



1. poglavlje

Uvod

Daj čovjeku ribu i nahranio si ga za jedan dan; nauči ga pecati i nahranio si ga za cijeli život.

Kineska poslovice

PITANJA NA POČETKU POGLAVLJA

- *Tko su savjetovatelji i pomagači?*
- *Što je savjetovanje?*
- *Što je savjetovanje o životnim vještinama?*
- *Tko su savjetovatelji u području životnih vještina?*

UVOD

Nabrojat ćemo teškoće koje ljudi obično žele podijeliti jedni s drugima:

“Osjećam se depresivnim¹ i osamljenim.”

“Ostala sam bez posla i jako sam uplašena.”

“Teško mi je donijeti odluku o izboru zanimanja.”

¹ U knjizi će, radi ravnopravnosti i jednostavnosti, naizmjenice biti korišten ženski i muški rod (nap. prev.).

- “Teško mi je prihvatiti da sam tjelesni invalid.”
 “Nakon srčanog udara moram naučiti pametnije živjeti.”
 “Pod stalnim sam stresom.”
 “Volio bih da znam uspostaviti i održati prijateljstvo.”
 “Voljela bih da sam mogla bolje kontrolirati svoju ljutnju.”
 “Već šest mjeseci nismo imali spolne odnose.”
 “Naš brak je pred velikim iskušenjem.”
 “Stalno mislim na svoje roditelje premda sam se odselio od njih.”
 “Na ispitima sam jako napeta i postizem lošije rezultate nego što bih mogla.”
 “Teško mi je ljudima reći 'ne'.”
 “Moj mi se život čini besmislenim.”

U takvim situacijama pomoć mogu pružiti četiri glavne skupine ljudi:

- *Stručnjaci u području savjetovanja i pomagačkih zanimanja.* Osobe specijalizirane za pomaganje drugim ljudima u rješavanju njihovih teškoća, a koje su plaćene za taj posao. To su savjetovatelji, psiholozi, psihijatri i socijalni radnici.
- *Dobrovoljni savjetovatelji i pomagači.* Ljudi osposobljeni u području vještina savjetovanja i pomaganja koji dobrovoljno rade u savjetovalištimama za mlade, institucijama povezanim s crkvom i u brojnim drugim ustanovama gdje rade volonteri.
- *Ljudi koji u svom poslu rabe vještine savjetovanja i vještine pomaganja.* Glavno žarište posla ovdje su tjelesna njega, podučavanje, svećeničke aktivnosti, supervizija, rukovođenje te pružanje financijskih, pravnih ili ukopnih usluga, sindikalni rad itd. Za djelotvorno obavljanje spomenutih poslova nužno je povremeno koristiti vještine savjetovanja i pomaganja.
- *“Neslužbeni” savjetovatelji i pomagači.* Svi smo u prilici pomagati drugim ljudima, neovisno o tome jesmo li u ulozi partnera, roditelja, rođaka, prijatelja ili kolege s posla.

SAVJETOVANJE I POMAGANJE

Potrebno je nešto reći o tome kako u ovoj knjizi rabim određene pojmove. Povezano s navedenom klasifikacijom ljudi koji nude pomoć, riječ “savjetovatelj” odnosi se pretežno na savjetovatelje stručnjake i savjetovatelje volontere, a riječ “pomagač” uglavnom se odnosi na one koji vještine savjetovanja i pomaganja koriste kao dio svog redovitog posla te na “neslužbene” pomagače. Neki takvo razlikovanje ovih pojmova dovode u pitanje smatrajući savjeto-

vanje i pomaganje sinonimima (Murgatroyd, 1985.). Riječ *pomagač* često se upotrebljava kao skraćeni oblik u opisivanju nabrojanih kategorija savjetovatelja i pomagača. Eganova knjiga *Vješt pomagač* (1994.) izvrstan je primjer takve upotrebe tog pojma. Pomagači pomažu upotrebom vještina pomaganja.

