

Tekst: Simon Pridmore

– *Scuba Confidential*-klummen i dette nummer er baseret på et kapitel i Simons bog *Scuba Exceptional: Become the Best Diver You Can Be*.

**I første del af denne todelte artikel drog jeg nogle sammenligninger mellem dykning og bilkørsel, først og fremmest i forhold til at lære at forudse og vurdere farlige situationer, træffe oplyste, fornuftige beslutninger og forblive sikker – en tankegang som bilister betegner defensiv kørsel.**

Jeg har også skitseret en defensiv dykkerstrategi, der handler om, hvordan man bruger sin dykkercomputer. Her er et par strategier mere, som jeg ser som en del af det defensive dykkerkoncept, hvor ”defensiv” har samme betydning som i bilverdenen, dvs. sikker, forsigtig, konservativ og eftertænksom.

### Undgå faldgruben ”normalisering af afvigelse”

I en nøddeskal er normalisering af afvigelse at starte med en sikker procedure, derefter skære et hjørne af denne procedure

og fortsætte med at skære det samme hjørne, indtil det bliver rutine, idet du søger at retfærdiggøre, at hjørneskæringen giver mening. Et eksempel: Du tager to lygter med på et natdyk, for

hvis den ene går i stykker, kan du bruge den anden. Hvis du ikke har en ekstra lygte, vil du være efterladt helt i mørke; du vil ikke kunne se, hvor du er på vej hen, og når du stiger op, vil du ikke

have nogen måde at vise din overfladestøtte, hvor du er.

En dag forbereder du dig på et natdyk og opdager, at du kun har én fungerende lygte. Den anden er blevet smadret under trans-

porten; måske er en flaske faldet ned på den. Du fortsætter med dykket alligevel. Du fortæller dig selv, at hvis din ene lygte skulle svigte, så kan du altid slå dig sammen med en anden dykker,

låne deres anden lygte eller bare svømme rundt med dem, lade dem lyse vejen op og så komme op til overfladen sammen. Intet går galt. Din ene lygte fungerer fint, og du bruger den samme

# Defensiv Dykning Del 2

ILLUSTRATION: G. SYMES. SAMMENSAT AF PUBLIC DOMAIN-BILLEDER FRA PIXABAY

”... gå ud fra, at du får et problem under dykket og må klare det på egen hånd ...”

begrundelse, nu bakket op af erfaring, til at retfærdiggøre, at du ikke investerer penge i en ny anden lygte. Du fortsætter med at natdykke med kun én lygte.

Dette er normalisering af afvigelse: uacceptabel adfærd bliver rutinemæssigt acceptabel. Det er selvfølgelig ikke kun et fænomen indenfor dykning.

Det forekommer indenfor stort set alle områder af menneskelig aktivitet. Det er heller ikke kun et individuelt fænomen; det kan påvirke eller inficere et helt samfund. Og det ser ud til at være noget, som vi dykkere udmærker os ved. Tænk på nogle af de ting, som dykkere gør hele tiden. For eksem-

pel fortsætter sportsdykkere med at dykke, når de har meget lidt luft tilbage, og de går regelmæssigt i deko på en enkelt flaske. Samtidigt dykker tekniske dykkere ofte i 'overhead compartments' uden en backup-opdrift, med utilstrækkelig bailout gas, når de bruger en CCR, eller strækker brugen af CO<sub>2</sub>-absorbenter (Sofnolime o.lign.) ud over producentens anbefalede grænser.

Det er et spørgsmål om tankegang. Når man har omgået en etableret procedure og er sluppet godt fra det, vil nogle dykkere måske tænke: "Jeg kom ikke til skade, og jeg var ikke i fare, derfor må proceduren være unødvendig eller overdrevet", eller: "Jeg kom ikke til skade, og jeg var ikke i fare, derfor må jeg være noget særligt – en slags dykkersuperhelt".

En defensiv dykker vil indtage den modsatte holdning og tænke: "Jeg begik en fejl, og jeg slap godt fra det. Det vil aldrig ske igen. Hvad kan jeg gøre for at sikre, at jeg aldrig begår den fejl igen?"

