

Discussione

Jon: Mark, mi è piaciuto davvero il lavoro che hai fatto con Tara. Lei è cambiata davvero nel corso della seduta...Questo è un buon esempio di career counseling?

Mark: Sì, penso che sia un seduta tipica ed è molto rappresentativa di quello che è almeno il mio approccio...

Jon: Pensi che si possa cambiare così tanto in così poco tempo?

Mark: Sì, perché credo che...una persona viene quando è pronta a fare questo lavoro e lo diventa sempre di più man mano che lavoriamo insieme.

Jon: Pensavo che il career counseling fosse noioso.... Somministrare dei test....In questo modo sembra così vivace.

Mark: Sì, perché noi ci concentriamo sul parlare con la persona perché arrivi alla conoscenza di sé, e sentire le loro storie, in contrasto con l'approccio tradizionale che sottopone un inventario al cliente e poi fa l'interpretazione dei test. Io preferisco piuttosto ascoltare le loro parole per capire quali sono i loro interessi.

Jon: A che cosa dunque, dovrebbe portare il trattamento se tu continuassi a lavorare con Tara? E' finito qui?

Mark: No, non è finito. Spero nell'opportunità di parlare di più con lei sulle opzioni e poi sviluppare un piano su come esplorare le possibilità di cui abbiamo parlato. Penso che lei abbia bisogno concretamente di un copione delle cose da esplorare, delle persone con cui parlare, cose su cui riflettere.

Jon: Esplorare i dettagli tecnici del trattamento?

Mark: Andare più a fondo nell'esplorare la realtà e assicurarsi... qualche volta le persone quando escono e hanno questo comportamento esplorativo, imparano di più su se stessi e prendono nuove decisioni.

Jon: Quanto pensi che duri il trattamento... naturalmente non puoi saperlo di sicuro... ma solo...

Mark: Normalmente un colloquio come questo... il secondo colloquio dopo una settimana o dopo un certo periodo durante il quale la persona riflette.. e preferisco sempre cominciare il secondo colloquio chiedendo a che cosa hanno pensato da quando ci siamo visti l'ultima volta, se c'è qualcosa che ho male interpretato o se ci sono novità. A volte questo colloquio inizia un processo in cui vogliamo ascoltare, ma il secondo colloquio è più concentrato sullo sviluppare un piano di esplorazione e allora io chiedo alla persona di tornare, di solito dopo un mese... dopo un periodo in cui ha avuto tempo di fare queste cose e questo è il programma giusto.

Jon: Guardiamo il colloquio con Tara. Prendiamo dei clip in modo che i nostri spettatori abbiano un'idea di che cosa passa nella tua mente mentre lavori con lei... dunque... vediamo questo clip, che è proprio all'inizio della seduta.

Mark: Benissimo

Clip 1

Mark: Voglio cominciare chiedendoti... e intanto prenderò appunti... come posso esserti utile.

Tara: Ok. Ora io ho un a laurea in counseling, counseling scolastico e non so in che direzione voglio andare.

Mark: E a che cosa vorresti ottenere parlando con me?

Tara: Vorrei arrivare... a una decisione definitiva su dove voglio andare... una seconda laurea o continuare, non so... con il mio SID o EDD.

Jon: Hai iniziato con la domanda "come posso esserti utile?" Sembra che tu scelga attentamente le parole.

Mark: Sì, io inizio sempre chiedendo come posso essere utile perché per me ci vuole uno sforzo per cercare di essere giusto, corretto e ottenere delle risposte. Ho fiducia di poter essere di aiuto in qualche modo.

Jon: Che cosa cercavi con questa domanda?

Mark: Cerco di stabilire un contratto con la persona. E scrivo esattamente la risposta, che diventa l'obiettivo di ciò che vogliamo realizzare insieme... inoltre determina sempre il modo in cui ascolterò la storia che la persona mi racconta. Per me è come un indicatore ed è anche come una firma della persona. La prima cosa che una persona dice viene veramente da se stessa, perché non conosce la situazione, non conosce il contesto, quindi deve tirar fuori se stessa... trovo che sia molto importante prendere appunti e ascoltare attentamente.

Jon: Ecco, prendere appunti... quanto è importante... cioè... sembra che sia così... quasi le hai chiesto il permesso di farlo.

Mark: Sì, le ho chiesto il permesso perché sono un po' titubante a interrompere il contatto con lo sguardo e non ho imparato a scrivere senza smettere di guardare negli occhi... allora chiedo il permesso, non voglio sembrare scortese. Ma è molto importante per me avere una documentazione, che alla fine il cliente può andar via con qualcosa in mano e che sarà il compito assegnato da svolgere a casa, da studiare e discutere con altri. E io credo che sia meglio che vadano via con queste storie piuttosto che con un profilo.