Riječ *savjetovatelj* u cijeloj se knjizi odnosi na savjetovatelje i na pomagače. Savjetovatelji pružaju usluge upotrebom vještina savjetovanja. Na takav odabir pojmova navela su me tri razloga. Prvo, pojam pomagač nije dovoljno specifičan za populaciju koju želim pobliže odrediti. Svatko tko pruža određenu uslugu, bio to prodavač, električar ili vodoinstalatser, može se smatrati pomagačem. Međutim, te ljude vjerojatno nećemo zvati savjetovateljima. Drugo, riječ pomagač pokazuje da smo primatelja pomoći smjestili u ovisan položaj. Pomagač može nešto činiti nekoj osobi ili za nju umjesto s njom. Treće, riječ pomagač zasjenjuje važnost samopomoći koju želim istaknuti. Svrha savjetovanja i pomaganja ljudima jest pomoći im da sami sebi postanu najboljim pomagačima. Time oni koji pružaju i koji primaju pomoć postaju pomagačima i postavlja se pitanje zašto bismo pojam pomagač rabili samo za jednu od te dvije kategorije ljudi? Pojam *klijent* u knjizi koristim za onoga tko prima usluge od savjetovatelja i za onoga kome se pomaže.

ŠTO JE SAVJETOVANJE?

Pojam "savjetovanje" koristi se na različite načine. Jedna od dimenzija tog pojma o kojoj je već bilo riječi, odnosi se na ljude koji *pružaju savjetodavne usluge*. U definiranju savjetovanja možemo se poslužiti i drugim dimenzijama i tada govorimo o savjetodavnom odnosu, repertoaru intervencija i o psihološkom procesu; osim toga, savjetovanje možemo promatrati kroz njegove ciljeve, klijentelu i odnos prema psihoterapiji. Poblježe ću raspraviti svaku od tih dimenzija.

Savjetovanje kao odnos

Gotovo svi savjetovatelji slažu se da je za djelotvoran rad s klijentom nužan dobar savjetodavni odnos. Neki savjetovatelji misle da je savjetodavni odnos ne samo nužan već i dovoljan za konstruktivnu promjenu u klijentima (Rogers, 1957.). Jedan od načina definiranja savjetovanja uključuje utvrđivanje najvažnijih osobina dobrog savjetodavnog odnosa. Za sada je dovoljno reći kako su za uspostavu takvog odnosa potrebne tzv. "sržne osobine" savjetovatelja kao što su empatijsko razumijevanje, uvažavanje klijentovih mogućnosti da upravlja svojim životom te kongruentnost ili autentičnost. Najvažnije vještine za uspostavu i održavanje pomažućeg odnosa su "aktivno slušanje" i "potkrepljujuće slušanje". Oni koji savjetovanje ponajprije shvaća-

ju kao pomažući odnos, priklanjaju se teoriji i praksi savjetovanja usmjerenog na osobu (Rogers, 1961., Raskin i Rogers, 1995.).

Savjetovanje kao repertoar intervencija

Većina savjetovatelja ne misli da je savjetodavni odnos dovoljan ili dovoljno djelotvoran za pojavu konstruktivnih promjena u klijentu. Zbog toga im je, kao dodatak tom odnosu, potreban skup intervencija. Intervencije se još nazivaju i savjetodavnim metodama ili pomažućim strategijama. Savjetovatelji koji posjeduju širok repertoar intervencija moraju odlučiti koje će od njih koristiti, s kojim klijentima, kada i s kakvom vjerojatnošću postizanja uspjeha. Savjetovateljeve intervencije odraz su njegova teorijskog usmjerenja: npr. psihoanalitički usmjereni savjetovatelji rabe psihoanalitičke intervencije, racionalno-emocionalno-bihevioralno usmjereni koriste racionalno-emocionalno-bihevioralne intervencije, a geštalt savjetovatelji primjenjuju geštaltističke intervencije. Neki savjetovatelji su eklektički nastrojeni i koriste intervencije proizašle iz različitih teorijskih pravaca. Corsini ide još i dalje i kaže: "Došao sam do uvjerenja da je u psihoterapiji važno tko, kako i kome nešto radi, tj. da je važan tzv. tko-kako-kome činitelj" (Corsini, 1995., str. 11). Prema njegovu mišljenju, osim specifičnih intervencija važna je i savjetovateljeva ličnost te usklađenost savjetovatelja i klijenta.

