

Realita

WILLIAM GLASSER (1925)

Reality ----- Group Counseling

(Corey, 2012:402) Eighth Edition

- Reality therapy is based on the assumption that **people** strive to gain **control** of their lives to fulfill their **needs**.

- Like transactional analysis, cognitive behavior therapy, rational emotive behavior therapy, and solution-focused brief therapy, reality therapy is active, directive, structured, psychoeducational, and focuses on *doing* and *action plans*.
(*perbuatan – rencana tindakan*)

- **Attitudes, feelings, insight, transference,** one's past, or unconscious motivations are not emphasized.

- Reality therapy deals with helping clients **solving problems** and cope with the demands of reality by making more **effective choices.**

- People can improve the **quality** of their lives through honestly examining their wants, **needs**, and **perceptions**.

- **Group members** are challenged by the **leader** and other members to evaluate their **current behavior, formulate plans for change, commit** themselves to their plans, and follow through with their **commitments.**

Kilas History

- Mencapai study di Cleveland dan menyelesaikan sekolah dokter di Case Western Reserve University 1953.
- **SIGMUND FREUD** - - **WILLIAM GLASSER**
- Selama masa latihannya, William G menjadi sadar bahwa ada perbedaan dengan Freud :
 - a) sikap menjauhkan diri dan terpisah (lingkungan), William G berpendapat bahwa hasil yang baik nampaknya akan dicapai dengan keterlibatan yang hangat disadari oleh minat pribadi dan suatu pengungkapan diri

