

УДК 159.9.07

## МОТИВАЦИОННЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕПРИВАЦИИ СРЕДСТВАМИ СПОРТА

<sup>1</sup>Крылова А.В., <sup>2</sup>Крылов В.М.

<sup>1</sup>Стерлитамакский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры», Стерлитамак, e-mail: sifk\_nayka@mail.ru;

<sup>2</sup>Стерлитамакский филиал ФГБОУ ВПО «Башкирский государственный университет», Стерлитамак, e-mail: strbsu@mail.ru

В статье представлены результаты исследования социальной адаптации, характера мотивации и депривации у спортсменов с ограниченными двигательными возможностями. В частности, отмечено преобладание мотивации к успеху и умеренная склонность к риску, низкий уровень общей психической депривации и социальной дезадаптации; выявлены детерминанты преодоления относительной психической и двигательной депривации в условиях спортивной деятельности, к которым относятся: направленность мотивации на достижение успеха, умеренная склонность к риску, повышение уровня адаптированности; определены мотивационные компоненты преодоления двигательной депривации средствами спорта, к которым относятся: восстановление физического здоровья и компенсация утраченных функций; преодоление деструктивных психоэмоциональных состояний; потребность в социальных контактах и принадлежности к обществу; потребность в самовыражении и признании. Выявлена отрицательная взаимосвязь депривации с показателем мотивации на успех и социальной адаптированностью; показателей мотивации к успеху и готовности к риску.

**Ключевые слова:** мотивация, мотивационный компонент, депривация, социальная адаптация, лица с ограниченными двигательными возможностями, спорт

## THE MOTIVATIONAL COMPONENTS OF OVERCOMING OF THE MOTIVE DEPRIVATION BY MEANS OF SPORT

<sup>1</sup>Krylova A.V., <sup>2</sup>Krylov V.M.

<sup>1</sup>Sterlitamak State Physical Culture Institute (branch) Uralian Physical Culture University, Sterlitamak, e-mail: sifk\_nayka@mail.ru;

<sup>2</sup>Sterlitamak Branch Bashkir State University, Sterlitamak, e-mail: strbsu@mail.ru

The article presents the results of a study of social adaptation, character motivation and deprivation in athletes with reduced mobility. In particular noted the predominance of motivation to succeed and moderate risk appetite, low level of general mental deprivation and social exclusion; identified determinants of overcoming mental and motor relative deprivation in terms of sports activities which include: orientation of motivation for success, moderate risk appetite, increased levels of adaptability; determined to overcome the motivational components of motor deprivation sports facilities which include: the restoration of physical health and compensation of lost functions; overcoming destructive psycho-emotional states; need for social contact and belonging to society; the need for self-expression and recognition. There was a negative correlation with the index of deprivation of motivation for success and social adaptation; indicators of motivation to succeed and the willingness to take risks.

**Keywords:** motivation, motivational component, deprivation, social adaptation, persons with limited moving abilities, sport

Реабилитация больных и инвалидов является в настоящее время одним из приоритетных направлений психологии, педагогики, социологии, медицины, как в нашей стране, так и за рубежом. В частности, в данном направлении в связи с изменением концепции инвалидности наиболее актуальной является проблема реабилитационного потенциала инвалидов (В.П. Белов, Ж.В. Порохина), одним из ведущих компонентов которого является мотивация к реабилитации. Однако до настоящего времени развернутых исследований данного явления недостаточно. В свою очередь, без учета личностных особенностей инвалида и оценки его мотивационного потенциала невозможно выстроить эффективную систему реабилитационных мероприятий,

способных вернуть человека к полноценной жизни.

Таким образом, эффективность процесса реабилитации и адаптации лиц с различными ограничениями в двигательной сфере в большой степени детерминирована наличием достаточной мотивации. Там, где она сформирована, главные проблемы реабилитации и адаптации заключаются в большинстве своем в техническом обеспечении этого процесса. В научных трудах, посвященных данной проблематике, имеются достаточно аргументированные утверждения о том, что реабилитация и адаптация в их классическом развитии включают в себя и начинаются с психологической реабилитации, главным из компонентов которой и является мотивационный компонент [6].

