

Руководство для родителей



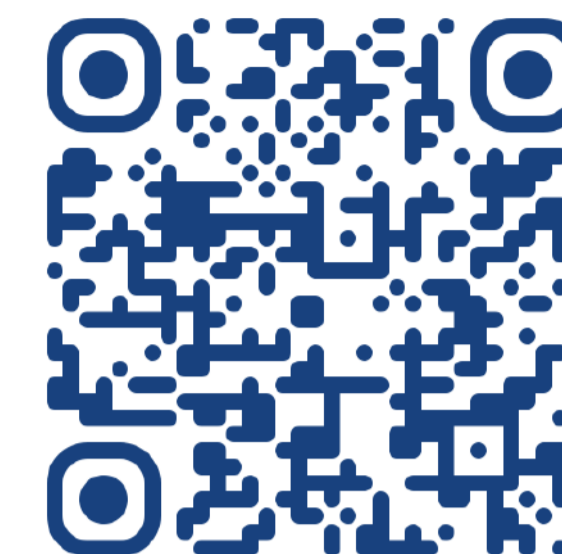
НОРНИКЕЛЬ

# Как помочь ребёнку выбрать профессию



# Содержание

---



 [Скачать](#)

Чтобы распечатать руководство, скачайте сокращённую версию для печати.



**О чём это руководство**

**Шаг 1**

**Понять интересы и склонности ребёнка**

**Шаг 2**

**Изучить актуальную информацию о профессиях**

**Шаг 3**

**Поставить цели и запланировать шаги**



**Дополнительные материалы,  
которые помогут в профориентации**

# О чём это руководство



НОРНИКЕЛЬ



# Как руководство поможет в профориентации

Переходный возраст 12–14 лет — время больших перемен. Дети начинают искать себя, узнавать мир во всём его многообразии. Профориентация — возможность познакомить ребёнка с профессиями, увидеть свои сильные стороны и выбрать собственный путь.

Руководство поможет лучше понять интересы и склонности ребёнка, чтобы направить его в выборе будущей профессии.



**Возможно, вы уже задумывались о профориентации детей, но сталкивались со сложностями**

Не знали, с чего начать и как провести разговор на тему будущей карьеры ребёнка.

Не понимали, откуда взять актуальную информацию о современных профессиях.

Опасались принять неправильное решение.

**С помощью полезных материалов руководства сможете помочь ребёнку сделать правильный выбор**

Поймёте, с чего начать, как заинтересовать подростка и что делать дальше. Узнаете, как вести разговор и какие вопросы задавать.

Сможете изучить и обсудить вместе с ребёнком 147 профессий из 12 разных сфер деятельности.

Поможете ребёнку принять объективное решение.

# Следуйте пошаговым рекомендациям, чтобы профориентация дала результаты

Каждый раздел руководства посвящён отдельному этапу. Вы можете следовать всем советам или выбрать подходящие для себя.

Краткое содержание каждого этапа:

## Шаг 1

### Определите интересы и склонности ребёнка

#### Полезное действие

Обсудите вместе с ребёнком вопросы, которые помогут определить, что ребёнок хочет, может, умеет и знает.

#### Результат

Материал для анализа интересов и предпочтений вашего ребёнка, который подскажет направления для выбора обучения и карьеры.

## Шаг 2

### Изучите актуальную информацию о профессиях

#### Полезное действие

Вместе с ребёнком исследуйте портал с рассказами о 147 специальностях. Пройдите тест на профориентацию, который поможет определить сильные стороны ребёнка и подходящие сферы деятельности.

#### Результат

Понимание, какие профессии наиболее востребованы на современном рынке, какие навыки и знания необходимы для их освоения. Рекомендации теста по подходящим профессиональным сферам и качествам ребёнка.

## Шаг 3

### Поставьте цели и составьте план развития

#### Полезное действие

Обсудите с ребёнком цели и помогите ему составить индивидуальный план развития.

#### Результат

Представление о том, к чему ребёнок может стремиться в ближайшие годы, и конкретные шаги, которые помогут достичь целей.

# Чтобы ваша помощь была действительно полезной, помните про 10 заповедей родителя

Роль родителей в процессе профориентации бесценна. Ваша поддержка, понимание и участие могут стать решающим фактором в выборе дороги, которая принесёт ребёнку счастье и успех в будущем.

Но чтобы не пропустить важные сигналы от ребёнка и найти баланс между наставничеством и давлением, следуйте 10 заповедям, которые помогут поддерживать этот баланс.



- 1 Быть открытыми к обсуждению различных профессий, не ограничивать выбор ребёнка.
- 2 Поощрять самостоятельность и инициативу в принятии решений.
- 3 Не навязывать собственное мнение.
- 4 Устраивать семейные встречи для обсуждения будущей карьеры ребёнка.
- 5 Исследовать вместе с подростком новые профессии, ведь мир постоянно меняется.
- 6 Помочь ребёнку найти наставника или ментора.
- 7 Не бояться обращаться к профориентационному консультанту.
- 8 Обеспечить поддержку в трудные периоды выбора.
- 9 Помнить, что профориентация — это процесс и он может занять время.
- 10 Относиться к ошибкам и неудачам как к возможности для роста и обучения.

