

## Intervista

Jon Carlson: Salve, sono Jon Carlson. Ho il piacere di darvi il benvenuto alla serie di trasmissioni organizzate dall'APA Psychotherapy sui trattamenti specifici per specifici gruppi di persone. Questo programma è sul career counseling. Il nostro ospite è il Prof. Mark Savickas. Benvenuto, Mark. Dato che il tema di questo programma è il career counseling, ci puoi dire che cosa è il career counseling?

Mark Savickas: Il Career counseling è una modalità di intervento psicologico tendente ad aiutare le persone a pianificare la loro vita lavorativa, assicurarsi un impiego soddisfacente, scegliere un'occupazione e incarichi lavorativi che gli permettano di essere le persone che vogliono essere. E' diverso dalla psicoterapia in quanto c'è un forte collegamento con la società, tendendo a colmare il divario tra l'individuo e la società.

Jon Carlson: E quindi... come funziona? Come si fa career counseling?

Mark Savickas: Tradizionalmente ci concentriamo sempre su tre fasi. La prima fase è l'autoanalisi in cui si aiutano le persone a conoscere meglio se stessi, i loro punti forti, le loro debolezze, come sono. Quindi cominciamo sempre da lì... e poi le mettiamo in relazione con le possibilità... le scelte che sono possibili... e le possibili opportunità che possono avere nel mondo del lavoro. Questa fase può implicare l'occupazione, l'informazione oppure semplicemente sono io che parlo del mondo del lavoro. La terza e ultima fase riguarda il vecchio concetto del match... capire tra tante possibilità qual è quella più adatta.

Jon Carlson: Il tuo approccio ha delle radici, un fondamento teorico?

Mark Savickas: Certo. Il modello teorico illustre delle tre fasi è quello di Frank Parsons con cui si è iniziato nel campo del career counseling e della psicologia applicata, ma poi per l'applicazione teorica all'autoanalisi, al conoscere se stessi... io preferisco applicare la psicologia narrativa e la psicologia dell'apprendimento. Donald Super nel 1954 ha scritto un bel saggio sui career pattern e l'individuazione dei pattern mediante l'analisi tematica.

Jon Carlson: Quindi tu usi alcune delle idee di Super miste ad Adler e all'approccio narrativo?

Mark Savickas: Direi che uso la logica di Super e il metodo di Adler, ma noi oggi lo chiamiamo approccio narrativo.

Jon Carlson: Dunque, come... sei arrivato a questo lavoro? Qual è la tua storia personale?

Mark Savickas: Stavo lavorando per diventare uno psicologo scolastico e mi interessavo dello sviluppo, dello sviluppo umano e stavo aspettando di iniziare il mio tirocinio... dovevo aspettare un semestre e... qualcuno lasciò il posto nel College Counseling Center, fui invitato a prendere il suo posto. Così un lunedì mattina andai a lavoro e dietro di me c'era uno studente. Il direttore disse: "Questo è il tuo primo cliente e quello è il tuo ufficio". Naturalmente lo studente mi chiese un colloquio di career counseling ed io fui molto sconcertato e perplesso, perché io sapevo solo somministrare dei test Stanford-Binet.

Jon Carlson: Sembra che sia successo per caso.

Mark Savickas: Serendipity o incontro tra preparazione e opportunità, ma non era programmato e una volta che successe, capii che era adatto a me.

Jon Carlson: Capisco. Quindi se non fosse stato adatto a te, questo lavoro, non lo avresti fatto o ti saresti spostato su qualcos'altro, forse saresti ritornato ai test Stanford-Binet?

Mark Savickas: Avrei fatto il mio tirocinio alla School of Psychology, ma in realtà mi è piaciuto tanto che il mio lavoro è diventato quello di aiutare altri a trovare lavoro.

Jon Carlson: Allora, come avviene il cambiamento nel tuo modello?

Mark Savickas: Mi piace considerarlo non tanto un cambiamento... ci sono dei cambiamenti esterni... transizioni che le persone devono affrontare nella loro vita... quando qualcosa di nuovo sta per iniziare... ed essi sono ad un punto in cui il vecchio non funziona più e il nuovo non è ancora arrivato... e in questa attesa, in questo vuoto, noi cerchiamo di aiutarli a cercare un significato biografico per colmare il vuoto, per passare dal vecchio al nuovo... potrebbe essere cambiamento, ma io preferisco chiamarlo sviluppo, perché essi diventano più di quello che erano.

Jon: Ci sono strategie e tecniche che si usano in questo tipo di lavoro?.

Mark Savickas: Io uso un approccio molto sistematico e diretto. Cerco di capire in che modo posso essere utile alle persone, ciò che si aspettano... e poi, per quanto riguarda l'autoanalisi, ho le mie sei domande preferite. Lo scopo di queste domande è tirar fuori delle narrazioni, suggerire alle persone di raccontarmi delle storie perché tutte le storie a mio modo di vedere hanno un pattern in comune, un tema, e poi quando hanno finito di rispondere con l'ultima serie di storie passo alla fase in cui sono loro a guardare le loro storie e a cercare i significati e poi fare un collegamento tra quei significati e i motivi per cui sono venuti da me.

