

OSEBNOST ALPINISTOV

Stojan Burnik, Matej Tušak

KLJUČNE BESEDE: osebnost, anksioznost, osebnostne lastnosti, alpinizem, alpinist

KEYWORDS: personality, anxiety, personal traits, mountain climbing, alpinist

POVZETEK

Psihologija osebnosti se na področju športa ukvarja predvsem z vprašanji o specifičnem psihološkem profilu športnikov. Ali so športniki drugačne, posebne osebnosti? Ali lahko govorimo o tem, da ukvarjanje s športom človeka spreminja? Kakšne osebnosti so športniki? V čem se razlikujejo od ostale, nešportne populacije?

V svetu je kar precej raziskav, ki odkrivajo omenjeno problematiko. Nas je zanimalo predvsem področje alpinizma, ki je izrazito specifična športna panoga. Čeprav v alpinizmu težko govorimo o klasičnem tekmovanju, dobiva ta panoga vsekakor in vedno bolj obeležje športa. Vedno pogostejša so tudi najrazličnejša tekmovanja. Kljub temu obstajajo nekatere bistvene razlike. Ena najbolj značilnih je stresnost situacije, ki ob napaki lahko pomeni tudi grožnjo izgube življenja.

V nalogi smo preverjali osebnostne lastnosti vrhunskih slovenskih alpinistov in jih primerjali z nešportniki. Rezultati potrjujejo, da imajo alpinisti zelo podobne osebnostne lastnosti kot ostali športniki oz. se od nešportnikov

razlikujejo v glavnem v istih lastnostih kot tudi drugi njihovi kolegi v ostalih športnih panogah. Za alpiniste sta predvsem značilni višja ekstravertiranost in družabnost, po drugi strani pa tudi njihova večja psihična stabilnost, ki se kaže v manjši nevrotičnosti, anksioznosti in zavrtosti. Med oblikami agresivnosti je pomembno močnejše izražen negativizem, ki morda predstavlja tisto instrumentalno obliko agresivnosti, ki alpinistu pomaga na poti do cilja. Vsekakor pa rezultati zavračajo nekatera stereotipna pojmovanja, po katerih naj bi bili alpinisti vase zaprti posamezniki, ki z ekstremno agresivnostjo, usmerjeno navznoter, noro izzivajo smrt.

ABSTRACT

Psychology of personality in sport is very interesting about the specific psychological profile of elite athletes. Are the athletes specific, different personalities? Is it possible to say that sport involvement change human personality? What kind of personality is an athlete? What are the differences between athletes and non-athletes?

There are a lot of researches around the world about mentioned themes. We were very interested in personality in mountain climbing. Mountain climbing is very specific sport discipline. Although it is hard to talk about classic competition in mountain climbing, it gets more and more the reference of sport. New possibilities of competition also appear. However, mountain climbing still remains different discipline. One of the most important characteristic is the stress: if you make a mistake, it may cost you a life.

In our work we checked the personal traits of top Slovenian mountain climbers. The results confirm that mountain climbers are very same as other athletes. They express more extroversion and sociability than non-athletes and they also express more psychic stability (less neuroticism, less anxiety). It is also very interesting that among all forms of aggression only negativism is more expressed by mountain climbers. The results also reject the stereotype that mountain climbers are introverted and that they challenge the death with inside directed aggression.

TEORETIČNI UVOD

Področje psihologije športa pogosto raziskuje tudi eno izmed temeljnih tem, to je osebnost športnika. Preučevanje osebnosti zahteva celosten pristop, ta pa vključuje športnikove biološke, psihološke in socialne vidike bivanja in vedenja. **Osebnost v psihološkem smislu lahko razumemo kot kompleksen sklop značilnosti telesnega in mentalnega funkcioniranja.** Slednje vključuje intelektualne sposobnosti, zaznavno-motorične sposobnosti in značilnosti moralnega presojanja, značilnosti človekovega čustvovanja, človekovo socialno dogajanje (komunikacija, odnosi, konflikti ipd.), človekove značajske lastnosti in njegov temperament. V športnikovo komuniciranje z okolico pa so vpletena njegova stališča, motivacija in vrednote. Osebnost zajema notranje oz. psihične in zunanje oz. telesne, organske in vedenjske vidike. Vključuje športnikov značilen telesni videz in njegovo obnašanje, hkrati tudi njegove doživljajske vidike, njegovo individualnost, čustva in motivacijo, vrednote in misli.

Večdimenzionalnost vlog športnika

Vsak športnik združuje v sebi nekaj vlog. Prva je spolna vloga (npr. moški), druga je vloga družinskega člana (npr. sin, brat ali oče, mož), cel niz socialnih in družbenih vlog (prijatelj, znanec, sošolec, uslužbenec itd.) in ne nazadnje tudi vloga športnika. Na vsako izmed naštetih vlog pa se vežejo njegova lastna pričakovanja, pričakovanja njemu pomembnih in pričakovanja širše okolice in družbe. Na športnika še posebej pomembno vplivajo ta širša okolica, družba oz. javnost, publika in navijači. Zato si pogosto zastavljamo vprašanja, ali so športniki morda drugačni, kot smo mi sami, kaj jih žene, kako se počutijo v trenutkih zmagooslavja in kako v trenutkih razočaranja, čemu se odpovedujejo in kako zmorejo vztrajati v tako napornih treningih.

V športu je bilo narejenih mnogo raziskav, ki so iskale dejavnike vrhunskega dosežka. Največ so raziskovali fiziološke in morfološke vidike, motorične sposobnosti in nivo splošne in specialne telesne pripravljenosti. Raziskave s področja psihologije športa pa se osredotočajo na raziskovanje športnikove osebnosti, motivacije, nekaterih sposobnosti ter emocionalnih stanj.

