



ПРОЕКТ КОМПЛЕКСНОГО РАЗВИТИЯ ДЕВУШЕК-ПОДРОСТКОВ

**Я – ДЕВУШКА!**



# Я - девушка

**Исполнитель:**

КТА «ЛЕСТНИЦА»

**Целевая аудитория:**

Девушки – подростки  
13-15лет

**Сроки:**

Март-май (2020)

Сентябрь – ноябрь  
(2020)



# Актуальность

- Подростковый возраст – переломный период в сознании девушки
- Отношения с родителями обостряются
- Растёт количество непониманий и обид
- Масса вопросов остается без ответа
- Нет рядом значимого взрослого
- Проявляется асоциальное, бунтарское поведение
- **Заниженная самооценка**

# Цель проекта:

Облегчить для девушки процесс взросления и самореализации в обществе. Поднять уровень самооценки, развивая комплексно в следующих сферах:

- КРАСОТА
- ОТНОШЕНИЯ
- ТВОРЧЕСТВО
- ДЕЛО



**Помочь найти значимых взрослых и свою команду!**

# ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- Рассказать о «**ЖЕНСКИХ СЕКРЕТАХ**» от самых разных экспертов в сферах: КРАСОТА, ОТНОШЕНИЯ, ДОМ-ТВОРЧЕСТВО, ДЕЛО
- Создадут свой уникальный образ, подберут **СТИЛЬ** одежды;
- Дать девушкам **ТРУДОВОЙ** и **УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ ОПЫТ** в организации собственных мероприятий;
- Помочь участнице изучить себя: **ПРОФОРИЕНТАЦИЯ**, сильные и слабые стороны своей личности;
- Раскрыть секреты построения успешных **ВЗАИМООТНОШЕНИИ** с микро и макро окружением, помочь определиться **жизненными ЦЕЛЯМИ** и **ЦЕННОСТЯМИ**;
- Развить **ЛИДЕРСКИЕ КАЧЕСТВА** и умения **ЗАБОТИТЬСЯ** о слабых и маленьких;
- Разработать и вручить каждой выпускнице **ТЮТОРСКИЙ АЛЬБОМ** с фотографиями, отзывами участниц и тренеров, рекомендациями о **БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ**.



# Календарный план

1.03-3.06. Первый очный этап. Тьюторские испытания.

04.06-01.09 Каникулы, домашнее задание

02.09-1.12 Второй очный этап. Выпускной.

