere bai. Ondorioztatu da desgaitasunak dituzten pertsonak JFK egiteko motibatuta daudela osasuntsu egoteko eta sozializatzeko aukera ematen dielako (Saebu et al., 2011). Desgaitasunak dituzten pertsonentzat JFK egiteak onura osasuntsuak dituela zientifikoki frogatuta dago (Vallbona, 2003). Oierrek ere hala adierazi zuen, baina onura osasuntsuak bilatzen dituztenak familiak dira eta ez hainbeste kirolariak, hasiera bateko erakunderako hurbilketa unean, behintzat.

“Un porcentaje muy alto de los deportistas de Haszten están guiados en todo momento por sus tutores que les incitan a hacer deporte porque han oído que es sano. Entonces ellos llegan digamos sin esa toma de decisión propia, sino más por lo tutorizado. Buscan salud en todos los sentidos.” (Oier)

Beste alde batetik, desgaitasunak dituzten pertsona askok konpromiso sozial baxua daukate eta lagun gutxi dituzte (Verdonschot et al. 2009). Beraz, JFK izan daiteke modu bat trebetasun sozialak garatzeko (Orr et al., 2021) eta horrela ikusten dute zenbait entrenatzailek ere.

“Buscan una vía de socializar, muchas veces es eso, no tiene un grupo de amistad en su entorno del colegio o fuera del entorno del colegio y muchas veces el deporte genera esos lazos de amistad” (Ane)

Azkenik, euren burua hobeto ikusteko ere JFK oso baliagarria da, JFK praktikatzea erlazionatu izan baita haien autoestimua hobekuntzarekin (Weiss et al., 2003). Peiok ere azpimarratu zuen, askotan, JFKren bitartez kirolariak konturatzen direla kapaz direla uste dutena baino gehiago egiteko.

“Ikusteko beraiek kapazak direla, askok ez dira kontziente beraiek dituzten gaitasunak kapaz diren edo ez. Orduan kirol batean sartzea, berdin dit korrika egitea edo ibiltzera irtetea edo igeriketan sartzea edo edozer gauza edo saskibaloian jolastea, ikusten dute kapaz direla. Bale kapaz dira uretara sartzeko eta ez urperatzeko, kapaz dira kanasta batean pilota bat sartzeko, kapaz dira 5km jarraian egiteko edo 2km. Orduan ikusteko kapaz direla ahal dutena baino gehiago egiteko eta nik uste horiek direla onura nagusiak” (Peio)

“Encuentran más allá de deporte, se encuentran que la autoestima mejora porque la rutina se hace de manera saludable y estructura mucho más a la persona.” (Oier)

Beraz, ondorioztatu daiteke desgaitasunak dituzten pertsonentzat JFK praktikatzeak osasun onurak, onura sozialak eta autoestimako onurak ekartzen dizkietela. Izan ere, desgaitasunak dituzten pertsonak JFK programetan parte hartzean osasun eta harreman sozialen hobekuntza bilatzen dituzte (Jaarsma, 2014; Reina, 2014).

6.2. PROFESIONALAK

6.2.1. JASOTAKO FORMAKUNTZA

Desgaitasunak dituzten kirolariekin lan egiten duten profesionalen formakuntza oso eskasa da, oro har, azken hamarkadan hobekuntza txikiak izan badira ere. Lehenik eta behin, garrantzitsua da entrenatzaileek ezagutza espezifikoak izatea kirolarien desgaitasunei buruz (Martin eta Whalen, 2014). Horrela desgaitasuna hobetu ulertu eta ezagutu ditzakete haien gaitasunak ezagutu ditzakete, jakingo dute kirolariak zein jarduera egin dezakeen eta zeinetan zailtasun gehiago izan dezakeen (Martin eta Whalen, 2014). Izan ere elkarrizketatutako entrenatzaileek azaldu zuten hasieran ez zekitela ia ezer desgaitasunei buruz.

“Bua sobre la discapacidad nada, lo que es puramente técnico lo que era la discapacidad 0.”

(Ane)

Entrenatzaileek iturri desberdinetatik ikasi zuten eta haien jakintza handitu zuten. Hasteko, gradu akademikoetatik ikasi zuten. Nahiz eta ikaskuntza formalak entrenatzaileen jakintzan laguntzen duen, entrenatzaile gehienek ez zuten asko baloratu ez zituelako haien beharrak ase, ikerketetan adierazi bezala (Douglas et al., 2018). Elkarrizketaturiko entrenatzaileek nabarmendu zuten euren ikasketetan ez zutela asko ikasi desgaitasunen inguruan eta horren inguruko eduki gehiago beharrezkoak direla uste dute, etorkizuneko profesionalen ezagutza sakonagoa izan dadin. Beraz, entrenatzaileek ez zuten erabat egoki jo ikasketa planetatik jasotako formakuntza (Martin eta Whalen, 2014).

“Te dan una pincelada. Hay una asignatura y bueno pues ahí te explican un poco lo que es la diversidad funcional pero no para... ni como salida laboral y creo que tampoco para realmente concienciar. También depende de como se de, la profesora era una maquina, no tengo ninguna pega con ello, pero no tengo recuerdo de esa asignatura de que me va a servir para luego” (Oier)

“Orduan formakuntza aldetik eman digutena? Te tienes que buscar la vida prácticamente. Osea pixka bat eskas unibertsitatearen aldetik nire ustez.” (Peio)

Horrez gain, ikusi da ohikoa dela entrenatzaileek haien kideengandik ikastea (MacDonald et al., 2016). Kideak entrenatzen ikusiz eta hauen aholkuetatik hasten dira jakintzak eskuratzen, euren formazioa zelai-eremuan aberastuz, ondorengo aipuetan ageri bezala.

“Yo he aprendido de mis compañeros. Veía como preparaban los juegos, como adaptaban, las metodologías que utilizaban. Sabían que funcionaba que no funcionaba, si no funcionaba eso que cambio, que modificó para que funcione y esa es la mejor formación igual que he podido tener.” (Jon)

Gainera, entrenatzaile askok praktikaren bidezko ikaskuntza benetako ezagutza-iturri gisa identifikatu zuten (MacDonald et al., 2016). Hasieran nahiko galduta zeudenez, jardutea da bai ala bai ikasteko modua eta iturri emankorra.

“Lo que es la experiencia en el día a día. Yo he ido aprendiendo a relacionarme con ellos a medida que he pasado tiempo con ellos y he aprendido a ser paciente, he aprendido a adecuarme a sus ritmos, bueno te vas adaptando y sobre todo yo me he relacionado siempre con muchísima naturalidad.” (Ane)

“El 75-80% de la experiencia, en mi caso. Entonces para poder llegar a atender bien a las necesidades que se presentan y con respeto, creo que no hay una formación a día de hoy que te explique esto, la mejor es la experiencia y modelos de trabajo como los que podemos estar trabajando aquí.” (Oier)

Azkenik, hitzaldietatik edo norberaren kabuz ikertuz ere ikasi egiten da (Taylor et al., 2014). Hauetan entrenatzaileentzako ikasketa espezifikoak eskaintzen dira (Douglas et al., 2018). Honen bitartez pixkanaka-pixkanaka formatzen joan izan dira elkarrizketatuak, desgaitasunei buruz gehiago ikertuz.

“Y luego hemos hecho formaciones, porque como te digo, píldora de aquí píldora de allá “hoy viene la de Adnavi y nos va a hablar sobre el autismo”. Nadie puede saber de todo, entonces esa es la historia, pero bueno si te sirve en ese aspecto esas pequeñas píldoras.” (Oier)

“Hasieran hasi nintzen irakurtzen artikuluren bat ia, gehien bat jakinda zelako perfila zegoen Hasztenen, gehienak zirenez intelektualak pues pixka bat nolako... zelako beharrak zituzten edo kirolak nola ahal zioten hobetu beraiek zituzten zailtasunak eta irakurtzen eta, begiratzen informeak ia kirolariak zelakoak ziren eta irakurtzen zelako sindromeak edo zelako desgaitasuna duten eta nire kabuz irakurtzen eta ikertzen ia zer egin beharko nukeen.” (Peio)

Argi geratu da entrenatzaileen formakuntza eskasa dela lan egiten hasten direnean. Haien kabuz ikasten doaz kideengandik, esperientzia propioetatik edo hitzaldietan eta ikertuz ikasten doazenetik, hasierako ezagutzak sakondu eta berriak eskuratuz.

5.2.2. ENTRENATZAILEEN PROFILA

Entrenatzaileen papera desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzerako eta jarduera arrakastatsua izateko oso garrantzitsua da (Martin eta Whalen, 2014). Izan ere, entrenatzaileen erlazioa atletekin erabakigarria da, harreman ona izanez gero kirolariak esperientzia positiboak bizi ditzakeelako (Robinson et al., 2018). Horretarako, entrenatzaileek zenbait ezaugarri izan behar dituztela azpimarratu zuten, dena den, jarduerak moldatzeko gaitasuna, enpatia eta pazientzia, beste ezaugarri askoren artean.

“Es importante que el profesional tenga sensibilidad en el trabajo con personas, a parte de eso que sea una persona dinámica, una persona que empatice, una persona que también sepa de alguna manera, sí sobre todo esa empatía. Trabajando con un colectivo que tiene una serie de necesidades y que tu tienes que saber adaptarte y obviamente también poner límites etc, pero creo que tienes que tener cierta habilidad” (Ane)

Entrenatzaileek argi adierazi zuten desgaitasunak dauzkaten pertsonak, JFK arloan ere, ez lirатеkeela “desgaituak” bezala tratatu behar, baizik eta atletak bezala. Literatura zientifikoan ere azpimarratu izan da garrantzitsua dela entrenatzaileek desgaitasunak dituzten pertsonak atletak bezala tratatzea (Sobiecka et al., 2019).

“Tratatzea ez desgaitasunak dauzkaten pertsonak bezala, baizik eta kirolari bezala, ze azkenean zuk tratatzen baduzu jokalaria bat kirolari gisa, tratatuko duzu gero pertsona gisa eta tratatzen baduzu pues hori “ay pobrecito que tiene discapacidad voy a hacérselo más facilito, pues no” (Irati)

Ildo berean, ondorioztatu da gurasoek ere eragin handia daukatela desgaitasunak dituzten umeei JFK praktikatzeko (Ryan et al., 2018) eta gainera haiek direla informazioa eskuratzeko iturri nagusia (Cregan et al., 2007). Beraz, entrenatzaileek ezinbestekotzat jotzen dute gurasoekin harremanetan egotea, horrela atleta, eta, bereziki, pertsona, hobeto ulertuz.

“Si no tuviéramos esta comunicación previa podría pasar de todo, entonces creo esto es de base en el protocolo tienen que estar que el primer paso sea una entrevista con la familia, con una valoración inicial muy completa en la que se recoja todo tipo de datos de la persona,

desde el diagnóstico clínico-médico hasta todo tipo de observaciones a nivel psicomotriz a nivel psicológico, todo tipo de trucos, como funciona la persona” (Jon)

Beraz, entrenatzaileek euren burua integrazio sozial eta bizi kalitaterako tresna gisa ikusten dute (Pagán et al., 2021). Entrenatzaileen jarrera eraikitzailea izateak JFK praktikatzeko parte-hartzaileen desioa igo egiten du. Horretarako, entrenatzaileek ondo jakin behar dute nola tratatu desgaitasunak dituzten kirolariak.

5.2.3. KIROLARIEN HAUTAKETA ETA SAILKAPENA

Desgaitasunak dituzten pertsonak modu desberdinean praktikatu dezakete JFK, bai JFK egokitua, bai JFK inklusiboa. Denek izan behar dute aukera bat edo bestea hautatzeko (Kiuppis, 2018). Zein eredutan jardungo diren erabakitzeko kirolariaren nahiak kontuan hartu behar dira, batzuk kirol lehiaketaren erronka bilatzen dute eta beste batzuk, ordea, nahiago dituzte aisialdiko jarduerak dibertitzeko (Carbone et al., 2021). Batzuetan zailtasunak agertzen dira kirolariaren nahiak izan beharrean familiaren interesak direlako.

“Beraren interesen arabera ba saiatzen gara orientatzen. Orduan ikusten badugu norbait konpetitiboa dela eta gustatzen zaiola lehiatzea eta enkajatuko lukeela, ba ez dakit beste klub konbentzional batean bideratzen saiatzen gara. Ahal den neurrian bideratzen saiatzen gara inklusiorantz.” (Irati)

“La parte inclusiva, pues es complicada porque a veces te viene del interés de la familia, a veces es más un interés de la familia que una necesidad de la persona con discapacidad y hay que tener mucho cuidado porque claro para generar inclusión en grupos normalizados y en ese interés por normalizar hay que tener cuidado porque a lo mejor esa persona con diversidad funcional no quiere estar ahí y tiene otros intereses. Obviamente primero es el interés de la persona, porque si no hay interés detrás al cabo de dos semanas no va a darle continuidad” (Ane)

Horrez gain, kirolariaren gaitasun soziala ere kontuan izaten da. Ez dira beti esperientzia sozial positiboak izaten, kirolariek kideekin interakzio negatiboak izan ahal dituzte (Ryan et al., 2018). Gaitasun soziokomunikatzaile txikiagoa esperientzia sozial positibo gutxiagorekin erlazionatu izan da (Ryan et al., 2018). Beraz, kirolariaren gaitasun soziala gero eta handiagoa izan, errazago egokitu ahal izango da ingurune inklusibo batera, testuingurua hartu-eman horretan parte hartzeko prest badago, betiere, Peiok adierazi moduan:

“Hori egiten dugu zelako gaitasun sozialak dituen arabera. Azken finean autismo oso altua duen ume bat ezin izango da barneratu eskola kiroleko igeriketako taldean, nahiz eta indibiduala izan interakzio hori minimoa bada ere, behar du. Ez badauka gaitasun hori nolabait bera hasi beharko da interakzio hori egiten kirol egokituan eta gero ya transferentzia egin daiteke. Baina gero adibidez egoera batean sartzen bagara autismoa duen ume batean baina bera gaitasun sozialak altuagoak badira edo badauka gaitasuna besteekin hitz egiteko. Hori bai sartuko genuke inklusioan, ya hasierako fasea pasatu du, nola egon behar den, zelako harremanak eduki behar dituen eta gero nolabait horiek perfektionatu beharko ditu edo sinplemente praktikatu eta hor egon. Hori sartuko bagenu kirol egokituko talde batean, bere gaitasun sozialak ere hobetuko litzuzke baina gizartean globalera begiraturuz, nik uste dut atzera pausu bat izango litzatekeela. Orduan nik sartuko nintzateke gehiago zelako gaitasun sozialak dituen bideratzeko edo kirol inklusibora edo egokitura zuzenean.” (Peio)

Desgaitasunak dituzten pertsonen euren nahien eta interesen arabera aukeratu ohi dute JFK egokitua edo inklusiboa praktikatzea. Horrez gain, euren gaitasun sozialak ere kontuan hartu behar dira haien ezaugarrietara hobeto egokitzen den jarduera mota aukeratzeko.

6.2.4. JFK EGOKITUA EDO INKLUSIBOA?

Nahiz eta desgaitasunak dituzten pertsonen aukera berdintasuna izateko eskubidea izan, oraindik ere ezohikoa da urritasuna duten eta ez duten pertsonen giro inklusibo batean JFK batera egiten ikustea, hau da, testuinguru honetan segregazioa da nagusi (Fernandez-Lasa et al., 2018). Honek horrela jarraitzen duen bitartean, JFK egokituan ondo entrenatzen jarraitu behar da, hau baita desgaitasunak dituzten pertsonentzako gaur egun eskaintzen zaien benetako aukera eta aprobetxatu behar da onura asko ere dituelako.

“El adaptado al final es una solución práctica y de ofrecer actividad físico deportiva. La ventaja que tiene es que a la persona que esté practicando esa actividad se le adapta a sus necesidades y puede disfrutar de ella. No le va a suponer una frustración o tal porque nos adaptamos a sus necesidades y no ellos se tienen que adaptar a nuestra actividad entonces eso es un punto. También lo que te digo, muchas veces generan amistades, tienen ya su grupo, entonces es algo como que les es más natural, más fácil de participar y les genera esa continuidad.” (Ane)

“Puedo desarrollar otras capacidades más como puede ser el liderazgo o puede ser la responsabilidad. Otras funciones que no las puedo conseguir en lo inclusivo pero que si las puedo conseguir en lo adaptado. Entonces ellos mismos terminan pidiendo eso, dame una

estructura adaptada, con gente que tenga las mismas características como yo y yo ahí me siento cómodo. Es más, voy a poder relacionarme mucho mejor porque me van a entender mejor, les voy a entender mejor y todo.” (Oier)

Nahiz eta JFK inklusiboa lortzea zailagoa den, pixkanaka-pixkanaka garatuz doa. Honetan onurak ematen dira bai kirolariarengan, bai gainerakoengan (Wilhite et al., 1997). Eredu hau praktikatu, kideak sentibilizatu egiten dira eta horrek erreflexionatzeko aukera ematen du, desgaitasunak hobeto ulertuz (Ocete eta Pérez, 2019). Horrela, ingurune inklusiboetan parte hartzeak gainontzekoen onarpen soziala handitzen du (Wilhite et al., 1997). Gainera, JFK inklusiboa ingurune aproposa da balioak lantzeko ere (Ocete et al., 2017).

“A nivel psicológico nos hace pensar y empiezas a valorar más tus propias capacidades y quitar importancia a unas y darle más valor a otras, te hace reflexionar mucho sobre la vida de cara a la salud mental de la gente, yo creo que ayuda en todos los sentidos.” (Jon)

“El facilitar la inclusión, que esté con otras personas sin discapacidad también generas en las otras personas una sensibilización, el que tengan un contacto y que normalices que una persona con discapacidad esté en un grupo de personas sin discapacidad.”(Ane)

“El inclusivo tiene los beneficios a nivel sensibilizador, que al final no es que solo se sensibilice todo el grupo sino que cree conciencia de cooperación, tiene muchos valores, no deja indiferente a nadie entonces la empatía o ver que somos distintos en capacidades o echar una mano al compañero.” (Jon)

Gaur egun, oraindik inklusioa ez da gure gizarteko egunerokotasunean errealitate bat (Wendelborg eta Tøssebro, 2008). Horren ondorioz, gaur egun JFK egokitua inklusiboa baino gehiago praktikatu da. Biak baliagarriak dira eta bakoitzak bere onurak ditu, egokitan kirolariaren ezaugarrietara moldatuta dago eta errazagoa da eroso sentitzea. Inklusiboan, ordea, sentibilizazio onurak eta balioak are nabarmenago ematen dira.

6.2.5. JFK INKLUSIBORAKO ARDATZAK/FAKTOREAK

Inklusioa errazago lor daiteke ekite esparru batzuetan besteetan baino, gehienbat errendimendurako helburua ez daukaten JFK esparruetan errazago eman ohi da. Inklusioa oztopatu daiteke lehiaketaren intentsitateak desgaitasunak dituzten pertsonen gaitasunak gainditzen dituenean (Nixon, 2007). Errendimendua edo irabaztea bilatzen den praktikan gaur egun oso zaila da edo ia ezinezkoa inklusioa ematea.

“Nire ustez faktore oso handi bat da praktikaren helburua, goi errendimenduan inklusioa egon daiteke baina zailagoa da nire ustez eta eskola kirolean supuestamente, ez dakit e posibleagoa jajaja goi errendimenduarekin konparatuz, zergatik? ba helburua supuestamente ez delako irabaztea” (Irati)

“Esan dizudan moduan kirol federatuan edo konpetizioetan justu hor gorentasuna eta elitea bilatzen den egoeretan hor zaila da orain gauden egoeratan zaila edo ezinezkoa da hor inklusibotasuna lortzea. Gero ya hastapenean, eskola kirolean edo osasunerako ona delakoan, hor lortu daiteke. Azkenean hor ez zara klasifikazio batera sartzen, ez duzu errendimendua bilatzen. Orduan errendimendua bilatzen ez den edozein jardueratan, hor edozein egoeratzin egin daitezke inklusio jarduerak arazo barik, bai igual laguntza behar dela, beste profesional baten laguntza.” (Peio)

Kirol motaren arabera ere inklusioa lortzea errazagoa izan daiteke. Desgaitasunak dituzten pertsonen inklusioa errazagoa da kirol indibidualetan lortzea, talde kirolekin alderatuz (Dorogi et al., 2008). Talde kirolean ziurgabetasuna egon ohi da eta jokalaria egoera berrietara moldatu behar dira, eskakizun kognitibo altuagoa egonik. Entrenatzaileek ikusi dute jokalariek zailtasunak dituztela joko-egoera berri eta ezezagunetara moldatzeko eta eskakizun kognitibo altuagoa daukaten JFKn parte hartzeko (Pérez-Tejero et al., 2017).

“Orokorrean gero eta ekintza motor sinpleagoak, ba errazagoa da kirol inklusiboa sustatzea. Talde kirolek exijitzen dute erabaki hartze oso handia ze puz hori... lagunak eta kontrakoak dituztelako, gero pilota bat eta gero porteriak. Atletismoan daukate kale bat ajajajaj eta listo eta gero beste pertsona batzuk korrika aurrerantz eta orduan pentsatu behar dute bakarrik gauza bat” (Irati)

“Los deportes que son digamos más óptimos para hacer deporte inclusivo suelen ser los que son individuales en grupo, por ejemplo natación, skate, ciclismo... Deportes individuales pero que se practiquen en grupo, que sí que exista ese contacto directo quizá no todo el rato” (Jon)

Inklusioa errazago lor daitekeenez esparruaren arabera, lehia ardatz izan eta errendimendua bilatzen duten kirolean oso zaila da inklusioa lortzea helburua irabaztea delako. Horrez gain, talde kirolean ere zailtasun gehiago daude inklusioa lortzeko, hauetan ekintza motor konplexuagoak eta erabaki hartze handiak eskatzen direlako.

6.3. GIZARTEKO INKLUSIBOTASUNA

6.3.1. TESTUINGURUAREN ERAGINA

Desgaitasunak dituzten pertsonak JFK egokia praktikatu ahal izateko, giro egoki batean egitea beharrezkoa da. Horretarako, desgaitasunak dituzten pertsonekin JFK egiten duten kideen papera oso garrantzitsua da, batez ere haien onarpenerako (Orr et al., 2021). Desgaitasunak dituzte pertsonen esperientziak positiboak izan daitezke haien kideek onartzen badituzte (Hurst et al., 2012). Entrenatzaileek kontatu zuten, ildo honetan, hasieran zaila dela kideen onarpena lortzea.

“Beraien lehenengo itxura da “joe, que pereza” edo bikoteak egiten dituzunean “jo, berarekin tokatu zait berriro ere”(Peio).

Kide guztien arteko harreman ona egoteko eta jarduera posiblea izateko, entrenatzaileek giro positiboa sortu behar dute, ezinbestan (Falcão et al., 2015). Hori lortzeko elkarrekintza positiboak sustatzeko estrategiak egin behar dira (Ocete et al., 2017). Esaterako, iruzkin desatseginak entzuterakoan zuzenketak egin beharra dago eta egoera horretako diskriminazioa bistarazi.

“Entzuten zenituen komentario batzuk, ume batzuk “joe que tonta porque corre mal” “esque tu noseque” cosas así y te quedas a que capullo ajaja eta hori txikitan komentario edo portaera horiek hor zuzentzea oso garrantzitsua da” (Irati)

Desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko aukera gehiago izateko, gizarteak aurrera egin behar du eta ireki egin behar da. Horrela, beste JFK ingurune batzuk irekiz eta desgaitasunak dituzten pertsonak haien jardueretan onartuz (Pérez et al., 2011). Administrazio eta JFK antolatzaileak malguak, moldagarriak eta irekiak izan behar dira aldaketarekiko (Nixon, 2007). Ohikoa da zaila izatea haien zain, baina entitate desberdinen laguntzarekin kontatu dezakete.

“Por parte de lo que es las estructuras convencionales, clubes... haría falta abrirse a pensar de forma diferente y a ver como adaptar para poder ofrecer oportunidades y el también contactar con aquellas entidades que ya tenemos más experiencia en este tipo de actividad físico deportiva.”(Ane)

Ildo honetan, ildo estrategiak finkatzeko garaian, desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko aukera gehiago eta hobeak izateko, oraindik lan handia dago egiteko.

Gizartearen jarrera eta iritzia aldatzea ezinbestekoa bada ere desgaitasunak dituzten pertsonak JFK egokia praktikatzeko, hori lortzeko oinarritik hasi behar da, hau da, hezkuntzatik.

