

Mała grupa w warunkach długotrwałej wyprawy alpinistycznej*

Uczestnicy wypraw alpinistycznych narażeni są na działanie zespołu swoistych czynników urazowych. Podzielić je można na czynniki fizyczno-biologiczne oraz psychologiczno-społeczne. Do pierwszej grupy należą między innymi obniżone ciśnienie parcjalne tlenu, niska temperatura otoczenia z dużą amplitudą dobową, suchość powietrza, nasilone promieniowanie słoneczne i kosmiczne oraz trudne warunki ogólne wynikające z długotrwałego przebywania w środowisku wysokogórskim [1, 9, 17, 18, 19].

Wśród czynników psychologiczno-społecznych wymienić można takie, jak życie w małej grupie okresowo izolowanej, zerwanie kontaktu z rodziną, pracą i krajem, przebywanie w środowisku odmiennym pod względem biologicznym, kulturowym, rasowym i językowym, narażenie na długotrwałe napięcia psychiczne i okresowe sytuacje skrajnego niebezpieczeństwa i zagrożenia [4, 13]. Ważną rolę odgrywają również: duża zmienność warunków życia i sytuacji oraz wielość zadań i celów nie związanych bezpośrednio z działalnością alpinistyczną, a także presja społeczna. Nie można także pominąć struktury osobowości poszczególnych uczestników wyprawy oraz motywacji do uprawiania alpinizmu [2, 5, 11, 12, 14].

Dziesięciu uczestników I Polskiej Wyprawy w Góry Patagonii 1973/74 przebywało 14 miesięcy w warunkach wyprawowych, z czego działalność alpinistyczna trwała 4 miesiące, przejazdy samochodem w terenach górskich 4 miesiące, podróż morską 2 miesiące oraz pobyt stały 2 miesiące [15, 16].

W czasie podróży statkiem wszyscy uczestnicy wyprawy przebyli chorobę morską. Roczny pobyt na półkuli południowej związany był z przebywaniem w zmiennym klimacie i w odmiennych warunkach astronomicznych (spozostanie odwrotnego ruchu słońca, odwrotnych faz księżyca, innych gwiazdozbiorów). Przez 4 i 1/2 miesiąca uczestnicy przebywali na wysokości ponad 4000 m, a przez półtora miesiąca narażeni byli na huraganowe wiatry.

Przedstawione trudności obiektywne oraz czynniki subiektywne wynikające ze współżycia w grupie spowodowały, iż do końca wyprawy dotrwało jedynie pięciu uczestników. Pięciu pozostałych z różnych względów wcześniej powróciło do kraju. W historii wypraw alpinistycznych jest to zjawisko niezwykle i dlatego uzasadnione było podjęcie próby jego wyjaśnienia.

METODA PRACY

Przeprowadzono wywiad psychiatryczno-psychologiczny na temat przebiegu wyprawy, motywów i oczekiwań z nią związanych, stopnia uzyskanej satysfakcji oraz stosunków interpersonalnych w czasie i po wyprawie. Sporządzono również socjogramy określające stosunki między poszczególnymi członkami grupy w różnych etapach wyprawy z zaznaczeniem sympatii i

antypatii oraz znaczenia funkcji poszczególnych osób w kolejnych wyprawach. Badania przeprowadzono w Klinice Psychiatrycznej AM w Krakowie. Każde z badań trwało od trzech do czterech godzin i odbyło się w czasie od dwu do trzech miesięcy po powrocie do kraju. Do badania zgłosiło się siedem osób w tym dwóch alpinistów, którzy powrócili przed zakończeniem wyprawy.

Wiek uczestników, wyłącznie mężczyzn, wynosił od 28 do 46 lat. Wszyscy byli mieszkańcami dużych miast i w większości reprezentowali jedno środowisko alpinistyczne. Mieli oni wyższe wykształcenie, najczęściej techniczne i z satysfakcją pracowali w swoich zawodach. Czterech alpinistów było żonaty, trzech miało dzieci. Dobrą sprawność fizyczną wykazywało 6 osób. Poważniejszych chorób somatycznych w czasie wyprawy nie odnotowano.

