

C.A.T.S. program – rozvoj žádoucích vzorců chování dětí



Přednášející: **Ing. Jaroslav Kolcun**

FAST Defense Global System Director – Czech Republic (Adrenaline Stress Response Training)

Mobil: +420 731 137 463

Email: jaroslav.kolcun@gmail.com

OBSAH

Popis programu C.A.T.S. (Child Assertiveness Training Series)

- Teoretická část
 - Pravděpodobné příčiny agrese u dětí
 - ABC F.A.S.T. Defense
 - Symetrický vs Asymetrický trénink
 - Spouštěče a „zlaté momenty“
 - Cooperova stupnice připravenosti
 - Konfliktní scénář
- Praktická část
 - Realizační tým
 - Doporučené pomůcky při výuce

Popis pilotního projektu C.A.T.S. programu

- Východiska
- Cíle
- Výstupy



Popis programu C.A.T.S. (Child Assertiveness Training Series)



Program C.A.T.S. – Teoretická část

Pravděpodobné příčiny agrese u dětí

Základní zdroj agrese  **FRUSTRACE**

1. Intelektuální kompetence

- Nedostatečně rozvinuté kognitivní funkce vedou k špatným známkám ve škole
- Verbální / fyzická šikana ze strany spolužáků
- Nepřiměřený tlak rodiny na výsledky ve škole / ve sportu

2. Fantazie

- Sledování nevhodných pořadů pro děti
- Sledování a napodobování vzorců chování v rodině, ve škole...

Dr.Huesmann a Dr.Eron v roce 1984 publikovali ve sborníku Aggressive Behavior výsledky své studie pod názvem „Cognitive processes and the persistence of aggressive behavior“



Program C.A.T.S. – Teoretická část

ABC F.A.S.T. Defense

Awareness – Povědomí o okolí

- Včasná identifikace nebezpečí
- Důvěřování vlastním pocitům

Boundary Setting – Nastavení optimální vzdálenosti

- Bezpečná vzdálenost osoba (ne)známá

Conflict Resolution – (Vy)řešení konfliktu

- Tři formy komunikace (agresivní, submisivní, asertivní)
- Důležitost hlasu (tónu, síly..) v komunikaci
- Verbální i fyzická sebeobrana
- Aplikace do konfliktního scénáře



Program C.A.T.S. – Teoretická část

Symetrický vs Asymetrický trénink

Symetrický trénink

- Typický pro bojová umění / sporty
- Přesně daná pravidla
- Přesně dané techniky útoku i obrany
- **NEVHODNÝ PRO NÁCVIK ŘEŠENÍ REÁLNÉHO KONFLIKTU**

Asymetrický trénink

- Operantní podmiňování (B.F.Skinner) – „učení úspěchem“
- Aplikace naučených technik do konfliktních scénářů
 - **Mozek & Tělo** - technické zvládnutí sebeobránné techniky
 - **Srdce** - zapojení emocí do řešení konfliktní situace
 - **DÍTĚ MUSÍ VŽDY ZVÍTĚZIT**



Program C.A.T.S. – Teoretická část

Spouštěče a „zlaté momenty“

Spouštěč

- Slovo / fyzický pohyb, který emocionálně vykolejí obránce
 - Urážka, vyhrožování, ponižování...
 - Fingovaný/ vyprovokovaný útok
- Často zne/využívaný útočníky vychovanými ulicí
- Klíčový pro zvládnutí konfliktní situace