Psihološki profil športnika

Konsistentne so ugotovitve o specifičnem psihološkem profilu športnikov v primerjavi z nešportniki. Športniki so praviloma bolj ekstravertirani, bolj čustveno stabilni, imajo višje izraženo potrebo po storilnosti in močnejšo potrebo po dražljajih (Butt, 1987; Cratty, 1989). Eysenck, Nias & Cox (1982) ugotavljajo, da obstaja potreba po klasifikaciji posameznih športnih skupin, saj so ugotavljali razlike v psihološkem profilu med športniki in športnicami ter med športniki individualnih in skupinskih športov. Rowland in sod. (1986) ter še mnogi drugi poročajo tudi o razlikah med športniki posameznih panog. Posebno vrhunski športniki kažejo včasih precej bolj specifični psihološki profil glede na rekreativce, amaterske športnike oz. glede na nešportnike. Davisova in Mogk (1994) sta na 120 poskusnih osebah v štirih skupinah (različen nivo vključenosti v šport) ugotavljala razlike v osebnosti, iskanju dražljajev (Zuckerman; 1971) in storilnostni tendenci (Mehrabian & Bank, 1978). Eysenck je s sodelavci (1982) ugotovil, da so ekstravertiranost in nekateri aspekti iskanja dražljajev povezani z udeležbo v športu in kvaliteto nastopanja. Gre za to, da ekstravertirani ljudje zaradi konstantno inherentno nižjega nivoja vznburjenja bolj ustrezajo večji senzorni stimulaciji, ki je značilna za šport, hkrati pa tudi omogočajo večjo toleranco za bolečino, ki je pogosto prisotna. Povezanost z uspešnostjo so našli tudi za psihoticizem, ki v osnovi vključuje tudi agresivnost. Rezultati Davisove in Mogka (1994) se ne ujemajo z Eysenckovimi ugotovitvami. Predvsem je šlo za zanimivo ugotovitev, da je samo storilnostna tendenca povezana z uspešnostjo, sicer pa je pričakovanemu psihološkemu profilu vrhunškega športnika najbolj ustrezala skupina rekreativnih športnikov. Raziskav, ki so se ukvarjale z identifikacijo osebnosti športnikov oz. z iskanjem njihovih posebnosti v primerjavi z nešportniki, je torej kar precej. Nekatero izmed ugotovitev si sicer nasprotujejo, kar je v veliki meri posledica različnih vzorcev, uporabljenih v raziskavah, kljub vsemu pa lahko govorimo o nekaj konsistentnih ugotovitvah. Predvsem lahko potrdimo hipotezo o specifičnem psihološkem profilu športnikov v primerjavi z nešportniki. Športniki so praviloma:

- bolj ekstravertirani oz. odprti navzven v komunikaciji z okoljem (Eysenck s sod., 1981);
- imajo višjo potrebo po storilnosti (Davis in Mogk, 1994; Tušak, 1995);
- imajo močnejšo potrebo po dražljajih in stimulaciji (Cratty, 1989);
- bolj agresivni (Tušak in Petrovič, 1994);
- bolj psihično stabilni (Hašek in sod., 1976; Kane, 1978; Tušak, 1998);

- imajo boljše emocionalno samokontrolo (Ogilvie in Tutko, 1966) in so bolj čustveno stabilni (Butt, 1987, Tušak, 1998);
- manj anksiozni (Martens in Gill, 1976; Highlem in Bennet, 1979; Tušak, 1997);
- bolj samozavestni in izražajo več zaupanja vase (Ogilvie, 1968 idr.);
- težijo k večji dominantnosti (Thakur in Thakur, 1980);
- in izražajo večjo stopnjo odgovornosti (Bruner, 1969).

Druga skupina raziskav se nanaša na iskanje razlik v osebnosti med bolj in manj uspešnimi športniki. Predvsem so tu pomembna spoznanja o:

- večjem iskanju dražljajev in senzorne stimulacije pri uspešnih športnikih (Cratty, 1989);
- večji ekstravertiranosti bolj uspešnih športnikov (zaradi konstantno inherentnega nižjega nivoja vzbujenja športniki bolj ustrezajo večji senzorni stimulaciji, ki je značilna za šport; Eysenck, 1981);
- večji frustracijski toleranci oz. toleranci za neprijetne dražljaje in bolečino pri uspešnih športnikih (Lazarevič in Havelka, 1981);
- večjem psihotocizmu (ki v osnovi predstavlja agresivnost) uspešnih športnikov;
- večjem samozaupanju oz. boljši samopodobi uspešnih športnikov (Ikegam, 1970; Ogilvie, 1968);
- manjši predtekmovalni anksioznosti in stresu ter bolj učinkovitih tehnik soočanja s temi napetostmi pri bolj uspešnih športnikih (Martens in Gill, 1976, Tušak, 1998).

Tretji faktor razlik v osebnosti med športniki je vpliv športne panoge. Pri športnikih individualnih športnih panog so v ospredju dominantnost, težnja po individualnosti, ki včasih že meji celo na sebičnost, vztrajnost, sposobnost samokontrole in samomotivacije ter samoodgovornost itd.

Četrty pomemben faktor razlik v osebnosti je vpliv različne stopnje vključenosti v šport. Ta faktor je precej povezan tudi s športnikovo starostjo. Avtorji so se največkrat usmerjali na iskanje razlik med vrhunskimi, univerzitetnimi, rekreativnimi in mladimi športniki. Čeprav splošno sprejete hipoteze o osebnosti športnikov predpostavljajo nekako podobnost med mladimi in rekreativnimi športniki, nato pa odstopanja navzgor v vseh omenjenih lastnostih pri univerzitetnih, najbolj pa pri vrhunskih športnikih, pa nekatere raziskave (Davis in Mogk, 1994) kažejo, da so pogosto prav rekreativni športniki najbolj podobni stereotipni podobi vrhunškega športnika. Zanimiva je raziskava Rychta (1985), ki je na skupini 211 poljskih

športnikov iz različnih področij športa (judo, kajak, nogomet, sabljanje, motociklizem, tek na srednje in dolge proge) proučeval vpliv dolžine časa ukvarjanja s športom na športnikovo osebnost. Ugotavlja, da postajajo športniki z leti manj konvencionalni in bolj radikalni (bolj neodvisno misleči, bistri in občutljivi). V medosebnih kontaktih pa postajajo tudi bolj prefinjeni, kar kaže na višji nivo socialnega razvoja. Rezultati pa so pokazali, da imajo mnogi med njimi tudi izkušnje z depresivnimi stanji, da so pogosto tudi pesimistični in pripravljeni pobegniti v osamljenost. Korelacije med osebnostnimi lastnostmi in trajanjem sodelovanja v državni reprezentanci pa so pokazale, da dlje ko so športniki v reprezentanci, bolj so prepričani sami vase, bolj dominantni in pogosteje tudi agresivni postajajo. Neredko so tudi bolj egocentrični, samozadostnejši in odločnejši, tako da sčasoma postanejo individualisti.