Jon: Guardiamo ora un altro clip, un po' più avanti, quando tu cominci a restringere l'obiettivo.

Clip 2

Mark : In che senso ora è un problema? Perché ti sei appena laureata o...

Tara: E' un problema ora perché sento che non mi piacerà... perché... con tutti i cambiamenti in atto nel sistema scolastico e le restrizioni che non mi sono congeniali, che non posso accettare... non voglio che diventi un problema per me alzarli e andare a lavoro a fare qualcosa che non voglio fare.

Mark: Sembra che... se capisco bene... in breve... tu hai già deciso che non farai il lavoro di counseling scolastico e che o prenderai un'altra laurea, forse un MSW (Master in Scienze Sociali), forse un PhD. Ci sono altre opzioni a cui stai pensando?

Tara: No

Mark: Una scelta già abbastanza ristretta.

Tara: Sì

Mark : Bene... allora... adesso ti farò delle domande che mi serviranno per conoscerti e poi quando mi sarò fatto un'idea, ci ritorneremo su questo argomento, ne ripareremo e vedremo se sarò stato utile nel senso che tu intendi.

Tara : Ok

Mark: La mia domanda preferita, con la quale mi piace sempre iniziare è: Quando eri una ragazzina, quando avevi quattro, cinque, sei, sette, otto anni, nell'età in cui stai appena decidendo sulla vita, quali erano i tuoi modelli o le tue eroine?

Tara: Quando avevo otto anni dissi a mia mamma che volevo fare la cameriera, solo perché prendono le mance... I miei modelli erano i miei genitori.

Mark: E.. veramente... mi interesserebbe di più fuori della famiglia.

Tara: ... fuori della famiglia...

Mark: Può essere il personaggio di un libro, della televisione, o un vicino di casa.

Tara: Non credo che ne avessi veramente. Io volevo solo avere successo,

Jon: Mark, che cosa avverti qui? Che cosa succede a Tara?

Mark: Le chiedo perché è sorto questo problema a questo punto della sua vita, che cosa l'ha spinto a venire da me.. e voglio sentire subito qual è il punto della questione, la sostanza della storia e lei spiega che è preoccupata di dover prendere ordini da altre persone se diventa un counselor scolastico, e questo si collega alla sua risposta alla mia domanda su come posso esserle utile... e alla questione di tenere il comando e il controllo.

Jon: Ora passiamo alla tua domanda preferita, ce ne puoi parlare? Che cosa cercavi?.

Mark: Se ci fosse una sola cosa che mi è dato di sapere di una persona, mi piacerebbe sapere chi erano i suoi modelli nella fase di crescita, perché... è quella la soluzione ai problemi che si trova davanti nel crescere.

Jon: Ah, la soluzione...

Mark: E' una soluzione... la persona ha scelto qualcuno come modello per se stessa... e così scrive, crea il copione della sua vita, delle sue soluzioni... la vita è rappresentata in una sceneggiatura che noi chiamiamo modello di comportamento. Ecco, quando le persone mi raccontano dei loro modelli, in realtà io li ascolto come se stessero parlando di se stessi.

Jon: E poi c'erano altre cose... personaggi dei libri... e ...un'ampia scelta.

Mark: Sì, e poi, dato che è la prima domanda, e non è la solita domanda di routine che la gente si aspetta, ho cercato, specialmente con Tara... lei aveva bisogno di qualche suggerimento, credo... esempi di dove si possono prendere perché qualche volta parlare di eroi e di modelli può sembrare una cosa un po' troppo grossa, troppo impegnativa... sono delle storie culturali... Ho avuto gente che mi ha parlato di "Lassie" e "Mighty mouse", "Fernand the Bull" e "Il Ranger Solitario", ...

Jon: Quindi non solo persone reali.

Mark: Molto spesso non sono persone reali.

Jon: Sembra che tu creda che le persone abbiano molto controllo e realmente progettino la loro vita. Non è solo serendipity o il caso che fa scegliere la carriera?

Mark: Credo sicuramente che noi progettiamo noi stessi. Siamo nello stesso tempo il pittore e il dipinto, e... ecco perché chiamo il mio approccio "career construction" (costruzione della carriera.) . Realmente noi formiamo e costruiamo noi stessi. La carriera è un ponte verso la società, verso la comunità, per essere parte della comunità, e ognuno di noi sceglie la direzione in cui muoversi.

Jon: Il fatto che tu voglia farle raccontare le storie sembra faccia parte di questo approccio.

Mark: Sì, io credo che questo è l'ingrediente essenziale, far parlare le persone di quello che sono. La scelta delle parole e delle storie da raccontare sono momenti significativi per loro e diventano più reali man mano che parlano, acquistano più spessore, specialmente quando raccontano a voce alta a un pubblico, un piccolo pubblico come me... diventano tangibili.

