

Sano "ei" ryhmäpaineelle

Vesimassan aiheuttama fyysinen paine on voima, joka aiheuttaa haasteita sukeltajille, varsinkin jos niitä ei ole otettu oikein huomioon. Ryhmäpaine, vaikka keskustelemmekin siitä yleensä puhuessamme lapsistamme sekä heidän ystävistään, on toinen voima, jolla saattaa olla sukeltajalle negatiivinen vaikutus.

Yleisesti ottaen ryhmäpainetta muodostuu, kun joku ikäisesi tai samanlaisen taustan omaava henkilö vaikuttaa - taikka koittaa vaikuttaa - ajatteluusi. Teini-ikäisillä tähän saattaa kuulua saada toinen kokeilemaan tupakointia, huumeita tai alkoholia. Sukellettaessa se saattaa ilmetä, kun toinen sukeltaja yrittää vakuuttaa pariaan tekemään tietyn sukelluksen, joka saattaa olla yli parin kokemustai mukavuusrajan.

On helppo nähdä, kuinka joku voidaan houkutella laitesukellukseen; joku henkilölle läheinen, mahdollisesti puoliso saattaa asettaa paineita osallistua. Kun vähintään yhdellä henkilöllä tietyssä parissa on vain vähän taikka ei lainkaan kiinnostusta oppia sukeltamaan, saattaa tämä tehdä oppimisen vieläkin vaikeammaksi kyseiselle, haluttomalle sukeltajalle sekä mahdollisesti myös hänen parilleen.

'Hän pakotti minut'

Ei ole lainkaan harvinaista, että kouluttaja koulutuksen aikana kuulee oppilaiden sanovan, että he päättivät opetella sukeltamaan koska heidän puolisonsa tai kumppaninsa pakottivat ilmoittautumaan.

Joko kunnioittaakseen puolisoa tai vain miellyttääkseen tätä he vastahakoisesti ilmoittautuivat kurssille. Sukeltajalla saattaa olla monia syitä, miksi hän ei ole kiinnostunut sukeltamisesta: hän saattaa esimerkiksi kokea olevansa huono uimari. Hän ei halua tehdä kaikkia harrastuksen vaatimia harjoituksia tai välinehankintoja. Hän saattaa pitää niitä liian kalliina. Hän saattaa uskoa Hollywoodin luomaan kuvaan vedenalaisesta maailmasta: ihmissyöjähaita sekä kadonneita sukeltajia.

Pari saattaa yrittää saada nämä syyt kumotuksi hiillostamalla (tai pahemmalla). Mikäli henkilö loppujen lopuksi vieläkin uskoo, ettei sukeltaminen ole hauskaa, antaa asian olla. Hänellä ei yksinkertaisesti ole halua sukeltaa laitteiden avulla. Valitettavasti jopa tasapainoiset aikuiset saattavat tuntea tarvetta kokeilla rajojaan mikä saattaa johtaa siihen, että hän lähtee sukeltamaan toisten haluista, tarpeista ja / tai kunnioituksesta toisia kohtaan.

Tällaisen "en-halua-olla-sukeltaja"-henkilön pakottaminen koulutukseen saattaa olla täysin turhauttavaa. Hän saattaa loistaa koulutuksessa tai sitten ei; tämä saattaa johtaa jopa syvempiin tunteisiin, kuten katkeroitumiseen kurssiin osallistumisesta jo alun perin.

loppujen lopuksi huomata nauttivansa sukeltamisesta, on epätodennäköistä he tekevät sitä paljon luokituksensa jälkeen; on loppujen lopuksi mahdollista, etteivät he edes tee kurssia loppuun. Vastahakoinen sukeltaja saattaa kuitenkin olla suuremmassa riskissä joutua onnettomuuteen, ellei hän osallistu kokonaan omasta tahdostaan. "Hän pakotti minut" ei ole oikea motivatio oppia sukeltamaan.



Kaikki perheestä

Vanhempien tai sisarusten innostus alkaa sukeltamaan saattaa myös olla vaarallista. Vanhemmat, jotka ovat inostuksissaan aina mennessään sukeltamaan saattavat haluta jakaa nämä kokemukset lastensa kanssa. Kenties lapset tekevät tämän innoissaan tarinoiden, videoiden ja valokuvien avulla, kunnes ovat riittävän vanhoja ja kehittyneitä. Tämä voi varmistaa heidän mahdollisuutensa onnistuneeseen koulutukseen sekä turvallisiin sukelluksiin heidän ansaittuaan luokituksensa.

