



Norges miljø- og  
biovitenskapelige  
universitet

**Masteroppgave 2020 30 stp**  
Fakultet for landskap og samfunn

## **Drukningssulykker – en kvalitativ studie av erfaringer og opplevelser hos voksne overlevende i ikke-fatale drukningssulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019**

Drowning - a qualitative study exploring the lived experiences of adult survivors of non-fatal drowning accidents in Norway between 2016-2019

Mie Kolvik Iversen

Master i Folkehelsevitenskap – natur og miljø, helse og livskvalitet

## Forord

Aller først, tusen takk til alle dere som meldte deres interesse for prosjektet! Dette hadde ikke vært mulig uten dere. Deres innspill, refleksjoner og beskrivelser, er det som er grunnlaget for alt.

Deretter, takk til veileder, Sheri Lee Bastien. Din uvurderlige fleksibilitet, tålmodighet, klokhet og raushet har vært avgjørende for gjennomføringen av denne masteroppgaven.

Takk til Tanja Krangnes ved Redningsselskapet og Thomas Pinard i Norges Padleforbund, takk for at dere var så til de grader imøtekommende ovenfor meg og brukte av deres tid. Eva Vaagland og Skadeforebyggende forum, takk for innspill på mastertorgdagen 2019 og at dere tildelte meg masterstipend våren 2020. Det har vært krevende å gjøre en masterstudie hvor utgangspunktet kun var et vidt tema, gjøre dybdeintervjuer i en tid hvor datasikkerhet er under stor utvikling, å fullføre en mastergrad under en pandemi. Takk til Ove Brusegaard, forskningsavdelingen ved NMBU. Takk til Johanne Longva, universitetsbiblioteket ved NMBU. Takk til Tom-Inge for idémyldring i startfasen. Takk til Knut og mamma som leste korrektur i sluttfasen. Takk til Terje og Åsgeir, «jungelsjefene» mine som tilrettela på jobb og hadde ryggen min underveis i denne mastergraden. Thorbjørg, rådgiver på idrettslinjen på videregående, du oppmuntret meg til å tenke «folkehelse» som utdanning allerede for 14 år siden og du "skjønte" meg bedre enn jeg kjente meg selv. Takk til flokken min. Knut, takk for alt, alle middager du har laget, og evinnelige tålmodighet underveis i denne mastergraden.

Jeg har alltid trukket mot vannet og havet. Jeg er en landkrabbe oppvokst i, på og ved en innsjø, men som fikk alle ferier ved havet nordpå og i Vestfoldsyden. Jeg lærte fort underveis i studien at min håndballidentitet påvirker forståelsen min av aktivitet og skaderisiko. Jeg ønsker ikke kaste stein i glasshus, formålet med denne studien er ikke å rette noen pekefinger eller plassere skyld. Gleden ved aktivitet, ved havet, ved det blå elementet, ligger forankret i ryggmargen og identiteten, og det vil dermed kunne påvirke alle valg tatt i forbindelse med dette prosjektet. Uansett hvor jeg er i verden, kompassnålen i hjertet peker mot sjøgrønt kaldt hav, og føttene tar meg alltid mot svaberg og skjærgård. Denne masteroppgaven kan bære preg av dette.

Mie Kolvik Iversen

Tønsberg, desember 2020

## Sammendrag

Hensikt: Studien undersøker levde erfaringer, opplevelser og narrativ hos voksne overlevende av ikke-fatale drukningsulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019. Formålet til studien er å utvikle ny kunnskap som kan bidra til trygg ferdsel under rekreasjon og drukningsforebygging.

Bakgrunn: Det er et økende fokus på blå områder, sjølandskap og livskvalitet. Denne studien er et bidrag om “blå folkehelse” i Norge. Drukning er tidligere identifisert som et folkehelseproblem, men det er kunnskapshull knyttet til datagrunnlag og kunnskapsfelt. For eksempel hvorfor drukner svømmedyktige og vannkompetente individer relativt nært trygg grunn eller i kjente farvann. Hva er det som foregår? Studien utforsker den unike innsikten overlevende har av drukningsprosessen. Drukningprosessen involverer hendelsesforløp i forkant og underveis, oppfatninger og håndtering. Studien er teoretisk forankret i Protection Motivation Theory, situasjonsbevissthet og heuristiske feller.

Metode: Fenomenologisk filosofisk perspektiv er studiens ontologiske og epistemologiske utgangspunkt. Det er en kvalitativ studie med en datastyrt tilnærming med utgangspunkt i empirien. Det er gjort narrative intervjuer med fem overlevende. Datamaterialet har deretter blitt undersøkt via tematisk analyse med induktiv empirinær koding.

Resultater: Hendelsene skjedde under kantring med kajakk i hav eller innsjø og fall fra bryggeanlegg i forbindelse med fritidsbåtbruk. Alle hendelsene skjedde i kaldt vann mellom april og desember. Deltakerne beskrev hvordan enten noe ved dem selv eller omgivelsene overrasket dem under hendelsesforløpet eller hvordan abstrakte farer ikke nødvendigvis føltes farlig. Hvem de var på tur med påvirket risikovillighet uten at de tenkte over det. De beskrev hvordan alle strategier under håndtering gikk ut på å øke handlingsrom. Evne til ro og unngå panikk var sentralt i håndteringene av ulykkene.

Konklusjon: Studien kan ikke fastslå sammenhenger, men resultatene trekker i retning av at det kan ha oppstått ubalanse mellom den risikoen individet i utgangspunktet aksepterte og restrisikoen som forelå. Ubalansen kan ha oppstått uten at individet nødvendigvis hadde fått noen tegn, indikasjon eller tilbakemelding på at faregrad hadde økt, og var blitt høyere enn det nivået individet i utgangspunktet aksepterte. Det var ikke at de ikke visste, ikke kunne, eller ikke hadde gjort det før, men ferdsel, mestring og valg ble annerledes den dagen. Svømmedyktighet, tidligere erfaring, trening og tilvenning, mestringstro og evne til ro påvirket tidsvindu, handlingsrom og overlevelse.

## Abstract

Aim: The study explores lived experiences and narratives among survivors of non-fatal drowning accidents in Norway 2016-2019. The purpose of the study is to develop new knowledge that can contribute to water safety and drowning prevention.

Background: There is growing interest in blue spaces, seascapes and well-being, and this study is a contribution to the field of research on “blue public health” in Norway. Drowning is identified as a public health problem, but there are still unexplained aspects and there is a knowledge gap in the literature internationally. For example, why do strong swimmers with water competency drown close to safe grounds or in familiar areas. What is going on? This paper explores the survivors unique insight of the drowning process. The drowning process includes sequences of events, perceptions, responses, and handling of the incident. The theoretical framing and positioning of the study is Protection Motivation Theory, Situation Awareness and Heuristic Traps.

Method: The study takes a phenomenological ontological and epistemological standpoint. It is a qualitative study that were aiming for data saturation. It has been conducted narrative interviews with five survivors. The data was then analyzed by thematic analysis with a data-driven inductive approach.

Findings: The accidents occurred after capsizing during recreational sea-kayaking and inland-kayaking, and recreational boater who fell of the wharf before the boat trip. All of the accidents happened in cold water between April and December. The participants gave descriptions on how aspects related to themselves or the aquatic environment surprised them during the sequence of events surprised. They also described how abstract danger did not feel dangerous at the time, how group dynamics influenced partly unconsciously the risk acceptance. Tactical strategies and responses where aimed to increasing the “time window”. The ability to stay calm and avoid panicking was central in the handling of the incidents.

Conclusion: The findings suggest an imbalance between the acceptable risk and the residual risk. The imbalance was created without clues or feedback on increased danger level. The residual risk was higher than the individual originally accepted. The reason for exposure to potentially dangerous waters and terrain was not ignorance or lack of knowledge, but routes, choices, and circumstances changed somehow leading up to the incident. Swimming skills, former experience, habituation, practice, self-efficacy affected the “time window” and survival.

## Innhold

Forord.....	i
Sammendrag .....	ii
Abstract.....	iii
Tabelloversikt i kappen.....	vi
Figuroversikt i kappen .....	vi
Tabelloversikt i artikkelen .....	vi
Forkortelser .....	vi
1. Introduksjon.....	1
1.1 Masteroppgavens oppbygning.....	1
1.2 Farvann, ferdsel og folkehelse .....	1
1.3 Målsetning, problemstilling og forskningsspørsmål .....	3
2. Bakgrunn .....	3
2.1 Begrepsavklaring.....	3
2.2 Tall og statistikk.....	4
2.3 Forebyggende arbeid og vannrelaterte aktiviteter .....	5
2.4 Sjø- og værforhold, og kroppens respons på kulde.....	6
2.5 Teoretisk forankring.....	7
3. Metode.....	9
3.1 Valg av forskningsmetode.....	9
3.2 Datainnsamling.....	10
3.2.1 Strategisk utvalg og rekruttering av deltakere .....	10
3.2.2 Antall deltakere.....	11
3.2.3 Utarbeidelse av intervjuguide og de praktiske aspektene knyttet til intervju .....	12
3.2.4 Gjennomføring av narrativt intervju og bruk av intervjuguiden.....	13
3.3 Transkribering og intervjuutskrift .....	14
3.3.1 Pseudonymer og deltakersjekk .....	15
3.4 Tematisk datastyrt analyse .....	16
3.5 Ethiske betraktninger.....	18
3.5.1 Innfrielse av formelle krav.....	18
3.5.2 Anonymitet, konfidensialitet, opptak og oppbevaring av data .....	18
3.5.3 Å intervju overlevende.....	19

3.5.4	Forskerens posisjon og rolle .....	20
3.5.5	Covid-19 og nedstenging av samfunnet under prosjektperiode.....	21
3.5.6	Forskerens forforståelse .....	21
4	Resultater .....	22
4.1	Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element.....	23
4.1.1	Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser.....	23
4.1.2	Sanseopplevelser - verden endres .....	24
4.1.3	Overbalanse og oversikt.....	25
4.1.4	Ferdseil – har noe endret seg?.....	27
4.2	Modus, reaksjoner og handlingsrom .....	28
4.2.1	Senkede skuldre og på hugget.....	28
4.2.2	Bevisstløshet, vann i lunger, utmattelse, kuldesjokk og nedkjøling.....	29
4.2.3	Innspill og erfaringer.....	33
4.3	«Alt dreier seg om kunnskap og erfaring» - trygghet, kontroll og respekt .....	34
4.3.1	Ha ansvar og ikke ha ansvar .....	34
4.3.2	«Det å ha gult åreblad må være en fordel» - å varsle og bli observert .....	35
4.3.3	Trening gir knagger.....	36
4.3.4	Overraskelser- komfortsone vs. faresone.....	38
5	Diskusjon.....	40
5.1	Trussel- og mestringsvurderinger.....	40
5.2	Følelser og farer: mentale forenklinger.....	43
5.3	Kjønn og vannkompetanse .....	45
5.4	Tid, kropp, sosiale dimensjoner og landskap i opplevelser og erfaringer.....	45
5.5	I et folkehelseperspektiv – livskvalitet uten livet som innsats.....	47
5.6	Metodiske betraktninger: studiens kvalitet, styrker og begrensninger.....	49
6	Konklusjon og implikasjon.....	51
	Litteratur .....	52
	Vedlegg	
	Artikkel	

## Tabelloversikt i kappen

Tabell 1: Oversikt over de ikke-fatale ulykkene

## Figuroversikt i kappen

Figur 1: Modell av Protection Motivation Theory

## Tabelloversikt i artikkelen

Tabell 1: Eksempel fra analyseprosessen

Tabell 2: Presentasjon av sjøforhold og kontekst i de ikke-fatale drukningsulykkene

Tabell 3: Oversikt over de ikke-fatale ulykkene

## Forkortelser

ICD - International Classification of Diseases

NSD – Norsk senter for forskningsdata

NMBU – Norges miljø- og biovitenskaplige universitet

PMT – Protection Motivation Theory (beskyttelsesmotivasjonsteori)

Regobs - Registeringsside for naturfarerelaterte observasjoner

SA – Situation Awareness (situasjonsbevissthet)

SKAFOR – Skadeforebyggende form

VHF – Very high frequency (veldig høy frekvens)

# 1. Introduksjon

## 1.1 Masteroppgavens oppbygning

Denne masteroppgaven er skrevet som en vitenskapelig artikkel med kappe. Artikkelen vil i etterkant av masterinnlevering bli sendt inn til tidsskriftet *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*. Tidsskriftet er valgt i samråd med veileder og artikkelen er forsøkt skrevet i henhold til tidsskriftets forfatterveileder. Artikkelen er skrevet på norsk, men vil bli oversatt til engelsk under det videre arbeidet. Skjema for konfidensiell gradsoppgave/utsatt publisering av masteroppgave er levert sammen med masteroppgaven nettopp av hensyn til arbeid og innsendelse til internasjonalt tidsskrift. Siden intervjuene ble utført på norsk er det med tanke på transparens og etterprøvbarhet prioritert en utvidet beskrivelse av studiens resultater i kappen. Kappen inneholder også refleksjoner rundt bakgrunn, metode og studiens kvalitet, og den vil diskutere folkehelserelevans.

## 1.2 Farvann, ferdsel og folkehelse

Bryggecaffé med saltvannslukt i nesa, morgenbad i et iskaldt fjellvann, kveldsstup i solnedgang, padletur en varm maidaag, vinterbad og flytebadstue, dykke i krystallklar sikt, fisketur en regnværsdag på hytta, sykkelstur langs sjøen på vei til jobb, spasertur langs elva på vei hjem fra byen, nyttårsfeiring i fjæra mens snøen laver ned, vannet kan være til stede i mange ulike situasjoner og settinger gjennom årstidene, og gjennom livet. Den norske befolkningens nærhet til natur når det kommer til helse kan oppsummeres i tre ord: «helse er natur» (Fugelli & Ingstad, 2001). Deltakelse i vannaktiviteter gir positiv innvirkning på helse i et livsløpsperspektiv, men det forutsetter svømmeferdigheter og evne til selvberging for å ferdes trygt (Utdanningsdirektoratet, 2015). Å mestre ferdsel i, rundt og på vann kan være nøkkelen til deltakelse i det sosiale fellesskapet i lokalsamfunnet (Sandefjord kommune, 2019). Dette kan innebære å tilby svømmeopplæring, trygge badeplasser, sikre sjøfronter i bymiljø og gi ut informasjon om vær- og strømforhold (Skadeforebyggende forum, 2019). Forebygging handler ikke bare om at ulykker skal unngås, det handler også om at konsekvensene ikke skal bli fatale om uhellet først er ute. Det vil være ulik grad av ulykkesrisiko knyttet til friluftslivsaktiviteter (Klima- og miljøverndepartementet, 2016). Det kan på mange måter virke som om det eksisterer et balansepunkt mellom rekreasjon og død når det kommer til natur. Vann kan være kilde til rekreasjon og det kan utgjøre en risiko for tidlig død (Moran, 2011). Dette balansepunktet er tilstede i en kantret kajakk hvor padleren henger opp ned, og verden endres og tiden blir knapp



(Nicol, 2015). Studier viser at blå områder kan ha en helsefremmende innvirkning på mennesker og kan føre til økt livskvalitet, men denne type forskning er relativt ny og det har vært gjort få narrative eller systematiske oversiktsstudier (Gascon, Zijlema, Vert, White, & Nieuwenhuijsen, 2017; White, Elliott, Gascon, Roberts, & Fleming, 2020). Funn i enkeltstudier tyder på at blå områdene, blå trening og blå fysisk aktivitet kan ha stressreducerende effekt, øke fysisk aktivitet og motvirke sykdom (Kelly, 2018; Volker & Kistemann, 2011; White, Pahl, Wheeler, Fleming, & Depledge, 2016).

Forskningsdeltakernes beskrivelser i denne studien er ikke et uttrykk for erfaringer og opplevelser hos alle overlevende av drukningsulykker i Norge. Det vil allikevel bli argumentert for at studiet og funn har relevans utover kun de individuelle forhold og kontekst (Malterud, 2017). Fri natur har til nå aldri gått ut på dato, og derfor har heller ikke tidligere erfaringer og lærdom gått ut på dato (Faarlund, 2015). Å undersøke konteksten ulykkene skjedde i og samtidig se nærmere på bakgrunnen for valg som ble gjort, er mer hensiktsmessig enn å plassere skyld på enkeltmennesker (Cornall, Vernon, & Walker, 2014). Folkehelseloven forplikter kommunene til å føre oversikt over helsefarer, samt å kartlegge negative og positive faktorer som innvirker på dette (Folkehelseloven, 2012). Drukningssulykker og vannulykker er inkludert i dette. De registrerte drukningssulykkene er bare er toppen av isfjellet og forebygging av drukningssprosessen kan gjøres via relativt kostnadslave tiltak (Szpilman, Oliveira, Mocellin, & Webber, 2018; Szpilman et al., 2016). Forebygging redder flest liv og er nøkkelen til å redusere antall drukningssulykker (Szpilman et al., 2018; WHO, 2014).

Denne masteroppgaven er en frittstående studie som undersøker subjektive og individuelle erfaringer hos overlevende i drukningssulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019. Litteratursøkene identifiserte få publiserte kvalitative studier som har undersøkt opplevelser og erfaringer av overlevende av drukningssulykker i Norge, Skandinavia eller internasjonalt. For oversikt over søkestrenger, søkeord og kombinasjoner utført under litteratursøk se vedlegg 1. Drukningssulykker og ulykker i, på og ved vann er i midlertidig ett kompleks fenomen som ikke tilhører et bestemt fagfelt. Det er derfor sannsynlig at det kan finnes studier som ikke har blitt funnet i denne masteroppgavens litteratursøk. Et systematisk kunnskapsgrunnlag er forutsetningen for å utvikle treffsikre forebyggende programmer og tiltak. Et systematisk kunnskapsgrunnlag bygger på dyp forståelse av kontekstene hendelser og ulykker inntreffer i.

### 1.3 Målsetning, problemstilling og forskningsspørsmål

Studiens målsetning er å utvikle kunnskap om hva som foregår under en ikke-fatal drukningsulykke, og gjennom kunnskapsutvikling være med å bidra litt til tryggere ferdsel rundt, i og på vann når tiltak skal utformes. Problemstilling i studien er som følger:

*Hvordan opplever og erfarer individer ikke-fatale drukningsulykker?*

Det er valgt å benytte både opplevelse og erfaring i problemstillingen. Opplevelse kan defineres som «noe vi oppfatter i øyeblikket; vi er i situasjonen her og nå og blir berørt av den» (Askildsen & Løndal, 2019, p. 237). Erfaring derimot «innebærer at bevegelser, tanker, følelser, har satt seg i kroppen» (referert til Rasmussen, 1996, i Askildsen & Løndal, 2019, p. 237). Erfaringer er dermed noe mer enn opplevelser «fordi personen har opplevd og reflektert over dem utallige ganger» (Askildsen & Løndal, 2019, p. 237). I denne studien er hendelse og ulykke likestilt, og blir brukt om hverandre. Drukningprosessen er forstått som mer enn kun vann i lunger og det er derfor en utvidet definisjon av drukning som legges til grunn i problemstilling. Hvordan individene opplevde eventuelle traume, med tanke på mental robusthet eller emosjonelle reaksjoner i etterkant, faller utenfor problemstilling. Forskningsspørsmålene er:

- a) *Hvordan beskriver overlevende de omstendigheter som ledet frem til ulykken og omstendighetene underveis i ulykken?*
- b) *Hvordan oppfattet og håndterte individet situasjonen?*
- c) *Hvordan beskriver overlevende risikovurderinger i forbindelse med ulykken?*
- d) *Hvordan oppfatter individene sin egen kompetanse og ferdigheter knyttet til vann?*

## 2 Bakgrunn

### 2.1 Begrepsavklaring

Frem til år 2002 var drukning kun å regne som en dødsårsak og det var derfor først ansett som drukningsulykke hvis personen omkom, mens begrepet nesten-drukning ble brukt hvis personen overlevde (WHO, 2014). Følgende definisjon av drukning kom på plass etter omfattende arbeid i årene 2002-2005: “the process of experiencing respiratory impairment from submersion or immersion in liquid” og med dette ble definisjonen nesten-drukning fjernet (van Beeck, Branche, Szpilman, Modell, & Bierens, 2005, p. 854). Drukning er heretter blitt definert som en prosess

med to utfallskategorier, fatalt og ikke-fatalt (Szpilman et al., 2018). Ikke-fatale utfall inndeles deretter i overlevelse med og uten sykkelighet, mens fatale utfall brukes kun om dødsfall (Szpilman et al., 2018). Begrepene «water stress», «water distress», «water rescue» fanger opp situasjoner som ikke innebærer drukning etter overnevnte definisjon, men som på sikt kan føre til fatal drukning hvis individet er helt forhindret fra å komme seg i trygghet (Szpilman et al., 2018). I situasjoner hvor luftveier befinner seg i vannoverflaten er dette definert som «immersion», mens når luftveiene befinner seg helt under vannoverflaten er dette definert som «submersion» (Wiggins, Griffin, & Brouwers, 2019). For eksempel det å ligge i overflaten, men å få bølger, skvalp eller sjøsprøyt over ansiktet og munnen, vil falle inn under «immersion». Det er en etablert myte at nesten alle utsatt for en drukning trenger hjerte-lunge-redning eller gjenopplivning (Szpilman & Orłowski, 2016).

Det er flere måter drukning blir omtalt på i det norske språket. Ordet «drukningsulykker» blir i hverdags sammenhenger og i avisartikler i Norge brukt som en slags samlebetegnelse for ulykker i vann hvor vedkommende ikke overlevde, og en slik begrepsdefinisjon skiller seg vesentlig fra fagmiljøets mer kliniske begrepsbruk (Nordahl, 2019; Språkrådet, 2019). Til sammenligning, i skredulykker kan dødsårsak være traume, kvelning eller nedkjøling (Brattlien, 2017). Ulik forståelse mellom fagmiljø, medier og befolkningen av «drukningsulykker» gir rom for at drukning kan være oppfattet både som dødsårsak, en ulykkekategori og en prosess. Dette forskningsprosjektet tar ikke standpunkt i diskusjoner om klinisk eller språklig begrepsavklaring. Det ville gått langt utover denne studiens rammebetingelser.

Denne studien er forankret i folkehelsevitenskap og livskvalitet som begrep, vil bli anvendt fortløpende. Det er i denne studien anvendt en vid forståelse av begrepet livskvalitet. Både psykiske helse med tanke på hvordan menneske opplever å ha det, og levekår som for eksempel grad av frihet, kan begge fanges opp av den utvidede forståelsen som er hensiktsmessig å bruke i tverrfaglige sammenhenger (Nes, Hansen, & Barstad, 2018).

## **2.2 Tall og statistikk**

Det mangler epidemiologiske data på verdensbasis og i høyinntektsland (Szpilman & Orłowski, 2016). Det er flere årsaker til dette. Dødsårsak registreres, men ikke selve drukkingsulykken, og dødsårsak kan kodes på ulike måter i henhold til diagnosesystemet «International Classification of Diseases» (Szpilman & Orłowski, 2016). Når den overlevende enten redder seg selv eller ble reddet av andre sivile personer, uten at redningsmannskap eller helsetjeneste er involvert, blir

ikke-fatale drukningsulykker ikke registrert (Szpilman & Orłowski, 2016). Globalt er det estimert at 372 000 mennesker dør hvert år av drukning (WHO, 2014). Det er antatt at for hver enkelt fatal drukningsulykke skjer det fire ikke-fatale drukningsulykker, noe som tilsier at drukning er et undervurdert folkehelseproblem (Szpilman et al., 2018).

Drukning inngår som et av hovedtemaene i en norsk skadeoversikt publisert av Folkehelseinstituttet (Ohm, Madsen, & Alver, 2019). I 2017 ble det for eksempel registrert 11 186 ulykker i kategorien «fri natur, hav, sjø og vann» i Norsk pasientregister (Klima- og miljøverndepartementet, 2018). I henhold til Redningsselskapets drukningsstatistikk omkom 102 personer i 2018 og 86 personer i 2019 (Redningsselskapet, 2019). Det er analysebyrået Retriver som fører drukningsstatistikk på oppdrag fra Redningsselskapet, men de har ikke tilgang til Dødsårsaksregisteret. Dødsårsaksregisteret fører oversikt på bakgrunn av dødsattester kodet etter ICD-10, mens Sjøfartsregisteret fører kun oversikt over ulykker ved bruk av fritidsbåt (Idland, 2016). Menn i alderskategorien 40-61 år utgjør en av de største gruppene i drukningsstatistikken i Norge knyttet til fritidsbåt, men da er ikke data justert for eksponering og bruk av fritidsbåt (Idland, 2016; Statens Havarikommisjon for Transport, 2019a, 2019b). I Norge tyder tallene på at rundt 100 mennesker omkommer årlig som en følge av drukningsulykker (Skadeforebyggende forum, 2019). Å registrere informasjon om direkte og medvirkende faktorer ved drukningsulykker fra båt, vil være viktige bidrag for å bedre kunnskapsgrunlaget (Idland, 2016). Av kajakkulykker i Norge i tidsperioden 2000-2014, var 61% menn av ofrene mellom 40-50 år, 2/3 av disse var solopadlere, og det var flest fatale utfall blant solopadlere (Aadland, Noer, & Vikene, 2016). Forskning på drukning har en klar ting til felles med snøskredforskning, det er av etiske og åpenbare grunner ikke mulig å gjennomføre kontrollerte eksperimentelle studier som RCT-studier (Mannberg, Hendriks, Landrø, & Ahrland Stefan, 2018; McCammon, 2004)

### **2.3 Forebyggende arbeid og vannrelaterte aktiviteter**

For å unngå risiko som følger med vannrelatert aktivitet, kan alternativet være å avstå helt fra aktiviteten, elementet eller området (Salmon, Williamson, Lenné, Mitsopoulos-Rubens, & Rudin-Brown, 2010). Dette er på mange måter et paradoks fordi et annet fokusområde i folkehelsearbeidet, er nettopp å øke den fysiske aktiviteten i den norske befolkningen ved at flere deltar i friluftslivrelaterte aktiviteter (Klima- og miljøverndepartementet, 2016). Risiko ved aktivitet vurdert opp mot gevinsten ved aktivitet, er altså dilemmaer samfunn og individer til

stadighet må ta stilling til. Vurderinger av ytre fare, risiko og egen mestringskapasitet påvirker antall ulykker og alvorlighetsgrad (McCool, Ameratunga, Moran, & Robinson, 2009). Slike vurderinger kan også gå på grunnleggende svømmeferdigheter og vannkompetanse (Melbye, 2011). Realistisk forståelse av selvbergingsferdigheter i forhold til værforhold kan være avgjørende (Aadland et al., 2016). Individens håndtering er kun den siste barrieren som kan dempe skadekonsekvenser eller omfang av en hendelse (Andkjær & Arvidsen, 2015). Forebygging på samfunnsnivå er første barriere, enten det er lokale, regionale, nasjonale eller globale forebyggende tiltak. I Trondheim har det blitt iverksatt sikringstiltak langs Nidelva. Bryggekanter utenfor utesteder er lyst opp, det er satt opp lukkede gjerder mot elva, er blitt montert redningsleidere, og det er skiltet for sterke understrømmer i elva (Trondheim Havn, 2019). Lov om flytevestpåbud er et nasjonalt tiltak for å redusere antall fatale-drukningssulykker knyttet til fritidsbåt (Idland, 2016). Varsom-plattformen er en nasjonal tjeneste, kanskje mest kjent for registreringsside for naturfarerelaterte observasjoner (Regobs), inneholder mer enn kun snøskredvarsling. Varsom-plattformen inneholder også is varsling, is-skolen, og registrering av observasjoner og ulykker (Varsom.no, 2020). Styringsverktøy, for implementering og evaluering av forebyggende strategiske tiltak, designet for beslutningstakere har blitt utformet av Verdens Helseorganisasjon (WHO, 2017).

## **2.4 Sjø- og værforhold, og kroppens respons på kulde**

Ytre faktorer som vann- og totaltemperatur, undervannsstrømmer, bølgehøyde, bølgelengde, bølgenes bratthet og brudd av bølgetopper, siktforhold, vanddybde, vindstyrke og vindretning kan innvirke på risiko for drukning (Pitman, Wright, & Hocken, 2019; Ramnefjell, Morild, Mork, & Lilleng, 2012). Det er ingen enstydig definisjon på hva kaldt vann er, men >15 grader vil ofte regnes som kaldt vann (Tipton, 1989; Tipton, Collier, Massey, Corbett, & Harper, 2017). I norske farvann er vanntemperatur som regel >15 grader og kun i enkelte strøk vil gjennomsnittstemperatur være opp mot >18 grader sommerstid (Aadland et al., 2016). Kroppens respons på kaldt vann handler om mer enn redusert kjernetemperatur. Kroppens respons inkluderer dykkerefleks, autonom konflikt, kuldereseptorer, nedkjøling av hud og ytre muskulatur, og svømmesvikt (Tipton et al., 2017). Et plutselig fall i kaldt vann kan utløse kuldesjokk (Barwood, Burrows, Cessford, & Goodall, 2016). Egenskaper som tidligere tilvenning til kulde og kontroll av pustefrekvens, fysisk form og tilstand, mengde kroppsfett rundt overarmer, kan ha beskyttende effekt (Tipton et al., 2017). Bruk av sikkerhetsutstyr kan

fremstå som unødvendig på land og vesten beskytter først i det individet har havnet i vannet, men i vannet er kanskje vesten utilgjengelig eller vanskelig å få på (Idland, 2016). I en studie knyttet til fising fra land, fikk 94% av ulykkene ikke-fatalt utfall når vest var brukt, og det anbefales derfor også bruk av vest for alle aktiviteter ved vann (Pitman et al., 2019). En studie av elvepadling konkluderte med at tidligere tilvenning til kaldt vann, bruk av tørrdrakt eller vådrakt, å få kontroll på pusten kan øke handlingsrommet for å overleve etter kantring eller fall (Farstad & Dunn, 2019). Bruk av sikkerhetsutstyr kan være med å gi handlingsrom for egenredning, kameratredning, varsling til redningstjeneste eller sikre frie luftveier ved bevisstløshet.

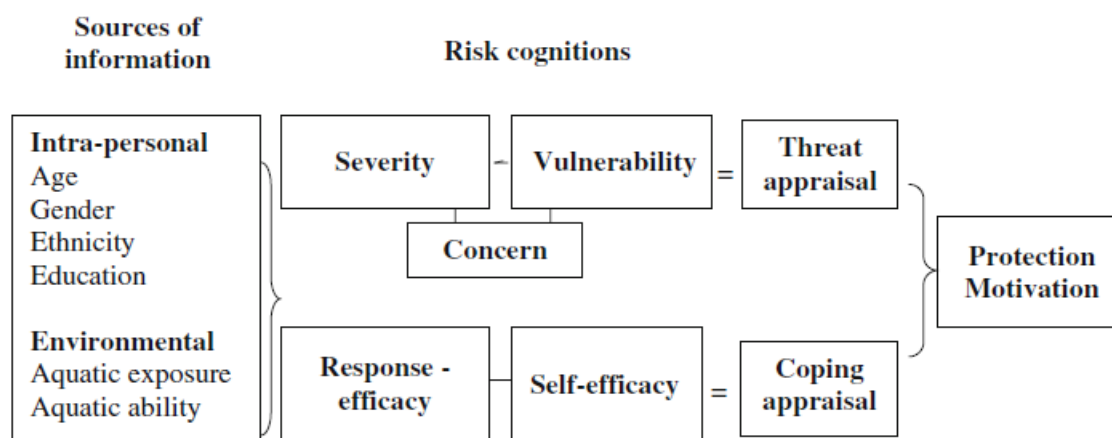
## 2.5 Teoretisk forankring

Levd rom, levd kropp, levde relasjoner og levd tid er ulike, men sammenflettede, dimensjoner som er helt nødvendig å ta med ved utforskning av kroppslige opplevelser og levd erfaringer (Askildsen & Løndal, 2019; Breivik, 1998). Denne studien benytter derfor tre forskjellige teorier for å belyse nevnte dimensjoner. «Protection Motivation Theory» (PMT) har blitt benyttet i tidligere studier av drukningsulykker (McCool et al., 2009; Willcox-Pidgeon, Kool, & Moran, 2018). Situasjonsbevissthet og «heuristiske feller», er to teorier anvendt i studier av skredulykker og padleulykker (Janke, 2010; McCammon, 2004; Aadland et al., 2016). Sentralt i dette er begrepene fare og risiko. Fare kan forstås som en konkret og identifisert trussel, mens risiko kan sees på som en abstrakt og uidentifisert trussel som har mulighet til å endre status fra kanskje til faktisk (Horgen, 2019).

Protection Motivation Theory er en såkalt helseatferdsmodell. Protection Motivation Theory, kalt beskyttelsesmotivasjon, på norsk, var i utgangspunktet et teoretisk rammeverk utviklet til å undersøke motivasjon for beskyttende helseatferd og bruk av fryktaktiverende holdningskampanjer for atferdsendring (Floyd, Prentice-Dunn, & Rogers, 2000). Protection Motivation Theory kan altså anvendes for å undersøke kognitive variabler som fare-, risiko-, trussel- og mestringsvurderinger, og hvordan det bidrar til beskyttende helseatferd (Bubeck, Botzen, Laudan, Aerts, & Thieken, 2018; McCool et al., 2009). PMT kan undersøke vurderinger av egne ferdigheter og mestringskapasitet (Hamilton, Peden, Keech, & Hagger, 2019; McCool et al., 2009; Willcox-Pidgeon et al., 2018). Alvorlighet ved eksisterende eller potensielle farer i kombinasjon med individets sårbarhet for trusselen, er sentrale aspekter. De to kognitive prosessene som PMT tar opp kan belyse hvordan deltakerne beskyttet seg selv under

håndteringen av ulykkene. Trusselvurderingene innebærer oppfattet trussel, mulighet og ønske om å unngå trusselen, sårbarhet for trusselen. Mestringsvurderinger innebærer hvor effektivt responser på helse relaterte farer kan være, og troen på at individet kan påvirke eller kontrollere utfallet. Er vann farlig? Hva er omfanget av faren? Hvilken tilstand er jeg selv i nå? Hvor sårbar er en selv? Hva er min forventede kapasitet? Hvor effektivt kan faren unngås? Har jeg tro på egen mestring og håndtering (i forkant og under håndtering)? Hva er opplevelse av mestringsevne? Ved tenkt eller faktisk eksponering for fare gjør individer vurderinger av omfanget og alvorligheten ved trusselbildet, vurderinger av egen respons med tanke på hvor effektiv faren kan håndteres og vurdering av mestringsevne knyttet til håndtering (McCool et al., 2009).