Uczestnicy różnili się znacznie stażem górskim, który wynosił od jednego do dwudziestu lat. Dwu członków grupy miało bardzo długi staż, czterech średni, a jeden krótki. Dla dwu osób opisywana wyprawa była pierwszą długą wyprawą zagraniczną, dla trzech — była to kolejna trzecia, czwarta lub piąta wyprawa, a dla jednej osoby była to jedna z ponad dziesięciu odbytych wypraw.

U czterech osób motywem decydującym o wzięciu udziału w wyprawie były ambicje sportowe i chęć uzyskania sukcesu. Trzech pozostałych kierowało się motywami emocjonalno-estetyczno-poznawczymi, tzn. dążeniem do kontaktu z górami, przyrodą, przeżycie przygody, zmiany stereotypu codziennego życia, poznanie nowych krajów, ludzi, obyczajów, języka, kultury. Trzy osoby miały w związku z wyprawą cele osobiste ściśle określone i różnorodne, które można było realizować w każdym etapie wyprawy. Pozostali byli podporządkowani celowi ogólnemu, albo dopiero w trakcie wyprawy tworzyli sobie indywidualne cele.

Troje spośród badanych było osobami towarzyskimi, aktywnymi, przedsiębiorczymi z dużymi możliwościami dostosowywania się do różnych sytuacji. Pozostali byli zamknięci w sobie, refleksyjni, w wielu sytuacjach nieśmiały. Dwie osoby najlepiej czuły się w samotności, dwie w niewielkiej grupie, trzy — w każdej zbiorowości ludzkiej czuły się dobrze.

Niezależnie od sytuacji górskich badani (poza jednym) podali, że od dzieciństwa przeżywali lęki np. przed ciemnością, ludźmi, wysokością. Obiekty lęku zmieniały się z upływem lat. Jako dorośli przeżywali lęk w trudnych sytuacjach, bali się kompromitacji, czuli się skrzepowani w towarzystwie kobiet.

Dwie osoby podały, że nie lubią ryzyka, unikają go i w górach i w życiu codziennym. Pozostali chętnie podejmują ryzyko gdyż uważają, że wtedy mogą się sprawdzić. Ryzyko — także w życiu codziennym — daje im uczucie silnego napięcia psychicznego, które rozładowuje się, dając przyjemne odprężenie.

W grupie badanej trzech mężczyzn umiało zachować niezależność, ujawniać swoje emocje i bronić własnego zdania. Szczególnie dwóch z nich czyniło to ostro

* Z Kliniki Psychiatrycznej AM w Krakowie (Kierownik: doc. dr med. hab. Adam Szymusik)

i gwałtownie. Pozostali byli uzależnieni od grupy, nie mieli odwagi w swobodnym wypowiedzianiu swoich sądów i często dlatego zachowywali się biernie.

W badanej grupie dwie osoby charakteryzowały się takimi cechami osobowości jak ciepło, serdeczność a równocześnie aktywność i dawanie innym poczucia bezpieczeństwa.

ANALIZA MATERIAŁU

Omawiana grupa odpowiadała kryteriom grupy społecznej wg definicji Szczepańskiego tzn. istniała w niej pewna liczba osób wydzielona od innych zasadą odrębności, komunikujących się ze sobą, przestrzegających wspólnych norm, mających wspólny cel i określoną strukturę.

Cel ogólny grupy, określony przed wyprawą, uległ zmianie w czasie podróży statkiem z przyczyn obiektywnych, niezależnych od zespołu. W związku z tym już w trakcie trwania wyprawy wyłonilo się kilka celów i sytuacja tak przyczyniła się do wystąpienia konfliktów i tworzenia się podgrup. Nieporozumienia i konflikty rodziły się również dlatego, że tylko dwie osoby miały początkowo określone cele indywidualne. Wydaje się, że wielu konfliktom można było zapobiec przez postawienie jasno określonego tak zwanego celu nadrzędnego [8].