Evidentno je, da se osebe, ki se aktivno ukvarjajo z nekim športom, precej razlikujejo od rekreativcev in ostalih, ki se s športom ne ukvarjajo. Poleg omenjenih značajskih in motivacijskih lastnosti ter temperamenta se seveda razlikujejo tudi v telesnih značilnosti in predvsem nekaterih zaznavno-motoričnih in intelektualnih sposobnostih. Hitrost vseh vrst reakcije je praviloma večja vsaj pri uspešnih športnikih, pogosto pa se znajo tudi veliko bolje sprostiti in predvsem skoncentrirati (na motorične dejavnosti). Vpliv splošne inteligentnosti na uspešnost je precej vprašljiv, predvsem pa ne omogoča neposredne interpretacije. Višji nivo vsekakor omogoča bolj kompleksen vpogled v trening, razvoj rezultata in uspešnost, vendar pa hkrati lahko povzroči tudi večjo tremo. Posamezni faktorji inteligentnosti pa so seveda lahko v določeni korelaciji s samim športom (npr. perceptivni in spacialni faktor z uspešnostjo v igrah z žogo in baseballom).

Raziskave so potrdile obstoj nekaterih razlik med osebnostjo športnikov in ostalimi. Obstaja več poizkusov pojasnjevanja teh podobnosti in razlik. Najbolj sprejemljiva je trditev, da športna dejavnost predstavlja specifično aktivnost, za katero so potrebne določene značilnosti osebnosti. Stil življenja, ki predvideva ukvarjanje z vrhunskim športom, verjetno neobhodno zahteva nekatere osebnostne značilnosti oz. bolje rečeno osebnostne predispozicije, zato lahko govorimo o specifični osebnostni strukturi športnika. Vendar pa lahko zaključimo, da obstaja obojestranska zveza med športnikovo osebnostjo in športno-tekmovalno aktivnostjo (Tušak, 1997). Specifične vsebine osebnosti določajo športnikov uspeh v športu, športna aktivnost pa povratno vpliva na gradnjo in razvoj nekaterih vsebin, ki postanejo v nadaljnjem razvoju in vedenju sestavni del športnikove osebnosti (Havelka in Lazarevič, 1981).

Psihološki profil vrhunskih slovenskih alpinistov

V Sloveniji je bilo kar nekaj raziskav, ki so v zadnjih letih na tak ali drugačen način proučevale psihološki profil alpinistov in športnih plezalcev. V zadnjih dveh letih si je v okviru projekta na Fakulteti za šport (Tušak in Burnik, 1997-1999) raziskovalna skupina več avtorjev zastavila nalogo, da razišče motivacijske značilnosti in osebnostne lastnosti različnih športnikov, predvsem v tako imenovanih ekstremnih ali rizičnih športih, kamor pogosto prištevamo alpinizem, ekstremni kajak, potapljanje, smučarske skoke in morda še kaj. Poleg omenjenih študij, ki jih stalno dopolnjujemo z novimi spoznanji, pa ne smemo mimo nekaterih starejših študij Breganta (1979) in Markiča (1985, 1989), od katerih je predvsem slednji obogatil slovensko psihološko-alpinistično znanje z mnogimi izredno zanimivimi ugotovitvami. V interpretaciji svojih rezultatov Markič (1990) navaja, da so vrhunski slovenski alpinisti nekoliko drugačni od običajne populacije. Izpostavlja predvsem njihovo večjo umaknjenost vase, samostojnost in individualizem, pravi, da so navajeni iti svojo pot, kar potrjujejo tudi z večjim zavračanjem tradicionalnih norm in priseganjem na drugačno moralo. Pravi, da so alpinisti bolj občutljive in sentimentalne ter k umetnosti umerjene osebe, da so veliko bolj naravni in neizumetničeni kot ostali. Predvsem pa poudarja njihovo večjo introvertnost, socialno plahost, družba jim veliko pomeni, vendar je zanje bolj pomembna intenzivnost in kvaliteta odnosa (tesnost odnosa) kot pa količina odnosov. So tudi bolj trezni, resni in umirjeni. Po drugi strani pa tudi dominantni, samozavestni, kar naj bi bile značilnosti uspešnih ljudi. Markič (1990) navaja, da je zanje značilna tudi močna potreba po eksploraciji, izkušnjah in doživetjih. V nasprotju z njimi naj bi bili športni plezalci manj introvertirani, manj samosvoji, bolj socialni oz. družabni, izražajo višjo moč ega, tudi zanje pa so značilna samosvoja moralna načela.

Alpinistika na Slovenskem

V Sloveniji je alpinistika razvit in popularen šport, naši alpinisti pa so v vrhu svetovne alpinistike. K temu je pripomoglo več dejavnikov. Alpinistika izhaja iz gorništvaja, lahko bi rekli, da je njegova nadgradnja. Gorništvaja pa je neločljiv del slovenske identitete, je del slovenske kulturne dediščine in del slovenske psihološke podobe. Slovenija je alpska dežela, v kateri je gorništvaja eden najpopularnejših športov oziroma športnih dejavnosti. V Slovensko planinsko zvezo je včlanjenih okrog 100.000 Slovencev. Gore in gorska motivika se pojavlja v slovenski kulturi in umetnosti. O njih so pisali pesniki in pisatelji, gore so navdihovale naše skladatelje ter likovne umetnike. Svoje mesto so

našle na filmskem traku in v umetniških fotografijah. Prav z gorniško in alpinistično dejavnostjo smo Slovenci pomagali bojevati in izbojevati bitko za ohranitev svoje narodnosti, saj so bile težnje po germanizaciji slovenskih ljudi in dežele v času avstro-ogrske monarhije izredno velike in intenzivne. Kako velik je bil ta pritisk pove misel pisatelja Janka Mlakarja: "Slovensko planinsko društvo je bilo ustanovljeno ne toliko iz navdušenja za planine, temveč v prvi vrsti kot obramba nemškemu navalu, ki je grozil slovenski zemlji."

