



Keterampilan Memberikan Percakapan Bantuan

Situasi Khas Kelompok Dampungan

- Siapa saja yang didampingi oleh kawan-kawan?
- Boleh digambarkan kekhasan mereka dalam aspek :
 - 1. Kondisi Fisik
 - 2. Kondisi Psikis (Emosi dan Pikiran)
 - 3. Kondisi Sosial-Ekonomi-Budaya

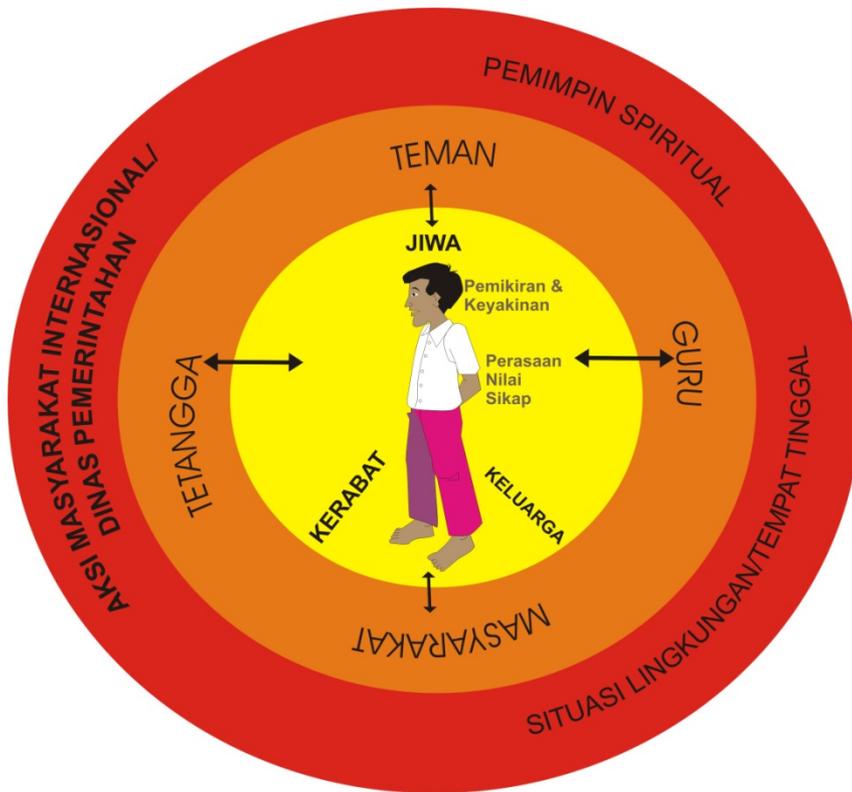


PSIKOSOSIAL?

Psikososial

- **Psiko** berarti keadaan pikiran dan jiwa seseorang. Keadaan ini mencakup berbagai aspek seperti perasaan, emosi, pemikiran, keyakinan, kepercayaan, sikap/nilai pribadi, persepsi, penghayatan, tingkah laku.
- **Sosial** berarti hubungan seseorang dengan orang lain atau lingkungan sekitarnya. Hubungan ini mencakup interaksi (hubungan) sosial, sikap dan nilai-nilai sosial (nilai, norma sosial, tradisi, budaya, peran, kewajiban, peraturan) dan pengaruh lingkungan sosial seperti keluarga, teman, tetangga, sekolah/pendidikan dan komunitas, masyarakat

Psikososial



menekankan pada hubungan yang dekat dan dinamis, dekat antara aspek psikologis dari pengalaman seseorang (pikiran, perasaan, tingkah laku) dan pengalaman sosial yang ada sekelilingnya (hubungan dengan orang lain, tradisi, budaya), yang secara terus menerus saling mempengaruhi satu sama lain.

