



Na poti v svetlobo ... Kitaraju

Foto Pavle Oman

PSIHOLOGIJA 8000 m

PETER MARKIČ

Raziskavo psiholoških problemov, ki se pojavljajo na alpinističnih odpravah, smo nadaljevali v okviru VIII. JAHO — Lotse 81.

Tokrat je šlo za precej večjo skupino, pa tudi delo na hribu je trajalo precej dlje kot pri odpravi v Ande (PV 1983/3). Odprava je štela 28 ljudi, trajala pa je 80 dni. Cilj je bil, doseči vrh Lotseja po prvenstveni smeri v južni steni.

Načrt raziskave smo že objavili v Planinskem vestniku (1982/7), zato le še nekaj podrobnosti. Uporabili smo nekatere klasične psihološke tehnike: Rorchachov projekcijski preizkus, Profil indeks emocij, Eysenckov osebnostni vprašalnik, Domino test, vprašalnik trenutnega počutja. Druge smo priredili za našo uporabo (sociogram, osebnostne lastnosti, usmerjena anamneza, raven aspiracije, lokacija utrujenosti, ocena dela, anketa o mestu psihologije v alpinizmu, usmerjeni dnevnik, ocenjevalne lestvice). Večino preskusov smo bili prvič uporabili na tej odpravi, nekaj pa smo jih uporabili že pri odpravi v Ande.

Pri sestavi posameznih delov programa in analizi rezultatov so sodelovali: prof. Borut Šali, doc. dr. Klas Brenk, psiholog Benjamin Jurman. Ves program je spremljal mag. Peter Umek.

Sodelovanje članov odprave je bilo dobro, posebno če upoštevamo izredno zahtevne delovne pogoje. Na takih višinah ima človek že brez izražanja svojih občutij dovolj dela sam s seboj.

Anketa o mestu psihologije v alpinizmu

Pripravili smo kratko anketo, s katero smo poskušali ugotoviti, kaj menijo alpinisti o deležu psihologije v alpinizmu. Anketo smo uporabili še v testiranju skupine alpinistov na Visoki šoli za telesno kulturo v Ljubljani. Ti alpinisti so predstavljali vzorec slovenskih alpinistov. Njihove rezultate navajamo v oklepaju in rabijo za primerjavo med ozko selekcionirano populacijo in vzorcem. Poglejmo nekaj rezultatov te ankete:

— 36 % (56 %) članov odprave meni, da je raziskava psiholoških dejavnikov v alpinizmu zelo pomembna, drugim pa se zdi pomembna; za nepomembno je ni označil nihče. Skupina z VŠTK torej nekoliko višje ocenjuje psihološke raziskave.

— Kolikšen del celotne priprave na plezalni vzpon odpade na psihično pripravo?

— tri četrtine 32 % (11 %),

— polovico 43 % (72 %),

— četrtno 25 % (17 %).

— Na začetku alpinistične šole bi bilo potrebno uvesti psihološko testiranje tečajnikov, tako meni 56 % članov odprave in 67 % alpinistov, ki so bili testirani na VŠTK.

— Pred sprejemom pripravnikov med alpiniste bi bil potreben tudi psihološki pregled — tako meni 61 % (72 %) alpinistov.

Odgovori na zadnji dve vprašanji nakazujejo potrebo po psiholoških pregledih v okviru alpinistične šole. Metodologija je v glavnem izdelana, treba jo je le še preskusiti v praksi

— Udeležba psihologa na odpravi je:

— zelo potrebna 6 % (14 %),

— potrebna 83 % (67 %),

— nepotrebna 11 % (19 %).

Člani odprave opazno poudarjajo udeležbo psihologa na odpravi. Njegovo delo pa bo učinkovito le, če je enakovreden član odprave. Boljši je alpinist z znanjem psihologije, kot pa odličen psiholog, ki ne pozna problematike alpinizma.



V steni so gospodarili
plazovi, Lotse Šar

Foto P. Markič

Analiza ocenjevanja kriterijev pri izbiranju članov za alpinistično odpravo na Lotse 1981

Člani odprave so ocenjevali kriterije, po katerih so bili sami izbrani. Kriterije je sprejelo predsedstvo PSJ 1978. Zaradi namenov raziskave smo dodali še naslednje kriterije:

- močna osebnost,
- pozitivno oceno psihološkega tima.

Ocenjevali so z ocenami od 1 do 5, pri čemer je ocena 1 pomenila povsem nepomemben kriterij, ocena 5 pa zelo pomemben kriterij. Lista je bila odprta, na koncu so člani lahko vpisali kriterije, ki se jim zdijo pomembni, pa niso navedeni. Ocenjevanje je potekalo skupinsko, v okviru testiranja na VŠTK, 15. 11. 1980.

Rezultati:

Kriterije smo razdelili v 4 skupine in sicer:

- tehnični kriteriji (8) — alpinistične kvalitete,
- zdravstveni kriteriji (3) — zdravstveno stanje,
- »delovni« kriteriji (5) — aktivnost članov pred odpravo in po njej,
- psihološki kriteriji (4).

Edini kriterij, ki ga ne moremo uvrstiti v nobeno od navedenih skupin, je »pozitivna individualna ocena komisije za izbor«. Nanj posameznik nima neposrednega vpliva. Predstavlja zbor vseh drugih kriterijev, je zasičen z vsemi kriteriji.

Izračunali smo aritmetično sredino in standardni odklon za vsak kriterij. Uvrstitev smo ugotovili po aritmetični sredini.

V prvi skupini (aritmetična sredina od 4 do 5) prevladujejo tehnični kriteriji. Izjema so le zdravstveni — odličnega zdravja, ti so na prvem mestu; prilagodljiv kolektivu — na tretjem; sprejeti določeno zadolžitev. Vsi trije so zaradi posebne narave alpinistične odprave zelo pomembni.

V drugi skupini (aritmetična sredina od 3 do 4) prevladujejo delovni in psihološki kriteriji. Znanstvena psihologija si šele utira pot na alpinistične odprave. Visoke ocene, ki jih člani dajejo tovrstnim kriterijem pa kažejo da je psihologija v alpinizmu nujna. Psihologija alpinizma pa je še precej neobdelana. Posameznim osamljenim poskusom sledi sistematična študija, katere sestavni del je bilo tudi pričujoče ocenjevanje kriterijev.

Precej nizek položaj kriterija — dobri rezultati na motoričnih preizkusih — pa kažejo, da je še vedno navzoča misel A. O. Župančiča: »Edini preizkus je gora«. Tudi področje

Rang	Kriterij	Aritm. sredina	St. dev.	Vrsta
1	odlično zdravje	4,76	0,43	ZDR
2	20 vzponov IV ali zahtevnejših	4,71	0,49	TEH
3	se prilagaja kolektivu	4,66	0,56	PSIH
4	100 vzponov, od tega 30 pozimi	4,57	1,19	TEH
5	5 zimskih vzponov, od 1. 9. do 31. 8.	4,42	0,73	TEH
6	30 letnih vzponov, od 1. 9. do 31. 8.	4,38	0,22	TEH
7	sprejeti določeno zadolžitev na odpravi	4,23	0,81	DEL
8	5 let alpinističnega staža	4,09	1,12	TEH
9	dva vzpona na mesec	4,09	1,11	TEH
10	pozitivna ocena komisije za izbor	3,95	1,11	
11	močna osebnost	3,90	1,10	PSIH
12	dobri rezultati na motoričnih testih	3,57	0,73	TEH
13	primerno obnašanje	3,52	0,78	PSIH
14	aktiven v AO	3,52	0,96	DEL
15	ne sme kaditi	3,52	1,37	ZDR
16	pozitivna ocena psihološke skupine	3,28	0,98	PSIH
17	pasivno znanje angleščine	3,23	0,85	DEL
18	dosežen razred	3,23	1,14	TEH
19	reden študent ali zaposlen	3,19	1,35	DEL
20	sposoben za JLA	3,09	1,54	ZDR
21	aktiven v PD	2,28	1,33	DEL



treninga in motoričnih testiranj alpinistov je šele na začetku razvoja in v prihodnosti lahko pričakujemo drugačne poglede na tovrstne kriterije.

Najslabšo oceno ima kriterij »aktivnost v PD«. Planinstvo in alpinizem ostaja med vsemi športi edina kombinacija dveh panog, od katerih je ena izrazito rekreativna, druga pa je vrhunski šport. Povsod drugje je to že ločeno. Očitno je težko uskladiti aktivnost na matičnih društvih in vrhunski alpinizem. Za oboje pač ni časa in treba se je odločiti za eno ali za drugo.

Analiza ocen, ki so jih dali člani istega odseka posameznim kriterijem kaže, da se ocene precej razlikujejo med seboj. Člani torej različno vrednotijo kriterije, čeprav so zbrani na istem alpinističnem odseku. Še najvišja skladnost ocen je pri članih AO Kranj.

