

A. Konsep Dasar/ Materi Pelatihan Personalizing Meaning (Makna)

1. Personalizing – Memfasilitasi Pemahaman Helpee

Merupakan langkah yang singkat saat seorang anak sadar akan unsur pengalaman manusia dalam mengantisipasi pengalaman-pengalaman yang istimewa. Dengan peningkatan kepercayaan diri yang dibawa melalui suatu kesadaran terhadap hubungan stimulus-respon, anak dipersiapkan untuk pembelajaran bertujuan selama setahun usianya. Dalam hal ini, anak dapat menetapkan cara untuk mendapatkan hasil atau akhir tertentu. Contohnya, anak dapat menetapkan cara untuk menarik perhatian orang tua atau mendapatkan makanan maupun benda yang berada di luar jangkauan.

Dapat tergambar melalui kesadaran akan hubungan antara stimulus dan respon atau sebab-akibat, anak menentukan tujuan dalam menghasilkan suatu efek tertentu. Tujuan dari perilaku instrumental anak seringkali nampak kemudian, walaupun beberapa perkiraan atas tujuan ini secara jelas diharapkan dari awal.

Anak mulai memahami hubungan perilaku mereka terhadap kejadian atau pengalaman di masa mendatang. Akibatnya, mereka bermaksud untuk memprediksi konsekuensi dari usahanya. Mereka paham dimana mereka ingin menjadi bagian dari dunia mereka sendiri. Hal ini dimulai pada tahap kedua dari proses pembelajaran manusia. Hal itu yang memungkinkan manusia mengantisipasi masa depannya.

Berikut beberapa pertanyaan yang dapat dijawab saat kau memulai untuk berpikir tentang personalisasi :

- 1) Bagaimana kamu mengetahui kapan seseorang menunjukkan bahwa mereka benar memahami signifikansi atas pengalaman penting dalam hidupmu?
- 2) Bagaimana kamu mengetahui kapan seseorang mengambil suatu kesimpulan dengan benar dari apa yang kau katakan?
- 3) Bagaimana kamu mengetahui kapan seseorang membantumu mengidentifikasi masalah-masalah dan tujuan-tujuan dalam hidupmu?

2. Personalisasi: Memfasilitasi Pemahaman Helpee

Proses personalizing adalah dimensi yang paling kritis dalam perubahan atau perolehan manusia. Proses ini begitu kritis karena menekankan pada internalisasi tanggung jawab helpee atas masalahnya. Proses ini berkaitan dengan bahasan yang diungkapkan helpee. Saat kita menambahkan dengan akurat terhadap ekspresi helpee, kita memfasilitasi mereka untuk memahami tempat mereka dalam hubungan dengan apa atau dimana tempat yang mereka inginkan atau butuhkan.

Personalisasi mencakup mempersonalisasikan makna atau implikasi respon terhadap suatu pemaknaan. Personalisasi menekankan pada internalisasi tanggung jawab akan respon helpee akan kekurangannya. Personalisasi membawa secara langsung terhadap tujuan yang diimplikasikan oleh kekurangan. Personalisasi juga mencakup proses mendaur ulang perasaan baru yang menyertai proses personalisasi makna, masalah dan tujuan. Personalisasi memfasilitasi pemahaman helpee dan menyiapkan kita untuk memprakarsai tindakan helpee.

3. Membangun Dasar yang Sesuai Dalam Komunikasi

Sebelum kita beranjak keproses personalisasi, kita harus membangun dasar-dasar komunikasi. Merespon dengan tepat terhadap ekspresi helpee memastikan bahwa kita memahamisetiap ekspresi helpee pada tingkat perwujudannya. Saat kita membuat respon-respon yang menggabungkan secara akurat perasaan dan pemaknaan yang diekspresikan helpee, maka dapat dikatakan bahwa kita telah membangun dasar komunikasi yang tepat. Dalam membangun dasar komunikasi yang tepat, kita bisa saja menemukan adalah bijaksana untuk menanyakan pertanyaan dalam rangka mengisi kekosongan tertentu dalam pemahaman kita. Saat kita menanyakan suatu pertanyaan kita harus mengikutinya dengan suatu tanggapan. Tentunya pengujian atas pertanyaan yang baik adalah apakah kita dapat merespon secara akurat terhadap jawaban helpee. Herlper yang terampil akan menaruh pertanyaan diantara dua respon yang dapat dipertukarkan. Tentu saja jika kita menanyakan dua pertanyaan yang saling bertalian tanpa menanggapinya, maka dalam segala kemungkinan kita telah menanyakan pertanyaan yang buruk dan harus kembali untuk merespon secara akurat. Dalam membangun dasar yang tepat dalam komunikasi helpee akan memberitahu kita secara langsung melalui perilaku dan kesiapan mereka untuk bergerak kelevel selanjutnya. Mereka mengingatkan kita dengan cara menunjukkan kemampuan mereka untuk meneruskan perilaku eksplorasi diri dan untuk merespon secara akurat terhadap ekspresi mereka sendiri. Dengan kata lain helpee memberitahu kita kesiapan mereka untuk bergerak menuju level selanjutnya dengan cara melakukan terhadap dirinya sendiri hal-hal yang telah kita lakukan terhadap mereka.

