

# Rokomet na invalidskih vozičkih kot okupacija pri osebah s poškodbo hrbtenjače

DOI: <https://doi.org/10.55707/jhs.v9i1.125>

Prejeto 8. 3. 2021 / Sprejeto 7. 4. 2022

Znanstveni članek

UDK 796.322.034-056.26

**KLJUČNE BESEDE:** delovna terapija, invalidski šport, poškodba hrbtenjače, socialna vključenost, kakovost življenja

**POVZETEK** – Udejstvovanje v invalidskem športu daje osebam, vezanim na invalidski voziček, priložnost za pozitivne izkušnje in izboljšanje spretnosti, potrebnih za izvajanje vsakodnevnih dejavnosti, kar prispeva k višji kakovosti njihovega življenja. Z raziskavo smo želeli proučiti igranje rokometna na invalidskih vozičkih z vidika modela človekove okupacije. Uporabljen je bil kvalitativni raziskovalni pristop. V raziskavi so sodelovale tri osebe s poškodbo hrbtenjače, ki igrajo rokomet na invalidskem vozičku. Podatke smo zbrali z delno strukturiranim intervjujem in jih analizirali s kvalitativno vsebinsko analizo. Rezultati so predstavljeni v sklopu štirih kategorij: volja, vzorci izvajanja, zmogljivost za izvajanje in vpliv okolja na okupacijsko vedenje. Raziskava je pokazala, kako pomemben je šport v življenju ljudi, ki so vezani na invalidski voziček. Vključeni so izpostavili tudi nekaj težav, ki izhajajo predvsem iz okolja. Pri vključevanju oseb z omejitvami v invalidski šport in pri odpravljanju v raziskavi ugotovljenih težav sodelujejo tudi delovni terapevti, ki imajo potrebno znanje in instrumente za kakovostno obravnavo športnikov z omejitvami.

Received 8. 3. 2021 / Accepted 7. 4. 2022

Scientific article

UDC 796.322.034-056.26

**KEYWORDS:** occupational therapy, wheelchair sports, spinal cord injury, social inclusion, quality of life

**ABSTRACT** – Participation in sports provides wheelchair users with the opportunity to gain positive experiences and improves the skills needed to perform everyday activities, which contributes to a higher quality of life. The aim of our study was to research the wheelchair handball game from the perspective of the Model of Human Occupation. A qualitative approach was used. Three persons with spinal cord injury, who play wheelchair handball, participated in the study. Data were collected using semi-structured interviews and were analysed with a qualitative content analysis. The results were presented in four categories: volition, habituation, performance capacity and the impact of the environment on occupational behaviour. Our study showed how important sport is in the lives of people who are bound to the wheelchair. The participants also pointed out some problems that arise mainly from the environment. Occupational therapists are involved in the inclusion of persons with disabilities in disability sports and in the elimination of problems identified in the research. They have the necessary knowledge and tools for the quality treatment of athletes with disabilities.

## 1 Uvod

Poškodba hrbtenjače (PH) povzroča gibalno oviranost, ki trajno vpliva na posameznikovo telesno in duševno zdravje (Jevšnik, 2014). Zaradi izgube sposobnosti gibanja in občutenja lahko posameznik razvije neaktiven življenjski slog, ki ima negativen vpliv na telesno kondicijo, socialno vključenost in kakovost življenja. Poveča se tveganje za nastanek sekundarnih zapletov, kot so srčno-žilne bolezni, debelost in diabetes tipa 2 (Visser idr., 2008). Zaradi manjše socialne vključenosti pa se posameznik pogosto sooča z osamljenostjo in depresijo, kar vodi v slabše psihično stanje in nižjo kakovost življenja (Barclay idr., 2017). K temu pripomore tudi spremenjeno doživljanje samega sebe in smisla življenja. Ključna je prizadetost telesa in s tem telesne samopodobe (Horvat, 2013). Vsak

posameznik se mora znova naučiti, kako postati aktiven in neodvisen, pridobiti primerne družbene vloge in status ter ponovno vzpostaviti medsebojne odnose z družino, prijatelji in drugimi ljudmi, kar pa je zelo kompleksen proces (Jevšnik, 2014). Osebe s PH so omejene pri vključevanju v okupacije, še posebej v tiste zunaj domačega okolja, kot so okupacije s produktivnega področja (poklicne in izobraževalne dejavnosti) in področja prostega časa (hobiji, športne in kulturne dejavnosti, socializacija) (Barclay idr., 2017). Zmanjšana zmožnost vključevanja v za posameznika pomembne okupacije vpliva na njegovo identiteto, zdravje in dobro počutje, včasih še bolj kot bolezen/poškodba sama (Kennedy - Behr in Hatchett, 2017).

Med gibalno oviranimi osebami je opazna vse večja vključenost v športne dejavnosti, posamezne športne discipline so vse bolj specializirane, kar vpliva na razvoj in uveljavljanost športa invalidnih oseb tako v Sloveniji kot tudi drugod po svetu. Da pa bi invalidnim osebam omogočili čim bolj nemoteno udejstvovanje v športu, so za to potrebni usposobljeni strokovnjaki in zadovoljive prostorske kapacitete z ustrezno opremo, za kar v Sloveniji trenutno še ni povsem poskrbljeno (Porenta, 2011). Ena od možnih izbir za gibalno ovirane osebe je tudi roketni tenis na invalidskih vozičkih (IV) (Costa e Silva idr., 2017).

Na vključitev gibalno ovirane osebe v športno dejavnost vplivajo predvsem funkcionalne sposobnosti posameznika, ki so odvisne od višine PH in stopnje samostojnosti pri izvajanju vsakodnevnih dejavnosti (Fidler idr., 2017). Če pa se oseba s PH vključi v športno dejavnost, ima to lahko nanjo mnoge pozitivne učinke. Martin Ginis idr. (2010) ugotavljajo, da športno udejstvovanje oseb s PH vpliva na zmanjšanje simptomov depresije in lažje spoprijemanje z vsakodnevnimi težavami. Poveča se občutek obvladovanja spretnosti, kar posledično vodi v zvišanje lastne vrednosti in občutka učinkovitosti, ki se kaže z boljšo samopodobo in občutkom neodvisnosti. Poleg tega udejstvovanje v športni dejavnosti nudi priložnosti za socialne interakcije z drugimi ljudmi, kar spodbuja vključevanje v skupnost in vpliva na izboljšanje zadovoljstva z življenjem. Jevšnikova (2014) ugotavlja, da športno aktivne osebe s PH v primerjavi z neaktivnimi poročajo o višji kakovosti življenja, predvsem o bolj zdravem in manj stresnem življenju.