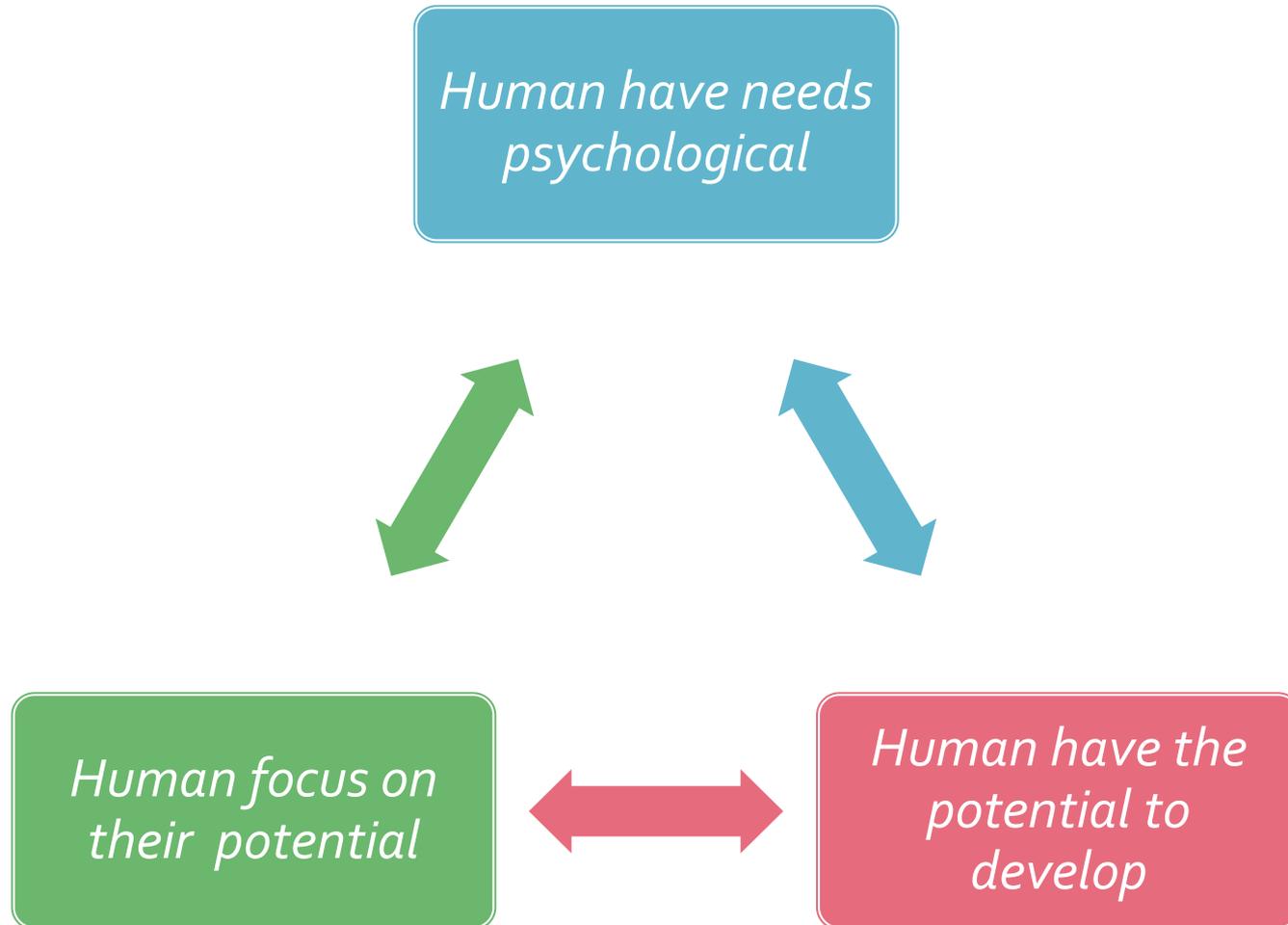
Next,,,

- b) Individu menjadi korban dari implusnya sendiri atau yang berasal dari luar dirinya, menurut pendapat sebenarnya terjadi bahwa klien nampaknya memilih apa yg mereka lakukan u/ kehidupannya ; konseli tidak pernah menjadi korban seumur hidup kecuali ia memilih u/ seperti itu.

