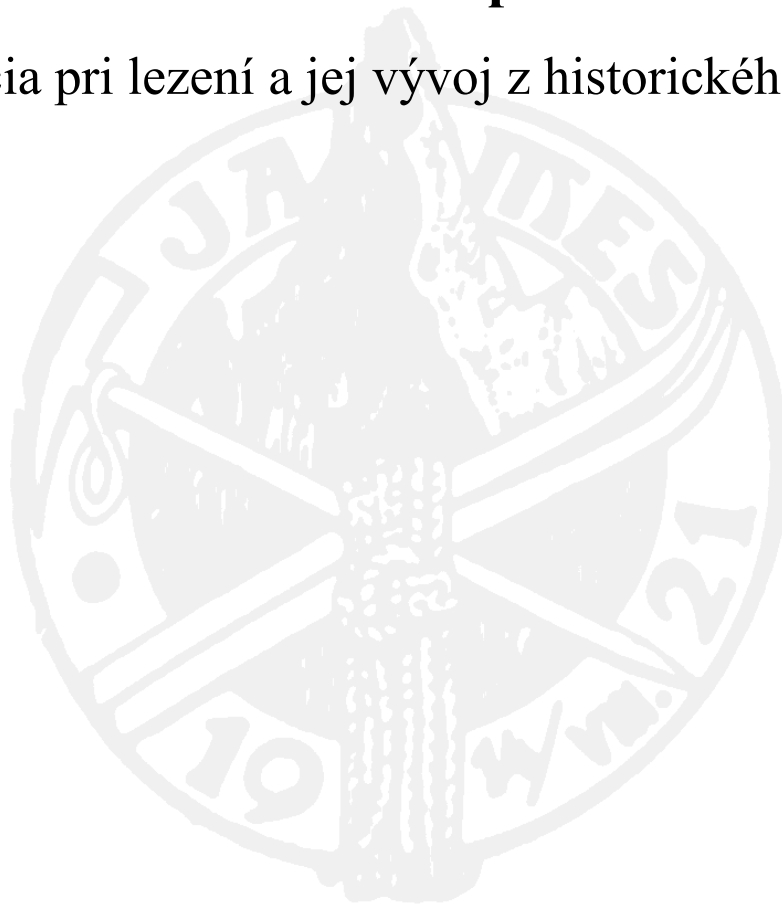


Seminárna práca

Motivácia pri lezení a jej vývoj z historického hľadiska



Bratislava 25.7.2013

Branislav Hinca, Martin Sekér

Obsah

1. Úvod	3
2. Motivácia a motivačné faktory	3
2.1. Motivácia	3
2.2. Motivačné faktory	3
3. Vývoj skalného lezenia	5
3.1. Vývoj skalného lezenia vo svete	5
3.2. Vývoj skalného lezenia na Slovensku	6
4. Záver	9
5. Použitá literatúra a zdroje	9

1. Úvod

V tejto práci sa budeme zamýšľať nad tým, prečo sa ľudia venujú na prvý pohľad takej nezmyselnej činnosti, ako je lezenie. Lezenie po skalách zdanlivo neprináša žiaden úžitok spoločnosti, mína sa hromada energie, ktorá môže slúžiť na iné, užitočnejšie účely. Čo teda motivuje ľudí naviazať sa na lano a liezť? Pozrieme sa na to s pohľadu spoločenského vývinu, nahliadneme na sociálne a ekonomické podmienky v jednotlivých etapách vývoja a v závere posúdime či a aký vplyv to malo na zmeny hodnotového rebríčka lezcov.

Nebudeme hľadať motivačné faktory na úrovni, ako ľudí dostať k lezeniu. Budeme sa zaoberať skupinou ľudí, ktorá lezenie vykonávala a vykonáva. Čo túto skupinu motivovalo a motivuje liezť po skalách? Na záver by sme chceli poukázať na to, že prvotnou snahou cvičiteľa/inštruktora by mala byť motivácia nielen na športový výkon, čísla, množstva vylezených ciest ale aj na to, aby lezenie menilo osobnosť budúceho lezca aj z pohľadu hodnôt a aby bezpečnosť bola na prvom mieste.

