



# Kongruens

Øyvind Laundal

# Hva er kongruens?

---

- Ekthet og troverdighet
- I kontakt med seg selv
- Samsvar mellom følelser, tanker og uttrykk
- Ikke rolle – men menneske
- Grunnleggende holdning i rådgivning



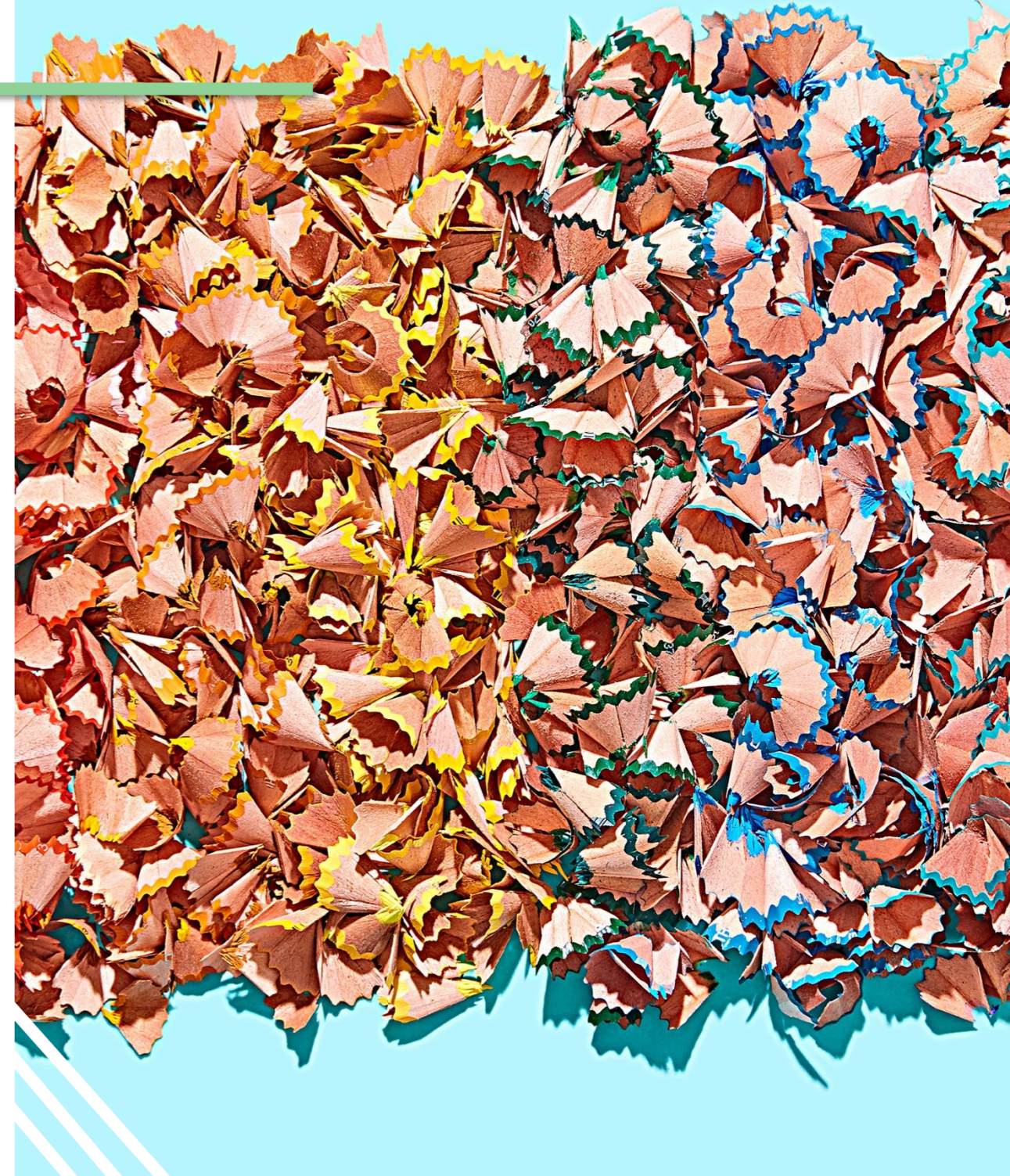
# Kongruens i relasjonen

- Verbalt og nonverbalt
- Menneskelig troverdighet
- Ingen profesjonell maske
- Selvavgrensning
- Egne reaksjoner – uten å ta plass



