

KOMUNIKASI KONSELING



Gantina Komalasari



Simulasi

- Duduk saling membelakangi, salah seorang berperan sebagai konseli berbicara dan konselor mendengarkan dengan perhatian
- Duduk berhadapan. Konseli berbicara dan konselor tidak memberi perhatian terhadap lawan bicara
- Duduk berhadapan. Konseli berbicara kemudian konselor dengan melakukan kontak mata mendengarkan dan memperhatikan



	Konselor		Konseli	
	Pikiran	Perasaan	Pikiran	Perasaan
Bermain peran 1				
Bermain peran 2				
Bermain peran 3				



HUBUNGAN KONSELING

- *Helping Relationship*
- Dalam suasana keakraban, ketulusan, kejujuran, saling menghargai, keharmonisan, kesesuaian, kecocokkan, kerjasama dan terbentuk *rapport*
- Konselor sebagai pribadi; mudah didekati, menerima orang lain, hangat, menampilkan keaslian diri dan dapat dipercaya.



- Konselor harus menguasai keterampilan dalam merespon konseli melalui komunikasi verbal dan non verbal.
- Respon yang menyentuh, merangsang, dan mendorong keterbukaan konseli dalam menyatakan pikiran, perasaan dan pengalamannya.

Komunikasi Konseling



Respon *Attending*

- Perilaku *attending*
- Bertanya
- Minimal *Encourage*
- Klarifikasi
- Refleksi Perasaan
- Empati
- Paraphrase (*Reflection of Content*)
- *Attending Summarization* (kesimpulan sementara)

Respon *Influencing*

- Mendekatkan diri (*disclosing self*)
- Memimpin (*leading*)
- Memudahkan (*facilitating*)
- Pemberian Informasi
- Konfrontasi (*Confrontation*)
- Memberikan penguatan
- Diam
- Menyimpulkan (*Influencing Summarization*)



Perilaku *attending*

- Perilaku penampilan yang mencakup komponen kontak mata, bahasa tubuh, dan bahasa lisan yang menghampiri konseli.
- Muka : ekspresi wajah tenang, senyum, ceria
- Kepala : melakukan anggukan jika setuju
- Posisi tubuh : agak condong ke arah konseli, jarak tidak terlalu jauh/dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan.



Perilaku *attending*

- Tangan : variasi gerakan tangan sesuai dengan ucapan, spontan dan berubah-ubah untuk menekankan ucapan atau sebagai isyarat
- Mendengarkan aktif penuh perhatian, menunggu ucapan konseli hingga selesai, tidak memotong pembicaraan konseli, diam, perhatian pada lawan bicara.



Bertanya

- Pertanyaan terbuka → memungkinkan muncul pernyataan-pernyataan baru dari konseli. “Apa sebabnya?”, “Mengapa sampai hal itu bisa terjadi?”, “Bagaimana perasaan anda saat itu?”
- Pertanyaan tertutup → menjernihkan, memperjelas, memfokuskan informasi. “Anda tinggal dimana?”, “IP anda berapa?”



Dorongan Minimal (*minimal encouragement*)

- Memberikan kesempatan kepada konseli berbicara lebih lanjut. “terus“, “lalu...“, “ya”...“dan”....., “hm”, “anggukan kepala”.



Klarifikasi

- Memeriksa dan memperjelas kembali isi pesan konseli
- Memeriksa ketepatan pesan konseli dengan persepsi konselor .
- “ Apakah yang kamu maksudkan?”
“Apakah kamu mengatakan bahwa?”
-



Refleksi

- **Upaya** konselor memantulkan kembali perasaan, pikiran, dan pengalaman konseli
- **Refleksi Perasaan**
- “Kamu merasa bingung menghadapi situasi seperti sekarang ini”
- “Saat ini kamu sedang kecewa karena hasil studi semester kurang memuaskan”



Refleksi

- **Refleksi Pikiran**

- “Adakah yang kamu maksud adalah.....”

- “Nampaknya kamu akan mengatakan.....”

- **Refleksi Pengalaman**

- “Apakah yang anda maksud suatu peristiwa..”

