

# Kvalitativno istraživanje čimbenika motivacije osoba s tjelesnim invaliditetom za sudjelovanjem u sportskim aktivnostima

---

**Milković, Josip**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2022**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:961026>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-25**



**Sveučilište u Zadru**  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJ

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Sveučilišni preddiplomski studij psihologije (jednopredmetni)

**Josip Milković**

**Kvalitativno istraživanje čimbenika motivacije osoba  
s tjelesnim invaliditetom za sudjelovanjem u  
sportskim aktivnostima**

**Završni rad**

Zadar, 2022.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju  
Sveučilišni preddiplomski studij psihologije (jednopredmetni)

**Kvalitativno istraživanje čimbenika motivacije osoba s tjelesnim invaliditetom za sudjelovanjem u sportskim aktivnostima**

Završni rad

Student/ica:

Josip Milković

Mentor/ica:

doc. dr. sc. Jelena Ombla

Zadar, 2022.



## Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Josip Milković**, ovime izjavljujem da je moj **završni** rad pod naslovom **Kvalitativno istraživanje čimbenika motivacije osoba s tjelesnim invaliditetom za sudjelovanjem u sportskim aktivnostima** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 2. listopada 2022.

## SAŽETAK

Iako fizička aktivnost doprinosi mentalnom i fizičkom zdravlju, posebice kod osoba s invaliditetom, i dalje je broj osoba s invaliditetom koje sudjeluju u sportskim aktivnostima izrazito malen. Stoga je cilj ovog istraživanja bio ostvariti dublji uvid u motivacijske čimbenike sudjelovanja osoba s tjelesnim invaliditetom u sportskim aktivnostima. U istraživanju je sudjelovalo 46 sudionika, odnosno 31 muškarac i 15 žena s područja Republike Hrvatske, prosječne dobi 36,59 godina. Za ispitivanje motivacijskih čimbenika vezanih uz bavljenje sportom i faktora koji utječu na smisao, cilj i svrhu njihovog života osoba s invaliditetom, putem online ankete postavljeno je ukupno pet pitanja otvorenog tipa. Analizom sadržaja odgovora utvrđeno je da su motivacijski čimbenici koji potiču osobe s invaliditetom na bavljenje sportom najčešće intrinzični motivi, a potom briga o zdravlju i fizičkoj kondiciji, socijalna podrška/uloga te su u najmanjoj mjeri zastupljeni ekstrinzični motivi. Slični motivi identificirani su i za održavanje bavljenja sportom, prvenstveno intrinzični motivi, zatim zdravlje, ekstrinzični motivi, a najmanje socijalna podrška. Kao čimbenici koji pomažu osobama s invaliditetom u sudjelovanju u sportu prepoznati su kvaliteta životne sredine, motivacija, određene individualne karakteristike te višak vremena. Ono što im odmaže prilikom istog, u najvećoj je mjeri neprilagođenost infrastrukture, određene individualne karakteristike, socijalna okolina te zdravstvene poteškoće. Sudionici smisao, cilj i svrhu svog života najviše pronalaze u interpersonalnim odnosima, zatim u pozitivnom stavu prema životu te pozitivnom afektu i životnoj ulozi, a nešto rjeđe u religioznosti i različitim načinima suočavanja sa preprekama. Rezultati su nadalje objašnjeni i raspravljeni unutar Teorije ciljeva postignuća (Nicholls, 1989; Dweck, 2006) i Teorije samodeterminacije (Deci i Ryan, 1985). U radu su istaknuta ograničenja istraživanja kao i praktične implikacije.

**Ključne riječi:** invaliditet, motivacija, sport, doživljaj smisla života

*Motivation of people with physical disabilities for sports activities participation: A qualitative research*

ABSTRACT

Physical activity contributes to mental and physical health, especially for people with disabilities. However, an extremely small number of people with disabilities participates in sports activities. Therefore, the main goal of this research was to gain insight into the motivational factors for the sports participation of people with physical disabilities, as well as their experience of the meaning of life. 46 participants, precisely 31 males and 15 females from the Republic of Croatia took part in the research, whose average age was 36.59 years. A total of five open-ended questions that were setted in online survey, were also used to examine motivational factors that are in relation with sports participation and factors that influence the meaning, goal and purpose of life when it comes to people with disabilities. The results show that motivational factors that encourage people with disabilities to play sports are mostly intrinsic motives, followed by health and physical fitness, social support/role, and in the smallest extent extrinsic motives. Similar motives are identified for maintaining their sports engagement, primarily intrinsic motives, then health, extrinsic motives, and least of all, social support. The factors that help people with disabilities participate in sports are the quality of the environment, motivation, cetrain individual characteristics and excess time. What hinders them at the same time, to the greatest extent, is the lack of adaptation of the infrastructure, certain individual characteristics, social environment and the health problems. The participants find the meaning, goal and purpose of their life mostly in interpersonal relationships, in positive attitude towards life and positive affect and role in life, and somewhat less often in religiosity and different ways of coping with obstacles. The results are further explained and discussed within Goal Achievement Theory (Nicholls, 1989; Dweck, 2006) and Self-Determination Theory (Deci and Ryan, 1985), as well as the limitations of the research and its practical implications.

Keywords: disability, motivation, sport, perception of the meaning of life

## SADRŽAJ

UVOD	1
INVALIDITET	2
<i>Klasifikacija invaliditeta</i>	2
<i>Sport osoba s invaliditetom</i>	3
MOTIVACIJA	4
<i>Motivacija u sportu</i>	5
<i>Teorija ciljeva postignuća</i>	5
<i>Teorija samoodređenja</i>	7
MOTIVACIJA ZA SPORTOM KOD OSOBA S INVALIDITETOM	9
CILJ I ISTRAŽIVAČKA PITANJA	11
METODA	11
<i>Sudionici</i>	11
<i>Mjerni instrumenti</i>	12
<i>Postupak</i>	14
REZULTATI	14
RASPRAVA	21
ZAKLJUČAK	27
LITERATURA	27
PRILOZI	34

## UVOD

Prema *Izješću o osobama s invaliditetom u Republici Hrvatskoj* postotak osoba s invaliditetom se kreće oko 14.4% (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, 2021).

Ono što narušava uspješnu prilagodbu i socijalizaciju, kao i dobrobit osoba s invaliditetom jest njihova diskriminacija i stigmatizacija na temelju njihovih nedostatnih sposobnosti. Upravo se kao način za ublažavanje negativnih stavova pokazuje angažman osoba s invaliditetom u sportu, putem kojeg pojedinac može jasno istaknuti svoje sposobnosti naspram tendencije da se u prvi plan stavlja njegov invaliditet (United Nations, 2022). Sudjelovanje u sportskim aktivnostima osoba s invaliditetom pruža i mnoge druge pozitivne psihološke i tjelesne posljedice potičući tako rast zadovoljstva različitim aspektima života (Groff i sur., 2009). Iako su različiti benefiti koje sport ima na pojedinca općeprihvaćeni, i dalje se mali postotak osoba s invaliditetom uključuje u sportske aktivnosti, pri čemu se prema nekim nalazima u Republici Hrvatskoj taj postotak kreće oko 0.008% (Ciliga i sur., 2006, prema Radišić, 2017).

Različite motivacijske teorije, poput Teorije ciljeva postignuća (Nicholls, 1989; Dweck, 2006) i Teorije samodeterminacije (Deci i Ryan, 1985), doprinijele su objašnjenju zašto se ljudi općenito uključuju u sportske aktivnosti ili od njih odustaju, isto tako mnoga su strana istraživanja pokušala utvrditi koji to motivi pokreću upravo osobe s invaliditetom na različita (ne)sportska ponašanja (npr. Page i sur., 2001, McLoughlin i sur., 2017). Naposljetku, postavlja se pitanje što potiče osobe s invaliditetom u RH da se započnu baviti sportom i ustraju u istom te što im pri tome pomaže, a što otežava.



## INVALIDITET

Kada se radi o definiranju invaliditeta, ono što u literaturi predstavlja najveće razgraničenje jest nejednoznačna uporaba termina koji bi predstavljali zajednički nazivnik za osobe s invaliditetom. Konsenzus je zahtjevno postići upravo zbog negativne konotacije koja se u društvu javlja kod najčešće korištenih naziva poput *invalidi*, *hendikepirane osobe*, *osobe s posebnim potrebama*, i dr. Najmanje stigmatizirajuć i najprihvatljiviji termin bi bio *osobe s invaliditetom* (Dadić i sur., 2018).

Svjetska zdravstvena organizacija (1980; prema Benjak i sur., 2012) je u Međunarodnoj klasifikaciji oštećenja invaliditeta i hendikepa (ICIDH) definirala invaliditet kao ograničenje ili reduciranje sposobnosti obavljanja određene tjelesne aktivnosti ili mentalne funkcije prikladne njenoj životnoj dobi, pri čemu se sposobnosti odnose na važne, svakodnevne i kompleksne oblike djelovanja i aktivnosti. Ova definicija je preuzeta i djelomično modificirana u *Zakonu o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom* (NN 64/2001). Prema istom *Zakonu* (NN 64/2001) osoba s invaliditetom je svaka osoba koja ima trajno ograničenje, izostanak ili reduciranu sposobnost izvođenja tjelesnih aktivnosti ili mentalnih funkcija primjerenih njenoj životnoj dobi koje je izazvano narušavanjem zdravlja, deficitom ili nepravilnosti u anatomske građi, fiziološkim ili mentalnim procesima. Sposobnosti koje su narušene odnose se na sposobnosti koje su generalno priznate kao važan dio svakodnevnog funkcioniranja, a težina invaliditeta se određuje kao razina u kojoj je učinak aktivnosti osobe s invaliditetom ograničen.

Prema Konvenciji Ujedinjenih naroda o pravima osoba s invaliditetom (Ujedinjeni narodi, 2006), koju je ratificirala i Hrvatska 2007. godine (NN, 6/2007), osobe s invaliditetom odnose se na one pojedince koji imaju dugotrajna fizička, mentalna, intelektualna oštećenja ili oštećenja osjetila, a koja im onemogućavaju efikasno i potpuno sudjelovanje u društvu ravnomjerno s drugima (Ujedinjeni narodi, 2006).

### *Klasifikacija invaliditeta*

Kako bi se izbjegle moguće nepravilnosti, važno je sastaviti konzistentan i univerzalan sustav vještačenja, kao i jedinstvene standarde za procjenu invaliditeta (Benjak i sur., 2012). U Hrvatskoj se prema Pravilniku o sustavu i načinu rada tijela vještačenja u postupku ostvarivanja prava iz socijalne skrbi i drugih prava po posebnim propisima (NN, 79/2014), zdravstvena oštećenja svrstavaju u četiri skupine: tjelesna, mentalna i intelektualna oštećenja te poremećaji iz autističnog spektra (PAS). U tjelesna oštećenja se ubrajaju gluhosljepoća, oštećenja sluha, vida, govorno-glasovne komunikacije, oštećenja lokomotornog sustava, središnjeg živčanog

sustava, perifernog živčanog i mišićnog sustava te drugih organa i organskih sustava. Intelktualna oštećenja uključuju intelektualno funkcioniranje koje je znatno ispodprosječno te time ograničava normalno adaptivno ponašanje. Mentalna oštećenja označavaju ponašajne promjene i promjene u reakcijama za koje je poznato da su izazvani organskim faktorom ili psihozom različitih etiologija, dok se poremećaji autističnog spektra odnose na skupinu poremećaja koji u svojim dijagnozama imaju mala odstupanja jedan od drugoga, ali se glavnina problema uviđa u otežanom uspostavljanju uzajamnih socijalnih odnosa i načinu komunikacije te u ograničenim, stereotipnim ponavljajućim aktivnostima i interesima u svim situacijama.

