

Você tem medo de



Nas fotos, diferentes momentos das aulas na piscina; esta é a primeira fase do aprendizado que dura um final de semana inteiro. O primeiro contato com a água já proporciona uma grande socialização entre os alunos. Acima (direita) o Antonio Luis, um dos alunos que melhor demonstram o sucesso do método do Scoton, declara: "Eu não sabia nadar e tinha medo de água, estou aqui a poucas horas e já deixei para trás muitos dos meus medos, já estou nadando e mergulhando"



An underwater photograph of a swimming pool. Several people are visible, some wearing diving masks and snorkels, floating or swimming. The water is clear and blue, and the pool's tiled floor is visible at the bottom.

água?

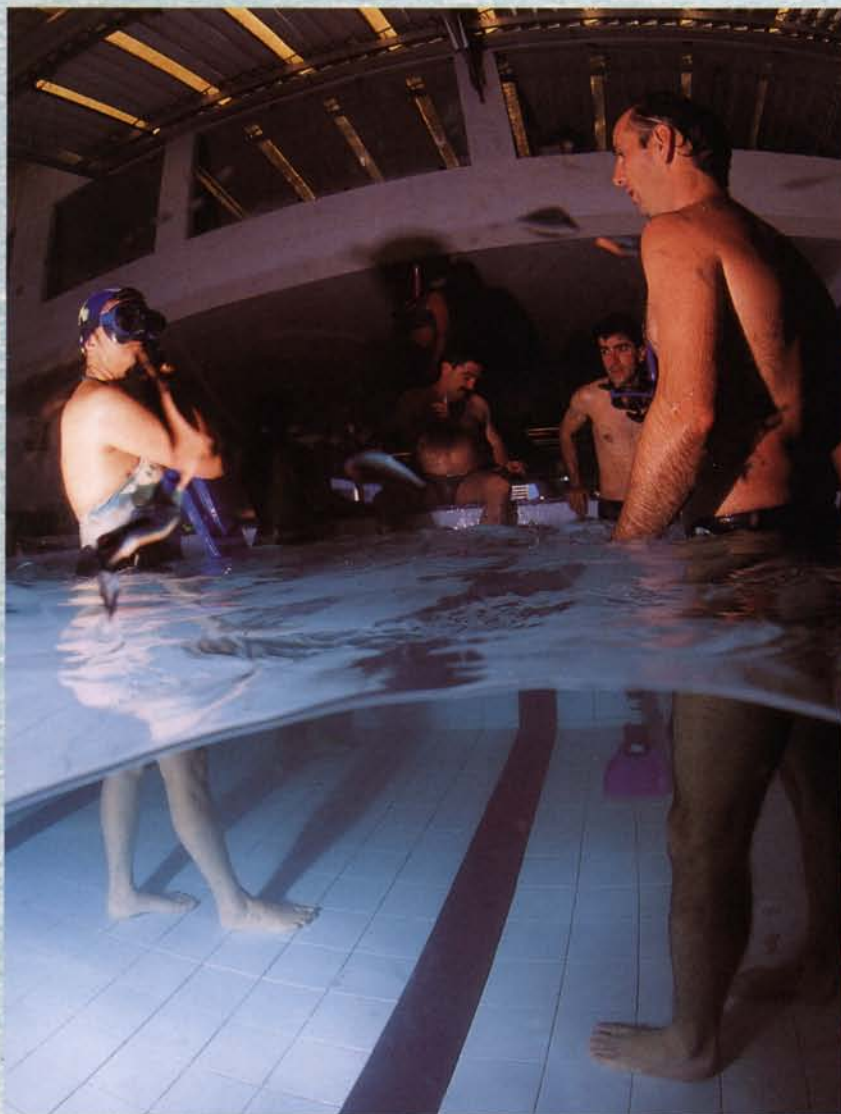
A “Mergulhoterapia” pode ser o caminho para se livrar deste problema

Ansiedade, angústia, tristeza e stress, são palavras tão comuns em nosso dia-dia, que as vezes não as damos a devida importância. Todos os mergulhadores sabem o quanto a água é capaz de “mexer” com o nosso emocional, muitas vezes amenizando e aliviando tensões, mas também trazendo à tona receios e fobias. Por mais incrível que possa parecer, não é desistindo do mergulho que resolveremos os nossos medos, mas sim, através dele que poderemos superá-los.

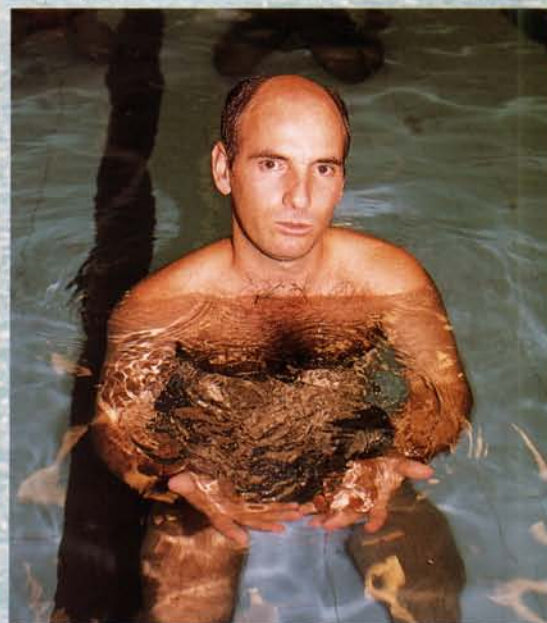
Quem teve a idéia de utilizar o mergulho como ferramenta terapêutica foi Professor de Educação Física, pós-graduado em Programação Neurolingüística, Darci Roberto Scoton.



Mergulhoterapia



Scoton, foto abaixo, confessa que cada aluno é uma surpresa, cada pessoa traz um universo diferente dentro dela, o desafio é conseguir que isto venha a tona. A relação com o grupo e principalmente com a água faz isto acontecer. É uma mágica, nós apenas facilitamos. Foi o caso da Magali (foto ao pé da página), que também não sabia nadar, tinha pavor de usar uma máscara. Ela conta com entusiasmo, que quando foi para o mar, teve que ser levada de bote até o local de mergulho. Foi uma grande surpresa, quando conseguiu voltar nadando sozinha para o barco



O método por ele elaborado e denominado Mergulhoterapia, é aplicado em pessoas que não sabem nadar ou tem medo de água.

Segundo o professor, a possibilidade de aprender novas habilidades melhora sensivelmente a auto-estima, a calma, o raciocínio lógico e a segurança nas tomadas de decisão do aluno, facilitando muito sua relação com o meio aquático.

“É extremamente gratificante ver pessoas, em curtíssimo espaço de tempo, percebendo o quanto a água pode ser nossa “amiga”. Ao perder a hidrofobia é possível também reencontrar outras potencialidades adormecidas e superar com maior destreza as dificuldades cotidianas”, diz Scoton.

Para saber mais sobre a mergulhoterapia, ligue (11) 6641 5013, e-mail: contato@mergulhoterapia.com.br ou consulte o site: www.mergulhoterapia.com.br



