

Świadomość sytuacyjna: as w Domku z Kart

Świadomość sytuacyjna to umiejętność dostrzegania informacji w środowisku, zrozumienia tych informacji i wykorzystania ich razem z wcześniejszym doświadczeniem do bardziej precyzyjnego przewidywania przyszłych zdarzeń. Aby zrozumieć, co to jest świadomość sytuacyjna i jak ją rozwijać, omówmy trzy kroki: postrzeganie, przetwarzanie i przewidywanie.

- Postrzeganie – zależy od naszych systemów sensorycznych, zwłaszcza wzrokowego, ponieważ to, co widzimy ma ogromny wpływ na nasze przekonanie o tym, czym jest realny świat. Istnieje wiele iluzji optycznych, które o tym świadczą. Aby rozwijać naszą świadomość sytuacyjną, musimy wiedzieć, gdzie powinniśmy „szukać” danych np. częściej sprawdzać kluczowe informacje, takie jak głębokość, czas nurkowania lub dekompresji w miejscach z sufitem nad głową, lokalizacja miejsca nurkowego, wyjście, itp. Może tutaj pomóc efektywne omówienie przed nurkowaniem.
- Przetwarzanie – polega na zrozumieniu tego, co odebraliśmy naszymi zmysłami. Na przetwarzanie mają wpływ wcześniejsze doświadczenia. Jeżeli czegoś wcześniej nie widzieliśmy lub nie wiemy, jakie mogą być tego skutki, nie powinniśmy się dziwić, że nie rozumiemy tego, co pokazują nam nasze zmysły. Dlatego aby rozwijać świadomość sytuacyjną, musimy nabierać doświadczenia w różnych środowiskach.
- Przewidywanie – jest ono oparte na naszych poprzednich doświadczeniach, ale nie odnosi się do tego, co się dzieje teraz, ale raczej do tego, co się stanie w przyszłości. Dlatego tak ważne jest doświadczenie, ale nie musi być ono nasze własne – możemy uczyć się z historii i relacji innych ludzi.