Figur 1: Modell over kognitive dimensjoner knyttet til drukningsrisiko basert på PMT (McCool et al., 2009)



Mentale forenklinger av komplekse situasjoner som fører til feil, kalles for heuristiske feller. Heuristikker kan fungerer godt i utgangspunktet for å forenkle valg og beslutninger, men i komplekse omgivelser og situasjoner kan feil oppstå (McCammon, 2004). «Familiarity», «consistency» og «scarcity», er noen av de ulike variantene av heuristiske feller identifisert i snøskredulykker (McCammon, 2004). Det å ferdes i kjent terreng, «familiarity trap», kan lede til at mennesker tar større risiko eller overser faretegn de ville tatt på alvor i ukjent terreng (McCammon, 2004). Den mentale snarveien innebærer at på kjente trakter og i kjent modus, med naturforhold individet vet en selv mestrer, kan individet gå rett inn i farlig terreng uten å vurdere først (McCammon, 2004). «Consistency trap», handler om å tolke informasjon fortløpende. Det

handler om å feilaktig vurdere ny informasjon som mer av eksisterende informasjon (McCammon, 2004). Denne feilen fører altså til at potensiell verdifull informasjon normalt ville ført til en helt ny vurdering og kanskje endret ferdselsvalg, går tapt ved at informasjonen tolkes i lys av eksisterende forståelse. Ny informasjon kan være mer av den samme for ett individ, men være helt ny for andre i et turfølge.

Kroppslig arbeidsbelastning og aktivering kan påvirke kvaliteten på den kognitive kapasiteten, og påvirke viktige avgjørelser angående ferdselsvalg, og dette kan sammen lede til kritiske situasjoner (Osnes, 2019). Oppmerksomhet og evne til å vurdere tilgjengelig informasjon, eventuelt innhente ytterligere informasjon før avgjørelser tas, kan forhindre ulykker (Aadland et al., 2016). Årsak til ulykker er ofte ikke på grunn av mangel på kunnskap, men hvordan man forstår og anvender kunnskapen (McCammon, 2004; Aadland et al., 2016). Denne evnen til situasjonsforståelse og mønstergjenkjenning sitter både i hodet og resten av kroppen (Aadland, Vikene, Varley, & Moe, 2017). Når teknikken er automatisert og «sitter i kroppen» da ligger det mer til rette for å ta taktisk gode handlingsvalg tilpasset situasjon (Gjerset, 2001). Gode vurderinger av risiko, fare og mestringskapasitet involverer mønstergjenkjenning, og at en kjenner egne begrensninger (McCammon, 2004); Aadland et al., 2017). Dette kan også oppsummeres som «ferd etter evne» (Faarlund, 2015).

## 3 Metode

### 3.1 Valg av forskningsmetode

Kroppen er selve nullpunktet eller sentrumet for erfaringen og menneskets grep på verden (Thornquist, 2018; Zahavi, 2003) og slikt syn på kroppen er den ontologiske og epistemologiske retningen denne studien er forankret i. Det var sosiologen Merleau-Ponty som introduserte først «den levende kroppen», «den levde kroppen» og «vi har ikke en kropp, vi er kropp» (Engelsrud, 2006; Loland, 2000; Merleau-Ponty, 2012). Fremgangsmåter for å få kunnskap om verden og for å kunne si noe om verden, skjer via kroppen, sanseapparatet og persepsjon (Zahavi, 2003). Datamaterialet i denne studien er intervjuer med overlevende og forskerverktøyet er forskeren selv. Med andre ord er deltakernes og forskerens kropp, sanseapparater og persepsjoner sentrale i denne studiens metodologi. Fenomenologi er perspektiv for å forstå kropp og erfaringer, og kan undersøke verden slik den fremstår for individet i konkrete situasjoner



(Tordsson, 2010). Fenomenologi kan brukes til å undersøke individuelle opplevelser og erfaringer i møte med natur (Bischoff, 2012). For eksempel hos elvepadlere som møter fysiske omgivelser i intense sansemessig øyeblikk, hvor de i løpet av et brøkdels av et sekund, må ta kritiske avgjørelser som kan få fatale utfall (Breivik, 2011). De levde erfaringene er mer enn kun en historisk forståelse vi besitter, erfaringene «lever» og lagres videre i kroppen og vil være med å forme forståelsesrammen videre og fungere som beredskap (Skårderud, 2004; Thornquist, 2018).

Å forske via menneskelig hukommelse ved anvende minner, og beskrivelser om minner som forskningsmateriale, er ikke direkte tilgang til fenomenet som undersøkes (Malterud, 2017; Thagaard, 2009). Via samtaler med forskningsdeltakerne får forsker innsikt i en historisk og fortolket versjon av hendelsen, noe som ellers hadde vært utilgjengelig (Malterud, 2017). Deltakeren er lokalkjent, kjenner de faktiske forhold, og er på mange måter en erstatningsobservatør (Postholm, 2020; Repstad, 2007). Temaet for studien er ikke hvordan deltakere forteller om deres erfaringer og opplevelser, men *hva* de forteller om hendelsen. Språket er kun verktøyet for å uttrykke erfaringene og opplevelsene via minnet.

## **3.2 Datainnsamling**

### **3.2.1 Strategisk utvalg og rekruttering av deltakere**

Utvalget, for å undersøke fenomenet drukning i denne studien, er overlevende av ikke-fatale drukningsulykker. Deltakere har blitt vurdert opp mot utvalgskriteriene: alder, tidsrom, utendørs, i Norge, forstår og snakker norsk. Utvalgskriterier tok utgangspunkt i Redningsselskapets kategorier i drukningsstatistikk med tanke på alderskategorier, men deltakere måtte ha fylt 18 år på ulykkestidspunkt. Det ble derfor anvendt alderskategoriene 18-25, 26-40, 41-60, 61 år og eldre. Ulykken måtte ha skjedd i årene 2016 til 2019. Dette tidsrommet ble satt for at detaljer fra ulykken og hendelsesforløp skulle være så klart som mulig i deltakerens hukommelse. Det var av praktiske årsaker, for gjennomføring av intervju ansikt til ansikt og transkribering, et krav om at deltakere måtte være bosatt i Norge, samt forstå og snakke norsk. Ulykken måtte ha skjedd utendørs i Norge fordi studien er begrenset til norske farvann og natur.

Definisjon av drukningsulykker er utvidet og derfor er utvalget vurdert etter dette. Denne studien har derfor inkludert ulykker med og uten forekomst av vann i lunger eller kvelningsprosess, inkludert ulykker med og uten redusert kroppstemperatur. Om deltakerne har opplevd kuldesjokk, hyperventilering, utmattelse, panikkfølelse, dødsangst, er det ikke

avgjørende om deltakerne i forbindelse med ulykken ble behandlet av spesialisthelsetjenesten. Hvis de selv opplevde hendelsen alvorlig, så er hendelsen så alvorlig at den kan inkluderes i datagrunnlaget i denne studien. Det er med andre ord en noe utvidet definisjon av overlevende som er lagt til grunn også.

Jeg sendte e-post til Redningsselskapets kundesenter for å undersøke om de var interessert i å bistå i prosjektet og fikk raskt meget positivt svar av seksjonsleder på fagområdet drukning. Vi hadde tre møter totalt ansikt til ansikt hvor jeg fikk mye innspill og tips om hva som foregår innenfor fagområdet. Hun la deretter ut informasjon på Redningsselskapets hjemmeside, nyhetsbrev og Facebook om forskningsprosjektet. Hun satte meg også i kontakt med utviklingsleder i Norsk Padleforbund, med tanke på rekruttering av deltakere. Han publiserte raskt artikkel på deres hjemmeside og Facebook profil. Begge organisasjoner la med lenke til informasjonsskriv, samtykkeerklæring og kontaktinformasjon (vedlegg 3a og 3b). Interesserte personer ble oppfordret til å ta direkte kontakt med meg. Det ble gjennomført telefonsamtaler med aktuelle deltakerne hvor ble det gitt ytterligere informasjon om studiens bakgrunn og formål. De fikk også mulighet til å komme med spørsmål. Intervjuguide ble ikke delt i forkant av intervjuet. Telefonsamtalen gav rom for å vurdere om kriteriene knyttet til strategisk utvalg og problemstilling var oppfylt.

### **3.2.2 Antall deltakere**

Totalt seks interesserte personer tok kontakt med meg. Tre av dem møtte klart alle inklusjonskriterier. Det ble avtalt pilotintervju med en av de tre andre interesserte personene. Vedkommende sa ja på forhånd til at han ved behov både kunne bli inkludert i studiens utvalg og la intervjuet inngå i datamaterialet. Begge deler ble inkludert i datamaterialet i etterkant. Pilotintervjuet ble derfor studiens første intervju. Denne inkluderingen kunne gjøres uten endring av studiens strategiske inklusjonskriterier. En av de andre i utvalget opplyste at i den aktuelle hendelsen/ulykken hadde de vært to personer sammen på padletur hvor begge hadde havnet utilsiktet i vannet. De hadde snakket mye om hendelsen i etterkant, og deres opplevelser og erfaringer var koblet sammen. De kunne stille på intervju sammen. I dette utvalget er det derfor totalt fire ulykker, men fem deltakere. Alle interesserte som møtte alle kriterier, ble dermed inkludert i studien.

Planen var å ha 5-12 deltakere som et utgangspunkt, men det var ikke forhåndsbestemt et spesifikt antall deltakere fordi informasjonsstyrken i utvalget ville måtte vurderes underveis

(Malterud, 2017). Studien skulle ha en datastyrt tilnærming med utgangspunktet i empiri og ikke i teori. Målet var å ha størst mulig variasjon blant deltakerne. Siden dette er en masterstudie, var det ikke sikkert full informasjonsmetning var realistisk innenfor studiens omfang. Dette vil bli diskutert videre i diskusjonskapittelet.

### ***3.2.3 Utarbeidelse av intervjuguide og de praktiske aspektene knyttet til intervju***

Intervjuguiden som ble utarbeidet i forkant av pilotintervju, var forankret i studiens teoretiske grunnlag. Spørsmål som gikk på vær og forståelse av sjøforhold, var påvirket av situasjonsbevissthet og resultatene fra studien om kajakkulykker i Norge (Aadland et al., 2016). Spørsmål som gikk på mestring og mestringskapasitet, var inspirert av PMT (McCool et al., 2009; Willcox-Pidgeon et al., 2018). De fleste spørsmålene hadde en forankring i fenomenologisk forståelse av kropp. Intervjuguide ble revidert etter at seksjonsleder i Redningsselskapet kom med tilbakemeldinger (vedlegg 4). Denne revideringen av intervjuguide var for å kvalitetssikre praktisk relevans av studien. Intervjuguiden skulle fungere som et støtteverktøy for en uerfaren masterstudent som meg, i gjennomføring av intervjuer. Den var derfor detaljert.

I noen av intervjuene var samtykkeerklæring signert på forhånd, resten ble signert intervjudagen. I alle intervjuene ble informasjonsskriv gjennomgått, og deltakerne fikk mulighet til å stille flere spørsmål. Alle deltakere bekreftet at de godkjente bruk av lydopptak. Deltaker i det opprinnelig pilotintervjuet fikk samme informasjon, signerte samtykkeerklæring og intervjuet fulgte samme prosedyre med tanke på etiske retningslinjer. Alle samtaler fløt godt med en gang. Vann og natur ble et slags naturlig felles utgangspunkt uten at dette ble bevisst styrt av meg. Det var ikke behov for å bruke oppvarmingsspørsmålene fra intervjuguiden, men intervjuguiden var hyppig benyttet i forberedelser til intervjuene. Tre av intervjuene ble lagt til møterom på et nøytralt sted i nærheten av forskningsdeltaker, og det var kjøpt inn vannflasker slik at deltakere fikk dette. Det siste intervjuet ble gjennomført per telefon. Både intervjuer og intervjuerperson var i sine respektive hjem da telefonintervjuet ble gjennomført. Det var satt av to timer til hvert intervju. Det lengste intervjuet var med to deltakere samtidig og varte i tre timer. Gjennomsnittlig varighet på intervjuene er ca. 130 minutter. Intervjuene varte lengre enn lengde på lydopptak tilsier. Dette er på grunn av samtaler i forkant og etterkant av lydopptak.

### 3.2.4 Gjennomføring av narrativt intervju og bruk av intervjuguiden

I et narrativt intervju skal deltaker snakke så fritt som mulig (Sørly & Blix, 2017). Opplevelser og erfaringer kan være vanskelig å sette ord på og det var ikke hensiktsmessig å skulle bremse fortellingen eller risikere å stoppe en flyt i intervjuet ved å innføre en formell intervjustruktur. Fordi de beste intervjuerne ikke fokuserer på teknikk, men på vedkommende man samtaler med (Kvale & Brinkmann, 2015), var planen min å legge alle tanker om teknikk til side i det intervjuet startet. Underveis i det første intervjuet ble det fort klart at deltaker snakket helt uoppfordret om mange av temaene i intervjuguiden og dette la føringer for den videre gjennomføringen av intervjuene. Intervjuguiden ble derfor kun delvis benyttet i samtlige intervjuer. Jeg la hyppig frem tolkninger underveis i intervjuet for å få bekreftet eller avkreftet forståelse (Kvale & Brinkmann, 2015). Det ble variert mellom to former i de improviserte oppfølgingsspørsmålene, fakta- og meningsspørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015). Forskerens naive, entusiastiske, klossethet kan føre til samtaler med rike beskrivelser (Kvale & Brinkmann, 2015; Malterud, 2017). I etterkant opplevdes det noe ubehagelig å ha sluppet delvis taket i intervjuguiden. På den andre siden var det merkbart lettere å kun lytte på hva deltaker faktisk sa når jeg fjernet fokuset fra intervjuguiden. Det ble skrevet feltnotater med refleksjoner over gjennomføring, erfaringer, kroppslig reaksjoner, og forbedringspotensialer etter hvert intervju.

Erfaring og emosjonelle reaksjoner på intervju kan påvirke senere valg forsker gjør eller ikke gjør, som igjen kan påvirke forskeren på nytt (Sørly & Blix, 2017). Jeg følte meg noe skamfull og utladet spesielt i etterkant av det første intervjuet. En følelse av at intervjuet var utført noe klønete økte i dagene og ukene etterpå. Følgende er utdrag av feltnotat: *«Jeg opplever den uformelle tonen som krevende, gjør at jeg får dårlig samvittighet av en eller annen grunn, og den gjorde intervjuet lengre enn den burde. Samtidig føler jeg at det var den uformelle tonen som gjorde at beskrivelsene av fenomenet ble så rike. Jeg sitter med den følelsen at det kom med en kostnad»*. Hvis forsker undervurderer etiske eller praktiske utfordringer er det om å gjøre å stoppe opp og endre strategi omgående (Malterud, 2017). Denne følelsen ble derfor tatt på alvor, og metodelitteratur ble gjennomgått for å finne ut hva dette handlet om og med tanke på hvilke grep som kunne være lurt å ta før de neste intervjuene. Forskningen er både dialogisk og dynamisk, og forskeren tar med seg sin menneskelighet inn og på den måten setter selv litt på spill (Sørly & Blix, 2017). Dette var merkbart etter alle intervjuer og i de første dagene var kroppen preget av uro. Ignorering av emosjoner og sosiale erfaringer hos forskeren kan svekke

analysen av narrative data, og dette er tilknyttet kravet om transparens i narrativ forskning (Sørly & Blix, 2017). Refleksiv dagbok og prosjektlogg var nyttige verktøy underveis for å utforske hva dette handlet om i kombinasjon med noen lange gåturer. Ved at tankene vandrer og kroppen beveger seg, får det ureflekterte, reflekterte og handling bli koblet, og mening oppnås, via «tankegang» (Skårderud, 2004).

Med tanke på fremtoning og bruken av klær var inspirert av en antropologisk studie av kultur i marinejegerkommandoen (Danielsen, 2012). Følgende er utdrag av feltnotat etter tredje intervju: *«Jeg har sånn ca på meg det samme på dette intervjuet som på de to andre, og samme oransje vanntette sekken. Det er bevisst. Jeg har bevisst alle tre gangen latt være å sminke meg også. Jeg kler meg med boots/joggesko, boblejakke eller skalljakke, jeans, ullgenser eller hvit collegegenser, og hestehale. Bevisst har jeg alle tre gangen sneket inn i samtalen at jeg er i 30 årene. Jeg vet ikke om det har betydning, men jeg ønsker å få frem at jeg er ikke rett ut av VGS. Deltakerne er menn over 40 år. Kjønn og alder ved forsker kan ha betydning for samtalen. Jeg ønsker at alder skal fremstå mer som likefot, enn veldig skeivt. Jeg ble nylig på butikken tatt for å være under 18 år og fikk informasjon om hvordan moren min kunne opprette Coop app og registrere hele husstanden også meg på det. Jeg tar derfor ingen sjanser».*

### **3.3 Transkribering og intervjuutskrift**

Transkribering ble foretatt innen halvannen uke etter endt intervju og er utført av meg med bruk av AS-2400 Olympus Transcriptive kit. Hvert intervju var ferdig transkribert før neste intervju ble gjennomført. Alle lydfiler er hørt igjennom i tre forskjellige runder. I hver runde ble enkelte sekvenser hørt på flere ganger. Tredje runde av gjennomhøring sjekket at transkribering var både i overenstemmelse med lydopptaket og at samme prosedyre var anvendt for alle intervjuer. Lydfil fra telefonintervjuet var av lavere kvalitet. Årsaken til støy på lydopptaket kan skyldes at opptaker lå svært nærme mobilen som stod på høyttaler. Under testforsøket dagen før var det ikke støy i gatene og dermed ble mobil lagt litt lengre vekk fra opptakeren. I det intervjuet skulle starte ble jeg oppmerksom på den økende støyen fra anleggsarbeidet i gaten, og justerte derfor avstand mellom mobil og lydopptaker.

Intervjuteksten skal ikke kun avbilde hvordan de sa det. Transkriberingen skal løfte frem beskrivelsene av hva deltakerne forteller om sine opplevelser og erfaringer. Målet er å gi en god representasjon av deltakernes fortellinger ved få frem deres stemme og kunnskap på en respektfull måte, og samtidig hindre gjenkjennelse av forskningsdeltaker (Kvale & Brinkmann,

2015). For å dekke tidsrom deltakere var bevisstløs, er tredjepersoners beskrivelser inkludert i datamaterialet. Dette er begrenset til kun sekvenser som er avgjørende for deltakerens forståelse av ulykken. Det er ikke tredjepersoners opplevelse og erfaring som undersøkes.

I transkriberingen ble det ikke tatt med falske starter, overlappende starter, intonasjon, kroppsspråk og lydeffekter. Der påbegynte setninger starter, men som deretter endres helt, der har hovedsetning blitt stående. Tegnsetting som komma og punktum ble satt der det gav mest flyt med tanke på hvordan det hørtes ut på lydbånd og slik jeg husket samtalen. Klare pauser er uttrykt som (...), men lengde på pauser er ikke spesifisert.

Klar latter er uttrykt som (latter). Humring er tatt med og uttrykt som (humring). Formål med disse grepene er å synliggjøre de sterkeste emosjonene som latter, humring og bruk av stillhet, der dette kom sterkest frem med tanke på fortellingene. Stillhet i form av tenkepauser eller pauser som påvirket narrative ble fremhevet under transkripsjonen. Ord og uttrykk som «ikke sant», «altså», «da», «så», «så», «liksom», «vet du» er beholdt, men noen steder er omfanget redusert. Fyllord som «uhm», «ehm», «hm», «osv» er ikke tatt med. Sukk, kremting og hosting er heller ikke tatt med. Bruk av utropstegn er minimert og kun anvendt der det har vært helt essensielt for å få frem hvordan narrative ble fortalt.

Språklig særpreg, som fører til grammatiske feil eller setningsoppbygging, er endret slik at innhold er tilpasset et skriftlig format, men som fremdeles uttrykker et muntlig innhold. Dialektuttrykk spesielt for regioner og landsdeler er fjernet. Ord som «baler» er brukt av mange dialekter og landsdeler. Dette har derfor fått bli stående fordi det ikke kan føre til gjenkjennelse av deltakere.

### ***3.3.1 Pseudonymer og deltakersjekk***

Pseudonymer ble gitt etter at tredje intervju var foretatt. Det ble da gitt pseudonym også for det kommende fjerdeintervjuet. Det var fra studiens oppstart planlagt å gjennomføre deltakersjekk og det er etiske vurderinger som ligger bak avgjørelsen om å ikke sende direkte avskrift av lydfil til deltakere (Kvale & Brinkmann, 2015). Det var en bevisst strategi å avvente utsending av første deltakersjekk inntil det var gjennomført tilstrekkelig med intervjuer til at en felles prosedyre for transkripsjon kunne være på plass. Deltakersjekk for de tre første intervjuene ble sendt ut samtidig i april, og det siste ble sendt ut et par uker senere. En deltaker godkjente umiddelbart, en varslet at det kunne ta litt tid, resterende har ikke besvart. Ingen deltakere meldte inn ønske om endring av transkripsjon. Med tanke på utbruddet av Covid-19 og nedstenging av

det norske samfunnet ble det i samråd med veileder bestemt å avvente en stund til før en påminnelse ble sendt ut. Deltakersjekk ble dermed annerledes enn det informasjonsskrivet og intervjusituasjon hadde opplyst om, men deltakerens handlingsrom og kapasitet til å vurdere transkripsjon kunne tenkes å være endret som en følge av Covid-19. Jeg ønsket ikke å påtvinge deltakerne noe. Analyseprosess sto på vent en periode for å avvente mulige korrigeringer. På et tidspunkt ble det nødvendig å gå videre med arbeidet.

### **3.4 Tematisk datastyrt analyse**

Det er benyttet datastyrt tematisk analyse i denne studien. Datastyrt tematisk analyse gir rike og detaljerte beskrivelser, men det kan gå noe på bekostning av dybde og detaljer på spesifikke aspekter (Braun & Clarke, 2006). Erfaringsorientert analysetilnærming er hensiktsmessig for forsknings spørsmål som undersøker forskningsdeltakeres opplevelser, vurderinger og erfaringer i forbindelse med en bestemt kontekst (Sørly & Blix, 2017). Det ble lest relevant forskningslitteratur om fenomenologi, drukningsulykker og andre friluftsykker, «embodiment», og «sensory narratives» underveis i datainnsamling og i forberedelse av analyse. Dette ble gjort for å sensitivere og spisse forskerblikket, spesielt for en fersk forsker, men dette kan også ha svekket det generelle blikket til forskeren i den induktive prosessen (Braun & Clarke, 2006). Datamaterialet ble undersøkt for konsepter som tanker, bevegelser, følelser omtalt i fortid eller nåtid, som hadde relevans til ulykken (Askildsen & Løndal, 2019). Det ble lett etter beskrivelser av sanseopplevelser, kroppslig innlevelse og forståelse, kroppslig beredskap og kinetisk sans. Det ble fokusert på hva deltakerne oppfattet der og da, om hva som skjedde eller ikke skjedde underveis i hendelsesforløpet, og hvordan fikk de den informasjonen. De ulike dimensjonene levd rom, levd tid, levd relasjoner og levd kropp var sentrale i analysen (Askildsen & Løndal, 2019). Teoriene PMT, situasjonsbevissthet og heuristiske feller, samt tidligere forskning om kropp og sanser innvirket på for hvilke deler som ble valgt ut. En empiristyrt undersøkelse er ikke uten bruk av teori, selv om utgangspunktet ligger i datamaterialet (Tjora, 2017). Det er allikevel ikke i den tematiske analysen studiens teoretiske forankring kommer sterkest til synet.

Datamaterialet ble delt i tre, klart ikke-relevant, kanskje relevant og relevant, hvor de to sistnevnte ble kodet like omfattende (Johannessen, Rafoss, & Rasmussen, 2018). Dette ble gjort for å kunne gjøre mer dyptgående analyse. Det er risiko for at interessante vinklinger går tapt ved å grovsortere på denne måten (Johannessen et al., 2018). Analyseprosessen fulgte deretter fire

steg: forberedelse, koding, kategorisering og rapportering (Johannessen et al., 2018). Stegene utføres ikke rigid, men analyse og tolkning av materialet skjer fortløpende under intervju, transkribering og i hvert trinn i analysen, og analyse er derfor ikke en lineær prosess (Braun & Clarke, 2006; Johannessen et al., 2018; Sørly & Blix, 2017). Et eksempel på dette er hentet fra feltnotat skrevet rett etter pilotintervjuet: «*Jeg lener meg på teori om SA og artiklene til Aadland et al (2015; 2017) når jeg improvisere oppfølgingsspørsmål. Jeg opplever teoriene bak artiklene som veldig relevant og tankene mine streifer hyppig innom disse underveis i intervjuet*».

I kodingsprosessen via Word ble generelle poeng merket gult, hovedpoeng ble merket gult og understreket, det ble lagt stikkordsmessige notater i kommentarfunksjon, mens refleksjonsnotater ble skrevet i en ekstern logg beregnet kun på analyse (Johannessen et al., 2018). Utdrag av datamaterialet er altså kodet en gang eller flere ganger, eller ikke kodet i det hele tatt (Braun & Clarke, 2006). Det ble anvendt en narrativ intervjuform og intervjuguiden ble kun sporadisk benyttet og det kan være årsaken til at datamaterialet fremsto tilsynelatende kaotisk. Analysearbeidet var tidkrevende og utspant seg over flere måneder. Datamaterialet består av 97 sider med transkribert intervju basert på ca. 420 minutter med lydopptak fra intervju. Dette medfører en gjennomsnittlig intervjutid på lydopptak på 1 time og 45 minutter. Datamaterialet ble deretter kodet i 222 empirinære koder. Empirinære koder innebærer at kodene ikke kunne ha blitt laget på forhånd, men baseres på empirien (Tjora, 2017). Disse 222 empirinære kodene ble deretter sortert i 27 kodegrupper etter min forståelse av innhold. De 27 kodegruppene ble deretter sammenfattet i 7 ulike tema. Disse 7 temaene ble deretter vurdert om de hadde overlappende innhold. Til slutt sto jeg igjen med 3 temaer som totalt inneholdt 11 kategorier. For et eksempel på analyseprosess se tabell 1-3 i vedlegg 5. Disse 3 temaene ble kapitteloverskriftene i kappens resultatdel. De 11 kategoriene fra analysen tilsvarer underkapitlene til kapitteloverskriftene i kappen. De samme dimensjonene, begrepene og teoriene som innvirket på selekteringen av transkripsjonene, påvirket også utviklingen av empirinære koder til kapitteloverskrifter.

Sitater fra deltakerne presenteres i kappen i sammenhengende form ved bruk av både anførselstegn og kursiv uavhengig av sitat lengde selv om det bryter med APA-manual (Bjøntegaard, 2016). Styrken ved et slikt grep er å gi teksten et mer «levd» uttrykk tilpasset narrative intervjuer, i en utvidet resultatdel, om opplevelser og erfaringer hos overlevende i ikke-fatale drukningsulykker. Bruk av sitater i artikkelen vil derimot følge APA sine retningslinjer.



## 3.5 Etiske betraktninger

### 3.5.1 *Innfrielse av formelle krav*

Prosjektplanen ble levert og godkjent av NMBU høsten 2019 før søknad ble sendt til Norsk senter for forskningsdata (NSD). Endelig godkjenning av studien ble gitt av NSD 29.11.19, godkjenning av forlengelse av prosjektperiode ble innvilget av NSD 10.06.20, 24.06.20 og 02.12.20 (Vedlegg 2).

### 3.5.2 *Anonymitet, konfidensialitet, opptak og oppbevaring av data*

Full anonymitet vil ikke være mulig fordi jeg kjenner deltakerens fulle identitet. Ingen i Redningsselskapet og Padleforbundet har fått tilgang til informasjon om hvem som har meldt sin interesse for prosjektet eller hvem som er valgt ut. Nøkkelpersoner som kan ha videreformidlet tilgjengelig informasjon om prosjektet på Redningsselskapets- og Padleforbundets sider kan kunne kjenne igjen deltakere hvis de samtidig kjenner godt til aktuelle ulykker. I gjennomføringen av intervjuer ansikt til ansikt har noen av deltakerne bidratt med å finne lokaler noe som medfører at tredjepersoner kjenner til studiedeltakelse via administrering av lån av lokaler. To av lokalene ble lånt av meg og dette ble administrert for å minimere kobling av aktuelle deltaker med aktuelle prosjekt. Kun veileder og jeg kjenner til hvor ulykkene skjedde og bostedsområde til deltakerne. Kun veileder har kjent til de konkrete reiseplanene knyttet til intervju slik at reisemønsteret mitt ikke skal føre til identifisering av deltakere. Under gjennomføring av telefonintervju var jeg alene i husstanden. Under arbeid med planlegging av intervjuer, gjennomføring av intervjuer, etterarbeid og transkribering har dataskjerm, papirdokumenter og lydfiler vært utilgjengelig for alle andre personer enn meg. Det ble benyttet digital lydopptaker, Olympus WS-832. Det ble i to av intervjuene også benyttet «nettskjema» eid av Universitetet i Oslo og deres diktafon-app. Samtlige deltakere godkjente bruk av lydopptak. Alle tidsrom hvor lydopptaker ikke har vært nedlåst har blitt loggført. Lydopptak var kun oppbevart lokalt på lydopptakeren og via «nettskjema». Lydopptaker og papirdokumenter har vært sikret på reise og har vært utilgjengelig for tredjepersoner. Koblingsnøkkel og signerte samtykkeskjema var nedlåst separat fra datamaterialet. Anonymisert transkribert datamaterialet ble oppbevart via NMBU sin LargeServer (W:). Pågående arbeid med tekstkappe og artikkel ble gjort via Onedrive. Materialet var klassifisert med følsomhetsgrad «intern», også kjent som kode gul. Klassifiseringstilgang i Onedrive, og LargeServer (W:), hadde jeg som student ikke tilgang til opprinnelig, men fikk tildelt etter kontakt med forskningsavdelingen ved NMBU.

### 3.5.3 Å intervju overlevende

I situasjoner og dilemma hvor metodiske- og etiske hensyn har stått i motsetning til hverandre, har etiske hensyn veid tyngst (Malterud, 2017). Det er viktig at studien var verdt tiden til deltakerne og den tilliten deltakerne viser forsker, skal ikke bli brutt (Kvale & Brinkmann, 2015; Malterud, 2017). For at de aktuelle individene selv skulle få mulighet til å vurdere konsekvenser av deltakelse ble det viktig å få tydelig frem tidlig hva dette ville innebære for dem, samt formålet og metode med prosjektet (Postholm, 2020). Det ble gitt informasjon om at skadevirkninger og reaksjoner ved deltakelse kan oppstå (Seedat, Pienaar, Williams, & Stein, 2004). Erfaringen kan sitte i kroppen, fordi kroppen husker, og deltaker kan få en fysisk reaksjon på å snakke om hendelsen, eller at en begynner å huske noe som en helst ville glemme (Malterud, 2017; Seedat et al., 2004).

Kontaktinformasjon til helsetjeneste og nasjonale hjelpetelefoner ble tatt med til hvert enkelt intervju og informasjonsskrivet opplyste om at slik kontaktinformasjon ville bli gitt hvis noen hadde behov for det (Dyb et al., 2014). Spesielt i et av intervjuene førte mine spørsmål til at noe som var glemt ble husket igjen, men deltakerne gav da uttrykk for at det var positivt for dem. En av deltakerne var veldig tydelig på at erfaringen fra hendelsen var verdifull og at vedkommende ikke ønsket å glemme. Ingen av deltakerne uttrykte noe form for ubehag eller uro rundt det å snakke om ulykken. Jeg oppfattet ingenting som skulle tilsi at selve intervjuet var en negativ opplevelse for deltakerne med tanke på emosjonell belastning. Jeg opplevde i alle intervjuene at det var bruk av humor underveis. Følgende er et utdrag av feltnotat: *«Jeg deler "bruk av humor i etterkant av hårete situasjoner", for å vise at jeg tar vedkommende på alvor. Da vedkommende fortalte om bruk av "tulle om ulykken", bli "mobbet" for feilvurdering gjort underveis i forkant av hendelse, fremsto det for min del som om vedkommende trådde vannet for se min reaksjon. Jeg ønsket å bekrefte at jeg skjønnte at bruk av humor i forbindelse med bearbeiding av ulykken ikke betydde at personen ikke tok ulykken på alvor».*

Selv om dette er mine oppfattelser innebærer ikke det at ikke deltakere kan sitte igjen med en helt annen oppfatning og opplevelse av sitt intervju. Forsker må fortløpende gjøre vurderinger av større og mindre omfang, og på grunn av manglende håndverksmessige ferdigheter kan en uerfaren forsker som meg komme til å trække uforvarende over noen grenser (Kvale & Brinkmann, 2015). Forsker skal på den andre siden ikke igangsette sikkerhetstiltak

basert på «overdreven frykt» for at deltakere skal bli for berørt, men stole på deltakernes egne vurderinger om hva deltakelse innebærer for dem (Malterud, 2017). Jeg har etter beste evne forsøkt å ivareta deltakere, men min intensjon og opplevelse kan verken bekrefte eller avkrefte om jeg klarte finne balansen underveis i studien.

Denne studien benytter ordet «overlevende» og bruker ikke ord som «offer» eller «drukningsoffer». «Deltaker» og «intervjuperson» er valgt til fordel for «respondent» eller «informant». Dette er gjort av etiske hensyn og ikke av en språklige hensyn. «Deltaker» er en mer reell betegnelse fordi intervjuene i hovedsak skulle ha narrativ intervjuform og legge opp til at deltakeren kunne være med å styre hva intervjuet skulle handle om. Dette gjorde at intervjuene var mer samtalebasert. For å ikke misbruke maktstrukturen som ligger i en forsker-deltakerrelasjon var det viktig i denne studien å ikke påtvinge noen en «offerrolle» de selv ikke hadde definert seg i. Dette var spesielt viktig når intervjuer var en masterstudent. Fokuset i studien var verken å kritisere hva deltakerne gjorde eller ikke gjorde under ulykkene eller å legge skyld på noen. «Overlevende» understreker det ikke-fatale utfallet av hendelsene i vann og hvordan noe måtte sannsynligvis ha fungert bra under hendelsesforløpet.

#### ***3.5.4 Forskerens posisjon og rolle***

Mye empati fra forsker kan føre til at forskningsdeltakerne blir pålagt en rolle som de ikke selv identifiserer seg med eller empatien fremprovoserer et følelsesmessig alvor rundt hendelsen som de tidligere ikke hadde. I dybdeintervju skal forsker kalibrere sosial avstand, være empatisk, men ikke for empatisk (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette var en balanse som var vanskelig å treffe rett på. Det å gi tilstrekkelig informasjon slik at deltakere kunne ta informerte avgjørelser og samtidig ta dem på alvor når de sa det gikk fint og var klar for å gå videre. Det er også forskerens ansvar å legge til rette for en situasjon hvor deltaker kan snakke fritt (Postholm, 2020). Det var et mål fra min side å unngå at intervjuet skulle fremstå som et avhør som skulle plassere skyld eller ansvar. Intervju er som regel en enveis dialog, og innebærer som regel at en person stiller spørsmålene og den andre svarer (Kvale & Brinkmann, 2015). Det er ikke feil av forsker å eventuelt dele erfaringer i intervjuet, men forutsetningen er at det ikke er til sjenanse for deltaker (Kvale & Brinkmann, 2015; Sørly & Blix, 2017). Spesielt i det første ble dette noe klossete utført av meg og dette ble snakket om med deltaker i debrifingen etter selve intervjuet. Tilbakemeldingene fra deltaker førte til justeringer før de neste intervjuene.