Eskola izan behar da pertsonen jarreraren aldaketaren motorra (Sierra eta Iglesias, 2016), baina aintzat hartuz ikastetxeetatik kanpo ematen dela bertan baino denbora gehiago. Lehendabizi, irakasleak formatu egingo dira desgaitasunei buruz hezkuntza inklusiboa burutu ahal izateko (Solis eta González, 2021). Horrez gain, hezkuntzatik sustatu behar dira jarduerak non pertsonak desgaitasunei buruz ikasi eta esperientziak izan ditzaketen (Ocete et al., 2015).

“Nik uste dut aldaketa hasten dela gazteetatik edo umeetatik eta gero transferentzia egiteko gora. Orduan nik uste dut hor gakoa, bai hezkuntzan argi dago txikitatik ya zelako jarduerak egiten diren eta beraiek hasierako hezkuntzan eskolan ez badute jaso horrelako hezkuntza programak, inklusio sentsibilizazio programak egitea bai institutuan edo... bai beraiek transferentziak egiteko bai etxera bai gizartera.” (Peio)

“Para mí se trabaja inicialmente desde la base y ahí es donde está el sistema educativo que tiene que de alguna manera cada vez comprometerse más con esto y que sea transversal que no sea porque puntualmente va una entidad y les pega una charleta o les pega una unidad didáctica, no, que sea ya establecido, unidades didácticas, diferentes discapacidades” (Oier)

Horrez gain, desgaitasunei buruzko ikusgarritasuna eta ezagutza areagotu beharko litzateke (Pérez-Tejero eta Alonso de Linaje-García, 2011) gizartean aukera berdintasuna bermatzeko urratsak egiten jarraitzeko. Desgaitasunei buruzko informazio edo jakintza ezak umeen jarreretan desgaitasunak dituzten pertsonetara zuzenean eragina dauka, jarrera negatiboak eraginez (Ocete et al., 2015). Ezjakintasuna eta aurreiritziak desgaitasunei buruz ohikoak izan dira, baina hauek gainditu daitezke sentsibilizazioaren bitartez (Ocete et al., 2015). Horrela, pertsonak hobeto ulertuko litzateke desgaitasunak eta jarrera aldaketa bat eragin ahalko luke (Ocete et al., 2015). Gizartearen jarrera aldatzeko eta eragin positiboa izateko, ordea, desgaitasunak dituzten pertsonekin harreman zuzena izan beharra dago (Fernandez-Lasa et al., 2018). Elkar ezagutzen eta partekatzen lortzen da erlazionatzea eta aurreiritziak alde batera uztea (Olasagasti-Ibargoiien et al., 2018).

“Oso garrantzitsua den gauza bat inklusioa sustatzeko da sentsibilizazioa eta bat ez da sentsibilizatzen ikusi arte bestearen errealitatea eta beste batekin egon arte, bere errealitatea ezagutzeko diot.” (Irati)

Amaitzeko, arlo hau profesionalizatu beharra azpimarratu zen. Formakuntza egokiak eskaini beharko lirateke (Pérez-Tejero eta Alonso de Linaje-García, 2011), erraztu kualifikatutako pertsonen sarbidea (Pérez-Tejero eta Alonso de Linaje-García, 2011), esaterako entrenatzaile lanak egiteko JFK lizentziatuak.

“Aldatu behar da gure formakuntza, monitoreen formakuntza. Nik azkenean izan dudana formakuntza kirol egokitua eta inklusiboaren aldetik praktikamente nuloa izan da. Orduan lehengo pausua da formakuntzaren aldetik hastea” (Peio)

“Hace falta el tema de la profesionalización en el sector del deporte adaptado y deporte inclusivo, que no sea algo desde el voluntariado y que sea algo que se cuide ese perfil porque al final es un trabajo más y con el hincapié de la necesidad” (Ane)

Antzeman daiteke oraindik asko falta dela gizarte inklusibo baten bizitzeko eta horrekin batera JFK inklusiboa praktikatzeko aukerak izateko. Hau lortzeko zenbait aldaketa egin behar dira gizartean baina hezkuntza garrantzitsuenetarikoa dela algi dago. Gaur egungo hezkuntza ereduaren helburua egungo gizartearen erronkei aurre egitea da, ildo horretan, gizarte inklusibo bat lortu nahi da, desgaitasunak dituzten pertsonen normalizazioa lortuz (Solis eta González, 2021).

7. ONDORIOAK

Lan honen helburua desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta JFK inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Egindako elkarrizketek lanaren helburua betetzeko beharrezko informazioa lortzea ahalbidetu dute. Horrela, aztertu da gaur egun nola entrenatzen den desgaitasunak dituzten kirolariek eta zer alda litekeen JFK inklusibo edo egokitu arrakastatsu bat praktikatzeko.

Lan honen ondorio nagusia nahiz eta aurrera pausoak eman diren, desgaitasunak dituzten pertsonen JFK arrakastatsu bat praktikatzeko oraindik lan handia falta dela da. Ondorioztatu da desgaitasunak dituzten pertsonentzat JFK praktikatzeko onura osasuntsuak eta sozialak dakartzala, baina hauek oraindik oztopo ekonomiko, eskaintza urritasuna eta irisgarritasun faltarekin aukitzen dira JFK praktikatzeko.

Horrez gain, desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egiten duten profesionalen formakuntza eskasa dela ikusi da, izan ere, lanean hasten direnean ia ez dakite ezer desgaitasunei buruz eta honek euren lana nahi bezain ondo egitea zailtzen die. Beraz, modu desberdinetan ikasi behar izaten dute, hala nola, haien kideengandik, esperientzietatik edo euren kabuz ikertuz. Gainera, ondorioztatu da entrenatzaileen jarrera egokia izatea ezinbestekoa dela JFK arrakastatsu bat lortzeko, entrenatzaileak jakin behar lukeela nola tratatu kirolariak eta jarduerak moldatzeko gaitasuna izan behar lukeela. Gaur egun desgaitasunak dituzten pertsonen JFK egokituetan inklusiboetan baino gehiago parte hartzen dutela ikusi da. Jarduera mota batean edo bestean parte hartzeko erabakia haien nahien eta gaitasun sozialen arabera egin ohi dela azaldu da. Jarduera eredu bakoitzak bere onurak ditu eta ez da bata bestea baino hobea. Horrez gain, JFK inklusiboak praktikatzeko konplikatuagoa izan daiteke eta badaude jarduera batzuk modu inklusiboan egiteko errazagoak direnak. Batez ere, errendimendua

bilatzen ez duten JFK inbidualetan errazago lor daiteke desgaitasunak dituzten pertsonen inklusioa, jarduera hauetan ez delako irabaztea bilatzen eta ez daukatelako eskakizun kognitibo oso altua.

Azkenik, desgaitasunak dituzten pertsonak JFK modu arrakastatsuan praktikatu ahal izateko, ingurugiro inklusibo bat sortu beharra dago. Hau lortzeko entrenatzailearen papera ezinbestekoa da, baina gizartearen jarrera aldaketa bat ere eman behar da. Horretarako, hezkuntzatik hasi beharra dago txikitatik gizarte inklusibo bat sortuz. Desgaitasunez buruz ezagutza areagotzea beharrezkoa da eta pertsonak sensibiltasunak egitea ere bai, modu horretan desgaitasunez buruz gehiago jakingo dute eta desgaitasunak dituzten pertsonak hobeto ulertuko dituzte aurreiritziak gaindituz.

Ikerketaren mugei dagokionez, entrenatzaile eta entitate kopurua izan daiteke mugarik nagusia. Interesgarria izango zen Haszteneko entrenatzaileak elkarrizketatzeaz gain, desgaitasunak dituzten pertsonekin JFK praktikatzeko duten beste entitateetako entrenatzaileak ere elkarrizketatzea. Elkarrizketa hauek informazioa aberastuko zuten beste ikuspuntu desberdinak agertu ahal zirelako.

Etorkizunera begira, beharrezkoa da desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko errealitatea gehiago aztertzea, testuinguru honetan diharduten eragile guztien behar eta interesak ezagutzeko, besteak beste. Horretarako interesgarria da kirolariak ere elkarrizketatzea haien ikuspuntua eta pertzepzioak hobeto ezagutzeko.

8. APLIKAZIO PRAKTIKOAK

Ikerketa honetan oinarrituz, desgaitasunak dituzten pertsonak JFK modu arrakastatsuan praktikatu hala izateko, zenbait aplikazio praktiko proposatzen dira:

- JFK egokitu eta inklusiboko eskaintza handitu.
- Diru laguntza gehiago inbertitu desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzeko.
- Formakuntza hobea eskaintzea desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egin nahi duten pertsonen, bai graduatan desgaitasunez buruz gehiago irakatsiz, bai JFK eta desgaitasunez buruzko graduondoko ikasketak eskainiz.
- Hezkuntzan desgaitasunez buruz irakastea modu konstante batean.
- Sensibilizazio eta sustapen saioak egitea jendeak hobeto ulertzeko desgaitasunak dituzten pertsonen egoera.
- Arloa profesionalizatzea, ez soilik boluntarioekin lan egitea, baizik eta profesionalak kontratatzea desgaitasunak dituzten pertsonekin JFK sustatzeko eta eurekin batera parte hartzeko.

9. ERREFERENTZIAK

- Banack, H. R., Sabiston, C. M., eta Bloom, G. A. (2011). Coach autonomy support, basic need satisfaction, and intrinsic motivation of paralympic athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 722-730. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599809>
- Bastos, T., Corredeira, R., Probst, M., eta Fonseca, A. M. (2014). Elite disability sport coaches' views on sport psychology. *International Journal of Psychological Studies*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.5539/ijps.v6n1p33>
- Beyer, R., Flores, M. M., eta Vargas-Tonsing, T. M. (2008). Coaches' attitudes towards youth sport participants with attention deficit hyperactivity disorder. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 3(4), 555-563. <https://doi.org/10.1260/174795408787186422>
- Blanco Gómez, J., eta Mulas Salido, J. (2021). *Baloncesto inclusivo. Recursos prácticos para entrenadores*. <https://www.sindromedown.net/wp-content/uploads/2021/05/Guia-Baloncesto-Inclusivo-coringida-abril2021.pdf>
- Block, M. E., Taliaferro, A. eta Moran, T. (2013). Physical activity and youth with disabilities: Barriers and supports. *Prevention Researchers*, 20(2), 18-20.
- Bloom, G.A. (2013). Mentoring for sport coaches. In P. Potrac, W. Gilbert, eta J. Denison (Eds.). *Routledge handbook of sports coaching* (476–485or.). Routledge.
- Cansino Aguilera, J. Á. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. Deporte inclusivo, actividad física inclusiva y educación física inclusiva. *Revista de Educación Inclusiva*, 9(2), 69–86.
- Carbone, P. S., Smith, P. J., Lewis, C., eta LeBlanc, C. (2021). Promoting the Participation of Children and Adolescents With Disabilities in Sports, Recreation, and Physical Activity. *Pediatrics*, 148(6), 1-18. <https://doi.org/10.1542/peds.2021-054664>
- Casal, J., eta Mateu, E. (2003). Tipos de muestreo. *Epidem*, 1(1), 3-7.
- Cregan, K., Bloom, G. A., eta Reid, G. (2007). Career evolution and knowledge of elite coaches of swimmers with a physical disability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(4), 339-350. <https://doi.org/10.1080/02701367.2007.10599431>
- Crisp, P. (2019). Developing expertise in sport coaching through engagement with disability programmes. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 59(1), 21-32. <https://doi.org/10.2478/afepuc-2019-0003>
- Dieringer, S. T. eta Judge, L. W. (2015). Inclusion in Extracurricular Sport: A How-To Guide for Implementation Strategies. *The Physical Educator*, 72(1), 87-101.

- Dorogi, L., Bogñar, J., eta Petrovics, L. (2008). Introducing disability issues into the education of coaches. *Physical education and sport*, 52(1), 39-45.
<https://doi.org/10.2478/v10030-008-0009-3>
- Douglas, S., Falcão, W. R., eta Bloom, G. A. (2018). Career development and learning pathways of Paralympic coaches with a disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 35(1), 93-110.
<https://doi.org/10.1123/apaq.2017-0010>
- European Commission (2007) *White Paper on Sport: The Societal Role of Sport*. Apirilaren 20an berreskuratuta:
http://ec.europa.eu/sport/white-paper/the-2007-white-paper-on-sport_en.htm.
- Falcão, W.R., Bloom, G.A., eta Loughead, T.M. (2015). Coaches' perceptions of team cohesion in Paralympic sports. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 32(3), 206–222.
<https://doi.org/10.1123/APAQ.2014-0122>
- Fecske, C. J. W. (2018). *An exploration of experiences in disability sports and mainstream sports environments for adolescents and young adults with physical disabilities*. [Doktorego tesia]. Illinois unibertsitatea, Urbana-Champaign.
- Fernandez-Lasa, U., Nabaskues Lasheras, I., Olasagasti Ibargoién, J., eta Usabiaga Arruabarrena, O. (2018). Talde arteko harremanen eragina jarduera fisiko inklusiboetan: pilotarien sinesmenak aztergai. *Uztaro: giza eta gizarte-zientzien aldizkaria*, 106, 51-69.
<https://doi.org/10.26876/uztaro.106.2018.3>
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*. 2. argitalpena. Ediciones Morata.
- Hammond, A. M., Young, J. A., eta Konjarski, L. (2014). Attitudes of Australian swimming coaches towards inclusion of swimmers with an intellectual disability: An exploratory analysis. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9(6), 1425-1436.
<https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.6.1425>
- Huete García, A. (2012). La discriminación percibida por las personas con discapacidad. Análisis de situación a partir de la edad 2008. In: Pérez Bueno, L. C. (zuz.), eta Álvarez Ramírez, G (koord.). *2003-2012: 10 años de legislación sobre no discriminación de personas con discapacidad en España* (27-42or.). Fundación Derecho y Discapacidad. Comité Español de representantes de personas con discapacidad (CERMI).
- Hurst, C., Corning, K., eta Ferrante, R. (2012). Children's Acceptance of Others with Disability: The Influence of a Disability-Simulation Program. *Journal Genetics Counsel* 21(6), 873-883.
<https://doi.org/10.1007/s10897-012-9516-8>

- Jaarsma, E. A., Dijkstra, P. U., Geertzen, J. H. B., eta Dekker, R. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(6), 871-881. <https://doi.org/10.1111/sms.12218>
- Judge, L. W., Woodward, S. C., Gillham, A. D., Blom, L. C., Hoover, D. L., Schoeff, M. A., Fox, B., Burt, T., eta Bellar, D. M. (2021). Efficacy Sources that Predict Leadership Behaviors in Coaches of Athletes with Disabilities. *Journal of Human Kinetics*, 78(1), 271-281. <https://doi.org/10.2478/hukin-2021-0056>
- Kiuppis, F. (2018). Inclusion in sport: Disability and participation. *Sport in Society*, 21(1), 4-21. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1225882>
- Kozub, F. M., eta Porretta, D. L. (1998). Interscholastic coaches' attitudes toward integration of adolescents with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 15(4), 328- 344. <https://doi.org/10.1123/apaq.15.4.328>
- MacDonald, D. J., Beck, K., Erickson, K., eta Côté, J. (2016). Understanding sources of knowledge for coaches of athletes with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 29(3), 242-249. <https://doi.org/10.1111/jar.12174>
- Martin, J. J., eta Whalen, L. (2014). Effective Practices of coaching disability Sport. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 7(2), 13–23. <https://doi.org/10.5507/euj.2014.007>
- Moya Cuevas, R. M. (2016). *Deporte adaptado*. http://riberdis.cedid.es/bitstream/handle/11181/5025/Deporte_adaptado.pdf?sequence=1&rd=0031429103369817
- Nelson, L.J., Cushion, C.J., eta Potrac, P. (2006). Formal, non-formal and informal coach learning: A holistic conceptualization. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(3), 247–259. <https://doi.org/10.1260/174795406778604627>
- Nixon, H. L. (2007). Constructing diverse sports opportunities for people with disabilities. *Journal of Sport and Social Issues*, 31(4), 417- 433. <https://doi.org/10.1177/0193723507308250>
- Ocete, C., Lamata, C., Coterón, J., Durán, L. J., eta Pérez-Tejero, J. (2017). La percepción de los alumnos de Secundaria y Bachillerato hacia la inclusión de compañeros con discapacidad en Educación Física. *Psychology, Society and Education*, 9(2), 299–310. <https://doi.org/10.25115/psye.v9i2.846>
- Ocete, C., eta Pérez, J. (2019). Una experiencia en deporte inclusivo: el evento final. *Journal of Parents and Teachers*, (377), 30–34. <https://doi.org/10.14422/pym.i377.y2019.005>
- Ocete Calvo, C., Pérez-Tejero, J., eta Coterón López, J. (2015). Propuesta de un programa de intervención educativa para facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en educación

- física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 27, 140-145.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i27.34366>
- Olasagasti Ibargoien, J., Fernandez-Lasa, U., Nabaskues Lasheras, I. y Usabiaga Arruabarrena, O. (2018). Nola lor liteke erabateko inklusioa euskal pilotan. In: Autore batzuk. Kirolaren zehar balioa. *El valor transversal del deporte* (169-174 or.). KAIT eta Juanan Compañón «Konpa».
- Orr, K., Tamminen, K. A., Evans, M. B., eta Arbour-Nicitopoulos, K. P. (2021). Social influences in recreational sport programs for emerging adults with a disability: A preliminary examination using a mixed methods approach. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 14(1), 1-22.
<https://doi.org/10.5507/euj.2020.014>
- Pagán Otero, A. M., Rivera Vélez, L. M., de Llovio Del Río, B. M., eta Vélez Jiménez, L. M. (2021). Experience of sports coaches and parents in the inclusion process of children and youth with Down syndrome in Puerto Rico. *Fisioterapia*, 43(5), 256–263.
<https://doi.org/10.1016/j.ft.2021.01.012>
- Pérez, J., Alonso, J., eta Sampedro, J. (2011). The Centre for Inclusive Sport Studies in Madrid (Spain): an example of research application in adapted and inclusive sports. *Journal of Sport Sciences and Physical Education*, 61, 1-6.
- Pérez Tejero, J., eta Alonso de Linaje García, J. (2011). Nuevas Tendencias del Deporte Adaptado en España: Centro de Estudios sobre Deporte Inclusivo (CEDI). *Revista des-encuentros*, 9(1). 6–14.
- Pérez-Tejero, J., Ocete Calvo, C., Olayo Martínez, J. M., eta Soto Rey, J. (2020). *Deporte inclusivo: aplicaciones en el fomento de una práctica saludable*.
https://www.researchgate.net/publication/339596704_Deporte_Inclusivo_Taller_IAD_Cuadernos_de_la_CEDI_-10
- Pérez-Tejero, J., Ocete-Calvo, C., Ortega-Vila, G., eta Coterón-López, J. (2012). Diseño y aplicación de un programa de intervención de práctica deportiva inclusiva y su efecto sobre la actitud hacia la discapacidad: El Campus Inclusivo de Baloncesto. RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 8(29), 258-271. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2012.02905>
- Pérez-Tejero, J., Polo-Max, I., Pinilla- Arbex, J., eta Coterón-López, J. (2017). Coaches and referees opinion about the influence of intellectual impairment on fundamental basketball activities. *Psychology, Society & Education*, 9(3), 469-480.
- Pérez-Tejero, J., Soto, J., Ocete, C., Alonso, J., García-Hernández, J. J., Blanco Fernández, J. Á., Coterón, J., Irureta-Goyena, P., eta Sampedro, J. (2012). El Centro de estudios sobre deporte inclusivo (CEDI): Investigación aplicada, formación y promoción deportiva para personas con

- discapacidad en acción. *DDxt-e Revista Andaluza de Documentación Sobre El Deporte*, (4), 1-7.
- Reina, R. (2010). *La actividad física y deporte adaptado ante el Espacio Europeo de Enseñanza Superior*. Wanceulen.
- Reina, R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), 55-67. <https://doi.org/10.25115/psye.v6i1.508>
- Robbins, J. E., Houston, E., eta Dummer, G. M. (2010). Philosophies and Expectations of Wheelchair and Stand-up Collegiate Basketball Coaches. *Journal of Sport Behavior*, 33(1),42-62.
- Robinson, S., Fraser-Thomas, J. L., Balogh, R., Lunsy, Y., eta Weiss, J. A. (2018). Individual and contextual correlates of frequently involved Special Olympics athletes. *American journal on intellectual and developmental disabilities*, 123(2), 164-175. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-123.2.164>
- Ruiz Olabuenaga, J. I. (2012). *Metodología de la investigación cualitativa*. 5. Argitalpena. Deustuko Unibertsitatea.
- Ryan, S., Fraser-Thomas, J., eta Weiss, J. A. (2018). Patterns of sport participation for youth with autism spectrum disorder and intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 31(3), 369-378. <https://doi.org/10.1111/jar.12414>
- Saebu, M., eta Sørensen, M. (2011). Factors associated with physical activity among young adults with a disability. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21(5), 730-738. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01097.x>
- Schinke, R.J., Bloom, G.A., eta Salmela, J.H. (1995). The career stages of elite Canadian basketball coaches. *Avante*, 1, 48-62.
- Sierra de los Rios, J.V., eta Iglesias Sánchez, M. L. (2016). Proyecto futbol inclusivo: Trabajo fin de curso especialista en discapacidad, inclusión y ciudadanía. [Doktorego tesia]. Gaztela Mantxako Unibertsitatea.
- Sobiecka, J., Plinta, R., Kądziołka, M., Gawroński, W., Kruszelnicki, P., eta Zwierzchowska, A. (2019). Polish Paralympic sports in the opinion of athletes and coaches in retrospective studies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(24), 1-22.
- Solis García, P., eta González, V.B., (2021). Actitudes del profesorado de Educación Física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 7-12.
- Stanish, H. I., Curtin, C., Must, A., Phillips, S., Maslin, M., eta Bandini, L. G. (2016). Physical Activity Enjoyment, Perceived Barriers, and Beliefs Among Adolescents With and Without Intellectual

- Disabilities. *Journal of physical activity & health*, 13(1), 102–110. <https://doi.org/10.1123/jpah.2014-0548>
- Tawse, H., Bloom, G.A., Sabiston, C.M., eta Reid, G. (2012). The role of coaches in wheelchair rugby and the development of athletes with spinal cord injury. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4(2), 206–225. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2012.685104>
- Taylor, S. L., Werthner, P., eta Culver, D. (2014). A case study of a parasport coach and a life of learning. *International sport coaching journal*, 1(3), 127-138. <https://doi.org/10.1123/iscj.2013-0005>
- Townsend, R. C. (2015). *Sport, Coaching and Intellectual Disability*. *Sports Coaching Review*, 4(2), 162-165. <https://doi.org/10.1080/21640629.2016.1160491>
- Vallbona, C. (2003). La actividad física como elemento de salud para personas discapacitadas. In J. O. Martínez (Ed.). *Conferencia Internacional sobre Deporte Adaptado. Libro de Actas* (283-296 or.). Instituto Andaluz del Deporte.
- Vargas, T., Flores, M., eta Beyer, R. (2012). Coaching athletes with hidden disabilities: Recommendations and strategies for coaching education. *Strategies*, 25(3), 32-33. <http://doi.org/10.1080/08924562.2012.10592150>
- Verdonschot M. M. L., de Witte L. P., Reichrath E., Buntinx W. H. E. eta Curfs L. M. G. (2009). Community participation of people with an intellectual disability: a review of empirical findings. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(4), 303–18. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2008.01144.x>
- Weiss, J., Diamond, T., Demark, J., eta Lovald, B. (2003). Involvement in Special Olympics and its relations to self-concept and actual competency in participants with developmental disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 24(4), 281–305. [https://doi.org/10.1016/s0891-4222\(03\)00043-x](https://doi.org/10.1016/s0891-4222(03)00043-x)
- Wendelborg, C. eta Tøssebro, J. (2008). School placement and classroom participation among children with disabilities in primary school in Norway: a longitudinal study. *European Journal of Special Needs Education*, 23(4), 305-319. <http://dx.doi.org/10.1080/08856250802387257>
- Wilhite, B., Mushett, C. A., Goldenberg, L., eta Trader, B. R. (1997). Promoting inclusive sport and leisure participation: Evaluation of the Paralympic Day in the schools model. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 14(2), 131-146. <https://doi.org/10.1123/apaq.14.2.131>

10. ERANSKINAK

10.1. BAIMEN INFORMATUA

IKERKETAKO PARTE-HARTZAILEEN BAIMEN INFORMATUA

Baimen agiri honen xedea “NOLAKOA DA DESGIATASUNAK DITUSTEN PERTSONEK JFK EGITEKO ERREALITATEA ENTRENATZAILEEN BEGIRADATIK?” izeneko ikerketa honetan parte hartuko duten pertsonen lanaren izaeraren inguruko azalpen argiak jasotzea da, beteko duten rolaren inguruko argibideak zein haien parte hartzea zertan datzan aditzera ere emanaz.