4. Kondisi Inti dalam Pemahaman

Selagi kita beranjak dari personalisasi kita mengalami peningkatan dalam pemberian respon secara empatik. Dalam praktiknya hal ini berarti kita mnggunakan dasar tepat dalam komunikasi untuk turut serta dengan apa yang helpee katakana. Kita menggunakan pemaknaan atas ekspresi helpee untuk mempertimbangkan implikasi pribadi bagi helpee.

Dalam lingkup dimensi rasa hormat, kita mengkomunikasikan peningkatan penghargaan yang positif terhadap kelebihan yang telah ditunjukkan *helpee*. Hal ini akan mengukuhkan perilaku konstruktif *helpee*. Kita akan menjadi lebih sungguh-sungguh karena hal itu pula. Seiring kita mengetahui *helpee*, kita dapat membagi diri kita secara tentative, yang kita dapat dari *helpee* untuk mengisyaratkan tentang akibat dari andil kita.

Dalam lingkup kekonkritan kita menjadi lebih spesifik seiring meningkatnya pencarian kita untuk menetapkan masalah-masalah dan tujuan-tujuan *helpee*.

TAHAPAN II KETERAMPILAN INTI PEMBERIAN BANTUAN

DIMENSI HELPER	TINGKAT KETERAMPILAN YANG DITEKANKAN
Empathy (Empati)	Mempersonalisasi respon yang empatik
Respect (penghormatan)	Mengkomunikasikan penghargaan yang positif
Genuineness (keaslian)	Menjadi genuine (asli, sungguh-sungguh)
Concreteness (kekonkritan)	Konkritisasi terhadap masalah-masalah
	↓
PROCESS YANG DIALAMI HELPEE	PEMAHAMAAAN (UNDERSTANDING)

5. Pengertian Personalisasi makna

Personalisasi makna adalah langkah pertama dalam memfasilitasi *helpee*/klien memahami di mana posisi dirinya (yang sekarang bermasalah) dalam hubungannya dengan ke mana sebenarnya klien ingin berada (sebagai bagian dari solusi). Konselor dapat mempersonalisasikan makna jika ia berhasil mengaitkan makna tersebut secara langsung ke dalam pengalaman hidup kliennya. Dengan kata lain, konselor mengungkapkan kebermaknaan pengalaman tersebut bagi sang klien.

Dalam tahap *responding*, konselor menjawab pertanyaan: Situasi apa yang dialami oleh klien dan bagaimana perasaannya terhadap situasi tersebut? Sedangkan dalam *personalizing meaning*, konselor menjawab pertanyaan: Apa pengaruh situasi tersebut terhadap klien? Intinya: Kualitas *responding to meaning* yang telah konselor lakukan pada tahap sebelumnya akan menentukan proses *personalizing meaning*. Jika baik, maka akan

mudah bagi konselor untuk memahami kliennya apa arti sebenarnya dari pengalaman, perasaan atau masalah yang dibicarakan.

6. Unsur-Unsur Personalisasi Makna

Personalisasi makna mencakup *personalizing common themes*, *internalizing experiences*, *personalizing implications*, dan *personalizing feeling about meaning*.