### Fralæg dig ikke ansvaret

Følg aldrig en divemaster eller dykkerguide blindt og uden at stille spørgsmål. Giv aldrig andre fuld autoritet over dit dyk. Professionelle dykkere er også bare mennesker. Folk tager fejl, folk overvurderer deres evner, folk bliver distraherede, folk bliver trætte. Sørg for, at du er aktivt involveret i alle beslutninger vedrørende dykket, at du kender dykkerplanen, forstår din rolle i teamet og har en idé om, hvem dine meddykkere er, og hvor erfarne de er. Vær parat til at tage det fulde ansvar for dig selv under dykket, og vær også parat til at hjælpe en af dine holdkammerater eller endda din divemaster eller



## Ny Bog af Simon Pridmore

"Simon Pridmores nyeste bog, *Technically Speaking*, er en enestående tour de force fra en af moderne dyknings mest dygtige udøvere og bedst sælgende forfattere."

– David Strike: *Oztek og Tekdive Convenor*

"Det vil kræve noget at gøre for at forbedre denne beretning om teknologiens første skridt ... som uanset hvor meget du ved eller tror, du ved; vil du stadig finde mange obscure historiske perler..."

– Kevin Denlay, *early adopter og vragfinder*



og hvordan årtiet fra 1989 til 1999 og nogle få dedikerede iværksættere ændrede dykning for altid.

I løbet af disse ti år gennemgik dykkersporten sin største udvikling, men teknisk dyknings vej til

universel accept var alt andet end gnidningsfri, mange forhindringer skulle overvindes, og der var tidspunkter, hvor det selv set i bakspejlet så ud til, at dets fortalere ikke ville få held med deres forehavende. Det lykkedes dog, som bekendt til sidst, men kun takket være vedholdenhed, god timing og en god portion held.

**Indbundet: 300 sider**

**Paperback: 350 sider**

**Kindle-udgave**

**Udgivet af Sandsmedia**

**Sælges af: Amazon Worldwide,**

**Apple, Kobo, Tolino**

**[simonpridmore.com](http://simonpridmore.com)**

*Technically Speaking* er den seneste bog fra bestsellerens Simon Pridmores hånd. I en række tema-artikler gennemgås teknisk dyknings tidlige historie – fra dens opståen, og tidlige udvikling, dens efterfølgende globale udbredelse, milepælene undervejs,

guide, hvis de kommer i vanskeligheder. For det er det, der sker.

### Antag det værste

Denne strategi ligner "hvad nu hvis"-konceptet, men hvor "hvad nu hvis" primært refererer til en tilgang til valg og konfiguration af udstyr, er "antag det værste" mere et spørgsmål om holdning. Der er en parallel her til det råd, der ofte gives til uerfarne bilister: Gå altid ud fra, at alle andre bilister på vejen er idioter, og forbered dig på at handle derefter.

Fra et dykkersynspunkt svarer det blandt andet til følgende:

- Antag, at den person, du dykker med, kommer i problemer og får brug for din hjælp.
- Antag samtidig, at du vil få et problem under dykket, og at du bliver nødt til at klare det på egen hånd.
- Antag, at dykkerforholdene vil forværres under dykket, og at du måske bliver nødt til at afbryde.
- Antag, at båden ikke er der, når

du stiger op, og at du skal hjælpe besætningen med at finde dig.

- Antag, at båden ikke dukker op, og at du har brug for en plan B; for eksempel at svømme ind til land eller forberede dig på at flyde i lang tid, indtil eftersøgere eller tilfældige fiskere kommer forbi.
- Sørg for, at alt dit udstyr fungerer korrekt før hvert dyk, men forbered dig på, at det vil svigte, lige når du har mest brug for det.

### Vær opmærksom hele tiden

Der er fire hovedaspekter ved dette:

- Udskift eller reparer alt, der ikke fungerer under et dyk, før næste dyk; det gælder også utætte O-ringe og slanger.
- Se fremad og tænk fremad. Tidlig erkendelse af potentielle problemer giver dig mere tid til at reagere. Glem ikke at kigge bag dig, især hvis du er i et skibsvrag eller en grotte. Du skal sandsynligvis samme vej ud. Vær



”Dyk på samme måde, som du kører. Hold øje med havet, som du holder øje med vejen.”

hvad de kan finde på at gøre, og vær forberedt. En dykker med dårlig finnekontrol i et trangt rum kan hurtigt reducere sigtbarheden. En tung ånder kan hurtigt løbe tør for luft. En andens problem kan altid også blive dit problem. I min tid har to dykkere, der var løbet tør for luft, revet regulatoren ud af munden på mig (og revet min maske af i processen) i deres desperate forsøg på få luft. Ingen af dem var en del af min gruppe.