### *3.5.5 Covid-19 og nedstenging av samfunnet under prosjektperiode*

Det var planlagt å gjennomføre intervjuer ansikt til ansikt så lenge det var praktisk gjennomførbart. Kostnader var egenfinansiert og dette var min selvstendige avgjørelse som var tatt før stipend ble tildelt av Skadeforebyggende forum. Med tanke på antall deltakere totalt i utvalget, hensyn til deltakernes tid, formål med prosjektet, var det å foretrekke gjennomføring av intervju ansikt til ansikt. Alle reiser planlagt etter 11.03.20 ble avlyst på grunn av Covid-19 utbrudd i Norge og nedstengelse av samfunnet. Gjennomføringen av det siste intervjuet måtte derfor tas per telefon. Dette kan være en svakhet i studien.

Forskningsverkoeyet, meg selv, kom ut av kurs under analyseringen. Tiden og tilstanden i asfaltjungelen midt i Oslo under nedstengningen av det norske samfunnet grunnet Covid-19 førte til at den levde kroppen min mistet noe av sitt verbale språk. Jeg kunne rett og slett ikke befunnet meg lengre vekk fra de maritime elementene deltakerne beskrev i intervjuene. Min bevisste forståelse av kroppslig kunnskap ble dempet og det ble vanskeligere å gripe tak i hva deltakerne beskrev. I metodelitteraturen påpekes hvordan sensitivitet og bevisst naivitet ovenfor materialet er viktig for å fange opp nyanserte beskrivelser (Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017). For å øke sensitiviteten ovenfor datamaterialet ble havet og avsidesliggende strøk oppsøkt så langt de nasjonale smitterådene tillot, og jeg hadde kapasitet til. På slutten av studiens prosjektperiode flyttet vi ut av asfaltjungelen, og min opplevelse er at denne flyttingen økte forskers kroppens sensitivitet ovenfor datamaterialet og forståelse av resultater.

### *3.5.6 Forskerens forforståelse*

Jeg har ikke tidligere erfaring med å gjennomføre kvalitative studier eller narrative intervjuer. Jeg har i fem år jobbet som veileder i førstelinjen ved NAV Kontaktsenter. Gjennom dette arbeidet har jeg fått erfaring med å snakke med mennesker som er i eller har vært i krevende livssituasjoner, mennesker som har vært igjennom traumatiske hendelser, mennesker som har overlevd ulykker og sykdom. Det er viktig å presisere at jeg ikke er utdannet psykolog eller har godkjent helseprofesjonsutdanning. Totalt har jeg 135 studiepoeng innen fysioterapi, psykologi, Sport and Exercise Science, ved siden av en bachelor i statsvitenskap.

Levd erfaring i et kroppsfenomenologisk perspektiv skjer i en kropp, og siden kropp kan skrives inn i intervju og tekst (Kvale & Brinkmann, 2015), skrives kropp også inn i redegjørelsen av forforståelse og refleksivitet hos forsker. Sporfri ferdsl er ikke mulig i et forskningstereng og forskerens levde erfaring, fordommer og forforståelse vil synes i teksten (Malterud, 2017).

Hvem forsker er innvirker på alle valg tatt eller ikke tatt, på forståelse eller mangel på forståelse, og på tolkninger eller diskusjoner underveis i prosessen (Malterud, 2017). Det vil ikke bli redegjort for tidligere risikoatferd, men det kan være et poeng å gjøre oppmerksom på at forskeren i denne studien er en kvinne i trettiårene som ved å «dykke» ned i drukningslitteraturen og statistikken har møtt sin levde erfaring i form av kategorien ung mann i tyveårene (Moran, 2011). Denne erkjennelsen kan ha bidratt til kroppslige uro i etterkant av intervjuene og i analysen. Tanker som «hvorfor har ikke dette skjedd meg egentlig?» har ofte dukket opp i møte med narrativene.

Det er en annen type episode som skal løftes frem her med tanke på forforståelse. Det er viktig å ta i betraktning at dette er forskerens narrativ og fortelling, en historisk og fortolkede versjon, dette er verken rådata eller alt som skjedde (Malterud, 2017; Thagaard, 2009). Det skjedde for snart femten år siden.

*Jeg kommer aldri til å glemme følelsen av hvor tung selv et barn blir når panikken tar dem. Det forbauset meg da og forbauser meg fortsatt i dag. Jeg brukte min egen kropp og fremdrift under vann slik at ungen hadde hodet over vann. Jeg ville at ungen skulle klatre fritt på meg. Jeg ønsket å bli dyttet nedover fordi da slapp jeg å prøve å holde barnet fast. Dette var ikke som på skolen, jeg improviserte derfor. Jeg svømte under vann til vi var tilbake på undervannsskjæret og begge hadde fotfeste. Tror jeg. Følelsen av tyngden, bevegelsene og panikken til barnet over meg sitter sterkere i minnet enn hvordan min egen kropp føltes og opplevdes. Jeg husker jeg dykket, var under vann, hadde øynene åpne, så skjæret komme nærmere og nærmere. Jeg husker jeg følte meg som en skilpadde. Det var sommer og varmt i lufta, men jeg ble aldri varm igjen den kvelden. Alvoret hadde sunket inn og alvoret har egentlig aldri sluppet taket.*

## **4 Resultater**

Denne studiens problemstilling er som nevnt: *hvordan opplever og erfarer individer ikke-fatale drukningsulykker?* Dette er en nokså vid og eksplorerende problemstilling. For å operasjonalisere og konkretisere arbeidet var det nyttig med mer spesifikke forskningsspørsmål.

Forskningsspørsmålene handlet i sum om beskrivelser deltakerne gav av omstendigheter i forkant og underveis, av oppfattelser og håndtering av situasjon, av risikovurderinger, av kompetanse og ferdigheter knyttet til vann. Det er ikke individene som er i fokus, men selve

hendelsene. Derfor er det ikke en egen presentasjon over deltakerne i studien. Det er valgt ut sentrale faser, situasjoner, beskrivelser og narrativ knyttet til ulykkene som blir presentert fortløpende i kapitelet. For en kort presentasjon med oversikt over omstendigheter ved de ikke-fatale drukningsulykkene se tabell 1.

Tabell 1: Presentasjon av de ikke-fatale drukningsulykkene

Deltakerne	Alene/gruppe?	Farkost?	Aktivitet?	Hva skjedde?	Berging?	Helschjelp i spesialisthelsetjenesten?
«Daniel»	Solo	Kajakk	Turpadling	Velt	Forbipasserende båt	Ja
«Kristian» og «Tor»	Duo	Kajakk	Turpadling	Velt	Selvberging	Nei
«Alexander»	Trio	Kajakk	Bølgelek	Velt	Turfølget	Nei
«Ola»	Solo	Fritidsbåt	Fisketur	Fall fra brygge	Selvberging	Ja

Alle de fem deltakerne er menn som var i aldersintervallet 41-60 år da ulykken skjedde. Tidspunkt for ulykkene varierte mellom nitiden på morgenen til firetiden på ettermiddagen. Ulykkene skjedde mellom april og desember. Sjøforholdene varierte fra blikkstilte vann til dønninger på halvannen til to meter i snitthøyde og hvor enkelte bølgesett var betydelig større. Tid i vannet under ulykkene varierte fra fire minutter til fire timer. Eventuell berging og transport til spesialisthelsetjeneste kommer i tillegg med tanke på det totale tidsaspektet for ulykkene. Utvalget består av individer som bedrev maritimt friluftsliv eller aktivitet da ulykken skjedde. Tre av ulykkene skjedde i forbindelse med kajakkpadling og en ulykke var knyttet til fall fra brygge i forbindelse med bruk av fritidsbåt. To av deltakerne var på tur alene. Av de som var alene da ulykkene skjedde, ble en deltaker plukket opp av en tilfeldig forbipasserende fritidsbåt og en deltaker kom seg på land på egen hånd. To av deltakerne var på tur sammen. Den siste deltakeren var i et turfølge på tre personer da ulykken skjedde, og turfølget fikk deltakeren opp av vannet. Ingen av deltakerne svarte at de hadde drukket alkohol i forkant av ulykken.

## 4.1 Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element

### 4.1.1 Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser

I alle intervjuene beskrives det av individene en relasjon til vann og natur. Alle deltakerne opplyser at de er svømmedyktige. Det varierer litt hvor komfortabel de er i vann. Daniel, Tor, Ola og Alexander forteller om timer i elv, svømmehall, hav og innsjø igjennom livet. De snakket om å være «vannrotte», hoppe fra 10 meteren, bade så snart isen gikk, eller om å bygge flåter, vannet var aldri langt unna. Kristian omtaler kaldt vann ulikt de andre deltakerne, «*Oppi elvene*

*som renner ned av fjellet er det jo aldri badevann. Det er iskaldt vet du. Det er dritkaldt. Jeg er pyse i kaldt vann, altså. Men, på fisketur kan du liksom planlegge i det du går uti. Selv om det kan være motbydelig nok».* Alle deltakerne har praktisert maritimt friluftsliv i form av kajakkpadling, kano, vindsurfing, seiling eller fiskeing. Fiskeing med bruk av vadere, fra berg og fra båt. Flere oppsøker også naturen året rundt i form av skiturer, tur på vidda eller telttur. Kajakpadlingen gir tilgang til områder utenfor stier og allfarvei, gir en mulighet til å ferdes i stille natur. Alle deltakerne beskrev både soloturer, i tospann, eller grupper på tre og flere. Alexander utøver bølgelek og bråttsjøpadling kun sammen med andre. Drivkraften bak ferdselen og risikovilligheten ulykkesdagene beskrives av Daniel og Ola, som synet av speilblankt hav utaskjærs en solfylt, høstmorgen etter frostnatt, og som ønske om fisketur en blikkstilte, iskald, vinterdag hvor det er like før det dannes issørpe på fjorden. Drivkraften her beskrives i utgangspunktet med naturopplevelser.

Drivkraften er også beskrevet ut ifra et ønske om å være i flyt med elementer. Hvor leken knytter seg til grensen av tap av kontroll. Tap av kontroll er med på å skape spenning i aktiviteten. Alexander forteller at for at det skal være gøy må det være røft nok til at det er lekbart, men ikke grovere sjø enn at leken kan være frisluppen. Flyt og lek, natur, bevegelser, glede, ved ferdsel på, i og rundt vannet, går igjen i datamaterialet. Enten det handler om spenningen og leken ved velt eller magien i å padle vinterstid når dampen står opp av vannet og sola skinner. Daniel forteller om å ri på bølgene utaskjærs på vei hjemover med morgensolen som ramme. Ola oppsummerer det rett og slett med, *«jeg har alltid elsket å være på sjøen».*

#### **4.1.2 Sanseopplevelser - verden endres**

Øyeblikkene eller sekundene når omgivelsene, miljø og elementene endres. Deltakerne beskriver skjæringspunktet mellom at turen går etter planen og til hendelsen har oppstått til å gå «vanvittig fort» eller som et «brøkdelssekund». To av deltakerne skjønner hva som kommer til å skje og dermed rekker å forberede seg noe på møte med vannet. To av deltakerne oppfatter først når de er kommet i vannet hva som har skjedd. Den femte deltakeren har ikke noe minnet fra selve velten. Det er først og fremst luftboblene Kristian fremhever på spørsmålet om når han merket at han har gått rundt. Lydene nede i vannet opplevdes som støy og vannet beskrives som *«buldrende»* av Kristian. For Ola som falt fra brygga er det synsinntrykket som preget erkjennelsen av fallet. *«Da når du ser opp, da først du forstår at du er kommet i vannet. Du oppfatter ikke dette under fallet. Da er du opptatt med å få tak i ett eller annet, eller».* Dette



synsinntrykket har lagret seg i kroppsmindet, «Jeg ser det bildet enda av når jeg ligger nede der». Begge deltakerne nevner opplevelsen av kaos i forbindelse med å velte eller falle i vannet, å føle og se kaos. Beskrivelsene av å velte med kajakk og fall fra bryggeanlegg har altså noen likhetstrekk. Erkjennelsen av situasjonen slår inn i det fallet bremses opp nede i vannet og deltaker ser opp mot overflaten, deltaker ser luftbobler og lydene både øker i volum og endres med tanke på type lyder. Når Kristian har kommet seg ut av kajakken og ligger i overflata ser han bare bølgetopper og hvitt skum. På grunn av dette hører han ikke hva Tor roper. Tor sin beskrivelse av Kristian sin reaksjon på å møte vannet understreker kaoset som følger velten og hvordan verden har blitt mindre «*da var du veldig opptatt av å hive etter pusten. Får liksom kontroll på det som var nære deg, så nære som hendene, eller innen en armlengdes avstand. Så fikk jeg kontakt.*». Tor forteller videre «*erfaringen min da er at du greier ikke helt å tenke klart når det er så kaldt*».

#### **4.1.3 Overbalanse og oversikt**

I alle hendelsesforløpene er overbalanse nevnt som en faktor. Daniel, Kristian, Alexander og Tor beskriver hvordan forhold kan veksle på grunn av drag i sjøen, form på bølger, bølgefrequens og at noen sett med bølger er større. På innsjøen hvor Tor og Kristian padlet kan overflaten koke, forteller de. Innsjøen er preget av raske vindskifter og krappe bølger. Kristian beskriver å miste oversikten, over det han ikke så da bølgene kommer bakfra, han kun kjente bølgene gjennom kajakkens bevegelser. Det kan ha vært returbølger fra land i området også. Akkurat hva som skjedde under velten er Kristian litt usikker på, men han har gjort seg noen tanker om det sammen med Tor, «*... akkurat som om du drar rett til værs, også snur du, sklir du ifra å få bølgene rett bak da. Så snur båten på toppen av bølgen og så sklir den når bølgen kommer. Så løfter den deg opp, så snur du, så detter du på siden av den*». Kantringen til Tor skiller seg ut fordi han velter ikke i møte med en bølge, men blir veltet av Kristian. Bakgrunnen til velten forklarer Kristian med sin mangel på oversikt. «*Så tenker jeg må få meg litt oversikt slik at jeg vet hva som er retninger, og hva som er hit og dit. Jeg tenkte at hvis jeg bare tar tak i han og bare får kastet meg litt opp så ser jeg, men det jeg da gjør er at jeg går på siden av kajakken hans og ikke rett på i bauen der*». Da de kom på land og får snakket sammen oppdager de at de har hatt ulik opplevelse av hendelsesforløpet. Tor merket seg fort en tvetydighet. «*Så husker jeg at vi pratet om det etterpå, dette henger litt sammen, altså hans opplevelse av det var ikke helt som min opplevelse. For jeg husker du sa at du trodde at du hadde tatt i fronten på kajakken min*



*og at du, du trodde at jeg også gikk rundt på den bølgen».* Etter deres erfaring, oppfattelsen av hendelsesforløpet kan ha blitt påvirket av ulike reaksjoner på å velte, å miste oversikt og beholde oversikt, lydene i vannet, og til sammen har dette bidratt til ulik opplevelse av samme hendelse.

Å ha oversikt, over det du ikke ser, stiller krav til ferdighetsnivå og teknisk utførelse. Dette beskrives av Kristian, Alexander og Daniel. Reaksjonshurtighet og utførelse av støttetak eller å legge seg dypt nok i bølgen er avgjørende for mestring. Alexander sier han gjorde en teknisk feil ved å ikke møte bølgen med tilstrekkelig aggressivitet. Instinkt vil fortelle deg at du bør lene deg vekk fra bølgen, men rett teknikk handler om å gå bølgen i møte. *«Det er en tillært ferdighet og evne. Det er veldig mye med kajakkpadling og rulling som er kontrainstinktivt».* En slik samhandling med elementet er noe Kristian også nevner. *«Binder du deg så velter du».* Alt dette er ferdigheter Daniel frem til ulykken har mestret. Bruk av støttetak under lignende forhold som ulykkesdagen eller ved grovere sjø har ikke vært noe problem.

Overbalanse inntraff da Ola skulle skrape is av båtruta. Ola forteller hvordan føttene forsvinner fordi båten beveger seg, fottøyet var ikke tilstrekkelig til hjelp, og tyngelinjen var utfordret. *«Jeg henger da kanskje et sekund eller to i ene hånda, det er ei sånn (...) for å holde seg fast i på båten, som jeg holdt i venstre hånda».* Han forteller videre at det nå ikke var mulig å gjenvinne balansen. Både Daniel og Tor kjente at overbalansen kom, følelser i kroppen varslet om kommende velt. Sansene gav informasjon, visste hva som måtte gjøres, men reaksjonen kom for sent eller det var ikke mulig å hente seg inn igjen. Tor husker han tenkte *«neeeeeei»* og forberedte seg på møte med kaldt vann. *«Så hvis du har skjært deg eller skadet deg så blir det sånn «åh, neeeei, i all verden» også får du en sånn rar følelse i kroppen. Det var litt sånn type følelse. At nå skjedde det noe dumt noe».* Daniel vurderte ikke situasjonen som kritisk da han kantret, han var i utgangspunktet trygg på egenredning, og mestringstroen var sterk. Han er vant til temperaturen og er komfortabel med å få hodet under vann. Han beskriver en tilstedeværelse av ro og fravær av panikk. Når Daniel ikke lykkes med å sette seg ned i kajakken under egenredning finner han energisparende strategier for å redusere tap av krefter, *«Til slutt så ble jeg jo såpass nervøs, eller ikke nervøs (...), men at jeg satt oppå og kjente på at «om jeg kom til å katre på nytt så hopper jeg uti istedenfor at kajakken skulle gå rundt og fylles med vann igjen».* Daniel søker aktivt etter ny informasjon og gjør fortløpende vurderinger.

Lignende følelser av ro og fravær av panikk kan finnes hos Alexander. Ved å se filmen fra go-prokameraet, har han gjort seg tanker om sine egne bevegelser i forkant og underveis i

ulykken. Bevegelsene fremstår, for Alexander, ikke som stresset. Dette fraværet av stress er i overensstemmelse med hvordan Alexander ellers opplever det å gå rundt eller bli «vasket» som han sier. Det å gå rundt kan være, og skal helst være, en del av leken, og han behersker svært godt å rulle. Tidlig i sin fartstid i kajakken, allerede på tur nummer to, opplevde han å velte utilsiktet i grunt farvann. Han får ikke til å rulle, men ved å sette åren i bunnen fikk han dyttet seg opp. Det første han deretter gjør er å forsøke en kontrollert, ny rulle. Dette lyktes han med. Å rulle er noe han har mestret siden og trent mye på.

#### **4.1.4 Ferdsl – har noe endret seg?**

Risikovilligheten har endret seg for flere av deltakerne. Risikovilligheten var allikevel ikke lik for deltakerne verken i forkant eller i etterkant av hendelsene. Ola drar fortsatt ut på sjøen når det er kaldt i vannet. Han har nå på vesten før han går ut på brygga og har økt bevissthet rundt type fottøy med tanke på friksjon og feste. Samme dag som ulykken dro Ola ut på fisketur som planlagt. Ola forteller han hadde tenkt *“faen, jeg skal jo på sjøen”*. Han sier at han var ikke noe redd før han dro ut fordi han visste jo hva som var tabben og hva som førte til fallet. Han forteller videre at han tok på seg redningsvesten før han forlot hytta denne gangen og at han fikk de to torskene han ville ha. Rett før han falt i vannet hadde han fått skrudd på Webasto varmeren i båten. Slik at da Ola hadde fått av seg de våte klærne, kjørt opp til hytta, tatt en lang og varm dusj, spist og drukket litt, fått roet seg ned, bestemmer han seg etter en stund for å dra ut på sjøen. Nå vet han at båten er isfri. Også før ulykken pleide han å sette på Webasto varmeren dagen før en fisketur vinterstid. Alexander er tydelig på at han er mer bevisst på risikoen for å bli slått mot noe hardt. Risikoen ved kombinasjonen vann mot fjell eller mykt mot hardt. Han sier *«jeg strekker fremdeles strikken (...). Noen reagerer nok på at jeg fremdeles er såpass frisluppen som det jeg er i leken, men jeg føler jeg har blitt veldig mye mer forsiktig»*. Daniel padler fortsatt på turer alene, men har kjøpt vanntett knappetelefon og skal kjøpe håndholdt VHF-radio (veldig høy frekvens) på sikt. Alexander tar også opp fordelene med knappetelefon og ulempene ved smarttelefon, og diskuterer VHF mot mobiltelefon med tanke på dekning når man sitter lavt i kajakken og padler mellom skjær. Erfaringene av ulykken har gitt ny innsikt for Alexander og Daniel. Formålet med utstyret er *«å kunne ta kontakt med omverden hvis det skulle være sånn at jeg ikke kommer meg opp igjen»*, forklarer Daniel. Daniel uttrykker stor glede ved havet, padling og vannet, og har brukt erfaringene fra ulykken slik at han ferdes tryggere nå.

For Kristian er det litt annerledes, han gått fra å padle «alt» til å bli mer «kresen» på hva ønsker å utsette seg for. Naturopplevelsen står i sentrum og det er ikke poeng føler han å oppsøke ubehagelige opplevelser med padlingen. Turlivet er for viktig for det. Kristian sier *«Jeg er helt fast bestemt på at turlivet mitt er hellig (...), jeg skal dra på tur fordi jeg skal kose meg og fordi jeg skal ha en god opplevelse, (...) hvis jeg skal sitte i kajakken nå å være stiv og synes det er ubehagelig så driter jeg i hele turen»*. Kristian uttrykker noe ubehag ved vind og grov sjø, *«fortsatt når jeg får bølger og det blåser opp ordentlig rundt meg, og jeg får bølgene bak, så stivner jeg litt. Det sitter enda»*. Både Kristian og Tor poengterer vanntemperatur som en avgjørende faktor ved ferdsel. Tor forklarer, *«jeg kan ta risiko der det er badevann, da føler jeg meg veldig trygg, da føler jeg at jeg kan padle det meste»*. Hvis Tor først skal ut å padle når det er kaldt i vannet da dropper han spruttrekket for å at det ikke skal være så tungt å svømme. Tor fremhever videre at ulykken har gitt lærdom, *«kameratredning er nesten eneste måten du kommer opp igjen i kajakken når det er litt vær. Hvis jeg går rundt og jeg har med en som ikke kan venneredning, så har jeg ingen som kan hjelpe meg noe særlig»*. Det har fått større betydning for ferdselsvalg hvem Tor padler sammen med og i hvilket værhold det er på aktuelle tidspunkt. Kristian padler mindre alene i folketomme områder. *«Før så dro jeg heller nedover for der er det mye stillere og du er mye mer alene, men fordi innsjøen her blåser opp. Det kan være en fin sommerdag altså, plutselig blåser det opp utpå her. Det er fem minutter. Da er det hvite topper»*.

## **4.2 Modus, reaksjoner og handlingsrom**

### **4.2.1 Senkede skuldre og på hugget**

Deltakerne forteller om abstrakte momenter som egen kapasitet og modus, havstrømmer under slake dønninger, temperaturen i fint vær, rotesjø, bølger som kommer inn i blindsidene eller bakfra. De beskriver også konkrete momenter som ferdigheter de har mestret, situasjoner de har vært i, resultater oppnådd. Erfaringer i forkant fremstår konkrete og kjente for deltakerne. Mestringstroen deltakerne fortalte om var koblet til tidligere erfaringer og ferdigheter. De hadde i forkant av ulykkene ikke fått noe, direkte og konkret, forvarsel om abstrakte momenter ved seg selv.

Den tekniske feilen Alexander snakket om, ved å ikke møte bølgen med nok aggressivitet, tror han kanskje kan skyldes svikt i konsentrasjonen nettopp fordi de var underveis i en transportetappe og ikke i «bølgelekkmodus». Under bølgelekk er han «på hugget», aktivt

vurderer sjøforhold og tar kalkulerte risikoer. Bølgeleken på ulykkesdagen var intet unntak. Etter lunsj skulle de padle en halvtimes tid over til et nytt område for mer bølgelek. De var tre i følget. Alexander lå først og fikk litt tid til overs, han bestemte seg for å ta en tur innom litt nytt farvann mellom en holme og et mindre skjær. Alexander beskriver at han var sløv og gikk rett inn uten at han vurderte området først. Vanligvis vurderer han områder blant annet med tanke på eventuelle trygge utganger, om turfølget kan ha tilgang til å redde han ved behov og sjøforhold med tanke på størrelse på de ulike settene av bølger. Alexander har i ettertid gjort seg tanker om at situasjonen oppsto under transportetappe, «lullepadling» eller tempo som på en «søndagstur», og ikke under aktiv bølgelek.

Alexander, Tor og Daniel uttrykker at de i forkant av ulykkene var trygge på at de behersket egenredning og ruller. Dette hadde tidligere aldri vært et problem. Som Alexander oppsummerer det, *«hvis jeg velter, er det ikke noe krise. Jeg bare ruller opp igjen (...)»*. Både Alexander og Daniel beskriver redusert kapasitet eller konsentrasjon som de ikke fikk signaler om i forkant. Det blir tydelig først når situasjonen oppstår og de må være “på”, men kanskje mest av alt trer det frem i erkjennelsen i form av erfaringer og tanker i etterkant av ulykkene. Kroppens innstilling med tanke på reflekser er noe Daniel tar opp som en mulig årsak til hendelsen. Mestring og kapasitet var ikke slik den pleide og dette var han ikke klar over da han la ut. Daniel sier *«Jeg innså kanskje ikke det heller da jeg gikk ut, at jeg ikke var helt med»*. Han forteller videre at han i forkant av ulykken hadde vært igjennom en tøffere tid hvor ting ikke hadde vært så lett en lengre periode, og dette mener han kanskje kan ha medført til den reduserte kapasiteten og mestringen. Dagen før hadde han padlet i grovere sjø uten at det var noe problem eller at han fikk noen signaler på at kapasiteten var noe annerledes.

#### **4.2.2 Bevisstløshet, vann i lunger, utmattelse, kuldesjokk og nedkjøling**

Deltakerne beskriver vann som er et ugunstig element å bli fanget i. Et element hvor mennesket blir utrolig liten i. På et tidspunkt må mennesket opp av vannet. Vannet selv er i utgangspunktet mykt. Klarer du ikke å komme deg opp når du må, får du et problem. Alexander setter dette i sammenheng med risikoelementer ved avstander og vannets krefter. *«Utsatt farvann er lik at det er langt nok fra land til at det ikke er en enkel sak å svømme i land. Det er et risikoelement at du rett og slett sliter deg ut før du klarer å komme deg opp i båten, før du klarer å selverberget deg»*. Tor har gjort seg tanker om hvor avgjørende det kan være at man er i stand til å håndtere seg selv under utmattelse fordi det er lett å svelge vann. I etterkant av ulykken har Ola både tenkt på hvor

fort han kunne slått hodet i fallet og hva konsekvensen av bevisstløshet ville vært, og han runder av med *«da ville du ha tapt»*. Alexander er veldig tydelig på at tid var en sentral faktor i utvikling og utfall av hendelsen. Lungene hans var fulle av vann. Han forklarer hvordan fire minutter i bevisstløs tilstand med hodet delvis under vann er lenge, men også hvordan forflytningen de to padlekameratene hans utførte på disse fire minuttene og det de utrettet var imponerende. Han sier videre *«det at de klarte det på så kort tid var vel det som reddet livet mitt»*. Fire minutter kan altså være både lang og kort tid. Ola vurderte aktivt situasjonen da han kom opp til overflaten etter fallet og hadde fått summet seg etter kuldesjokket. Han var fast bestemt på at målet måtte være å komme seg raskest mulig opp av vannet. Han hadde ikke et konkret tidsvindu han jobbet etter, men var veldig bevisst på at temperaturen i vannet og luften innebar svært dårlig tid. Ola hadde på seg ull, kjeledress, lue, vanlig vinterbekledning, men ingen tørrdrakt som kajakkpadlerne og dette skinner igjennom i beskrivelsene av kulden. Ola beskriver en intens kulde i det han ramlet uti, kuldefølelsen ble deretter dempet, før den eksploderte igjen i det han hadde kommet seg opp på brygga. *«Ser jo at det går utrolig fort når du kommer i så kaldt vann»*.

Alexander har et minne eller glimt av en følelse av å ligge helt feil i vannet, men ellers husker han ingenting fra selve ulykken. Alexander sine erfaringer og tanker er basert på opptak fra sitt eget GoPro-kamera under ulykken og beretningene fra de to andre i turfølget, og hvordan han har gjort mening ut av dette i lys av sin forforståelse. Alexander tror ikke han ble liggende med hodet under vann i hele fire minutter, men sannsynligvis også blitt liggende å flyte på ryggen samtidig som han har blitt rotert noe rundt i vannet. Videre tror Alexander at han har blitt ført over steinene slik at han etter hvert blir liggende i ei slags bakevje foran klippen på holmen. Der ble han liggende i skum og bølger, men var ikke lengre ute i brytende bølger. Ola merker etter hvert at han har svelget en del saltvann. Han føler seg kvalm og uggen. Han vet det kan være kritisk å svelge for store mengder saltvann. Kristian og Tor merker ikke noe til inntak av vann underveis eller etterpå. Daniel hadde ikke tegn på vann i lunger ved undersøkelse på sykehuset og dette stemmer med hans eget inntrykk. Alexander sin beskrivelse av å bli slått bevisstløs og få vann i lungene skiller seg fra de andre deltakerne.

I den situasjonen og tilstanden Ola befant seg i nedi vannet, trådte minnet om badestigen, han var med på å montere på sommeren, frem. Han er ikke i tvil om mål, strategi eller gjennomføring. Han skal raskest mulig opp på brygga igjen og strategien var via badestigen

innerst på flytebrygga. På veien til badestigen kom han forbi en båt i opplag som lå med slakke tau. Han vurderte da tauene som en bedre strategi til målet enn badestigen. Han fikk føttene over tauet og fikk tak i spaltene på dekket til uteliggerne. *«Jeg tok i så innmari. Jeg visste det ikke der og da, men jeg knakk ribbein på begge sidene. Det skal jeg si deg, det merket jeg senere. Brukte sånne krefter da vet du (...), og trakk meg opp»*. Gjentatte ganger beskriver Ola underveis i intervjuet ulike eksempler på dialog han hadde med seg selv nede i vannet. *«Det høres kanskje litt rart ut at jeg sier det, men (...). Det som jeg tenkte, hvis en kan si at en tenker i en sånn situasjon, det jeg tenkte for meg selv da jeg lå og kavet i vannet, «Ikke søren om jeg skal avslutt her»*. *Jeg sa det. Helt merkelig. Så da fikk jeg noen helt andre krefter til å komme meg opp. Det skal (...), jeg skal farken ikke, avslutt her»*. Daniel, Ola, Tor og Kristian beskriver tankerekker og oppfattelser de hadde underveis, av aktivt selvsnakk og indre dialog, og hvordan det innvirket på motivasjon og krefter.

Tor vurderer kameratredning først og får Kristian opp igjen i kajakken, men velger på bakgrunn av kompetansenivå at den beste strategien er å padle kameraten inn til land og deretter ut å hente kajakken. Kristian trekker frem krefter som en faktor i hva som deretter skjedde, *«Jeg hadde ikke krefter til å komme meg opp. Tor hadde ikke mulighet til å holde igjen da jeg dro han rundt. Kameratredning er kjent i padlesporten, men kameratvelt er ikke det»*. Da Tor selv også havnet i vannet er han ikke tvil, nå måtte de begge komme seg til land ved å svømme inn ved hjelp av å bruke kajakken som et flyteelement. Tor sier ferden inn mot land var tung og gikk trått. Sett i ettertid tror de begge avstanden var kortere enn hva det de anslo den til å være da de sto i det. Tor forklarer hvordan mestringstroen endret seg underveis, *«Så tenkte jeg at dette går greit for jeg er så nære land. Da vi var halvveis til land, da begynte jeg å tenke at «det her, det er ikke sikkert går bra»*. *Da tenker du på dama di og alt litt da. Du gjør det (...)*». Kristian sier videre. *«Det var pålandsvind. Bølgene gikk jo mot land. Så vi hadde jo endt opp der uansett, men jeg tenkte ikke noe spesielt over det tror jeg. Hadde det gått andre veien, da kunne du bare ha sendt testamentet tror jeg»*. Tor er enig, *«Vi måtte se mellom trærne, for å se hvordan trærne forskjøvet seg med bakgrunnen. Da greide jeg motivere meg at “jo, vi går fremover “. Du greide nesten ikke svømme med ei tørrdrakt og har du spruttrekk på så går det enda saktere»*. Kristian støtter denne opplevelsen av tørrdrakt og spruttrekk og beskriver hvordan han underveis merket at kreftene forsvant. Daniel beskriver den samme opplevelsen av å gå tom for krefter lengre ut i hendelsesforløpet. Da Daniel hadde ligget i vannet en stund, prøvd egenredning ved å komme

seg opp i kajakken flere ganger, prøvd å varsle via mobil, prøvd å varsle båten som var ute for å trekke teiner, merket han hvordan kreftene forsvant. Han forklarer hvordan han tenkte, *«Ikke ha så store ambisjoner om min egen kraft og greier, for å komme meg til land»*. Med utgangspunkt i denne innsikten justerer Daniel strategien på ny. Alexander sin erfaring stemmer overens med de andre deltakerne. Alexander trekker frem hvordan han, ved å høre *«to godt trente menn i sine beste aldre»* beskrive hvordan det var å håndtere hans egen bevisstløse kropp i vann, også har tatt lærdom av dette aspektet ved ulykken. Krefter er altså en gjenganger i intervjuene med deltakerne.

Daniel og Alexander opplyser at tørrdraktene de benyttet har fungert hensiktsmessig. Daniel poengterer at *«tørrdrakten var i kategorien semitørr og gjorde den jobben den skulle, men etter fire timer var det kommet vann inn»*. Dette merket han i midlertidig ikke noe til underveis. Det var først da han fikk hjelp på land til å få av tørrdrakten at det viste seg at drakten var full av vann. Drakten har også fungert godt i etterkant under padleturer og trening av redningsteknikker, forteller Daniel. For Alexander sin del sikret tørrdrakten at det ikke ble en rask nedkjøling. Redningshelikopteret fikk plukket han opp ca. 30 minutter etter at kameratene hadde fått berget han opp på holmen. Alexander vet ikke hvor nedkjølt han var. Alexander sier han var nedkjølt, men det var sannsynligvis ikke kritisk hypotermi, men han understreker dette er usikkert.

