



Профориентационный Проект

«Будущее – в Твоих Руках!» (август 2019 – март 2020г)

для 25 семей с особенными подростками (13 – 17 лет)

**ПРОГРАММА ЯВЛЯЕТСЯ ПРИЗЕРОМ ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ**

в 2019 г и проходила при его поддержке.

президентскиегранты.рф



Наш нынешний проект был самым многочисленным - в нем было 25 семей. В работе принимали участие 25 ребят и более 30 взрослых (многие участвовали парами папа+мама или мама+бабушка). Такая большая группа стала возможна благодаря поддержке проекта Фондом Президентских Грантов!

Вот, лишь некоторые результаты, которыми с нами поделились и ребята, и их родители (высказывания взяты из Итоговых Анкет Обратной связи участников Проекта. Орфография и пунктуация сохранены).

РЕБЯТА-УЧАСТНИКИ:

1. Что дало тебе участие в этом проекте?

- *Фомичева Анастасия (16 лет). Осознала вещи, ранее непонятные и «страшные» для меня.*
- * Гнетнева Милена (15 лет). Благодаря проекту, я стала общительнее и увереннее в себе, научилась лучше выражать свои мысли, также научилась отстаивать свои интересы.*
- * Капусткин Тимофей (17 лет). Участие в проекте мне принесло столько, сколько я бы не получил за пару лет, это дало мне огромный толчок, сигнал о том, что пора действовать прямо сейчас.*
- * Кочкина Яна (16 лет). Бесценный опыт, общение, знакомство с университетами и компаниями, интересные стажировки.*
- * Полунина Люба (15 лет). Участие в проекте дало мне: очень много общения, я познакомилась с большим количеством людей, которые близки мне по духу, уверенность в себе и своих силах, много полезных привычек, проект дал мне понять, как важно распред. свое время с пользой.*
- * Рябинина Мария (15 лет). Участие в проекте помогло мне обрести уверенность в себе, найти новых друзей, получить море позитивных эмоций, научиться работать в команде. Также проект стал мощным стимулом для моей реабилитации*
- * Марков Илья (18 лет). Позитивное мышление. Умение управлять своими эмоциями. Принимать людей такими какие они есть.*

2. Что ты понял(а) для себя самого важного (открыл в себе, для себя)?

- *Фомичева Анастасия (16 лет). Осознала свои слабые и сильные стороны (с первым учусь жить и работать)*

**Гнетнева Милена (15 лет).* Я поняла, что достичь своей цели не так сложно, главное знать точно, чего ты хочешь и к этому стремиться. Открыла для себя позитивное мышление и перестала бояться своего будущего.

** Капусткин Тимофей (17 лет).* Что нет никаких границ, я создатель и творец истории и своей жизни.

** Кочкина Яна (16 лет).* Нужно больше общаться и знакомиться с новыми людьми.

** Полунина Люба (15 лет).* Я поняла, что очень важно любить себя и быть уверенной в себе, тогда все твои дела будут получаться еще лучше и другие будут воспринимать тебя на ступень выше.

** Рябинина Мария (15 лет).* На проекте я для себя открыла методiku постановку цели «S.M.A.R.T.».

** Марков Илья (18 лет).* Я понял, что люди, которые перенесли тяжелые моменты, ценят жизнь больше, чем кто либо другой.

3. Какие результаты ты получил от участия в визитах в компании и стажировке?

Фомичева Анастасия (16 лет). Я окунулась в рабочую атмосферу и поговорила с теми, кто там работает о том, что меня интересует.

**Гнетнева Милена (15 лет).* Я поняла, что свое будущее вижу именно в работе с людьми.

** Капусткин Тимофей (17 лет).* После визитов компаний и стажировок я открыл для себя много полезных тем, способствующих саморазвитию.

** Кочкина Яна (16 лет).* Задумалась об образовании и о том, чем я действительно хочу заниматься.

** Полунина Люба (15 лет).* Мне очень понравились мои стажировки в компании «Росбанк». Я поняла какие качества у работников там ценят выше всего.