### *Sport osoba s invaliditetom*

Definiranje sporta proteže se kroz različite domene, kako kroz zakonske regulative, tako i putem različitih nepravni organizacija. Prema Zakonu o športu (2011), na sport se gleda kao na niz motoričkih kretnji putem kojega sportaši unutar treninga i natjecanja mogu iskazati maksimum svojih sposobnosti, vještina i znanja. Američka psihološka organizacija u svom rječniku definira sport kao tjelesno natjecanje koje može rezultirati samo jednim pobjednikom, a odvija se među osobama ili timovima prateći određena pravila, pri čemu ga nadgledaju i kontroliraju oni koji direktno ne sudjeluju (VandenBos, 2015). Hrvatska enciklopedija također naglašava natjecateljski duh kao ključnu komponentu sporta kao tjelovježbene aktivnosti (Brozović i sur., 2009).

Sport osoba s invaliditetom stekao je svoju popularnost u zadnja dva stoljeća (Crnković i Rukvina, 2013), a upravo je njegova pojava pridonijela smanjenju diskriminacije osoba s invaliditetom s obzirom da jača iskazivanje njihovih sposobnosti, odnosno, onoga što mogu, a ne što ne mogu raditi (United Nations, 2012). Istraživanja potvrđuju različite benefite koje sport ima po osobe s invaliditetom. McVeigh i suradnici (2009) svojim su istraživanjem pokazali kako pojedinci sa spinalnim ozljedama koji su uključeni u sportske aktivnosti izjašnjavaju o većem stupnju kvalitete života i integraciji u društvenu zajednicu u odnosu na one koji nisu bili uključeni u sportske aktivnosti. U jednom korelacijskom istraživanju kod osoba sa cerebralnom paralizom utvrđene su visoke pozitivne korelacije između bavljenja sportom i općenitim zadovoljstvom kvalitete života, kvalitete života obitelji te zadovoljstvom vlastitim zdravljem (Groff i sur., 2009).

Iako je činjenica da sport doprinosi životnoj dobrobiti osoba s invaliditetom na različite načine, i dalje se svega 0.1% do 0.2% njih, barem kada je riječ o visoko razvijenim zemljama, uključuje u neke vrste tjelesna aktivnosti, dok se u Republici Hrvatskoj taj postotak kreće oko 0.008% (Ciliga i sur., 2006, prema Radišić, 2017). Kako bi bolje razumjeli zašto osobe s

invaliditetom započinju i ustraju u sudjelovanju u sportu, određen dio istraživanja se usmjerio na proučavanje motivacije upravo za ovaj specifičan oblik ponašanja.

## MOTIVACIJA

Proučavanje motivacije kao psihološkog konstrukta daje informaciju o tome zbog čega se pojedinci odlučuju na određeno ponašanje u određenoj situaciji. U biti, ono otkriva uzroke ljudskog ponašanja (Deci i Ryan, 1985, prema Barić, 2012). Prema Barić (2012), motivacija je sve ono što osobu potiče na određeno ponašanje koje za svrhu ima ostvarivanje nekog cilja što osobu održava da ustraje u tom ponašanju. Ono što motivira su zapravo motivi, unutrašnji faktori koji pokreću aktivnost, a oni proizlaze iz primarnih, urođenih (npr. glad ili žeđ) i sekundarnih, stečenih potreba (npr. potreba za priznanjem ili za društvom), koje označavaju deprivaciju ili višak nečega u organizmu. Treća bitna komponenta za proces motivacije uz motiv i potrebe je cilj, prema kojem je motivirano ponašanje zapravo usmjereno.

Reeve (2010) naglašava kako pri ispitivanju motivacije nije dovoljno samo ispitivati zašto se netko ponaša na određen način, već i zašto je određena aktivnost započeta, zbog čega se održava, zašto je baš ta aktivnost odabrana, a ne neka druga, zašto neke ponašajne aktivnosti mijenjaju svoj smjer te zašto se prestaje djelovati na određen način.

Da bi se otkrio razlog određenog ljudskog ponašanja, ključno je konceptualizirati teoriju motivacije čija je svrha utvrditi smjer i energiju nekog ponašanja. Energija ukazuje na komponentu snage ponašanja, uključujući pritom njegov intenzitet i konzistentnost, dok smjer implicira da je ponašanje određeno svrhom, odnosno da je vođeno prema stjecanju konkretnog cilja. Teorija motivacije bi trebala obuhvatiti i procese koji energiziraju i usmjeravaju ljudsko djelovanje, a ti procesi mogu proizaći iz same osobe ili pak iz vanjske okoline. Ako se radi o motivima koji se doživljavaju intrinzično, onda je riječ o potrebama, kogniciji i emocijama koji povećavaju nastojanja neke osobe za približavanjem ili pak izbjegavanjem, a ako je riječ o okolinskim poticajima govorimo zapravo o vanjskim događajima koji mogu zainteresirati osobu ili ju odbiti da sudjeluje u nekom tijeku događaja (Reeve, 2010).

Istraživanje motivacije za sebe kontinuirano veže i nastojanje da se postulira sveobuhvatna teorija motivacije koja će pružiti mogućnost razumijevanja čitavog spektra ljudskog ponašanja usmjerenog na postignuće te time omogućiti stvaranje interventnih programa za njezino maksimiziranje (Roberts, 2012, prema Roberts i sur., 2018). Roberts i suradnici (2018) navode kako potraga za takvom teorijom još uvijek traje, a značajan napredak ostvaren je u domeni sporta.

## *Motivacija u sportu*

Motivacija se ističe kao sveprisutna i konstantna tema u psihologiji sporta (Lindhal i sur., 2015), no njezin odnos s uključivanjem u sportske aktivnosti i dalje nije u potpunosti shvaćen. Razlog tomu prije svega je opsežnost čimbenika i njihovih međudnosa koji leže u podlozi motivacije, zatim djelovanje motivacije kao pojave koja prethodi određenom ponašanju, ali i njena pojava kao ishoda ponašanja te moguća posredujuća uloga u odnosu različitih faktora. Na posljertku, dodatnu zamršenost stvara i velik broj teorija motivacije, od onih ranih velikih teorija, do novijih užih teorija (Clancy i sur., 2016). Upravo su se dvije uže teorije istaknule kao najčešće korištene u proučavanju uloge motivacije u sportu, a to su teorija ciljeva postignuća (Nicholls, 1984; Dweck, 2006) i teorija samodeterminacije (Deci i Ryan, 1985).

### *Teorija ciljeva postignuća*

Prema Teoriji ciljeva postignuća ljudi su cilju usmjerena bića koja nastoje demonstrirati svoju kompetenciju, pri čemu različiti pojedinci na različite načine percipiraju i prosuđuju svoje sposobnosti te određuju uspjeh. Shodno tome, oscilacije u ljudskom ponašanju nisu samo posljedica motivacije već i različitih ciljeva postignuća (Duda, 2001). Osjećaj sposobnosti, tj. kompetentnost osobe može biti visoka ili niska, ovisno o tome definira li osoba svoj uspjeh u odnosu na prethodni učinak ili se uspoređuje sa sposobnostima drugih (Nicholls, 1984, prema Harwoodu i Thrower, 2020). Oni pojedinci koji osjećaj kompetentnosti doživljavaju putem optimizacije vlastitih vještina imaju ciljnu orijentaciju na zadatak (eng. *task orientation*), a oni koji naglasak stavljaju na bolji učinak u odnosu na druge smatraju se ciljno orijentirani prema izvedbi (eng. *ego orientation*). Veći stupanj orijentacije na zadatak povezan je sa većom razinom pozitivnih mentalnih, emocionalnih i ponašajnih ishoda, dok više razine ciljne orijentacije na izvedbu ili nisu povezane ili su povezane s manje optimalnim ishodima (Harwood i sur., 2008), ali i negativnim ako se radi o neuspjehu (Biddle i sur., 2003). U domeni sporta, oni koji imaju izraženu ciljnu orijentaciju prema izvedbi teže iskazivanju svoje superiornosti u odnosu na druge, odnosno demonstraciji njihovih sposobnosti kojima naposljetku i pripisuju svoj uspjeh, dok se kod onih kojima je ciljna orijentacija usmjerena na ovladavanje zadatkom uspjeh ili neuspjeh pripisuju nedovoljno ili dovoljno uloženom trudu i naporu te oni teže vlastitom usavršavanju i napretku u sportskim aktivnostima (Ntoumanis, 2001).

Ove ciljne orijentacije, tj. ciljevi postignuća pod utjecajem su interakcije interpersonalnih, odnosno dispozicijskih karakteristika za razvijanje sklonosti određenoj ciljnoj orijentaciji, te situacijskih faktora, tj, motivacijske klime koje stvaraju na primjer treneri, roditelji ili kolege (Harwood i Thower, 2020). Motivacijska klima se može također javiti u dva oblika – kao motivacijska klima usmjerena na zadatak i usmjerena na izvedbu. Motivacijska klima koja je usmjerena na zadatak javlja se kroz usmjerenost na suradnju u zadacima, demokratski pristup vodstvu, pohvalama i priznanjima za napor koji je uloženi te evaluacije koje se odnose na individualni napredak, kao i grupiranje ljudi prema sposobnostima u heterogene grupe, izbjegavanje vremenskih pritisaka i ograničenja, itd. S druge strane, motivacijska klima koja je usmjerena na izvedbu odiše natjecateljskim aktivnostima, autoritarnom tipu vodstva, naglašavanju normativnih sposobnosti, kao i normativnoj evaluaciji, podjelama koje su zasnovane na sposobnostima i vremenskim ograničenjima koje mogu zadovoljiti samo napredni (Vitali i sur., 2015). Ove dvije vrste klime povezane su sa različitim aspektima sportskog doživljavanja i ponašanja pa tako i motivacije. Različita istraživanja pokazuju kako sportaši koji su okruženi motivacijskom klimom usmjerenom na zadatak biraju učinkovitije strategije učenja vještina (Seifriz i sur., 1992), usmjeravaju se na zadatke koji su izazovniji i koji zahtijevaju više truda, skloniji su suradnji, pokazuju viši stupanj zadovoljstva u sportskim grupama (Walling i sur., 1993), više uživaju (Goudas, 1998) te su u većoj mjeri intrinzično motivirani za sportske aktivnosti (Kavussanu i Roberts, 1996). Nalazi istraživanja Vitali i suradnika (2015) pokazali su kako je klima usmjerena na zadatak također pozitivno povezana sa otpornošću i percipiranom sposobnošću te da su obje klime povezane sa sportskim sagorijevanjem, pri čemu je kod klime usmjerene na zadatak smjer povezanosti negativan, a kod klime usmjerena na izvedbu pozitivan. Zbog naglašavanja važnosti rezultata, motivacijska klima usmjerena na izvedbu za sebe veže osjećaj pritiska kod sportaša (Walling, 1993). Kod pojedinaca koji imaju izraženiju natjecateljsku anksioznost veća vjerojatnost da odustanu od sudjelovanja, pogotovo ako su konstantno izloženi kritikama i neuspjehu, i generalno pokazuju neadaptivnije obrasce ponašanja (Treasure i Roberts, 1994).