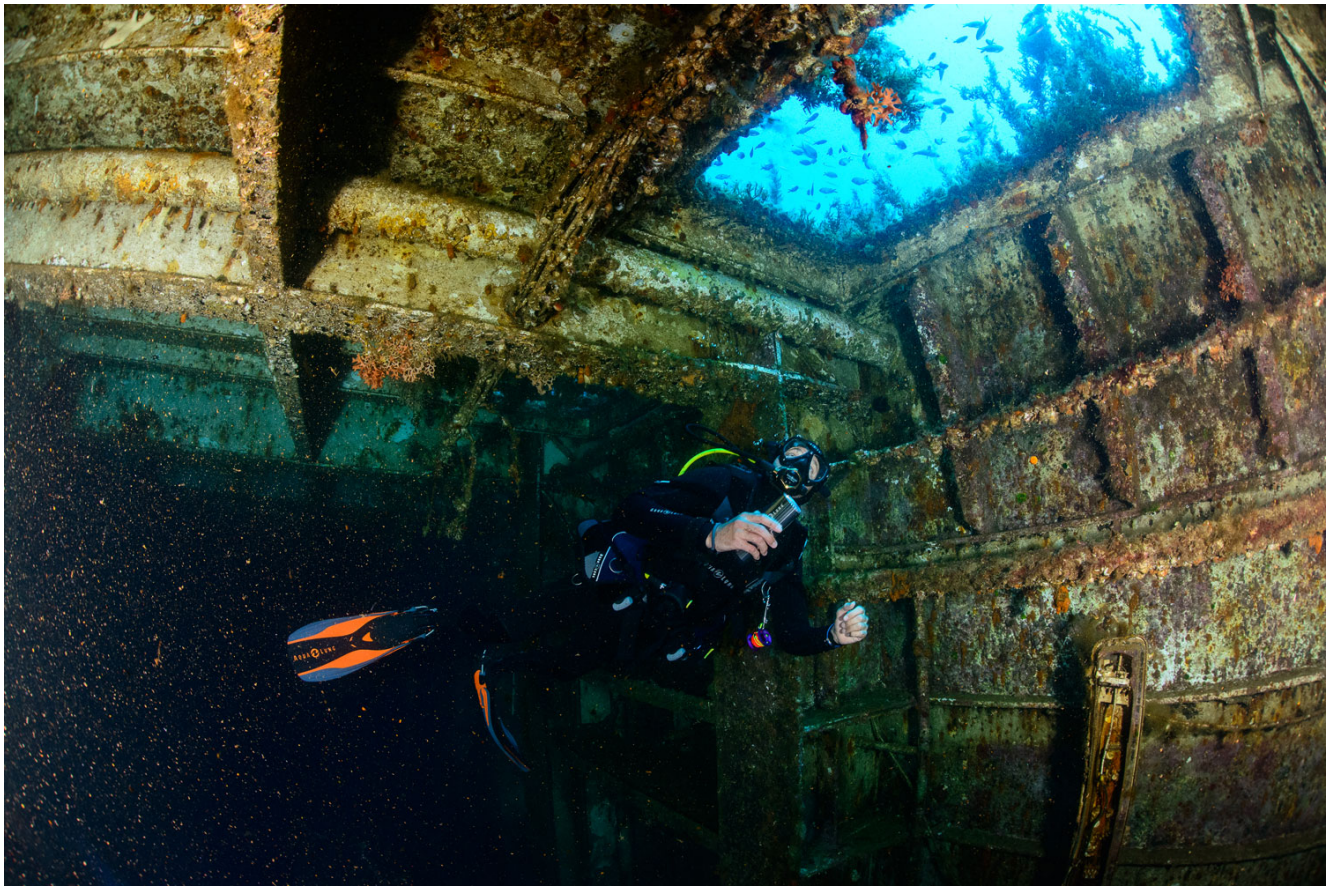
Więcej błędów popełniono z powodu niewłaściwej świadomości sytuacyjnej i podjęcia „dobrej decyzji”, niż dobrej świadomości sytuacyjnej i podjęcia „złej decyzji”. Z tego powodu należy rozwijać efektywną świadomość sytuacyjną. Nie jesteś w stanie skupić na czymś WIĘCEJ uwagi, ale możesz upewnić się, że Twoja uwaga jest skierowana w odpowiednim kierunku

Garth Lock, właściciel i dyrektor The Human Diver podczas wykładu online i z osobistym udziałem uczestników dotyczącego czynników ludzkich w nurkowaniu



Grasz w szachy? Kluczem do wygrania partii jest obserwowanie, co się dzieje na planszy i przewidywanie kolejnych ruchów. Jest to analogia do tego, czym jest świadomość sytuacyjna: efekt wykorzystania krótkotrwałych, strategicznych procesów poznawczych. Z perspektywy nurkowania jest to proces postrzegania elementów środowiska i zdarzeń pod wodą, ich zrozumienie i ocena ich znaczenia w przestrzeni i w czasie oraz wykorzystanie ich do przewidzenia ich potencjalnej roli w przyszłości, np. jako coś pozytywnego, zagrożenie lub coś, co nie ma wielkiego znaczenia. Ponieważ świadomość sytuacyjna jest podstawą efektywnego podejmowania decyzji, jej brak może prowadzić do błędu ludzkiego, który jest jednym z głównych przyczyn wypadków nurkowych.