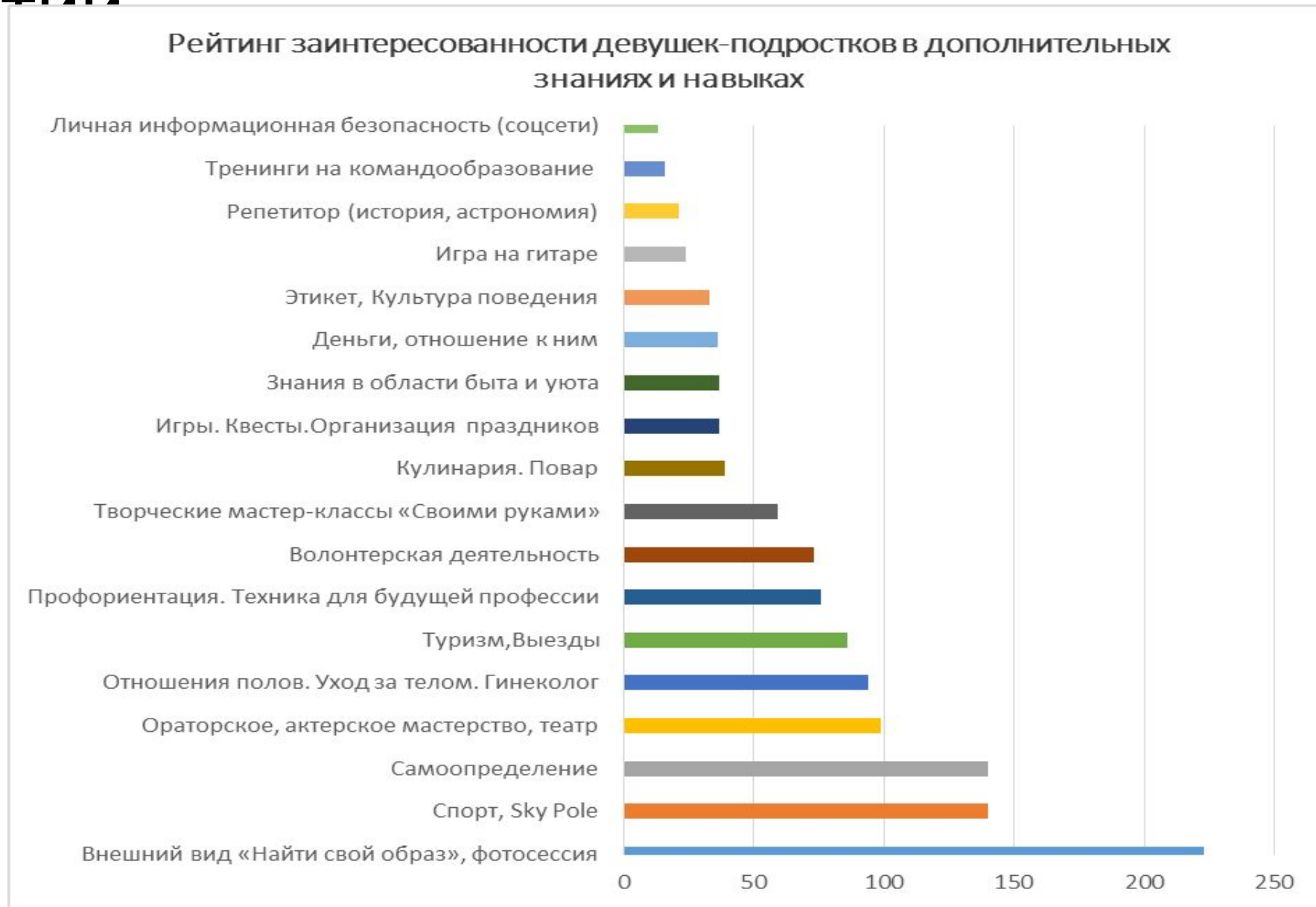
# Ритм работы



- Занятия – каждые выходные: суббота (16.00-17.00), воскресенье (11.00-14.00).
- Все будни свободны, но есть возможность общения в группе и чатах.

# Рейтинг интересных для девушек занятий

Рейтинг был составлен по результатам серии фокус-групповых интервью с девушками-подростками. Исследование проводится перед стартом проекта ежегодно.





# Темы занятий

- **Взаимоотношения с друзьями и социумом** (решение конфликтов, выход из сложных ситуаций).
- **Отношения с любимым человеком** (гармония в паре, совместимость), сексуальные отношения.
- **Красота речи** (самопрезентация).
- **Внешний облик:** одежда, макияж, походка.
- **Наставничество** (помощь маленьким детям, инвалидам, старикам)
- **Хобби** (творческие занятия: изготовление бижутерии, режиссура и т.д.).
- **Деньги**, отношение к ним, семейные и личные финансы.
- **Домашний уют и порядок** (дизайн интерьера).
- **Профессиональная ориентация** (диагностика способностей).
- **Спорт, тело, физическая форма.**