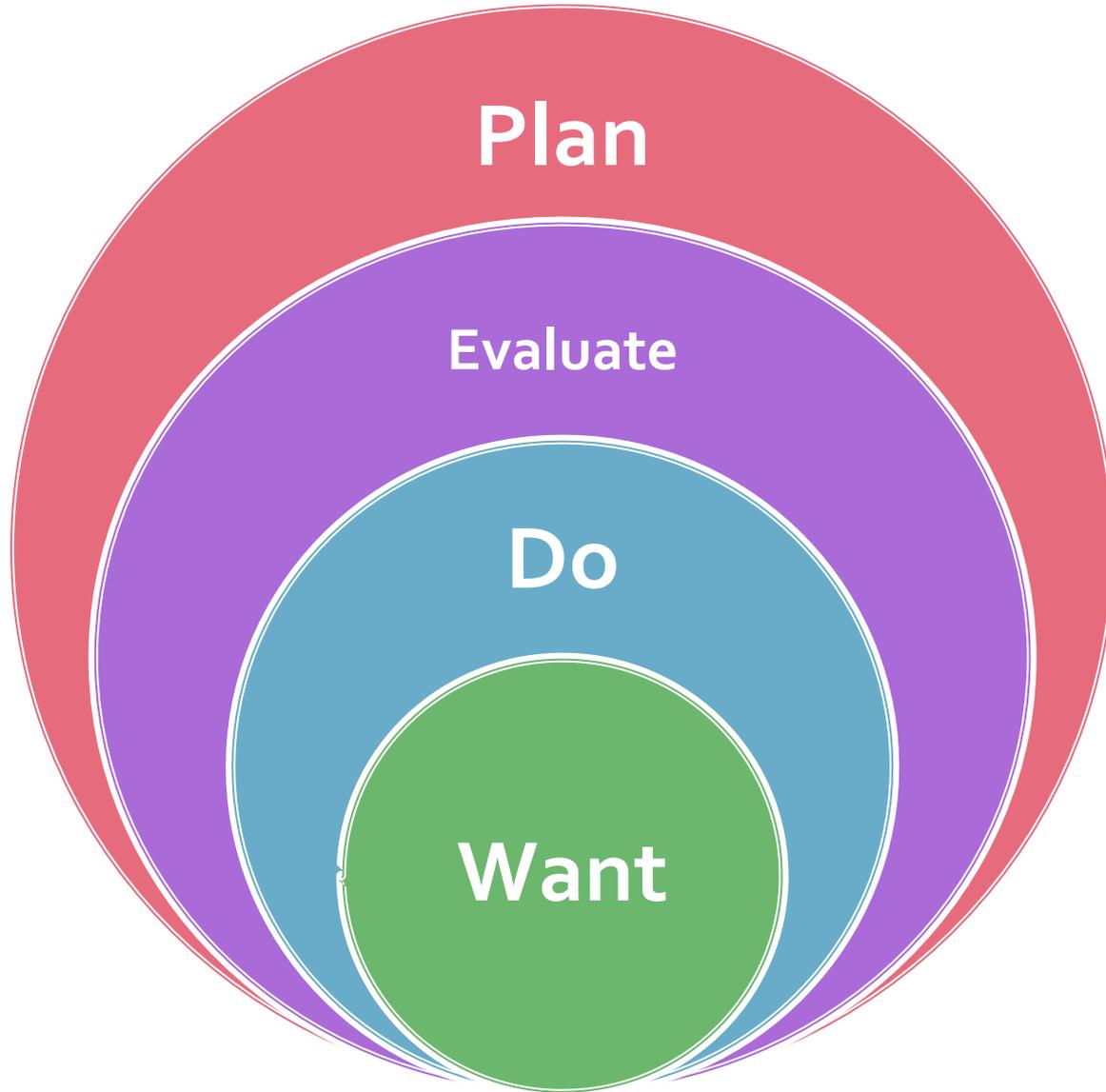
Isu Mutakhir/Inti teori,,,WG

- Tahun 1965 WG menerbitkan bukunya : **terapi realitas**, WG menyatakan keyakinan dasarnya Bahwa kita (manusia) **BERTANGGUNG JAWAB** atas pilihan yang kita lakukan dalam hidup ini dan bahwa dalam lingkungan terapeutik/konseling yang hangat dan tidak **bernada hukuman** kita bersedia untuk belajar lebih banyak u/ menentukan pilihan yg lebih efektif / **lebih bertanggung jawab terhadap kehidupannya/pilihannya.**

