

RådgivningsDanmarks forståelse af rådgivning

Rådgivning dækker i regi af RådgivningsDanmark "vejledning, rådgivning eller hjælp til selvhjælp" jf. foreningens vedtægter og forstås som en praksis, der befinder sig indenfor definitionen af socialt arbejde – dvs. som en praksis, der "fremmer social forandring og udvikling, social sammenhørighed, empowerment og frigørelse af mennesker" (Skytte, I. et al., 2017). Målet med rådgivning er at hjælpe den råde søgende videre med et konkret problem, og fokus er på "menneskers muligheder for at trives i mødet med udfordringer og belastninger" (Skytte, I. et al., 2017).

Rådgivning karakteriseres typisk ved engangshenvendelser eller kortere samtaleforløb, hvor der arbejdes med vidt forskellige og til tider også komplekse problemstillinger. Rådgivning kan ses som en hjælpeorienteret samtaleform, hvor rådgiveren fra en samskabende og nysgerrig position undersøger og inspirerer den råde søgende til at reflektere, og derigennem blive klogere på egne ressourcer og handlemuligheder. Henvi sning til andre hjælpemuligheder såsom terapeutisk behandling er således også et typisk element i rådgivning. Rådgivning kan have behandlende terapeutisk effekt, men definerer sig ikke som at være behandling eller terapi.

Rådgivning kan trække på mange forskellige teoretiske perspektiver eks. sociologi, pædagogik, filosofi, sundhedsvidenskab, antropologi, psykologi og teorier om socialt arbejde. I rådgivning er psykologi ofte et centralt vidensgrundlag, men altså ikke nødvendigvis det primære (Skytte, I. et al., 2017; Moltke & Molly, 2012).

Snitflade mellem rådgivning og terapeutisk behandling

Terapeutisk behandling har psykologi som sit primære teoretiske vidensgrundlag, og der findes forskellige former for terapi (Møhl & Kjølbye, 2013). Målet med en psykotераpeutisk behandlingsproces er, som oftest, ud fra en vurdering af klientens aktuelle situation og tilstand, at identificere og arbejde med klientens følelsesmæssige og adfærdsmæssige mønstre med mulighed for at forstå og arbejde med de grundlæggende årsager til klientens problematikker, for på denne baggrund at kunne hjælpe klienten videre.

Terapi kan omfatte elementer fra rådgivning, men adskiller sig ofte i forhold til varighed og intensitet, hvor et terapeutisk behandlingsforløb er længerevarende og mere dybdegående end rådgivning (Skytte, I. et al., 2017). Terapeutisk behandling er som udgangspunkt en gennemgribende proces, der fordrer en større kontinuitet end rådgivning.

Litteratur

Moltke, H. V. & Molly, A. (2012) "Systemisk Coaching: En grundbog. Erhvervspsykologiserien. Dansk psykologisk Forlag.

Møhl, B. & Kjølbye, M (red) (2013) "Psykotераpiens ABC". Psykiatrifondens Forlag.

Skytte, I., Walmod, G. Ditlevsen, M. K. (2017) "Psykologi og socialt arbejde". Akademisk Forlag.