

TAHAPAN & KETRAMPILAN- KETRAMPILAN KONSELING

Stages and Skills of Counseling

Diadaptasi oleh:
Sunardi, PLB FIP UPI

Counseling Process Structure

- 1. *Rapport and Relationship Building***
2. Assessment / Problem Definition
3. Goal-setting
4. Initiating Interventions
5. Termination

Rapport and Relationship

- Iklim psikologi yang dihasilkan dari kontak interpersonal klien dan konselor.
- Kondisi kehidupan & perkembangannya
- Hubungan baik, termasuk menghormati, kepercayaan, dan kenyamanan psikologis

Rapport and Relationship

Dipengaruhi oleh

- Kualifikasi personal & profesional konselor
- Klien
 - interpersonal history,
 - Kondisi kecemasan - anxiety state,
 - Keterampilan interelasi - interrelation skills, and
 - Kemampuan sebelumnya untuk berbagi - previous ability to share,

Hackney & Cormier, 2001, pp. 23-42.

Counseling Process Structure

1. Rapport and Relationship Building
- 2. *Assessment* / Problem Definition**
3. Goal-setting
4. Initiating Interventions
5. Termination

Clinical Assessment

Melibatkan ketrampilan-2 khusus -

Involves specific skills

- Observasi
- Inquiri
- Menghubungkan fakta-2
- Mencatat informasi
- Memformulasikan hipotesis (clinical “hunches”)

Observation

1. Memperhatikan keadaan umum kecemasan klien - Take notice of the client's general state of anxiety.
2. Menentukan perasaan klien dlm konsteks budayanya
- Establish sense of client's cultural context
3. Mencatat isyarat/gerakan yang menunjukkan emosi / disfungsi secara fisik. - Note gestures / movements that denote emotional / physical dysfunctions.

Observation

4. Dengar bgmn klien membingkai masalahnya - Hear how the client frames his / her problems.
5. Catat pola-pola verbal dan nonverbal - Note verbal and non-verbal patterns.

Humans Share Basic Needs

1. Survival
2. Physical needs
3. Love and sex
4. Status, success, and self-esteem
5. Mental health
6. Freedom
7. Challenge
8. Cognitive Clarity

Formal Diagnostic Assessment

Format wawancara:

- Focus
- Petanyaan-2 dasar skrining - Basic Screening Questions
- Menyelidiki scr detail - Detailed Inquiry

Sperry, Carlson, & Kjos, 2003, Table 4.3, pp. 67-68.

Focus

Presenting problem and context

Basic Questions

- Kepedulian apa yg membawa anda kesini?
- Kenapa sekarang?
- Apakah ini pernah terjadi sebelumnya?
- Bagaimana hal tsb mempengaruhi kehidupan and sehari-hari?

Detailed Inquiry

- Klarifikasi stressor
- Memperolah
 - coping skills,
 - social support,
 - and resources
- Klarifikasi fungsi kehidupan
 - work
 - family
 - health
 - intimacy

Focus

Mental status

Basic Questions

- Bagaimana perasaan Anda sekarang?
- Bagaimana suasana hati Anda terpengaruh?
- Punya pengalaman yang tidak biasa?
- Bagaimana memori Anda?
- Apakah Anda berpikir bahwa hidup anda tidak pantas?

Detailed Inquiry

- **Catat**
 - Usia & kebiasaan
 - Pakaian & perawatan diri
 - Orientasi
- **Selidiki**
 - anxiety symptoms
 - form, content, thought.
 - suicidal ideation
 - violent impulses

Focus

Developmental history and dynamics

Basic Questions

- How would you describe yourself as a person?
- Shift to the past, how were things when you were growing up?

Detailed Inquiry

- Clarify
 - current self-view
 - level of self-esteem
 - personality style
- Note
 - developmental milestones
 - experience in school
 - best friends
 - educational level

Focus

Social history and cultural dynamics

Basic Questions

- Bgmn situasi kehidupan anda saat ini?
- Apa latarbelakang etnis anda?

Detailed Inquiry

- Memperoleh
 - Pekerjaan / kemiliteran
 - Mslh2 hukum
 - Sistem dukungan sosial
 - Ras, usia, jenis kelamin
 - Orientasi seksual
 - religi
 - Bahasa
 - Pengaruh makanan
 - Pendidikan

Focus

Health history and behaviors

Basic Questions

- Beritahu ttg kesehatan anda?
- Kebiasaan-2 hidup sehat?

Detailed Inquiry

- Identifikasi
 - Resep dokter/ prescriptions
 - Penggunaan zat2 kimia
 - health status
 - health habits

Focus

Client resources

Basic Questions

- Apakah anda telah mencoba agar sestau lbh baik? Hasilnya?
- Bagaimana anda menjelaskan gejala-2 anda?
- Apa peran saya dan anda dlm tritmen?
- Kapan akan berubah/menjadi lebih baik?

Detailed Inquiry

- Menyelidiki
 - usaha2 u/ berubah
 - Usaha vs keberhasilan
- Klarifikasi model penjelasan klien
- Identifikasi tritmen yg diharapkan
- Kesiapan khusus untuk berubah

Focus

Wind down and close

Basic Questions

- Apa hal penting lainnya yang perlu saya ketahui?
- Anda punya pertanyaan pada saya?

