

# 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

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

# Rapport and Relationship

Dipengaruhi oleh

- Kualifikasi personal & profesional konselor
- Klien
  - interpersonal history,
  - Kondisi kecemasan - anxiety state,
  - Ketrampilan 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

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

# Clinical Assessment

## Melibatkan ketrampilan-2 khusus -

*Involves specific skills*

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

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

# 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.

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

# 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.

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



# 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

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

# 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

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

# 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

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

# Conceptualizing Problems

## 4. Termasuk pola-2 interaksi - Interaction patterns include

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

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

# 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

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

# Goal Setting

*Saling ditegaskan 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.**

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

# 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

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

# 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

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

# 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

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

# 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?

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