

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

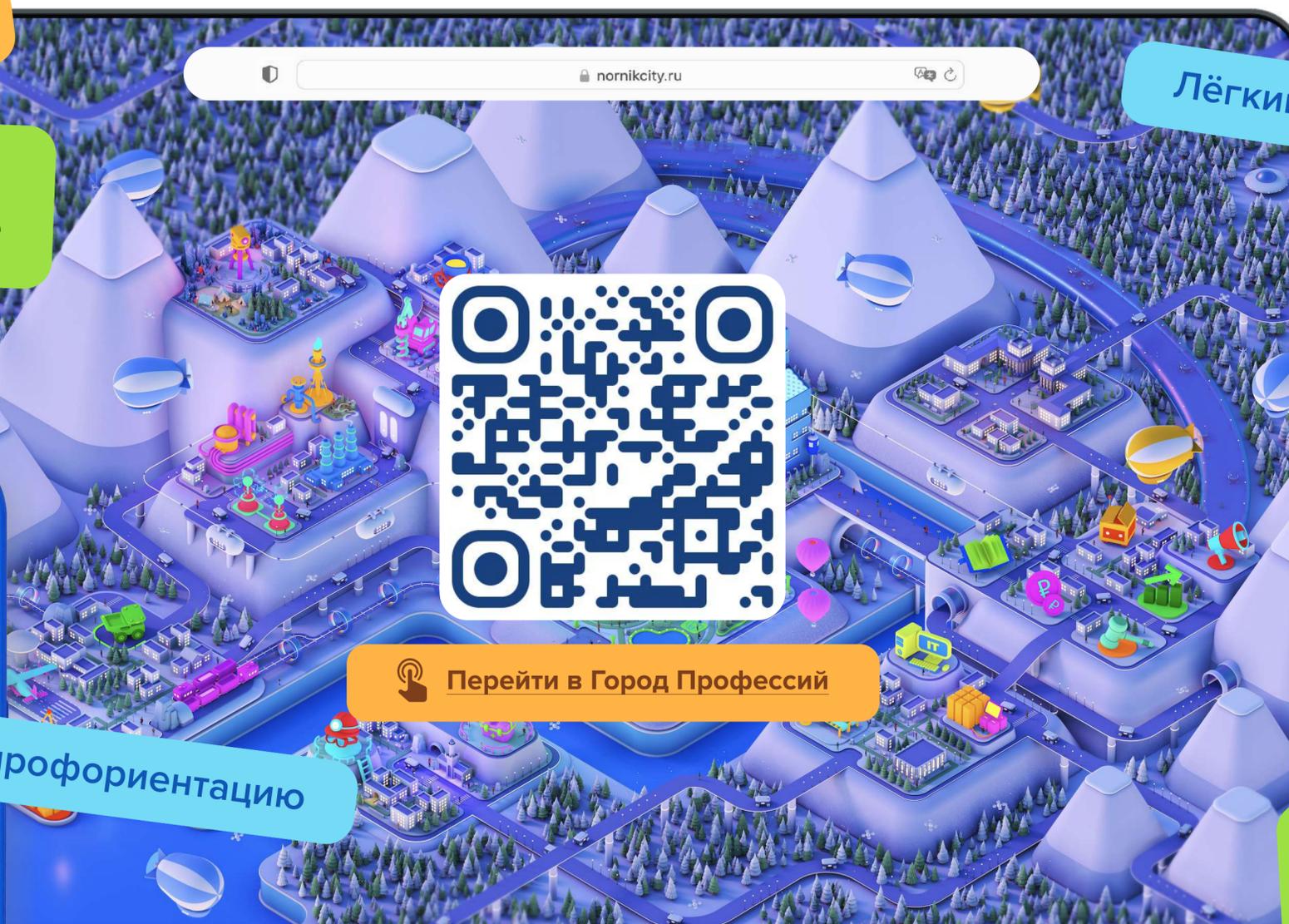
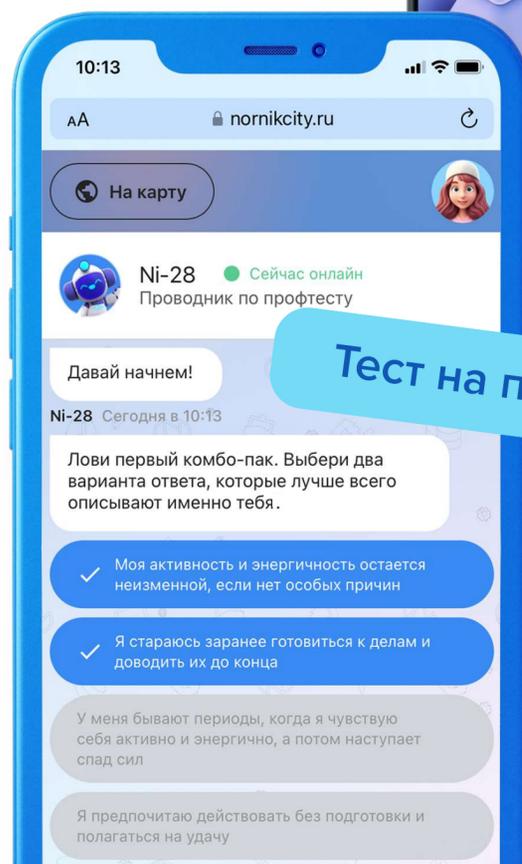
23 мини-квиза



