

Keterampilan Dasar yang dibutuhkan dalam Melakukan Komunikasi Konseling

**Sugiyanto
(www.uny.ac.id)**

ampilan Attending

1. *Postural Position*
2. *Eye contact*
3. *Listening*
4. *Lingkungan yang nyaman*

mpilan Mengundang Percakapan

1. Pertanyaan tertutup
2. Pertanyaan terbuka

1. Pemakaian pertanyaan tertutup yang terlalu sering.
2. Pengajuan pertanyaan lebih dari satu pada saat yang sama.
3. Pengajuan pertanyaan **“Mengapa”**, karena pertanyaan ini sering menyudutkan orang dan sukar dijawab.
4. Memasukkan jawaban dalam pertanyaan.
5. Hindarkan pertanyaan yang kurang jelas, seperti :
6. **“Mungkin”**, **“kira-kira”**, **“barangkali”**, dsb
7. Pertanyaan hendaknya konsisten,
8. Menggunakan intonasi yang jelas.

mpilan Konfrontasi

1. Kontradiksi antara isi pernyataan dan cara mengatakan.
2. Tidak konsisten antara apa yang diinginkan dan apa yang dilakukan oleh konseli.
3. Tidak konsisten antara apa yang dikatakan konseli dengan reaksi yang diharapkan oleh konselor.

Disatu pihak saudara mencintai dia, tapi dipihak lain anda tidak mau menikah dengannya.+(konfrontasi perasaan mendua terhadap pacarnya).

Konselor : %Anda merasa tidak aman jika dia mendekati wanita lain, tetapi anda mempunyai kesanggupan dan bangkit dan lari dari dia+(konfrontasi antara perasaan tidak aman dengan kekuatan untuk meninggalkan pacarnya.+)

Konselor : % Saudara mengatakan bahwa tidak menyesal dia pergi dengan kekasih barunya, tapi saya tidak melihat pada air muka, posisi duduk, dan tangan saudara yang dipangku, manandakan anda masih mencintainya.+(konfrontasi terfokus pada perbedaan kata yang diucapkan dengan bahasa tubuh).

Empati

- %Saya dapat merasakan bagaimana perasaan kesedihan saudara.
- %Saya dapat memahami pikiran anda.+
- %Saya mengerti keinginan saudara.+

Ilaku Genuine

Merupakan pendapat atau pandangan konselor yang asli terhadap pernyataan pikiran dan perasaan konseli. Bentuknya berupa pernyataan netral konselor terhadap konseli.

- Konselor : %Mbak, menurut saya jika mbak, terus memikirkan masalah itu, nampaknya sulit untuk mencoba memperbaiki diri. %o

Contoh Tampilan Membuat Ringkasan/merangkum

Konselor : %A
anda mengatakan dari
perasaan anda tentang ayah anda
dan secara khusus perasaan
anda tentang ibu anda serta
hubungan anda dengan mereka
yang semuanya mempengaruhi
anda. %o

n Pemecahan Masalah

Pemecahan masalah adalah **"Jantung hatinya"** layanan konseling. Fase Konseling

1. Mengeksplorasi masalah
2. Memahami masalah
3. Menentukan masalah
4. Curah pendapat (*Brainstroming*)
5. Menilai berbagai alternatif
6. Menetapkan alternatif yang terbaik
7. Melaksanakan alternatif yang telah ditetapkan