2. Motivácia a motivačné faktory

2.1. Motivácia

Motivácia - pohnútky, ktoré vyvolávajú aktivitu organizmu a určujú jej zameranie. Motivácia je psychologický proces, ktorý aktivuje ľudské správanie a dáva mu účel a smer. Je to vnútorná hnacia sila, ktorá ženie k uspokojeniu nenaplnených potrieb. Je to hnacia sila, ktorá vedie k dosiahnutiu osobných a organizačných cieľov. Je to vôľa niečo dosiahnuť. Ľudské správanie je takmer vždy niečím psychologicky motivované. Pohnútkami ľudského správania sú však i biologické, kultúrne a situačné aspekty. Spoločne označené pojmom motivačné faktory.

2.2. Motivačne faktory

Ak uvažujeme nad tým, čo všetko môžeme zaradiť medzi pozitívne stimuly (vonkajšie motivačné faktory), skúsme si predstaviť niekoľko klobúkov, v ktorých sa nachádza istý druh potešenia. Povedzme, že každý klobúk zosobňuje určité potreby, pocity, žiaduce kvality, ktoré pozitívne vplývajú na motiváciu jednotlivca. Každý jednotlivec má svoju vlastnú zostavu klobúkov, ktorá sa môže líšiť zložením aj veľkosťou. Zloženie aj veľkosť klobúkov určujú sčasti naše genetické vlohy, ale aj osobné skúsenosti, ktoré nás počas života naučili asociovať potešenie s rôznymi vecami, udalosťami.

Každá aktivita, ktorú podnikneme, nám „napĺňa“ tieto klobúky potešením. To, čo nás motivuje a čo nie, závisí na stave naplnenosti klobúkov v danom momente – vždy sa totiž snažíme naplniť tie klobúky, ktoré sa zdajú byť najmenej naplnené.

Faktory, ktoré sú najčastejšie spájané s príjemnými pocitmi, môžeme rozdeliť do niekoľkých ucelených kategórií. Po zvážení a rozpoznaní vecí, ktoré nám môžu pomôcť cítiť

sa lepšie, môžu slúžiť aj na pomenovanie vlastných “klobúkov“. V nasledujúcich odsekoch si predstavíme niekoľko kategórií motivačných faktorov súvisiacich s lezením.

Vzťahy a spolupatričnosť. Ľudia, ako spoločenské tvory, sa navzájom potrebujú. Vzťahy sú základným prvkom spoločenského života jednotlivcov a vytvárame ich každý deň na rôznych úrovniach. Na vyššej úrovni sa každý jednotlivec zaraďuje do etnickej skupiny, národnostnej skupiny, náboženskej skupiny atď. Na nižšej úrovni oceňujeme byť súčasťou menšieho kolektívu ako napríklad rodiny, tímu, klubu alebo skupiny priateľov, spolulezcov. Tiež túžime aj po intímnejších vzťahoch s niektorými jednotlivcami. Niekedy hľadáme spojenie aj na duchovnej úrovni.

Nezávislosť. Pôsobí v protiklade s predchádzajúcim faktorom. V bežnom živote sa ľudia snažia vynikať niečím, vystupovať z davu, byť nezávislí v myslení, mať vlastné názory, pocity atď. Medzi týmito dvoma faktormi existuje neustále napätie, nakoľko ide o protiklady, ktoré je potrebné udržiavať v rovnováhe.

Zmena. Ak by sme vedeli všetko s maximálnou spoľahlivosťou predpovedať, trpeli by sme extrémnou nudou. Zmena a nepredvídateľnosť je preto nevyhnutnou súčasťou nášho života. Prináša nám vzrušenie z nepoznaného, možnosť objavovania.

