

## РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ИНВАЛИДОВ–КОЛЯСОЧНИКОВ

*В.И. Пашкевич, 4 курс*

*Научный руководитель – Е.Е. Лебедь–Великанова, старший преподаватель  
Полесский государственный университет*

**Актуальность.** В отечественной практике распространено достаточно большое количество мер, направленных на содействие адаптации. К таковым можно отнести мероприятия по профессиональной ориентации и реабилитации, предоставление льгот, создание безбарьерной среды, социальные денежные выплаты инвалидам. Однако они не учитывают всех потребностей людей, имеющих инвалидность, а проводимые мероприятия по адаптации зачастую не носят комплексный характер. В сочетании со спецификой ограничения жизнедеятельности, особенностями социального статуса данная проблема приобретает достаточно существенное значение и влияет на успешность социального функционирования индивида. Низкая самооценка, отсутствие стимулов к самореализации в имеющихся областях жизнедеятельности, пассивная жизненная позиция молодёжи с инвалидностью обусловлены, с одной стороны, особыми потребностями и зависимостью данной категории от микросреды (родственников, друзей), а с другой стороны, отношением к людям с инвалидностью как к особой части общества, отличающейся по статусным характеристикам в негативную сторону, проявлениями социальной изоляции и стигматизации. Все обозначенные выше обстоятельства демонстрируют необходимость поиска новых направлений, способствующих эффективной социальной адаптации людей с инвалидностью к условиям жизнедеятельности на основе анализа имеющегося опыта.

**Цель:** разработка программы тренировок, направленных на развитие навыков передвижения, способствующей социальной адаптации инвалидов–колясочников.

**Первый этап.** Исследование проводилось на базе РУП «Белорусского протезно–ортопедического восстановительного центра», где проходил лагерь активной реабилитации, проводимый ОО «Республиканской ассоциацией инвалидов–колясочников». Для проведения исследования была подготовлена одна экспериментальная группа. Экспериментальная группа включала 7 инвалидов–колясочников, с травмой шейного отдела позвоночника. Возраст исследуемых составил от 23 до 42 лет. Средний возраст испытуемых составил  $32\pm 7,4$ . Для определения навыков передвижения инвалидов–колясочников до начала занятий по разработанной программе тренировок развития навыков передвижения, была создана специальная оценочная анкета для каждого испытуемого. По этой анкете каждому испытуемому необходимо выполнить ряд упражнений, которые позволят определить текущий уровень навыков передвижения каждого инвалида–колясочника, так же позволит определить, что у испытуемого вызывает большее затруднение в выполнении, чтобы акцентировать внимание на предстоящих тренировках именно этим навыкам. Анкета так же включает в себя часть социальной сферы, а именно, коммуникабельность, что позволит оценить их желание вести диалог, возможности поддержания диалога, открытость для общения, желание пойти на контакт с другими людьми и способность вести продуктивный разговор. В анкету включен тест Купера, который позволит оценить функциональные возможности инвалидов–колясочников, а также косвенно позволит оценить возможности сердечно–сосудистой и дыхательной систем.

Проанализировав результаты анкетирования до исследования, с учетом основных факторов влияющих на развитие навыков передвижения, навыков коммуникабельности, и оценке уровня функциональных возможностей, следует отметить, что уровень развития навыков – низкий. Средние значения показали следующее: навыки передвижения  $0,4\pm 0,2$ ; навыки коммуникабельности  $0,7\pm 0,5$ ; оценка уровня функциональных возможностей  $0,3\pm 0,5$ . Это говорит о том, что у инвалидов–колясочников с повреждением шейного отдела позвоночника имеются значительные осложнения, в частности, эти осложнения могут иметь более выраженный характер, если травма было получена недавно, либо инвалид–колясочник прошел неполноценную реабилитацию, либо сам не стремится к их развитию, что так же негативно сказывается не только на его функциональных возможностях, но и косвенно на навыках коммуникабельности, навыках передвижения.

**Второй этап.** После оценки первичного анкетирования совместно с ОО «Республиканской ассоциацией инвалидов–колясочников» была разработана программа тренировок для инвалидов–колясочников с повреждениями позвоночника на разных уровнях. Она предполагает взаимосвязь развития навыков передвижения, навыков коммуникабельности и уровня функциональных возможностей, что позволяет облегчить процесс социальной адаптации испытуемых не только в коллектив на время исследования, но и в будущем в общество в целом. Переходя непосредственно к тренировочному процессу, следует отметить что программа тренировок составлена на основе принципа последовательности в изучении двигательных умений. От более легких упражнений к более сложным. Так же в программе присутствуют такие принципы как, принцип повторности, прочности, систематичности, доступности. Каждая отдельно взятая тренировка имеет особый план занятия, отличающийся от последующей или предыдущей тренировки, но включает повторение ранее изученных элементов для закрепления приобретенных умений и навыков. Помимо поставленных задач и плана занятия, каждая тренировка включает в себя разминку, растяжку, обучение навыкам передвижения и опрос.

**Третий этап.** После проведения программы тренировок, было произведено заключительное оценивание. Анкетирование показало высокий результат по сравнению с первоначальным оцениванием, но оценки этих результатов по оценочным шкалам выдала следующие результаты: развитие навыков передвижения – средний уровень владения навыком; развитие навыка коммуникабельности – средний уровень владения навыком; развитие уровня функциональных возможностей (тест Купера) – низкий показатель. Средние значения показали следующее: навыки передвижения  $1,5\pm 0,5$ ; навыки коммуникабельности  $2,6\pm 0,5$ ; оценка уровня функциональных возможностей  $2,3\pm 1,1$ . Сравнение показателей до исследования и после исследования выдало следующие результаты. В случае навыков передвижения средний показатель увеличился на 36,7%. Навыки коммуникации увеличились на 63,3%. Уровень функциональных возможностей, определяемый тестом Купера, увеличился на 40%. Оценка эффективности разработанной программы тренировок по критерию Стьюдента определила, что полученные нами результаты находятся в зоне значимости по всем трем критериям оценки, что свидетельствует о достижении поставленной цели.

**Вывод.** Разработанная программа тренировок, направленная на развитие навыков передвижения, коммуникабельности и уровня функциональных возможностей позволяет:

- во–первых, улучшить качество жизни инвалидов–колясочников.
- во–вторых, развить навыки, находящиеся на низком уровне.
- в–третьих, адаптироваться в социум, что, соответственно, повысит уровень коммуникабельности, развеяв страхи, приобретенные после получения травмы.

#### **Список использованных источников**

1. Витенберг, Е.В. Социально–психологические факторы адаптации к социальным и культурным изменениям. / Витенберг Е.В. – СПб, 1994.
2. Епифанов, В.А. Спортивная медицина. / Епифанов В.А. – уч. пособие. м. изд. гр.«ГЭОТАР».
3. Кинелев, С.В. Адаптация личности как социальное явление. / Кинелев С.В. – автореф. Дисс. Канд. Филос. Наук, Л., 1978. – 258с.
4. Молчанов, В.И. Диагностика, лечение и реабилитация больных с травмой позвоночника и спинного мозга. / Молчанов В.И. – Автореф. дис. ... докт.мед.наук. – Л., 1990. – 41с.