OSEBNOSTNE POTEZE

Uporabili smo enako listo osebnostnih potez kot pri prejšnjih odpravah (Everest, Pamir, Andi). Člani odprave Lotse so med dvajsetimi navedenimi osebnostnimi potezami izbrali pet takih, ki so jih imeli za najpomembnejše za člane alpinističnih odprav. Najpogosteje so izbrane naslednje poteze: delaven, vztrajen, tovariški, pogumen, iznajdljiv, premišljen, odločen, pošten, odgovoren, strpen in požrtvovalen.



Kot piščeta okrog koklje so bili stisnjeni šotori ob jedilnici — bazni tabor pod Lotsejem

Primerjava s prejšnjimi odpravami pokaže, da je največja skladnost pri ocenjevanju pomembnosti osebnostnih potez med člani odprav Lotse in Andi. Visoka je tudi skladnost Lotseja s skupino alpinistov, ki so se udeležili testiranja na VŠTK in s člani odprav v Pamir in Fanske gore. Vse te korelacije so statistično pomembne.

Preseneča pa nizka skladnost med člani odprave Everest in Lotse, saj je približno polovica članov istih. Vzrok je najbrž v nejasnem pojmovanju osebnostnih potez. To pomanjkljivost bomo odpravili z dodatnim pojasnilom k osebnostnim potezam — kaj pomenijo alpinistom posamezne osebnostne poteze. Pripravili smo vprašalnik in ga poslali vzorcu slovenskih alpinistov. Prosili smo jih, naj opišejo, kaj jim pomenijo posamezne osebnostne poteze, kako si predstavljajo alpinista, ki ima take poteze. Žal pa je bil odziv na to raziskavo zelo skromen.

Po pričakovanju je najmanjša skladnost z odpravo v Hindukuš 1971. Vzrokov je več: časovna oddaljenost, saj je med odpravama deset let razlike in nekoliko drugačna metodologija — člani odprave v Hindukuš so izbirali med 36 potezami, pri Lotseju pa smo jih imeli le 20.

RAVEN ASPIRACIJE

Pri ljudeh želje in hotenja ne sovpadajo vedno z njihovimi sposobnostmi. Tudi predstave o sposobnostih niso nikdar povsem v skladu z resničnimi sposobnostmi. Cilj, ki si ga človek zastavi, skuša in želi tudi doseči. Te želje in interesi narekujejo aktivnost, ki naj privede do njihove zadovoljitve. Ob tem, ko si človek zastavi določen cilj, že tudi računa na uspehe, ki bodo sledili uresničitvi. To je raven aspiracije. Z drugimi besedami, to je stopnja bodočih dosežkov, ki jo posameznik določi s poznavanji minulih dosežkov. Nanaša se na pričakovane cilje.

Shema situacije je naslednja:



Nekateri dejavniki, ki vplivajo na velikost RA (raven aspiracije):

1. uspeh — neuspeh

Uspeh navadno zvišuje RA, neuspeh pa ga znižuje. Če neuspeh ni prevelik, lahko celo zviša RA. Po prejšnjem uspehu se formira nekakšna »raven ekspedicije«, ki je podlaga za ocenjevanje bodoči verjetni ravni uspešnosti. Pomemben pa je tudi prenos minulih rezultatov. Intenzivnost transfera je odvisna od podobnosti oziroma od (opažene podobnosti) tega, koliko človek zazna podobnost med minulo dejavnostjo in ciljem. Čim večja je podobnost, tem večji je transfer.

Zadovoljstvo po uspehu in strah pred neuspehom vzdržujeta raven aspiracije v območju sposobnosti. Strah pred neuspehom preprečuje, da bi se raven aspiracije vzdignila previsoko nad sposobnosti. Zadovoljstvo, ki sledi uspehu, pa prepreči pre nizko pričakovanje.

Človek navadno po uspehu zviša rezultat, vendar ne toliko, kot ga po neuspehu zniža. Neuspeh povzroči večjo različnost v prizadevanjih in tudi v dosežkih.

2. socialno ekonomski status

Deluje na raven aspiracije že zelo zgodaj. Odločilno vlogo ima pri tem družina.

3. objektivna narava naloge

Naloga, ki jo človek zazna kot težko, zniža RA. Subjektivna ocena težavnosti naloge pa je povezana z minulimi izkušnjami.

4. stopnja osebne zavzetosti v nalogi

Visoka stopnja angažiranosti pogojuje tudi veliko občutljivost na uspeh oziroma neuspeh, zato se RA v takem primeru med nalogo ustrezno spreminja. Močna osebna angažiranost povzroči tudi visoko RA.

5. norme skupine, ki ji človek pripada

Mesto, ki ga ima posameznik v skupini, in norme te skupine, določajo posameznikovo aktivnost. To je tudi osnova za formiranje RA. Uspešna skupina kar sama sili posameznika, ki ji pripada, k visoki RA.

6. človekova osebnost, interesi

RA se razvija vzporedno s človekovo osebnostjo.

Ljudje največkrat precenjujejo svoje pričakovane rezultate. Z merjenjem RA lahko odkrijemo tudi oblike obrambnega vedenja. Uspešni ljudje si postavljajo bolj realistične cilje, neuspešni ljudje pa si postavijo RA zelo visoko ali pa prenizko. Neuspešni počasi izgube zanimanje za nalogo, ker ne doživijo uspeha. Kakšne predstave imajo člani odprave o svojih sposobnostih? To smo želeli ugotoviti z merjenjem aspiracijske ravni. Merjenje je potekalo v okviru preskusa telesnih sposobnosti na VŠTK. Izbrali smo 4 vaje: zgibe na drogu, drža v zgibi, sklece, počepi.

Vse vaje smo imele tri serije ponovitev — vselej do izčrpanosti (lokalne utrujenosti) z enominutnim odmorom med serijami. Pred vsako serijo je posameznik izjavil, koliko ponovitev pričakuje, oziroma koliko časa bo zdržal v zgibi.

Testiranja se je udeležilo 20 članov odprave.

V poprečju so dosežki vedno večji od napovedi. To pomeni, da je večina članov podcenjevala svoje sposobnosti.

Pri zgibih in pri drži v zgibi so razlike med napovedjo in dosežkom največje pri prvi seriji ponovitev, saj je pri drži dosežek 47 % večji od napovedi, pri zgibih pa 23 %. V tretji seriji je dosežek večji 34 % pri drži in 16 % pri zgibih. Kaže, da so med vajami alpinisti nekoliko bolj spoznali svoje sposobnosti.



Lotsejeva J. stena —
problem za leto 2000 —
rešen 19 let prezgodaj

Foto P. Markič

Najbolj točno so člani odprave napovedovali pri sklecah. Koeficienti korelacije med napovedjo in dosežkom so tukaj od 0,38 pa tja do 0,80. Napoved je najbolj točna pri drugi seriji. Vzrok za točne napovedi lahko iščemo v tem, da alpinisti pač od vseh opazovanih vaj največ delajo sklece in zato najbolj točno vedo, koliko so jih sposobni narediti.

Pri individualnih rezultatih vidimo, da je pri zgibih največ dosežkov manjših od napovedi — kar 9. Pri počepih so vse napovedi manjše od dosežkov. Sklece in drža v zgibi imajo po štiri dosežke manjše od napovedi. Vse to skupaj je zanemarljivo malo — le 7 0/0. Vsi drugi dosežki so večji od napovedanih. To je bilo tudi pričakovati, saj vsakdo raje napove nekoliko manj, pa potem več naredi kot pa obratno.

Le pri dveh alpinistih se pojavljajo po štiri precenjevanja svojih zmoglosti, trije so se precenili dvakrat in trije enkrat. Vsi drugi se podcenjujejo. Zanimivo je, da so se najbolj podcenjevali tisti alpinisti, ki so bili potem na odpravi najbolj uspešni. Ne drži pa obratno — najmanj uspešni niso tudi najbolj pogumni v napovedovanju.

Primerjali smo še rezultate ravnih aspiracije s pričakovni pri sociogramih. Pri dveh sociogramih so člani odprave napisali tudi imena alpinistov za katere so menili, da bi želeli sodelovati z njimi v skupini pri delu na hribu. Pri obeh sociogramih smo primerjali skladnost med številom pričakovanih in številom dobljenih izbir. To smo potem primerjali s predstavami o fizičnih sposobnostih na testiranju.

Pri šestih članih najdemo v vseh treh primerih (dva sociograma in raven aspiracije) podcenjevanje. Ti torej podcenjujejo tako svoje fizične sposobnosti kot tudi svoj položaj v skupini. Pri desetih članih najdemo po dve podcenjevanji — večinoma enkrat na sociogramu in enkrat na fizičnih testih. Alpinisti, ki se precenjujejo na obeh sociogramih, se podcenjujejo na fizičnih testih. Taki so trije. Vsa druga ocenjevanja so realna.

OCENA DELA V PRIPRAVLJALNEM OBDOBJU IN MED ODPRAVO

Za obdobje priprave smo uporabili enak vprašalnik kot pri kranjski odpravi v Ande. Dodali smo še podoben vprašalnik za delo med odpravo.

1. Pripravljalno obdobje

Preizkušena oblika vprašalnika nam da:

- oceno izkušenj pri načrtovanju odprave,
- informacijo o tem, kako so posamezniki občutili duh sodelovanja in tovarištva,
- način sprejemanja in vrsto procesov pri odločanju.