For Daniel sin del så mener han i ettertid at tankeprosessene kanskje har gått treigere og treigere etter hvert. *«Jeg har oppfattet ting, i alle fall siste timen, litt annerledes enn det virkeligheten har vært»*. Han forteller at hvis han hadde sett underveis i selvbergingsforsøkene hvor mye han hadde drevet med strømmen utover ville han lagt en annen strategi for å komme seg inn til land. Da båten som berget Daniel kommer til kai, og flere lokale hjelper til, blir Daniel spurt om han kunne gå sammen med to personer som holdt han i hver sin albue. Det prøver han på, men han tror i etterkant at de mer mindre måtte bære han allikevel. Virkelighetsoppfattelse, orientering og kraftutvikling var preget av den reduserte kjernetemperaturen. Daniel trekker frem forskjellen mellom opplevd kulde og redusert kjernetemperatur. *«På sykehuset målte kroppstemperaturen 32 grader - det var litt kaldt, det var det, men ikke så kaldt»*. Med en arm surret inn i tauverket til padleroret og med padleåren stående opp i været, bega han seg mot nærmeste øy han så. På vei dit rekker han å tenke *«nå greier jeg liksom ikke å holde meg våken»* like før han mister bevisstheten. Daniel presiserer at han underveis aldri kjente på at han var

nedkjølt og han hadde heller aldri panikk. Han beholdt roen i fire timer i vannet. Ola mener det var kuldesjokket som var problemet, ikke avstanden det var å svømme fra der han falt uti og der han kom seg opp. Klærne alene gjorde at det ble tungt å komme seg opp på brygga. Ola forklarer reaksjonen på kroppen da han var kommet seg opp på brygga igjen. *«Du var så totalt utslitt. Hyperventilerte. Og pustet. Pustet sånn at hadde du noe skavank på hjertet hadde du stupt».*

For kajakkpadlerne, Daniel, Alexander, Kristian og Tor inntraff hendelsen underveis på vannet. For båtfører Ola skjedde det på brygga i forkant av turen. Kajakpadlerne hadde på seg tørrdrakter og undertøy. Båtfører hadde ullundertøy som eneste barriere mot vanntemperaturen i våt tilstand, de ytre lagene av klær fungerte kun som barriere mot lufttemperatur i tørr tilstand. Forskjellen i klestypene skinner igjennom beskrivelsene til deltakerne. Allikevel er ikke kajakpadlerne skjermet fra opplevelse av kuldesjokk og av umiddelbar nedkjøling. Både Tor og Kristian beskriver hvordan de merket kulden i vannet fort. Ola beskriver hvordan den direkte følelsen av kulde avtar underveis samtidig som følelsen av å miste krefter øker. Temperaturen i vannet er sentral i alle beskrivelser av deltakernes opplevelser og erfaringer. Alexander og Ola sine erfaringer, av mekanisk skade etter møte med loddrett fjell og hvordan tilfeldigheter kanskje spilte inn slik at Ola unngikk å slå seg bevisstløs i fallet, har ført til at de nå har fått et annet forhold til faktisk sikkerhet og risiko. Faren for bevisstløshet, skader, drukning, har blitt mindre abstrakt og mer reell.

### **4.2.3 Innspill og erfaringer**

Selvbergning innebærer å måtte bruke det som er innenfor rekkevidde. Ola sier, *«Ha det du skal berge deg med i nærheten. Når det ikke er noen andre som kan hjelpe deg da (...)».* Han fremhever videre betydningen av utforming på bryggeanlegg med tilstrekkelig med badestiger og at det er spalter i bryggedekket. *«På et eller annet vis måtte du ha kommet deg opp, det hjelper jo ikke med vest heller hvis du ikke kommer opp».* Ola påpeker at livredningsbøyen fra Tryg er super å ha, men at det hjelper ikke med livsredningsbøye på land om du er alene og faller i vannet, *«Ramler du i vann på vinteren er det totalt katastrofe».* Situasjonen må løses og det er ikke ubegrenset tid tilgjengelig. De overlevende har påpekt ulikt type utstyr, utforming og hjelpemidler som kan være til hjelp. Sikkerhetsutstyr som vest, tørrdrakt, hjelm og tauelinje. Alle deltakerne som driver med kajakpadlingen, tar opp fordeler og ulemper med tørrdrakt.

Nedkjøling er et stort risikomoment og da er tørrdrakten et godt sikkerhetsmoment.

Kajakpadlerne tok opp hvor tungt det er å svømme i en tørrdrakt. Kristian beskriver



opplevelsen, «*Det er tungt. Det er kjempetungt. Du blir tung, og du får fryktelig begrenset bevegelse med sånn tørrdrakt. Så, det er klart for å ligge i vannet lenge kan nok det hende, men hvis du ikke skal røre på deg (...). Så lenge du rører på deg å produsere varme kan det hende at våtdrakt faktisk er bedre. At du har mer bevegelse og er tryggere i våtdrakt*». Hvor energikrevende det er å svømme i tørrdrakt støttes av Alexander, «*Så er det jo dette her med å forlate kajakken. Svømme inn, men så er det det å svømme med tørrdrakt også*». Å flyte går greit på grunn av vest og tørrdrakt, men det farlige er at du risikerer å bli slitt ut før du er kommet deg i sikkerhet. Dette visste Daniel og denne kunnskapen påvirket hans beslutning om å alltid ha med kajakken.

Daniel og Alexander drøfter bruk av kommunikasjonsutstyr som VHF og knappetelefon som er tilpasset ferdsel ved vann og lave temperaturer, element hvor smarttelefonen ikke fungerer etter deres erfaring. Ola, Tor og Kristian har tatt opp viktigheten av godt fottøy tilpasset aktiviteten, ikke bruke sko som kan sette seg fast i kajakken og bruke sko som gir deg godt feste på brygga særlig på isbelagte underlag. Ola påpeker at det burde lages piggsko eller lignende hvor man nyttiggjør seg teknologien fra piggfrie bildekk. Hvis slike sko blir tilgjengelig trenger man ikke tenke på at skipsgulvet kan bli ødelagt. Ola mener livet er viktigere enn skipsgulvet, men at det er så lett at man velger å bruke skoene som ikke medfører skade på båten. Det handler om å gjøre det lett å gjøre de riktige tingene. Alexander sin erfaring fra ulykken inkluderer redningstjenesten sitt handlingsrom. «*... større grad av tilgang av vannscootere for redningsoperasjoner kunne vært noe. Om det er kostnadseffektivt det vet jeg ikke. I forhold til økt mengde med padlere som ofte vil få problemer, ikke rom sjø, men nært land*». En annen lærdom fra ulykken er at helikopteret som lander, det blåser bort de to andre kajakkene som lå godt på skjæret.

## **4.3 «Alt dreier seg om kunnskap og erfaring» - trygghet, kontroll og respekt**

### **4.3.1 Ha ansvar og ikke ha ansvar**

Grad av erfaring, ulik eller lik fordeling av erfaring i ett turfølget kan innvirke på flere måter. Da ulykken skjedde hadde Tor padlet i mange år og Kristian padlet sin tredje sesong. Når Tor ser tilbake på vurderingene de gjorde under matpausen og avgjørelsen om å padle hjemover, gjør han det med ny innsikt og erkjennelse. Tor sier, «*Det egentlig var jeg som skulle sagt at «hør her, vi tar en time til her eller så ringer vi etter noen som kan hente oss*». Kristian har også fått en annen forståelse på bakgrunn av hendelsen, «*Jeg tror det aller viktigste er å klare, å være tøff*

*nok til å vurdere egne ferdigheter rett og slett (...), eller andres. Jeg kunne sagt at «nå blir jeg på land» eller du burde sagt at «med din erfaring så skal ikke du ut igjen når det er sånn».*

Kristian anså værforholdene såpass røft at han hadde aldri vært ute i det alene. Det ble noe annet når de var to på tur. Før lunsj hadde turfølget til Alexander også bestått av en person med mindre erfaring som de hadde ansvar for. Da de skulle padle over til det nye området forklarer han at de ikke lengre hadde et ansvar for andre enn seg selv. Padlegruppen på tre hadde hver for seg formell utdanning i tillegg til praktisk erfaring. Han lå først av de tre padlerne. Dette kan ha påvirket hvor på «hugget» han var. Det var lavt tempo, ikke noe ekstra ansvar, litt tid til overs, og han gikk rett inn i et farvann han normalt ville evaluert. På ulykkesdagen var det kombinasjoner av vindbølger og dønninger som kom i samme retning, det innebar en bølgehøyde i snitt på halvannen til to meter og noen sett var betydelig større igjen, forteller han. Det settet med bølger som treffer Alexander, der han var mellom et lite skjær og et større skjær, har stor kraft. *«Du ser den tsunamieffekten på GoPro-kameraet. Når de store settene kom så var det livsfarlig der».*

Kameratene til Alexander får lagt han på det store skjæret. De må jobbe for å holde han stabil. De får etter hvert kontakt med nødetat til tross for problemer med smarttelefon og app, men det første kvarteret er de overbevist om at han kommer til å dø. Etter et kvarter åpnet Alexander øyene og det første han sier til de andre er, *“vi burde gå i land”*. Dette husker ikke Alexander selv. Beskrivelsene Alexander gir, basert på minner, filmen, samtaler med de andre, av stemning og modus hos de tre i padlefølget, tyder på en praktisk tilnærming i håndteringen av ulykken.

#### ***4.3.2 «Det å ha gult åreblad må være en fordel» - å varsle og bli observert***

Daniel beskriver en terskel for å blande inn andre i situasjonen. Han tenkte først og fremst på å bruke redningsteknikker for å komme seg opp igjen i kajakken på egen hånd. Det var først etter hvert når han ikke fikk satt seg ned i cockpiten på kajakken, at han kom på mobilen og bestemte seg for å varsle. Smarttelefonen var fortsatt tørr i den vanntette posen, til tross for at den fløyt av gårde et par ganger under velt, men den ville ikke på da han skulle ringe. Daniel har tenkt at han kunne ha vinket tidligere til båten som skulle ut for å dra opp teiner, fordi da hadde båten vært litt nærmere han. Båten var etter hvert kommet et stykke i fra han, men han forsøkte å vinke med åren for å påkalle oppmerksomhet. Båtfører så ikke Daniel. Han sier han hadde hatt tanker som: *«du, skal kanskje ikke bry noen med dette her på denne tiden», «flaut å tippe rundt og ikke*

*komme seg opp igjen*». Daniel var hele tiden bevisst på at han måtte være så synlig som mulig og dette påvirket strategiene han valgte. «*Om en skulle bli så sliten at en ikke orker mer, holder en seg fast i båten og da er en synlig om noen skulle begynne å leite etter en*». Daniel ville unngå å forlate kajakken og han visste det ville være tungt å svømme i tørrdrakt og utstyr. Å komme seg opp i kajakken var tryggeste mulighet for å kunne komme seg til land. Denne terskelen for å gå til det steget å ringe etter noen beskrives også av Tor og Kristian. Kristian sier, «*Fordi jeg var litt arr da, og vi vurderte jo i lunsjen skal vi ringe noen til å hente oss, men det er litt flaut. Så vi gjorde ikke det*».

Å ferdes utenfor avsidesliggende strøk innebærer økt sjanse for at ingen hører deg om du skulle trenge hjelp. Tor og Kristian var i et område de ikke forventet å bli observert, forteller dem. De tenkte de ville ha flaks om noen så de. Ola beskriver et folketomt hyttefelt og bryggeanlegg, og nærmeste bolighus var et stykke unna. Ola forklarer at selv om han hadde klart å ringe etter hjelp ville hjelpen vært for langt unna. Det var flere personer ute på vannet i samme område som Daniel og det fantes flere hus i området, men det var allikevel ikke gitt at noen ville observere en kajakkpadler i trøbbel. Daniel sin strategi og valg av farger på årebladet fungerte. «*Vi tror det var åren de så. Jeg hadde åren opp og ned*». Tor og Kristian er engasjerte når de tar opp kultur i lokal- og storsamfunn. Kristian har vært med på å iverksette full redningsaksjon på bakgrunn av observasjon av *noe* ute på vannet. I etterkant kom det noen reaksjoner i lokalavisen som mente responsen var noe overdrevet da dette *noe* viste seg å ikke være en velttet kajakkpadler i trøbbel. Tor og Kristian er fast bestemt på å ikke avfeie noe med «det er sikkert en tømmerstokk» eller lignende. De forteller videre at i eksakt samme område som søket ble gjort, har en kajakkpadler blitt berget etter at en tilfeldig tredjeperson både så *noe* og tok ansvar ved å sjekke det ut. Det er en borgerplikt å undersøke nærmere om man skulle se *noe*.

### **4.3.3 Trening gir knagger**

Panikk er et begrep og tilstand samtlige deltakere kommer tilbake til gjennom intervjuene. For å overleve kritiske hendelser i vann og eskalere situasjonen fremhever deltakerne at det har betydning å ikke få panikk, beholde ro og mestringstro. Å være svømmedyktig, vanntilvendt, ha erfaring som gir knagger for å tolke situasjonen, gjenkjenne farlige situasjoner, lese vær og vind, mestre å få hodet under vann er veier til økt handlingsrom. Ulykken har gitt Daniel ny kunnskap om restrisiko i sammenheng med mestringskapasitet. «*At en må prøve å minimere risiko, enn å eksponere seg for den risikoen en tror en mestrer*». Daniel anser det som tilfeldigheter at han ble

sett av forbipasserende båt, men han beholdt roen og brukte alle virkemidler han hadde tilgjengelig. Kristian oppsummerer, *«Poenget er å trene på å ikke få panikk. Fordi i det du får panikk i det du går rundt, så gjør du alt mulig dumme ting. Hvis du er vant til å gå rundt, ikke får panikk, så er det aldri farlig å rundt med en kajakk og komme seg ut. Det finnes ikke et problem med det. Hvis du gjør ting riktig, men i det du får panikk og begynner å tulle. Da kan det være katastrofalt»*. Slike beskrivelser har de andre deltakerne også kommet med underveis i intervjuene.

Deltakerne trekker paralleller mellom grad av kunnskap, trening, tidligere erfaringer og opplevelsen av ro. Daniel sier, *«Det tenker jeg er noe av det viktigste, å kjenne mestringen ved å ha hodet under vann. Nå er det jo klart, det også å kjenne på mestringen av å bare ligge på ryggen, og så kunne flyte uten å gjøre noen ting som helst. Bare flyte. Hvis flere hadde beholdt roen når de datt uti, og ikke begynne å kave, så hadde de kanskje hatt den tiden de trengte til å kunne tenke seg om «hva gjør jeg nå?»*. Daniel er engasjert når han snakker om hvordan evne til ro vil kunne være en trygghetsfaktor for alle nye kajakkpadlere. *«Det som ligger litt bak i hukommelsen, det er det som dukker opp med litt erfaring»*, sier Kristian. Daniel og Alexander har øvd mye på å gå rundt og håndtere velt. I deres beskrivelser av sanseopplevelser i vann, og spesielt i Daniel sin beskrivelse av ulykkesdagen, endret tilsynelatende verden seg mindre enn hos de andre deltakerne. Ola og Kristian beskriver kaos og panikk i det plutselige møte med vannet. Ola beskriver også hvordan han forholder seg til kuldesjokket og gir seg selv handlingsrom til å kunne legge en strategi. *«Det som jeg har tenkt på, det som har dukket opp i hodet, jeg husker at jeg har bestandig har likt å holde på vann, bading og sånn. Jeg har vært i basseng også. I utgangspunktet er jeg ikke redd vann, det har jeg aldri vært. Jeg tror det var det som berget meg. Hvis jeg hadde fått mye mer panikk»*. Det handler om å dempe kuldesjokk, panikk, stressreaksjoner og da kommer trening inn. Alexander mener, *«... trening er hensiktsmessig ikke nødvendigvis fordi det blir akkurat sånn, men trening hjelper deg til å ha en del knagger å jobbe med. Det gjør at du klarer lettere å holde fokus i en reell situasjon»*. Han sier videre, *«Ulykkene kommer aldri å bli slik vi har trent på. Treningen gjør at du har noe å jobbe med da»*. Alle deltakerne snakker om hvordan kunnskap gir knagger for gjenkjenning og denne lærdommen kan lagres i hukommelsen. Det er i midlertidig kroppslig erfaring som nyttiggjør kunnskapen. Både trening og hendelsene er former for kroppslig erfaringer.

Hendelsen har gitt økt innsikt for deltakerne. «*Det må være litt selvopplevd for at du skal forstå det*», tror Tor. Hendelsen er en erfaring som han ikke ønsker å glemme. Alle deltakerne tar opp det å lære av hendelsen og uttrykker ønsker om å utvikle sin egen kompetanse og kunnskapsnivå. Ola sier «*synd at du må bli utsatt for noe sånn, før du lærer*». Kristian setter fremgangsmåte for kunnskapsspredning inn i samtiden vi lever i «*i dag må du sette ting litt på spissen for å nå igjennom. (...)*». Kanskje skulle det vært mer åpenhet rundt ulykker, alle deltakerne påpeker at det kan være litt læring av hendelsene. Som Alexander poengterer, det var ingen som døde i ulykken, kanskje man har reddet liv i fremtiden også. De fem deltakerne i studien er vant til vann og har ferdes mye på, i, og ved vann gjennom livet. Alexander har respekt for havet, men frykter det ikke. Til kontrast, frykter han elver fordi han anser strømmende vann i elv som farlig. Hav er han komfortabel med, kjenner det, leser det godt. Elv mestrer han ikke like godt. Ulykken skjedde ikke fordi han ikke hadde kunnskap nok, sier han. «*Vanligvis ville jeg stoppet og ventet for å sett stedet. Sett hvordan bølgene bryter, prøvd å se et par av de store bølgesettene før de kommer. Lest hvor det var mulig å gå og hvor det ikke var mulig å gå. Evaluert hvordan man kommer ut av situasjonen. Du skal inn, men du skal komme deg ut igjen også. Det er tydelig at den jobben gjorde jeg ikke. Jeg gikk rett inn et sted som det ikke var forsvarlig å gå inn. Det var en sløvhets fra min side. Som (...), jeg egentlig vet. Det er ikke at jeg ikke kunne det. Det er ikke det at jeg ikke har lært det. Det er ikke det at jeg ikke har gjort det tidligere, men av en eller annen grunn gjorde jeg ikke det, da*». Ved en senere anledning er de tre padlekompisene tilbake på samme plass, på tilnærmet akkurat samme tid på året og i samme type forhold, og han sier helt ærlig at han heller ikke skjønner hvorfor han gikk inn i farvannet. Alexander antar at risikovilligheten var for høy da ulykken skjedde.

#### **4.3.4 Overraskelser- komfortsone vs. faresone**

Mennesker som er mindre komfortabel med vann enn deltakerne, ville kanskje ikke vært i de samme situasjonene som deltakerne. Dette er noe Tor reflekterer rundt. Personer med skepsis til vann og vind hadde ikke nærmet seg kajakkene i de forholdene. På spørsmål om bakgrunn kan ha bidratt til resultatet av hendelsen svarer Tor. «*Årsaken til hendelsen og utfallet egentlig, for jeg har alltid følt meg trygg i vann så jeg har kanskje ikke hatt den egenskapen med å vurdere faren slik jeg kanskje burde. Det kan være det. Jeg har egentlig ikke tenkt på det. Når vi først var i vannet, det at jeg har erfaring med kaldt vann når jeg frivillig har gått uti, at jeg har hatt den erfaringen var kanskje greit. Uansett ble jeg veldig forundret over hvordan vi reagerte. Jeg er*

*ganske sikker på at det kan ha vært årsaken også, at jeg har blitt trygg». Alexander sin forklaring støtter oppunder dette. «I det at jeg føler at jeg har kontroll, føler jeg har full kroppsbeherskelse, full beherskelse av vannet. Føler jeg har kontroll, det er jo selvfølgelig litt farlig. Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll». En komfortsone er individuell. Med kompetanse og ferdigheter får du økt handlingsrom for økt ferdsel og aktivitet, «Det er som med veldig mange andre aktiviteter hvis du vet hva du gjør kan du gjøre ganske mye uten at det er farlig. Vet du ikke hva du gjør (...), er det ganske mye som er farlig». Kristian er mer tvilende til om erfaringen han hadde fra før påvirket resultatet. Ved å beholde roen har Daniel og Ola ikke brukt unødvendig mye krefter på veien. For Daniel som lå i vannet i 4 timer kan det ha vært helt avgjørende. De er begge tydelige på at om de i utgangspunktet hadde vært redd vann kunne det gått helt annerledes. Alexander er ikke i tvil når han omtaler hva de to padlekompisene utrettet på fire minutter, deres handlekraft og kompetanse berget livet hans.*

Samtlige av deltakerne ble overrasket eller forundret av noe ved ulykken, hendelsesforløpet eller egne reaksjoner underveis. Det er forskjell på å snakke om risiko og fare, tiltak for å minske risiko, og faktisk tenke at du kunne komme til å falle til sjøs eller velte. Det var ikke forventet av Tor, Kristian, Daniel og Ola at de skulle havne i sjøen. Alexander forventet å bli «vasket». Det var overraskende for samtlige av deltakerne, i bevisst tilstand, hvor vanskelig det var å komme seg til land. Ola husker ikke stigen som er bakpå sin egen båt, han husker kun badestigen han selv har vært med på å sette opp. Fra Tor og Kristian avtaler hva de skal gjøre om noe går galt på hjemturen og til avtalene brytes går det 20-25 minutter. Det skremmer dem litt i etterkant at det går så fort å glemme en klar avtale. Alexander prøver å sette ord på sine tanker om faren ved padling i elv, som han delvis frykter, kontra hav, som han kan lese. «Jeg hadde ikke den respekten for hav. Jeg vet jo hav er farlig. Jeg vet jo at det var en risiko. Jeg hadde jo riktig utstyr. Derifra til at jeg skulle klare å bli slått bevisstløs og nesten drukne det var jeg nok egentlig ikke (...)». Dette kan settes inn i sammenheng med innsikten ulykken har ført med seg for han. «Bølger kommer og går. Det kan skvulpe. Det kan slå. Vann i seg selv er mykt. Det er ikke farlig. Det som selvfølgelig er farlig er om vann treffer loddrett fjell da (...), som det viste seg».

## 5 Diskusjon

I fenomenologisk filosofisk perspektiv er som nevnt kroppen med følelser og sanser sentral (Tordsson, 2010). Sentralt i kroppsfenomenologi står det prerefleksive og det refleksive, ellers ofte forstått som det ubevisste og det bevisste (Merleau-Ponty, 2012; Tordsson, 2010).

Det kan være hensiktsmessig å trekke frem fryktens rolle i omstendighetene før og under ulykkene. Frykt hos ekstremidrettsutøveren kan være helsebringende (Brymer & Schweitzer, 2013). De to kognitive prosessene som Protection Motivation Theory (PMT) tar opp kan belyse hvordan deltakerne beskyttet seg selv under håndteringen av ulykkene, men også hvilke grep, atferd og holdninger som kan ha vært til stede i forkant av hendelsen. Ved å se resultatene opp mot PMT dukker det ikke opp noen revolusjonære funn, men designet til PMT er hensiktsmessig for å diskutere resultatene allikevel. Det er viktig å påpeke at jeg som forsker vet ikke hvordan hendelsene ble opplevd og erfart av deltakerne. Jeg kan kun undersøke det de har beskrevet på tvers og i dybden i lys ved hjelp av teoretiske hjelpemidler som PMT og heuristiske feller.

### 5.1 Trussel- og mestringsvurderinger

I den første kognitive prosessen i PMT som handler om trusselvurderinger, er følelsen eller fraværet av frykt sentralt. Trusselvurderinger, som beskrevet innledningsvis, innebærer vurderinger av alvorlighet, bekymringer og sårbarhet (Floyd et al., 2000; McCool et al., 2009). Deltakerne beskriver i intervjuene ikke frykt for vann generelt i forkant av hendelsene. I det hele tatt er frykt ganske fraværende som tema under beskrivelser av omstendighetene i forkant av ulykkene. Den samme tendensen finnes i skredlitteratur, individer frykter ikke nødvendigvis landskapet ferdselen foregår i og dermed kan individet utsette seg for fare uten å egentlig føle at det er farlig (McCammon, 2004). Respekt for vannet, havet og innsjøen derimot er hyppig omtalt av deltakerne i beskrivelsene både før og etter ulykken. I deres beskrivelser av opplevelsene i øyeblikkene underveis i ulykkene omtales vannet som farlig. I deres beskrivelser av erfaringer og hva som har satt seg i kroppen i ettertid, er faregrad ved vannet nyansert. Respekt for vannet er ikke noe som oppstod for deltakerne på grunn av ulykken, vannet var forstått som farlig i forkant, men uten at det var direkte fryktet. Alexander beskriver hvordan respekten har økt med erfaringene og lærdommen av ulykken. Erfaringene har altså ført til ny erkjennelse, kunnskap og sikkerhetskultur rundt ulykkesforebygging.

Det er ingen tegn i beskrivelsene til deltakerne om direkte ignorering av oppfattet faregrad og skadepotensial. Innholdet i intervjuene tyder på at samtlige var klar over vannets

krefter og temperatur. Bekledning, kommunikasjonsutstyr og sikkerhetsutstyr var valgt konkret for aktiviteten og årstiden for turene. De hadde tatt stilling til trusler vannet kunne medføre for eget liv og helse, og deretter tatt forebyggende grep. Basert på intervjuene, dette var grep deltakerne aktivt hadde et forhold til og tatt eierskap til. Deltakerne beskriver i intervjuene motivasjon for å bruke sikkerhetsutstyr, lære og evaluere hva som fungerer og ikke fungerer. Deltakerne uttrykte motivasjon for å bidra til en åpen sikkerhetskultur hvor en kan utveksle erfaringer ved utstyrs fordeler og ulemper slik at de kan ferdes tryggest mulig og ha finest mulige opplevelser eller flyt i leken. Bekymringsnivået økte underveis under håndtering hos enkelte av deltakerne. Tor og Kristian forteller at kulden tok på og kreftene forsvant uten at de opplevde noen klar fremdrift mot land. De ble stille en periode mens de jobbet seg mot land, holdt tankene om tvil for seg selv, men de forteller begge i etterkant om den samme tvilen på at dette skulle gå bra. Denne tilstedeværelsen av bekymringer går over til mestringstro via den aktive indre dialogen beskrevet i delkapittelet «Bevisstløshet, vann i lunger, utmattelse, kuldesjokk og nedkjøling». Daniel trekker frem bekymringstanker like før han sovner. Frem til dette er det ingen tegn i intervjuet eller minner hos Daniel at han tvilte underveis på at han skulle overleve. Samtlige deltakere uttrykker allikevel noe overraskelse over at ulykkene skjedde dem og dette viser til en viss grad tegn på at faktisk sårbarhet var større enn forventet sårbarhet i forkant. Ordet faktisk dukker opp igjen altså. Denne overraskelsen hos vannkompetente voksne utøvere av maritimt friluftsliv er trukket frem i kapittel «Overraskelser- komfortsone vs. Faresone» i kappens resultatdel. Risikoen for bevisstløs er ikke beskrevet utdypende av deltakerne når det gjelder omstendighetene i forkant av hendelsene. Bevisstløshet på grunn av mekanisk skade eller nedkjøling virker det ikke som om det et var stort fokus på i forkant, men dette ble ikke fulgt opp i intervjuene av meg. Det er viktig å understreke at Alexander gav beskrivelser av sikkerhetsbevissthet og sikkerhetstiltak, han brukte for eksempel også før ulykken alltid hjelm under bråttjøpadling og bølgelek. Det var ikke noen klare brudd på normativt anbefalt forebyggende atferd, utover å ikke ha på seg vest når man ferdes langs vann eller det å ferdes alene (Pitman et al., 2019; Aadland et al., 2016; Aadland et al., 2017). Det legges til grunn at begge deler er antatt vanlig atferd i et langstrakt land som Norge. Å ferdes i nærmiljø eller utøve friluftaktiviteter i Norge kan medføre eksponering for potensielt farlige situasjoner uten at aktiviten per definisjon blir definert som høyrisikoaktivitet.



I den andre kognitive prosessen hvor mestringsvurderinger gjøres, er tro på at en kan påvirke utfallet sentral (Floyd et al., 2000; Willcox-Pidgeon et al., 2018). Det er nyttig å trekke frem her at når det gjelder PMT så kan mestringsvurderinger innebære vurderinger av hvor effektive tiltak mot trussel kan være og egen mestringstro (McCool et al., 2009). Mestringstro var høy blant deltakerne, samtlige beskriver seg selv som vannkompetente og svømmedyktige, men med ulik komfortabelhet til kaldt vann. Aktiv selvsnakk og indre dialog blir beskrevet av flere og er kanskje mest fremtredende i Ola sine beskrivelser. Krysspeiling ved å sette seg merker i land og sjekke fremdrift ble gjort av Daniel, Tor og Kristian. For Daniel innebar dette direkte endring av strategier for håndtering. Han innhentet aktivt informasjon etter beste evne, evaluerte fremdrift, besluttet endring av strategi og utførte strategi, gjentatte ganger. I dette ligger det også en prediksjon om at strategi ville få han til land innenfor tidsvindu og krefter tilgjengelig og når han innså strategi ikke ville funke raskt nok, endret han fremgangsmåte. Dette ligner på Endsley sine tre nivåer av situasjonsbevissthet beskrevet i studier om snøskred og padling (Ianke, 2010; Aadland et al., 2016). Ro hos Daniel er tydelig koblet til høy mestringstro til selvberging, selv om han ikke fikk til det han normalt ville greid å utføre av støttetak og selvbergingsteknikker. Selv om han ikke kom seg til land for egen maskin, klarte han til slutt å tiltrekke seg oppmerksomhet ved å bruke det gule årebladet sitt og han holdt seg flytende i fire timer. Aquatic ability i PMT (figur 1), finnes også i Ola sine beskrivelser. Ola bestemte seg for at her skulle han ikke avslutte, målet var klart og han var aldri i tvil om mål eller gjennomføring, selv om planen endret seg underveis. Målet var å komme seg opp raskest mulig og han beskriver hvordan han brukte alle krefter, og i det han trakk seg opp knakk to ribbein. Vilje alene ville kanskje vært nok, Ola beskriver også hvordan forkunnskaper, ferdigheter og tilvenning tidligere i livet kan ha bidratt til overlevelse. Til tross for nedkjøling og det Daniel beskriver som endret virkelighetsoppfattelse opplevde han ikke kulden på en måte som sto i stil med redusert kjernetemperatur. Kuldesjokket Ola beskriver og reaksjonen i det han kommer seg opp på brygga fremstår som mer intenst i selve opplevelsen sammenlignet med Daniel sine beskrivelser. Daniel forteller om mestringstro kontinuerlig underveis i ulykken selv om trusselvurderingen endret seg gjennom hendelsesforløpet. Han beskriver økt sårbarhet på grunn av tap av krefter og tid i vannet, men ikke tap av mestringstro. Ikke før et lite sekund før han mister bevisstheten tviler han. Det er altså ikke en automatikk at økt alvorlighetsgrad, bekymring og sårbarhet i trusselvurderingen, eventuell redusert tro på tiltakets effektivitet vil føre til reduksjon av

mestringstro når det gjelder mestringsevnen. Dette kommer klartest frem i Daniel sine beskrivelser. Daniel har i sine beskrivelser av vannkompetanse, svømmeopplæring, og livslang erfaring med vann i ulike former og situasjoner, fått frem et nyansert spekter av tilvenning og mestring av kaldt vann, å være under vann, og beholde roen. Bruk av utstyr økte handlingsrom ut ifra hva deltakerne beskriver. Tørrdrakt fungerte for Daniel, men var etter fire timer blitt full av vann. Selv med tørrdrakt opplevde Tor og Kristian kulden klart og tydelig selv om kuldesjokk kan ha blitt dempet av tørrdrakten. De sier de var kalde da de kom på land. Samtlige padlere har snakket om at tørrdrakt er svært tungt å svømme i, det er begrenset hvor langt man får til å svømme i den på grunn av redusert bevegelighet og hvor energikrevende det er. Tor og Kristian sier spruttrekket forsterket denne opplevelsen.

PMT var opprinnelig designet for å undersøke frykt og beskyttende helseatferd. Fryktens rolle med tanke på hvordan den kan bidra til å holde mennesker i live gjør at frykt kan tolkes som en positiv verdifull følelse. Følelsens rolle eller intuisjonens rolle under friluftsliv kan undersøkes i lys av fenomenologisk perspektiv (Tordsson, 2010). Intuisjon i form av evne til å lese vannet mennesket padler i er mer enn kun en spirituell forståelse (Liu, 2020). Det handler om alle de kinetiske aspektene ved bevegelsene og i møte med vannet. Er fravær av frykt farlig fordi trusselvurderingen og sårbarhetsvurderingen kan bli mangelfull? Om fryktfølelse er inkludert i sanseapparatet, prerefleksiv mønstergjenkjenning og kroppslig beredskap, da vil dette være med i vurderingene under ferdsel i potensielt farlig terreng.

## **5.2 Følelser og farer: mentale forenklinger**

En av de første dimensjonene (McCool et al., 2009) i den reviderte modellen av PMT (figur 1) er «aquatic ability» og «aquatic exposure». Evne og eksponering kobles sammen i relasjon med landskapet og kropp. I denne sammenhengen kan teori om heuristiske feller og snøskredlitteratur trekkes inn (McCammom, 2004). Under ferdsel i terreng, under komplekse omgivelser og situasjoner og ved fysisk belastning, foreligger det indre og ytre informasjonskilder (Osnes, 2019; Aadland et al., 2016; Aadland et al., 2017). Denne informasjonen skal fanges opp, tolkes og beslutninger skal tas. Noen prosesser skjer helt ubevisst, altså prerefleksivt, og andre skjer bevisst, eller refleksivt (Tordsson, 2010). Mentale snarveier, intuisjon og mønstergjenkjenning, for å forenkle prosessene er hyppig brukt (Brattlien, 2017; Mannberg et al., 2018).

Å ferdes i kjent terreng kan innebære at individet gjør færre vurderinger enn om ferdselen hadde vært på ukjente trakter (McCammom, 2004). Terrenget oppleves som mer trygt nettopp

fordi det er kjent. Ola, Daniel, Tor og Kristian var i kjente omgivelser. Ved en abstrakt forståelse av kjent terreng kan denne heuristiske fellen også være relevant for å undersøke Alexander sin opplevelse. Alexander beskriver at han var godt innenfor sitt vanlige mestringsnivå både med tanke på sjøforhold, aktivitet og tempo. På mange måter var han i kjent terreng kroppslig og sjømessig, om ikke rent geografisk. Denne heuristiske fellen kan fremtre som en slags kjentmannsfelle eller kompetansefelle som inngir en slags falsk trygghet fordi personen har gjort før mange ganger (McCammon, 2002). Tor beskriver også hvordan han kan ha blitt for trygg og at denne tryggheten kan ha bidratt til hendelsen. Hvis individet ikke føler en grad av frykt eller opplever at elementet «faktisk er farlig» i utsatt terreng, kan det gi rom for å gå i «familiarity trap» (McCammon, 2004). Det betyr ikke at alle som ferdes i kjente farvann og omgivelser kommer til å havne i en heuristisk felle, eller at det er belegg her for å påstå at samtlige deltakere i denne studien gikk i kjentmannsfellen. Det sentrale er å påpeke at det finnes likheter mellom beskrivelsene fra Alexander og de andre deltakerne og dette kan ha sammenheng med ferdsel i kjent «terreng». Dette stemmer overens med funn om at kompetente er mer eksponert for risiko (Gulliver & Begg, 2005). Kompetente tar større risiko i kjent terreng (McCammon, 2004).

Følelser kan også føre til overtenning og dette er kjent som «pudderfeber», eller den heuristiske fellen «scarcity trap». Naturopplevelsene og drivkraften beskrevet i delkapitlene «Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser» og «Ferdseil – har noe endret seg?» fanger opp dette aspektet med pudderfeber. Daniel beskriver hvordan blikkstilte hav utenskjærs under soloppgang fører til endret padlerute. Alexander beskriver hvordan litt ekstra tid i front på padlefølget førte til at han tok en improvisert tur mellom skjær for å kanskje bli «vasket litt» på veien, fordi transportetapper også kan gi rom for litt lek selv om den er mye roligere enn selve bølgeleken. Ut ifra beskrivelsene av erfaringene deres med disse ruteendringene var ikke ruteendringen i seg selv farlig. Det de beskriver er derimot fravær av vurdering rett i forkant. Daniel hadde ikke fått noen forvarsel om at reaksjonsevne og kapasitet var redusert. Han hadde vært ute og padlet i grovere sjø dagen før. Alexander hadde aktivt bølgepadlet tidligere samme dag i grovsjø.

