

LA SICUREZZA DOPO IL CORSO

Un bel giorno, dopo ore di lezioni teoriche, esercizi in piscina, prove, esercitazioni ecc. ecc. arriva il momento che il corso finalmente si conclude e viene rilasciato l'agognato brevetto che ci qualifica come "subacqueo".

Ma prima di iniziare la nostra nuova attività proviamo a fare un bel passo indietro, addirittura al momento in cui abbiamo deciso di frequentare un corso subacqueo e poniamoci una domanda: quali sono le motivazioni e le aspettative che ci hanno convinto a intraprendere questa strada?

Proprio da questa domanda, e dalla conseguente risposta, inizia un percorso che ci consentirà di diventare "buoni" sub e fare tante immersioni con soddisfazione, divertimento e soprattutto in piena sicurezza.

Subito quello che è un mio profondo convincimento: andare sott'acqua non è una attività "fisica", intendendo con questo che non è una attività che richieda una preparazione fisica particolare. Una buona condizione fisica è più che sufficiente. Le immersioni subacquee, quelle ricreative in particolare, sono attività tranquille, assolutamente per persone "normali".

Piuttosto è molto più importante l'approccio mentale, il come ci poniamo di fronte a questa attività che si svolge in un ambiente diverso da quello abituale. In definitiva andar sott'acqua è una "filosofia", o meglio richiede una filosofia, intendendo con questo sottolineare che è molto importante acquisire conoscenze e abilità ma è altrettanto fondamentale acquisire, e in definitiva scegliersi e naturalmente applicare, una scala di valori, un metro di valutazione, un metodo, un atteggiamento mentale – in una parola una "filosofia" appunto - che permetta di fare scelte pratiche, coerenti e corrette, ma soprattutto in funzione dell'aspetto più importante della subacquea: la sicurezza.



Per capire cosa si intenda per "immergersi in sicurezza" dopo la conclusione di un corso subacqueo, di qualsiasi livello, è utile e illuminante analizzare alcuni aspetti che si vengono spesso a creare durante il corso stesso.

E' prassi normale, e direi inevitabile, che nelle prime fasi di un corso per subacquei, soprattutto in un primo livello, l'istruttore porti l'attenzione dell'allievo sulle diversità che esistono tra lo stare sopra o sotto l'acqua.

Durante il corso viene correttamente sottolineato che il subacqueo andrà ad operare in un ambiente non "suo", in qualche modo "innaturale" e per rendere possibile affrontare questo ambiente "diverso" verranno utilizzate attrezzature ormai ben collaudate ed affidabili ma pur sempre suscettibili di malfunzionamenti; che dovranno esser rispettate scrupolosamente varie procedure rese necessarie proprio dall'ambiente subacqueo, dalle sue caratteristiche e da come queste interagiscono con la fisica e la chimica del nostro organismo "terrestre"; si dovrà prender coscienza dell'esistenza di problematiche, incidenti ecc. cui potremmo andare incontro e che sono propri dell'attività subacquea.



Tutto questo è fondamentalmente corretto, però.....

A volte a causa di una involontaria enfasi e puntualizzando alcune fasi e situazioni in maniera magari anche eccessiva se pur necessaria, può capitare che l'attività subacquea venga presentata dall'istruttore, ma soprattutto percepita dal neofita, come uno sport che comporta un grado di "rischio" non trascurabile, dando l'impressione che sia di per sé pericoloso.

Bisogna tener presente che l'allievo alle primissime armi ha spesso la tendenza a captare più gli aspetti "negativi" piuttosto che quelli "positivi", a maggior ragione visto che la gran parte del corso verterà proprio su argomenti e procedure attinenti alle varie problematiche e al modo di evitarle o risolverle.

In altre parole: nei corsi si finisce inevitabilmente a parlar molto di più dei vari "accidenti" possibili piuttosto che di cose "belle" quali il fantastico ambiente sottomarino, le strane creature che si potranno incontrare, la possibilità di associare alla subacquea affascinanti attività quali archeologia, fotografia, ecc. ecc.

Tutto questo nell'ottica di una corretta progressione didattica è sostanzialmente e inevitabilmente corretto. E' giusto che i potenziali rischi siano evidenziati e compresi, ma dobbiamo cercare di attribuirgli il giusto peso nel contesto generale.

Vediamo quali sono le possibili conseguenze di questo approccio nell'esposizione delle tecniche subacquee, ma anche di un atteggiamento inverso, troppo "facilone" e superficiale.

Allievi senza alcuna esperienza, che conoscono la subacquea solo dai "sentito dire" o dalle notizie spesso sensazionalistiche di certa stampa e giornalisti non competenti, allievi più "ansiosi", meno "acquatici", meno esperti e motivati, possono già in partenza considerare la subacquea come attività pericolosa e quanto raccontato durante il corso può rafforzare questa sensazione di scarsa sicurezza.