Lanaren izenburua: “NOLAKOA DA DESGIATASUNAK DITUSTEN PERTSONEK JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEKO ERREALITATEA?”

Ikerketa taldeko arduraduna: Uxue Fernandez Lasa, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitateko Hezkuntza eta Kirol Fakultateko irakasle/ikertzailea eta 72477621K NA duena. Maite Bahillo Alvarez, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitateko Hezkuntza eta Kirol Fakultateko ikaslea eta 79131042W NA duena.

Ikerketaren helburu nagusia: Ikerketaren helburu nagusia desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta JFK inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Horrez gain, Ikertu nahi da gaur egun nola entrenatzen den desgaitasunak dituzten kirolariek eta zer alda litekeen JFK inklusibo edo egokitu arrakastatsu bat praktikatzeke.

Nik, _____ k, eta_NAN zenbakidunak, onartzen dut ikertzaileak burutzen ari diren “NOLAKOA DA DESGIATASUNAK DITUSTEN PERTSONEK JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEKO ERREALITATEA?” ikerketa lana garatzeko ikerketako datuak jasotzeko beharrezko den talde eztabaidan parte hartzea.

Ikerketa honetan zure parte hartzea ondorengo izango da: 2022ko apirilaren 7an burutuko den eta 30-45 minutuko iraupena izango duen elkarrizketa batean parte hartzeko baimena ematen dut. Elkarrizketan parte hartzeak izango duen arriskua zure intimitatea urratzea eta denboraren erabilera izango dira. Beti ere, datu pertsonalak babespean egonda.

Elkarrizketa audioz grabatzeko baimena ematen dut:

Bai	Ez
-----	----

Onartzen dut:

Bai	Ez
-----	----

Parte hartzailearen izena, sinadura eta NAN

Ikertzaile nagusiaren izena, sinadura, eta NAN

Maite Bahillo Alvarez, 79131042W

Lekua eta data: _____

Mila esker zure parte hartzeagatik aldez aurretik. Barkatu sortu litezkeen eragozpenak.

10.2. ELKARRIZKETAREN GIDOIA

SARRERA

Elkarrizketa hau nire GRALerako baliagarria den informazioa biltzeko da. Nire GRALaren helburu nagusia desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta JFK inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Horrez gain, Ikertu nahi da gaur egun nola entrenatzen den desgaitasunak dituzten kirolariek eta zer alda litekeen JFK inklusibo edo egokitu arrakastatsu bat praktikatzeke.

INFORMAZIO SOZIODEMOGRAFIKOA

Izen-abizenak:

Adina:

Generoa:

Bizilekua:

Lan tokia:

OROKORTASUNAK

- Zein harreman duzu kirolarekin?
- Zein harreman duzu kirolarien entrenatzaile moduan?
- Zein harreman duzu desgaitasunekin?
- Zenbat urte daramatzazu desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzen?
- Zergatik hasi zinen desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzen? Bokazioa izan zen?
- Noiz eta nola iritsi zinen Hastezn-era?

FORMAZIOA

- Zein izan da zure formazioa?
 - Zure formazioan zerbait faltan bota duzu? Zer eskatuko zenieke zure formatzaileei?
- Zure hastapenean zer zenekien desgaitasunei buruz?
- Zure hastapenean eta gaur egun desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzeari buruz daukazu jakintza aldatu da?
 - Bai izatekotan, zer dela eta eman da aldaketa hori?

FORMATZAILEEN JARRERA

- Zelako eragina dauka entrenatzailearen jarrerak desgaitasunak dituzten pertsonak JFKn entrenatzean?
 - Zer nolako ezaugarriak izan behar dituzte?
 - Garrantzitsua ikusten duzu entrenatzaileek kirolarien gurasoekin komunikatzea?
 - Nolakoa da gurasoekin daukazuen harremana?

AUKERAK ETA ZAILTASUNAK

- Zure ustez zer bilatzen dute desgaitasunak dituzten pertsonak JFK praktikatzean?
- Oraindik zailtasunekin aurkitzen direla uste duzu?
- Zer iruditzen zaizu gaur egun desgaitasunak dituzten pertsonak JFK egiteko dagoen eskaintza?
 - Arazo ekonomiko-sozial asko aurkitu dituzue ariketa fisiko inklusibo edo egokituak aurrera eramateko?
 - Instalazioak desgaitasunak dituzten pertsonentzat irisgarriak direla uste duzu?

KIROL INKLUSIBOA EDO EGOKITUA

- Ze onura dakar kirol egokitua praktikatzea? Eta kirol inklusiboa?
 - Zer eragin dauka kirol inklusiboak desgaitasunak ez dituzten kirolarietan?
- Eremuaren arabera (ad, eskola kirolean, kirol federatuan, osasuneko jerduera fisikoetan) kirol inklusiboa errazago eman daitekeela uste duzu?
 - Bai izatekotan, zein eremutan ikusten duzu errezagoa kirol inklusiboa egitea?
 - Kirol inklusiboa lehiaketarekin lotu daitekeela pentsatzen duzu?
- Kirol guztiak inklusioan eman daitezkeela uste duzu?
 - Zein kirol ikusten dituzu aproposagoak inklusiorako?
 - Ze ezaugarri izan behar dituzte kirol horiek?

DENEK PRAKTIKATU DEZAKETE KIROL INKLUSIBOA?

- Uste duzu desgaitasunak dituzten pertsona orok jarduera fisiko inklusiboak praktika ditzaketela?
 - Nola jakin kirolari bat kirol inklusiboan parte har dezakeen edo berarentzat egokiena dela?
 - Nola jakin kirolari batzentzat kirol inklusiboa edo kirol egokitua aproposagoa den?
 - Zer hartzen da kontuan?
 - Zuen kasuan, protokoloren bat jarraitzen duzue?

EGINGARRIA DA GAUR EGUNEKO BALDINTZETAN?

- Kirol inklusiboa aurrera eramateko, talde giro egoki bat sortzea ezinbestekoa da; nola egin daiteke inklusiorako ingurune apropos bat sortzeko?
 - Uste duzu gaur egun gizartea prest dagoela kirol inklusiorako?
 - Gizartea ingurure apropos hori sortzeko gai da?

HOBEKUNTZAK

- Kalitatezko kirol inklusiboa lortzeko zer hobetu beharko litzateke?
 - Zein aldaketa egin beharko genituzke?

ITXIERA – AMAIERA

- Esateko zerbait geratu al zaizu esan gabe? Zerbait erantsi nahiko al zenuke?

10.3. ELKARRIZKETAK

10.3.1. IRATIREN ELAKARRIZKETA

M: Kaixo, ongi etorri elkarrizketa honetara, dakizun bezla elkarrizketa hau nire GRALerako da, nire GRALaren helburua desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta JFK inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Horrez gain, Ikertu nahi dut gaur egun nola entrenatzen den desgaitasunak dituzten kirolariek eta zer alda litekeen JFK inklusibo edo egokitu arrakastatsu bat praktikatzeko. Beraz, hasteko zure datu batzuk eskatuko dizkizut: adina?

I: 26.

M: Generoa?

I: Ez dakit ajajaja.

M: Jajaja.

I: Ez jajaja, emakumea.

M: Lan tokia?

I: Haszten

M: Esperientzia edo urteak desgaitasunak dituzten pertsonekin?

I: Ba ni hasi nintzen karrera hasi ginen urtean 2014-ean.

M: Hasi zinen ya zuzenean Hasztenen?

I: Ba kontuan da...ez. Kontua da hasi nintzela boluntario gisa Bizkaiko kirol egokituaren federazioan, topaketetan parte hartzen eta gero ba eskolaz kanpoko ekintzetan eta deitu zidaten, ba, lan egiteko. Orduan hortik aurrera izan zen ajajaj kasualidadea zeren ni bertan hasi nintzen Haszteneko Pablok lagundu zidalako IVEFera sartzeko probak egiten eta justo momentu horretan zegoen ba gero klaseak ematen desgaitasunak zituzten umeei, multikirola zen.

Orduan hor hasi nintzen apur bat eta behar zutenez jendea hasi nintzen eta hortik ba gaur arte jajaj. Egon naiz geldi urte batzuk, baina beti egon naiz bai zuzen edo modu ez-zuzenean parte hartzen.

M: Eta zer dela eta izan zenuen grina hori hasteko?

I: Ba, ikusi nuenean nire burua egoera desberdin batean eta jajaja esan nuenean: ostras baina hau saskibaloiko ume kakotzen artean normalekin esaten diezuna egiten dute eta kasu hauetan edo ezin dute. Eta egokitzapenen behar horiek ikusita ba interesa sortu zitzaidan eta bueno azkenean gustuko baduzu egantzatzen zara ezta?

M: Aja

I: Beti ikasten duzulako egunero gauza desberdin bat eta bueno ikasteko aukera gehiago daudelako.

M: Eta entrenatzaile moduan lehen aritu ziren edo justo hona sartzean hasi zinen entrenatzaile moduan egoten? Diñot beste talde konbentzional batzuetan edo.

I: Bai, ni saskibaloia ematen nuen.

M: A bale, ematen zenuen txikiekin edo?

I: Bai, preminietatik kadeteetara. Egon naiz Olabide ikastolan, Araskin, ez dakit ikastola batzuetan eta klub batzuetan eta hori eskola kirola zen.

M: Zure kirolarekin daukazun harremana zer da saskibaloia batez ere?

I: Bai betidanik saskibaloia, baina bueno nik denetarik egiten dut. Gustatzen zait egitea denetarik. Orain ya duela 3-4 urte utzi nuen saskibaloia eta aurten nago egiten waterpolo, nago patinatzen egun osoa orduan bueno ajajaj nire bizitza nahiko aktiboa da.

M: Bai, bai. Orduan hitz egin diguzu pixka bat ba hori desgaitasunak dituzten pertsonak entrenatzen dituzula, baina zein da zure harremana desgaitasunekin? Bakarrik profesionala edo igual norbait ezagutzen zenuen lehenagotik...?

I: Hasi zen profesional izaten hasieran eta gero, gero eta pertsonalagoa bihurtu zen. Azkenean asosioazioetan gertatzen dena askotan da, ba, esan dudana lehen gustatzen bazaizu oso zaila dela ez inplikatzera eta horrek eragin zuzena dauka zure bizitzan, orduan harreman pertsonala ba badaukat ikusten dudalako nire burua, ba, desgaitasunarekiko, ba, ez dakit kontzienteago eta ikasten dudala, konturatzen naizelako, ba, pertsonen aniztasunaz eta hoiek baloratzeaz. Gehiago baloratzen dut honi esker, ba, hori, aniztasuna.

M: Bale eta bueno kontatu ahal diguzu pixka bat orokorrean zen den zure esperientzia kirol inklusibo eta egokituarekin?

I: Ba ajaja gustiz gauza bueno desberdinak eta berdinak dira aldi berean ezta? jajaja.

M: Jajaja.

I: zeren kirol egokitan egokitu behar duzu ba sesioa edo guztiei ezta? Inoiz, nire ustez inoiz ez da, kirol egokitua izan arren, inoiz ez da guztientzat inklusiboa izango. Orduan klaro gure gizartean badago normalagoak diren pertsona multzo handi hori ezta?

M: Aja.

I: Eta klaro kirolean ba konbentzionaltasuna haiei egokitzen da. Orduan kasu batzutan berdinen kakotzen artean, berdinen artean ajaaj ba hori beti egokitzen zaude eta gero baita esan dugu Haszten daukagu aukera egiteko el apoyo en inklusion. Imaginatu norbaitek nahi badu bere herriko polikiroldegiko aktibitate batera jun ba apuntatu daiteke eta orduan klaro monitoreak ezin du askotan ezta?

M: Bai, zailagoa da.

I: Desgaitasun... depende zein den eta... depende zein den...hori zein den aktibitatea eta zein den desgaitasuna, batzutan oso zaila da baita ezinezkoa ezta? Orduan hor baita ere ba ikusten da nola sartu daitekeen edo erraztu daitekeen bidea ba besteekin parte hartzeko, beste kakotzen artan berriro aajajaj normalekin jajaja.

M: Bai, ulertzen da.

I: Parte hartzeko.

M: Bale horretara joango gara gero, baina lehenengo hitz egin pixka bat zure formazioari buruz mesedez.

I: Lehenik egin nuen batxilergoa, gero IVEF, gero hasi nintzen... egin nituen praktikak Hasztenen, hasi nintzen lanean, egon nintzen 2 urte eta gero ba unibertsitateko ikerketako masterra egin nuen. Urte horretan justo izan zen 2020-21 eta ez zegoen Hasztenen mugimendu handirik covid-a dela eta orduan egiten nuen biak egin, baina Haszten arratsalde eta goizetan masterra eta aurtun doktoregoarekin hasiko naiz osea jajajaj.

M: Denetarik jajaja.

I: Bueno hasi naiz eta bueno hor doa.

M: Eta zure formakuntzan desgaitasunei buruz irakatsi dizute?

I: Jo gutxi. Gaine nik egin nituen hoiek erasmusean eta erasmusean bueno bai irakatsi ziguten, baina nik gure IVEFean ez dut ia-ia ez esateagatik ezer, ezer ikusi horri buruz. Bai behin parte hartu nuen Itsaso Nabaskues egindako ikerketa batean eta hor lehen aldiz edo inklusioz hitz egin zidaten eta izan zen Itsaso ajaja Orduan bueno hortik aurrera bai, baina-baina baina asignatura moduan ez ia-ia ezer.

M: Bale, orduan heldu zinenean desgaitasunak dituzten pertsonekin lan egitera, zer zenekien horri buruz?

I: Ezer ajaja ezer. Heldu nintzen eta pues heltzen zara apur bat eztakizula ezta nola e...

M: Tratatu?

I: Bai, edo tratatu edo nola... bai, nola tratatu. Pablok esan zidan hasiera-hasieran esan zidan, gogoratzen naiz, zu lasai, zu tratatu ba beste norbait izango balitz bezala, normal, tratatu normal eta bueno ba batez ere kideekin ikasten da. Osea denbora daramaten entrenatzaileekin edo teknikoekin egonda, haiekin asko ikasten da, baina horrela jajaja.

M: Orain suposatzen dut gehiago dakizula.

I: Bai jajaja orain bai.

M: Aldaketa hori zergatik uste duzu eman dela? Esan duzu adibidez kideengandik, zerbait gehiago? Igual esperientzia edo?

I: Bai, haiekin jolasten, haiekin... hori aktibitatea aurrera eramaten eta haiekin praktikatzten. Haiekin konpartitzen ba hori kirolaren esperientziak eta, eta... baina bai osea ikasi gainerako kideengandik.

M: Bale eta bueno zuek entrenatzaileak zarete, zuentzako zein eragin dauka entrenatzaileen jarrerak JF edo kirol hori arrakastatsua izateko haiengan?

I: Ba niretzat garrantzitsuena da beraiek ondo sentitzea eta pozik parte hartzea, osea gero praktika bakoitzak bere helburuak ditu eta gero bakoitzak jakin behar du zer gustatzen zaion, baina

garrantzitsuena, ze askotan gertatzen da haiek ere ez dakitela zer nahi duten, ez dutelako probatu inoiz, ez dutelako besteek bezain aukera handiak izan. Ba hori egotea beraiek agusto eta batez ere ikustea zuk...tekniko gisa ikusten duzu nor dagoen ondo eta nor dagoen txarto eta batzuetan ez dugu ikusten hori egia da, baina gertatzen da geratzen zaizkizula batzuk ba ezer egin gabe eta bueno ez dakit ajaja.

M: Bale ondo, ondo.

I: Zaila zaila da e.

M: Bai. Esan duzu orain igual batzuk ez dakitela ezta zer bilatzen duten, zure ustez zergatik apuntatzen dira Hasztenera adibidez?

I: Ba ondo pasatzeko, lagunak egiteko. Lagunak egiteko batez ere.

M: Sozializazioa garrantzitsua dela esango zenuke?

I: Bai, bai garrantzitsuena.

M: Bai.

I: Bere kirolean kaña...kaña sartu behar zaie baita ere.

M: Exijitu behar zaie ezta?

I: Exijitu behar zaie bai, baina jakin behar da nori, nola eta noiz ajaja exijitu.

M: Ya.

I: Ordun, klaro hor kale egiten baduzu eske "la puedes cagar" jajaja "la puedes cagar para los siguientes 3 o 4 meses". Gertatu zaidalako, exijitzea bati heziketa fisikoko klase batean, gela egonkor bateko heziketa fisikoko gela batean e... batek ez zuen sartu nahi igerilekura eta... eta ni gehiegi presionatu nion eta nirekin haserretu eta bueno gero ezinezkoa izan hurrengo egunean gurekin bera ez zuen nahi gutaz ezer jakin

M:Igual esperientzia negatibo bat bezala hartu zuen edo...

I: Bai, bai, gero bueno... kasu horretan gauza gehiago dira. Gero bakoitzaren, ume bakoitzaren egoera baita desberdina da eta gero batzuk ba bere gauzak dituzte.

M: Ya, horretarako adibidez igual gurasoekin komunikatzea.

I: Aja.

M: Igual aukera bat izan daiteke jakiteko hori ba noraino exijitu, zein den bere egoera, zuek komunikazio hori gestatzen duzue haiekin?

I: Bai,bai, bai, asko.

M: Harremanetan zaudete haiekin hastean? Hastean batez ere edo?

I: Bai, eskolaz kanpoko ekintzetan beti. Norbaitek portaera arraroren bat izan badu edo portaera kezagarriren bat izan badu, hitz egiten dugu eta ondo egiten dutenean baita. Azkenean gurasoekin baita ere konfiantza hartzen duzu eta bai hitz egiten dut.

M: Orduan gurasoen jarrera ere...

I: Bai nabaritzen da.

M: Ezinbestekoa da?

I: Bai, bai klaro

M: Bueno eta oraindik aurkitu ahal dituzte zenbait oztopo JF edo kirola egiterakoan, adibidez oztopo ekonomiko eta sozialak oraindik daudela uste duzu?

I: Ba... kirola egiteko? Desgaitasunak dituzten pertsonentzat?

M: Bai.

I: Bai, sozialak bai daudelako askoz leku gutxiago praktikatzeko, osea kirol bakoitza egiteko lekua, adibidez Bizkaian oso...

M: Eskaintza gutxi?

I: Bai, eskaintza gutxi dago eta klaro ekonomikoki eztaikit haiek depende ze gradutako desgaitasuna duten ez dakit diru laguntzak jasotzen dituzten, baina kirola egitea oso garrantzitsua da eta klaro bai dirua behar da, baina klaro gertatzen dena da zaila dela klubentzat baita aurrera eramatea kontu hori.

M: Bai, instalakuntzetan be bai igual aldaketa eman da, baina oraindik irisgarriak direla uste duzu ala falta zaiela?

I: Ekonomikoki?

M: Ez, instalakuntzak. Igual zuek joaten zarete, ba ez dakit daukazue torneo bat eta daukazue norbait gurpildun aulkian eta instalakuntza ez dago prestatuta edo hori aldatu dela uste duzu?

I: Hori aldatzen doa, hori bai.

M: Bai?

I: Bai, baina batez ere ajaja askotan nabaritzen da noiz nahi duen udaletxeak gauzak egin edo.

M: Ya.

I: Edo ez, ordun bueno bai osea aldaketa fisikoak badaude osea bocciaren kasuan federazioak hartzen du egokituta dagoen leku bat, baina klaro ahala ere kirol egokituko federazioak ez dauka beste federazioek bezalako diru estakit...

M: Diru laguntza edo...

I: Ez dakit dirua, baina parte hartzea askoz gutxiagoa da beste federazioekin konparatuz. Dirua ez dakit e aajajaj diruaz niri ez galdetu ze ez dakit jajajaja.

M: Jajajaj bale.

I: Baina hori ziur, parte-hartzea asko ere gutxiagoa da ba gizartean desgaitasunak dituzten pertsona gutxiago daudelako.

M: Orain kirol inklusiboa eta egokituan zentratuko gara bale?

I: Bale.

M: Ze onura ikusten dituzu batean eta bestean?

I: Uf ajajajajaj onurak? kirol egokituan onurak izango lirateke erraztasuna egiteko, erraztasun handiagoa ze hor praktika aldatzeko gaitasuna dauka teknikoak ezta? Eta orduan kasu askotan jakin behar dena da ze egoera motorrean jarri. Orduan ahaldun horrek egiten du erraztasuna handitu. Inklusio kasuetan, zu joaten zara hor apoyo moduan eta zure komunikazioa izan behar da

desgaitasuna duen umearekin, gainerako parte-hartzaileekin, entrenatzailearekin. Orduan jajaja zure esku-hartzea ez da zuzena da ez-zuzena.

M: Ya.

I: Nire ustez e. Orduan konplikatua da eta denbora gehiago edo denbora gehiago edo ikuspuntu gehiago behar dira askotan osea hor kasu bakoitzean desberdina da.

M: Kasu horretan behar daude kirola praktikatzen desgaitasunak ez dituzten beste pertsonekin. Beste pertsona horientzat behar JFK egitea desgaitasuna duen pertsona batekin onurak izan ahal dituela haientzat edo ze ekarpen ikusten dituzu eman ahal die..diezaiekela?ajaja

I: Bai, bai inklusioa eman diezaieke ajajajaj.

M: Jajaja.

I: Zatekeen ajajajaj bua txabal.

M: Jajajaj.

I: Ba hori garrantzitsuena inklusioa... garrantzitsuena ez dakit, baina oso garrantzitsua den gauza bat inklusioa sustatzeko da sentzibilizazioa eta bat ez da sentzibilizatzen ikusi arte besteren errealitatea eta beste batekin egon arte, bere errealitatea ezagutzeko diot. Orduan, onura? onura sozial handiak eta haientzat, klaro haientzat gauza asko ez? baina gainerako parte-hartzaileentzat batez ere hori esperientzia berri bat eta...

M: Bizitzea batez ere ezta?

I: Bai.

M: Bale. Gero JFKn esparru desberdinak ditugu, ez da berdina igual eskola kirola edo kirol federatua edo osasunerako egiten de JFK, zuk uste duzu depende igual ze arlotan eredu bat bestea baino aproposagoa izan daitekela ala biak izan ahal dira aproposak denetan? Ez dakit, nola ikusten duzu?

I: Osea nola nola? errepikatu galdera.

M: Osea adibidez, ez da berdina kirol inklusioa praktikatzea eskola kirolean edo kirol federatu batean.

I: A klaro.

M: Edo osasunerako JFan, uste duzu adibidez kirol inklusiboa denetan praktikatu daitekeela arazorik gabe edo igual arlo batzuetan kirol egokitua aproposagoa izan daitekeela?

I: Uff galdera zaila.

M: Bueno igual beste faktore batzuen menpe egon daiteke.

I: Bai, nire ustez faktore oso handi bat da praktikaren helburua, goi errendimenduan inklusioa egon daiteke baina zailagoa da nire ustez eta eskola kirolean supuestamente, ez dakit e posibleagoa jajaja goi errendimenduarekin konparatuz, zergatik? ba helburua supuestamente ez delako irabaztea.

M: Bale.

I: eta gainera klaro horrek ere zaila ikusten dut depende ze adinean dauden ba umeak ez dakizu zer nolako portaerak izango dituzten. Txikiak direnean gauza normal bat moduan tratatzea eragingo luke eta orduan hori ona izango litzateke baita ere. Gero klaro ni topatu naiz, egon naiz behin multikirola praktikatzen zuten talde batean ummm 4. mailan eta inklusioan zegoen neska 6.maila zen ba hori bere desgaitasuna zen ba intelektuala eta gero fisiko apur bat paralisiren bat uste dut zeukala baina ez dakit, ez naiz gogoratzen. Gauza da hor oso ondo zegoela aktibitateak zirelako jolasak, jolas tradizionalak eta helburua zela hor umeak ziren txikiak ziren eta erraza zen beste batzuek baita ere ez ulertzea rolak edo gauza horiek ezta? berak bezala. Berari gertatzen zitzaiona zen ez zituela rolak ulertzen, ahazten zuela informazioa, ez zuela..., baina ez zen nabaritzen, ikusten zenuen praktika eta...

M: Arazorik gabe ezta?