V procesu posameznikove izbire okupacije, pri razvoju/povrnitvi sposobnosti in prilagoditvah okolja sodeluje tudi delovni terapevt (DTh). Osnovni cilj delovne terapije je omogočiti posamezniku sodelovanje v okupacijah, ki so zanj pomembne, reflektirajo njegove vrednote in prepričanja ter mu dajejo občutek zadovoljstva (Cox, 2017). DTh ima za obravnavo ljudi na voljo različne konceptualne modele. Eden od teh je model človekove okupacije (Model of Human Occupation – MOHO), ki zelo dobro opredeli in razčleni koncept okupacije ter pojasni njen pomen za posameznika. Po MOHO se okupacija nanaša na vsakodnevne dejavnosti, ki jih ljudje izvajajo kot posamezniki, v družini ali skupnosti z namenom, da zapolnijo čas ter dajo življenju smisel (Tommaso idr., 2019). MOHO okupacije razvrsti na tri področja, in sicer na: skrb zase, prosti čas in produktivnost (delo, izobraževanje). Človekova okupacija se vedno dogaja v kontekstu časa, prostora, družbe in kulture, kar pojasnjuje, zakaj in kako ljudje počnejo določene stvari ter kaj si mislijo in čutijo o njih. Vsak posameznik ima izoblikovan svoj okupacijski vzorec. Da bi lažje razumeli, kako je okupacijski vzorec izbran, izoblikovan in izvajan, je Kielhofner razdelil človekov sistem na tri koncepte: voljo, vzorce izvajanja in zmogljivost za izvajanje. Ti koncepti se skupaj z okoljem povezujejo v dinamično celoto, ki vpliva na izvajanje okupacije (Kielhofner, 2008).

Volja se nanaša na motivacijo za okupacijo. Sestavljena je iz treh elementov, ki se v vsakdanjem življenju prepletajo, in sicer iz osebne moči (za kaj se čutimo sposobni in kje učinkoviti), vrednot (kaj cenimo v življenju) in interesov (česa si želimo) (Kielhofner, 2008). Ljudje si želimo biti sposobni za izvajanje dejavnosti, ki so nam pomembne in smiselne, ter biti pri tem učinkoviti in doživljati zadovoljstvo (Spencer idr., 2019). Volja je dinamičen proces, skozi katerega človek prek pričakovanj, izbire, izkušenj med izvajanjem in interpretiranja izkušenj zbira mnenja in občutke o sebi kot aktivnem udeležencu. Vzorci izvajanja se nanašajo na vzorce vedenja, ki so posledica naših navad in vlog ter ustrezajo časovnemu, fizičnemu in družbenemu okolju, v katerem delujemo. Navade in vloge se v našem vsakdanjem življenju prepletajo in oblikujejo v rutine. Zmogljivost za izvajanje pa je sposobnost za opravljanje dejavnosti, ki je zagotovljena z objektivnimi fizičnimi in duševnimi komponentami ter subjektivno izkušnjo z izvajanjem, kar ima veliko vlogo pri oblikovanju posameznikovega izvajanja okupacije. Sposobnosti za izvajanje določene okupacije so odvisne od mišično-skeletnega, nevrološkega in srčno-žilnega sistema ter drugih telesnih sistemov, ki jih potrebujemo za delovanje v okolju, ter duševnih in kognitivnih sposobnosti, kot sta spomin in načrtovanje. Dejavniki okolja se nanašajo na priložnosti, podporo, zahteve in omejitve, ki jih fizično in socialno okolje predstavlja posamezniku. Vključuje prostor za izvajanje okupacije, predmete, ki jih potrebujemo za izvajanje okupacije, ljudi, s katerimi komuniciramo in sodelujemo, ter priložnosti in sredstva za izvajanje okupacijskega vedenja (Kielhofner, 2008).

Pomembno izhodišče za delo DTh je, da je čas, preživet v okupacijah, bistven za posameznikovo zdravje in dobro počutje, saj so okupacije tiste dejavnosti, v katerih uživamo, jim dajemo vrednost ter predstavljajo smisel, izpolnitev in zadovoljstvo v življenju (Clouston, 2018). Z raziskavo smo želeli proučiti igranje rokometna na IV z vidika MOHO modela. V skladu z namenom raziskave smo si zastavili naslednja raziskovalna vprašanja:

1. Kaj osebe po PH motivira za igranje rokometna na IV?
2. Kako igralci rokometna na IV doživljajo smisel igranja rokometna in kakšen pomen mu pripisujejo?
3. Katere okupacijske vloge so igralci rokometna na IV razvili pri igranju rokometna?
4. Kako je igranje rokometna povezano z zmogljivostjo za izvajanje in okoljem?

## 2 Metode

Uporabljena je bila kvalitativna raziskovalna metoda, ki jo lahko uporabimo pri raziskovanju posameznikovega videnja, doživljanja in interpretiranja določene situacije (Barclay idr., 2017). Pri zbiranju in analizi gradiva nas je vodil kombiniran deduktivno-induktivni pristop (Vogrinc, 2008).

### 2.1 Opis vzorca

Uporabljeno je bilo namensko vzorčenje. V vzorec so bile vključene tri osebe, ki igrajo rokomet na IV eno leto in pol ter so začetniki tega športa v Sloveniji. Vsi vključeni imajo PH, od tega dva s paraplegijo (posledica travmatične PH) in eden s siringohidromielijo (netravmatična PH), so moškega spola ter stari 39, 39 in 53 let.

## 2.2 Opis zbiranja in obdelave podatkov

Za zbiranje podatkov smo uporabili delno strukturiran intervju. Vodilo za intervju je nastalo na podlagi MOHO modela. Uporabili smo ga pri vprašanjih, ki sprašujejo o igralčevi motivaciji za igranje rokometu, o z igranjem povezanih navadah in rutini, naravi naučenega delovanja in o vplivu okolja na igranje rokometu (Kielhofner, 2008). Intervjuji so bili izvedeni po treningu rokometu na IV v telovadnici in so trajali od 20 do 40 minut. Bili so posneti, kasneje zapisani in urejeni v wordovih dokumentih. Gradivo smo analizirali z metodo kvalitativne vsebinske analize. Zapise smo najprej nekajkrat prebrali, nato smo izvedli odprto kodiranje, dobljene kode smiselno razvrstili v vnaprej pripravljene kategorije in podkategorije (Vogrinc, 2008).