Sprva so se za naše gore zanimali planšarji in lovci, pa tudi zeliščarji, ki jih omenja že Janez Valjkad Valvazor v Vojvodini Kranjski leta 1689. Z raziskovanjem gora je pri nas pričel zdravnik in naravoslovec Baltazar Hacquet, ki se je že leta 1777 iz Bohinja preko Velega polja povzpел na Mali Triglav. Ti prvi pristopi na vrhove so bili v bistvu alpinistična dejanja, čeprav o alpinizmu kot športu še ne moremo govoriti. Prvi alpinisti pri nas so bili divji lovci in pastirji. Ko so iskali izgubljene koze in sledili gamsom, so preplezali mnoge stene in se povzpeli na mnoge vrhove naših Alp. Njihovi dosežki niso bili "uradno" zabeleženi, bolj ali manj so se ohranili le v legendah. Prvi vodniki po naših gorah pa izhajajo prav iz njihovih vrst.

Prvi uradni pristop na našo najvišjo goro Triglav je leta 1778 opravil bohinjski ranocelnik Lovrenc Willomitzer v spremstvu domačinov Štefana Rožiča in Matije Kosa iz Jereke ter Luke Korošca iz Gorjuš. Naš prvi alpinist mednarodnega ugleda je bil Valentin Stanič. Že med študijem bogoslovja v Salzburgu je slovel kot drzen hribolazec, saj se je povzpел na mnoge vrhove kot prvopristopnik. Plezal je sam, brez vodnika, pozimi in tudi ponoči. Poleg tega, da je osvajal vrhove, jih je tudi meril. Leta 1800 je bil le dan za prvimi pristopniki na Grossglocknerju, bil je prvi na Hochecku in na mnogih vrhovih Vzhodnih Alp. Med službovanjem na Goriškem je plezal tudi po naših gorah. Med drugim je bil na Prestreljeniku, Mangrtu, Krnu in Triglavu. Svoja doživetja je opisoval v spisih, iz katerih je razvidno, da ni plezal na gore le iz športnih nagibov, temveč je to počel tudi zaradi estetskega in čustvenega doživljanja gora in narave. Žal je bil Valentin Stanič osamljen glasnik našega alpinizma in na njegov razvoj ni mogel bistveno vplivati. Za njim je ostala praznina in šele mnogo desetletij kasneje smo Slovenci dosegli njegovo raven na področju mednarodnih alpinističnih uspehov.

V tistem času je bilo v ospredju osvajanje najvišjih vrhov Evrope. Vrhunec tega obdobja - klasične dobe alpinizma - je bil vzpon na Matterhorn, markantno in težko dostopno goro, kajti najboljši alpinisti so se v tem času pričeli razgledovati in tudi že plezati v velikih alpskih stenah. Njihov cilj so

postali težko dostopni vrhovi in plezanje zahtevnih in visokih sten. Slovenci nekako nismo sledili temu razvoju. Pri nas so plezali gorski vodniki s klienti in le redko sami, za športni dosežek. Želja po osvajanju težkih sten ni bilo veliko. V tem času so delovali in plezali posamezni gorniki, alpinisti, raziskovalci in literati, med katerimi sta zapustila najgloblje vtise dr. Henrik Tuma in dr. Klement Jug. Tuma je bil znanstvenik in alpinist. Poleg proučevanja naših gora in njihovega poimenovanja z domačimi imeni je napisal tudi knjigo Pomen in razvoj alpinizma, v kateri prikazuje razvoj evropskega alpinizma in opisuje svoj pogled na vsebino alpinizma. Jug je bil filozof in alpinist. S svojo filozofijo in zgledom je močno vplival na kasnejše generacije. Alpinistične dosežke je ozko povezoval z domoljubjem, oboje pa s samodisciplino. Bil je prvi, ki je s psihoanalizo proučeval vedenje alpinistov.

Najboljši evropski alpinisti tistega časa so poleg osvajanja najtežjih sten v Alpah pogledovali tudi proti Himalaji. Ko so bile preplezane še severne stene Matterhorna, Eigerja in Grandes Jorasses, imenovane "zadnji trije problemi Alp", se je glavni interes svetovnega alpinizma preusmeril v najvišje gore sveta. Pri nas v tistem času ni bilo nobenih možnosti za kaj takega. Naši alpinisti so bili boj z avstrijskimi in nemškimi za prevlado v naših stenah. Boj za vrnitev "slovenskega lica slovenskim goram" je potekal že od prejšnjega stoletja in se je nadaljeval tudi na alpinističnem področju. V uspešni tekmi z Avstrijci in Nemci v naših stenah so naši alpinisti spregledali prodor alpinizma v Zahodne Alpe, Himalajo in ostala visoka gorstva. Ko je bil preplezan Čopov steber, smo s tem dosegli nekakšen vrh predvojnega alpinizma in prišel je čas, ko je mlada generacija pričela gledati in iskati cilje tudi preko meja, celo v Himalaji. Po drugi svetovni vojni so pri nas skalaše in plezalne odseke zamenjali alpinistični odseki pri Planinski zvezi Slovenije, v katerih so načrtno vzgajali mlade alpiniste. Število zahtevnih zimskih in letnih vzponov najtežjih težavnostnih stopenj se je bliskovito povečalo. Napredek v kvantiteti in kvaliteti je omogočil našim alpinistom, da so pričeli pripravljati odprave na vrhove in v stene tujih gora. Odprave v Pamir in Kavkaz je ustavila spremenjena informbirojevska politična situacija. Naši alpinisti so se usmerili v avstrijske, italijanske, švicarske in francoske gore. V petdesetih letih se je težišče svetovnega alpinizma preselilo v Himalajo. Po francoski osvojitvi prvega osemtisočaka Anapurne leta 1950 so bili preplezani tudi vsi ostali z Everestom (1953), K2 (1954) in Kangčendzengo (1955) na čelu. Po vrhovih so prišle na vrsto himalajske stene. Kot je zapisal Tone Škarja: "Vedno višje, vedno težje - in tu se črta svetovnega alpinizma priključi tudi črta našega. Zgodovina slovenskega alpinizma je sicer stara že dvesto let, a zares razvil se je šele v tem stoletju. Svetovnemu vrhu se je približal šele v Himalaji in je tam nekako od 1975 naprej. Njegova črta je krajša, a zato

