

Tieftauchen mit Pressluft - Was lockt an der Tiefe?

von © 2002 **Michael Scharrer** - Eine psychologische Betrachtung

Es war im letzten Urlaub, ein Tauchgang unter optimalen Bedingungen, ich tauche mit meiner U. so gemütlich um die 30m Tiefe herum. Ich schaue die Steilwand herunter und plötzlich überkommt es mich, ich muss da runter.

Kurz ein Zeichen, sie hat keine Lust, also gehe ich alleine. Bevor sich jemand über das "Verlassen" aufregt, ich gehe mit meiner U. zumeist gemeinsam solo tauchen, aber das wäre wieder ein eigener Artikel. Üblicherweise führen wir solche Tauchgänge nur mit entsprechender Ausrüstung durch, aber hier waren wir mit Urlaubsausrüstung unterwegs und mir fiel ein, dass unsere Automaten auf einer Basis auch nicht gerade sorgfältig behandelt wurden.

Bei 50m stelle ich mir dann mit schlechtem Gewissen die Frage, was soll ich hier, warum habe ich denn das gemacht?

Zu Hause meinte dann mein Schrauber, ein Wunder, dass (bedingt durch Korrosion) überhaupt noch Luft aus den Automaten gekommen ist.

Was kann ich daraus schließen? Ich war leichtsinnig und hatte Glück.

In der Praxis kommen wir aber zumeist zu anderen Schlüssen, wie: Die Automaten sind toll, funktionieren immer, ich habe alles im Griff, u.s.w.

Was passiert da eigentlich mit uns?

Ich möchte Anfängern einen Denkansatz geben, bevor sie in diesen Teufelskreis Tieftauchen geraten, bzw. die "Tieftaucher" mal dazu animieren, über ihr eigenes Verhalten nachzudenken (was in den meisten Fällen wahrscheinlich vergeblich sein wird).

Schaut man sich etliche Logbücher an, sind zweistellige Tiefenangaben mit einer Fünf, Sechs oder gar Sieben am Anfang keine Seltenheit. Meistens sind es noch nicht einmal die "Chaoten", sondern Taucher, die über ein hohes Maß an Solokompetenz verfügen, sensibel auf die Zeichen ihres Körpers achten, über ein hohes theoretisches Wissen verfügen und auch ansonsten nicht gerade unintelligent sind.

Spricht man sie auf die Risiken an, reagieren sie zumeist recht aggressiv. Überstandene kritische Situationen bestärken sie noch in der Ansicht, dass das Tieftauchen, bestimmte Fertigkeiten vorausgesetzt, kein höheres Risiko darstellt, als ein "normaler" Tauchgang. Bestenfalls schafft man es in einer langen Diskussion sie zu dem Eingeständnis eines höheren Risikos zu bewegen.

Psychologisch betrachtet:

Unstreitig kann man wohl sagen, ohne hier näher darauf einzugehen, dass das Aufsuchen großer Tiefen mit Pressluft ein erhöhtes Risiko darstellt. Warum also setzt sich der Mensch diesem Risiko freiwillig aus?

Da gibt es die seltenere Gruppe der "Angstsuchenden". Bei dieser Gruppe kann man sogar von einer Angstlust sprechen. Diese Gruppe lasse ich hier mal außer Acht, da sie m.E. unter Tauchern nicht so verbreitet ist.

Viel mehr kann man je nach Persönlichkeit von einem angeborenen Bedürfnis nach Stimulation und/ oder Stress verbunden mit einer höheren Produktion von Neurotransmittern, Noradrenalin und Endorphin ausgehen. In der Evolution macht dies durchaus Sinn, da mit der aktiven Auseinandersetzung mit riskanten, angstbesetzten Situationen der Mensch lernt, seine Angst zu kontrollieren. Dies wappnet ihn vor zukünftigen gefährlichen Situationen und sichert ihm das Überleben.

Solcherlei Aktivitäten, verbunden mit positiven Erlebnissen, bestärken das Bedürfnis nach Wiederholung. Das positive Erleben ist gekennzeichnet durch Verlust des Zeitgefühls, müheloses Gelingen und für uns Taucher interessant, ein Gefühl der Kontrolle.

Unsere Gesellschaftlichen Verhältnisse mit ihren Absicherungen (Versicherungen, soziales Netz...) scheinen diese Verhaltensweisen noch zu verstärken.

