



**MOVUM**

MENSELIJK VERANDERMANAGEMENT

## CAREER STORY INTERVIEW (CSI)

### Uw vraag

- 'Ik heb het gevoel dat ik in de loop van de tijd mezelf ben kwijtgeraakt. Wat kan ik doen om weer in contact met mezelf te komen?'
- 'Ik wil of moet een keuze maken, maar kom daar maar niet uit. Wat past eigenlijk het beste bij me?'
- 'Er blokkeert iets in me, maar ik weet niet wat het is. Hoe kom ik hieruit?'
- 'Ik voel me futloos in mijn werk, de energie stroomt niet meer. Ik zie geen uitweg, wat moet ik doen?'

### Wat is de CSI methode?

CSI is een biografische gesprekstechniek. Dat wil zeggen dat het gaat over de beleving van de eigen geschiedenis in relatie tot werk en privé. Daarnaast is het gebaseerd op de narratieve methode. Dat wil zeggen dat er door middel van het vertellen van een aantal kleine verhalen zicht wordt gekregen op het grote geheel en er samenhang wordt gecreëerd richting de (loopbaan-)vraag. De cliënt krijgt inzicht in de persoonlijke stijl en de eigen kwaliteiten en talenten. Ook eventuele patronen worden zichtbaar. Patronen zijn gewoontes in gedrag die al dan niet het persoonlijke doel dienen.

De CSI methode wordt ook wel het kortste loopbaantraject ter wereld genoemd. Het resultaat is inzicht en richting. Het wil een aanzet zijn voor het maken van keuzes en het zetten van stappen in de goede richting. De implementatie van de acties vallen buiten dit traject. Dat is de volgende stap.

### De aanpak

De cliënt formuleert de vraag en het gewenste resultaat. In een sessie van 1,5 uur wordt aan de hand van 5 verrassende vragen een verbinding gemaakt tussen vroeger en nu. Gaandeweg wordt het de cliënt duidelijk wat het antwoord op de eigen vraag is, waar de kansen en mogelijkheden liggen. Dit gaat vaak gepaard met een gevoel van ruimte en rust.

In een tweede sessie van 1,5 uur worden de resultaten aan de hand van een kort verslag besproken en wordt een aanzet gemaakt voor de toekomst. In principe kan de cliënt nu alleen verder. Uiteraard is het mogelijk bij de implementatie nadere ondersteuning te krijgen. Dat dit vaak niet nodig is, wordt veroorzaakt doordat de cliënt inzicht krijgt in zijn of haar persoonlijke stijl en hierdoor weet wat hem/haar te doen staat.

### Een praktijkvoorbeeld

Een beleidsmedewerker heeft het gevoel te blokkeren in haar werk. Een gevoel dat ze ook wel in haar privé leven tegen komt. Ogenscheinlijk is er niet veel aan de hand. Haar leidinggevende is tevreden, het werk gaat goed, thuis loopt het wel, maar toch. Zij vraagt hulp middels de CSI methode. Door de relatie die zij weet te leggen tussen vroeger en nu ontstaat inzicht en daarmee ruimte voor de toekomst. Dit heeft als resultaat dat ze andere keuzes kan maken, dat ze dichter bij zichzelf blijft en daarmee het gevoel heeft dat alles veel gemakkelijker gaat. De blokkade is opgelost.