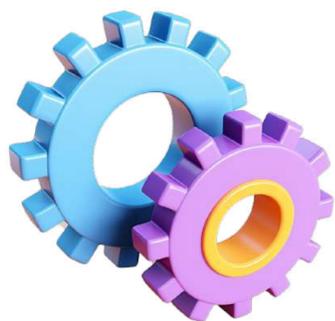
Перейти в Город Профессий

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

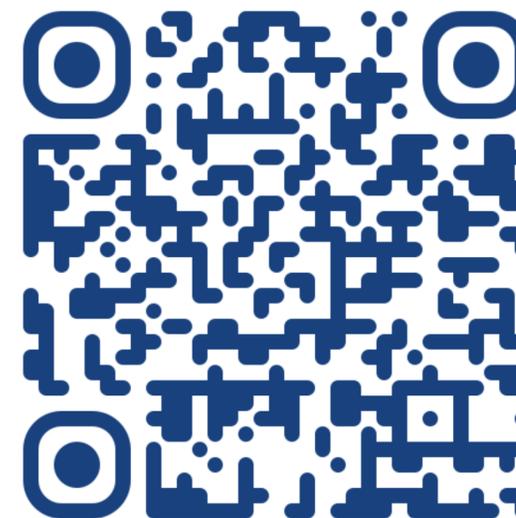
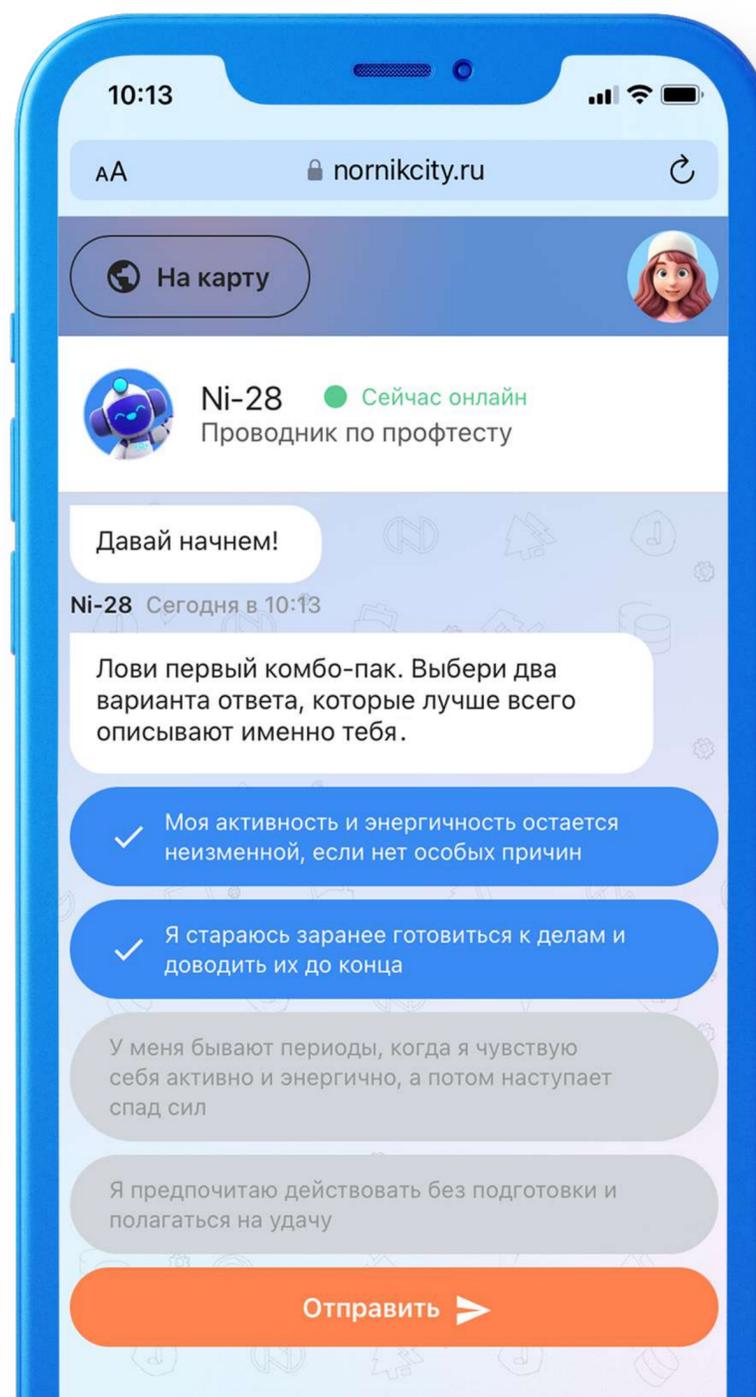
Предложите пройти тест, обсудите вопросы и возможные ответы.

