

ПРОЕКТ	Проект «Наставники»: направление коучинг для детей-сирот (г.г. Алматы и Астана)
ОТЧЕТНЫЙ ПЕРИОД	Январь 2016 – февраль 2017

Цель проекта: Повысить шансы детей на успешную социализацию после выпуска из детского дома путем предоставления помощи в ключе профессионального коучинга.

С 2014 года Фонд «Дара» реализует проект «Наставники» совместно с ОФ «Ребенок должен жить в семье», который нацелен на помощь детям-сиротам и детям, лишенным родительской опеки. Проект через работу наставников, коучей и психологов помогает детям раскрыть свой жизненный потенциал, сформировать умения и навыки самостоятельной жизни, определиться с профессией. В рамках проекта «Наставники» работает отдельное направление **«Коучинг» для детей-сирот возрастной категории от 14-18 лет.**

Реализация проекта:

Основная цель работы коуча – помочь подростку подготовиться к самостоятельной жизни вне стен детского дома. Коучи проводят индивидуальные встречи с детьми один-два раза в месяц. Коучинг предусматривает работу профессионально подготовленных коучей (зачастую имеющих квалификацию психолога) с детьми-подростками, помогая им решать личные задачи и выстраивая навыки достижения целей. Коуч мотивирует, учит эффективно использовать время, способности, выстраивать коммуникации с другими людьми.

За отчетный период в рамках проекта было осуществлено следующее:

1. Заключено 14 договоров с коуч-наставниками в г. Алматы и 17 договоров в г. Астана
2. 16 детей работают в Алматы с индивидуальным коучем (Детский дом №1 и №2 г. Алматы). В Астане 20 детей работают с индивидуальным коучем (ГУ «Детский дом Акимата г. Астаны)
3. За отчетный период проведено 135 коуч-сессий с детьми в г. Алматы и 115 в г. Астана
4. Проведены следующие тренинги:
 - 2,3,6,7 сентября 2016 г., Астана – 4-х дневный тренинг «Методы работы в коуч-подходе», в рамках которого обучено 14 специалистов с образованием в области психологии;
 - 29-30 октября 2016 г., Алматы - 2-дневный тренинг «Базовые технологии коучинга», в рамках которого было обучено 8 специалистов-психологов.
5. Средний период работы коучей с детьми составил от 6 месяцев до 12 месяцев.
6. Двое подростков в Алматы и четверо в Астане, в результате работы с коучем-наставником последовательно и регулярно занялись изучением английского языка.
7. По инициативе и финансовой поддержке некоторых коучей-наставников в г. Астана 7 ребят стали посещать подготовительные курсы по математике для поступления в политехнический колледж и 5 старшеклассников посещают дополнительные занятия по русскому языку для лучшей подготовки к экзаменам для поступления в колледж. Для одной воспитанницы ее коучем были организованы персональные курсы художественного творчества с приходящим тренером, для усиления шансов для поступления в колледж.
8. Трое подростков после работы с коучем-наставником летом 2016 года поступили в ВУЗы г.Алматы. Коучи-наставники играют важную роль в содействии ребятам в определении будущей профессии. Благодаря коуч-сессиям, большинство воспитанников смогли сузить свой выбор до одной-двух специальностей.

9. Большая часть коучей сейчас в проекте работают на безвозмездной основе, но часть специалистов получают небольшое вознаграждение за свои услуги на основании заключенных Договоров (включая 10% индивидуальный подоходный налог).

По итогам встреч коуч-наставники предоставляют регулярные отчеты (календарь встреч прилагается). Согласно Договорам, отчеты коучей по встречам являются конфиденциальной информацией, поэтому не могут составлять часть данного отчета. Общий анализ, однако, показывает слабую изначальную готовность участвующих детей к самостоятельной жизни, планированию и выбору профессии. По многим участвующим детям есть видимый прогресс в навыках планирования, достижения целей, у многих есть результаты в виде улучшения успеваемости, изучения языков, повышения коммуникативных навыков. В целом, у всех коучей установился дружеский и доверительный контакт с детьми.

Ниже приводим некоторые примеры достижений коучей и их Чемпионов (подопечных ребят):

1. Подросток-мальчик 17 лет, социальный сирота (встречи проводились в течение года, 1 раз в 2 недели)

В самом начале общения подросток был очень замкнут, практически на все вопросы отвечал «Да», «нет», «Не знаю». На вопрос «Что тебя интересует? Какие предметы нравятся в школе? Что у тебя получается делать хорошо?» ответ был неизменный – ничего, никакие. В начале общения очень сильно заикался, словарный запас маленький, очень стеснялся говорить. По результатам работы 6 мес. подросток, стал более общительным, научился выражать свою точку зрения без стеснения и ужимок. Пришло четкое понимание своего будущего, где хочет учиться, как будет планировать расходы. Начал читать не только журнал с картинками аниме, но и художественную литературу, с удовольствием занялся программированием. В целом, стал более смелым и раскрепощённым. В сентябре 2016г. из Детского дома перешёл в Дом юношества, продолжает поддерживать телефонный контакт со своим коучем.

2. Подросток-девочка 16лет (из отчета о первой встрече с коучем).

На первой встрече коуч-наставник знакомится и рассказывает о коучинге. Подросток не сразу понимает цели встречи. Зачем она пришла? И что ждет от этой встречи? Не осознанно все время говорит о своих недостатках, практически заиклена на них, выражается состояние тревожности и внутреннего противоречия. Коуч-наставник решает работать вначале как психолог. Применяет технику «Управления изменениями» хорошая техника на осознанность для людей, которым предстоят изменения, смена работы, жилья, в данном случае - переезд. Коуч говорит о недостатках как не о проблеме, а как задаче, над которой нужно работать. Неожиданно для себя и для коуча подросток до конца коуч-сессий определяет приоритетные задачи и даже пишет первые шаги, которые необходимо сделать. В конце сессий мы видим подростка, уверенного в том, что нужно сделать завтра с утра. Коуч-наставник назначает следующую встречу. Подросток решает завести ежедневник.