## 2.3 Etični vidik raziskovanja

Vsi udeleženci so pred začetkom raziskave podpisali soglasje za sodelovanje, s katerim so dovolili uporabo izsledkov intervjujev in navedbe citatov iz intervjujev. Da bi zagotovili anonimnost in zaupnost podatkov, smo prava imena udeležениh zamenjali s psevdonimi.

## 3 Rezultati

V naši raziskavi smo identificirali 47 kod, ki smo jih združili v štiri kategorije, ki so: kategorija volja, ki vključuje podkategorije osebna moč, vrednote in interesi; kategorija vzorci izvajanja, ki vključuje podkategoriji vloge in rutine; kategorija zmogljivost za izvajanje, ki vključuje podkategoriji objektivni vidik in subjektivni vidik, ter kategorija vpliv okolja na okupacijsko vedenje, ki vključuje podkategorije prostori, predmeti, socialne skupine, načini izvajanja in ekonomski vidik (tabela 1).

**Tabela 1**

*Kategorije, podkategorije in kode*

Kategorija	Podkategorija	Koda
Volja	Osebna moč	občutek učinkovitosti in boljša samopodoba
		razvoj osebnosti in osebnosti družine
		šport spremeni pogled na življenje
		strah pred nezmožnostjo ukvarjanja s športom
	Vrednote	šport kot prispodoba življenja
		ljubezen do športa
		zdravje in kakovost življenja
		prijateljstvo
		vključevanje med pozitivne ljudi
	Interesi	ponovna vključitev v športno dejavnost
		doživljanje zadovoljstva (adrenalin, »flow«, svoboda)
		preizkus lastnih sposobnosti
		želja po tekmovanju
		izboljšanje sposobnosti – za vsakodnevno spoprijemanje s težavami
		ustanovitev reprezentance v rokometu na IV

Vzorci izvajanja	Vloge	igralec rokometna na IV
		soigralec
		prijatelj
	Rutine	trening 1-krat na dva tedna
		trening 2-krat na teden (pred turnirjem)
Zmogljivost za izvajanje	Objektivni vidik	samostojna uporaba avtomobila
		manevriranje z IV
		(ne)samostojnost pri izvajanju vsakodnevnih dejavnosti
		telesna kondicija in moč
		funkcionalen trup in močan zgornji del telesa
	Subjektivni vidik	premagovanje ovir v glavi
		pozitivna naravnost
Vpliv okolja na okupacijsko vedenje	Prostori	novejši športni objekti so prilagojeni
		starejši športni objekti so polni ovir
		pomemben prostor za shranjevanje športnih IV
	Predmeti	široki, veliki in težki športni IV
		športni IV, prilagojeni igralčevim meram
		zadnja varovalna kolesčka pri športnem IV
		uporaba varnostnega pasu med igranjem rokometna na IV
		igrišče enako kot pri dvoranskem rokometu
		nižji gol
	Socialne skupine	družina in prijatelji kot opora
		možnost spoznavanja novih ljudi
		skupne dejavnosti s soigralci
	Načini izvajanja	dinamična in odprta igra
		klasifikacija igralcev glede na stopnjo invalidnosti
		treningi večinoma v večernih urah – težava
	Ekonomski vidik	visoka cena športnih IV
		vsak si mora sam kupiti športni IV
		skupnostna pomoč pri nabavi športnega IV
		finančna podpora s strani občine
		finančna podpora s strani društva
		precej stroška pade na igralce

Pri boljšem občutenju osebne moči igranje rokometna na IV vpliva z boljšim občutkom samoučinkovitosti in samopodobe, razvojem igralčeve osebnosti in osebnosti njegove družine ter z bolj pozitivnim pogledom na življenje. Eden od sodelujočih je o tem povedal: »Jaz trdim, da sem boljši človek zaradi tega [...].« (Luka, str. 2). Šport vključenim v raziskavo daje zelo veliko pozitivnega, zato je pri večini prisoten strah pred nezmožnostjo ukvarjanja s športom.

Za igralce rokometna na IV je šport prisposodba življenja. Eden od igralcev je to izrazil tako: »[...] bi lahko rekel, šport je enako življenje [...].« (Marko, str. 2). Vključeni v raziskavo svoje igranje rokometna povezujejo z zdravjem in kakovostjo življenja. Rok (str. 5) je o tem povedal: »[...] tudi zaradi rokometna se mi zdi, da živim bolje, bolj zdravo [...].« Igranje rokometna vključenim daje možnost pridobivanja novih prijateljev in sodelovanja s pozitivnimi ljudmi. O prijateljih je Marko (str. 3) povedal: »[...]

postaneš prijatelj za celo življenje, to se ne da kupit, [...] neki, vsaj za mene, nepojmljivega pa neprecenljivega.« Glede sodelovanja s pozitivnimi ljudmi pa se je Luka (str. 4) takole izrazil: »[...] prideš med prave ljudi, pozitivne ljudi, ker vejo, kaj je življenje, da ni konec sveta [...]»

Interes za igranje rokometna na IV so pri vključenih v raziskavo predstavljali naslednji dejavniki: ponovna vključitev v športno dejavnost, doživljanje zadovoljstva pri igranju rokometna, preizkus lastnih sposobnosti, želja po tekmovanju in izboljšanje sposobnosti. Boljše sposobnosti se potem odrazijo v vsakodnevem življenju. Rok (str. 3) je o tem povedal: »[...] ko se ukvarjam z rokometom, mi ta sigurno pozitivno vpliva na lažje soočenje s težavami v svetu [...]» Glede doživljanja zadovoljstva ob igranju rokometna pa je Marko (str. 6) dejal: »Absolutno, vse, kar se tiče ukvarjanja s športom, mi prinaša zadovoljstvo [...]» Zadovoljstvo pri igranju čutijo zaradi »adrenalina«, zlitja z dejavnostjo in občutka svobode. Luka (str. 5) je ta občutek opisal z besedami: »[...] takrat sem svoboden na nek način, čisto svoboden, moja glava je takrat čista [...]» Vsi sodelujoči v raziskavi so zainteresirani za ustanovitev slovenske rokometne reprezentance na IV in upajo, da se bodo lahko še dolgo časa ukvarjali s športom.