** Рябинина Мария (15 лет).* После визитов в различные компании и стажировки мой кругозор расширился, и я узнала всю подноготную процесса работы в этих компаниях.

**Марков Илья (18 лет).* Я узнал больше об IT-сфере и программировании, узнал, что хочу работать в веселом и дружном коллективе.

4. Что теперь ты думаешь о своей будущей профессии, направлении обучения?

**Фомичева Анастасия (16 лет).* Я верю, что буду двигаться в том направлении, которое меня интересует.

**Гнетнева Милена (15 лет).* Раньше я задумывалась только об одном направлении, теперь кругозор расширился и возможно я рассмотрю для себя и другие профессии.

** Капусткин Тимофей (17 лет).* Я буду развиваться в сфере предпринимательства, бизнеса и финансов.

** Кочкина Яна (16 лет).* Выбрала конкретные направления и университеты.

** Полунина Люба (15 лет).* Я думаю, что выбрала правильное направление своего дальнейшего обучения, так как моя будущая профессия совмещает в себе мои хобби и увлечения.

** Рябинина Мария (15 лет).* На данный момент у меня есть желание получить профессию звукорежиссера.

**Марков Илья (18 лет).* Я думаю, что моя будущая профессия очень востребована, и я собираюсь закончить колледж с дипломом, чтобы осуществить свои мечты.

РОДИТЕЛИ-УЧАСТНИКИ

(*** указание в качестве «участник проекта» – использование информации анонимно, другие – с разрешения использования информации с упоминанием ФИО):

1. Какие изменения вы видите в своем ребенке по итогам его участия в проекте?

**Никишина Ирина. Ребенок стал более общительным, самостоятельным.*

**Макарычев Константин Сергеевич. Стала больше общаться, задумываться о будущем. Стала более детально распределять свое время. Повысился уровень ответственности.*

**Пестова Наталья Александровна. Повысилась самооценка. Полина стала более уверена в себе. Научилась аргументировать свои мысли. Наладила отношения с одноклассниками, на которых обижалась. Стала более активно принимать участие школьных мероприятиях, участвовать в конкурсах.*

**Рябинина Светлана Юрьевна. Улучшилось эмоциональное состояние. Стала более оптимистичной. Стало меньше страхов. Увереннее смотрит в будущее, строит планы. Расширился круг общения и кругозор.*

**Колденкова Елена Евгеньевна. Стала более открытой. Повысилась самооценка дочери, уверенность в себе и своих силах. Стала прислушиваться к себе, своему организму. Лучше понимать себя. Расставлять приоритеты и в соответствии с этим принимать решения.*

**Брызгалова Юлия Юрьевна. Сын стал более мягким в общении, контактным. Старается исправлять свои ошибки. Находит в себе силы их признать. Больше идет на уступки. Чаще получается формулировать свои чувства и мысли.*

**Участник проекта 1. Моя дочь стала более общительна. Распределяет свое время. Выбрала свою будущую профессию. Стала активнее в школе.*

**Участник проекта 2. Поставила свои цели. Целеустремленность. Приобрела жизнерадостность. Нашла новых друзей. Стала лучше учиться.*

**Участник проекта 3. Дочь стала более организованной, многие текущие задачи решает самостоятельно. Стала самостоятельной. Увидела разные пути применения своих талантов. Научилась ставить цели и добиваться их.*

**Участник проекта 4. Более коммуникабельная. Больше позитива. Рада новым знакомствам. Приобрела новые полезные привычки.*

**Участник проекта 5. Уверенный в себе. Самостоятельный. Распределяет свое время, чтобы сделать запланированные дела. Самостоятельно договаривается о встречах, ездит на встречи, переносит, если необходимо и решает вопросы связанные с этими встречами (визиты на стажировку, экскурсии и т.д.).*

**Участник проекта 6. Стал «открытее» делиться со мной своими мыслям и переживаниями. Думаю, что до него дошло, что он уже не ребенок и в ответе за свои поступки; если сказал\обещал, что погуляет с друзьями, а мне будет звонить, то так и делает.*

2. Какие изменения произошли в вашей личной жизни (настрой, эмоции, новые цели)?