I: Bai, arazorik gabe, baina klaro, entzuten zenituen komentario batzuk, ume batzuk “joe que tonta porque corre mal” “esque tu noseque” cosas asi y te quedas a que capullo ajaja eta hori txikitan komentario edo portaera hoiek hor zuzentzea oso garrantzitsua da ze gero baita beste batzuen komentarioak ziren, bueno zuk tekniko gisa beraiekin egotean, ni batzuetan pues yo suelto a veces pero cada uno necesita su tiempo no? tal cosas asi eta batzuk ez zuten ulertzen, baina beste batzuk bai ajaja. Beste batzuk esaten zuten e egia da jajajeta gero ba hori berarekin erlazionatzen ziren gehiago ulertzean ba hori guztiok garela desberdinak.

M: Ya eske klaro azkenean ondo ateratzeko jarduera mota horiek giro apropos bat egon behar da eta komentario horiek entzuten baditu behin eta berriro igual pertsona desmotibatu daiteke ezta?

I: Klaro.

M: Giro hori sortzeko zer uste duzu egin dezakegula? Adibidez zuzenketak aipatu dituzu ezta?

I: Zer egin beharko genuke?

M: Heziketaren aldetik uste duzu hasi beharko ginaketela?

I: Klaro bai beti, osea txikitatik.

M: Eta orain ikusten duzu prest gizartea hori lortzeko edo oraindik gehiago landu beharko genuke?

I: Bueno bidean, bidean ikusten dut.

M: Hobekuntza bat ikusi duzu alde horretatik?

I: Bai, bai baina jarraitu behar dela argi dago eta gero eta kontzientzia handiagorekin, ze ni hasi nintzenean hemen ajaja hori ez nengoen... Azkenean ez dut uste, nahiz eta horri buruz unibertsitatean klaseak eman edo edukiak eman bizi arte ez zara sentziblizatzen, orduan inklusiorako kontaktu zuzen hori behar da.

M: Bale eta zuk uste duzu pertsona guztiak kirol edo JF inklusioa praktika dezaketela?

I: ajjajaj bai jajajja bai osea saiatu bai gero beste gauza bat da beraiek ez egotea eroso eta hobeto izatea ba aldatzea praktikaz. Baina uste dut beti edo bueno beti jope ez dakit... uste dut aurkitu daitekeela leku aproposa ondo egoteko.

M: Baina adibidez izan daiteke, esan duzuna ba igual izan daiteke baina hobeto sentitzen dira ba kirol egokitua praktikatzen beste kide batzuekin. Zuek hemen nola egiten duzue hori? Osea etortzen da kirolari bat eta nola ikusten duzue ba hau igual atletismo egin dezake talde konbentzional batean edo atletismo egin dezake kirol egokitu moduan, nola bideratzen duzue kirolaria? Protokoloren bat daukazue edo? Haien nahien arabera?

I: Bai, beraiek etortzen dira ezta? bide batetik edo bestetik eta orduan beraren interesen arabera ba saiatzen gara orientatzen. Orduan ikusten badugu norbait konpetitiboa dela eta gustatzen zaiola konpetitzea eta enkajatuko lukeela ba ez dakit beste klub konbentzional batean bideratzen saiatzen gara. Ahal den neurrian bideratzen saiatzen gara inklusiorantz eta...

M: Haien helburuen arabera bebai orduan?

I: Helburuen arabera bai, baina gero hasieran baita ere garrantzitsua da batzuetan ez dakit, atletismoa nahiko erraza da ze bakarrik korrika egin behar duzu aurrerantz, baina futbol edo edozein talde kiroletan eske talde inklusiboetan ez da desgaitasuna izan edo ez izan da azkenean abilezia. Ez dakit talde batean txarrak direnak eta onak direnak jokatzeko badute elkarrekin, nork ukituko du pilota?

M:Ya.

I: Onak direnak ezta? Orduan igual txarrak direnak elakarrekin jartzen badira, gehiago parte hartuko dute ezta? Bueno ba kasu horietan egokitzen da beraien parte hartzea handiagoa izateko

M: Bale eta orain hitz egin dugu, ez da berdina atletismoa edo talde kirolak. Igual izan daiteke kirol batzuk aproposagoak edo errazagoak kirol inklusiborako beste batzuk baino? Edo nola ikusten duzu hori?

I: Baina esaten duzu errendimendurako edo parte hartzeko?

M: Parte hartzeko.

I: Bai, bai, errendimendurako eta parte hartzeko bai, bai.

M: Ze ezaugarri uste duzu izan behar dituztela kirol horiek?

I: Noski gero eta jajajaj eske depende zein den pertsonaren desgaitasuna baina orokorrean gero eta ekintza motor sinpleagoak ba errazagoa da kirol inklusiboa sustatzea. Talde kirolek exijitzen dute erabaki hartze oso handia ze puz hori...

M: Taktika.

I: Bai, lagunak eta kontrakoak dituztelako, gero pilota bat eta gero porteriak. Atletismoan daukate kale bat ajajajaj eta listo eta gero beste pertsona batzuk korrika aurrerantza eta orduan

pentsatu behar dute bakarrik gauza bat, orduan horren arabera... Nik horren arabera pentsatzen dut e, gero ba ez dakit desgaitasuna adibidez garun paralisia bada hor gauza fisiko bat da ezta?

M: Bai, beste faktore batzuk eragin ahal dute ezta?

I: Bai, hori da. Futboleant ez du hainbeste korrika egiten edo atletismoan ez du hain azkar korrika egiten, ez dakit...

M: Nahikoa jajaj. Bale bagoaz amaitzen, zer uste duzu hobetu daitekeela orokorrean haien JF edo kirola arrakastatsu hori lortzeko?

N: Zer hobetu daitekeen? Guztia esan dugun guztia azkenean. Eske ez da...

M: Ez da aspektu bakarra igual?

N: Hori da, da guztia jajajaj esango nuke gure jarrera eta tratatzea ez desgaitasunak dauzkaten pertsonak bezala baizik eta kirolari bezala, ze azkenean zu tratatzen baduzu jokalaria bat kirolari gisa, tratatuko duzu gero pertsona gisa eta tratatzen baduzu pues hori "ay pobrecito que tiene discapacidad voy a hacerselo mas facilito, pues no".

M: Dirudi zaudela mesede bat egiten baina azkenean ez ezta?

I: Bai, hori da.

M: Bale ba honekin listo, zerbait geratu zaizu esan gabe edo... ondo?

I: Bai, ni egon naiteke hemen hitz egiten... bueno bocciari buruz ez dut hitz egin.

M: Ba esan nahi duzuna ajaja.

I: Jajaja nire doktoregoa bocciari buruz da jajajaj eta ya ezta ajajaja.

M: Bale ba mila esker eta pasatuko dizut lana amaitzean.

I: Bale, bale.

10.3.2. JONEN ELKARRIZKETA

M: Hola, bienvenido a esta entrevista.

Como sabes, esta entrevista es para mi TFG.

Mi TFG tiene como objetivo analizar las experiencias de los entrenadores de personas con discapacidad y hacer aportaciones sobre un deporte o actividad física inclusiva y adaptada. También quiero investigar cómo se entrena hoy en día con deportistas con discapacidades y qué podría cambiar para practicar un deporte o actividad física inclusiva o adaptada con éxito. Entonces bueno para empezar un poco sobre tus datos: ¿edad?

J: He hecho 34 años, ayer.

M: ¿A sí? Zorionak, no sabia jajaja.

J: ¡Eskerrik asko! jajajaj.

M: ¿Genero?

J: Oficialmente masculino.

M: ¿Y lugar de trabajo?

J: Getxo, sede oficial en Getxo pero bueno ya sabes que nos movemos por diferentes sitios en Haszten, en Bizkaia, pero sobre todo Gran Bilbao.

M: Vale y un poco para empezar con preguntas generales, ¿cuál es tu relación con el deporte?

J: En general deporte. Pues desde toda la vida empecé a, osea, como deporte conocido como deporte con reglas ¿o?

M: Deporte o actividad física.

J: Actividad física he practicado, pues desde que tengo uso de razón y me ha gustado mucho siempre, me ha llamado la atención, pues diferentes habilidades con diferentes materiales o sin material: puro movimiento. Y luego a los 10 años empecé a practicar fútbol. En mi familia había skate, que tengo dos hermanos mayores, y entonces como me gustaba hacer de todo al final, cuando llegó la hora de decidir qué estudiar en la universidad, pues me decanté por ser profesor de

educación física. Entonces acepté que ser multideportivo y me gustasen todos los deportes, pues que estaba bien y que de hecho era muy positivo.

Entonces mi relación con el deporte es que me sirve tanto como para...para muchas cosas ¿vale? Pero para pasármelo bien ante todo, conocer gente, aprender, a no sé, otra manera de relacionarme ¿no? Y luego por supuesto por tema salud o por tema de estar funcionalmente bien para cualquier situación que pueda haber en la vida, ya sea por supervivencia o por ayudar a otra persona o para el propio disfrute. Esa es un poco la relación con el deporte, pero luego claro después de que te he hablado de como me gusta a mí el deporte, pero también te he hablado de cómo puedes ayudar a otra persona, ahí es donde entra también el tema de la enseñanza. Entonces cuando he visto que la actividad física al final lo que nos hace es ser funcionales en la vida pues enseñar cualquier habilidad o deporte se transfiere a la vida y entonces el deporte adaptado que te encuentras personas con discapacidades pues se encuentran barreras en su día a día, que hay habilidades que a través del deporte, no solo en el deporte en sí, sino lo que conlleva todo el ritual, lo del vestuario, la autonomía personal, pues que todo es súper transferible y por eso es una herramienta muy potente.

M: Y como entrenador, ¿también has tenido alguna experiencia?

J: Sí, en diferentes deportes, extraescolares con Haszten pues al fin y al cabo he sido el entrenador. He sido entrenador de fútbol sala, de natación, de pádel... en realidad de un montón.

M: ¿Y empezaste ya como entrenador en Haszten o bueno con personas con diversidad funcional o estuviste antes con grupos convencionales?

J: Pues antes de Haszten mi experiencia a nivel laboral era, pues en diferentes grupos de multikirola, bueno y también en algunos grupos más específicos, pues de natación, incluso de terapia acuática y bueno, todo esto empezó en el 2009 para mi, entonces si desde el 2009 hasta el 2015 que es cuando empieza la actividad de Haszten, pues he tenido experiencia también, ¿no sé si me has preguntado como entrenador o en general?

M: No, osea ¿pero estabas entrenando a personas con discapacidad ya desde el 2009 o al principio empezaste en grupos convencionales?

J: Al principio, según empecé, tenía grupos de multikirola y psicomotricidad, eso es, pero también no sé, igual al año siguiente, en 2020, ya estaba dando un tipo de natación adaptada que para algunas personas era algo terapéutico, rehabilitatorio. Ya trabajaba con... era un trabajo

multidisciplinar, interdisciplinar con fisioterapeuta que nos daba las pautas y luego nosotros hacíamos el resto de trabajo y lo transferíamos a lo deportivo, siguiendo esa prescripción. Entonces bueno, yo no estaba entrenando a una persona para ir a una competición, pero de venir una persona que inicialmente no flota y que le tienes que poner todo corchos por todas partes, a que de repente tras un trabajo le puedas quitar toda la flotación, meterle a una piscina grande y que sea capaz de hacer largos sin hundirse, pues la competición ha sido un éxito, la propia competición del propio deportista consigo mismo y con el trabajo conjunto con el entrenador, es como vivirlo de otra manera

M: ¿Y cuál es tu relación con la discapacidad? Profesional o ¿antes de empezar ya tenías relación?

J: Antes de lo profesional. Yo tengo un familiar que es mi tío y tiene síndrome de Down y autismo. Autismo yo lo he sabido después de estar en el deporte adaptado y haber conocido casos de personas con síndrome Down y autismo. Este es el primer contacto que tuve, de hecho era un caso de exclusión social, no tenía amigos y hasta dentro de casa estaba atado a una silla y yo bueno, le observaba mucho.

Luego, también en el pueblo de mi ama, había un chico 20 años mayor que yo con síndrome de Down y con este sí que jugaba con él y ya me di cuenta que era mayor pero que no jugaba bien al fútbol y ese fue mi primer contacto del deporte con personas con discapacidad, luego también venía con mis amigos a jugar algún partidillo y bueno, acabó siendo mi primera experiencia de deporte inclusivo. Entonces el tema del deporte inclusivo siempre me ha gustado muchísimo.

M: ¿Igual a raíz de eso crees que puede crearte ese interés luego para trabajar con este tipo de personas?

J: Claro, pues totalmente. Cuando vi lo que era el deporte inclusivo dije ¡claro! Esto es lo que hago en el pueblo.

M: ¿Y cómo llegaste a Haszten? Bueno en tu caso justo fuiste de los creadores ¿no?

J: Sí, antes de Haszten ya habíamos tenido experiencias de deporte inclusivo en formato campus, con la federación de deporte adaptado de Bizkaia y los campus de Bilbao kirolak. Entonces a los udalekus deportivos de Bilbao kirolak íbamos los monitores de la federación, entonces atendíamos a deportistas con diversidad funcional y les hacíamos esa inclusión, por aquel entonces no había esa metodología simplemente les teníamos que atender a estos chavales para intentar que

hiciesen la misma actividad que los demás. Pero una vez que estás ahí te das cuenta del tema de la sensibilización, puede haber muchos escenarios, que no hagan caso, que tengas que ser tú el que dé el apoyo total, otros niños incluso si que vienen, prestan atención, incluso prestan ayuda. Luego está el tema de los monitores si también tienen esa empatía y llevan preparadas actividades adaptadas o en el momento también se acuerdan que hay una persona que también tiene que hacerlo de otra manera, que bueno, eso no ha abundado la verdad.

Entonces yo empecé pensando que la mejor metodología era fijarme en los llamados líderes de grupo, en psicología creo que se llaman así. Entonces yo cogía y no me presentaba como que iba a ayudar solo a un niño, me presentaba como que era un entrenador auxiliar y que iba a echar una mano a quien lo necesitase. Entonces cuando había algún rato libre igual pillaba más perfiles pues habladores, o que se les daba mejor o bueno depende... entonces pillaba e igual pues decía: ¡eh Mikel! ¿Tú conoces a Gorka? ¡Ah, pues mira! Vamos a jugar. E igual le decía si le quieres dar un pase dáselo con bote y ahí empezaba un poquito esa primera relación, el resto de niños, cuando veían que ese chaval juega ya con una persona que tiene una discapacidad, pues igual se empiezan a acercar más y así se va convirtiendo algo más inclusor.

M: Al final para la inclusión crear ese entorno como técnico es primordial ¿no? para que vaya bien la actividad.

J: Eso es. Al final el resto del grupo tiene que estar sensibilizado para que funcione, si no lo está al final todo se complica. Entonces hay como varias partes, está la propia persona con discapacidad, también tiene que llevar una actitud inclusiva porque puede ser que no le interese relacionarse con los demás. Entonces dices “estamos desde el primer momento en una desventaja muy grande, porque como el resto del mundo no sea inclusor hacia nosotros, ¿cómo vamos a hacer piña?” Y si encima el monitor tampoco tiene esa actitud, pues va a acabar siendo una inclusión muy forzada en la cual yo estoy intentado por todos medios que participe pero no va a dejar por todos medios de ser algo adaptado-integrado y de inclusivo pues va a tener la apariencia como mucho o igual en algún ejercicio de colaboración o por turnos igual.

M: Entonces el entorno éste que estamos diciendo que hay que crear, hoy en día con cómo está sensibilizada la sociedad, ¿crees que es posible o todavía crees que todavía hay que trabajar mucho más en ese aspecto para lograr ese buen entorno?

J: Bueno siempre hay que trabajarlo, una persona por mucho que tenga una experiencia pues le puede ahondar dentro, pero sigue su día a día y puede incluso olvidar o que tengas un día, pues que no te apetezca jugar con los demás y otro que te apetezca mucho estar más implicado con otras

personas o ser más cooperante con los demás, entonces creo que es algo que tiene que estar estable en el tiempo, osea, que el tema de la inclusión y la sensibilización sea que todos los años todos los cursos... que sea algo constante en el tiempo y que todos los alumnos al menos una vez al año tengan un contacto ya sea directo, ya sea indirecto, con el mundo de la diversidad funcional y el deporte o actividad física. Entonces eso es lo que hace que sensibilice la gente y que sea más propensa hacia la inclusión y no solo los niños sino los profesores, los monitores... también, esto ya, pues vamos también a la formación.

M: Y hablando de formación, ¿nos podrías decir un poco cuál ha sido tu formación?

J: Mi formación en esta materia han sido experiencias, pero mi formación académica también me ha preparado para estas situaciones. He estudiado magisterio de educación física, he estudiado ciencias de la actividad física y del deporte y luego también he hecho el máster de educación secundaria especialidad educación física y el de investigación en ciencias de la actividad física y del deporte. Lo que pasa es que he tenido la suerte desde pequeño de tenerlo en casa, más el otro chico, más luego en mi colegio también había casos. También he tenido la suerte que en el segundo año de educación física ya entré en la federación de deporte adaptado de Bizkaia. Entonces, ya desde entonces he ido formándome y con experiencias hacia este tipo de situaciones y luego, pues no dejo de formarme, es un aprendizaje para toda la vida porque mañana me viene un chaval nuevo y es empezar un poco de cero.

M: Nos has hablado un poco de tu formación académica, en ese sentido ¿también se te enseñó algo sobre las discapacidades?

J: En la carrera de magisterio tuve una asignatura que se llamaba bases pedagógicas de la educación especial, algo así. El caso es que ahí sí que tratamos lo que era la discapacidad, de hecho nos llevaron a Zuzenak, hicimos un poco de Basket en silla, nos hablaron de goalball, también nos visitó una chica de Aspace... y bueno el caso es que luego esta asignatura, yo ya estaba en el deporte adaptado. El caso es que yo llevé unos videos que hice para otro trabajo que me mandaron en los que tenía que registrar, pues situaciones motrices y analizar cadenas cinéticas y demás, y lo hice con personas con discapacidad que mi conclusión era que no se cumplía ningún patrón de los estudiados del desarrollo psicomotriz y tal. Bueno, el caso es que lleve esos videos y a la profesora le encantó y bueno, la profesora me tomó como ejemplo y al final acabó siendo un material súper pedagógico para toda la clase y pues, aunque no recibiese directamente formación muy específica, si que acabó siendo. Luego me acuerdo que yo siempre en la uni, cada vez que había que hacer un trabajo yo siempre metía un caso porque si no, veía que no era real.

M: Entonces aunque igual no te han formado tanto en la universidad, tú has ido formándote ¿no? ¿Cómo has aprendido?

J: Yo he aprendido de mis compañeros, cuando entre había muy pocas escuelas, entonces tenía muy pocos compañeros y aprendí de ellos. Veía como preparaban los juegos, como adaptaban las metodologías que utilizaban, pero incluso me llamaba mucho la atención la capacidad de improvisar, que a mí me estaban enseñando en el colegio que todo tenía que ser planificado, y veía que aquí la planificación solo era un recurso más, pero la improvisación dentro de la planificación era el punto más fuerte y veía que conseguían éxito real con esa improvisación. Sabían qué funcionaba, qué no funcionaba. Si no funcionaba, eso qué cambio, qué modificó para que funcione y esa es la mejor formación igual que he podido tener.

M: Luego también se le da importancia a que los entrenadores se comuniquen con los tutores, ¿para ti esto es importante?

J: Pues si no tuviéramos esta comunicación previa podría pasar de todo, entonces creo esto es de base en el protocolo tienen que estar que el primer paso sea una entrevista con la familia con una valoración inicial muy completa en la que se recoja todo tipo de datos de la persona, desde el diagnóstico clínico-médico hasta todo tipo de observaciones a nivel psicomotriz a nivel psicológico, todo tipo de trucos, cómo funciona la persona.

M: Durante muchos años las personas con diversidad funcional se han encontrado diferentes dificultades para poder realizar actividad física o deporte, ¿crees que hoy en día todavía se encuentran estas dificultades?

J: Sí.

M: ¿Cuáles destacarías?

J: La oferta deportiva tanto por deportes, tanto por lugares. Un niño en lo convencional seguramente encuentre el deporte que él quiere muy cerca, si es un deporte mayoritario en su propio barrio seguramente tenga un grupo y de características van a ser, pues homogéneas, seguramente en un barrio o en otro barrio. En el deporte adaptado, mira que a día de hoy hay una oferta que parece extensa pero en realidad no es nada. Escenas, porque por ejemplo en HASZTEN donde más tenemos es en natación y tenemos 10 grupos, pero al final son solo 10 y están enmarcadas en un día a la semana en un horario concreto, tienen un límite de plazas, los grupos son de características muy concretas. Si tu quieres algo muy específico te tienes que atener a lo que hay y tienes ya pocas

opciones más. Pues si ya te vas a un deporte que solo tiene una escuela o dos y tienes que irte a ese pueblo a esa hora y con los compañeros que te han tocado. Entonces todavía hay pocas oportunidades, es muy difícil y es difícil cambiarlo porque para esto tiene todavía que nacer otras generaciones, para que se abran más escuelas, tiene que haber más gente, estamos hablando de una población que no es mucha gente y que es difícil crear grupos que funcionen bien.

M: Ya metiéndonos más en el deporte inclusivo y en el adaptado, ¿qué beneficios crees que tiene cada uno?

J: Pues el inclusivo tiene los beneficios a nivel sensibilizador, que al final, no es que solo se sensibilice todo el grupo sino que cree conciencia de cooperación, tiene muchos valores, es que depende el contexto si es un grupo de deporte escolar, que la participación sea el objetivo principal o si ya te vas a un club que tiene un objetivo de rendimiento. Pero no deja indiferente a nadie, entonces la empatía o ver que somos distintos en capacidades o echar una mano al compañero, es que no tiene por qué haber alguien con discapacidad para esto, pero cuando ya lo hay, pues se genera un clima muy positivo porque es muy transferible luego al día a día. Se genera algo muy positivo. Entonces el deporte inclusivo tiene esos beneficios extra que si no, no se darían. Yo creo que generan esa empatía de unos a otros y también a nivel psicológico nos hace pensar y empezas a valorar más tus propias capacidades y quitar importancia a unas y darle más valor a otras, te hace reflexionar mucho sobre la vida y eso de cara luego a la construcción de una sociedad pues más unida más solidaria, que funcione bien, de cara a la salud mental de la gente, yo creo que ayuda en todos los sentidos.

M: Y has mencionado ahora que no es lo mismo el deporte escolar o el deporte federado o igual practicar actividad física con un objetivo más de salud, tú crees que el deporte inclusivo puede ser más fácil depende de en qué ámbito de éstos se dé?

J: Sí, en el deporte de competición la inclusión es prácticamente inexistente porque al final en un rendimiento si va una persona con discapacidad, al final va a hacer su deporte en base a sus capacidades. Si vale para hacer ese deporte, esa prueba concreta, pues va a estar ahí igual que otra persona, igual en este caso deporte inclusivo es más para los deportes más de participación de iniciación, según de qué tipo de inclusión estemos hablando. Si es una inclusión muy real, muy participativa, muy eficaz o si ya estamos yendo a un caso que el porcentaje de inclusión dentro de la actividad sea menor, nos tenemos que ir ya a clubes de deportes de participación o de ocio.

M: Igual también hay otros factores que pueden hacer que esa inclusión sea más fácil o más difícil, como la edad.

J: Sí, la edad, pero sobre todo el nivel de sensibilización, las habilidades también. Es que tú puedes llevar a una persona que aparentemente no funciona, no se concentra, pero le encanta un deporte y funciona muy bien en un grupo, pero luego fuera de practicar ese deporte pues igual no tiene habilidades sociales, es que es caso a caso. Entonces, diría eso, los deportes que son digamos más óptimos para hacer deporte inclusivo suelen ser los que son individuales en grupo, por ejemplo natación, skate, ciclismo... Deportes individuales pero que se practiquen en grupo, que sí, que exista ese contacto directo quizá no todo el rato pero... es que esto tiene mucha tela jajaja.

M: Hemos comentado que depende del caso puede ser muy diferente, ¿tú crees que todas las personas pueden llegar a conseguir una práctica de deporte inclusivo?

J: Es que la inclusión la podemos entender por lo menos de dos maneras distintas, si hablamos de inclusión, de que estamos mezclados, que eso es de lo que va esto. Podemos estar mezclados, pero no ser parte activa ni que sea inclusión real, esto lo llamamos inclusión social, cuando compartimos el espacio e igual se comparte la actividad, pero la actividad y el ejercicio no es real inclusivo hablamos más de inclusión social. Cuando hablamos de un deporte inclusivo real y eficaz esto habría que analizarlo bien y esto es lo que a mí me falta, que todavía lo quiero desarrollar en metodología, ser capaz en cada momento hacer un análisis.