Savjetovanje kao psihološki proces

U knjizi se riječ savjetovanje koristi kao skraćena pojava psihološko savjetovanje. Neovisno o tome određujemo li ga kao odnos koji obilježavaju sržne osobine ili kao repertoar intervencija, savjetovanje je psihološki proces. Nekoliko je razloga za duboku povezanost psihologije i savjetovanja. Prvo, *ciljevi* savjetovanja u sebi sadrže psihološku komponentu. Svi savjetodavni pristupi, doduše u različitom stupnju, usmjereni su na mijenjanje čovjekovih osjećaja, misli i postupaka kako bi mu život bio djelotvorniji. Drugo, savjetovanje je *psihološki* proces. Savjetovanje nije statično, već uključuje kretanje između i unutar savjetovateljeve i klijentove psihe. Osim toga, velik dio savjetodavnog procesa odvija se u klijentovoj psihi između savjetodavnih susreta i kada po završetku savjetovanja klijenti pomažu samima sebi. Treće, ciljevi savjetovanja i intervencije koje se u tom procesu koriste proizlaze iz psiholoških *teorija* (Nelson-Jones, 1995.). Mnogi vodeći savjetovatelji bili su psiholozi, a među najpoznatijima su Rogers i Ellis. Većina ostalih poznatih teoretičara bili su psihijatri, npr. Beck i Berne. Četvrto, psihologijska istraživanja pridonose nastanku teorija savjetovanja te procjeni savjetodavnog procesa i ishoda.

Ciljevi savjetovanja

Radeći s različitim klijentima savjetovatelji imaju različite ciljeve, npr. pomažu im da prebrode emocionalnu uskraćenost iz prošlosti, da riješe trenutne teškoće, lakše podnesu promjene, donesu odluke, razriješe krize i da nauče specifične životne vještine. Ciljevi savjetovanja katkada se dijele na one koji se tiču ublažavanja teškoća i na razvojne ciljeve odnosno one namijenjene rastu i razvoju. Nije jasna granica između ublažavanja slabosti i jačanja snaga. Štoviše, postizanje razvojnih ciljeva i onih usmjerenih na rješavanje problema može djelovati preventivno.

Premda je savjetovanje većim dijelom kurativno, ono je više usmjereno na izvršavanje razvojnih zadataka većine običnih ljudi, a manje na potrebe jako poremećene manjine. Naglasak na razvoju dobro se vidi u riječima van Hesterena i Iveya (1990., str. 524.): *“Savjetovanje i razvoj* ponajviše se odnose na mijenjanje ljudi u pozitivnom smjeru. Pozitivna promjena može se javiti dok u svakodnevnom životu izvršavamo razvojne zadatke ili dok se bavimo pitanjima koja se tiču težih razvojnih poremećaja.”

Razvojni zadaci su zadaci s kojima se ljudi suočavaju u različitim životnim fazama, npr. prilikom stjecanja neovisnosti, traženja partnera, podizanja djece i prilagodbe na stariju životnu dob. Uspješno obaviti razvojne zadatke znači obuzdavati negativne osobine i njegovati pozitivne. Savjetovanje je ponajviše usmjereno na psihičku dobrobit ili na pozitivno duševno zdravlje (Jahoda, 1958.). Maslowljev opis osobina samoaktualiziranih ljudi pokušaj je izražavanja ciljeva na pozitivan način i to u smislu razvoja, a ne oporavka (Maslow, 1970.). Prema Maslowu, samoaktualizacija ima sljedeće značajke: kreativnost, autonomiju, društveni interes i usmjerenost na problem.

