



**Communiqué
Pour diffusion immédiate**

L'OCCOQ vous interroge : votre vie professionnelle est-t-elle sur les freins?

**LA 11^e SEMAINE QUÉBÉCOISE DE L'ORIENTATION VOUS INVITE À
DÉJOUER LES OBSTACLES SUR VOTRE ROUTE ET
À PASSER À L'ACTION!**

Montréal, le 12 octobre 2015 – Êtes-vous sur le point de prendre des décisions importantes dans votre vie professionnelle ou votre vie étudiante ? Avez-vous le sentiment de ne pouvoir rien changer à votre situation? Cela vous fige-t-il au point d'être incapable de passer à l'action? Alors la **Semaine québécoise de l'orientation (SQO)** qui se tiendra du 1^{er} au 7 novembre est faite pour vous avec sa conférence sous le thème « **Déjouer SES obstacles, s'engager dans l'action** ».

Sous l'égide de l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec (OCCOQ), cette conférence se veut particulièrement complice de ses participants en mettant l'accent sur le vieil adage « Chose avouée, chose à moitié réglée ». À la fois léger et porteur, ce thème est l'occasion idéale pour réfléchir sur soi-même et son avenir professionnel dans une ambiance qui ne boude pas l'humour.

À qui s'adresse-t-elle? À toute personne, jeune, adulte, au travail ou aux études, retraité ou préretraité qui a des projets à réaliser, des décisions à prendre et qui est habité par un sentiment d'impuissance. Bref ceux dont la vie professionnelle ou la vie étudiante est sur les freins!

Une prise de conscience peut faire toute la différence

Dans le cadre de leurs consultations, les conseillers d'orientation du Québec sont à même de constater les obstacles qui barrent la route au changement et freinent les perspectives d'avenir. Laurent Matte, le président de l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec précise la position de ses membres: « On n'est pas en train de dire que si tu veux tu peux ou que tout est possible. Toutefois, on doit savoir qu'une large part de ce qui nous empêche de réaliser nos potentialités vient de nous-mêmes. Parmi les obstacles, il y en a sur lesquels on n'a pas de contrôle, mais l'importance qu'on leur accorde, la manière dont on les affronte, ça vient de nous. Et en prendre conscience fait toute la différence ».

Les « empêcheurs de prendre sa place »

Même si la population en général ne s'avoue pas facilement ses craintes, une prise de conscience en compagnie de professionnels de l'orientation permet d'agir sur ces obstacles. Ainsi, il est possible que ces « empêcheurs de prendre sa place » soient moins graves qu'on le pense ou, mieux encore, qu'on parvienne à les contourner.

Il existe différents blocages professionnels : il y a cette personne insatisfaite au travail convaincue qu'elle ne peut rien faire pour changer sa situation, celle attirée par un métier qui exige des études et qui manque trop de confiance en elle pour les poursuivre, cette personne séduite par des tas de carrières et qui n'arrive pas à fixer son choix, celle qui vise un autre poste mais qui est certaine de n'avoir aucune chance, enfin la personne qui voudrait faire une formation professionnelle et dont la peur de décevoir ses parents et son entourage la paralyse.

Le but de cette conférence

Pourquoi l'OCCOQ fait-elle cette conférence? Pourquoi les gens devraient-ils y participer? Pour juguler l'effet négatif des « empêcheurs de prendre sa place », pour remettre les participants sur la voie du succès professionnel et favoriser leur épanouissement personnel. En un mot, pour augmenter leur taux de bonheur. Un facteur d'équilibre important au plan personnel. S'ils passent à côté de cette occasion, ils risquent de continuer à être freinés par leurs obstacles et à demeurer figés dans l'inaction. Selon un sondage rendu public le 10 mars 2015 par [The Counselling Foundation of Canada et l'Institut canadien d'éducation et de recherche en orientation \(CERIC\)](#), un Canadien sur deux n'ayant pas reçu d'orientation professionnelle affirme que si c'était à refaire, il consulterait un professionnel en planification de carrière et d'emploi. Selon Laurent Matte: « Le Québec n'est pas une si grande économie, mais de permettre aux personnes de développer leur plein potentiel en prenant leur place dans le monde du travail, c'est gagnant pour la personne et pour la société avec des effets durables à la clé. »

Le rôle du conseiller d'orientation

Le rôle du conseiller d'orientation (c.o.) consiste à permettre à la personne qui le consulte de faire des choix éclairés, de mettre en lumière ses propres contradictions, de découvrir ses peurs et d'en discuter avec elle pour les évacuer. Il vise à ce que cette même personne s'approprie son pouvoir et en vienne à se diriger elle-même. De ce fait, le travail du c.o. se situe à l'intersection entre le fonctionnement psychologique de la personne, ses ressources et le monde qui l'entoure.

Quand : Du 1^{er} au 7 novembre

Pour qui : Pour ceux et celles qui sont habités par un sentiment d'impuissance et qui ont de la difficulté à passer à l'action

Avec qui ? Les conseillers d'orientation offriront des conférences gratuites pour tous dans la plupart des régions du Québec.

Pour connaître toutes les activités de la SQO 2015, consulter le [site de l'Ordre](#).

– 30 –

Source : Diane Tremblay, c.o., OCCOQ

Relations médias : Andrée Peltier
514.846.0003
apeltier@ca.inter.net