При двигательной депривации, которую мы, опираясь на определение Й. Лангмайера и З. Матейчика, понимаем как психофизическое состояние личности, возникшее в результате отсутствия или ограничения возможности удовлетворения двигательных потребностей в полной мере и в течение длительного времени [5, с. 119], страдает не только функциональное состояние организма, но и эмоционально-волевая сфера с ценностно-смысловыми основаниями и мотивационно-побудительным ресурсом [3].

Это в первую очередь проявляется в том, что наличие двигательных ограничений актуализирует потребность в развитии компенсаторных навыков, формировании умения владеть своим телом, расширении диапазона двигательных возможностей, необходимых как в быту, так и при осуществлении трудовой деятельности. И реализация данной потребности, ввиду ее компенсаторной направленности, позволяет достигать рекордных результатов. Так современный уровень мировых рекордов паралимпийцев в легкой атлетике, плавании, пауэрлифтинге, тяжелой атлетике, лыжных гонках, велоспорте и других видах спорта является наглядным примером возможностей человека, компенсацией утраченных функций. Однако ввиду отсутствия достаточной мотивации и избегания волевой активности, так как она сопровождается переживанием деструктивных психоэмоциональных состояний, данная потребность остается в зоне неудовлетворенности.

В связи с этим в процессе реабилитации и адаптации лиц с ограничениями в двигательной сфере необходимым является восстановление и актуализация мотивационных компонентов преодоления двигательной депривации.

Здесь определяется противоречие, которое заключается в том, что при определяющей роли мотивационных компонентов в преодолении данного типа депривации большая часть лиц, испытывающих это состояние и нуждающихся в реабилитации, не располагают необходимыми собственными побудительными силами. В связи с этим возникает необходимость изучения мотивационных компонентов преодоления двигательной депривации, что позволит оптимизировать условия реабилитации и адаптации лиц с ограниченными двигательными возможностями.

Спортивная деятельность с ее неотъемлемыми специфическими особенностями в этом отношении представляет особый научно-практический интерес. Априори она несет в себе те мотивационные силы, которые отсутствуют в других видах человече-

ской практики. Выявить эти силы – значит открыть новые возможности для успешного преодоления двигательной депривации и, в свою очередь, для повышения эффективности процесса реабилитации лиц с двигательными ограничениями.

С целью выявления мотивационных компонентов преодоления двигательной депривации средствами спорта нами было организовано экспериментальное исследование, которое проводилось на базе центра паралимпийского спорта в Мишкинском районе РБ. Испытуемыми выступили 18 спортсменов.

В качестве метода исследования нами было использовано анкетирование. В ряду вопросов, на которые мы хотели получить ответы, были такие: «Как Вы приобщились к занятиям спортом?», «Чем Вас привлекают занятия спортом, что они Вам дают и за что Вы их цените больше всего?», «Что Вам мешает систематически заниматься спортом?», «Что нужно сделать, чтобы занятия стали более плодотворными?», «Что нужно предпринять, чтобы к занятиям спортом привлечь тех инвалидов, которые больше всего нуждаются в этом?». Также нами был проведен дополнительный анализ направленности мотивации с помощью методики диагностики личности на мотивацию к успеху и на мотивацию к избеганию неудач Т. Элерса; степени склонности к риску с помощью методики Шуберта; уровня психической депривации посредством методики диагностики степени удовлетворенности основных потребностей; социальной адаптации испытуемых с помощью методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. Для выявления взаимосвязей исследуемых компонентов и определения детерминант преодоления депривации испытуемых нами использовался корреляционный анализ.

Анализ полученных материалов показал, что в ряду факторов, способствующих приобщению к занятиям спортом лиц с ограничениями в двигательной сфере, одним из главных стала потребность в исцелении, в компенсации утраченных функций, в «обретении себя».

Благотворное влияние занятий спортом проецируется, прежде всего, в плоскость физического здоровья («Занятия приносят ощущение здоровья», «Совершаются двигательные качества», «Приходит ощущение силы, прилив энергии» и т.д.).

Отмечаются положительные сдвиги в психоэмоциональной и волевой сферах личности: «Занятия приносят хорошее самочувствие, снимают накопившиеся эмоциональные переживания, помогают избавиться

от навязчивых мыслей, снижается тревожность и т.д.».