Personalizing common themes mendasari terjadinya tanggapan-tanggapan yang dikembalikan kepada pribadi klien. *Internalizing experiences* menekankan munculnya tanggung-jawab pribadi klien atas pengalaman hidupnya. *Personalizing implications* menekankan pada pengembangan implikasi pribadi (bagaimana selanjutnya) yang akan klien putuskan.

a. *Personalizing common themes*

Respon yang dipersonalisasi selalu terbentuk dari bingkai referensi helpee. Hal-hal tersebut, menyatakan pengalaman-pengalaman helpee atas dunianya dan terbentuk juga melalui pengalaman-pengalaman itu. Semakin kita membuat respon atas pemaknaan yang terpersonalisasi terhadap ekspresi helpee, kita juga semakin membuat respon atas pemaknaan yang terpersonalisasi terhadap ekspresi helpee yang dibuat sepanjang periode waktu tertentu. Kita melakukan ini dengan cara mencari tema-tema umum dalam pengalaman helpee. Tema-tema itu berhubungan dengan apa yang helpee katakan tentang dirinya. Tema umum, diperoleh dari dasar komunikasi yang diperluas. Tema tersebut merupakan tema yang terjalin dari satu atau lebih ekspresi helpee. Saat salah satu dari tema umum tersebut diletakkan di atas yang lainnya karena intensitas atau keadaan yang rentan, kita bisa menyebut tema tersebut sebagai tema dominan. Dalam proses merespon terhadap tema umum atau tema dominant, digunakan format :

“kau merasa _____ karena sesuatu yang selalu _____.”

You Feel _____ because things are always _____

Anda merasa _____ karena segala sesuatu selalu _____

Contoh:

Anda merasa *marah* (geram) karena *segala sesuatunya selalu mengganggu*

b. *Internalizing experiences*

Tema umum dapat dipersonalisasi melalui intenalisasi pengalaman-pengalaman helpee. Begitu seringnya kita menemukan bahwa helpee membicarakan tentang orang ketiga,

misalnya teman lain, muridnya, gurunya, tetangganya, orangtuanya, anak-anaknya, dan tentang hal itu kita tidak dapat melakukan apapun secara langsung terhadap mereka. Dengan berkonsentrasi terhadap orang lain, helpee mengekternalisasi pengalaman mereka. Dengan menginternalisasi pengalaman mereka, kita berkonsentrasi terhadap helpee.

Dalam merespon pemaknaan, kita dapat menggunakan format sebagai berikut, “kau merasa ____ karena ____.” Sekarang kita menginternalisasikan pemaknaan melalui memperkenalkan helpee pada respon sebagai berikut :”kau merasa____karena kamu____.”

Sebagai contoh, kita dapat menginternalisasi pengalaman kita mengenai gangguan berkomunikasi dengan orang lain, atau dalam hal belajar bersama guru kita, atau dalam hal performansi atas pekerjaan kita. Saat helpee mengungkapkan pengalamannya atau tentang kesempatan yang hilang, kita bisa merespon dengan kalimat, “kau merasa geram karena mereka menipumu sehingga kau kehilangan kesempatan. “sekarang kita dapat menginternalisasikan pemaknaan dengan cara menginternalisasi pengalaman helpee.

Dalam *responding to meaning* bentuk kalimatnya adalah:

You Feel _____ because _____

Anda merasa _____ karena _____

Maka dalam *internalizing experience* bentuk kalimatnya adalah:

You Feel _____ because you _____

Anda merasa _____ karena Anda _____

Contoh:

Anda merasa *marah* karena *Anda dicurangi*.

c. *Personalizing implications*

Bahasan pokok dalam proses personalisasi pemaknaan adalah mengakui implikasi pribadi helpee. Kita melakukan hal ini dengan cara bertanya mengapa pengalaman tersebut sangat penting bagi helpee. Cara lainnya, kita menanyakan bagaimana pengalaman-pengalaman berpengaruh terhadap kehidupan mereka. Kita mencari konsekuensi terhadap pengalaman helpee. Dalam mempersonalisasikan pemaknaan, kita dapat menggunakan format, “kau merasa ____ karena kau selalu____.”

Sebagai contoh, kita dapat mempersonalisasikan implikasi terhadap berbagai aspek kehidupan, pembelajaran dan pengalaman kerja. Setelah menanyakan pertanyaan tentang

implikasi pribadi, kita bisa membuat respon atas pengalaman helpee tentang kesempatannya yang hilang.