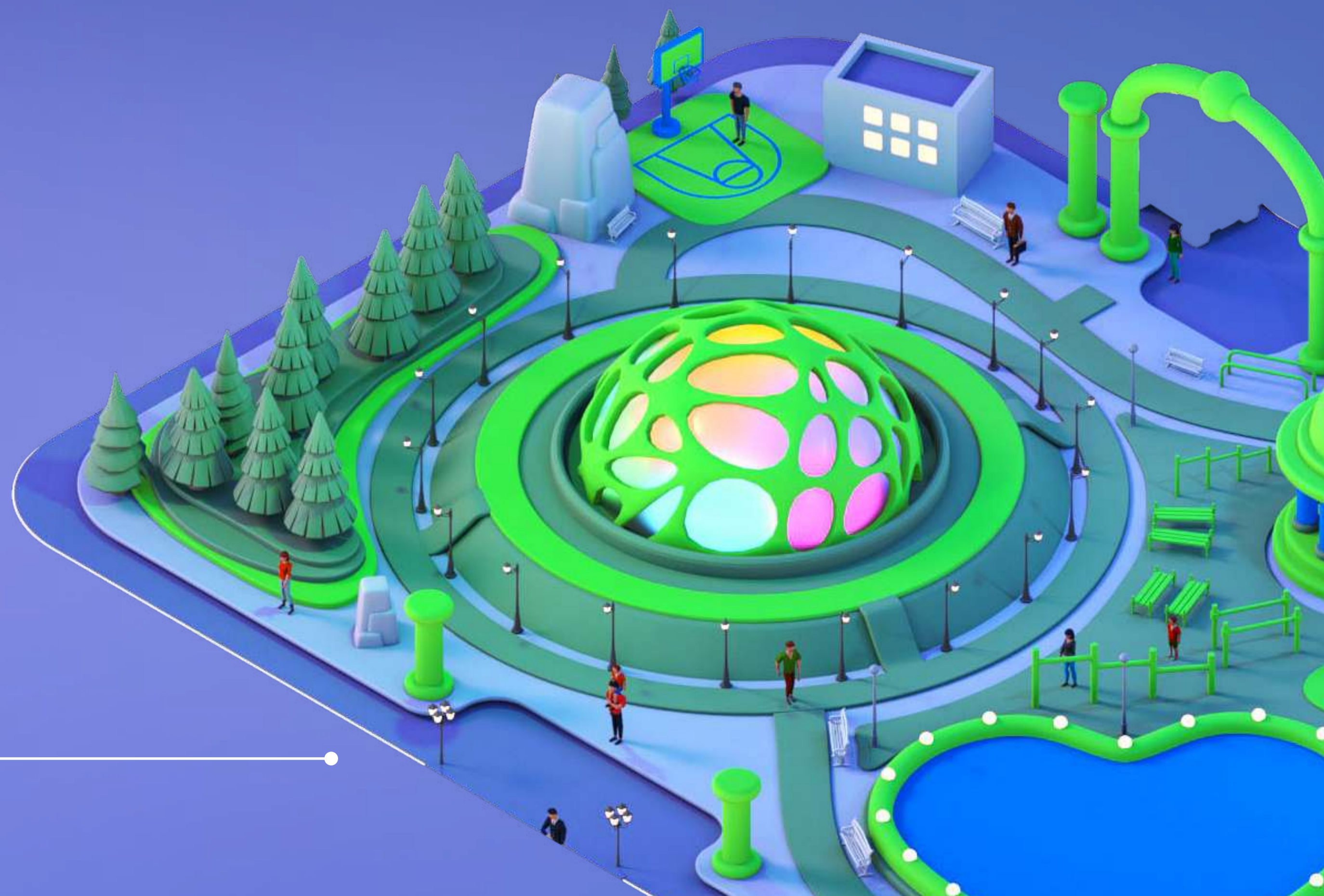
Шаг 1



НОРНИКЕЛЬ

# Понять интересы и склонности ребёнка

Определите уникальные интересы и склонности ребёнка, чтобы понять, какие сферы деятельности могут понравиться ему.



Город профессий «Норникеля»  
Экологический район

Шаг 1. Понять интересы и склонности ребёнка

# Поговорите с ребёнком и узнайте его интересы и увлечения, чтобы помочь увидеть закономерности в своих предпочтениях

## Результат этапа:

- ✓ Список интересов и навыков ребёнка.
- ✓ Понимание, какие типы деятельности и задачи мотивируют его больше всего.

Знания станут основой для исследования и обсуждения вместе с ребёнком вариантов профессионального развития.

Помните, что ваша главная роль — быть поддержкой, источником информации и надёжным советчиком, а не принимать решения за ребёнка.

Этот процесс важен не только для профессионального самоопределения подростка, но и для личностного развития и формирования уверенности в себе.



Шаг 1. Понять интересы и склонности ребёнка

# Поговорите с ребёнком и запишите ответы

Задавайте вопросы и записывайте ответы в графы ниже. Не оценивайте ответы, а выслушайте и попытайтесь понять.

Что мне интересно изучать, делать, развивать в себе?

Чем бы мне хотелось всегда заниматься?

Что я совсем не люблю делать?

От выполнения каких заданий я получаю удовольствие?

Я люблю читать книги про...

Продолжение опросника 

## Шаг 1. Понять интересы и склонности ребёнка

# Поговорите с ребёнком и запишите ответы

Задавайте вопросы и записывайте ответы в графы ниже.

Не оценивайте ответы, а выслушайте и попытайтесь понять.

Меня часто хвалят, когда я делаю...

Мои друзья ценят во мне...

Я всегда достигаю результата, если задача связана с...

Я регулярно просматриваю блоги, паблики и ищу  
дополнительную информацию о...

Лучшие оценки в школе я получаю по предметам...

Какие задачи я могу выполнять хорошо?

Шаг 1. Понять интересы и склонности ребёнка

# Проанализируйте ответы ребёнка из предыдущей анкеты

Попробуйте определить, что он хочет, может, умеет и знает. Это поможет выявить его таланты, интересы и увлечения, на которые можно ориентироваться при выборе.

Хочет

Может

Знает

Умеет

Шаг 2



НОРНИКЕЛЬ

# Изучить актуальную информацию о профессиях

Познакомьте ребёнка с миром профессий, помогите разобраться, чем отличаются разные специальности и какие навыки для них нужны.



Город профессий «Норникеля»  
Норильск

# Изучите вместе с ребёнком, какие есть профессии и в чём их особенность

## Результат этапа:

- ✓ Актуальная информация о современных профессиях.
- ✓ Материал для подробного обсуждения интересных сфер деятельности с ребёнком.
- ✓ Рекомендации вузов-партнёров «Норникеля».

Понимание интересов, сильных и слабых качеств и профессиональные рекомендации помогут составить план для выбора профессии.

## Пройдите тест на профориентацию, чтобы получить:

- ⚙️ Список сильных качеств вашего ребёнка.
- ⚙️ Понимание, какие качества стоит улучшить.
- ⚙️ Рекомендации сфер деятельности, которые подходят ребёнку.