Pozitivna povezanost ciljne orijentacije na zadatak i motivacijske klime usmjerene na zadatak, kao i motivacijske klime usmjerene na izvedbu te ciljne orijentacije usmjerene na izvedbu vodi zaključku o mogućem dvosmjernom utjecaju ova dva aspekta postignuća. Pri tome bi pojedinci koji su dispozicijski više usmjereni na usavršavanje vještina i osobni napredak, ili pak više na izvedbu, trebali birati motivacijsku klimu koja je usmjerena na isto (tzv. hipoteza slaganja). S druge strane, motivacijska klima bi prema tome isto tako mogla

utjecati na modificiranje ciljne orijentacije ako je osoba dovoljno dugo izložena jednom tipu motivacijske klime (Ntoumanis i Biddle, 1999).

Prema Teoriji postignuća, motivacija pojedinca bi se trebala razmatrati kao rezultat kombiniranog djelovanja dispozicijskih i situacijskih faktora, odnosno ciljne orijentacije i motivacijske klime. Ovaj interakcijski pristup razmatran je u nekolicini istraživanja, pri čemu su rezultati poprilično nejasni i kontradiktorni (Cresswell i sur., 2003). Tako su na primjer, Treasure i Roberst (1998) otkrili da interakcija motivacijske klime i ciljne orijentacije predviđa porijeklo zadovoljstva i uvjerenja o uspjehu u sportu, pri čemu su niske razine ciljne orijentacije na zadatak bile moderirane percipiranom motivacijskom klimom na ovladavanje zadatkom, dok motivacijska klima nije imala utjecaja na niske razine ciljne orijentacije na izvedbu. S druge strane, Newton i Duda (1999, prema Cresswell i sur., 2003), s ciljem da provjere odnos motivacijske klime i ciljnih orijentacija u pojavi intrinzične motivacije odbojkaša, nisu utvrdili učinak interakcije, već su rezultati pokazali kako je motivacijska klima bila najznačajniji prediktor doživljaja užitka/interesa i pritiska, a ciljna orijentacija bila je prediktor doživljaja truda/važnosti..

### *Teorija samoodređenja*

Prema Teoriji samoodređenja pojedinac započinje aktivnosti i regulira svoje ponašanje u smjeru zadovoljena triju temeljnih psiholoških potreba, a to su potreba za kompetencijom, autonomijom i povezanosti (Deci i Ryan, 1985, prema Barić, 2012). Prema Pelletieru i suradnicima (2013), potreba za autonomijom zadovoljena je ponašanjem koje je skladu s osobnim interesima i vrijednostima pojedinca, dok se potreba za povezanosti može definirati kao osjećaj pripadnosti koji se razvija kroz interakciju sa socijalnom okolinom, a potreba za kompetencijom zadovoljava se kad se pojedinac nalazi u njemu izazovnim situacijama u kojima ima mogućnost demonstrirati vlastite sposobnosti i izgraditi samopouzdanje.

Teorija samodeterminacije objašnjava način na koji ponašanja koja su prvotno ekstrinzično motivirana mogu prerasti u intrinzično motivirane, odnosno samodeterminirane aktivnosti. Ova internalizacija ponašanja pokriva različite vrste motivacija koje su prikazane kao kontinuum. Na početku ovog kontinuuma smještena je amotivacija koja označava nultu razinu motivacije, zajedno s nepostojećom regulacijom ponašanja. Nadalje, ekstrinzična motivacija je sljedeća na kontinuumu, a ona varira ovisno o stupanju autonomije ili samoodređenja. Najmanji stupanj autonomije kojeg karakterizira ponašanje usmjereno za zadovoljenje okolinskih zahtjeva ili dobivanje nagrade ima vanjska regulacija. Nešto veći

stupanj autonomije sadržan je u prihvaćenoj regulaciji pri kojoj ponašajna regulacija nije u potpunosti prihvaćena, već se osoba odlučuje na određene aktivnosti s namjerom da spriječi nastanak negativnih stanja poput krivnje ili anksioznosti ili kako bi na primjer zadržala pozitivne emocije poput ponosa. Poistovjećena regulacija ima veći stupanj samoodređenja od prihvaćene regulacije. U ovom slučaju osoba smatra određenu aktivnost važnom pa osjeća veći stupanj samoodređenja s obzirom da djeluje u skladu s identificiranim vrijednostima. Usvojena regulacija nalazi se nadomak intrinzičnoj s obzirom na stupanj samoodređenja, no razlika je u tome što je kod usvojene regulacije aktivnost i dalje usmjerena na postizanje ishoda, a ne na sam interes kao kod intrinzične motivacije, koja se nalazi na kraju ovog kontinuuma (Ryan i Deci, 2000).

Upravo zadovoljenje temeljnih potreba potiče nastanak intrinzične motivacije (Ntoumanis, 2012). Prema Adie i suradnicima (2008), zadovoljena potreba za kompetencijom, autonomijom i povezanosti kod sportaša će rezultirati većom razinom vremena i ulaganja u sportske aktivnosti, i obratno, nezadovoljenje ovih potreba rezultirati će njihovim odustajanjem. Teorija samoodređenja stavlja naglasak i na važnost okoline u nastanku autonomnih oblika motivacije jer upravo ona ima značajan utjecaj na zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba (Trbojević, 2018).

Kao jedna od podteorija šire teorije samoodređenja, za motivaciju u sportu bitnom se istakla Teorija kognitivne evaluacije (Deci i Ryan, 1985, prema Barić, 2012), a ona obuhvaća proučavanje utjecaja različitih vanjskih i unutarnjih faktora na pojavu intrinzično motiviranog djelovanja, kao i ishode takvog djelovanja. Prema ovoj teoriji, vanjski utjecaji mogu ne samo smanjiti intrinzičnu motivaciju, nego je i povećati, ovisno o tome percipira li osoba događaj nametnutim ili kao posljedicu vlastitog utjecaja. Shodno tome, vanjski događaj se može percipirati kao onaj koji kontrolira ponašanje ili kao onaj koji potiče autonomiju. Prema Deci i Ryanu (1985, prema Barić, 2012), unutarnja motivacija moderirana je povratnom informacijom, kontrolirajućim i motivirajućim aspektom situacije. Povratna informacija o ponašanju, ako nema zahtjeva za određenim ishodom djelovanja, stvara osjećaj autonomije i, posljedično tome, rezultira većom intrinzičnom motivacijom. Kontrolirajući aspekt situacije odnosi se na aspekt u kojem se situacija smatra ili ne smatra kao kontrolirana vanjskim pritiskom, a amotivirano ponašanje javlja se kada je osoba izložena događajima na koje ne može utjecati ili ih predvidjeti. U slučaju ovakvih događaja, kao i situacija niske kontrole, smanjuje se osjećaj samoodređenosti, a time i unutarnja motivacija.

U domeni sporta, pojedinci se zbog različitih vanjskih ili unutrašnjih motiva uključuju u sportske aktivnosti, a istraživanja pokazuju kako su uspješniji oni koji imaju veću autonomnu

motivaciju nego li kontroliranu (Gillet i sur., 2012). Unatoč tome, postoje nalazi prema kojima i sama kontrolirana motivacija ima pozitivne utjecaje. Tako su Briere i suradnici (1995, prema Gillet i sur., 2012) pronašli pozitivnu povezanost prihvaćene motivacije s pozitivnim emocijama, interesom i zadovoljstvom. U longitudinalnoj studiji Pelletiera i suradnika (2001) prihvaćena motivacija kod plivača je pozitivno predviđala ustrajnost u sportu za narednih deset mjeseci, dok za period od 22 mjeseca nije bila značajna. S druge strane, u istoj studiji je pokazano kako vanjska regulacija ponašanja nije bila prediktor ustrajnosti u sportu u deset mjeseci, dok je u vremenu od 22 mjeseca bila negativno povezana sa ustrajnošću u sportu. Gillet i suradnici (2012) pronašli su kako uspješni sportaši imaju viši stupanj kontrolirane motivacije, no s druge strane imaju i veći stupanj samoodređene motivacije od onih manje uspješnih. Kako bi sumirali ove različite rezultate, naglašavaju kako kontrolirana motivacija može dovesti do pozitivnih ishoda, a u kombinaciji s autonomnom regulacijom ti se ishodi maksimiziraju.

## MOTIVACIJA ZA SPORTOM KOD OSOBA S INVALIDITETOM

Brojna dosadašnja istraživanja posvećena su utvrđivanju čimbenika koji leže u podlozi motivacije za uključivanjem i ustrajanjem u sportskim aktivnostima kod osoba s invaliditetom. Iako generalno osobe s invaliditetom motiviraju jednaki motivi kao i osobe koje nemaju invaliditet, a uključene su u sportske aktivnosti (Perreault i Vallerand, 2007), pojedini motivi ističu se specifično kod osoba s invaliditetom. Neki od zajedničkih motiva su želja za natjecanjem, briga o vlastitom zdravlju i izgledu (Abdullah i sur., 2017) te potreba za socijalizacijom (McLoughlin i sur., 2017). Osim navedenog, osobe s invaliditetom najčešće motivira i pozitivni afekt koji proizlazi iz fizičke aktivnosti – osjećaj zabave i užitka (Kämpfe i sur., 2014) te sreće i nada (Larocca i sur., 2020). Dorman i suradnici (2007) tako napominju da je upravo pozitivan afekt jedan od kritičnih faktora za razvoj predanosti sportu te ga postavljaju čak i ispred podrške od strane bliskih osoba. Odmah poslije samog užitka, najčešće su spominjani intrinzični motivi poput razvoja vještine (Shihui, i sur., 2007) postizanja ciljeva, osjećaja samoefikasnosti (Pensgaard i Sorensen, 2002), stjecanja psihičke i fizičke autonomije (Farell i sur., 2004), odnosno potvrde vlastite kompetencije (Page i sur., 2001) te razvoja samopouzdanja (Oladunni i sur., 2015). Važnim motivom pokazala se i socijalna podrška, primarno roditelja i prijatelja (Dormann i sur., 2007), ali i drugih značajnih osoba poput trenera i zdravstvenih radnika (Furst i sur., 1993). Osim podrške, istakla se i interakcijska komponenta socijalizacije, odnosno upoznavanje novih ljudi, posebice drugih osoba s invaliditetom te razvoj dubokih međuljudskih odnosa, prijateljstava te samim time sprečavanje usamljenosti (Shapiro



i Martin, 2014). Također, pri usporedbi motivacije osoba sa i bez invaliditeta, ističe se nekoliko faktora, odnosno „barijera“, koje otežavaju osobama s invaliditetom pri uključivanju u sport. Neke od najraširenijih barijera su financijski problemi, neprilagođenost infrastrukture, nepovoljna lokacija mjesta na kojima osoba s invaliditetom može trenirati te loša organizacija prijevoza i vremena. Nadalje, osobe s invaliditetom svakodnevno se susreću i sa različitim stereotipima i negativnim stavovima prema osobama s invaliditetom pa, samim time, i manjkom socijalne podrške (McLoughlin i sur., 2017). Stoga su određeni motivi kod osoba s invaliditetom zastupljeniji nego li kod osoba bez invaliditeta, a odnose se ponajviše na socijalnu podršku, stjecanje osjećaja kompetentnosti i sprečavanje pogoršanja zdravstvenog stanja (Furst i sur., 1993; Page i sur., 2001).