You Feel _____ because you are always _____

Anda merasa _____ karena Anda selalu _____

Contoh:

Anda merasa *geram* karena *Anda selalu tertinggal di belakang*.

d. *Personalizing feeling about meaning*

Kita harus terus memeriksa kembali keadaan helpee untuk tetap memahami pengalaman-pengalaman mereka. Begitu juga kita bisa melihat perasaan mereka berubah. Sebagai contoh, dalam menyadari bahwa dirinya telah tertinggal dari orang lain, helpee bisa lebih merasa frustrasi atau menyerah terhadap dirinya sendiri daripada marah terhadap orang lain. Jika kita tidak memiliki respon terhadap perasaan yang akurat, kita bisa terus mengulangi pertanyaan sebagai berikut, “apa yang membuat saya merasakan hal tersebut?” kita bisa terus melatih keterampilan personalisasi terhadap makna dalam kehidupan atau interaksi seperti dalam studi kasus.

You feel (different feeling reflect to client) because you are always _____

Anda merasa (perasaan berbeda kepada diri sendiri) karena Anda selalu _____

Contoh:

Anda merasa *frustrasi* karena *Anda selalu tertinggal di belakang*.

B. Konsep Dasar/ Materi Pelatihan Personalizing Problems (Masalah)

1. Personalizing Problems

Personalisasi Makna → Personalisasi Masalah

Mempersonalisasi masalah adalah langkah transisi paling kritis dalam bertindak. Dari masalah-masalah, kita mendapatkan tujuan kita. Dari tujuan tersebut kita mendapatkan program tindakan.

Mempersonalisasi masalah didasarkan atas personalisasi terhadap makna. Kita mempersonalisasi masalah saat kita menolong helpee untuk memahami apa yang tidak bisa mereka lakukan yang telah membawa mereka pada pengalaman tentang diri sendiri yang terpersonalisasi. Dengan kata lain, berdasarkan personalisasi makna terhadap pengalaman

helpree, kita menjawab pertanyaan tentang personalisasi atas masalah, seperti “*hal apa saja menyangkut helpree yang berkontribusi terhadap masalahnya?*”

Dalam merespon pemaknaan yang terpersonalisasi, kita memandang dampak pribadi atas situasi yang dialami helpree. Sekarang kita meminta pada helpree untuk bertanggung jawab terhadap kehidupannya dan untuk memandang dirinya sebagai sumber masalah mereka. Prose personalisasi masalah mencakup proses lainnya seperti konseptualisasi, internalisasi, dan konkretisasi kekurangan-kekurangan.

2. Unsur-unsur Pembentuk Personalizing Problems

Personalizing problems terdiri atas: *conceptualizing deficits, internalizing deficits, concretizing deficits, personalizing feeling about deficits, confronting deficits*

a. *conceptualizing deficits*

Dalam mengkonseptualisasi kekurangan-kekurangan, kita dapat menanyakan pertanyaan seperti : Hal apa yang hilang sehingga menyebabkan masalah? Pertanyaan tersebut dapat dengan bebas ditanyakan terhadap sumber masalah. Hal itu dimaksudkan untuk memastikan bahasan hilang, yang berkontribusi terhadap masalah. Terkadang pada awalnya kita tidak menyadari apa yang mungkin menjadi bahasan hilang tersebut. Kita harus mencari pemberi informasi dan orang lain yang dapat memberi saran.

Sebagai contoh, hubungan interpersonal yang fasilitatif bisa saja hilang dalam komunikasi gangguan komunikasi dengan orangtua, teman, guru atau pegawai kita. Dalam ilustrasinya, saat helpree kehilangan kesempatan, inisiatif juga hilang. Mungkin tidak seorang pun mengambil inisiatif untuk membuat kesempatan tersebut menjadi jelas baginya. Tentu saja, helpree tidak akan mengambil inisiatif untuk mengambil untung dari kesempatan tersebut. Kita dapat mengkonseptualisasikan kekurangan-kekurangan yang ada pada helpree dengan memakai format :

“Kau merasa _____ karena _____ telah hilang.”

Contoh:

“Kau merasa frustrasi karena inisiasi yang kau miliki telah hilang.”

b. *internalizing deficits*

Kita harus menginternalisasi kekurangan-kekurangan. Hal ini dimaksudkan agar helpree dapat memperhitungkan dan bertanggung jawab atas peranan mereka dalam

kekurangan-kekurangan tersebut. Mereka harus menanyakan dan menjawab pertanyaan seperti : “Hal apa yang ada padaku sehingga menyebabkan masalah?”

