

CLARA MARTUSCELLI

Psicologa del lavoro - Docente e Formatrice
ALUMNA CAMPLUS ALMA MATER

Testo a cura di Marco Bardonè



“

**UNA STORIA
DI RESILIENZA**

”

UNA STORIA DI RESILIENZA

Il professor Mariani ha detto ai suoi studenti di prepararsi all'esame ragionando come se fossero già degli psicologi. Clara non se lo fa ripetere due volte e va a ricevimento carica di appunti e di libri che ha preso per approfondire la materia. Il professore la guarda negli occhi. Dice: "Clara, ma lei fa troppo!" e scoppia in una risata benevola, che per Clara è anche una rivelazione.

In quel momento capisce che non è lenta nello studio, che non sta perdendo tempo, ma che quello che sta realizzando, anche se tortuoso e faticoso, è il percorso che le è necessario per diventare un giorno la psicologa che ha sempre voluto essere.

Clara Martuscelli, studentessa Camplus dal 1999 al 2001, riassume così i suoi anni universitari: "Mi sono basata sul mio sentire piuttosto che sulle tappe e sulla tabella di marcia che uno studente modello dovrebbe seguire. Non ne potevo fare a meno. Altrimenti mi sarebbero mancate delle esperienze fondamentali per la mia formazione."

Dopo il biennio di base a Napoli, Clara si trasferisce a Bologna nel '99 per seguire l'indirizzo specialistico in psicologia del lavoro.

"Trasferendomi a Bologna ho scelto di andare in Camplus perché volevo entrare in una realtà strutturata che mi desse la sensazione di far parte di una famiglia, per non sentirmi sola ad affrontare un ambiente completamente nuovo per me.

In Camplus ci sono stata due anni come studentessa, ma sono bastati per trovare amicizie che mi accompagnano da tutta una vita. Chiara, la mia compagna di stanza, ad esempio, è stata anche la mia testimone di nozze, ed è per me come una sorella."

Clara a Bologna non si limita a studiare i testi necessari per passare gli esami, approfondisce, ricerca, si documenta, inizia a frequentare corsi sulla filosofia buddista o sulla bioenergetica. E il cammino universitario inevitabilmente va a rilento.

Così quando i suoi genitori tentano di invitarla a focalizzarsi solo sugli studi e a lasciare le altre attività formative che, a loro avviso, la stavano rallentando troppo, lei capisce le loro ragioni e inizia a fare mille lavoretti per sostenere autonomamente la sua scelta. Fa la cassiera al supermercato, prepara le ceste natalizie, si occupa di logistica alle poste, fa la commerciale sia per l'interno che per l'estero, lavora anche nel recupero crediti e al call center dell'Hera nella sezione reclami e ambiente.

Sicuramente è dura studiare e lavorare nello stesso tempo, ma Clara lo fa da una prospettiva privilegiata, quella del lavoratore-osservatore, trasformando ogni esperienza in un'occasione per imparare dal vivo qualcosa che le servirà nella sua futura professione di psicologa del lavoro. Vede che tipo di leadership esercita il suo capo, le dinamiche del team building, la correlazione tra soddisfazione lavorativa e proattività. Ogni episodio, anche frustrante, in questa maniera diventa un'opportunità di arricchimento personale e professionale.

"Mi sono concessa grande tempo, perché sapevo di stare investendo sull'esplorazione di parti di me che dopo mi sarei ritrovata come patrimonio importante a cui attingere, anche se sicuramente ci sono stati momenti di sofferenza e di crisi. Mi è stato di grandissimo aiuto l'incontro col professor Marco Mariani. Per me è stato un vero e proprio mentore. È stato



**“ NEL MIO PERCORSO
MI SONO SEMPRE
BASATA SUL MIO
SENTIRE PIUTTOSTO
CHE SU MODELLI
DECISIONALI
PRE-COSTITUITI. ”**

**MI DÀ UNA
GRANDISSIMA
GIOIA VEDERE LO
STUPORE DI CHI,
PER LA PRIMA
VOLTA, DIVENTA
CONSAPEVOLE
DEI PROPRI
TALENTI. PER
ME È LA COSA
PIÙ BELLA DEL
MONDO.**

capace di credere in me quando non ci credevo più nemmeno io, di darmi tutte le volte al momento giusto, anche solo con uno sguardo o una battuta, un riconoscimento sulla mia identità di futura psicologa. Mi ha fatto capire che quelle stesse mie caratteristiche di indipendenza, autodeterminazione e voglia di approfondire che mi stavano facendo fare così fatica nel laurearmi, sarebbero state un mio punto di forza una volta terminati gli studi.”