**Никишина Ирина. Устроилась на работу. Хочу идти учиться, закончить магистратуру.*

**Макарычев Константин Сергеевич. Не изменился, он всегда положительный. Позитивное отношение ко всему. Стал больше задумываться о себе, о своем свободном времени.*

**Пестова Наталья Александровна. По результатам изученного материала на тренингах я поработала над своей самооценкой и определилась со своими приоритетами. Стараюсь не допускать конфликтных ситуаций и грамотно выходить из них, если такое случилось. Конечно, радо продолжать саморазвитие, что я и буду делать, изучая определенную литературу.*

**Рябинина Светлана Юрьевна. Стала более спокойней и уравновешенней. Больше внимания стала уделять собственным нуждам. Увереннее смотрю в будущее, строю планы и приступила к их осуществлению.*

**Колденкова Елена Евгеньевна. Позитивный жизненный настрой. Умение радоваться каждому дню и находить «маленькие счастья». Возвращение на путь к самореализации.*

**Брызгалова Юлия Юрьевна. Более позитивный взгляд на события (для чего они происходят, что в них хорошего), как выйти из ситуации с наименьшими потерями. Смогла определиться с целями на ближайшее будущее. Стараюсь день начинать и проводить с улыбкой.*

**Участник проекта 1. Меньше думаю о проблемах. Живу сегодняшним днем. Стараюсь любить и себя. Занимаюсь поиском работы.*

**Участник проекта 2. Уволилась с работы (проработала 5 лет). Поставила новые цели и написала шаги для ее достижения. Забыла про уныние и научилась сама выходить из трудных ситуаций.*

**Участник проекта 3. Я поняла, что я счастлива. Перестала винить себя в огромном количестве незаконченных творческих проектов, поняла, что это был поиск. Улучшила взаимоотношения с матерью.*

**Участник проекта 4. Настрой на позитив. Управлять эмоциями не получается. Цели пока не достигнуты.*

**Участник проекта 5. Выхожу из спячки. Разобралась в некоторых сферах своей жизни. Поняла, что для меня было очень важно участие в проекте.*

**Участник проекта 6. Муж стал внимательнее, сдержаннее в семье. Стала увереннее в том, что смогу сказать «нет», когда мне это неудобно и не чувствовать себя при этом виноватой. Никогда не поздно все начать; полюбила себя, начала слышать и делать что хочу я, а не другие от меня ждут.*

3. Как сейчас ребенок видит свое будущее: профессиональное и просто личное?

**Никишина Ирина. Понял, для того, чтобы быть успешным, надо учиться, слушать людей и иметь свое мнение.*

**Макарычев Константин Сергеевич. Свою будущую профессию она уже выбрала, хочет быть врачом, поэтому будет готовиться к поступлению. Общение с друзьями, изучение новых навыков и знаний.*

**Пестова Наталья Александровна. Полине понравилось направление – психология. Пока в планах – обучение этой специальности.*

**Рябинина Светлана Юрьевна. Дочь планирует в ближайшее время вернуться в коллектив, вести здоровый образ жизни. Хочет продолжить заниматься музыкой и звуком, стать профессионалом в этой сфере.*

**Колденкова Елена Евгеньевна. Дочь нашла несколько альтернативных вариантов для дальнейшей учебы, но пока не изменила своей мечте про театр. Она видит себя активным участником творческих проектов, а, возможно, и создателем нового проекта.*

**Брызгалова Юлия Юрьевна. Пока на выходе из проекта после посещения и стажировки в компании «Браво Софт» хочет связать будущее с IT-сферой, программистом или системным администратором.*