Rozvoj. Pokrok a napredovanie vo všetkých smeroch je to, čo nás poháňa a posúva dopredu. Či už ide o získavanie skúseností, objavovanie nepoznaného, zlepšovanie techniky lezenia a práce s lanom alebo nárast sily, rozvoj patrí medzi významné stimuly.

Úspech je to, čo dáva zmysel pre činnosť, ktorú robíme a pre naše životy. Každý sa snaží byť úspešný vo svojom obore. Nie je potrebné zdôrazňovať, že úspech poteší a povzbudí každého jednotlivca a istým spôsobom aj motivuje k ďalšej činnosti.

Uznanie. Ľudia radi prijímajú pochvaly a uznanie za svoju činnosť, vykonanú prácu, schopnosti a kvality. Uznanie upevňuje postavenie a rolu jednotlivca v skupine, ale na druhej strane aj umožňuje vyniknúť ako dôležitý člen v rámci nej.

Odmena. Motivácia závisí na pravdepodobnosti, že po vynaloženom úsilí bude nasledovať odmena, a že táto odmena stojí za vynaloženú námahu. Odmena by mala byť dosiahnuteľná. Odmena vo forme dosiahnutia vrcholu, prelezenej cesty po dlhodobom tréningu, dosiahnutia stanovených cieľov.

Stimulácia je potrebná, aby sa dosiahol želaný vplyv na ľudí. Existujú rôzne typy stimulácie, ktorých významnosť môže byť pre rôznych ľudí odlišná.

Telesná – napríklad v podobe merania a porovnávania lezeckého výkonu

Duševná – ide o psychickú výzvu, snaha o znalosti a porozumenie (napr. nájsť logický sled krokov, vyriešiť kľúčové miesto).

Emocionálna – potreba pocitov vzrušenia, radosti (človek sa môže týždeň pripravovať na cestu, ktorú prelezie za niekoľko minút, vynaložená námaha však stojí za tento pocit).

Osobný prejav. Ide o aktivity, vďaka ktorým dokážeme vyjadrovať svoje pocity, postoje a názory najlepšie ako môžeme. Spôsob vyjadrovania a prejavu je spojený s našimi potrebami nadviazať kontakt s ostatnými a byť súčasťou kolektívu so zámerom získať uznanie, dosiahnuť úspech alebo jednoducho pre vlastné uspokojenie. Uplatnenie schopností a talentu je ďalším zdrojom potešenia.

Zmysel a hodnoty. Slová, ktoré sa veľmi často spájajú so životom. Ide o elementárne stimuly. Nútia nás zamyslieť sa nad ťažkými otázkami života. Každý by sa mal zamyslieť nad významom, cieľom svojho života, aby následne dokázal správne smerovať a postupovať cestou života. V jednoducho ponímaní musíme mať dôvod, aby sme ráno vstávali. Či už ide o nás, rodinu, priateľov alebo obľúbenú činnosť.

Telesné podnety – informácie prijímané zmyslami z okolitého prostredia:

- zrakom (pekná panoráma, pekný lezec či pekná lezkyňa);
- sluchom (spev operencov, zvonenie skoby);
- dotyk (príjemný chyt);
- čuchom (vôňa pokosenej lúky, narezaného dreva cestou na skalú, vôňa opečenej slaninky na ohni po lezení);
- chuťou (voda z prameňa, pivo po lezení);
- iné (vzrušenie, pohodlie, sila, bystrosť, rýchlosť, telesná námaha, odpočinok, uvoľnenie).