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.

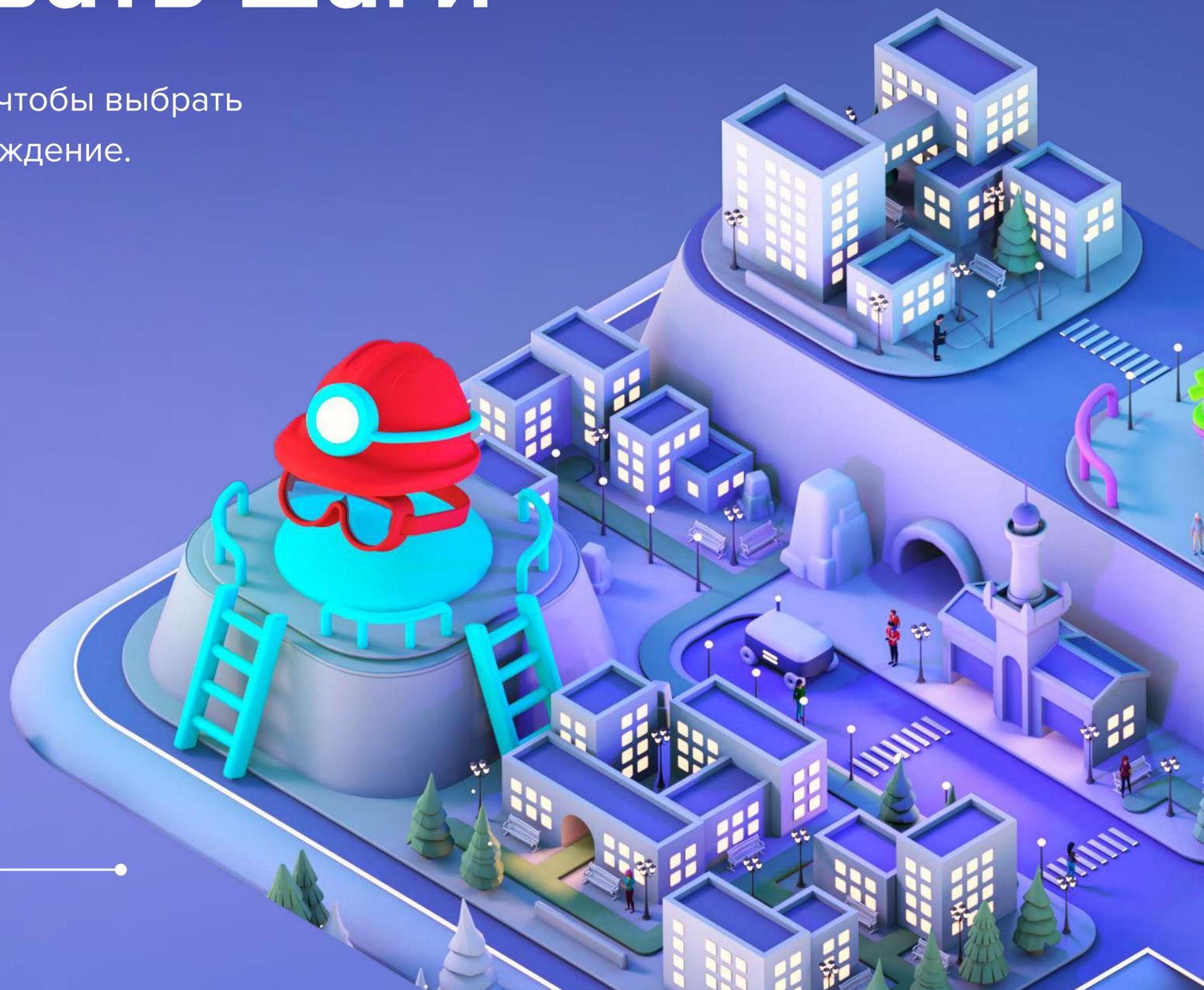
Шаг 3



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.