Спортсмены отмечают, что занятия приносят радость общения, обретения новых друзей, сближают с интересными людьми, имеющими такие же проблемы. Помогают преодолевать трудности одиночества, ограниченных возможностей, появляется утраченная уверенность в собственных силах, в себе.

Отдельно испытуемые отмечают, что спортивные соревнования позволяют пережить успех, достижение удачи, признания достигнутых результатов и усилий над собой, физического и духовного совершенствования.

Существенным внешним фактором, который укрепляет мотивацию к занятиям спортом, является внимание общества и других людей, в том числе и правительства. Социальная обусловленность личных мотивов в нашем исследовании просматривается в стремлении занимающихся получить необходимую позитивную оценку общественной значимости их деятельности.

Анализ характера направленности мотивации показал, что у 89% испытуемых преобладает мотивация на достижение успеха, у 64% отмечается средний уровень готовности к риску, у 25 – низкий, у 21 – умеренно высокий.

Анализ удовлетворенности основных психических потребностей (материальные, в безопасности, социальные, в признании, в самовыражении) показал, что все они находятся в зоне удовлетворенности, граничащей с зоной неудовлетворенности, кроме материальной потребности, которая попадает в зону неудовлетворенности. В частности, контекст материальной потребности в данном случае составляют: недостаточная материально-техническая оснащенность большинства сфер деятельности. Испытуемые не демонстрируют низкую степень удовлетворенности этой потребности как мотивационный фактор к занятиям спортом. Это свидетельствует о том, что у испытуемых не диагностируется психическая депривация как деструктивное состояние. Распределение рангов депривированности различных групп потребностей у испытуемых оказалось следующим (таблица).

Распределение рангов депривированности потребностей у испытуемых

№ п/п	Группы потребностей	Ранг
1	Материальные потребности	I
2	Потребности в безопасности	II
3	Потребности в общении	III
4	Потребности в признании	IV
5	Потребности в самореализации	V

Как видно из таблицы, наиболее актуальной является материальная потребность. Далее по степени значимости следует потребность в безопасности, которая транслируется как тревога относительно потери достигнутого социального статуса. Затем потребности в общении и признании, которые выражены практически аналогично. Потребность в самореализации оказалась наименее актуализирована. Данный характер иерархии при отсутствии явления депривации является оптимальным.

В ходе исследования также было выявлено, что уровень социально-психологической адаптации всех испытуемых находится в пределах нормы, показатели по шкале «принятие себя» также соответствуют нормативным показателям. Руководствуясь научно обоснованными положениями ряда авторов (Васильева Н.В. [1], Колосов Ю.В., [4] Дементьева Н.Ф. [2] и др.), что социальная изоляция, дезадаптация, неприятие себя являются неизбежным следствием инвалидизации, а также опираясь на полученные данные, мы можем рассматривать спорт как средство интеграции лиц с ограниченными двигательными возможностями в социум.

Корреляционный анализ показал, что депривация имеет отрицательную взаимосвязь ( $p < 0,01$ ) с показателем мотивации на успех и социальной адаптированностью ( $p < 0,01$ ), то есть чем больше личность ориентирована на достижение успеха, тем меньше она депривирована. В свою очередь, чем ниже уровень депривации, тем выше показатель социальной адаптированности. Также зафиксирована отрицательная связь ( $p < 0,05$ ) показателей мотивации к успеху и готовности к риску. То есть чем выше мотивация к успеху, тем ниже готовность к риску. Таким образом, механизмом преодоления психической и двигательной депривации является формирование направленности мотивации на достижение успеха, а преодоление депривации, в свою очередь является механизмом социальной адаптации. В ходе нашего исследования испытуемые демонстрируют направленность на успех, низкий уровень депривации, отсутствие дезадаптации, умеренную склонность к риску, то есть у лиц со значительными ограничениями двигательной сферы и фактически являющихся инвалидами в условиях спортивной деятельности нивелируются психосоциальные деструкции.