Opplevs informasjon som helt ny, fører den kanskje til en revurdering, mer av eksisterende informasjon fører ikke til en revurdering. Denne heuristiske fellen kalles for «consistency trap» (McCammon, 2004). Er informasjonen noe helt nytt eller mer av det samme?

Informasjonen kan være ny for turkamerat, selv om den er kategorisert som mer av eksisterende informasjon for individet. I Tor og Kristian sine beskrivelser kan det ligge spor av dette.

### **5.3 Kjønn og vannkompetanse**

Kjønnsforskjeller og risiko hos vannkompetente voksne faller utenfor denne studiens avgrensning. Det er allikevel verdt å påpeke at denne studiens resultater ikke styrker hypotesen om at drukning er et maskulint folkehelseproblem selv om studiens utvalg kun består av menn som var i alderen 41-60 år. Studiens resultater har relevans uavhengig av kjønn. Noen studier viser tegn på at generelt flere menn enn kvinner har en tendens til å overvurdere egne ferdigheter og undervurdere risiko (Willcox-Pidgeon et al., 2018), og flere menn enn kvinner oppga at de hadde opplevd nesten-ulykker, (McCool et al., 2009). En forklaring kan være at «farlig maskulinitet» kan føre til risikoatferd i vann som ellers i samfunnet (Moran, 2011). Derimot i en studie av fatale drukningsulykker knyttet til elver i Australia minsket kjønnsforskjellene etter justeringen av type ferdsel, hyppighet og total tid tilbrakt ved elv (Peden, Franklin, & Leggat, 2019). I en studie i Sør-Frankrike ble det funnet et overraskende høyt ulykkestall med tanke på skader og drukningsulykker i surf sone blant kvinner, (Castelle et al., 2018). I en studie av vannkompetanse blant førsteårsstudenter i idrettsvitenskap i Australia var det ingen forskjell mellom kjønn når det kom til ferdigheter, men samtlige overvurderte sine flyteegenskaper (Moran et al., 2012). I en studie på New Zealand viste tegn på at de mest vannkompetente, uansett kjønn, oppsøkte utrygge vannområder i større grad enn de mindre vannkompetente (Gulliver & Begg, 2005). Denne studiens resultater som er beskrevet i resultatkapittelet bærer preg av hvordan vannkompetente voksne opplever og erfarer hendelsene, og det er ikke funnet tegn på evidens for «farlig maskulinitet».

### **5.4 Tid, kropp, sosiale dimensjoner og landskap i opplevelser og erfaringer**

Tid er sentralt i beskrivelsene deltakerne gav. Vannet er kraftfullt, det er lavt oksygennivå, det kan være kaldt, og på et tidspunkt må mennesket opp. Å ha størst mulig handlingsrom til å få dette til, ved valg av hvem individet er på tur med, ved at individet selv tar seg til land, ved å tiltrekke seg oppmerksomhet, ved å holde ut lengst mulig for å øke tidsvinduet slik at tilfeldige tredjepersoner kan observere individet, kan være avgjørende for livet.

Deltakernes opplevelser og erfaringer beskriver hvordan trening og tilvenning kan gi kroppslig kunnskap, ferdigheter, mønstergjenkjenning og taktisk forståelse. Alle deltakerne har beskrevet hvordan håndtering av kropp i vann og selvberging er tungt, og at individet kan slite

seg ut før en har kommet seg i trygghet. Ved kaldt vann og uten sikkerhetsutstyr som fungerer godt nok, snevres handlingsrommet inn. Alle deltakerne i studien beskrev seg, eller tredjepersoner til stede den aktuelle dagen, som vannkompetente og svømmedyktige. Dette kan ha vært avgjørende for utfallet. Det er ingenting i denne studien som tilsier at vannkompetanse og svømmedyktighet var en risikofaktor i det ulykken var et faktum. I det samtlige deltakere hadde veltet eller falt i vannet, og situasjon var kritisk, trekker resultatene i retning av at håndteringene bidro til overlevelse.

Evalueringsmodus, mestringskapasitet og ferdighetsnivå er ikke alltid lineær forklarer deltakerne. Dette kan være justert etter den totale livsbelastningen og dagsform, temperatur og sjøforhold. Dette kan tre inn for eksempel under transportetappe eller ved å skrape is av båten når den ligger til kai. Dette er situasjoner hvor deltakerne beskriver opplevd risikonivå som lavere enn risikoen knyttet til det en ellers driver med under bråttsjøpadling eller båtkjøring. Evalueringsmodus og beslutninger kan påvirkes av soloferdsel, hvem en er på tur sammen med og gruppesammensetning. Sosiale dimensjoner, også ved ferdsel alene, kan være en faktor slik de heuristiske fellene «social facilitation», «acceptance» og «the expert halo» beskrives. Sosiale dimensjoner er kommet til uttrykk i delkapitlene «Ha ansvar og ikke ha ansvar» og «Det å ha gult åreblad må være en fordel - å varsle, bli observert, i samfunnet vi lever i» i kappes resultatdel. Kristian er veldig klar på at alene hadde han ikke padlet ut i de rådene sjøforholdene. I det de kommer ut i kajakkene og litt ut ifra land, øker vindene igjen, de velger å prøve å padle hjem og padler ikke rett inn igjen til lunsjplassen. Han påpeker hvor viktig det er å vurdere egne ferdigheter og si fra. Han og Tor er også tydelig på at en må kunne vurdere andre sine ferdigheter også, og si fra. De beskriver nødvendigheten av en velfungerende sikkerhetskultur og trene i faktiske sjøforhold.

Landskap med sine karakteristikk er altså en faktor i opplevelsene og erfaringene. Temperaturen i vannet er sentral i alle beskrivelser av deltakernes opplevelser og erfaringer. Vannet enten det er elv, hav eller innsjø kan være det som i skredlitteraturen kalles «wicked learning environment» (Mannberg et al., 2018). Wicked learning environment innebærer at naturen gir asymmetriske tilbakemeldinger (Brattlien, 2016; Mannberg et al., 2018). I likhet med snøskred kan drukningsulykker og andre vannrelaterte ulykker knyttet til nedkjøling eller mekaniske traumer, være ulykker med lav sannsynlighet og høy konsekvens. Manglende feedback i forkant på hvordan en vil reagere på kuldesjokk, desorientering og mangel på oversikt

nede i vannet, hvor utmattende egenredning er, kan spille inn på håndtering under en faktisk hendelse. Alle deltakere har trukket frem hvordan de tror hendelsene vil føre til tryggere ferdsel i fremtiden. Ola trekker frem dette, at det er synd en må oppleve det for å forstå. Det er en ting å vite at det er kaldt. Det er en annen ting å havne i vinterkaldt hav, hvor det er like før vintersørpen legger seg og med tosifrede kuldegrader i luften, og håndtere det. Situasjonen måtte håndteres også etter at Ola kom seg på land, det var fortsatt fare for nedkjøling selv om drukningsfaren var over.

Endringer kan være en skjult fare og utgjøre en trussel. Alle faktorer som innvirker på aquatic ability vil kunne innvirke på begge de kognitive prosessene presentert i PMT. Endringer av modus, mestring, kapasitet vil kunne medføre økt alvorlighet, økt sårbarhet og er individet klar over det, føre til en endret trusselvurdering. Endringer i modus, mestring, og kapasitet kan medføre endret effektivitet av responser på trussel, endret mestringstro og dermed kan føre til en endret mestringsvurdering. Både trusselvurdering og mestringsvurderinger kan endre hvordan individet velger eller ikke velger å beskytte seg selv ved eksponering og forebyggende grep. Dette sirkler tilbake til intensjonen bak aktiviteten og hvilken restrisiko individet aksepterer (Brattlien, 2017).

### **5.5 I et folkehelseperspektiv – livskvalitet uten livet som innsats**

Intensjonen bak aktiviteten blir sentral i vurderingen av hvilken restrisiko individet aksepterer og dermed ferdselsvalgt for tur. Alexander trekker intensjonen for ferdsel, risikovurdering og betydningen av å ha et bevisst forhold til vannets egenskaper, kvaliteter og farer sammen. Ferdigheter kan gi sikkerhetsmargin ved kantring. W2GO-konseptet utviklet for topptur og skikjøring (Brattlien, 2017) kan basert på deltakernes beskrivelser i denne studien kunne anvendes for maritimt friluftsliv. Dette kommer for eksempel til uttrykk når Kristian forteller at turlivet er for viktig til å skulle ha dårlige opplevelser med mye vind, grov sjø og kaldt vann. Det kommer stillere dager eller dager med varmere vanntemperaturer som kan gi han en bedre opplevelse forklarer han. Hendelsen har ikke fjernet gleden ved kajakkpadling, men har derimot understreket gleden ved kajakkpadling. Turlivet er viktig, og kajakken er en kilde til rekreasjon. Drivkraften bak kajakkpadlingen ble beskrevet av samtlige deltakere med følelser som glede, flyt og gode opplevelser.

Blå områder, blå terapi, blå helse, blå trening er i søkelyset i akademia og i samfunnet (Britton & Foley, 2020; Foley, Kearns, Kistemann, & Wheeler, 2019; Gascon et al., 2015;

Gascon et al., 2017; Grellier et al., 2017; Kelly, 2018). Badekultur er ikke et moderne fenomen, men har kanskje fått en renessanse og det har igjen poengtert politisk aktualitet for rene blå områder (Wuijts et al., 2020). Kunnskapsgrunnlaget om blå områders innvirkning på helse og livskvalitet er under utvikling (White et al., 2020). Det er en endring i måten å forstå blå områder på som konsept, det har gått fra en ytre forståelse av omgivelser og til at begrepet blå områder også omfavner menneskelig interaksjon med vannområder gjennom bevegelse og fysisk aktivitet (Kronsted , Gurholt, & Dykes, 2020; lisahunter & Stoodley, 2020). Vannaktiviteter for rekreasjonsformål kan i utgangspunktet være sunt og helsefremmende, men risiko for drukning vil alltid være til stede i større eller mindre grad (McCool et al., 2009; Moran, 2011). I denne tynne linjen mellom helsefremmende- og helseskadelige faktorer kommer det kunnskapsbaserte folkehelsearbeidet inn.

Å forske på drukning og drukningsforebygging i Norge er ikke noe nytt. Linjene kan blant annet trekkes tilbake til Eilert Sundts epidemiologiske undersøkelse av drukningsofre i Nord-Norge på 1860-tallet. Undersøkelsene tydet på at blant befolkningen i Nord-Norge var det mange fatale drukningsulykker, et lavt nivå på svømmeferdigheter, et høyt kunnskapsnivå om sjø og vær, og hele formålet for forskningen var å finne ut hva som kunne forhindre drukningsdød i Nord-Norge (Lien, 2018). Eilert Sundt bidro med delvis kontroversiell og banebrytende tverrfaglig folkehelserelatert forskning i sin samtid, og identifiserte et behov for detaljerte ulykkesbeskrivelser i det forebyggende arbeid (Nylenna & Stoltenberg, 2017). Det handler altså om forebygging på samfunnsnivå av ulykker knyttet til menneskers ferdsel i naturelementer. Det handler om tryggest mulig bruk av blå områder og aktiviteter, hente ut helsegevinstene ved ferdsel, og samtidig sikre overlevelse. Deltakerne gav uttrykk for at det må være forhåndsregler det er mulig å etterleve. Tiltak må være realistiske. Kritiske hendelser og ulykker kan inntreffe, men målet for deltakerne, slik det beskrives i intervjuene, er å kunne lære av dem.

Deltakerne har i alle intervjuene beskrevet hvordan de bruker aktivt ulykken for å ferdes enda tryggere i etterkant. Ingen har sluttet å padle eller å dra på fisketur. De har investert i mer sikkerhetsutstyr og ser verdien i å anvende dette, men de ser også mer nyansert på *hva* som er hensiktsmessig å bruke med tanke på sikkerhetsutstyr og redningsstrategier i forhold til sjøforhold og temperaturer. Badestiger eller ledere på bryggeanlegg er budsjettvennlig og vil være til stor hjelp ved fall fra brygge ut i kaldt norsk farvann. Ola påpekte at det bør være flere stiger på samme bryggeside og på de ulike sidene av bryggene. Kuldesjokk gjør at selv korte

avstander blir svært utmattende. Denne lærdommen har endret sårbarhets- og trusselvurderinger han gjør ved ferdsel på brygge og i båt. Redningsvesten er nå på før han går i båten.

Ingen av deltakerne har beskrevet svømmeopplæring i barndom eller lek i ungdomsårene som overflødig. Tor, Daniel og Ola har nevnt hvordan dette kan ha vært avgjørende for å beholde roen, og dermed handlingsrommet til å komme seg ut av vannet eller holde ut lenge nok til å bli observert. Utvalget i studien er for lite til å kunne påstå at det er en direkte sammenheng mellom vannkompetanse og overlevelse, utover den subjektive opplevelsen for den enkelte deltaker. Det er allikevel en tendens i datamaterialet som kan indikere at dette kan være tilfelle.

Hva er det som gjør at det i noen hendelser og ulykker, som hadde potensialet til katastrofale konsekvenser, går etter forholdene ganske bra? Hvordan kan svømmesterke mennesker drukne nært sikkerhet og trygg grunn? Hva er det som gjør at du plutselig ikke får til det du trodde og til nå har erfart at du mestret? Hva er det som egentlig skjer her? Hva er omstendighetene før og under ulykkene? Hvilke vurderinger ble tatt eller ikke tatt? Hvordan opplevde personene selv sin egen kompetanse og ferdigheter? Disse spørsmålene er mye av drivkraften bak dette forskningsprosjektet, men dette forskningsprosjektet alene kan ikke og vil ikke kunne gi svar på disse spørsmålene. Ambisjonen bak denne studien er å bidra til det felles systematiske kunnskapsgrunlaget innen det tverrfaglige drukningsforebyggende arbeidet.

## **5.6 Metodiske betraktninger: studiens kvalitet, styrker og begrensninger**

Studien har som mål å løfte frem opplevelser og erfaringer hos overlevende. En av studiens store styrker er de rike beskrivelsene i datamaterialet. Den narrative intervjuformen som la til rette for at deltakerne kunne fortelle fritt førte til at mye interessant kom spontant frem (Repstad, 2007; Sørly & Blix, 2017). Oppfølgingsspørsmålene førte også til interessante beskrivelser av ambivalente aspekter, for eksempel når deltaker fortalte om hvordan tidligere erfaring og kompetanse både kunne være årsaken til både hendelsen og utfallet til ulykken. Dette viser også hvordan det kan dukke opp noe nytt for deltakere i en intervjusamtale. Resultatene tyder på aktuell relevans utover studiens utvalg og dette styrkes blant annet av at jeg som kvinne i 30-årene ikke tolker beskrivelsene fra deltakerne som kun relevant for menn. Det ble gjennomført deltakersjekk som gav deltakerne mulighet til å justere transkripsjonene. Dette er et grep som kan bidra til studiens troverdighet. En annen styrke er den beskrivende refleksiviteten rundt forskerrollen som et hovedinstrument i kvalitativ studie. Det ble skrevet mye feltnotater og refleksiv dagbok underveis i studien. Metodekapittelet inneholder detaljerte beskrivelser og



inkluderer utdrag av feltnotater. Resultatkapittelet er også presentert så detaljert som mulig av hensyn til transparens og pålitelighet. På denne måten kan leser få en reell mulighet til å kunne vurdere studiens kvalitet.

Det er kun et utvalg opplevelser og erfaringer som ble beskrevet i intervjuene av deltakerne. Intervjuene belyser ikke alt som skjedde i ulykkene. Det kan argumenteres for at selvrapporing generelt har visse usikkerheter knyttet til seg, men dette er en undersøkelse av individers subjektive opplevelser og erfaringer. Objektive mål på vannkompetanse, svømmedyktighet, padleteknikk og taktiske ferdigheter var derfor heller ikke nødvendig å avdekke i denne studien. Forskingen skal ikke skade deltakeren, det er etiske grunner for å unnlate å følge opp informasjon som kunne vært interessant for studiet (Kvale & Brinkmann, 2015), eller rett og slett unngå å utforske visse deler av ulykkene. Dette er en masteroppgave og som uerfaren forsker har jeg lagt meg på en konservativ linje når etiske dilemma har oppstått. Har jeg vært i tvil, da var det ikke reell tvil. Med en erfaren forsker kunne interessante trekk vært utforsket i større grad. Analysen ble utført manuelt av forsker uten bruk av elektroniske hjelpemidler eller programvare utover Word. Dette gjorde at jeg ble godt kjent med innholdet i transkripsjonene, men en analyse ved hjelp av programvare kunne styrket systematikken og etterprøvnbarheten ved at man var helt trygg på koding var utført etter samme prosedyre (Repstad, 2007; Tjora, 2017). En av studiens største begrensninger med tanke på overførbarhet av funn er de utvidete definisjonene av drukningsulykker og overlevende. En annen sentral begrensning er størrelsen på utvalget. Utvalget er lite, og metningsgrad ble sannsynligvis ikke oppnådd. Ved et større antall deltakere kunne det ha kommet frem ytterligere beskrivelser som kunne tilført noe nytt til datagrunnlaget. Dette er en masteroppgave av begrenset omfang, men studiens resultater bør sees i lys av manglende oppnådd metningsgrad. Samtlige deltakere er menn som var i alderen 41-60 år da hendelsene skjedde, med større aldersspredning og alle kjønn representert i studien, kan det tenkes at datamaterialet ville sett annerledes ut.

Dette er en eksplorativ studie som undersøkte subjektive opplevelser og erfaringer hos voksne mennesker. Noe som involverte kreative tilnærminger for å hente ut det unike og spesielle. Det kreative i kvalitativ metode kan altså være både en styrke og en svakhet, alt avhenger av at balansen mellom det systematiske og det fleksible ble overholdt. Studien har forsøkt å utøve transparens slik at leser har mulighet til å vurdere studiens kvalitet, troverdighet og relevans (Tjora, 2017). Denne studien er et lite bidrag til et lite undersøkt felt innen

drukningsforebyggende forskning i Norge, og er også et lite bidrag til studier knyttet til blå folkehelse i Norge.

## 6 Konklusjon og implikasjon

Bevegelse er sentralt i menneskers liv, bevege og bli beveget, i mange dimensjoner og plan (Shumway-Cook & Woollacott, 2012). Vannet er en arena for utfoldelse for mennesker. Å svømme under vann når solstrålene bryter gjennom overflaten og danser på sandbunnen. Å nattbade i augustvarmt hav fullt av lysende morild. Å utforske nye farvann med kajakken. Å kjenne stillheten. Å kjenne på naturens krefter. Å padle solnedgangen i møte. Å ha stø kurs utover fjorden en gnistrende vinterdag. Havet. Innsjøen. Elvene. Vannet kan være en nøkkel til livskvalitet, balanse, glede og bevegelse for mennesker. Vannets kvaliteter for mennesker livskvalitet kan være tveegget. Ferdsel og møter med vann kan føre til skader av større og mindre alvorlighetsgrad, i verste fall tidlig død.

Overlevende av drukkingsulykker, og andre ferdselsulykker i natur, har kunnskap og innsikt som er essensielt viktig å få inn i kunnskapsbanken for å treffe med spissede strukturelle tiltak. Deltakerne er mennesker som faktisk har vært fanget i det utfordrende, ugjestmilde og krevende naturelementet. De har også beskrevet og (Webber, Moran, French, Fozard, & Pearless, 2020) uttrykt gleden over ferdsel i, på og rundt vann, og hvordan padling og båtlivet kan gi rik tilførsel til deres livskvalitet. Disse beskrivelsene kan underbygge at det er en tynn linje mellom vann som helsebringende faktor og helseskadelig faktor. Kroppslig kunnskap, opplevelse og erfaringer er viktige bidrag til forebygging på samfunnsnivå for å redusere antall mennesker som dør knyttet til ferdsel i, på og rundt vann. Mennesker er kropp, møter verden gjennom kropp, og forstår gjennom kropp (Merleau-Ponty, 2012). Dette perspektivet medfører at kroppen er første redskap for å forstå drukkingsulykker og belyse hva er det som foregår under slike hendelser. For å forstå bevegelse, oppfattelse og håndtering hos menneske, må både faktorer ved det individuelle, selve aktiviteten og omgivelsene, tas med i betraktning (Shumway-Cook & Woollacott, 2012).

Ulykkesforebygging og skadeforebygging er essensielt for at flest mulig mennesker har mulighet til å ferdes tryggest mulig. Det handler om å legge til rette for å få restrisikoen ved ferdsel så lav som mulig. Det handler også om å mulighet til å delta i samfunn og aktiviteter i lokalsamfunnet (Sandefjord kommune, 2019). Det handler om å utjevne sosiale forskjeller og

inkludere individer i trygg naturbasert ferdsel uten at individene selv må sette livet som innsats. Evner og ferdigheter til ro, å kunne ta seg frem i vannet, å skape handlingsrom, er trenbart beskriver de overlevende. Resultatene i denne studien har ikke kun relevans for andre vannkompetente voksne. Studien belyser hvordan kompetanse kan redde liv, og hva slags kompetanse som er hensiktsmessig å kunne.

Denne studien kan ikke fastslå sammenhenger, men funn trekker i retning av abstrakte momenter og mangel på objektive tegn som sentrale faktorer i omstendighetene i forkant av ulykkene, og funn trekker i retning av evnen til ro, selvsnakk og mestringstro som sentrale faktorer i å holde handlingsrommet så stort som mulig underveis i håndteringen av ulykkene. Kroppslig forkunnskaper og tilvenning til (kaldt) vann, automatiserte tekniske ferdigheter og taktisk forståelse av situasjon kan ha bidratt til at ulykkene fikk ikke-fatale utfall. Denne studiens utvalg er lite, men deltakerne bidrar med verdifulle beskrivelser av sine opplevelser og erfaringer.

Ytterligere kvalitative og narrative studier av ikke-fatale drukningsulykker med større utvalg er nødvendig. Det er behov for epidemiologiske og komparative studier av større omfang som undersøker fatale og ikke-fatale ulykker knyttet til ferdsel i, på og rundt vann i Norge. Eilert Sundts drukningsforebyggende undersøkelser i Nord-Norge på 1860-tallet (Nylenna & Stoltenberg, 2017) indikerte allerede da at det var et behov for detaljerte ulykkesbeskrivelser. Denne studiens funn og resultater bygger opp under det Sundt beskrev den gangen. Detaljerte beskrivelser av opplevelser og erfaringer hos overlevende er like relevant for dagens drukningsforebyggende arbeid som det var for rundt 160 år siden.

## Litteratur

- Aadland, E., Noer, G., & Vikene, O. L. (2016). Sea kayaking incidents in Norway 2000-2014: an issue of bad weather or poor judgement? *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 16(2), 131-145. doi:10.1080/14729679.2015.1121505
- Aadland, E., Vikene, O. L., Varley, P., & Moe, V. F. (2017). Situation awareness in sea kayaking: towards a practical checklist. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 17(3), 203-215. doi:10.1080/14729679.2017.1313169

- Andkjær, S., & Arvidsen, J. (2015). Safety Cultures in Water-Based Outdoor Activities in Denmark. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 7(2), 140-157. doi:10.18666/jorel-2015-v7-i2-7009
- Askildsen, C. M., & Løndal, K. (2019). En lang skitur utenfor allfarvei - hva er drivkraften til kvinner som deltar på friluftslivsekspedisjoner i polare strøk? In A. Horgen, M. L. Fasting, T. Lundhaug, L. I. Magnussen, & K. Østrem (Eds.), *Ute! : friluftsliv - pedagogiske, historiske og sosiologiske perspektiver* (pp. 235-255). Bergen: Fagbokforlaget.
- Barwood, M. J., Burrows, H., Cessford, J., & Goodall, S. (2016). "Float first and kick for your life": Psychophysiological basis for safety behaviour on accidental short-term cold water immersion. *Physiology & Behavior*, 154, 83-89. doi:10.1016/j.physbeh.2015.11.017
- Bjøntegaard, H. Ø. (2016). *Ung medvirkning og mestring (UMM) : en kvalitativ studie om ungdom med langvarig helseutfordring som tidligere har deltatt på UMM*. (Masteroppgave). Norges miljø- og biovitenskapelige universitets, Ås.
- Brattlien, K. (2016). *Snøskred: Livsviktig kunnskap*. Oslo: Kagge forlag.
- Brattlien, K. (2017). *Den lille snøskredboka : alt du trenger å vite om snøskred på en enkel måte* (5. utg. ed.). Oslo: Fri flyt.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Breivik, G. (1998). Sport In High Modernity: Sport as a Carrier of Social Values. *Journal of the philosophy of sport*, 25(1), 103-118. doi:10.1080/00948705.1998.9714572
- Britton, E., & Foley, R. (2020). Sensing Water: Uncovering Health and Well-Being in the Sea and Surf. *Journal of Sport and Social Issues*. doi:10.1177/0193723520928597
- Brymer, E., & Schweitzer, R. (2013). Extreme sports are good for your health: A phenomenological understanding of fear and anxiety in extreme sport. *Journal of Health Psychology*, 18(4), 477-487. doi:10.1177/1359105312446770
- Bubeck, P., Botzen, W. J. W., Laudan, J., Aerts, J., & Thielen, A. H. (2018). Insights into Flood-Coping Appraisals of Protection Motivation Theory: Empirical

- Evidence from Germany and France. *Risk Analysis*, 38(6), 1239-1257.  
doi:10.1111/risa.12938
- Castelle, B., Brander, R., Tellier, E., Simonnet, B., Scott, T., McCarroll, J., . . .  
Lechevrel, P. (2018). Surf zone hazards and injuries on beaches in SW France.  
*Natural Hazards*, 93(3), 1317-1335. doi:10.1007/s11069-018-3354-4
- Cornall, P., Vernon, D., & Walker, D. (2014). Investigating Drowning Accidents:  
General Principles. In J. Bierens (Ed.), *Drowning*. doi:10.1007/978-3-642-04253-  
9\_178
- Danielsen, T. (2012). *"Hos oss sitter kulturen i hjertet" : en antropologisk studie av  
kultur i Marinejegerkommandoen*. Kjeller: Forsvarets forskningsinstitutt (FFI).
- Dyb, G., Jensen, T. K., Nygaard, E., Ekeberg, O., Diseth, T. H., Wentzel-Larsen, T., &  
Thoresen, S. (2014). Post-traumatic stress reactions in survivors of the 2011  
massacre on Utoya Island, Norway. *British Journal of Psychiatry*, 204(5), 361-  
367. doi:10.1192/bjp.bp.113.133157
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp* (Vol. 15). Oslo: Universitetsforl.
- Floyd, D. L., Prentice-Dunn, S., & Rogers, R. W. (2000). A meta-analysis of research on  
protection motivation theory. *Journal of Applied Social Psychology*, 30(2), 407-  
429. doi:10.1111/j.1559-1816.2000.tb02323.x
- Foley, R., Kearns, R. A., Kistemann, T., & Wheeler, B. (Eds.). (2019). *Blue space, health  
and wellbeing : hydrophilia unbounded*. London: Routledge.
- Lov om folkehelsearbeid (LOV-2011-06-24-29), (2012).
- Fugelli, P., & Ingstad, B. (2001). Helse - slik folk ser det. *Tidsskrift for Den norske  
legeforening*, 121(30), 3600-3604. Retrieved from  
<https://tidsskriftet.no/2001/12/tema-helse-og-kultur/helse-slik-folk-ser-det>
- Faarlund, N. (2015). *Friluftsliv : en dannelsesreise* (Vol. nr. 2). Oslo: Ljø forl.
- Gascon, M., Triguero-Mas, M., Martinez, D., Dadvand, P., Forn, J., Plasencia, A., &  
Nieuwenhuijsen, M. J. (2015). Mental Health Benefits of Long-Term Exposure to  
Residential Green and Blue Spaces: A Systematic Review. *International Journal*

- of Environmental Research and Public Health*, 12(4), 4354-4379.  
doi:10.3390/ijerph120404354
- Gascon, M., Zijlema, W., Vert, C., White, M. P., & Nieuwenhuijsen, M. J. (2017). Outdoor blue spaces, human health and well-being: A systematic review of quantitative studies. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 220(8), 1207-1221. doi:10.1016/j.ijheh.2017.08.004
- Gjerset, A. (2001). *Treningslære* (Bokmål[utg.], 2. utg. ed.). Oslo: Gyldendal.
- Grellier, J., White, M. P., Albin, M., Bell, S., Elliott, L. R., Gascon, M., . . . Fleming, L. E. (2017). BlueHealth: a study programme protocol for mapping and quantifying the potential benefits to public health and well-being from Europe's blue spaces. *Bmj Open*, 7(6). doi:10.1136/bmjopen-2017-016188
- Gulliver, P., & Begg, D. (2005). Usual water-related behaviour and 'near-drowning' incidents in young adults. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 29(3), 238-243. doi:10.1111/j.1467-842X.2005.tb00761.x
- Hamilton, K., Peden, A. E., Keech, J. J., & Hagger, M. S. (2019). Driving through floodwater: Exploring driver decisions through the lived experience. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 34, 346-355. doi:10.1016/j.ijdr.2018.12.019
- Horgen, A. (2019). *Sikkerhet og risiko i norsk friluftsliv og naturbasert reiseliv : en kulturhistorisk studie*. (Doktorgradsavhandling). Universitetet i Sørøst-Norge, Bø.
- Ianke, C. (2010). *Snøskredulykker i Forsvaret : en studie av den menneskelige faktors betydning ved snøskredulykker i Forsvaret : muligheter og utfordringer ved Forsvarets ulykkesforebyggende arbeid*. (Masteroppgave). Norges, idrettshøgskole, Oslo.
- Idland, S. (2016). *Ingen å miste: Forebygging av drukning fra fritidsbåt : No one to lose: Preventing Death by drowning as a result of recreational boating*. (Masteroppgave). Norges miljø- og biovitenskapelige universitet, Ås.
- Johannessen, L. E. F., Rafoss, T. W., & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori? : nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Oslo: Universitetsforl.

- Kelly, C. (2018). 'I Need the Sea and the Sea Needs Me': Symbiotic coastal policy narratives for human wellbeing and sustainability in the UK. *Marine Policy*, 97, 223-231. doi:10.1016/j.marpol.2018.03.023
- Klima- og miljøverndepartementet. (2016). *Friluftsliv – Natur som kilde til helse og livskvalitet (Meld. St. 18 (2015-2016))*. (Meld. St. 18 (2015-2016),). Retrieved from <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-18-20152016/id2479100/sec1>
- Klima- og miljøverndepartementet. (2018). *Handlingsplan for friluftsliv- Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Retrieved from <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/handlingsplan-for-friluftsliv/id2607767/>
- Kronsted , L. L., Gurholt, K. P., & Dykes, N. (2020). The vitalizing sea: embodiment and wellbeing on a sea-kayak journey. *Annals of Leisure Research*. doi: 10.1080/11745398.2020.1836663
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (T. M. Anderssen & J. Rygge, Trans. 3. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lien, M. E. (2018). Hva kan vi lære av Eilert Sundt? *Tidsskrift for samfunnsforskning*, 59(1), 80-88. doi:10.18261/ISSN.1504-291X-2018-01-07
- lisahunter, & Stoodley, L. (2020). Bluespace, Senses, Wellbeing, and Surfing: Prototype Cyborg Theory-Methods. *Journal of Sport and Social Issues*, 19372352092859. doi:10.1177/0193723520928593
- Liu, L. (2020). Paddling Through Bluespaces: Understanding Waka Ama as a Post-Sport Through Indigenous Māori Perspectives. *Journal of Sport and Social Issues*, 19372352092859. doi:10.1177/0193723520928596
- Loland, S. (2000). Kroppsyn, idrett og mosjon. *Tidsskrift for Den norske legeforening*, 120, 2919-2921. Retrieved from <https://tidsskriftet.no/2000/10/tema/kroppssyn-idrett-og-mosjon>
- Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg. ed.). Oslo: Universitetsforlaget.