# Profesjonell kongruens

- Helhetlig og konsistent væremåte
- Spontanitet uten tilfeldighet
- Ikke-defensiv holdning
- Verdibevisst praksis
- Stabilitet over tid



**Relasjon**

# Kongruens og relasjon

- Relasjonen som bærende ramme
- Ekthet og relevans
- Tillit og likeverd
- Involvering i prosessen
- Faglig åpenhet

# Kongruens og makt

- Asymmetri i samtalen
- Makt og etisk ansvar
- Bevissthet om kommunikasjon
- Støtte til selvstendighet

# Trygghet i rollen

- Trygg rådgiver = trygg rådsøker
- Utvikles over tid
- Genuin interesse
- Kommunikasjon med respekt

**Danning**

# Rådgiveren som menneske og profesjonsutøver

- Rådgivning handler også om hvem du er
- Bevissthet om seg selv
- Kontinuerlig utvikling
- Danning gjennom erfaring



# Utdanning og dannning i profesjonsutøvelse

---

- Utdanning og dannning
- Profesjonell identitet formes i praksis
- Begreper brukes med personlig preg

# Personlig preg og læring gjennom feil

---

- Profesjonsutøvelse krever personlig engasjement
- Å gi noe av seg selv
- Feil som læringsmulighet
- Åpenhet

# Teori, trygghet og kongruens

- Teori gir trygghet og kreativitet
- Kongruens = faglighet + ærlighet
- Kjenne egne begrensninger
- Integritet i møte med andre



# Referanseliste

---

- Drapela, V. J. (1990). The value of theories for counseling practitioners. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 13(1), 19–26. <https://doi.org/10.1007/BF00154639>
- Egan, G. (2014). *The skilled helper: A client-centred approach* (10. utg.). Cengage Learning.
- Henderson, D. A., & Thompson, C. L. (2011). *Counseling children* (8. utg.). Brooks/Cole.
- Klafki, W. (2001). Kategorial dannelse. I E. L. Dale (Red.), *Om utdanning: Klassiske tekster* (s. 167–204). Gyldendal akademisk.
- Kristiansen, A. (2020). Hva skiller en veiledningssamtale fra andre samtaler? I S. B. Eide, H. H. Grelland, A. Kristiansen, H. I. Sævareid, & D. G. Aasland, *Til den andres beste: En bok om veiledningens etikk* (2. utg., s. 24–39). Gyldendal.
- Lassen, L. M. (2014). *Rådgivning: Kunsten å hjelpe og sikre vekstfremmende prosesser* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Rogers, C. R. (1958). THE CHARACTERISTICS OF A HELPING RELATIONSHIP. *The Personnel and Guidance Journal*, 37(1), 6–16. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1958.tb01147.x>
- Schön, D. A. (2016). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315237473>
- Sollesnes, T. (2018). *Vellykket arbeid med vanskelig atferd*. Cappelen Damm Akademisk.
- Tveitnes, M. S., & Simonsen, E. (2025). Dialog og samarbeid til beste for barn og unge—Spesialpedagogen som rådgiver i inkluderende fellesskap. I E. Befring & K.-A. B. Næss (Red.), *Spesialpedagogikk* (7. utg.). Cappelen Damm Akademisk.
- Vogt, A. (2016). *Rådgivning i skole og barnehage—Mange muligheter for hjelp til barn og unge*. Cappelen Damm akademisk.