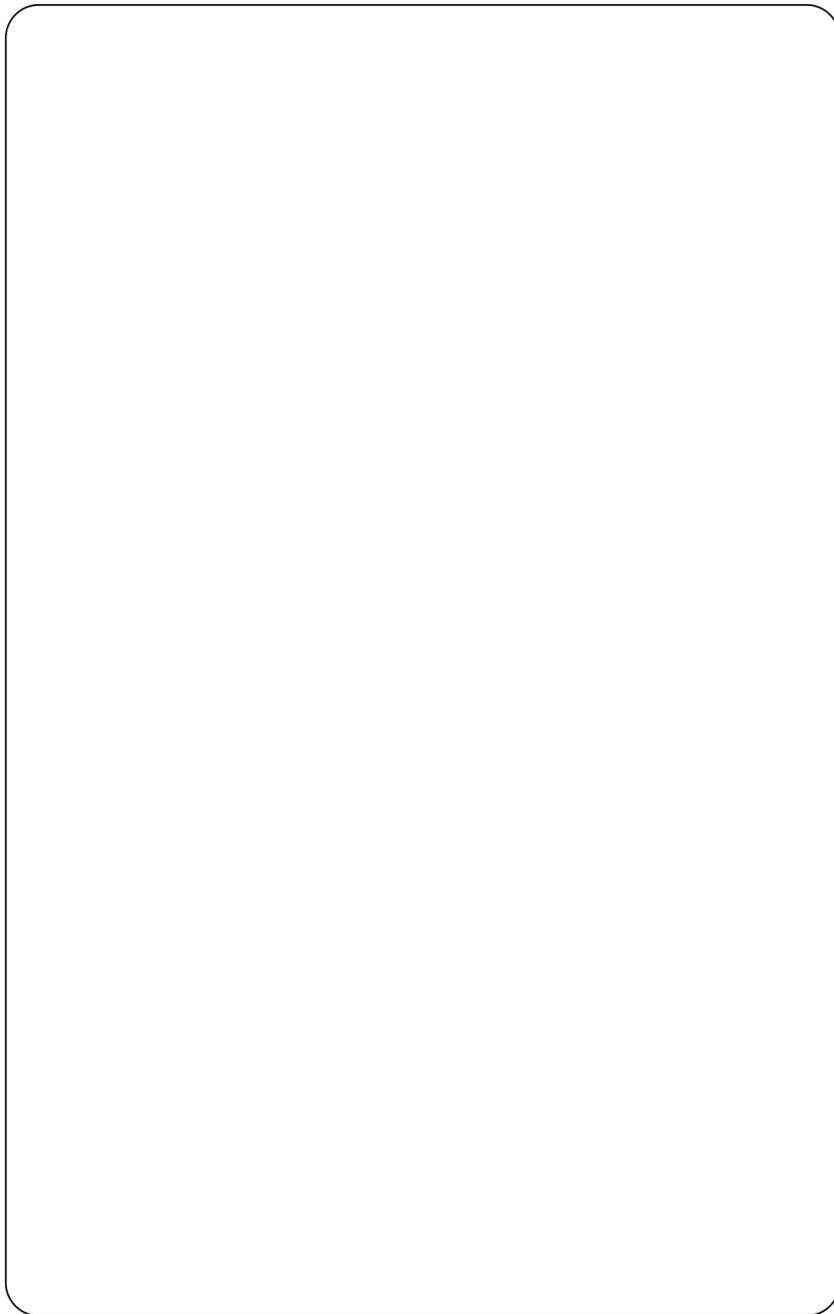


Шаг 3. Поставить цели и запланировать шаги

Составьте план развития

