

## САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ В СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

**Шамич О. М.** доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри фізичного виховання і спорту  
Київського національного університету  
будівництва і архітектури.  
<https://0000-0002-2188-2159>

**Озерова О. А.** кандидат наук з фізичного виховання  
і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного  
виховання і спорту Київського національного  
університету будівництва і архітектури.  
<https://0000-0002-6004-5556>

**Андріянова В. А.** старший викладач кафедри  
фізичного виховання і спорту Київського національного  
університету будівництва і архітектури.  
<https://0000-0002-8668-820X>

*У статті акцентовано увагу на тому, що залучення людей з інвалідністю у спортивну діяльність відіграє велику соціальну значущість не тільки для такої людини, але і для суспільства в цілому. Саме такий підхід є яскравим відображенням гуманістичних тенденцій розвитку сучасного суспільства.*

**Ключові слова:** самореалізація; людина з інвалідністю; спортивна діяльність.

**Вступ.** Проблема забезпечення повноцінного інтегрування людей з інвалідністю в суспільство є однією з найбільш вагомих загальнолюдських проблем та проблемою сьогодення в Україні, в наслідок кривавої війни. Вона складається з двох взаємопов'язаних аспектів. Перший – це істотна кількість людей з інвалідністю в світі (близько 10% людей мають різний ступінь інвалідності); зокрема, в Україні кількість людей з інвалідністю до війни постійно зростала, перевищивши за офіційною статистикою позначку в 2,8 млн. На сьогодні такі дані не досліджувались, але усім зрозуміло, що кількість збільшується з кожним днем. Другий аспект пов'язаний з тим, що наслідком інвалідності є не тільки ушкодження функцій або структур організму, але й виникнення істотних проблем щодо повноцінності функціонування людини з інвалідністю як члена суспільства.

Однією з найважливіших проблем, розроблюваних у межах психології здоров'я, є вивчення умов, проявів та механізмів забезпечення повноцінного психологічного функціонування людини. Гуманістичні традиції, поширені у сучасних психологічних дослідженнях, спричинили визнання того факту, що обов'язковою характеристикою психічно здорової людини

має бути певне суб'єктивне переконання у позитивному забарвленні свого існування – суб'єктивне благополуччя як екзистенційне переживання людиною задовільного ставлення до власного життя. (Большакова А., 2013).

Ми пам'ятаємо часи, коли люди з інвалідністю вважалися своєрідними «меншинами» суспільства і зазнавали дискримінації або сегрегації. Саме у «соціальній моделі інвалідності», яка змінила «медичну модель», інвалідність розуміється з точки зору обмежень і порушення принципу рівності як така, що виникає і відтворюється на передбачуваній основі соціальних структур і пов'язаних з ними соціальних практик. Ця модель стверджує права всіх осіб на рівні можливості незалежно від інвалідності (Овчаренко, С. В., 2005).

Окремі психологічні дослідження з акцентом на спортсменів з інвалідністю розпочалися тільки в останні 15 – 20 років. Тому є дефіцит емпіричних досліджень з вивчення особистісних ресурсів людей з інвалідністю, в яких подано лише окремі аспекти соціально-психологічної та педагогічної адаптації і реабілітації людей з інвалідністю зі зміщенням акцентів більше в бік соціально-педагогічних, ніж психологічних характеристик.

У статті значну увагу зосереджено на дослідження ціннісних основ самореалізації людей з інвалідністю, їх життєвих перспектив, цілей, особистісно-сміслових характеристик, самоствавлення, самоприйняття чинників психологічного благополуччя, а також порівняння вираженості цих параметрів у здорових спортсменів та у студентів, що не займаються спортом.

**Теоретичне підґрунтя.** Поняття самореалізації бере початок ще у Ф. Ніцше та К. Юнга і є одним із ключових понять в різних варіантах у теоріях К. Хорні, Е. Фромма, М. Хайдеггера, М. Марселя, Г. Олпорта, Р. Мея та знайшло розвиток у багатьох інших авторів, в тому числі українських (Маслоу, 2008; Олпорт, 2002; Maksimenko, & Serdiuk, 2016, Коқун, 2018 та ін.).

