

# Här möts unga och gamla, låg- och högutbildade

60 000 våldtäkter om året:

## Kvinnor lär självförsvar

Det begås cirka 60 000 våldtäkter om året i Sverige.\* Och otaliga är de övergrepp som aldrig rapporteras till polisen. De flesta kvinnor upplever nära nog dagligdags situationer där de känner sig direkt fysiskt hotade. Medvetet eller omedvetet uppträder de ständigt på ett visst sätt för att undgå hot. Dvs en kvinna sneddar inte genom parken när det blivit mörkt, hon går över gatan om det står ett halvberusat gäng på trottoaren, aktar sig för vissa kvarter osv osv. De flesta accepterar detta som kvinnans roll i ett våldsamhälle men andra försöker komma undan sin rädsla och sin fysiska underlägsenhet. Ett sätt är att gå på kurs i självförsvar.

Svenska Jujitsuförbundet (SJF) anordnar sedan snart tre år tillbaka en speciell "kvinnokurs".

Den här kursen syftar till att lära kvinnan försvara sig "med minsta möjliga kraft och så långt det är

möjligt utan att tillfoga angriparen smärta eller skada".

— Det här med självförsvar för kvinnor har blivit populärt världen över, säger Kurt Durewall, riksinstruktör på SJF, och mannen bakom kvinnokursen.

— Men tyvärr rör det sig annars nästan uteslutande om mycket våldsbetonade kurser, undervisning i en teknik som går ut på att skada och tillfoga smärta, ett öga för öga, tand för tand-tänkande. Kurt Durewall har gjort sig känd i Sverige som skaparen av den "mjuka" jujitsu, en försvarsteknik som i det längsta går ut på att undvika onödigt våld och onödiga skador på motståndaren. Han har lagt ner mycket möda och tid på att få fram en rätt uppbyggd kvinnokurs. I den ingår det mesta från den allmänna jujitsuens tekniker som vid en sammanställ-



Att få angriparen att förlora balansen, samtidigt som man med mjukhet och teknik lossar greppet. Det lär Conny Akterhall, instruktör med speciallicens, ut på Svenska Jujitsuförbundets kvinnokurs. Foto: Bengt Kjellin

kad av sprit eller narkotika, att ning av en lång rad polisprotokoll har visat sig vara vad kvinnor främst behöver kunna.

När Kurt Durewall och hans medhjälpare arbetade fram kurserna såg de till vilka spontana reaktioner kvinnor hade då de utsattes för angrepp. Och så byggdes tekniken ut med erfarenhet från detta.

Det är inte genom hårda sparkar och slag, utan genom avslappning, mjukhet, rörelse och balans som kvinnan skall kunna "smita"

ur våldet, dvs lära sig ta sig ur olika grepp och få angriparen i obalans utan att skada honom.

Det här med att inte använda mer våld än nöden kräver, och då man måste ta till våld göra det så mjukt som möjligt och utan att skada angriparen, är en av Kurt Durewalls grundprinciper. Han är starkt kritisk mot den litteratur och de kurser som går in för att tillfoga skada eller smärta.

— Dessutom, säger han, befinner sig angriparen ofta i ett så upphetsat tillstånd, är så påver-

han inte upplever smärtan och sparkar och slag blir meningslösa.

Den teoretiska delen i kursen är också viktig. Ett speciellt kompendium ingår, där teknik och grundövningar tas upp och där man diskuterar bakgrunden till och behovet av kursen. Där ges diskussionsunderlag i form av statistik, svensk lag och en rad myter kring våldtäkt och våldtäktsmän.

Vad är det då för kvinnor som går på de här kurserna? Ja, sedan starten i september 1977 har cirka 700 kvinnor genomgått grundut-

bildningen i Göteborg. Åldern varierar från 15 till 50, men flertalet är mellan 25 och 30 år.

Även om en hel del av de kvinnor som lär sig självförsvar har utsatts för våldtäkt eller försök till våldtäkt, så går flertalet på kursen för att skaffa sig den säkerhet som kunskap om självförsvarsteknik innebär.

Vetskapen om att man inte är totalt utelämnad till en fysiskt starkare angripare ger ofta kvinnan en säkerhet i uppträdandet.

menar instruktörerna på Jujitsuförbundet, som minskar risken för, att de över huvudet taget utsätts för fysiskt våld.

