

A PERSON-CENTERED THERAPY APPROACH IN HANDLING COUNSELING CASES FOR GAY AND LESBIAN GROUP

PENDEKATAN TERAPI PEMUSATAN INSAN DALAM MENGENDALIKAN KES KAUNSELING KEPADA GOLONGAN GAY DAN LESBIAN

Mohd Azrin Mohd Nasir¹, Ansarul Haq Tahrir Adli² & Noor Faizah Fharizan³

¹ (*Corresponding author*). Pensyarah Kanan, Pusat Pengajian Psikologi Gunaan, Dasar dan Kerja Sosial, Universiti Utara Malaysia. mohdazrin@uum.edu.my

² Pegawai Psikologi Kanan, Bahagian Kaunseling UPM, Universiti Putra Malaysia. ansarul@upm.edu.my

³ Graduan Sarjana Sains Kaunseling, Pusat Pengajian Psikologi Gunaan, Dasar dan Kerja Sosial, Universiti Utara Malaysia. noorfaizahfharizan@gmail.com

Vol. 6. No. 2
Special Edition
(SKESA) 2019

Abstract

A sexual orientation disturbance: gay and lesbian group appears to be a social issue which is significantly related to an unhealthy life. Nowadays, many youth and adolescent are practicing this kind of unhealthy behaviour and lifestyle. This situation is considered as crucial and needed a major attention. This kind of behavior is absolutely against our social norm, nature, and religious. However, there are several people from this group opt to making a change and turn back to their true nature of sexual orientation and identity. Therefore, the counseling services provided by counselors is a medium to help them reach a healthy social wellbeing. To help this minority group, the Person-Centered Therapy approach is believed to be highly effective and able to facilitate a change among gay and lesbian as it comes with humanistic and positive psychology effects. Moreover, Person-Centered Therapy aims to provide therapeutic intervention, effective treatment and psychological supports for the group and lead them for a change. Thus, the objective of this concept paper is to discuss about the concept of the therapy and its relations to positive psychology components in facilitating the cases for gay and lesbian in counseling session. In addition, the use of therapy approach, strategy and analysis of the multicultural competence model were discussed in this paper. For this paper, a document analysis was used as a qualitative approach to gather the relevant information and review the therapy approaches.

Keywords: Sexual, Gay, Lesbian, Counseling, Therapy.

Abstrak

Kecelaruhan orientasi seksual golongan gay dan lesbian menjadi salah satu isu sosial yang menjurus kepada kehidupan gaya hidup yang tidak sihat. Kini, keadaan amat membimbangkan apabila ramai remaja dan dewasa terpengaruh dengan gaya hidup dan tingkah laku songsang yang

bertentangan dengan norma sosial, fitrah dan agama ini. Namun begitu, terdapat juga golongan ini yang memilih untuk berubah dan kembali kepada fitrah dan identiti asal mereka. Sehubungan itu, perkhidmatan kaunseling oleh para kaunselor merupakan satu medium untuk membantu golongan ini berubah ke arah kesejahteraan sosial. Bagi membantu golongan minoriti ini, pendekatan Terapi Pemusatan Insan (Person-Centered Therapy) yang bersifat humanistik dan menekankan unsur positif psikologi dilihat mampu mewujudkan intervensi terapeutik, kesan rawatan efektif dan sokongan psikologi bagi membantu golongan ini untuk pulang ke pangkal jalan. Objektif kertas konsep ini bertujuan untuk memperkenalkan konsep Terapi Pemusatan Insan serta elemen positif psikologi dalam memahami dan membantu mengendalikan kes klien gay dan lesbian. Selain itu, pendekatan dan strategi terapi serta analisis model kecekapan silang budaya juga turut dibincangkan bagi membantu pemahaman individu yang berkerja dalam profesion menolong untuk berhadapan dengan golongan ini. Bagi penulisan artikel ini, kaedah kualitatif berbentuk analisis dokumen telah digunakan bagi mencari maklumat relevan dan menghuraikan pendekatan terapi.

Kata kunci: Seksual, Gay, Lesbian, Kaunseling, Terapi.

PENDAHULUAN

Pada abad ke-21 ini, isu gay dan lesbian merupakan satu permasalahan sosial yang perlu diberi perhatian serius oleh masyarakat sekeliling. Gay dirujuk sebagai individu lelaki yang mempunyai tarikan kepada sesama lelaki, manakala lesbian adalah individu wanita yang tertarik kepada sesama wanita. Golongan ini dipanggil homoseksual kerana mereka mempunyai tarikan emosi dan seksual serta menjalinkan hubungan sesama jenis (American Psychological Association, 2008).