Sebagai contoh, mereka (helpee) dapat menemukan peranan masing-masing dalam gangguan komunikasi dengan orangtua atau teman, dalam proses belajar dengan guru atau juga dalam bekerja dengan sesama pegawai. Dalam pemberian respon terhadap kekurangan yang terinternalisasi atas hilangnya kesempatan helpee, kita dapat menginternalisasikan kekurangan tersebut melalui format sebagai berikut, **“Kau merasa _____ karena kau tidak bisa _____.”**

Contoh:

“Kau merasa frustrasi karena kau tidak bisa mengambil inisiatif.”

c. *concretizing deficits*

Akhirnya, merupakan hal penting untuk menkonkritkan kekurangan-kekurangan yang ada. Jika kita dapat mengkonkritkan kekurangan tersebut, kita akan mampu untuk mengkonkritkan tujuan dan kemudian membuat tujuan tersebut dapat diraih. Dalam mengkonkritkan kekurangan, kita menjawab pertanyaan : “Bagaimana bisa kita mengamati atau mengukur kekurangan?”

Sebagai contoh, dalam gangguan komunikasi, kita bisa mengamati atau mengukur kekurangan melalui criteria kurangnya perhatian dan tanggapan antara berbagai pihak. Dalam mengkonkritkan kurangnya inisiatif helpee, kita dapat mengamati atau mengukur kekurangan tersebut melalui ketidakmampuan untuk mengambil langkah perencanaan dalam mengambil keuntungan dari suatu kesempatan, saat kesempatan tersebut muncul. Dalam mengkonkritkan kekurangan, kita dapat menggunakan format:

**“Kau merasa _____ karena kau tidak bisa _____
seperti yang ditunjukkan oleh _____.”**

Contoh:

“Kau merasa frustrasi karena kau tidak bisa mengambil inisiatif, seperti yang ditunjukkan oleh ketidakmampuanmu untuk mengambil langkah yang tepat pada waktu yang tepat.”

d. *personalizing feeling about deficits*

Kita akan mempersonalisasikan perasaan baru yang menyertai masalah yang terpersonalisasi. Mempersonalisasikan perasaan menekankan pada pemberian respon terhadap apa yang helpree rasakan tentang kekurangan mereka. Hampir pada umumnya, pengalaman helpree tersusun atas perasaan 'down' dan perasaan sedih. Saat kita terus menanyakan pertanyaan tentang perasaan seperti, "Apa yang membuatku merasakan ini?", kita juga biasa mengakhirinya dengan perasaan-perasaan, termasuk perasaan kecewa. Contohnya, rasa sakit hati, disakiti, lemah dan mudah terluka biasanya menjadi perasaan-perasaan tentang kekecewaan-diri karena helpree kurang tanggap dalam menangani keadaan mereka. Kemudian, helpree merasakan kecewa didalam dirinya karena gangguan dalam berkomunikasi. Begitu pula halnya, helpree kecewa karena kurangnya inisiatif dalam dirinya.

Anda merasa (perasaan yang lebih jatuh lagi terhadap diri sendiri) karena Anda kekurangan _____

Contoh:

"Kamu merasakan kecewa terhadap dirimu sendiri karena kekurangmu dalam mengambil inisiatif."

e. *confronting deficits*

Terkadang kita dapat memilih mempercepat personalisasi masalah-masalah melalui konfrontasi. Konfrontasi bisa melalui berbagai bentuk. Kita dapat menghadapi helpree yang perilakunya tidak sesuai dengan apa yang mereka katakan. Terkadang kita menunjuk kepada ketidak sesuaian antara apa yang dikatakan helpree tentang perasaannya dan apa yang mereka tunjukkan dalam perbuatan. Ketidak sesuaian tersebut dapat berada antara bagaimana helpree sesungguhnya dan bagaimana mereka ingin terlihat. Ketidak sesuaian juga bisa berada diantara sudut pandang dan tindakan.

Dalam membuat suatu konfrontasi biasanya paling efektif untuk menggunakan format konfrontasi ringan seperti "disatu pihak kau mengatakan/ merasakan/ melakukan _____ sementara dipihak lain kau mengatakan/ merassakan/ melakukan ____." Ketika konfrontasi semacam ini dibuat dalam konteks hubungan yang terpersonalisasi, mereka dapat mempromosikan suatu penyelidikan akhir terbuka pada perilaku. Konfrontasi yang efektif selalun diikuti oleh respon helper yang efektif pula. Ingatlah bahwa konfrontasi tidak akan pernah seperlunya dan tidak pernah secukupnya.

Bagaimanapun dalam penanganan helper yang efektif, konfrontasi bisa menjadi perangkat efisien untuk mendaur ulang pemahaman dan penyelidikan yang lebih jauh lagi.