— An så länge förekommer speciella kvinnokurser i SJF:s regi endast på tre ställen i Sverige: Göteborg, Helsingborg och Karlskrona.

Instruktörerna har en speciell utbildning och särskild licens för att få undervisa vid dessa kurser.

Chris Forsne

\* Enligt kriminologen Leif Persson

## Från brutal kamp till mjukt försvar

Jujutsu, jujitsu, kendo, judo och karate hör till de vanligaste österländska kampsporterna i Sverige. Ursprungligen innebar de att man försökte försvara sig genom att skada eller döda motståndaren. Undan för undan omvandlades de till sporter eller tävlingsgrenar där man knappt gick in för att döda sina motståndare, men där en hel del brutala inslag fanns kvar.

Sammanlagt ett dussintal öviga kampsporter kom så småningom att ingå under beteckningen budō och spreds över världsliden.

I Sverige är det Kurt Durewall, riksinstruktör inom Svenska Jujitsuförbundet som har utarbetat den speciella mjuka jujitsu, utan brutala inslag. Den infördes i mitten av 60-talet. En ursprungligen hårdare form förekommer också inom svenska Budōförbundet, under benämningen jujitsu.

Kurt Durewall har också vidareutvecklat den mjuka tekniken till bl a hjälp- och lyfteknik för personal vid sjukhus och andra vårdinrättningar.

## Kurser på sjukhus och ålderdomshem:

# Alla ska ha rätt att skapa och lära

— Vi vill hjälpa till att ge sjuka och äldre sin rätt till ett kulturellt liv. Sverige har skapat en tekniskt överlägsen vårdapparat. Men kontaktlösheten på sjukhus och ålderdomshem är oerhörd, säger Jan Magnusson och Marina Hedman, två av dem på Kursverksamheten i Göteborg.

Varje år har man 32 000 deltagare. KV anordnar 3 800 kurser varje år. Det betyder 55 000 studietimmar. Jan Magnusson och gruppen kring honom har nu hållit på i tio år.

— Trots denna omfattning tog landstinget ner några från stockholm som endast sysslat med studiecirklar på sjukhus en kort tid. Politikerna tyckte det var dags för Göteborg att starta något liknande, säger Jan Magnusson.

— Beslutsfattarna vet tydligen inte att vi finns och att vår verksamhet är den mest omfattande i landet i sitt slag.

### Tre kurstyper

Kursverksamheten har 180 ledare ute på 60 institutioner. 60 av ledarna är fast anställda.

— Vi delar in våra kurser i tre grupper. Det är aktiverande, kreativa och orienteringskurser, säger Marina Hedman.

De aktiverande kurserna håller man främst på mentalsjukhus. Kurserna innehåller ofta musik — det kan vara sång- eller rytmcirklar, jazzdans eller dramatik.

— Vi hoppas att deltagarna ska lära sig fungera i en grupp samt att deras självkänsla förbättras, säger Jan Magnusson.

På de kreativa kurserna målar de studerande, eller sysslar de med kollage och keramik.

— Orienteringskurserna är av typen näringslära, nutidsorientering och samhällskunskap.

När människor hamnar på sjukhus och andra institutioner kopplas de loss från det samhällsliv de

kom i från. Vår kurser syftar till att ge våra deltagare rätt att delta i samhällslivet på sina villkor. Vi vill också hjälpa dem att klara sig efter sjukhustiden, något som vårdapparatens nästan helt förbiser, säger Marina Hedman.

### Annorlunda genivar

Kursledarna måste ha en god baskunskap. Men det som avgör om de får jobb på KV är deras förmåga att få kontakt med sina elever.

— Våra ledare får inte två chanser av sina elever. För många deltagare är det en fantastisk prestation att bryta sin isolering på någon avdelning. Misslyckas ledaren då i kontakten kan det vara svårt att få cirkeldeltagaren

att komma tillbaka, säger Marina Hedman.

Men Jan och Marina anser att eleverna ger mycket tillbaka till ledarna.

— Ledaren kan ofta vara den ende som eleven har en riktig kontakt med. Vi har hört talas om kursdeltagare som inte talar på flera år och som börjat tala med ledare och andra deltagare efter en tid på en aktiverande kurs, säger Jan Magnusson.

