

TUBA København søger frivillige onlinerådgivere

Har du en rådgiver gemt i dig? Og har du lyst til at blive en del af et stærkt fællesskab med andre frivillige, hvor du kan udvikle dig både fagligt og personligt? Så er det dig, vi leder efter til vores nyopstartede onlinerådgivning i TUBA København!

TUBAs onlinerådgivning er for børn, unge og voksne, der er vokset op i familier med alkohol- eller stofmisbrug. De unge har mulighed for at få hjælp via vores SMS- og chatrådgivning eller brevkasse.

Hvorfor blive frivillig onlinerådgiver i TUBA?

Som frivillig onlinerådgiver får du mulighed for at gøre en positiv forskel for unge fra familier med alkohol- og stofmisbrug, samtidig med, at du bliver en del af et meningsfuldt fællesskab med andre engagerede frivillige. Sideløbende med dit rådgivningsarbejde gennemfører du TUBAs interne rådgiveruddannelse, ligesom du løbende modtager supervision og feedback på dit rådgivningsfaglige arbejde. I rollen som rådgiver er du med til at tilbyde unge en tryk, nærværende og fordomsfri ramme, hvor de kan vende den situation, de står i og samtidig støtte unge til at nå et skridt videre i en allerede igangværende proces.

Som onlinerådgiver får du:

- TUBAs interne rådgiveruddannelse.
- Grundig sidemandsoplæring i en tryk ramme, så du er godt klædt på til rollen.
- Supervision, faglig sparring og feedback på det rådgivende arbejde.
- Erfaring med rådgivning af sårbare unge.
- Et meningsfyldt frivilligmiljø, hvor vi støtter hinanden, men samtidig tør at være nysgerrige og udfordre hinandens praksis.
- Et uddannelsesbevis og mulighed for udtalelse efter 12 måneders ansættelse.
- Invitationer til faglige og sociale arrangementer.

Hvad indebærer det?

Du bliver en del af TUBAs onlinerådgivning, hvor du én fast aften hver anden uge (søndag i lige eller ulige uger) fra kl. 20.00–23.00 bemande onlinerådgivningen sammen med to faste frivillige kollegaer. Rådgivningen foregår fysisk fra vores lokaler på Vesterbrogade i København. Derudover får du mulighed for at være en del af en onlinerådgivning, som er under udvikling, og hvor du dermed kan være med til at præge, hvordan vi i fremtiden ønsker at rådgivningen skal foregå.

Hvem er vi?

TUBA er en landsdækkende privat, non-profit civilsamfundsorganisation, som hjælper unge fra familier med alkohol- eller stofmisbrug. Vi tilbyder gratis og specialiseret terapi til unge mellem 12 og 35 år og onlinerådgivning til alle uanset alder. I 2025 hjalp vi mere end 2.847 unge med rådgivning og terapi. Men vi har brug for dig for at kunne hjælpe endnu flere unge og til at fortsætte vores vigtige arbejde!

Hvem er du?

Vi leder efter dig, som:

- Er mellem 22 og 35 år.
- Det er en fordel, at du selv kommer fra en familie med alkohol- eller stofmisbrug eller har kendskab til målgruppen i forvejen – det er dog ikke et krav.
- Enten studerer (fx på psykologi, til lærer, pædagog, socialrådgiver, psykoterapeut el.lign.) eller har erfaring med det sociale område, som du ønsker at sætte i spil (fx som socialrådgiver, psykoterapeut, pædagog, lærer el.lign.).
- Synes at TUBAs sag er vigtig og ønsker at hjælpe unge gennem onlinerådgivning.
- Er stabil, åben og nysgerrig og klar til en personlig og faglig udfordring.
- Er klar til at forpligte dig til minimum 12 måneders ansættelse.
- Er afklaret med din egen situation og har afsluttet behandling, hvis du er vokset op i en familie med misbrug.
- Gennemfører vores uddannelsesforløb på 5 moduler (se datoer for uddannelsesforløbet nedenfor).

Ansøgning:

Ansøgning, CV og kopi af eksamensbevis uploades her på siden (via linket).

Ansøgningsfrist:

Fredag den 24. april 2026

Samtaler afholdes:

Tirsdag den 28. april kl. 11.30-16.00 og onsdag den 29. april kl. 9.00-16.00

Lyder det som noget for dig?

Så skriv en ansøgning, hvor du fortæller...

- *Hvorfor* du gerne vil være frivillig i TUBAs onlinerådgivning.
- *Hvordan* du lever op til kvalifikationerne.
- *Hvilke* uger (lige eller ulige) du gerne vil på vagthold.

Er du interesseret i at høre nærmere eller har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte projektleder og rådgivningskoordinator Monika Hoffmann på telefon: 29 68 96 41 eller e-mail: mon@tuba.dk.

BEMÆRK: Der er tale om frivilligt ulønnet arbejde. For at søge stillingen, skal du kunne deltage i TUBAs obligatoriske rådgiveruddannelse.

Uddannelsesplan for næste hold:

TUBAs interne rådgiveruddannelse strækker sig over knapt et år. Uddannelsen består af to oplæringsvagter umiddelbart efter ansættelse, løbende faglig sparring og feedback samt 5 obligatoriske moduler og supervision.

Datoer for moduler:

- **Modul 1:** TUBA, dynamikker i familier med misbrugsproblemer og onlinerådgivning
Lørdag den 16. maj 2026 kl. 9.00-16.00.
- **Modul 2:** Målgruppens typiske dilemmaer og rådgivningsfaglighed
Torsdag den 9. juli 2026 kl. 16.00-18.30 (Fællesspisning og supervision kl. 18.30-21.00).
- **Modul 3:** Selvmordsproblematikken, risikovurdering, akutprocedure og vores pligter
Tirsdag den 6. oktober 2026 kl. 16.00-18.30 (Fællesspisning og supervision kl. 18.30-21.00).
- **Modul 4:** Samtaler om seksuelle overgreb og selvskade
Onsdag den 9. december 2026 kl. 16.00-18.30 (Fællesspisning og supervision kl. 18.30-21.00).
- **Modul 5:** Den gode mentor, feedback, trivsel og defusing
Mandag den 22. februar 2027 kl. 16.00-20.00 (Overrækkelse af dit uddannelsesbevis og fejringmiddag).

Vi glæder os til at høre fra dig!