Za primerjavo smo vzeli:

a) podatke sociološke študije angleško-danske odprave na Grenlandijo iz l. 1973. Cilj odprave je bila južna stena Ingolffjelda; trajala je pet tednov; ekipa devetih članov je bila razdeljena v plezalno in zaščitno ekipo. Svojega cilja ni dosegla.

b) Rezultate kranjske odprave v Ande 1979 — trinajst članov, trajala je osem tednov. Cilj je bila prvenstvena smer v jugovzhodni steni Alpamaya in spust s smučmi preko severne stene Kitaraja. Oba cilja je odprava dosegla.

Zaradi različnih ciljev in obsega odprav je primerjava rezultatov nekoliko otežkočena. Ocenjevali so na petstopenjski skali.

1. Ocena vloženega napora in porabljenega časa

Težko je objektivno oceniti porabljeni čas in vloženi napor, gotovo pa lahko člani ocenijo svoj trud in trud drugih med pripravami.

Člani odprave Lotse so ocenili svoje napore podobno kot člani prejšnjih odprav. Ta odprava pa je terjala gotovo več priprav. To lahko pomeni, da so člani naše odprave zaradi večje izkušenosti morali vložiti manj truda. Možno pa je tudi, da so prav zaradi tega bolj realno ocenjevali svoje napore.

Na vseh treh odpravah člani izjavljajo, da so drugi člani odprave vložili več truda v priprave kot sami. Za odpravo Lotse so člani porabili najmanj časa v obdobju priprav. Delo se je porazdelilo med več ljudi in zato se jim zdi, da niso bili preveč zaposleni.

2. Struktura in učinkovitost procesov pri odločanju

Primerjava med odpravami je tu najtežja. Danska odprava je bila razdeljena v dve skupini z različnima nalogama. Sestava odprav v Ande in na Lotse je bila podobna. Veljal je tihi sporazum, da bo mnenje vsakega posameznika enako upoštevano. Odgovornost za posamezne naloge so člani prejeli sproti in prostovoljno.

Večina članov odprave Lotse meni, da je bilo odločanje demokratično. Enake odgovore smo dobili tudi pri odpravi v Ande. Tak način odločanja je gotovo najbolj primeren za majhne skupine, saj zagotavlja dobro počutje v skupini.

Ocena učinkovitosti dela je najvišja pri odpravi Lotse, le nekoliko nižja pa je pri Andih.

3. Zadovoljstvo in povezanost skupine

Občutek topline in priznanje za vloženi trud sta gotovo nepogrešljiva na vsaki odpravi. Člani odprave Lotse menijo, da so se vlaganja truda in časa v obdobju priprav zadostno

Pogled iz Lotsejeve
J. stene proti
Makalaju

Foto P. Markič



obrestovala. Danci so čutili še večje povračilo za svoj trud, Kranjčani pa nekoliko manjše.

Možnost izražanja svojega mnenja v skupini je pri odpravi Lotse precej višja kot pri danski odpravi in nižja kot pri odpravi v Ande. V večjih skupinah je prav gotovo težje zagotoviti enakopravno izražanje mnenja vseh članov.

Najvišjo oceno sodelovanja med člani so dali člani odprave Lotse. To je nekoliko presenetljivo, saj so bili na tej odpravi alpinisti iz enajstih alpinističnih odsekov. Sestava drugih dveh odprav je bila bolj homogena.

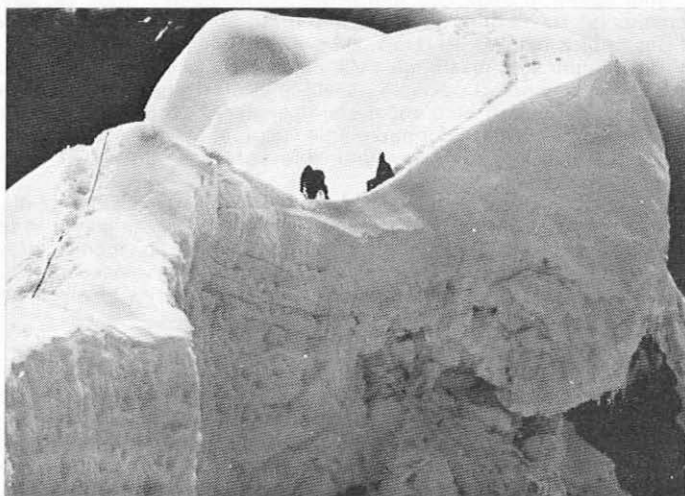
Vsi odgovori so zelo pozitivni. Klima na odpravi je bila torej pred odhodom zelo dobra.

II. Ocena dela med odpravo

Pri odpravi smo uporabili podoben vprašalnik kot na koncu pripravljalnega obdobja. Prvič smo ga uporabili na odpravi Lotse.

1. Ocena vloženih naporov

Pričakovali smo precej višje ocene vloženih naporov kot v pripravljalnem obdobju. To se je le delno uresničilo. Ocena lastnih naporov se je bolj povečala, kot pa ocena naporov drugih članov odprave.



Na grebenu Alpamayo

Foto Pavle Oman

2. Struktura in učinkovitost procesov odločanja

Situacija med odpravo je bolj kritična, kot v pripravljalnem obdobju. Proces odločanja je treba torej malo spremeniti. Po mnenju članov odprave Lotse je bil proces odločanja za malenkost bolj avtoritativen, a še vedno zelo demokratičen.

3. Zadovoljstvo in povezanost skupine

Zadovoljstvo in dobri odnosi v skupini so med odpravo še bolj potrebni kot prej. Skupina deluje izolirano, fizične obremenitve so velikanske, vremenske razmere slabe. Uspejo samo dobro povezane skupine, v katerih člani doživljajo globoke občutke zadovoljstva.

Sodelovanje med člani odprave je bilo ocenjeno nekoliko nižje kot na koncu priprav. Mogoče to lahko pripišemo dejstvu, da so ocenjevali takoj po odpravi, ko so bili še pod vtisom izrednih obremenitev, ki se izražajo tudi v medsebojnih odnosih. To najlepše označuje izjava člana odprave: »Potem, ko dva meseca živiš stalno skupaj s prijatelji v izredno težavnih pogojih, te prične motiti tudi to, kako prijatelj nese žlico v usta.« Vložen trud se je na odpravi obrestoval podobno kot v pripravljalnem obdobju. Razlika je le v tem, da so odstopanja individualnih rezultatov nekoliko večja. Cilj odprave je v obdobju dela na hribu bolj oprijemljiv, realnejši kot med pripravami. To naj bi pomenilo tudi višje ocene obrestovanja truda. Temu pa ni bilo tako. Vzrok je mogoče v dejstvu, da je bil cilj odprave kljub vsemu vrh Lotseja po južni steni. Preplezana stena ni mogla nuditi takega zadovoljstva, kot bi ga vrh. Člani, ki so bili bolj uspešni, so presenetljivo izrazili manjše zadovoljstvo z odpravo.

Na odpravi so imeli člani dovolj možnosti izraziti svoje mnenje v skupini. To se ujema tudi z oceno demokratičnosti načina v vodstvu. Res pa je tudi, da je med odpravo težko upoštevati vsako mnenje članov.

S tem vprašalnikom smo želeli nekoliko osvetliti vzdušje na odpravi in počutje članov. Metoda pa je precej preprosta, zato pretirano veliko informacij tudi ne daje. Rezultate je potrebno interpretirati v povezavi z drugimi ocenami iz obdobja odprave. Samo celostna ocena nam bo dala pravo sliko dogajanj med odpravo.

Prav tako, kot načrt dela smo tudi poročilo razdelili na tri dele: v obdobje pred odpravo, na odpravi in po njej. Prvi del smo predstavili, več o drugih dveh pa v naslednjih številkah.

OSP: VAS, STENA, DOLINA

I. DEL

ZAKAJ, KJE, KAKO

Uvod

»Osp, v Óspu, osápski, Osápci, ... Gručasta vas v Osapski dolini, ki se začinja pod Črnim kalom in sega čez jugoslovansko-italijansko mejo do Žaveljskega zaliva. Dolino omejujejo: Na severovzhodni strani strmo pobočje kraške planote Breg, na jugozahodu flišni hribi z razglednim Tinjanskim hribom na čelu...«

V lapidarnem stilu pisani tekst v I. delu delu Krajevnega leksikona Slovenije takole predlaga ta kraj. V množici opisanih naselij bi si prav tega opisa ne izbral, ko bi ne iskal kratke informacije, preden sem začel zbirati material za pisanje plezalnega vodnička po steni nad vasjo. »Kratka informacija« je tako sčasoma odkrila kup zanimivosti, ki nekaj pomenijo tudi neplezalcem, kajti celo »običajni« turisti bi se bolje poučeni tod prav gotovo raje ustavljali.