Шаг 2. Исследовать Город профессий

# Ищите актуальную и понятную информацию о разных специальностях на портале «Город профессий Норникеля»

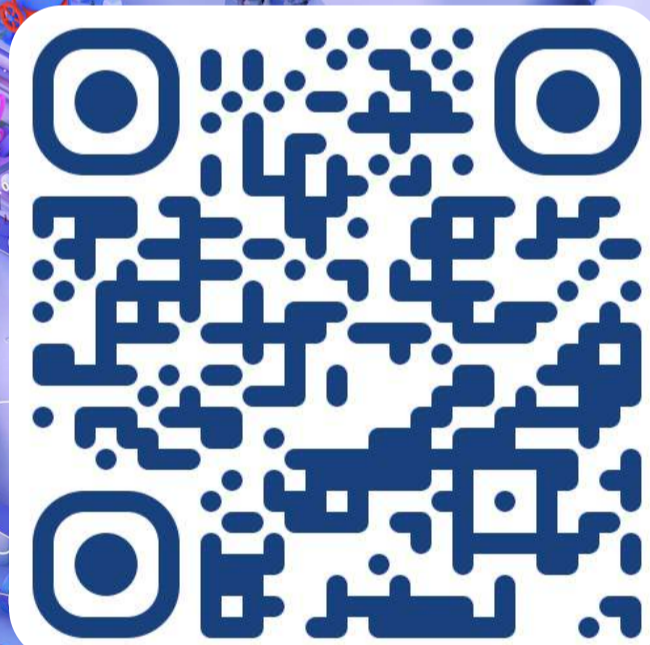
13 сфер деятельности

Игра-квест, которая вовлечёт в изучение

147 специальностей

Лёгкий игровой дизайн

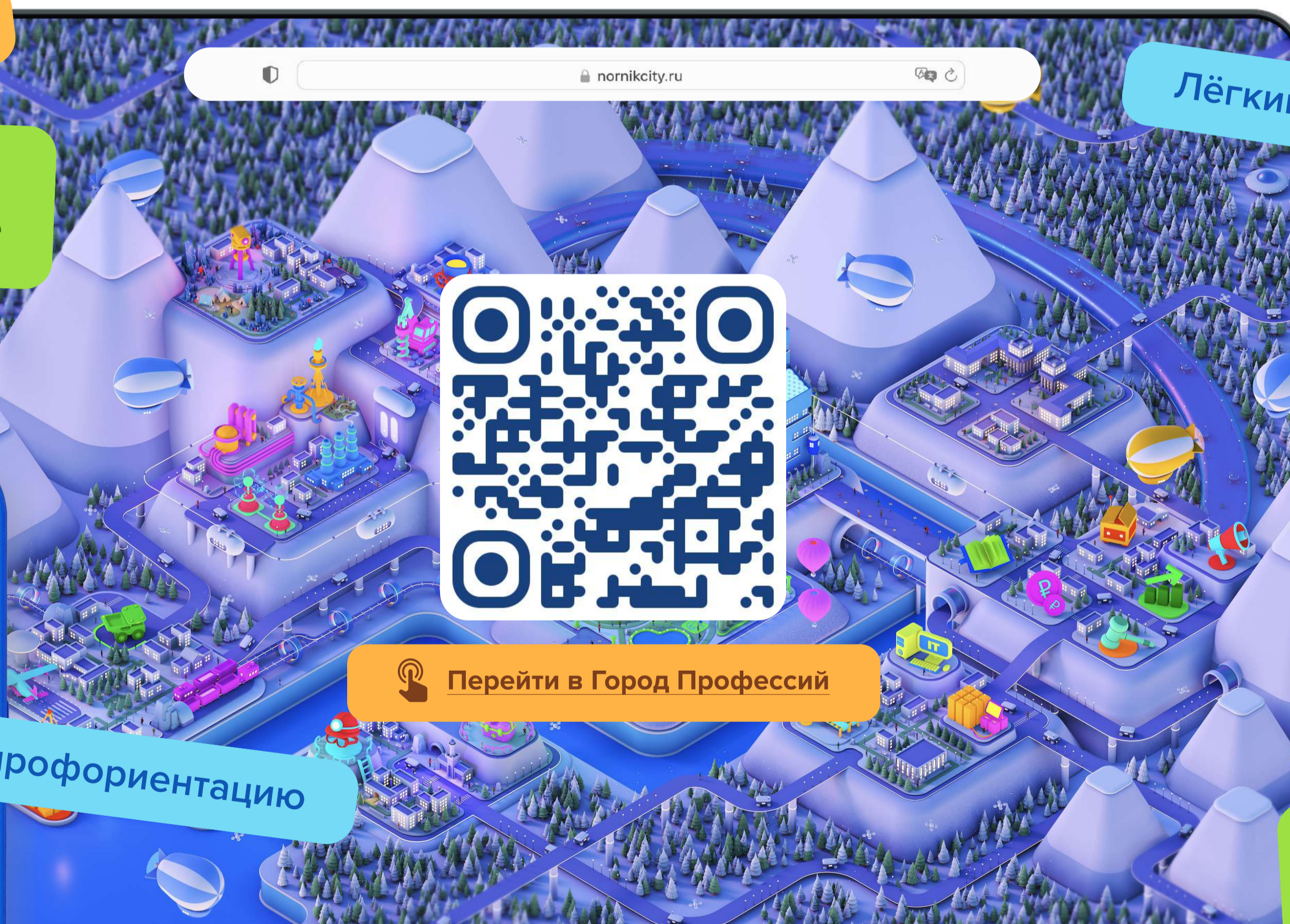
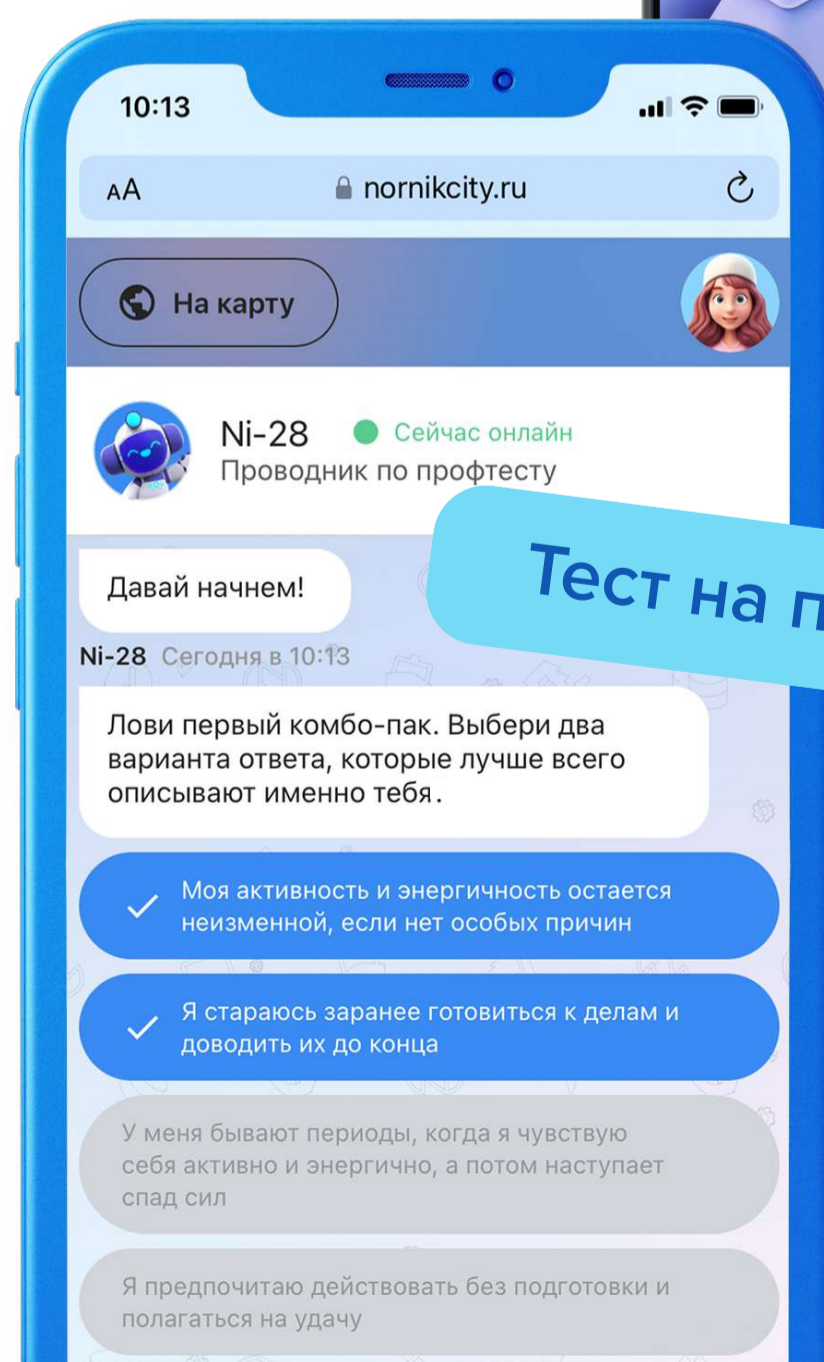
23 мини-квиза



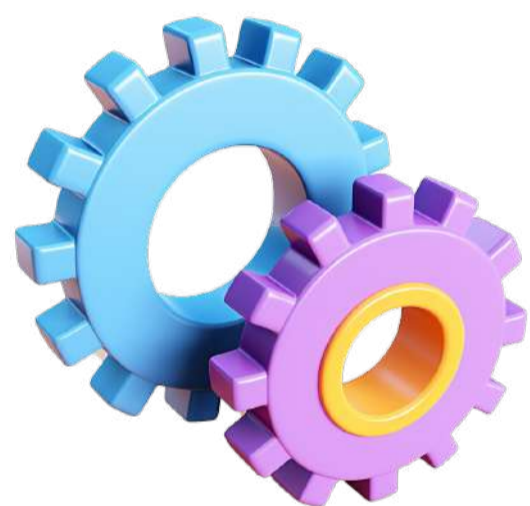
Перейти в Город Профессий

Тест на профориентацию

Забавный бот-помощник Ni-28



# Профессии описаны в доступной форме, чтобы каждый ребёнок смог понять, как устроена работа по специальности



## Рассказываем просто о сложном

Чтобы подогреть интерес и желание узнавать новое, объясняем сложное на понятных метафорах и аналогиях.



## Оцениваем перспективы профессий

В каждой профессии можно расти по-разному. Важно рассказывать об этом ребёнку, чтобы мотивировать его стремление к развитию.



## Помогаем оценить востребованность

Мир постоянно меняется, каждый год появляются новые профессии и теряют актуальность существующие. Оцениваем, насколько профессии перспективны и у кого будет возможность найти работу через много лет.



## Честно раскрываем особенности работы

Откровенно рассказываем, чем занимаются специалисты и в каких условиях трудятся. Понимание, что происходит на рабочем месте, поможет ребёнку определить, подходит ли ему эта профессия или нет.