Jon: Le persone sono tutte così chiare ed eloquenti come Tara?

Mark: Tutti sono chiari ed eloquenti nel rispondere a queste domande perché sono domande divertenti, non sono psicoanalitiche, sono dirette. "Chi ti piaceva quando crescevi?"

Jon: Spostiamoci ora su un altro clip, quello in cui parli di Janet Jackson e questo suo album "Control".

Clip 3

Mark: Ritorniamo a Janet Jackson. Dimmi, che cosa ammiravi in lei? Che tipo di persona era?

Tara: Fece uscire questo suo album intitolato "Control" e fu..., sai, stava prendendo il controllo della sua vita, dei suoi affari, e da ragazzina preadolescente sentivo di poter fare riferimento a lei... Come sai quando i tuoi genitori vogliono gestire la tua vita... ecco che cosa mi faceva guardare a lei come modello.

Mark: Che tipo di personalità aveva?

Tara: Indipendente, professionale e... ambiziosa

Mark: Mi piace il modo in cui lo hai detto... ambiziosa. Ora dimmi di... naturalmente qualcosa so di Janet Jackson, ma di Miss Smith... non so niente di lei.

Tara: Lei era proprio libera, sai, potevi chiederle qualsiasi cosa e lei ti diceva tutto, non cercava di addolcire la pillola.

Mark: Come?

Tara: Sì, insomma... ti diceva esattamente le cose come stavano... era molto diretta e... mi piaceva la sua franchezza.

Jon: Allora, Mark, guardavo e ascoltavo lei parlare di Janet Jackson e Miss Smith. Usa queste parole, indipendente e professionale e ambiziosa, forte, libera, diretta, franca. Che cosa vogliono dire?

Mark: Sì, quando ascolto un cliente che parla del suo modello parto dal presupposto che sta concettualizzando se stesso... questo è quello che io sono... E questo fa sì che una persona descriva se stessa senza nessuna pressione perché pensa di stare parlando di qualcun altro.

Jon: Allora è una proiezione di se stessa su Janet Jackson e Miss Smith?

Mark: Io credo che lei abbia incorporato, imitato, si è identificata in alcuni tratti, è diventata così lei stessa, in particolare Janet. Ascoltando il nastro ora... è importante che lei enfatizza alcune parole con le espressioni del viso, con il linguaggio del corpo.

Jon: ... come “ambiziosa”

Mark: ... come “ambiziosa”... dobbiamo ricordare che lei voleva essere sicura che io capissi che quella era la parte centrale di ciò che lei stessa è.

Jon: Se dovessi riassumere, da quello che ho sentito, direi che Tara è indipendente, professionale, ambiziosa, forte, libera, diretta, e franca. E' così?

Mark: Per me quella è la descrizione di se stessa. E' questo che io preferisco, invece dei test della personalità, o l'inventario degli interessi, perché è nel linguaggio proprio della persona... e mentre sentiamo quelle parole continuiamo a fare il collegamento con il fatto che per lei il counseling scolastico non è interessante.

Jon: Tutto ciò sembra così soggettivo...

Mark: Il mondo è soggettivo, il mondo è come noi lo vediamo, lo percepiamo... e Tara farà la sua scelta sulla base delle sue opinioni, di quello che lei è e...

Jon: Questa è la realtà.

Mark: Questa è la realtà per lei, ed è una buona realtà per lei, sta funzionando bene.

Jon: Capisco... ora passiamo al prossimo clip, quello in cui ascoltiamo il suo primo racconto.

Clip 4

Mark: ... mi piace sempre ascoltare racconti della prima infanzia, e chiedo sempre alle persone di raccontarmi la prima cosa che ricordano nella loro vita, la loro prima storia.

Tara: Quando ho distrutto la Cadillac Sedan DeVille di mio padre.

Mark: A che età ?

Tara: Quattro o cinque.

Mark: Raccontami.

Tara: E' stato prima che mettersero l'apri porta elettronica del garage. È entrato nel vialetto, è andato ad aprire la porta del garage e io ho tirato la marcia, e la macchina è andata, boom, nel garage, sì, e penso che... ecco perché hanno fatto la legge che devi avere il piede sul freno prima che di poter cambiare la marcia. Non so che cosa mi passava per la testa, ma... sì... è stata una brutta esperienza.

Mark: E che cosa è successo dopo?

Tara: Penso che rimasi così atterrita.

Mar :E tuo padre, come ha reagito?

Tara : Non saprei, non lo so, non me lo ricordo, ma penso che non è venuto a vedere, non è entrato in casa. Mi ricordo di mia madre che mi controllava e mi diceva."fammi vedere, fammi vedere, stai bene?" poi quando ha visto che stavo bene."Che pensavi di fare? Perché l'hai fatto?"... e poi tutto quell'urlare e cose del genere.