Neovisno o teorijskom pristupu, najvažniji cilj savjetovanja obično je jačanje klijentove osobne odgovornosti za oblikovanje i stvaranje vlastita života. Klijenti moraju načiniti izbore koji će im omogućiti da djelotvorno osjećaju, misle i postupaju. Kako bi postigli zadane ciljeve, klijentima trebaju sposobnosti doživljavanja i pokazivanja osjećaja, racionalnog mišljenja i poduzimanja djelotvornih akcija. Savjetovatelji su najučinkovitiji kad uspiju osposobiti klijente da si po završetku savjetovanja sami pomažu. Prema tome, krajnji cilj savjetovanja jest samopomoć, tj. cilj je pomoći klijentima da sebi postanu svojim najboljim savjetovateljem.

Savjetovanje i psihoterapija

Pokušaji razlikovanja savjetovanja i psihoterapije nikada nisu posve uspješni. I savjetovanje i psihoterapija sastoje se od različitih, a ne od istovrsnih znanja i aktivnosti. Mnogo je bolje razmišljati o savjetodavnim pristupima i psihološkim terapijama. Oboje se temelje na “promišljenoj i planiranoj primjeni tehnika proizašlih iz poznatih psiholoških principa” (Meltzoff i

Kornreich, 1970., str. 6.). Evo nekoliko pokušaja razlikovanja savjetovanja i psihoterapije: psihoterapija je usmjerena na određene vrste promjena u ličnosti dok u savjetovanju ljudima pomažemo da koriste postojeće mogućnosti kako bi bolje izlazili na kraj sa životom (Tyler, 1961.); dvije vrste aktivnosti kvalitativno su jednake, a razlikuju se samo kvantitativno – u usporedbi sa savjetovateljima, terapeuti više slušaju, a manje podučavaju, savjetuju i objašnjavaju (Corsini, 1995.); psihoterapija se više od savjetovanja bavi težim poremećajima i više je medicinski pojam. Savjetovanje i psihoterapija koriste iste teorijske modele i “ističu da je klijenta potrebno uvažavati kao osobu, suosjećajno slušati i čuti što poručuje te podržavati njegov kapacitet za samopomoć i odgovornost” (Britanska psihološka udruga, Odsjek za kliničku psihologiju, 1979., str. 6.).

Mnogim psiholozima, kao što su Truax i Carkhuff (1976.), Corey (1991.) i Patterson (1974., 1986.), riječi savjetovanje i psihoterapija su sinonimi. Patterson zaključuje kako među tim pojmovima ne postoje bitne razlike oko kojih bi se svi složili. Slažem se da se savjetovanje i psihoterapija jako preklapaju. Bez obzira na to, u knjizi radije koristim pojmove savjetovanje i savjetovatelj nego terapija i terapeut. To je djelomično zbog dosljednosti, a djelomično i zato što pojam savjetovanje smatram manje elitnim od pojma terapija.

ŠTO JE SAVJETOVANJE U PODRUČJU ŽIVOTNIH VJEŠTINA?

Savjetovanje u području životnih vještina je pristup usmjeren na osobu kojim klijentima pomažemo da nauče vještine samopomoći. U takvom pristupu odbacujemo psihološki žargon i radimo unutar jednostavnog i izravnog edukativnog okvira. Prilagođeno potrebama većine običnih ljudi, savjetovanje o životnim vještinama podrazumijeva da svi ljudi imaju snage i slabosti u tom području i da ih održavaju takvima. Postoje četiri ključna polazišta ovog pristupa:

1. Većina teškoća koje klijenti donose savjetovatelju posljedica su njihova prethodnog učenja.
2. Iako postoji i utjecaj vanjskih činitelja, klijenti sami održavaju svoje teškoće zato što imaju nedostatke ili slabosti u tome kako misle i postupaju (tj. imaju manjkavosti u vještinama razmišljanja i postupanja).
3. Savjetovatelji su najučinkovitiji kad, unutar dobrog savjetodavnog odnosa, podučavaju klijente potrebnim vještinama razmišljanja i postupanja.
4. Krajnji cilj savjetovanja u području životnih vještina jest samopomoć, tj. da klijenti održavaju i razvijaju jake strane svojih vještina razmišlja-

nja i postupanja, i to ne samo da bi svladali trenutačne teškoće, već i da bi spriječili i rješavali buduće.