Pemulihan Psikososial

PRA PERISTIWA

**PERISTIWA
TRAUMATIS**

**PASCA
PERISTIWA**

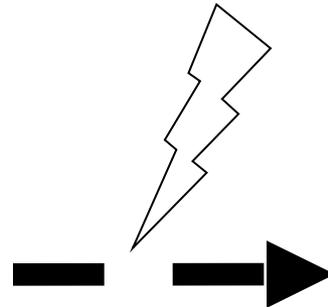
Kondisi Psikososial
OPTIMAL

Kondisi Psikososial:
TIDAK OPTIMAL

Kebutuhan Psikososial:
TERPENUHI

Kebutuhan Psikososial:
TIDAK TERPENUHI

**PEMULIHAN
PSIKOSOSIAL**



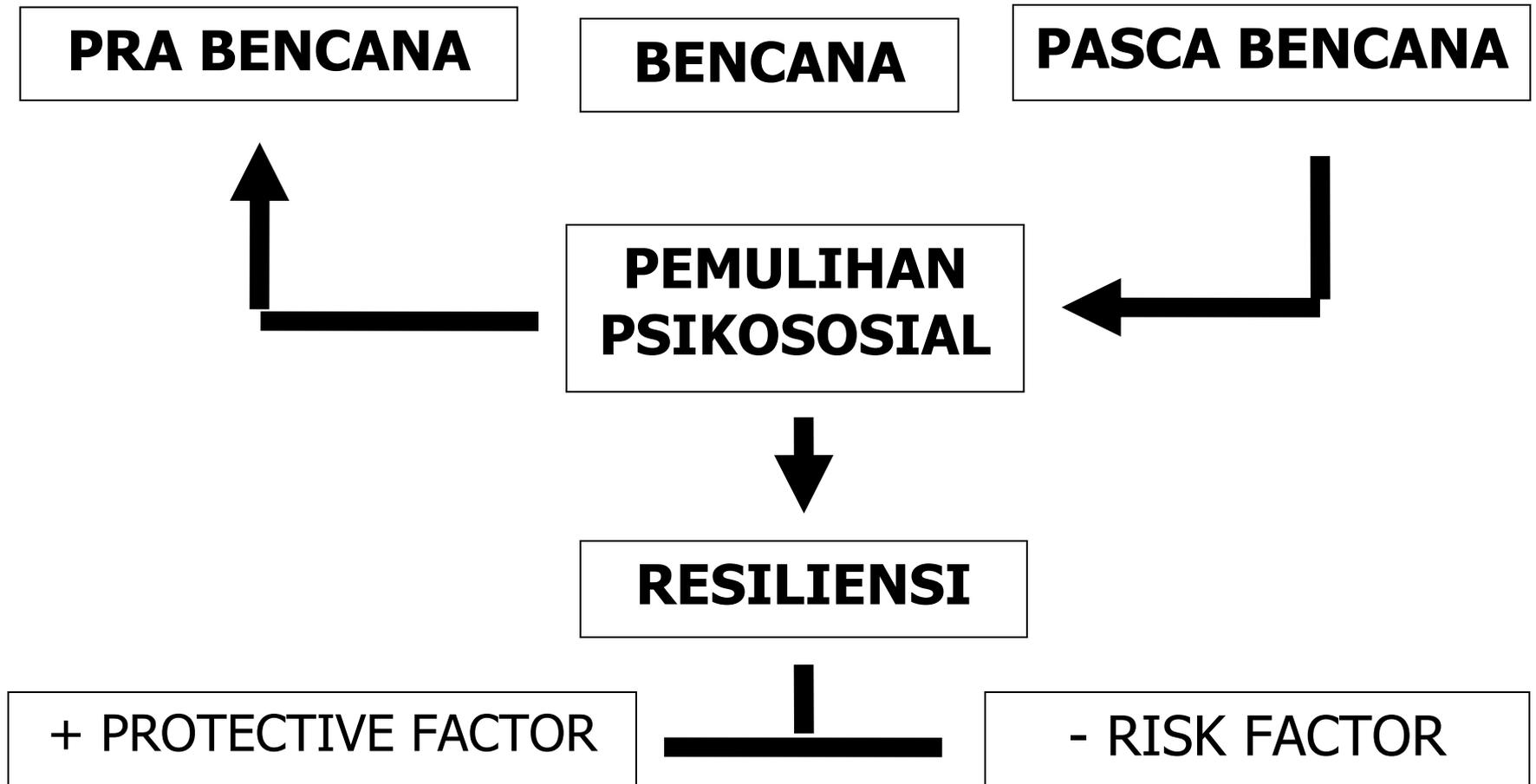
Pemulihan Psikososial

- suatu proses untuk mengembalikan individu, keluarga, kelompok dan atau masyarakat, agar setelah peristiwa traumatis yang terjadi, dapat secara kolektif menjadi kuat, berfungsi optimal dan memiliki ketangguhan menghadapi masalah, sehingga menjadi masyarakat yang produktif dan berdaya

Tujuan Pemulihan Psikososial

- Mengembangkan rasa aman, perlindungan dan rasa percaya
- Memperkuat resiliensi sehingga dapat menjadi kuat dan tangguh menghadapi masalah
- Memenuhi kembali kebutuhan psikososial sehingga tercapai kesejahteraan psikologis
- Mengembalikan fungsi-fungsi seseorang secara optimal dalam kehidupan sehari-hari
- Menjadi mandiri, produktif dan berdaya.