Nurkowie spędzają większość swojego podwodnego życia na nurkowaniach szkoleniowych lub nieszkoleniowych. Celem nurkowań szkoleniowych jest rozwinięcie nowych umiejętności, aby stopniowo przechodzić na coraz wyższy poziom piramidy [Domku z Kart](#). Świadomość sytuacyjna znajduje się na samej górze, ponieważ tylko nurek, który opanował wszystkie inne podstawowe elementy (kontrolę oddychania, pływalność, trym, techniki napędu i świadomość, gdzie znajdują się inni członkowie ekipy) jest w stanie zwracać uwagę na otoczenie. Kiedy nurek opanuje podstawy na wstępnych kursach, kolejne szkolenia mają na celu zapewnienie bezpieczeństwa i utrwalenia w pamięci długotrwałej prawidłowej reakcji na potencjalne problemy: co zrobić, jeśli skończy mi się powietrze, co zrobić w razie awarii sprzętu, co zrobić w przypadku rozdzielenia się członków ekipy, co zrobić, jeśli ominę przystanek dekompresyjny, co zrobić, jeśli nagle widoczność spadnie do zera, itd... Podstawy tego modelu zostały po raz pierwszy opisane w książce ["Basic Cave Diving: A Blueprint for Survival"](#) (1979) napisanej przez legendarnego odkrywcę jaskiń Shecka Exleya. Obejmują one określenie zakresu wiedzy, opanowanie odpowiednich reakcji i opracowanie szkoleń biorąc pod uwagę przeszłe błędy ludzkie i analizę wypadków.



Główną wartością rozwijania takich modeli w pamięci długotrwałej nurków jest fakt, że nie czują się oni przytłoczeni nadmiarem informacji – nie muszą wymyślać rozwiązania problemu pod presją czasu, ale mogą polegać na zbiorze przeciwczonych reakcji: jedna sytuacja oznacza jedno działanie. Wadą jest jednak to, że osiągnięcie takiego automatyzmu działania wymaga wielu powtórzeń. Dlatego w niektórych agencjach szkoleniowych nurkowie muszą regularnie przechodzić proces ponownej oceny. Jeżeli dana organizacja nie wymaga tego od nurków, instruktorzy zalecają kursantom, aby regularnie poświęcali kilka minut pod koniec nurkowania na ćwiczenie umiejętności zapewniających bezpieczeństwo.

Nurkowanie dla przyjemności to kolejna okazja dla nurków do nabierania doświadczenia, które jest podstawą do rozwijania odpowiedniej świadomości sytuacyjnej i wykorzystania jej do przewidywania tego, co się może wydarzyć. Zbyt wielu nurków chwali się liczbą zalogowanych nurkowań, które wykonali, ale sama liczba rzadko odzwierciedla prawdziwe doświadczenie danej osoby. Wykonanie tysiąca nurkowań w tym samym jeziorze tuż obok bazy nurkowej nie sprawi, że ktoś będzie potrafił nurkować na wraku na Morzu Północnym. Aby nabrać odpowiedniego doświadczenia, należy nurkować często i w różnych środowiskach, które stawiają nurkowi inne wyzwania, np. wejście i wyjście z wody, prądy, temperatura, widoczność, głębokość, itp. Im większe jest doświadczenie nurka, tym bardziej prawdopodobne jest, że będzie potrafił powiązać to, co widzi z czymś, co zna i szybko wybrać odpowiednią reakcję.

Trzeba jednak pamiętać, że samo powtarzanie doświadczenia bez solidnego i odpowiedniego przygotowania może zaburzyć zrozumienie sytuacji. Przypomina to alegorię Platona opisującą grupę ludzi, którzy spędzili całe swoje życie w jaskini przykuci do ściany. Więźniowie są zwróceny w stronę ściany obserwując cienie obiektów przesuwających się przed ogniem, który znajduje się za nimi i nadając im nazwy. Cienie te są dla więźniów realne, ponieważ nigdy nie doświadczyli niczego innego, ale nie są one dokładnym przedstawieniem rzeczywistego świata – reprezentują fragment rzeczywistości, które zazwyczaj postrzegamy naszymi zmysłami. Te same obiekty pokazane w słońcu pokazują prawdziwą rzeczywistość, którą możemy dostrzec tylko rozumem. Bez edukacji nawet duże doświadczenie może mieć negatywny

wpływ na nasze postrzeganie rzeczywistości. Odnosząc to do świadomości sytuacyjnej, jeśli percepcja nurka zostanie zaburzona przez brak szkoleń, zarówno przetwarzanie informacji, jak i ich wykorzystanie do przewidywania tego, co się wydarzy może być zniekształcone i prowadzić do niebezpiecznych konsekwencji.