Dieses Bedürfnis tritt teilweise versteckt und für den Einzelnen nicht sofort erkennbar auf. Zu erwähnen seien hier z.B. Sehenswürdigkeiten, die man unbedingt sehen möchte, gegenseitiges Aufmuntern in der Gruppe (Gruppendynamik) oder der Drang nach Rekorden um nur einige zu nennen.

Der Handlungsraum Tauchen:

Durch technische Geräte haben wir uns einen neuen Handlungsraum geschaffen. Dieser Handlungsraum stellt allerdings nur einen Teilbereich des gesamten Raums dar. Dieser Handlungsraum wird vorgegeben durch die physikalischen Gesetze. Selbst innerhalb dieses Handlungsraumes hat jeder Taucher seinen ganz individuellen angemessenen Handlungsraum. Diesen Handlungsraum nenne ich einmal objektiven Handlungsraum, der sich an die tatsächlichen Fähigkeiten eines Tauchers orientiert.

In anderen Sportarten ist es nicht so einfach, diesen objektiven Handlungsraum zu überschreiten, sei es, dass ein Schiedsrichter uns daran hindert, oder dass es bei einem Überschreiten unweigerlich zu einem Unfall kommt (Mountainbiking, Klettern..).

Taucher sind in der besonderen Lage, diesen Handlungsraum unabhängig ihrer Fähigkeiten zu überschreiten. Dazu bedarf es weder einer besonderen körperlichen Fitness noch Ausrüstung.

Dieser Umstand, im Zusammenspiel mit den psychologischen Momenten führt dann zu dem...

Teufelskreis Tieftauchen - Der subjektive Handlungsspielraum:

Jeder Tauchgang, der ohne Probleme bewältigt wird, wird von dem Taucher als Bestätigung und richtige Einschätzung seiner Fähigkeiten angesehen. So ist jeder 50`er ein Beweis dafür, dass man sich nicht überschätzt hat. Diese optimistische Einschätzung scheint in der Natur des Menschen zu liegen. Die Einschätzung, dass evtl. nur eine gute Tagesform oder glückliche Umstände (z.B. Meistern einer kritischen Situation) den Tauchgang gelingen ließen, wird selten eingestanden. Auch werden Hinweise auf eine erreichte Grenze selten erkannt. Wer noch keinen Tiefenrausch erlebt hat, wird ein solches Symptom kaum realistisch wahrnehmen. Oder wie soll jemand erkennen, dass er sich kurz vor einer DCS befunden hat, wenn er keine Symptome verspürt hat? In Verbindung mit den positiven Emotionen kommt es dann leicht zu optimistischen Fehlschlüssen.

Die Folge davon ist, dass die eigenen Fähigkeiten immer höher eingeschätzt werden und immer tiefer getaucht wird.

Von außen mag es denn Anschein einer überhöhten Risikobereitschaft haben, dem ist aber nicht so. Was sich ändert, ist lediglich die Einschätzung der eigenen Fähigkeiten.

Plötzlich stellen auch Tauchgänge auf 60m kein unverantwortlich hohes Risiko mehr da, da der Taucher von höheren Fähigkeiten ausgeht. Objektiv mag der Handlungsspielraum durch Übung und psychischer Stärke durchaus steigen, erreicht aber nicht das Niveau des subjektiven Handlungsspielraums.

Dies erklärt m.E. auch den Umstand, dass das Unfallrisiko sog. erfahrener Taucher wieder steigt.

Fazit:

Das Tieftauchen stellt weniger das Problem dar, sondern diese psychologischen Momente. Die Ausführungen sind im Übrigen genau so übertragbar auf z.B. das Höhlen- und Wracktauchen.

Feste Grenzen und Regeln halte ich für absolut sinnlos und überflüssig, da sie von den Tauchern nicht beachtet, eine Regelverletzung keine unmittelbare Auswirkung hat und wichtiger, jeder Taucher seine ganz

individuelle Grenze hat.

Den Anfängern muss von Anfang an ihr objektiver Handlungsspielraum und diese psychologischen Zusammenhänge klar gemacht werden. Dass man die frischgebackenen OW`s, * ... nicht weiter auf 30m am Riff daddeln sieht, von unseren tiefen kalten Seen ganz zu schweigen.

Ziel eines jeden Tauchers muss es sein, den eigenen objektiven Handlungsspielraum zu erkennen und durch Training, Ausbildung u.s.w. zu erweitern. Aber das wird wohl ein schwieriges Unterfangen...