

# Tips Kaunseling

Untuk Kaunselor Kristian



**WAWASAN  
PENABUR**

## Tips Kaunseling Untuk Kaunselor Kristian

Tajuk	: Tips Kaunseling Untuk Kaunselor Kristian
Penulis	: Rev Elkanah T. Suwito (mendiang) Tips For Lay Christian Counsellors ©1997
Penterjemah	: Heather Dennis Randy Singkee
Penyunting	: Dr Lee Bee Teik
Reka Bentuk	: Chiang Juat Chin
Penerbit	: Wawasan Penabur Sdn Bhd

Dr Lee Bee Teik (MBBS, Monash University) adalah seorang doktor perubatan terlatih sebelum mengambil keputusan untuk meninggalkan kerjayanya untuk menjadi seorang suri rumah penuh masa. Beliau adalah isteri kepada Rev Dr Hwa Yung, Bishop Emeritus Gereja Methodist di Malaysia dan mereka mempunyai 3 orang anak yang sudah dewasa. Pada tahun 1992, Tuhan memanggilnya ke dalam pelayanan penulisan dan beliau telah menulis banyak buku tentang doa serta isu-isu yang dihadapi oleh manusia. Beliau mengasaskan Reconre Ministries, sebuah pelayanan yang melayani hamba-hamba Tuhan penuh masa melalui pelayanan kaunseling dan retreat.

Hakcipta © 2013 Wawasan Penabur Sdn Bhd

Tiada bahagian dalam buku kecil ini boleh digunakan atau dihasilkan dalam cara atau bentuk apa-apa sekali pun tanpa kebenaran bertulis daripada penulis/penerbit kecuali sebagai petikan ringkas dalam artikel/risalah dan ulasan.

*“Fikiran manusia bagaikan air di perigi yang dalam, tetapi orang yang berpengertian dapat menimbanya.”  
(Amsal 20:5)*

*“Jika ada sesiapa antara kamu kurang bijaksana, hendaklah dia berdoa kepada Allah supaya Allah memberikan kebijaksanaan kepadanya; kerana Allah memberikan dengan murah hati dan dengan sukacita kepada setiap orang.”  
(Yakobus 1:5)*

**K**aunseling adalah suatu proses menolong dalam pertemuan bersemuka yang melibatkan perhubungan dua hala di antara seorang yang terlatih dengan seseorang yang terperangkap dalam suatu keadaan yang sukar di atasi. Seorang Kristian yang menghadapi masalah peribadi yang mendalam biasanya akan melakukan salah satu daripada perkara berikut:

- Mendapatkan perkhidmatan di klinik-klinik awam.
- Mendapatkan perkhidmatan dari pakar psikiatrik atau psikologi.
- Berbincang dengan seorang doktor.
- Menyatakan masalah yang dihadapinya kepada

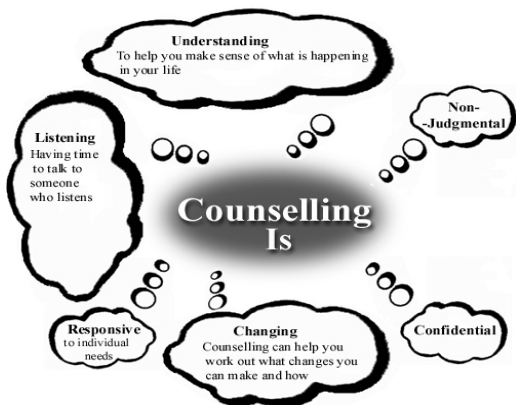
## 2 Siri Kaunseling Pastoral

seorang pemimpin rohani seperti pastor, atau kepada seorang kawan.

Amat sukar bagi seorang Kristian untuk mengelakkan kaunseling. Pilihannya bukanlah sama ada dia harus mendapatkan kaunseling ataupun tidak, tetapi adakah dia perlu mendapatkan kaunseling daripada seorang kaunselor profesional, spara profesional ataupun yang bukan profesional.

Kaunseling merupakan satu kerja yang rumit. Kejayaan dan keberkesanan sebuah kaunseling biasanya bergantung kepada faktor-faktor berikut:

1. Persekitaran
2. Kaunselor
3. Pihak yang menerima kaunseling
4. Kemahiran dalam melakukan kaunseling
5. Jenis-jenis kaunseling



## BAHAGIAN A: Faktor-Faktor Keberkesanan Kaunseling

### Persekitaran/Set Kaunseling

- a. Seorang kaunselor profesional biasanya menggunakan pejabatnya untuk bertemu dengan orang yang baru sahaja dikenali yang ingin mendapatkan perkhidmatan kaunseling.
- b. Kaunseling Kristian pula biasanya diadakan dalam satu persekitaran yang lebih santai, biasanya dengan ahli-ahli gereja atau orang-orang yang dikenali oleh kaunselor tersebut.
- c. Tempat pertemuan mungkin di gereja, rumah, wad hospital atau suatu lokasi yang tidak ada gangguan dari luar.
- d. Sebaik-baiknya tempat yang digunakan hendaklah selesa, tidak bising dan bebas daripada sebarang gangguan. Kadang-kala gangguan tidak dapat dielakkan, dan ini boleh menjejaskan keberkesanan kaunseling tersebut.
- e. Suasana yang menjamin kerahsiaan haruslah dijaga, tetapi kerahsiaan semua maklumat yang dikongsikan **HARUSLAH** terjamin.

