

7 Career Story Interview (CSI)

Het loopbaanverhaal faciliteert het aanpassingsvermogen van de coachee door diens eigenheid en perspectief te versterken

MIEKE VERBAARSHOT

De context

Het Career Story Interview (CSI) speelt in op de huidige onzekerheid en turbulentie in loopbanen. In een tijdperk waarin de centrale rol van werk afneemt en veranderingen in werk en leven toenemen, zijn stevigheid en passingsvermogen noodzaak. In CSI ontwikkelt de coachee een identiteit die stevig wortelt in zijn eigen levensloop én die zich aanpast aan veranderende omstandigheden. Het samenhangende en betekenisvolle loopbaanverhaal dat zo ontstaat, biedt houvast in de diffuse en dynamische wereld.

De theorie

Het Career Story Interview is ontwikkeld door Mark L. Savickas, hoogleraar Gedragswetenschappen en wereldwijd een van de belangrijkste denkers op het gebied van loopbaanontwikkeling. In zijn visie draait het om *biography*: het vermogen om nieuwe en verwarrende ervaringen te integreren in de eigen biografie. Werk is een manier om verder te komen met het eigen levens-thema. Dit thema stoelt op de preoccupatie die – verwant aan de visie van Adler en Jung – in de jeugd ontstaat door confronterende ervaringen. De preoccupatie is een belangrijke drijfveer: het draait om ‘actief leren beheersen’ waar we ‘passief aan lijden’.

Het Career Story Interview is een kernachtige, narratieve methode. De coachee is auteur van en tegelijkertijd hoofdrolspeler in zijn loopbaanverhaal. Loopbaanbegeleiding biedt ondersteuning bij het writer’s block: de coachee is losgeraakt van de rode draad van zijn eigen loopbaanverhaal en de loopbaan-coach helpt hem zijn verhaal opnieuw te schrijven. Dat doet hij met interventies die de loopbaan-thema’s verhelderen en de rode draad in de loopbaan verbreden.

Het Career Story Interview bestaat uit vijf onderdelen:

- 1 Jeugdhelden. De coachee verwoordt zijn kwaliteiten via de beschrijving van drie helden uit zijn jeugd.
- 2 Manifeste interesses. Hij vertelt over zijn hobby’s en voorkeuren voor tijdschriften en tv-programma’s en gaat in op wat hij daar interessant aan vindt.
- 3 Het favoriete verhaal. De coachee vertelt de essentie van zijn favoriete boek of film en ontdekt de parallel met zijn eigen thema en de gewenste ontwikkeling.

- 4 **Motto.** De favoriete uitspraak van de coachee verwoordt wat hem in beweging zet.
- 5 **Jeugdervaringen.** Drie vroege ervaringen vormen samen een beeld van de 'preoccupatie' van de coachee. Hij geeft elke ervaring een titel.

De antwoorden leiden tot een 'levensportret' dat verhalenderwijs schildert waar de coachee begon (preoccupatie), welke thema's er spelen en hoe hij zich ontwikkelde. In de bespreking wordt duidelijk hoe de huidige loopbaanvraag linkt aan de preoccupatie en hoe de coachee vanuit zijn levensportret opnieuw de rode draad kan oppakken.

