



Group COUNSELING

NANANG ERMA GUNAWAN

Manfaat ketua pada sebuah proses kelompok

- ▶ Membantu (help)
- ▶ Mengajar (teach)
- ▶ Mensupervisi (Supervisory)

Siapa yang sering menggunakan?

- ▶ Konselor
- ▶ Psikolog
- ▶ Pekerja Sosial (Social Workers)
- ▶ Psikiater
- ▶ Pendeta atau pemuka agama lainnya
- ▶ Manajer
- ▶ Guru

Semua dapat menggunakan kelompok untuk mengembangkan aktivitas mereka dengan orang lain → lebih efisien dan efektif

Alasan menggunakan pendekatan kelompok

- ▶ Kelompok dapat lebih efisien
- ▶ Kelompok menawarkan sumber informasi dan sudut pandang yang lebih banyak.
- ▶ Perasaan senasib sepenanggungan
- ▶ Pengalaman atau perasaan dimiliki oleh orang lain
- ▶ Kesempatan untuk mempraktikkan perilaku baru
- ▶ Kesempatan untuk mendapatkan umpan balik
- ▶ Kesempatan untuk belajar hal yang sesuai dengan diri kira
- ▶ Penaksiran terhadap kehidupan nyata
- ▶ Dorongan untuk menguatkan komitmen

Jenis-jenis kelompok

- ▶ The Association for Specialist in Group Work (ASGW) – division of the American Counseling Association, Empat jenis kelompok:
 1. Kelompok bimbingan/ psikoedukasional
 2. Kelompok konseling/ pemecahan masalah interpersonal
 3. Kelompok psikoterapi/ rekonstruksi kepribadian
 4. Kelompok kerja/ penyelesaian tugas tertentu

Berdasarkan tujuan, ada tujuh kategori kelompok

1. Pendidikan (Education) → mempelajari mengendalikan marah
2. Diskusi (Discussion) → Kelompok pengkaji kitab suci
3. Tugas (Task) → Orang tua menentukan aturan rumah tangga
4. Pertumbuhan dan pengalaman (Growth and experiential)
→ Kelompok pelatihan (sekolah atau masyarakat)
 1. Konseling dan terapi (Counseling and therapy) → Klien mengalami masalah emosional
 2. Dukungan (Support) → Korban bencana alam
 3. Membantu diri sendiri (Self-help) → orang2 dengan perhatian yang sama

Teori yang digunakan

- ▶ Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)
- ▶ Transactional Analysis (TA)
- ▶ Client-Centered
- ▶ Adlerian
- ▶ Reality Therapy

Fungsi ketua dalam kelompok

- ▶ Yalom (2005), pemimpin kelompok dapat memberikan:
- ▶ Stimulasi emosi
- ▶ Keperulian
- ▶ Pujian
- ▶ Perlindungan
- ▶ Penerimaan
- ▶ Interpretasi
- ▶ Penjelasan

Pemimpin dapat juga menjadi model untuk self-disclosure, membuat batasan, menegakkan aturan, dan mengatur waktu.

Ketua Kelompok yang efektif

- ▶ Peduli
- ▶ Terbuka
- ▶ Fleksibel
- ▶ Hangat
- ▶ Objektif
- ▶ Dapat dipercaya
- ▶ Jujur
- ▶ Kuat
- ▶ Sabar
- ▶ Sensitif

Karakteristik tambahan:

- ▶ Nyaman dengan diri dan orang lain
- ▶ Menyukai orang lain
- ▶ Nyaman untuk memiliki otoritas
- ▶ Percaya pada kemampuan diri untuk memimpin

Masalah yang mungkin dalam kelompok

- ▶ Topik melompat-lompat
- ▶ Mendominasi sesi diskusi
- ▶ Asal bicara tanpa melibatkan diri secara personal
- ▶ Jarang datang
- ▶ Malu dan menarik diri
- ▶ Marah kepada pemimpin
- ▶ Marah satu sama lain
- ▶ Memaksa anggota lain untuk bicara
- ▶ Mengajarkan moralitas personalnya
- ▶ Menolak untuk turut serta
- ▶ Tidak suka anggota lain
- ▶ Berhenti dari kelompok

Tahapan dalam proses kelompok

- ▶ Jacob

1. The beginning stage (tahap permulaan)
2. The middle, or working, stage (tahap kerja atau pertengahan)
3. The ending, or closing, stage (tahap akhir)

Tahapan yang lain?

▶ Corey (2008) → Six-stage model:

1. Formation
2. Orientation
3. Transition
4. Working
5. Consolidation
6. Follow-up

Ada lagi!

- ▶ Johnson and Johnson (2009) → a seven-stage model:
 1. Menjelaskan dan membuat prosedur
 2. Penyesuaian terhadap prosedur
 3. Mengenali timbal balik manfaat dan membangun kepercayaan
 4. Memberontak dan membedakan
 5. Berkomitmen dan mengambil tanggungjawab kepemilikan terhadap tujuan, prosedur, dan anggota lain
 6. Berfungsi secara matang dan produktif
 7. Penyelesaian

Kekuatan terapeutik dalam kelompok → **pertimbangkan!**

- ▶ Bagaimana perasaan masing-masing anggota di dalam kelompok?
- ▶ Apakah para anggota memahami apa yang diharapkan dalam kelompok?
- ▶ Apakah para anggota tahu dengan jelas mengapa mereka berada di dalam kelompok?
- ▶ Bagaimana setiap anggota mensikapo keberadaannya di dalam kelompok?
- ▶ Apakah para anggota nampak suka satu sama lain?
- ▶ Apakah para anggota Nampak nyaman satu sama lain?
- ▶ Apakah para anggota punya rasa memiliki terhadap kelompok?
- ▶ Apakah para anggota nampak nyaman dengan ketua kelompok?

11 Faktor-factor kuratif menurut Yalom (2005)

1. Installation of hope
2. Universality
3. Imparting of information
4. Altruism
5. Corrective recapitulation of the primary family group
6. Development of socialization techniques
7. Imitative behavior
8. Interpersonal learning
9. Group cohesiveness
10. Catharsis
11. Existential factors

15 Kekuatan terapeutik dalam kelompok (Jacob, Masson, Harvill & Schimmel)

1. Kejelasan tujuan ketua dan anggota
2. Kesesuaian tujuan bagi anggota
3. Ukuran kelompok
4. Lamanya masing-masing sesi
5. Frekuensi pertemuan
6. Kecukupan ruang
7. Waktu ketua dan anggota
8. Sikap ketua
9. Kelompok terbuka atau tertutup
10. Keanggotaan sukarela atau tidak
11. Komitmen anggota kelompok
12. Tingkat kepercayaan antar anggota kelompok
13. Sikap anggota kepada ketuanya
14. Pengalaman dan kesiapan ketua dalam kelompok
15. Harmoni dengan coleader

Keterampilan dasar untuk ketua kelompok

1. Active listening
2. Reflection
3. Clarification and questioning
4. Summarizing
5. Linking
6. Mini-lecturing and information giving
7. Encouraging and supporting
8. Tone Setting
9. Modeling and Self-disclosure
10. Use of eyes
11. Use of voice
12. Use of leader's energy
13. Identifying allies
14. Multicultural understanding