### Ciri-Ciri Seorang Kaunselor

#### a. Ciri-ciri umum

Seorang kaunselor haruslah memiliki beberapa ciri-ciri umum: keikhlasan, berbelas kasihan, mesra terhadap orang, kesabaran, boleh menyesuaikan diri dengan keadaan, berkeyakinan diri, optimis, senang untuk didekati, kepantasan mental, waras, adil, kestabilan emosi, penampilan diri yang baik, tidak mempamirkan gerak-geri yang boleh mengganggu, berpengetahuan luas dan sentiasa tenang.

#### b. Ciri-ciri penting

Ada beberapa ciri-ciri penting yang menjadi satu kemestian untuk seorang kaunselor:

- i. **Sikap memahami** – Ini termasuklah kepekaan mendengar, kebolehan memerhati, serta melihat sesuatu perkara itu dari segi pandangan pihak yang menerima kaunseling.
- ii. **Sikap menerima** - Tunjukkan bahawa anda mengambil berat tentang orang yang datang menerima kaunseling. Walau bagaimanapun ini tidak bermakna anda akan memperkenankan perbuatannya yang salah. Yesus menerima perempuan yang ditangkap berzina tetapi Dia tidak memperkenankan perbuatan dosanya (Yohanes 8). Yesus juga menerima perempuan yang ditemui-Nya di perigi Yakub tetapi Dia tidak memperkenankan

kehidupan perempuan yang mempunyai lima orang suami ataupun cara dia menyembah Allah (Yohanes 4).

Terimalah mereka yang kurang menarik sama seperti anda menerima mereka yang lebih menarik.

- iii. **Menjaga jarak sosial** - Sikap tidak mahu mengambil tahu atau sebaliknya menjadi terlalu terlibat secara peribadi dalam kehidupan orang yang menerima kaunseling hendaklah dihindari. Seorang kaunselor mestilah memberi jarak yang sesuai agar tidak terlalu terlibat supaya dia boleh bersikap lebih objektif. Ini akan membolehkan dia meluahkan perasaannya dan kadangkala menceritakan pengalaman peribadinya sendiri kepada orang yang menerima kaunseling.
- iv. **Kebolehan bergaul dengan orang lain** - Jika seorang kaunselor itu menghadapi kesulitan untuk bergaul, keadaan ini akan mendatangkan kesan terhadap cara dia memberi kaunseling. Oleh yang demikian, keberkesanan sesuatu kaunseling itu bukanlah dipengaruhi oleh cara kaunseling yang digunakan (walaupun itu penting), tetapi yang lebih penting adalah bagaimanakah perasaan serta tanggapan seorang kaunselor itu terhadap orang secara

amnya, dan apakah tanggapannya terhadap dirinya sendiri.

- v. **Pengalaman** - Seorang kaunselor yang berpengalaman luas akan lebih yakin, lebih memahami sesuatu keadaan, lebih berupaya menerima dan membantu orang yang menerima kaunseling. Pengalaman adalah guru yang terbaik!

**c. Kelayakan Rohani Seorang Kaunselor Kristian**

Sebagai seorang kaunselor Kristian, kita mesti mempunyai beberapa kriteria kemestian supaya kita berkesan dalam membimbing mereka yang datang untuk mendapatkan kaunseling dari kita:

- i. Sudah dilahirkan semula (Yohanes 3:3).
- ii. Takut akan Tuhan, jujur dan sentiasa bersedia untuk membantu orang (Keluaran 18:21-22).
- iii. Sudah biasa dan mengetahui Firman Allah dengan baik (2 Timotius 2:15).
- iv. Mempunyai keinginan kuat untuk menjadi pengikut Dia yang dipanggil “Penasihat Ajaib” (Yesaya 9:5).





## Sikap Orang Yang Menerima Kaunseling

Keberhasilan sesuatu kaunseling bukanlah terletak sepenuhnya di bahu seorang kaunselor. Keberkesanannya lebih bergantung kepada sikap dan sifat orang yang menerima kaunseling. Untuk mendapatkan hasil kaunseling yang terbaik, orang yang datang untuk mendapatkan bimbingan haruslah:

- a. Mempunyai tanggapan yang baik terhadap kaunseling dan orang yang memberi kaunseling (kaunselor).
- b. Memiliki keinginan untuk berubah.
- c. Bersedia untuk menyelidiki diri secara jujur dan membuat penilaian diri.