Prethodna istraživanja povezala su bavljenje sportskim aktivnostima kod osoba s invaliditetom s doživljajem smisla života. Doživljaj smisla života označava spoznaju sklada, reda i svrhe koja je prisutna u nečijem postojanju te nastojanje da se ostvare ciljevi koji se smatraju vrijednima, pri čemu je prisutan osjećaj ispunjenosti. Grouden i Jose (2014) konstatiraju kako je obitelj do sada najčešće spominjana kao odrednica doživljaja smisla života, a prema istim autorima, mlađi sudionici u usporedbi sa starijim sudionicima kao odgovor na porijeklo doživljaja smisla života više navode vlastiti rast, dok su stariji sudionici više izvještavali o društvenim aktivnostima. Nalazi istraživanja pokazuju kako je doživljaj smisla života pozitivno povezan sa psihološkom dobrobiti (Zika i Chamberlain, 1992; Ryff i Keyes, 1995) i fizičkim zdravljem (Ryff i Keyes, 1995). Ovaj odnos ispitivan je i kod osoba s invaliditetom. Tako je istraživanje Kinga i suradnika (2006) pokazalo kako je učestalija potraga za životnim smislom povezana sa padom u prilagodbi osoba s ozljedom leđne moždine, dok je povećanje pronađenog smisla na istom uzorku bilo povezano s efikasnijom prilagodbom. U jednoj longitudinalnoj studiji ispitivan je odnos smisla života i prilagodbe belgijskih bolesnika s kroničnom boli te je otkriveno kako je doživljaj smisla života važan pokazatelj životne dobrobiti (Dezutter i sur., 2015). Kada je riječ o sportu kod osoba s invaliditetom i njegovom odnosu sa njihovim doživljajem smisla života, istraživanja su rijetka. Kara i suradnici (2021) navode kako sudjelovanje u sportskim aktivnostima ostavlja pozitivne učinke na čitav niz područja ljudskog funkcioniranja, poput afektivnog, sociološkog, psihološkog i fiziološkog polja. Različita istraživanja su pokazala kako tjelesne aktivnosti mogu na biološkoj i na fiziološkoj razini dovesti do poboljšanja raspoloženja osobe (Asmundson i sur., 2013; Kianian i sur., 2018), a upravo se stanje pozitivnog afekta povezuje i s doživljajem smisla života. King i suradnici (2006) navode kako pozitivan afekt preko utjecaja na kogniciju pospješuje otkrivanje i formiranje smisla života.

Zbog svega navedenog, potrebno je detaljno istražiti koji motivi leže u podlozi motivacije za uključivanjem u sport osoba s invaliditetom, kao i koji su čimbenici koji otežavaju bavljenje sportom kod osoba s invaliditetom te navedeno razmotriti u skladu s doživljajem smisla života sudionika. Navedene spoznaje mogle bi imati praktičnu primjenu u programima rada s osobama s invaliditetom kao i motiviranja istih za bavljenje sportom, budući da je fizička aktivnost od krucijalne važnosti kada je u pitanju briga o fizičkom i mentalnom zdravlju.

## CILJ I ISTRAŽIVAČKA PITANJA

Zastupljenost istraživanja sportskog angažmana kod osoba s invaliditetom u Hrvatskoj je nedostatna. Upravo je cilj ovog istraživanja ostvariti dublji uvid u motivacijske čimbenike sudjelovanja osoba s tjelesnim invaliditetom u sportskim aktivnostima, kao i razmotriti te čimbenike unutar konteksta doživljaja smisla života kod osoba s invaliditetom koje se bave sportom. S obzirom da su prethodna istraživanja povezala motivaciju za sudjelovanjem u sportskim aktivnostima s doživljajem smisla života (Leidl, 2008), nastojalo se pobliže istražiti i doživljaj smisla života kod osoba s invaliditetom koje se bave sportom. Shodno navedenom, istaknula su se dva istraživačka pitanja:

1. Koji su to motivacijski čimbenici koji potiču i održavaju bavljenje sportom kod osoba s invaliditetom?
2. U čemu osobe s invaliditetom koje se bave sportom pronalaze smisao, cilj i svrhu svog života?

## METODA

### *Sudionici*

U istraživanju je sudjelovalo 46 sudionika, odnosno 31 sudionik muškog spola i 15 ženskog, čija ukupna prosječna dob iznosi 36.59 godina. Nešto manje od pola sudionika je u vezi (45.65%), dok ih je 43.48% zaposleno. Većina, odnosno 28 (60.87%), ih ima završeno srednjoškolsko obrazovanje, njih 11 (23.91%) preddiplomsku, a 7 (15.22%) diplomsku razinu studija. Mjesta stanovanja sudionika/ca prikazana su u Tablici 1 u Prilogu. Sudionici ovog istraživanja u prosjeku procjenjuju svoje zadovoljstvo životom relativno visokim ( $M=8.15$ ;  $SD=2.10$ ; pri čemu je 10 najviša vrijednost), a zdravlje dobrim do vrlo dobrim ( $M=3.70$ ;  $SD=1.19$ ; pri čemu je 5 najviša vrijednost). U ovom istraživanju 6.52% sudionika su osobe

blagog, 28.26% umjerenog te 65.22% teškog oštećenja funkcionalnosti. Zatim, 89.13% sudionika trenira više puta tjedno, njih 8.70% trenira jednom tjedno, a 2.17% sudionika trenira jednom mjesečno ili manje od jednom mjesečno. U sportskim natjecanjima sudjeluje 82.61% sudionika, dok se njih 17.39% sportom bavi rekreativno.

### *Mjerni instrumenti*

Kako bi se prikupili željeni podaci, koristio se upitnik konstruiran za svrhe ovog istraživanja. Prvi dio upitnika uključivao je pitanja koja su se odnosila na sociodemografske i neke opće karakteristike sudionika, odnosno spol, dob, bračni status, stupanj obrazovanja, radni status i mjesto stanovanja. Zatim su navedene dvije čestice koje su se odnosile na procjenu zdravlja i zadovoljstva životom, pri čemu se od sudionika tražilo da svoje zdravlje procjene na skali za odgovore (1-loše, 5-odlično), a zadovoljstvo životom na skali od 0 (*U potpunosti nezadovoljan/na*) do 10 (*U potpunosti zadovoljan/na*). Kako bi se prikupili podaci o prirodi invaliditeta, sudionicima su postavljena pitanja o uzroku nastanka invaliditeta (stečen ili urođen), o tipu invaliditeta (tjelesno, intelektualno, mentalno oštećenje, poremećaji iz autističnog spektra ili nešto drugo) prema *Pravilniku o sustavu i načinu rada tijela vještačenja u postupku ostvarivanja prava iz socijalne skrbi i drugih prava po posebnim propisima* (NN 79/2014) te o postotku oštećenja funkcionalnosti koji se prema klasifikaciji Svjetske zdravstvene organizacije (2001) kreće od izostajanja oštećenja (od 0 do 4%), preko blagog (od 5% do 24%), umjerenog (od 25% do 49%) i teškog (od 50% do 95%) do potpunog oštećenja (od 96% do 100%). U svrhu prikupljanja podataka o vrsti sporta i čestini treninga postavljeno je otvoreno pitanje *Kojim sportom/sportovima se bavite?* te pitanje *Koliko često trenirate?* s ponuđenim odgovorima (jednom mjesečno ili manje od jednom mjesečno, više puta mjesečno, jednom tjedno, više puta tjedno), a za utvrđivanje tipa sportskog angažmana tražilo se od sudionika/ica da označe bave li se sportom rekreativno ili sudjeluju u sportskim natjecanjima. U slučaju da su označili da sudjeluju u sportskim natjecanjima postavljena su im sljedeća pitanja otvorenog tipa: *Koji oblik natjecanja? Koliko često sudjelujete u sportskim natjecanjima?* Kako bi se prikupili podaci o motivacijskim čimbenicima koji potiču osobe s invaliditetom da se započnu i ustraju baviti se sa sportom, što im pritom pomaže, a što otežava te kako bi se dobio dublji uvid u čemu pronalaze svoj smisao života, postavilo se sljedećih pet pitanja: *Što Vas je potaknulo da se krenete baviti sportom?, Što Vas motivira da ustrajete u sportu?, Što Vam pomaže, a što odmaže, prilikom bavljenja sportom?, Suočavate li se s određenim preprekama prilikom bavljenja sportom?, U čemu pronalazite smisao, cilj i svrhu Vašeg života?*

## Postupak

Prvotno je formiran upitnik u *Google Forms* programu, pri čemu je na njegovom početku postavljena uputa sudionicima putem koje je naznačena svrha istraživanja, objašnjen je pojam anonimnosti sudjelovanja, pravo odustajanja u bilo kojem trenutku te zamolba da na pitanja odgovore što točnije i potpunije moguće. Nakon početne upute slijedio je niz otvorenih i zatvorenih pitanja. Postupak regrutacije sudionika slijedio je tehniku snježne grude, dok je istraživanje, kao i poveznica na upitnik, oglašavano na Facebook stranici čija je svrha promoviranje sportova u kojima sudjeluju osobe s invaliditetom.

## REZULTATI

U svrhu odgovora na dva istraživačka pitanja provedena je analiza sadržaja prikupljenih odgovora. Detaljnije, odgovori sudionika prvobitno su kodirani te naknadno organizirani u kategorije i potkategorije, od strane četvero sudaca. Prilikom kodiranja, odgovori pojedinih sudionika koji su bili nepotpuni i dvosmisleni (npr. *slučajan susret, ima puni razloga i motiva*) na pitanja otvorenog tipa, kao i odgovori za koje je procijenjeno da upućuju na nerazumijevanje pojedinog pitanja, nisu uključeni u analize. Shodno navedenom, broj sudionika bio je različit za svako od pitanja, odnosno razlikuje se od ukupnog broja sudionika koji su pristupili istraživanju (N=46). Zaključne kategorije i potkategorije, prikazane u *Tablici 2, Tablici 3, Tablici 4, Tablici 5 i Tablici 6* nastale su usuglašavanjem svih sudaca. Svako od pet pitanja otvorenog tipa obrađeno je posebno te su pripadajući kodovi, kategorije i potkategorije na isti način prikazani u rezultatima.

Kako bi se ostvario dublji uvid u motivacijske čimbenike koji potiču osobe s invaliditetom da se krenu baviti sportom, provedena je analiza sadržaja odgovora na pitanje *Što Vas je potaknulo da se krenete baviti sportom?*, a glavne kategorije s pripadajućim potkategorijama prikazane su u *Tablici 2*.

*Tablica 2.* Prikaz glavnih kategorija i potkategorija identificiranih analizom sadržaja odgovora na pitanje o motivacijskim čimbenicima koji osobe s invaliditetom potiču na bavljenje sportom.  
(N=45).