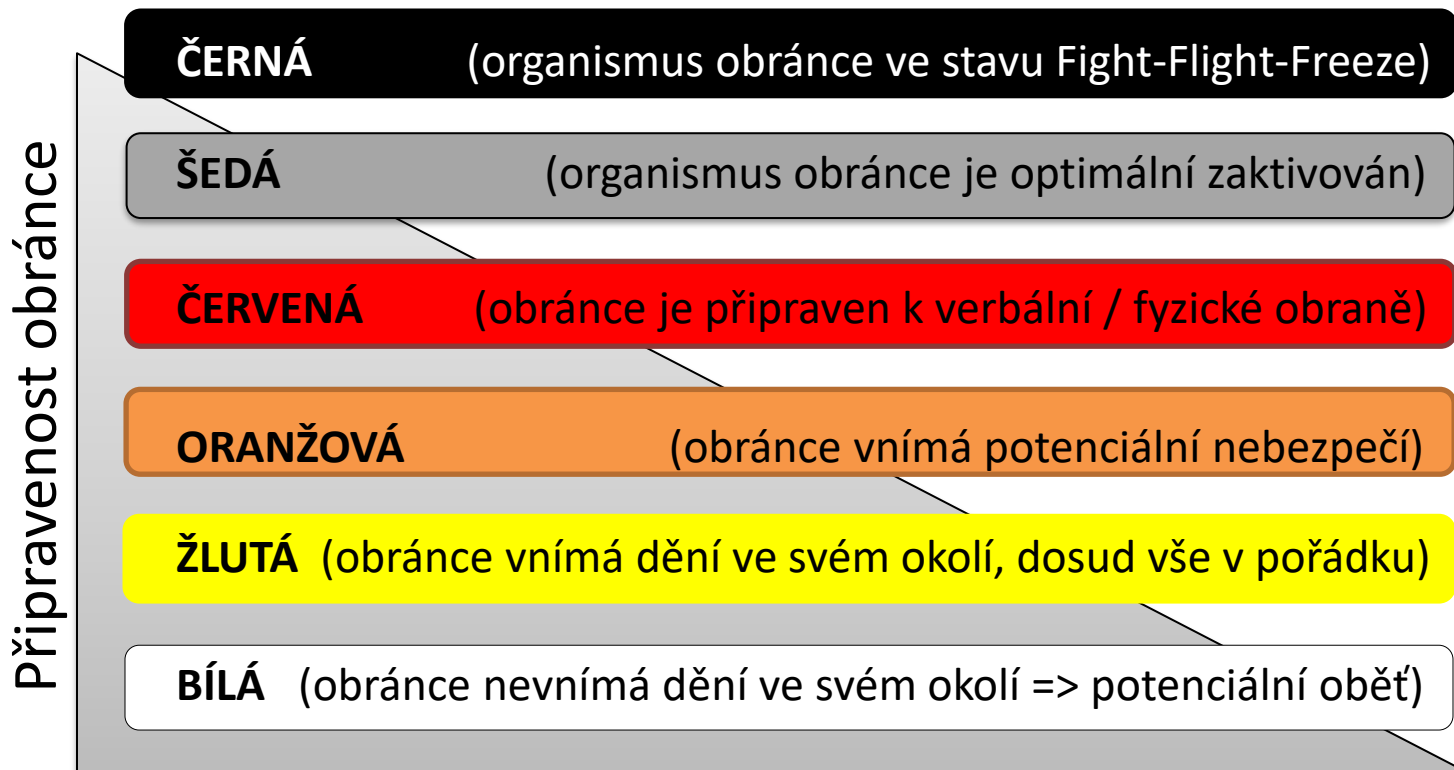
„Zlatý moment“

- Okamžik v konfliktu, kdy se obránce vědomě rozhodne o dalším vývoji situace
- Nevhodně / nepřiměřená verbální či fyzická reakce na agresi útočníka může vyeskalovat konflikt