Baca cerita 'Orang Muda yang Kaya' dalam Injil Matius 19.

- d. Sekiranya orang yang menerima kaunseling itu tidak menampakkan kebanyakan daripada ciri-ciri di atas ini, adalah lebih baik sekiranya kaunselor membincangkan mengenai sikap-sikap dan tanggapan orang itu terlebih dahulu.





## Kemahiran dan Kebolehan Dalam Kaunseling

Kaunseling merupakan suatu kerja yang sukar, sangat melelahkan dari segi emosi, dan memenatkan dari segi fizikal! Dan seringkali usaha kaunseling itu mungkin tidak berhasil! Untuk memastikan suatu kaunseling itu berhasil, kaunselor harus memiliki kemahiran dan kebolehan seperti berikut:

### a. Belajar untuk mendengar

- i. Perhatikan kecenderungan untuk orang tersebut banyak bercakap. Tanyakan soalan-soalan untuk mendapatkan pemahaman tentang masalah yang dihadapi.
- ii. Berilah peluang kepada orang yang menerima kaunseling itu meluahkan perasaan dan menyatakan isi hatinya. Ini bukan sahaja membuat orang tersebut merasa lebih selesa setelah meluahkan perasaannya, tetapi akan membantu kaunselor untuk mendapatkan maklumat yang penting melalui apa yang diluahkan tadi.
- iii. Adalah penting bagi seorang kaunselor untuk mengelakkan diri daripada menunjukkan sebarang bantahan terhadap apa yang dikongsikan. Sebaliknya, tunjukkanlah empati, rasa prihatin, dan belas kasihan (Ayub 2:12-13).

### b. Jangan bimbang jika orang itu mendiamkan diri

- i. Apabila orang yang menerima kaunseling itu berdiam diri, besar kemungkinan dia sedang mengalami suatu pergolakan emosi yang dalam, mencengkam suatu isu yang amat penting, atau sedang mempertimbangkan sama ada dia harus

mendedahkan lebih banyak maklumat atau tidak.

- ii. Jangan terlalu ghairah untuk memberi nasihat. Anda mungkin akan menggunakan perkataan yang kurang tepat atau memberi nasihat yang salah! Kaunselor juga memerlukan masa untuk berdiam diri, berdoa dan memohon kebijaksanaan dari Allah!

**c. Jadilah seorang pemerhati yang baik**

Anda akan mempelajari banyak perkara dari pemerhatian, sama seperti ketika anda mendengar. Beri perhatian anda kepada perkara-perkara seperti: orang yang menerima kaunseling itu menangis, hampir menangis, ada perubahan pada suara dan nada, mengubah cara duduk, memaparkan gerak geri yang menunjukkan ketidakselesaan, serta gaya pernafasannya.

**d. Belajar untuk memberi respon yang sesuai**

- i. Respon yang berbentuk penilaian. Di sini anda menilai perkataan, pendapat atau tindakan orang yang menerima kaunseling itu (contohnya, "*Tindakan yang anda ambil itu adalah bijak*").
- ii. Respon yang berbentuk penafsiran. Anda membantu orang tersebut untuk melihat dan memahami keadaan sebenar (contohnya, "*Anda terlalu bergantung kepada ibu anda*").
- iii. Respon yang berbentuk memberi sokongan. Anda memberi keyakinan atau menenangkan

perasaan orang tersebut (contohnya, *“Ramai orang yang telah mengalami perasaan yang sama seperti anda”*).

- iv. Respon yang berbentuk penyiasatan. Anda cuba mendapat lebih banyak maklumat atau mendorong supaya perbincangan dapat diteruskan (contohnya, *“Bagaimana dengan bapa anda? Bagaimana perasaan mereka terhadap perkara ini?”*).
- v. Respon yang menandakan anda memahami. Anda menyatakan bahawa anda memahami perkara yang berlaku dan turut merasa empati terhadapnya (contohnya, *“Saya faham”, “Saya tahu”, “Saya faham betapa susahnya anda melihat rumahtangga anda retak”*).