**Участник проекта 1. Активно занимаемся по предметам к поступлению. Будет учиться, работать на любимой работе с хорошими людьми.*

**Участник проекта 2. Изучать лингвистику в ВУЗе. Открыть русскоязычные школы за рубежом. Выйти замуж и родить детей. Любить и быть любимой.*

**Участник проекта 3. Мечтает поступить в СПбГУ, видит свое будущее связанным с литературным Санкт-Петербургом.*

**Участник проекта 4. Дочь привлекает работа с людьми. Её цель – психология служебной деятельности. Найти свою индивидуальность и уникальность.*

**Участник проекта 6. Видит счастливое будущее: любимая работа, которая высокооплачивается, личный автомобиль, любящая красивая жена и дети, много надежных друзей.*

4. Как изменилась ситуация в вашей семье (что нового/полезного появилось, новые привычки, эмоции ...)?

**Никишина Ирина. Ребенок научился говорить «нет». Стал очень самостоятельным, сам едет в незнакомое место, прокладывает заранее маршрут.*

**Макарычев Константин Сергеевич. Мы стали больше разговаривать все вместе и стали смотреть на жизнь более позитивно.*

**Пестова Наталья Александровна. В семье появилась «коробочка поручений». Каждый вечер в нее кладутся записочки с поручениями от каждого члена семьи на следующий день., которые обязательно должны быть выполнены.*

**Рябинина Светлана Юрьевна. Улучшение эмоционального состояния моего и дочери благоприятно отразилось на семейной атмосфере. Чаще все вместе стали обсуждать происходящие события, делиться впечатлениями. Мы с дочерью чувствуем поддержку семьи в наших начинаниях.*

**Колденкова Елена Евгеньевна. Стало больше позитива в общении друг с другом. Поддерживаем полезные привычки каждого. Возобновили совместные просмотры фильмов, спектаклей, чтение книг с дальнейшим обсуждением.*

**Брызгалова Юлия Юрьевна. На конец проекта улучшились отношения с Димой. Легче стали находить компромисс. Используем в общении «я-сообщения», стараемся активно слушать. Появилось несколько полезных привычек.*

**Участник проекта 1. У нас все хорошо. Радуемся каждому дню. Стараемся делать много добрых дел людям нуждающимся и животным.*

**Участник проекта 2. В нашей семье появились традиции, которые объединяют нас. Недавно прошли мастер-класс по рисованию картин – получили массу положительных эмоций и полезных навыков.*

**Участник проекта 3. Улучшились взаимоотношения, стали ценить время, проведенное вместе, дети получили больше самостоятельности.*

**Участник проекта 4. Я стала больше доверять своим детям. Ввожу новые полезные привычки, не забываю про добрые дела. Очень помогает прочтение книги «Про кота Диогена».*

**Участник проекта 5. Стали больше общаться, обсуждать фильмы, события. Сначала улыбались себе в зеркале, потом уже без зеркала. Проект внес некоторую встряску и постепенно, и вроде бы незаметно, изменил отношение к некоторым сферам нашей жизни, к нашим взаимоотношениям внутри семьи, с друзьями, открыл новое видение на события в нашей жизни, и дал ответы на вопросы, на которые мы не*

могли найти ответы (а порой даже и не искали, а думали, что так и должно быть и мы не можем ничего изменить, хотя нам это и не нравится). Я стала лучше разбираться почему то или иное событие происходит в семье, в здоровье, в отношениях.

**Участник проекта 6. Чуть ослабила контроль над сыном, даю ему больше свободы на принятие решений, выбор. Муж стал «погружаться» в интересы, переживания сына. Дочь научил играть в шахматы и регулярно вечером с ней практикуется. Мы перестали говорить на повышенных тонах.*



Это лишь первые результаты, которым мы все очень рады! Все большие Молодцы!

Будем двигаться дальше!

Лезова Екатерина

Нижний Новгород, март 2020 г.