



# Career Counseling

*Career Counseling. Theories of Psychotherapy Series. Mark Savickas. American Psychological Association, 2011. 978 14 338 0980 4*

---

Jouke Post

In de prestigieuze serie 'The Theories of Psychotherapy', uitgegeven onder auspiciën van the American Psychological Association, verscheen vorig jaar 'Career Counseling' van Mark Savickas. Als hoogleraar, auteur en hoofdredacteur heeft Savickas zijn sporen in zowel de theorie als de praktijk van loopbaanbegeleiding ruimschoots verdiend. Dat een dergelijke titel in deze serie verschijnt, vormt op zichzelf al een positief signaal voor de status van loopbaanbegeleiding. 'Career Counseling' is het meest actuele en systematische overzichtswerk van het gedachtegoed van Savickas en een interessant voorbeeld van de narratieve stroming binnen loopbaanbegeleiding.

In hoofdstuk 1 schetst Savickas de historische ontwikkeling van het vakgebied en plaatst zijn eigen visie in het palet van de diverse soorten begeleiding. Daarnaast gaat hij in op de belangrijkste veranderingen op de huidige én toekomstige arbeidsmarkt. Dit leidt hem tot de stelling dat bestaande theorieën over loopbanen niet op een adequate manier inspelen op toenemende onzekerheid en turbulentie. Het gaat immers in toenemende mate om het ontwikkelen van een flexibele identiteit in steeds veranderende en wisselende omgevingen. Werk verliest haar rol als de centrale en stabiele 'spindoctor' van de levensloop van mensen. In plaats daarvan komt wat Savickas 'biographicity' noemt: het vermogen nieuwe en verworven ervaringen te integreren in de eigen biografie. Mensen moeten leren zowel samenhang als eigenheid te ontwikkelen in hun leven.

in de 'methode Savickas' ligt grote nadruk op het subjectieve en psychologische element

### Zelf en verhaal

Savickas besteedt veel aandacht aan 'zelf' en identiteit'. Werken aan je loopbaan komt neer op het 'bouwen van een zelf'. Een loopbaan is te zien als een constructie van het eigen levensverhaal, waarbij het zelf wordt geconstrueerd. Het 'zelf' is dus geen passief element dat wordt gediagnosticeerd via tests of vragenlijsten, maar het gevolg van een actieve en creatieve houding. Hierin spelen taal en reflectie een cruciale, want faciliterende rol. Constructie is gericht op het zoeken naar zingeving en samenhang en het integreren van nieuwe ervaringen. Identiteit gaat altijd over de paradox tussen continuïteit/permanentie en verandering/flexibiliteit/aanpassing.

Loopbaan counseling richt zich op het ontwikkelen en

herstellen van een gevoel van continuïteit waarmee transities mogelijk zijn zonder een verlies van dit zelf. Een belangrijke plaats wordt ingeruimd voor het 'verhaal': in hun levensverhaal proberen mensen bepaalde breuklijnen in hun leven van betekenis te voorzien. Savickas is ervan overtuigd dat ieder mens binnen zijn leven en loopbaan een persoonlijk thema uitwerkt, dat kan dienen om samenhang, continuïteit en betekenis te genereren. Het leven als zoektocht, waarin dit levens- of loopbaan thema helpt om tegenslag te overwinnen. Hij verwijst hierbij naar verwante denkbeelden van psychologen als Adler, Jung en Frankl. De loopbaan wordt dus primair opgevat als psychologische taak: individuen zoeken werk waarin de progressieve realisatie van de eigen heelheid ('wholeness') gestalte kan krijgen.