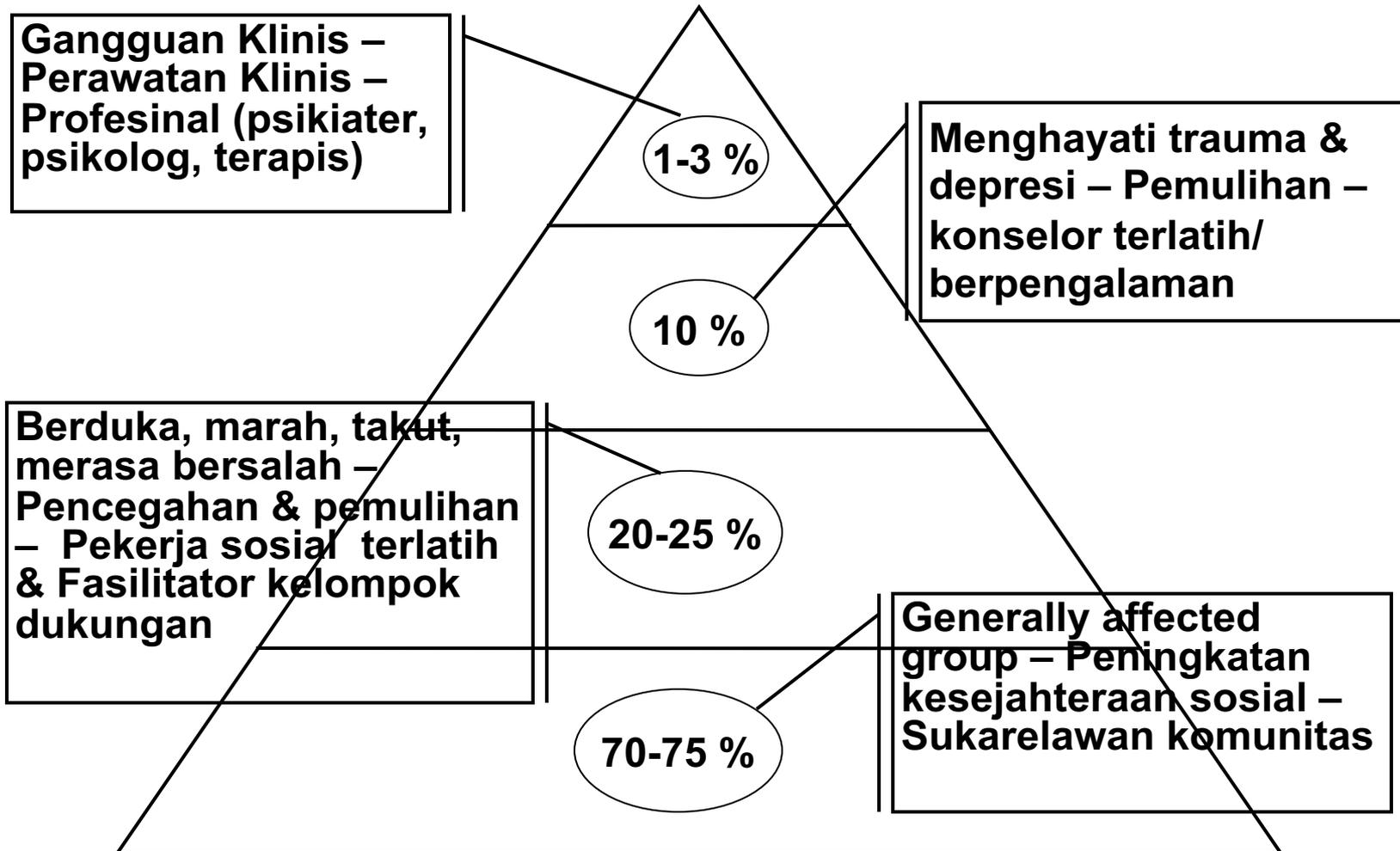
Resiliensi & Pemulihan Psikososial

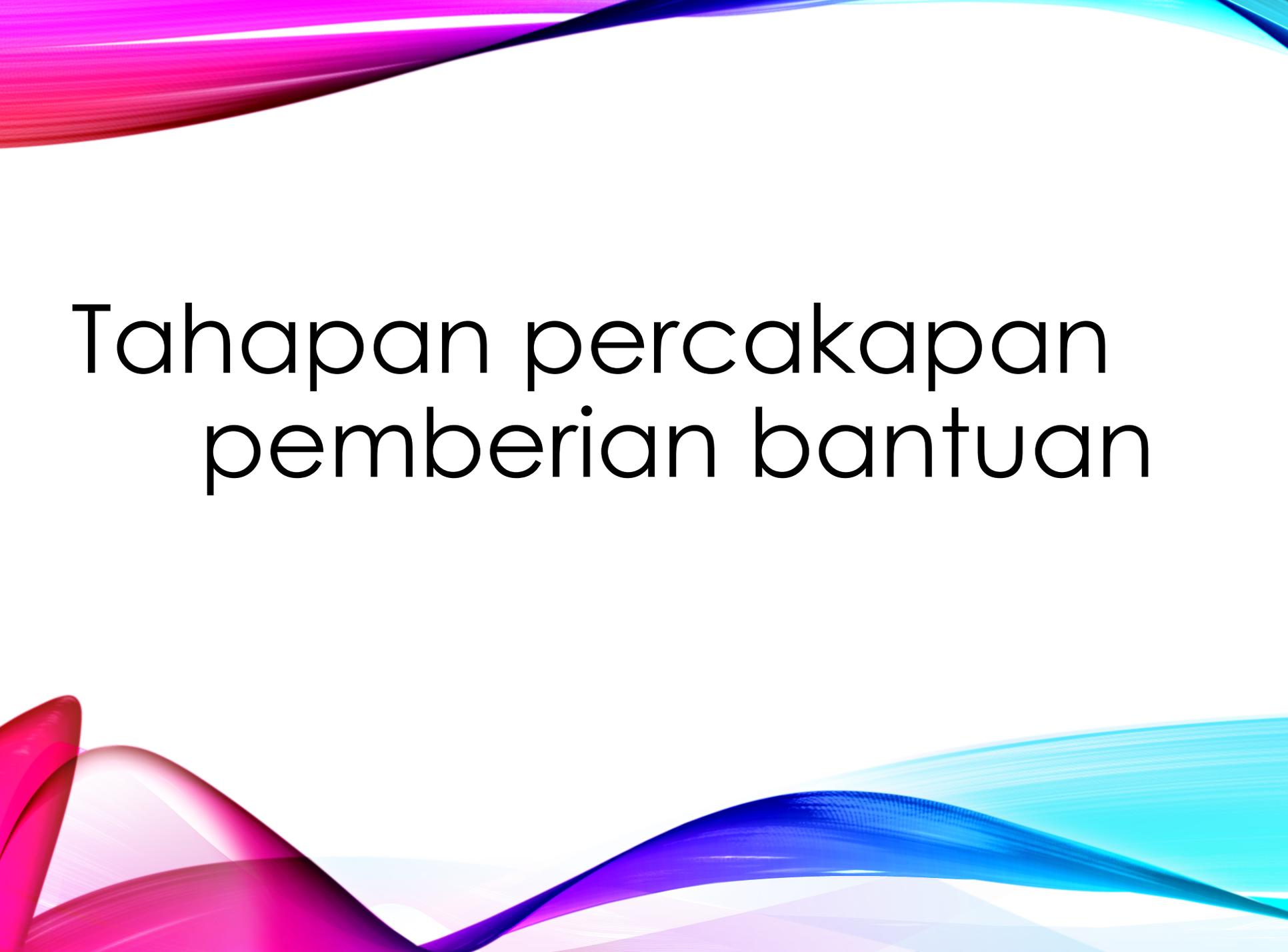


Resiliensi

- Kemampuan seorang individu, keluarga atau komunitas untuk :
 - mengatasi atau keluar dari tekanan hidup
 - mengelola diri menghadapi keadaan yang menimbulkan stres
 - memulihkan diri dari pengalaman “sulit” dalam hidup
- dengan cara yang adaptif dan positif, tidak hanya langkah penanganan pertama dan dapat meningkatkan kemampuan orang tersebut dalam menghadapi tekanan hidup yang lain di masa yang akan datang