Mark: Raccontami un altro episodio. Ne vorrei tre.

Jon: Tu ridevi. Sembrava che ti divertissi molto. Non avrebbe dovuto essere qualcosa di più serio?

Mark: E' serio, ma è anche un piacere sentire i racconti e avere un ritratto della persona, vederla nel corso della propria vita, è molto interessante, e a me le sue storie mi sono piaciute, le ho trovate simpatiche.

Jon: Che cosa hai trovato nella storia della Cadillac che finisce contro il garage?

Mark: Come sai, Jon, c'è tanto qui che potremmo parlarne per un'ora, ma una cosa interessante per me è che si collega al motivo per cui è venuta lei da me per il counseling, ed è il tema del cambio delle marce e del perdere il controllo.

Jon: Oh! Che metafora!

Mark: Ascoltando ora il nastro mi rendo conto che, dato che stavo scrivendo, non ho sentito qualcosa di molto importante. Lei ha detto, e questa è un'altra metafora, "Ho dimenticato di mettere il piede sul freno prima di cambiare la marcia". Se l'avessi sentito glielo avrei suggerito, che quello è proprio dove sta seduta lei ora. E' a un punto in cui sta cambiando la marcia e il parlare con me è un piede sul freno prima di... per evitare di sbandare e andare a finire contro qualcosa, e forse quando ci lasceremo sarà l'ora di togliere il piede dal freno.

Jon: Allora... queste parole sono come... vogliono dire qualcosa.

Mark: Credo davvero che il tutto è in ogni parte della persona e per essere un counselor, specialmente un counselor del lavoro... dobbiamo avere l'abilità di individuare i pattern e di collegare le cose. Io credo che le parole sono anche delle scelte. La scelta delle parole precede il movimento lungo l'autostrada della vita, quindi... come parla, così si muoverà.

Jon: Alla fine di questo clip tu hai chiesto tre storie. Ne volevi tre... a che scopo?

Mark: Bene, in generale io trovo che quando chiedo delle storie le persone mi raccontano le storie che essi stessi vogliono sentire. Hanno preso il controllo della situazione e scelgono le storie di cui essi stessi ora hanno bisogno. E, anche se tu ed io forse nella prima storia o anche ascoltando quello che dice del modello possiamo avere qualcosa da dire... è molto importante che la persona ascolti se stessa... ecco perché voglio che ci siano almeno tre possibilità che lei si ascolti.

Jon: E c'è lo stesso schema, uno schema simile in ognuna delle storie?

Mark: Ci sono delle sfumature... è come... possiamo fare un'analogia con un tema musicale. Può essere suonato in una chiave diversa, può essere invertito ma è sempre lo stesso tema, la stessa canzone.

Jon: Passiamo al prossimo clip, quello in cui le fai scrivere i titoli di giornale.

Clip 5

Mark: ... ritornare su questi racconti e cercare di dare ad essi dei titoli come dei titoli di giornale, come se dovessero andare sul giornale di domani e la storia della bambina che mette la marcia e fracassa la Cadillac... Ora, il titolo di un giornale di solito contiene un verbo e delle azioni quindi vediamo insieme.. Che tipo di titolo daresti a questa storia?.

Tara: Curiosa... perché so di sicuro che era curiosa... Curiosa... Vedi, dato che si tratta di me non voglio farlo troppo orribile.

Mark: Ma è una storia carina. Nessuno si è fatto male e non ti hanno buttato fuori casa. Non ti ricordi nemmeno la reazione di tuo padre.

Tara: Non credo davvero che sia entrato in casa.

Mark: E la tua mamma era preoccupata per te, non per la macchina. Dunque... Bambina curiosa...?

Tara: Dà l'ok alla Cadillac.

Mark: Dà l'ok alla Cadillac. E se non le avessi dato l'ok?.

Tara: Mi ha salvato la vita. Non lo so, so solo che la parte posteriore della macchina e il garage era distrutto.

Mark: Bambina curiosa distrugge garage... qualcosa del genere?

Tara: Va bene.

Mark: E il diploma delle superiori...

Jon: Che cosa cercavi, Mark, quando le hai chiesto di creare questi titoli ?

Mark: Questo è un momento molto strategico per me... è il punto del nostro colloquio in cui sto cercando di passare dall'ascoltare le sue storie, imparare le sue storie al condurla a lavorare su di esse, elaborandole, e creare significato e assimilare i valori che ci sono nelle storie.

Jon: Allora, che cosa hai imparato qui?