Z realizowaniem celów łączyły się funkcje i zadania poszczególnych uczestników. Tylko paru miało je jasno określone od początku (kierownik, lekarz, filmowiec, kierowca). Pozostali podejmowali różne zadania w zależności od aktualnych potrzeb. Obciążenie pracą było także niejednakowe, począwszy już od etapu przygotowawczego w Polsce. Osoby mające więcej zadań do spełnienia i rytmicznie nimi obciążone oceniali lepiej wyprawę i odniesione w czasie jej trwania korzyści. Mówiąc o celach grupowych chcemy jeszcze zwrócić uwagę na sprawę rozróżnienia „orientacji zadaniowej i orientacji egocentrycznej grupy” [8]. Dla grupy o orientacji zadaniowej ważne jest osiągnięcie celu w ogóle, zaś dla grupy o orientacji egocentrycznej — kto ten cel osiągnie. Gdy w grupie przeważa liczba osób o orientacji egocentrycznej, łatwo powstają konflikty i pogarsza się koordynacja działań. Wydaje się, że w omawianej grupie problem ten był zaznaczony, w istotny sposób, co wpływało na mniejszą spójność grupy.

Wiadomo, że spójność grupy zależy w dużej mierze od jej atrakcyjności. Grupa jest wtedy atrakcyjna jeżeli zaspokaja oczekiwania i wymagania poszczególnych członków ze względu na cel i aktywność. Dlatego też spójność omawianej grupy poprawiała się w okresach aktywności górskiej oraz wtedy gdy narastała sytuacja zagrożenia i powiększała się bariera zewnętrzna (oddalenie od ludzi). Grupa spełniała wówczas rolę czynnika odbarczającego od lęku. Spostrzeżenia takie opisał m.in. Lewin [6, 7] i Ploeger [10]. Warto też zwrócić uwagę, że w okresie powstania dużego napięcia w grupie, korzystnym jego rozładowaniem może stać się obecność osób spoza grupy. W omawianym przypadku zjawisko takie występowało w trakcie obecności Anglików w jednym z etapów działalności górskiej.

W tworzeniu się spójności grupy istotną rolę odgrywał też fakt, że większość uczestników nie знаła się przed wyprawą, lub też znała się tylko z przelotnych kontaktów. Członkowie grupy dobrani byli przypadkowo i nie mieli wpływu na skład wyprawy.

Uczestnicy młodszy o krótszym stażu górskim, w pierwszym etapie wyprawy żywili sympatią do większej liczby współkolegów, niż uczestnicy starsi o dłuższym stażu alpinistycznym. W ostatnich okresach wyprawy oceny sympatii były odwrotne: powściągliwi w wyrażaniu uczuć sympatii na początku, przy końcu rozszerzyli znacznie grono osób obdarzonych sympatią. W poszczególnych etapach zmieniały się oceny sympatii i antypatii uczestników grupy. Trudno jednak te zmiany dokładnie prześledzić wobec powściągliwości uczestników w wypowiedziach na ten temat oraz dość znacznego upływu czasu, który zatarł w ich pamięci stosunek emocjonalny do poszczególnych osób w róż-

nych okresach wyprawy. Pewne jest tylko, że w końcowych etapach postawy te przyjęły charakter trwałe.

Zmienność sympatii i antypatii można też tłumaczyć różną aktywnością poszczególnych osób w kolejnych etapach wyprawy. Bels podaje, że istnieje wysoka pozytywna korelacja między aktywnością, a ocenami przez członków grupy jakości pomysłów oraz, że osoby aktywne nie są najbardziej lubiane [8]. Najbardziej lubiane są osoby, które pod względem aktywności zajmują drugie lub trzecie miejsce w grupie. Uczestnicy podawali własne kryteria, na których opierali się w swoich sympatiach i antypatiach. Najczęstszymi były: ocena przydatności do wyprawy, doświadczenie górskie, aktywność, rodzaj działania.

