

II. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ ТА АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ



ВПЛИВ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ НА СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Катерина Зора

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація

Рассмотрены особенности влияния посттравматического стресса на спортсменов. Определен уровень ПТРС, что дало возможность проанализировать достоверность переживания травматического стресса при получении спортсменом травмы и сравнить показатели оценки силы его влияния с уровнем событий представителями других профессий.

Summary

The problem of the features influence of posttraumatic stress is considered on athletes. The level of PTRS is certain, that enabled to analyse authenticity of experiencing of traumatic stress at the receipt of trauma a athletes and compare the indexes of estimation of force of influence to other professions.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. У процесі тренувальної та змагальної діяльності спортсмени потрапляють в різноманітні стресові ситуації [3, 5]. Тому діяльність спортсмена в його професійній сфері часто супроводжується складними емоціогенними обставинами. Будь-які умови можуть стати напруженими у випадку невідповідності психологічних особливостей спортсмена вимогам середовища і його діяльності. Однією з нестандартних стресових умов є фізична травма і, як підтверджують автори [4, 7], вона є не лише фізичним ушкодженням, але й джерелом внутрішніх змін в його психічному стані. Характер та інтенсивність цих змін здебільшого залежать від тяжкості травм, кількості їх повторень, а також від особливостей нервової системи і особистості травмованого. В багатьох випадках саме психологічна травма стає основною причиною, що перешкоджає поверненню спортсмена до професійного спорту.

Теоретичні положення демонструють існування невирішених питань, пов'язаних із спортивною діяльністю в ситуаціях травматичного стресу. Досліджуючи проблему посттравматичного стресу в спортивній діяльності, вітчизняний психолог О.А.Єфімова [2] виділила три типи особливостей переживання спортсменами психотравмуючої ситуації: 1) переживання,

викликані фізичною травмою; 2) психологічна травма, як результат взаємодії з оточуючими людьми; 3) «особиста» психологічна травма.

Однак аналіз літератури свідчить про те, що причини впливу травматичної ситуації на психічний стан спортсмена далеко не повністю досліджені.

У зв'язку з цим, **метою** цього дослідження є вивчення особливостей впливу посттравматичного стресу на спортсменів високої кваліфікації.

Методи дослідження. Інтенсивність дії на психіку спортсмена найбільш поширених стресорів та їх впливу на ефективність відновлення визначалася шляхом здійснення психологічного тестування.

Експериментальна реєстрація оцінки дії стресора проводилась за допомогою шкали оцінки впливу травматичної події (IMPACT OF EVENT SCALE-R) та опитувальника стану, розробленого центром «Сострадание» (м. Москва).

Результати дослідження та їх обговорення. Було досліджено особливості впливу посттравматичного стресу, які мають місце у тренувальній та змагальній діяльності висококваліфікованих спортсменів, що отримали травму.

В процесі роботи визначено показники сили впливу травматичних подій, що мали місце у досвіді спортсменів високої кваліфікації, та проведено порівняння результатів власного дослідження з даними,



Результати порівняння показників оцінки сили впливу травматичної події для представників різних професій з рівнем, характерним для спортивної діяльності

Досліджувана група	n	Вплив ПТСР $Mx \pm \sigma$, бали					
		Нав'язування	Значення t-критерію	Уникнення	Значення t-критерію	Сила впливу ПТСР	Значення t-критерію
		Спортсмени, n = 15					
		10,66±6,28	-	14,80±7,86	-	33,60 ± 17,29	-
Рятівники	43	5,95 ± 3,93	6,96**	5,09±5,47	6,33**	11,04 ± 9,40	7,18**
Пожежники	90	5,76 ± 5,71	7,11**	7,26±6,74	5,38**	13,02 ± 12,44	6,54**
Співробітники МВС	34	7,65 ± 6,31	4,48**	9,26±6,08	3,20**	16,91 ± 12,39	3,88**
Військовослужбовці ПКВО	95	8,89 ± 8,03	4,13**	9,48±7,77	3,44**	18,37 ± 15,80	3,85**
Ліквідатори, «норма»	105	14,68±8,96	0,17	14,38±9,30	0,34	29,06 ± 18,26	-
Ліквідатори, ПТСР	7	24,33±9,07	2,75**	20,67±5,03	3,13**	45,00 ± 14,10	3,04**

Умовні позначення: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$

наведеними у спеціальній літературі [6]. Результати порівняння дозволяють констатувати, що рівень посттравматичного стресу, який переживають спортсмени через специфіку їх сприйняття власної травми опорно-рухового апарату, є достовірно вищим від рівня подій, з якими доводилося зустрічатися за характером своєї професійної діяльності представникам інших професій, пов'язаних з високою ймовірністю виникнення ПТСР (рятівникам, пожежникам, співробітникам МВС, військовослужбовцям північнокавказького військового округу (ПКВО) – учасникам бойових дій) (табл. 1; рис. 1).