- e. **Lengkapkan diri dengan pengetahuan yang mencukupi.**
  - i. Mengetahui akan tingkah laku manusia.
  - ii. Tahu mencari matlumut yang anda perlukan.
  - iii. Tahu ke mana untuk merujuk kes yang sukar.
  - iv. Mengetahui Firman Allah.

f. **Hendaklah memegang rahsia**

Kerahsiaan sangat penting dan genting. Seorang kaunselor yang tidak boleh menyimpan rahsia tidak layak memikul tanggungjawab sebagai kaunselor. Sekiranya orang tersebut harus dirujuk kepada kaunselor yang lain, anda mestilah mendapat kebenaran orang yang menerima kaunseling itu terlebih dahulu sebelum memberikan maklumat-maklumat kepada kaunselor yang baru.



g. **Gunakan cara anda sendiri**

Anda harus mendapat sebanyak mungkin pengetahuan, tetapi gunakan cara anda sendiri. Anda adalah anda. Anda tidak dapat meniru cara orang lain bekerja. Elakkan daripada mengguna kembali atau 'memuntahkan' segala yang anda telah pelajari itu.

## BAHAGIAN B: Jenis-Jenis Kaunseling

**A**pabila orang yang menerima kaunseling itu sedang meluahkan masalah yang dihadapinya, kaunselor biasa bertanya diri dalam hatinya, “Apa yang harus saya lakukan sekarang?” Jawapan bagi pertanyaan ini banyak bergantung kepada jenis masalah itu, orang yang sedang menerima kaunseling dan jenis-jenis kaunseling yang diperlukan.

### **1** Kaunseling Berbentuk Penyokongan

- a. *Matlamat kaunseling*
  - i. Untuk mendukung, menyokong dan memberi kestabilan kepada mereka yang bermasalah.
  - ii. Untuk membantu seseorang mendapat kekuatan semula serta kestabilan supaya dapat menghadapi masalah yang menimpa.
- b. *Contoh masalah*
  - i. Penyakit tenat atau serius.
  - ii. Kematian.
  - iii. Keretakan rumahtangga, bercerai atau putus pertunangan.
  - iv. Sebarang bentuk kegagalan.
  - v. Penolakan.
  - vi. Kekecewaan yang parah.
- c. *Teknik-teknik*
  - i. Jadikan diri anda sebagai tempat untuk orang tersebut meluahkan perasaan, bahu untuk menangis/bersandar.

- ii. Beri dorongan kepada orang tersebut untuk menghadapi masalahnya.
  - iii. Beri pandangan yang objektif terhadap situasi itu.
  - iv. Bantu dia untuk bertumbuh.
  - v. Gunakan sumber-sumber rohani yang tersedia. Contohnya berdoa, bantuan dari orang Kristian yang lain, Firman Allah, bahan-bahan renungan, dan sebagainya.
- d. *Bahaya-bahaya yang mungkin timbul*
- i. Orang yang menerima kaunseling itu menjadi terlalu bergantung kepada kaunselor, terutama sekali jika matlamat keduanya tidak diperhatikan.
  - ii. Orang yang menerima kaunseling dibiarkan terus 'berkubang' dalam masalahnya.

## **2** Kaunseling Berbentuk Konfrontasi

- a. *Matlamat kaunseling*
- i. Membantu seseorang untuk menghadapi dan mengatasi sesuatu keadaan atau dosa.
  - ii. Membantu dia membina kekuatan moral agar dapat mengatasi masalah yang sama di masa yang akan datang.
- b. *Contoh masalah*
- i. Perbuatan yang menyalahi undang-undang atau yang tidak bermoral. Contohnya memiliki dan menyalahgunakan dadah, mengandung di luar nikah dan sebagainya.
  - ii. Perbuatan yang dianggap salah oleh individu, masyarakat atau Firman Allah.

- iii. Perbuatan yang mendatangkan rasa bersalah.
  - iv. Pecah belah antara ahli-ahli gereja.
- c. *Teknik-teknik*
- i. Mencabar dan menghadapkan orang tersebut kepada bukti-bukti.
  - ii. Beri sokongan dan menerima orang itu sebagai seorang insan.
  - iii. Beri galakan kepadanya untuk mengaku kepada Tuhan dan kepada orang yang telah disalahinya (Amsal 28:13; 1 Yohanes 1:9; Yakobus 5:16a).
  - iv. Yakinkan dia bahawa Allah mengampuni dosa (1 Yohanes 1:9).
  - v. Bantu dia supaya menjadi teguh secara rohani.
  - vi. Gunakan sumber-sumber rohani yang ada.
- d. *Bahaya-bahaya yang mungkin timbul*
- i. Kaunselor menjadi sombong dan angkuh kerana dapat membantu.
  - ii. Menolak orang yang menerima kaunseling kerana perbuatannya.
  - iii. Kecenderungan memberi ajaran tanpa menghiraukan teknik-teknik yang telah disebutkan di atas.
  - iv. Tidak membantu atau menguatkan orang yang menerima kaunseling itu.

### **3** Kaunseling Berbentuk Pengajaran

- a. *Matlamat kaunseling*
- i. Bersama-sama (yang memberi dan menerima kaunseling) mencari maklumat yang diperlukan.
  - ii. Memberi maklumat atau membantu orang



tersebut untuk mendapatkan maklumat.