Grounded Theory



*Focus counselor in the
counseling process*

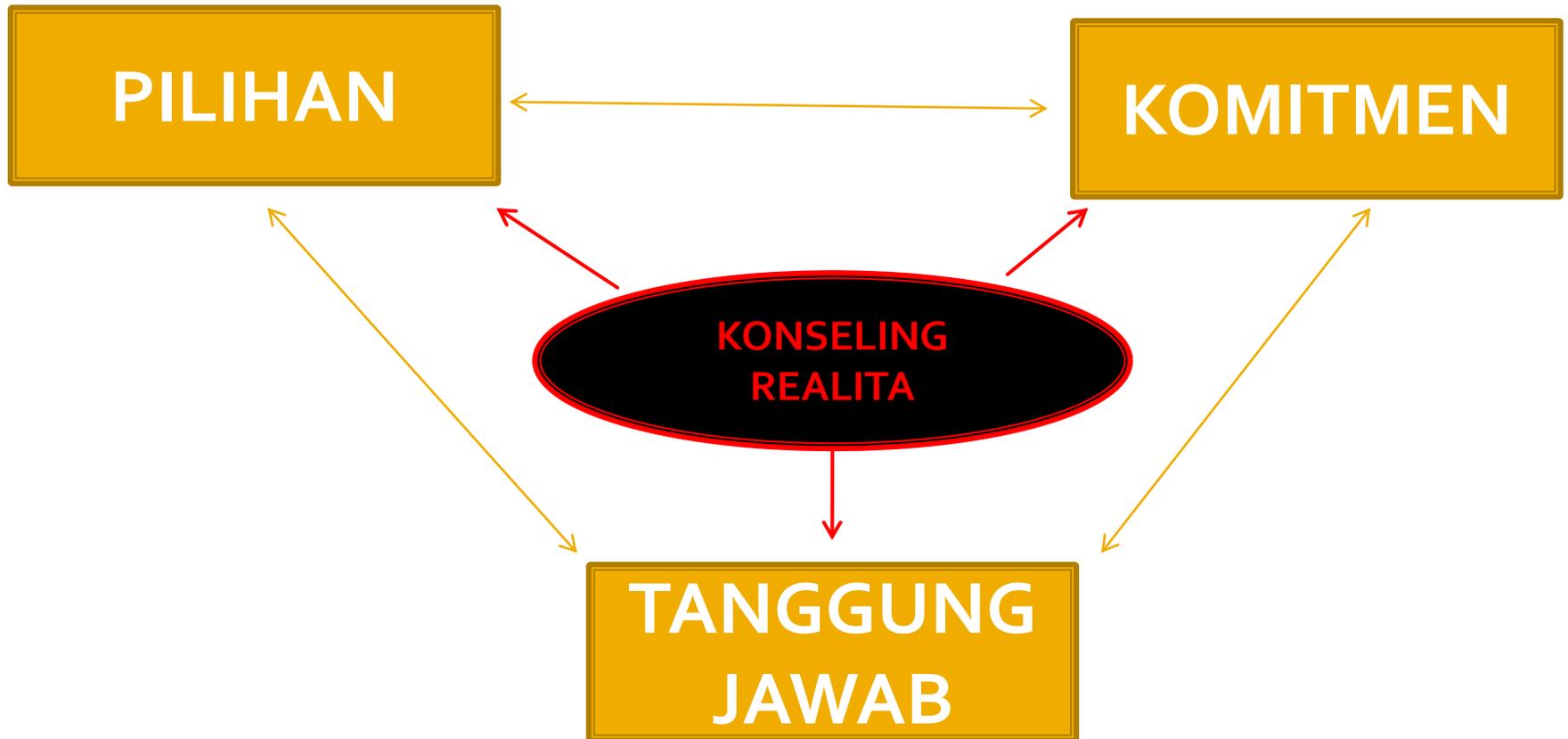


**W
D
E
P**

Asumsi TL Bermasalah

1. **Pribadi sehat** adalah seseorang yang dapat mencapai “**identitas berhasil**” ditandai dengan perilaku tepat/ sesuai/ cocok.
2. **Pribadi mala suai** adalah pribadi yang tidak bisa menempatkan dirinya, tidak bisa mencintai dan dicintai, intinya mereka yang mengalami “**identitas kegagalan**”.

REVIEW : ASUMSI TL BERMASALAH BAHWA KONSELI TIDAK MAMPU :



Tujuan Konseling

- Menolong individu agar mampu mengurus diri sendiri.
- Mendorong klien agar berani bertanggung jawab serta memikul segala resiko yang ada dari tanggung jawab tersebut.
- Mengembangkan rencana- rencana yang nyata dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan
- TL yang sukses dapat dihubungkan dengan pencapaian kepribadian yang sukses.
- Konseling ditekankan pada disiplin dan tanggung jawab atas kesadaran diri.

Hubungan konselor dan klien

- Konseling realitas berlandaskan hubungan atau keterkaitan pribadi antara konselor dan klien
- Perencanaan adalah hak esensial dalam konseling realitas
- Komitmen adalah kunci utama konseling realitas
- Konseling realitas tidak menerima dalil. Ia tidak tertarik untuk mendengar alasan- alasan penyalahan dan keterangan klien mengapa rencananya gagal.