Všetky spomenuté motivačné faktory sú univerzálne a aplikovateľné na každého z nás. Rozdiel je len v úrovni významu, ktorý majú pre každého jednotlivca. Aktivity, ktoré podnikáme, si starostlivo vyberáme, pretože veríme, že tým významne podporíme jeden alebo aj viac kategórií potešenia, t.j. zlepšime náš emocionálny stav tým, že zvýšime množstvo „potešenia v klobúkoch“. Keďže sú navzájom zložito prepojené a každá aktivita má žiaduce aj menej žiaduce stránky, celkovo sa snažíme o dosiahnutie optimálnej rovnováhy v našom živote. Zároveň môžeme všetky spomenuté motivačné faktory aplikovať aj na lezenie. Za každým motivačným faktorom nájdeme čiastočnú odpoveď na otázku prečo sa ľudia začali venovať a stále sa venujú lezeniu.

3. Vývoj skalného lezenia

3.1. Vývoj skalného lezenia vo svete

Tak, ako sa s časom menil a vyvíjal človek, rovnako sa menila aj jeho motivácia liezť na skalne bralá a útesy. Dá sa predpokladať, že človek prvýkrát vyliezol na bralo buď z čisto zisťovacích dôvodov hľadajúc rôzne vzácne komodity, ktoré mohol vymeniť za iný jemu nedostupný tovar (byliny, minerály,...), čiže ho motivovala **odmena**, alebo pri úteku pred

predátorom, kde bol motiváciou pud sebazáchovy a človek radšej riskoval pád, ako by sa mal stať hlavným chodom obeda dravej šelmy.

V niektorých kultúrach členovia kmeňa výstupom na bezvýznamný vrchol miestneho významu dokazovali a dodnes dokazujú svoju statočnosť a otvárajú si bránu do sveta dospelých mužov. V tomto prípade je jasnou motiváciou **uznanie**.

Mohli by sme takto ďalej špekulovať o prapôvodných motivačných faktoroch. Avšak švárných princov, lezúcich v železných brneniach s mečom v zuboch k dračím hniezdam, motivovaných rukou alebo iným nestráveným zvyškom princeznej a chudobnejšou polovicou kráľovstva, sem zaťahovať nebudeme.

Keď hľadáme fakty, v ktorom období človek pocítil neodolateľnú túžbu putovať po kopcoch a vrcholoch, ktoré ho obklopovali a čo ho k tomu motivovalo, dostaneme sa do obdobia osvietenstva. Práve osvietenstvo zvýrazňovalo význam rozumu a podporovalo rozvoj vedy a poznania, čo bolo v kontraste s dovtedy zaužívanými názormi a dogmami, že cestu do horských výšin strážia draky a démoni. V tých časoch boli výpravy do hôr úzko späté s vedeckým výskumom ľadovcov, fauny, flóry a geológie. Istý Horáce Benedict de Saussure, ktorý sa narodil v roku 1740 v Ženeve, bol jedným z prvých, ktorý prebudil v ľuďoch záujem o horolezectvo. Horáce sa v roku 1760 vybral do alpského turistického strediska Chamonix, aby študoval ľadovce. Učaroval mu Mont Blanc a uvažoval o zriadení vedeckej výskumnej stanice na jeho úbočí. Na svojich vedeckých výpravách urobil veľa dôležitých výskumov a jeho veľké dielo Cesty po Alpách je dodnes uznávané ako medzník mladej geológie. Zároveň však pripúšťal, že za jeho cestami do vrchov je voľačo viac, než vedecká zvedavosť. Na príklade mladého Horáca vidíme, že na začiatku bol vedecký záujem hľadať a objavovať nepoznané. Na ľudí pôsobil ako hlavný motivačný faktor **rozvoj a zmena**.