- iii. Menunjukkan bagaimana mendapatkan maklumat supaya dia boleh melakukannya sendiri.

b. *Contoh masalah*

- i. Bimbingan kerjaya.
- ii. Bimbingan persiapan perkahwinan.
- iii. Bimbingan keluarga serta perkahwinan.
- iv. Pertanyaan mengenai teologi atau Alkitab.
- v. Meminta nasihat.

c. *Teknik-teknik*

- i. Beri galakan supaya orang itu bertanya soalan.
- ii. Beri sokongan walaupun soalan yang ditanya mungkin memimbulkan rasa malu (Contohnya, para remaja bertanya soalan-soalan mengenai seks).
- iii. Beri matlumat atau rujukkan orang itu kepada sumber maklumat (buku atau seorang yang berpengalaman dalam bidang itu).
- iv. Bincang maklumat yang diperolehi.
- v. Beri galakkan kepada orang tersebut untuk menggunakan maklumat yang diperolehi. (maklumat mengenai berpacaran hendaklah digunakan dalam situasi orang itu sedang berpacaran).
- vi. Beri pujian jika orang tersebut menampakkan kesungguhan untuk belajar atau menunjukkan perubahan-perubahan yang baik.
- vii. Peka terhadap keadaan atau isu-isu yang lain. Kadang-kadang masalah-masalah sebenar

## 16 Siri Kaunseling Pastoral

berselindung di sebalik permintaan untuk mendapatkan maklumat.

### d. Bahaya-bahaya yang mungkin timbul

- i. Terlalu bergantung kepada kaunselor sebagai guru.
- ii. Kaunselor menganggap bahawa memberi maklumat akan sentiasa mendatangkan perubahan tingkah laku atau mengandaikan orang tersebut betul-betul ingin belajar.
- iii. Orang yang menerima kaunseling dipaksa menerima pandangan-pandangan kaunselor.



## 4 Kaunseling Berbentuk Rohani

### a. Matlamat kaunseling

- i. Untuk memberi pengajaran, menjelaskan sesuatu perkara atau mencari jawapan bagi masalah-masalah berbentuk rohani atau teologi.

- ii. Untuk membantu orang yang menerima kaunseling itu mendapatkan makna dan tujuan kehidupan.
  - iii. Untuk mengajar bagaimana orang tersebut dapat bertumbuh secara rohani.
- b. *Contoh masalah*
- i. Keraguan, ketidakpercayaan atau kekeliruan yang dialami oleh seseorang.
  - ii. Merasai kekosongan, kehidupan yang tidak bermakna atau tanpa tujuan.
  - iii. Keinginan untuk mengenali Allah.
  - iv. Kekeliruan akibat sesuatu pengalaman hidup.
  - v. Kekeliruan dan tidak ada persafahaman dengan ahli-ahli gereja yang lain mengenai isu-isu doktrin.
- c. *Teknik-teknik*
- i. Beri dorongan untuk menyatakan masalah-masalah serta sebarang keraguan secara terbuka.
  - ii. Tunjukkan bahawa anda jujur dalam tindakan, hal-hal kepercayaan dan sebagainya.
  - iii. Elakkan keadaan di mana orang yang menerima kaunseling itu enggan berbincang secara jujur dan/atau mendalam.
  - iv. Bersedia untuk berbincang, berhadapan dan membentangkan hal-hal yang penting.
  - v. Sentiasa peka kepada Firman Allah yang relevan dan sumber-sumber maklumat lain.
  - vi. Beri pengajaran mengenai kelahiran baru, pertumbuhan rohani sehinggalah kepada kematangan rohani.

- vii. Tunjukkan kepada orang tersebut akan keperluan-keperluan rohaninya.
  - viii. Berdoa dan bergantunglah kepada bimbingan Roh Kudus.
- d. *Bahaya-bahaya yang mungkin timbul*
- i. Kegagalan untuk mengenali pasti bahawa kemungkinan besar ada masalah-masalah yang lebih dalam di sebalik persoalan-persoalan teologi yang dinyatakan oleh orang itu.
  - ii. Tidak menghiraukan isu yang ditanyakan sebaliknya memberi komen seperti, "*Percayalah kepada Tuhan maka segala masalahmu akan lenyap*".
  - iii. Kecenderungan untuk membaca beberapa ayat Alkitab tanpa menyelesaikan masalah sebenar.
  - iv. Mempunyai tanggapan bahawa semua masalah rohani adalah akibat dosa.