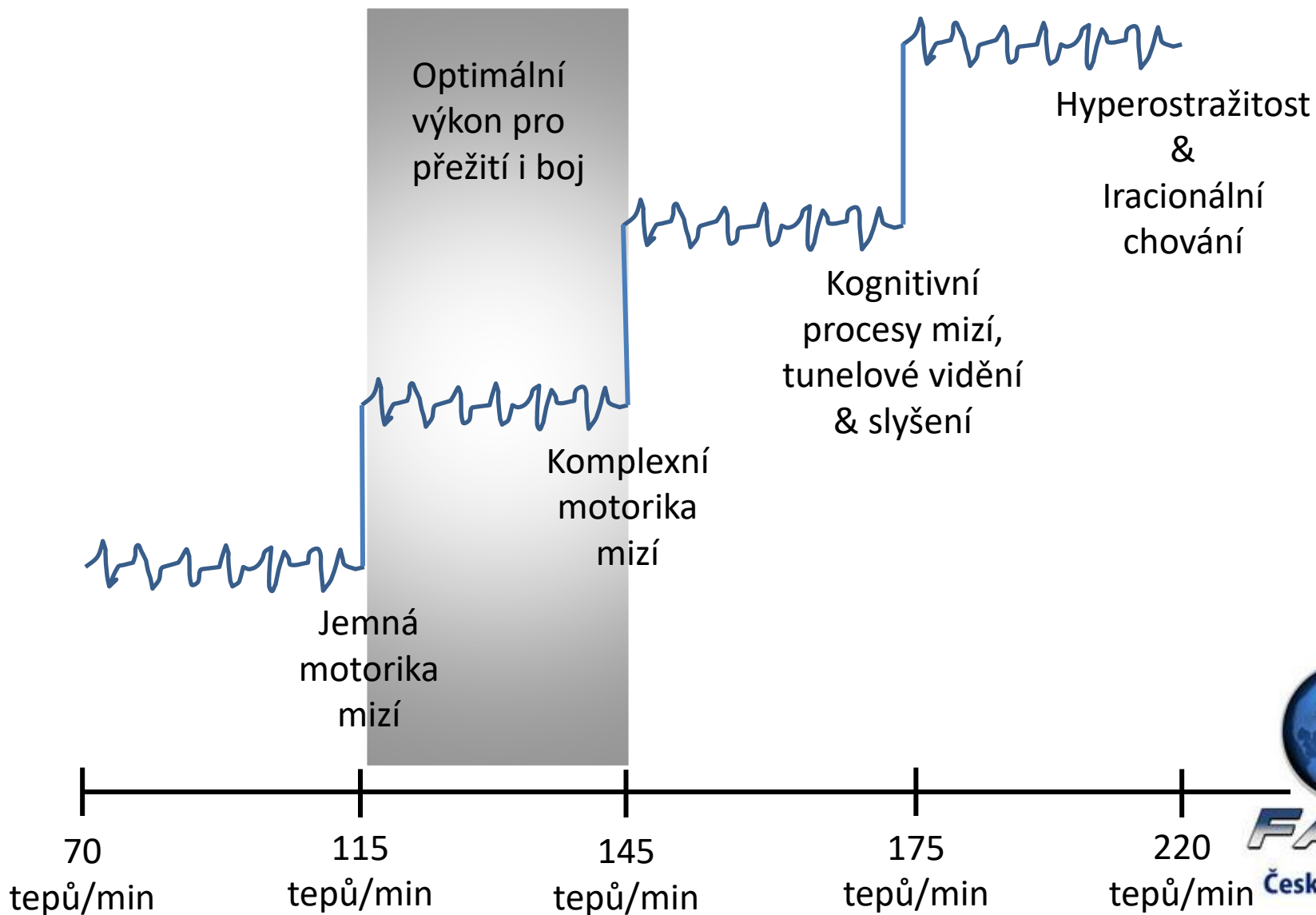


Program C.A.T.S. – Teoretická část

Cooperova stupnice připravenosti



Program C.A.T.S. – Teoretická část



Program C.A.T.S. – Teoretická část

Konfliktní scénář

Konfliktní scénář **NENÍ**

- **Simulace** reality
- Finalní **test** schopností dítěte zvládnout konfliktní situaci
- Souboj v ochranných protiúderových oblecích + použití vulgárních slov, urážek, apod.

Konfliktní scénář **JE**

- **Modelování** reality dle schopností a dovedností dítěte
- Výuková **metoda**
- Přizpůsoben vždy **individuálním** dovednostem dítěte
- **Dítě vždy vyhraje**

Program C.A.T.S. – Praktická část

Realizační tým – role

Průvodce / Organizátor

- Moderátor akce
- Hlídá čas a atmosféru celé akce

Kouč

- „Bodyguard“
- Chrání, radí a doporučuje
- Velmi silné emocionální pouto s dítětem