Шаг 2. Исследовать Город профессий

# Пройдите тест на профориентацию, чтобы узнать качества ребёнка и подходящие для него профессии

## Пройдите тестирование

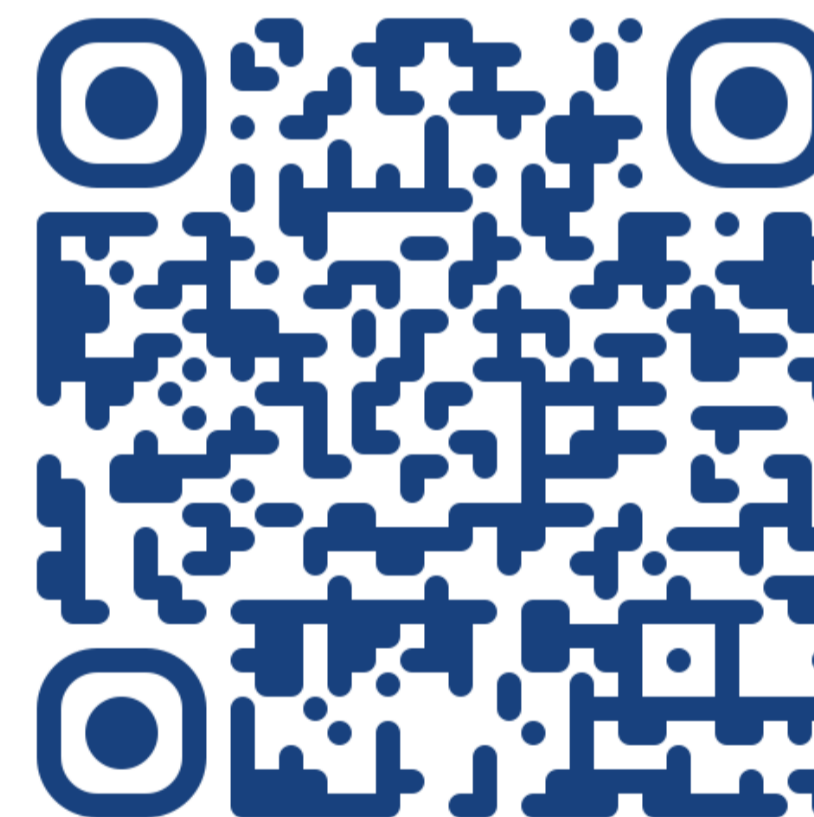
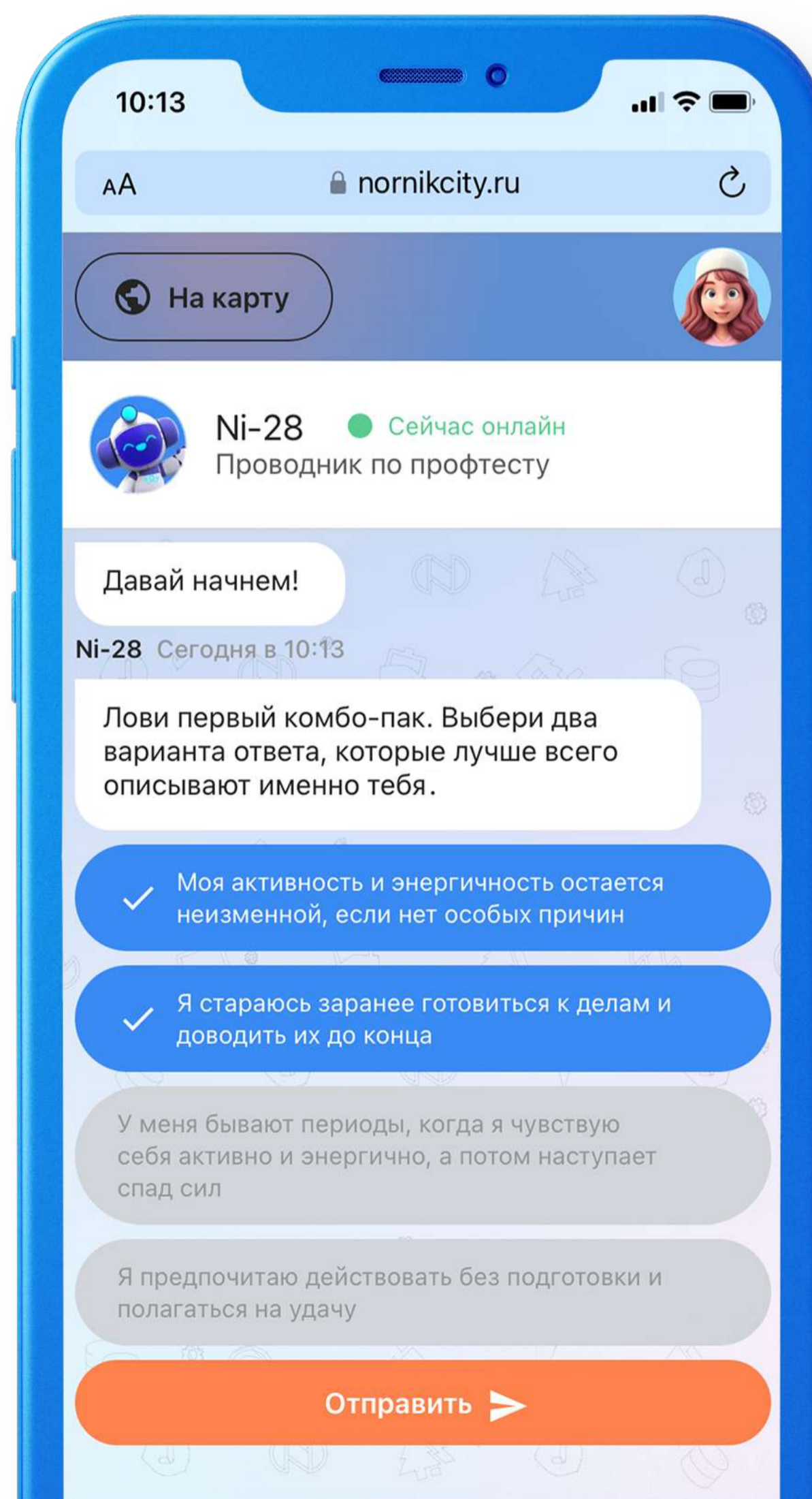
Предложите пройти тест, обсудите вопросы и возможные ответы.

## Изучите результаты

Вместе с ребёнком изучите рекомендации теста. Совпадают ли они с интересами и увлечениями ребёнка?

## Обсудите результаты

Используйте результаты теста как основу для диалога и исследования, а не как строгую инструкцию. Обсуждение результатов поможет вашему ребёнку лучше понять себя и свои желания, а вам — быть более осведомлённым и поддерживающим родителем.



 [Пройти тест](#)

Тест основан на методиках В.В. Гуленко и И. Бриггс Майерс, и адаптирован для школьников при поддержке психолога-профориентатора.