Mark: Nel creare il titolo ora è lei che sta elaborando e mi sta dicendo di che si tratta, e tutti e due abbiamo notato mentre guardavamo il nastro... abbiamo visto il suo viso e la sua perplessità. Lei ha detto "Non voglio che sia troppo cattivo perché si tratta di me", quindi è ovvio che anche lei si rende conto che la palla ora è passata a lei.

Jon: Certo.

Mark: ... e quindi dopo un po' di fatica è venuta fuori con la parola "curiosa". Quello che viene fuori è che la maniera per avere il controllo, mettere le marce, scegliere la direzione è quella di imparare, leggere, essere curiosa, provare, viaggiare, essere franca, esprimersi. Dunque la scelta delle parole è stata molto importante per me, un momento molto importante per me, perché ora siamo passati alla fase in cui sono io che seguo lei.

Jon: Quando le hai chiesto dei suoi primi ricordi che cosa cercavi?

Mark: Un ritmo, volevo una sequenza... Di solito inizio cercando il primo verbo che la persona fa, che dice... perché in gran parte della mia esperienza ho visto che è quello che descrive come si muovono le persone per la maggior parte nella vita.

Jon: E' una direzione

Mark: E' una direzione, un modo di stare al mondo. Il suo è quello di rompere, ecco perché ha bisogno di avere il controllo, così che non rompa le cose nel modo sbagliato. Ma lei vuole rompere le cattive pratiche, come la

discriminazione... E un'altra cosa che cerco, Jon, è il sentimento che c'è, perché io credo anche che è quel sentimento che avranno poi più spesso nella vita e quindi cerco queste cose e cerco ..

Jon: E' anche un pattern

Mark: Si cerco un pattern emotivo

Jon : Ora... guardando... tu hai detto che la sua storia era carina. Non credo di aver mai detto a qualcuno che la sua storia era carina.

Mark: Forse avrei potuto scegliere un'altra parola. Il mio intuito mi diceva che lei era curiosa di sapere che cosa ne pensavo e io credo che con ogni persona con cui lavoro ad un certo punto mi preoccupa che voglia sapere che cosa penso nell'ascoltare la storia, se sto giudicando, se penso che la sua storia sia stupida... quindi scelgo un momento in cui voglio fargli sapere che cosa ne penso e, sai, pensavo davvero che la sua storia fosse piacevole.

Jon: Allora non lo dici sempre che la storia è carina.

Mark: No, la mia reazione è autentica... sia che la storia sia tragica, o spaventosa,... se mi fa piangere, ... se mi rattrista. Voglio che sappiano che cosa sta succedendo al loro pubblico.

Jon: Ed è onesta...

Mark: Deve esserlo, altrimenti è la fine di tutto. Non ricordo che lei abbia avuto nessuna reazione.

Jon: Credo che lei ti abbia concesso di esprimerti, per quello che ho potuto capire.

Mark: E' quello che spero.

Jon: E' come se tu le facessi sapere che non la stavi giudicando.

Mark: E questo era importante proprio a quel punto... perchè... ora noi stiamo passando alla fase in cui lei è l'autorità rispetto a se stessa, sta parlando con la sua propria voce e una volta che ha fatto questo voglio che lei sappia che la storia mi è piaciuta, che l'ho trovata carina.

Jon: Passiamo al clip successivo, in cui tu la aiuti con dei feedback.

Clip 6

Mark: E perfino nella tua prima storia, sai, il titolo di testa mi ha colpito molto, perché... quasi cattura un paio di temi che ho sentito in molte delle tue risposte. Quando tu hai detto "Bambina curiosa" e poi ti sei fermata... ma quella bambina curiosa è Tara.

Tara: Oh, sì.

Mark : Sì, tu ami i libri, ti piace studiare, apprendere, e probabilmente è per questo che tu stai pensando di prendere un'altra laurea, perché ti piace imparare e il master's degree non è abbastanza, oggi non è sufficiente per una donna curiosa.

Tara: Vero.

Mark: E... imparare è essenziale per te e... quel disastro del garage... l'ho trovato divertente perché... è lì che tu stai seduta ora, sei seduta in quella macchina e il tuo piede non arriva al freno e tu tiri di nuovo quella dannata leva e tu non sai in che direzione andrà la macchina... ma questa volta non è la macchina, è la carriera.

Tara: Sì.

Mark: Ma questo è quello che tu mi stai dicendo... che hai un po' paura... mi sembra che in cuor tuo hai abbastanza chiaro che cosa vuoi fare ma c'è un po' di nervosismo riguardo al mettere la marcia sbagliata e mandare in pezzi quella vita che ora potresti avere, quella vita di counselor scolastico garantita, andar via, spostarsi in un'altra scuola, un altro cambiamento, ma sei tu che stai dicendo a te stessa che tu sei una donna curiosa e che tu puoi mettere quella marcia. Vuoi correre quel rischio...