**Методи дослідження.** У статті використано аналіз наукової літератури, яка розкриває суть поняття самореалізації. Опитування та дослідження щодо шляхів вирішення проблеми повноцінного інтегрування людей з інвалідністю в суспільство засобами фізичної культури та за допомогою спорту, їх самореалізації в спортивній діяльності.

**Результати і обговорення.** Останнім десятиліттям проблема інтеграції людей з інвалідністю в суспільство набула гострої актуальності, в результаті став формуватися відчутний соціальний запит на психологічні дослідження цього спрямування. Аналіз проблеми інвалідності свідчить про різноманітність підходів до її розгляду — від неприйняття та ізоляції до необхідності інтеграції осіб з інвалідністю в суспільство, створення для них безбар'єрного середовища й умов для особистісного розвитку та самореалізації.

Отже, важливим прикладним завданням сучасної психології, що сприятиме інтеграції людей з інвалідністю в суспільство, та створення для них умов для самореалізації є визначення чинників, які допомагають чи перешкоджають нормальному розвитку особистості і пошуку тих її ресурсів, що могли б допомогти їй протистояти негативному впливу середовища. Одним із основних наукових підходів до вивчення зазначених проблем є

теорія самодетермінації особистості Е. Десі та Р. Райана. На перший план у проблемі самодетермінації особистості виходить її власна активність, здатність самостійного вибору наряду самореалізації.

У термінології гуманістичної психології зазначене означає, що сенс життя кожної людини полягає в найповнішій її самореалізації, максимальній її успішності, у розвитку її здібностей, використанні соціальних умов для розвитку свого потенціалу. Теорію самореалізації доповнюють також ідеї «сенсу життя» (В. Франкл), «відповідальності за право свободи» (Е. Фромм), «актуалізаторської діяльності» (Е. Шостром) та інші. Також поняття самореалізації розробляється у різних теоріях росту, розвитку і досягнень, більшості когнітивних і гештальт-теорій. Особливість цих теорій полягає в тому, що в них людина розуміється як активний, самоорганізований суб'єкт, що прагне до розвитку певних власних психічних структур.

Невід'ємною частиною самореалізації особистості є самоактуалізація як його внутрішній аспект; поняття самореалізації означає процес розвитку особистості і трансляції нею свого змісту іншим людям і культурі через творчі та комунікативні процеси (А. Маслоу, К. Роджерс та ін.). Поняття самоактуалізації, навпаки, є конкретним теоретичним трактуванням розвитку і самореалізації особистості, що сформувалося в особистісно-орієнтованому варіанті гуманістичної психології (В. Франкл), і полягає в наявності вродженого потенціалу людських властивостей та характеристик, які мають за сприятливих умов розвинутиися, переходячи з потенційної в актуальну форму.

Характеристики самореалізації в сукупності показують, наскільки людина є суб'єктом власного життя, наскільки вона сама визначає власну життєдіяльність. І в цьому контексті характеристики самоактуалізації особистості можна розглядати як внутрішні необхідні умови процесу її самореалізації. Тож не зважаючи на те, що самореалізація є універсальним процесом, індивідуальність людини реалізується різною мірою залежно від того,

наскільки вона є суб'єктом, який визначає хід власного життя (Сердюк, Л.З., 2017).

Узагальнення сучасних досліджень різних аспектів спорту людей з інвалідністю показує, що одним із найважливіших напрямів роботи з ними (як ми вже зазначали) є адаптивна фізична культура і спорт, а зокрема, сучасний паролімпійський спорт створює людям з інвалідністю перспективи мобілізації резервних можливостей організму та повноцінного інтегрування у суспільство.

Як у здорових спортсменів, так і в паролімпійців вступає у змагання передуюче очікування та невизначеність, а сама змагальна діяльність пов'язана з конкуренцією рівних за силами суперників, загострення відчуття особистісної та суспільної відповідальності за результат виступу. Це підвищує напруженість ситуації, що дозволяє розглядати її, як стресову (Бойко, Г. М., 2012).