Štěkač

- Emocionálně vyzrálá osobnost
- Schopný věrohodně vyvolat emocionální reakci na konflikt
- Empaticky vnímá reakci dítěte a tomu uzpůsobuje intenzitu konfliktu
- Pouze verbální sebeobrana

Lovec / Predátor

- V protiúderovém obleku
- „upgradovaný Štěkač“
- Verbální i fyzická sebeobrana

Program C.A.T.S. – Praktická část

Doporučené pomůcky při výuce

Štítky se jménem

- Emocionální sblížení organizátorů i účastníků

Predator oblek

- Unikátní konstrukce obleku vydrží 100% fyzickou obranu
- Pouze v systému F.A.S.T. Defense System

Sluneční brýle (+ čepice)

- Rozlišení fází „good guy“ vs. „bad guy“
- Prevence prozrazení pohledem do očí „útočníka“
- Zvýšení emocionální odezvy obránce

Tréninkový obušek

- Role dýchání při konfliktu
- Možnost využití předmětů v okolí

Kužely

- Vymezení bezpečné vzdálenosti



Pilotní projekt - C.A.T.S. program

(Rozvoj žádoucích vzorců chování)

Základní informace:

- Doba realizace: leden – listopad, 2014
- Přidělené finance MZČR: 500,000 Kč
- Návazný projekt: **A.S.R.T. program** (II.stupeň)
 - Doba realizace: březen – listopad, 2015
 - Přidělené finance MZČR: 376,000 Kč



Popis pilotního projektu C.A.T.S. – Východiska

- Násilí ve školách i mimo ní neustále roste:
 - **Nevhodné pořady** (násilné filmy) a **počítačové hry** (akční FPS)
 - **Rodina** (projekce vlastních „nesplněných snů“, nevhodné vzorce chování....)
- Nedostatečná znalost **problematiky násilí/šikany a jejího řešení na školách**, včetně bagatelizace hlášených konfliktů
- Nedostatečná znalost **problematiky dětské sebeobranu** vyučovaná bývalými policisty/vojáky, trenéry bojových sportů či instruktory bojových umění

Popis pilotního projektu C.A.T.S. - Cíle

- Tvorba **optimálních sociálních dovedností**
- **Nenásilná varianta** (vy)řešení konfliktů ve škole i venku
- Pochopení všech **následků** používání násilí - **obránce / agresor**
- Uvědomění si **osobního prostoru** a jeho roli v komunikaci
- Rozeznání **signálů** blížícího se potenciálního konfliktu
- Úloha **neverbální komunikaci** (řeči těla) v konfliktu
- Volba nejvhodnějšího **komunikačního stylu**
- Převzetí **zodpovědnosti** za své chování a jednání

Popis pilotního projektu C.A.T.S. - Výstupy

- Zvýšení **povědomí o problematice** šikany a násilí mezi dětmi obecně
- Seznámení se s **novými vzorci chování** pro (vy)řešení konfliktu
- Role **instinktu** při prevenci i detekci možného konfliktu
- Pochopení role **osobního prostoru** i **neverbální komunikace** v konfliktu
- Naučení se **verbálním i neverbálním dovednostem** při řešení konfliktu
- Základní **bezpečnostní návyky** v kontaktu s cizí osobou

Aplikace a ověření si naučených dovedností v konfliktním scénáři

ZÁVĚR A SHRNU TÍ

Programu C.A.T.S. (Child Assertiveness Training Series)

- Proaktivní vs Reaktivní přístup (prevence vs. řešení)
- „Učení úspěchem“
- Metoda „očkování stresem“
- Sebejisté dítě vs paranoidní & násilné dítě

Popis pilotního projektu C.A.T.S. program – rozvoj žádoucích vzorců chování dětí

- V roce 2014 proškolen kompletní I. stupeň ZŠ, z toho:
 - 2 žáci s lehkou formou autismu
 - 1 žák upoutaný na vozíku
 - 6 žáků s lehkou formou ADHD
- Zaznamenány mírné projevy šikany (stadium 1) a 1 případ pravděpodobné šikany žákyně ve čtvrté třídě ZŠ
- Jednoznačně pozitivní reakce jak ze strany dětí, tak i ze strany pedagogů a rodičů

DISKUSE