Kategorija	Potkategorija	Dodatna podtema	<i>f</i>	Ukupno <i>f</i>	%
Socijalna podrška/uloga	Prijatelji		4	11	16.18
	Obitelj		2		
	Podrška stručnjaka		3		
	Podrška kolega		1		
	Profesija		1		
Briga o zdravlju i fizičkoj kondiciji	Briga za zdravlje		11	24	35.29
	Redukcija stresa		1		
	Rehabilitacija		2		
	Pretilost		2		
	Kretanje		6		
	Kondicija		2		
	Ekstrinzični motivi	Natjecanje			
	Putovanja		2		
Intrinzični motivi	Pozitivan afekt	Zabava	4	30	44.12
		Ljubav prema sportu	10		
	Identifikacija s ulogom sportaša		3		
	Potreba za povezanošću/socijalizacijom		10		

Potreba za kompetentnošću			
	Moguće „ja“	1	
	Želja za uspjehom	2	
Ukupno		68	100

Najčešći odgovori na pitanje *Što Vas je potaknulo da se krenete baviti sportom?* bili su odgovori koji su svrstani u kategoriju intrinzičnih motiva unutar koje su se kao najfrekventnije kategorije istaknuli pozitivan afekt (npr. *uvijek sam volio sudjelovati u bilokakvoj igri ili sportu od malih nogu*) te potreba za povezanošću/socijalizacija (npr. *interakcija s drugim ljudima sličnim meni*), a odmah nakon njih briga o zdravlju i fizičkoj kondiciji, pri čemu je kao najfrekventnija potkategorija istaknula briga o zdravlju (npr. *poboljšanje mog zdravstvenog stanja*). Sljedeća po čestini bila je socijalna podrška, pri čemu su sudionici najčešće navodili podršku prijatelja (npr. *prijatelji*), a zatim stručnjaka (npr. *poziv fizioterapeuta*). Ekstrinzični motivi pokazali su se najmanje značajnima kada je u pitanju motiv za uključivanje u sport kod osoba s invaliditetom, a uključivali su potkategorije natjecanja i putovanja (npr. *razgledavanje svijeta*) (Tablica 2).

Kako bi se ostvario dublji uvid u motivacijske čimbenike koji potiču osobe s invaliditetom da ustraju baviti se sportom, provedena je analiza sadržaja odgovora na pitanje *Što Vas motivira da ustrajete u bavljenju sportom?*, a glavne kategorije s pripadajućim potkategorijama su prikazane u Tablici 3.

Tablica 3 Prikaz glavnih kategorija i potkategorija identificiranih analizom sadržaja odgovora na pitanje o motivacijskim čimbenicima koji pomažu osobama s invaliditetom da ustraju u bavljenju sportom ( $N=44$ ).

Kategorija	Potkategorija	Dodatna potkategorija	$f$	Ukupno $f$	%
Zdravlje	Briga za zdravlje		11	16	24.62

	Rekreacija		4		
	Kvaliteta života		1		
Podrška	Dostupni resursi		2	3	4.62
okoline	Socijalna podrška		1		
Ekstrinzična	Natjecanje		5		
motivacija	Nagrade		2	8	12.3
	Putovanje		1		
Intrinzična	Pozitivan afekt	Pozitivne emocije	4		
motivacija		Ljubav prema sportu	1		
		Zabava	1		
	Potreba za samopoštovanjem i poštovanjem drugih	Potreba za pripadanjem	1		
		Potreba za samopoštovanjem	2		
		Socijalni status	1		
		Biti primjer drugima	1		
	Potreba za povezanošću/socijalizacija		3	38	58.46
	Potreba za kompetentnošću		13		
	Individualne karakteristike		9		
	Životni stil		2		
Ukupno				65	100

Prilikom odgovora na pitanje *Što Vas motivira da ustrajete u bavljenju sportom?* najčešći odgovori pripadali su intrinzičnim motivima, pri čemu su se kao najfrekventnije potkategorije istaknule potreba za kompetencijom (npr. *želja da budem među najboljima i da napredujem*) i individualne karakteristike (npr. *disciplinirana sam i konstantna i to je najvažnije ili upornost i trud*). Sljedeća najfrekventnija kategorija bila je zdravlje, pri čemu je najčešće spominjana briga o zdravlju (npr. *pozitivan učinak na zdravlje*). Ekstrinzična motivacija s potkategorijama natjecanje (npr. *Olimpijske igre*), nagrade i putovanja, a zatim podrška okoline

sa potkategorijama dostupni resursi (npr. *financijska potpora HPO-a*) i socijalna podrška (npr. *obitelj*) bile su najmanje zastupljene među odgovorima (*Tablica 3*).

Kako bi ostvario dublji uvid u motivacijske čimbenike koji pomažu i otežavaju osobama s invaliditetom prilikom bavljenja sportom, provedena je analiza sadržaja odgovora na pitanje *Što Vam pomaže, a što odmaže prilikom bavljenja sportom?* te *Suočavate li se s određenim preprekama prilikom bavljenja sportom?*, a glavne kategorije s pripadajućim potkategorijama i dodatnim potkategorijama prikazane su u *Tablici 4* i *Tablici 5*.

*Tablica 4.* Prikaz glavnih kategorija i potkategorija identificiranih analizom sadržaja odgovora na pitanje o čimbenicima koji pomažu pri bavljenju sportom kod osoba s invaliditetom ( $N=36$ ).

Kategorija	Potkategorija	<i>f</i>	%
Motivacija	Ekstrinzični motivi	2	33.33
	Intrinzična motiviranost	10	
Kvaliteta životne sredine	Podrška socijalne mreže	13	44.44
	Osjećaj pripadnosti	1	
	Prilagođena infrastruktura	2	
Individualne karakteristike	Visoka samokontrola	4	16.67
	Dobra organizacija	2	
Višak vremena		1	2.78
Ništa		1	2.78
Ukupno		36	100

Vezano za čimbenike koji sudionicima pomažu u bavljenju sportom, najčešći odgovor ulazi u kategoriju kvaliteta životne sredine, pri čemu se potkategorija podrške socijalne mreže (npr. *pomaže mi podrška od ljudi oko mene*) istaknula kao najfrekventnija. Sljedeća po važnosti



je bila motivacija, i to češće intrinzična (npr. *pomažu mi jasno postavljene ciljevi koji me guraju naprijed kada je najteže*), nego li ekstrinzična (npr. *pomaže mi kad vidim neki napredak i pohvala nekoga sa strane i od strane trenera*). Individualne karakteristike (npr. *upornost*) pokazale su se manje frekventnima, dok su neki od ostalih, jednom spominjanih odgovora bili višak vremena te nemogućnost izdvajanja pomažućih čimbenika (*Tablica 4*).

*Tablica 5.* Prikaz glavnih kategorija i potkategorija identificiranih analizom sadržaja odgovora na pitanje o čimbenicima koji odmažu u bavljenju sportom kod osoba s invaliditetom ( $N=36$ ).

Kategorija	Potkategorija	<i>f</i>	Ukupno <i>f</i>	%
Socijalna okolina	Nezainteresiranost drugih	3	9	23.21
	Predrasude prema osobama s invaliditetom	3		
	Narušeni socijalni odnosi	3		
Nedostatni resursi u zajednici/okolini	Nedostupnost sportskih sadržaja	1	11	28.21
	Neprilagođena infrastruktura	6		
	Nedostatak financijske podrške	2		
	Udaljenost od treninga	1		
	Ružno vrijeme	1		
Zdravstvene poteškoće	Tjelesno oštećenje	5	9	23.08
	Fizička bol	3		
	Tjelesna nelagoda	1		
Individualne karakteristike	Sukob motiva	7	10	25.64
	Niska samokontrola	2		

	Loša organizacija	1		
Ukupno			39	100

U kontekstu prepreka s kojima se osobe s invaliditetom susreću prilikom ustrajanja u bavljenju sportom, najčešće su spominjani odgovori koji su svrstani u kategorije nedostatnih resursa u zajednici/okolini uz najčešće spominjanje neprilagođenosti infrastrukture (npr. *neprilagođenost sportskih borilišta*), a potom individualnih karakteristika unutar kojih je najfrekventnija potkategorija bila sukob motiva (npr. *odmaže dvojna karijera, t.j. budem stalno zaposlen jer teško da se može uskladiti količina natjecanja i poslodavac koja bi dopustio toliko slobodnog vremena*). Nešto manje frekventne kategorije bile su socijalna okolina (npr. *nekada medijska nepopraćenost zasmeta*) i zdravstvene poteškoće unutar koje je kao glavna prepreka najčešće spominjano tjelesno oštećenje (*Tablica 5*).

Kako bi se utvrdilo u čemu osobe s invaliditetom koje se bave sportom pronalaze cilj, smisao i svrhu svog života, provedena je analiza sadržaja odgovora na pitanje *U čemu pronalazite smisao, cilj i svrhu Vašeg života?*, a pripadajuće kategorije i potkategorije prikazane su u *Tablici 6*.

*Tablica 6.* Prikaz glavnih kategorija i potkategorija identificiranih analizom sadržaja odgovora na pitanje o čimbenicima u kojima osobe s invaliditetom koje se bave sportom pronalaze cilj, smisao i svrhu svog života ( $N=46$ ).

Kategorija	Potkategorija	<i>f</i>	Ukupno <i>f</i>	%
Religioznost		6	6	7.14
Interpersonalni odnosi	Bližnji	3	29	34.52
	Obitelj	16		
	Prijatelji	7		
	Društvo	1		
	Partner	1		
Pozitivan afekt	Zdravstveni radnici	1	11	13.1
	Sreća	3		
	Ljubav	1		

	Zahvalnost	1		
	Mir	1		
	Domoljublje	1		
	Uspjeh	4		
Pozitivan stav prema životu	Optimizam	4		
	Skromnost	3		
	Altruizam	2		
	Samoizgradnja (samoostvarenje)	4	18	21.43
	Ustrajnost	1		
	Ljepota života	2		
	Prolaznost života	2		
Izazovi	Otkrivanje	1		
	Putovanja	1	4	4.76
	Učenje	1		
	Nova iskustva	1		
Životna uloga	Sport	8		
	Posao	1	11	13.1
	Odgoj djece	2		
Načini suočavanja	Održavanje zdravlja	4		
	Opijati	1	5	5.95
Ukupno			84	100

Kao najčešća potkategorija u vezi pronalaženja cilja, smisla i svrhe života osoba s invaliditetom koje se bave sa sportom istaknula se obitelj (npr. *sad mi moje blizanke od 10 godina i supruga uljepšavaju život*) koja ujedno pripada i najfrekventnijoj kategoriji – interpersonalni odnosi. Sljedeća najfrekventnija potkategorija jest sport (npr. *u boćanju za osobe s invaliditetom*) koji pripada kategoriji životnih uloga, iza koje se po čestini nalazi potkategorija prijatelja (npr. *u prijateljstvima*) koja pripada najčešćoj kategoriji interpersonalnih odnosa. Iako se ostale potkategorije po svojoj čestini ne ističu međusobno, uz glavnu kategoriju interpersonalnih odnosa, kao sljedeća po čestini javljanja, istaknula se kategorija pozitivan stav prema životu (npr. *u zdravom i pozitivnom mindsetu*), a iza nje slijede životna uloga i pozitivan afekt (npr. *u ljubavi i zahvalnosti na svakom novom danu života*). Kao najmanje frekventne kategorije istakle su se religioznost (npr. *u vjeri u Boga*), načini suočavanja (npr. *u zdravom načinu život*) i izazovi (npr. *otkrivanjem i putovanjima*) (Tablica 6).