Тренувально-змагальний процес паролімпійців (спортсменів з інвалідністю) ставить особливі вимоги до особистості спортсменів, оскільки має виражену організаційну та психологічну специфіку. Оскільки інвалідність обмежує здатність виконувати фізичні вправи, досягнення високих результатів потребує від атлетів-паролімпійців дотримання чіткої регламентації як спортивної, так і інших видів діяльності, виняткового й постійного вияву вольових зусиль, чіткого дотримання цілої низки обмежень і заборон.

Виокремлено кілька груп відмінностей, які є унікальними для спортсменів з інвалідністю:

1) у спортсменів з інвалідністю, як правило, вираженіші фінансові проблеми, а також проблеми сімейних та соціальних стосунків;

2) спортсменам з інвалідністю може бути потрібно більше часу на підготовку до змагань внаслідок залежності від допоміжного обладнання, технічної підтримки й особистої допомоги;

3) необхідність прийняття спортсменом з інвалідністю власних обмежень у «світі здорових»;

4) необхідність особистих помічників та висока залежність від них.

До провідних мотивів занять людей з інвалідністю спортом належать: можливість самореалізації; зміцнення ідентичності та конкурентоспроможності; формування позитивного ставлення до життя; отримання задоволення, підтримки, перемог та нагород; фізичний розвиток, самовдосконалення (підвищення спортивної кваліфікації та компетентності); поліпшення стану здоров'я, зменшення стресу; можливість представляти регіон або країну на змаганнях. (Kokun, O., & Shamych, O., 2016).

Представимо модель самореалізації особистості в паролімпійському спорті. Стратегія організації емпіричного дослідження психологічних особливостей самореалізації особистості в паролімпійському спорті обґрунтована на основі визначених п'яти послідовних етапів загальної моделі самореалізації особистості. Загалом представлені дані свідчать про особистісну зрілість більшості досліджуваних та здатність до самокерівництва власною діяльністю.

Першим етапом самореалізації паролімпійця є усвідомлення ним власної специфічної проблемної ситуації життєдіяльності, зумовленої наявністю інвалідності, що зазвичай порівняно зі здоровою людиною не тільки звужує можливості для самореалізації та життєвих досягнень, а й принципово знижує якість життя загалом.

Внаслідок другого етапу – аналізу проблемної ситуації (когнітивно-афективної оцінки людиною з інвалідністю можливостей особистісної та соціальної самореалізації, аналізу наявних можливостей, сприятливих та несприятливих для цього чинників), власне, багато хто і обирає спосіб самореалізації через паролімпійський спорт.

На третьому етапі (постановка мети, складання загального плану самореалізації та ухвалення рішення про початок його втілення) обраний спосіб самореалізації набуває необхідного ступеня усвідомлення. Головною метою вибору людини з інвалідністю паролімпійського спорту як основного для себе виду діяльності можна вважати здатність такого спорту забезпечити достатньо повноцінне

(рівноправне зі здоровими людьми) інтегрування у суспільство.

Четвертий етап (основний) – процес самореалізації паролімпійця визначається такими групами взаємопов'язаних складових: механізми самореалізації паролімпійця; процесуальний механізм самореалізації полягає у самоорганізації психологічної системи особистості. опосередковані чинники; бар'єри самореалізації паролімпійця; загальні способи самореалізації паролімпійця.

П'ятий (завершальний) етап пов'язаний з оцінкою результатів власної самореалізації. На основі оцінки паролімпійцем досягнутого результату самореалізації, задоволення чи незадоволення собою відбувається коригування поставлених цілей та способів самореалізації та ставляться нові цілі.

Для досягнення поставлених перед емпіричним дослідженням завдань ми розробили опитувальник, який давав можливість отримати загальну інформацію про рівень самореалізації спортсменів та її основних чинників (складових четвертого та п'ятого етапів моделі). Доречі цей опитувальник може бути використаний в дослідженнях як зі спортсменами, що мають інвалідність, так і зі здоровими спортсменами.

Також ми використали шкалу самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема; нашу модифікацію методики шкалової самооцінки О. Кокуна та Б. Очеретько; самоактуалізаційний тест (САТ) Е. Шострома; шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф; шкалу самодетермінації Є. Осіна, тест життєстійкості С. Мадді; опитувальник самоорганізації діяльності (ОСД) О. Мандрикової. Тобто була вироблена Концепція для здійснення імперичного дослідження психологічного забезпечення самореалізації особистості в паролімпійському спорті.