Beseda je dala besedo in tovariši iz alpinističnega odseka, iz muzeja ter od drugod, so prevzeli dolžnosti, ki so jim bliže po poklicu ali po zanimanju in tako je poleg plezalnega vodnička začel nastajati tudi sveženj tekstov, ki jih, menim, prav lahko objavi tudi PV, že zaradi tega, ker mimo Ospa drži Slovenska planinska pot št. 1. Prepričan sem, da bo večina bralcev zvedela marsikaj, kar jim sicer ne bi nikoli bilo dosegljivo brez vnetega iskanja po literaturi in po terenu.

Kako pridemo tja

Za obiskovalce iz notranjosti Slovenije velja, da nekaj metrov pod črnokalskim spomenikom padlim prekomorcem zavijejo v smeri kažipota desno in po slabih tričetr ure prijetne hoje ali nekaj minutah vožnje po asfaltu, se jim na desni odpro ostanki velikanske podorne jame, ki ji pravimo Osapska stena. Kot amfiteater obkroža vasico Osp in jo varuje pred burjo. Nekaj sto metrov pred vasjo je v istem območju še podoben



Baza pod Alpamajem

Foto P. Oman

PSIHOLOGIJA 8000 m

2. DEL

PETER MARKIČ

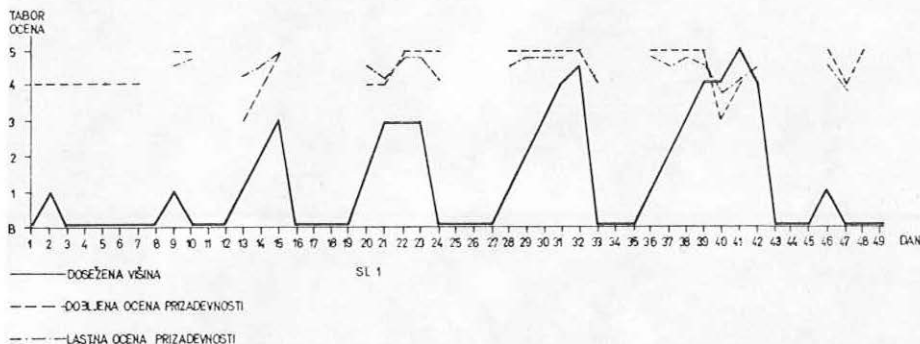
Udeležba psihologa na odpravi je nujna, da spozna psihološko problematiko v takih razmerah. Za psihologijo pomeni torej delo v posebno težavnih razmerah, kjer je možnost uporabe psiholoških tehnik in metod zelo omejena. V glavnem se lahko omejimo le na različne opazovalne tehnike dogajanja v skupini, in obnašanje posameznika. Pri opazovanju v teh razmerah moramo, poleg vseh pomanjkljivosti opazovalnih metod upoštevati še tole:

— Nihče se ne ukvarja na odpravi samo z opazovanjem. Dobra stran tega je, da se s svojim delom enakovredno vključuje v življenje na odpravi in so zato njegova opažanja bolj realna. Slaba stran pa je ta, da delo na drugih področjih zahteva čas in energijo, kar gre na račun opazovanja.

— Na opazovalca deluje hipoksija, podvržen je utrujenosti, kar vse vpliva na objektivnost opazovanja.

Pokus, da bi te pomanjkljivosti odpravili, je pisanje usmerjenih dnevnikov. S tem se poveča število opazovalcev, saj pišejo dnevnik vsi člani odprave, ki so pripravljene sodelovati. Tak način dela ima več prednosti, saj lahko v naprej določimo, katere informacije naj posameznik daje, pisanje je hitrejše in zahteva manj napora, kar je na odpravi še posebej pomembno. Dnevnik naj bi bil tudi nekakšen ventil, s katerim bi člani odprave sprostili svojo jezo zaradi slabega dela drugih članov odprave. Nizke ocene v dnevniku naj bi nadomestile manjše prepire med člani. V tako zahtevnih pogojih dela je vsako kopičenje stresoidne energije lahko usodno. »Odreagiranje« je nujno potrebno. Dnevnik naj bi predstavljal socialno najbolj sprejemljiv način sproščanja. Metodo usmerjenega dnevnika so uporabili že v okviru sociološke študije na angleško-danski odpravi na Grenland in na kranjski odpravi v Ande. V našem primeru smo uporabili nekoliko spremenjeno navodilo. Namesto *dosežka* so tokrat ocenjevali *prizadevnost* vseh članov odprave. V prejšnjih raziskavah se je namreč pokazalo, da so pod *dosežki* vsi ocenjevali le doseženo *višino*. To pa je objektivni podatek, ki ga lahko dobimo na drug način. Zanimalo nas je, kaj bodo tokrat izbrali za oceno prizadevnosti članov odprave. Vse druge pogoje (hrana, bivalne razmere, nevarnost, odnose v skupini,

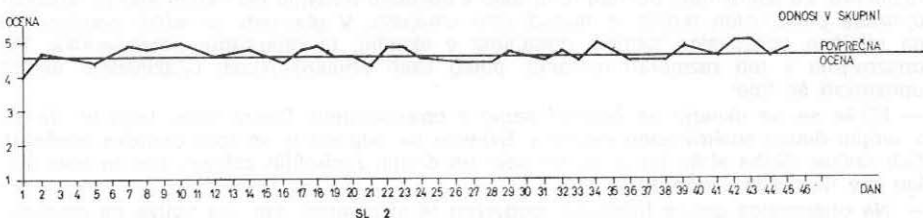
možnost priti na vrh), so ocenjevali na petstopenjski skali enako kot na prejšnjih odpravah (PV 3/83).



Na sliki 1 smo vrisali višino, ki jo je posameznik dosegel za vsak dan, oceno prizadevnosti, ki jo je dobil od drugih in oceno lastne prizadevnosti. Vidimo, da so vsi dobivali ocene le za dneve, ko so bili na hribu. Dnevo počitka niso ocenjevali, torej so tedaj alpinisti res le počivali. Ocene so zelo visoke, saj so povprečja v glavnem nad 4,5. Člani odprave so torej zelo visoko cenili prizadevnost večine drugih. V tako zahtevnih pogojih dela so visoke ocene povsem razumljive. Ocene dosežkov so visoke ne glede na višino, na kateri so alpinisti plezali. Prizadevnost je bila torej velika tudi na manjših višinah. To lahko razložimo z aklimatizacijo in s težo tovorov. Na začetku odprave, ko alpinisti še niso aklimatizirani, si morajo prav tako prizadevati in garati že na majhnih višinah kot kasneje na 8000 m. Ko pa se prilagodijo na višino, nosijo na manjših višinah težje tovore, to pa spet zahteva večjo prizadevnost in več truda.

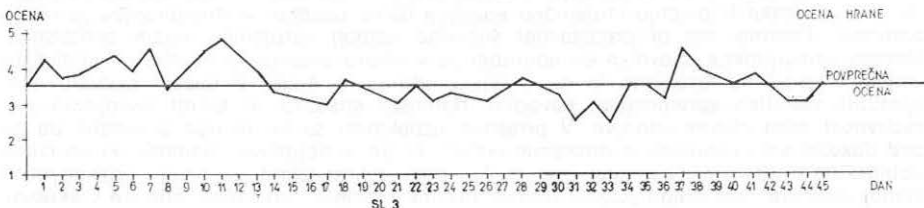
Ocene alpinistov, ki se na odpravi niso najbolje znašli, so pomembno nižje od ocen drugih članov odprave. Kriterij *uspešnosti* je število preplezanih etap in subjektivne ocene uspešnosti, ki so jih dali člani na koncu odprave. Lastne ocene so večinoma nekoliko višje kot dobljene ocene prizadevnosti. Lastno prizadevnost so torej alpinisti ocenjevali višje, kot so njihovo prizadevnost cenili drugi člani odprave. Res pa je tudi, da pri tako majhnem številu ocenjevalcev (od 26 članov odprave jih je dnevnik izpolnjevalo le 9), že ena sama nižja ocena precej zniža povprečje.

Odnosi v skupini so bili vseskozi odlični. To kaže že najvišja povprečna ocena, ki je kar 4,6. Zanimivo je tudi to, da so ocene proti koncu odprave še vedno visoke. Utujenost in naveličanost torej nista vplivala na odnose med alpinisti. Gibanje barometra vzdušja v skupini je lepo razvidno na sliki 2.

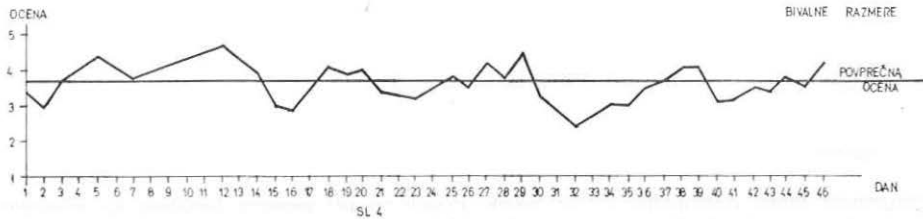


Na odpravi v Ande je povprečna ocena odnosov v skupini za 0,7 nižja.