Postupne vedcov začínajú sprevádzať na ich výpravách horskí vodcovia. V polovici 19. storočia vzniká väčšina alpských spolkov, ktorých členskú základňu tvoria väčšinou študenti a vzdelaní ľudia, ktorí si mohli dovoliť tráviť čas inak ako prácou. Vo všeobecnosti členovia týchto spolkov nepredstierali, že pestujú horolezectvo z nejakého iného dôvodu, než pre vlastné potešenie. Treba tiež spomenúť meno Francis Fox Tuckett, obchodník zaoberajúci sa vedou zo záľuby, ktorý spoznal veľkého vodcu, alpinistu Jamesa Forbesa a nadchol sa jeho ideálmi. Na výstupy vždy zo sebou brával veľké množstvo vedeckých prístrojov a ovešaný aparátmi bol medzi novou generáciou lezcov pozoruhodnou postavou. Pre nasledujúce generácie horolezcov už lezenie nebolo spojené len s vedeckou činnosťou v horách, spájalo sa skôr s pocitmi, ktoré pri lezení zažívali. Nasledujúci vývoj bol podmienený s objavovaním hôr po lezeckej stránke, objavovaním výstupových trás na jednotlivé kopce a štíty v štýle vrchol, steny, rôzne cesty v stenách. Ako motivačný faktor tu pôsobil **úspech, uznanie, stimulácia a osobný prejav**. Ako úvod do začiatkov lezenia by to mohlo stačiť. V ďalšej kapitole sa zameriame na skalné lezenie na Slovensku, na jeho vývoj z pohľadu histórie.

3.2. Vývoj skalného lezenia na Slovensku

Skúsme sa teraz pozrieť na vývoj lezenia a motiváciu lezcov na Slovensku. Úplne prvými slovenskými lezcami, okrem preslávených horských kôz s lepivými kopytami a ostrými hranami, boli horskí vodcovia vo Vysokých Tatrách, ktorí vodili svojich klientov na vrcholy končiarov a vo voľných chvíľach opakovali výstupy kôz. Okrem samotnej radosti z lezenia

mala značný vplyv na ich motiváciu určite aj **odmena**, ktorú za svoje služby dostali. Treba však podotknúť, že v tých dobách sa lezenie zďaleka netešilo takej popularite ako môžeme vidieť dnes a taktiež nebolo tak dostupné širokým masám. Záujem o lezenie prejavovala podstatne menšia časť populácie a vzťah vodca – klient tak bol nepochybne dôvernejší. Keď sa spolupráca osvedčila, nebolo nič nezvyčajné, keď vodca s klientom vyliezli prvovýstup, prípadne spolu ako dvojica pôsobili aj dlhší čas. Takíto a podobne zmýšľajúci ľudia, venujúci sa prapodivnej záľube spolu v roku 1921 založili prvý slovenský horolezecký spolok JAMES (názov prebratý z obľúbenej broskyňovej zaváraniny „james“ podávanej na chate k večeri). Prvotným cieľom týchto pionierov bolo dosiahnuť vrchol. Aj tu už môžeme sledovať postupnú zmenu priorít a teda aj motivácie, keď s ubúdajúcimi nedobitými panenskými vrcholmi, sa hlavnými cieľmi stávali jednotlivé steny, neskôr čo najpriamejšia línia. V tých dňoch neboli špecialisti na skalú, nebola snaha o zvyšovanie obtiažnosti a lezenie na skalkách sa považovalo len za prípravu na vyššie kopce. Tiež tak ako vo svete, boli začiatky podnietené hľadaním neobjaveného v oblasti geológie, fauny a flóry, čiže faktory **rozvoj** a **zmena** zohrali aj tu svoju úlohu.