Jon Carlson: Sembra così diverso però... Quando penso al career counseling penso a te seduto davanti al computer che scrivi tutti quei dati e poi viene fuori questo match. Mi ricordo che quando andavo a scuola mi piacevano le macchine, come a tutti i ragazzi, e probabilmente mi interessava anche la psicologia. Allora pensarono che avrei dovuto lavorare in un'autofficina, il che sarebbe stato fatale per me e per le macchine. Proprio non si adattava. Ancora si fa così?

Mark Savickas: La domanda che mi fai mi rattrista molto, perché io credo che parlare con le persone riguardo ai loro progetti di vita e costruire la loro identità sia un lavoro così entusiasmante e interessante e noi non stiamo attirando abbastanza i giovani professionisti verso questo tipo di lavoro perché ancora li prepariamo a fare le cose come si facevano all'epoca della seconda guerra mondiale. Posso solo dire che mi rattrista perché ad essi non viene data la possibilità di sperimentare le gioie di questo lavoro e io credo che più le provi e più ne sei attratto.

Jon Carlson: Dunque tu non leggi il Dictionary of Occupational Titles

Mark Savickas: Era il libro di testo, come tu sai, ma nelle mie classi noi parliamo di... inizio con la domanda "Che cosa significa per voi la vita?" Il lavoro, gli amici e l'amore sono le cose più importanti nella vita... allora abbiamo bisogno di... quando è il momento di impegnarsi... abbiamo bisogno di scegliere che tipo di lavoro, chi amare e che tipo di amicizie frequentare.

Jon Carlson: ... i compiti fondamentali della vita.

Mark Savickas: E significativi. Per me la prima scelta è "Voglio lavorare?" e per alcune persone, per alcuni clienti, è iniziale.

Jon Carlson: Sì, conosco alcune di queste persone.

Mark Savickas: E una domanda secondaria, non altrettanto importante, è "Che tipo di lavoro voglio fare?"

Jon Carlson: Quali sono le sfide più grosse, o forse gli ostacoli più grossi che si devono affrontare in questo campo?

Mark Savickas: Beh, personalmente... per me... la sfida più grossa, nel lavorare con i clienti, è mantenere, il giusto equilibrio fra il ruolo di sostenitore, alleato, che sta dalla parte del cliente, e quello che rappresenta la realtà e la concretezza, quello che è possibile nel mondo del lavoro, evitare che la persona sopravvaluti le mie opinioni personali.

Jon Carlson: Quindi devi essere... uno che non crea dipendenza da sé e devi anche essere realistico, mi sembra.

Mark Savickas: Sì, il nostro è un equilibrio delicato, perché non vuoi... soffocare... i sogni di nessuno, ma neanche vuoi lasciare... no lasciare... ma incoraggiare... a perseguire qualcosa che forse tu sai che è quasi impossibile. Ma... fortunatamente, questo non si verifica così spesso. Con Tara, per esempio, non c'è stato questo tipo di problema.

Jon Carlson: Tara, questa è la donna che noi vedremo tra un momento, ma prima di parlare di Tara... in psicologia spesso parliamo di studiosi e operatori... e questo porta alla domanda: "C'è una ricerca che sostiene il lavoro che tu fai?"

Mark Savickas: Sì. Io credo che nel campo del career counseling ci siano stati alcuni dei primi studi di documentazione dei risultati. E' dalla prima metà degli anni trenta che noi abbiamo una meta-analisi dei risultati. C'è un vasto patrimonio... c'è molta letteratura che documenta gli effetti del trattamento. La novità più interessante è che... si sta studiando quali sono gli ingredienti attivi di un career counseling efficace e si sta cercando di definirli... quindi per coloro che sono interessati, c'è una letteratura molto valida da cui iniziare. I nostri obiettivi sono diretti e possiamo misurare quello che stiamo facendo.

Jon Carlson: A proposito di ingredienti, e a proposito di Tara, prima di avere l'opportunità di vederti lavorare con questa giovane donna... ci puoi parlare degli ingredienti, delle cose che i nostri spettatori dovrebbero cercare nel tuo lavoro con Tara?.

Mark Savickas : Io chiederei agli spettatori di cercare ed ascoltare insieme a me i temi della sua vita. Io credo che la cosa più bella per me è vedere come il pattern della sua vita si sviluppa davanti ai suoi occhi. Quindi invito gli spettatori a condividere la gioia, l'entusiasmo di vedere come questo sviluppo avviene mano a mano che Tara parla.

Jon Carlson: Io credo che sarebbe anche importante per loro vedere le domande che tu usi e come rendi l'ambiente così sicuro e confortevole per lei.

Mark Savickas: Sono contento che tu l'abbia detto perché per me la stanza di consultazione è un luogo sacro, e prima di qualsiasi altra cosa la persona si deve sentire sicura e... numero uno... senza di quello... Quando qualcuno dice: "Non so che cosa mi interessa" io lo sento come "Non mi sento al sicuro con te". Perché ognuno ha un proprio sogno e se non ha voglia di raccontarlo è perché si sta proteggendo. Ho fatto qualcosa o altri hanno fatto qualcosa che lo ha spaventato.

Jon Carlson: Quindi, per te, quello è il segno che ha bisogno di maggior sicurezza.

Mark Savickas: O che io lo aiuti. Non mi succede spesso, ma quando lo sento è in questo modo che lo sento... è una cosa molto importante. Mi fa piacere che tu lo abbia evidenziato.

Jon Carlson: Bene, allora guardiamo come si sviluppano i temi, i pattern e le storie di Tara.

Mark Savickas: Benissimo.