Odpravo so večino časa redno oskrbovali z zelenjavo in mesom iz doline, imela je profesionalnega kuharja s tremi pomočniki, zato lahko rečemo, da je ocena hrane *nizka*. Hrana pač ni bila taka, kot bi jo glede na opisane razmere lahko pričakovali. Res pa je tudi, da so bili člani odprave večinoma na hribu, tam pa še tako kvalitetna hrana počasi postane enolična. (Slika 3.)

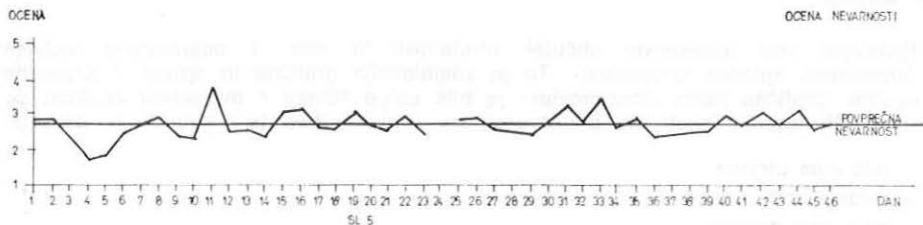


Kranjska odprava je imela glede hrane enako oceno. Dve alpinistki, članici te odprave, sta torej odlično opravili svojo ne ravno glavno in edino vlogo na odpravi.



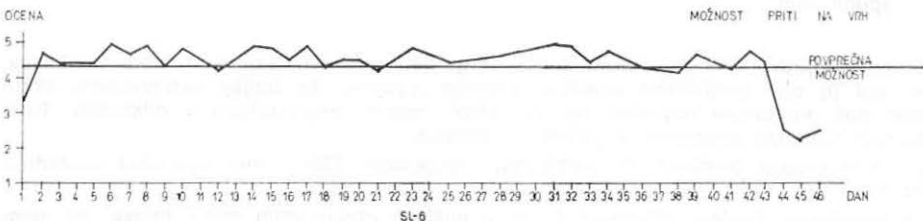
Bivalne razmere (Slika 4) so ocenjene zelo visoko. V resnici so bile, milo rečeno, slabe. To velja za večino višinskih taborov, saj so se dveh, kjer so stali le šotori, alpinisti najraje izogibali in raje združili dve dnevni etapi v eno, kot pa da bi vso noč poslušali grmenje plazov, ki so se vsipali čez šotore, in dremali v mokrih spalnih vrečah. Po drugi strani pa to pomeni, da so bili člani odprave že navajeni in pripravljani na tako zahtevne bivalne razmere. Bivanje v bazi je bilo precej bolj prijetno in to gotovo zvišuje oceno bivalnih razmer.

Na kranjski odpravi so bile bivalne razmere ocenjene nekoliko slabše. Presenetljivo nizko je ocenjena nevarnost (povprečno le 2,7). Odprava je bila zelo izpostavljena objektivnim nevarnostim, če ni snežilo, je pa plazilo, če je bilo le mogoče pa oboje. Prav take razmere so bile gotovo odločilen vzrok, da odprava ni dosegla vrha. Nekaj članov je celo doživelo prave plazove in to je 11. 4. zelo dvignilo oceno nevarnosti. Vse skupaj pa kaže, da se človek privadi vsemu, tudi stanovitni nevarnosti. (Slika 5.)



Na kranjski odpravi v Ande je bila povprečna ocena nevarnosti le 1,9.

Večina članov odprave je prav do konca verjela v vrh. To kažejo visoke ocene možnosti, da bi dosegli vrh. Povprečje je kar 4,21. Zanimivo je, da so ocene visoke od vsega začetka. Nižje ocene so le en dan, ko je bil vremenski pekel najhujši, in seveda na koncu odprave, ko možnosti priti na vrh res ni bilo. (Slika 6.)



Dnevnik so se spet izkazali kot odlični kazalec stanja v skupini. Na relativno preprost način dobimo kup podatkov. Največji problem pri tem je sodelovanje članov. Pisanje dnevnika je gotovo precejšnja dodatna ovira, poleg že tako napornega dela na odpravi.

Za znanost pa je treba tudi nekaj žrtvovati.

Na odpravi smo uporabili še nekaj drugih vprašalnikov, ki smo jih ponovili še enkrat po odpravi, zato bomo o njih spregovorili v nadaljevanju, ko bomo govorili o podprarskem delu psihologa.

UTRUJENOST

1. Problem

Utrujenost lahko opazujemo z več strani. Pojavi se pri vsakem fizičnem ali umskem delu. Stopnja utrujenosti je odvisna od vrste stvari: od težavnosti dela, pripravljenosti posameznika za delo, delovnih pogojev dela. Glavna posledica utrujenosti je — manjša človekova učinkovitost. S stališča medicine je to pojav, ko se v organizmu zaradi dela nakopiči toliko mlečne kisline in drugih škodljivih snovi, da to ovira normalno delovanje.

Subjektivno je to občutek izčrpanosti, nelagodja in brezvoljnosti. Utrujenost merimo po posledicah, te pa so v glavnem:

- zmanjšanje delovnega učinka,
- spremembe v delovanju organizma,
- subjektivno doživljanje utrujenosti.

Vse to skupaj se kaže kot zmanjšanje zmožnosti za opravljanje kakršnegakoli dela.

V naši raziskavi smo se omejili na *subjektivno doživljanje utrujenosti*.

2. Metoda

Ugotavljali smo subjektivni občutek utrujenosti in sicer z ocenjevalno lestvico »termometer splošne utrujenosti«. To je kombinacija grafične in opisne ocenjevalne lestvice. Grafična skala »termometer« je bila dolga 90 mm z dvajsetimi enotami po 4 mm. Ob grafični skali sta bili dve opisni lestvici. Prva je zajemala tri stopnje:

- zelo sem utrujen
- srednje sem utrujen
- malo sem utrujen

Druga je zajemala pet stopenj:

- tako sem izčrpan, da komaj delam
- močno sem utrujen, potreboval bi počitek
- utrujen sem, vendar bom delo lahko nadaljeval
- čutim lahko utrujenost
- spočit sem.

Članom odprave smo dali navodilo, naj na grafični skali zaznamujejo, koliko se v času, ko jim je bila predložena lestvica, počutijo utrujeni. Za boljše razumevanje skale smo dali alpinistom navodilo, naj si celotni razpon predstavljajo v odstotkih. Tako so tudi nadaljnji predloženi rezultati v odstotkih.

Za ocenjevanje dominantnih simptomov utrujenosti (DSU) smo uporabili naslednjo obliko:

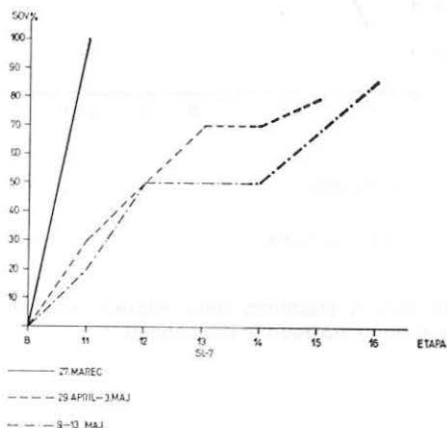
Na vprašanje, kakšno utrujenost čutite v mišicah posameznih delov telesa, so člani odgovarjali glede na utrujenost v prstih rok, rokah, nogah, hrbtu in v glavi. Odgovore so označevali na petstopenjski skali in sicer: nobeno, rahlo, srednje, močno, zelo močno. Pri obdelavi smo te stopnje označili s številkami od ena do pet in sicer tako, da ena pomeni *nobeno*, pet pa zelo *močno*.

Člani odprave so odgovarjali na ta vprašanja v višinskih taborih. Posnetki segajo vse do šestega višinskega tabora (8100 m).

3. Rezultati

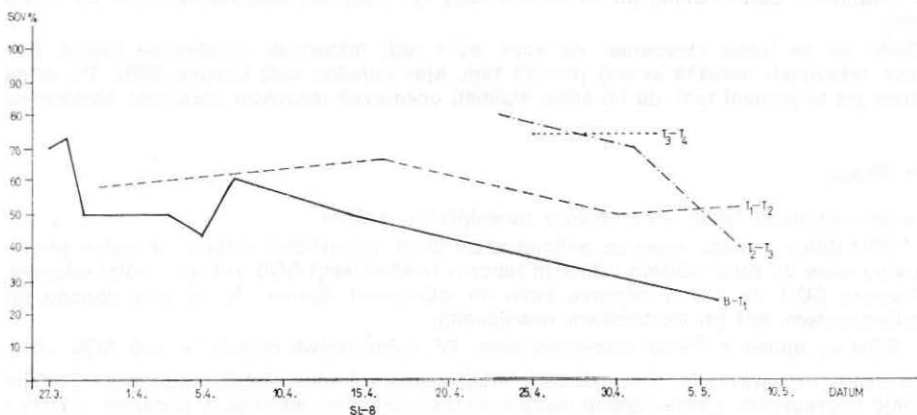
Med delom na gori smo dobili 112 ocen subjektivnega občutka utrujenosti (SOU), od tega jih je 20 istočasno s snemanjem EKG in 88 ocen DSU. Ocene je dalo 18 od 24 članov odprave. Pri nekaterih smo dobili zelo malo ocen. Zaradi izredne časovne razpršenosti smo analizirali le ocene štirih alpinistov, ki so dali največ ocen SOU. Trije od njih so sodelovali tudi pri snemanju EKG s prenosnimi snemalnimi aparati.