Опитування і дослідження з тренерами та паролімпійцями проводились в період учбово-тренувальних зборів в містах Київ, Дніпро, Полтава, Бориспіль та Бровари. Нами було досліджено та виявлено що загальні особливості спортивної

самореалізації паролімпійців полягають в наступному:

1) для паролімпійців переважно властиві задоволеність власною спортивною кар'єрою, досить швидка постановка нової спортивної мети та чітке уявлення свого спортивного майбутнього;

2) здебільшого вони не вважають наявні спортивні досягнення гранично можливими, вбачаючи в собі потенціал для подальшого спортивного вдосконалення;

3) паролімпійці з найвищим рівнем результатів мають істотно вищі показники задоволеності власною спортивною кар'єрою, самооцінки, власної наближеності до вершини досягнень у спорті та швидкості постановки нової спортивної мети після досягнення попередньої, ніж група спортсменів, що поки не має істотних спортивних досягнень;

4) наймолодші за віком паролімпійці вирізняються значно чіткішим уявленням свого спортивного майбутнього; у футболістів наявні набагато вищі, ніж у представників інших видів спорту, рівні задоволеності спортивною кар'єрою та самооцінки, наближеності до вершини досягнень у спорті, що переважно пояснюється об'єктивно вищим рівнем їхніх спортивних результатів, потреб, прагнення до саморозвитку свого потенціалу та мотивація психологічного благополуччя, яка виражається в генералізованій потребі в позитивному функціонуванні, а також ступені реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті задоволеності собою і власним життям.

Прагнення до самореалізації та психологічного благополуччя, які є, в певній мірі, психологічними механізмами самодетермінації мотивації учіння особистості, зумовлюється синергією її дефіцитарних потреб, це прагнення підкріплюється також особистісними та соціальними потребами в саморозвитку, піддається когнітивно-афективній оцінці, яка виражається в інтегральній оцінці особистісних ресурсів, внаслідок чого знаходить додаткову інтенцію.

Мотивація самореалізації та психологічного благополуччя обумовлена двома рівнями взаємозалежних напруг – розбіжністю між актуальним станом і двома

потенційними, детермінованими ближньою і віддаленою часовою перспективою особистості.

Отже, рівень досягнутої самореалізації, рівень задоволення актуальних цілей взаємопов'язаний із рівнем потенційної самореалізації, тому детермінований відчуттям задоволеності особистості вибором професії, бажанням у майбутньому працювати за обраною професією та професійно самореалізовуватися, що має пряме відображення в цілепокладанні.

Умови формування та розвитку мотивації учіння створюються за рахунок позитивних синергетичних ефектів, які досягаються в такому освітньому середовищі, де «працюють» цінності особистісного розвитку, духовного задоволення, креативності; створюється простір міжособистісної взаємодії, що забезпечує моральну підтримку, підґрунтя для формування самоповаги, самоінтересу, самоприйняття, саморозуміння та самовпевненості; забезпечуються можливості долучення студентів з інвалідністю до спортивної і професійної діяльності та розвитку в ній професійно важливих якостей і цінностей.

Таким чином, запропонований системно-синергетичний підхід для дослідження мотивації учіння як самодетермінованого процесу, емпірично валідизовано через виявлення і опис типів мотивації учіння та особистісних характеристик найвираженіших представників даних типів, а також, на основі отриманих результатів розроблено і апробовано програму психологічного забезпечення мотивації учіння у ЗВО, в якій основний акцент поставлено не традиційному «психолого-педагогічному супроводі навчання студентів з інвалідністю», а на розбудові освітнього середовища, яке реалізує особливу культуру соціалізації індивідуальності та створенні умов для саморозвитку особистості.

**Висновки.** Загальні особливості спортивної самореалізації паралімпійців полягають у тому, що для їм переважно властива задоволеність власною

спортивною кар'єрою, досить швидка постановка нової спортивної мети та чітке уявлення свого спортивного майбутнього, розуміння власного потенціалу для подальшого спортивного вдосконалення.