**5****Kaunseling Berbentuk Rujukan**

- a. *Matlamat kaunseling*
- i. Untuk memberi sokongan jangka masa yang singkat atau bantuan yang bersifat sementara.
  - ii. Untuk merujuk orang tersebut kepada seorang kaunselor lain.
- b. *Contoh Masalah*
- i. Mereka yang mengalami gangguan yang teruk.
  - ii. Mereka yang merasa kesedihan yang amat sangat atau berasa putus asa sehingga tidak ingin untuk meneruskan hidup.
  - iii. Mereka yang memerlukan bimbingan untuk

jangka masa panjang.

- iv. Mereka yang tidak mendapat apa-apa bantuan dari anda.
- v. Mereka yang anda rasa anda tidak dapat bantu.
- vi. Mereka yang sangat anda tidak sukai.

c. *Teknik-teknik*

- i. Mengetahui sumber-sumber rujukan tempatan yang ada (pastor, pakar kaunseling, klinik-klinik awam dan sebagainya).
- ii. Boleh memberi maklumat mengenai sumber rujukan dan tahu bagaimana untuk menghubungi mereka.
- iii. Memberitahu orang yang menerima kaunseling itu dia mungkin memerlukan rujukan lain, nyatakan keperluan ini dari awal-awal lagi (Contohnya, *"Kita boleh mencari seorang kaunselor yang lebih mahir dalam hal ini."*)
- iv. Bantu orang tersebut untuk memahami akan pentingnya mendapatkan rujukan.
- v. Tunjuk dan yakinkan orang tersebut bahawa merujuk dia kepada kaunselor yang lain bukan bererti anda menolak dia.

d. *Bahaya-bahaya yang mungkin timbul*

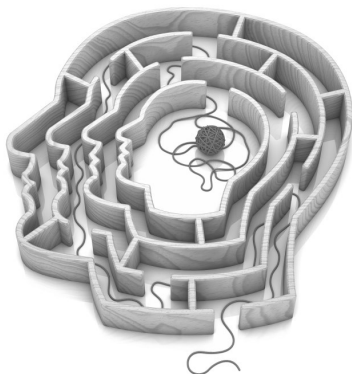
- i. Orang yang menerima kaunseling itu menganggap ini sebagai satu penolakan.
- ii. Elakkan daripada merujuk pada peringkat yang terlalu awal. Anda mungkin berupaya membantunya.
- iii. Tidak merujuk orang itu kepada kaunselor yang lain walaupun anda sedar anda tidak

mempunyai kemahiran, latihan atau pun masa yang mencukupi untuk membantu.

## 6 Kaunseling Berbentuk Pencegahan

- a. *Matlamat kaunseling*
  - i. Untuk membuat jangkaan mengenai masalah-masalah yang mungkin akan timbul.
  - ii. Untuk menghalang masalah-masalah sedia ada menjadi bertambah buruk.
- b. *Contoh masalah*
  - i. Para remaja yang meghadapi peningkatan dorongan seks.
  - ii. Pelajar-pelajar sekolah menengah yang akan ke kolej/pengajian tinggi.
  - iii. Orang muda yang akan mendirikan rumahtangga.
  - iv. Mereka yang akan melalui pembedahan, menghidap penyakit yang serius, menghadapi pelbagai krisis dan sebagainya.
- c. *Teknik-teknik*
  - i. Hendaklah peka kepada masalah-masalah dan bahaya-bahaya yang boleh berlaku.
  - ii. Hadapkan mereka kepada bahaya-bahaya itu.
  - iii. Berikan pengajaran melalui persahabatan, perbincangan, perbualan peribadi dan sebagainya.
  - iv. Elakkan daripada sikap tahu akan segala hal, sikap 'saya lebih baik daripada anda' atau sikap kurang percaya terhadap pihak lain.

- d. *Bahaya-bahaya yang mungkin timbul*
- i. Tidak menghiraukan masalah yang mungkin timbul sehingga ianya menjadi masalah yang lebih besar.
  - ii. Terlalu memperbesarkan masalah yang mungkin timbul sehingga ianya kelihatan lebih buruk daripada keadaan sebenar.



## **7** Kaunseling Berbentuk Mendalami

- a. *Matlamat kaunseling*
- i. Untuk membongkar dan mengatasi masalah-masalah emosi yang mendalam.
  - ii. Untuk menimbulkan kesedaran peribadi serta pengertian dalam diri orang yang menerima bimbingan.
  - iii. Untuk memperbaiki keperibadian seseorang.
  - iv. Untuk menimbulkan keupayaan seseorang supaya berfungsi dengan lebih baik.