Un simile allievo "insicuro" può reagire in due maniere: abbandona il corso e questa è la situazione più negativa, sia per lui che si perde una fantastica esperienza, sia per la scuola che si perde un allievo, un socio, un frequentatore. Oppure continua ma con un atteggiamento esageratamente prudente, addirittura diffidente, e comunque stando "sulla difensiva", affrontando le varie fasi, ma soprattutto la parte in acqua, con ansia e un "timore" eccessivo, che va oltre un normale, cosciente e rispettoso approccio.

L'istruttore deve essere realista ma rassicurante e spiegare che un tranquillo subacqueo ricreativo non è una sorta di scatenato Rambo, un Indiana Jones alla ricerca di sensazioni forti ed estreme, un incosciente che si espone a situazioni rischiose. Deve poter fornire dati che dimostrino che l'attività subacquea è, se ben gestita, una attività sicura, senza grandi rischi. Deve quindi essere aggiornato circa



le novità tecniche ma anche sulle nuove ricerche mediche, quelle della DAN in primo luogo, e in generale su tutto quanto riguarda il progressivo evolversi di uno sport come la subacquea, relativamente giovane e in continuo "divenire".

E' comunque comprensibile che alcuni allievi, quelli appunto più cauti e titubanti, trovino una soluzione e un conforto "attaccandosi" al proprio istruttore o al dive master o all'amico "esperto" che li accompagna in immersione e a cui viene delegata, nel vero senso della parola, la gestione della propria immersione e quindi della propria sicurezza.



Un simile comportamento è naturalmente accettabile nelle primissime immersioni di un allievo ma, in seguito e in maniera progressiva ci deve essere una evoluzione, un vero e proprio "svezzamento" che porti gradualmente all'autonomia e quindi all'autogestione della propria immersione.

Chi non riesce, spesso non per suoi deficit assoluti ma piuttosto perché non gli sono stati forniti adeguati mezzi, preparazione e conoscenze per arrivare a questa "maturazione", diventa un subacqueo insicuro, potenzialmente pericoloso per se e per gli altri.

In modo analogo e con conseguente equiparabili, una esagerata "faciloneria" trasmessa dall'istruttore come anche un diverso e opposto approccio alla subacquea da parte di un allievo caratterialmente più "aggressivo" rispetto al timido e timoroso neofita sopra descritto - il classico soggetto esuberante, che si lancia oltre l'ostacolo ignorando cosa possa esserci dietro l'ostacolo stesso - possono portare ad una attività subacquea potenzialmente pericolosa.

I soggetti esuberanti e apparentemente decisi e convinti sono più difficili da riconoscere, e spesso da gestire, perché, contrariamente agli altri, sono nascosti dietro una maschera di sicurezza che però spesso è solo apparente.



Comunque, chi tra di noi non preferisce immergersi, specie se l'immersione presenta un certo impegno, con un compagno preparato ed esperto piuttosto che con un subacqueo insicuro e timoroso o con un fanfarone che alla prima difficoltà si mette e ci mette nei guai!?!?

A questo proposito in molti manuali per istruttori subacquei sono descritti, in maniera simpatica e scherzosa (ma assolutamente verosimile) i vari atteggiamenti che si possono riscontrare tra i partecipanti ad una uscita in mare, valutabili sia all'imbarco che durante il trasferimento verso il punto di immersione: il super tecnologico, il maniaco metodico, il silenzioso, il chiacchierone, lo sbruffone, il distratto, il nervoso ecc. Tutti approcci all'immersione diversi ma che un istruttore o una guida attenti devono riuscire a percepire e quindi gestire.

Dov'è la soluzione?

Il punto di partenza per impedire che la formazione di un allievo presenti "falle" potenzialmente pericolose nell'ottica di una buona e "sicura" gestione dell'immersione, vuoi che si tratti di forme di "dipendenza" che di "valutazioni al ribasso" nell'andar sott'acqua, e che questi atteggiamenti diventino una pericolosa consuetudine, si trova nel "come" il corso stesso, di qualsiasi livello esso sia, è stato impostato e sviluppato.

La sicurezza del "dopo corso" nasce durante lo svolgimento del corso stesso e di come determinate nozioni e "filosofie" vengono presentate, insegnate e poi fatte proprie dall'allievo.

E' pertanto fondamentale ribadire l'importanza e la necessità di corsi adeguatamente strutturati, di durata ragionevole ma mai frettolosa, che affrontino i vari aspetti con completezza, soddisfacendo la curiosità e i dubbi dell'allievo: non si deve mai cadere nella tentazione di accelerare i tempi col fine di "monetizzare" l'attività di un allievo appena brevettato.

Vale sia per la parte teorica che per la pratica in piscina e in mare: anche le "noiose" sessioni di "acquaticità" hanno un loro perché !!