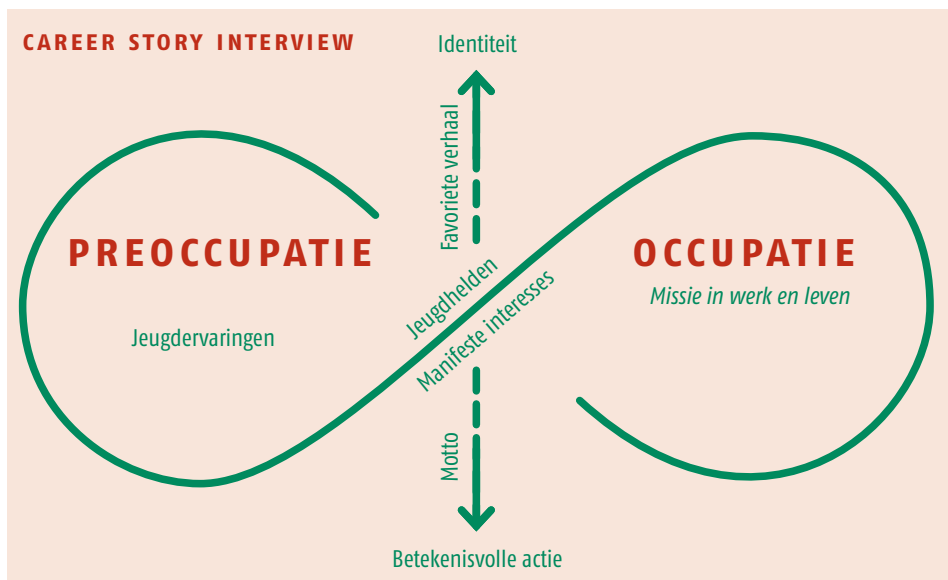
De professionele rol

Loopbaanprofessionals die gebruikmaken van het Career Story Interview, hebben affiniteit met het psychologische proces, omarmen het structurerend karakter en waarderen de narratieve invalshoek. Deze coaches gebruiken hun intuïtie en zetten de coachee *in the lead*, wetende dat het draait om de subjectieve ervaring en zijn verhaallijn. De vragen van het interview zijn eenvoudig: het vraagt oefening om het verhaal te horen en de relevante verbanden te verwoorden.

Het CSI wordt ingezet door (zelfstandige) loopbaancoaches, psychologen, re-integratieconsulenten, life coaches en stress coaches.

De praktijk

Reguliere CSI-coaching omvat twee tot drie gesprekken. In de gesprekken wordt vaak geschakeld tussen 'toen' en 'nu'. De coach gebruikt bewust steeds zo veel mogelijk de taal van de coachee. Het is de taak van de coach om hem te helpen de betekenis te begrijpen van zijn verhalen, bijvoorbeeld door ze in



een groter geheel te plaatsen of door ze te verbinden aan elementen van de loopbaanvraag. In het laatste gesprek vertalen coachee en coach het levensportret naar het nieuwe hoofdstuk met bijbehorende betekenisvolle actie.

Een voorbeeld

Karel (45) werkt in het voortgezet onderwijs; hij organiseert passende hulp voor probleemjeugd. Hij zit al twintig jaar in het vak en heeft deze baan nu vijf jaar. De laatste tijd is hij erg moe. Hij is vooral moe van de continue weerstand van andere professionals – mensen die hij wel nodig heeft voor het goed uitoefenen van zijn werk. Soms ziet hij het totaal niet meer zitten en schrikt hij van zijn zwartheid. Hij hoopt op een nieuw perspectief, dat energie brengt.

Zijn verhalen over zijn jeugdervaringen laten zien dat hij emotioneel flink tekort is gekomen. Zijn jeugdhelden hebben een grote sociale intuïtie, zijn oprecht betrokken en helpen anderen graag verder. Zijn favoriete verhaal *As It Is in Heaven* gaat over een topdirigent die zich terugtrekt uit de hectiek. Hij dirigeert alleen nog voor zijn plezier en helpt ‘zijn’ lokale muzikanten en passant bij van alles. Karel herkent zich zeer in zijn jeugdhelden; verder houdt hij van de natuur en is hij sportief. Zijn motto is: ‘Ook kleine stappen brengen je vooruit.’

Karel weet dat het gebrek aan emotionele jeugdwarmte hem inspireert en tegelijkertijd een litteken gaf. Het speelt makkelijk op als hij zich genegeerd voelt. Hij concludeert dat ‘vechten tegen de weerstand’ zijn langste tijd wel heeft gehad. Het is tijd voor verandering. Wel wil hij jongeren in hun ontwikkeling blijven helpen. Het liefst stapt hij – net als de topdirigent – uit het officiële circuit en gaat hij dat heel anders doen. Bijvoorbeeld overlevingstochten begeleiden en ondertussen van alles met elkaar aangaan. We kunnen ons samen zomaar voorstellen dat hem dat prima zou liggen.