Contoh: *Kamu mengatakan bahwa kamu merasa kecewa pada kurang inisiatifmu, akan tetapi kamu tidak berbuat apa-apa mengenai hal itu.*

C. Konsep Dasar/ Materi Pelatihan Personalizing Goal (Tujuan)

1. Personalizing Goals

Personalisasi Masalah → Personalisasi Tujuan

Mempersonalisasi tujuan adalah langkah transisi paling sederhana. Jika kita telah mempersonalisasi masalah secara efektif, kemudian kita harus mampu mempersonalisasi tujuan secara sesuai. Proses personalisasi tujuan mencakup proses penetapan dimana helpee ingin berada, dalam hubungannya dengan tempat yang mereka inginkan. Cara paling dasar untuk mempersonalisasi tujuan adalah dengan menentukan perilaku yang berlawanan dengan masalah yang terpersonal-isasikan. Kemudian tujuan tersebut dapat digambarkan sebagai “sisi putar masalah”. Mempersonalisasi tujuan mencakup proses personalisasi, internalisasi, dan konkretisasi kelebihan yang diinginkan atau yang dibutuhkan.

2. Unsur-unsur Pembentuk Personalizing Goals

Personalizing Goals terdiri atas: *conceptualizing assets*, *internalizing assets*, *concretizing assets*, *personalizing feeling about goals*, *confronting assets*, dan *personalizing understanding*

a. *conceptualizing assets* (Mengkonseptualisasikan Kelebihan)

Semakin kita mengkonseptualisasikan kekurangan-kekurangan, makin pula kita mengkonseptualisasi kelebihan yang diinginkan. Kita dengan mudah memutar-balikkan pertanyaan untuk diajukan seperti: apa yang dapat memberikan kontribusi untuk pemecahan masalah? Biasanya kita bisa menemukan kelebihan yang diinginkan melalui memutar-balikkan kekurangan secara langsung. Jadi, kekurangan interpersonal menunjukkan kelebihan interpersonal. Begitu pula kekurangan inisiatif menunjukkan kelebihan inisiatif dalam mengonseptualisasikan kelebihan dapat digunakan format seperti dibawah ini :

“Kau merasa ____ karena kau tidak bisa ____ dan kau ingin untuk ____.”

Contoh:

“Kamu merasa kecewa karena kamu tidak tidak dapat berinisiasi padahal kamu ingin berinisiasi.”

b. *internalizing assets* (Menginternalisasi kelebihan-kelebihan)

Terkadang tetaplah sangat sulit bagi helpee untuk menginternalisasikan kelebihan yang diinginkan. Mereka dapat mengerti logikanya tapi tidak mampu untuk membiasakan diri dengan kelebihan tersebut. Pada poin ini, mungkin saja merupakan hal penting untuk mendaur ulang pengeksploasian dan pemahaman dengan tujuan untuk mencapai pegangan pada potensi helpee untuk belajar dan mengembangkan kelebihan tersebut. Kemudian, kita menetapkan suatu perluasan dasar atas respon sesuai untuk mengeksplorasi ketidakmampuan mereka untuk menginternalisasikan kelebihan yang potensial. Hal tersebut adalah mungkin sehingga kita harus memodifikasi sikap objektif dalam personalisasi tujuan. Saat pada akhirnya kita menginternalisasikan kelebihan yang diinginkan kita dapat menggunakan format: ***“kau merasa ____ karena ____ dan kau benar-benar ingin untuk mempelajari ____.”***

Contoh:

“Kamu merasa kecewa karena kamu tidak tidak dapat berinisiasi dan kamu benar-benar ingin belajar berinisiasi.”

c. *concretizing assets*

Kita akan mengkonkretkan kelebihan-kelebihan potensial yang diinginkan seperti halnya kita mengkonkretkan kekurangan-kekurangan. Kita mungkin perlu untuk mencari beberapa sumber keahlian dalam mengkonkretkan kelebihan-kelebihan tersebut. Biasanya kita bisa membalikkan kriteria dalam mengkonkretkan kekurangan. Sebagai contoh, kita dapat mengamati kelebihan kita dalam berkomunikasi melalui kriteria keatentifan (penuh perhatian) dan peresponan kita. Begitu pula dengan helpee, kita dapat mengukur kelebihan inisiasi kita melalui kemampuan untuk mengambil langkah yang terprogram pada waktu yang menguntungkan. Dalam mengkonkretkan kelebihan, kita dapat menggunakan format :

“Kau merasa ____ karena kau tidak bisa ____ dan kau benar-benar ingin _____ seperti ditunjukkan oleh _____.”