Di Malaysia, laporan statistik Jabatan Agama Islam Malaysia (JAKIM) menyatakan bahawa masyarakat yang terlibat dengan gejala homoseksual ini menunjukkan peningkatan yang membimbangkan iaitu daripada 173,000 orang pada tahun 2013 kepada 310,000 orang pada tahun 2018 (Bernama, 29 Oktober 2018). Statistik peningkatan ini sangat membimbangkan, dan mungkin dijangkakan akan bertambah dari tahun ke tahun jika tiada langkah pencegahan dan rawatan.

Walaupun jumlah ini meningkat sepanjang tahun, terdapat juga sebilangan golongan gay dan lesbian ingin berubah. Perubahan ini wujud kerana kesedaran sendiri, peningkatan

nilai keagamaan, dan sokongan sosial (Ahmad, Haikal Anuar, Abd Satar, Wan Shahrzad, Wan Azreena, Zainal Abidin, & Wan Mohd Zain, 2015).

Bagi membantu golongan ini berubah, perkhidmatan kaunseling merupakan satu alternatif penting dalam mendepani masalah sosial yang semakin rumit dan kompleks (Mohd Husni Mohd Noor, 2018). Seperti sedia maklum, perkhidmatan kaunseling di Malaysia telah lama wujud dalam komuniti, tempat kerja, agensi, dan institusi. Perkhidmatan ini memberi sokongan psikologi kepada masyarakat dengan tidak mengira latar belakang bangsa, agama, budaya, dan cara hidup klien.

Oleh itu, golongan gay dan lesbian boleh mendapatkan khidmat bantuan ini sekiranya ingin pulang ke pangkal jalan. Namun, kaunselor masih kurang faktor kecekapan dan pendedahan dalam pengendalian kes yang melibatkan golongan gay dan lesbian ini (Jamal, 2018).

Walau bagaimanapun, pihak Lembaga Kaunselor Malaysia (LKM) kini giat mengadakan sesi latihan dan seminar bagi memberi pendedahan kepada kaunselor pelatih dan pengamal kaunselor untuk mengendalikan kes melibatkan golongan gay dan lesbian.

Berdasarkan rujukan sumber, terdapat beberapa pendekatan efektif yang boleh digunakan oleh kaunselor dalam pelaksanaan sesi kaunseling bersama golongan gay dan lesbian. Satu pendekatan yang dilihat sesuai diaplikasikan di dalam proses menolong golongan gay dan lesbian ini ialah Terapi Pemusatan Insan oleh Carl Rogers.

Pendekatan kaunseling yang diperkenalkan oleh Rogers ini lebih menekankan unsur humanistik, tidak *directive* (non-directive), tidak menghukum (non-judgmental), dan ia memberi ruang perkongsian terapeutik kepada klien gay dan lesbian dalam mendapatkan sokongan psikologi untuk berubah serta mengekalkan perubahan yang telah dibina.

Dalam pendekatan ini, terapi mengandungi beberapa strategi utama yang dijelaskan dalam Terapi Pemusatan Insan iaitu penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regards), empati (empathy), dan ketulenan (genuineness). Faktor perubahan dan penyembuhan klien juga dikaitkan dengan elemen positif psikologi yang menekankan emosi dan pemikiran positif.

Di samping itu, konsep terapi juga bersesuaian dengan model kecekapan kaunseling silang budaya yang dilihat mampu memberi satu panduan kepada kelompok kaunselor dan profesion menolong yang lain untuk berkerja dengan golongan ini.

PERMASALAHAN

Di negara kita, jarang kita dengar bahawa golongan gay dan lesbian menyatakan status seksual orientasinya di khalayak ramai. Perbualan berkenaan dengan cara hidup songsang ini juga tidak dibincangkan secara terbuka oleh golongan ini kerana masyarakat amat menolak budaya dan gaya hidup songsang serta tidak mengiktiraf ianya sebagai satu gaya hidup yang normal.

Masyarakat tidak menerima budaya ini kerana masyarakat menganggap perbuatan ini adalah satu gejala sosial, bertentangan dengan hukum pelbagai agama, adab, budaya dan moral.

Punca golongan ini mudah terjerumus dengan perbuatan ini ialah disebabkan oleh pengaruh negatif rakan, pengaruh media barat, kecederungan nafsu, dan kurangnya pegangan agama di dalam diri mereka (Mahfudzah, 2015 & Siti Hajar, 2018).

Namun, fenomena ini berbeza berbanding dengan negara barat, di mana golongan ini bebas menyuarakan pandangan, membentuk kumpulan, dan mengamalkan aktiviti ini secara terbuka. Penerimaan masyarakat Barat terhadap budaya cara hidup songsang ini dilihat luar biasa. Ini berlaku kerana faktor sifat keterbukaan yang keterlaluan, kebebasan bersuara (freedom of speech), dan tiada batas kehidupan (Klingerman, 2007 & Siti Hajar, 2018).