We kijken hoe hij zijn motto ‘Ook kleine stappen brengen je vooruit’ kan toepassen. Hij zal in gesprek gaan op zijn werk en weet hoe hij het gaat brengen. Hij kan flink wat reële alternatieven bedenken voor zijn huidige taken; hij is flexibel en breed inzetbaar. Hij wil een dag korter gaan werken om te kunnen experimenteren. Karel kent iemand die survivals organiseert en gaat na of hij als vrijwilliger meekan. Karel is heel blij met zijn nieuwe perspectief en heeft zin om het op te pakken.

Beoogd resultaat

Het resultaat van de CSI-coaching is een persoonlijke succesformule en een toekomstscenario. De coachee weet in welke werksetting zijn kwaliteiten en interesses uit de verf komen en hoe hij zijn thema in de praktijk kan brengen. Hij begrijpt waarom zijn vraagstuk ontstaan is; hij ziet op welk punt van zijn ontwikkeling hij zich bevindt en welke betekenisvolle actie zijn nieuwe loopbaanhoofdstuk inluidt.

De coachee komt kleurrijker en steviger uit het proces: hij heeft zijn eigen wijsheid ontdekt en nieuwe samenhang gecreëerd. Dat drijfveren er al zo lang blijken te zijn, is voor menigeen een eyeopener. In de casus weet Karel wel

waar de schoen in zijn jeugd wrong, hij heeft echter niet bedacht dat zijn huidige gebrek aan energie daaraan verbonden is. Dat zijn favoriete verhaal zijn wensen laat zien, was een verrassing voor hem, evenals de betekenis van zijn motto. Eenmaal opgevat als eigen advies maakt hij probleemloos de vertaling naar actieplan.

Tot slot

Het Career Story Interview versterkt de eigenheid én tegelijkertijd het aanpassingsvermogen van de coachee. Het is vooral geschikt bij breuken in de loopbaan, te maken keuzes of wanneer blokkades ervaren worden. Zelfreflectie en perspectiefverheldering zijn grote bouwstenen.

Bij arbeidsmarktoriëntatie kunnen aanvullend instrumentarium en coaching nuttig zijn om de aansluiting tussen wensen en werksetting te vergemakkelijken. Zo kan bijvoorbeeld de Holland-typologie de vertaling van manifeste interesses en kwaliteiten naar werkomgeving ondersteunen. Het CSI is soms ook onderdeel van een groter begeleidingstraject.

COACH

Mieke Verbaarschot is gefascineerd door de impact van de ontwikkelingen op de arbeidsmarkt op loopbanen en hoe daarop in te spelen. Zij faciliteert organisaties en professionals in loopbaansturing vanuit haar bureau Verbaarschot & partners. Samen met circa 25 coaches vormt zij een enthousiast netwerk, dat zich specialiseert in het werken met het Career Story Interview. Verbaarschot leidt tweemaal per jaar loopbaan-coaches op via de meerdaagse, door het Nederlands Instituut voor Psychologen (A&O/AG) geaccrediteerde, Masterclass CSI. www.keuzesinloopbaan.nl

LITERATUUR

- Savickas, M. (2011). Career Counseling. In: *Theories of Psychotherapy Series*. Washington: American Psychological Association.
- Savickas, M.L., L. Nota, J. Rossier, J.-P. Dauwalder, M.E. Duarte, J. Guichard, S. Soresi, R. Van Esbroeck & A.E.M. van Vianen (2012). Life Designing. A Paradigm for Career Construction in the 21st Century. *Journal of Counseling & Development* 90, 13–19.
- Savickas, M. (2012). Counseling voor loopbaanvorming en levensontwerp. In: Frans Meijers (red.), *Wiens verhaal telt*. Antwerpen: Uitgeverij Garant.
- Savickas, M. (2013) Keynote speech 'Building Hope and Resilience' op Larios International Conference, 20–22 juni. Te raadplegen op: www.youtube.com/watch?v=uqz-5ny8T-s.
- Verbaarschot, M. (2011). De impact van de methode-Savickas. *LoopbaanVisie*, april, 24–28.