Contoh:

“Kamu merasa kecewa karena kamu tidak dapat berinisiasi dan kamu benar-benar ingin belajar berinisiasi sebagaimana yang ditunjukkan dengan kemampuan untuk mengembabngkan dan melaksanakan program inisiasi.”

d. *personalizing feeling about goals*

Seperti halnya kita mempersonalisasikan perasaan tentang masalah, begitu juga kita mempersonalisasikan perasaan tentang tujuan. Sama halnya dengan perasaan ‘down’ yang biasanya menyertai suatu masalah, perasaan yang ‘naik’ atau perasaan tentang kebahagiaan juga biasa menyertai tujuan-tujuan. Demikian pula helpee selalu berharap tentang masa depannya atau merasa bahagia dalam mengikuti arah hidupnya. Jika kita meneruskan untuk bertanya pertanyaan tentang empati, seperti : “Apa yang membuatku merasakan ini?”, kita dapat mengembangkan perasaan terhadap berbagai tingkatan kegembiraan, kesenangan dan antusiasme.

Dalam mempersonalisasikan perasaan tentang tujuan, kita dapat menggunakan format: ***“Kau merasa _____ karena kamu akan _____.”***

Contoh:

“Kamu merasa sangat bersemangat karena kamu akan belajar berinisiasi.”

e. *confronting assets*

Terkadang helpee enggan untuk menghadapi kelebihan-kelebihan mereka. Bergantung pada pengalaman hidup mereka, banyak helpee yang lebih takut pada keberhasilan daripada kegagalan. Mereka mungkin terbiasa untuk gagal. Pada beberapa level tertentu mereka mungkin telah mengakomodasikan kegagalan dalam hidup mereka dengan rasa nyaman. Jika hal tersebut sesuai dan tepat, kita bisa menghadapi kekuatan sama halnya dengan kelemahan, begitu pula kekurangan dihadapi dengan kelebihan. Dalam membuat suatu konfrontasi kita dapat menggunakan format untuk konfrontasi ringan. Kita harus yakin dalam merespon secara akurat dan ekstensif terhadap dampak dari konfrontasi yang kita lakukan dalam tujuan untuk mengulang kembali proses pengeksploasian dan pemahaman. Ingatlah, konfrontasi hanya efektif dan ekonomis bila berada di tangan helper yang terampil.

Contoh:

“Kamu mengatakan bahwa kamu tidak yakin (ragu-ragu) tentang pencapaian tujuan-tujuanmu sementara kamu mengenali kekuatan-kekuatan yang bisa kamu gunakan untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut.”

f. *personalizing understanding*

Mari kita berinteraksi dengan Floyd selama ia menangani suatu masalah. Buatlah respon yang sesuai untuk setiap ekspresi Floyd. Kemudian personalisasikanlah respon-respon terhadap pemaknaan. Dan terakhir, buatlah respon terhadap masalah yang telah dipersonalisasi, perasaan dan juga tujuan.

“Aku tidak tahu apa yang akan kulakukan. Di satu sisi aku sangat ingin pergi dan di sisi lain aku tidak ingin pergi.”

“Terkadang aku suka menunda-nunda dan tidak mengambil keputusan sama sekali.”

“Aku kira aku tidak bisa membuat keputusan.”

“Aku kira aku benar-benar membodohi diriku selama ini.”

“Aku hanya akan terus tumbuh dan menanggung konsekuensinya.”

Anda merasa (perasaan negative terhadap diri sendiri) disebabkan (kekurangan diri) dalam/untuk _____ dan Anda benar-benar _____ untuk _____

Contoh:

“Anda merasa kecewa pada diri Anda sendiri karena ketidakmampuan Anda untuk membuat keputusan yang matang dan Anda bersungguh-sungguh untuk belajar melakukannya.”