Selain itu, punca ini juga boleh dikaitkan dengan faktor lemahnya gerakan agama dan kerajaan dalam menangani golongan ini. Lebih mengejutkan kita bahawa dasar negara, golongan pemimpin dan profesional turut menyokong cara hidup songsang ini (Siti Hajar, 2018). Jika kita lihat negara barat juga membenarkan dan mengiktiraf perkahwinan sesama jantina ini. Perkahwinan ini sememangnya boleh merosakkan pembentukan institusi kekeluargaan yang sihat.

Walau bagaimanapun, situasi ini dilihat berbeza dengan negara kita. Perlembagaan Malaysia, kerajaan dan agama tidak mengiktiraf mereka, malah mengharamkan tingkah laku ini menular dalam kalangan masyarakat. Oleh kerana sikap masyarakat tidak menerima perbuatan golongan ini, adalah menjadi amat sukar kepada golongan ini untuk berkongsi masalah dan berubah (Harrison, 2009). Sikap masyarakat ini juga menyebabkan golongan minoriti ini merasakan dirinya terpinggir dan disisihkan (Hairol Kamal, Azman & Wan Norizan, 2016).

Selain itu, golongan ini juga mempunyai tekanan psikologi akibat bentuk penerimaan yang negatif. Kebanyakan daripada mereka mempunyai pengalaman disisihkan keluarga, kurang perhatian, penghargaan dan kasih sayang (Harrison, 2009).

Faktor ini menjadi penyebab mereka terus meminggir diri dan menentang perubahan yang ingin dibuat. Stigma negatif yang wujud ini juga memberi implikasi dan cabaran kepada proses membantu dalam kaunseling terhadap golongan yang mempunyai kecelaruan seksual ini.

Oleh itu, kaunselor perlu kompeten dan mahir dalam mengendalikan kes klien gay dan lesbian yang ingin pulang ke pangkal jalan (Siti Hajar, Nasrudin & Salleh, 2018). Bagi mengatasi stigma ini di dalam sesi menolong, satu pendekatan terapi dikenal pasti dalam membantu klien gay dan lesbian adalah Terapi Pemusatan Insan oleh Carl Rogers (Lemoire & Chen, 2005).

Walaupun pendekatan ini berasal daripada negara Barat, namun ia boleh diadaptasi dengan masyarakat Asia dan Nusantara kerana ia tidak menimbulkan stigma dan diskriminasi terhadap golongan minoriti daripada klien gay dan lesbian.

Justeru, kertas konsep ini bertujuan untuk memperkenalkan pendekatan dan strategi Terapi Pemusatan Insan kepada pengamal kaunseling dan profesion menolong yang lain dalam memberi panduan bagi mengendalikan isu dan kes kecelaruan orientasi.

Ramai pengamal menganggap kes sebegini sebagai kes terpencil dan jarang dibincangkan. Namun, sikap tidak terbuka ini boleh menyebabkan kurangnya keupayaan kaunselor dalam mengendalikan kes kaunseling.

TERAPI PEMUSATAN INSAN ROGERS

Terapi Pemusatan Insan diasaskan oleh Carl Rogers pada tahun 1940-an. Carl Rogers mendapat pendidikan dalam bidang klinikal dan psikologi pendidikan di Teacher College of Columbia University pada tahun 1931. Beliau mempunyai pengalaman yang luas dalam bidang klinikal di beberapa perkhidmatan rawatan kaunseling serta telah menjawat jawatan profesor dan penyelidik di beberapa universiti terkemuka di Amerika Syarikat.

Terapi ini di panggil Terapi Permukiman Insan (Person-Centered Therapy) kerana kemampuan terapi dalam merubah dan memperbaiki personaliti manusia menggunakan aspek explorasi diri dan menilai konsep sendiri (self-concept) individu (Schultz & Schultz, 2011).

Menurut Rogers (1961), pembentukan konsep sendiri berlaku apabila individu dapat mengenali diri sendiri dan menggambarkan dirinya berdasarkan hubungan dengan orang lain. Sekiranya individu menerima sokongan daripada orang lain, ianya akan membentuk konsep sendiri yang positif. Sebaliknya, konsep sendiri negatif terbentuk daripada penolakan mahupun kurangnya sokongan yang diterima, ia seterusnya boleh memberi kesan kepada kepercayaan individu tersebut terhadap orang lain (Rogers, 1961).

Manusia akan rasa berkonflik dan tidak selesa sekiranya pengalaman, tingkah laku peristiwa yang dialaminya itu bertentangan dengan konsep sendiri. Ketidakselesaian ini boleh dibantu dengan sifat keterbukaan manusia berubah melalui kesedaran dan kepercayaan terhadap diri sendiri dan orang lain. Keadaan ini dipanggil penyesuaian psikologikal (*psychological adjustment*).