M: Eso es a lo que íbamos ahora, que al final si os va un deportista a vosotros ¿cómo decidís si meterle en deporte inclusivo o adaptado?

J: Pues ahora te lo cuento, mi respuesta a la pregunta anterior es depende, yo no puedo decir no esa persona no puede hacer deporte inclusivo porque depende de que formato le pongamos, pues va a ser inclusivo, pero un porcentaje pequeño, pero a los ojos de la gente será inclusivo, pero si quiero meter la lente más exhaustiva diré: pues no, esta persona no está para hacer un deporte en este grupo en concreto de fútbol sala porque no pone la vista en el balón más que 5 segundos y luego la quita. Entonces si puede estar con los demás, puede ser positivo para él, pero no está participando realmente en la actividad, incluso hay que valorar si se entorpece la actividad general igual genera conductas negativas en el grupo y para sí mismo. Entonces no digo ni que sí ni que no, cada caso es cada caso, pero vale, pues sí todo el mundo por lo menos tiene que tener derecho a probar siempre en un deporte, en el que crea que le gusta.

Y ahora me has preguntado cómo se valora, pues aquí es donde ya entra la metodología que tenemos. ¿Hasta ahora que pasaba? Lo primero el deporte inclusivo tienen que ser demandado por alguien, entonces tú vas cogiendo y lo vas atendiendo como puedes, como crees, pero claro, también te das cuenta que poner un apoyo a una sola persona todo un año tiene sus costes, entonces no es

muy accesible al no ser que cuentes con recursos. Entonces bueno no han sido muy abundantes los casos de deporte inclusivo.

Antes de la pandemia teníamos 21 deportistas haciendo 11 modalidades deportivas, ahora hay 23 personas y bueno los vas atendiendo poco a poco y bueno ¿de qué nos hemos dado cuenta? Pues de que hay casos de que por ejemplo tengo un niño en un grupo de atletismo, pero este niño no es inclusión esto porque no me separo del niño estoy todo el rato dándole apoyo entonces claro hay inclusión, pero depende todo el rato de que le has puesto una persona pagada a él, pero a lo que queremos llegar es que esa persona se incluya de verdad en el grupo.

M: ¿Sin estar con el técnico igual tanto y estando más con los demás participantes?

J: Es que ahí hablamos de niveles de inclusión. Lo primero de todo es hacer una valoración inicial. Mira te voy a contar, hemos establecido digamos cuatro niveles de inclusión. Entonces tendríamos nivel alto, medio, bajo y uno de preinclusión. El de preinclusión es este que te estoy hablando de si la persona no es capaz de incluirse por sí misma ni con apoyos puntuales, supervisión, intervención puntual y ya te exige estar todo el rato con ella, pues ya estás hablando de preinclusión, pero aquí hay que tener en cuenta una cosa y es ¿por qué necesita esta persona que esté todo el rato con ella? ¿Es porque no presta atención a la actividad y se han empeñado sus padres? Si a él no le gusta en realidad porque si no haría caso, ¿estamos ya hablando de una inclusión forzada? Entonces ya nuestra valoración va a ser distinta para decir, claro es que no tiene sentido que este niño- niña aquí, cuando lo suyo es que se vaya a un grupo adaptado, es que depende donde estemos si el grupo es de rendimiento y está yendo a competiciones y este niño no hace ni caso a los ejercicios, ¿qué estamos haciendo en realidad aquí? Vale, el niño al final va por inercia porque le han apuntado que a sus padres igual les apetece que esté ahí en el barrio o que hay niños de su colegio, pero eso hay que valorarlo desde el principio bien. Entonces, luego, teniendo en cuenta estos niveles de inclusión... bueno me voy a ir al protocolo ¿vale?

M: Vale.

J: Mira te voy a decir los datos de este año, hay 26 casos. Luego por ejemplo en boxeo se ha dado uno de baja porque al final no estaba prestando atención y la propia familia y los monitores valoraron que no le gusta tanto, además este chico ya tiene sus deportes y fue a probar boxeo. No ha salido como esperaban y ya está. Otro caso fue en escalada fue a probar un niño ciego pero al final no se pudo por falta de recursos.

Luego viendo toda esta recopilación de escenarios que han habido hemos redactado el protocolo y se le ha dado mucha importancia a acordar con la familia. ¿Qué pasa si no funciona esto? se hace un acuerdo al principio que se firma. Bueno, mejor te hablo ya del protocolo, al final acabo liando todo, me suele pasar ajajaj.

¿Entonces nosotros que decidimos? En un principio se le iba a acompañar un número de sesiones de valoración, ¿qué pasa? que cuando ya se pueda retirar el apoyo, ¿qué va a pasar aquí? ¿Qué ha pasado aquí? Mira, se han desapuntado chavales de la actividad porque las conductas que en este caso eran disruptivas de este alumno con discapacidad han interrumpido la fluidez o el curso inicial de la sesión. Entonces no le vimos mucho sentido a seguir apoyando la actividad porque el niño no presta atención a la actividad y estaría mejor que le derivásemos a un grupo adaptado y ¿qué ha pasado? Que la ama quería que siguiese yendo y acordó con la estructura convencional de baile que le iban a acoger, pero claro ahí ya sin nuestro apoyo y es la decisión del club convencional. Entonces ésta era una inclusión forzada porque no le interesaba al niño, sino a sus padres y no podemos poner un apoyo de uno a uno a un niño que no esté interesado en la actividad con los pocos recursos que hay.

Bueno me tengo que ir, si quieres quedamos en otro momento y seguimos.

M: Vale, tranquilo. Muchas gracias!

J: A ti.

10.3.3. ANEREN ELKARRIZKETA

M: Hola, bienvenido a esta entrevista. Como sabes, esta entrevista es para mi TFG.

Mi TFG tiene como objetivo analizar las experiencias de los entrenadores de personas con discapacidad y hacer aportaciones sobre un deporte o actividad física inclusiva y adaptada. También quiero investigar cómo se entrena hoy en día con deportistas con discapacidades y qué podría cambiar para practicar un deporte o actividad física inclusiva o adaptada con éxito. Entonces, bueno, para empezar, un poco de información sobre ti: ¿edad?

A: 36

M: ¿Género?

A: Mujer

M: ¿Y lugar de trabajo?

A: Getxo, Haszten.

M: Vale y para empezar un poco con preguntas más generales, ¿cuál es tu relación con el deporte?

A: A nivel profesional trabajo actualmente en Haszten, una entidad enfocada a ofrecer oportunidades de actividad física y deportiva para personas con discapacidad o diversidad funcional. Eso a nivel profesional y a nivel personal. Siempre he estado vinculada a la práctica deportiva, tanto a nivel lúdico por decirlo de alguna manera, pero luego también federado, por ejemplo. Entonces he practicado deportes desde bien pequeña, pues judo, baloncesto, fútbol sala... Luego también esquí, siempre me ha gustado el tema deportivo, sí.

M: Vale ¿y cuál ha sido tu relación con las discapacidades?

A: Pues es muy curioso, porque yo...mi perfil profesional cambió en el 2014. Venía de un ámbito profesional orientado más a la investigación, más científico y decidí hacer un cambio para la parte social. Fue algo que descubrí porque no tenía ningún tipo de vinculación por la parte de la discapacidad, pero a raíz de hacer unas prácticas en una entidad de personas con discapacidad, unas prácticas en el ámbito de ocio y tiempo libre, pues fue como... me inicié en este mundo y me encantó. Entonces fue como jesto es a lo que me quiero dedicar!

M: ¿Esas prácticas a lo mejor fue lo que te produjo este interés por este mundo?

A: Sí, totalmente. Sí que es verdad que previamente a través de una entidad de mi antiguo colegio participaba de un grupo como de conocer entidades de Burgos. Entonces una de las entidades fue la entidad en la que luego acabé trabajando. Entonces fue ese primer contacto, pero luego ya fue lo que me hizo conocer esa entidad y fue la decisión luego de hacer las prácticas en esa entidad, en la que ya luego me permitió conocer cómo se trabaja con las personas con discapacidad, cómo es el mundo de las familias y las personas con discapacidad.

M: Osea ¿antes de Haszten tú ya habías trabajado...?

A: Sí, he estado trabajando en Burgos pues desde el 2014 hasta el 2020, eso es, estuve currando allí en el ámbito de la discapacidad.

M: Y luego cómo llegaste a Haszten?

A: A Haszten llegué porque terminé allí el contrato y mi pareja es de aquí. Entonces, bueno, fue la circunstancia personal ¿no? De tomar la decisión de venirme para aquí, pero vamos me vine sin nada además. Si teniendo claro de alguna manera que quería seguir vinculada y seguir buscando en el ámbito del deporte y la diversidad funcional.

M: Muy bien. Ahora vamos a pasar un poco a hablar de tu formación.

A: Vale ajajaj.

M: ¿Cuál es tu formación?

A: Bueno mi formación, bueno lo que te comentaba, me fui a estudiar a Salamanca con 18 años ciencias ambientales ¿vale?

M: A mira jajaj.

A: Y bueno luego sí que es verdad que me fui al extranjero también. Hice formaciones en el ámbito de la investigación como te decía, sobre todo en tema de laboratorio y demás. Pues con productos químicos y tal, pues para investigar un poco la contaminación que esto producía y estuve pues eso trabajando en diferentes ubicaciones, me fui a Ámsterdam, me fui a Suecia, luego me vine a León y de León acabé en Burgos y ahí en Burgos en el 2011-2012 es cuando yo tanteé un poco mi perfil profesional y decido a ver a qué me quiero dedicar ¿no? O qué otras oportunidades... y surgió ésta y entonces el tema de las prácticas de ocio y tiempo libre en esta entidad de personas con discapacidad. Entonces ahí fue cuando decidí aportar por ello, de hecho siempre cuento también como circunstancia pues que tenía los billetes comprados con mi ex pareja para irnos a Birmingham a

probar suerte porque su hermana estaba haciendo un doctorado y demás y justo habíamos comprado los billetes y el mismo día de haber decidido, “oye nos vamos a Birmingham a probar suerte” me llama el que fue luego mi jefe y me dice “oye ha surgido una oportunidad laboral dentro de Aspanis”, yo ya había hecho las practicas, ya lo conocía y demás y eso que si quería trabajar allí y fue como... de estas decisiones, siempre he sido como muy indecisa pero fue algo que tenía segurísimo y al final mi pareja se fue para allá y yo me quedé.

M: Bastante diferente, eh ¡ajajaj!.

A: Sí, sí, sí ajajaj y luego, pues eso, a medida que estuve trabajando en Aspanias, pues bueno todas las formaciones las recibía allí ¿no? En el ámbito de... bueno diferentes síndromes, diversidad funcional...

Es verdad que yo me he enfocado más en un ámbito que es el ocio y tiempo libre para personas con diversidad funcional, en el cual pues he tenido que adquirir más o he desarrollado más habilidades de gestión de organización, porque luego me he dedicado también a la parte de gestión de personas voluntarias. En esa entidad por ejemplo, pues mensualmente teníamos 60 personas voluntarias, que ayudaban en el apoyo de estas actividades de por la tarde de ocio y tiempo libre para las personas, y luego sí que también responsabilidades de peso, pues por ejemplo cuando nos hemos ido de vacaciones con ellos ¿no? Como puede ser un campamento, nos hemos ido de vacaciones con personas con discapacidad, pues 10 días por ejemplo y siendo la responsable de que todo eso funcionara. Tanto la gestión en el albergue, los turnos de comida, medicaciones, acompañar a las personas a hospitales... bueno pues un montón de situaciones y gracias un poco a toda la formación que he recibido allí, pues he ido complementando mi perfil.

M: Entonces tu cuando llegaste, ¿que sabías sobre este mundo?

A: Búa. Sobre la discapacidad nada, osea, sabía sobre dinamizar, sabía sobre la gestión de actividades, la estructuración de actividades, desarrollo de proyectos porque sí que es verdad que esa parte de investigación me había dado habilidades en esa parte ¿no? Tanto de gestionar los tiempos, diseñar proyectos... sí que es verdad que me había permitido poner todo luego en práctica allí, pero claro, es verdad que hay otro componente que es el componente de las personas. Yo sí que sabía que de alguna manera eso era algo inherente a mí porque me ha gustado mucho el tema del contacto con las personas y el tema social. Siempre he tenido esa sensibilidad para... colectivos a lo mejor más sensibles o más desfavorecidos. Siempre he tenido como esa inquietud, también yo creo por un poco la educación que he recibido y el colegio, pues los valores. Pero lo que es puramente técnico lo que era la discapacidad 0.

M: ¿Y como fuiste aprendiéndolo?

A: Pues mira una cosa es lo que hay en los libros que es importante y otra cosa es lo que es la experiencia en el día a día. Yo he ido aprendiendo a relacionarme con ellos a medida que he pasado tiempo con ellos y he aprendido a ser paciente. He aprendido a adecuarme a sus ritmos, pues al final tenemos un patrón cada uno establecido y tienes que adaptarte a que, pues, determinadas personas necesitan más tiempo para pensar las cosas, traducirlo a su idioma... bueno te vas adaptando y sobre todo yo me he relacionado siempre con muchísima naturalidad. Al principio y eso te lo dice todo el mundo, desde la incertidumbre y desde el miedo y desde el paternalismo, desde ¡oh pobrecitos! Pasas a de igual a igual. Es decir, repetir a la otra persona a obviamente a adaptarte a la otra persona y sí y comprender los mundos que hay. Al final no es que tú digas “hay síndrome de Down”, les encasquetan a todos en un tipo de conducta o en un tipo de persona, osea no, es que todos son diferentes. Obviamente hay características pero al final es la persona, osea, eso es.

M: Muy bien, luego también para que todo esto vaya adelante y tenga éxito digamos, ¿la actitud de los entrenadores crees que tiene mucha importancia?

A: Bai, creo que es clave. Yo creo que el éxito de que las cosas vayan bien es una suma de muchas cosas, de muchos factores. Obviamente tiene que haber detrás una estructura a nivel de gestión, de diseño, de estrategia, pero al final la clave son las personas. Al final tu estás trabajando con personas y con quién van a estar en un contacto directo es con el profesional. Entonces es importante tanto que el profesional tenga sensibilidad en el trabajo con personas.

Aparte de eso, que sea una persona dinámica, una persona que empatices, una persona que también sepa de alguna manera, sí, sobre todo esa empatía. Trabajando con un colectivo que tiene una serie de necesidades y que tú tienes que saber adaptarte y obviamente también poner límites etc.. Pero creo que tienes que tener cierta habilidad y yo me he encontrado también, es así de paradójico, pero yo me he encontrado con gente que viene del ámbito social y que ha estado trabajando en entidades y que no tiene esa sensibilidad para trabajar con el colectivo, a lo mejor con otros colectivos sí, pero con el de la discapacidad no, entonces yo veo que al final no es tanto el... es importante el título y siempre lo he dicho y siempre lo diré, pero sobre todo en el trabajo con personas es... como se dice... el potencial de valores que tú tengas. Entonces los profesionales son claves en el éxito del trabajo en Haszten, sobre todo en la confianza que das, ya no solo como trabajas con ellos sino la confianza que das a las familias y ya no solamente la parte emocional social obviamente que esté capacitando en las actividades deportivas físico deportivo sí.

M: Ahora has mencionado a las familias, ¿la comunicación entre los entrenadores y las familias o los tutores legales es importante?

A: Sí, creo que sí, en general sí. La cuestión es que estratégicamente no te sabría ahora especificar quién tiene más peso. Me refiero si solamente los entrenadores o una estructura por encima, quiero decir un grupo, un equipo de personas como podemos estar aquí, más en gestión y demás, que somos los que también trasladamos determinada información y el personal que está directamente en las actividades obviamente tiene mucho más conocimiento del joven, entonces creo que ambas dos líneas de comunicación son imprescindibles. Son imprescindibles tanto dar información, como también saber trabajar con las familias, es complicado.

Osea, a mi cuando entre en Burgos a trabajar me decían... yo trabajaba directamente con personas con discapacidad, pero había otro equipo de trabajo que trabajaba con gestión de familias, pues ofreciendo actividades, asesoramiento y demás y recuerdo que siempre decían, es más fácil trabajar con los chavales que trabajar con los familiares y yo decía a ver es imposible. Y a medida que tuve que ir adquiriendo nuevas funciones y tenía que tener un contacto más directo y es verdad, es muy complejo, porque al final son las expectativas de la familia, los miedos, las necesidades... Al final los chavales van, están en las actividades y puede haber cuestiones conductuales, pero al final es un pack indisoluble, deportista junto con familia y tienes que saber trabajar muy bien la comunicación con las familias, desde ambos ámbitos como dices tu el entrenador y el equipo de gestión o el resto de la entidad vaya.

M: Igual cuando llegan las familias primero hablan con... ¿o cómo lo organizáis aquí?

A: Sí, como llega una familia al final son los aitas o bien porque han visto información en la página web, bien por el boca a boca o por una derivación o por lo que sea. Entonces la primera acogida se hace desde aquí, sobre todo, pues Oier que tiene más recorrido en ese sentido en la acogida de familias o cualquiera de nosotros que pueda venir una familia siempre derivamos a que se haga una reunión inicial donde cuenten un poco las necesidades, qué van buscando... Entonces ya ahí Oier les va orientando "pues oye prueba en esta actividad o tenemos esta otra cosa", hay una valoración también del deportista, la parte más bien de salud o médica, de las necesidades a una parte más conductual o pues conocer un poco cual es la realidad del deportista entonces bueno eso se hace en esa primera entrevista y luego ya se les va derivando.

M: Y cuando llegan aquí los deportistas, ¿qué crees que es lo que buscan al apuntarse a estas actividades?

A: Pues un poco por, ya no solo la experiencia que pueda tener aquí en Haszten, sino por los años anteriores que he estado en este ámbito, muchos deportistas, muchas personas con diversidad funcional llegan a una entidad como esta porque buscan alternativas que no tienen en lo... en la vida real, es decir hay pocas ofertas de actividades deportivas adaptadas a las personas con diversidad funcional.

Entonces tú perfectamente si has estado en cualquier gimnasio, en cualquier club, cualquier actividad municipal es muy raro que tú vayas a compartir esa actividad con personas con diversidad funcional, entonces no hay eso en la vida real y buscan opciones adaptadas. Entonces cuando buscan este tipo de alternativas como es Haszten, porque saben que van a tener una atención como más especializada, porque van a saber atender sus necesidades. Sobre todo yo creo que es lo principal y porque también buscan una vía de socializar, decir "vale en el colegio pueden tener", si encima es un colegio normalizado donde a lo mejor no han generado muchas amistades y demás, al final es súper importante de que les den la libertad en los chavales, primero que elijan ellos, que no sea que algo que a la familia le viene bien por respiro, decir venga pues coloco a mi hijo el miércoles porque me viene bien y al chaval o la chavala a lo mejor no le gusta esa actividad deportiva y es un error porque al final no le estas permitiendo elegir. Y muchas veces es eso, no tiene un grupo de amistad en su entorno del colegio o fuera del entorno del colegio y muchas veces el deporte genera esos lazos de amistad, fuera parte actividad físico-deportiva que es súper importante para todos.

M: Vale y luego también durante muchos años se han encontrado con muchas dificultades para poder realizar este tipo de actividades. ¿Hoy en día crees que siguen existiendo?

A: Bai, yo creo que se ha avanzado en la oferta de actividades físico-deportivas para personas con diversidad funcional, se ha ido cada vez desarrollando más, pero estamos muy lejos de que sea algo igualitario, igualitario me refiero eso, muchas personas con diversidad funcional hacen actividades de ocio y tiempo libre, actividades físico-deportivas en su centro de atención, en sus fundaciones o asociaciones y lo dicho como las actividades normalizadas o estructuras normalizadas no están preparadas o por miedo o por desconocimiento o por lo que sea a coger a personas con diversidad funcional. Lo que vemos es que la oferta que hay es, pues eso, o entidades sociales como las que conocemos o estructuras como la nuestra que ofrecemos cosas adaptadas que exclusivamente trabajamos con personas con discapacidad o ahora que es otro campo, que estamos tratando de desarrollar más el tema de apoyos inclusivos en estructuras convencionales, es decir que si alguien quiere hacer boxeo en un club pues facilitar los apoyos para que esa persona pueda realizarlo. Entonces bueno estamos ahora estableciendo esa metodología para que personas con discapacidad estén fuera de nuestra entidad haciendo deporte también, pero hay mucho por hacer.

M: Vale claro nos has comentado ahora esos dos ámbitos que tenéis, el adaptado y el inclusivo, ¿que beneficios crees que tiene uno y el otro?

A: El adaptado al final es una solución práctica y de ofrecer actividad físico deportiva, pero está adaptado a las personas con discapacidad, es decir pues una actividad que pueda ser de fútbol, de natación o lo que sea, va a tener otro ritmo diferente que si estuviera normalizada en un club. Entonces la ventaja que tiene eso es que la persona que esté practicando esa actividad, pues se le adapta a sus necesidades y puede disfrutar de ella. No le va a suponer una frustración o tal porque nos adaptamos a sus necesidades, no, ellos se tienen que adaptar a nuestra actividad entonces eso es un punto. También lo que te digo, muchas veces generan amistades, tienen ya su grupo, entonces es algo como que les es más natural, más fácil de participar y les genera esa continuidad. La parte inclusiva, pues es complicada porque a veces te viene del interés de la familia, de quiero que mi hijo o mi hija se incluya en la sociedad lo antes posible para que luego a medida que vaya cumpliendo años no se sienta rechazado y se sepa desenvolverse en grupos normalizados.

¿Entonces qué pasa? Que a veces es más un interés de la familia que una necesidad de la persona con discapacidad y hay que tener mucho cuidado, porque claro para generar inclusión en grupos normalizados pues hemos visto que hay muchos factores que influyen desde que tenga esa persona con diversidad funcional una persona de confianza, desde que el monitor o monitora que lleva esa actividad normalizada sepa cómo adaptar, sepa cómo acoger a esa persona, sepa cómo integrarla... es muy complejo. ¿Entonces la parte positiva? Primero se siente integrado puede participar en actividades que a lo mejor aquí no tenemos. Imagínate alguien que quiere hacer boxeo. Boxeo nosotros no tenemos y puedes ofrecerle una alternativa que nosotros no podemos, facilitándole el apoyo para que esté en esa actividad de forma inclusiva, esa es una ventaja. Otra ventaja obviamente el facilitar la inclusión, que esté con otras personas sin discapacidad.

También generas en las otras personas una sensibilización, el que tengan un contacto y que normalices que una persona con discapacidad esté en un grupo de personas sin discapacidad. Entonces, es complicado el tema de la inclusión porque es eso, puede haber un interés del deportista pero a veces también hay un interés de la familia por normalizar y en ese interés por normalizar hay que tener cuidado porque a lo mejor esa persona con diversidad funcional no quiere estar ahí y tiene otros intereses.

M: Claro luego también en la actividad física o en el deporte hay diferentes ámbitos ¿no? No es lo mismo el deporte escolar que el deporte federado, que hacer actividad física por salud.

A: Eso es.

M: Entonces, ¿tú crees que al final es más fácil en algunos ámbitos que se de esa inclusión o que se consiga dar que en otros?

A: Bai, yo creo que sí. Pues es que también depende. Es verdad que con los perfiles con los que nosotros estamos trabajando en Haszten son perfiles más del ámbito escolar, entre los 6 y 21 años y la realidad, osea, si yo me baso en los datos que tenemos al final la mayor parte de ellos están en estructuras... ,osea, en escuelas adaptadas que desarrollamos nosotros. Pocos de ellos están en clubes normalizados o en actividades recreativas, lo que dices tú que no tenga porque tener un objetivo de competición sino de la práctica deportiva.

Yo no te sabría decir si es más fácil o menos fácil ahora mismo la inclusión, sí que es verdad que cuanto antes empieces más se va a normalizar luego. Osea no es lo mismo que a un grupo de personas de treinta y pico años que nunca han tenido contacto con alguien con discapacidad, entre alguien con discapacidad y dices madre mía ¿cómo me manejo yo aquí? Pero si los chavales desde bien jovencitos están acostumbrados a tener dinámicas inclusivas pues creo que luego se normaliza y es mucho más fácil, pero no sabría decirte si en que... yo creo que es más fácil verlo en lo recreativo porque es más adaptado, en lo competitivo al final tienes unos objetivos que cumplir, unos ritmos de entrenamiento de competición para alcanzar eso, creo que es mucho más complicado ahí que se dé la inclusión.

M: Ya, es que luego es lo que tú dices también, el entorno al final antes has dicho pues igual tener una persona de confianza, que el entrenador sepa cómo incluirle, ¿cómo crees que podemos crear ese entorno para que sea adecuado para esta persona?