Sodelujoči v raziskavi so si z igranjem pridobili vlogo igralca rokometna na IV, soigralca in prijatelja, razvili so rutino treningov.

Za uspešno igranje rokometna na IV morajo biti zagotovljene določene objektivne fizične in duševne sposobnosti. Igralci rokometna na IV so izpostavili samostojno uporabo avtomobila, manevriranje z IV in (ne)samostojnost pri izvajanju vsakodnevnih dejavnosti. Glede samostojnosti je Rok (str. 1) povedal: »[...] se kar trudimo, da smo pri večini stvari, smo pa kar samostojni, no [...]» Poleg navedenih sposobnosti so poudarili še pomen telesne kondicije in moči, funkcionalen trup in močan zgornji del telesa, kot subjektivni vidik pa zmogljivosti za izvajanje in premagovanje ovir v glavi ter pozitivno naravnost.

Kot pomemben prostor za igranje rokometna so vključeni v raziskavo navajali športne objekte in njihovo primernost za uporabo s strani oseb na IV. Navajali so, da so novejši športni objekti načeloma primerni za osebe na IV, medtem ko so starejši objekti polni ovir (npr. dostopnost športnih dvoran, sanitarij ipd.). Izpostavili so možnost prostora za shranjevanje športnih IV, ki jih žal še večina objektov nima.

Povedali so, da so športni IV široki, veliki in težki, pomembno pa je, da so prilagojeni igralčevim meram, da imajo zadnja varovalna kolesčka in da igralci med igranjem uporabljajo varnostni pas. Luka (str. 2) je o tem povedal: »[...] to so vozički, ki so namenjeni samo rokometu [...]». To je voziček po merah, vsak igralec ima svoj voziček, ki samo njemu paše.«

Kot pomembna vzpodbuda za igranje rokometna na IV se je izkazalo socialno okolje. Rok (str. 3) je o tem dejal: »V bistvu družina me podpira že od samega začetka, prijatelji enako.« Igranje rokometna igralcem predstavlja možnost za spoznavanje novih ljudi, ki jih povezujejo skupne dejavnosti, potovanja ipd. Glede tega se je Luka (str. 5) pohvalil: »[...] tudi kak dopust naredimo aktivni skupi.«

Vključeni v raziskavo so rokomet opisali kot dinamično igro, kar jim je všeč. Glede na to, da imajo igralci rokometna različno stopnjo oviranosti, so glede na to tudi klasificirani kot igralci – to jim omogoča igranje. Za nekoliko ovirajočo okoliščino se je izkazala usklajevanje termina za treninge. Treninki potekajo v večernih urah, kar marsikomu onemogoča sodelovanje.

Glede ekonomskega vidika ukvarjanja s športom so igralci rokometna na IV navedli nekaj težav, in sicer predvsem visoko ceno športnega IV, ki si ga mora kupiti vsak sam. Glede tega je Marko (str. 1) povedal: »[...] cena enega takega vozička je okrog 5.000 € in zdej vozički niso univerzalni.« Tukaj lahko pomaga solidarnost skupnosti, podpora občine in društvo paraplegikov, kar so vključeni v raziskavo omenjali kot delno rešitev za prej omenjene težave. Eden od vključenih je glede pomoči skupnosti dejal: »[...] sem naredil eno akcijo, en pohod in so mi moji someščani zbrali 7500 € in sem si kupil najboljši športni voziček.« (Luka, str. 3).

## 4 Razprava

Ljudje imamo prirojeno potrebo po delovanju in se zavedamo potenciala za izvajanje različnih dejavnosti. Želja in potreba po delovanju sta glavna motiva za vključevanje v različne okupacije (Kielhofner, 2008).

### 4.1 Volja

Koncept volje je opisan kot proces, skozi katerega posamezniki najdejo smisel vključevanja v okupacijo, in vključuje osebno moč, vrednote ter interese (Park idr., 2019). Vključeni v našo raziskavo so v igranju rokometna prepoznali nekaj, kar jim daje občutek učinkovitosti in boljše samopodobo, kar je dober razlog za igranje rokometna na IV. Martin Ginis idr. (2010) so v svoji raziskavi prav tako poročali, da telesna dejavnost vpliva na povečanje občutka obvladovanja spretnosti, kar posledično vodi v zvišanje lastne vrednosti, občutka učinkovitosti in osebnega nadzora. Igralci z vključenostjo v igranje rokometna povezujejo tudi razvoj lastne osebnosti in osebnosti vse družine. Jevšnikova (2014) pravi, da pozitivni učinki ukvarjanja s športom, kot so večje zaupanje vase in v lastne sposobnosti, tekmovalnost in odločnost, pripomorejo tudi k večji samozavesti, čustveni stabilnosti in občutku neodvisnosti.

Tako resna oviranost, kot je doživljenjska vezanost na IV, pri delovanju te osebe pusti resne posledice, kar lahko vključuje negativni pogled na življenje nasploh. V naši raziskavi ugotavljamo, da vključenost v okupacijo, kot je igranje rokometna, lahko spremeni pogled na življenje. Mnoge študije (Jevšnik, 2014; Williams idr., 2014; Martin Ginis idr., 2010; Giacobbi idr., 2008) potrjujejo naše ugotovitve, saj poročajo o učinkovitosti telesne dejavnosti na zmanjšanje simptomov depresije, izboljšanje razpoloženja in zadovoljstva z življenjem pri osebah s PH. Ravno zaradi tega, ker šport posamezniku daje toliko pozitivnega, razumemo, zakaj so sodelujoči izražali strah pred nezmožnostjo ukvarjanja s športom.

Na izbiro okupacije vplivajo tudi posameznikove vrednote, prepričanja in pripadnost. Vrednote so skladne z okoljem, v katerem posameznik živi, in vplivajo na občutek lastne vrednosti, ki ga posameznik dobi pri izvajanju okupacij (Kielhofner, 2008). Ugotovitve naše raziskave so pokazale, da igralci rokometna na IV dajejo velik pomen športu. V športu vidijo nekaj več - delijo si ljubezen do športa in ga označujejo kot prispodobo življenja. Zaradi ukvarjanja s športom pa poročajo tudi o boljšem zdravju in višji kakovosti življenja. Aktivno preživet čas v športnih dejavnostih pripomore k boljšemu fizičnemu in psihosocialnemu počutju oseb s paraplegijo, kar vpliva na večje zadovoljstvo z življenjem in višjo kakovost življenja (Jevšnik, 2014). Igranje rokometna vključenim v raziskavo daje možnost pridobivanja novih prijateljev in sodelovanja s pozitivnimi ljudmi, kar je zelo pomembno,



saj osebe z določeno okvaro velikokrat izkusijo negativen odnos od drugih ljudi, zavračanje in celo diskriminacijo, njihova socialna mreža se po navadi zmanjša (Kielhofner, 2008). Jevšnikova (2014) pravi, da k večji socialni vključenosti in manjši socialni izolaciji veliko pripomorejo ravno športne dejavnosti, saj ponujajo veliko priložnosti za druženje.

