

JANE HAVDE
VANDSKRÆK

"JEG HAR OVERVUNDET MIG SELV!"

Hele livet har Jane lidt så slemt af vandskræk, at hun ikke engang har soppet i vandkanten. Og det hjalp bestemt ikke, at hendes bror druknede. Men to timer med en vandskræk-instruktør fjernede hendes angst.

Jane Olsen har lidt af vandskræk, siden hun var barn. Alligevel elskede hun at tage på badeferie med familien. Hun nød at sole sig, men har altid holdt sig fra svømmebassiner og i stedet afkølet sig under en bruser eller soppet lidt i vandkanten. Jane gik hun på ordblindeskole som barn, og her fik man ikke svømmeundervisning.

"Jeg har aldrig lært at svømme, og det har jeg været frygtelig flov over. Det er pinligt ikke at kunne ligge og plaske i et bassin, når man er på ferie. Jeg har ofte undskyldt mig med, at klorvand er usundt, eller at jeg hellere ville sole mig, for jeg var meget bange for at komme ud, hvor jeg ikke kunne bunde. Vandet var bare ikke mit rette element," fortæller Jane, der kommer fra en familie med mange børn, hvor man ikke lagde vægt på at lære børnene at svømme. Janes lillesøster kunne derfor heller ikke svømme.

"Som voksne besluttede min søster og jeg os for at tage privatundervisning i svømning sammen. Vi startede med korkbælter på i det lille bassin. Vi gik der 10 gange, men jeg fik intet ud af det. Min søster

"Jeg har aldrig lært at svømme, og det har jeg været frygtelig flov over."

gik det meget bedre med. Jeg kom aldrig over i det dybe bassin, for det turde jeg ikke."

Janes vand-

skræk blev forværret, da hendes bror, som faktisk godt kunne svømme, faldt over bord fra en båd, sank til bunds og druknede. Jane droppede alle planer om at lære at svømme. Og årene gik. Det er blevet til mange solferier på stranden med tørt sand under fødderne og afkølede ture under bruseren. Men for et lille års tid siden så Jane en annonce i avisen, som tilbød at hjælpe folk af med deres vandskræk.

"Der stod i annoncen, at man kunne få undervisning helt alene med læreren i et bassin, og det tiltalte mig. Jeg bryder mig ikke om, at der er andre i bassinet samtidig. Så jeg klippede annoncen ud og lagde den i min pung. Der lå den i et halvt år, uden at jeg gjorde noget ved det. Da vi havde været på endnu en badeferie, hvor jeg havde været meget flov over ikke at kunne bade sammen med de andre, fandt min mand annoncen frem og kontaktede svømmelæreren for at aftale tid," fortæller Jane, der nu tog sig sammen til at gøre noget ved sit problem.

"Jeg har kun været der to gange og er allerede sluppet af med min vandskræk. Det er fantastisk! Jeg undrer mig meget, men svømmelæreren Britt Via Andersen fik mig til at føle mig fuldstændig tryk. Første gang hoppede Britt i et dejligt stort og varmt svømmebassin sammen med mig. Vi hoppede og løb rundt i vandet og havde det sjovt samtidigt. Vi har leget min angst væk uden korkbælter eller andre hjælpemidler. Her bagefter kan jeg godt se, at der er en teknik i det, hun gør. Da vi var færdige med øvelserne, bad hun mig om at udføre dem mindst to gange om ugen selv."

For første gang i sit liv kunne Jane gå alene i svømmehallen uden at være bange eller flov. Hun har siden første lektion trænet tre til fire

gange om ugen og er blevet rigtig glad for det. Fire uger efter den første svømmelektion var Jane hos Britt Via Andersen igen og lærte nye øvelser, som hun skulle udføre på egen hånd i endnu fire uger.

"Nu kan jeg svømme brystsvømning og flyde på ryggen. Jeg har også været nede på bunden og lært, hvordan jeg holder vejret. Britt er så dygtig, at jeg føler mig fuldkommen tryk. Jeg har tænkt mig selv at lære rygsvømning. Jeg ser meget på de andre i svømmehallen, snakker med dem og spørger, hvordan de gør. Før ville jeg have været flov over at spørge, men det er jeg slet ikke nu. Jeg har overvundet mig selv," siger Jane.



FACTS

Navn: Jane

Privat: Gift med Ole, som hun har Tanja på 29 og Bernd på 33 år med.

Job: Hjemmegående

By: Frederiksberg

LEG VANDSKRÆKKEN VÆK

Britt Via Andersen bruger i undervisningen sin evne, intuition, sine selvudviklede øvelser og uddannelse som svømmelærer og healer. Hun mener, at det er vigtigt at nyde at være i ét med vandet, der skal være ca. 32 grader varmt. Ved hjælp af flydeøvelser, leg og teknik guider hun folk til personlig udvikling. Kontakt Britt Via Andersen på tlf. 2617 0270, britt@brittsvoem.dk eller se mere på www.brittsvoem.dk.