I. Subjektivni občutek utrujenosti



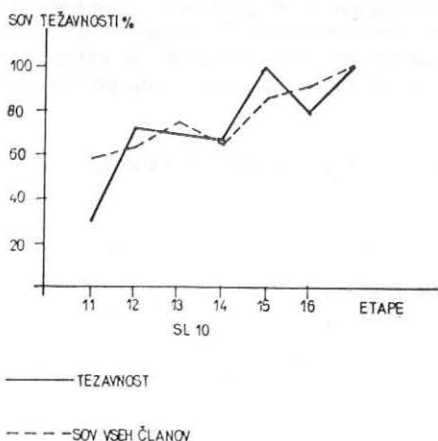
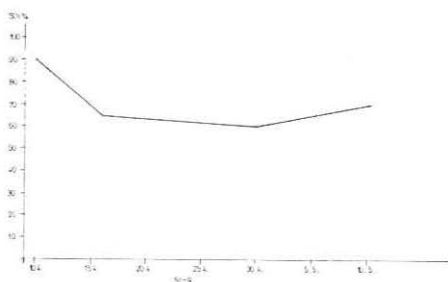
Iz rezultatov vidimo, da je pri zaporednih obiskih višinskih taborov ocena SOU pri vsakem naslednjem obisku nižja kot pri prejšnjem. Pri prvem obisku tabora 1 je SOU 100%, pri drugem 30%, pri tretjem pa le še 20%. To je verjetno posledica aklimatizacije. Ta zaključek povsem opravičuje uporabo tega instrumenta. S pogostejšim ocenjevanjem SOU bi lahko ugotavljali stopnjo aklimatizacije. Pri tem pa je treba upoštevati tudi zunanje okoliščine (teža tovora, vreme, težavnost etape), ki pa v našem primeru niso bili registrirani. Natančnejši zaključki bi bili možni ob približno enaki fizični obremenitvi.

Poprečne SOU po etapah za vse člane odprave



Tudi skupinski rezultati pri večini etap kažejo upadanje SOU pri poznejših vzponih.

Ocenjevanje SOU v etapi T 1 do T 2
Alpinist M. Štremfelj



Pri nekaterih posameznikih pa je po upadanju SOU v srednjem delu odprave opazen ponoven dvig proti koncu odprave. To je prav gotovo posledica izčrpanosti.

II. Primerjava SOU s težavnostjo etap

Ocena težavnosti etap je poprečje ocen. Dali so jih štirje alpinisti, ki so preplezali vse etape do tabora 6. Te ocene smo primerjali s SOU za iste etape. Težavnost etap je bila ocenjena z ocenami od ena do pet:

- baza — T 1 1,5
- T 1—T 2 3,6
- T 2—T 3 3,5
- T 3—T 4 3,4
- T 4—T 5 4,9
- T 5—T 6 4,0
- nad T 6 5,0

Hipoteza: SOU je večji na etapah z večjo težavnostjo (glej sliko 10).

Iz skupinskih ocen vidimo, da se krivulji SOU in težavnosti ujemata na štirih od šestih etap.

Glede na to lahko sklepamo, da kaže SOU tudi težavnosti preplezane etape. Krivulja težavnosti narašča skoraj povsod tam, kjer narašča tudi krivulja SOU. Po drugi strani pa to pomeni tudi, da so štirje alpinisti ocenjevali težavnost etap zelo objektivno.

IV. Sklepi

Po teh rezultatih lahko s precejšnjo zanesljivostjo trdimo:

1. SOU dobro pokaže, kako so aklimatizirani člani alpinističnih odprav. V večini primerov so člani pri prvih obiskih višinskih taborov izražali večji SOU kot na sredini odprave. Povečan SOU na koncu odprave kaže na izčrpanost članov. To je bolj opazno pri individualnem, kot pri skupinskem ocenjevanju.

2. SOU se ujema z oceno težavnosti etap. Pri zahtevnejših etapah je tudi SOU večji.

Že samo to opravičuje uporabo tega instrumenta na alpinističnih odpravah. Ocenjevanje je preprosto, z enim samim merjenjem dobimo veliko informacij. Dobljene rezultate bi bilo potrebno preskusiti še na kakšni odpravi, saj je njihova največja pomanjkljivost skromno število merenj. Informacije, dobljene s tem instrumentom, bi lahko rabile vodji odprave pri ugotavljanju aklimatiziranosti članov in težavnosti etap.

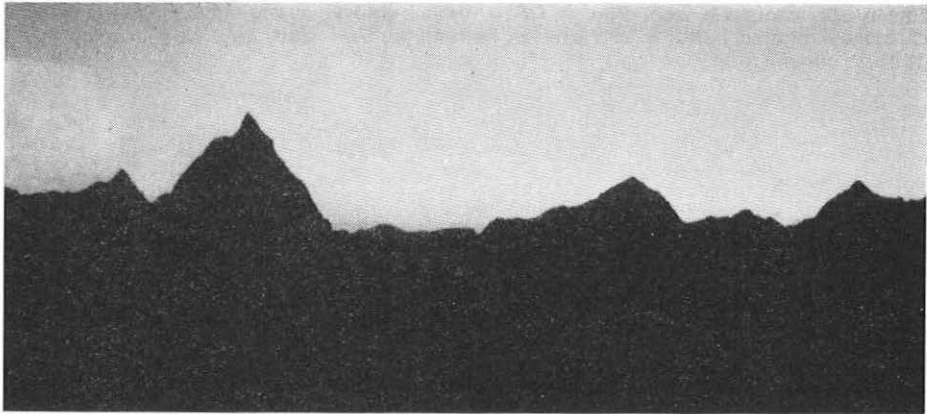


Foto Peter Markič

PSIHOLOGIJA 8000 m

3. del

PETER MARKIČ

Z današnjim prispevkom zaključujemo zapis o raziskavi na odpravi Lotse. Ogledali si bomo še preskuse iz obdobja po odpravi. Nekatere od njih smo sicer začeli še med odpravo, zaključili pa smo vse po odpravi, zato bolj sodijo v to obdobje. Vse tri opisane tehnike se med seboj dopolnjujejo in prepletajo.

SOCIOMETRIJA

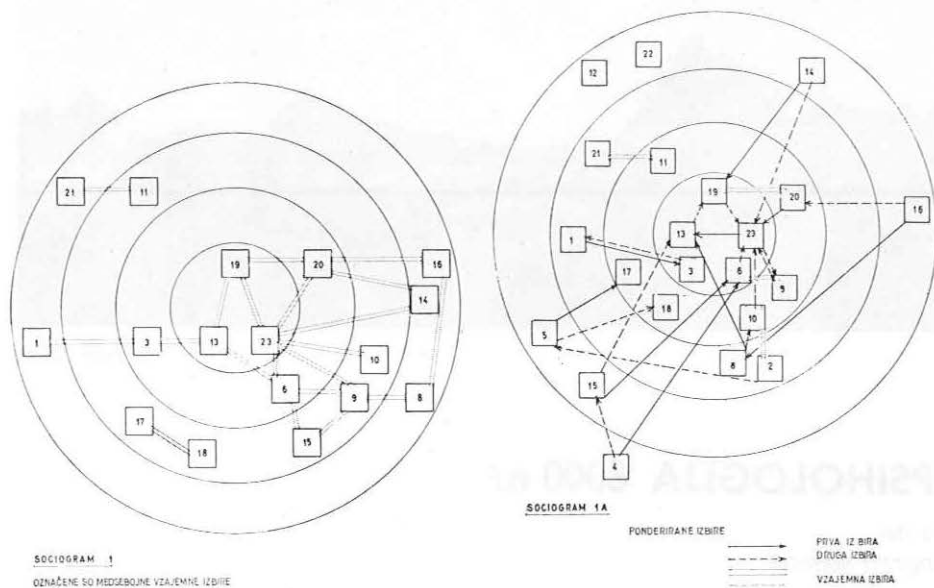
V okvir testnih raziskav smo vključili tudi sociogram, s katerim smo poskušali slediti dinamiki medsebojnih odnosov. Uporabili smo ga trikrat in sicer na sredini pripravljalnega obdobja, tik pred odhodom odprave in takoj po končani odpravi.

Vselej smo uporabili nekoliko drugačno tehniko, namen pa je bil vedno isti: formiranje najbolj ustreznih skupin za delo na hribu in opažanje sprememb v medsebojnih odnosih, ko bi le-te nastale med odpravo. Učinkovitost in zadovoljstvo slehernega alpinista je v veliki meri odvisno od vloge in nalog, ki jih ima. Isti posameznik lahko na eni odpravi povsem odpove, na drugi pa se odlično izkaže. Vzrok je največkrat v različnih vlogah, ki jih je imel na teh odpravah. V različnem socialnem okolju lahko iščemo vzroke za tako različno obnašanje istih alpinistov na različnih odpravah, saj težko verjamemo, da bi se med tem osebnostna struktura, ki je sicer precej stabilna, toliko spremenila. Vsakemu poskušamo najti najbolj ustrežno mesto na odpravi. Del teh prizadevanj je tudi sociometrija.

