

KAUNSELING SEBAGAI INPUT MEMBANTU INDIVIDU

Sekiranya ditinjau dari sudut sejarah, konsep kaunseling ini telah lama digunakan iaitu semenjak zaman 'old testament' serta semasa zaman Greek lagi. Pada masa itu ia didokong oleh Plato, Aristotle dan sebagainya. Walau bagaimanapun perkataan dan juga konsep kaunseling amatlah berbeza dengan hari ini kerana konsep giving of advice telah diperkembangkan lagi mengikut konteks dan konsep yang lebih tepat, rasional dan efektif.

Pada umumnya perkhidmatan kaunseling ini semakin hari semakin berkembang. Malah semakin maju sesebuah negara tersebut menyebabkan semakin banyak perkhidmatan kaunseling diperlukan. Ini kerana kaunseling ini adalah sinonim dengan helping relationship'. Namun demikian, pentafsiran helping atau membantu dalam sesuatu perkhidmatan kaunseling itu telah disalahtafsirkan oleh sesetengah individu dan masyarakat di mana pada akhirnya kaunseling ini dirumuskan sebagai perkhidmatan memberi jawapan kepada setiap masalah dan hanya memberi fokus kepada golongan yang bermasalah semata-mata.

Justeru itu, menerusi rencana ini pendefinisian kaunseling, bagaimana kaunseling ini dapat membantu individu berdasarkan skop, etika, perundangan dan juga limitasi yang terdapat dalam perkhidmatan kaunseling dan apakah peranan dan ciri-ciri yang boleh dimainkan oleh seseorang kaunselor bagi membantu individu khususnya dan masyarakat amnya akan diperjelaskan.

Pendefinisian Kaunseling

Pada umumnya kaunseling ini telah diberi berbagai pendefinisian di mana ia meliputi aspek konsep, struktur, fungsi, tindakan serta beberapa limitasi tertentu. Bruce Shertzer dan Shelly C. Stone (1980) telah memetik pendefinisian yang ditulis oleh Edwin. C. Lewis di dalam bukunya *The Psychology Of Counseling* di mana kaunseling dianggap sebagai:

"A process by which a troubled person (the client) is helped to feel and behave in more personally satisfying manner through interaction with an uninvolved person (the counselor) who provides information and reactions which stimulate the client to develop behaviors which enable him to deal more effectively with himself and his environment".

Menurut Suradi Salim (1996), beliau telah mendefinisikan kaunseling sebagai:

"Hubungan peribadi yang bersemuka di antara 2 orang, yang seorang ialah kaunselor dan seorang lagi ialah kaunseli atau klien. Kaunselor, melalui hubungan itu dan dengan menggunakan kemahiran khususnya, menyediakan satu situasi dan suasana, apabila kaunseli seorang yang normal, dibantu memahami atau mengetahui dirinya, memahami situasi semasanya serta juga kemusykilan situasi masa hadapannya, supaya dia boleh menggunakan sifat-sifat keperibadiannya dan potensinya dengan cara yang memuaskan dirinya dan memberikan faedah kepada masyarakat dan selanjutnya, mempelajari cara-cara menyelesaikan masalah, dan memenuhi keperluannya pada masa akan datang.

Berdasarkan kepada beberapa definisi yang telah diberi di atas, adalah jelas bahawa kaunseling ini merupakan suatu proses dan mempunyai struktur, limitasi, kaedah/teknik tertentu serta etika yang begitu jelas. Ini bermakna secara umumnya kaunseling ini merupakan proses membantu klien dengan cara memandu klien agar dapat membuat keputusannya sendiri.

Bagaimana Kaunseling Membantu Individu

Pada umumnya kaunseling ini dapat membantu individu sama ada menerusi kaunseling individu atau kaunseling kelompok. Kaunseling individu ini adalah lebih bersifat privacy berbanding dengan kaunseling kelompok. Bagaimanapun fungsi dan matlamatnya sama iaitu membantu klien mempunyai kesedaran sendiri untuk menyelesaikan masalahnya sendiri termaktub kepada limitasi yang dipersetujui serta etika yang telah ditetapkan.

Kaunseling Individu

Konsep 'membantu' bukanlah bermakna setelah individu itu menerima perkhidmatan kaunseling dia mempunyai satu mekanisme menyelesaikan masalah yang wujud dalam dirinya. Apa yang dimaksudkan di sini ialah individu itu tahu cara menggunakan sumbernya sendiri dan cara memperoleh bantuan apabila dia mengalami kebuntuan

atau menghadapi masalah akan datang, situasi ini adalah sinonim dengan falsafah Cina bahawa kita harus membantu individu itu dengan cara memberi kail dan membantu mengajar bagaimana menggunakan kail tersebut dan bukannya terus memberi ikan sebagai jalan penyelesaian.