Interes za igranje rokometna na IV izhaja pri vključenih v raziskavo iz želje po ponovni vključitvi v športno dejavnost, ki je izhajala iz posameznikovih pozitivnih izkušenj ukvarjanja s športom pred PH, in želje po tekmovanju, o čemer je tudi Jevšnikova (2014) poročala v svoji raziskavi. Igralci rokometna so navedli še, da interes izhaja iz možnosti preizkusa lastnih sposobnosti in izboljšanja sposobnosti, predvsem za lažje spoprijemanje z vsakodnevnimi težavami, ter doživljanja zadovoljstva pri igranju rokometna, pri čemer so izpostavili občutek adrenalina in svobode ter »flow«, kar se odraža v njihovem boljšem počutju in zdravju. Podobne ugotovitve so v svoji raziskavi navedli Angulo idr. (2019), ki pravijo, da je visoka kakovost življenja pri osebah s PH povezana z zdravjem in uspešnim spoprijemanjem z vsakodnevnim stresom. Želja po tekmovanju in športnem udeleževanju pa se pri vključenih v našo raziskavo povezuje tudi z njihovim interesom za ustanovitev slovenske rokometne reprezentance na IV.

#### 4.2 Vzorci izvajanja

Okupacijski vzorci, kot so navade, rutine in vloge, oblikujejo posameznikovo identiteto (Park idr., 2019). Zaradi PH posameznik pogosto izgubi določene vloge (Giaccobi idr., 2008). Osebe s PH imajo težave pri sprejemanju novega telesa in identitete, kar se kaže v obliki frustracij in razočaranja nad trenutnimi fizičnimi sposobnostmi ter kot strah pred vključenostjo v športno dejavnost, da ne bi s tem povzročili še dodatne telesne škode (Williams idr., 2014). Vendar pa nekateri raziskovalci ugotavljajo, da sodelovanje v športnih dejavnostih lahko pozitivno vpliva na to, kako osebe s PH vidijo in doživljajo svoje telo (Williams idr., 2014; Giaccobi idr., 2008). Vključeni v našo raziskavo so bili fizično aktivni že pred PH, zato so si po PH prizadevali za čimprejšnjo vključitev v športno dejavnost, da bi ohranili fizično aktivno identiteto in socialne odnose z drugimi ljudmi. Izgubili so vlogo zaposlenega, z igranjem rokometna na IV pa so pridobili vlogo igralca rokometna na IV, soigralca in prijatelja, čemur pripisujejo največjo vrednost. Pri igralcih se je razvila tudi tedenska rutina treniranja.

#### 4.3 Zmožljivosti za izvajanje

Za izvajanje okupacije, kot je igranje rokometna na IV, so potrebne določene objektivne fizične in duševne sposobnosti (Park idr., 2019). Ugotovitve naše raziskave kažejo, da so vsi vključeni v raziskavo samostojni pri uporabi avtomobila, kar vključuje transfer iz avtomobila v IV in vožnjo avtomobila, ter pri večini vsakodnevnih dejavnosti. Igralci rokometna na IV so povedali, da je za igranje rokometna potrebne veliko telesne kondicije in moči, potreben je tudi funkcionalen trup in močan zgornji del telesa ter dobro manevriranje z IV, ki vključuje nadzor nad IV pri pospeševanju, zaviranju, spremembi smeri ali tempa ter blokiranju nasprotnika. Od igralcev se zahteva sposobnost manipuliranja z rokometno žogo, ki vključuje sprejem in podajo žoge, preigravanje, streljanje na gol, blokado in sposobnost obrambe žoge (EHF, 2020). Poleg tega so sodelujoči poudarili še subjektivni vidik zmožljivosti za izvajanje, in sicer premagovanje ovir v glavi in pozitivno naravnost, ki sta potrebni za uspešno izvajanje rokometna na IV. V kar nekaj raziskavah so ugotovili, da osebe z boljšimi funkcionalnimi sposobnostmi izkusijo več dobrega počutja in so bolj fizič-



no aktivne kot pa osebe s slabšimi funkcionalnimi sposobnostmi (Fidler idr., 2017; Martin Ginis idr., 2010).

#### 4.4 Vpliv okolja na okupacijsko vedenje

Na delovanje vseh treh konceptov človeka vpliva tudi okolje s svojimi dejavniki (Park idr., 2019). Fizično okolje velikokrat predstavlja oviro za osebe z določeno okvaro (Kielhofner, 2008). Igralci rokometu so navedli, da so novejši športni objekti dostopni in prilagojeni za osebe na IV, medtem ko starejši športni objekti niso prilagojeni in predstavljajo veliko oviro za igranje rokometu. Izpostavili so predvsem prestrme klančine, stopnice na poti do slačilnice in nedostopne sanitarije. Dve raziskavi (Barclay idr., 2017; Amsters idr., 2016) poročata o podobnih ugotovitvah, in sicer o nedostopnosti javnih zgradb in domov prijateljev. Williams idr. (2014) pa so ugotovili, da pomanjkanje dostopnih športnih objektov za osebe na IV lahko pri osebah s PH povzroči občutek frustracije zaradi nezmožnosti vzdrževanja telesne kondicije, ki so jo osebe pridobile v bolnišnici v času rehabilitacije. Sodelujoči v naši raziskavi so izrazili tudi željo po prostoru za shranjevanje športnih IV v telovadnici, kjer imajo treninge, da bi se izognili vsakodnevnu prenašanju športnih IV iz avtomobila do telovadnice.

Za igranje rokometu na IV se uporabljajo športni IV, ki so prilagojeni igralčevim meram. So veliki, težki in širši od navadnih IV, zadaj imajo tudi dva varovalna kolesčka za boljšo stabilnost. Med igranjem je obvezna uporaba varnostnega pasu, ki igralce ščiti pred padci in jim omogoča boljšo koordinacijo pri vožnji IV. Mere igrišča so enake kot pri dvoranskem rokometu, le gol je nižji (EHF, 2018).