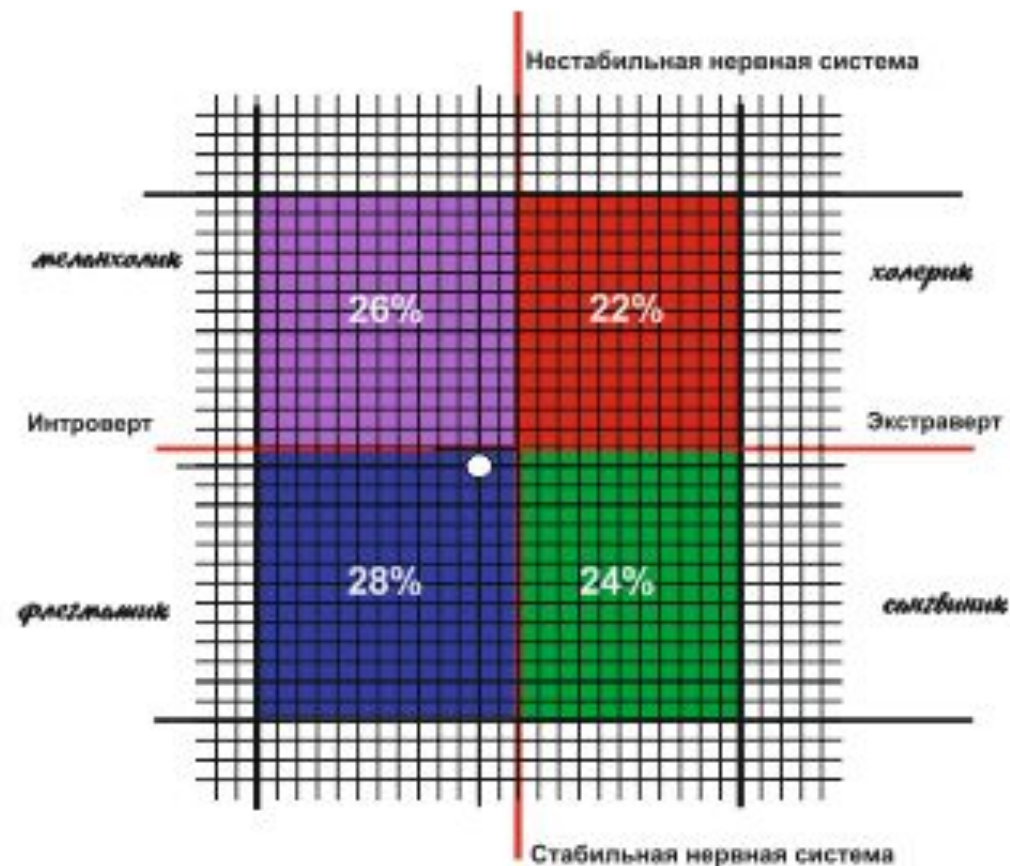
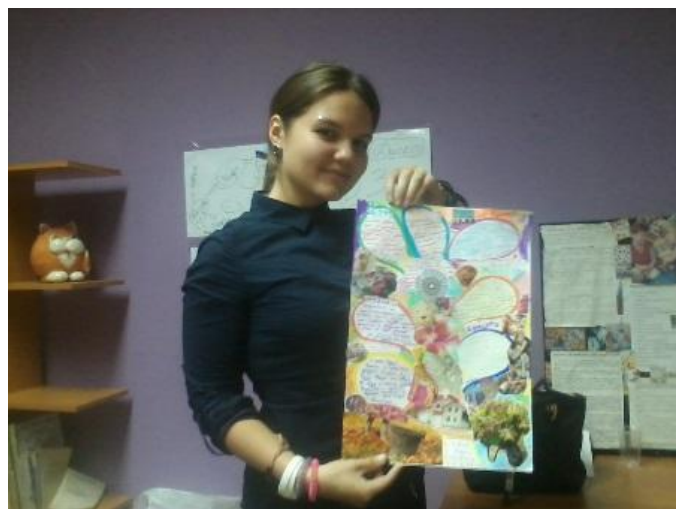
# ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ИНТЕРВЬЮ с участницей и ее мамой перед стартом проекта

- Интервью проводили психологи, задавая одинаковые вопросы маме и дочери:
  1. Чем данная личность отличается от других (её сильные и слабые стороны)?
  2. Каковы её цели в жизни?
  3. Кем она хочет стать в будущем?
  4. Какие цели она ставит перед собой входя в проект? Над чем поработать, что изменить?
  5. Чем Вы обе можете быть полезны проекту?