Avendo lui come relatore Clara nel 2011 si laurea con una tesi intitolata *L'ownership psicologica nelle organizzazioni: una ricerca empirica*, incentrata sul concetto, allora poco considerato in Italia, del senso del possesso psicologico del lavoro. La sua ricerca riscuote grande interesse, tanto da venire pubblicata sul *Giornale Italiano di Psicologia*. Da quel momento Clara mette a frutto tutto quello che ha seminato negli anni della sua formazione.

“È stato molto emozionante tornare in Hera, non da addetta al Call Center, ma da tirocinante psicologa con il Professor Marani, per un progetto di ricerca sullo stress da lavoro correlato commissionato dall'azienda all'Università.”

Da allora ne seguiranno tante di gratificazioni professionali per Clara. Basandosi sulla sua esperienza concreta di lavoratrice, e non solo su quello che ha imparato sui libri, mette a punto un approccio strategico per aiutare le persone a realizzarsi nel lavoro. Si occupa di self empowerment e di personal branding. Vanno da lei madri che vogliono riprendere a lavorare dopo aver cresciuto i figli, neo laureati che non sanno che direzione prendere, giovani uomini che si sentono a disagio nel posto di lavoro in cui sono ma

hanno paura a rinunciare a quella sicurezza per mettersi in gioco.

Clara li aiuta con la comprensione e con l'empatia di chi ha vissuto quelle stesse sensazioni problematiche e con la ricchezza di strumenti che le derivano dal suo percorso di formazione vario e approfondito.

Nel suo metodo di lavoro non usa solo la parola, ma invita all'ascolto delle sensazioni del corpo, ad usare il pensiero immaginativo e le metafore, per raggiungere quelle parti profonde che soltanto con la logica razionale non si riescono a toccare.

“Mi dà una grandissima gioia vedere lo stupore di chi, per la prima volta, diventa consapevole dei propri talenti. La coscienza del proprio talento è una componente essenziale per la felicità, ma troppo spesso resta nascosta o sepolta. In genere le persone quando pensano alle loro risorse e capacità trovano soltanto parole piccole o nel peggiore dei casi sentono dentro uno sconcertante deserto. Io, con il mio lavoro, cerco di illuminare quell'area interiore per far loro percepire le potenzialità che hanno. E quello che succede quando lo realizzano è sorprendete. Per me è la cosa più bella del mondo.”

Come è stata ricca ed eterogenea la formazione di Clara, così lo è anche la sua attività lavorativa. Oltre ai colloqui in studio, fa parte dell'Associazione EOS che promuove *Cuore: l'unico muscolo da allenare per battere una donna*, un progetto sulla prevenzione della violenza di genere nello sport che nel 2013 ha vinto un bando della Chiesa Valdese e da allora continua ad ottenere numerosi riconoscimenti. Sta anche portando avanti un tirocinio per diventare psicoterapeuta psicocorporea occupandosi dell'inserimento

lavorativo delle persone seguite dal Centro di Salute Mentale di Bologna.

Con tutta questa attenzione all'ascolto per aiutare le persone a scoprire le proprie risorse e coltivare i propri talenti, il cammino di Clara non poteva non tornare ad intrecciarsi con Camplus, che fa di questi aspetti uno degli obiettivi principali della sua attività di formazione.