### Indbyg buffere

Buffere eller sikkerhedsmarginer er små beskyttelsesforanstaltninger, som du kan inkludere i din dykkerplan for at gøre et dyk mere sikkert. Ikke at gå dybere end nødvendigt er en buffer. Et længere sikkerhedsstop på 3 til 6 meter er en buffer, ligesom det er en buffer at stige langsommere op end den anbefalede maksimale hastighed på 9 meter pr. minut.

At dykke på nitrox med din dykkercomputer indstillet til luft er også en buffer. Så længe du ikke dykker dybere end nitroxblandingsens maksimale driftsdybde, er der absolut ingen grund til, at det ikke skulle være helt sikkert. Det er en fremragende måde at reducere risikoen for dekompressionssyge på, især hvis du er på en flerdages dykkertur med flere dyk om dagen.

Gør det til en vane at lave længere overfladeintervaller mellem dykkene i stedet for at

beregne minimumsintervaller for at få så meget dykkertid som muligt på en dykkerdag. Hvis du vil tilbringe mere tid i vandet, er det meget bedre at tilbringe en længere periode på mindre end 9 meters dybde efter hvert dyk. I løbet af denne tid vil din krop frigive inert gas, der er akkumuleret under den dybere del af dit dyk. Eksperimenter, der har målt mikrobobler i dykkere efter dykning, har vist, at denne praksis reducerer dykkerens antal af bobler efter dykket betydeligt.

Indbyg buffere i alle aspekter af din dykkerplanlægning og

udførelse. Vær eftertænksom, og anlæg en defensiv tankegang som beskrevet her. Du vil opdage, at fokus på og prioritering af sikkerhed ikke nedsætter kvaliteten af din dykning. [K](#)

Læs første del af artiklen [her](#).

Simon Pridmore er forfatter til de internationale bestsellere *Scuba Confidential: An Insider's Guide to Becoming a Better Diver*, *Scuba Professional: Insights into Sport Diver Training & Operations* og *Scuba Fundamental: Start Diving the Right Way*. Han er også medforfatter til *Diving & Snorkeling Guide to Bali* og *Diving & Snorkeling Guide to Raja Ampat & Northeast Indonesia*. Hans nyligt udgivne bøger omfatter *Scuba Exceptional: Bliv den bedste dykker, du kan være*, *Scuba Physiological: Think You Know All About Scuba Medicine? Tænk igen!* og serien *Dining with Divers* af kogebøger. For mere information, se hans hjemmeside på: [SimonPridmore.com](http://SimonPridmore.com).

for at udgive denne lettilgængelige udgave. Hvis du har fulgt med i hans udgivelser, ved du allerede at han giver dykkere meget nyttige råd og information, som ikke findes andre steder. Hans pointer er ofte underbygget af virkelige oplevelser og eksempler man kan lære af. Han vender velkendte problemstillinger og betragter dem fra nye indgangsvinkler, ser på det bredere perspektiv og låner teknikker og procedurer fra andre områder.

## NY 4 i 1!

Simon Pridmore har udgivet et nyt bind i e-book format, der samler fire bøger i hans bestseller *Scuba*-serie:

- *Scuba Fundamental – Start Diving the Right Way*
- *Scuba Confidential – An Insider's Guide to Becoming a Better Diver*
- *Scuba Exceptional – Become the Best Diver You Can Be*
- *Scuba Professional – Insights into Sport Diver Training & Operations*

Som Simon udtrykker det, er dette ”en remastering og ompakning af de originale bind snarere end de største hits.” Der mangler ikke noget. Ved at samle al viden



fra fire bøger i dette *Scuba Compendium* i et enkelt værk, er der skabt et unikt og let søgbart opslagsværk for dykkere på alle niveauer. Simon har altid været en talsmand for sikrere dykning gennem tilegnelse af viden, hvilket har været hans motivation

E-bog filstørrelse: 5298 KB  
Udgivet af: Sandsmedia  
Sælges af: Amazon, Kobo, Tolino og andre  
ASIN: B09DBGHJSC  
[simonpridmore.com](http://simonpridmore.com)

opmærksom på tegn på forhold, der ændrer sig. Kig op til overfladen fra tid til anden for at se, hvad der sker der.

3. Vær altid opmærksom på, hvordan du dykker, og hvordan du befinder dig i vandet. Tænk på dit trim, hvordan du er strøm-

linet, hvad dine finner gør, og hvad du gør med armene.

4. Dyk på samme måde, som du kører bil. Hold øje med havet, som du holder øje med vejen. Hold øje med andre dykkere i vandet, ligesom du gør med andre bilister. Forudse,