V období druhej svetovej vojny nastal z pochopiteľných dôvodov útlm lezeckej činnosti. Hrdinovia sa premiestnili z kolmých stien na bojové polia a motivácia na lezenie sa hľadala len ťažko. V povojnovom období sa spoločnosť postupne spamätávala z útrap vojny a s ekonomickým rastom sa obnovovala aj činnosť v horách a na skalách. Skalné terény stredných hôr ešte stále slúžili len ako tréningové steny a technické lezenie bolo využívané aj v miestach, ktoré by bolo možné preliezť aj voľne. Po „veľkom februárovom víťazstve pracujúceho ľudu“ v r. 1948 došlo k zjednoteniu, čiže zoštátneniu aj telovýchovného a športového života. Zmizol pestrý kaleidoskop rozličných športových klubov, združení, či zväzov a štát vytvoril jednu obrovskú organizáciu, do ktorej, často i proti svojej vôli, sa museli včleniť všetci. Jednotná telovýchovná organizácia SOKOL pohltila všetky dovtedy existujúce športové organizácie. Namiesto nich vznikli organizačné články SOKOL(a), ktoré sa volali sekcie (napr. Futbalová sekcia JTO SOKOL, Horolezecká sekcia JTO SOKOL, atď.) V tomto procese zanikol aj Spolok tatranských horolezcov JAMES – KSTL, čo bola jediná jestvujúca slovenská horolezecká organizácia, dovtedy včlenená do Klubu slovenských turistov a lyžiarov. Isteže neprežil ani ten a ani Československý horolezecký zväz, čo bola spoločná celoštátna horolezecká organizácia, ktorú po skončení II. svetovej vojny z vlastnej vôle založili Klub českých alpinistů a spolok JAMES. 50. roky minulého storočia sa tak niesli v znamení direktívneho štátneho riadenia telesnej výchovy a športu. Koncom 50.-tych a začiatkom 60.-tych rokov minulého storočia vzniklo viacero nových horolezeckých oddielov. Formovanie oddielov nastalo zrejme po ďalšej reorganizácii telovýchovnej organizácie, čiže vznikom Československého zväzu telesnej výchovy (ČSZTV) (2) v roku 1957. Čo v tomto šedivom období ľudí motivovalo liezť? Na jednej strane propaganda a využívanie športových úspechov na politické ciele (podpora veľkých horolezeckých expedícií) a strane druhej šport, pre niektorých štýl života veľmi nespojitelný s myšlienkami komunistického režimu. V tejto dobe možno predpokladať, že na lezcov vo veľkej miere pôsobili faktory ako **vzťahy a spolupatričnosť**, **nezávislosť** a **zmena**. Ľudia v horách nachádzali spriaznené duše a zároveň im toto prostredie poskytovalo istý druh čiastočnej slobody, život rozdielny od bežného života dole v doline, do ktorého tam hore vtedajšia moc príliš nezasahovala.

Trvalo však ešte ďalšie tri desaťročia, kým väčšina lezcov akceptovala rozličné lezecké štýly ako samostatné disciplíny. Keď Pepo Hrušovský začal pracovať na voľnom prelezení starých technických ciest, bol predstaviteľmi otvorene zosmiešňovaný za to, že degraduje lezenie na šport. Paralelne s oficiálnym horolezectvom sa našťastie začínajú objavovať rebeli. Jedna skupina, ktorej sa hovorilo "Pavúci", začala robiť na skalkách ako aj v Tatrách nové a ťažké prvovýstupy. Neiniciovali nejaké zásadné zmeny v štýle, ale technická a voľná obtiažnosť ich ciest dosiahla vysokú úroveň. Začínajú sa viac ako predtým objavovať nové motivačné faktory ako **úspech, uznanie, stimulácia a osobný prejav**. Ján Ďurana bol často vídaný ako v tanečných lakovkách nesie ťažký kožený kufor na niektorú z tatranských chát. Ivan Dieška, rozladený po hádke s manželkou, vysóloval na Lomnický štít cestu obtiažnosti 6. Pavel Pochylý ušiel zase pred "Verejnou bezpečnosťou" a schovával sa vo Vysokých Tatrách robiac náročné sólové výstupy.