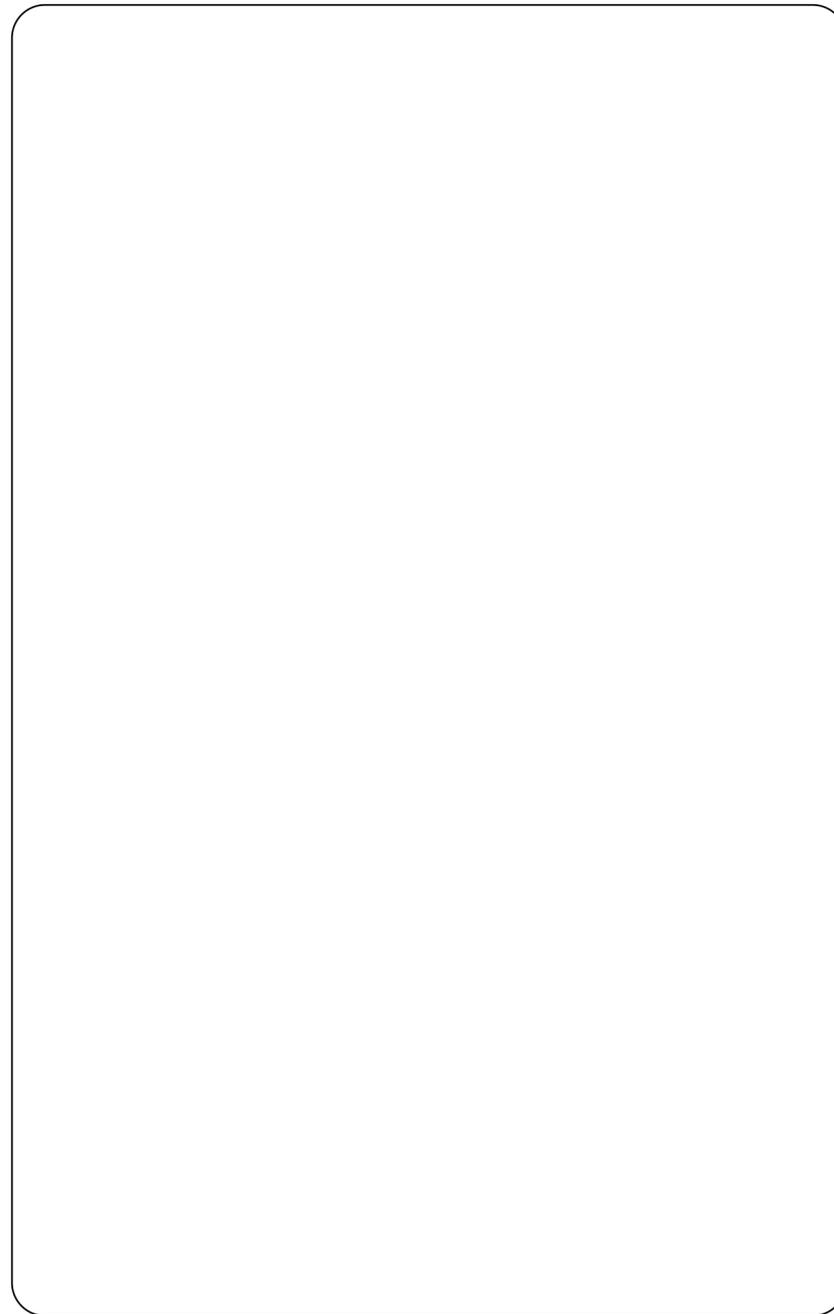
Определите цели ребёнка

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