— En del av eleverna som deltagit i kurser som behandlar familjelagen eller patienträtt har plötsligt uppfattats som besvärliga patienter. Då tycker vi att vi lyckats, säger Marina Hedman.

Kurskostnaderna betalas i dag helt av statliga och kommunala

bidrag. Något annat vore ohederligt, anser Jan och Marina.

För närvarande har man viss verksamhet under veckosluten. Sommartid är cirklarna också mindre omfattande.

— Det är egentligen fel. Våra elever är ju inte lika beroende av terminsindelningen. De är sjuka året om. Men tyvärr måste vi börja bromsa vår verksamhet, annars går det inte ihop, säger Jan.

På varje institution finns en kontaktperson som tar reda på vilket intresse bland gästerna det finns för vilka kurser.

En del kurser har man på avdelningarna. Ledaren går då runt från avdelning till avdelning med

en vagn full med lera, färg och annat arbetsmaterial.

— På en del sjukhus och ålderdomshem har vi egna lokaler. Vi har också gott samarbete med socioterapi på t ex St Jörgens sjukhus.

— Vi anser att vår verksamhet är en självklar angelägenhet för kommun, landsting och stat. Men vi är å andra sidan livrädda för att de ska ta över och byråkratisera hela idén. Ge då i stället oss och andra studieförbund bättre anslag, säger Marina Hedman och Jan Magnusson.

Dick Henriksson



— Visst är våra konstnärer på Lillhagen duktiga, tycker Eva White som har hand om konstverksamheten på Lillhagen. Jan Magnusson som leder Kursverksamhetens arbete på vårdavdelningar kan bara hålla med.

## "Bara man tror på människor"

Anne Lagergren är lärare i skulptur och keramik på Kursverksamheten inom vårdsektionen. Hennes arbetsplats kallas 62:an, en lägenhet på Doktor Forselius gata.

Här arbetar hon med en keramikgrupp varje måndagseftermiddag. Jag hade stämt möte med dem en dag då regn och dis tyngde oss alla. Olusten och tveksamheten till vad jag skulle få möta på 62:an växte i den fuktiga vinden.

□ Jag skulle träffa några människor som haft det väldigt jobbigt och som nu i birst på bättre försökte forma lerklumpar, anade jag. Mina fördomar gjorde dagen ännu gråare.

Anne visade mig runt och presenterade mig för kursdeltagarna. Gun och Gertrud tittade upp på mig. Men Peter som var yngre än de andra tog ingen notis om min ankomst.

— Jag har i fem timmar försökt att få fram det karakteristiska i ett lejonansikte. Men det verkar vara hopplöst, sade Peter efter en stund, då han reste sig för att titta på det framväxande lejonansiktet.

Långa stunder var \* tytt i arbetsrummet. En och annan ed västes fram, när jobbet inte gick som det skulle. Gertrud satt och gjorde en ytterkruka som såg ut att kunna bli väldigt vacker.

— Men Anne jag kan inte. Det blir inte som jag vill, sade Gertrud.

— Så där håller hon på jämt,

viskade Gun till mig. Hon tror att hon inte kan. Men det kan du väl själv se att det blir jättebra.

Gun arbetade upp en hög kruka som skulle kunna bära långa växter. Tonen var ibland rå men hjärtlig, som mellan människor som känner varandra utan och innan. Peter fick kritik och pikar för sina försök med lejonansiktet.

— Det har gått åt ovanligt mycket lera den senaste tiden, försökte Anne. Men Peter förstod inte piken. Den var för fin.

— Ska inte du också försöka, sade Gertrud och höll fram en lerklump till mig. Generat och lite fejt avböjde jag. Mina fördomar hade kommit på skam. Samtidigt förstod jag att jag inte kunde åstadkomma något som ens var likt det Gun, Gertrud och Peter gjorde. Jag förstod deras glädje i arbetet — den mättes mot min egen avundsjuka.

Fram till 8 april kan du också få hjälp med dina eventuella fördomar. Kursverksamhetens elever ställer nämligen ut sina bästa arbeten på Forum Børsen.

— Vi går ut förutsättningslöst. Vi tror verkligen på att människor kan — då kan de också. Det är Annes avskedsord till mig.

Det värsta är kanske om vi människor utanför institutionerna, tror att vissa människor inte kan.

Dick Henriksson

Fotnot: Namnen på kursdeltagarna är påhittade.