Savjetovanje u području životnih vještina temelji se na teorijskim spoznajama psihološke edukacije. Riječ edukacija ima dvostruko podrijetlo iz svog latinskog korijena. Potječe od glagola *educare*, što znači "njevovati, podizati". Međutim, glagol *educare* oblik je glagola *educere*, što znači "izvoditi" (Jones, 1990.). Teorijske postavke psihološke edukacije u savjetovanju o životnim vještinama uključuju oba značenja riječi edukacija. S jedne strane, u tim se postavkama ističe potreba za podučavanjem što ljude vodi prema usvajanju boljih životnih vještina. Drugi način promatranja teorijskih postavki psihološke edukacije u savjetovanju o životnim vještinama jest da one zahtijevaju razvojni pristup u shvaćanju klijentovih teškoća i mogućnosti rada na njima. U 2. i 3. poglavlju iznijet ću pregled teorije i prakse savjetovanja u području životnih vještina.

Teškoće i mogućnosti

Savjetovanje u području životnih vještina nije usmjereno samo na pomažanje ljudima u izlaženju na kraj s teškoćama, već se bavi i ostvarivanjem njihovih mogućnosti. Savjetovanje o životnim vještinama usmjereno je na osobu, što znači da je usmjereno na različite vještine i sposobnosti koje su svim ljudima potrebne za preživljavanje, održavanje i poboljšanje njihova života. Riječ je o pristupu zasnovanom na ravnopravnosti koji pretpostavlja da svatko – neovisno o dobi, spolu, rasi, boji kože ili vjerovanju – ima "mogućnosti za rast i razvoj te pravo da što više poboljša svoje sposobnosti" (Albee, 1984., str. 230.). Teškoće za čije rješavanje ljudima trebaju prilagodbeni osjećaji, misli i postupci, kako bi što više povećali svoje mogućnosti, mogu se pojaviti u svakoj životnoj dobi i u svim životnim područjima (Egan i Cowan, 1979., Erikson, 1963., Havighurst, 1972., Kohlberg i Gilligan, 1971., Masterpasqua, 1989., Perry, 1970., Sugarman, 1986.).

Savjetovanje u području životnih vještina prikladno je za različite vrste teškoća i mogućnosti koje idu od temeljnih vještina razmišljanja i postupanja, potrebnih u svim životnim razdobljima, do razvojnih kompetentnosti koje su dobno specifičnije: npr. učenje vještina za uspostavu intimnih i spolnih odnosa u razdoblju kasne adolescencije i učenje vještina suočavanja sa starenjem i smrću u starijoj dobi. Savjetovanje o životnim vještinama može biti usmjereno na teškoće i mogućnosti u svim životnim područjima: partnerskim odnosima, seksualnim odnosima, roditeljstvu, izboru zanimanja, radu, učenju i polaganju ispita, slobodnom vremenu i u brizi za zdravlje. Nadalje, savjetovatelji koji rade u području životnih vještina bave se mnogim simptomima koji su više pokazatelji nelagode nego bolesti, uključujući depresiju, akutnu i kroničnu tjeskobu, delinkventno ponašanje, zloupotrebu droga i agresivnost.

SAVJETOVATELJI KOJI RADE U PODRUČJU ŽIVOTNIH VJEŠTINA

Tko su savjetovatelji koji rade u području životnih vještina?