Jon: Qui tu sembri abbastanza direttivo, e forse stai dando una tua interpretazione personale.

Mark: Sì, perchè credo che nel career counseling si debba essere più direttivi che negli altri tipi di psicoterapie perché la persona che cerca la consulenza vuole essere aiutata a capire qual è il posto nella società in cui si può sentire accolta, sentire di far parte... e quindi è un intervento psico-sociologico, stiamo cercando di aiutare la persona a formulare chiaramente qualcosa di estremamente personale ed a collegarlo con il mondo del lavoro e a individuare i modi in cui la persona può usare il lavoro per diventare più completa e diventare la persona che desidera essere. Quindi una parte del mio lavoro consiste nel rappresentare la società, spiegare il mondo del lavoro e credo di avere anche la responsabilità di fornire alcune... riflessioni su ciò che potremmo chiamare realtà.

Jon: Voglio essere sicuro di aver capito bene... stai cercando di rendere le sue idee congrue con il mondo del lavoro.

Mark: Sì, anche questo è il nostro obiettivo... cercare di aiutare Tara a creare un luogo per se stessa, in cui essere se stessa, in cui avere la possibilità di essere se stessa anche professionalmente. Donald Super diceva che la scelta lavorativa nel migliore dei casi è un'implementazione del concetto di sé.

Jon: Oh, bello.

Mark: Ed ecco come stiamo vedendo Tara, la vediamo mettere in pratica la persona che lei è e che sogna di diventare.

Jon : Ho notato anche che ti diverti molto.

Mark: Mi piace molto il mio lavoro... in quel punto in particolare mi stavo divertendo, e questo... mi era venuto in mente che la radice etimologica di carriera è la stessa di car (macchina), carro, carenare... e noi stavamo parlando della sua macchina, di sbandare, di perdere il controllo e... di carriera... mi divertivo... e me ne sono reso conto ora mentre ascoltavamo insieme.

Jon: Anche lei si divertiva.

Mark: E' un privilegio e una così bella esperienza vedere una persona che condivide se stessa con te, e ti dice chi è, ti rivela i suoi sogni più profondi... e... anche se le storie sono tristi sappiamo che vengono raccontate perché si trasformino in qualcosa... forse di vincente.

Jon: Ora il prossimo clip, in cui tu tiri le fila.

Clip 7

Mark: ... abbiamo bisogno di fare quello che abbiamo provato per tutta la vita... ed ecco perché ho voluto sapere di che cosa facevi le prove, eri una bambina, quando già cercavi di spiegare le ali... e così sulla tua tomba ci sarà: "ha difeso e lottato per... non so quali sono le parole esatte... ma è tutto quello che tu puoi essere.

Tara: Sì

Mark: Non hai altra scelta.

Tara: Wow

Mark: Ho capito male?

Tara: No, sembra che tu abbia proprio centrato.

Mark: No. Tu, le tue storie.

Tara: Mi stupisce come tu possa prendere queste storie della mia infanzia, della mia adolescenza e... Direi che mi fanno capire perché sono così ferma nelle mie convinzioni, riguardo alla giustizia e cose di questo genere. Wow! ok!

Mark: E più lo dici a voce alta e più determinato e più reale diventa. Sai, quando puoi parlare, parla... Quando gli altri ti conoscono, questo ti dà una più chiara e forte identità. E' veramente importante per me che tu trovi le parole per dire questo è quello che io sono e questo è quello che io sostengo, e questo è quello che mi fa paura. Perché tu non sei una superwoman.

Tara: Sì

Mark: Ci vuole... sai, quando tu mi dici che sei terrorizzata mi dici anche quanto coraggiosa tu sei, sì, perché solo... sai, è da lì che viene il coraggio. Se tu non sei spaventato non c'è bisogno di essere coraggioso, quindi quando tu lotti e combatti, quando sei coraggioso per gli altri devi fare degli sforzi e contare sulla forza che la tua famiglia ti ha dato perché tu la dessi ad altri.

Tara: Bene!

Jon: Ora, Mark, qui ho bisogno di aiuto. Ci puoi dire che cosa vuol dire fare le prove?

Jon: Il progredire nella vita è passare dalle preoccupazioni, le pene, i problemi che abbiamo quando siamo giovani e cerchiamo di passare dalla preoccupazione all'occupazione, dalle tensioni alle intenzioni, da vittima a vincitore... e credo che ci scegliamo il modello che ci offre delle soluzioni, e lo recitiamo, lo proviamo ripetutamente... e quindi vedo Tara bambina che finge di essere Janet, o Miss Smith, e fa le prove e poi arriva ad un certo punto della sua vita che è il momento di trasformare ciò in un'occupazione reale.