Ugualmente è importante curare la parte "psicologica" dell'andar sott'acqua, cercar di far comprendere quali sono i meccanismi della paura, dell'ansia, dell'approccio mentale all'immersione, sottolineando che determinate azioni e reazioni vanno comunque interpretate nella considerazione che operiamo in un ambiente che non è il nostro naturale.



Insegnare una “mentalità” subacquea è quindi altrettanto importante, forse anche di più, che insegnare l’uso delle varie attrezzature e delle procedure da applicare. In altre parole un corso di subacquea deve essere qualcosa che va oltre un mero insegnamento tecnico.

Nei nostri corsi ci piace sempre ricordare che la subacquea è un’attività che si pratica molto di più col cervello piuttosto che col fisico. La componente più importante dell’attrezzatura è la nostra “testa”.



Ecco perché mi piace ribadire che “andar sott’acqua” è una “filosofia”: ben mi capiranno gli intrepidi veri appassionati che, in pieno inverno, affrontano il freddo, il disagio, la lunga preparazione in cambio di relativamente pochi minuti sotto il mare!!

Comunque passiamo oltre l’aspetto poetico.....

Un corso ben programmato e strutturato deve comunque porsi una scadenza in termini di durata ma questi termini non possono essere forzatamente troppo “stretti” perché vincolati a scadenze esterne al corso stesso: per rilasciare un brevetto

“eticamente e deontologicamente” valido si deve tener conto delle esigenze e delle capacità, di apprendimento, di comprensione e di “metabolizzazione”, di ogni allievo.

Il concetto deve essere: “**ADDESTRAMENTO PERSONALIZZATO**”.

Ogni allievo ha una propria storia, una sua precedente esperienza, proprie aspettative, proprie motivazioni, propri limiti.

Vanno rimossi eventuali preconcetti, falsi miti, “sentito dire” approssimativi.

Il raggiungimento degli standard didattici (ogni scuola ne ha di leggermente diversi ma il fine è sostanzialmente il solito) **richiede tempi diversi** da persona a persona, a volte anche tanto diversi.

L’istruttore deve operare scelte che possano consentire a tutti il miglior completamento del percorso.

Andar sott'acqua con un autorespiratore è estremamente semplice: è il gestire l'inaspettato che diventa complicato se non si ha una buona conoscenza e coscienza sia della materia che di noi stessi, del nostro corpo e anche della nostra "emotività". Riuscire ad inquadrare bene cosa sia l'"imprevisto", dove e come possa esser nato, è il miglior sistema in primo luogo per evitarlo, poi eventualmente, in seconda battuta, come risolverlo.

Professionalità (che non significa necessariamente professionismo) e sensibilità dell'istruttore sono fondamentali.

Il risultato di un corso deve essere un subacqueo istruito, cosciente, equilibrato, consapevole: un subacqueo "autonomo". Un subacqueo in grado di immergersi nella massima sicurezza possibile.

E' quindi evidente che l'equazione è:

CONOSCENZA = PREVENZIONE = SICUREZZA

ed è necessario che ognuno sia messo in grado di ricevere questa conoscenza, farla propria per poi applicarla.

Il caso limite, anche se quasi sempre le responsabilità sono più dell'istruttore che dell'allievo, è il "rifiutare" di concedere un brevetto, ove si ritenga una persona non adeguata e soprattutto fuori da ragionevoli parametri che possano in ultima istanza pregiudicare la sicurezza.

Rarissimo ma non deve essere un tabù.

Corsi esageratamente brevi, svolti e conclusi in un paio di giorni di vacanza in un mare tropicale, sono utili e validi ma solo come "inizio": la maggior parte delle volte non sono sufficienti per una



adeguata preparazione che rappresenti e insegni l'attività subacquea per quella che è: un "giochino" adatto a tutti, praticabile da tutti e a tutte le età ma che deve essere affrontato con coscienza e cervello.

Chiunque pratichi lo sport subacqueo ha ben presente quali sono le differenze - soprattutto ambientali (luce, temperatura, colori ecc.) che si ripercuotono sia psicologicamente che come impegno fisico (muta più spessa e opprimente, cappuccio,

più zavorra ecc.) – tra una immersione in un mare tropicale e il nostro Mediterraneo. Un tuffo alle Maldive è ben diverso da uno a Calafuria magari effettuato non in piena estate.

Concludendo è corretto affermare che la sicurezza del “dopo corso” nasce nell’ambito del corso stesso, da come ogni allievo è stato preparato indipendentemente dalla sua situazione di partenza, ma chiaramente tenendo conto di questa.

Immergersi in maniera sicura richiede il rispetto di un principio:
non trovarsi mai a dover dire “NON LO SAPEVO” oppure “NON ME L’ASPETTAVO”.

In ogni situazione anomala il trucco è:
FERMATI, PENSA, AGISCI.

Semplice ma bisogna essere “attrezzati”.



Aprile 2010

Stefano Barzellotti - Istruttore Federale F.I.P.S.A.S. - C.M.A.S.