

## Modet att inte slåss

Av Irene van der Zande

Mitt hjärta brister varje gång jag hör talas om att någon, oftast en tonårskille eller ung man, som blivit dödad eller svårt misshandlad för att han i en hotfull situation argumenterat istället för att ta sig därifrån. Sådana här tragedier kan inte alltid förhindras men genom att förbereda ungdomar på att "vägra vara en måltavla" kan de undvika de flesta farliga situationer.

Att "vägra vara en måltavla" innebär att neka en potentiell angripare fysisk eller känslomässig tillgång till dig. Ett annat sätt att uttrycka det är "att inte vara där". Metoden innebär bland annat att:

- Planera i förväg
- Använda sin uppmärksamhet
- Lämna platsen på ett bestämt, respektfullt sätt
- Skaffa hjälp

Tråkigt nog finns det många fler förebilder för ungdomar som glorifierar ett "tufft" beteende, det vill säga att slåss på grund av ägodelar, förolämpningar eller utmaningar, än det finns förebilder som är modiga genom att INTE slåss. Vi vuxna kan bidra med berättelser som uppväger dessa farliga budskap samt möjlighet att öva på att vägra vara en måltavla i en möjlig överfallssituation.

En av våra instruktörer, Jamiko, trollband en stor grupp 13-åriga pojkar när han berättade denna historia:

"Min bästa vän Markus var ute med några av sina vänner på en bar som vi alla besökte ofta. Vi måste ha varit där tusen gånger tidigare och aldrig råkat ut för något. Den här kvällen var som alla andra. Markus hade troligtvis druckit lite för mycket. När han var på väg hem kom en man fram till honom och krävde att få hans plånbok. Markus sa att han aldrig skulle ge ifrån sig sin plånbok. Mannen sköt honom och min vän dog där på gatan.

Det jag önskar är att min bästa vän, som jag känt sedan högstadiet, hade lämnat ifrån sig sin plånbok. Jag önskar att Markus hade sagt "Jag bryr mig inte om pengarna. Jag kan alltid tjäna mer pengar!" Jag kommer aldrig att träffa min kompis igen för att han ville slåss om sina grejer."

Jamiko hade gråt i rösten och det var knäpptyst i den annars så støjiga gymnastiksalen. "Om Markus hade tänkt efter, kanske han tänkt på sin bror som var ett par år yngre och sin mamma och alla sina vänner som nu inte får en chans att ha honom hos sig längre.

Jag kan aldrig få tillbaka min kompis, men genom att berätta detta för er kanske ni kan förbereda er för att göra ett klokare val. Det jag vill är att alla som tror att det är häftigt att slåss för att någon försöker ta egendom ifrån dig eller för att någon förolämpar dig ska tänka först. Tänk på hur världen blir för dem som älskar utan dig. Tänk på allt du missar. Det är inte häftigt eller ärofyllt att vara död eller sitta i fängelse för att du gav dig in i en konflikt som handlade om dumma saker som pengar eller kränkande ord. Det är bara sorgligt."

Därefter demonstrerade Jamiko hur det ser ut när man "vägrar vara en måltavla". En annan instruktör, Ryan, spelade angripare och skrek åt honom, "Din mamma är en 'PIIIP'!" Han sa till pojkarna att "PIIIP" stod för det värsta ord de kunde komma på.

Jamiko gick lugnt därifrån och sa med stillsam röst, "Nu går jag!" När "angriparen" Ryan skrek efter honom, "Kom tillbaka, din fegis!", kastade Jamiko en blick bakåt och sa utan ett spår av sarkasm "Nej tack!" och fortsatte gå med uppmärksamhet, lugn och självförtroende. Alla pojkarna jublade! Sedan övade var och en på att behålla fokus och gå sin väg när deras lärare låtsades vara angriparen.

När jag många år tidigare höll en kurs på en gymnasieskola, räckte en pojke som hette Fernando upp handen. "Alla skulle tycka att jag var svag och feg om jag inte stod upp för mig själv", protesterade han. "Faktum är att jag skulle tycka att jag var svag och feg."

Eftersom det skulle vara slöseri med tid att argumentera, beslöt jag mig för att visa honom ett exempel istället. Jag bad Fernando att föreställa sig att jag, istället för en person som såg ut som någons mormor, var en kille som kunde vara farlig, och att han var inträngd i ett hörn på ett ensligt ställe med mig. Jag instruerade Fernando att inta en icke---aggressiv kroppsställning och att fortsätta upprepa med en stark och respektfull röst, "Jag är ledsen att jag förolämpade dig. Jag vill bara gå nu."

Därefter spelade jag rollen som angripare och viftade, pekade och ropade förolämpningar och hot mot honom, men utan att komma så nära att jag skulle kunna slå honom. Fernando stod kvar utan att trappa upp konflikten. Till slut gav jag upp och flyttade på mig så att Fernando kunde gå sin väg. Jag visade Fernando hur han skulle gå iväg och samtidigt vara uppmärksam på vad jag gjorde med en lugn, kraftfull inställning – och låta mig få sista ordet. Till slut ropade jag en sista förolämpning efter honom och han fortsatte gå utan att besvara mina provokationer.

Eftersom ingen sådan här situation är över förrän man fått hjälp, instruerade jag Fernando att berätta för sin lärare om vad som hänt och fick läraren att säga, "Det där låter som en hemsk upplevelse --- men du hanterade det väldigt bra. Låt oss fortsätta prata om det för att komma fram till om det finns något mer vi kan göra."

När hela klassen applåderade, sa Fernando förvånat, "Jag förstår nu att det krävs mer mod att inte slåss, än att slåss!"

Man måste inte vara instruktör i självförsvar för att lära ungdomar att "vägra vara måltavla". Diskutera vilket slags mod som krävs för att inte slåss. Uppmärksamma positiva exempel och förebilder. Hjälpt dem öva på att föreställa sig att du är en potentiellt farlig person och lär dem genom praktiska övningar att lämna ifrån sig pengar eller mobiltelefon och gå iväg utan att säga något tillbaka när du säger några kränkande kommentarer. Genom att du tar dig tid att hjälpa dem blir de mentalt förberedda – och du kan rädda deras liv.