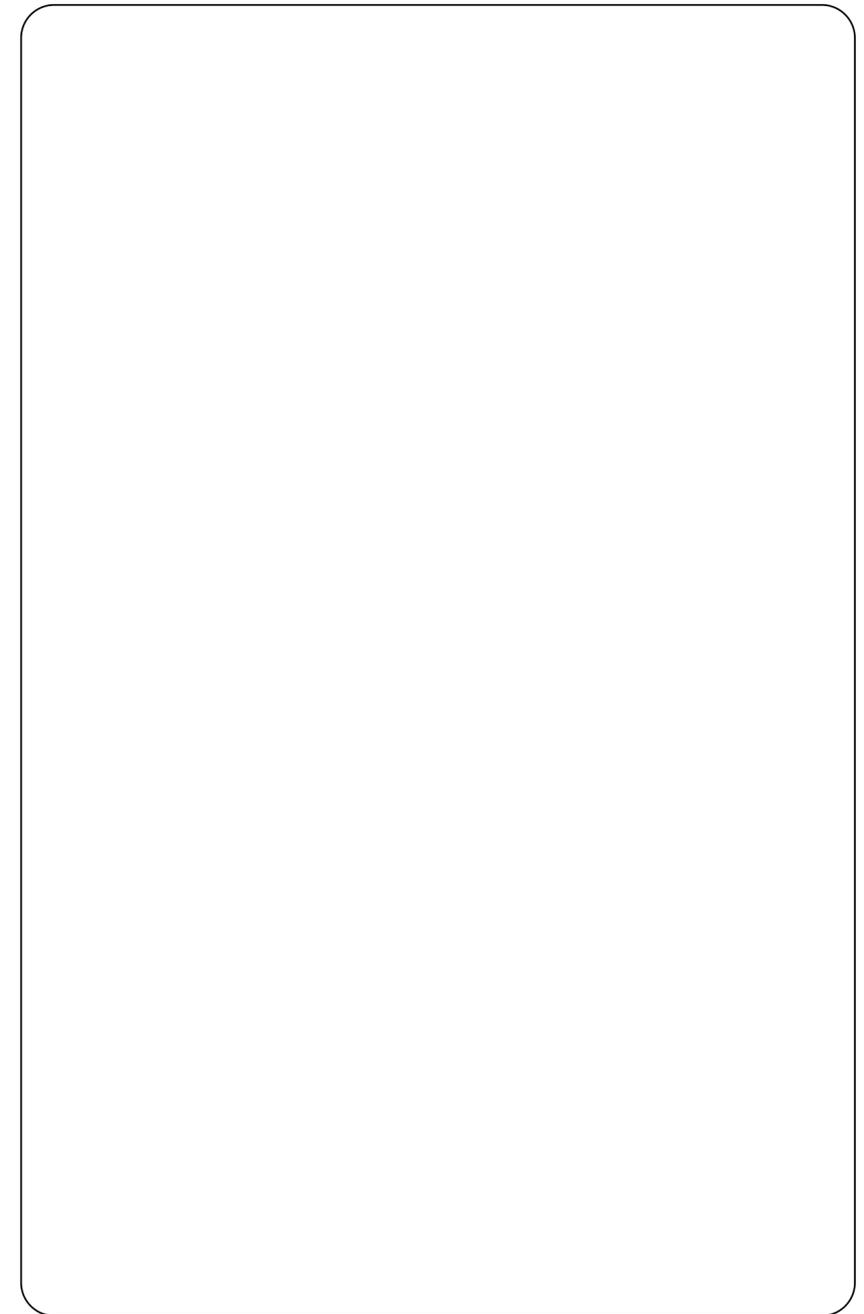
Изучите профессии, которые нравятся ребёнку