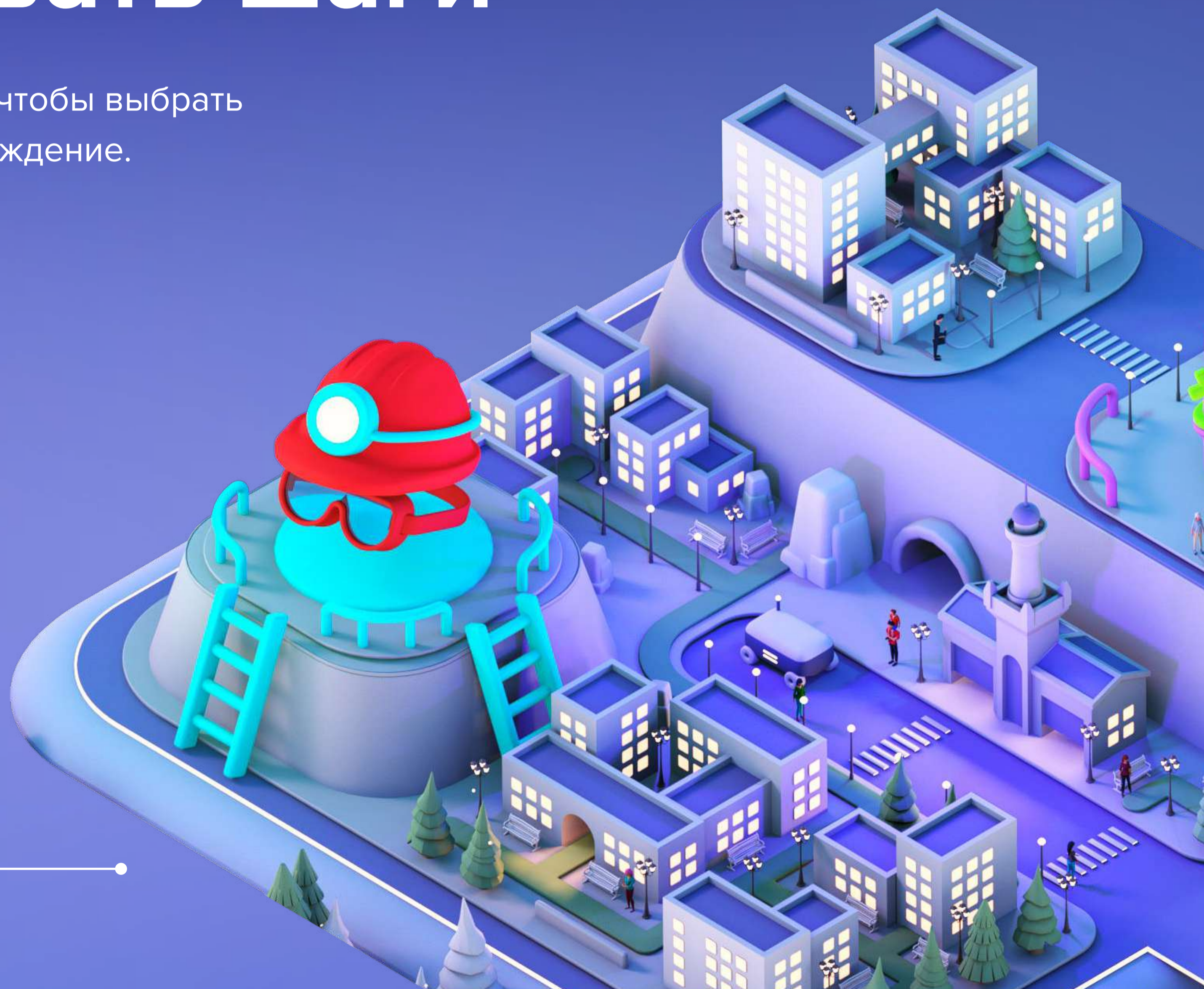
Шаг 3



НОРНИКЕЛЬ

# Поставить цели и запланировать шаги

Помогите ребёнку спланировать шаги, чтобы выбрать профессию и поступить в учебное учреждение.



Город профессий «Норникеля»  
Район безопасности и медицины

Шаг 3. Поставить цели и запланировать шаги

# Помогите ребёнку сформировать план действий, который приведёт его к работе мечты

## Результат этапа:

- ✓ План действий, который поможет ребёнку не только определиться с профессиональными предпочтениями, но и сохранить интерес к выбранной сфере.

## Составьте план развития

- ⚙ Перечитайте свои записи, посмотрите результаты теста и вместе с ребёнком составьте план развития. Это поможет сфокусироваться на достижении целей.