Kot pomembna vzpodbuda za igranje rokometu na IV se je izkazalo socialno okolje. Igralcem oporo nudijo predvsem družina in prijatelji, ki jih spodbujajo in jim nudijo pomoč. Angulo idr. (2019) pravijo, da imajo družina, prijatelji in družbena omrežja pomembno vlogo pri varovanju psihičnih in fizičnih dejavnikov posameznika. Ugotavljajo tudi, da je podpora prijateljev za osebe s PH pomembnejša od podpore družine, saj je ta pri večini oseb s PH samoumevna. V tem se ugotovitve naše raziskave razlikujejo, saj so vsi sodelujoči na prvo mesto postavili podporo družine, ki je vedno prisotna, tudi v najtežjih situacijah. Spodbude in pozitivna naravnost družine imajo pomembno vlogo pri ponovnem vključevanju oseb s PH v skupnost ter oblikovanju odnosov in vlog, ki so jih zaradi poškodbe izgubile (Jevšnik, 2014).

Naša raziskava je pokazala, da so se pri osebah s PH zaradi vključevanja v športne dejavnosti in igranja rokometu na IV povečale socialne interakcije z drugimi ljudmi. Socialno vključenost označujemo kot sodelovanje v družbenih dejavnostih, ki zajemajo interakcijo z okoljem in drugimi osebami. Posledično vpliva na višjo kakovost življenja ter boljše fizično in duševno zdravje (Warner idr., 2018). Igralci rokometu so izpostavili predvsem druženje in preživljanje dopusta s soigralci. Zelo pomembna je tudi izmenjava izkušenj med soigralci, saj si tako pomagajo pri reševanju težav v vsakodnevem življenju, kar so v svojih raziskavah ugotovili tudi Williams idr. (2014) ter Amsters idr. (2016). Zaradi ukvarjanja s športom so sodelujoči v naši raziskavi spoznali veliko novih ljudi in trenerjev, z nekaterimi so postali prijatelji za vse življenje in potovali v tuje države.

Ker imajo igralci rokometu različno stopnjo oviranosti, so pred vključitvijo v ekipo ocenjeni glede na klasifikacijo invalidnosti. Sistem klasifikacije vključuje pet razredov, kjer razred 1 ustreza igralcem, ki imajo slabše funkcionalne sposobnosti, razred 5 pa tistim z boljšimi funkcionalnimi sposobnostmi. Namen klasifikacije je zagotoviti pošteno in pra-

vično tekmovalje na vseh ravneh športa in omogočiti igralcem, da tekmujejo na najvišji ravni (EHF, 2020). Vključenim v raziskavo je roket vseh, saj je to odprta in dinamična igra. Vendar pa igralci prihajajo iz različnih krajev Slovenije, zato jim težavo predstavlja večerni treningi, kar se pogosto odraža v manjši prisotnosti in zato manj kakovostnem treningu.

Največja ovira za igranje rokomet na IV je visoka cena športnih IV. Vsak igralec si mora sam kupiti športni IV, kar je za večino velik finančni zalogaj, saj se invalidne osebe težje zaposlijo kot osebe brez gibalne oviranosti. Vsi sodelujoči v naši raziskavi so nezaposleni. Pri zbiranju finančnih sredstev za nakup novih športnih IV so se obrnili na skupnost – organiziranje dobrotelčnih akcij in pomoč soseskam. Strošek uporabe telovadnice, tekmovalj in sodelovanja sodnikov krije društvo, finančno podporo pa nudi tudi občina s sofinanciranjem stroška uporabe telovadnice. Lokalne skupnosti namreč vsako leto namenijo precejšen del sredstev za šport v okviru občinskega proračuna, kar vključuje tudi invalidski šport (Mihorko idr., 2014). Kljub temu precej stroškov pade na igralce rokomet, največji strošek pa predstavlja ravno nakup športnega IV. Tudi Amsters idr. (2016) pravi, da finančna sredstva posameznika zelo vplivajo na možnost vključevanja v okupacije. Jevšnikova (2014) je poročala, da se športno aktivne osebe s paraplegijo lažje zaposlijo kot neaktivne, saj se jim zaradi ukvarjanja s športom hitreje obnovijo izgubljene motorične in ročne spretnosti, izboljšata telesna moč in mobilnost ter zmanjša utrujenost. V mnogih raziskavah so športno aktivne osebe s paraplegijo kot glavno oviro za vključevanje v športne dejavnosti prav tako izpostavile visoke stroške financiranja (stroški prilagojenih športnih pripomočkov, prevoza, članstva) in nezadostna finančna sredstva (Jevšnik, 2014; Williams idr., 2014).

## 6 Zaključek

Osebe s PH zaradi izgube sposobnosti gibanja in občutenja pogosteje razvijejo neaktiven življenjski slog, ki ima negativen vpliv na posameznikovo telesno in duševno zdravje, socialno vključenost in zadovoljstvo z življenjem. Zato je vključevanje v okupacije, kot je igranje rokomet na IV, za osebe s PH pomembno, saj jim krepi voljo do življenja in delovanja ter zmogljivosti izvajanja, omogoča razvoj vzorcev izvajanja (vloge, navade, rutine), kar prispeva k višji kakovosti življenja.

Vključeni v raziskavo so poleg pozitivnih vidikov igranja rokomet na IV izpostavili tudi nekaj težav, ki izhajajo predvsem iz okolja. Kot največjo oviro za igranje rokomet na IV so navedli visoko ceno športnih IV in nedostopnost starejših športnih objektov. Problem pa predstavlja tudi pomanjkanje mladih oseb s PH, ki bi se aktivno vključevale v športne dejavnosti, kar bi lahko pripisali tudi nezadostnemu usposabljanju športnih trenerjev in strokovnih delavcev za delo z osebami z gibalno oviranostjo. Raziskave nakazujejo na nujnost izboljšanja sistema športnega treniranja invalidnih oseb. K večjemu interesu za vključevanje v športne dejavnosti lahko pripomorejo tudi DTh s spodbujanjem oseb s PH k sodelovanju v športnih dejavnostih. Poleg tega DTh poznajo delovanje oseb na IV, znajo analizirati vsakodnevne dejavnosti in imajo konceptualne modele (kot je MOHO), ki dajejo dober vpogled v delovanje športnikov na IV, kar uvršča DTh med strokovnjake, ki so usposobljeni za delo na področju invalidskega športa.