V pripravljalnem obdobju smo uporabili indirektno tehniko. Vsak alpinist je napisal člane, za katere je menil, da bi želeli sodelovati z njim v skupini pri delu na hribu. Indirektna tehnika naj bi dala nekoliko boljše rezultate kot direktna, pri kateri vsak napiše, s kom bi on želel sodelovati pri delu v manjši skupini. Število izbir je bilo neomejeno. S tem smo skušali dobiti še informacijo o odprtosti članov odprave, o želji po socialnih stikih in končno tudi o tem, kako močne osebnosti so. Po hipotezi naj bi veliko število izbir kazalo na šibkejšo osebnost.

Za primerjavo smo razdelili člane odprave v »himalajce« (take, ki so že bili na odpravah v najvišja gorstva sveta) in »nehimalajce«. Največ izbir na prvem sociogramu so dobili himalajci. Bili so torej najbolj priljubljeni. Vzroka za to sta verjetno dva: neizkušeni se počutijo v njihovi družbi bolj varne (11 % vseh izbir je bilo takih), po drugi strani pa tudi izkušeni bolj zaupajo tistim, ki jih poznajo. Himalajci so se med seboj izbirali v več kot polovici vseh izbir. Zaradi razlik v izkušeniosti lahko pride do nasprotij med tema dvema skupinama. Na naši odpravi je med člani odprave vladalo imenitno vzdušje in razumevanje. Himalajci so že v pripravljalnem obdobju pokazali pripravljenost, da bi sodelovali z nehimalajci. Takih izbir je bilo 21 %. Dobro povezanost skupine kaže tudi

število obojestranskih izbir. Bilo jih je 20. Vrisali smo jih v sociogram. Kriteriji za posamezne kroge so bili: 8 in več izbir za notranjega, 6—7 izbir, 3—5 izbir in manj kot 3 izbire za zunanji krog.



V notranjih dveh krogih so samo himalajci. Ti so torej najbolj priljubljeni, izbirajo pa se tudi med seboj. Neizkušeni so se uvrstili v zunanja kroga. Večinoma se navezujejo na priljubljene. Izjema sta le dve diadi, ki ju sestavljata alpinista z istega odseka, ki se pač najbolj poznata med sabo. Poleg te »kvantitativne« analize, kjer smo upoštevali le število izbir, smo naredili še »kvalitativno«. Pri tem smo izbire ponderirali* (prva izbira je štiri točke ... četrta izbira je ena točka). Tako smo lahko rezultate primerjali z drugim sociogramom. Kriterij za posamezne kroge je sedaj število točk.

Označene so prve in druge izbire. Himalajci so le še v notranjem krogu. Dobili so torej tudi največkrat eno od prvih štirih izbir. V drugem krogu se jim pridružijo še štirje ne-himalajci. Pri kvantitativni interpretaciji so bolj odmaknjeni. Dobili so torej več izbir na prvih štirih mestih kot na ostalih.

Želja posameznika po druženju, ki se kaže v številu danih izbir, je presenetljivo največja pri himalajcih. Izbirali so tako izkušene kot neizkušene.

Drugi sociogram smo uporabili tik pred odhodom odprave. Alpinisti so se že precej bolje poznali med seboj. Uporabili smo isti vprašalnik kot pri odpravi v Ande, torej kombinacijo direktne in indirektna tehnika, kot jo predlagata Paranosič in Lazarevič. Najprej so napisali štiri člane odprave, s katerimi bi želeli sodelovati pri delu na hribu. Na prvo mesto so postavili tistega, s katerim bi najraje sodelovali ... Poleg izbir so navedli še vzroke zanje (osebnostne lastnosti). Napisali so še vse člane odprave, za katere so menili, da so izbrali njih. S tem smo ugotavljali »socialno raven aspiracije«. Imeli so tudi možnost negativnih izbir. Izbire smo točkovali enako kot na prvem sociogramu. Po številu točk močno izstopa najbolj izkušen alpinist, sledi mu še sedem himalajcev. Med seboj se himalajci izbirajo precej manj kot na prvem sociogramu. Takih izbir je tu le 38%. Izkušeni manj izbirajo tudi neizkušene, zato pa je precej več zvez ne-himalajec — himalajec. Takih je kar 11% več kot na prvem sociogramu. Primerjava teh zvez ni povsem popolna, ker smo pri drugem sociogramu upoštevali odgovore več alpinistov, kot pri prvem.

Štirje alpinisti so dobili le po eno izbiro. Trije od njih še niso bili v Himalaji. Pričakovanih izbir je 38%. Pet alpinistov precenjuje svoj položaj v skupini. Trije od njih so himalajci. Po drugi strani pa kar šest izkušenih in štirje neizkušeni podcenjujejo svojo vlogo v skupini. Od pričakovanih izbir se jih je polovica tudi uresničila. Medsebojnih izbir je 18. Polovica od teh je obojestransko, tretjina pa enostransko pričakovanih. Le tri so ne-pričakovane. Člani odprave so torej zelo dobro ocenili, kdo jih bo izbral. Negativnih izbir sploh ni. To pomeni, da v skupini ni odklonjenih članov. Vsak je pripravljen delati z vsakim. To so osnovne ugotovitve drugega sociograma, ki jih ponazarjamo tudi grafično.

* Ponderirati (točkovali) = ponderabilen (s)tehtljiv, določljiv (merljiv), F. Verbinc: Slovar tujk, 1971.

Sociogram je nepogrešljiv pri vseh odpravah, kjer naveze niso že vnaprej določene. Na odpravi Lotse smo s sociogrami predvideli kar tri četrtine vseh zvez, ki so se pojavile na hribu. Ta številka pove vse o nujnosti sociometrije. Bistvenih razlik med direktno in indirektno tehniko ni. Največ dejanskih zvez smo dobili na zadnjem sociogramu. To pomeni, da so bile skupine sestavljene dobro, člani so se v njih dobro počutili. Pri sestavi skupin moramo poleg želja upoštevati še izkušnost, zato je nemogoče skupine sestaviti samo po sociogramih. Pri večjih zveznih odpravah moramo zlasti na začetku vedeti, da se člani ne poznajo med seboj. Prav zaradi tega nam ni uspel poskus s situacijskim sociogramom. Veljalo pa bi nekaj storiti tudi v tej smeri.

OCENJEVANJE PRIPRAVLJENOSTI

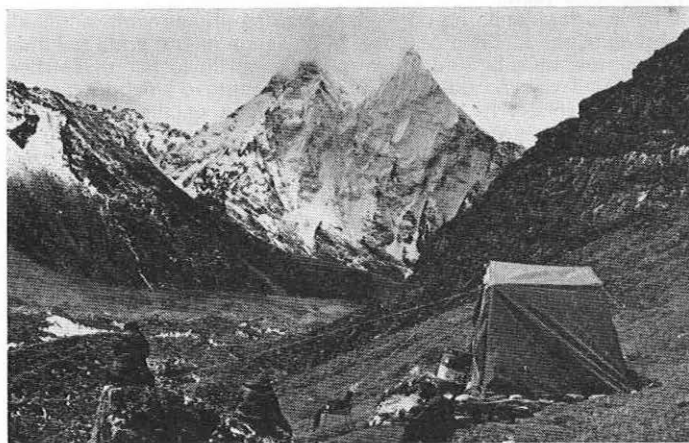
Na koncu odprave so člani ocenjevali sebe in druge, glede na pet kriterijev: fizična pripravljenost na odpravo, psihična pripravljenost, delavnost, zrelost v obnašanju in uspešnost na odpravi. Ocenjevali so z ocenami od ena do pet, pri čemer pomeni 5 izredna, 4 zelo dobra, 3 srednja, 2 majhna in 1 premajhna. Z enakimi ocenami so ocenjevali tudi osebno zadovoljstvo z odpravo.

S tem smo želeli dobiti subjektivne ocene za vsakega člana odprave. Primerjali smo jih z objektivnimi dosežki. Kriterij za te je bilo število preplezanih etap in plezanje kot prvi v navezi. Ocene fizične pripravljenosti smo primerjali z ocenami v okviru fizičnih testov pred odpravo.