Найбільш вираженими чинниками, що можуть зумовлювати рівень спортивних досягнень паралімпійців, є: моральне задоволення від перемог на змаганнях; можливість особистісної самореалізації; можливість представляти на змаганнях свою країну, клуб, місто; спілкування з друзями, знайомими; можливість бути повноцінним членом суспільства; задоволення від тренувань, фізичних навантажень та перспектива закордонних поїздок. Дещо менш вагомими є матеріальні стимули — зарплата, форма, премії тощо, а також набуття досвіду, знайомств та ін., що може допомогти в подальшому житті. На останньому місці залишився такий стимул, як можливість виправити чи компенсувати недоліки здоров'я, що досить адекватно відображає усвідомлення паралімпійцями значних, але небезмежних можливостей занять спортом щодо виправлення чи компенсації недоліків здоров'я.

Встановлено, що для групи паралімпійців з найвищим рівнем результатів істотно значущішими суб'єктивними стимулами для занять спортом, ніж у спортсменів з нижчими досягненнями, є такі: можливість особистісної самореалізації, матеріальні стимули (зарплата, форма, премії та ін.), набуття досвіду, знайомств (та ін., що може допомогти в подальшому житті) та можливість бути повноцінним членом суспільства.

Подальші перспективи досліджень проблеми самореалізації особистості в паралімпійському спорті полягають у докладнішому розкритті особистісного опосередкування психологічних ресурсів самодетермінації паралімпійців (спортсменів з інвалідністю), як психологічної основи розвитку ресурсів їхньої самореалізації, задоволеності життям та психологічного благополуччя.

### Список використаних джерел

1. Бойко Г. М. (2012). Психолого-педагогічний супровід спортивної діяльності плавців із порушеннями психо-фізичного розвитку в паралімпійському спорті: монографія, Полтава : ТОВ АСМІ.
2. Большакова А. (2013). Психологічне благополуччя та особливості ставлення до оточуючих у курсантів ВНЗ МВС України.
3. Киселевська С.М., & Войтенко О.А. (2017). Основи формування знань щодо фізичного здоров'я в системі фізичного виховання студентської молоді // Матеріали ВУНПК: Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах, Дніпро: ДНУ.
4. Наумець Є. О., & Войтенко О. А., Клименко Т. А. (2023). Принципи спортивного тренування: Proceedings of XII International Scientific and Practical Conference, Stockholm, Sweden.
5. Овчаренко С.В. (2005). Планування навчально-тренувального процесу футболістів-інвалідів з наслідками дитячого церебрального паралічу в річному циклі підготовки: Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України.
6. Сердюк Л. З., & Шамич О. М. (2017). Самодетермінація особистості як психологічна основа її самореалізації. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України.
7. Шамич О. М. (2014). Поняття та структура природного права людини на охорону здоров'я. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Збірник наукових праць.
8. Шамич О. М. (2019). Психологічні основи самореалізації паралімпійців: монографія. К.: Талком.
9. Штриголь Д.В., & Н.К. Горбик (2015). Динаміка життєстійкості осіб із різним рівнем антиципаційної спроможності в період кризових подій. Право і безпека.
10. Dařova K. (2007). Introduction to adapted physical activities. Prague: Charles University.
11. Kenttä G., & Corban R. (2014). Psychology within the Paralympic Context - Same, Same or Any Different? Olympic Coach.
12. Kokun O., & Shamykh O. (2016). Psychological characteristics of paralympic athletes' self-realisation. Social welfare: interdisciplinary approach. DOI: 10.21277/sw.v2i6.273 (база Web of Science Core Collection, Emerging Sources Citation Index)
13. Ondrušova Z. & Pitekova R., Bardiovsky M., Galikova Z. (2013). Sport and doing sport s by the disabled posttraumatic return to life / Z. Ondrušova, // Clinical Social Work. – 2013. – Vol. 4, № 2. – P. 65 – 70.
14. Semerjian T.Z. (2010). Disability in Sport and Exercise Psychology. The cultural turn in sport psychology. Fitness Information Technology. - West Virginia: Fitness Information Technology.