В результате многие мамы активно включаются в проект, проводят мастер-классы и фотосессии.

# Диагностирование особенностей личности



В процессе отбора и на первых занятиях с психологами девушек тестируют, измеряют уровень самооценки, психологическое состояние, темперамент, помогают определиться с целями

Диагностика проводится 3 раза: на входе, в середине и на выходе.

# КОМАНДЫ и организация своих мероприятий: дискотеки и квесты, проекты



Все участницы были разбиты по командам:

- **Новостищики**
- **Администраторы**
- **АРТгруппа**
- **Вкусняшки**

Функции меняются по кругу каждые три недели.

У каждой команды есть свой наставник - **тьютор** (выпускник прошлого сезона).

# Мастер-классы по различным направлениям творчества



- Свит-дизайн
- Ораторское мастерство
- Оформление подарков
- Вязание крючком
- Изготовление новогодних подарков
- Основы тележурналистики
- и др.

# СОБСТВЕННЫЕ СОЦПРОЕКТЫ



Пример: проект оформления помещений к 9 мая «Голуби мира»



**Команда** девушек участвовали в городском конкурсе соцпроектов «Твоя инициатива»

Участницы сами могут придумать и реализовать проект

# ВОЛОНТЕРСТВО

Каждый год проект оказывает помощь в организации шествия «Бессмертный полк»



Регулярно организуем концерты и игры в Детском Доме п. Лосиный.



# Регулярные рейтинги – 1 раз в месяц

## Лидеры по посещаемости:

1-е место: Шабурова  
Настя  
2-е место: Везденева  
Марина  
3-е место: Пичугина Вика  
3-е место: Моисеенко  
Яна  
3-е место: Смирнова  
Екатерина  
3-е место: Алтухова  
Олеся  
3-е место: Запрудина  
Яна  
4-е место: Леонова  
Дарья  
4-е место: Мардонкулова  
Едгора

## Лидеры по вкладу в проект и в свое саморазвитие:

1-е место: Шабурова  
Настя (644 балла)  
2-е место: Баранова  
Настя (554 баллов)  
2-е место: Глебова  
Александра (518  
баллов)  
3-е место: Пичугина  
Вика (403 баллов)

Баллы можно получить не только за посещаемость, но и активность, публикацию постов в группе, приготовление «вкусняшек», координацию мероприятий.

- Регулярный подсчёт баллов каждой участницы создает здоровую конкуренцию в проекте, высокую заинтересованность не только в посещаемости, но и в активной самореализации и творчестве.



