

QUAND CONSULTER UN C.O.

Des besoins variés et des difficultés diverses peuvent vous amener à recourir à un conseiller d'orientation, quel que soit votre âge, votre niveau de scolarité ou votre expérience personnelle et de travail. Voici quelques descriptions qui vous aideront à voir la multitude de situations pouvant nécessiter l'intervention d'un conseiller d'orientation, afin de faciliter les choix et d'éclairer les prises de décision.

Le choix de base

J'ai besoin d'entamer une réflexion sur mon choix de carrière, de spécifier le projet professionnel qui correspond le mieux à ma personnalité, à mes intérêts et à mes habiletés. J'ai de la difficulté à me tracer un plan d'action qui va faciliter mon insertion professionnelle; je ne sais pas quoi faire, à qui m'adresser ni par où commencer... J'ai une bonne idée de ce que je veux faire mais je ne connais pas la formation requise, les diverses spécialités et les perspectives du marché du travail.

La réorientation

J'ai besoin, en tenant compte de mon expérience en tant qu'adulte, de réviser mes priorités professionnelles et de me définir un nouveau projet professionnel qui va mieux utiliser mes forces et mes limites, tout en tenant compte des facteurs de réalité (temps, âge, famille, etc.). Mes capacités physiques m'obligent à réviser ma vie au travail; j'ai besoin d'aide pour définir un nouveau cheminement professionnel qui tienne compte de ma situation.

La planification ou le développement de carrière

J'ai déjà une formation professionnelle et un travail qui me satisfont; j'aimerais voir plus loin, envisager d'autres endroits de travail ou d'autres responsabilités... J'aimerais prévoir mes besoins en perfectionnement pour atteindre de nouveaux objectifs professionnels.

L'étape de la retraite

Je me sens désarmé devant la retraite qui approche à grands pas; je ne me sens pas prêt et j'ai besoin d'aide pour planifier ce qui va suivre après le travail. J'aimerais planifier graduellement mon retrait de la vie professionnelle et je veux me définir d'autres projets.

L'indécision

Je suis indécis face à ma carrière, je change d'idée continuellement, je n'arrive pas à prendre une décision. Je me sens impuissant face à mon orientation et dans ma vie en général, comme si je n'avais pas de pouvoir. Il me semble que mon orientation me tient à cœur, pourtant je suis passif, je ne fais rien... Je suis influençable, j'écoute tout ce qu'on me dit et me suggère comme orientation et je deviens confus.

Le maintien en emploi et les problèmes d'adaptation

J'ai de la difficulté à m'adapter à mon emploi, il y a quelque chose qui ne va pas et je ne sais ce que c'est... Je perds souvent mes emplois, je ne comprends pas ce qui se passe. Je ne m'engage pas, ne m'implique pas dans mon travail, cela m'insatisfait. Je suis au bord de l'épuisement professionnel (burnout) et il faut que je fasse quelque chose.

L'insertion professionnelle

J'ai des difficultés à me trouver un emploi, ça ne marche pas... Je ne sais pas comment planifier ma recherche d'emploi, comment me vendre et par où commencer.

Cette liste n'est pas exhaustive mais veut illustrer le genre de besoins auxquels les conseillers d'orientation peuvent répondre. Si vous ressentez ces besoins ou rencontrez ces difficultés, n'hésitez pas à demander l'aide d'un conseiller d'orientation. Après une évaluation de vos ressources personnelles et de votre fonctionnement psychologique, le conseiller d'orientation établira conjointement avec vous un plan d'action et d'intervention qui favorisera votre développement personnel et professionnel, votre capacité à vous orienter, à trouver une solution à votre problème et à donner une direction à votre vie. Ce plan d'action et d'intervention pourra comprendre des entrevues individuelles, l'évaluation de vos intérêts, de vos aptitudes, de votre personnalité, de vos fonctions intellectuelles et de l'information scolaire et professionnelle.