Istnieją dwa rodzaje czynników, które mogą zaburzyć świadomość sytuacyjną danej osoby: fundamentalne i kontekstowe. Zaburzenia fundamentalne nawiązują do więźniów w alegorii Platona. Mimo że nurkowie powtarzają swoje doświadczenia, ze względu na brak edukacji przez cały czas błędnie postrzegają rzeczywistość i boją się spróbować czegoś innego. Nurkowanie z jedną butlą na głębokość sześćdziesięciu metrów lub więcej bez zaplanowania dekompresji jest jednym z wielu przykładów. Takie nurkowanie jest postrzegane jako „normalne” i dozwolone przez lokalne przepisy bez rozpoznania, interpretacji i oceny związanego z nim ryzyka. Brak zrozumienia tego ryzyka uniemożliwia przewidywanie tego, co się może wydarzyć i prowadzi do złych decyzji.

Zaburzenia kontekstowe są bardziej przejściowym stanem umysłu, w którym indywidualne czynniki, takie jak stres, zbyt duże obciążenie mentalne, zmęczenie czy poziom skomplikowania zadań wpływają na stan umysłu nurka i prowadzą do popełnienia przez niego błędu i w końcu do wypadku. Jedną z zalet nurkowania w ekipie (jak opisano to w poprzednim artykule z cyklu „Domek z kart”) jest zapobieganie takim zaburzeniom kontekstowym u nurka dodając kolejną osobę, która analizuje sytuację – czyli „dodatkowy mózg”. Oprócz indywidualnej świadomości sytuacyjnej ważne jest rozwinięcie wspólnej świadomości w zespole nurkowym. Dodatkowo nurkowie różnią się między sobą pod względem zdolności rozwijania tej świadomości. Udział w tym samym szkoleniu nie gwarantuje, że różne osoby osiągną ten sam poziom świadomości sytuacyjnej, ponieważ ich wrażliwość i sposób nadawania sensu rzeczywistości mają wpływ na proces podejmowania decyzji. Poziom świadomości sytuacyjnej każdego członka zespołu wymagany do spełnienia przydzielonych mu zadań w planie nurkowania określa sukces lub niepowodzenie

misji. Aby optymalnie zaplanować nurkowanie należy określić mocne i słabe strony każdego członka ekipy i przypisać mu odpowiednie role.



Omówienie po nurkowaniu jest kluczowe do rozwijania zrozumienia i wspólnej świadomości sytuacyjnej: każdy nurek przedstawia swoją interpretację różnych sytuacji, które zdarzyły się podczas nurkowania i procesu podejmowania decyzji w celu analizy sukcesu lub niepowodzenia tego nurkowania.

Świadomość sytuacyjna to najwyższa karta w „Domku z kart”, który opisuje podstawy nurkowania – jest asem w całej talii. W walce powietrznej „Czynnik asa” (Ace Factor) jest określany jako umiejętność kontrolowania wszystkiego, co się dzieje w najbliższym otoczeniu. Nurkowanie jest nieco bardziej pokojową aktywnością, ale świadomość sytuacyjna zarówno każdego nurka jak i całego zespołu wyznacza granicę między wyobrażeniem sobie a dostrzeganiem, między działaniem a reagowaniem, czy między nurkiem, który przeżyje a tym, który zostanie poszkodowany w wypadku. Jak powiedział Sheck Exley: „Przeżycie zależy od umiejętności powstrzymania niepokoju i zastąpienia go przez spokojne, jasne, szybkie i odpowiednie rozumowanie”.

O autorze

[Audrey Cudel](#) jest odkrywczą jaskiń i instruktorem nurkowania technicznego. Specjalizuje się w kursach nurkowania jaskiniowego i w konfiguracji sidemount w Europie i Meksyku.

Jest również znana w branży nurkowej jako autorka podwodnych zdjęć przedstawiających nurków technicznych i jaskiniowych. Jej zdjęcia i artykuły zostały opublikowane w różnych magazynach, takich jak *Wetnotes*, *Octopus*, *Plongeurs International*, *Perfect Diver*, *Times of Malta* oraz publikacjach SDI/TDI i DAN

(Divers Alert Network).

Tłumacz: [Agnieszka Kostera-Kosterzewska](#)