Justeru itu, jelas kepada kita bahawa konsep 'membantu' dalam kaunseling adalah untuk mengalakkan individu menggunakan potensi mereka dengan lebih realistik agar keperluan peribadi mereka dapat dipenuhi dengan cepat. Menurut Suradi Salim (1996), individu memerlukan bantuan apabila keupayaan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri dan memenuhi keperluannya tidak mencukupi untuk mengatasi kesukaran yang dihadapinya. Bagaimanapun keupayaan untuk menyelesaikan masalah pada amnya ialah terhad kerana salah satu daripada faktor berikut atau gabungan faktor-faktor itu:

1. Kekurangan maklumat tentang cara menyelesaikan masalahnya, ketiadaan pilihan atau ketiadaan punca yang boleh digunakan.
2. Kekurangan kemahiran atau motivasi yang diperlukan untuk memperoleh maklumat atau punca yang diperlukan.
3. Kekurangan peluang atau sumber yang boleh didapati untuk menyelesaikan masalah dan memenuhi keperluannya.
4. Konflik emosi yang mengganggu kebolehnya untuk mengejar atau memenuhi keperluannya dengan berkesan.
5. Menghadapi situasi krisis yang menghalangnya menggerakkan keupayaan.

Kaunseling Kelompok

Menurut Zuraidah Ab. Rahman (1988), pendekatan kaunseling kelompok (KK) ini mempunyai dasar objektif yang sama dengan kaunseling individu tetapi meliputi interaktif kaunselor dengan lebih seorang individu. Dalam KK perlu diwujudkan suasana senang dan penerimaan tiap-tiap individu tanpa ragu-ragu untuk membolehkan individu menilai diri sendiri, mengalami perkembangan diri dan berhubung dengan individu lain dengan lebih positif. Objektif asal ialah melatih peserta KK untuk berhubung dengan individu lain dengan berkesan di dunia luar.

Untuk membina suasana senang, penuh kepercayaan dan selamat adalah lebih sukar dalam KK oleh kerana bilangan peserta yang ramai dan rasa terancam adalah tinggi. Tetapi jika suasana ini dapat dibina dan tiap-tiap peserta berasa dia diterima tanpa ragu-ragu maka rasa bangga dan puas hati lebih tinggi nilainya. Pembinaan suasana tersebut lebih mudah dibuat dalam kaunseling individu kerana interaksi berlaku di antara dua individu sahaja.

Walaupun bagaimanapun ada beberapa situasi yang harus diingat oleh kaunselor di mana seseorang individu perlu menerima kaunseling individu dan bukannya kaunseling kelompok. Situasi tersebut ialah:

1. Apabila individu itu sedang menghadapi satu krisis yang mendesak.
2. Apabila membincangkan tentang hasil keputusan satu-satu ujian berkenaan konsep sendiri yang berbentuk personal dan sulit.
3. Apabila faktor kerahsiaan sangat penting untuk menjaga nama baik

kaunselor dan orang lain.

4. Apabila seseorang itu tidak faham dan sedar tentang perasaannya sendiri sehingga dia berasa terumbang-ambing dan tidak tahu bagaimana berkongsi perasaan dan pengalaman dengan orang lain.

5. Apabila seseorang itu tidak tahu langkah berhubung baik dengan rakan sebaya sehingga dia ditolak dan tidak diterima

6. Apabila seseorang itu tidak faham dan sedar tentang perasaannya sendiri sehingga dia berasa terumbang-ambing dan tidak tahu bagaimana berkongsi perasaan dan pengalaman dengan orang lain

7. Apabila seseorang menggemari aktiviti seks yang aneh

8. Apabila seseorang menunjukkan keinginan yang kuat untuk mendapatkan perhatian dan penghargaan yang tidak dapat diberi dalam satu-satu kumpulan.

Peranan dan Ciri-ciri Kaunselor

Menurut Bruce Shertzter dan Shelly C. Stone (1980) kaunselor memainkan peranan yang penting sebagai agen perubahan masyarakat. Malah kaunselor telah diletakkan suatu peranan yang begitu besar sebagai seorang perunding, pentadbir, seorang yang pakar membantu klien, ahli psikologi masyarakat dan sebagainya. Ini bermakna, kaunselor mempunyai peranan

yang begitu besar dalam membantu individu dan masyarakat.

