

KONSELING KELUARGA DENGAN MENGGUNAKAN TERAPI GESTALT

- Rika Mardiana
- Lingga Wanhar
- Sandy Swardi
- TaofiqSeptiawan
- Riris Pertiwi
- Rai Pamungkas
- Andri Arif

KONSEP POKOK

- Terapi ini dikembangkan oleh *Frederick S. Pearl* (1894-1970) yang didasari oleh empat aliran yaitu psikoanalisis, fenomenologis, dan eksistensialisme serta psikologi *Gestalt*. Menurut *Pearls* individu itu selalu aktif sebagai keseluruhan. Individu bukanlah jumlah dari bagian-bagian atau organ semata. Individu yang sehat adalah yang seimbang antara ikatan organisme dengan lingkungan. Karena itu pertentangan antara keberadaan sosial dengan biologis merupakan konsep dasar terapi *Gestalt*. Menurut *Pearls* banyak sekali manusia yang mencoba menyatakan apa yang seharusnya daripada menyatakan apa yang sebenarnya. Perbedaan aktualisasi gambaran diri dan aktualisasi diri benar-benar merupakan kritis pada manusia itu sendiri.

Tujuan konseling terapi Gestalt

- Usaha membantu penyadaran klien-klien tentang apa yang dilakukan
- Membantu penyadaran tentang siapa-hambatan dirinya
- Membantu klien untuk menghilangkan hambatan dalam pengembangan peyadaran

Proses konseling

- Pemolaan (*patterning*).
- Pengawasan (*control*).
- Potensi.
- Kemanusiaan.
- Kepercayaan.

Proses perubahan perilaku konseli

- Transisi.
- *Avoidance* dan *unfinished business*.
- *Impasse*.
- *Here and now*.

Proses dan fase konseling

- Fase I. Membentuk pola pertemuan terapeutik agar terjadi situasi yang memungkinkan perubahan perilaku konsli
- Fase II. Pengawasan, yaitu usaha konselor untuk meyakinkan konseli untuk mengikuti prosedur konsleing.
- Fase III. Mendorong konseli untuk mengungkapkan perasaan-perasaan dan kecemasanya. Di dalam fase ini diusahakan untuk menemukan aspek-aspek kepribadian konseli yang hilang.
- Fase IV.(terakhir). Setelah terjadi pemahaman diri maka pada fase ini konseli harus sudah memiliki kepribadian yang integral sebagai manusia individu yang unik.

INTERVENSI BIMBINGAN DAN KONSELING

- keterlibatan konselor dalam keluarga. Kempler bahkan beranggapan bahwa konseling keluarga eksperiensial sebenarnya adalah persoalan pribadi sebagai manusia bagi konselor itu, dan masalah teknik cenderung tak menjadi yang terpenting dalam sesi-sesi itu. Tidak ada alat atau skill, yang ada hanyalah hubungan orang dengan orang, manusia dengan manusia, karena hal itu yang penting bagi konselor adalah mendengarkan suara dan emosi mereka. Konselor melakukan perjumpaan dalam konseling keluarga sebagai partisipan penuh, sebagai sahabat, sebagai orang yang dipercaya dalam perjumpaan antar sesama.