Подводя итоги результатов эмпирического исследования, можно отметить, что у лиц с ограниченными возможностями, занимающихся спортом, появляется удовлетворенность качеством жизни, появляются жизненные перспективы, укрепляется чув-

ство собственного достоинства, формируется и совершенствуется способность к волевым усилиям, к преодолению жизненных препятствий, повышается уровень социальной адаптированности. Энергетическое наполнение мотивации к занятиям спортом является также детерминантой социальной реабилитации. Появляются новые возможности для включения в общественно-трудную деятельность, улучшается социальное самочувствие.

Таким образом, мотивационными компонентами преодоления двигательной депривации средствами спорта являются следующие: восстановление физического здоровья и компенсация утраченных функций; преодоление деструктивных психоэмоциональных состояний; потребность в социальных контактах и принадлежности к обществу; потребность в самовыражении и признании.

У лиц с ограниченными двигательными возможностями, занимающихся спортом, преобладает мотивация к успеху и умеренная склонность к риску, также отмечается низкий уровень общей психической депривации и социальной дезадаптации. Таким образом, руководствуясь результатами корреляционного анализа, мы можем заключить, что занятия спортом являются эффективным средством социальной адаптации и преодоления как общей психической, так и абсолютной двигательной депривации у данной категории лиц.

В заключение необходимо отметить, что доступность адаптивного спорта на сегодняшний день является весьма ограниченной. Возникает необходимость информирования населения о возможностях использования спорта в контексте реабилитации инвалидов и расширения области его доступности. Так как наиболее значимыми источниками информирования, по мнению лиц с нарушениями здоровья, являются профессиональные спортсмены [6], необходимо привлекать средства массовой информации с целью пропаганды адаптивного спорта среди лиц с нарушениями в двигательной сфере.

Результаты проведенного исследования могут быть применены в практике тренеров паралимпийских сборных; позволят сбалансировать использование социальных и личных мотивов спортсменов с ограниченными двигательными возможностями

для самосовершенствования их двигательных и психофизических способностей. Также полученные в ходе исследования данные могут быть использованы для повышения эффективности процесса реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

### Список литературы

1. Васильева Н.В. Социологические концепции исследования инвалидности / Н.В. Васильева // Социологический сборник. – Вып. 7. – М.: Социум, 2000. – С. 51.
2. Дементьева Н.Ф. К вопросу социальной адаптации инвалидов с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / Н.Ф. Дементьева, Т.И. Петракова // Здоровоохранение в РФ. – № 11. – 1992. – С. 21-24.
3. Депривация: [Электронный ресурс]: – <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. Проверено 26.01.2012.
4. Колосов Ю.В. Инвалид и его среда // Жилая среда для инвалида. – М.: Строиздат, 1990. – С. 3-5.
5. Лангмейер Й. Психическая депривация в детском возрасте / Й. Лангмейер, З. Матейчик. – Прага: Авиценнум. – 334 с.
6. Махов А.С. Информационно-потребностные компоненты формирования мотивации у инвалидов к занятиям адаптивным спортом // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. – 2010. – № 11. – С. 99-102.

### References

1. Vasilyeva N.V. Sociological concept of Disability Studies Capacity // Sociological Collection. Vol. 7. M.: Society, 2000. 51 pp.
2. Dementieva N.F. On the question of social adaptation of people with disabilities musculoskeletal / N.F. Dementieva, T.I. Petrakov // Healthcare in Russia. no. 11. 1992. pp. 21-24.
3. Deprivation: [electronic resource]: <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. Retrieved 26.01.2012.
4. Kolosov Y. Persons with Disabilities and its surroundings // livable environment for the disabled: Strotsizdat, 1990. pp. 3-5.
5. Langmeyer J. Psychic deprivation in childhood / Langmeyer J., Z. Mateychik. Prague: Avitsennum. 334.
6. Machov A.S. Information need-forming components of motivation for the disabled to employment adaptive sports / A.S. Machov. Journal of Baltic Federal University. I. Kant. no. 11, 2010. pp. 99-102.

### Рецензенты:

Дубовицкая Т.Д., д.псх.н., профессор кафедры общей и социальной психологии, ФГОУ ВПО «Башкирский государственный университет им. М. Акмуллы», г. Уфа;

Степанов В.С., д.п.н., профессор, директор СИФК (филиал) УралГУФК, Стерлитамакский институт физической культуры, (филиал) ФГОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры», г. Стерлитамак.

Работа поступила в редакцию 18.11.2014.