Piramida Intervensi Psikososial





Tahapan percakapan pemberian bantuan

Proses memampukan atau memberdayakan orang lain untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan keinginannya, untuk memecahkan masalah, dan menghadapi situasi kritis

Membuat orang lain menyadari adanya alternatif pilihan dan mau bertanggung jawab atas pilihannya itu

Orang yang membutuhkan bantuan memilih sendiri ke arah mana ia akan tumbuh dan berkembang, serta menentukan sendiri apakah ia ingin dibantu atau tidak

Tidak hanya klien, tetapi juga rekan kita sendiri

Tujuan

Percakapan Pemberian Bantuan

- **Membantu mengatasi perasaan negatif yang menyakitkan**
- **Membantu mengenali dan menerima diri sendiri**
- **Membantu lebih mengenali masalah yang dialaminya**
- **Memfasilitasi penemuan alternatif pemecahan masalah**
- **Membantu orang tersebut untuk membuat rencana tindak lanjut, serta memberi semangat dan dukungan**

Tahapan Percakapan Penguatan

1. Tahap Permulaan/Membangun Hubungan Baik (*Rapport*)
2. Tahap Mendengarkan: Menggali Masalah
3. Tahap Mendengarkan: Eksplorasi Penyelesaian Masalah
4. Tahap Informasi/Pemberian Rujukan/Pengambilan Keputusan
5. Tahap Akhir/Kontrak

Tahap Permulaan: *Rapport*

- Rapport : menjalin hub. baik
- Langkah awal kerjasama, titik penting keberhasilan proses percakapan pemberian bantuan
- Mulailah dengan percakapan ringan untuk mencairkan suasana
- Gunakan nada suara dan bahasa tubuh yang bersahabat
- Mungkin akan canggung, sulit berjarak, tidak sabaran, lebih panik: teman kita sendiri
- Lebih bertujuan agar klien merasa nyaman berelasi dengan kita

Tahap Mendengarkan: Menggali dan Eksplorasi

- Klarifikasi masalah dan membantu memetakan masalah
- Hindari untuk cepat mengambil kesimpulan, memberikan tips/resep, atau mengambil keputusan
- Penting: Empati, Mendengar aktif, Tanggapan peduli
- Memikirkan kemungkinan penyelesaian masalah
- Gunakan pertanyaan terbuka dan reflektif

Tahap Informasi/Pemberian Rujukan/Pengambilan Keputusan

- Membantu teman kita melihat implikasi positif dan negatif dari beberapa alternatif pemecahan masalah
- Membantu teman kita untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi implikasi negatif
- Jika masalah yang dihadapi berat dan di luar kompetensi kita, berikan informasi lembaga rujukan yang memang memahami permasalahan teman kita itu

Perlu Diingat...

Pihak yang mendampingi hanya bisa mengambil keputusan BILA KEADAAN SANGAT DARURAT (misalnya, mengancam nyawa orang yang didampingi atau orang lain)



Tahap Akhir/Kontrak

- Menyepakati rencana pribadi klien yang diputuskan pada pengambilan keputusan
- Memberikan dukungan positif kepada klien sehingga klien merasa yakin dan termotivasi untuk melakukan rencananya
- Membuka kesempatan untuk membuat janji ketemu berikutnya :
 - untuk memantau rencana (bisa dengan durasi waktu yang disepakati), biasanya semakin lama semakin panjang durasinya --> mendukung kemandirian
 - untuk kebutuhan permasalahan lanjutan

Mengapa Tidak Mengambil Keputusan?

1. Yang menjalani adalah dia, bukan kita
2. Dia bisa menjadi tergantung kepada kita
3. Dia perlu memiliki keyakinan diri
4. Kemungkinan dia tidak sungguh2 menjalankannya
5. Kemungkinan salah memahami permasalahan
6. Di kemudian hari, kita bisa disalahkan
7. Meningkatkan rasa percaya diri, kebanggaan, harapan, motivasi