# ПРИКЛЮЧЕНИЯ И ПОХОДЫ



# СЕРИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ

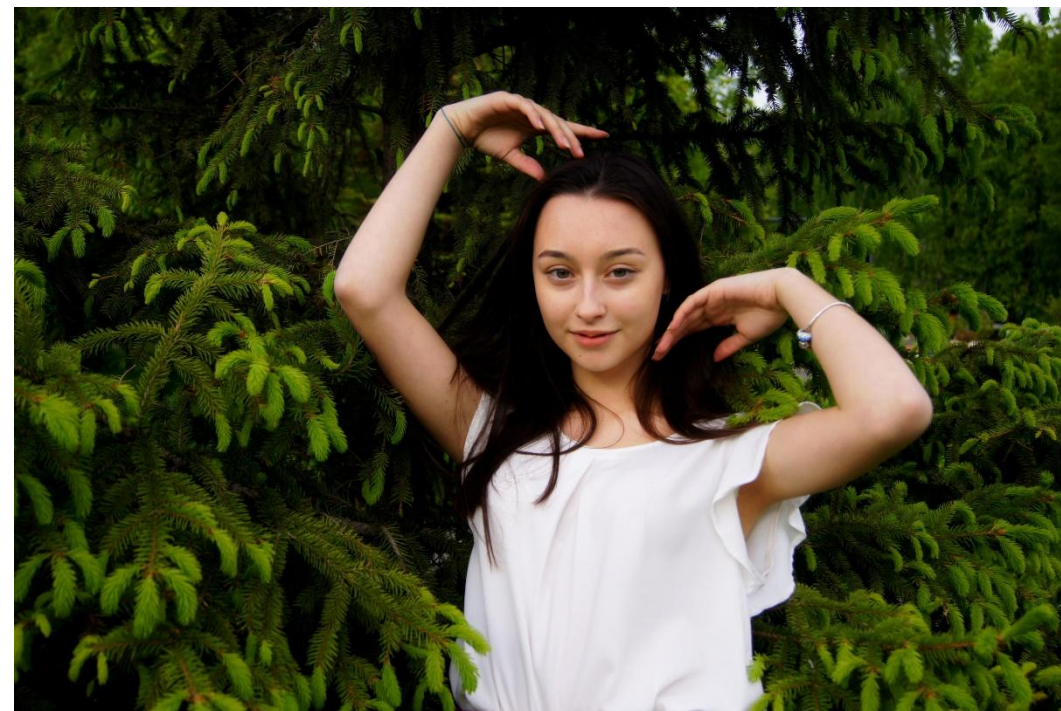
- «**ЗНАКОМСТВО** и законы общения»: девушки разбиваются на команды, узнают друг друга, своего тьютора, принимают правила
  - «**КОМАНДНЫЙ ДУХ**»: команды проходят различные испытания, учатся поддерживать друг друга
  - «**КТО Я?**» тренинг с массой тестов на раскрытие личности, проводится диагностика удовлетворённости самореализацией в жизни
  - «**ЦЕЛИ и МЕЧТЫ**»: создание дерева целей, определение приоритетов и ценностей
  - «**УПРАВЛЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ**»: как организовать себя каждый день
  - «**ОБРАЗ ИДЕАЛЬНОЙ ДЕВУШКИ**»: каждая участница рассказывает о какой-то личности и ее успехах, далее создаем сборный образ идеальной девушки.
  - «**КОНФЛИКТ – ЭТО ЗДОРОВО!**»: психологические батлы по поиску выходы из конфликтов
  - «**ОН и ОНА**»: тренинг-разговор об отношениях между полами и самопознании
  - «**БИЗНЕС и ЗАРПЛАТА**»: тренировка правильно делить заработанные командой деньги»
  - «**БАНЯ**» или «**Что обо мне думают другие?**»: сбор мнений участниц о сильных и слабых чертах каждой девушки и о ее будущей **профессии**.
- ЛОГИКА очередности психологических тренингов жесткая: все взаимосвязано и системно!

# Несколько фотосессий и уроков «Мой стиль» и «Я – фотомоделка»

Девушкам дают основы  
стиля и визажа



Девушек учат позировать перед камерой,  
придумывать образы и вживаться в них



# Совместные мероприятия с кадетами суворовского училища

Живая практика  
общения и  
построения  
отношений с  
юношами из СВУ



# СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Девушки по командам  
проводят социологическое  
исследование:

«ЛЮБОВЬ И ОБРАЗ  
ИДЕАЛЬНОЙ  
ДЕВУШКИ ГЛАЗАМИ  
ЮНОШЕЙ-  
ПОДРОСТКОВ»



# ОФИЦИАЛЬНАЯ СОЦГРУППА ПРОЕКТА



Екатерина Новосёлова

5 фев в 10:50

★ Мой отзыв о проекте для тьюторского альбома ★

Этот проект очень интересный и увлекательный. В нём ты учишься правильному общению и контакту с людьми, как своего возраста, так и старшего, на одном из занятий узнаешь о том, какие вещи тебе лучше всего носить. Ты обретаешь для себя новые знания на разные темы, от самой банальной уборки до организации каких-либо праздников.

[Показать полностью...](#)



Команда  
«НОВОСТИЙЩИКИ»  
постоянно до и после  
мероприятия  
выкладывают  
новостные посты в  
официальную группу.  
На мастер-классе  
«КАК создать яркий  
пост» девушкам  
рассказали как это  
делать.