A: Pues mira, nosotros lo que estamos haciendo ahora es eso, establecer una metodología o poner un poco nombre y orden a lo que venimos haciendo, porque desde Haszten ya se venían haciendo apoyos a la inclusión en clubes fuera de Haszten para que personas con discapacidad pudieran practicar deporte, actividad físico deportiva en estas estructuras.

Lo que hemos hecho es nutrirnos de esta experiencia y ver, pues, qué funciona y qué no funciona, porque hemos visto situaciones que no funcionan por lo que te decía, más un interés de la familia más que por el propio chaval, objetivos diferentes es decir una persona que tiene un objetivo lúdico deportivo de simplemente disfrutar esa práctica deportiva. No es lo mismo que si tengo que preparar una competición o tengo que preparar una coreografía, entonces los objetivos son muy diferentes. Entonces ahí hay que hilar muy fino para que luego no se generen expectativas disonantes, y que lo que quiera la persona con diversidad funcional pueda ser lo que le ofrezca el club.

Al final nosotros, la ventaja que tenemos nosotros, es lo que te decía antes, nos adaptamos a las necesidades dentro de un marco, pero el club de alguna manera tiene ya una forma de trabajar, es ayudar a la persona con diversidad funcional a que se incorpore ahí, obviamente dando pautas también a los monitores. Pero al final no podemos cambiar radicalmente la forma de trabajar de un club. Al final lo que estamos haciendo es acompañar a esas personas en esas actividades, ya no solo ayudando a la persona con discapacidad, sino también dándoles herramientas a los monitores que están con esa persona, para que sepan cómo trabajar con esa persona, y ya no solo al monitor sino al resto del grupo.

Nosotros el apoyo se lo damos a la persona con diversidad funcional, al grupo y al monitor. Al final lo importante es la persona, es decir, Maite para aprender a montar en bici tendrá una serie de claves que la van a potenciar y otras que la van a frustrar y la clave es en que si yo soy tu apoyo en que tú empieces a aprender a andar en bici, primero te conozca a ti, me gane tu confianza y sepa cuáles son las cosas que te potencian, las cosas que te van a ayudar y las cosas que no. A lo mejor Maite es una persona que si le repito tres veces la misma cosa se me paraliza, se me frustra y a lo mejor con otra persona si le repito tres veces si motiva. Entonces es súper importante conocer a la persona con diversidad funcional, cuáles son sus necesidades y qué cosas hay que tratar de cuidar.

M: Claro al final has estado comentando que los intereses también son diferentes, no sé si os basáis en eso o en qué os basáis cuando igual os viene un deportista e imagínate quiere hacer atletismo, ¿le lleváis a atletismo en un grupo adaptado o en un grupo inclusivo?

A: Es verdad que estamos en una fase más de testeo de nuestra metodología y además tenemos diferentes formatos inclusivos, que luego voy a ello. Pero, por contestar a la pregunta, obviamente primero es el interés de la persona, porque si no hay interés detrás al cabo de dos semanas no va a darle continuidad, pero lo ideal antes de empezar un proceso de inclusión en algún club es que nosotros conozcamos a la persona. Es decir, si al final es una persona que el interés es más en algo multikirolak por ejemplo no vamos a conseguir meterle a lo mejor en un equipo que está preparando una competición federada porque los objetivos son completamente diferentes.

Entonces lo primero es ver, ¿qué quieres hacer? ¿qué es lo que te gusta? ¿Esta actividad? ¿La quieres hacer con más gente? El conocer a esa persona y también conductualmente, es decir, nosotros tenemos personas que están en escuelas adaptadas que perfectamente podrían estar en estructuras convencionales porque sabes que de alguna manera van a seguir una clase, van a seguir unas pautas... va a ser más fácil que si tienes perfiles en los que a lo mejor están más al juego es más difícil que sigan unas pautas, entonces tienes que ver un poco que el perfil encaje.

No significa que a lo mejor en este primer año que haya un interés en “si quiero ir a un club de baloncesto” pues bueno a lo mejor la primera evaluación es que no, o puedes ir a probar un día y puedes tener una idea, pero eso significa que a lo mejor el año que viene sí. Si trabajamos determinadas cosas que luego te van a pedir ahí, porque lo que decimos también es la inclusión. Nuestro objetivo es que paulatinamente vayamos desapareciendo, es decir, no es inclusión, que esto ya entramos en que considera cada uno inclusión. Pero si yo soy tu apoyo en la actividad de aprender a andar en bici lo que tendré que hacer es que paulatinamente yo pueda darte a ti herramientas para que esté en un grupo normalizado, se las dé al monitor y se las dé al grupo, de tal manera que yo desaparezca al cabo de X tiempo y el grupo sea el que al final sea tu apoyo, esa sería la clave. Es decir, si yo al final tengo que estar todo el año contigo depende para qué tipo de apoyo sea, si es un apoyo de... porque es físico, es motor y sí o sí necesitas mi apoyo para determinadas actividades. Vale, eso se puede valorar, pero si es a nivel conductual, a nivel de que tú estés centrada en esa actividad que te guste que te motive, yo no puedo estar continuamente atrayendo tu atención para que estés en esa actividad.

M: Y luego también, en otro aspecto también ¿no sé si ves que depende del deporte también igual puede ser más fácil o más factible esa inclusión que igual en otros deportes?

A: Bai, bai. Claro, quiero decirte igual. Una natación por ejemplo, es un deporte que es como más individualizado, permite menos la interacción entre las personas... si considero que hay deportes que a lo mejor son más complejos a la hora de favorecer la inclusión. Nosotros lo que sí que hemos establecido, para que sea una inclusión real tiene que haber una participación activa y efectiva de la persona. ¿Qué es una participación activa y efectiva de la persona? Bueno pues la participación activa es que él tome parte de la actividad. Si nosotros estamos aquí jugando al fútbol y tú estás allí jugando con la pelota, vale compartimos el mismo espacio pero no estás integrado dentro de la dinámica. Obviamente también que tomen parte de las decisiones de la actividad.

Hay a veces que en nuestras actividades, ahora te hago un resumen de las que tenemos ahora mismo en inclusión, hay a veces que dentro de una actividad... Imagínate el skate, comparten un mismo espacio y tenemos un grupo con discapacidad y personas sin discapacidad. La actividad la damos directamente las personas con discapacidad pero se generan momentos en los que interrelacionan con personas sin discapacidad, entonces no es una inclusión total, pero si se da a veces momentos de inclusión y otros momentos de integración, que integración es compartimos un mismo espacio pero cada uno tenemos dinámicas diferentes. En el momento que tengamos dinámicas conjuntas ahí se está dando la inclusión. Entonces sí que es verdad que tenemos diferentes realidades de inclusión en nuestras actividades.

Tenemos algunas que es un uno a uno, boxeo por ejemplo va uno de los compañeros va con dos chavales con discapacidad y allí está con el resto de personas. A veces se salen de la dinámica grupal y trabajan cosas más específicas, pues ahí se está dando la integración, no es una inclusión real. La inclusión real sería continuamente toda la dinámica, pero cuando tú adaptas determinados momentos... pero para nosotros también es válido.

Estamos en atletismo, boxeo, lo que te comentaba, fútbol ahora por ejemplo veníamos de una actividad que no es que sea una única persona con discapacidad la que esté sino que es un grupo de 5 personas con discapacidad y 5 sin discapacidad. Entonces claro son perfiles autónomos, o sea, sería más complejo de trabajar si hay una gran diferencia entre los perfiles. Luego que más, atletismo, el skate, danza... Luego te digo números exactos pero vamos más de 20 personas más o menos en inclusión. Pero es complejo, porque al final ahora estamos dando unas formaciones en estructuras. Ahora estamos en Leioa por ejemplo, a clubes para explicarles la importancia que tiene que ellos también se abran a coger personas con discapacidad y eso ¿qué significa? Que nosotros les vamos a dar de la mano, es decir, no te estoy diciendo que me abras tus puertas a que yo aquí te coloque a personas con discapacidad, sino que te estoy diciendo que yo te voy a acompañar en este proceso. Que yo voy a dar las herramientas a la persona con diversidad funcional, que te voy a dar herramientas a ti, al grupo y que va a ser una experiencia que va a sumar en todos los sentidos, pero para eso necesito que tú te abras.

M: Claro es que ahí hay otra, la sociedad en estos momentos ¿como la ves? ¿Le ves abierta a mejorar, a hacer ese cambio, a abrirse?

A: Bai, yo creo que es como todo. Todo lo que se nos es desconocido de primeras siempre lo rechazamos o nos genera inseguridad, entonces creo que si tu das seguridad a la persona que le estás haciendo una propuesta y consigues reducir sus dudas al máximo, y consigues darle seguridad de que tu proceso es beneficioso, y que aun así el propio proceso puede fallar, pues por lo que decimos, que el interés de la persona con diversidad funcional no es lo mismo que el del club y están en dos puntos diferentes, que aun así se va a cuidar eso y que para ambas partes, yo creo que eso le da seguridad a la otra parte y decir vale estoy trabajando con personas que saben lo que hacen o que están tratando de no engañarme, pero sí darme seguridad en lo que yo no tengo seguridad. Entonces, ¿que se abran? pues cuesta, cuesta. Ahí están los números al final de imagínate 280 creo que son deportistas que están en actividades deportivas adaptadas, frente a los 23-24 que están en procesos inclusivos o en actividades inclusivas.

M: Ya para ir acabando, ¿qué crees que se podría mejorar para conseguir que este tipo de personas tengan mejores opciones, mejores condiciones y demás?

A: Haciendo hincapié en que no significa que una persona que esté en actividad física adaptada, no significa que el éxito para esa persona tenga que ser acabar en una estructura inclusiva. No, porque a lo mejor está muy a gusto donde esta, es sobre todo buscar que para aquellas personas que sí que quieren algo inclusivo y que eso les motiva y les apetece y además, poder ofrecer esas alternativas.

No significa que todo tenga que ser ahora inclusivo, no porque para muchos de ellos estar en este tipo de actividades como las nuestras les genera seguridad porque están en un entorno donde no se sienten rechazados porque están a gusto, tienen su grupo de colegas, entonces partiendo de eso, ¿qué es lo que hace falta? Hace falta el tema de la profesionalización en el sector del deporte adaptado y deporte inclusivo, que no sea algo desde el voluntariado y que sea algo que se cuide ese perfil porque al final es un trabajo más y con el hincapié de la necesidad, es eso.

Yo he visto muchas personas que han venido de prácticas de TAFAD de un montón de ámbitos y cuando se ponen en una actividad a tener que dinamizarla o a tener que adaptarla no saben, no saben cómo adaptar, tienes que tener ese cambio de chip de decir cómo puedo hacer esto más fácil para que las personas puedan participar. Ese chip a mi me parece clave, yo he visto por ejemplo eso, una chica hacer una coreografía para personas con discapacidad que no tienen la misma percepción muchas ellas, la percepción de la tercera dimensión, del espacio. Hacer una coreografía que parecía Bridny Spirs ajajaj y las personas que estaban intentando seguir bastante tenía con subir y bajar los brazos, entonces a mí eso sí que me parece clave en el trabajo con personas con discapacidad, saber adaptar las actividades, tener esa capacidad de adaptación y de creatividad muchas veces también.

Y qué más haría falta, pues por parte de lo que es las estructuras convencionales, clubes... abrirse a pensar de forma diferente y a ver cómo adaptar para poder ofrecer oportunidades y el también contactar con aquellas entidades que ya tenemos más experiencia en este tipo de actividad físico deportiva.

M: Vale ya para acabar me habéis comentado que tenéis la metodología que habéis creado ahora, ¿me podrías contar un poco como lo habéis hecho?

A: Vale sí. Lo que estamos haciendo en el tema de inclusivo es lo que te decíamos, hemos recogido ahora las diferentes experiencias que hemos tenido en estas actividades que te contaba, de

tal manera que estamos viendo, pues, que es la inclusión, porque claro al final cada uno podemos tener una idea diferente del éxito de la inclusión. Entonces claro nos hemos dado cuenta de que hay que generar como un marco sobre el cual trabajar, es flexible pero sí que nos hace un poco de guía a la hora de cómo trabajar la inclusión.

¿Entonces, cómo va esto? Lo que comentábamos antes, ¿cómo llega aquí una persona que quiere estar en un club o lo que sea? Pues puede ser desde personas que ya están con nosotros en actividades y que dicen oye en vez de jugar aquí con el equipo de Haszten de baloncesto quiero estar en un club normalizado, pues lo que se hace de todas maneras es una valoración inicial, este perfil ¿encaja o no encaja? No encaja, pues, porque conductualmente no es capaz de estar ni 5 minutos o tal. Entonces en el club se lo van a merendar.

Porque luego también hemos visto experiencias de monitores que se sienten frustrados porque no saben cómo trabajarlo. Entonces, bueno, partiendo... Imagínate que llega una persona, encaja por perfil en la estructura que quiera participar y lo que hacemos es contactar con la estructura y decir "oye tenemos esta persona tal". Hacemos una primera prueba, entonces acompañamos a esa persona un día al entrenamiento, a la actividad o lo que fuera y entonces vemos cómo se maneja, como se interrelaciona. Al final vemos diferentes cosas desde la propia persona si es capaz de seguir las indicaciones de la actividad, el interés que muestra y el grado de seguimiento de la actividad, su ejecución. Pues a lo mejor si no requiere un alto nivel de ejecución perfecto, pero sí requiere que hagas una coreografía y demás pues veremos a ver. Entonces tenemos como diferentes ítems que valoramos tanto en ese primer día como de forma continua. Entonces es eso, es el deportista, luego la interrelación que tiene el deportista con el grupo y el grupo con el deportista. Si se relaciona, si no, si el grupo genera rechazo, si hay alguno que sí, que sé hacer que primeramente, eso también lo apuntamos de cara a decir "tenemos a gente que es sensible de cara a la discapacidad" que ha generado como un primer acercamiento. Nos vamos a valer también de ellos a la hora de que a medida que se vaya desarrollando las actividades les utilicemos de apoyo también.

Así detectamos también ese tipo de perfiles y luego el monitor como se relaciona con la persona con discapacidad, que habilidades tiene de valores de el trabajo con personas y a nivel de adaptación de actividades que a mí me parece clave a la hora de poder incluir a una persona. Entonces todo eso lo valoramos en una primera toma de contacto de la persona en esa actividad y decimos pues puede funcionar, pues no, ahí ya decimos "pues mira esto no va a funcionar, hay otras alternativas, actividades adaptadas o buscamos otro club". Valoramos si es una cuestión de que es muy pronto, de que no va a funcionar por las características de la persona o que no va a funcionar

por las características del club. Entonces ahí tenemos diferentes situaciones sobre las cuales vamos a ir tomando decisiones.

Imagínate que decidimos que sí, que esa persona se queda en la actividad, entonces lo que hacemos es un apoyo durante 5-6 sesiones y hacemos una pequeña evaluación, valorando lo que te he dicho antes, si sigue la actividad si está interesado y durante esas sesiones también capacitamos al monitor también. Al cabo de 5 sesiones si vemos que, incluso antes, tu imagínate que es una persona que simplemente necesita tener la seguridad los primeros días pues porque desconoce y tal y al tercer día vuela solo y ha hecho buenas migas con los que están allí. Pero si que hemos establecido como un máximo de inicialmente 5 sesiones para parar y decir vale vamos a reevaluar esto, ¿funciona no funciona? ¿Qué cosas tenemos que mejorar? Y si al cabo creo que son 8 sesiones vemos que no, pues entonces buscamos alternativas, pero ahí sí que es verdad que tenemos que hilar muy fino con las familias, con explicarles cuál es la metodología y que esa metodología puede dar como resultado que no es lo mejor para esa persona en ese momento o que esa actividad no encaja con el perfil.

Nos ha pasado un caso de una persona que ha empezado una actividad cuyos objetivos eran diferentes a su perfil y al final es verdad que hemos dado la libertad al club porque al final nosotros somos un apoyo, pero al final quien marca ahí un poco la batuta, nosotros recomendamos, aconsejamos, asesoramos... pero no podemos negar la entrada de esa persona en esa actividad. El club es el que tiene la potestad, pero sí que se ha visto que al final aun siendo nuestra recomendación que no está para una actividad normalizada y que sería más aconsejable empezar con una actividad adaptada, pues porque así va cogiendo diferentes habilidades de seguir una dinámica y tal, la familia quiso seguir y bueno pues se ha visto, que bueno, las personas que están allí tienen otro ritmo, algunas se han desapuntado porque ya no les parece interesante, porque esta persona está continuamente interrumpiendo la actividad, entonces claro es muy complejo. ¿Entonces claro dices la inclusión sí o sí a costa de todo? ¿No? Porque incluso esta persona estoy segura que estaría igualmente contenta en una actividad adaptada.

M: Vale pues con esto, ¿si tienes algo más que decir?

A: No, yo te paso la info que te pueda ayudar entender el tema del inclusivo.

M: Vale perfecto, pues esto ha sido.

A: Súper.

M: Pues muchas gracias.

A: A ti.

10.3.4. OIERREN ELKARRIZKETA

M: Hola, bienvenido a esta entrevista. Como sabes, esta entrevista es para mi TFG. Mi TFG tiene como objetivo analizar las experiencias de los entrenadores de personas con discapacidad y hacer aportaciones sobre un deporte o actividad física inclusiva y adaptada. También quiero investigar cómo se entrena hoy en día con deportistas con discapacidades y qué podría cambiar para practicar un deporte o actividad física inclusiva o adaptada con éxito. Entonces primero unos datos sobre ti: ¿edad?

O: 35 años.

M: ¿Género?

O: Hombre.

M: Vale. Bueno empezamos con unas preguntas un poco más generales, ¿cuál es tu relación con el deporte?

O: Bueno yo desde pequeño, desde los 6-7 años que me apuntaron en extraescolares, he tenido relación con algún tipo de deporte hasta los 12-13 años que entras en cadete pues escolar, bien haciendo judo, haciendo... lo que era fútbol sala que era futbito en aquel momento y ya, y luego ya con el fútbol me metí en el fútbol 11 a partir de los 12 años. Luego volví a fútbol sala y siempre he estado federado, no ha habido ningún año que no he estado federado compitiendo. Luego con la actividad física, pues, he complementado algún año apuntado a algún gimnasio, haciendo algo de entrenamiento funcional y demás y luego como hobby, digamos más de manera menos oficial o menos regulada. El padel me gusta mucho, la natación me gusta mucho, runnign... habré tocado... no sé... deportes que surgen de repente, un partido de voleibol en la playa o cualquier cosa, pero siempre he tenido mucha vinculación con el deporte a nivel personal y luego pues me ha llevado al nivel laboral también.

M: Perfecto y ¿cuál es tu relación con las discapacidades?

O: Con la discapacidad es verdad que hasta que no me meto en el mundo del deporte adaptado, la tengo como todo el mundo la puede tener, que miras para otro lado o que tienes una venda puesta y no te fijas. Entonces, hasta ese momento que fue hace 15 años más o menos, con 21-22 años que empiezo con el deporte adaptado no tengo relación directa con la diversidad funcional siendo yo consciente, igual si he tenido pero no ha sido directo de familia o de amigos o de incluso en clase, no, no... pasaba desapercibida.

M: Y ¿qué te hizo empezar a trabajar con gente con diversidad funcional?

O: Pues fue... lo que me hizo empezar a trabajar, a querer dedicarme a ello fue el conocerles claro. ¿Cómo llego a conocerles? A través de la formación que yo hago en su día, un compañero de clase me comenta para la posibilidad de entrar en la federación de deporte adaptado de Bizkaia a ver qué pasa ahí, qué se está cocinando, el qué sacar escuelas, el conocer a personas con diversidad funcional... tampoco había una línea... no me presentaron una línea muy clara de trabajo, simplemente era ¿quieres conocer una experiencia deportiva con personas con tal? Y dije vale. Fui y lo conocí y eso fue lo que me hizo, el conocerlo y el verme yo... El conocer la discapacidad, el verme yo como respondía ante la discapacidad fue lo que yo dije ¡wow! Esto no sé cómo, no sé cómo hacerlo pero quiero que esté en mi vida, desde la manera hobby o lo que fuera pero me enamoré del mundo de la discapacidad y luego poco a poco iba viendo pues las necesidades que había etc. en el mundo de la actividad física y el deporte para este colectivo pero fue eso, una invitación de un colega.

M: Osea ¿tu empezaste en la federación al principio?

O: Sí.

M: Y luego ya, ¿cuándo creaste Haszten o cómo fue este proceso?

O: Bueno, estuve yo 7 años trabajando en distintas entidades, no solo en la federación. También estuve en el área deportiva de Uribecosta, lo que es ahora mismo Gaude. Estuve en Gaitusport, otra entidad que hay también de actividad física. Estuve en distintas acciones también con el deporte adaptado, pero bueno ahí fue, sobre todo en la federación de deporte adaptado de Bizkaia que era donde más volumen laboral tenía y donde más me permitía ver la realidad en la sociedad, tanto de estos chavales como de las familias, fue lo que nos hizo, en este caso a Borja a Isa y a mí a... a estos amigos que nos juntamos y veíamos que había que hacer algo más allá de lo que ya había. Entonces ahí, fueron pasar 6-7 años y empezamos a elaborar un modelo de asociación para ir dando salida a las demandas que había por parte de este colectivo y que nosotros veíamos que eran interesantes para sacar adelante.

M: Vuestra idea inicial era lo que es ahora Haszten?

O: Nuestra idea inicial era atender. Nuestra idea inicial en cuanto a la línea estratégica de lo que es Haszten, sí. Nuestra idea inicial de volumen ni ni... ni habiendo tenido una bola de cristal para... no, no, no, era imposible ver, ver realmente la demanda y el vacío que hay, ver mogollón de

proyectos que tenemos ahora mismo en marcha que no estaban contemplados en ese momento y mucho menos el ritmo que nos iba a llevar esto, no teníamos ni idea.

M: Y tú como entrenador, antes de empezar con este colectivo, ¿ya entrenaste a otros chavales?

O: Sí, yo estuve trabajando en muchos sectores, no solo en el deportivo. Una vez que ya hice TAFAD, si que bueno, pues, estuve en campus deportivos convencionales, en espacios vacacionales, estuve llevando un equipo femenino de fútbol, estuve llevando mogollón de grupos de multideporte y similares de escolares, hice también alguna cosilla de entrenador personal, incluso socorrista estuve trabajando también, bueno no está muy relacionado directamente con esto pero bueno dentro de este ámbito.

M: Ya tenías otras experiencias también.

O: Sí, sí claro.

M: Vale y ahora vamos a pasar un poco a tu formación, ¿ nos podrías hablar un poco de ella?

O: Sí. Yo estudié TAFAD, luego me fui a hacer las prácticas al extranjero, volví y yo siempre quise hacer IVEF. Ahora no te diría tanto pero siempre quise hacer IVEF. De hecho la nota de corte se me cerró por milésimas y tuve que irme a buscar una alternativa que en este caso fue TAFAD, pero sí que a mí siempre me ha gustado lo escolar, el dar clase, el estar en contacto con niños y con niñas, pero me coincidió por otro camino.

Me fui a TAFAD, de TAFAD me puse a estudiar un grado superior de aire acondicionado y calefacción, que no tiene nada que ver ajajaj. Y después de eso tengo cursos complementarios de spinning, body pump y cosas así de sala, socorrista que lo vuelvo a meter ahí como otra formación vamos a decir y ahí es luego cuando me metí en el deporte adaptado y ahí he ido complementando con pequeñas píldoras sobre la discapacidad y el deporte adaptado-inclusivo.

Pero más, sobre todo, la experiencia es lo que me ha dado la formación y luego pues esas píldoras que te enseñaban a detectar mucho mejor pues no sé... aspectos básicos del trastorno espectro autista, de movilidad reducida, del tema visual... y ahí he ido complementando. Luego, ya hace tres años, antes de la pandemia, me meto con un doble máster, uno de dirección y gestión de empresas y dirección y gestión de equipos, debido a las funciones que yo iba adquiriendo aquí con Haszten. Dije bueno, pues si está la parte deportiva, está la parte social, está la parte tal, pero está la

parte de gestión que es lo que yo más llevo. Entonces me metí por ahí y estoy en ello. Me dieron una prórroga con el tema de la pandemia pero bueno el primero ya me lo he sacado y el segundo pues bueno ahí ando.

M: Entonces, sobre todo en TAFAD y al principio del todo, ¿te enseñaron algo sobre las discapacidades?