Статистично близький рівень сили впливу ПТСР мають ліквідатори наслідків аварії на ЧАЕС, у яких не виникло психічних порушень після цього. Статистично достовірним є те, що значно більшого травмуючого впливу зазнали ліквідатори, які мають посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

За даними спеціальної літератури [6], сумарний показник сили впливу ПТСР 30-35 балів та вищий ступінь впливу слід вважати значним. Таким чином, до вибірки висококваліфікованих спортсменів належить достатньо велика кількість осіб, для яких вплив ПТСР був значним.

Отже, аналіз результатів дослідження та порівняння доводить необхідність врахування особливостей впливу ПТСР на особистість спортсменів високої кваліфікації при організації заходів психологічного супроводу під час реабілітації після отримання травми опорно-рухового апарату.

З даних табл. 1 видно, що вибірка спортсменів не є достатньо однорідною за показниками сили впливу ПТСР (коефіцієнт варіації становить близько 50%), тому для достовірності подальшого аналізу було зроблено її розподіл. Спочатку розподіл зроблено за статевою ознакою, оскільки у спеціальній літературі наводяться дані щодо наявності залежності особливостей сили впливу ПТСР від статі людини [1]. Однак на цьому етапі аналізу не було встановлено достовірної різниці між силою впливу ПТСР на спортсменок та спортсменів.

Також, застосовуючи класстерний аналіз, було розподілено загальну вибірку за показником сили впливу ПТСР та вираженості двох основних відповідних реакцій на травмуючий вплив: феномену нав'язливих переживань (вторгнення, нав'язування) та феномену уникання будь-яких нагадувань про травмуючу ситуацію. З загальної вибірки спортсменів було утворено два однорідні кластери,

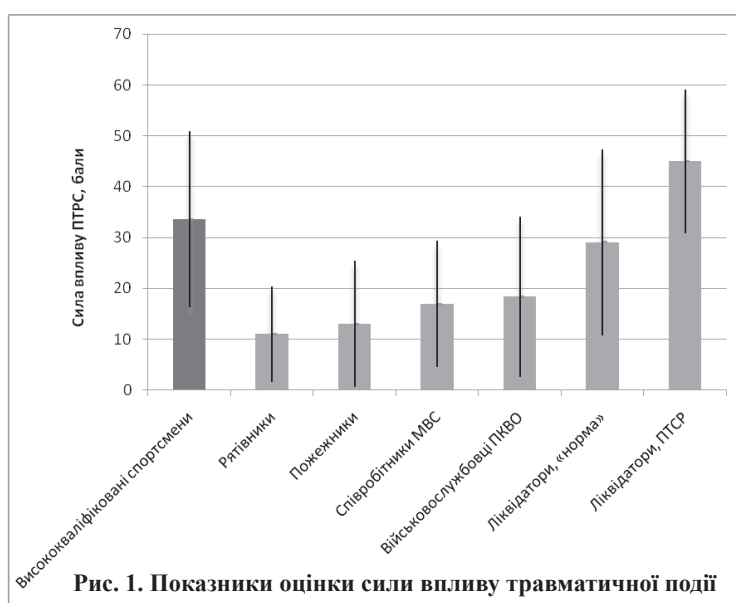


Рис. 1. Показники оцінки сили впливу травматичної події



Таблиця 2

Показники сили впливу ПТРС, вираженості реакцій уникання і нав'язування у спортсменів, які увійшли до різних кластерів

Показники	Mx ± σ, бали	
	Кластер №1	Кластер №2
Сила впливу ПТРС	45,55 ± 10,85	15,66 ± 2,33
Вираженість уникання	20,00 ± 5,33	7,00 ± 2,44
Вираженість нав'язування	14,44 ± 5,15	5,00 ± 2,00

які характеризувались як рівнем сили впливу ПТРС, що мають місце в період реабілітації після травми опорно-рухового апарату, так і певними особливостями залежності якостей особистості від сили впливу ПТРС.