# НАШИ ТЬЮТОРЫ-организаторы:

Гейль **Александра**

Красникова **Дарина**

Коротаяева **Елена**

Корсукова **Дарья**

Мещерякова **Софья**

Суцук **Светлана**

Банникова **Анастасия**

Вострецова **Екатерина**



ТЬЮТОР – АНАЛИТИК: ЕКАТЕРИНА

НОВОСЕЛОВА

# Результаты проекта для

## девушек

- Узнают «**ЖЕНСКИЕ СЕКРЕТЫ**» от самых разных экспертов;
- Создадут свой уникальный образ, подберут **СТИЛЬ** одежды;
- Получат **ТРУДОВОЙ** и **УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ ОПЫТ** в организации собственных мероприятий;
- Изучат себя: **ПРОФОРИЕНТАЦИЯ**, сильные и слабые стороны своей личности;
- Улучшат **ВЗАИМООТНОШЕНИЯ** с микро и макро окружением, откорректирует жизненные **ЦЕЛИ** и **ЦЕННОСТИ**;
- Разовьют свои **ЛИДЕРСКИЕ КАЧЕСТВА** и умения **ЗАБОТИТЬСЯ** о слабых и маленьких;
- Получат **ТЮТОРСКИЙ АЛЬБОМ** с фотографиями, отзывами участниц и тренеров, рекомендациями о **БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ**



Проект гармоничного развития девушек - подростков «Я – ДЕВУШКА!»

Развивая,  
повышает  
самооценку!



# САМООЦЕНКА ВЫПУСКНИЦЫ

НА входе и выходе из проекта каждая девушка сама оценивает степень удовлетворенности и самореализацией. В среднем итоговая оценка на 30 -40% выше исходной.





# РУКОВОДИТЕЛИ И АВТОРЫ ПРОЕКТА

- РУКОВОДИТЕЛЬ

Мясникова Дарья  
Владимировна

К.с.н., доцент  
кафедры  
инноватики и  
интеллектуальной  
собственности  
УРФУ, «ПИСАТЕЛЬ  
ГОДА 2017», член  
Российского Союза  
писателей



- КООРДИНАТОР

Емельянова

Елена Владимировна

Старший преподаватель  
кафедры международного  
менеджмента УРФУ



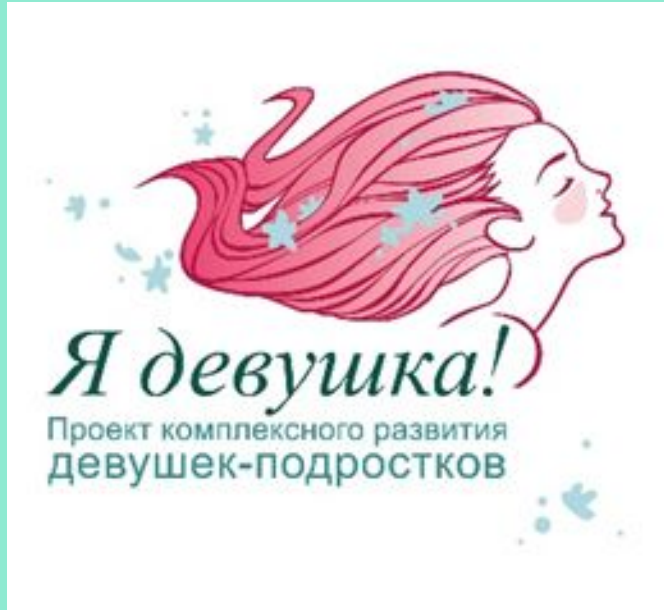
# КУДА ОБРАЩАТЬСЯ С ВОПРОСАМИ

Мясникова Дарья Владимировна  
89-222-222-172

[Dasha-v-b@yandex.ru](mailto:Dasha-v-b@yandex.ru)

Официальная группа «Я-  
ДЕВУШКА!»:

<https://vk.com/club191633517>



# Благодарю за внимание!