O: Sí, te dan una pincelada. Hay una asignatura, de hecho se llamaba discapacitados directamente, que ahora mismo no estaría ni bien dicho, ahora creo que se llama de otra manera y bueno pues ahí te explican un poco lo que es la diversidad funcional, pero no, para... ni como salida laboral y creo que tampoco para realmente concienciar, también depende de cómo se dé. La profesora era una máquina, no tengo ninguna pega con ello, pero no tengo recuerdo de esa asignatura cómo me va a servir para luego.

M: Ahora mismo dirías pues oye ¿igual me hubiese faltado que me hubiesen explicado un poco más?

O: Muchísimo más, porque al final te están dando una herramienta de alguna manera, una asignatura que no había nada. Era pues la discapacidad en el deporte, pero no había nada en realidad, había muy poca oferta, había muy poco recorrido, había muy poco para testear y de ahí poder formar. Entonces era más un píldora no de postureo pero si de, pues tengo que meter esto. Porque hay que atender a todas las personas y te metían esa historia pero ya te digo yo por lo menos y fíjate que luego he tenido recorrido con esto, igual también no soy tan objetivo por el hecho de todo el conocimiento que tengo y toda la experiencia que tengo a día de hoy, pero no tengo ese recuerdo de decir pues si servía para... vamos ahora mismo con todo lo que hay y más si cabe con la experiencia que podamos tener desde aquí, pues se podría hablar... no hacer más grande esa asignatura de volumen, que seguro que también, sino con más calidad. Esto es lo que te vas a encontrar, esto es lo que te puede venir bien saber, qué es lo que hacemos en Haszten en parte en la capacitaciones, formaciones.

M: Ahora has dicho que ahora mismo tienes mucho más conocimiento sobre ello, ¿esos conocimientos de dónde los has adquirido?

O: El 75-80% de la experiencia, en mi caso. Lo que veo también en mis compañeros, en estos 15 años, es donde más coges, Luego lo tienes que complementar para darle un sentido a lo que ves y a lo que haces. Al final tú puedes sacar adelante un trabajo con personas con discapacidad con dos

dedos de frente o con una coherencia mínima, pero eso yo creo que no es la calidad, la calidad va con un trabajo interdisciplinar/multidisciplinar.

Entonces para poder llegar a atender bien a las necesidades que se presentan y con respeto, creo que no hay una formación a día de hoy que te explique esto. La mejor es la experiencia y modelos de trabajo como los que podemos estar trabajando aquí. Y luego hemos hecho formaciones. Porque como te digo, píldora de aquí píldora de allá “hoy viene la de APNABI y nos va a hablar sobre el autismo”, ¿qué es lo que pasa?

No hay un... para una formación así es muy complejo, porque hablar del trastorno espectro autista hay millones de variantes y de características y en la movilidad reducida también y en todas las discapacidades que podemos hablar aquí ya serán más comunes o más raras al final lo que deberíamos de tener es un modelo, un modelo de trabajo para hacer bien una valoración inicial funcional, atender con un buen equipo de trabajo interdisciplinar de diferentes disciplinas. Nadie puede saber de todo, entonces esa es la historia pero bueno si te sirve en ese aspecto esas pequeñas píldoras.

M: Luego también está claro que para que esto vaya adelante la actitud de los entrenadores tiene su importancia ¿no?

O: Es todo, a día de hoy no es algo transversal. Te pueden dar una pincelada en la carrera, puedes tocar algo, pero tú luego dónde vas a trabajar ni siquiera en el sistema educativo. Fíjate que es algo que está regulado de manera pública, vale, hay Berritzegune, hay aulas estables, aula de aprendizaje de tareas, pero en el ámbito de actividad física y el deporte si está motivado, interesado, las personas responsables de esos alumnos se da, si no, no se da, o se da mal, que eso puede ser hasta peor.

Entonces es importantísimo a día de hoy tal y como está concebido el sistema que haya una voluntariedad y un interés, bueno, motivación por parte de los técnicos deportivos de dar salida a esto y si no se sabe tiene que haber espacios donde preguntar o yo decir bueno me voy a informar, donde puedo preguntar.

M: Luego aparte de los entrenadores, las familias también tienen su peso en todo esto. ¿Tú consideras importante la comunicación con las familias?

O: Es fundamental. Nosotros en los modelos de plataforma que buscábamos en un principio para poder dar salida a todo lo que veíamos, en todos ellos estaban las familias como parte activas

de lo que queríamos construir y por ello no es una empresa ni lo va a ser nunca. Esto es una asociación para que pueda recoger de alguna manera ese feedback directo de las familias. Ellos están en la junta, ellos son la asamblea de la asociación y ellos son los que realmente les hacemos partícipes porque sin su conocimiento y su experiencia y su todo frente a los deportistas nosotros no podríamos llevar a cabo lo que llevamos.

Eso en nuestro caso, pero en el caso de una estructura convencional de manera inclusiva que va una persona con una discapacidad es que la familia tiene que derivar esa información para que por lo menos seamos conscientes de qué recursos hacen falta. Importantísimo las familias, por mucho que a veces sea complejo manejar la comunicación o bueno que cada uno somos de una manera, es muy importante sí.

M: Y luego están los propios deportistas, ¿que crees que buscan al apuntarse a este tipo de actividades?

O: Mira, aquí te hago una reflexión mía y te da un dato también, yo creo. El mayor porcentaje de personas con una X discapacidad que se apuntan a actividades deportivas, la mayoría es porque tienen discapacidad intelectual, ¿qué conlleva esto? Conlleva que el porcentaje muy alto de estas personas están guiadas en todo momento por sus tutores que les incitan a “vete a hacer deporte porque he oído que es sano hacer deporte”.

En la sociedad cada vez está más el tema de la salud relacionado con la actividad física y el deporte, entonces ellos llegan digamos sin esa toma de decisión propia sino más por lo tutorizado. Entonces nosotros o las estructuras deportivas se encargan de dar los beneficios que ya sabemos nosotros que trabajamos en ello que lleva consigo el deporte valores y beneficios físico psíquico, sociales.

En lo físico ¿qué pasa? en lo físico pasa que la autonomía en cuanto a la toma de decisión suele ser mayor, hablo en porcentajes, luego hay excepciones en todos los lados, pero hablo bajo mi experiencia, lo que yo veo. Entonces ahí buscan esa salud también ese sociabilizar, ese beneficio físico- psíquico, pero es una toma de decisión tuya. ¿Que pasa cuando es una toma de decisión tuya? que a veces quieres y a veces no. Lo vemos nosotros en nuestro entorno, que habrá gente en el grupo de amigos que hacer ejercicio o actividad física y otros no porque no quieren. ¿Qué pasa si tienes a alguien que te está guiando o te está tutorizando?, que te dice vete, vete ¿vete? Que vas, luego el beneficio va a estar igualmente. Entonces ¿qué buscan? salud en todos los sentidos. ¿Qué encuentran? encuentran más allá de deporte, se encuentran que la autoestima mejora porque la rutina se hace de manera saludable y estructura mucho más a la persona, que se hacen amigas y

amigos. Sociabilizan mucho a través del deporte, que es una herramienta transformadora muy muy potente. Luego lo que encuentran. No sé si es lo que buscan pero es positivo, suele ser positivo.

M: Durante muchos años se han encontrado con muchas dificultades para realizar actividad físico deportiva, ¿hoy en día crees que todavía siguen existiendo esas dificultades?

O: Hay barreras, cada vez menos, pero siempre va a haber barreras. Hablamos de un mundo ideal, inclusivo y que todas las estructuras, la sociedad esté preparada y todas las personas estén preparadas para tratar con respeto y con los recursos necesarios, estamos lejos de conseguir eso al 100 por 100. ¿Se están dando pasos? por supuesto, cada vez hay menos barreras.

Antes por ejemplo directamente ni se planteaba una persona con discapacidad la posibilidad de hacer deporte. Luego te la planteas, pero en espacios muy limitados, ahora cada vez hay más oferta, el abanico, igual que el resto podemos elegir cualquier actividad, cualquier deporte en cualquier zona, a cualquier hora... poco a poco va mejorando eso y pues ahí tiene un papel fundamental las administraciones públicas que son las que tienen que empujar el desarrollo y el emprendimiento de todo esos derechos y luego la sociedad en general, el que cada uno pueda también poner su granito de arena interesándose y formándose y viendo a ver cómo puede mejorar para poder ofrecer un servicio a toda la ciudadanía.

M: ¿Y vosotros en vuestro caso habéis encontrado problemas económicos?

O: Todos, todos. Todos me refiero a que el problema económico suele ser el problema mayor. Nosotros aquí lo teníamos muy claro, no solo era dotar de un mayor abanico de oportunidades y mejorar la calidad de vida a través del deporte y la actividad física, sonó que era a través de la profesionalización del sector, para eso hace falta dinero. Y las cuotas de familias que de por sí ya acarrear gastos mayores al resto pues derivado de las características de la discapacidad no puedes depender de unas cuotas para subsistir un modelo laboral. Entonces el dinero siempre ha estado y siempre va a estar como un problema en un mundo asociativo, a no ser que venga mañana aja jajá un organismo público y te diga lo que hacéis es la bomba os damos una partida presupuestada que os da calma laboral a nivel económico. No, no va a venir, no va a ser eso aja jajá O que venga un patrocinador privado que quiera hacerse padrino de esta asociación y te de dinero.

Al final te tienes que buscar la vida por mil sitios y siempre va a ser un problema. Bueno pues intentamos buscar un sistema financiero muy diverso, que no solo dependamos de una línea de financiación sino que haya varias, para que si una se te cae puedas tirar de las otras y recomponerlo.

M: Vamos a empezar a hablar más del deporte inclusivo y del adaptado, ¿qué beneficios ves en uno y en el otro?

O: Es una pregunta muy frecuente hoy en día y me gusta que la hagan así porque normalmente se coge la inclusión como lo ideal y lo adaptado a ver si deja de existir ya. No, no, no. Lo adaptado...

Voy a ir a lo fácil lo primero, lo inclusivo es lo que todo el mundo creemos que debería ser la sociedad, todas las estructuras, todas las personas y toda la sociedad en general preparada para poder acoger a personas con diversidad funcional. Vale, eso no es viable a día de hoy porque haría falta una transformación social desde la base de muchos años y con un sistema educativo que genere otra sensibilidad en ello. Entonces eso ahora mismo no se puede.

Ahora, ¿en qué veo bueno lo inclusivo? en que realmente estás generando esa sensibilización y esa igualdad de oportunidades a las personas con diversidad funcional. ¿Cuál es la realidad? La realidad es que las características, en muchas ocasiones, hacen, voy a decirlo de manera así, no encajar con la estructura convencional en las tareas o funciones deportivas. Sí puedes encajar en tareas auxiliares o en tareas complementarias dentro de la estructura, pero para tu compartir un vestuario como deportista con otras personas son muy pocos los casos los que pueden hacerlo con una continuidad en el tiempo.

Si estamos hablando de lo escolar, hablamos que ahí debe ser un derecho a la participación, independientemente de las características. Entonces ahí sí que se dan unos beneficios yo creo, unos valores de compañerismo de respeto, de esfuerzo de todo lo que lleva detrás el tema del deporte inclusivo en eso que trabaja. Entonces sí que hay que luchar por ello pero siendo consciente de que el modelo tiene las limitaciones que tiene y estamos donde estamos. Informando muy bien a la familia, muy bien al deportista, capacitando muy bien la estructura convencional, generando un buen modelo de calidad en lo inclusivo se va a poder atender cada vez más y mejor y ahí se va a trabajar cada vez más una sociedad más inclusiva, siendo conscientes que va a llegar puntos donde va a haber discordancias y que la capacidad de rendimiento va a ser distinta y para eso tienen que haber estructuras adaptadas.

Entonces ¿qué es lo bueno que tiene el deporte adaptado? Y ya no solo lo digo a nivel técnico sino a nivel de la experiencia que yo recibo por parte de los propios chavales y por parte de las familias. Ellos mismos demandan estar en muchas ocasiones con perfiles similares, con grupos homogéneos porque normalmente llevan una vida diaria en una lucha de tener que intentar llegar a, como una competición, una carrera, yo no llego a esas capacidades de comprensión, de movimiento,

de tal... por mis características y de repente me ponen con alguien de mi mismo nivel, porque de ahí las categorías del deporte adaptado, de ahí los grupos homogéneos que nosotros creamos y aparte que puedo desarrollar otras capacidades más como puede ser el liderazgo o puede ser la responsabilidad. Otras funciones que no las puedo conseguir en lo inclusivo pero que si las puedo conseguir en lo adaptado. Entonces ellos mismos terminan pidiendo eso, dame una estructura adaptada, con gente que tenga las mismas características como yo y yo ahí me siento cómodo. Es más, voy a poder relacionarme mucho mejor porque me van a entender mejor, les voy a entender mejor y todo. Entonces veo beneficios en las dos líneas y creo que deben trabajarse las dos líneas si cabe la adaptada más a día de hoy y la otra ir puliéndola poco a poco.

M: Claro por ejemplo ahora has dicho, en el deporte escolar se puede ir dando, claro no es lo mismo igual en deporte escolar que en deporte federado que en actividad física para la salud, ¿cómo lo ves en cada uno de estos ámbitos?

O: En todo lo que lleve competición lleva unos objetivos de rendimiento, entonces en lo federado que lleva objetivos de rendimiento se puede dar, puede que no también, pero se puede dar que la persona con discapacidad, bueno es que ya no hablo de discapacidad hablo de cualquier persona que no llegue a cubrir los objetivos que tenga la competición tenga o no discapacidad. Yo no juego en el Athletic, tampoco juego en el Arenas, me he ido acondicionando a mis capacidades. ¿Qué pasa que la sociedad me brinda la oportunidades para poder ir encajándome en el nivel que está dentro de lo federado? ¿Qué es lo que pasa en la discapacidad? Que estamos hablando de todo lo que sea federado tiene que tener ese mismo recorrido. Vale, no con el mismo abanico porque no hay tanta población, pero sí que pueden ir derivándose para que puedan ir compitiendo y participando y sintiéndose uno más de la sociedad.

Quando hablamos de estructuras no competitivas que el objetivo es mas de salud o de recreativo o de escolar o lo que fuera ahí, yo creo que está en la responsabilidad de cada uno de nosotros de darle las herramientas necesarias para poder acoger a todas las personas y es un derecho en el caso del deporte escolar o yo lo veo así y es una responsabilidad ética en caso de estructuras privadas que trabajen la actividad física recreativa o de salud.

M: Luego también hemos estado comentando, que igual depende del caso el deporte adaptado puede ser más apropiado que el inclusivo o al revés, eso vosotros cuando os viene un deportista como lo guiais?

O: ¿Si lo suelo hacer yo la valoración inicial, primera toma de contacto te refieres? y de ahí ¿cómo orientamos?

M: Sí.

O: Hay una metodología, pasa por una primera conversación-entrevista con la familia y el deportista o con el deportista, dependiendo qué edad y las características que pueda tener, en la que ayudándonos de una ficha técnica en la que recogemos diferentes aspectos en la comunicación, en la movilidad, en las experiencias previas, en los objetivos, en el diagnóstico, en un poco toda esa información general, podemos hacernos una pequeña radiografía de quien viene y con el conocimiento de lo que nosotros tenemos del abanico de propuestas hacemos una primera propuesta.

Como te he dicho antes yo hago esa valoración, tengo una visión general muy buena de la discapacidad pero yo no sé de todo, entonces por ejemplo cualquier persona que venga con una discapacidad psicológica, física o parálisis cerebral yo lo derivo de la misma a nuestro equipo de fisioterapeutas, que son las que controlan y tienen más conocimiento sobre la materia.

Ellas lo que hacen es generar un informe a través de entrevistas con la familia y el deportista y ese informe lo trasladan al técnico, a la persona técnico que vaya a estar definitivamente en esa propuesta de grupo. Eso es como se hace la recogida.

Si hablamos de otras discapacidad en las que yo con la información que me da la familia veo, considero bajo mi criterio que me vale esa información para saber qué necesidades requiere esa persona la derivo directamente, se hace un día de prueba y hacen la inscripción y todo el papeleo y luego ya se mete en un proceso de seguimiento con evaluaciones y demás. En caso de que yo no vea que eso sea posible, por mis conocimientos, porque se me escapa, ahí es donde entra el trabajo multidisciplinar. Explico el interdisciplinar, son los diferentes perfiles que trabajamos dentro de Haszten con las diferentes formaciones. Hay psicólogos, hay integradores sociales, hay técnicos deportivos, hay fisios... esos somos, viene una persona y yo derivo a la fisio o derivo aquí a un psicólogo para saber cómo trabajar y ahí se hace el primer trabajo interdisciplinar. El multidisciplinar viene con el entorno del deportista, es decir, normalmente los deportistas o las personas con diversidad funcional en su entorno la mayoría tienen sus agentes que complementan en esa calidad de vida, logopeda, psicólogo, fisioterapeuta... agentes que tienen información, tienen experiencia sobre el deportista y ahí entra el trabajo multidisciplinar. Lo que a mi desde el equipo inter se nos escapa o creemos que podemos complementarnos con esos otros agentes nos ponemos en contacto. Entonces de ahí ya prueba esta escuela, prueba este grupo o prueba esta actividad puntual, lo que sea.

M: Vale, y luego también antes has comentado que para practicar deporte inclusivo también hay que ver cómo está la sociedad hoy en día porque en el grupo en el que realice la actividad tendrá que haber un ambiente adecuado para poder realizarlo, ¿cómo ves si se puede crear ese ambiente hoy en día o si todavía le queda?

O: Trabajo, pico y pala. Un buen modelo como hemos dicho antes, es decir, nosotros hemos ido atendiendo esto al principio sobre el modelo de según la marcha digamos ajajaj. Es el modelo que todos utilizamos en algún momento y ahí te vas dando cuenta que a ese modelo hay que darle un criterio, unas bases y una coherencia y claro hay que trabajarlo. Para mi se trabaja inicialmente desde la base y ahí es donde está el sistema educativo que tiene que de alguna manera cada vez comprometerse más con esto y que sea transversal que no sea porque puntualmente va una entidad y les pega una charleta o les pega una unidad didáctica, no, que sea ya establecido, unidades didácticas, diferentes discapacidades.

Es una propuesta que tenemos nosotros y la llevamos trabajando muchísimo, pero bueno yo creo que pasa por ahí y luego por la capacitación, sensibilización de las estructuras convencionales que hay en los municipios. Y nosotros realmente hemos empezado a hacerlo ahora, ¿dónde vamos? a un municipio, cogemos estructuras convencionales deportivas y de actividad física y les damos una herramienta, una píldora para que por lo menos tengan una primera toma de contacto que no genere frustración y que trate con respeto a la diversidad funcional. Entonces, ¿es posible? sí, ¿estamos lejos? muy lejos de hacerlo bien, de ir atendéndolo ¿poco a poco? Claro, poco a poco sí, pero ya digo, tienen que haber más transversalidad tiene que haber más compromiso desde las administraciones públicas.

M: Vale, pues ya redondeando un poco todo, ¿qué crees que se debería de mejorar para conseguir realizar actividades físico-deportivas de calidad?

O: Es complicado que haya 10 Hasztenes en Bizkaia, 10 en Vitoria, 10 en Gipuzkoa... es complicado. ¿Cómo conseguirlo? Con la capacitación y con la sensibilización, luego también hay otros complementos que pueden complementar como la visualización, la sensibilización en la calle... Visibilizar siempre viene bien, pero sí que pasa todo por formarse, que estemos formados, que la gente salga ya con la formación deportiva que sea, que tenga una buena concienciación de todo esto y luego pues que eso traslade confianza cada vez más a las familias y que no les preocupe el llevarle a la estructura, que de alguna manera hay que transmitir esa confianza para que no digan "para qué voy a ir si le van a decir que no". Hay que cambiar eso, entonces eso se cambia de primeras con una buena concienciación y con una buena formación por resumirlo mucho.

M: Pues listo no sé si te ha quedado algo por decir.

O: Muchísimo pero no, no ajajaj está muy bien está muy completita.

M: Pues muchas gracias.

10.3.5. PEIOREN ELKARRIZKETA

M: Kaixo, ongi etorri elkarrizketa honetara, dakizun bezla elkarrizketa hau nire GRALerako da, nire GRALaren helburua desgaitasunak dituzten pertsonen entrenatzaileek dituzten esperientziak aztertzea eta JFK inklusibo eta egokituaren inguruko ekarpenak egitea da. Horrez gain, Ikertu nahi dut gaur egun nola entrenatzen den desgaitasunak dituzten kirolariekin eta zer alda litekeen JFK inklusibo edo egokitu arrakastatsu bat praktikatzeko. Orduan hasteko zure datu batzuk: adina?

P: 23.

M: Generoa?

P: Gizona.

M: Lan tokia?

P: Haszten.

M: Bale ba pixka bat galdera orokor batzuekin hasiko gara bale? Zein da zure harremana kirolarekin?

P: Bueno betidanik egin dut igeriketa, konpetitzen egon naiz gero utzi nuen eta gero orain lanarekin lotuta Hasztenen kirol egokituarekin lanean nago asique praktikamente hori eta gero futbola eta igeriketa orain baina afizio moduan.

M: Bale eta entrenatzaile moduan Hasztenen sartu baino lehen egon zinen?

P: Bai, egon nintzen entrenatzaile baino gehiago monitore moduan, kanpusetako monitore moduan eta listo, kirolean hori izan da nire esperientzia Haszten baino lehenago.

M: Bale eta zein izan da zure harremana desgaitasunekin?

P: Pues lehenengo kontaktua izan zen karreran joan ginela Zuzenak taldera Gasteizen dagoela eta horren hildotik gustatu zitzaidan mundua, orduan sartu nintzen praktketan... Osea karrerako praktikak egin nituen Hasztenen bertan eta hor geratu naiz, asique hori da nire lotura.

M: Orduan lehenagotik ez zeneukan erlaziorik...?

P: Ez, ez, ez, ez. Ez neukan, pues igual bai ikusita telebistan edo baina hori da nire lehenengo kontaktua hori izan zen Zuzenak taldean.

M: Bale eta igual hori izan zen sortu zizuna interesa?

P: Bai, ze justo nire unibertsitateko kide batekin hitz egiten gustatu zitzaigun nola...beraiek dituzten zailtasunekin eta oztopoekin zelako gogoia daukaten kirola egiteko eta ni joe osea nik hori suspertu ahal badut bebai gustatuko litzaidake hori egitea eta hori egin nuen, sartu nintzen mundu horretan, hitz egin nuen Haszteneko buruekin eta hor egin nituen praktikak eta oso gustora.

M: Orduan, zenbat urte daramatzazu gutxi gora behera?

P: Hasztenen 3 edo 4. Uste dut pandemia aurretik pare bat eta beste bi orain, beraz 4.

M: Bale eta bueno zure formazioari buruz hitz egin ahal diguzu pixka bat?

P: Bai, bueno nik egin dut gradu bikoitza CAFYD-en eta lehen hezkuntzan, gorputz hezkuntzako mentzioarekin eta orain amaitu berri dut PT mentzioa hazkuntzan pedagogia terapeutikakoa eta hori, hori da nire formakuntza jajajaj.

M: Bale oso ondo jajaj eta zure formakuntzan desgaitasunei buruz hitz egin dizute, irakatsi dizute?

P: Bai, baina ez. Gutxiegi uste dut. Pues hori kirolean gehien gustatu zitzaidana da justo zuzenak taldera joan ginela bisitanero hezkuntza aldetik bai baina pintzeladak bakarrik oso-oso gutxi irakatsi digute eta horregatik sartu naiz berez PT mentzioan, jakiteko pues kirol munduan badakit Hasztenen bidartez nola joratu beharko nukeen, baina hezkuntza munduan irakatsi digutenagatik ez. Orduan horregatik sartu nintzen hor. Orduan formakuntza aldetik eman digutena? Te tienes que buscar la vida prácticamente. Osea pixka bat eskas unibertsitatearen aldetik nire ustez.

M: Gehiago eskatuko zenuke horri buruz?

P: Bai, bai, bai edo behintzat optatiba. Igual ez beharrezkoa, beharrezkoa igual irakasgai batekin balio du ikusteko mundua, baina gero gustuko baduzu optatibaren bat edo hartzeko aukera izatea behintzat

M: Bale eta bueno hasi zinenean Hasztenen asko zenekien desgaitasunei buruz?

P: Jakintza hutsa practicamente. Hasieran hasi nintzen irakurtzen artikuluren bat ia, gehien bat jakinda zelako perfila zegoen Hasztenen, gehienak zirenez intelektualak pues pixka bat nolako...zelako beharrak zituzten edo kirolak nola ahal zioten hobetu beraiek zituzten zailtasunak eta irakurtzen eta, begiratzen informeak ia kirolariak zelakoak ziren eta dena eta irakurtzen zelako sindromeak edo zelako desgaitasuna duten eta nire kabuz irakurtzen eta ikertzen ia zer egin beharko nukeen.