Neža Mandelc, Cecilija Lebar, MSc

## Wheelchair Handball as an Occupation of People with Spinal Cord Injury

*People with spinal cord injury (SCI) have a reduced ability to participate in occupations outside the home, such as working and leisure activities (Barclay et al., 2017). Decreased ability to engage in occupations impacts a person's identity, health and well-being, sometimes more than the illness or injury itself. Many studies have shown that of all the occupations an individual engages in, sports activity has the best effect on their bio-psychosocial structure and quality of life (Jevšnik, 2014).*

*An occupational therapist (OT) is also involved in the process of selecting the occupation, developing/regaining skills, and adapting the environment so that a person can play wheelchair handball (WCH), for example. The main goal of occupational therapy is to enable individuals to participate in occupations that are important to them, that reflect their values and beliefs, and give them a sense of satisfaction (Cox, 2017). OT has a variety of conceptual models for treating people. One of them is the Model of Human Occupation (MOHO), which defines and analyses the concept of occupation and explains its meaning for the individual (Kielhofner, 2008). Occupation refers to everyday activities that people do as individuals in a family or community to pass the time and give meaning and purpose to life (Tommaso et al., 2019). According to Kielhofner (2008), an individual's actions, thoughts and emotions during occupational performance result in a dynamic interaction between concepts of volition, habituation, performance capacity, and the impact of the environment on occupational behaviour. Volition is composed of three elements, namely personal causation, values and interests. Volition is a dynamic process by which an individual, through expectations, choices, experiences during occupational performance and interpretation, gathers opinions and feelings about himself/herself as an active participant (Kielhofner, 2008).*

*Habituation refers to patterns of behaviour that result in our habits and roles and correspond to the temporal, physical and social environment in which we perform. Performance capacity is defined as the ability to perform activities enabled by objective physical and mental components and the corresponding subjective experience that significantly shapes an individual's occupational performance. The environment provides the individual with opportunities, support, requirements and restrictions to perform the occupation. It includes the space for occupational performance, the objects we need to perform it, the people with whom we communicate and collaborate, and the opportunities and means to perform occupational behaviour (Kielhofner, 2008).*

*The aim of our study was to research the WCH game from the perspective of MOHO. In line with the research aim, we posed the following research questions:*

- 1. What motivates people with SCI to play WCH?*
- 2. How do WCH players experience the meaning of playing handball and what importance do they attach to it?*
- 3. What occupational roles have WCH players developed in playing handball?*
- 4. How is playing handball related to performance capacity and environment?*

*Qualitative research was conducted. In collecting and analysing the material, we were guided by a combined deductive/inductive approach (Vogrinc, 2008). The purposive sample included three individuals with one and a half years' experience playing WCH. All participants have SCI, are males, and aged 39, 39 and 53. Participants signed a cooperation agreement before starting the survey. We ensured anonymity through pseudonymization. A semi-structured interview was used for data collection. The interview was based on MOHO. The interviews were recorded, transcribed and edited in a Word document. Firstly, we read the transcripts several times, conducted open coding, and classified the obtained codes into prepared categories and subcategories (Vogrinc, 2008). Four categories were defined, namely volition, which includes the subcategories of personal causation, values and interests; habituation, which includes the subcategories of roles and routines; performance capacity, which includes the subcategories of objective components of performance capacity and a subjective approach to performance capacity; the impact of the environment on occupational behaviour, which includes the subcategories of spaces, objects, social groups, occupational forms and economic conditions (Kielhofner, 2008).*

*WCH contributes to higher personal causation of the handball players through an improved sense of self-efficacy and self-image, the development of the player's personality and the personality of his/her family, and a more positive view on life. Since sport gives so much positivity to the participants, most of them are afraid of not being able to play sports anymore. WCH players share a love of sports with each other; for them, sport is a metaphor for life. Moreover, they associate playing handball with health and quality of life. Playing handball gives them the opportunity to make new friends and interact with positive people too. All of this contributes to the value they attach to playing handball. The participants' reasons for taking up WCH were reintegration into sport, experiencing satisfaction in playing handball, testing one's abilities, desire to compete, and improving one's skills. They feel pleasure when playing WCH because of the "adrenaline" and the feeling of freedom; they also like the activity. Additionally, they are interested in establishing a Slovenian national WCH team and hope that they will be able to continue to engage in sports for a long time. Engagement in occupations is closely linked to the roles we develop in life. Participants have acquired the role of a WCH player, a teammate, and a friend. Engagement in occupations that are periodic, influences the development of a routine. In the case of the participants, we are talking about training sessions once every two weeks and twice a week before a match.*

*In order to play WCH successfully, they must possess certain objective physical and mental abilities. WCH players stated independent use of the car, manoeuvring the wheelchair (WC) and (in)dependence in performing daily activities. Besides that, they emphasized the importance of physical fitness and strength, a functional trunk and a strong upper body as well. With regard to the subjective approach to performance capacity, they listed the importance of being able to overcome mental obstacles and having a positive attitude.*

*To play WCH successfully, the space where handball is played, the objects involved in the performance, the social groups associated with the performance, the occupational forms and the economic conditions of engaging in this sport are important. As regards the space for playing handball, the participants in the study mentioned sports facilities and their suitability for use by persons on WC. They stated that newer sports facilities are generally suitable for people on WC, while older facilities are full of obstacles (e.g., accessibility of sports halls, toilets, etc.). As an important aspect of the space, they also listed the possibility of storing sports WC in the sports halls, which unfortunately is not available in*

most facilities yet. However, there are certain objects that are mandatory for playing WCH and which enable occupational performance. Participants said that sports WC are wide, large and heavy, but it is very important that they are tailored to the player's size, have rear safety wheels, and that the player uses a seat belt during a game.

The social environment proved to be an important stimulation to play WCH. Firstly, there are family and friends who support the WCH players. In addition, participants have the opportunity to meet new people while playing handball and engage in activities together, exchange experiences, and travel with them.

Occupational forms are one of the factors that motivate or enable players to be engaged in WCH, but they can be a barrier too. The participants in the study like handball because of its dynamics. Since WCH players have different levels of disability, they are classified as players according to the level of physical impairment, which allows them to play equally. A somewhat obstructive circumstance is the timing of the training sessions, which usually take place in the evening hours.