Karakteristik konselor dan klien

- **Konselor**
- Hangat, pengertian, menerima dan percaya pada kapasitas orang untuk mengembangkan identitas berhasil
- Konselor mengkomunikasikan dirinya kepada klien bahwa dirinya membantu
- Membuat kontrak, perencanaan serta **komitmen**
- Konselor terlibat dengan klien dan membawa klien menghadapi realita dengan tanggung jawab

Next,,,

- **Konseli**
- Memusatkan pada tingkah laku
- Membuat dan menyepakati rencana
- Mengevaluasi TL sendiri
- Belajar kecanduan positif

Peran dan fungsi konselor

- Peran :
- Melibatkan diri dengan klien dan kemudian membuatnya menghadapi kenyataan
- Bertindak sebagai pembimbing yang membantu klien agar bisa menilai tingkah lakunya sendiri secara realitas
- Sebagai guru
- Memasang batas- batas mencakup batas dalam situasi konseling dan batas yang ditempatkan pada seseorang
- Penyelenggaraan kontrak

Next,,,

- **Konseli :**
- Motivator
- Penyaluran tanggung jawab
- Model

Tahap-tahap konseling

- Keterlibatan (involvement)
- Anda adalah tingkah laku (berpusat pada TL dan sekarang)
- Belajar kembali
- Evaluasi, ada dua prinsip: (a) Tiada ampunan : tidak ada am[ampunan tap[I membuat kesepakatan baru, (b) membatasi hukuman : menggantinya dengan kedisiplinan.

TAHAPAN / PROSEDUR

Gerald Corey. (1990-1995 : 538)

1. PENGGUNAAN KETERAMPILAN BERTANYA
2. TEKNIK MENOLONG DIRI-SENDIRI DALAM RENCANA PERTUMBUHAN PRIBADI
3. PENGGUNAAN HUMOR
4. TEKNIK PARADOKSAL

CATATAN :

KONSELING REALITAS, TENTU TIDAK MEMILKI PROSEDUR YANG PATEN, SEMUA ITU BISA MENGGUNAKAN DARI PENDEKATAN KONSELING LAINNYA

Tujuan bertanya

- UNTUK BISA MEMASUKI DUNIA KLIEN
- UNTUK MENGUMPULKAN INFORMASI
- UNTUK MEMBERIKAN INFORMASI
- UNTUK MENOLONG KLIEN BISA
MENGAMBIL KONTROL YANG LEBIH
EFEKTIF DALAM HIDUP MEREKA
(Wubbbolding, 1988) dalam Corey 1990 –
1995. Mulyarto

Teknik paradoksal

- KLIEN DIDORONG MELALUI PROSEDUR **LANGSUNG** YANG TIDAK BERBELIT-BELIT.
- NAMUN ADA KALANYA KLIEN MENENTANG UNTUK MEMBUAT RENCANA. KADANG MAU MEMBUAT RENCANA NAMUN TIDAK MAU MELAKUKANNYA

Contoh :

Klien yang mengalami DEPRESI : **Mungkin ada baiknya kalau tidak buru-buru membuang gejala itu.**

Teknik konseling

- Role playing
- Menggunakan humor
- Tidak menjanjikan manfaat apapun pada klien
- Menolong klien merumuskan TL apa yang akan diperbuatnya
- Membuat model- model peranan terapis yang bersifat mendidik

Next ..

- Membaut batas tegas dari struktur dan situasi terapinya
- Memberi kejutan verbal/ ejekan yang pantas untuk mengkonfrontasi TL klien yang tidak pantas
- Ikut terlibat mencari hidup yang lebih efektif