Takvi savjetovatelji posjeduju humanističke vrijednosti koje mogu i ne moraju biti dijelom religioznih uvjerenja (Kelly, 1995.). Te vrijednosti uključuju poštovanje svakog pojedinca, uvažavanje ljudske pogrešivosti, uvjerenje u čovjekovu poučljivost, vjerovanje u čovjekov razum i život u društvu te iskrenu želju za boljim svijetom. Savjetovatelji koji se bave savjetovanjem o životnim vještinama priklanjaju se teorijskim postavkama psihološke edukacije prikazanim u sljedećem poglavlju. Te postavke uključuju elemente egzistencijalističko-humanističke i kognitivno-bihevioralne psihologije.

Savjetovatelji koji rade u području životnih vještina su praktičari-istraživači koji neprekidno postavljaju, primjenjuju i vrednuju pretpostavke o pomaganju klijentima da se promijene. Postoji barem četiri izvora znanja koji nadahnjuju njihovo savjetovanje. Prvo, oslanjaju se na teorijsko znanje. Teorijske postavke o životnim vještinama nužno je stalno obnavljati u svjetlu novih spoznaja o ljudskom razvoju i mijenjanju. Drugo, trude se ići u korak s relevantnim rezultatima istraživanja i uključiti ih u proces i ishode savjetovanja. Kad rade u nekom specifičnom području (npr. kad se bave savjetovanjem za izbor zanimanja ili bračnim odnosno obiteljskim savjetovanjem), oslanjaju se na odgovarajuću istraživačku literaturu. Treće, uče iz svog praktičnog savjetodavnog iskustva. Aktivno nastoje djelotvornije savjetodavno djelovati procjenjujući svoj rad i, kad je to potrebno, unose u njega promjene. Četvrto, oni su živi ljudi koji zrače i koji uče iz osobnih iskustava izvan savjetodavnog procesa. Sposobnost učenja iz osobnog iskustva osobito je važna za savjetovatelje koji djeluju unutar okvira koji podrazumijeva da savjetovateljima i klijentima trebaju iste životne vještine. Ako možete naučiti, održavati i unapređivati vlastite životne vještine, moći ćete bolje pomoći klijentima da to isto čine za sebe.

Savjetovatelji koji se bave savjetovanjem o životnim vještinama su razvojni učitelji (Nelson-Jones, 1988.). Uzimajući u obzir spremnost, očekivanja i razvijenost vještina svakog klijenta, oni prilagodljivo koriste savjetodavni odnos i svoje vještine podučavanja. Savjetovanje je usmjereno na njegovanje i ozdravljivanje ranjivih klijenata, na pomaganje klijentima u rješavanju specifičnih teškoća i donošenju određenih odluka, na svladavanje krize te na preventivno i razvojno podučavanje životnim vještinama. Klijenti u savjetovanju o životnim vještinama mogu biti pojedinci, grupe ili organizacije (Murgatroyd, 1993.). Savjetovatelji koji djeluju u području životnih vještina uvijek su svjesni načina "zasadijanja" ili širenja savjetodavnih vještina. Nadalje,

oni uviđaju da je katkada nužno primijeniti savjetovanje “prema gore” koje je usmjereno na organizacijsku politiku, praksu i osobine organizacije koje stvaraju i održavaju teškoće i to umjesto ili kao dodatak savjetovanju “prema dolje”, tj. savjetovanju pojedinaca ili grupa (Egan i Cowan, 1979.).

Unutar edukacijskog okvira, savjetovatelji koji se bave savjetovanjem o životnim vještinama koriste različite edukacijske intervencije usmjerene na osjećaje, mišljenje i postupke. Takvi savjetovatelji ne nastoje biti arheolozima ili povjesničarima – umjesto toga usmjeravaju se ponajviše na klijentovu sadašnjost i budućnost. Intenzivno surađuju s klijentima u određivanju specifičnih manjkavosti u vještinama koje održavaju teškoće. Osim toga, pomažu im u ublažavanju slabosti i jačanju snaga povezanih sa životnim vještinama. Savjetovatelji koji djeluju u području životnih vještina uvijek jako ističu važnost naučenih vještina smatrajući ih vještinama samopomoći.

Tko nisu savjetovatelji koji rade u području životnih vještina?