Najbardziej cenionymi cechami osobowości kolegów były: koleżeństwo, poczucie obowiązku, konsekwencja, stanowczość, odpowiedzialność, gotowość do współpracy, tolerancja wobec upodobań różnych osób, a więc te cechy, które dawały innym poczucie bezpieczeństwa.

Jako negatywne cechy wymieniane były: styl bycia powodujący napięcia w grupie, konfliktowość, upór, sztywność zachowania, wycofywanie się, brak umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Trzy osoby uważały, że wyjazd dwóch uczestników grupy w początkowym okresie wyprawy wpłynął korzystnie na zwiększenie się spójności grupy, ponieważ chwilowo zniknęło poważne źródło konfliktów. U pozostałych jednak odjazd wspomnianych osób wywołał poczucie niepewności, zagrożenia i obawę, że podobna decyzja może ich dotyczyć w przyszłości.

Struktura grupy kształtowała się stosunkowo długo i utrwaliła się dopiero po kilku miesiącach. Miało to istotne znaczenie dla procesu dynamiki grupy i tworzenia się jej spójności. Z badań Newcomba wynika, że już po 6 tygodniach związków osobniczych istnieje struktura lubienia, czyli struktura socjometryczna [8]. Przedłużenie się okresu tworzenia struktury socjometrycznej w omawianej grupie wynikało z rozbieżności jej działalności na etapy, wyłaniających się coraz to nowych celów i ostrych konfliktów na początku wyprawy, zakończonych odjazdem dwóch uczestników.

Spoistość grupy zależy może również od trafnego kierowania przez jej przywódcę (Wait, Lippitt) [8]. Jeżeli kierownik cieszy się dużą sympatią powinien przyjąć autokratyczny sposób kierowania. Jeżeli nie cieszy się sympatią, to właściwszy jest styl demokratyczny. Wydaje się, że w omawianym przypadku słuszniejsze było dla spójności grupy i efektywnego jej działania przyjęcie demokratycznego systemu kierowania.

Kierownik był założycielem i organizatorem grupy, a jego rola określona była od początku. W przypadku badanej grupy władza kierownika oparta była na jego wiedzy (tzw. władza eksperta) oraz na identyfikowaniu się osób niżej stojących w hierarchii władzy z osobą wyżej w niej stojącą. Hofstätter podkreśla, że członkowie grupy projektują na swego przywódcę własne dążenie do władzy, identyfikują się z nim, uzależniają się od niego, a w sytuacji zagrożenia znajdują dzięki temu odbarczenie od lęku [10]. Podobne spostrzeżenia poczynił Ploeger, badając małą grupę znajdującą się w sytuacji maksymalnego zagrożenia [10]. Wśród młodszych i mniej doświadczonych uczestników grupy można było dostrzec identyfikowanie się z przywódcą. Natomiast starsi, bardziej doświadczeni, nie poddawali się temu, co wpływało niekorzystnie na związki w grupie.

Bels podaje koncepcję dwóch kierowników grupy: zorientowanego na zadanie i na stosunki społeczno-emocjonalne [8]. W opisywanej grupie rolę kierownika drugiego typu pełnił okresowo lekarz. Wiadomo, iż w chwili gdy wyłonił się członek grupy, który zwraca uwagę na sprawy społeczno-emocjonalne absorbujące grupę, to najbardziej aktywny członek grupy traci przyjaźń, co w oczywisty sposób zmienia sytuację wewnątrzgrupową.

W ostatnim etapie wyprawy jakim był powrót do kraju, struktura grupy załamała się całkowicie. Trzeci uczestnik opuścił wyprawę na skutek ostrego konflik-

tu z kierownikiem wyprawy, a czwarty wrócił do kraju z powodu nagłej choroby matki. Filmowiec pozostał w Ameryce Południowej w celu kontynuowania prac filmowych. Wzajemne kontakty uczestników wyprawy były rzadkie; szukali oni towarzystwa poza własnym kręgiem. Po powrocie do kraju sytuacja ta początkowo utrzymywała się. Jednak w wyniku przeżytych trudności adaptacyjnych występowały próby nawiązania kontaktu z innymi członkami wyprawy. Kontakty te były jednak ograniczone do małych, dwu- lub trzyosobowych podgrup i oparte ściśle o sympatię i zaufanie zdobyte w czasie wyprawy.