Povprečne ocene se pri posameznikih gibljejo od 1,7 do 4,9. Najvišje so ocene fizične pripravljenosti, najnižje pa ocene uspešnosti. Ujemanje vseh petih ocen je zelo veliko. Korelacije so okrog 0,90. V bodoče bi torej lahko nekaj ocen mirno združili v eno. Največje ujemanje z ostalimi ocenami je pri uspešnosti. To pa tudi pomeni, da so dobili alpinisti zelo enotne ocene — ali vse slabe ali pa vse dobre. Te ocene smo primerjali z objektivnim dosežkom. Največje ujemanje s tem kriterijem kažejo ocene fizične pripravljenosti (0,92), najmanjše pa z zrelostjo obnašanja (0,79). Subjektivne ocene so torej zelo dober kazalec dejanskega dosežka. Pri tem ni bistvenih razlik med petimi kriteriji. Osebno zadovoljstvo z odpravo izvira iz drugih faktorjev, ne zaradi članov odprave, nezadovoljstvo na odpravi pa ima svoj vzrok v nezadovoljstvu s člani odprave. Ti trditvi smo oblikovali na podlagi primerjave med oceno zadovoljstva in odgovori na vprašanja, s katerimi člani te odprave bi še enkrat odšel na podobno odpravo. Domnevali smo, da so bili tisti alpinisti, ki so izbrali več članov, bolj zadovoljni z njimi. Od dvajsetih članov jih je sedem nezadovoljnih z odpravo zaradi drugih članov odprave, sedem pa jih je zadovoljnih z odpravo, vendar bi se na podobno odpravo vrnili le s polovico istih članov. Na sami odpravi ni bilo odkritih sporov med člani, torej so vzroki zadovoljstva oziroma nezadovoljstva tudi drugje. Morebiti bi kazalo, poleg ocene zadovoljstva, uvesti še vzroke zanj.

Skupina kot celota zelo dobro ocenjuje svojo fizično pripravljenost. Najbolj precenjujejo zrelost v obnašanju, dokaj realno pa delavnost. Precenjujejo še fizično pripravljenost in uspešnost. To nam pokažejo primerjave med ocenami, ki so si jih dali sami in tistimi, ki so jih dobili od drugih. Manj izkušeni so sebe ocenili bolje, kot jih je ocenila skupina, bolj izkušeni pa se ocenjujejo realno ali se celo podcenjujejo.

Primerjava med oceno fizičnih sposobnosti pred odpravo (napoved dosežka pri motoričnih testih) in oceno fizične pripravljenosti na odpravo nam pokaže, da se alpinisti po

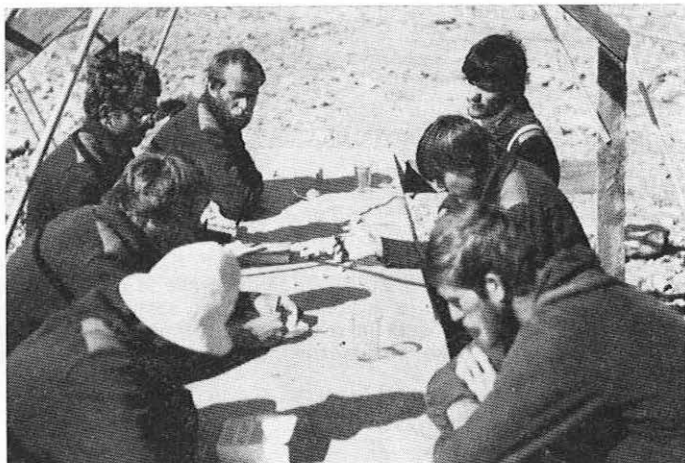


Plezali smo na Lotseju, pogledi pa so drseli k nižjim, lepšim, bolj prijaznim vrhovom

Foto Peter Markič

Za sprostitve v bazi
pride prav tudi
— kockanje

Foto Peter Markič

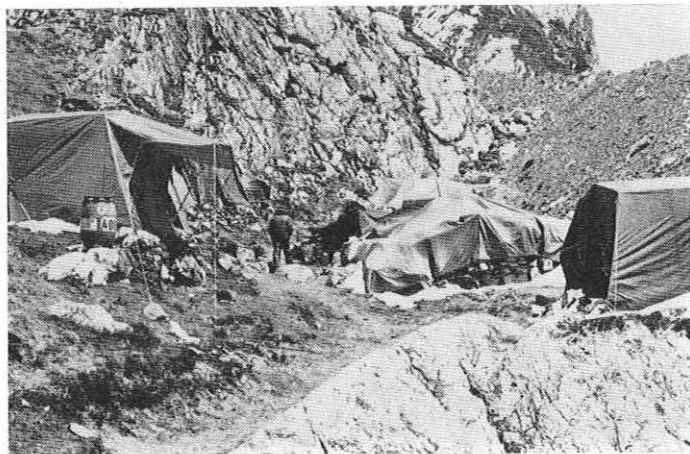


odpravi ocenjujejo dosti bolj stvarno. Pred odpravo so v večini primerov dosegli precej boljši rezultat, kot pa so ga napovedali. Po odpravi so ocene lastne fizične pripravljenosti zelo podobne ocenam skupine.

Odprava je bila sestavljena iz alpinistov, ki so zadostili kriterijem PZJ in iz alpinistov, ki jih je izbral vodja odprave glede na zahtevnost cilja. Slednji so dobili na teh petih ocenjevalnih lestvicah nekoliko višje ocene pa tudi objektivni dosežek je bil pri njih večji. Večina bi se raje z njimi vrnila na podobno odpravo. Višje so ocenjeni tisti, ki so bolj izkušeni.

Faktorska analiza ocenjevalnih lestvic in kriterijev za izbor nam da štiri faktorje. Prvemu lahko rečemo kar psihični faktor, saj je najbolj nasičen s psihično pripravljenostjo na odpravo, zrelostjo obnašanja, pojasni pa kar 64 % variance. Drugi faktor je fizični. Sestavljajo ga fizična pripravljenost, objektivni dosežek in zdravstveno stanje. Sledi faktor zadovoljstva, ki pojasni še 11 % variance, in sociološki faktor, ki je najbolj nasičen s sociogramom.

In kako naprej? Ocene pripravljenosti članov na odpravo so zelo koristne. Lahko jih primerjamo z vrsto drugih ocen in rezultatov ter tako dobimo kopico informacij o dogajanjih na odpravi. Na tej osnovi sta bili izdelani tudi že dve diplomski nalogi, ki sta omenjene ocene primerjali z rezultati antropoloških meritev in motoričnih testov pred odpravo. Pokazalo se je, da je pet ocen odločno preveč. Zaradi velike podobnosti bi lahko vzeli največ dve oceni. Predlagamo oceno pripravljenosti na odpravo in oceno uspešnosti. Poleg tega je nujna še uporaba sociograma, ocene zadovoljstva in ocena dejanskega dosežka. Na odpravi je koristna še uporaba drugih ocenjevalnih lestvic, prirejenih iz klinične psihološke prakse. Ocenjevanje sodelovanja se je na primer izkazalo za dober kriterij uspešnosti, saj dobro loči uspešne od manj uspešnih. O ne-



»Kuhinja na odpravi«

Foto Peter Markič

uspešnih v tako težkih pogojih, kot so bili pri odpravi Lotse, zelo težko govorimo. Ta kriterij uspešnosti pa je za sedaj uporaben le za alpiniste, ki so že bili na odpravah. To je razumljivo, saj le odprava z vsemi svojimi ekstremnimi situacijami, zadostno motivira in aktivira posameznike.

OSEBNOSTNE LASTNOSTI

Hoteli smo ugotoviti, kako člani odprave doživljajo druge člane. Izbrali smo 32 parov bipolarnih osebnostnih lastnosti. V vsakem paru je osebnostna lastnost in njen negativen komplement. Izbrali smo jih na osnovi Bregantove liste osebnostnih potez, uporabljene že na več dosedanjih odpravah, in Šalijevega kliničnega vprašalnika. Vsak alpinist je opisal vsakega prvič na sredini odprave in drugič leto dni po končani odpravi. Tako smo dobili sliko, ki jo je imela skupina o vsakem posamezniku, pa tudi sliko, kakršno je imel vsakdo o sebi in o skupini. S primerjanjem teh profilov med seboj smo poskušali ugotoviti, kako posamezniki doživljajo druge člane odprave in svoj položaj glede na skupino.

Za primer si oglejmo profila skupine, ki smo ju dobili med odpravo in po njej.

PROFIL

Slika nam pove, da so skupino doživljali zelo pozitivno, kolikor sploh lahko govorimo o pozitivnih in negativnih lastnostih. To razdelitev smo vzeli strogo alpinistično. V privatnem življenju je lahko slika drugačna. Nekatere od navedenih lastnosti ne prenesajo črno-bele delitve, druge imajo za posamezne alpiniste zelo različen pomen. Večini pa kljub temu lahko določimo pozitivni in negativni pol. Razlike med obema profiloma so zelo majhne. Po enem letu so člani doživljali skupino za malenkost bolj nevztrajno in sebično. V drugih lastnostih se profila ujemata.

Vsi opisani poskusi so le začetek. Pravi način raziskave še le iščemo. Pri poskusih, ki smo jih priredili za alpiniste, je potrebna potrditev na več odpravah. Za standardizirane teste pa moramo dobiti norme za tako ozko selekcionirano populacijo. Sodelovanje odpravarjev je torej nujno potrebno, če želimo dobiti ustrezno metodologijo. Letos smo jo preskusili na treh odpravah. Več o tem pa kdaj drugič.