strmejša od svetovne. Pri najtežjih stenah ima enakopraven delež." Za tako zahtevna in uspešna alpinistična dejanja je bilo potrebno prehoditi, preplezati dolgo in naporno pot. V domačih in evropskih stenah so naši alpinisti preplezali vse najtežje klasične smeri, vključno s "tremi zadnjimi problemi Alp". V Himalajo so se prvič odpravili leta 1960. Povzpeli so se na Trisul II in III. Prvi odpravi so sledile odprave na Kangbačen (1965), kjer so dosegli zahodni vrh (7535 m), na Anapurno (1969), kjer so dosegli Anapurno II (7937 m) in IV (7526 m), v južno steno Makaluja (1972), kjer so dosegli višino 8000 m, vrha pa zaradi slabega vremena niso osvojili, ponovno na Kangbačen (1974), kjer so tokrat osvojili vrh (7902 m). Nato je leta 1975 prišel na vrsto 8463 m visoki Makalu in njegova južna stena. Na vrh sta preko prvenstvene smeri v južni steni prva priplezala Belak in Manfreda. Slovenci smo bili tretji na svetu, ki smo se na nek osemtisočak povzpeli preko velike himalajske stene. Pred nami je to uspelo Angležem v južnih stenah Anapurne in Everesta. To je bil naš prvi, že prej omenjeni, stik s svetovnim vrhom himalajzma. Temu uspehu je čez dve leti sledil prvenstveni vzpon Štremfelja in Zaplotnika po jugozahodnem grebenu Gašerbruma I (8068 m). Vrhunec klasičnega himalajzma smo Slovenci dosegli s prvenstvenim vzponom po Zahodnem grebenu Everesta, ko sta 13. 5. 1979 na njegov vrh stopila Štremfelj in Zaplotnik. Sledili so vzponi po grebenih in preko sten na vse ostale samostojne osemtisočake: Manaslu - 1984, Broad Peak - 1986, Gašermrum 2 - 1986, Daulagiri - 1987, Čo Oju - 1988, Lotse - 1989, Šiša Pangmo - 1989, Nanga Parbat - 1990, Kangčendzengo - 1991, K2 - 1993 in Anapurno - 1995. Slovenija je osma država na svetu, ki je osvojila vseh štirinajst osemtisočakov. Od leta 1975 do 1997 je bilo na njih 39 slovenskih alpinistov, med katerimi sta tudi dve ženski. Viktor Grošelj je bil na desetih osemtisočakah, Andrej Štremfelj na šestih, od tega je bil dvakrat na Everestu, Pavle Kozjek pa se je povzpел na Everest po severni strani, brez dodatnega kisika. Na osem osemtisočakov so naši alpinisti speljali prvenstvene smeri, smučali z vrha Anapurne in Gašerbruma (tudi z desko), na Lotse pa se je Tomo Česen povzpел v fantastičnem solo vzponu preko južne stene. Naši alpinisti so osvajali vrhove in najtežje stene tudi v Andih, Patagoniji, Skalnem gorovju in na Antarktiki. Ponavljali so najtežje in plezali zahtevne prvenstvene smeri. Slovenske alpiniste in njihove dosežke pozna in spoštuje ves svet. Za svoje izjemne dosežke so dobili leta 1991 (Andrej Štremfelj in Marko Prezelj) in 1996 (Tomaž Humar in pokojni Vanja Furlan) priznanje zlati cepin, ki ga po izboru francoskega združenja Groupe de haute montagne (GHM) in revije Montagne, podeljujejo za najboljši alpinistični dosežek leta.

Slovinci, alpinizem in osebnost

METODA

Ko govorimo o gorništvu oziroma alpinistiki je za Slovence značilno še nekaj. Poleg vrhunskih uspehov, gledano s športnega zornega kota, imamo izjemno veliko literarnih del, vezanih na alpinizem in gorništvu. Iz njih veje spoznanje, da je alpinistika za Slovence več kot le šport. Del tega fenomena sta opisala Mihelič in Zaman (1987) v Slovenskih stenah: "Ena izmed največjih odlik in vrednot alpinizma je doživljanje narave, pa tudi dojemanje samega sebe med plezalnim vzponom. Obrambni mehanizmi, ki ji sproži ogroženost, spremenijo človekovo telo v drhtečo anteno. Navadna čutila ne zadoščajo več, doživlja je vsrkavaš neposredno. Človekova notranjost je popolnoma razgaljena. Zdajci dojameš skrivnost, ki jo je lisica razodela Malemu princu". Že Tuma je razdelil alpiniste v več tipov: zgolj športnega, estetskega, etičnega in religioznega. "Zlasti z vidika slednjega se pojavi vprašanje, ali so alpinisti v resnici samo *osvajalci nekoristnega sveta*, se sprašuje Tomo Virk v eseju Religiozna razsežnost alpinizma, ali sodobno iskanje Grala, kajti nekaj več mora obstajati, saj izrekljiv in razložljiv alpinistov izkupiček ne odtehta vloženega". Medtem ko je za Tumo alpinizem predstavljal "idejo enotnosti prirode in enotnosti človeka s prirodo, zavest harmonije v prirodi in zavest harmonije v človeku", je bil za Juga "preizkuševalnica volje in tovariške zvestobe ter samozatajevanje in zapostavljanje samega sebe za tovariše". Sodobni alpinisti in literati so iskali in skušali najti smisel še drugje. Virk (1995) je skušal ta smisel definirati v hrepenenju, smrti, večnosti in iskanju. Ta smisel pojasnjuje tudi Zaplotnikova Pot (1990), ki pravi, da cilj ni pomemben, edino, kar zares šteje, je pot, in Tomazinova misel, da cilja ni, je le vse, kar srečaš, začutiš in spoznaš na poti do cilja. Virk (1995) pravi, da so sodobni alpinisti v nekem smislu iskalci Grala, ki je - kot tista skrivnostna moč gore, ki privlači alpinista - nedoločljiv, je vrednota sama na sebi kot tisto Absolutno. Cilj je, kot vedo povedati alpinisti, v resnici nedosegljiv. Kar ostaja, je pot. Nenehna pot v naročje večnosti.

Alpinisti so športniki, so pa tudi filozofi, iskalci poti, resnice, večnosti... Ne gre jim le za športni dosežek, zato je in bo še toliko bolj zanimivo ugotavljati njihove osebnostne lastnosti, tako z vidika športnih rezultatov kot njihove analize.