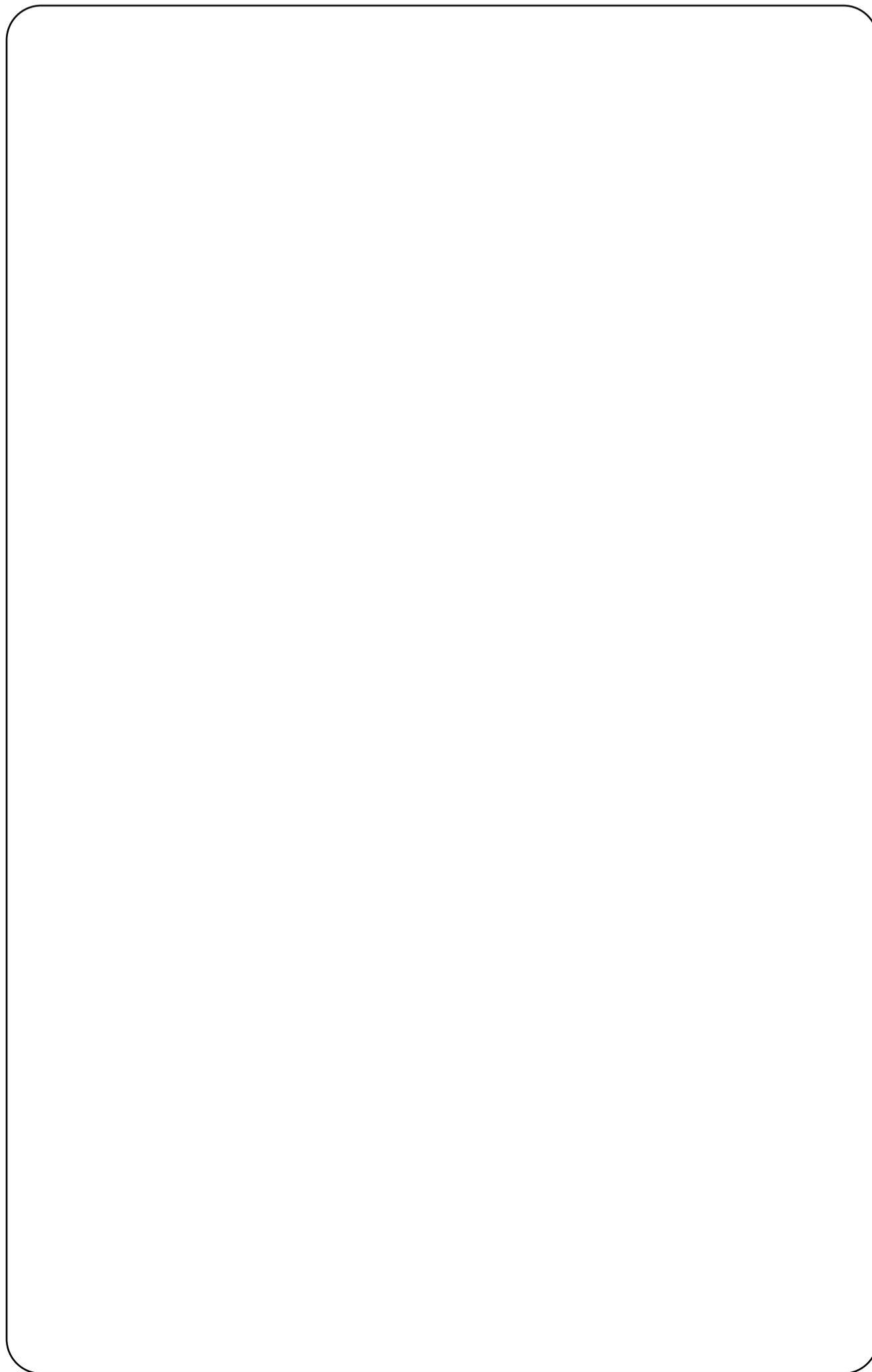


### Шаг 3. Поставить цели и запланировать шаги

# Составьте план развития

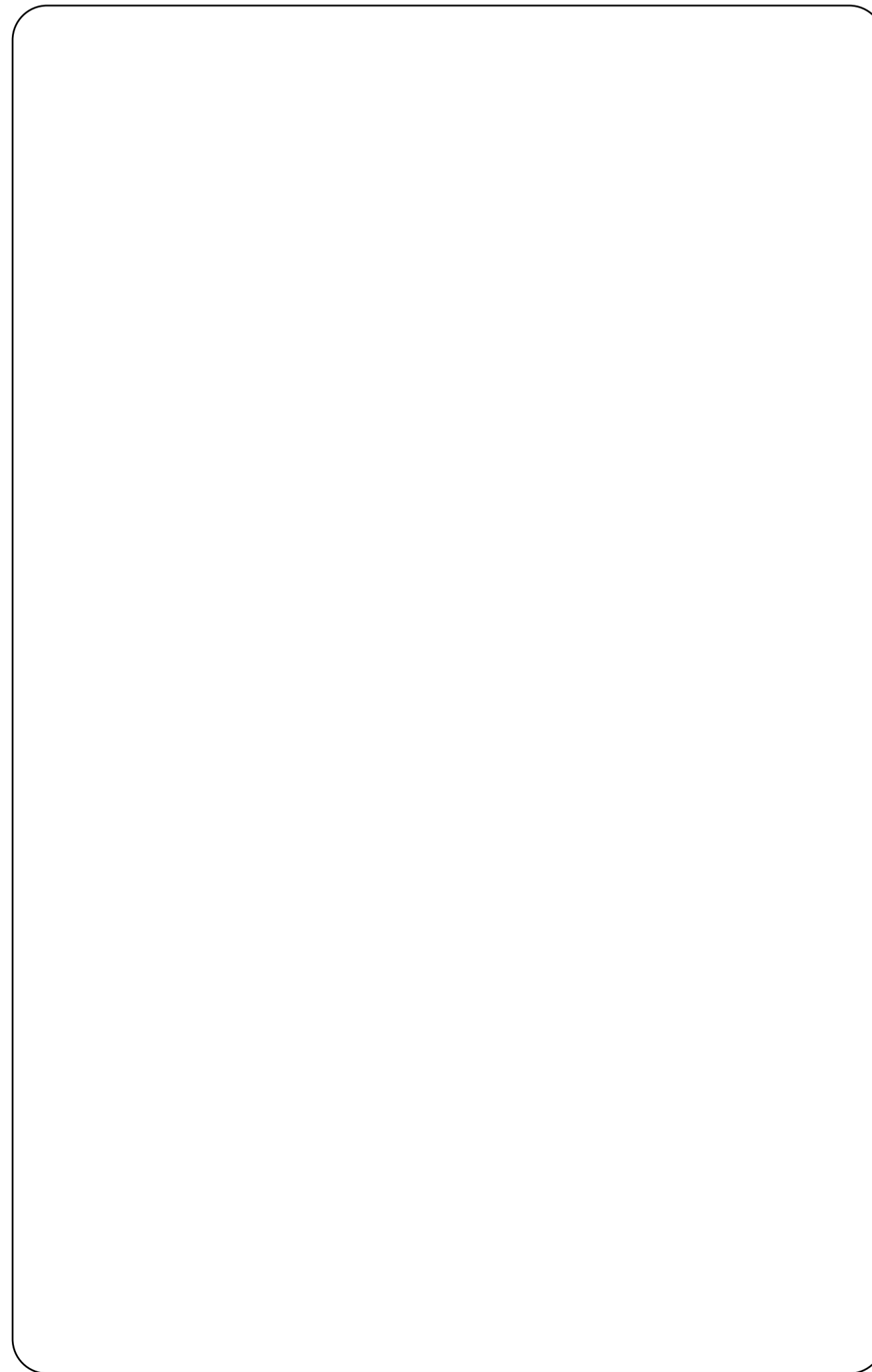
#### Определите цели ребёнка

Что он хочет достичь в жизни и работе? Это может быть конкретная профессия или область деятельности.



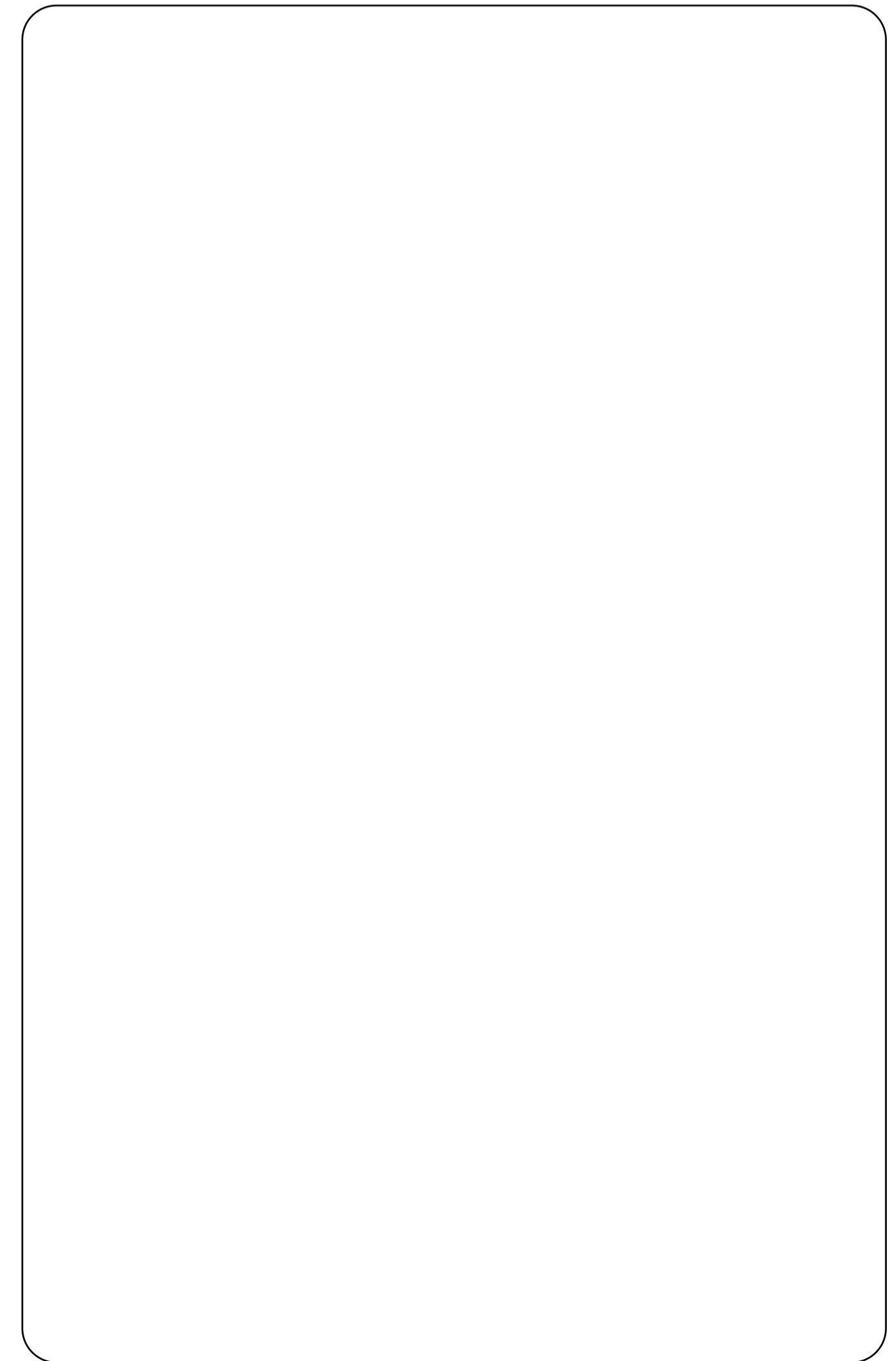
#### Изучите профессии, которые нравятся ребёнку

Запишите, какие навыки нужны для их освоения.