- Mannberg, A., Hendriks, J., Landrø, M., & Ahrland Stefan, M. (2018). Who's at risk in the backcountry? Effects of individual characteristics on hypothetical terrain choices. *Journal of Environmental Psychology, 59*, 46-53.  
doi:10.1016/j.jenvp.2018.08.004
- McCammon, I. (2002). *Evidence of heuristic traps in recreational avalanche accidents*. Paper presented at the International snow Science Workshop Penticton, BC.  
<https://arc.lib.montana.edu/snow-science/objects/issw-2002-244-251.pdf>
- McCammon, I. (2004). Heuristic Traps in Recreational Avalanche Accidents: Evidence and Implications. (68), 42-50.
- McCool, J., Ameratunga, S., Moran, K., & Robinson, E. (2009). Taking a Risk Perception Approach to Improving Beach Swimming Safety. *International Journal of Behavioral Medicine, 16*(4), 360-366. doi:10.1007/s12529-009-9042-8
- Melbye, M. (2011). Selvberging og drukningsforebyggende svømmeopplæring. *Kroppsøving, 61*(2011)nr 1, S.8-11.
- Merleau-Ponty, M. (2012). *Phenomenology of perception* (D. A. Landes, Trans.). London: Routledge.
- Moran, K. (2011). (Young) Men behaving badly: dangerous masculinities and risk of drowning in aquatic leisure activities. *Annals of Leisure Research, 14*(2-3), 260-272. doi:10.1080/11745398.2011.615719
- Moran, K., Stallman, R. K., Kjendlie, P.-L., Dahl, D., Blitvich, J., Petrass, L. A., . . . Shimongata, S. (2012). Can you swim?: an exploration of measuring real and perceived water competency. *International Journal of Aquatic Research and Education, 6*(2). doi:10.25035/ijare.06.02.04
- Nes, R. B., Hansen, T., & Barstad, A. (2018). *Livskvalitet - anbefalinger for et bedre målesystem*. Retrieved from Oslo:
- Nicol, R. (2015). In the name of the Whale. In M. Brown & B. Humberstone (Eds.), *Seascapes: Shaped by the Sea* (pp. 141-154). Surrey: Ashgate Publishing Limited.
- Nordahl, M. (2019). Hva betyr ordet drukningsulykke? 05.08.19. Retrieved from <https://forskning.no/kultur-media-sprak/hva-betyr-ordet-drukningulykke/1363092>



- Nylenna, M., & Stoltenberg, C. (2017). Eilert Sundt - vår første epidemiolog. *Tidsskrift Norske Legeforening*(23/24), 1918- 1923 doi:10.4045/tidsskr.17.0686
- Ohm, E., Madsen, C., & Alver, K. (2019). *Skadebildet i Norge - "Fordeling etter utvalgte temaområder"*. [Injuries in Norway – Distribution according to selected areas]. Retrieved from Oslo:  
[https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2019/skadebildet-i-norge\\_rapport\\_2019.pdf](https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2019/skadebildet-i-norge_rapport_2019.pdf)
- Osnæs, S. (2019). *God dømmekraft i skredterreng? En eksperimentell studie av effekten av fysisk aktivitet på beslutningstaking*. (Masteroppgave). Høgskulen på Vestlandet, Sogndal.
- Peden, A. E., Franklin, R. C., & Leggat, P. A. (2019). Exploring visitation at rivers to understand drowning risk. *Injury Prevention, 25*(5), 392-399.  
doi:10.1136/injuryprev-2018-042819
- Pitman, S. J., Wright, M., & Hocken, R. (2019). An analysis of lifejacket wear, environmental factors, and casualty activity on marine accident fatality rates. *Safety Science, 111*, 234-242. doi:10.1016/j.ssci.2018.07.016
- Postholm, M. B. (2020). *Kvalitativ metode : en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier* (2 ed.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Ramnefjell, M. P., Morild, I., Mork, S. J., & Lilleng, P. K. (2012). Fatal diving accidents in Western Norway 1983-2007. *Forensic Science International, 223*(1-3), E22-E26. doi:10.1016/j.forsciint.2012.08.042
- Redningsselskapet. (2019, 05.04.20). Redningsselskapets drukningsstatistikk. Retrieved from <https://www.redningsselskapet.no/drukning/>
- Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse : kvalitative metoder i samfunnsfag* (4. rev. utg. ed.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Salmon, P., Williamson, A., Lenné, M., Mitsopoulos-Rubens, E., & Rudin-Brown, C. M. (2010). Systems-based accident analysis in the led outdoor activity domain: Application and evaluation of a risk management framework. *53*(8), 927-939.  
doi:10.1080/00140139.2010.489966

- Sandefjord kommune. (2019). *Folkehelseoversikt 2019 - Grunnlagsdokument*. Retrieved from <https://www.sandefjord.kommune.no/globalassets/planer-og-rapporter/grunnlagsdok-folkehelseoversikt.pdf>
- Seedat, S., Pienaar, W., Williams, D., & Stein, D. (2004). Ethics of research on survivors of trauma. *Current Psychiatry Reports*, 6(4), 262-267. doi:10.1007/s11920-004-0075-z
- Shumway-Cook, A., & Woollacott, M. H. (2012). *Motor control : translating research into clinical practice* (4th ed. ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.
- Skadeforebyggende forum. (2019). Bli en nullvisjonskommune. Retrieved from <https://www.skafor.org/nyheter/2019/bli-en-nullvisjonskommune/>
- Skårderud, F. (2004). *Andre reiser*. Oslo: Aschehoug.
- Språkrådet. (2019, 02.08.19). Drukning. Retrieved from <https://www.sprakradet.no/Vi-og-vart/hva-skjer/Aktuelt-ord/drukning/>
- Statens Havarikommisjon for Transport. (2019a). *Kartlegging av fritidsbåter* Retrieved from <https://havarikommisjonen.no/Sjofart/Avgitte-rapporter/2019-02>
- Statens Havarikommisjon for Transport. (2019b). *Kartlegging av fritidsbåtulykker del A - Ulykker med omkomne 2018*. Retrieved from <https://havarikommisjonen.no/Sjofart/Avgitte-rapporter/2019-02>
- Szpilman, D., Oliveira, R. D., Mocellin, O., & Webber, J. (2018). Is drowning a mere matter of resuscitation? *Resuscitation*, 129, 103-106. doi:10.1016/j.resuscitation.2018.06.018
- Szpilman, D., & Orłowski, J. P. (2016). Sports related to drowning. *European Respiratory Review*, 25(141), 348-359. doi:10.1183/16000617.0038-2016
- Szpilman, D., Tipton, M., Sempsrott, J., Webber, J., Bierens, J., Dawes, P., . . . Queiroga, A. C. (2016). Drowning timeline: a new systematic model of the drowning process. *American Journal of Emergency Medicine*, 34(11), 2224-2226. doi:10.1016/j.ajem.2016.07.063

- Sørly, R., & Blix, B. H. (Eds.). (2017). *Fortelling og forskning : narrativ teori og metode i tverrfaglig perspektiv*. Stamsund: Orkana akademisk.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse : en innføring i kvalitative metoder* (3. utg. ed.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Thornquist, E. (2018). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori : for helsefag* (2. utg. ed.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Tipton, M. J. (1989). The initial responses to cold-water immersion in man. *Clinical Science*, 77(6), 581-588. doi:10.1042/cs0770581
- Tipton, M. J., Collier, N., Massey, H., Corbett, J., & Harper, M. (2017). Cold water immersion: kill or cure? *Experimental Physiology*, 102(11), 1335-1355. doi:10.1113/ep086283
- Tjora, A. H. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Tordsson, B. (2010). *Friluftsliv, kultur og samfunn*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Trondheim Havn. (2019, 20.12.2019). Sikrer trygg ferdsel elvelangs. Retrieved from <https://trondheimhavn.no/jobber-sammen-for-tryggere-ferdsel-langs-elva/>
- Utdanningsdirektoratet. (2015). *Svømme- og livredningsopplæring. Støttmateriell for lærere og instruktører i grunnskolen*. Retrieved from <https://www.udir.no/laring-ogtrivsel/lareplanverket/veiledning-til-lp/svomme-og-livredningsopplaring/>
- van Beeck, E. F., Branche, C. M., Szpilman, D., Modell, J. H., & Bierens, J. (2005). A new definition of drowning: towards documentation and prevention of a global public health problem. *Bulletin of the World Health Organization*, 83(11), 853-856. doi:S0042-96862005001100015
- Varsom.no. (2020). Retrieved from <https://www.varsom.no/>
- Volker, S., & Kistemann, T. (2011). The impact of blue space on human health and well-being - Salutogenetic health effects of inland surface waters: A review. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 214(6), 449-460. doi:10.1016/j.ijheh.2011.05.001

- Webber, J., Moran, K., French, C., Fozard, F., & Pearless, O. (2020). Fatal coastal drowning incidents: A 10-year review of body recovery times in New Zealand. *Forensic Science International*, 110573-110573. doi:10.1016/j.forsciint.2020.110573
- White, M. P., Elliott, L. R., Gascon, M., Roberts, B., & Fleming, L. E. (2020). Blue space, health and well-being: A narrative overview and synthesis of potential benefits. *Environmental research*, 191, 110169-110169. doi:10.1016/j.envres.2020.110169
- White, M. P., Pahl, S., Wheeler, B. W., Fleming, L. E. F., & Depledge, M. H. (2016). The 'Blue Gym': What can blue space do for you and what can you do for blue space? *Journal of the Marine Biological Association of the United Kingdom*, 96(1), 5-12. doi:10.1017/s0025315415002209
- WHO. (2014). *Global report on drowning: preventing a leading killer* (9789241564786). Retrieved from [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](https://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf)
- WHO. (2017). *Preventing drowning: an implementation guide* (ISBN 978-92-4-151193-3). Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/preventing-drowning-an-implementation-guide>
- Wiggins, M. W., Griffin, B., & Brouwers, S. (2019). The Potential Role of Context-Related Exposure in Explaining Differences in Water Safety Cue Utilization. *Human Factors*, 61(5), 825-838. doi:10.1177/0018720818814299
- Willcox-Pidgeon, S., Kool, B., & Moran, K. (2018). Perceptions of the risk of drowning at surf beaches among New Zealand youth. *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*, 25(4), 365-371. doi:10.1080/17457300.2018.1431939
- Wuijts, S., Friederichs, L., Hin, J. A., Schets, F. M., Van Rijswick, H. F. M. W., & Driessen, P. P. J. (2020). Governance conditions to overcome the challenges of

realizing safe urban bathing water sites. *International journal of water resources development*, 1-25. doi:10.1080/07900627.2020.1755617

Zahavi, D. (2003). *Fænomenologi*. Fredriksberg Roskilde Universitetsforlag.

## ***Vedlegg 1 - oversikt over søkeord og søkestrenger***

### **Fritekstsøk i Web of Science og Scopus.**

#### **Fenomenet:**

Drowning\* AND unintentional

“Recreational water safet\*”, “nonfatal”

#### **Hva:**

(drowning OR immersion OR submersion OR «water safety» OR «sea safety» OR «surf safety» OR «injury prevention» OR «drowning prevention» OR «public health» or «safety promotion» OR «lifesaving» OR «lived experience\*» OR experience\* OR «human factor\*» OR aquatic\*tw, kf. OR «boating water safety» OR «lifesaving\*» OR «self-rescue» OR rescue\* OR «swimming skill» OR attitude OR «risk perception» OR knowledge OR «swimming skill\*» OR «decision making» OR «water competency» OR heuristic\* OR phenomenolog\* OR experience OR «water safety attitud\*» OR «beach safety»)

((drowning OR immersion OR submersion OR water safety OR sea safety OR surf safety OR injury prevention OR drowning prevention OR public health or safety promotion OR lifesaving OR lived experience\* OR experience\* OR human factor\* OR aquatic\*tw, kf. OR boating water safety OR lifesaving\* OR self-rescue OR rescue\* OR swimming skill OR attitude OR risk perception OR knowledge OR swimming skill\* OR decision making OR water competency OR heuristic\* OR phenomenolog\* OR experience OR water safety attitud\* OR beach safety))

#### **Utfall:**

((“near drowning” OR “non-fatal” OR surviv\* OR capsized OR “cold shock” OR accident\* OR incident\* OR hazard\* OR “cold water\*” OR float\* OR “touring incident\*”))

#### **Hvor:**

(wild OR outdoor\* OR lake OR sea OR ocean OR «surf zone» OR «open water\*» OR «rip current\*» OR rips OR river\*)

#### **Aktivitet:**

(«water based activit\*» Or «boating water safety» OR «aquatic sport\*» Or water OR «water sport\*» OR «outdoor recreation» OR «outdoor activit\*» OR «recreational» OR paddle\* OR kayak OR dive\* OR kite\* OR swim\* OR surf\* OR boat\* OR canoe\* OR «rock-fishing» OR bath\*)

#### **Hvem:**

(adult\* OR older OR female OR male OR masculinity OR «18 years» OR Norwegian OR Norway)

#### **Type studium/metode/forskning:**

(qualitativ\* OR «qualitativ method\*» OR narrativ\* OR interview OR «narrative interview\*» OR phenomenolog\* OR qualitativ research» OR «prevention»)

(«qualitative research» OR qualitativ\* OR «qualitative method»)

## Vedlagte søkehistorikk viser siste utførte litteratursøk i studien, utført 14.12.20\*

Set	Results	Save History / Create Alert	Open Saved History	Edit Sets	Combine Sets AND OR Combine	Delete Sets Select All Delete
# 8	150 #7 AND #6 AND #5 AND #4 AND #3 AND #2 AND #1 <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 7	1,977,431 TOPIC: ((qualitativ* OR «qualitativ method*» OR narrativ* OR interview OR «narrative interview*» OR phenomenolog* OR «qualitativ research» OR «prevention*» ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 6	4,520,961 TOPIC: ((adult* OR older OR female OR male OR masculinity OR «18 years» OR Norwegian OR Norway) ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 5	7,808,638 TOPIC: (((«water based activit*» OR «boating water safety» OR «aquatic sport*» OR water OR «water sport*» OR «outdoor recreation» OR «outdoor activit*» OR «recreational» OR paddle* OR kayak OR dive* OR kite* OR swim* OR surf* OR boat* OR canoe* OR «rock-fishing» OR bath* ) ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 4	1,855,772 TOPIC: ((wild OR outdoor* OR lake OR sea OR ocean OR «surf zone» OR «open water*» OR «rip current*» OR rips OR river* ) ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 3	2,348,841 TOPIC: (((«near drowning» OR «non-fatal» OR surviv* OR capsiz* OR «cold shock» OR accident* OR incident* OR hazard* OR «cold water*» OR float* OR «touring incident*» ) ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 2	5,423,717 TOPIC: (((drowning OR immersion OR submersion OR water safety OR sea safety OR surf safety OR injury prevention OR drowning prevention OR public health or safety promotion OR lifesaving OR lived experience* OR experience* OR human factor* OR aquatic* tw, kf. OR boating water safety OR lifesaving* OR self-rescue OR rescue* OR swimming skill OR attitude OR risk perception OR knowledge OR swimming skill* OR decision making OR water competency OR heuristic* OR phenomenolog* OR experience OR water safety attitud* OR beach safety) ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
# 1	5,423,717 TOPIC: (((drowning OR immersion OR submersion OR «water safety» OR «sea safety» OR «surf safety» OR «injury prevention» OR «drowning prevention» OR «public health» OR «safety promotion» OR «lifesaving» OR «lived experience*» OR experience* OR «human factor*» OR aquatic* tw, kf. OR «boating water safety» OR «lifesaving*» OR «self-rescue» OR rescue* OR «swimming skill» OR attitude OR «risk perception» OR knowledge OR «swimming skill*» OR «decision making» OR «water competency» OR heuristic* OR phenomenolog* OR experience OR «water safety attitud*» OR «beach safety*» ) ) <i>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&amp;HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=All years</i>			Edit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\*Søk 14.12.20 ble gjennomført for å kvalitetssikre og sjekke om nye studier ble publisert rett før innlevering av masteroppgave. I alle søkerunder har overskrifter og/eller abstrakt i de endelige søkeresultatene blitt gjennomgått for å finne aktuell forskningslitteratur relatert til drukningsulykker.

### Kombinasjon:

(water OR aquatic\*) AND (drown\* OR hypotherm\* OR cold-shock) AND (Non-fatal\* OR “near drown\*”) AND (Qualitative\* OR interview\*) = 110 treff I SCOPUS via “advanced search” og “search string”

(water OR aquatic\*) AND (drown\* OR hypotherm\* OR cold-shock) AND (Non-fatal\* OR “near drown\*”) AND (Qualitative\* OR interview\*) AND (adult\* OR male\* OR female) = 2 treff i SCOPUS

### MeSH terms anvendt i Pubmed og Medline

Drowning / epidemiology\*

Drowning / mortality

Drowning / etiology

Incidence

Water Sports / legislation & jurisprudence\*

Risk Factors

Humans

Adult

Female

Male

**Nøkkelord:** accident; drowning; epidemiology; outcome; sea; swimming pool.

### **Fritekstsøk via Google scholar**

Ustrukturerte søk har blitt gjort via Google scholar.

### **Ustrukturerte søk via litteraturlister i relevant litteratur**

Det ble letet etter forskningslitteratur om drukning via referanselistene til annen forskningslitteratur.



# NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

## NSD sin vurdering

### Prosjekttittel

Drukningssulykker - en kvalitativ studie av erfaringer og opplevelser hos voksne overlevende i ikke-fatale drukningssulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019

### Referansennummer

811332

### Registrert

06.11.2019 av Mie Kolvik Iversen - mie.kolvik.iversen@nmbu.no

### Behandlingsansvarlig institusjon

Norges miljø- og biovitenskapelige universitet / Fakultet for landskap og samfunn / Institutt for folkehelsevitenskap

### Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Sheri Lee Bastien, sheri.lee.bastien@nmbu.no, tlf: 4767231201

### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

### Kontaktinformasjon, student

Mie Kolvik Iversen, miiv@nmbu.no, tlf: 97642256

### Prosjektperiode

10.11.2019 - 31.01.2021

### Status

02.12.2020 - Vurdert

### Vurdering (4)

---

#### 02.12.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 02.12.2020.

Vi har nå registrert 31.01.2021 som ny sluttdato for forskningsperioden.

I tilfelle det skulle bli aktuelt med ytterligere forlengelse av forskningsperioden, vil vi gjøre oppmerksom på at

forlengelse på mer enn ett år utover den opprinnelige sluttdatoen (30.06.2020) ikke kan påregnes uten at det vurderes å gi informasjon til utvalget.

NSD vil følge opp ved ny sluttdato for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Jørgen Wincentzen  
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

### **24.06.2020 - Vurdert**

NSD har vurdert endringen registrert 23.06.2020.

Vi har nå registrert 15.12.2020 som ny sluttdato for forskningsperioden.

I tilfelle det skulle bli aktuelt med ytterligere forlengelse av forskningsperioden, vil vi gjøre oppmerksom på at forlengelse på mer enn ett år utover den opprinnelige sluttdatoen (30.06.2020) ikke kan påregnes uten at det vurderes å gi informasjon til utvalget.

NSD vil følge opp ved ny sluttdato for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Jørgen Wincentzen  
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

### **10.06.2020 - Vurdert**

NSD har vurdert endringen registrert 10.06.2020.

Vi har nå registrert 31.08.2020 som ny sluttdato for forskningsperioden.

I tilfelle det skulle bli aktuelt med ytterligere forlengelse av forskningsperioden, vil vi gjøre oppmerksom på at forlengelse på mer enn ett år utover den opprinnelige sluttdatoen (30.06.2020) ikke kan påregnes uten at det vurderes å gi informasjon til utvalget.

NSD vil følge opp ved ny sluttdato for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Jørgen Wincentzen  
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

### **29.11.2019 - Vurdert**

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet den 29.11.2019 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

#### **MELD VESENTLIGE ENDRINGER**

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

[https://nsd.no/personvernombud/meld\\_prosjekt/meld\\_endringer.html](https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html)

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

## TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helseforhold og alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 30.06.2020.

## LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a, jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

## PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

## DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

## FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

## OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Jørgen Wincentzen  
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)



## Vil du delta i forskningsprosjektet

### ***”Drunningsulykker - en kvalitativ studie av erfaringer og opplevelser hos voksne overlevende i ikke-fatale drukningsulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019”?***

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å utvikle en forståelse av drukningsulykker som kan brukes i drukningsforebyggende arbeid. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### **Formål**

Formålet til denne studien er å undersøke erfaringer og opplevelser knyttet til drukningsulykker. Kartlegging av ikke-fatale drukningsulykker, ved å løfte frem de overlevende sine opplevelser, erfaringer og kunnskap, kan medføre et viktig bidrag til det systematiske drukningsforebyggende arbeidet i Norge.

Hvordan opplever og erfarer individer ikke-fatale drukningsulykker?

- a) Hvordan beskriver individer som har opplevd å nesten drukne de omstendigheter som ledet frem til ulykken og omstendighetene underveis i ulykken?
- b) Hvordan oppfattet og håndterte individet situasjonen?
- c) I hvilken grad rapporter overlevende av ikke-fatale drukningsulykke risikovurderinger i forkant eller underveis av ulykken.
- d) Hvordan oppfatter overlevende av drukningsulykker sin egen kompetanse og ferdigheter knyttet til vann?

Dette er en masteroppgave på 30 studiepoeng ved Institutt for folkehelsevitenskap, Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) på Ås i Akershus. Masteroppgaven vil avsluttes og presenteres i juni 2020 ved NMBU, artikkel vil bli skrevet og forsøkt publisert i aktuelt tidsskrift innen desember 2020.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Norges miljø- og biovitenskapelige universitet ved veileder Sheri Lee Bastien er ansvarlig for prosjektet.

#### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Du har opplevd og overlevd en utendørs drukningsulykke i Norge, som skjedde i tidsrommet 2016 – 2019. Du er bosatt i Norge nå. Du snakker og forstår norsk. Du var over 18 år da ulykken skjedde.

Redningsselskapet bistår i rekruttering av informanter til denne studien. Deres rolle er å informere om studien og oppfordre interesserte til å delta. Redningsselskapet viderefremidler informasjonsskriv og samtykkeerklæring, samt kontaktinformasjon for påmelding.

Du som deltaker tar direkte kontakt med masterstudent for å delta i studien. Det vil bli valgt ut 5-12 personer av de interesserte til deltakelse i prosjektet.

#### **Hva innebærer det for deg å delta?**

En telefonsamtale for å være trygg på at du er kjent med innholdet i informasjonsskrivet. Sted for intervju vil være et nøytralt sted hvor andre personer ikke kan overhøre samtalen, spesifikt sted vil bli

nærmere avtalt med deg, alternativt blir intervjuet per telefon. Tidspunkt for intervju blir i januar/februar 2020, dato og klokkeslett avtales nærmere med deg.

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det:

- Et intervju som vil ta cirka 1 time, maksimalt 2 timer.
- Utskrift av intervju eller transkribering blir sendt over til deg for eventuelle korrigeringer samt godkjenning.
- Til slutt en avsluttende telefonsamtale for å samle eventuelle løse tråder eller korrigeringer av materialet.

Det vil bli gjort lydopptak fra intervjuet. Lydopptak vil ikke være tilgjengelig for andre enn veileder og masterstudent. Lydfiler vil være sikkert lagret og opptaksutstyr innelåst. Så snart intervju er transkribert blir lydfiler slettet. Det vil bli tatt notater ved bruk av penn og papir underveis i intervjuet. Disse notatene vil bli innelåst. Disse blir makulert så snart intervju er transkribert.

Det kan være risiko for skadevirkninger, uro eller psykisk ubehag ved å snakke om ulykken. Du kan bli klar over nye sider ved ulykken ved å snakke om den og du kan komme til å huske noe du kanskje ellers ville ønsket å la forbli glemt. Det er risiko for at du kan komme til å reagere på tolkninger av datamaterialet. Hvis du har behov for profesjonell hjelp, vil du få informasjon og veiledning til hvordan helsetjeneste kan kontaktes.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Du kan velge å la være å svare på enkeltspørsmål uten å oppgi noen grunn.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Du som deltaker skal ikke bli gjenkjent i publikasjoner.
- Ingen uvedkommende får tilgang til personopplysningene dine, det er kun masterstudent og veileder som har tilgang til personopplysninger.
- Personopplysninger innebærer navn, kontaktinformasjon og lydopptak.
- Navn og kontaktopplysninger vil bli erstattet med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data.
- Bakgrunnsinformasjon om deg vil ikke forekomme i publikasjon utover informasjon om kjønn, alderskategori (18-25, 26-40, 41-60, 61-), og svømmeferdighet (kan svømme /kan ikke svømme),
- Bakgrunnsinformasjon om ulykken som vil forekomme i publikasjon, blant annet hvor lenge du var i vannet (sekunder, minutter eller lengre tid), utløsende årsak (dykking/seilbrett/rafting/kano/kajak, fall, bading, fritidsbåt, is), og type vannlandskap ulykken skjedde i (is, elv, innsjø, åpent hav, fjord).
- Bakgrunnsinformasjon om deg som kan føre til gjenkjennelse som framkommer i lydopptaket vil bli omskrevet eller fjernet i transkriberingen, det innebærer at alle faktiske stedsnavn vil bli byttet ut med fiktive stedsnavn.
- Lydopptak slettes etter transkribering.
- Intervjuteksten fra hver enkelt samtale vil bli inndelt etter noen felles aktuelle temakategorier, intervjutekstene fra alle intervjuene vil deretter bli sortert på disse felles temaene.

- Anonymisert datamaterialet vil lagres på NMBUs egen server, dette innebærer blant annet det transkriberte intervjuet.
- Eventuelle lokale lydfiler og papirnotater fra intervju vil være innelåst og utilgjengelig for andre, det vil ikke bli oppbevart lengre enn nødvendig og makuleres senest 30.juni 2020.
- Det er masterstudent som skal samle inn, bearbeide, lagre data.

### **Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Masteroppgaven leveres skriftlig 15.mai 2020, og den blir forsvart muntlig i juni 2020.

Personopplysninger, lydopptak og notater fra intervjuet slettes/makuleres senest innen 30.juni 2020.

Datamaterialet vil fra senest 30.juni 2020 være anonymisert og arkivert etter NMBU sine retningslinjer. Du vil ikke kunne gjenkjennes i arkivert datamaterialet eller i publikasjon. Fordi vi ønsker å skrive en forskningsartikkel på bakgrunn av masteroppgaven vil prosjektet som helhet avsluttes noe senere.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Norges miljø- og biovitenskapelige universitet har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Hvor kan jeg finne ut mer?**

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Masterstudent Mie Kolvik Iversen, på epost ([mie.kolvik.iversen@nmbu.no](mailto:mie.kolvik.iversen@nmbu.no)) eller mobil: 976 42 256.
- Veileder/prosjektansvarlig Sheri Lee Bastien, på epost ([sheri.lee.bastien@nmbu.no](mailto:sheri.lee.bastien@nmbu.no)), eller telefon: 67 23 12 01.
- Norges miljø- og biovitenskapelige universitet ved Jan Olav Arflot, epost ([jan.olav.aarflot@nmbu.no](mailto:jan.olav.aarflot@nmbu.no)) eller mobil: 906 36 301.
- Vårt personvernombud: Hanne Pernille Gulbrandsen (Deloitte), på epost [Personvernombud@nmbu.no](mailto:Personvernombud@nmbu.no) eller mobil: 402 81 558.
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost ([personverntjenester@nsd.no](mailto:personverntjenester@nsd.no)) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Sheri Lee Bastien  
(Veileder/prosjektansvarlig)

Mie Kolvik Iversen  
(Masterstudent)

---

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet ”Drukningssulykker - en kvalitativ studie av erfaringer og opplevelser hos voksne overlevende i ikke-fatale drukningssulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019”, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- at det benyttes lydopptak i intervjuet

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet 30.06.2020.

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)



## Vil du delta i forskningsprosjektet

### ***”Drunningsulykker - en kvalitativ studie av erfaringer og opplevelser hos voksne overlevende i ikke-fatale drukningsulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019”?***

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å utvikle en forståelse av drukningsulykker som kan brukes i drukningsforebyggende arbeid. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### **Formål**

Formålet til denne studien er å undersøke erfaringer og opplevelser knyttet til drukningsulykker. Kartlegging av ikke-fatale drukningsulykker, ved å løfte frem de overlevende sine opplevelser, erfaringer og kunnskap, kan medføre et viktig bidrag til det systematiske drukningsforebyggende arbeidet i Norge.

Hvordan opplever og erfarer individer ikke-fatale drukningsulykker?

- a) Hvordan beskriver individer som har opplevd å nesten drukne de omstendigheter som ledet frem til ulykken og omstendighetene underveis i ulykken?
- b) Hvordan oppfattet og håndterte individet situasjonen?
- c) I hvilken grad rapporter overlevende av ikke-fatale drukningsulykke risikovurderinger i forkant eller underveis av ulykken.
- d) Hvordan oppfatter overlevende av drukningsulykker sin egen kompetanse og ferdigheter knyttet til vann?

Dette er en masteroppgave på 30 studiepoeng ved Institutt for folkehelsevitenskap, Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) på Ås i Akershus. Masteroppgaven vil avsluttes og presenteres i juni 2020 ved NMBU, artikkel vil bli skrevet og forsøkt publisert i aktuelt tidsskrift innen desember 2020.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Norges miljø- og bioteknologiske universitet ved veileder Sheri Lee Bastien er ansvarlig for prosjektet.

#### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Du har opplevd og overlevd en utendørs drukningsulykke i Norge, som skjedde i tidsrommet 2016 – 2019. Du er bosatt i Norge nå. Du snakker og forstår norsk. Du var over 18 år da ulykken skjedde.

Norges Padleforbund bistår i rekruttering av informanter til denne studien. Deres rolle er å informere om studien og oppfordre interesserte til å delta. Norges Padleforbund viderefremidler informasjonsskriv og samtykkeerklæring, samt kontaktinformasjon for påmelding.

Du som deltaker tar direkte kontakt med masterstudent for å delta i studien. Det vil bli valgt ut 5-12 personer av de interesserte til deltakelse i prosjektet.

#### **Hva innebærer det for deg å delta?**

En telefonsamtale for å være trygg på at du er kjent med innholdet i informasjonsskrivet. Sted for intervju vil være et nøytralt sted hvor andre personer ikke kan overhøre samtalen, spesifikt sted vil bli

nærmere avtalt med deg, alternativt blir intervjuet per telefon. Tidspunkt for intervju blir i januar/februar 2020, dato og klokkeslett avtales nærmere med deg.

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det:

- Et intervju som vil ta cirka 1 time, maksimalt 2 timer.
- Utskrift av intervju eller transkribering blir sendt over til deg for eventuelle korrigeringer samt godkjenning.
- Til slutt en avsluttende telefonsamtale for å samle eventuelle løse tråder eller korrigering av materialet.

Det vil bli gjort lydopptak fra intervjuet. Lydopptak vil ikke være tilgjengelig for andre enn veileder og masterstudent. Lydfiler vil være sikkert lagret og opptaksutstyr innelåst. Så snart intervju er transkribert blir lydfiler slettet. Det vil bli tatt notater ved bruk av penn og papir underveis i intervjuet. Disse notatene vil bli innelåst. Disse blir makulert så snart intervju er transkribert.

Det kan være risiko for skadevirkninger, uro eller psykisk ubehag ved å snakke om ulykken. Du kan bli klar over nye sider ved ulykken ved å snakke om den og du kan komme til å huske noe du kanskje ellers ville ønsket å la forbli glemt. Det er risiko for at du kan komme til å reagere på tolkninger av datamaterialet. Hvis du har behov for profesjonell hjelp, vil du få informasjon og veiledning til hvordan helsetjeneste kan kontaktes.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Du kan velge å la være å svare på enkeltspørsmål uten å oppgi noen grunn.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Du som deltaker skal ikke bli gjenkjent i publikasjoner.
- Ingen uvedkommende får tilgang til personopplysningene dine, det er kun masterstudent og veileder vil ha kjennskap til dine personopplysninger.
- Personopplysninger innebærer navn, kontaktinformasjon, lydopptak.
- Navn og kontaktopplysninger vil bli erstattet med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data.
- Bakgrunnsinformasjon om deg vil ikke forekomme i publikasjon utover informasjon om kjønn, alderskategori (18-25, 26-40, 41-60, 61-), og svømmeferdighet (kan svømme /kan ikke svømme),
- Bakgrunnsinformasjon om ulykken som vil forekomme i publikasjon, blant annet hvor lenge du var i vannet (sekunder, minutter eller lengre tid), utløsende årsak (dykking/seilbrett/rafting/kano/kajak, fall, bading, fritidsbåt, is), og type vannlandskap ulykken skjedde i (is, elv, innsjø, åpent hav, fjord).
- Bakgrunnsinformasjon om deg som kan føre til gjenkjennelse som framkommer i lydopptaket vil bli omskrevet eller fjernet i transkriberingen, det innebærer at alle faktiske stedsnavn vil bli byttet ut med fiktive stedsnavn.
- Lydopptak slettes etter transkribering.
- Intervjuteksten fra hver enkelt samtale vil bli inndelt etter noen felles aktuelle temakategorier, intervjutekstene fra alle intervjuene vil deretter bli sortert på disse felles temaene.

- Anonymisert datamaterialet vil lagres på NMBUs egen server, dette innebærer blant annet det transkriberte intervjuet.
- Eventuelle lokale lydfiler og papirnotater fra intervju vil være innelåst og utilgjengelig for andre, det vil ikke bli oppbevart lengre enn nødvendig og makuleres senest 30.juni 2020.
- Det er masterstudent som skal samle inn, bearbeide, lagre data.

### **Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Masteroppgaven leveres skriftlig 15.mai 2020, og den blir forsvart muntlig i juni 2020.

Personopplysninger, lydopptak og notater fra intervjuet slettes/makuleres senest innen 30.juni 2020.

Datamaterialet vil fra senest 30.juni 2020 være anonymisert og arkivert etter NMBU sine retningslinjer. Du vil ikke kunne gjenkjennes i arkivert datamaterialet eller i publikasjon. Fordi vi ønsker å skrive en forskningsartikkel på bakgrunn av masteroppgaven vil prosjektet som helhet avsluttes noe senere.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Norges miljø- og biovitenskapelige universitet har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Hvor kan jeg finne ut mer?**

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Masterstudent Mie Kolvik Iversen, på epost ([mie.kolvik.iversen@nmbu.no](mailto:mie.kolvik.iversen@nmbu.no)) eller mobil: 976 42 256.
- Veileder/prosjektansvarlig Sheri Lee Bastien, på epost ([sheri.lee.bastien@nmbu.no](mailto:sheri.lee.bastien@nmbu.no)), eller telefon: 67 23 12 01.
- Norges miljø- og biovitenskapelige universitet ved Jan Olav Arflot, epost ([jan.olav.aarflot@nmbu.no](mailto:jan.olav.aarflot@nmbu.no)) eller mobil: 906 36 301.
- Vårt personvernombud: Hanne Pernille Gulbrandsen (Deloitte), på epost [Personvernombud@nmbu.no](mailto:Personvernombud@nmbu.no) eller mobil: 402 81 558.
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost ([personvertjenester@nsd.no](mailto:personvertjenester@nsd.no)) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Sheri Lee Bastien  
(Veileder/prosjektansvarlig)

Mie Kolvik Iversen  
(Masterstudent)

---

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet ”Drukningssulykker - en kvalitativ studie av erfaringer og opplevelser hos voksne overlevende i ikke-fatale drukningssulykker i Norge i tidsperioden 2016-2019”, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- at det benyttes lydopptak i intervjuet

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet 30.06.2020.

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 4 Intervjuguide

### Intervjuguide etter revidering/innspill fra Redningselskapet (spørsmål inkludert etter tilbakemeldinger er merket rødt)

#### Innledning

Takk for at du har takket ja til å delta i denne studien. Denne studien er en masteroppgave tilknyttet institutt for Folkehelse ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet. Formålet til denne masteroppgaven er å utvikle en forståelse av drukningsulykker som kan anvendes i drukningsforebyggende arbeid. Jeg ønsker derfor å se nærmere på personlige erfaringer og opplevelser til overlevende.

Jeg ønsker at du skal snakke mest mulig fritt om dine tanker rundt dette temaet. Jeg ønsker å lære av deg og din opplevelse for videre forebyggende innsats. Jeg er ikke ute etter å kritisere hva du gjorde eller ikke gjorde i forbindelse med ulykken. Det finnes ikke rette eller gale svar på spørsmålene som blir stilt i dette intervjuet, fokus er ikke å legge skylden på noen, målet er å utvikle kunnskap og forståelse som kan forebygge nye hendelser.

- Intervjuet tar i utgangspunktet rundt 1 time, maksimalt 2 timer.
- Har du spørsmål er det bare å stille dem underveis i intervjuet.
- Hvis du ønsker en pause underveis så si gjerne i fra, så ordner vi det.

Det er frivillig å delta i dette forskningsarbeidet og du kan når som helst kan trekke deg, uten å måtte oppgi en grunn. Du kan også velge å la være å svare på enkelte spørsmål uten å oppgi grunn. Verken det å trekke seg fra studien eller å velge å ikke svare på enkeltspørsmål vil ha noen form for konsekvens for deg.

- Spørre informant om tillatelse til å benytte lydopptaker.
- (Ved godkjenning forklare hvordan jeg bruker lydopptaker.)
- (Gi plass og rom til eventuelle nye spørsmål informant har angående informasjonsskrivet)
- Samtykkeerklæring signeres om det ikke allerede er gjort.
- Har du noen spørsmål før intervjuet starter?

#### Eksempler på oppvarmingsspørsmål og generelle spørsmål

- *Hva betyr vann, hav, elv for deg? Hva slags aktiviteter liker du? Hva gir deg glede? Ferdes du ute hele året eller varierer dette?*
- *Bruker du å oppholde deg rundt vann, hav, elv? Pleier du ofte å være ute på vannet? Hvor ofte? Hvis du hadde muligheten, ville du oftere ha ferdes på/ved/i vannet? Hva gjør at du ikke er så ofte som du kanskje skulle ønske?*
- *Beskriv gjerne de turene du oftest tar? Beste opplevelse rundt, på, i vann? Deler du det med noen? Hva tenker du om å være alene i naturen (ved vann)?*

#### Hendelsesforløpet

Samtalen vil nå gå over til ulykken. Jeg minner deltakerne på deres rett til å la være å svare på enkeltspørsmål eller be om pause, uansett årsak.