Перший кластер, що охопив 60% вибірки спортсменів, характеризувався дуже високим рівнем сили впливу ПТРС та значною вираженістю феноменів уникання й нав'язування (табл. 2; рис. 2). У переживанні впливу ПТРС представниками даного кластера домінує уникання.

До другого кластера увійшло 40% вибірки спортсменів, його представники мали середній рівень показників як сили впливу ПТРС, так і вираженості уникання та нав'язування, а також ті, у кого оцінка сили впливу ПТРС була найменшою (табл. 2; рис. 2). У переживанні впливу ПТРС представниками даного кластера також домінує уникання.

Отже, переважна більшість спортсменів – представники пер-

шого кластера – потребує кваліфікованої психологічної допомоги, оскільки переживає значний вплив ПТРС.

Висновки

1. Аналіз результатів дослідження та порівняння доводить необхідність враховувати особливості впливу ПТРС на особистість спортсменів високої кваліфікації під час організації заходів психологічного супроводу з метою реабілітації спортсмена після травми опорно-рухового апарату.
2. З'ясовано, що рівень посттравматичного стресу, який переживають спортсмени через специфіку їх сприйняття власної травми опорно-рухового апарату, є достовірно вищим від рівня подій, з якими доводилося зустрічатися за характером своєї професійної діяльності представникам інших професій, пов'язаних з високою ймовірністю виникнення ПТРС (рятувальникам, пожежникам, співробітникам МВС, військово-

службовцям північнокавказького військового округу (ПКВО) – учасникам бойових дій).

3. Встановлено, що 60% вибірки травмованих спортсменів, характеризуються дуже високим рівнем сили впливу ПТРС; 40% вибірки мають середній та найменший рівень показників сили впливу ПТРС.

Подальші дослідження у цьому напрямі полягають у більш глибокому вивченні впливу посттравматичного стресу на спортсмена високої кваліфікації з метою надання йому психологічної допомоги під час реабілітації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Будницька О. А. Індивідуально-особистісні детермінанти емоційних переживань у психотравмуючій ситуації: дис. ... канд. психол. наук / О. А. Будницька. – К., 2001. – 171с.
2. Єфімова О. А. Аналіз особливостей психотравмуючих ситуацій у спорті / О. А. Єфімова // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць. – Львів, 1997. – С. 153-154.
3. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олімпійська література, 2004. – С. 327-345.
4. Психологія спорту: хрестоматія / Сост. А. Е. Тарас. – М.: АСТ; Мн.: Харвест, 2005. – 352 с.
5. Стресс и тревога в спорте: международный сборник научных статей / сост. Ю. Л. Ханін. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 228 с.
6. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н. В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.
7. Физическая реабилитация: учеб. для студ. в высш. учебн. Заведений / под ред. С. И. Попова. – Ростов-на-Дону, 2005. – 608 с.

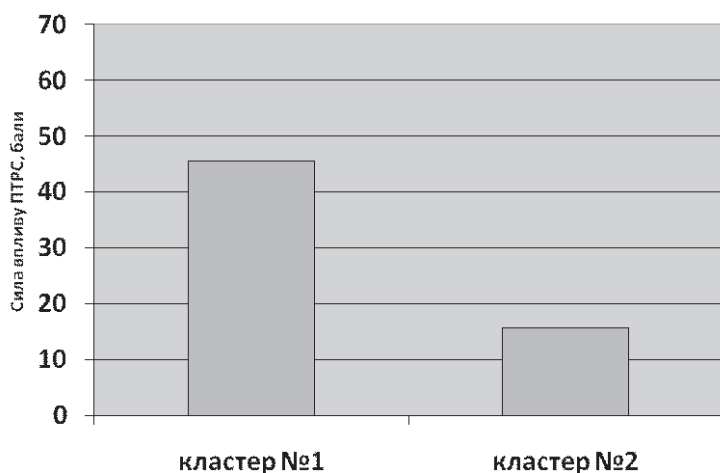


Рис. 2. Показники сили впливу ПТРС у спортсменів різних кластерів.