V približne tých istých časoch na prelome 60. a 70. rokoch Igor Koller so svojimi priateľmi začal vytvárať ťažké bouldre a krátke cesty na Kalamárke pri Zvolene. Nepoužívali žiadne špeciálne taktiky, zobrali si laná, kopačky s odrezanými štipľami podlepené mäkkou gumou, nejaké skoby a skúšali odspodu vyliezť všetko čo im prišlo do cesty. Prvé radikálne zmeny v lezení na skalách, kde obtiažnosť ciest značne zaostávala za pieskami, začali na Slovensku koncom sedemdesiatych a začiatkom osemdesiatych rokov. Skupina mladých lezcov, ovplyvnená častými návštevami českých a východonemeckých pieskovcových oblastí, Kollerovými výstupmi na Kalamárke a článkami, prekladmi zo zahraničných časopisov o pôsobení západných lezcov Bachara, Güllicha, Alberta, publikovanými v Jamesáku, začala voľne preliezať staré technické cesty na skalách a vo Vysokých Tatrách. Vápencové skaly pri zrúcanine hradu Pajštún hrali v tomto procese hlavnú úlohu. Už nešlo len o to vyliezť, rovnako dôležitý bol aj štýl. Už neplatilo, že kam vojde prst, vojde aj skoba. Skoby sa používali už len ako istiace prostriedky a boli pomaly ale isto vytláčane modernými expanznými nitmi alebo vítanými borhákmami poväčšine garážovej výroby.

V roku 1983 sa športové lezenie začína udomáčňovať na lezeckej scéne Slovenska. Športoví lezci sa začínajú venovať premyslenému tréningu. V tých časoch boli všetky prvovýstupy na Slovensku robené odspodu, avšak cesty, ktoré zvyšovali obtiažnosť, boli až na pár výnimiek hlavne voľné prelezy starých hákovačiek.

Rok 1987 bude pre športových lezcov na Slovensku pamätným. Na Žilinskej konferencii na jar toho roku sa zrovnoprávnili všetky horolezecké disciplíny a skalky – neveľhorské skalné terény – prestali byť oficiálne cvičným terénom. Robenie prvovýstupov vrcholilo v rokoch 1989 a 1990, kedy sa vyliezlo veľa ciest obtiažnosti 10-. Pod tento výkonnostný skok sa určite podpísal aj tréning na umelých stenách, ktoré sa, aj keď len veľmi pomaly, začali objavovať aj u nás. Nepochybne prispeli aj možnosti cestovania do zahraničných oblastí. Na scénu opäť nastupuje faktor **rozvoj a zmena**, ale už nie spojený s vedou, ale so samotným skalným lezením.

Po "Nežnej revolúcii" v novembri roku 1989 a obnovení demokracie stále viacej a viacej lezcov podľahlo dobe a padlo za obeť mamonu a postupne odchádzalo z lezeckej scény, hoci boli v tom pravom lezeckom veku. Lezenie sa stalo o čosi dostupnejším aj vďaka jednoduchšej možnosti získania výstroja z obchodov, ktoré postupne začali ponúkať tovar od zahraničných výrobcov, aj keď tento materiál bol stále veľmi drahý a teda nie dostupný každému.

Otvorili sa hranice a lezci začali objavovať zahraničné, často exotické destinácie, lezenie sa stávalo čím ďalej tým populárnejším športom, čo malo vplyv aj na výkony. Mladí lezci nachádzali idoly a čerpali motiváciu zo zahraničných časopisov.