- Det vil si at hvis du opplever spørsmål som ubehagelig, eller at intervjuet tar på, kan du både ta pauser og la være å svare på spørsmål uten at du trenger å forklare meg grunnen.

Jeg ber deltakerne om å ta for seg omstendigheter før, under og etter ulykken. Jeg ønsker at deltakerne helst skal prate gjennom hele hendelsesforløpet, jeg er aktivt lyttende og spør kun hvis noe er uklart.

### **Narrativ intervjudel via hovedspørsmål**

- Kan du beskrive hvordan situasjonen eller omstendighetene var i forkant av ulykken? (*For eksempel start med hvor du var tidligere på dagen og deretter beskriv hendelsesforløp frem til ulykken?*)
- Kan du fortelle meg om selve ulykken? (*hva skjedde?*)
- Opplevde du noen gang på et tidspunkt at «nå, nå er jeg trygg»? (*Når var det, hva skjedde?*)

### **Narrativ intervjudel via oppfølgingsspørsmål**

- *Kan du fortelle mer om hvordan det var for deg å (...)?*
- *Hvordan opplevde du (...)?*
- *Hvordan erfarte du (...)?*
- *Du sa i stad/tidligere: (...), går det bra om du forteller meg litt mer om det?*
- *Har du kommet på noe du har lyst til å fortelle mer om?*
- *Er det noe vi ikke har snakket om, noe annet du har lyst til å fortelle om?*

### **Underproblemstillinger belyst via semistrukturert intervjudel med temaliste over aktuelle spørsmål**

Behovet for videre spørsmål avhenger av hva som er blitt sagt tidligere. Denne delen av intervjuguiden vil kun bli benyttet helt eller delvis ved behov.

### **Vær, vannlandskap, tidligere erfaringer**

- Hvor var du? (*Til fots, vannkant, svaberg, brygge/kai, båt, kajakk/kano/SUP etc?*).
- Hvordan vil du beskrive «øyeblikksbildet» da ulykken skjedde med tanke på vær og landskap? (*Elv, foss, innsjø, fjord, åpent hav? Is? Årstid? Vind? Temperatur på land og i vann? Strømmer? Bølger? Sikt i vannet? Hvor langt var det fra land eller annen trygg grunn?*).
  - Endret været seg i løpet av den dagen?
- Hvordan opplever du storm og ekstremvær, pleier du å være ute eller inne da?
  - Har ulykken endret dette?
- Hva er kaldt vann for deg? (*Hvordan opplever du det å være i kaldt vann?*).
- Før ulykken hvilket forhold til vann hadde du?
- Kan du fortelle om tidligere erfaringer med bading, svømming, selvberging? (*Egenvurdering av svømmeferdigheter, og hvordan lærte du å svømme, kan du beskrive litt om hvordan opplæring i skolen foregikk*)
- Hva tenker du om å få vann i ansiktet, bølger, bading på dypet, få hodet under vann, hopping, stuping?

- Kurs/kameratredning/selvbergning?
- Har du vært med å redde noen eller blitt reddet tidligere?

### Oppfattelse og håndtering

- Hvordan vurderte du alvorlighetsgrad underveis i hendelsesforløpet?
- Når merket du at situasjonen var blitt kritisk eller farlig?
- Hvordan var møte med vannet? Rakk du å forberede deg på møte med vannet eller skjedde det «ut av det blå»?
- Hvordan reagerte du da du gikk under? Hva tenkte du eller følte du? Hva gjorde du?
- Fikk du til å flyte? (*Var det noe som var vanskelig? Hva gjorde det vanskelig?*)
- (*Fikk du til å svømme? Husket du at du kan å svømme?*)
- Hva er akseptabel risiko for deg?
- Hva tenkte du underveis om risiko? (*Var dine tanker nå om risiko ulikt vurderinger du hadde gjort tidligere den dagen?*)
- Gjorde du noen andre vurderinger? Var det noen vurderinger du ikke gjorde?
- Ble du overrasket over noe før eller underveis i ulykken? (*For eksempel egne reaksjoner eller temperatur, kulde, strøm, bølger etc?*)
- **Fikk du kulsesjokk, hyperventilerte, trakk inn vann, panikkfølelse, da du falt/havnet i vannet?**

### Mestring og stressende situasjoner

- Hva tenkte du om egen evne til å håndtere situasjonen da du sto midt i det?
- Hva tenker du om egen mestringsevne? (*Opplevde du å mestre situasjonen?*)
- Hadde du tro på egne mestringsevne til å håndtere situasjonen?
- Hva fungerte eller fungerte ikke?

### Sikkerhetsutstyr og varsling

- Hadde du tilgang på sikkerhetsutstyr? (*Hvordan fungerte dette? Var det noe som ikke fungerte?*)
- **Burde det vært sikkerhetsutstyr, stiger for eksempel, der du falt uti?**
- Fikk du varslet noen? (*Hvordan gikk du frem? Hva gjorde du?*)
- Etter ditt inntrykk, ble du observert av noen? (*Fikk du hjelp av noen til å komme deg i sikkerhet?*)

### Annet

- Har du noen forslag eller innspill til drukningsforebyggende kampanjer?
- Har du noen forslag eller innspill til kommune, organisasjoner, planleggere, myndigheter om hva fokuset bør være i drukningsforebyggende arbeid eller i svømmeopplæring?

### Avrunding av intervjuet

For å skape en naturlig avrundning ønsker jeg å hente opp igjen noen av «oppvarmingsspørsmålene». Tilby vann å drikke. Snakke om positive hendelser og erfaringer med vann, natur, friluftsliv, ferdsel nær vann i by eller land. På denne måten skape et «pusterom» for informant slik at samtalen ikke avsluttes i historien om ulykken, men på et mer positivt ladet «sted».

- Takk for din deltakelse i denne studien.

Informerer om oversendelse av utskrift/transkribering av intervju, slik at de har mulighet til å korrigere eller godkjenne innhold. Informerer om avsluttende telefonsamtale i etterkant av denne prosessen. Hvis deltakerne ønsker det, vil masteroppgave og eventuelle publikasjoner bli delt med dem.

- Kan jeg kontakte deg før jeg sender over utskrift av intervjuet, om jeg lurer på noe?
- Hvordan opplevde du denne samtalen/intervjuet?

Dagens intervju vil bli avsluttet med å minne om kontaktinformasjonen i informasjonsskrivet hvis det skulle være spørsmål, innspill eller reaksjoner i etterkant av selve intervjuet.

Kontaktinformasjon til helsepersonell vil oppgis hvis deltaker har behov for dette.



## Vedlegg 5 Analyseprosess

Tabell 1: Eksempel fra kodingsprosessen

Narrativ – plot	Meningssenhet	Kode
<p><b>I det at jeg føler at jeg har kontroll, føler jeg har full kroppsbeherskelse, full beherskelse av vannet. Føler jeg har kontroll, det er jo selvfølgelig litt farlig. Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll.</b> Det å velte i kajakken er ikke noe jeg synes er ubekvent. Det er en del av morro'a. Jeg skal velte. Hvis ikke er det ikke noe gøy. For å velte må det jo være såpass røft at det er på kanten av å miste kontrollen. Det er der hvor spenningen ligger. Det som du har 100% full kontroll på det gir jo ikke det kicket som der du mister litt kontroll. Det er dette jeg stor grad hadde gjort tidligere på dagen. Jeg hadde jo tatt noen risikoer selvfølgelig, men disse var da kalkulerte risikoer. Jeg hadde studert det. Jeg så hvordan bevegelse var. Jeg så hvordan jeg skulle komme over skjærene. Jeg så hvor faremomentene var. Jeg så om jeg måtte bremse. Jeg hadde på en måte vært på</p>	<p><b>I det at jeg føler at jeg har kontroll, føler jeg har full kroppsbeherskelse, full beherskelse av vannet. Føler jeg har kontroll, det er jo selvfølgelig litt farlig. Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll</b></p>	<p><b>Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll</b></p>
	<p>Det å velte i kajakken er ikke noe jeg synes er ubekvent. Det er en del av morro'a. Jeg skal velte. Hvis ikke er det ikke noe gøy. For å velte må det jo være såpass røft at det er på kanten av å miste kontrollen.</p>	<p>Jeg skal velte - hvis ikke er det ikke noe gøy.</p>
	<p>Det er der hvor spenningen ligger. Det som du har 100% full kontroll på det gir jo ikke det kicket som der du mister litt kontroll.</p>	<p>Det er der hvor spenningen ligger</p>
	<p>Jeg hadde jo tatt noen risikoer selvfølgelig, men disse var da kalkulerte risikoer. Jeg hadde studert det. Jeg så hvordan bevegelse var. Jeg så hvordan jeg skulle komme over skjærene. Jeg så hvor faremomentene var. Jeg så om jeg måtte bremse. Jeg hadde på en måte vært på</p>	<p>Tatt kalkulerte risikoer hadde på en måte vært på</p>

Tabell 2: Eksempel fra analyseprosessen

Kode	Kodegruppering	Kategori	Tema
(Totalt 222)	(Totalt 27)	(Totalt 11)	(Totalt 3)
<b>Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll</b>	<b>Kontroll</b>	<b>Overraskelser- fare vs. komfortsone</b>	<b>«Alt dreier seg om seg om kunnskap og erfaring»: trygghet, kontroll og respekt</b>
Jeg skal velte - hvis ikke er det ikke noe gøy.	Spille på lag med elementene	Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser	Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element
Tatt kalkulerte risikoer- hadde på en måte vært på	Oversikt, vært på hugget, var ikke på hugget nå, ikke refleks	Senkede skuldre og på hugget	Modus, reaksjoner og handlingsrom
Trening hjelper deg til å ha en del knagger å jobbe med.	Trening – gir knagger	Trening – gir knagger	«Alt dreier seg om seg om kunnskap og erfaring»: trygghet, kontroll og respekt
Det er veldig mye med kajakkpadling og rulling som er kontrainstinkt	Støttetak	Overbalanse og oversikt	Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element

Tabell 3: Oversikt over endelige kategorier og temaer som tilsvarer kapitteloverskrifter i resultatdel

Kategori	Tema
(Totalt 11)	(Totalt 3)
Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser	Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element
Sanseoppvelser - verden endres	
Overbalanse og oversikt	
Ferdsele – har noe endret seg?	
Senkede skuldre og på hugget	Modus, reaksjoner og handlingsrom
Bevisstløshet, vann i lunges, utmattelse, kuldesjokk og nedkjøling	
Innspill og erfaringer	
Ha ansvar og ikke ha ansvar	«Alt dreier seg om seg om kunnskap og erfaring» - trygghet, kontroll og respekt
«Det å ha gult åreblad må være en fordel» - å varsle, bli observert, i samfunnet vi lever i	
Trening gir knagger	
<b>Overraskelser- komfortsone vs. faresone</b>	

**Kroppslige levde erfaringer hos overlevende av ikke-fatale drukningsulykker i Norge i 2016-2019 (skal sendes til *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*)**

Iversen, Mie Kolvik

*Section for Public Health Science, Department of Landscape Architecture and Spatial Planning,  
Norwegian University of Life Sciences, P.O. Box 5003, Ås NO-1432, Norway*

[mie.kolvik.iversen@nmbu.no](mailto:mie.kolvik.iversen@nmbu.no)

Word Count: 6709

# **Kroppslige levde erfaringer hos overlevende av ikke-fatale drukningsulykker i Norge i 2016-2019 (skal sendes til *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*)**

## **Sammendrag**

Denne studien har utforsket opplevelser og erfaringer hos voksne overlevende av ikke-fatale drukningsulykker. Hendelsene skjedde under ferdsel i, på og ved kalde norske farvann og vannlandskap. Ulykkene skjedde ved kantring med kajakk eller fall fra brygge knyttet til fritidsbåtbruk. Sentralt i de overlevende sine beskrivelser er asymmetriske responser eller abstrakte faktorer i kropp og ved sjøforhold. Felles i håndteringen av ulykkene er reaksjoner og strategier som skapte handlingsrom. Mennesket og vannet er beskrevet av deltakerne som en langsgående relasjon preget av møter bestående av intense øyeblikk. De intense sensoriske øyeblikkene kan være en kilde til livskvalitet eller utgjøre en fare for liv. Studien utforsker hva er det som skjer under ikke-fatale drukningsulykker som involverer vannkompetente voksne. Funn i studien støtter ikke «farlig maskulinitet» eller overdreven tro på egne ferdigheter i kombinasjon med underdrevet risiko. Studien er et lite, men verdifullt bidrag til drukningsforebyggende arbeid, og kan gi grunnlag for videre studier.

**Nøkkelord:** Ikke-fatale drukningsulykker; erfaringer; opplevelser; narrativ; abstrakte farer; maritimt friluftsliv

## **Innledning**

Det er et økende fokus på blå områder og dets effekt på menneskers helse og livskvalitet, og kunnskapsgrunnet er i utvikling (Britton & Foley, 2020; Foley et al., 2019;

Humberstone & Brown, 2015). Kunnskapsbanken har gått fra å inneholde få enkeltstudier til at det begynner å bli et økende antall publiserte systematisk eller narrative oversiktsartikler (Gascon et al., 2017; White et al., 2020). Livskvalitet og rekreasjon kan være kroppslig forankrede opplevelser i havpadling (Kronsted et al., 2020). Det er dessverre en tilsynelatende tynn linje mellom rekreasjon, blå helse, livskvalitet, og faren for skade eller død, under kajakkpadling (Nicol, 2015; Varley, 2011). Eksponering for risiko i vann kan være tilsiktet eller utilsiktet (Walton & Shaw, 2017). Denne studien anvender en utvidet definisjon av drukningsulykke. Om deltakerne har ansett hendelsen alvorlig så har den vært alvorlig nok til å bli inkludert. Denne studien har som målsetning å utforske hvordan individer opplever og erfarer ikke-fatale drukningsulykker. Hvordan beskriver de overlevende omstendigheter som ledet frem til ulykken og underveis i ulykken, oppfattelser og håndtering av situasjon, eventuelle risikovurderinger, samt oppfattelser av vannkompetanse og ferdigheter.

## **Bakgrunn og metode**

### ***Tidligere forskning***

Studier av fatale og ikke-fatale drukningsulykker, enten det er enkeltstudier, komparative studier og systematiske oversiktsartikler identifiserer kunnskapshull om drukningsulykker, og at omfanget av drukningsulykker utgjør en trussel for folkehelsen globalt (Peden et al., 2019; Strayer et al., 2010; Webber et al., 2020). Det er flere måter å definere drukning på, det medisinske fagmiljøet kan forstå «drukning» på en måte som skiller seg fra de praktisk utøvende menneskene som ferdes i vannlandskapet (Kamstra et al., 2020). Evne til gjenkjenning og forståelse av svell, tidevann, bølger og konturer i vannet er viktig for taktiske ferdigheter og bevisste beslutninger under kajakkpadling (Collins et al., 2020). Kvaliteten på komplekse kognitive vurderinger vil kunne påvirkes av hjerterate under fysisk aktivitet og påkjenninger, dess bedre fysisk form eller lavere tempo i krevende terreng, jo bedre rammevilkår for å gjøre trygge ferdselsvalg (Hetland et al., 2018). Vanntemperaturer er som regel >15 grader rundt norskekysten, det er kun i enkelte strøk at gjennomsnittstemperatur kan komme opp mot >18 grader på sommeren (Aadland et al., 2016). Studier om kajakkpadling i norske forhold og funn som viser

hvordan situasjonsbevissthet spiller en stor rolle i innhenting, forståelse og prediksjon av vær- og sjøforhold (Aadland et al., 2016; Aadland et al., 2017). Overlevende har innsikt i hvordan faktiske forhold kan oppleves og denne kunnskapen kan bidra til å utvikle effektive tiltak, strategier eller ferdigheter som kan redusere antall ulykker (Drozdowski et al., 2012; Stallman et al., 2008). De fysiologiske reaksjonene på kaldt vann kan igangsette en aktivering samtidig av både kuldesjokk, knyttet til det sympatiske nervesystemet, og dykkerefleks, forbundet med det parasympatiske nervesystemet (Farstad & Dunn, 2019). Det er svak evidens for at denne koaktiveringen kan være med å forklare de «uforklarlige» drukningsulykkene blant svømmesterke individer, men det er behov for ytterligere forskning for å kunne avdekke dette og hvorfor noen individer er bedre tilpasset kaldt vann enn andre (Farstad & Dunn, 2019).

### ***Studiens teoretiske forankring***

Studien er teoretisk forankret i Protection Motivation Theory (Floyd et al., 2000; McCool et al., 2009) og heuristikker (McCammon, 2004). Studien tar utgangspunkt i kognitive informasjonskilder, persepsjon og tolkning av informasjon fra omgivelser, via trussel- og mestringsvurderinger (McCool et al., 2009), og utforsker til slutt hvordan vannkompetente voksne kan havne i heuristiske feller (McCammon, 2004). Den heuristiske fellen «scarcity» eller pudderfeber handler om begrenset tilgang til eksepsjonelt gode forhold og muligheter for naturopplevelser. Det handler ikke kun om at andre skal bruke opp forholdene, men involverer hvordan det kan gå lengre tid mellom gitte ettertraktede værforhold. Heuristisk fellen «familiarity» kan forklares som en kjentmanns felle. Den kompetente kan i større grad enn nybegynnere gjøre færre vurderinger på kjente trakter enn i ukjent terreng. Bekreftelsesfellen «consistency» går blant annet ut på at individer kan tolke ny info i lys av eksisterende beslutning. Feilen ligger i å tolke ny informasjon med ukjent innhold feilaktig som allerede kjent informasjon. Dette medfører at informasjon som ellers ville ledet til endret ferdselsvalg ikke blir oppfattet. De tre neste heuristiske fellene, «the expert halo», «acceptance» og «social facilitation» fanger opp sosiale dimensjoner som kan lede til eksponering for farlig terreng. Ekspertrollefellen, «the expert halo», innebærer at den mest erfarne anses

som en gruppeleder i en uformell gruppe og får ansvar for beslutninger fremfor konsensusbasert beslutningstaking hvor alle i gruppen bidrar.

### ***Fenomenologisk filosofisk perspektiv***

Det kroppsfenomenologiske perspektivet tar utgangspunkt i at menneske er kropp fremfor at vi har en kropp, mennesket erfarer verden først og fremst gjennom kroppen (Merleau-Ponty, 2008, 2012). Kroppslige levde erfaringer, muskulær bevissthet eller sensoriske narrativ kan sees i lys av dette perspektivet. Kroppen har en taktisk bevissthet som interagerer med elementene (Ingold, 2011).

### ***Strategisk utvalg, rekruttering og gjennomføring av intervju***

Denne studien er begrenset til å omhandle voksne mennesker som har overlevd en drukningsulykke i norsk natur. Utvalgskriteriene var knyttet til alder, norsk farvann utendørsulykker, årene 2016-2019, og norsk språkkompetanse. Deltakere måtte ha fylt 18 år på ulykkestidspunktet. Ulykken måtte ha skjedd utendørs i norsk farvann og vannlandskap i tidsrommet 2016 til 2019. For å bli inkludert i studien var det av praktiske hensyn krav om at deltakere måtte være bosatt i Norge, kunne forstå og snakke norsk. Siden studien bygger på en utvidet definisjon av drukningsulykker, inkluderer utvalget deltakere både med og uten forekomst av vann i lunger. Studien omhandler opplevelser og erfaringer hos deltakerne og dette medfører at fokuset er på *hva* de forteller, ikke hvordan de forteller det. Tidsperioden er valgt fordi hendelsene fortsatt var relativt ferskt i minnet til deltakerne.

Rekruttering ble gjennomført ved hjelp av kontaktpersoner i Redningsselskapet og Norsk Padleforbund som publiserte informasjon om studien. Rekruttering gikk på nasjonal basis, og studien er dermed ikke begrenset til noen bestemte geografiske områder i Norge. Alle interesserte ble oppfordret til å ta direkte kontakt med masterstudent. Masterstudent hadde en telefonsamtale med aktuelle deltakere hvor studien ble ytterligere presentert, utvalgskriterier ble sjekket, og deltakeren fikk mulighet til å stille spørsmål. Intervjuguide ble i midlertidig ikke delt med deltakere. Studien hadde målsetning om datastyrt

tilnærming med forankring i empiri. Informasjonsstyrken måtte vurderes underveis i studien. Intervjuguide var forankret i teori og tidligere studier, om situasjonsbevissthet og kajakkulykker i Norge (Aadland et al., 2016), drukningsulykker og Protection Motivation Theory (McCool et al., 2009), og kroppsfenomenologisk filosofisk perspektiv (Merleau-Ponty, 2012). Intervjuguide ble revidert av kontaktperson i Redningsselskapet for å øke studiens praktiske relevans med tanke på drukningsforebyggende arbeid.

Av de totalt seks personene som tok kontakt fylte tre av dem de fastsatte utvalgsriteriene. Det ble gjennomført pilotintervju med en av de tre andre. Både i forberedelse og i gjennomføring ble pilotintervju behandlet som et reelt intervju, og det viste seg raskt at deltaker kunne bli inkludert i studien uten at studiens utvalgsriterier ble endret. Pilotintervjuet ble dermed studiens første intervju. En slik mulig inkludering var avklart med deltaker i forkant av pilotintervjuet. En av de andre deltakerne i utvalget informerte tidlig om at den aktuelle ulykken hadde involvert han og en person til. De to hadde både anledning og ønsket å stille til intervju samtidig. Utvalget i studien består av totalt fem deltakere knyttet til totalt fire ulykker. Alle intervjuer ble utført av masterstudent.

Informasjonsskriv ble gjennomgått sammen med deltakere og samtykkeerklæring ble signert av samtlige. Før selve intervjuet startet ble det satt av tid til eventuelle spørsmål deltakerne kunne ha. Alle deltakerne godkjente bruk av lydopptak av intervju. Tre intervjuer ble utført ansikt til ansikt, mens et intervju ble utført per telefon på grunn av Covid-19 pandemien. Gjennomsnittlig lengde på den totale intervjutiden var 130 minutter. Lengde på lydopptak var noe kortere.

Narrativ intervjuform ble benyttet for at deltakerne skulle få mulighet til å snakke fritt om erfaringene og opplevelsene. Deltakernes narrativ er ikke et direkte vindu inn til alt som skjedde under hendelsene, men kan gi rike beskrivelser med både vendepunkter og digresjoner (Riessman, 2008). Intervjuguiden ble benyttet for å sikre at alle planlagte tema ble belyst i løpet av intervjuet. Rekkefølgen på temaene underveis i intervjuet var av underordnet betydning, det viktigste var å legge til rette for å få frem deltakernes fortelling. Improviserte fakta- og metningsspørsmål ble brukt til å følge opp deltakernes

beskrivelser og plot fortløpende i samtalene (Kvale & Brinkmann, 2015). Det ble skrevet felt- og refleksjonsnotater kontinuerlig under intervjuarbeid.

### ***Transkribering, deltakersjekk og tematisk analyse***

Transkribering ble utført manuelt av masterstudent kort tid etter endt intervju ved hjelp av AS-2400 Olympus Transcriptive kit. 420 minutter med lydopptak fra intervjuene resulterte i 97 sider transkribert tekst. Gjennomsnittlig lengde på lydopptak per intervju er 105 minutter. Alle deltakerne ble gitt pseudonymer. Deltakersjekk ble utført og ingen av deltakerne gjorde noen korrigeringer eller uttrykte ønske om endring av intervjutekst. Tematisk analyse var å foretrekke både med tanke på at den er teoriuavhengig i utgangspunktet, men også at analysetypen kan bidra til konfidensialitet ved å unngå at deltakeres fortelling blir presentert sammenhengende (Braun & Clarke, 2006; Kvale & Brinkmann, 2015). Valg av analysemetode understreker dermed hvordan studien tar utgangspunkt i ulykkene og ikke deltakerne, og at studien er datastyrt. Selv om utgangspunktet i analysen lå i empirien og ikke i teorien er analysen påvirket av studiens teoretiske og filosofiske forankring. Kroppsfenomenologiske perspektiv ble benyttet for å sette søkelys på kroppslig innlevelse, forståelse, beredskap, og sanseopplevelser i datamaterialet (Lisahunter & Emerald, 2016; Telford, 2020). Protection Motivation Theory innvirket på analysen gjennom dets fokus på trussel- og mestringsvurderinger (Floyd et al., 2000). Tidligere studier som har anvendt situasjonsbevissthet og heuristiske feller bidro til at det ble valgt ut beskrivelser av kognitive vurderinger av sjøforhold, naturelementer og sosiale dimensjoner fra studiens empiri (McCammon, 2004; Aadland et al., 2016). Analysearbeidet av transkripsjonene foregikk trinnvis gjennom forberedelse, koding, kategorisering og rapportering, men tolkning av empirien startet allerede under intervju og fortsatte gjennom transkriberingen (Braun & Clarke, 2006). Den transkriberte teksten ble kodet i empirinære koder. De empirinære kodene ble finsortert i kodegrupper. Videre ble kodegruppene inndelt i kategorier. Temaene ble deretter sjekket for overlappende innhold. Til slutt var datamaterialet bestående av 11 kategorier fordelt på 3 tema. De endelige 3 temaene tilsvare underoverskriftene i resultatseksjonen. Temanavn er basert på den empirinære kodingen og påvirket av den teoretiske og filosofiske forankringen i studien. Den empirinære tilnærmingen medførte at koder, kodegrupper,



kategorier og tema ikke kunne vært gitt i forkant av analysen. I etterkant av gjennomført tematisk analyse oppdages det at tema og kategorier i denne studien delvis sammenfaller med kategorinndeling gjort i studie av sikkerhetskultur blant kitere, havpadlere og småbåtfiskere i Danmark (Andkjær & Arvidsen, 2015).

Tabell 1: Eksempel fra analyseprosessen

Kode	Kodegruppering	Kategori	Tema
(Totalt 222)	(Totalt 27)	(Totalt 11)	(Totalt 3)
Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll	Kontroll	Overraskelser- fare vs. komfortsone	«Alt dreier seg om seg om kunnskap og erfaring»: trygghet, kontroll og respekt
Jeg skal velte - hvis ikke er det ikke noe gøy.	Spille på lag med elementene	Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser	Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element
Tatt kalkulererte risikoer- hadde på en måte vært på	Oversikt, vært på hugget, var ikke på hugget nå, ikke refleks	Senkede skuldre og på hugget	Modus, reaksjoner og handlingsrom
Trening hjelper deg til å ha en del knagger å jobbe med.	Trening – gir knagger	Trening – gir knagger	«Alt dreier seg om seg om kunnskap og erfaring»: trygghet, kontroll og respekt
Det er veldig mye med kajakkpadling og rulling som er kontrainstinktivt	Støttetak	Overbalanse og oversikt	Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element

### ***Etiske betraktninger***

Norsk Senter for forskningsdata (NSD) godkjente studien 29.11.19, og innvilget forlengelse av prosjektperiode 10.06.20, 24.06.20 og 02.12.20. Ingen utover masterstudent har hatt tilgang til informasjon om hvem som meldte interesse for prosjektet, hvem som ble inkludert i studien eller studiens datamateriale. Oppbevaring og håndtering av personopplysninger og datamaterialet har fulgt Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) sine retningslinjer. Informasjonsskrivet informerte om mulighet for skadevirkninger eller fysiske reaksjoner knyttet til det å snakke om hendelsen og at kontaktinformasjon til helsetjeneste og nasjonale hjelpetelefoner ville bli gitt til deltakere ved behov (Dyb et al., 2014; Seedat et al., 2004). Ingen av deltakerne beskrev eller uttrykte noe som skulle tilsi at intervjuet var en negativ emosjonell opplevelse for dem, men det betyr ikke at deltakerne ikke opplevde ubehag eller uro rundt det å snakke om ulykken eller fikk reaksjoner i etterkant.

Masterstudent har ikke helsefaglig profesjonsutdanning, men har enkeltfag innen fysioterapi, psykologi og idrett fra bachelornivå og har arbeidet fem år i førstelinjen i NAV med veiledning. Masterstudent har ikke gjennomført padlekurs eller lignende formell kompetanse utover idrettsfag på videregående. Masterstudent er en kvinne i 30-årene som erkjenner å ha hatt overdreven tro på egne ferdigheter og har underdrevet risikoen ved ferdsel i, på og rundt norske farvann i løpet av 20-årene.

## Resultater

Intervjusamtalene brakte frem beskrivelser av tanker, følelser og bevegelser fra hendelsen slik deltakerne husket dem. Opplevelsene og erfaringene springer mye ut fra sanseintrykk, kroppslig og kognitiv innsikt, forståelse og bevissthet. Det er hendelsene som er i fokus, deltakerne er derfor kun delvis presentert.

Tabell 2: Presentasjon av sjøforhold og kontekst i de ikke-fatale drukningsulykkene

<b>Årstid</b>	April-desember
<b>Tidspunkt</b>	Ca. mellom 09-16
<b>Bølgehøyde</b>	Blikkstilte til 1.5-2.0 i snitthøyde med betydelig større enkelte sett
<b>Tid i vannet *</b>	4 min til 4 timer
<b>Type sjølandskap</b>	Innsjø, bryggeanlegg i fjord, skjærgård med storhav rett ut,

\*Redningsarbeid og transport til spesialisthelsetjeneste kommer i tillegg.

Tabell 3: Presentasjon av de ikke-fatale drukningsulykkene

Deltakerne	Alene/gruppe?	Farkost?	Aktivitet?	Hva skjedde?	Berging?	Helsehjelp i spesialisthelsetjenesten?
«Daniel»	Solo	Kajakk	Turpadling	Velt	Forbipasserende båt	Ja
«Kristian» og «Tor»	Duo	Kajakk	Turpadling	Velt	Selvberging	Nei
«Alexander»	Trio	Kajakk	Bølgelek	Velt	Turfølget	Nei
«Ola»	Solo	Fritidsbåt	Fisketur	Fall fra brygge	Selvberging	Ja

Utvalget besto av fire kajakkpadlere og en båtfører, samtlige er menn som var i alderskategorien 41-60 da ulykken skjedde. Ola falt i havet da han skrapte is av

båtvinduene. Daniel, Kristian og Alexander veltet i møte med bølger under turpadling eller transportetappe under bråttsjøpadling. Tor ble veltet av Kristian under kameratredning. Alle padlerne hadde sikkerhetsbekledning, i form av ullundertøy, tørrdrakt, spruttrekk og padlevest. Alexander hadde hjelm. Ola hadde kledd seg godt med ull og ytterklær for en tur på sjøen, men ikke kledd for å havne i sjøen og redningsvesten lå om bord i båten. Alexander ble sannsynligvis slått bevisstløst momentant etter sammenstøt med fjell. Daniel ble bevisstløs som en følge av hypotermi. Ola, Kristian og Tor tok seg til land på egen hånd. Daniel ble plukket opp av tilfeldig forbipasserende tredjepersoner på båttur. De to andre i turfølge til Alexander fikk han opp på nærliggende skjær. Alexander har nesten ingen minner fra selve kantringen utenom et glimt underveis og et etterpåk, men hele ulykken ble filmet av eget GoPro-kameraet og de to i turfølget hans har utfyllt med sine beskrivelser. Dette gjør at han til tross for bevisstløshet kan beskrive hendelsesforløpet med tydelige opplevelser og erfaringer knyttet til ulykken. Ingen av deltakerne har beskrevet inntak av alkohol i forkant av ulykken.

### ***Mennesket og vannet – relasjon og møte mellom individ og element***

#### *Landskapet - drivkraft for lek og naturopplevelser*

Alle deltakerne har praktisert varierte maritime friluftslivsaktiviteter gjennom livet, beskriver seg selv som svømmedyktige og fremhever hvordan naturopplevelser er sentralt for motivasjon og drivkraft. Tor sier «*Det er utrolig rekreasjon. Det er en billett til himmelen noen ganger den kajakken altså. Det er helt vanvittig altså*». Daniel forteller at han padlet utover mellom holmer og skjær slik han pleide tidlig på morgen når sola var på vei opp. Han forklarer hvordan det var blikkstilte innaskjærs og nesten ikke døninger utaskjærs, og hvordan de de fine forholdene gjorde at han endret ferdselsruten ulykkesdagen. Opplevelse av å mestre, dominere og spille på lag med elementene, er en annen drivkraft for ferdselen for noen av deltakerne. Alexander som driver med bølgelek og bråttsjøpadling forklarer at å velte eller miste kontroll er del av leken, spenningen og noe av det som gjør det gøy. Drivkraften handler om flytopplevelser og spenning.

### *Sanseopplevelser - verden endres*

Kristian og Ola beskriver at oppfattelsen og erkjennelsen av hva som skjer slo inn da bevegelsen i kantringen og fallet bremses opp, og hvordan verden ble endret i løpet av et brøkdelssekund. I beskrivelsene av overgangen mellom vann og luft spiller sansene en stor rolle. Ola poengterer hvordan intensiteten forandret seg når det er kaldt i vannet. «*Det blir bare på noen sekunder og så er hele livet ditt snudd på hodet altså. Det går fort*», forklarer han. Han legger ikke skjul på opplevelse av frykt: «*jeg hadde panikk. Jeg var livredd altså*», men Ola er også tydelig på at han fikk summet seg fort. Etter å ha tatt noen svømmetak opp til overflaten, lå han og fløt mens kuldesjokket roet seg.

Sanseintrykkene som beskrives i narrativene inkluderer hvilke type lyder og intensitet ble endret i vannet. Synet av luftbobler eller synsvinkelen av å se opp mot vannflaten har festet seg i minnet. Temperaturendring eller kroppsfølelse er også markant beskrevet av deltakerne. Tor, Daniel og Alexander fanger opp forvarsel av en mulig eller uunngåelig velt og er delvis forberedt på møte med vannet.

### *Overbalanse og oversikt*

Oppfattelse og håndtering av sanseinformasjon handler for deltakerne blant annet om å lese vannet, forutse hva som kommer til å skje, kroppslig ferdighet, modus og handlingsrom. Når det gjelder å møte bølgene, Alexander forteller at han ikke tar nok dybde på grunn av manglende konsentrasjon, Daniel rekker ikke støttetak på grunn av redusert reaksjonsevne, hos Kristian var ikke teknikk automatisert og tilpasset så krapp og grov sjø. «*Jo mer kraft som kommer mot deg, jo mer aggressivt må du møte den. Det er en tillært ferdighet og evne. Du må lære det. (...). Vende av instinktene. Bekjempe instinktene*», presiserer Alexander. Bruk av støttetak, ruller og egenredning har Daniel og Alexander mestret godt i grov sjø tidligere. I Ola og Tor sine beskrivelser handler det om hvordan tyngdelinje blir så utfordret at velten og fallet er uunngåelige uavhengig av eventuell håndtering. Å ha oversikt over sjøforhold du ikke ser krever ferdigheter og forståelse. Disse ferdighetene er tillærte og trenbare forklarer deltakerne. Opplevelse av kaos nede i vannet skaper mangel på oversikt som igjen leder frem til velten av Tor, forteller Kristian. Både Daniel, Tor og Kristian bruker en form for krysspeiling for å sjekke fremdrift når de tar seg fremover.