3. Подросток-девочка 16 лет (работают с февраля 2016г., 1 раз в 2 недели)

На первой встрече коуч-наставник знакомится с подростком, рассказывает о коучинге. Подросток делится своими ожиданиями в целом и от коуч-встреч. В приоритете профориентация и конфликтные ситуации со сверстниками, в том числе и вне детского дома. Коуч замечает, что подросток свой страх перед будущим маскирует агрессией, поэтому очень часто возникают конфликты. Коуч применяет технику «Колесо баланса», и постоянно прорабатывает ряд тренингов по личностному развитию. По результатам на октябрь 2016г. можно сказать, что подросток учится саморегуляции. Попросила организовать встречи с психологом, регулярно ходит на арт-терапию. Планирует

свое будущее, кем бы она хотела стать, свободно выражает свои мысли, амбиции, повысилась самооценка. Чаше стала шутить и улыбаться. Воспитатели заметили, что стало легче с ней общаться, заметен позитивный настрой и уверенность в себе. Психолог Фонда «Дара» регулярно проводит сессии арт-терапии, которые подросток не пропускает и посещает с большим удовольствием.

4. Подросток-девочка, 16 лет (занятия проводились 6 месяцев, 1 раз в 2 недели)

На первой встрече коуч-наставник знакомится и рассказывает о коучинге. Подросток довольно решительно заявляет о нежелании учиться, отсутствии планов и мечты на будущее. Коуч-наставник часть сессий работает как психолог, прорабатывает мотивацию к учебе через желания и планирования на будущее.

Результатом стала то, что через полгода мы наблюдаем за успехами подростка в изучении английского языка. Подросток в двухмесячные сроки освоил английский язык до второго уровня. И сейчас уверенно смотрит в будущее, ведь у нее есть цель и построенные планы. Коуч-наставник проработал 6 месяцев, и этого было достаточно, чтобы подросток поверил в свои силы.

5. Подросток-девочка, 16 лет (занятия проводятся 1 раз в 2 недели с октября 2016 года).

У девочки не было интереса к учебе. Первую четверть закончила с 14 тройками, а вторую уже с 4-мя тройками. В настоящее время оценки также положительные, уверенно работает над целью избавиться от всех троек. Появился интерес, желание учиться.

Коуч в своих отчетах и личной встрече с представителями Фонда «Дара» отмечала сложности с коммуникациями. На рисунке девочка изображала себя в виде красивой девочки, но без рта, глаз и носа, а также часть лица закрывают волосы. Все это свидетельствует о трудностях в коммуникациях. В настоящее время, девочка стала гораздо более открытая, легко идет на контакт, появилась уверенность и жизнерадостность.

6. Подросток-мальчик, 16 лет (занятия проводятся 1 раз в 2 недели с октября 2016 года).

У молодого человека в начале работы были сложности с определением целей, не было жизненного ориентира, к чему стремиться. Были сложности с коммуникациями, с малознакомыми взрослыми людьми не разговаривал вообще, даже в дружественной и безопасной обстановке. После работы с коуч-наставником, отмечается становление мальчика во взрослую личность, появилось понимание необходимости выстраивать цели и прилагать усилия для их достижения. Стал гораздо более открытым, появилось более серьезное отношение к учебе, записался на дополнительные занятия, как только появилось свободное место.

Это лишь несколько примеров, но в большинстве случаев наблюдается положительная динамика. Снижается уровень тревожности и агрессии. Подростки учатся контролировать свои эмоции, налаживать контакт с окружающими и строить диалог с помощью техник «Эмоционального интеллекта». Что немаловажно, они учатся идентифицировать себя: Кто Я? Чего Я могу добиться? Что важно, прежде всего, для меня и что в первую очередь? Насколько Я важен себе самому? Постановка таких вопросов очень важна для детей из детских домов, оставшихся без попечения родителей. Их постоянно волнуют вопросы: «Почему я не важен/не нужен своей маме? Что со мной не так?».

Также коуч-наставники отмечают факт того, что дети начинают верить в свои силы и мечтать. «Они учатся мечтать и строить планы. Сначала робко и неуверенно, а потом все азартнее. А когда появляются мечты, то появляется и мотивация жить, учиться, заниматься не абы чем, в значимым любимым делом.»

Воспитатели, педагоги детского дома также дают обратную связь в процессе реализации проекта, замечая позитивные изменения в детях при их работе с коучами, так, например:

- *Ребёнок лучше понимает себя: «Знаю кто я», «Понимаю, что важно для меня».*
- *Ребёнок приходит к пониманию, что его непохожесть на других это нормально, и что это особенность личности. Понимает, что если, что-то не получается с разбегу - это нормально, что есть такие зоны развития, где каждый растёт в своем темпе.*
- *Лучше стал понимать, чем я могу и хочу заниматься сейчас.*
- *Дети усваивают в работе с коучами, что «Я могу иметь своё мнение и имею право обсуждать это в общении с взрослыми (воспитателями, педагогами, учителями, коучем)»*
- *Учится выражать своё мнение, спокойно и аргументировано.*
- *Становятся терпимее, прежде всего к себе и своему ближайшему окружению*
- *Учатся понимать истинность своей цели (моя это цель или навязанная окружением), а также, ставить и достигать свои собственные личные цели.*
- *Ребёнку важно и полезно осознавать, что есть взрослый человек, с которым ребёнок может обсудить свои самые волнующие вопросы.*