- b. *Contoh masalah*
- Mereka yang mengalami gangguan yang teruk.
  - Mereka yang mempunyai masalah peribadi yang serius, merasa tidak selamat, mengalami kemurungan, merasa ketempangan secara sosial, dan sebagainya.
- c. *Teknik-teknik*
- Ada pelbagai cara yang boleh digunakan dan biasanya memerlukan kemahiran teknikal yang tinggi.
  - Kaunseling jenis ini memerlukan masa yang banyak dan sangat mendalam.
- d. *Bahaya-bahaya yang mungkin timbul*
- Kaunseling jenis ini dikendalikan oleh orang yang tidak mempunyai kemahiran yang cukup.
  - Kaunseling sambil lewa diberikan kepada jenis kaunseling yang mendalam.





## BAHAGIAN C: Langkah-Langkah Yang Penting Dalam Kaunseling

**B**iasanya berlaku pertindihan di antara empat langkah pertama yang berikut:

### 1. Jalinkan Satu Perhubungan

- Biasanya orang yang menerima kaunseling berasa cemas atau kurang tenteram serta kurang keyakinan diri.
- Jalinkan satu persahabatan yang baik.
- Ambil masa untuk bersembang-sembang dengan santai supaya keadaan menjadi lebih selesa.

### 2. Mengenalpasti Masalah

- Ada kalanya senang dan ada kalanya sukar dilakukan.
- Ada kemungkinan masalah yang sebenar tidak dapat dibongkar sepenuhnya.



**3. Gunakan Satu Pelan Tindakan Yang Sesuai**

- a. Kaunselor boleh menggunakan satu atau lebih daripada pendekatan-pendekatan yang disenaraikan dalam Bahagian B.
- b. Cuba beberapa pendekatan sehingga berjaya.

**4. Tamatkan Perhubungan**

- a. Kaunseling tidak boleh berlanjutan untuk selamanya.
- b. Kaunselor mungkin terpaksa menamatkan kaunseling.
- c. Kaunseling yang berlanjutan hanya menggalakkan pergantungan oleh orang yang menerima kaunseling.

**5. Jangkamasa Kaunseling**

- a. Singkat – beberapa minit.
- b. Beberapa sesi – masa yang lebih panjang.
- c. Beberapa tahun – sekali-sekala.



## BAHAGIAN D: Perkara-Perkara Yang Harus Dielakkan Semasa Kaunseling

**P**engetahuan yang tidak mencukupi mengenai kaunseling boleh mendatangkan bahaya kerana kaunselor mungkin menghadapi salah satu daripada banyak masalah yang sukar. Dalam kaunseling, seseorang kaunselor hendaklah peka terhadap perkara-perkara berikut:

1. Terlalu bergantung kepada maklumat daripada satu pihak sahaja.
  - a. Pastikan anda mendapat pandangan daripada pihak lain yang terlibat. Sekiranya ini terlalu sukar, dapatkan pandangan daripada orang yang tidak terlibat secara langsung tetapi mengetahui tentang perkara tersebut.
  - b. Maklumat yang didapati daripada satu pihak sahaja akan mengurangkan keberkesanan sesi kaunseling anda.
  - c. Elakkan daripada menyokong mana-mana pihak.
2. Kaunselor menjadi terlalu dekat dengan penerima kaunseling dari jantina yang berlawanan.
  - a. Kaunselor dinasihatkan supaya membimbing orang yang sama jantina dengannya.
  - b. Sekiranya keadaan memaksa kaunselor terpaksa membimbing seseorang daripada jantina yang berlawanan, pastikan pintu dibiarkan terbuka sedikit atau pastikan ada orang lain dalam bangunan itu.

- c. Sekiranya berlaku tuduhan, kesaksian orang yang menerima kaunseling biasanya bertentangan dengan dakwaan kaunselor.
3. Pembocoran maklumat yang tidak sengaja
    - a. Berhati-hati supaya tidak ada sebarang pembocoran maklumat.
    - b. Adalah lebih baik bercakap sedikit daripada terlanjur cakap.
  4. Dimanipulasi oleh orang yang menerima kaunseling
    - a. Apa yang anda perkatakan mungkin digunakan di dalam mahkamah ataupun dalam pertengkaran keluarga. *“Kaunselor saya mengatakan...”* boleh digunakan sebagai senjata yang berbisa oleh segelintir orang.
    - b. Anda juga mempunyai keluarga dan tanggungjawab yang lain. Ada kalanya orang yang menerima kaunseling menuntut perhatian anda dengan serta merta, dan pada bila-bila sahaja apabila mereka memanggil. Anda perlu bersopan tetapi tegas dalam memberi jawapan, contohnya, *“Puan Tan, saya minta maaf kerana tidak dapat memenuhi permintaan anda sekarang. Saya sedang menunaikan tanggungjawab yang lain. Bolehkah kita tertemu pagi esok untuk berbincang?”* Elakkan daripada jawapan seperti, *“Tidak! Sekarang saya tak boleh!”*
  5. Gagal untuk merujuk
    - a. Setiap kaunselor mempunyai batasannya sendiri.
    - b. Ada sebahagian masalah yang memang terlalu