M: Batez ere horrela ikasi duzu gero?

P: Bai, bai, bueno bertan Hasztenen pues kideei galdetzen edo bai Oierri galdetzen bebai eta beraiek ematen dizkizute aholku batzuk, baina gehien bat horrela eta gero sobre la martxa. Zuk ikusten baduzu batek ez duela funtzionatzen, baina igual beste bati bai funtzionatzen diola, orduan berarekin erabiltzen duzu estrategia bat, beste batekin beste bat, sobre la marcha azkenean.

M: Bale, ba bueno zuek entrenatzaileak zarete ezta?

P: Bai.

M: Orduan uste duzue entrenatzaileen jarrerak eragin handia daukala haien JF edo kirola arrakastatsua izateko?

P: Bai, nik uste baietz. Bai kirol egokitan, bai kirol konbentzionalean bebai. Azkenean geratzeko grina edo geratzeko nahia askotan entrenatzaileak jartzen du bere jarreraren arabera eta. Eta gehiago kirol egokitan askotan frustratzen badira, gehien bat igeriketan. Igeriketan, beldur badiote urari edo uste badute ezin dutela ezin dutela klaro beraiek frustratzen dira eta entrenatzailea bebai frustratzen bada orduan azkenean beraiek amaituko dute uzten, baina igual entrenatzailea badago animatzen, bere jarrera bada baikorra askenean lortuko dute eta gustatuko zaie kirola, bai igeriketa edo beste bat.

M: Ze ezaugarri uste duzu izan behar dituela entrenatzaile batek?

P: Bua... lehenengoa pazientzia osea pazientzia asko behar da. Solidaritatea bebai, azkenean ez dituzte egiten gauzak guk betidanik egin ditugun moduan, orduan ikusi behar duzu zelako barrerak dauden beraiei egokitzeko, zelako... ikuspegi zabala ere eduki behar duzu, bale hau egin dezake hau ez, zergatik egin dezakeen gauza bat zergatik ez. Nolabait zure burua ere zabaldu behar duzu pixka bat eta ikusmena bebai zabaldu behar duzu, igual sarbide bat badago baina bera igual hortik ezin da sartu edo bozgorailuak ozenei badaude, berarentzako igual molestatu ahal dio. Orduan, horrelako gauzak pixka bat zabalak izan behar gara, edozer gauza pasa daiteke eta edozer gauzaren aurrean

pazientzia behar da. Azkenean esan dizudan moduan, frustratzen badira, zu ezin zara frustratu beraiekin edo azalpen bat ez badizute ulertzen zu ezin zara frustratu. Azkenean igual da, adibidez autismoa badu, ez dituzu estrategia egokiak erabili edo berak igual hain azalpen konplexuak ez ditu ulertuko. Orduan moldatzeko bai pazientzia eta bai azalpenak edo egoerak aldatzeko gaitasuna izan behar dugu.

M: Gero bebai, baditugu familiak edo tutoreak, zuk uste duzu haiekin komunikatu behar direla entrenatzaileak?

P: Bai, bai, bai, bai, kirol konbentzionalean bebai, baina honetan are gehiago, kirol egokitan eta inklusiboan, ze azken finean hobeto ezagutzen dituenak dira... bale bai informeak ditugu, zer nolako ezaugarriak dituzten, baina beraiekin daudenak, beti dira familiak. Orduan, beraiekin kontaktu eta harreman estua edukitzea oso garrantzitsua da, azkenean gertatu zaigu batzuetan adibidez frustratzea uretan eta gu ez dakigu zer den edo hasten da oihuka. Orduan nik egin dut zeozer ez eta hitz egiten duzu bere aita edo bere amarekin eta esaten dizute eske gaur goizean hau gertatu da eta... A bale, orduan errutina aldatu diote orduan ez dago beti dagoen moduan. Orduan kontaktu hori egotea oso garrantzitsua da, norik ezagutzen dituen hobeto familia da eta ez gu, orduan ahalik eta informazio gehien edukitzean familiengandik hobeto.

M: Gero haiek entrenatzeko, errazagoa da ezta?

P: Bai klaro, hori da.

M: Bueno eta zuk ikusten dituzu perfil desberdinak sartzen direla Hasztenen kirola edo JF praktikatzeko, zer uste duzu bilatzen dutela jarduera hauetan apuntatzean?

P: Kirolariak?

M: Bai.

P: Bua, ez dakit. Igual... hurbiltasuna bai azken finean... entrenatzaileen aldetik igual hurbiltasuna, baina gero agian familiak dira bideratzen dituztenak seme-alabak egitera kirol bat edo bestea edo non apuntatu eta non ez. Nik uste dut bebai zelako giroa dagoen kirolarien artean. Azken finean beraientzako oso zaila da sozializatzea, bai eskola bai kalean oso zaila da beraientzat. Orduan nik uste dut gehiago bideratzen direla zelako giroa dagoen edo zelako giroa sortu daitekeen ekintzan, ekintza beran baino. Bueno gero badaude asko igual konpetitu nahi dutenak, bai igeriketan, slalomen, boccian edo dana dalakoan, orduan hor bai bilatzen dutena da zelako kalitatea dagoen,

baina Hasztenen barruan asko dela rekreatibooo moduan nik uste gehienak bilatzen dutela ambito sozial hori konpetizioa baino.

M: Bale eta gero bueno urte askotan izan dituzten zailtasun asko JF edo kirola praktikatzeko, oraindik uste duzu zailtasun horiek daudela?

P: Bai, bai argi dago. Egoera hobetu da kirolaren aldetik modu egokituan egiteko badituzte aukera gehiago, badaude infrastruktura gehiago, formakuntza hobek entrenatzaileen aldetik. Gero mundu inklusiboan sartu nahi bagara hor zailagoa da, modu rekreatibo batean, bale, badituzte erraztasunak pues bai igual umeeek entrenatu dezakete beraiekin, baina gero lehiatu nahi badute hor arazoa sortzen da. Azkenean gorentasuna lortu nahi baduzu, zuk dituzun gaitasunekin edo desgaitasun fisikoa edo intelektuala duten pertsonen gaitasunak alderatuz azkenak gorentasunarekin parekatzen bazara ez duzu lortuko.

Orduan konpetizio inklusiboa lortzeko orain gauden gizartean ezinezkoa da, nik behintzat ezinezkoa ikusten dut, baina kirolean sartzeko eta harreman sozialak egiteko modu inklusiboan badaude programa gehiago, talde gahiagotan onartzen dituzte desgaitasun dituzten jendea, lehen igual ikuste zituzten oztopo edo gauza negatibo moduan. Orain ikusten dut kirolari inbididual horrentzako bai taldearentzako onurak ekarri ditzakeela, igual sozialki, ikusten dituztelako zelako ezaugarriak dituzten beste pertsonak, zelako harremanak egin daitezkeen beraiekin, nola lagundu nola ez... Orduan ikusten dut pixka bat ikuspegia aldatzen doala, orduan badituzte modu inklusiboan edo kirol inklusiboan sartzeko aukera gehiago eta argi dago kirol egokituan esan dudana moduan, badaukatela lehen baino aukera gehiago ba infrastrukturak direlako eta monitoreen formakuntza direla eta.

M: Adibidez instalakuntzetan bai ikusi duzula aldaketa hori?

P: Igual berez praktika egiteko ez, baina bai bertara bideratzeko igual bai. Igual ez hemen, gehiago kanpoan bai European edo Estatu Batuetan igual hori aurreratuagoa dute pues sarbideak zabalagoak izatea, oztopo arkitektonikoak alde batera uztea... hori bai ikusi dudala igual kanpoan. Hemen astiroago doaz baina bai ikusi ditudala eta arazoa da askotan ikusten dugula igual igerileku batean... bale jartzen duzu igerilekura sartzeko aulki hidrauliko hori eta listo badago lortuta inklusio inklusibotasunaaa, baina gero zoaz atzera eta eskaloi bat daukazu orduan bai sartu daiteke igerilekura baina nola helduko da haraino? Eta ateak igual oso pisutsuak dira, zabaldu behar dira eskuarekin eta joe gurgildun aulkian badago ezin da heldu. Orduan bai, baina jendeak uste dut ez dituela ikusten, ez dagoenez beraien paperan edo ez duenez ikusten beti pertsona bat joatea haraino

ez du ikusten. Orduan egiteko kirola bai badaude infraestruturak hobekiak, baina asko falta da oraindik.

M: Orain ya sartuko gara hitz egitera gehiago kirol inklusibo eta egokituari buruz, ze onura ikusten dituzu batean eta bestean?

P: Bueno bietan gizarteratzea, harremanak egitea. Lehen esan dudana moduan azkenean parkean edo eskolan zaila da beraietzat bai autismoa badute beraien ezaugarriengatik edo Down sindromea badute edo garun paralisia badute, hori fisikoa dena baina gero baditu ondorioak funtze fisikoetan. Orduan, gehien bat arlo sozialean, erlazioak egiteko bai lagunekin, bai entrenatzaileekin. Gero... ikusteko beraien kapazak direla, askok ez dira kontziente beraien dituzten gaitasunak kapaz diren edo ez, baina gero beste askok bai, badakite zer egin dezaketen eta zer ez eta askotan uste dute egin dezaketela egiten dutena baino gutxiago. Orduan kirol batean sartzea, berdina dit korrika egitea edo ibitzera irtetea edo igeriketan sartzea edo edozer gauza edo saskibaloian jolastea, ikusten dute kapaz direla. Bale kapaz dira uretara sartzeko eta ez urperatzeko, kapaz dira kanasta batean pilota bat sartzeko, kapaz dira 5km jarraian egiteko edo 2km. Orduan ikusteko kapaz direla ahal dutena baino gehiago egiteko eta nik uste horiek direla onura nagusiak.

Gero desberdintasunak, alde batetik erlazioa kirol egokituan desgaitasunak duten pertsonekin da, orduan lortzen duzuna bada inklusioa kirolaren aldetik, baina ezta inklusioa gizartearen aldetik. Orduan hor ikusten dira harremana sozialak, ... baina perfil berekoak dira. Orduan klara hori diferentzia dago gero inklusioarekin nolabait perfil desberdinetako pertsonak daudela eta hori badela benetako inklusio bat, gizartearen dauden pertsona desberdinekin erlazionatzen direlako. Orduan onurak badira bai sozialak eta bai ahal dutena baino gehiago egin dezaketela bietan, baina batean nolabait bilatu nahi dugun inklusioa... ez inklusioa baina beraien ere kirola egitea bai baina apartauak, ez dugu lortzen inklusioarekin lortzen dena. Orduan pixka bat noiz egokitua eta noiz inklusioa puzten hor dago niretzako koska.

M: Gero behar da kirol inklusiboan dauden beste parteak batzuk desgaitasunak ez dituztenak, hauentzako ze erabakia duzu egiten dela kirol inklusibo praktikatu?

P: Berain lehenengo itxura da "joe, que pereza" edo bikoteak egiten dituzunean "jo, berarekin tokatu zait berriro ere". Orduan hasierako kontaktua hori da, baina gero bai ezagutzen dutenean... egia da dena astiroago dela, azkenean tokatu bazaizu bikote edo talde batean desgaitasuna duten kirolari batekin progresioa azkenean geldoagoa da eta hori horrela da, zuk azkenean egokitu behar zarelako denen eboluziora edo denen onurarako, baina ikus dezakete nola beraien uste dute desgaitasuna intelektual bat baduzu "bah, honek ezin du hitz egin nik hitz egiten dudana moduan" bale berbalki ez

baina gero kognitiboki edo dena delakoa zuk egiten dituzun gauza berdinak egin ditzake igual astiroago edo egokituta baina ikusten dute bebai bale ni ez naiz bakarria egin dezakedana hau edo nire lagun taldea ez da bakarria hau egin dezakeena badago beste jendea beste nolako ezaugarriekin egin dezakeena eta laguntzarekin, laguntza behar badu ba nik lagunduko diot. Beraiek ikusten dute joe laguntzen badut bera igual ezin du bere burua azaldu, pues nik laguntzen badut edo hitzak esanez edo lagunduz ea zer esan behar duen, hor ikusten da nola beraiek kapaz diren beste bati laguntzera, orduan hor sortzen da konpainerismo sentsazioa, bai azalpenak ematerakoan edo bai kanasta betera baloi bat sartu behar izaterakoan, hor bebai uste dute bale bera bakarrik ezin du baina nik laguntzen badut orain biak lortu dezakegu egitea, orduan nik uste gehien bat dela konpainerismo hori eta beraren paperan jartzea.

M: Gero bebai, lehen komentatu duzu, azkenean JF edo kirolean arlo desberdinak ditugu, ez da berdina eskola kirola edo kirol federatua edo JF osasuntsu bat. Kirol inklusioa hauetako bakoitzean egin daitekeela uste duzu? Batzutan igual errazago izan daitekeela beste arlotan baino?

P: Esan dizudan moduan kirol federatua edo konpetizioetan justu hor gorentasuna eta elitea bilatzen den egoeretan hor zaila da orain gauden egoeran zaila edo ezinezkoa da hor inklusibotasunaaa lortzea. Gero ya hastapenean, eskola kirolean edo bai ariketa fisiko rekreatiboan edo osasunerako ona delakoan, hor lortu daiteke. Azkenean hor ez zara klasifikazio batera sartzen, ez duzu errendimendua bilatzen. Orduan errendimendua bilatzen ez den edozein jardueratan, bai eskola kirolean edo osasunerako onurak ekartzen dituen JF-an, hor edozein egoeratan egin daitezke inklusio jarduerak arazo barik, bai igual laguntza behar dela, beste profesional baten laguntza edo igual 20-ko talde batean badaude pare bat, bi, hiru aniztasun funtzionala duten kirolariak, ba igual beste monitore bat behar duzu edo aditu bat behar duzu hasieran behintzat horrelako tipak emateko edo aholkuak emateko, hau egin daiteke hau ez. Umeek bebai haientzako berria da, umeek edo bai nagusia edo gazteentzako berria da horrelako inklusio batean sartzea orduan aholku txiki batzuekin errendimendua bilatzen ez bada, egin daiteke nire ustez.

M: Gero bebai kirol desberdinak ditugu, igual batzuetan errezagoa da inklusio hori lortzea beste batzuetan baino?

P: Bai, errezena nik uste dela kirol indibidualetan. Azkenean igeriketan bakoitza bada bere bolara eta hor inklusioa lortu daiteke, entrenatzen dute aldi berean, igual norbaitek ulertu ez badu azalpenen bat ondokoak azaltzen dio edo norbaitek ezin badu ariketa bat lortu besteak laguntzen dio. Azkenean bakoitzak bere errendimendua du edo bere eboluzio indibiduala du. Atletismoan gauza bera gertatu daiteke, baina gero ya sartzen bagara saskibaloian adibidez hor zailagoa da,

azkenean guztien interakzioa behar duzu. Badaukazu bat bere mugimenduak geldoagoak direnak edo bere jokoaren ulermena edo bisualizazioa geldoagoa dena, orduan hor zailagoa da. Orduan nik uste kirol indibidualetan errazagoa dela inklusioa egitea kirol taldeetan baino.

M: Pertsona bakoitza mundu bat da eta perfilak izango dituzue pilo bat, nola jakin edo nola ikusten duzue perfil bakoitza non egongo den egokien kirol inklusiboan ala egokitan?

P: Hori egiten dugu zelako gaitasun sozialak dituen arabera. Ez gehiago zelako gaitasun fisikoak, ze gaitasun fisikoak hobetu ditzakegu denok puntu batera arte. Igual ni puntu batera heldu naiteke, beste kide bat puntu batera heldu da eta gero hortik ez du hobetuko, baina puntua dago zelako gaitasun sozialak dituen. Azken finean autismo oso altua duen ume bat ezin izango da barneratu eskola kiroleko igeriketako taldean, nahiz eta indibiduala izan interakzio hori minimoa bada ere behar du. Ez badauka gaitasun hori nolabait bera hasi beharko da interakzio hori egiten kirol egokitan eta gero ya transferentzia egin daiteke. Baina gero adibidez egoera batean sartzen bagara autismoa duen ume batean baina bera gaitasun sozialak altuagoak badira edo badauka gaitasuna besteekin hitz egiteko, igual ez die aurpegira begiratzen baina hitz egiten du beraiekin edo kasu egiten du edo badaki nola egon behar den gizartean edo taldean. Hori bai sartuko genuke inklusioan, ya hasierako fasea pasatu du, nola egon behar den, zelako harremanak eduki behar dituen eta gero nolabait horiek perfektionatu beharko ditu edo sinplementee praktikatu eta hor egon. Hori sartuko bagenu kirol egokituko talde batean, bere gaitasun sozialak ere hobetuko lituzke baina gizartean globalera begiraturaz, nik uste dut atzera pausu bat izango litzatekeela. Orduan nik sartuko nintzateke gekoago zelako gaitasun sozialak dituen bideratzeko edo kirol inklusibora edo egokitura zuzenean.

M: Talde inklusibo baten parte izateko eta jarduera ondo aurrera eramateko, talde horren giroa aproposa izan behar da inklusiorako. Nola egin ahal dugu giro hori positiboa izateko edo beste kideek desgaitasuna daukan pertsona onartzea?

P: Lehenengo argi izan behar duguna aurreiritziak alde batera utzi behar ditugula da, bai desgaitasuna duen umeari begira, bai gainontzeko kideei begira ere. Azkenean ikusten badugu igual... nahiz eta gaitasun intelektuala duela eta bere ibiltzeko era gurearen desberdina den, hor ya aurreiritzi bat sortzen dugu, jo berak ezin izango du baloia ondo hartu, berak ezin izango ditu paseak ondo egin, berak ezin izango du korrika nirekin egin... Bale ba ezin izango du berdin egin, baina aurreiritzi horiek alde batera utzi eta berak eman ditzake beste gauza batzuk. Igual zu baino bisio hobeia dauka edo ikustegi hobeia dauka jokoaren aldetik edo igual hobeto ulertzen du mugimendu bat zu baino. Berak igual ezin dezake egin baina lagundu ahal dizu zuri nola egiten duzun.

Orduan nik uste dut giro ona egoteko aurreiritziak alde batera utzi behar direla eta parekatzen bagaituzte desgaitasuna duen umearekin, talde berean jartzen bagaituzte joe ez pentsatu berak ezin duena egin eta pentsatu berak egin dezakeena eta horrela bebai bera ikusiko da egin dezakeela, zuk aprobetxatuko duzu berak egin dezakeen hori eta talde guztiaren edo bikotearen onurarako izango da. Orduan niretzako bi puntu garrantzitsuenak dira aurre iritziak alde batera utzi eta zentratu gehiago zer egin dezakeen, zer egin ez dezakeenean baino.

M: Klaro inguru hori lortzeko ikusi behar dugu gizartea nolakoa den hezkuntza aldetik... nondik landu ahal dugu gizartea talde giro hori lortzeko?

P: Buf hor ya konplikatua, errazagoa da talde txikietan lan egitea eta aldaketa talde txikietatik ateratzea gizartera orokortu baino, baina orain gizarte heldua bai gazteak eta nagusiak haien iritziak aldatzea oso zaila da. Igual nagusien iritsia aldatu daitezke, igual familia badute pues igual gurasoek haien seme- alabak, bai seme-alabak 20 urte izan edo 15 urte izan, beraien iritsia aldatzen bada, ya gurasoen iritsia ere aldatzen joango da. Gurasoek egokitu nahi dute gizarte berrira, eta nork daki gizartea nola datorren? Gazteek, orduan gazteen iritsia aldatzen badugu, beraiek influentzia dute haien gurasoengan edo haien amama aititengan edo ez dakit bazoaz taberna batera eta nola eskatzen duten be bai kafesne bat edo hor aldaketa dago. Orduan nik uste dut aldaketa hasten dela gazteetatik edo umeentatik eta gero trasferentzia egiteko gora. Ze hasten bagara zuzenean helduengan, sartzen hor aldatzeko gizartearen iritsia oso zaila izango da aldatzea. Baina hasten bagara txikietatik, beraiek ikusten dute bale gizarte berria nork dakar? seme alabek edo gazteek dakartzate gizartearen ezaugarri berriak, bale orduan ikusiko dut nola diren eta hasiko naiz aldatzen. Ez naiz ni berez, ni igual 50 urte baditut eta nire ideologia X bada nire bizitza osoan, oso zaila izango da zuzenean niri aldatzea, baina ikusten badut nola gazteek aldatzen duten, joe ba nik ere aldatuko dut.

Orduan nik uste dut hor gakoa, bai hezkuntzan argi dago txikitatik ya zelako jarduerak egiten diren eta beraiek hasierako hezkuntzan eskolan ez badute jaso horrelako hezkuntza, bai programak, inklusio sentsibilizazio programak egitea bai institutuan edo... bai beraiek transferentziak egiteko bai etxera bai gizartera. Nik uste dut ahalik eta gazteetan hasi, ahalik eta errezago izango dela oraingo nagusien iritsia aldatzea eta gero gizartea aldatze noski.

M: Bale eta amaitzeko, kalitatezko kirol inklusibo edo egokitu hori lortzeko desgaitasuna duten pertsonekin, zer uste duzu hobetu dezakegula? Edo zer alda daiteke?

P: Aldatu behar da gure formakuntza, monitoreen formakuntza. Nik azkenean izan dudana formakuntza kirol egokitua eta inklusiboaren aldetik praktikamentee nula izan da. Ni hasi behar izan

naiz edo kideei galdetzen edo ikusten nire esperientzia zer funtzionatzen duen eta zer ez, orduan hori ikusten da zelako aholkuak eman ditzakedan eta zeintzuk ez. Orduan lehengo pausua da formakuntzaren aldetik hastea eta gero aholku horiek ez bideratzea aldatu behar duzu zure jarrera, baizik eta beraiek ulertzea zergatik aldatu behar duten haien jarrera. Azkenean nik esaten badiot, utzi aurreiritziak baina berak ez du ulertuko zergatik aurreiritziak izatea txarto dagoen, baina berari egiten badiozu ulertzea zergatik txarto dagoen, bera sentitu daitekeelako txarto, zuri ez zaizulako gustatuko hori egitea, berak ikusten duzuna baino gehiago egin dezake, bale baditu zailtasunak baina gero beste gauza batzuk igual zu baino hobeto egin ditzake.

Orduan, lortzen badugu jendeak ikustea zergatik sortu behar diren egoera inklusiboak hori dago aldaketa. Orduan hori da orain dugun akatsa, saiatzen gara haien jarrera aldatzen, baina ez gara saiatzen haiek ulertzea zergatik aldatu behar duten jarrera. Orduan nik uste dut hori dagoela... eta azkenean horretarako formakuntza behar da, joe bale nik badakit zer egin behar duen besteak baina igual ez dakit nola transmititu besteari zergatik egin behar duen hori eta horretarako formakuntza behar da. Orduan uste dut horiek direla bi gakoak.

M: Bale, zerbait geratu zaizu esan gabe?

P: Uste dut gehiegi esan dudala ya baina ez, nik uste dut bagoazela aurrera pixkanaka pixkanaka, argi dago inklusioa errezagoa dela umeengan inklusioa egitea nagusietan baino. Azkenean aurreiritziak gizarteak sortzen ditu, orduan txikitatik hasten bagara inklusio hori sortzen gero nagusiagoak direnak ikusiko dute bale desberdina da, baina zu desberdina zaren moduan, ni zu baino hobeto egiten dut igeri, zuk ni baino txarrago eta listo, beste ezaugarri batzuk ditu, horrekin biziko da bera horrekin biziko naiz ni, lagundu ahal badut, lagunduko dut eta listo. Nik uste dut inklusioa badatorrela txiki txikitatik hasten bagara inklusio hori egiten, nahiz eta badaude batzuk sozialki ez dituztenak ezaugarri edo habilitate horiek gainontzekoak daukaten modukoak, txikitatik saiatzen bazara egoera inklusiboetan sartzen, igual bere egoera sozialak ez dira hobetuko, agian bere ezaugarriak horrela direlako eta dira hobetuko, baina bai gainontzekoen ikuspena aldatuko da, ulertuko dute zergatik ez den sartzen gizartean. Orduan hori aldatuz, txikitatik aldatuz eta ulertuz zergatik duten egoera hori eta zein den haien egoera, gero aurrerago aurreiritziak kenduko dira eta beraientzako bizitza bai kirolean eta gizartean hobeagoa izango da.

M: Ba listo eskerrik asko.

P: Zuri ajajaj.