## RASPRAVA

Iako uključivanje u fizičke aktivnosti općenito donosi mnogo benefita za mentalno i fizičko zdravlje ljudi (Bassuk Shari i Manson, 2005), posebice u slučaju osoba s invaliditetom kojima je fizička aktivnost dodatno važna zbog sprečavanja pogoršanja stanja i razvijanja dodatnih fizičkih poteškoća, vrlo malen broj osoba s invaliditetom se uključuje u sportske aktivnosti (Diaz i sur., 2019). Stoga se nameće pitanje koji su to faktori koji potencijalno mogu utjecati na sudjelovanje osoba s invaliditetom u sportu. Kako bi se ponudio smjer u odgovorima na to pitanje i kako bi se generalno poboljšali programi pristupa osobama s invaliditetom, bilo prilikom njihove rehabilitacije ili uključivanja u sportske aktivnosti, cilj ovog istraživanja bio je ostvariti uvid u motivacijske čimbenike sudjelovanja osoba s tjelesnim invaliditetom u sportskim aktivnostima. Navedeno se nastojalo ispitati kvalitativnim istraživanjem unutar kojeg su sudionici imali priliku odgovoriti na niz pitanja otvorenog tipa. Nakon provedene analize sadržaja odgovora sudionika, utvrđeni su glavni čimbenici koji potiču i održavaju bavljenje sportom kod osoba s invaliditetom, kao i oni koji im odmažu u istom.

Točnije, utvrđeno je kako osobe s invaliditetom prilikom uključivanja u sport najčešće motiviraju motivi svrstani u kategoriju intrinzičnih motiva, među kojima su se ponajviše istakli pozitivan afekt koji proizlazi iz bavljenja sportom i potreba za povezanošću ili socijalizacijom. Navedeno je u skladu s nalazima dosadašnjih istraživanja provedenima na osobama s i bez invaliditeta koja upućuju na to da je upravo pozitivan afekt glavni čimbenik o kojem ovisi hoće li osobe sudjelovati u sportskim aktivnostima. Pritom je naglasak postavljen na užitku koji proizlazi iz bavljenja sportom (Martin, 2006). Potreba za povezanošću, odnosno socijalizacijom, također je jedan od motiva koji su se isticali i u dosadašnjim istraživanjima. Upravo je ovakav nalaz u skladu i sa teorijom samodeterminacije prema kojoj potreba za povezanošću, zajedno sa potrebom za autonomijom i kompetencijom, pripada temeljnim ljudskim psihološkim potrebama prema kojima pojedinci reguliraju i usmjeravaju svoje ponašanje (Deci i Ryan, 1985, prema Barić, 2012). Naime, osobe s invaliditetom nerijetko se uključuju u sportske aktivnosti ne bi li pomoću njih ostvarile poveznice s drugim ljudima, odnosno sklopile prijateljstva i dublje međuljudske odnose (Shapiro i Martin, 2014). Nešto rjeđe, u kontekstu intrinzičnih motiva, sudionici su spominjali i potrebu za kompetentnošću te identifikaciju s ulogom sportaša kao motive za uključivanje u sportske aktivnosti. Osobe s invaliditetom često se mogu pronaći u situacijama u kojima ih njihov invaliditet obilježava te se stoga često stereotipno dovodi u pitanje njihova kompetencija (Huang i Brittain, 2006). Stoga se javlja potreba za dokazivanjem svoje kompetencije, odnosno potreba za stjecanjem

neovisnosti, što im upravo može pružiti sudjelovanje u sportu (United Nations, 2022). Također, brojne osobe koje su stekle svoj invaliditet su prije ozljede bili aktivni sportaši te ne mogu zamisliti svoj život bez sporta. Kod takvih osoba, često je moguće da su se i nakon ozljede odlučili ponovno početi baviti sportom jer je sport jedna od osnovnih sastavnica njihovog života. Osim pozitivnog afekta, većina sudionika izjasnila se kako im je važan motiv za sudjelovanjem u sportu briga o zdravlju i fizičkoj kondiciji, bilo u vidu rehabilitacije ili redukcije stresa, što je također u skladu s rezultatima dosadašnjih istraživanja koja upućuju na to da se osobe s invaliditetom često uključuju u sportske aktivnosti sa ciljem poboljšanja zdravstvenog stanja, izgleda i težine te sprečavanja razvoja sekundarnih zdravstvenih problema (Beckerman i sur., 2010). Socijalna podrška također se pokazala važnim motivom za uključivanje u sport kod osoba s invaliditetom, i to ne samo od strane obitelji i prijatelja, već i od strane stručnjaka (zdravstvenih radnika, trenera). Tema socijalne podrške često je spominjana tema u dosadašnjim istraživanjima motivacijskih faktora uključivanja u sport osoba s invaliditetom (Page i sur., 2001; Swanson i sur., 2008), posebice kada govorimo o podršci najbližih osoba, kao što su roditelji i prijatelji (Martin, 2006) te se podrška trenera navodi kao jedan od ključnih čimbenika za dobro funkcioniranje sportskog tima (Swanson i sur., 2008). Ovakvi rezultati u skladu su i s teorijom ciljeva postignuća (Nicholls, 1984, prema Harwoodu i Thrower, 2020; Dweck, 1986, prema Harwoodu i Thrower, 2020), prema kojoj u cilju usmjerenom ponašanju, osim dispozicijskih osobina, bitnu ulogu ima i motivacijska klima okoline, a upravo se motivacijska klima usmjerena na zadatak pokazala efikasnijom u predviđanju pozitivnih ishoda vezanih za sportska ponašanja (Sheifriz i sur., 1992; Walling i sur., 1993; Goudas, 1998; Kavussan i Roberts, 1996). Najmanje čestim motivima za uključivanje u sport kod osoba s invaliditetom pokazali su se ekstrinzični motivi poput natjecanja i putovanja, što upućuje na to da osobe s invaliditetom na sudjelovanje u sportu primarno motiviraju intrinzični motivi, briga o zdravlju i socijalna podrška, a najmanje vanjski, ekstrinzični motivi.

Slična skupina motiva onima koji potiču osobe s invaliditetom na sudjelovanje u sportu, identificirana je i kada je riječ o ustrajanju u bavljenju sportom. Naime, među njima najviše su se isticali intrinzični motivi poput potrebe za kompetencijom i individualnih karakteristika, ali i, u nešto manjem broju, potreba za povezanošću ili socijalizacijom, potreba za samopoštovanjem i poštovanjem drugih te pozitivan afekt. Značaj intrinzičnih motiva je u skladu s nalazima utvrđenima u dosadašnjim istraživanja. Naime, potreba za kompetentnošću, kao jedna od tri ključne psihološke potrebe prema teoriji samodeterminacije (Deci i Ryan, 1985, prema Barić, 2012) čest je motiv za sudjelovanje u sportu kod osoba s invaliditetom zbog toga

što se osobe s invaliditetom često nalaze u situacijama u kojima se njihova fizička kompetentnost može dovesti u pitanje. Stoga im bavljenje sportom pruža mogućnost dokazivanja vlastite fizičke kompetentnosti te na isti način može i biti forma razvoja samopoštovanja, ali i poštovanja od strane drugih osoba. Individualne karakteristike osoba često su povezane s ustrajanjem u različitim aktivnostima pa tako i kada je riječ o sportu (Allen i sur., 2012). Osim navedenog, sport može pružati i priliku za socijalizacijom, ali može biti i životni stil na koji su osobe navikle i nastavljaju živjeti na isti način (Perrier i sur., 2012). Odmah poslije intrinzičnih motiva najčešća je bila briga o zdravlju, koja je, kako je ranije utvrđeno, čest motiv za uključivanje u sport (Beckerman i sur., 2010). Budući da rekreacija ima brojne zdravstvene benefite, nije začuđujući nalaz da osobe ustraju u sudjelovanju u sportu kako bi nastavile brinuti o svom zdravlju. Najmanje značajnima su se pokazale podrška okoline (dostupni resursi i socijalna podrška) te ekstrinzična motivacija (natjecanje, nagrade, putovanja). Iz navedenog je moguće zaključiti da osobe, jednako kao i kod uključivanja u sportske aktivnosti, ustraju u sudjelovanju u sportu ponajprije iz intrinzičnih razloga i brige za vlastito zdravlje, a najmanje pod utjecajem ekstrinzičnih motiva.

Osobe s invaliditetom tijekom bavljenja sportom nailaze na brojne faktore koji im mogu pomoći, ali i odmoći u bavljenju sportom. Tako su osobe s invaliditetom, kao pozitivne faktore koji im pomažu u bavljenju sportom najčešće navodile kvalitetu životne sredine (kod koje je najznačajnija bila podrška socijalne mreže), potom motivaciju (ponajviše onu intrinzičnu) i individualne karakteristike (visoka samokontrola i dobra organizacija). Intrinzična motivacija i individualne karakteristike pokazale su se glavnim motivima za uključivanje, ali i ustrajanje u bavljenju sportom te je stoga jasno zašto su ih sudionici najčešće isticali kao podržavajuće faktore njihovog sportskog angažmana. Podrška socijalne mreže također je jedan od spominjanih motiva za uključivanje i ustrajanje u sportu. su nalazi u skladu sa rezultatima dosadašnjih istraživanja u kojima je utvrđeno kako su faktori koji pomažu osobama s invaliditetom u sudjelovanju u sportu, jednaki onima koji se javljaju i kod osoba bez invaliditeta. Naime, rezultatima tih istraživanja utvrđeno je kako su to primarno užitak, zdravstveni benefiti i socijalizacijski aspekti treniranja (McLoughlin i sur., 2017). Međutim, govoreći o faktorima koji im odmažu prilikom bavljenja sportom, osobe s invaliditetom ipak nailaze na dodatne otežavajuće faktore. Naime, sudionici ovog istraživanja najčešće su navodili nedostatne resurse u zajednici i okolini kao što je neprilagođenost infrastrukture i nedostupnost sportskih sadržaja. I u ovoj kategoriji spominjane su individualne karakteristike, no ovaj put su to bile otežavajuće karakteristike poput sukoba motiva, niske samokontrole i loše organizacije. Nezainteresiranost, predrasude i narušeni socijalni odnosi u njihovoj socijalnoj okolini kao i

zdravstvene poteškoće prouzrokovane samim invaliditetom bili su također neki od otegotnih faktora za sudjelovanje u sportu. Navedeni nalazi u skladu su sa rezultatima dosadašnjih istraživanja u kojima su ispitivani faktori koji odmažu u sudjelovanju u sportu kod osoba s invaliditetom, a to su stereotipi i negativni stavovi prema osobama s invaliditetom, manjak vremena i financijskih sredstava, loša infrastruktura, manjak socijalne podrške i zdravstveni problemi (McLoughlin i sur., 2017).