Detailed Inquiry

- Gunakan pertanyaan terbuka
 - Membolehkan klien menambah informasi
 - Menciptakan rasa timbal balik dan hubungan kolaboratif

Counseling Process Structure

1. Rapport and Relationship Building
2. Assessment / ***Problem Definition***
3. Goal-setting
4. Initiating Interventions
5. Termination

Hackney & Cormier, 2001, pp. 23-42.

Conceptualizing Problems

- Mengenalinya kebutuhan klien
- Memahami kebutuhannya
- Memenuhi kebutuhannya

Conceptualizing Problems

1. Kepercayaan dpt - Beliefs may

- Berkontribusi pd masalah
- Menghalangi solusi
- Menjadi masalah

Cormier & Hackney, 1999, pp. 120-133.

Conceptualizing Problems

2. Perasaan/tanggapan sering - Feelings / responses often

- Membesar-besarkan
- Menghalangi pemahaman masalah
- Menjadi masalah

Cormier & Hackney, 1999, pp. 120-133.

Conceptualizing Problems

3. Perilaku/tanggapan dapat

- Menjadikan tdk tepat
- Berkontribusi pada masalah
- Meruwetkan masalah

Conceptualizing Problems

4. Termasuk pola-2 interaksi - Interaction patterns include

- Saluran2 miskomunikasi
- Ekspektasi
- Ramalah pemenuhan diri sendiri
- Gaya coping

Conceptualizing Problems

5. Faktor-2 kontekstual - Contextual factors

- Time
- Place
- Peristiwa-2 yg menyertai/muncul bersamaan
- Isu-isu budaya & sosiopolitik

Cormier & Hackney, 1999, pp. 120-133.

Counseling Process Structure

1. Rapport and Relationship Building
2. Assessment / Problem Definition
- 3. *Goal-setting***
4. Initiating Interventions
5. Termination

Goal Setting

- Menunjukkan seberapa baik konseling bekerja
- Menunjukkan kapan konseling harus diselesaikan
- Mencegah hubungan tergantung
- Menentukan pilihan intervensi

Goal Setting

Saling ditekankan oleh klien & konselor

Mutually defined by the client and counselor.

Counselor

- Greater objectivity
- Training in
 - Normal and
 - Abnormal behavior
- Process experience

Client

- Experience with the problem
- History of the problem
- Potential insights
- Awareness of personal investment in change

Process Goals

- Dikaitkan pd kondisi-2 terapeutik yang terbangun guna perubahan kondisi klien - **Related to establishing therapeutic conditions for client change.**

Termasuk:

- ❖ Membangun hubungan baik - **Establishing rapport,**
- ❖ Menyediakan setting yang tdk mengancam – **Providing a non-threatening setting, and**
- ❖ Memproses & mengkomunikasikan empathy yg akurat dan tanpa syarat - **Possessing and communicating accurate empathy and unconditional regard.**

Outcome Goals

- Berbeda utk masing2 klien & secara langsung dihubungkan dgn perubahan2 klien
 - Selalu tunduk pada modifikasi dan perbaikan.
 - Untuk memulai, rumuskan hasil dr tujuan yg sifatnya sementara/tentatif.
 - Ubah tujuan yang diperlukan untuk mendukung perubahan yang efektif

Counseling Process Structure

1. Rapport and Relationship Building
2. Assessment / Problem Definition
3. Goal-setting
- 4. *Initiating Interventions***
5. Termination

Interventions

- Objective -- initiate and facilitate client change.
- After assessment and goals setting, answers the question, “How shall we accomplish these goal?”
- Must be related to the problem.

Interventions

- Menyeleksi intervensi shg terjadi proses yg adaptif
- Keterampilan2 utk memulai, meliputi:
 1. Kompetensi terhadap intervensi
 2. Ketepatan pengetahuan yg digunakan
 3. Pengetahuan tentang respon klien yang khas;
 4. Keterampilan observasi utk mencatat respon-2 klien.

Counseling Process Structure

1. Rapport and Relationship Building
2. Assessment / Problem Definition
3. Goal-setting
4. Initiating Interventions
- 5. *Termination***

Hackney & Cormier, 2001, pp. 23-42.

Termination

- Pengakhiran terpotong dgn tdk jelas, tetapi tdk ada kebutuhan utk melanjutkan.
- Kesadaran konselor dan klien bahwa telah tercapai.
- Karena hanya mengambil beberapa sesi sbg pembuatan laporan

Sperry, Carlson, & Kjos, 2003, pp. 176-179.

Types of Termination

1. *Pengakhiran disarankan dengan persetujuan klien*
2. Pengakhiran yg dibolehkan - *Imposed termination*
 - Apabila dilanjutkan, bertentangan dgn minat terbaik klien
 - Klien semakin menurun, tidak mengalami kemajuan
 - Ketidaksesuaian dengan terapis
 - Klien menggunakan terapi di tempat lain

Types of Termination

3. *Pengakiran situasional*

- Klien berpindah
- Perubahan pekerjaan atau jaminan/asuransi

4. *Pengakhiran dini, hanya kalau klien tdk kembali.*

Methods & Process

- Bertahap dan akhirnya berhenti
- Terapi liburan, beristirahat tanpa memutuskan koneksi
- Langsung (terpaksa) mengakhiri

Methods & Process

Terapis harus mempertimbangkan secara baik cara paling efektif untuk mengakhiri.

1. Bgmn pengakhiran tsb berdampak pd klien
2. Apa alasan klien utk bpisah/ Apakah klien cenderung mundur?
3. Apa reaksi klien / pendapatnya tentang pemutusan hubungan? Dapatkah ia melihatnya sebagai langkah positif?