

# Ein klares ‚Nein‘ dem Gruppendruck

Schon der rein physikalische Druck der Wassersäule stellt eine Herausforderung für Taucher dar, insbesondere, wenn man ihr nicht entsprechend Respekt zollt. Über den Begriff 'Gruppendruck' reden wir zwar meistens im Zusammenhang mit unseren Kindern und ihren Freunden, aber für Taucher ist er eine weitere Kraft, die negativen Einfluss ausüben kann. Im Allgemeinen reden wir von Gruppendruck, wenn jemand aus Ihrer Altersklasse oder Ihrem Umfeld Ihr Denken beeinflusst, oder dies versucht. Bei Teenagern kann dies bedeuten, jemanden dazu zu verleiten, Zigaretten, Drogen oder Alkohol auszuprobieren. Beim Tauchen kann dies geschehen, wenn ein Mittaucher versucht, seinen Tauchpartner zu einem Tauchgang zu überreden, der möglicherweise jenseits dessen Erfahrungsniveaus oder Wohlfühlbereichs liegt.

Oft wird jemand zu einer Tauchausbildung gedrängt; eine nahestehende Person, möglicherweise der Ehepartner, übt Druck auf ihn/sie aus, daran teilzunehmen. Wenn zumindest einer von zwei Tauchpartnern eigentlich wenig oder gar kein Interesse daran hat, tauchen zu lernen, kann dies den Lernprozess für den unwilligen Taucher noch schwieriger gestalten, und für seinen Tauchpartner vielleicht ebenso.

## **"Sie/er sagte, ich solle..."**

Während der Ausbildung kommt es nicht selten vor, dass Schüler ihren Instrukteuren erklären, sie hätten sich entschlossen, das Tauchen zu erlernen, weil ihr Ehepartner ihnen gesagt habe, sie sollten sich anmelden. Teils aus Folgsamkeit, teils, um ihrem Partner einen Gefallen zu tun, meldeten sie sich schließlich widerwillig für den Kurs an.

Es gibt verschiedene Gründe, warum jemand sich nicht für das Gerätetauchen interessieren könnte: Er/sie könnte sich beispielsweise als schlechter Schwimmer einschätzen. Jemand könnte auch die viele Ausbildung und Ausrüstung dieser Aktivität als hinderlich ansehen. Vielleicht ist sie ihm/ihr auch einfach zu teuer. Vielleicht hat er/sie aber auch einfach das Hollywood-Bild der Unterwasserwelt vor Augen, mit Menschen fressenden Haien und vermissten Tauchern.

Ein Tauchpartner wird möglicherweise versuchen, all diese Einwände mit seinen Überredungskünsten zu überwinden (oder mit noch perfideren Methoden). Aber wenn jemand immer noch der Überzeugung ist, dass ihm Tauchen keinen Spaß macht, ist das ganz einfach in Ordnung so: Er/sie könnte nunmal einfach keine Lust zum Gerätetauchen haben.

Aber unglücklicherweise meinen selbst innerlich ausgeglichene, erwachsene Menschen manchmal, dass sie mit ihren Freunden gleichziehen müssen, was dazu führen kann, dass sie schließlich den Bedürfnissen, Erwartungen und Wünschen der anderen nachgeben. Wenn man solche "ich-willnicht-tauchen"-Freunde zu einer Tauchausbildung drängt, kann deshalb eine Menge Frustration dabei herauskommen. Ein solcher Schüler wird nicht gerade zu den besten in der Ausbildung gehören, was von vornherein zu nochmals größeren Ressentiments gegen die Teilnahme an diesem Kurs führen kann.

Natürlich können auch diese unwilligen Taucher schließlich herausfinden, dass sie doch noch Freude am Tauchen empfinden, aber es ist schon sehr unwahrscheinlich, dass sie nach ihrer Zertifizierung aktiv dabei bleiben. Es bleibt schließlich sogar ein gewisses Risiko, dass sie nicht einmal ihre Ausbildung zu Ende bringen. Ein widerwilliger Taucher kann aber letztlich auch ein größeres Verletzungsrisiko darstellen, wenn er als Teilnehmer nicht von ganzem Herzen dabei ist. "Sie/er sagte, ich solle..." ist einfach keine geeignete Motivationshaltung, um das Tauchen zu erlernen.



## Alles bleibt in der Familie

Wenn Eltern oder Geschwister Familienmitglieder zum Tauchen drängen, ist dies ebenso möglicherweise gefährlich. Eltern, die nach jedem ihrer Tauchgänge absolut begeistert sind, könnten auf die Idee kommen, ihre Kinder an diesen Abenteuern teilhaben zu lassen. Die Kinder könnten vorerst indirekt daran teilhaben, über Erzählungen, Videos und Fotos, bis sie schließlich ein angemessenes Alter und eine gewisse Reife erlangt haben. Dadurch steigen ihre Chancen, die Ausbildung zu bestehen und nach ihrer Zertifizierung sichere Tauchgänge zu unternehmen. Die Begeisterung der Eltern für die Unterwasserwelt muss bei den Kindern nicht unbedingt etwas auslösen, dass diese von ganzem Herzen wollen. Aber die Kinder könnten es unter Umständen ausprobieren wollen, und sei es nur, um ihren Eltern einen Gefallen zu tun: Dies ist ebenfalls keine geeignete Motivation, das Tauchen zu erlernen.