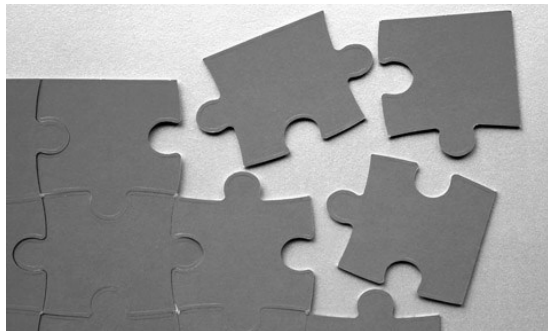
sukar bagi anda serta memerlukan masa yang amat banyak. Merujukkan orang tersebut kepada seorang kaunselor lain mungkin adalah langkah yang perlu dan lebih baik untuk anda.

6. Membuat kesimpulan dengan terlalu cepat
  - a. Tumpukan sepenuh perhatian ketika mendengar. Elakkan daripada membuat kesimpulan dengan terburu-buru mengenai masalah mahupun semasa menawarkan penyelesaian.
  - b. Anda hanyalah membuang masa dan tenaga sekiranya terburu-buru dalam mengendalikan sesuatu keadaan.
  
7. Terlalu menitik-beratkan (ataupun kurang menitik-beratkan) aspek rohani
  - a. Kecenderungan untuk menganggap bahawa segala masalah adalah bersifat rohani. Jadi seorang kaunselor beranggapan cara terbaik untuk menyelesaikan masalah tersebut adalah dengan sekadar membaca Firman Tuhan yang sesuai. Orang yang menerima kaunseling biasanya memerlukan lebih daripada itu.
  - b. Ada kalanya kaunselor terlalu menekan perihal psikologi sehingga aspek rohani tidak dihiraukan langsung. Ada masalah di mana jawapan kepada penyelesaiannya terdapat di Firman Allah!
  - c. Seorang kaunselor Kristian memerlukan kebijaksanaan untuk menggunakan kemahiran dari segi psikologi dan mengendalikan soal-soal kerohanian.

## BAHAGIAN E: Apa Yang Patut Anda Buat Selepas Ini?

**U**ntuk menambahkan lagi kecekapan anda dalam pelayanan kaunseling, anda haruslah:

1. Membaca dengan luasnya mengenai kaunseling.
2. Dapatkan latihan dalam kaunseling.  
Sekolah-sekolah teologi ataupun pertubuhan-pertubuhan seperti Scripture Union (SU), Graduates Christian Fellowship (GCF), National Evangelical Christian Fellowship (NECF) ataupun Council of Churches Malaysia (CCM) kadang-kadang menawarkan kursus-kursus berkaitan dengan kaunseling. Jalinkan persahabatan dengan pakar-pakar kaunseling. Walaupun mereka seringkali sibuk tetapi mereka tidak akan keberatan berbual-bual mengenai kemahiran-kemahiran serta cara-cara kaunseling



3. Buat penilaian terhadap setiap pengalaman anda. Selepas setiap sesi kaunseling dan tanya-jawab, imbas kembali dengan menanyakan diri anda:
  - a. “Apakah sesuatu yang baik yang telah saya lakukan sebetulnya tadi?”
  - b. “Apakah kesilapan yang telah saya lakukan?”
  - c. “Bagaimanakah saya boleh memperbaiki kelemahan itu?”

Sesi soal-jawab itu boleh dirakamkan jika anda mendapat kebenaran daripada orang yang menerima kaunseling itu. Kaunseling yang anda lakukan boleh dievaluasi dengan lebih kritikal pada suatu masa nanti.

## KESIMPULAN

**S**eseorang yang secara jujur mengambil berat tentang orang lain, peka terhadap prinsip-prinsip kaunseling yang baik dan ingin dibimbing oleh Roh Kudus adalah calon yang sesuai untuk menjadi seorang kaunselor Kristian. Itu merupakan satu permulaan yang baik kepada pelayanan kaunseling yang mahir dan berkesan.



“Didiklah orang muda  
menurut jalan yang patut baginya,  
maka pada masa tuanya pun  
dia tidak akan menyimpang  
daripada jalan itu”.  
(Amsal 22:6)

Wawasan Penabur bekerja rapat dengan gereja-gereja berbahasa Malaysia untuk mengembang, menerbit dan menyebarkan bahan-bahan sumber Kristian dalam Bahasa Malaysia yang berasaskan Alkitabiah bagi kegunaan gereja dan umat Tuhan.

Diilhamkan oleh pemimpin-pemimpin Kristian lintas-denominasi, Wawasan Penabur adalah organisasi bukan untuk keuntungan yang komited untuk melayani umat Kristian berbahasa Malaysia di Malaysia.