- “Nampaknya saat itu anda berada pada situasi.....”



Menangkap Pesan Utama (Paraphrasing)

- Ki: "Biasanya dia ramah, namun tiba-tiba dia memusuhi saya"
- Ko: "Saat ini perilaku teman anda tidak konsisten"
- Ki: "Itu suatu pekerjaan yang baik. Akan tetapi saya tidak akan mengambilnya. Saya tidak tahu mengapa?"
- Ko: "Nampaknya anda masih ragu"
-



Empati

empati primer

- “Saya dapat memahami pikiranmu”
- “Saya merasakan kepedihan kamu”.
- “Saya mengerti keinginanmu”

empati tingkat tinggi

- “Setelah mendengar ungkapanmu, saya mengerti mengapa kamu merasa kecewa, dan saya ikut terluka.



Summarization

- Sebagai *feedback*, meningkatkan kualitas, mempertajam, dan memperjelas fokus hasil pembicaraan
- Berdasarkan apa yang telah anda kemukakan, anda baru saja dan, pada waktu bersamaan.



Mendekatkan diri (*disclosing self*)

- Membuka informasi-informasi personal pada awal konseling → menciptakan kenyamanan, perasaan aman, perasaan diterima, dan menumbuhkan kesediaan konseli.
- Bagaimana perjalanan anda saat menuju kesini?



Memimpin

- memimpin arah pembicaraan sehingga fokus mencapai tujuan
- "Saat ini perhatian anda tertuju pada kuliah sambil bekerja, mungkin anda tinggal merinci apa saja yang menjadi perhatian itu. Mengenai pacaran apakah termasuk perhatian anda juga?"



Memudahkan (*facilitating*)

- Agar konseli berbicara dan menyatakan diri secara bebas
- “Saya yakin kamu akan bicara apa adanya karena saya akan mendengar dengan baik”.
- “Saya mengerti perasaan saudara, saya yakin bahwa jika kita berdiskusi tentu masalah saudara akan mudah diatasi”
-



Pemberian Informasi

- "Mengenai informasi persyaratan masuk sekolah tinggi statistik, agar akurat saya sarankan anda langsung saja ke Biro Pusat Statistik atau ke sekolah tinggi statistik yang bersangkutan"



Konfrontasi (*Confrontation*)

- komunikasi yang menantang konseli, karena ada ketidaksesuaian/inkonsistensi dalam pernyataan dan tingkah atau ide awal dengan ide berikutnya.
- “Kamu mengatakan bahwa kamu rela tetapi wajah kamu terlihat kecewa”
- ”Kamu mengatakan sudah memaafkannya, tetapi kamu masih ungkapkan kekesalan”



Memberikan penguatan

- Memberi pujian, penghargaan dan mendengarkan pembicaraan konseli dengan sungguh-sungguh
- “Saya kagum atas perjuangan saudara dalam mengatasi persoalan-persoalan hidup selama ini”



Diam

- Ki: "Saya tidak senang dengan perilaku dosen itu.....dan saya(berpikir)
- Ko:Diam
- Ki: "Saya harus bagaimana.....saya tidak tahu....."
- Ko:Diam



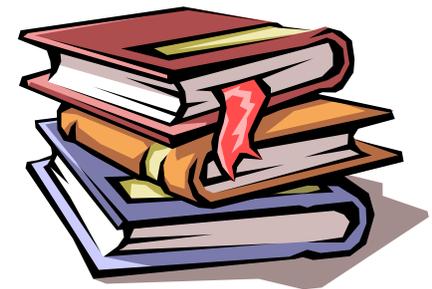
Menyimpulkan akhir

- “Apakah sudah dapat kita buat kesimpulan?”
- “Coba kita rumuskan bersama mengenai hal-hal yang telah kita bicarakan”



Berlatih

- Bentuk kelompok @ 4 org. 2 orang sebagai konselor-konseli melakukan *attending* dan *influencing* bergantian peran.
- 2 org sbg pengamat dan penilai menggunakan lembar kerja 2 dan 3.
- Perwakilan setiap kelompok melakukan refleksi terhadap hasil praktek.



TERIMA KASIH