One of the main problems for the WCH players was the high price of the sports WC that everyone has to buy on their own. This is where community solidarity, community support and a paraplegic society can help, which participants in the study cited as a partial solution to the above-mentioned problems. Many studies have shown a significant connection between a person's engagement in out-of-home occupations and quality of life (Barclay et al., 2017). One of the possible occupations is WCH, which allows people with disabilities to participate in sports (Costa e Silva et al., 2017). Moreover, our study showed how important sport is in the lives of people who are bound to the WC. The participants also pointed out some problems that arise mainly from the environment, which luckily are the easiest to solve.

The fact that more and more severely injured people are taking part in sports, that specific sports disciplines are becoming increasingly specialized, and that sport for people with disabilities is becoming more and more popular, impacts the development and establishment of sports for people with disabilities in Slovenia and elsewhere. However, in order to enable people with disabilities to participate in sports activities as smoothly as possible, satisfactory spatial capacities with appropriate equipment and trained professionals are needed, which is not yet fully provided in Slovenia (Porenta, 2011). As OTs we are familiar with the functioning of people on WC, we know how to analyse their daily activities, and we have conceptual models (like MOHO) that give us a good insight into athletes on WC. That places us among the professionals trained to work in the field of wheelchair sports.

## LITERATURA

1. Amsters, D., Schuur, S., Pershouse, K. idr. (2016). Factors which facilitate or impede interpersonal interactions and relationships after spinal cord injury: A scoping review with suggestions for rehabilitation. *Rehabilitation Research and Practice*, 2016(4), 1–13.
2. Angulo, S. M., Reales, J. M., Sandin, B. idr. (2019). Quality of life in people with spinal cord injury. *Rev Psicopatol Psicol Clin*, 24(1), 71–82.
3. Barclay, L., Lentin, P., McDonald, R. idr. (2017). Understanding the factors that influence social and community participation as perceived by people with non-traumatic spinal cord injury. *British Journal of Occupational Therapy*, 80(10), 577–586.
4. Clouston, T. J. (2018). Creating meaning in the use of time in occupational therapy. *British Journal of Occupational Therapy*, 81(39), 127–128.



5. Costa e Silva, A. A., Borges, M., Faria, F. R. idr. (2017). Validating of the battery of skill tests for wheelchair handball athletes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Fisica y el Deporte*, 17(65), 167–182.
6. Cox, D. L. (2017). The Dr Elizabeth Casson Memorial Lecture 2017: Life as an occupational being. *British Journal of Occupational Therapy*, 80(9), 525–532.
7. EHF – European Handball Federation (2018). Wheelchair handball rules for European tournaments.
8. EHF – European Handball Federation (2020). Wheelchair Handball Classification Manual. Dostopno na: [http://cms.eurohandball.com/PortalData/1/Resources/1\\_ehf\\_main/3\\_download\\_pdf/2.\\_Wheel-chair\\_Handball\\_Basic\\_Classification\\_DRAFT.pdf](http://cms.eurohandball.com/PortalData/1/Resources/1_ehf_main/3_download_pdf/2._Wheel-chair_Handball_Basic_Classification_DRAFT.pdf) (pridobljeno 4. 10. 2020).
9. Fidler, A., Schmidt, M. in Vauhnik, J. (2017). How people with chronic spinal cord injury deal with sport in the Republic of Slovenia. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(4), 2372–2378.
10. Giacobbi, P. R., Stancil, M., Hardin, B. idr. (2008). Physical activity and quality of life experienced by highly active individuals with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 25(3), 189–207.
11. Horvat, B. (2013). Nekatere značilnosti doživljanja sebe pri osebah s shizofrenijo in pri tistih po nezgodni poškodbi hrbtenjače. *Psihološka obzorja*, 22(1), 122–133.
12. Jevšnik, P. (2014). Subjektivna ocena kakovosti življenja oseb s poškodbo hrbtenjače. [Magistrsko delo]. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
13. Kennedy - Behr, A. in Hatchett, M. (2017). Wellbeing and engagement in occupation for people with Parkinson's disease. *British Journal of Occupational Therapy*, 80(12), 745–751.
14. Kielhofner, G. (2008). Model of human occupation: Theory and application, 4th ed. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
15. Martin Ginis, K. A., Jetha, A., Mack, D. E. idr. (2010). Physical activity and subjective well-being among people with spinal cord injury: A meta-analysis. *Spinal Cord*, 48(1), 65–72.
16. Mihorko, B., Štrumbej, B., Čander, J. idr. (2014). Smernice za šport in rekreacijo invalidov. Maribor: Društvo vojnih invalidov Maribor.
17. Park, J., Gross, D. P., Rayani, F. idr. (2019). Model of Human Occupation as a framework for implementation of Motivational Interviewing in occupational rehabilitation. *Work*, 62(1), 629–641.
18. Porenta, T. (2011). Košarka na vozičkih. [Diplomsko delo]. Ljubljana: Fakulteta za šport.
19. Spencer, K., Jenkins, G. G., Davis, M. M. idr. (2019). When occupational therapy and magic collide. *British Journal of Occupational Therapy*, 82(12), 713–715.
20. Tommaso, A. D., Wicks, A., Scarvell, J. idr. (2019). Experiences of occupation-based practice: An Australian phenomenological study of recently graduated occupational therapists. *British Journal of Occupational Therapy*, 82(7), 412–421.
21. Vissers, M., van den Berg - Emons, R., Sluis, T. idr. (2008). Barriers to and facilitators of everyday physical activity in persons with a spinal cord injury after discharge from the rehabilitation centre. *J Rehabil Med*, 40(1), 461–467.
22. Vogrinc, J. (2008). Kvalitativno raziskovanje na pedagoškem področju. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
23. Warner, G., Desrosiers, J., Packer, T. idr. (2018). Factors affecting ability and satisfaction with social roles in persons with neurological conditions: The importance of mobility and stigma. *British Journal of Occupational Therapy*, 81(4), 207–217.
24. Williams, T. L., Smith, B. in Papathomas, A. (2014). The barriers, benefits and facilitators of leisure time physical activity among people with spinal cord injury: A meta-synthesis of qualitative findings. *Health Psychology Review*, 8(4), 404–425.

---

*Neža Mandelc, diplomirana delovna terapevtka v CUDV Matevža Langusa Radovljica*  
*e-naslov: neza.mandelc@gmail.com*

*Mag. Cecilija Lebar, dipl. del. ter., višja predavateljica na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani*  
*e-naslov: lebarc@zf.uni-lj.si*