

Högrisk position

Så fort du kommer nära motparten skall du inta en högrisk position.

Armarna uppe i höjd med bröstet. Öppna händer. Vänd lite snett mot motparten. En fot framåt.



OBS. Det här ingen statisk position. ” Tala ” / förmedla information med hjälp av dina händer.

Rör de lätt upp och ner för att lugna motparten och/eller för att störa.

Dina händer ger dig skydd mot olika angrepp med armarna. Med händerna framför och uppe är det näst intill omöjligt att bli träffad med full kraft. Dina armar hinner att sakta ner angreppet.

Främre benet kan lätt vridas inåt för att skydda skrevet.

Öppna händer kan ha en lugnande effekt på motparten och visar att du inte har några vapen i händerna och att du har vänliga avsikter.

Om du rör dina armar lite lätt upp och ner så kommer det att ha en lugnande effekt på både motparten och även dig.

Om du rör dina händer i höjd med hans ansikte då och då kan det ta fokus ifrån det aggressiva till själva rörelsen. Rörelsen stör och dessutom så vill man gärna ha ögonkontakt när man pratar med andra.

Du kan också förstärka störnings effekten genom att prata, förklara och peka med händerna i olika riktningar. Motpartens ögon kommer att följa dina händer.

Om man ” måste ” lyssna och titta på vart du pekar kan man inte vara 100 % aggressiv. Dessutom tar det bort hans uppmärksamhet från en eventuell ingång till fasthållning.

Från den här positionen är det ganska enkelt att skydda sig mot olika angrepp eller distrahera mot ansiktet / bröstet i syfte att skapa avstånd vid t.ex. nödvärns situationer eller för att gå in till offensivt agerande.





Du förstärker effekten av högrisk positionen genom att använda dig av verbala metoder.

1. Presentera dig när du kommer fram: t.ex. STOPP !! SLUTA ! Vad hände, Jag vill prata med dig ..
Säg det högt så alla hör dig och för att få motpartens uppmärksamhet

OBS. Det här är ingen kampsports gard. Håll inte dina händer för nära huvudet. Man kommer till det då du hamnar i panik. Då du är rädd och vill minimera egna skador.



Den här positionen är bra för exempelvis boxare. De har ju tjocka handskar som skyddar. Men om du från början intar den positionen så riskerar du att bli skadad / knockad utav dig själv då motpartens slag landar på dina händer.



Olika positioner kan ha olika effekt på motparten. Kroppsspråket förmedlar mycket / det mesta utav informationen vid olika konfliktsituationer.

Så du måste hjälpa till och övertyga med det korrekta för tillfället kroppsspråket.

Om du t.ex. pekar mot ngn så peka med hela handen. Pekar du med fingret så kommer du definitivt att reta upp motparten.