Vanhempien innostus pinnanalaiseen maailmaan ei kuitenkaan ole välttämättä sitä, mitä lapset haluavat tehdä. Miellyttääkseen vanhempiaan lapsi saattaa silti yrittää: tämä ei ole oikea syy opetella sukeltamaan. Vanhempien tulisi puhua avoimesti ja rehellisesti lastensa kanssa sukeltamisesta, määrittellä ovatko he aidosti kiinnostuneita kokeilemaan sitä. Heidän ei tulisi yrittää "vakuuttaa" lapsiaan sanomalla ainoastaan "Pidät siitä, jos vaan kokeilet."

Kuka on parisi?

Yksi sukelluskoulutuksen perusoppeja on noudattaa virkistysukelluksen rajoja. Sen lisäksi tulisi sinun asettaa omat rajasi: näiden rajoitusten tulisi olla vähintään yhtä tiukat kuin sukellusyhteisön. Tämä saattaa tarkoittaa, että jätät ilmaa pulloon 70 baria sukelluksen jälkeen 50 barin sijasta tai pysymällä aina vähintään kolme metriä tietokoneesi tai sukellustaulukkosii ilmoittaman maksimisyvyyden yläpuolella.

Tämä lisävarovaisuus antaa sinulle isomman varoalueen, mikäli sukellussuunnitelmaan tulee virhe. Kokemus on loistava opettaja, mutta "kokeilumenetelmä" - esimerkiksi koulutusta ja kokemusta vaativimpien sukellusten tekeminen itseksensä - ei ole paras tapa kehittyä sukeltajana.

Toisaalta osallistuminen sukelluksen jatkokoulutukseen on erinomainen tapa lisätä omia taitoja sekä

luottamusta tehdä vaativampia sukelluksia. Kurssit on suunniteltu tutustuttamaan sukeltat uusiin ympäristöihin ja varusteisiin. Niillä vaadittuja taitoja sukeltaa turvallisesti vastaavissa olosuhteissa tarjoavat kontrolloidun harjoittelumahdollisuuden ja usein niitä harjoitellaan ensin rajatulla vesialueella. Tämä on aloitus, joka vie sinut todelliseen avovesisukellukseen.

Sukellusammattilaisen, joka on valmiina auttamaan tarvitessasi koulutuksen aikana apua, antama koulutus antaa sinulle opastusta harjoitellessasi sukellusta uusilla taidoillasi. Vakituksella sukellusparilla on suurin mahdollisuus vaikuttaa sukellustapoihisi. Mutta vaikka sukellatkin säännöllisesti saman parin kanssa, älä ole liian itsevarma: sukelluspari työskentelee tehokkaimmin, kun kaksi sukeltajaa työskentelee yhdessä varmistaakseen onnistuneen sukelluksen. Ideaalisesti molemmilla sukeltajilla on sukellukselle sama tavoite, vaikka valokuvien tai videokuvan ottaminen. Parien tulisi välttää painostamasta kumppaniaan sukeltamaan yli rajojensa.

Jopa niin yksinkertainen asia, kuin menemällä jonkin verran syvemmälle kuin missä olet aiemmin ollut, saattaa lisätä uusia huolenaiheita. Tässä esimerkissä, käytä aikaa lisätäksesi syvyysrajaasi mielummin kuin annat parin juuri veteen mentäessä sanoa: "Hei, mennään tänään 40 metriin." Mikäli 18 metriä on syvin, missä olet tähän mennessä käynyt, mutta hän vakuuttava selittelyissään, ettei 40 metriä ole iso juttu, saatat tehdäkin sukelluksen, vaikka et nauti sen tekemisestä. Kun olet määritellyt henkilökohtaiset rajasi, pysy niissä.



Sano vain Ei

Hieno harrastus, laitesukellus, on ikuisesti muuttanut monien osallistujiensa elämän. Mutta vesi on anteeksiantamaton ympäristö, joka on luontainen riski sukeltajille. Nämä riskit on otettava huomioon jokaisella uudella sukelluksella. Yksi tapa pienentää näiden riskien todennäköisyyttä on omata varmuutta "sanoa vain Ei", kun et halua tehdä tiettyä sukellusta.

Etsi uusia kokemuksia kouluttautumalla ammattilaisen kanssa, joka voi tutustuttaa sinut kokemukseen kontroloidusti. Vältä "kokeilumenetelmää" hakiessasi kokemusta, äläkä anna toisten valita sukelluskohtaloasi.

Euripides sanoi kerran, "Viisaat miehet menevät omia teitään." Älä murehdi ettet ole samantasoinen kuin muut; huolehdi ennemminkin että pärjää itsesi kanssa .