

THEORY AND PRACTICE OF COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY

(TEORI DAN PRAKTEK DARI KONSELING DAN PSIKOTERAPI)

GERALD COREY

TERAPI ADLER

ALFRED ADLER (1870 - 1912)

Pengembang psikodinamika pada terapi (8-10) thn.

Tahun 1911 meletakkan jabatan sebagai Ketua Masyarakat Psikoanalitik

Tahun 1912 mendirikan Masyarakat Psikologi Individual.

Faktor-faktor sosial dan budaya → kepribadian.

Adler : kesatuan pada kepribadian → makhluk yang terintegrasi dan lengkap.

Pandangan tentang Sifat-sifat Manusia

Dasar teori Adler :

Manusia itu dimotivasi pertama-tama oleh dorongan sosial.

Manusia ditentukan oleh faktor : keturunan, lingkungan dan juga kemampuan untuk menginterpretasi, mempengaruhi dan menciptakan peristiwa.

Issue sentral : “Bukanlah apa yang kita bawa pada saat lahir, namun apa yang kita perbuat dengan kemampuan yang kita miliki”.

Persepsi Subyektif tentang Realitas

Penganut Adler berusaha melihat dunia dari kerangka subyektif klien. “Realitas Subyektif” ini mencakup persepsi keyakinan dan kesimpulan individual.

Kesatuan serta Pola Kepribadian Manusia

Premis dasar dari pendekatan Adler disebut juga *Psikologi Individual*.

Psikologi Adler berasumsi :

MANUSIA adalah suatu makhluk sosial, kreatif, dan pengambil keputusan yang memiliki maksud terpadu.

Pribadi manusia menjadi terpadu lewat tujuan hidup.

Implikasi (holistik) dari kepribadian ini adalah bahwa seorang klien adalah suatu bagian integral dari sistem sosial.

Interes Sosial :

Kesadaran individu akan kedudukannya sebagai bagian dari masyarakat manusia dan akan sikap seseorang dalam menangani dunia sosialnya:

Didalamnya mencakup perjuangan untuk masa depan yang lebih baik.

Proses sosialisasi → masa kanak-kanak, mencakup :

- Pencarian tempat dalam masyarakat, dan

- pemilikan rasa memiliki dan wajib ikut memberi sumbangannya.

Adler menyamakan interes sosial dengan rasa identifikasi dan empati dengan orang lain.

Adler→pada saat interes sosial berkembang→rasa rendah diri serta keterasingan akan hilang.

Interes sosial bisa berkembang bila diajarkan, dipelajari dan digunakan.

Mereka yang hidup tanpa interes sosial menjadi tidak bersemangat dan berakhir dengan keberadaannya di sisi kehidupan yang tak berguna.

Manusia itu memiliki kebutuhan dasar, yakni perasaan aman, diterima, dan berguna.

Mosak (1977), kita harus menghadapi dan menguasai lima tugas hidup :

1. Hubungan dengan orang lain (persahabatan)
2. membuat dan menyumbangkan karya
3. mendapatkan keakraban (cinta kasih dan hub. Kekkuargaan)
4. bisa berdamai dengan diri sendiri (menerima diri seperti apa adanya)
5. mengembangkan dimensi spiritual kita (termasuk nilai, makna, tujuan hidup, dan hub. Kita dg. alam semesta).

PROSES TERAPEUTIK

SASARAN TERAPEUTIK :

adalah melakukan *redukasi* kepada klien, sehingga mereka bisa hidup di tengah masyarakat sebagai anggota yang sederajat, yang mau memberi dan menerima dari orang.

Tujuan : mengembangkan interes sosial klien

dengan jalan : → meningkatkan kesadaran pribadi,

memodifikasi premis-premis fundamental,

tujuan hidup,

konsep dasar

Mosak : Sasaran dari proses edukatif dari terapi :

- mendorong adanya interes sosial
- menolong klien mengatasi perasaan patah semangat dan rendah diri
- memodifikasi pandangan klien pada sasaran, yaitu dengan mengubah gaya hidup mereka
- mengubah motivasi yang keliru
- membantu klien merasakan kesamaan derajat dengan orang lain
- membantu orang menjadi anggota masyarakat yang ikut memberikan sumbangannya.

FUNGSI DAN PERANAN TERAPIS

Fungsi utama dari terapis adalah membuat penilaian yang komprehensif pada berfungsinya klien.

Pengalaman Klien dalam Kegiatan Terapi

Dalam kegiatan terapi klien akan menggali apa yang dinamakan swa logika, yang membentuk falsafah dan mendasari gaya hidup seseorang.

Problema akan muncul ke permukaan oleh karena kesimpulan yang didasarkan pada swa logika sering tidak sesuai dengan realitas kehidupan sosial yang ada.

Pengalaman klien dalam kegiatan terapi adalah ditemukannya :

- kekeliruan yang mendasar, sehingga belajar cara membetulkan asumsi-asumsi serta kesimpulan yang tidak benar.
- menemukan bahwa mereka memiliki sumber dan pilihan-pilihan yang bisa dimanfaatkan dalam hal menangani isu-isu hidup dan tugas-tugas hidup.

Hubungan Terapis dengan Klien

Aliran Adler menganggap bahwa dalam hubungan Klien-terapis → sederajat Didasari oleh : saling menghormati, saling menjaga rahasia, saling percaya, adanya kerjasama dan keselarasan sasaran.

Dink Meyer dan Sperry (1987) menyatakan :

bahwa : sejak awal kegiatan konseling, seyogyanya klien mulai memformulasikan rencana atau kontrak, dengan memerinci apa yang dikehendaki.

APLIKASI : TEKNIK DAN PROSEDUR TERAPEUTIK

Fase 1 : Menciptakan Hubungan

Fase 2 : Menggali Dinamika Individual

Fase 3 : Mendorong adanya Mawas Diri/Memberi semangat untuk pema
haman.

Fase 4 : Menolong agar bisa berorientasi ulang.

Kawasan Aplikasi

Aplikasi pada pendidikan orang tua.