#### Разработайте план действий

Напишите, какие шаги нужно сделать для достижения целей: прочитать книгу, получить образование, набраться опыта.



# Дополнительные материалы, которые помогут в профориентации



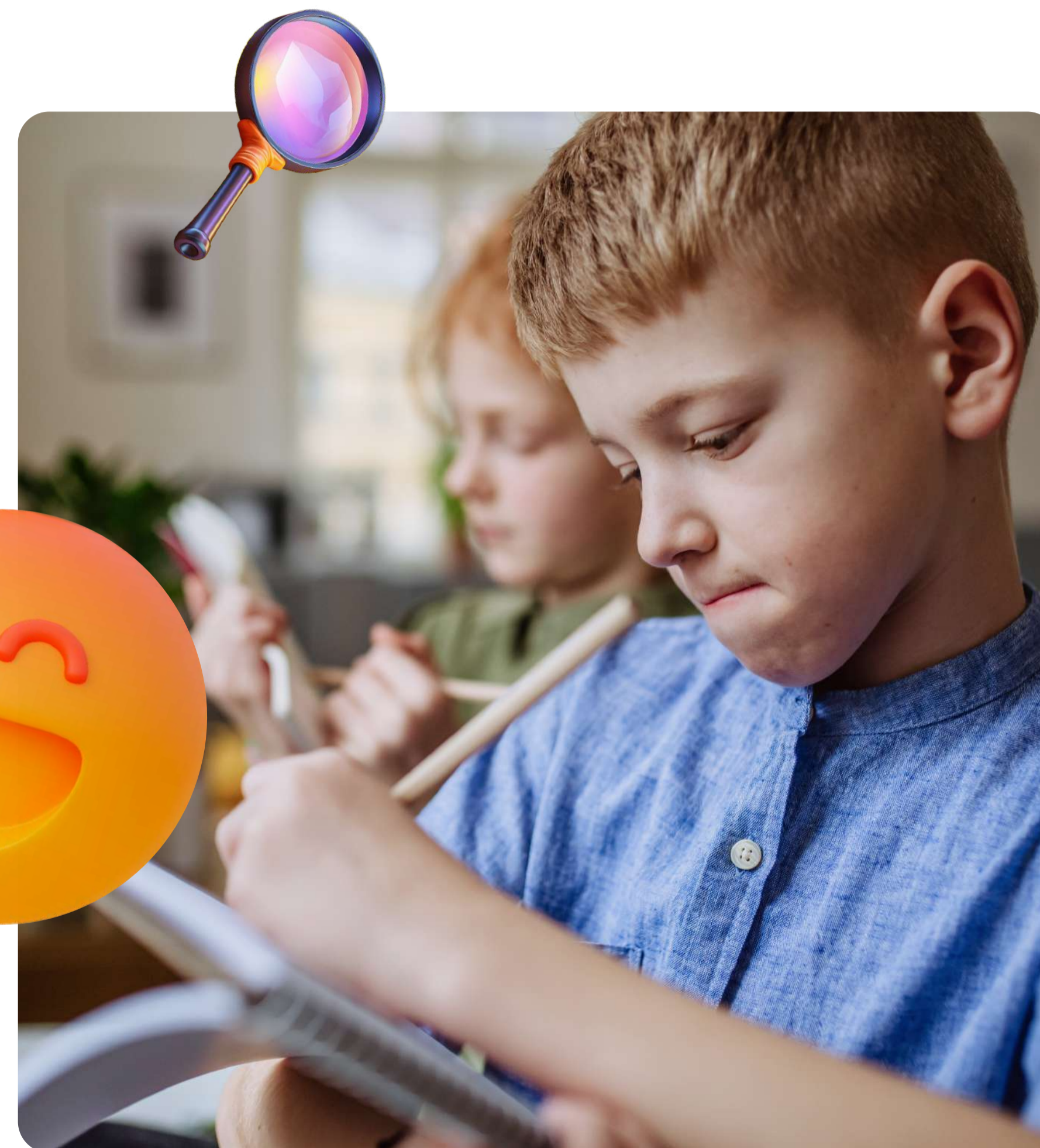
Советы по общению с детьми разных возрастов и дополнительные инструменты профориентации.



Город профессий «Норникеля»  
Бизнес-парк

# Как работать с разными возрастными школьниками: 6 и 7 классы

В этом возрасте дети начинают активно исследовать мир вокруг себя, поэтому их интересы могут часто меняться. Это нормально. Ваша роль — поддерживать их любопытство.



## **Сфокусируйтесь на разнообразии:**

предложите ребёнку посещать различные кружки, секции и мастер-классы. Это поможет им определить свои предпочтения.



**Помогите ребенку увидеть многообразие профессий:** обсудите, какие профессии кажутся интересными или странными и почему. Рекомендуем использовать материалы портала «Город профессий» для расширения кругозора.



**Не ставьте под сомнение изменчивость интересов ребенка:** в этом возрасте это естественная часть исследования себя и мира.

Дополнительные материалы

# Как работать с разными возрастными школьниками: 8 и 9 классы

Подростки в этом возрасте серьёзнее задумываются о своём будущем, хотя многие ещё разбираются со своими предпочтениями и желаниями.



**Вовлекайте ребёнка в беседы о будущих профессиях:** обсуждайте его взгляды на разные сферы деятельности.



**Посещайте дни открытых дверей в средних и высших учебных заведениях,** профориентационные мероприятия и мастер-классы профессионалов.



**Обсуждайте выбор предметов** для более серьёзного изучения, основываясь на интересах ребёнка.



Дополнительные материалы

# Как работать с разными возрастными школьниками: 10 и 11 классы

Учащиеся старших классов активно выбирают вуз и будущую специальность. Ваша задача — помочь определиться с целями и подготовиться.

- ❗ **Обсуждайте с ребёнком требования поступления в вузы, специфику различных профессий.**
- ❗ **Помогайте формулировать долгосрочные цели и шаги, которые нужно предпринять для их достижения.**
- ❗ **Поддерживайте ребёнка во время подготовки к экзаменам, помогайте находить баланс между учёбой и отдыхом.**



# Рекомендации других тестов

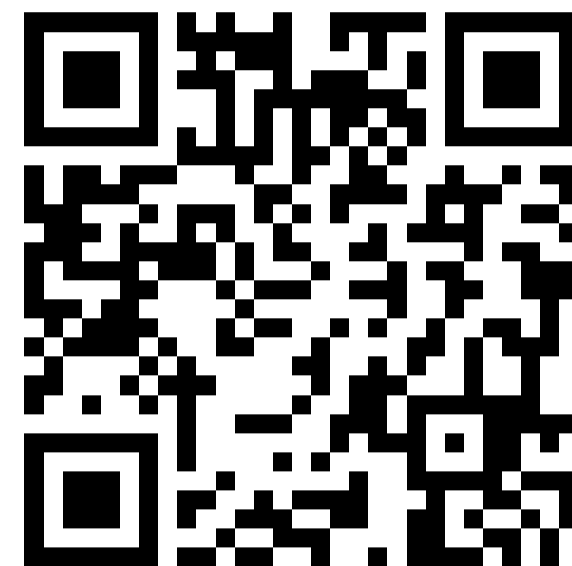
Воспользуйтесь другими инструментами профориентации, чтобы лучше узнать сильные стороны и профессиональные предпочтения вашего ребёнка.



## Матрица выбора профессии

Определит, какие профессии соответствуют интересам и способностям ребёнка.