Rastúca životná úroveň a možnosti ktoré ponúka rozvíjajúci sa kapitalizmus sprístupnili lezenie širokým vrstvám. Lezenie nebolo nikdy dostupnejšie a populárnejšie. Vznikli obchody špecializujúce sa výhradne na lezenie, cestovné kancelárie začali ponúkať zájazdy, ktorých hlavným cieľom je lezenie, vznikli lezecké školy so 100-ročnou tradíciou rovnako ako agentúry ponúkajúce kurzy lezenia a sľubujúce adrenalín a zábavu. Umelé steny konkurujú fitnesscentrám a detským kútikom v supermarketoch. Je to ruka v ruke s dobou, kde každý chce všetko a pokiaľ možno hneď. Dávných hrdinov vertikál a ich ideály vystriedali atléti bojujúci o svojich 15 minút slávy na festivaloch. Poznámky z ochytaných kroník a kníh výstupov sú pomalé a oslovia len málokoho. Lezci sa presúvajú z hôr na skalky a na umelé steny. Výkony sa presúvajú na sociálne siete rýchlosťou svetla v momente cvaknutia zlaňáku, spolu s fotkami a videom (samozrejme FullHD), hlavne pri tom vyzerat' cool. Viac lajkov, väčšia motivácia.

Kým v povojnový rokoch sa počet lezcov rátal v stovkách, dnes máme len v SHS JAMES viac ako 4000 registrovaných členov. Aj tieto čísla hovoria o rastúcej popularite lezenia na Slovensku. V poslednej etape by sme mohli povedať, že prioritou je **úspech a uznanie**.

Keď sa na záver pozrieme na vývoj lezenia a rôzne motivačné faktory ktoré ho sprevádzali tak nám vychádza nasledovná postupnosť motivačných faktorov:

- **odmena** - čisto zištné dôvody na získanie potravy, obydlia...;
- **rozvoj a zmena** - snaha spoločnosti o progres vo všeobecnom meradle;
- **stimulácia a osobný prejav** - lezenie pre vlastné potešenie;
- **úspech a uznanie** - potreba spätnej väzby po športovom výkone;
- **rozvoj a zmena** - progres v rámci športovej disciplíny;
- **úspech a uznanie** - tlak okolia a doby.

Doba v ktorej človek žil, predurčovala motiváciu k lezeniu, motivačné faktory boli rôzne, v závislosti od možnosti, ktoré nádejný lezec mal.

4. Záver

Ostali nám nespomenuté motivačné faktory **zmysel a hodnoty**. Medzi riadkami ich tušíme v každej etape vývoja. Ako hlavný motivačný faktor nikdy nefigurovali pri motivácii liezt'. Na to aby človek liezol, nepotrebuje ako motivačný faktor hodnotový rebríček. Tam fungujú, ako sme si ukázali iné faktory. Ale naopak to funguje veľmi dobre. Lezenie sa odohráva v prírode. Keď pochopíme, že do prírody nechodíme na výlety, ale sme jej neoddeliteľnou súčasťou, pochopíme aj zákony a princípy fungujúce v prírode, ktoré nám odjakživa formovali hodnotový rebríček.

Úlohou inštruktora lezenia by preto malo byť, okrem naučenia základov bezpečného lezenia a pohybu po skale zároveň, umocňovať kladný vzťah k prírode a jej ochrane a dbať na pochopení základných pojmov ideológie JAMES-u, ktorými sú idealizmus, alpinizmus, morálka, etika, solidarita.

Vtedy je aj predpoklad, že títo ľudia budú mať tie pomyselné klobúky s motivačnými faktormi v rovnováhe a ich motivácia bude dlhodobejšia a lezenie sa pre nich nestane len módnou záležitosťou na jednu sezónu, ale vášňou na celý život. Vášňou, ktorá môže pozitívne formovať človeka do ďalšieho života, formovať rebríček hodnôt a neostávať len na povrchu pri uspokojovaní zmyslov.

Použitá literatúra, zdroje

1. Bacigál, J.: Motivácia horolezeckej mládeže, Handlová, 2010, seminárna práca
2. Gröpel, P.: Mentálna príprava lezcov, Piešťany, 2010, seminárna práca
3. Hindley, G.: Na hraniciach Zeme, Vrcholy sveta, 1983
4. www.rozlomity.sk/psychicka-priprava-3-motivacia
5. www.podnikajte.sk/prevadzka-firmy/c/608/category/vedenie-ludi/article/pozitivne-motivacne-factory.xhtml