### ***Modus, reaksjoner og handlingsrom***

Ingen av deltakerne har uttrykt at de fikk noen indikasjon på egen reaksjonshastighet, konsentrasjonsnivå eller kroppens operative kapasitet i forkant av hendelsene. Daniel forklarer, «*Jeg greide ikke oppnå det som skulle vært normalen. Jeg hadde gått ned i mestring. Selv om jeg ikke følte på det. Så da jeg gikk ut, da hadde jeg liksom tanker om det du greier og mestrer vanligvis*». Alexander var også komfortabel med ruller slik at å kantre i seg selv for han var ingen krise, hadde bølgepadlet allerede tidligere på dagen, og etter lunsj var han på en transportetappe på vei til nytt område for mer bølgelek. Under bølgelek er han alltid på hugget og i evalueringsmodus, presiserer han. Dessuten på ulykkesdagen var det ikke grovere sjø enn at Alexander mestret dette fint, «*Det er litt søndagstur. Så vi har ikke en aktiv driv fram mot målet. Det blir litt sånn lullepadling. Jeg blir sittende og vente litt. Mens jeg venter på dem såh (...), finner jeg på noe morsomt i mellomtiden*». Daniel hadde padlet i grovere sjø dagen før og med de fine forholdene ulykkesdagen går han lengre ut enn planlagt. Tor og Kristian gikk på land da vinden økte, spiste litt, vurderte alternativene for å bære kajakkene rundt odden de var på eller ringe noen for å bli hentet, men de gjorde også avtaler for hva de skulle gjøre om noe skulle skje på padturen tilbake. De forklarer at de på tur ut av vika «*så startet vinden opp igjen. Da hadde vi fortsatt store bølger, som kanskje ble enda litt mer hissig, igjen*». De velger å fortsette padlingen.

Sidebølger, rotesjø, vann- og totaltemperatur på gnistrende vinterdag med knallsol i nesten 20 minusgrader, og havstrøm, kan fremstå som abstrakte farer fremfor konkrete farer i forkant. Disse abstrakte faktorene gikk over til å bli konkrete faktorer da de uønskede hendelsene oppsto. Etter å ha hatt fullt fokus på å komme seg tilbake i kajakken blir Daniel oppmerksom på at havstrømmene har ført han lengre fra land enn da han kantret. I beskrivelsene Daniel gir av sjøforholdene er verken vind eller dønninger beskrevet som en utfordring i seg selv, men havstrømmen som tok han utover selv om det var flosjø. Daniel prøver å legge seg oppå kajakken for å padle seg innover på en alternativ måte, dette gjør han etter å ha gjort forsøk på å komme seg opp i kajakken

og med en mobil som ikke fungerer. Etter å ha tilbakelagt en strekke vurderer han at strømmen er kraftigere enn hans egen fremdrift. Han endrer derfor strategi.

Vann blir av deltakerne beskrevet som et ugunstig og utfordrende element hvor mennesket kan bli slitt ut før en klarer å komme seg i sikkerhet, og hvor farlig det er å ikke komme seg opp i tide med tanke på hypotermi og kvelningsfare. Lungene til Alexander er fulle av vann, og tiden beskrives som avgjørende i utvikling og utfall av ulykken. Fire minutter er lenge å ha luftveiene helt eller delvis under vann, men også kort tid å utføre en redning på. Alexander er tydelig på at den raske oppfattelsen og håndteringen av turfølget er det som redder livet hans. Alexander husker et glimt fra da ulykken skjedde, *«Følelsen av å ligge feil i vannet. Så i stedet for å ligge i fosterstilling, så ligger jeg med svai i ryggen og opp mot overflaten. Altså jeg ligger opp ned. Om det stemmer vet jeg ikke, men det sammenfaller med de skadene som jeg får etterpå»*. Daniel sier han har tenkt i etterkant at virkelighetsoppfattelsen kan ha endret seg som en konsekvens av nedkjølingen, *«Tankeprosessene kanskje gått treigere og treigere etter hvert»*. Ola beskriver det største kuldesjokket i det plutselige møte med vannet, Tor og Kristian kjente raskt hvordan kulden påvirket dem selv om de hadde tørrdrakt, mens Daniel ikke opplevde vannet som så kaldt selv om han fikk hypotermi.

Etter at Tor har kantret med kajakken anser han beste strategi er å svømme til land fremfor å bruke opp kreftene på redningsteknikker. Daniel beskriver vurderinger rundt det å slippe kajakken og prøve å svømme inn til land, men han vet hvor tungt det kan være å svømme med tørrdrakt og velger derfor å alltid ha kajakken med. Daniel merket kreftene forsvinne og tilpasset strategier til hva han kunne forvente av krefter. Å håndtere seg selv i vann og utføre egenredning er tungt poengterer Tor, Kristian, Daniel og Ola. Ola bestemmer seg raskt i det han får summet seg etter det første kuldesjokket, han skal opp igjen på brygga og det skulle skje raskest mulig, fordi han skulle ikke dø den dagen. Ola beskriver en aktiv indre dialog og tanker underveis som sannsynligvis bidrar til ekstra krefter. Han mobiliserer alt han har av krefter og får tatt seg opp ved hjelp av en vandretauene på en nabobåt samt spalter i dekket på brygga. Tid, utmattelse og krefter er sentrale tema i deltakernes narrativ.

### **«Alt dreier seg om seg om kunnskap og erfaring» - trygghet, kontroll og respekt**

Sosiale relasjoner, å ha ansvar og føle ansvar eller å ikke ha ansvar eller føle ansvar. Ingen av deltakerne var en del av et organisert opplegg med en utpekt gruppeleder. Alexanders turfølge var preget av at de ikke lenger hadde ansvar eller følte ansvar for noen andre enn dem selv og det kan ha innvirket på fraværet av evalueringsmodus hos seg selv som han sier. Tor tenker i etterkant at han som den erfarne burde sagt *«hør her, vi tar en time til her eller så ringer vi etter noen som kan hente oss»*. Fordi, *«det var jeg som satt på erfaringen på hva som faktisk kunne skje (...). En blir jo ivrig også, vet du»*. Kristian sier han burde vurdert egne ferdigheter og sagt ifra. Han er tydelig på at hadde han padlet alene i den type sjø ville han ha blitt på land, hendelsen skjedde i hans tredje padlesesong og han hadde ikke padlekurs enda. *«Det kan hende jeg var dum som tenkte at nå bare tar jeg en sjanse og gir gass»*. Både Daniel og Kristian nevner at det var en terskel å ringe noen eller påkalle hjelp, enten ved å unngå å være til bry eller at det var flaut å ikke håndtere situasjonen selv.

### *Trening gir knagger*

Trening gir knagger å jobbe med når en potensiell farlig situasjon må løses, og kroppslig erfaring kan nyttiggjøre og utføre teoretisk kunnskap, forklarer deltakerne underveis i intervjuene. Tor sier, *«Det er rotete bølgeforhold her på sjøen, men når du har padlet mye så sitter det veldig i kroppen»*. Kristian forklarer hvordan kunnskap som ligger litt bak i hukommelsen hentes frem når det er nødvendig, jo mer erfaring jo lettere hentes det frem, derfor er padlekurs nyttig. Ola sier det er synd en må oppleve det for å forstå, mens Tor poengterer at hendelsen er en erfaring han ikke ønsker å glemme fordi erfaringen er verdifull. Trening kan være tryggere vei til erfaring enn en selvopplevd ulykke, og samtlige deltakere ønsker å dele erfaringene og opplevelsene sine i læringsøyensmed. Tor og Kristian setter dette inn i et større bilde når de tar opp sikkerhetskultur, behov for åpen diskusjon om hva slags sikkerhetsutstyr som er hensiktsmessig i ulike forhold, kommunikasjonsstrategier i forebyggende arbeid, og viktigheten av å trene under trygge omgivelser på reelle sjø- og temperaturforhold. Daniel fremhever handlingsrom ved å holde den trenbare roen gjennom å mestre å få hodet under vann, evne til å flyte, samt

svømmeferdigheter. Dette er grunnferdigheter som kan bidra til å ikke få panikk, få oversikt over situasjon og gjøre konkrete vurderinger med tanke på håndtering.

Oppfattelse via sanseinntrykk, håndtering basert på overblikk, trening via kroppslig eksponering i reelt miljø. Velt var varslet for Tor, han rakk å forberede seg på velt, men kunne ikke forhindre det. Daniel ble varslet om velt i forkant av selve velten, men rakk ikke gjøre noe med det. Alexander går bølgen aktivt i møte og legger seg inn, men blir veltet, han var i utgangspunktet forberedt på å rulle i det han gikk inn i farvannet selv om hensikten ikke var å gå rundt, «bli vasket». Daniel og Tor gjenvinner overblikket over situasjon raskt. Daniel forblir rolig med fokus på de kommende arbeidsoppgavene, han beholder roen gjennomgående i hendelsesforløpet. Ola, den eneste uten tørrdrakt blir umiddelbart sterkt påvirket av kuldesjokket, men skaffer seg selv handlingsrom til å få overblikk over situasjon og dermed kunne vurdere strategi. Daniel og Ola trekker frem betydning av svømmeopplæring, bading og lek. Daniel er rolig og strategisk i valgene sine, han innhenter informasjon, gjør konkrete taktiske valg og sjekker effekt av tiltakene.

#### *Overraskelser- komfortsone vs. faresone*

Alle deltakerne gir beskrivelser av hvordan momenter ved hendelsesforløp, omgivelser eller egne reaksjoner overrasket dem helt eller delvis. Alle var forberedt på uønskede hendelser, men få forventet uønskede hendelser. Det var ikke forventet at de faktisk skulle kantre eller velte og ikke klare å håndtere situasjon selv. Ola forklarer, «*At en tenker konsekvenser. Det er jo det en skulle gjort mer, men en gjør det ikke. Aldri trodd at du skulle ramle i vannet når du skulle ut i båten der, men så skjer det likevel*». Tre av deltakerne kommer seg på land på egen hånd, to av deltakerne mister helt eller delvis bevisstheten og får bistand til å komme seg ut av vannet.

Både Tor og Alexander reflekterer rundt hvilken rolle vannkompetanse, tidligere erfaring, trygghet i vann og trygghet på egne ferdigheter, kan ha medført økt eksponering for farlig situasjon. Eksponeringen er knyttet til hyppig ferdsel i, på og rundt vann. Dette er beskrevet omfattende av alle deltakerne. Det var enten grov sjø eller kaldt vann, eller kombinasjon av begge. Alexander forklarer, «*Føler jeg har kontroll, det er jo selvfølgelig*



*litt farlig. Du kan dulle deg litt inn i følelsen av kontroll».* Tor svarer i et oppfølgingsspørsmål, «(...) jeg har alltid følt meg trygg i vann så jeg har kanskje ikke hatt den egenskapen med å vurdere faren slik jeg kanskje burde».

Daniel forklarer hvordan det var mer strøm i havet enn det kunne se ut til, vanskeligere å komme inntil land enn han trodde «Jeg har padlet der ute mange ganger uten å tenke på at det driver så mye. Ja, jeg var litt overrasket over at det var såpass vanskelig å komme inntil land». Noe uventet var strømmen kraftigere enn styrken på floen, «Jeg visste at det holdt på å flø da så jeg hadde jo trodd at strømmen skulle tatt meg innover noe. Det gjorde han ikke», forteller Daniel. Alexander fremhever kreftene i møte mellom vann og fjell, og hvordan han tror at det ikke var «var veldig langt fra at jeg knakk nakken. Sånn tatt i betraktning. Skadeomfanget i ettertid, hjelmen sprakk, kajakken ble slått i stykker. Plastkajakker tåler ganske mye, så å slå hull i en sånn kajakk det krever en del krefter». Selv om noen faktorer, reaksjoner og omstendigheter var overraskende for dem, fremstår alle deltakerne fattet og med et reflektert forhold til å bruke kunnskapen til økt trygghet og kontroll.

## **Diskusjon**

Forskningslitteratur knyttet til ferdsel i vinterfjell (Hetland et al., 2018; Mannberg et al., 2018; McCammon, 2004) kan ha relevans for å undersøke ferdsel i vannområder med tanke på hvordan menneskelig kognitive vurderinger og muskulær fysiologi, fare for mekaniske skader, oksygenmangel og hypotermi, og gjenkjennings hukommelse og fysiologiske arbeidskrav, påvirker ferdsel i utfordrende og delvis ugjestmildt terreng. Deltakerne i denne studien har beskrevet betydningen av automatiserte tekniske ferdigheter og taktisk forståelse, og evnen til å jobbe mot originale instinkter og med de trenbare instinktene. Slik som evnen til å gå bølger i møte med kajakken for å møte tilstrekkelig vannets kraft eller å holde seg i ro mens kuldesjokket dempes. Via tilvenning og eksponering beskriver deltakerne hvordan reflekser og responser kan endres (Shumway-Cook & Woollacott, 2012), og hvordan dette øker deres tilpasning til vannelementet.

### ***Naturopplevelser og kjent terreng innvirker på ferdselsvalg***

Selve drivkraften for ferdsel i, på, og langs vann kan føre til at individet eksponerer seg for fare (McCammon, 2002, 2004). Sjeldne gode værforhold er en likhet i Daniel og Ola sine beskrivelser. Iver og glede ved padlingen er en fellesnevner mellom Alexander, Tor og Kristian. Denne iveren kan, i lys av heuristiske fellen mest kjent som pudderfeber, føre økt eksponering for potensielle farlige situasjoner og økt risikovillighet (McCammon, 2004). Dette kan være et eksempel på hvordan følelser kan lede til at individet oppsøker farlig terreng og eventuelle terrengfeller. Slik Kristian havnet i farvann med krappe og hissige bølger han mistet oversikt over eller hvorfor Alexander plutselig befant seg i et lite område som ble livsfarlig da store sett med bølger kom, bølger han ville forutsett om han hadde gjort som han pleide, kunne og ellers alltid gjorde.

Samtlige deltakere var i geografisk kjent område eller i kjent kroppslig padleterreng, og samtlige ble overrasket over noe ved seg selv eller knyttet til sjøforhold. Studiens resultater sett i sammenheng med «familiarity trap» viser hvordan den heuristiske fellen kan være en kompetansefelle som fører til falsk trygghet for individet. De kjente bevegelsene, farvannet og modus kan føre til fravær av frykt og dermed oppleves ikke omgivelsene som «faktisk farlig» (McCammon, 2004). Kompetente er mer eksponert for risiko og fare, spesielt i kjent terreng (McCammon, 2004; McCool et al., 2009). Faren for å bli slått mot noe hardt, styrken i havstrømmer som ikke synes på overflaten eller merkes i en farkost, vanntemperatur i vinterhalvåret i Norge, samt hvor tungt det er å svømme med tørrdrakt og spruttrekk i kaldt vann med krappe bølger, blir veldig reelle og faktiske etter å ha vært eksponert for dette. Vannet og naturen er i denne sammenhengen verken normativ, tilgivende eller tar stilling til om individet er i kjente omgivelser, bevegelser eller modus. Vannet bare er. Vannets kjennetegn i en slik sammenheng er den skarpe kontrasten mellom livskvalitet og fare for liv, og dette kjennetegnet er til stede uavhengig av om mennesket er på kjente trakter eller ikke.

### ***Sosiale dimensjoner ved ferdsel***

Individets oppfattelser, vurderinger og beslutninger kan bli påvirket av eventuell soloferdsel, gruppens størrelse og sammensetning, rett og slett hvem individet er på tur sammen med. Trusselnivå og risikovillighet kan øke eller synke når individet ikke føler ansvar. De sosiale heuristikkene kommer til uttrykk ved deltakernes risikovillighet (McCammon, 2004). Trygg ferdsel innebærer også å kunne si fra om egne eller andres begrensninger, slik det beskrives av Kristian og Tor. Akseptabel faregrad og risikonivå kan endres hos et individ i løpet av en og samme tur. Alexander tok større risiko siden trioen han var i ikke følte eller opplevde å ha ansvar for noen andre enn dem selve. De tre som nå var i følget var alle erfarne. Kristian og Tor beskriver at de tok større risiko siden de var to og de ble ivrige, men det var store forskjeller på hvor mange år de hadde padlet.

### ***Kroppslig handlingsrom, vannkompetanse og mestringstro***

Sanseopplevelser, overblikk, vannkompetanse og modus er sentrale faktorer i deltakernes beskrivelser av oppfattelse, håndtering og hendelsesforløp. Kroppen kan være et avgjørende verktøy for å ferdes trygt og deltakere beskriver hvordan kroppen må være påskrudd og være på hugget. I deltakernes beskrivelser er kroppen sentral for sanseoppfattelse (informasjonsinnhenting), persepsjon (vurdering), kunnskap og mønstergjenkjenning (taktisk forståelse), og ferdigheter (utførelse og håndtering). Enkeltstudier innen snøskredforskning tyder på at langvarig fysisk anstrengelse eller intenst kroppsarbeid med høy puls kan føre til mentale snarveier under ferdsel i farlig terreng fordi mer systematiske kognitive vurderinger er energikrevende (Hetland et al., 2018; Osnes, 2019). Kuldesjokk, nedkjøling og hypotermi spiller inn på kroppens evne til å utføre alle disse arbeidsoppgavene (Tipton et al., 2017). Med eksponering for kulde, skade eller oksygenmangel snevres handlingsrommet inn (Tipton et al., 2017). Daniel var nedkjølt uten at han hadde en tydelig kuldefornemmelse, men kulden påvirket uansett kapasiteten over tid med tanke på muskulær kraftutvikling, tankeprosesser, og til slutt tap av bevissthet (Farstad & Dunn, 2019). Handlingsrommet ble påvirket av fysiologiske responser, selv om tåleevne og evne til ro skapte et større tidsvindu (Farstad & Dunn, 2019). Allikevel, det kommer tydelig frem i Daniel og Ola sine beskrivelser, hvor systematisk de prøvde å håndtere situasjonen og hvor sterkt tro de hadde på at de ville

mestre situasjonen. De hadde bestemt seg, de skulle til land, og de hadde tro på at de ville lykkes. De var aldri i tvil og det er ingenting mellom linjene i deres beskrivelser som tilsvarer noe annet.

### ***Abstrakte faktorer og mulige farer***

De heuristiske fellene kan fremstå som abstrakte faktorer som ikke blir synliggjort før en uønsket hendelse oppstår. Endringer fremstår i beskrivelsene fra deltakere også som abstrakte faktorer og mulige farer. Gå fra grovere sjø til stillere farvann, gå fra full evalueringsmodus under bølgepadling til rolig transportmodus. Vekslende vindforhold fra økende vindstyrke til litt roligere forhold før den igjen øker. Endringer av mestringskapasitet kan komme som en følge av redusert konsentrasjon og reaksjonshurtighet. Faktorer som påvirker prestasjonsevne kan påvirkes av totalbelastning over tid, hvilken fase av turen eller aktiviteten. Daniel beskriver hvordan kapasitet ikke er lineær og plutselig får individet ikke til det som vanligvis ikke ville vært noe problem. Mestringstro i forkant var ikke tilpasset den faktiske kapasiteten, den faktiske kapasiteten var ukjent. Dette fremstår som noe annet enn tendenser beskrevet i andre studier om overdreven tro på egne evner og underdrivelse av egne ferdigheter (Gulliver & Begg, 2005; McCool et al., 2009; Willcox-Pidgeon et al., 2018) . Alexander beskriver hvordan et individ plutselig verken gjør det man vet, kan eller pleier å gjøre. Daniel forklarer hvordan han forholdt seg til hva han egentlig klarer og kan, og hadde ingen indikasjon på at det var behov for å nedjustere forventningene til hva han kunne forvente å klare den dagen. Slike endringer får individet ikke nødvendigvis noen tilbakemelding på eller har innarbeidet mønstergjenkjenning for å innhente og forstå de mulige tegnene. På lik linje som naturen gir asymmetriske tilbakemeldinger og kan være et «wicked learning environment» (Mannberg et al., 2018), kan resultatene i denne studien trekke i retning av at menneskekroppen også kan gi asymmetriske tilbakemeldinger. Jo lengre og varierte kroppslige erfaringer, beredskap, mønstergjenkjenning og evne til å lese forholdene, jo tryggere ferdsel. Når deltakerne beskriver opplevelsene og erfaringene fra hendelsen trekker de i stor grad frem ny erkjennelse, innsikt og kunnskap, og hvordan de etter ulykken har anvendt dette. Felles for alle deltakerne er at de hadde etablerte knagger de kunne feste den nye innsikten til. Vannkompetanse og ferdigheter kan gi rom for

mestringstro og handlingsrom under kritiske situasjoner i vann, men også føre til større eksponering for ferdsel og terreng som igjen kan utløse kritiske situasjoner.

### ***Styrker og svakheter i studien***

Studiens største styrke er empiriens rike beskrivelser. Å gjennomføre narrative intervju med improviserte oppfølgingsspørsmål i kombinasjon med en detaljert intervjuguide viste seg å være velfungerende med tanke på datainnsamling. Rekruttering til studien skjedde nasjonalt og tre av intervjuene ble gjennomført ansikt til ansikt, og til tross for Covid-19 utbruddet kunne det fjerde intervjuet gjennomføres ved å bruke telefonintervju. For å styrke studiens troverdighet ble det gjennomført deltakersjekk i etterkant av transkripsjon, men før analysearbeidet startet for fullt. Underveis i intervju la intervjuer frem mulige tolkninger av beskrivelser for å sjekke om narrativene var oppfattet korrekt. Det ble under hele datainnsamlingen skrevet mye refleksive notater. Studien har relevans utover den enkelte deltakers narrativ, og det er ikke funnet evidens for «farlig maskulinitet», noe som understrekes av at masterstudent er kvinne i 30-årene.

Studiens største svakhet er bruk av vide definisjoner av drukningsulykker og overlevende fremfor spissede definisjoner som kunne gitt mer presise funn. En annen svakhet ved studien er utvalgets størrelse. Det er få deltakere og metningsgrad ble ikke oppnådd. Et større utvalg ville sannsynligvis ha frembrakt nye og andre verdifulle beskrivelser og narrativ. En svakhet med tanke på transparens og pålitelighet er at alle intervju er utført på norsk og vil i artikkelen presenteres på engelsk. Resultater og funn i studien er utelukkende basert på retrospektive betraktninger og beskrivelser og dette medfører at funn er helt avhengig av kvaliteten på minnene til deltakerne (Hamilton et al., 2019). Opplevelsene og erfaringene vil kanskje være farget av både deltakernes forforståelse og inntrykk i etterkant. Det er generelt knyttet visse usikkerhetsmomenter til studier med bruk av selvrapporing. Dette kan i sum medføre redusert troverdighet, pålitelighet og relevans i studien.

## Oppsummering

Beskrivelser av de individuelle hendelsesforløp og kontekster er omtalt fortløpende i artikkelen siden det var opplevelsene og erfaringene samlet som stod i sentrum. Tidligere studier har fremhevet behovet for mer forskning (Peden et al., 2019; Webber et al., 2020). Denne studien har utforsket de levde erfaringene hos voksne mennesker som har kjent på kroppen og stått midt i fenomenet. I drukningsforebygging er det avgjørende med presis kunnskap om hva som faktisk skjer, men i likhet med skredforskning er ikke RCT-studier etisk forsvarlig å gjennomføre (Mannberg et al., 2018; McCammon, 2004).

Funn i studien tyder på at både kropp og sjøforhold gav asymmetriske tilbakemeldinger slik at de overlevende ikke fikk noen forvarsel om redusert konsentrasjon eller mestringskapasitet. Studien beskriver hvordan sosiale dimensjoner kan spille inn på risikovillighet. Når det gjelder håndtering og omstendighetene etter kantring eller fall, er evnen til ro, selvsnakk og mestringsstro sentrale faktorer i å holde handlingsrommet så stort som mulig underveis for å lykkes med å komme seg i sikkerhet. Kroppslige forkunnskaper og tilvenning til (kaldt) vann, automatiserte tekniske ferdigheter og taktisk forståelse av situasjon, kan ha bidratt til at ulykkene fikk ikke-fatale utfall. Mentale snarveier eller kortslutninger kan føre til at kompetente individer oppsøker eller havner i terrengfeller (McCammon, 2004). Terrengfeller kan være farvann eller skredterreng individ eller turfølger egentlig ikke hadde intensjon om å oppsøke, men noe endret seg underveis på turen, og førte til at en havnet i terrengfelle allikevel. Terrengfellen innebærer med det økt risiko for ulykke, men risikoen øker uten at individet har tatt et nytt veloverveid valg om hvilken risiko de aksepterer ved ferdselen eller aktiviteten. Det kan altså oppstå ubalanse mellom den risiko individ i utgangspunktet aksepterte og restrisikoen. Ubalansen oppstår uten at individet nødvendigvis har fått noen tegn, indikasjon eller tilbakemelding på at risikoen har økt og blitt høyere enn det nivået individet i utgangspunktet aksepterte. Denne studien har ikke funnet tendenser av «farlig maskulinitet» (Moran, 2011), men trekker mer i retning av hvordan vannkompetente voksne er mer eksponert for farlig terreng (Gulliver & Begg, 2005). Omstendighetene før og under hendelsene kan ikke forklares av overdreven tro på egne ferdigheter i kombinasjon med underdrevet risiko (McCool et al., 2009). Funn tyder andre forklaringer på hvorfor vannkompetente og svømmedyktige drukner. Det er behov for flere kvalitative

studier av levde erfaringer hos overlevende for å få styrket kunnskapsgrunnlaget. Studien er et lite bidrag til dette felles kunnskapsgrunnlaget knyttet til drukningsulykker og drukning som fenomen.

### **Takk til**

Alle forskningsdeltakerne. Alle som meldte interesse for studien. Tanja Krangnes, Redningselskapet. Thomas Pinard, Norges Padleforbund. Skadeforebyggende forum.

### **Mulige interessekonflikter**

Masterstudent ble innvilget stipend 04.05.20 av Skadeforebyggende forum på 10 000 NOK.

### **Referanser**

- Aadland, E., Noer, G., & Vikene, O. L. (2016). Sea kayaking incidents in Norway 2000-2014: an issue of bad weather or poor judgement? *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 16(2), 131-145. <https://doi.org/10.1080/14729679.2015.1121505>
- Aadland, E., Vikene, O. L., Varley, P., & Moe, V. F. (2017). Situation awareness in sea kayaking: towards a practical checklist. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 17(3), 203-215. <https://doi.org/10.1080/14729679.2017.1313169>
- Andkjær, S., & Arvidsen, J. (2015). Safety Cultures in Water-Based Outdoor Activities in Denmark [Article]. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 7(2), 140-157. <https://doi.org/10.18666/jorel-2015-v7-i2-7009>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Britton, E., & Foley, R. (2020). Sensing Water: Uncovering Health and Well-Being in the Sea and Surf. *Journal of Sport and Social Issues*. <https://doi.org/10.1177/0193723520928597>
- Collins, L., Giblin, M., Stoszkowski, J. R., & Inkster, A. (2020). A study of situational awareness in a small group of sea kayaking guides. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 1-17. <https://doi.org/10.1080/14729679.2020.1784765>

- Drozdowski, D., Shaw, W., Dominey-Howes, D., Brander, R., Walton, T., Gero, A., Sherker, S., Goff, J., & Edwick, B. (2012). Surveying rip current survivors: preliminary insights into the experiences of being caught in rip currents. *Natural Hazards and Earth System Sciences*, 12(4), 1201-1211. <https://doi.org/10.5194/nhess-12-1201-2012>
- Dyb, G., Jensen, T. K., Nygaard, E., Ekeberg, O., Diseth, T. H., Wentzel-Larsen, T., & Thoresen, S. (2014). Post-traumatic stress reactions in survivors of the 2011 massacre on Utøya Island, Norway. *British Journal of Psychiatry*, 204(5), 361-367. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.133157>
- Farstad, D. J., & Dunn, J. A. (2019). Cold Water Immersion Syndrome and Whitewater Recreation Fatalities. *Wilderness & Environmental Medicine*, 30(3), 321-327. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2019.03.005>
- Floyd, D. L., Prentice-Dunn, S., & Rogers, R. W. (2000). A meta-analysis of research on protection motivation theory [Article]. *Journal of Applied Social Psychology*, 30(2), 407-429. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2000.tb02323.x>
- Foley, R., Kearns, R. A., Kistemann, T., & Wheeler, B. (Eds.). (2019). *Blue space, health and wellbeing : hydrophilia unbounded*. Routledge.
- Gascon, M., Zijlema, W., Vert, C., White, M. P., & Nieuwenhuijsen, M. J. (2017). Outdoor blue spaces, human health and well-being: A systematic review of quantitative studies. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 220(8), 1207-1221. <https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2017.08.004>
- Gulliver, P., & Begg, D. (2005). Usual water-related behaviour and 'near-drowning' incidents in young adults. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 29(3), 238-243. <https://doi.org/10.1111/j.1467-842X.2005.tb00761.x>
- Hamilton, K., Peden, A. E., Keech, J. J., & Hagger, M. S. (2019). Driving through floodwater: Exploring driver decisions through the lived experience. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 34, 346-355. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2018.12.019>
- Hetland, A., Pfuhl, G., Solberg, M. H., Guttormsen, F. I., Nordby, A., Mækela, M. J., & Mannberg, A. (2018). *Are you sharp while ascending?* International Snow Science Workshop Proceedings. [http://arc.lib.montana.edu/snowscience/objects/ISSW2018\\_P15.20.pdf](http://arc.lib.montana.edu/snowscience/objects/ISSW2018_P15.20.pdf)



- Humberstone, B., & Brown, M. (Eds.). (2015). *Seascapes : shaped by the sea : embodied narratives and fluid geographies*. Ashgate Publishing Limited.
- Ingold, T. (2011). *Being alive : essays on movement, knowledge and description*. Routledge.
- Kamstra, P., Cook, B., Kennedy, D., Rijksen, E., & Daw, S. (2020). Drowning ‘Truths’: Contrasting experiential-experts’ perceptions with official-experts drowning reports on Australia's hazardous coasts. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 47, 101558. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101558>
- Kronsted , L. L., Gurholt, K. P., & Dykes, N. (2020). The vitalizing sea: embodiment and wellbeing on a sea-kayak journey. *Annals of Leisure Research*. <https://doi.org/10.1080/11745398.2020.1836663>
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (T. M. Anderssen & J. Rygge, Trans.; 3. utg. ed.). Gyldendal akademisk.
- lisahunter, & emerald, e. (2016). Sensory narratives: capturing embodiment in narratives of movement, sport, leisure and health. *Sport, education and society*, 21(1), 28-46. <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1065244>
- Mannberg, A., Hendriks, J., Landrø, M., & Ahrland Stefan, M. (2018). Who's at risk in the backcountry? Effects of individual characteristics on hypothetical terrain choices. *Journal of Environmental Psychology*, 59, 46-53. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2018.08.004>
- McCammon, I. (2002). *Evidence of heuristic traps in recreational avalanche accidents*. International snow Science Workshop Penticton, BC. <https://arc.lib.montana.edu/snow-science/objects/issw-2002-244-251.pdf>
- McCammon, I. (2004). Heuristic Traps in Recreational Avalanche Accidents: Evidence and Implications. (68).
- McCool, J., Ameratunga, S., Moran, K., & Robinson, E. (2009). Taking a Risk Perception Approach to Improving Beach Swimming Safety. *International Journal of Behavioral Medicine*, 16(4), 360-366. <https://doi.org/10.1007/s12529-009-9042-8>
- Merleau-Ponty, M. (2008). *The world of perception* (O. Davis, Trans.). Routledge.
- Merleau-Ponty, M. (2012). *Phenomenology of perception* (D. A. Landes, Trans.). Routledge.
- Moran, K. (2011). (Young) Men behaving badly: dangerous masculinities and risk of drowning in aquatic leisure activities. *Annals of Leisure Research*, 14(2-3), 260-272. <https://doi.org/10.1080/11745398.2011.615719>

- Nicol, R. (2015). In the name of the Whale. In M. Brown & B. Humberstone (Eds.), *Seascapes: Shaped by the Sea* (pp. 141-154). Ashgate Publishing Limited.
- Osnes, S. (2019). *God dømmekraft i skredterreng? En eksperimentell studie av effekten av fysisk aktivitet på beslutningstaking*, Høgskulen på Vestlandet].
- Peden, A. E., Franklin, R. C., & Clemens, T. (2019). Exploring the burden of fatal drowning and data characteristics in three high income countries: Australia, Canada and New Zealand. *Bmc Public Health*, 19(1), 794-794. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7152-z>
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage Publications.
- Seedat, S., Pienaar, W., Williams, D., & Stein, D. (2004). Ethics of research on survivors of trauma. *Current Psychiatry Reports*, 6(4), 262-267. <https://doi.org/10.1007/s11920-004-0075-z>
- Shumway-Cook, A., & Woollacott, M. H. (2012). *Motor control : translating research into clinical practice* (4th ed. ed.). Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.
- Stallman, R. K., Junge, M., & Blixt, T. (2008). The Teaching of Swimming Based on a Model Derived from the Causes of Drowning. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 2(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.25035/ijare.02.04.11>
- Strayer, H. D., Lucas, D. L., Hull-Jilly, D. C., & Lincoln, J. M. (2010). Drowning in Alaska: progress and persistent problems. *International Journal of Circumpolar Health*, 69(3), 253-264. <https://doi.org/10.3402/ijch.v69i3.17627>
- Tellford, J. (2020). Phenomenological approaches. In B. Humberstone & H. Prince (Eds.), *Research Methods in Outdoor Studies* (pp. 47-56). Routledge.
- Tipton, M. J., Collier, N., Massey, H., Corbett, J., & Harper, M. (2017). Cold water immersion: kill or cure? *Experimental Physiology*, 102(11), 1335-1355. <https://doi.org/10.1113/ep086283>
- Varley, P. J. (2011). Sea kayakers at the margins: the liminoid character of contemporary adventures. *Leisure Studies*, 30(1), 85-98. <https://doi.org/10.1080/02614361003749801>
- Walton, T., & Shaw, W. S. (2017). Land-beach-risk-scape: deciphering the motivators of risk-taking at the beach in Australia. *Social & Cultural Geography*, 18(6), 869-886. <https://doi.org/10.1080/14649365.2016.1239755>

- Webber, J., Moran, K., French, C., Fozard, F., & Pearless, O. (2020). Fatal coastal drowning incidents: A 10-year review of body recovery times in New Zealand. *Forensic Science International*, 110573-110573. <https://doi.org/10.1016/j.forsciint.2020.110573>
- White, M. P., Elliott, L. R., Gascon, M., Roberts, B., & Fleming, L. E. (2020). Blue space, health and well-being: A narrative overview and synthesis of potential benefits. *Environmental research*, 191, 110169-110169. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2020.110169>
- Willcox-Pidgeon, S., Kool, B., & Moran, K. (2018). Perceptions of the risk of drowning at surf beaches among New Zealand youth. *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*, 25(4), 365-371. <https://doi.org/10.1080/17457300.2018.1431939>



**Norges miljø- og biovitenskapelige universitet**  
Noregs miljø- og biovitenskapelige universitet  
Norwegian University of Life Sciences

Postboks 5003  
NO-1432 Ås  
Norway