 [Посмотреть тест](#)



## Тест «Якоря карьеры»

Покажет, какие ценности и интересы важны в будущей профессии.

 [Посмотреть тест](#)



## Карта интересов Филимоновой

Покажет наиболее интересные профессиональные области.

 [Посмотреть тест](#)



## Тест на определение когнитивно-деятельностного стиля

Определит, как ребёнок работает с информацией и каким образом принимает решения.

 [Посмотреть тест](#)



## Тест на определение профессиональной готовности

Оценит готовность к работе в разных профессиональных областях.

 [Посмотреть тест](#)



## Тест на определение ведущей модальности

Установит, как ребёнок воспринимает информацию при общении с другими людьми.

 [Посмотреть тест](#)



# Карта профессий

## Производство электричества и тепла

- Энергодиспетчер
- Машинист-обходчик по турбинному оборудованию
- Электромонтёр главного щита управления электростанции
- Электромонтёр по обслуживанию электрооборудования электростанций
- Машинист-обходчик по котельному оборудованию
- Машинист паровых турбин
- Машинист центрального теплового щита управления котлами

## Транспортировка электричества и тепла

- Электромонтёр по ремонту и монтажу кабельных линий
- Электромонтёр по ремонту воздушных линий электропередач
- Электромонтёр по ремонту аппаратуры РЗА
- Энергодиспетчер
- Машинист насосных установок
- Оператор котельной
- Слесарь по обслуживанию и ремонту тепловых сетей

## Добыча газа

- Оператор по добыче нефти и газа
- Машинист технологических компрессоров
- Трубопроводчик линейный
- Оператор газораспределительной станции

## Коммерция и снабжение

- Специалист по снабжению
- Заведующий/начальник склада
- Кладовщик
- Специалист по продажам
- Маркетолог
- Дизайнер
- Специалист по рекламе

## HR и обучение

- Специалист по обучению и развитию персонала
- Специалист по организации и оплате труда
- Специалист по социальным программам
- Специалист по кадровому делопроизводству
- Специалист по подбору персонала
- Специалист по нормированию труда
- Инструктор производственного обучения

## Экономика и финансы

- Бухгалтер
- Экономист
- Финансист

## Юриспруденция

- Юрисконсульт
- Специалист по имущественным отношениям

## PR и связи с общественностью

- Специалист по пиару

## IT

- Архитектор IT
- Программист
- Тестировщик
- Специалист (Data Science)
- Специалист (Data analytics)
- Специалист по иск.интеллекту

## Добыча руды

- Проходчик
- Горнорабочий очистного забоя
- Взрывник
- Бурильщик
- Крепильщик
- Горный мастер
- Мастер участка
- Директор рудника

## Обогащение

- Машинист конвейера
- Дробильщик
- Машинист мельниц
- Машинист насосных установок
- Транспортёрщик
- Дозировщик реагентов
- Растворщик реагентов
- Флотатор
- Регулировщик хвостового хозяйства
- Машинист землесосного плавучего несамостоятельного снаряда

## Металлургия

- Сушильщик
- Загрузчик шихты
- Плавильщик
- Конвертерщик
- Разливщик цветных металлов и сплавов
- Электролизник водных растворов
- Чистильщик продукции
- Катодчик
- Аппаратчик-гидрометаллург
- Обжигальщик
- Аппаратчик синтеза
- Аппаратчик окисления/нейтрализации
- Машинист крана (крановщик) + на горячих участках
- Оператор пылегазоулавливающих установок
- Кислородные станции
- Аппаратчик воздуходеления
- Машинист компрессорных установок
- Машинист воздушных установок

## Экология

- Эколог

## Медицина

- Врач
- Фельдшер
- Медсестра

## Безопасность

- Специалист по безопасности и режиму
- Специалист по пром. безопасности
- Специалист по охране труда
- Газоспасатель
- Пожарный

## Геология

- Геолог
- Маркшейдер
- Геодезист
- Гидрогеолог
- Геофизик
- Петрограф

## Службы аэропорта

- Командир воздушного судна
- Второй пилот
- Штурман
- Авиадиспетчер
- Авиационный техник по горюче-смазочным материалам
- Авиационный техник по планеру и двигателям
- Авиационный техник по приборам и электрооборудованию
- Авиационный техник по радиооборудованию
- Аэродромный рабочий
- Бортовой механик вертолёт
- Мойщик воздушных судов

## Железнодорожный транспорт

- Машинист тепловоза
- Составитель поездов
- Дежурный по переезде
- Дежурный стрелочного поста
- Дорожно-путевой рабочий
- Кондуктор грузовых поездов
- Монтер пути
- Машинист железнодорожно-строительной машины
- Слесарь по ремонту подвижного состава

## Автомобили и техника

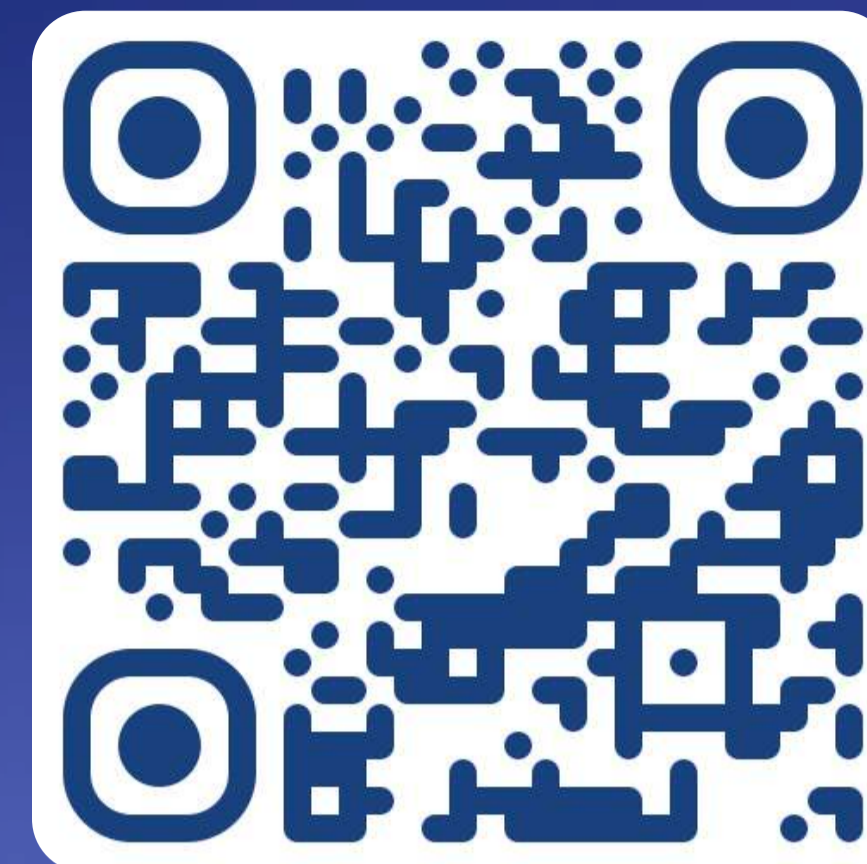
- Водитель автомобиля
- Машинист крана автомобильного
- Водитель вездехода
- Машинист бульдозера
- Транспортёрщик
- Слесарь по ремонту автомобилей
- Механик

## Морской и речной флот

- Капитан
- Судовые команды
- Механизатор (докер-механизатор) комплексной бригады
- Тальман
- Слесарь по ремонту и обслуживанию перегрузочных машин

На карте собраны все специальности, которые можно изучить в Городе профессий «Норникеля». Используйте эту схему, чтобы исследовать с ребёнком, какие бывают специальности.

Помогите ребёнку  
понять себя и сделать  
правильный выбор  
будущей профессии!



 [Перейти в Город профессий](#)