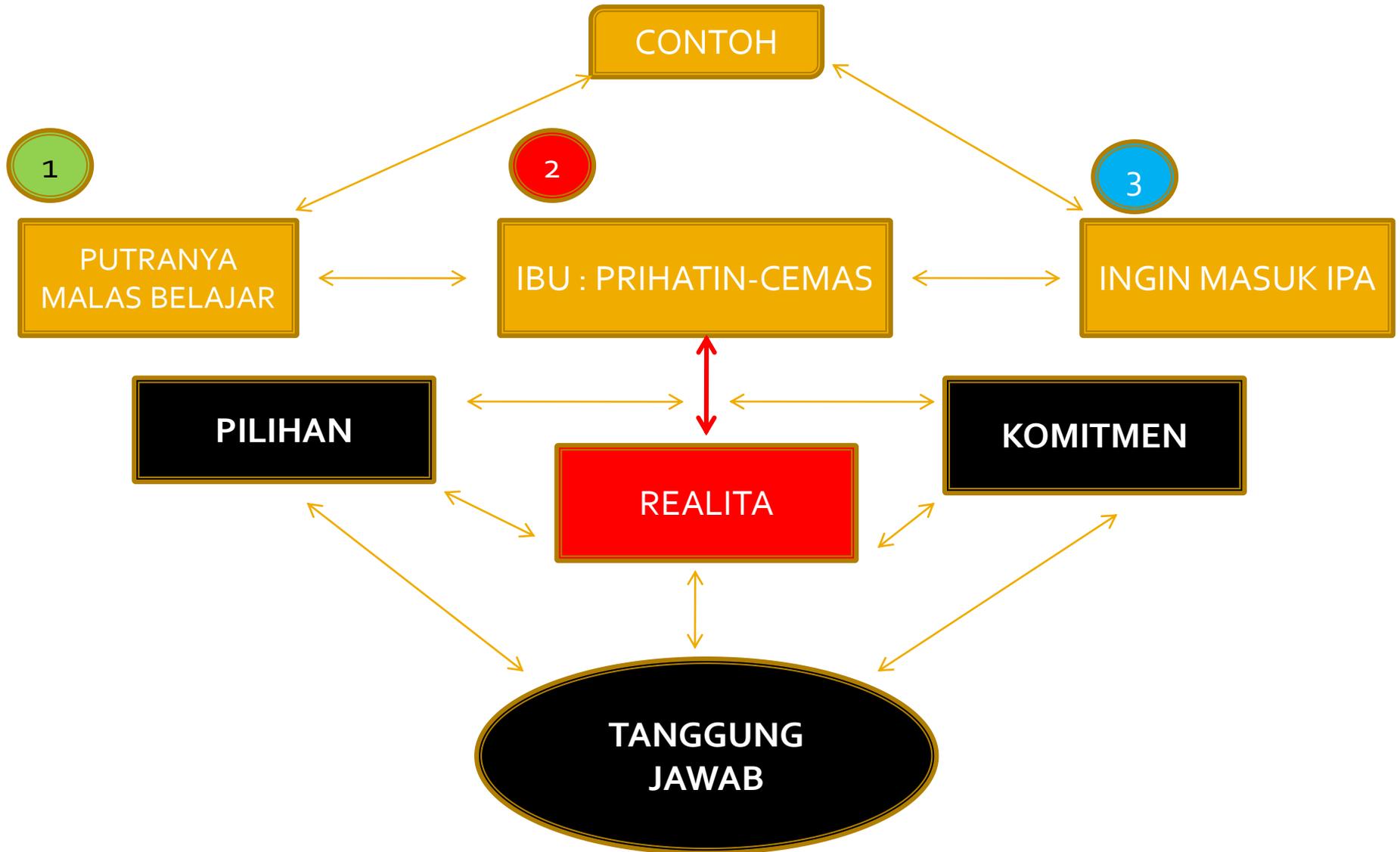
KELEMAHAN DAN KELEBIHAN

- **Kelemahan :**
- Menolak konsep tentang penyakit mental
- Hanya fokus pada masa sekarang
- Realitas melibatkan campur tangan karena kerangka yang digunakan terlalu sederhana
- Konselor tidak begitu serius memperhatikan dimensi lain yang khusus, tapi hanya beberapa masalah yang menjadi penyebab umum

Next,,,

- **Kelebihan :**
- Jangka waktu konseling relatif pendek dan berurusan dengan masalah tingkah laku sadar
- Klien diharapkan pada keharusan mengevaluasi TL nya sendiri dan membuat pertimbangan nilainya
- Pemahaman dan kesadaran tidak dipandang cukup, rencana tindakan dan komitmen dan komitmen untuk melaksanakannya dipandang sebagai inti proses konseling

LOGIKA BERPIKIR : KONSELING REALITA



“WASSALAM”