Clara dal 2014 insieme al direttore del Camplus College Alma Mater di Bologna, Riccardo Guidetti, si occupa del progetto di Self Empowerment degli studenti e dal 2017, insieme alla Referente del Progetto Alumni Camplus - Francesca Santoli e al Direttore Guidetti segue il progetto *Mentoring* che Camplus offre, sia come mentore per gli studenti della sua area, che come formatore degli altri mentori. Da quest'anno partecipa anche ai laboratori di *Effective Learning* sul metodo di studio per gli studenti del primo anno. “Ritornare in Camplus in queste molteplici vesti mi fa vivere delle emozioni fortissime. Mi sento davvero ricompensata per tutti i sacrifici che ho fatto e mi fa dar loro un senso ancora più vivificante. È una soddisfazione enorme quando ai corsi di *self empowerment* vedo ritornare i ragazzi che hanno già partecipato l'anno precedente, e dai loro occhi capisco quanto i semi che abbiamo gettato siano fioriti, portandoli ad avere una consapevolezza nuova di se stessi e delle loro potenzialità.

Nell'ambito dell'attività di *mentoring* poi è stato molto bello ritrovare i miei compagni di collegio. Mi ha fatto ricordare quando eravamo noi, con le nostre paure e speranze, nei panni dei ragazzi che ora aiutiamo a trovare una direzione, condividendo la nostra

esperienza. Ho pensato a quanta strada abbiamo fatto, e a quanta ne faranno loro, con tutte le conquiste sorprendenti che ancora non sanno di avere davanti.

Se è così gratificante il lavoro che svolgo in Camplus, è sicuramente anche grazie allo straordinario apporto professionale e umano del Direttore Riccardo Guidetti. Io, come tantissimi altri ragazzi passati in Camplus, gli sono molto grata. È un leader dalle grandi doti di ascolto, che ti stimola sempre alla riflessione e ti incoraggia all' esplorazione. Sa creare le migliori condizioni per sostenere la mia creatività, rendendo la collaborazione una fonte di nutrimento e di passione costante da incanalare nel lavoro che facciamo insieme.”

Ci sono stati momenti nel percorso di Clara, quando doveva barcamenarsi tra i mille lavoretti e gli esami, che sembrava lontanissimo il giorno in cui sarebbe arrivata alla laurea. La sua è una storia di resilienza che dimostra quali eccezionali conquiste si possono fare se non si viene mai meno a quel progetto di vita che ci sentiamo dentro, e si difende sempre la fiducia di poterlo un giorno realizzare.

“Quello che mi succede oggi è commovente. Non ho altre parole per descrivere l'emozione di vedere che tutte le difficoltà attraversate andavano nella direzione della mia realizzazione. Niente è successo invano o per caso. Tutto è diventato parte integrante della persona che sono ora. Essere una psicologa è una missione, vuol dire essere un'esperta di vita umana, ed è grazie alle esperienze che ho vissuto sulla mia pelle che oggi sono in grado di entrare in contatto profondo con le persone che vengono da me, per aiutarle a scoprire la meraviglia che ciascuno di loro

è. Sono grata alla vita, a chi mi ha sempre incoraggiata ad andare avanti e a me stessa per praticare con umiltà il lavoro che faccio. Un lavoro che mi dona il privilegio di assistere ogni giorno alla grandiosa trasformazione che le persone compiono con impegno e fatica, arrivando in studio con la sensazione di non avere niente tra le mani e andando via con la consapevolezza delle cose straordinarie che con quelle stesse mani possono fare.

**PENSO A
QUANTA STRADA
ABBIAMO FATTO
NOI EX-STUDENTI,
E A QUANTA NE
FARANNO
I GIOVANI CHE
ORA SONO IN
CAMPLUS.**

The image features a quote centered in a white box with a thin black border. The background is a blurred photograph of a university campus. At the top center, there is a silhouette of a clock tower with a pointed roof. Below it, the words "ALMA MATER" are faintly visible in large, light-colored letters across the middle of the image. The foreground shows a green lawn and trees with bright sunlight filtering through the leaves.

**“ RITORNARE IN CAMPLUS
COME MENTORE MI FA
VIVERE DELLE EMOZIONI
FORTISSIME. MI SENTO
DAVVERO RICOMPENSATA
PER TUTTI I SACRIFICI CHE
HO FATTO. ”**