METODA

Vzorec:

V raziskavo je bilo vključenih 24 kategoriziranih slovenskih alpinistov-moških v starosti od 21 do 30 let. Kontrolno skupino (v nadaljevanju: KS) je sestavljalo 26 študentov različnih fakultet med 20. in 27. letom, ki se s športom ukvarjajo zgolj rekreativno oz. v okviru obvezne športne vzgoje na fakultetah. Skupini sta približno izenačeni tudi po izobrazbi, saj večina alpinistov že ima doseženo visokošolsko izobrazbo, ostali pa so še študenti.

Instrumenti:

- Strukturo osebnostnih lastnosti smo preverjali z FPI-inventarjem, srednja verzija, ki vključuje 114 trditev in meri 9 osebnostnih lastnosti I. reda (nevrotičnost, impulzivnost, razdražljivost, družabnost, mirnost oz. obvladanost, dominantnost, zavrtost in iskrenost) in 3 osebnostne lastnosti II. reda (ekstravertiranost, emocionalno labilnost in maskulinost).
- Poleg omenjenih lastnosti smo pobliže raziskovali še dva sklopa lastnosti, pomembna za šport. Anksioznost (kot osebnostno potezo in kot stanje pred pomembnim nastopom oz. nalogo) smo merili s Spielbergerjevim vprašalnikom STAI-X1 in STAI-X2.
- Za ugotavljanje agresivnosti pa smo uporabili Buss-Durkeejev vprašalnik agresivnosti, ki meri osem oblik: telesno in posredno agresivnost, razdražljivost in besedno agresivnost ter negativizem, sovražnost, sumničavost in občutke krivde.

Postopek:

Aplikacija vprašalnikov je potekala skupinsko za alpiniste in za KS posebej. Rezultati obeh skupin so bili zbrani anonimno. Podatki so bili vnešeni v računalnik in obdelani s programom SPSS-PC.

REZULTATI IN DISKUSIJA

Tabela 1: Analiza razlik v osebnostnih lastnostih med alpinisti in kontrolno skupino (KS) (FPI)

ALPINISTI	KS							
	N _{alp}	X _{alp}	SD _{alp}	N _{ks}	X _{ks}	SD _{ks}	F	F _{prob}
Nevrotičnost	24	2,04	2,29	26	3,65	2,37	5,97	0,02*
Impulzivnost	24	4,25	1,92	26	3,81	1,67	0,76	0,39
Depresivnost	24	3,58	3,03	26	4,88	3,02	2,30	0,14
Razdražljivost	24	2,17	1,90	26	2,31	2,22	0,06	0,81
Družabnost	24	9,67	2,87	26	8,15	3,55	2,72	0,10t
Mirnost	24	6,08	1,41	26	6,12	1,99	0,00	0,95
Dominantnost	24	3,71	1,85	26	3,35	1,72	0,51	0,48
Zavrtost	24	3,13	1,26	26	4,27	2,25	4,79	0,03*
Iskrenost	24	6,92	2,43	26	8,38	2,04	5,38	0,02*
Ekstravertiranost	24	7,46	2,03	26	5,96	3,05	3,78	0,05*
Emocional.labiln.	24	3,88	2,74	26	4,54	2,83	0,71	0,40
Maskulnost	24	8,50	1,91	26	7,65	2,00	2,33	0,13

Analiza je potrdila kar nekaj statistično pomembnih razlik med alpinisti in KS. Alpinisti so statistično pomembno manj nevrotični (aritmetična sredina: KS=3,65, alpinisti=2,04) in statistično pomembno manj zavrti (aritmetična sredina: KS=4,27, alpinisti=3,13). Po drugi strani so alpinisti tudi statistično pomembno bolj ekstravertirani (aritmetična sredina: KS=5,96, alpinisti=7,46), izražena pa je tudi tendenca, da so alpinisti bolj družabni (aritmetična sredina: KS=8,15, alpinisti=9,67). Edina razlika, ki jo lahko nekako interpretiramo v korist KS, je nekoliko večja iskrenost. Omenjena slika relativno dobro potrjuje nekatere, že večkrat navedene značilnosti vrhunskih športnikov, ki so bolj ekstravertirani (Eysenck in sod., 1981; Davis in Mogk, 1994), bolj družabni (Tušak, 1997; 1998), manj zavrti (Tušak in Tušak, 1997) in nevrotični (Butt, 1987; Martens in Gill, 1976; Tušak, 1997). Omenjeni rezultati so pravzaprav skoraj čisto nasprotje rezultatom Markiča (1990), ki ugotavlja večjo introvertiranost oz. slabšo socialno preciznost alpinistov. Kot da so se socialne lastnosti alpinistov v zadnjem desetletju spremenile. Glede na to, da so prav v vseh socialnih lastnostih (družabnost, ekstravertiranost in zavrtost) alpinisti bolj "uspešni", je posredi zagotovo nek sistematični dejavnik. V strokovnih diskusijah smo že večkrat ugotavljali, da alpinizem vedno bolj postaja vrhunski šport, ki ima tudi vsa obeležja tekmovanja. Zdi se, kot da se alpinizem morda vedno bolj nagiba stran od

tistega, kar je predstavljal še pred deset, dvajset leti, morda se vedno bolj nagiba k tekmovanju, kjer bo tudi vedno manj prostora za ustvarjalnost, umetnost in samosvojskost ter priseganje na drugačno moralo. Seveda nekateri rezultati tudi – do neke mere - potrjujejo ali soglašajo z rezultati izpred petnajstih let, predvsem ko govorimo o predispozicijah in lastnostih reagiranja v stresnih situacijah, kjer se alpinisti izkažejo kot manj nevrotične in manj anksiozne osebe. Podobni trendi (čeprav ne statistično pomembne razlike) so opazni tudi v večji dominantnosti in maskulinosti alpinistov, ki sovpadata z večjo dominantnostjo in samozavestjo, o kateri je pisal Markič.