### References

1. Bojko G. M. (2012). Psihologo-pedagogic'nij suprovod sportivnoi diyal'nosti plavciv iz porushennyami psiho-fizichnogo rozvitku v paralimpijs'komu sporti [Psychological and pedagogical support of sports activities of swimmers with psycho-physical development disorders in Paralympic sports]: monografiya, Poltava : TOV ASMI. (in Ukrainian)
2. Bol'shakova A. (2013). Psihologichne blahopoluchchya ta osoblyvosti stavlennya do otchuyuchyx u kursantiv VNZ MVS Ukrayiny [Psychological well-being and peculiarities of attitude towards others among cadets of the Higher Educational Institution of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. (in Ukrainian)
3. Kyselevska S.M., & Voitenko O.A. (2017). Osnovy formuvannya znan schodo fizychnogo zdorov'ya v systemi fizychnogo vyhovannya studentskoyi molodi [Fundamentals of knowledge formation regarding physical health in the system of physical education of student youth] // Materialy VUNPK: Aktualni problemy fizychnogo vyhovannya i sportu v suchasnyh umovah, Dnipro: DNU. (in Ukrainian)
4. Naumets E. O., & Voitenko O. A., Klymenko T. A. (2023). Pryntsypy sportyvnoho trenuvannya [Principles of sports training]: Proceedings of XII International Scientific and Practical Conference, Stockholm, Sweden. (in Ukrainian)
5. Ovcharenko S.V. (2005). Planuvannya navchalno-trenuvalnoho protsesu futbolistiv-invalidiv z naslidkamy dytiachoho tserebralnoho paralichu v richnomu tsykli pidhotovky [Planning the educational and training process of disabled football players with the consequences of cerebral palsy in the annual training cycle]: Avtoref. dys... kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu: 24.00.01. Nats. un-t fiz. vykhovannya i sportu Ukrainy. (in Ukrainian)
6. Serdiuk L. Z., Shamykh O. M. Samodeterminatsiya osobystosti yak psyhologichna osnova yiyi samorealizatsiyi [Self-determination of the individual as the psychological basis of his self-realization]. Aktualni problemy psyhologiyi: Zbirnik naukovykh prats Instytutu psehologiyi imeni G. S. Kostyuka NAPN Ukrayiny. 2017. Tom VI. Vip. 13. S. 164–173. (in Ukrainian)

7. Shamykh O. M. (2014). Ponyattya ta struktura pryrodnoho prava lyudyny na ohoronu zdorov'ya [The concept and structure of the natural human right to health care]. Aktualni problemy navchannya ta vyhovannya lyudey z osoblyvymy potrebamy: Zbirnyk naukovykh prats. (in Ukrainian)
8. Shamykh O. M. (2019). Psyhologichni osnovy samorealizatsiyi paralimpiytsiv [Psychological foundations of self-realization of Paralympians]: monografiya. K.: Talkom. (in Ukrainian)
9. Shtryhol' D.V., Horbyk N.K. (2015). Dynamika zhyttyestijkosti osib iz riznym rivnem antycypacijnoyi spromozhnosti v period kryzovykh podij Ukraini [Dynamics of resilience of individuals with different levels of anticipatory capacity during crisis events]. Pravo i bezpeka.
10. Dařova K. (2007). Introduction to adapted physical activities. Prague: Charles University.
11. Kenttä G, & Corban R. (2014). Psychology within the Paralympic Context - Same, Same or Any Different? Olympic Coach.
12. Kokun O., & Shamykh O. (2016). Psychological characteristics of paralympic athletes' self-realisation. Social welfare: interdisciplinary approach. DOI: 10.21277/sw.v2i6.273 (база Web of Science Core Collection, Emerging Sources Citation Index)
13. Ondrušova Z. & Pitekova R., Bardiovsky M., Galikova Z. (2013). Sport and doing sport s by the disabled posttraumatic return to life / Z. Ondrušova, // Clinical Social Work. – 2013. – Vol. 4, № 2. – P. 65 – 70.
14. Semerjian T.Z. (2010). Disability in Sport and Exercise Psychology. The cultural turn in sport psychology. Fitness Information Technology. - West Virginia: Fitness Information Technology.