### Het Career Story Interview

Na de theoretische en inleidende hoofdstukken werkt Savickas enkele methodische lijnen uit. Het 'Career Story Interview' (CSI) vormt de kern, een set vragen en opdrachten die Savickas in de afgelopen dertig jaren heeft ontwikkeld. Het CSI bestaat uit vijf componenten:

1. **Rolmodellen:** cliënten verwoorden hun zelfconcept door het benoemen van personen die ze bewonderen. De startvraag luidt: 'wie bewonderde jij toen je zes jaar oud was?' Savickas is gewend aan de moeite die sommige cliënten hebben met deze vraagstelling en wijst op alternatieven. Ook geeft hij aanwijzingen om door te vragen: in welk opzicht ben jij gelijk aan deze persoon, in welk opzicht anders?
2. **Tijdschriften:** het zoeken naar favoriete tijdschriften, tv-programma's of websites vormt een ingang voor interesses en (beroeps)omgevingen die cliënten aanspreken. Er worden richtlijnen gegeven om door te vragen op antwoorden om zicht te krijgen op (beroeps)voorkeuren.
3. **Favoriete verhaal:** de cliënt wordt gevraagd zijn of haar favoriete verhaal of film te vertellen en in eigen woorden toe te lichten. Savickas legt een psychologische link tussen het verhaal en het

loopbaantheme.

4. **Motto's:** welk advies – in de vorm van een motto – zou de cliënt aan zichzelf geven? Het gaat om een spreuk die, of gezegde dat, iets weerspiegelt van wat nodig is om verder te bewegen.
5. **Vroege herinneringen:** Savickas vraagt zijn cliënten drie 'vroege herinneringen' te verwoorden en daar drie componenten in te benoemen: setting, actie en resultaten. Deze herinneringen worden door de cliënt verder toegelicht. Afrondend vraagt hij van deze herinnering een krantenkop te maken die de essentie van de herinnering uitdrukt.

In het gesprek dat volgt op het CSI worden de verschillende componenten tot een groter verhaal bewerkt. Savickas geeft concrete aanwijzingen om vanuit dit verzamelde (innerlijk) materiaal te komen tot beelden over beroepsmogelijkheden. De cliënt zet zelf de stap van intentie naar actie. Deze fase kent vijf componenten:

1. **Preoccupatie:** thema's die in de vroege herinneringen naar voren kwamen. Welke zijn voor de cliënt van betekenis? Wat gaat hem of haar aan het hart?
2. **Zelf:** hoe ontwikkelde de cliënt zich, mede als gevolg van de preoccupatie?
3. **Setting:** welke omgeving heeft de cliënt's voorkeur voor beroepsuitoefening?
4. **Script:** hier worden 'zelf' en 'setting' gecombineerd door het opnieuw bespreken van het favoriete verhaal, nu in het licht van de eigen toekomst.
5. **Advies:** hier komen spreuk of gezegde terug als aanwijzing.
6. **Toekomstscenario:** bespreken van een zo optimaal mogelijk scenario met de (beroeps- of studie)richting voor de cliënt. Voor welke maatschappelijke problemen wil hij bijdragen aan een oplossing?

Het vinden en verwoorden van deze vijf componenten is een proces waar zowel de counselor als de cliënt actief bij betrokken zijn. Het gaat erom de kennis die

is opgedaan in de eerdere sessies aan te wenden voor een vitaliserend en richtinggevend perspectief.

Savickas' methode bestaat doorgaans uit drie gesprekken. Dit lijkt ook de kracht te zijn: een sterk gestructureerde en systematische methode, inclusief specifieke vragen en aanwijzingen. Er ligt grote nadruk op het subjectieve en psychologische element: de cliënt moet zelf verwoorden wat hem bezighoudt en hoe hij tot actie overgaat. De methode is primair gericht op (zelf)inzicht: via de vragen, en opdrachten en spiegeling door de begeleider, wordt de cliënt iets duidelijk; dat inzicht leidt vervolgens tot concrete stappen. De ideale kandidaat voor deze begeleidingsvorm lijkt een actieve, gemotiveerde en ook behoorlijk verbale cliënt te zijn. Het is waarschijnlijk geen toeval dat de meeste voorbeeldcliënten in dit boek universitaire studenten zijn.

'Career Counseling' is een inspirerend boek, een zeer leesbare combinatie van theorie en praktijk. Het is bovendien prima mogelijk de (losse) methodische componenten in de eigen werkwijze te integreren. ■



Mark Savickas