U dosadašnjoj je literaturi pretpostavljeno kako negativni životni događaji vode prema traženju pozitivnog značenja života te je stoga najčešća reakcija na invaliditet traženje smisla, ne bi li se osobe s invaliditetom lakše adaptirale na novonastale okolnosti (Psarra i Kleftharas, 2013; Thompson i sur., 2003). Sudionici ovog istraživanja, sukladno tome, odgovarali su na pitanja u čemu oni pronalaze smisao, cilj i svrhu svog života. Kao najčešća kategorija koju su sudionici navodili istakli su se interpersonalni odnosi, među kojima su obitelji i prijatelji imali najveći značaj, a upravo se interpersonalni odnosi ističu kao glavni izvor smisla života u mnogim do sada provedenim istraživanjima (Baum i Stewart, 1990; Debats, 1999). Naime, razvojem interpersonalnih odnosa, sudionici imaju priliku razviti osjećaj pripadanja te pronaći smisao u osjećaju doprinosa zajednici kojoj pripadaju (King, 2004). Nadalje, sudionici su navodili kako pronalaze smisao, cilj i svrhu svog života i u pozitivnom stavu prema životu te u pozitivnom afektu, koji su prilikom ranijih usporedbi dokazani kao pozitivni načini adaptacije u odnosu s depresivnim stavom i afektom (Psarra i Kleftharas, 2013). Sudionici ovog istraživanja smisao su pronalazili i u životnoj ulozi, odnosno najčešće u ulozi sportaša. Budući da govorimo o osobama s invaliditetom koje se bave sportom i kojima sport potencijalno može igrati značajnu ulogu u njihovom pojmu o sebi (Huang i Brittain, 2006), nisu začuđujući nalazi u kojima se naglašava važnost sporta u objašnjenju smisla i svrhe života. U prilog ovom nalazu idu i dosadašnja istraživanja koja su pokazala kako gubitak sportskog identiteta, koji se odnosi na stupanj u kojem je osoba povezana s ulogom sportaša (Brewer i suradnici, 1993) smanjuje osjećaj smisla života, kao i percipiranu kontrolu (Halsam i sur., 2021). Rjeđe spominjani faktori u kojima osobe s invaliditetom u sportu pronalaze smisao, cilj i svrhu njihovog života bili su religija, koja je i u dosadašnjim istraživanjima istaknuta kao važan pozitivan prediktor smisla života (French i Joseph, 2008). Osim čvrstog sustava vjerovanja koji je karakterističan za religiozne pojedince, ono što značajno doprinosi povezanosti religioznosti i smisla života je i sama uključenost u vjersku zajednicu koja osobama osigurava kvalitetne društvene interakcije (Fletcher, 2004). Uz religioznost, manje spominjane kategorije su bile vezane za izazove, poput putovanja i novih iskustava te uz načine suočavanja, kako one pozitivne (održavanje zdravlja), tako i one negativne (opijati). Što se tiče različitih izazova, moguće je kako oni kod osoba s

invaliditetom stvaraju pozitivan afekt, a istraživanje Kinga i suradnika (2006) je pokazalo kako se upravo pozitivan afekt istaknuo kao značajan pozitivan prediktor kako dnevnog, tako i globalnog doživljaja smisla života. S druge strane, načini suočavanja sa stresnim situacijama do sada su se pokazali povezanim s doživljajem smisla života. Točnije, istraživanja su pokazala kako je životna smislenost, kao jedna od tri temeljne dimenzije osjećaja koherentnosti (Antonovsky, 1990, prema Kardum i Hudek-Knežević, 2012), pozitivno povezana sa aktivnim i na problem usmjerenim suočavanjem, što bi u ovom istraživanju odgovaralo održavanju zdravlja te kako je negativno povezana s nekonstruktivnim mehanizmima suočavanja poput zlouporabe alkohola i droga. Osjećaj smislenosti prema Antonovskyjevom (1990, prema Kardum i Hudek-Knežević, 2012) salutogenom modelu predstavlja motivacijsko emocionalnu dimenziju koja uključuje osjećaj smislenosti života, to jest da su životne situacije s kojima se pojedinac susreće izazovne i da se isplati u njih emocionalno davati. Uz razumljivost koja se odnosi na doživljaj strukturiranosti okolinskih događaja te uz sposobnost upravljanja zahtjevima različitih događaja, smislenost određuje osjećaj koherentnosti pojedinca, odnosno osjećaj sigurnosti vezan za razumijevanje događaja, mogućnost upravljanja događajem te osjećaj da se s tim događajem vrijedno baviti.

Utvrđeni nalazi pružaju dublji uvid u različite čimbenike koji motiviraju osobe s invaliditetom da ustraju u sportskim aktivnostima, kao i one koji im pomažu ili otežavaju isto. Jedan od mogućih doprinosa dobivenih rezultata je taj što ukazuju na važnost sporta kod osoba s invaliditetom u održavanju i poboljšanju njihovog psihofizičkog stanja. Iako su sudionici primarno izdvajali intrinzične motive, važnim su se istaknule i različite karakteristike okoline poput doživljene socijalne podrške i infrastrukturne prilagođenosti sadržaja. Navedeno upućuje na moguću važnost ovih nalaza za planiranje budućih i unapređenje trenutnih programa za prilagodbu i poboljšanje kvalitete života osoba s invaliditetom. Buduća istraživanja u obzir bi mogla uzeti možda drugačiju metodu istraživanja. U ovom istraživanju, za dublji uvid u motivacijske čimbenike i doživljaj smisla života korišten je anketni upitnik s pitanjima otvorenog tipa koja su omogućavala slobodno izražene odgovore sudionika. Ono što se ispostavilo kao mogući nedostatak ove metode istaknula se nemogućnost postavljanja potpitanja na što ukazuju nepotpuni odgovori pojedinih sudionika, kao nemogućnost provjere razumijevanja samih pitanja. Shodno tome, dubinski intervju bi pružio potpuniju sliku o tome na koji način identificirani čimbenici uistinu djeluju i pomažu, odnosno otežavaju osobama s invaliditetom njihovo sudjelovanje u sportskim aktivnostima.



## ZAKLJUČAK

1. Motivacijski čimbenici koji potiču bavljenje sportom kod osoba s invaliditetom su intrinzični motivi kao najučestaliji čimbenik, zatim briga o zdravlju i fizičkoj kondiciji, nakon koje se po učestalosti istaknula socijalna podrška/uloga te naposljetku različiti ekstrinzični motivi. Slični motivi identificirani su i kada je riječ o čimbenicima koji podržavaju ustrajanje u sportu, s time da se kao najučestaliji čimbenici također istaknuli intrinzični motivi, zatim zdravlje, ekstrinzična motivacija, a najmanje učestalom socijalna podrška. Čimbenici koji pomažu osobama s invaliditetom u bavljenju sportom su najčešće kvaliteta životne sredine, zatim motivacija (intrinzična i ekstrinzična) te individualne karakteristike, višak vremena te nepostojanje olakotnih čimbenika. Čimbenici koji im otežavaju bavljenje sportom su u najvećoj mjeri neprilagođenost infrastrukture, zatim individualne karakteristike, socijalna okolina te zdravstvene poteškoće.
2. Osobe s invaliditetom koje se bave sportom svoj smisao, cilj i svrhu najviše pronalaze u interpersonalnim odnosima, zatim u pozitivnom stavu prema životu, nakon kojeg su se po učestalosti jednako istaknuli pozitivan afekt i životna uloga te nešto rjeđe religioznost, načini suočavanja i izazovi.

## LITERATURA

- Abdullah, N. M., Shapie, M. N. M., Lan, N. C., Pilus, A. M., i Nazarudin, M. N. (2017). Persons with disabilities and their motives for participating in sports. *Pertanika Journal of Social Science and Humanities*, 25, 51-58.
- Adie, J., Duda, J. i Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation i Emotion*, 32(3), 189–199.
- Allen, M. S., Greenlees, I., i Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 184-208.
- Asmundson, G. J. G., Fetzner, M. G., Deboer, L. B., Powers, M. B., Otto, M. W. i Smits, J. A. J. (2013). Let's get physical: A contemporary review of the anxiolytic effects of exercise for anxiety and its disorders. *Depression and Anxiety*, 30(4), 362–373.
- Barić, R. (2012). Motivacija i prepreke za tjelesno vježbanje. *Arhiv za higijenu rada i toksikologiju*, 63, 47-57.

- Shari, B. S. i Manson, J. E. (2005). Epidemiological evidence for the role of physical activity in reducing risk of type 2 diabetes and cardiovascular disease. *J Appl Physiol*, 99, 1193–1204.
- Baum, S. K. i Stewart, R. B. (1990). Sources of meaning through the lifespan. *Psychological Reports*, 67(1), 3–14.
- Beckerman H, de Groot V, Scholten MA i suradnici. Physical activity behavior of people with multiple sclerosis: understanding how they can become more physically active. *Phys Ther*.
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2021). *Izješće o osobama s invaliditetom u Republici Hrvatskoj*. [https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2021/10/Invalid\\_2021.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2021/10/Invalid_2021.pdf) .  
Pristupljeno 7.7. 2022.
- Benjak, T., Janičar, Z., Ježić, A., Sudec, G., Mamek Jagić, I. i Ostojić, J. (2012). Probna primjena Međunarodne klasifikacije funkcioniranja, onesposobljenosti i zdravlja u postupku vještačenja invaliditeta u Hrvatskoj. *Revija za socijalnu politiku*, 19(2), 175-196.
- Berg, C. J., Ritschel, L. A., Swan, D. W., An, L. C. i Ahluwalia, J. S. (2011). The role of hope in engaging in healthy behaviors among college students. *American journal of health behavior*, 35(4), 402-415.
- Biddle, S.J.H., Wang, C.K.J., Kavussanu i M., Spray, C.M. (2003). Correlates of Achievement Goal Orientations in Physical Activity: A Systematic Review of Research. *European Journal of Sport Science*, 3(5), 1-18.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L. i Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237–254.
- Brozović, D., Kovačec, A., i Ravlić, S. (2009). *Hrvatska enciklopedija*.
- Clancy, R. B., Herring, M. P., MacIntyre, T. E. i Campbell, M. J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232-242.
- Cresswell, S., Hodge, K. i Kidman, L. (2003). Intrinsic motivation in youth sport: Goal orientations and motivational climate. *Journal of Physical Education New Zealand*, 36(1), 15-26.
- Crnković, I. i Rukavina, M. (2013). Sport i unapređenje kvalitete života kod osoba s invaliditetom. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 49(1), 12-24.

- Dadić, M., Bačić, A., Župa, I. i Vukoja, A. (2018). Definiranje pojmova invaliditet i osoba s invaliditetom. *Hrana u zdravlju i bolesti: znanstveno-stručni časopis za nutricionizam i dijetetiku*, 10, 64-66.
- Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(4), 30-57.
- Deci, E. L. i Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, NY: Plenum.
- Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G. i Ryan, R. M. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 325-346.
- Dezutter, J., Luyckx, K. i Wachholtz, A. (2015). Meaning in life in chronic pain patients over time: Associations with pain experience and psychological well-being. *Journal of behavioral medicine*, 38(2), 384-396.
- Diaz, R., Miller, E. K., Kraus, E., i Fredericson, M. (2019). Impact of Adaptive Sports Participation on Quality of Life. *Sports Medicine and Arthroscopy Review*, 27(2), 73–82.
- Dorsett, P. (2010). The importance of hope in coping with severe acquired disability. *Australian Social Work*, 63(1), 83-102.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York, NY: Random House.
- Farrell, R. J., Crocker, P. R., McDonough, M. H., i Sedgwick, W. A. (2004). The driving force: motivation in Special Olympians. *Adapted physical activity quarterly*, 21(2).
- Feldman, D. B. i Sills, J. R. (2013). Hope and cardiovascular health-promoting behaviour: Education alone is not enough. *Psychology i health*, 28(7), 727-745.
- Fletcher, S. K. (2004). Religion and life meaning: Differentiating between religious beliefs and religious community in constructing life meaning. *Journal of Aging Studies*, 18(2), 171-185.
- French, S. i Joseph, S. (1999). Religiosity and its association with happiness, purpose in life, and self-actualisation. *Mental Health, Religion i Culture*, 2(2), 117-120.
- Furst, D. M., Ferr, T., i Megginson, N. (1993). *Motivation of Disabled Athletes to Participate in Triathlons*. *Psychological Reports*, 72(2), 403–406
- Gallagher, M. W. i Lopez, S. J. (2018). *The Oxford Handbook of Hope*. New York: Oxford University Press.

- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., Amoura, S. i Rosnet, E. (2012). Examining the motivation-performance relationship in competitive sport: A cluster-analytic approach. *International Journal of Sport Psychology*, 43(2), 79.
- Goudas, M. (1998). Motivational Climate and Intrinsic Motivation of Young Basketball players. *Perceptual and Motor Skills*, 86, 323-327.
- Groff, D. G., Lundberg, N. R. i Zabriskie, R. B. (2009). Influence of adapted sport on quality of life: Perceptions of athletes with cerebral palsy. *Disability and rehabilitation*, 31(4), 318-326.
- Grouden, M. E. i Jose, P. E. (2014). How do sources of meaning in life vary according to demographic factors? *New Zealand Journal of Psychology*, 43(3), 29-38.
- Haslam, C., Lam, B. C. P., Yang, J., Steffens, N. K., Haslam, S. A., Cruwys, T., Boen, F., Mertens, N., De Brandt, K., Wang, X., Mallett, C. J. i Fransen, K. (2021). When the final whistle blows: Social identity pathways support mental health and life satisfaction after retirement from competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 57, 102049.
- Huang, C. J. i Brittain, I. (2006). Negotiating identities through disability sport. *Sociology of sport journal*, 23(4), 352-375.
- Kämpfe, A., Höner, O., i Willimczik, K. (2014). Multiplicity and development of achievement motivation: a comparative study between german elite athletes with and without a disability. *European journal of adapted physical activity*, 7(1).
- Kara, N. S., Soyer, F. i Koç, M. (2021). Examination of Meaning in Life, Forgiveness Flexibility, Cognitive Flexibility, and Psychological Symptoms in Individuals Doing Sports and Not Doing Sports in Terms of Various Variables. *African Educational Research Journal*, 9(1), 146-159.
- Kardum, I. i Hudek-Knežević, J. (2012). Osjećaj koherentnosti i tjelesno zdravlje. *Psihologijske teme*, 21(2), 249-271.
- Kavussanu, M. i Roberts, G.C. (1996). Motivation in Physical Activity Contexts: The Relationship of Perceived Motivational Climate to Intrinsic Motivation and Self-Efficacy. *Journal of Sport i Exercise Psychology*, 18, 264-280.
- Kianian, T., Kermansaravi, F., Saber, S. i Aghamohamadi, F. (2018). The Impact of Aerobic and Anaerobic Exercises on the Level of Depression, Anxiety, Stress and Happiness of Non-Athlete Male. *Res Med Sci*, 20(1), 1-6.

- King, G. A. (2004). The Meaning of Life Experiences: Application of a Meta-Model to Rehabilitation Sciences and Services. *American Journal of Orthopsychiatry*, 74(1), 72–88.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L. i Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179–196.
- Lacković-Grgin, K. i Čubela, V. (2002). Skala nade. U: Lacković-Grgin, K., Proroković, A., Čubela, V., Penezić, Z., ur. *Zbirka psihologijskih skala i upitnika: svesak 1*. <https://morepress.unizd.hr/books/index.php/press/catalog/view/28/24/365>. Pristupljeno 29. svibnja 2022.
- Larocca, V., Fraser-Thomas, J., i Bassett-Gunter, R. (2020). “Even if someone has a physical disability, they can still participate”: Youth with physical disabilities’ motivational physical activity message preferences. *Disability and Health Journal*, 13(1),
- Lindahl, J., Stenling, A., Lindwall, M. i Colliander, C. (2015). Trends and knowledge base in sport and exercise psychology research: a bibliometric review study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 8(1), 71-94.
- Martin, J. J. (2006). Psychosocial aspects of youth disability sport.
- McLoughlin, G., Weisman Fecske, C., Castaneda, Y., Gwin, C. i Graber, K. (2017). Sport Participation for Elite Athletes With Physical Disabilities: Motivations, Barriers, and Facilitators. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 34(4), 421–441.
- McVeigh, S. A., Hitzig, S. L. i Craven, B. C. (2009). Influence of sport participation on community integration and quality of life: a comparison between sport participants and non-sport participants with spinal cord injury. *The journal of spinal cord medicine*, 32(2), 115-124.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19(6), 397-409.
- Ntoumanis, N. i Biddle, S.J.H. (1999). A Review of Motivational Climate in Physical Activity. *Journal of Sport Sciences*, 17, 643-665.
- Oladunni, B. A. Y. E. W. U. M. I., Lyoka, P. A., i Goon, D. T. (2015). Perceived motivational factors influencing students with disabilities towards sports participation in Amathole district, Eastern Cape Province, South Africa. *African Journal for Physical Health Education, Recreation and Dance*, 21(4.2), 1389-1401.

- Page, S. J., O'Connor, E. i Peterson, K. (2001). Leaving the disability ghetto: A qualitative study of factors underlying achievement motivation among athletes with disabilities. *Journal of Sport and Social Issues*, 25(1), 40-55.
- Page, S. J., O'Connor, E., i Peterson, K. (2001). Leaving the disability ghetto: A qualitative study of factors underlying achievement motivation among athletes with disabilities. *Journal of Sport and Social Issues*, 25(1), 40-55
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J. i Briere, N. M. (2001). Associations between perceived autonomy support, forms of self regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L. i Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329-341.
- Pensgaard, A. M., i Sorensen, M. (2002). Empowerment through the sport context: A model to guide research for individuals with disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(1), 48-67.
- Perreault, S. i Vallerand, R. J. (2007). A test of self-determination theory with wheelchair basketball players with and without disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24(4), 305-316.
- Perrier, M. J., Sweet, S. N., Strachan, S. M., i Latimer-Cheung, A. E. (2012). I act, therefore I am: Athletic identity and the health action process approach predict sport participation among individuals with acquired physical disabilities. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(6), 713-720.
- Pravilnik o sustavu i načinu rada tijela vještačenja u postupku ostvarivanja prava iz socijalne skrbi i drugih prava po posebnim propisima, Narodne novine 79/2014.
- Psarra, E., i Kleftras, G. (2013). Adaptation to physical disabilities: The role of meaning in life and depression. *The European Journal of counselling psychology*, 2(1).
- Radišić, D., Miletić, M., Berković-Šubić, M. i Hofmann, G. (2017). POVEZANOST FIZIOTERAPIJE I SPORTA OSOBA S INVALIDITETOM. *Physiotherapia Croatica*, 14(1.), 118-121.
- Reeve, J. (2010). *Razumijevanje motivacije i emocija*. Naklada Slap, Jastrebarsko.
- Roberts, G. C., Nerstad, C. G. i Lemyre, P. N. (2018). *Motivation in sport and performance*. <https://oxfordre.com/psychology/view/10.1093/acrefore/9780190236557.001.0001/acrefore-9780190236557-e-150> . Pristupljeno 3. 6. 2022.

- Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-Being. *American Psychologist*, 55, 68–78.
- Ryff, C. D. i Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–27.
- Seifriz, J.J., Duda, J.L. i Chi, L. (1992). The Relationship of Perceived Motivational Climate to Intrinsic Motivation and Beliefs About Success in Basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 375-391.
- Shapiro, D. R., i Martin, J. J. (2014). The relationships among sport self-perceptions and stasocial well-being in athletes with physical disabilities. *Disability and health journal*, 7(1), 42-48.
- Shihui, C., Jin, W., Mei, J., i On, L. K. (2007). Motivation of sport participation in elite athletes with physical disabilities in mainland china. *Asian Journal of Exercise i Sports Science*, 4(1).
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C.R., Harris, C., Anderson, J.R., Holleran, S.A., Irving, L.M., Sigmon, S.T, Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C. i Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual –differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585.
- Svjetska zdravstvena organizacija (2001). *Međunarodna klasifikacija funkcioniranja, onesposobljenosti i zdravlja*.  
[http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42407/9241545429\\_bos\\_lat.pdf;jsessionid=8DBACA981AB3907329DD85149CB2E59C?sequence=3](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42407/9241545429_bos_lat.pdf;jsessionid=8DBACA981AB3907329DD85149CB2E59C?sequence=3) . Pristupljeno 25. svibnja 2022.
- Swanson, S. R., Colwell, T., i Zhao, Y. (2008). *Motives for Participation and Importance of Social Support for Athletes with Physical Disabilities*. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 2(4),
- Thompson, N. J., Coker, J., Krause, J. S., i Henry, E. (2003). *Purpose in life as a mediator of adjustment after spinal cord injury*. *Rehabilitation Psychology*, 48(2), 100–108.
- Trbojević, J. (2018). *Socio-psihološki prediktori odustajanja od sporta u adolescenciji*. Doktorska disertacija. Novi sad: Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju.
- Treasure, D.C. i Roberts, G.C. (1994). Cognitive and Affective Concomitants of Task and Ego Goal Orientations during Middle School Years. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 15-28.

- Treasure, D.C. i Roberts, G.C. (1998). Relationship between Female Adolescents' Achievement Goal Orientations, Perceptions of the Motivational Climate, Beliefs about Success and Sources of Satisfaction in Basketball. *International Journal of Sport Psychology*, 29, 211-230.
- Ujedinjeni narodi (2006). *Konvencija Ujedinjenih naroda o pravim osoba s invaliditetom*. <https://www.un.org/disabilities/documents/convention/convoptprot-e.pdf> . Pristupljeno 30. svibnja 2022.
- United Nations (2021). Disability and Sports. <https://www.un.org/development/desa/disabilities/issues/disability-and-sports.html> . Pristupljeno 20. 6. 2021.
- VandenBos, G. R. (2015). APA dictionary of psychology. 2nd eds. *Washington, DC: APA*.
- Vitali, F., Bortoli, L., Bertinato, L., Robazza, C. i Schena, F. (2015). Motivational climate, resilience, and burnout in youth sport. *Sport Sciences for Health*, 11(1), 103-108.
- Walling, M.D. (1993). The Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire: Construct and Predictive Validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 375-391.
- Woodman, T., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I. i Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(2), 169-188.
- Zakon o potvrđivanju Konvencije o pravima osoba s invaliditetom i Fakultativnog protokola uz Konvenciju o pravima osoba s invaliditetom, Narodne novine 6/2007.
- Zakon o športu. Narodne novine br. 71/2006, 150/2008, 124/2010, 124/2011.
- Zika, S. i Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83, 133–145.



## PRILOG

*Tablica 1* Prikaz mjesta stanovanja sudionika/ca po naseljima (N=46).

Naselje	N
Lobor	1
Kutina	1
Zadar	1
Bjelovar	1
Vrsi	1
Sinj	1
Dubrovnik	1
Ivankovo	1
Vrbovsko	1
Solin	1
Velika Gorica	1
Osijek	1
Ljubeščica	1
Darda	1
Varaždinske Toplice	1
Cista Velika	1

---

Jastrebarsko	1
Zabok	1
Varaždin	1
Pula	2
Kaštela	2
Vinkovci	2
Rijeka	2
Šibenik	2
Split	7
Zagreb	10

---

Iz *Tablice 1* vidljivo je kako najveći broj sudionika/ica dolazi iz gradskih naselja, pri čemu ih je najveći broj iz Zagreba, a zatim iz Splita. Manja, seoska naselja manje su zastupljena, točnije troje (6.51%) sudionika dolazi iz seoskih naselja među kojima su oni iz Darde, Ljubeščice i Ciste Velike.