Tabela 2: Analiza razlik v anksioznosti in agresivnosti med alpinisti in kontrolno skupino (Stai-X1, Stai-X2, Buss-Durkee Aggression)

ALPINISTI	KS							
	N _{alp}	X _{alp}	SD _{alp}	N _{ks}	X _{ks}	SD _{ks}	F	F _{prob}
anksioznost-poteza	24	30,00	5,36	26	34,19	8,76	4,08	0,05*
anksioznost-stanje	20	34,70	9,06	26	40,23	10,46	3,54	0,06t
fizična agresivnost	23	3,22	2,52	24	2,54	2,14	0,98	0,33
posredna agresivnost	23	3,74	2,03	24	3,75	2,31	0,00	0,99
razdražljivost	23	3,39	1,53	24	3,75	2,35	0,38	0,54
besedna agresivnost	23	7,52	2,48	24	7,25	2,66	0,13	0,72
negativizem	23	2,65	1,23	24	1,92	1,25	4,14	0,04*
sovražnost	23	1,09	0,95	24	2,17	1,63	7,59	0,01*
sumničavost	23	1,83	1,90	24	3,29	1,71	7,76	0,01*
občutki krivde	23	2,87	1,55	24	3,71	1,97	2,63	0,11

Analiza razlik v anksioznosti je pokazala, da imajo alpinisti pomembno manj izraženo osebnostno lastnost anksioznost (aritmetična sredina: KS=34,19, alpinisti=30,00), po drugi strani pa je pri alpinistih tudi pomembno manjše stanje anksioznosti oz. "trema" (aritmetična sredina: KS=40,23, alpinisti=34,70), ki jo občutijo pred stresnim dogodkom. Vse to govori v prid prejšnjim raziskavam o manjši anksioznosti športnikov oz. še posebno vrhunskih športnikov (Martens in Gill, 1976; Higlem in Bennet, 1979; Rowland in sod., 1986; Silva in Weinberg, 1984; Orlick, 1990, Tušak in Tušak, 1997, idr.). Športniki so v procesu treninga in tekmovanj od svojih zgodnjih začetkov stalno v stresnih situacijah. Hitre spremembe načrtov, potreba po stalnem hitrem prilagajanju in izpostavljenost močnim stresorjem na tekmovanjih povzročijo, da v športu ostajajo praktično samo tisti manj anksiozni, po drugi strani pa ukvarjanje s športom zaradi že omenjenih njegovih značilnosti tudi zavira razvoj anksioznosti. Seveda je posledično

manjše tudi stanje anksioznosti oz. trema, ki jo športniki občutijo pred stresnim dogodkom, saj so v procesu treninga in tekmovanj ostali samo tisti, ki so znali razviti ustrezne tehnike soočanja s stresom oz. odstranjevanja "treme". Vse to sovпада z ugotovitvami o večji psihični stabilnosti športnikov. Stresni dogodki oz. stresorji v alpinizmu so še bistveno večji. Vsaka napaka se namreč ne kaznuje le s slabšim rezultatom, pač pa tudi z možnostjo poškodbe ali celo s smrtjo. Takšna grožnja pa zahteva psihično izredno stabilnega in neanksioznega posameznika, ki se zna osredotočiti le na nalogo in na ta način zmanjšati anksioznost in tremo oz. tako povečati obrambo pred stresom.

Analiza agresivnosti je pokazala nekoliko manj razlik, kot jih običajno najdemo pri najbolj popularnih športih pri nas (smučanje, košarka ipd.). Razlike v neposredni agresivnosti, usmerjeni navzven, niso tako izražene. Predvsem telesna agresivnost običajno sovпада z uspešnostjo v športu (Tušak, 1993; Tušak in Petrovič, 1994), česar pri alpinistih ne moremo potrditi. Je pa res, da je pri alpinistih pomembno višji negativizem (aritmetična sredina: KS=1,92, alpinisti=2,65), ki prav tako predstavlja obliko neposredne, vendar pasivne, navzven usmerjene oblike agresivnosti (Lamovec, 1978). Morda je značilnost športne panoge tista, ki pravzaprav definira to obliko navzven usmerjene agresivnosti kot tisto, ki je instrumentalna oz. pozitivna, ki vodi do cilja. V steni telesna agresivnost seveda nikakor ne prispeva k uspehu, negativizem, ki se kaže v tihem nasprotovanju oz. trmi do avtoritete (to je za alpinista morda gora), pa lahko prispeva k večji odločnosti, vztrajnosti in pripravljenosti na tveganje na poti do vrha gore. Tako agresiven alpinist ne odneha ob težavah, pač pa ga vse skupaj še bolj vzpodbuja, da gori dokaže, da je močnejši od nje. Prav Markič (1985, 1990) je že govoril o upornosti in nasprotovanju tradicionalnih norm, kar smo na tem mestu ponovno potrdili. Zanimivo je, da sta sovražnost (aritmetična sredina: KS=2,17, alpinisti=1,09) in sumničavost (aritmetična sredina: KS=3,29, alpinisti=1,83) kot navzven obrnjeni posredni oblike agresivnosti verjetno izrazito neproduktivni, saj alpinisti dosegajo bistveno nižje rezultate kot KS. Z rezultati občutkov krivde, ki so tudi precej nižji pri alpinistih (aritmetična sredina: KS=3,71, alpinisti=2,87) pa zavračamo nekatera stereotipna gledanja javnosti, ki o alpinistih velikokrat govorijo kot o "norcih" ali samomorilcih, ki stalno nekontrolirano izzivajo srečo oz. iščejo smrt. Podobna namigovanja so bila že večkrat zavržena (Tušak, 1998), tokrat pa so prvič tudi pri nas znanstveno utemeljena. Nižji občutki krivde so sicer značilni tudi za vse ostale športnike (Silva in Weinberg, 1982).

ZAKLJUČKI

Rezultati analize razlik potrjujejo, da so alpinisti manj nevrotični, manj zavrti, precej manj anksiozni in imajo manj težav s tremo na tekmovanjih. Po drugi strani so bolj odprti navzven, bolj družabni. Svojo agresivnosti usmerjajo navzven predvsem v obliki negativizma, medtem ko so ostale oblike verjetno neproduktivne, zato pri sovražnosti, sumničavosti in občutkih krivde dosegajo nižje vrednosti kot KS.

Omenjeni rezultati vsekakor zavračajo pogosto omenjena stereotipna gledanja o tem, da so alpinisti samotarji, vase obrnjeni in zaprti ljudje, nagnjeni k samomorilnosti oz. taki, ki svojo agresivnost usmerjajo vase in nekako iščejo možnost za smrt. To vsekakor ni res. Rezultati potrjujejo, da so celo nekoliko bolj čustveno stabilni in bolj ekstravertirani ter družabni. Mnoge smrti, ki se v alpinizmu zgodijo, so pač realna posledica športne panoge, ki ji pripadajo in v kateri se napake pač pogosto kaznujejo z življenjem in ne le s slabim rezultatom. Tudi odločitve za ukvarjanje s takšno panogo ne smemo gledati skozi luč potencialne agresivnosti navznoter, ker rezultati potrjujejo prav nasprotno. Zelo verjetno gre le za drugačen vrednostni sistem (Tušak, 1998), ki si ga v življenju zgradijo in v katerem dolžina življenja ni največja vrednota, morda jo nadomeščata kvaliteta življenja in intenzivnost občutkov v njem. To pa je seveda že vprašanje za novo raziskavo.