Jon: Volevi anche che lo dicesse a voce alta. Perché è così importante?

Mark: Secondo me... acquista un significato più profondo, diventa reale, acquista più spessore, diventa più tangibile e la incoraggia a comunicare a noi la sua identità, a dire chi è ... e conoscere la propria storia serve per avere un'identità e un'identità professionale. E quindi... lei mentre racconta la sua storia si sta creando un'identità.

Jon: Quindi... a furia di ripeterla... ci arriva.

Mark: Più lei si ascolta e più ci racconta più noi riconosciamo chi è... e questa è l'identità... questo centro interiore, e questa auto-riconoscibilità.

Jon: Ho notato che lei parla di paure e tu invece hai ideato questo coraggio.

Mark: Sì, sono sicuro che siamo d'accordo sul fatto che queste... sono... che i costrutti mentali sono bipolari... quindi in questo caso particolare la paura è la sofferenza, la preoccupazione e la soluzione è il coraggio... quindi ogni volta che sento la forza in una persona penso sempre che essa proviene dal polo negativo e quando sento dire "ho questa debolezza, questa sofferenza" cerco di riformularla e far sentire che la persona ha anche la forza... Credo che più è grande la forza più grande è la debolezza.

Jon: Hai parlato di questo approccio della costruzione della carriera e a me pare che sia veramente un approccio narrativo quello che stai usando nel cercare di far scrivere una storia diversa.

Mark: La mia metafora è che la carriera è una storia, ha una storia e noi stiamo scrivendo un libro della vita. Tara è alla fine di un capitolo e ha un piede sul freno prima di passare al capitolo successivo... secondo la metafora della scrittura... lei ora ha davanti a sé una pagina vuota e ha bisogno di essere un po' incoraggiata per riprendere a scrivere la storia... e quello che faccio è incoraggiarla a raccontare la storia, aiutarla ad autorizzare, ad avere l'autorità, metterla in grado di scrivere il suo futuro.

Jon: Bene! Poi, mi sembra dal modo in cui... cioè... la guardavo... e lei stava intuendo, stava comprendendo.

Mark: Mi piace pensare secondo una prospettiva evolutiva... uso una metafora. Per me è come guardare una fotografia scattata con la Polaroid, la vedi svilupparsi nella tua mano, davanti a te... quindi dall'inizio alla fine abbiamo visto Tara sviluppare una sempre maggiore chiarezza riguardo a se stessa e a dove sta andando... e avere una maggiore consapevolezza di sé.

Jon: Davvero una bella metafora!... abbiamo visto davvero Tara fare questo... come se fosse tutto un po' offuscato....e poi sempre un po' più chiaro.

Mark: Sì, e quando lei va via, ha la fotografia sviluppata. Almeno lo spero.

Jon: Certo. E ora guardiamo il clip finale, quello in cui parli del copione... vediamo.

Clip 8

Mark: Le altre domande, vedi, io voglio capire la storia di una persona e il percorso che ha fatto e mi piace iniziare con quelle storie di cui abbiamo parlato e vedere come, quando sei molto giovane, ti proponi di risolvere i problemi che ti riguardano... quindi... se ingiustizia, discriminazione ti danno noia io voglio sapere chi sono stati i tuoi modelli, perché questo mi dice come ti vedi, sono copie, modelli di come tu ti sei progettata e il motivo per cui non ti ho chiesto di tuo padre e tua madre è perché... vedi... loro non sono una scelta, sono una presenza nella tua vita. Tu li ami molto, ma i modelli di comportamento, le persone fuori della famiglia per me costituiscono le prime scelte che riguardano il lavoro. Tuo padre e tua madre, li ami, non ti sei messa lì a decidere se li avresti amati... ecco perché ti ho spinto un po', ma volevo sapere. Quindi, la tua prima scelta lavorativa è stata... volevi fare la cameriera, ma quello per le mance, per il successo, per il denaro... sì... dobbiamo tornare sul denaro... Quando hai detto Janet Jackson... quello che tu hai imparato da lei, che hai preso da lei, che hai modellato su di lei, che hai incorporato, è stato il controllo e perché tu possa combattere, essere quello che sei, difendere gli altri, combattere, devi avere il controllo di te stessa e della situazione e quando gli altri cercano di gestire le tue faccende... no...

Tara: Esatto.

Mark: Ed ecco perché tu non vuoi fare il counseling scolastico. Perché non avresti il controllo, troppa gente a gestire la tua attività. Quindi... tu vuoi essere indipendente, vuoi essere professionale, tu sei ambiziosa, ... vedi... queste sono tue scelte... questo è quello che tu mi dici. Questo è come io voglio realizzare il mio sogno e Miss Smith era... vedi... come era simile, era forte, era così libera, non nascondere niente, non addolcire niente... era vera, onesta, diceva la verità e questo sei tu, non stiamo parlando di Miss Smith, stiamo parlando di te. I tuoi amici sarebbero d'accordo con me?