Drugi način opisivanja tko su savjetovatelji u području životnih vještina jest pokazati kakvi oni nisu. Prvo, oni nisu drukčiji od ostalih ljudi osim po tome što imaju bolje razvijene savjetodavne vještine. Oni imaju svoje muke, nesavršenosti i teškoće u korištenju svojih pozitivnih, umjesto negativnih mogućnosti. Drugo, oni nisu nadnaravni manipulatori. Njima je iskreno stalo do klijentova rasta i razvoja. Treće, oni nisu čarobnjaci niti nadriliječnici koji obećavaju brzodjelujući lijek. Klijenti u savjetovanje obično dolaze sa slabostima i snagama povezanim s vještinama koje su dugo nastajale. Savjetovatelji naglašavaju kako ublažavanje manjkavosti u životnim vještinama i jačanje snaga u tom području često zahtijeva mnogo truda i vježbe.

Savjetovatelji u području životnih vještina ne mogu umjesto klijenata raditi njihov “posao” i ukinuti njihovu ovisnost. Umjesto toga oni potišu, a nekada i izravno, potiču klijente da prihvate svoju egzistencijalnu odgovornost za oblikovanje vlastita života. Savjetovatelji koji se bave savjetovanjem o životnim vještinama ne potiču konformizam. Umjesto toga, pomažu klijentima da promisle o tome koji su izbori najbolji za njih u njihovim jedinstvenim životnim okolnostima. Savjetovatelji koji djeluju u području životnih vještina ne misle kako imaju monopol na savjetodavne vještine. Mnoge takve vještine slične su onima potrebnim u drugim životnim ulogama kao što su partner, prijatelj, roditelj ili rukovoditelj. Osim toga, mnoge vještine savjetovanja mogu se upotrijebiti za samopomoć. Što više ima ljudi koji posjeduju dobre vještine savjetovanja, to bolje (Charles-Edwardes, 1989.).

NAJVAŽNIJE IZ POGLAVLJA

- *Postoje četiri glavne kategorije savjetovatelja i pomagača: stručnjaci u području savjetovanja i pomagačkih zanimanja, dobrovoljni savjetovatelji i pomagači, ljudi koji u svom redovitom poslu koriste vještine pomaganja i neformalni savjetovatelji i pomagači.*
- *Korištenjem pojma savjetovatelj umjesto pomagač postiže se veća jasnoća, izbjegava se pomisao na ovisnost i ne umanjuje se važnost samopomoći.*
- *Definicija savjetovanja uključuje sljedeće dimenzije: savjetovanje kao odnos, repertoar intervencija i kao psihološki proces, savjetovatelj, ciljevi savjetovanja te odnos savjetovanja i psihoterapije.*
- *Savjetovanje u području životnih vještina je pristup usmjeren na ljude kojim klijentima pomažemo u učenju vještina samopomoći.*
- *Savjetovanje o životnim vještinama temelji se na teorijskim postavkama psihološke edukacije, a savjetovatelji koji rade u tom području ponajviše su razvojni edukatori.*
- *Savjetovatelji koji se bave životnim vještinama imaju humanističke vrijednosti koje mogu i ne moraju biti religiozne naravi. Oni su praktičari-istraživači koji neprekidno postavljaju, primjenjuju i vrednuju pretpostavke o klijentovu mijenjanju. U stanju su koristiti različite intervencije usmjerene na osjećaje, mišljenje i postupke.*
- *Savjetovatelji koji se bave životnim vještinama uvijek potiču klijente da postanu svojim najboljim savjetovateljima.*

VJEŽBA 1.1 ŠTO JE SAVJETOVANJE?

Na sljedeća pitanja odgovorite sami, u paru ili u skupini:

1. Što vama znači pojam savjetovanje?
2. Biste li i kako mogli razlikovati savjetovanje od pomaganja?
3. Biste li i kako mogli razlikovati savjetovanje od psihoterapije?
4. Što vi smatrate ciljevima savjetovanja?
5. Kritički razmotrite zamisao da su savjetovatelji ponajviše razvojni edukatori.