3. Tingkatan dalam Personalizing

Salah satu cara dalam menyusun proses personalisasi adalah dengan menguji respon yang terpersonalisasi terhadap ekspresi helpee secara akurat dan menyeluruh. Mari kita menghadiri dan merespon pertemuan selanjutnya dengan cara yang mudah. Kemudian kita akan merating ketepatan proses personalisasi yang kita lakukan terhadap pengalaman helpee dengan cara sebagai berikut :

- | | | |
|------------------------|---|--|
| High personalizing | → | mempersonalisasi masalah, perasaan dan tujuan yang tergabung dalam kekurangan dan tujuan dari respon helpee secara akurat. |
| Moderate personalizing | → | mempersonalisasi pemaknaan yang tergabung dalam kekurangan dan tujuan dari respon helpee secara akurat. |
| Low personalizing | → | pemberian respon yang akurat |

Seperti yang dapat dilihat, level paling rendah dalam personalisasi sesuai dengan level tertinggi dalam pemberian respon (terhadap perasaan dan isi). Level moderat dalam personalisasi mencakup pemaknaan. Dan level tinggi mencakup masalah, perasaan dan tujuan-tujuan.

Contoh:

“Kau takut karena kau tak yakin bahwa kau dapat menangani implikasi-implikasi atas keberhasilan – setiap orang akan memiliki harapan yang tinggi terhadap kinerjamu di masa depan – dan kau sangat antusias untuk mempelajari bagaimana cara menangani harapan-harapan tersebut.”

4. Tingkatan Pemberian Bantuan: Attending, Responding Dan Personalizing

Kita dapat melanjutkan untuk membangun skala kumulatif terhadap pemberian bantuan. Jika helper menghampiri, merespon dan mempersonalisasikan masalah, perasaan dan tujuan helpee, kita dapat merating helper tersebut pada tingkatan mempersonalisasikan sepenuhnya (level 4.0). Jika helper atentif dan responsive serta dapat mempersonalisasikan pemaknaan helpee, maka kita dapat menempatkan helper tersebut di level personalisasi-fasilitatif (level 3.5)

5. Keterlibatan, Pengeksplorasian dan Pemahaman

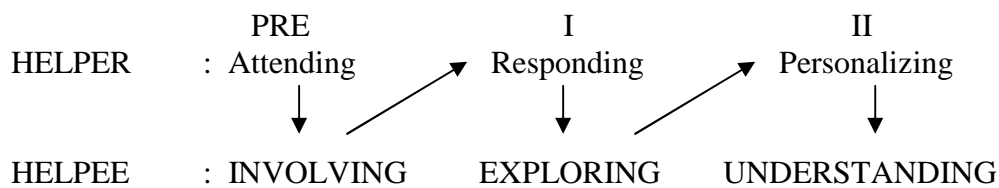
Memformulasikan respon terpersonalisasi yang efektif merupakan kunci dalam proses pemberian bantuan. Jika kita dapat memasuki bingkai referensi helpee dan membuat mereka mampu untuk melihat suatu hal dengan jelas, kita akan membantu mereka mengambil langkah utama dalam proses perubahan perilaku. Jika kita tidak bisa melakukan hal tersebut, helpee tidak akan memiliki perspektif yang dibutuhkan untuk mengembangkan pengarahan yang membawa mereka keluar dari kesulitan.

Kita dapat menguji keefektifan dari respon terpersonalisasi yang kita miliki dengan cara berinteraksi dengan rekan sejawat. Keefektifan dari formula kita dapat ditentukan oleh sebaik apa helpee mempergunakan usaha yang telah kita personalisasikan. Kita dapat mencoba untuk meniru beberapa latihan dalam buku ini, kemudian mencoba pengalaman yang kurang intens lainnya sebelum berusaha untuk menggunakan keterampilan kita dalam situasi pemberian bantuan yang lebih intens.

Kunci untuk menciptakan respon terpersonalisasi yang efektif adalah disiplin. Disiplin dalam membangun dasar yang sesuai. Disiplin dalam menggunakan dasar tersebut dalam pencarian tema umum atau tema dominant.

Seiring kita beranjak untuk mempersonalisasikan tingkatan-tingkatan dalam responding, kita secara otomatis memperkenalkan pengalaman kita sendiri. Karena itu, keberadaan kita melebihi dari apa yang helpee ungkapkan. Dalam tujuan untuk melakukan hal tersebut, diri kita harus tergambar berdasarkan pengalaman kita.

TAHAP-TAHAP PEMBERIAN BANTUAN



Kamu sekarang mengetahui tentang keterampilan *attending*, *responding* dan *personalizing*. Kau perlu berkonsentrasi secara lebih intens terhadap keterampilan *personalizing*, karena keterampilan tersebut adalah yang paling sulit untuk dipelajari. Berlatihlah sampai kau dapat mengolah respon-respon dengan mudah.