



1-3. Pistolavvämning enligt Jim Wagner.



2.



3.

kriminella väljer ut sina offer, hur människor beter sig ögonblicket innan de attackerar och hur man kan avgöra om en person är påverkad av droger.

– En annan aspekt som de flesta kamparter inte lär ut är post-conflict träning, det vill säga vad som händer efter en fight. Vad gör man till exempel om man blivit skadad, eller om någon annan skadats? Eller en så enkel sak som att veta vad du ska göra med en person som du slagit ner i en självförs-

"NÄR JAG KOM I KONTAKT MED BROTTSLIGHETEN PÅ GATAN INSÅG JAG ATT 90 PROCENT AV DET JAG LÄRT MIG INTE ÄR ANVÄNDBART I VERKLIGA SITUATIONER"

varssituation. Håller du kvar honom tills polisen kommer, eller låter du honom fly? Du måste veta vad du ska göra, när fighten väl är över. Du behöver veta hur man blir ett bra vittne och hur man talar med poliser och andra inom rättsväsendet. Många instruktörer inser först nu att det handlar om mer än att bara lära sig att slå och sparka. Att det finns ett större sammanhang.

Vad är fördelarna med att lära ut ett polisiärt system till civilpersoner?

– Jag lär ut sådant som alla människor bör kunna. Men det kommer från flera källor. Poliser och fängelsepersonal lär sig inte bara att hantera kriminella människor utan också hur brottslingar tänker och agerar. Från min anti-terroristräning kommer kunskapen om hur terrorister opererar. Det är de hoten som finns idag. Många kampkonster förändras inte i takt med tiden utan håller fast sina gamla sätt att göra saker på. Vårt system förändras däremot hela tiden.

Har intresset för vad du lär ut ökat efter den 11 september-attackerna?

– Utan tvekan. Det visade att människor kunde bli attackerade, när som helst och var som helst. Därför är kunskapen om hur man överlever en terroristattack en del av Real-

ity-based personal protection. Terroristerna slår kanske inte till här i Malmö, man kan ju befinna sig i Stockholm, eller i ett annat land när attacken kommer. Det är bara ännu en sak att vara förberedd på.

Vad kan man som vanlig medborgare göra för att skydda sig mot terrorism?

– Låt oss säga att du befinner dig på en tågstation när någon plötsligt börjar kasta handgranater. De flesta människorna kommer att dö på grund av att de inte vet vad ske ska göra och

därför bara står där, eller börjar springa bort från platsen. Men bara en väldigt liten del av splittret från granaten kommer att flyga längs golvet. Så du har en 90 procents chans att överleva, eller mer, bara genom att slänga dig på golvet.

Ett annat exempel kan vara att du befinner dig på en flygplats när terrorister börjar skjuta omkring sig och människor omkring dig börjar falla till marken. Släng dig ner och spela död. Terroristernas mål är att döda så många som möjligt. Om de ser dig falla ner kommer de inte att tro att du fejkar. Deras uppmärksamhet kommer att riktas mot de människor som fortfarande står upp eller försöker att springa iväg från platsen.

Till och med barn bör veta vad de ska göra ifall någon löper amok och börjar skjuta på deras skola.

Finns det inte en risk att man blir för paranoid?

– För vissa kanske det verkar vara paranoia. Men det är som en bilförsäkring. Man hoppas att man aldrig ska behöva använda den, men råkar man ut för en olycka är den bra att ha. Vi går inte ut varje dag och är rädda för att någon ska hoppa på oss. Men vi blir mer medvetna om farorna. Och om någonting träkigt skulle inträffa har vi åtminstone kunskapen att kunna göra någonting åt det.

Jim Wagner säger att 90 procent av en fight är mental: att det är lätt att lära sig slå någon i ansiktet med knytnäven eller att trycka av en avtryckare.

– Frågan är: har du den mentala förmågan att göra det i en situation som är farlig?

Hur tränar man upp den förmågan?

– Det enda sättet att göra det på är genom realistisk träning. Att pressa eleverna och använda ljudeffekter, rök, skrik och rop, i realistiska situationer. I reality-based försöker vi att få med så mycket sensorisk information som möjligt. Givetvis kan man aldrig efterlikna det verkliga livet till 100 procent, men man måste åtminstone komma nära. Av samma anledning går vi ut på gården och tränar, och använder rollspel. Vi lär oss att röra oss på gatan och vi tränar med soft-air guns. Om du tränar på en skola som är ren och inte liknar verkligheten, kommer du inte heller att förbereda dig för verkligheten.

Om du hade fyra timmar på dig att lära någon självförsvar, vad skulle du då lära ut?

– För det första skulle jag lära dem medvetenhet. Vad de ska hålla utkik efter för att göra dem till en svårare måltavla. För det andra skulle jag lära dem att hantera några olika vapen. Brottslingar bär vapen och det är galenskap att tro att man ska kunna försvara sig tomhänt. Det är vapen som kommer att rädda ditt liv. Och det behöver inte vara olagliga vapen, utan saker du kan bära med dig helt lagligt.

– Sedan skulle jag lära dem några väldigt grundläggande slag och sparkar och även några potentiellt dödliga tekniker och under vilka omständigheter lagen godkänner att man använder dem: fingrar i ögonen, tag runt strupen. På fyra timmar hinner man givetvis bara skrapa på ytan, men man kan göra någon mycket medveten även på den korta tiden.

Vad är den största missuppfattningen idag när det gäller självförsvar?

– Att många blandar ihop kampkonst eller kampsport med självförsvar. Folk måste veta vad de verkligen är ute efter. Om de vill lära sig en del av en annan kultur är det kanske traditionella kampkonster de ska börja med. Vill de ge sig in i ringen måste de träna en kampsport. Vill de lära sig självförsvar anser jag personligen att de måste söka sig till ett system som är verklighetsbaserat. Kanske inte nödvändigtvis mitt system, men något som liknar det. □