Wszyscy uczestnicy wyprawy obserwowali u siebie poważne trudności adaptacyjne. Można je podzielić na trzy rodzaje: fizyczne, psychiczne i społeczne. Do pierwszych należały takie jak: uczucie rozbicia, zmęczenia, bóle głowy. Do drugiej grupy: obniżenie nastroju, zmniejszenie aktywności życiowej, zaburzenia seksualne, obawy o zdrowie, mniejsza sprawność intelektualna. Do grupy trzeciej zaliczyć można: poczucie wyobcowania ze środowiska społecznego, geograficznego, wyizolowanie, niechęć do kontaktów z ludźmi, onieśmienie w różnych sytuacjach, poszukiwanie ciepła domowego, tęsknota za wyprawą.

Powodem tych trudności były — zdaniem badanych — zmiany klimatyczne i geograficzne, zmiany trybu życia i odżywiania, a także bardzo długi czas oddalenia od rodzin i innych bliskich osób. W kilku przypadkach wynikało to z niekorzystnej sytuacji domowej, plotek dotyczących tego co działo się w czasie wyprawy, poczucia niezrealizowanych celów i następstw konfliktów jakie przeżyli w grupie wyprawowej.

Pozytywnie oceniali wyprawę ludzie starsi wiekiem i doświadczeniem górskim, mający za sobą już inne długie wyprawy. Uczestnicy młodsi o krótszym stażu uważali, że nie osiągnęli w pełni oczekiwanych celów sportowych oraz celów indywidualnych, między innymi oczekiwanych silnych pozytywnych związków w grupie. Ci właśnie członkowie grupy nie utrzymywali kontaktów ze swoimi towarzyszami po powrocie do kraju i mówili o tym wprost, bądź racjonalizowali unikanie kontaktów brakiem czasu i nawalem zajęć. Pozytywnie oceniający związki emocjonalne twierdzili, że pojechaliby raz jeszcze na wyprawę z 4 lub 5 osobami tej grupy; pozostali wybraliby dwie, jedną lub żadną z osób tej grupy. Wszyscy jednak chcieliby jeszcze raz pojechać na długotrwałą wyprawę górską. Trzech badanych miało już konkretne plany dalszej wyprawy i wkrótce potem dwu z nich zrealizowało swoje zamierzenia. Były to osoby, które z dawniejszych wypraw wyniosły pozytywne doświadczenia.

UWAGI KOŃCOWE

Na odpowiednie pytania badani podali propozycje zmian jakie wprowadziliby w organizację tego typu wyprawy. Dotyczą one: równomiernego rozłożenia pracy na wszystkich uczestników we wszystkich etapach, zmniejszenia liczby członków wyprawy, organizacji opartej na zasadach nie podporządkowywania się lecz na twórczej aktywności wszystkich uczestników, stworzenia okazji do zrealizowania celów indywidualnych, które powinny być przez wszystkich uszanowane oraz lepszej znajomości współuczestników jeszcze przed wyprawą.

Uwzględniając postulaty uczestników wyprawy oraz nasze spostrzeżenia dokonane w wyniku przeprowadzonych badań doszliśmy do następujących wniosków, które mogą być przydatne w organizowaniu przyszłych długotrwałych wypraw alpinistycznych:

- Cel i zadania grupy wyprawowej powinny być sformułowane jasno, a cel grupowy powinien dominować nad celami indywidualnymi.
- Wyprawa nie powinna trwać tak długo jak omawiana, a działalność górską nie powinna być przeplatana długimi okresami bezczynności, w czasie których członkowie grupy nie mają jasno określonych zadań i nie są dostatecznie aktywni.
- Dobór uczestników wyprawy powinien być bardziej naturalny, a nie narzucony z zewnątrz.
- Byłoby słuszne, aby uczestnicy odbyli przed wyprawą spotkania grupowe typu treningu nastawionego na komunikowanie się.
- W okresie przygotowawczym wszyscy powinni być jednakowo czynni i już wówczas powinno się określić ich zadania na dalsze etapy.
- Byłoby korzystne, gdyby każdy z członków grupy miał do spełnienia w którymś etapie wyprawy szczególnie ważne zadanie, co wiązałoby się u niego z możliwością wywołania postawy nazwanej przez Kępińskiego „heroiczną” [3].
- Po zakończeniu wyprawy powinno odbyć się spotkanie grupowe i tym razem grupa powinna mieć charakter terapeutyczny w celu rozładowania negatywnych emocji powstałych w czasie i po wyprawie.

Ze wszech miar uzasadnione jest by dobór uczestników wypraw alpinistycznych opierał także na wynikach badań psychologicznych i socjologicznych. Nie ulega bowiem wątpliwości, że badania takie mogą być pomocne w przewidywaniu dynamiki zespołu i jego ewentualnej konfliktowości, co ma istotny wpływ na realizację podstawowych celów wyprawy.

PIŚMIENNICTWO

- [1] Grandpierre J.: Les modifications organiques du climat de montagne. W: Herzog M. (ed.): La Montagne, Librairie Larousse, Paris 1956, s. 272—278.
- [2] Gray D.: Personality and climbing. The Alpine Journal 1968, t. 73, 317, s. 156—172.
- [3] Kępiński A.: Psychopatologia nerwic. PZWL, Warszawa 1972.
- [4] Lester J. T.: Correlates of field behavioural research during the 1963 American Everest Expedition. Technical Report No 1. Group Psychology Branch, Office of Naval Research, New York 1965.
- [5] Lester J. T.: Personality and Everest. The Alpine Journal 1969, t. 74, 317, s. 101—107.
- [6] Lewin K.: Lösung sozialer Konflikte. Christian, Bad Neuenheim 1953.
- [7] Lewin K.: Feldtheorie in den Sozialwissenschaften. Huber, Bern — Stuttgart 1963.
- [8] Mika S.: Wstęp do psychologii społecznej. PWN, Warszawa 1972.
- [9] Morrison P.: Responses of mountaineers to multiple stressors. A program in human ecology. Physiologic adjustment to cold and altitude. Arch. Environ. Health, Chicago 1968, 17, s. 599—602.
- [10] Ploeger A.: Gruppendynamik in einer Extremsituation. Nervenarzt 1969, R. 40, 7, s. 308—313.
- [11] Ryn Z.: Motywacja wspinaczki wysokogórskiej a osobowość alpinistów. Psychiat. Pol., 1969, 4, s. 457—462.
- [12] Ryn Z.: Swoistość procesów emocjonalnych u alpinistów. „Taternik”, 1970, 2, s. 52—57.
- [13] Ryn Z.: Medycyna i alpinizm. Seria: Nauka dla wszystkich, 189, PAN, Kraków, PWN, Warszawa-Kraków 1973.
- [14] Ryn Z.: Z badań nad reakcjami emocjonalnymi u alpinistów. Cz. I. Reakcje emocjonalne podczas wspinaczki wysokogórskiej. Cz. II. Zaburzenia psychiczne u alpinistów w warunkach wysokogórskich. Wych. Fiz. i Sport, 1973 a. t. 16, 1, s. 65—97.
- [15] Ryn Z.: Polska wyprawa w Góry Patagonii. W: Wierchy 1973, r. 42. PWN, Kraków 1974, s. 271—272.
- [16] Ryn Z.: Polacy w Patagonii. W: Wierchy 1974, r. 43, PWN, Warszawa—Kraków 1975, s. 192—194.
- [17] Veyret P.: Le Climat montagnard. W: Herzog M. (ed.): La Montagne, Librairie Larousse, Paris 1956 (s. 181—192).
- [18] Ward M.: Man and the mountain environment. The Alpine Journal 1969, t. 74, 318, s. 132—147.
- [19] Ward M.: Mountain medicine. A clinical study of cold and high altitude. Crosby Lookwood Staples, London 1975.