

Sebeobrana specifických skupin

na Fakultě sportovních studií
Masarykovy univerzity v Brně pro obor
Speciální edukace bezpečnostních složek

Mgr. Jitka Čihounková, Ph.D.
cihounkova@fsps.muni.cz

Zvláště zranitelné oběti

- Z EU do legislativy států EU, ČR zákon o obětech trestné činnosti (1.8.2013) - § 2 odst. 4
- Dítě
- Osoba, která je postižena fyzickým, mentálním nebo psychickým hendikepem nebo smyslovým poškozením, které ve spojení s různými překážkami může bránit plnému a účelnému uplatnění této osoby ve společnosti ve srovnání s jejími ostatními členy
- Oběť TČ obchodování s lidmi (§ 168 TZ)
- Oběť TČ proti lidské důstojnosti v sexuální oblasti nebo TČ, který zahrnoval násilí či pohrůžku násilím, jestliže je ...zvýšené nebezpečí způsobení druhotné újmy...s ohledem na její věk, rasu, národnost, sex.orientaci,...zdrav.stav, rozumovou vyspělost, schopnost vyjadřovat se, ...nebo s ohledem na vztah k osobě podezřelé ze spáchání TČ nebo závislosti na ní.

Systematika úpolů

- Úpolové předpoklady
- Úpolové systémy
- Úpolové aplikace
 - Profesní
 - Osobní
 - Specifických skupin
 - Ženy
 - Děti
 - Senioři
 - Další osoby se specifickými potřebami: zrakově, sluchově, mentálně, tělesně hendikepovaní

Sebeobrana specifických skupin

- Proč se vyčleňuje?
 - hrozby (motivy útoku)
 - Vyšší riziko závažné újmy (ve fyzické nevýhodě - nižší hmotnost a úroveň motorických schopností, horší schopnost rozeznat nebezpečí apod.)
 - prostředí (často známé)
 - prostředky sebeobrany
 - didaktika



Cíle kurzů sebeobraný pro specifické skupiny

- Osvojení preventivních návyků a strategií
- Zvýšit sebevědomí a sebejistotu při řešení základních konfliktních situací
- Zvýšit šance na úspěšné řešení sebeobranné situace
- Uvědomit si vlastní limity i schopnosti

Didaktika

- Hlavní pozornost je věnována prekonfliktní fázi, tedy prevenci a komunikačním strategiím v sebeobraně. Problémem bývá nesoulad ve verbálním a nonverbálním projevu potenciální oběti.
- Při fyzické obraně dbáme na bezpečnost, pro úder např. používáme otevřenou dlaň namísto pěsti, zdůrazňujeme nutnost úniku, oznámení trestného činu Policii ČR a možnosti následné péče po traumatickém zážitku viktimizace.

Sebeobrana žen

- Hrozby: specifické motivy útoku - sexuální, loupež, pomsta; domácí násilí
- Didaktika: zábrany x latentní agresivita
- Organizace výuky:
 - ženy cvičí s figuranty
 - modelové situace v tělocvičně, prostorách budov i ve venkovních prostorách, ve kterých ženy čelí řízenému útoku figuranta (muže).



Sebeobrana žen - komunikace

- Submisivita x asertivita x agresivita
- Komunikační strategie
- Lsti, výmluvy, předstírání
- Nonverbální komunikace
- Často vybavenější i vynalézavější než muži
- je důležité i komunikační strategie procvičovat a v modelech upevňovat (latentní agresivita)



Fyzická obrana žen

- Jednoduché techniky bez použití velké síly
- Velké svalové skupiny
- Páky max. na malé klouby
- Útoky na citlivá místa útočníka
- Prevence zranění (otevřená dlaň)
- Útěky
- Zvyšování fyzické kondice a obratnosti
- Improvizované zbraně
- Obranné prostředky
- Útěk

Sebeobrana dětí



- Hrozby:
 - pachatelem dítě/mladistvý (šikana, ponižování)
 - Pachatelem dospělý (neschopnost rozpoznat nebezpečí, dospělí jako autorita)
 - Únos
 - Sexuální zneužívání
 - Týrání osoby žijící ve společné domácnosti (svěřené osoby)
 - fyzické
 - Psychické (nadávky, urážky, svědectví...)

Sexuální zneužívání

- Zneužití důvěry a pomoci oběti
- Vlákání oběti do pasti (místo kontaktu je/není místem činu)
- Pod legendou vetření do bytu oběti
- Využití profese k navázání kontaktu

- Každá 4.-5.dívka, 12.-14. chlapec
- Převládají vztahové delikty (důvěra, ochota oznamovat)
- Orientace na nejisté, osamocené, opomíjené děti
- Využití nepřítomnosti rodičů
- Projev zájmu, běžné komunikační postupy

Sebeobrana dětí



- Prevence
- Komunikační strategie, lsi
- Žádost o pomoc dospělého



- Didaktika
 - Hry
 - Modelové situace místo přednášek
 - Přesvědčení, že ne vždy je vhodné se prát a oznámení příkoří není „bonzáctví“

Fyzická sebeobrana dětí

- Udržování bezpečné vzdálenosti
- Útok na citlivá místa
- Páky na malé klouby
- Útěk



NE
Údery pěstí
Hody, strhy
Dlouhodobý fyzický odpor



Sebeobrana seniorů



- Hrozby
 - týrání, krádeže, loupeže
- Didaktika
 - Komunikace
 - Schopnost rozeznat nebezpečí, ochranné bariéry
 - Nácvik triviálních bezpečnostních opatření
 - Improvizované zbraně, osobní alarmy



Sebeobrana osob se specifickými potřebami

- Hrozby
- Krádeže (snížená schopnost se bránit)
- Didaktika
 - Maximálně individuální práce – vysoké nároky na instruktory a jejich pomocníky
 - Každý účastník má svého figuranta
 - Cíl maximálně rozvinout potenciál každého jedince

Projekty sebeobranы specifických skupin na FSpS



- 2014 kurz sebeobranы pro zrakově postižené,
- 2015 kurz sebeobranы pro osoby na mechanickém vozíku
- 2016 kurz sebeobranы pro osoby na mechanickém vozíku II

Kurzy sebeobrany specifických skupin na FSpS

- v podzimním semestru
- 12 lekcí po 120 minutách jednou týdně, poslední dvě lekce modelové situace
- před kurzem bylo dotazováním zjištěno, kterých situací se nevidomí či vozíčkáři nejvíce obávají a jak jistí se cítí v různých fázích sebeobránné akce (prevence, komunikace, fyzický střet)



Kurzy sebeobrany specifických skupin na FSpS



- Asistenti: studenti Speciální edukace bezpečnostních složek
- Metodika kurzů vychází z teorie konfliktu a je zaměřena především na počáteční fáze řešení konfliktu
- 2 fáze evaluace
 - Dotazník před a po kurzu
 - Expertní analýza videozáznamu sebeobranných modelových situací

Závěr

- Sebeobrana I 0 / ¼
- Od 2013 samostatný předmět 1/1
- Bude zařazeno do kurikula navazujícího magisterského studijního oboru Aplikovaná sportovní edukace bezpečnostních složek

Děkuji za pozornost