Bagi memastikan kaunselor memainkan peranannya dengan berkesan terutamanya bagi memastikan imej kaunseling dipandang tinggi di kalangan masyarakat maka seseorang kaunselor seharusnya mempunyai ciri-ciri tertentu agar dapat memberi perkhidmatan yang berkesan. Menurut Ee Ah Meng (1989) yang telah memetik pandangan Elsenberg dan Delaney di dalam bukunya *The Counseling Proces'* telah mengklasifikasikan beberapa ciri penting yang perlu ada bagi seorang kaunselor. Di antara ciri tersebut ialah:

1. Dapat membantu individu lain berkomunikasi secara terbuka dan jujur. Kaunselor bertindak mendengar secara aktif dan penuh perasaan serta boleh mengawal perasaan kerisauan ketika mendengar masalah dan kebimbangan orang lain.

2. Dapat menggalakkan perasaan percaya-mempercayai dan keyakinan kepada kliennya. Kaunselor haruslah dipandang sebagai seorang yang jujur dan boleh dipercayai.

3. Kaunselor berupaya melihat dirinya secara mendalam. Dia banyak memikirkan tentang tindakan, perasaan, nilai dan motivasi bagi sesuatu tindakan.

4. Kaunselor seharusnya dapat menunjukkan penghormatan dan mengambil berat terhadap klien sama ada menerusi tingkah laku yang verbal atau non- verbal.

5. Kaunselor seharusnya menyayangi dan menghormati dirinya dan tidak memperlakukan orang lain untuk memenuhi keperluannya.

6. Kaunselor seharusnya berpengetahuan luas agar dapat membantu klien yang menghadapi masalah-masalah yang berlainan

7. Kaunselor seharusnya berusaha memahami dan bukan bertindak menghukum.

8. Kaunselor seharusnya berfikir secara terbuka dan ber sistematik.

9. Kaunselor yang berkesan boleh mengenal pasti corak-corak tingkahlaku yang tewas diri (self-defeating) dan menukarkan corak tingkah laku tersebut menjadi lebih produktif.

10. Kaunselor seharusnya berempati dan berupaya membantu klien mengkaji secara mendalam diri mereka.

Selain daripada ciri-ciri tadi, seorang kaunselor seharusnya mempunyai ciri-ciri seperti ketulenan iaitu tidak defensif, spontan dan sedia menyatakan apa yang difikir dan dirasanya. Disamping itu kaunselor juga seharusnya bersifat konkrit dimana segala masalah yang dinyatakan oleh klien seharusnya difahami dengan jelas dan tepat oleh kaunselor.

Selain daripada ciri-ciri tadi seseorang kaunselor seharusnya memastikan setiap tindakannya adalah tidak melanggar etika kaunseling sama ada dalam aspek

peraturan am, perhubungan kaunseling, khidmat persendirian, perkhidmatan personalia, penyelidikan dan penerbitan perundangan, latihan dan akhir sekali ialah pengukuran dan penilaian. Mosche Tatar (1995) telah menjelaskan bahawa kaunselor bukan sahaja memainkan peranan membantu individu malah dapat meningkatkan lagi prestij kaunseling sebagai satu profesion. Justeru itu tanpa mematuhi etika kaunseling sudah tentu kesahihan kaunseling sebagai satu profesion membantu individu akan dipertikaikan oleh masyarakat.

Adalah jelas bahawa kaunseling merupakan suatu proses membantu individu dan masyarakat. Bagaimanapun ketidakfahaman mengenai konsep kaunseling yang menyebabkan perkhidmatan kaunseling tidak dianggap sebagai alternatif untuk menyelesaikan masalah seseorang itu.

Justeru itu, kepada individu yang diselubungi masalah, yakinkan diri anda untuk meluahkan permasalahan anda kepada kaunselor. Sedarlah setiap ikatan yang tersimpul haruslah dileraikan dengan berhati-hati. Andaikata kita mengambil jalan pintas dengan menggantung atau memotong ikatan tersebut tentulah sambungan tali selepas itu tidak lagi seperti sediakala. Ingatlah, kesabaran dan cara berhemah serta teratur dalam menyelesaikan setiap masalah merupakan kunci dalam menerangi kehidupan kita

Atrikel sumbangan :

Tn Hj. Huzili Bin Hj. Hussin
Penyelaras Unit Pengajaran & Pembelajaran