Morda ostaja odprto vprašanje socialno-psiholoških lastnosti alpinistov. Naša raziskava je pokazala precejšnja odstopanja od starejših slovenskih ugotovitev. V vzorcu verjetno nima smisla iskati odgovorov na odstopanja, saj so bili vedno preizkušani vrhunski alpinisti. Nekatere razlike morda izvirajo iz različnega instrumentarija, saj so bili rezultati dobljeni na Cattellovem 16PF in FPI. Morda lahko iščemo razloge za takšne rezultate tudi v specifičnosti naše KS, ki so jo predstavljali študentje med 20.-im in 27.-im letom. Zadnji razlog pa je morda še najbolj verjeten in vsebinsko zanimiv. Morda je v zadnjem desetletju prišlo do takšnega razvoja alpinizma, da je pomembno vplival tudi na psihološki profil današnjih alpinistov. Pogosto je – tudi v praksi – zaslediti mnenja nekaterih, da alpinizem ni več to, kar je nekoč bil, da izgublja na "romantičnosti", da postaja tekmovalni šport. Če je temu res tako, potem je razumljivo, da je vrhunski alpinist še najbolj podoben prototipu vrhunskega športnika, da predstavlja vrh vseh lastnosti, ki omogočajo doseganje ekstremnih ciljev. Potem ne gre več toliko za romantičnost, niti ne več za umetnost in lepoto, za odkrivanje samega sebe in svoje lastne poti, za umik vase, pač pa predvsem za sposobnost samodiscipline, za razvoj vrhunskih samo-regulacijskih spretnosti, za čustveno stabilnost in trdnost, dominantnost in instrumentalno agresivnost. Je pa res, da moramo ob vsem tem upoštevati tudi

dejstvo, da alpinisti nikoli niso bili in še danes niso zelo homogena skupina. Mnogi so tudi še športni plezalci, ekstremni smučarji, kajakaši in morda še kaj – predvsem športniki, zato je morda prav v tem potrebno iskati paralele z vrhunskim športom. Raziskava je pokazala, da alpinisti relativno dobro ustrezajo psihološkemu profilu vrhunskega športnika, zato lahko potrdimo vlogo alpinista kot športnika. Odgovor na zastavljena vprašanja o drugačnih vrednotah oz. večjem pomenu intenzivnosti občutenja v življenju, pa bi (poleg mnogih literarnih in drugih umetniških del) morda pomagal potrditi, da so alpinisti še vedno tudi umetniki, filozofi in iskalci poti. To pa je tudi naloga, ki nas vse, predvsem pa tiste, ki v sebi še vedno čutijo tudi umetniško ali filozofsko iskrico, še čaka.

LITERATURA

1. Aljančič, J., et al. (1992). Na vrhovih sveta, Mladinska knjiga, Ljubljana.
2. Andlovic, J., et al. (1979). Na vrh sveta, Mladinska knjiga, Ljubljana.
3. Česen, T. (1990). Sam, Didakta, Radovljica.
4. Davis, J. & Mogk, J.P. (1994). Some Personality Interest and Exellence in Sport. IJSP, 25, str. 131-143.
5. Eysenck H.Y. (Ed.). (1981). A model for personality. New York, Springer.
6. Hanin, Y. (1993). Individual Zones of Optimal Functioning (IZOF) model: An idiographic approach to subjective experiences in performance. Jyvaskyla, Finland.
7. Kajzelj, M., Drogenik, H.(1982). Naš alpinizem, Državna založba Slovenije, Ljubljana.
8. Kristan, S. (1993). V gore..., Didakta, Radovljica.
9. Lamovec, T. (1988). Priročnik za psihologijo motivacije in emocij. FF, Univerza v Ljubljani.
10. Markič, P. (1990). Osebnostne lastnosti vrhunskih alpinistov in plezalcev. V: Pogačnik, V.: Študije Cattellovih testov 16PF, Kranj.
11. Martens, R. (1976). Competition: In need of a theory. In D.M. Landers (Ed.), Social problems in athletics. Urbana: University of Illinois Press.
12. Mihelič, T., Zaman, R. (1987). Slovenske stene, Cankarjeva založba, Ljubljana.
13. Musek, J. (1993). Znanstvena podoba osebnosti. Educy, Ljubljana.
14. Pogačnik, V. (1990). Študije Cattellovih testov 16PF, Kranj.
15. Orlick, T. (1990). In Pursuit of Exellence, How to win in Sport and Life through Mental Training. Champaign, Illinois.
16. Strojina, T. (1970). Gradivo za planinsko zgodovino, PZS, Ljubljana.

17. Tušak, M. (1993). Aggressive behaviour in top sports. II. international Symposium Sport of the Young, Proceedings of II. international Symposium Sport of the Young, Ljubljana-Bled, str. 46-50.
18. Tušak, M. (1994). Predtekmovalno stanje in tekmovalna anksioznost. Dnevi medicine športa Slovenije IV, Celje, SZD, ZMŠS, UKC, FŠ, Zbornik gradiva, str. 55-58.
19. Tušak, M. (1995). Ekspertni model psihičnih značilnosti smučarskega skakalca. V knjigi Kapus, V., Jošt, B.: Računalniško podprt sistem začetnega izbora in usmerjanja otrok v športne panoge in evalvacija modela uspešnosti v posameznih športnih panogah na podlagi ekspertnega modeliranja. FŠ, Ljubljana, stran 320-353.
20. Tušak, M. (1997). Psihične in psihosocialne značilnosti športnikov. V knjigi M. Bohanec, V. Kapus, B. Leskošek, V. Rajkovič, Talent: Ekspertni sistem za usmerjanje otrok in mladine v športne panoge (19-22). Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo, Ljubljana.
21. Tušak, M. In Tušak, M. (1997). Psihologija športa. ZIFF, Ljubljana.
22. Virk, T. (1995). Ujetniki bolečine, Mihelač, Ljubljana.