Eltern sollten mit ihren Kindern offen und ehrlich über das Thema Tauchen reden und herausfinden, ob sie wirklich von sich aus Lust haben es auszuprobieren. Sie sollten nicht versuchen, ihre Kinder zu überreden, indem sie ihnen etwa sagen, "Du wirst es schon mögen, Du musst es nur erst versuchen." Wer ist Ihr Tauchpartner? Einer der wesentlichen Leitsätze in der Tauchausbildung lautet, sich an die Grenzen des Sporttauchens zu halten. Zudem sollte jeder Taucher seine eigenen Grenzen festlegen, und diese persönlichen Limits sollten unterhalb der für den Sporttauchbereich empfohlenen Grenzwerte liegen. Hierzu mag gehören, dass man das Wasser besser mit 50 Bar als mit 35 Bar in der Flasche verlässt, oder dass man immer 3 Meter oberhalb der vom Tauchcomputer oder der Tauchtabelle her zulässigen Maximaltiefe bleibt. Auf diese Weise nochmals konservativer heranzugehen, schafft einen zusätzlichen Sicherheitspuffer für den Fall, dass Sie sich in ihrem Tauchplan vertun. Die Erfahrung ist ein guter Lehrmeister, aber die 'Entdeckermethode' - bedenkenlos Tauchgänge jenseits der eigenen Ausbildung oder Erfahrung zu unternehmen - ist nicht gerade der beste Weg, sich als Taucher weiter zu entwickeln.

Wenn Sie an weiterführenden Tauchkursen teilnehmen, ist dies andererseits eine hervorragende



Herangehensweise, Ihre Fähigkeiten und Ihr Selbstvertrauen auszubauen, um herausfordernde Tauchgänge in Angriff nehmen zu können. Kurse, die Taucher an neue Tauchumgebungen, Ausrüstung oder Fertigkeiten heranführen, die für sichere Tauchgänge unter solchen Umständen erforderlich sind, bieten die Möglichkeit, vorher alles unter kontrollierten Bedingungen, oftmals in begrenztem Freiwasser, zu erproben. Sie haben so gewissermaßen eine Generalprobe, bevor Sie sich tatsächlich ins offene Gewässer begeben. An Tauchgänge mit neuen Fertigkeiten werden Sie also optimal herangeführt, wenn Sie sich von einem professionellen Ausbilder anleiten lassen, der Ihnen während der Ausbildung jederzeit zu Hilfe kommen wird. Ein Tauchpartner, mit dem Sie häufig tauchen, kann Ihre Tauchgewohnheiten am ehesten beeinflussen.

Wenn Sie regelmäßig mit einem bestimmten Partner tauchen, sollten Sie sich aber nicht in blindem Vertrauen zurücklehnen; denn ein Buddy-Team funktioniert am besten, wenn beide Taucher aktiv dazu beitragen, den Tauchgang erfolgreich zu gestalten. Idealerweise verfolgen beide Partner bei einem Tauchgang das gleiche Ziel, z. B. Fotografieren oder Videofilmen. Ein guter Tauchpartner sollte es unterlassen, den anderen zum Überschreiten seiner Grenzen zu drängen. Auch etwas vermeintlich so Banales, wie nur ein wenig tiefer zu gehen als zuvor, kann bereits neue Ängste heraufbeschwören. Nehmen Sie sich besser etwas Zeit, um Ihre Tiefengrenze schrittweise nach unten auszudehnen. Das ist in jedem Fall besser, als wenn Ihr Tauchpartner Ihnen direkt beim Einstieg verkündet, "Hey, lass uns heute einfach 'mal auf 40 Meter 'runtergehen." Wenn Ihr bislang tiefster Tauchgang Sie auf 18 Meter führte, Ihr Tauchpartner Sie aber damit überzeugen möchte, dass es keine große Sache sei, auf 40 Meter zu tauchen, könnten Sie geneigt sein, den Tauchgang so mitzumachen, obwohl Ihnen eigentlich nicht wohl bei der Sache ist. Wenn Sie einmal Ihre Tiefengrenze festgelegt haben, sollten Sie diese auch einhalten.



## **Sagen Sie einfach nein.**

Das Gerätetauchen ist eine begeisternde Freizeitaktivität und hat das Leben vieler Enthusiasten für immer verändert. Aber Wasser ist ein gnadenloses Element und bringt naturgemäß gewisse Risiken für Taucher mit sich. Diese Risiken müssen für jeden Tauchgang neu abgewogen werden. Ein Weg, die Wahrscheinlichkeiten dieser Risiken zu mindern, besteht darin, persönliche Stärke zu zeigen und 'einfach nein zu sagen', wenn Ihnen vor einem bestimmten Tauchgang nicht ganz wohl bei der Sache ist. Erschließen Sie sich neue Erfahrungsfelder, indem Sie sich in einer kontrollierten Umgebung von Tauchprofis darin unterweisen lassen. Meiden Sie die 'Entdeckermethode', wenn es um neue Erfahrungen geht, und gestatten Sie niemandem, über Ihr taucherisches Schicksal zu bestimmen. Euripides sagte einmal, "die weisesten Menschen folgen ihrer eigenen Richtung." Machen Sie sich nicht Ihre Mitstreiter zum Maßstab, richten Sie sich nach Ihren eigenen Maßstäben.