### Summary

#### SELF-REALIZATION OF PEOPLE WITH DISABILITIES IN SPORTS ACTIVITIES

*Shamykh O. M. Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Physical Education and Sports of the Kyiv National University of Construction and Architecture*

*Ozerova O. A. Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports of the Kyiv National University of Construction and Architecture.*

*Andriyanova V. A. Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports of the Kyiv National University of Construction and Architecture.*

**Introduction.** *The problem of ensuring the full integration of people with disabilities into society is one of the most important universal problems and a problem of today in Ukraine, as a result of the bloody war. It consists of two interrelated aspects. The first is the significant number of people with disabilities in the world (about 10% of people have varying degrees of disability); in particular, in Ukraine the number of people with disabilities before the war was constantly growing, exceeding the mark of 2.8 million according to official statistics. Today, such data has not been studied, but it is clear to everyone that the number is increasing every day. The second aspect is related to the fact that the consequence of disability is not only damage to the functions or structures of the body, but also the emergence of significant problems regarding the full functioning of a person with disabilities as a member of society. We remember the times when people with disabilities were considered a kind of "minority" of society and were subject to discrimination or segregation. It is in the "social model of disability", which replaced the "medical model", that disability is understood from the point of view of limitations and violations of the principle of equality as such, which arise and are reproduced on the predictable basis of social structures and related social practices. This model asserts the rights of all persons to equal opportunities regardless of disability.*

*Separate psychological studies with an emphasis on athletes with disabilities have only begun in the last 15-20 years. Therefore, there is a shortage of empirical studies on the study of personal resources of people with disabilities, which present only individual aspects of socio-psychological and pedagogical adaptation and rehabilitation of people with disabilities, with a shift in emphasis more towards socio-pedagogical than psychological characteristics.*

**Purpose.** *The article focuses on the study of the value foundations of self-realization of people with disabilities, their life prospects, goals, personal and semantic characteristics, self-attitude, self-acceptance of psychological well-being factors, as well as comparing the severity of these parameters in healthy athletes and students who do not engage in sports.*

**Methods.** *The article uses an analysis of scientific literature that reveals the essence of the concept of self-realization. Surveys and research on ways to solve the problem of full integration of people with disabilities into society through physical education and sports, their self-realization in sports activities.*

**Originality.** *The strategy for organizing an empirical study of the psychological characteristics of individual self-realization in Paralympic sports is based on the identified five consecutive stages of the general model of individual self-realization. In general, the presented data indicate the personal maturity of the majority of the subjects and the ability to self-manage their own activities.*

**Conclusion.** *The general features of the sports self-realization of Paralympians are that they are mainly characterized by satisfaction with their own sports career, fairly quick setting of a new sports goal and a clear idea of their sports future, understanding of their own potential for further sports improvement.*

*The most pronounced factors that can determine the level of sports achievements of Paralympians are: moral satisfaction from victories in competitions; the possibility of personal self-realization; the opportunity to represent their country, club, city at competitions; communication with friends, acquaintances; the opportunity to be a full-fledged member of society; pleasure from training, physical activity and the prospect of foreign trips. Somewhat less significant are material incentives - salary, uniform, bonuses, etc., as well as gaining experience, acquaintances, etc., which can help in later life. In last place remained such a stimulus as the opportunity to correct or compensate for health deficiencies, which quite adequately reflects the awareness of Paralympians of significant, but not unlimited, opportunities for sports to correct or compensate for health deficiencies.*

*It was established that for the group of Paralympians with the highest level of results, the following are significantly more significant subjective stimuli for sports than for athletes with lower achievements: the opportunity for personal self-realization, material incentives (salary, uniform, bonuses, etc.), gaining experience, acquaintances (etc., which can help in later life) and the opportunity to be a full-fledged member of society.*

*Further prospects for research into the problem of personal self-realization in Paralympic sports consist in a more detailed disclosure of the personal mediation of the psychological resources of self-determination of Paralympians (athletes with disabilities), as the psychological basis for the development of the resources of their self-realization, life satisfaction and psychological well-being.*

**Key words:** *self-realization; a person with a disability; sports activity.*

Концептуалізація – Шамич О. М.

Методика – Озерова О. А.

Перевірка – Андріянова В. А.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 08.01.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.