Tara: Oh sì!

Mark: Allora, il tuo lavoro deve essere un luogo dove tu puoi essere...

Tara: ... quella che sono.

Mark: Quella che sei. Puoi avere il controllo... puoi essere professionale... ambiziosa... puoi dire la verità. Puoi essere un difensore... puoi aiutare... e puoi fare molti soldi.

Jon: Quello che per me è interessante è che questi fatti sono davvero così ovvi... ma non lo sono per lei.

Mark: Sì, e mi ha sempre affascinato il fatto che... è così chiaro... lo senti subito e ritrovi sempre lo stesso schema in ogni storia, eppure nessuno di noi sembra capace di farlo per sé. Siamo come dei ragni intrappolati nelle ragnatele che noi stessi abbiamo tessuto... è così facile per te vedere me, ma per me vedere me stesso... abbiamo troppi meccanismi di attenzione selettiva e ... di difesa...

Jon: E' come portare il libro troppo vicino al viso... non leggi, ma è lì.

Mark: E' lì perché il mondo possa vedere... e questo è il processo in cui ci siamo impegnati con Tara. L'ha aiutata ad ascoltarsi.

Jon: Pensi che lei si ricorderà di questo?

Mark: Secondo la mia personale esperienza... si ricorderà se è disposta ad ascoltare... cioè lei forse non è pronta ad ascoltare tutto... ecco perché vogliamo continuare con altre due sedute, per assicurarci che lei abbia ascoltato e anche... come hai visto, io prendevo appunti e alla fine li ho dati a lei e le ho chiesto di tenerli... perché è la sua storia, ma più che altro perché spero che lei li riguardi e forse li mostri ai suoi migliori amici. Alcuni li mostrano ai loro genitori, ai loro compagni...e... si spera che sia come un documento personale... e quando lei ritorna da me le chiederò di portarlo... Per aiutarla a ricordare.

Jon: Sai, I nostri spettatori forse non lo hanno notato... la Tara che è entrata e la Tara che è andata via erano due persone veramente diverse e questo cambiamento è avvenuto in soli trenta minuti. Voglio dire, quando lei è uscita era una persona diversa... era così entusiasta e all'inizio sembrava così perplessa... questo in così poco tempo?

Mark: Di solito è così...perché... io credo che la gente viene quando è pronta a farlo... pronta a sbocciare... lei è venuta con un piede sul freno ed è andata via con un piede sull'acceleratore.

Jon: E quindi pensi che c'è un maestro quando c'è uno studente che vuole imparare?.

Mark: Mi sembra una buona idea... ma in questo caso è lei il maestro, io sono la lavagna... sono lo strumento. Lei ha sempre il controllo ed è lei che guida. Ma... è lei che ha il controllo ma non vogliamo che finisca così presto, perché le persone che hanno familiarità con i pattern, come me e te, possono capire la storia in uno o due minuti, ma per lei sarebbe troppo breve... dobbiamo dare a Tara diversi modi di dire la stessa cosa, in modo che lei senta. Io credo che lei abbia sentito... ma alcune persone potrebbero impiegare più tempo.

Jon: Noi non l'abbiamo visto in questo clip perché viene proprio alla fine della seduta, ma tu ritorni al contratto. Ci puoi spiegare perché?

Mark: Sì, come tu sai tutto ciò che faccio ha una sequenza molto sistematica... ho scritto le sue parole esatte in risposta alla mia domanda :”Come posso esserti utile” e quindi l'ultima cosa che faccio prima di salutarla è... leggo le parole esatte e le chiedo ”Abbiamo raggiunto lo scopo?”

Jon: Certo

Mark: ... e mi assicuro che lei senta di avere il controllo, lei ha fissato l'ordine del giorno e su quello abbiamo lavorato insieme e ora è suo.

Jon: E questo completa l'esperienza. Sai, Mark, è stato molto interessante vederti lavorare e imparare che cosa è il career counseling. Il nostro tempo è scaduto. Forse hai qualche parola finale che potresti dire ai nostri spettatori sul career counseling.

Mark: Io credo... ci sarebbe tanto da dire, ma per essere breve, Freud e Adler hanno detto che la vita riguarda il lavoro, l'amicizia e l'amore, e io penso che i miei colleghi mettano troppa enfasi su uno o l'altro di questi e troppe volte in psicologia e psicoterapia si insiste sull'amore, dovremmo porre più attenzione al lavoro.

Jon: Grazie. É stato molto utile mostrare come si fa.

Mark: Grazie per il privilegio di essere stato con voi.

Jon: Grazie.