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



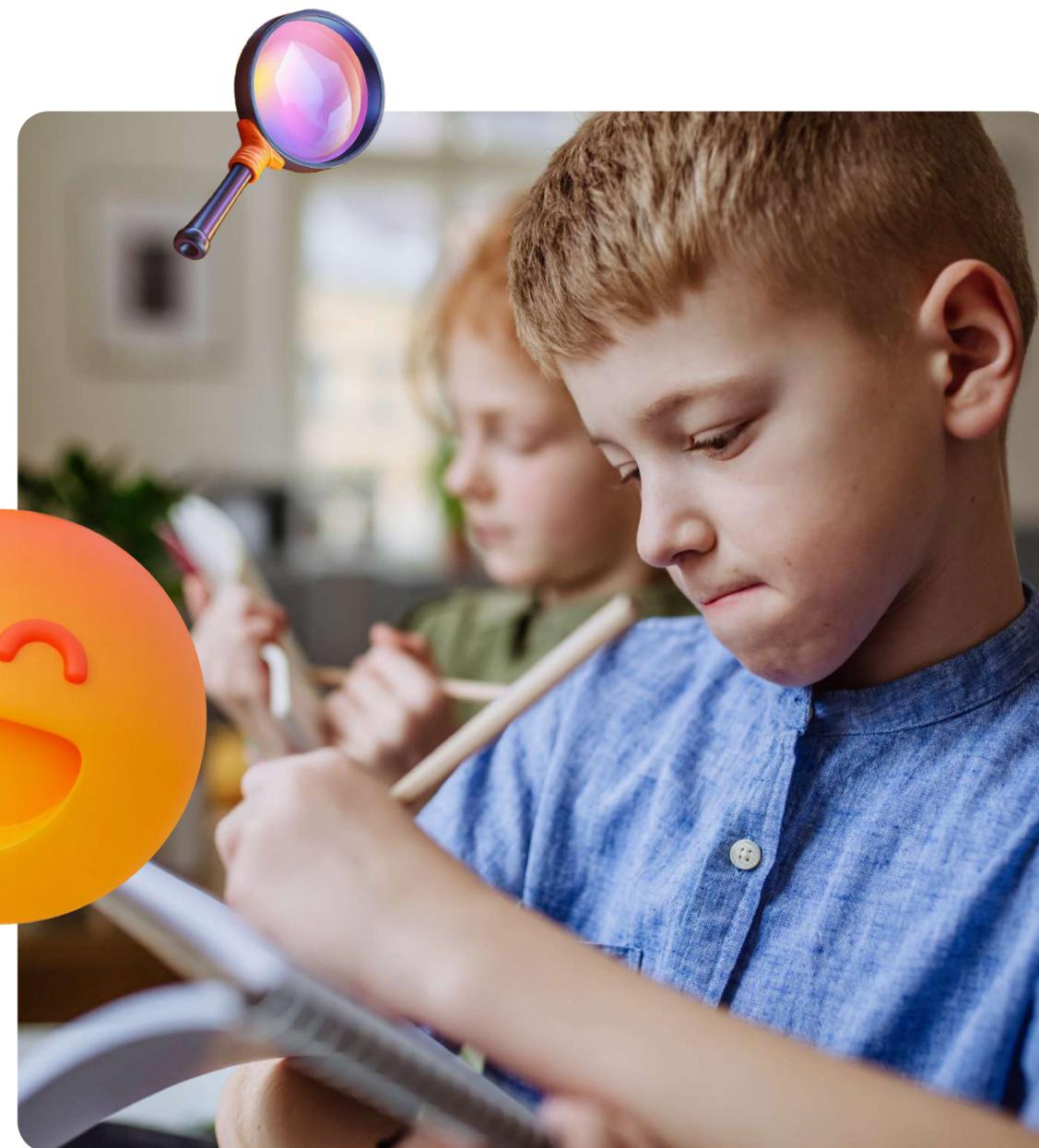
Советы по общению с детьми разных возрастов и дополнительные инструменты профориентации.



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 ребёнку 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 ребёнка: 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 вертолёта
- 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

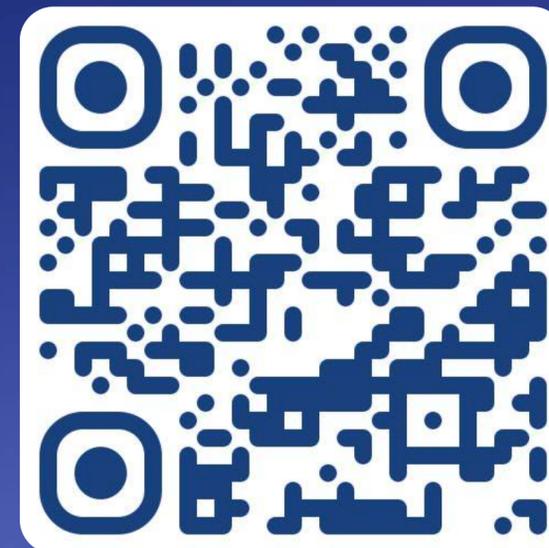
- Водитель автомобиля
- Машинист крана автомобильного
- Водитель вездехода
- Машинист бульдозера
- Транспортёрщик
- Слесарь по ремонту автомобилей
- Механик

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](#)