Dalam terapi ini, Rogers juga menekankan konsep manusia adalah unik dan mempunyai keinginan untuk menjadi lebih baik (Corey & Corey, 2011). Kecenderungan asas manusia untuk menjadi lebih baik dalam kehidupan dipandu oleh dorongan penghargaan sendiri (*self-actualizing tendency*).

Dorongan penghargaan sendiri bermaksud keinginan mencari maksud kehidupan, nilai, dan keindahan kehidupan yang bersifat positif (Crosini & Wedding, 2011). Unsur ini juga boleh memotivasikan manusia dan membantu mereka ke arah individu berkefungsian penuh (fully functioning person) (Schaft, 2008).

Individu keberfungsian penuh ini sangat berhubung kait dengan intervensi positif psikologi di mana membantu

manusia berubah kepada emosi positif, tingkah laku positif dan pemikiran positif (Sin & Lyubomirsky, 2009).

Dalam menghindari stigma negatif, hubungan kaunselor dan klien juga perlu berdasarkan kasih sayang dan sikap mengambil berat. Penerapan konsep kasih sayang yang diamalkan oleh terapi ini membentuk ruang keselesaan untuk berkongsi permasalahan diri. Kaunselor juga perlu bebas daripada sebarang bentuk penilaian peribadi dan bias terhadap klien (non-judgemental).

Dalam terapi, konsep ini dikenali sebagai *positive self-regards* di mana komponen terapi yang mementingkan kasih sayang, penerimaan (acceptance), dan persetujuan daripada orang lain (Sheon, 2006). Konsep *positive self-regards* ini yang membantu klien gay dan lesbian untuk membentuk konsep sendiri positif berdasarkan penerimaan baik daripada kaunselor. Kaedah ini dijangka dapat membina jati diri dalaman yang baik untuk berubah kepada identiti sihat dan pulang ke pangkal jalan.

Secara keseluruhan, matlamat kaunseling bagi Terapi Pemusatan Insan ini ialah membantu klien dengan pembentukan suasana selamat dan membina kepercayaan yang boleh membentuk pendedahan sendiri dan sedar tentang halangan untuk pertumbuhan (Corey & Corey, 2011).

Kaunselor juga mendengar secara proaktif, sensitif terhadap isu yang diutarakan oleh klien, dan empati terhadap trauma dan cabaran yang dialami oleh klien.

PENDEKATAN TERAPI TERHADAP GOLONGAN GAY DAN LESBIAN

Menurut Lemoire & Chen (2005), terdapat enam pendekatan Terapi Pemusatan Insan dalam membantu golongan gay dan lesbian iaitu (i) penerimaan tanpa syarat, kongruen, dan empati, (ii) adaptasi perspektif klien, (iii) menggalakkan penilaian sendiri klien, (iv) menekankan pembentukan konsep sendiri (self-concept) klien, (v) percaya klien berpotensi untuk pertumbuhan dan

(vi) memastikan proses pertumbuhan klien adalah daripada klien sendiri.

i) Penerimaan Tanpa Syarat, Kongruen dan Empati

Penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regards) ialah pendekatan yang terbuka, menerima, kasih sayang, mengambil berat dan bebas penilaian yang berfokus kepada suasana selasa dan selamat klien (Corsini & Wedding, 2011 & Faber & Doolin, 2011).

Kongruen bermaksud maklum balas kaunselor yang tulen menunjukkan kesediaan untuk menerima dan bersifat terbuka terhadap emosi yang wujud di antara hubungan kaunselor dan klien (Corsini & Wedding & Roger, 1957). Empati ialah menghargai dan menyelami perasaan, emosi dan pemikiran (Corsini & Wedding, 2011).

Ketiga-tiga unsur ini merupakan fundamental kepada Terapi Pemusatan Insan yang membantu klien gay dan lesbian berkongsi permasalahan dan mengatasi stigma negatif terhadap mereka.

ii) Adaptasi Perspektif Klien

Kaunselor perlu memahami bagaimana klien gay dan lesbian memproses bentuk tentangan, cabaran, dan stigma daripada masyarakat dan orang sekeliling. Dalam kaunselor mengadaptasi pemikiran klien di dalam proses membantu, ia akan membantu klien melihat permasalahan berdasarkan pemahaman dan rangka rujuk pemikiran klien itu sendiri.

Ini akan membentuk strategi daya tindak klien yang positif dan bersikap resilien apabila berdepan dengan cabaran untuk berubah. Kelebihan proses ini ialah kaunselor menerima sudut pandangan klien sendiri dan klien tahu apa yang terbaik untuk dirinya dalam membuat perubahan diri.

iii) Menggalakkan Penilaian Diri Klien

Di dalam aspek ini, kaunselor boleh menggalakkan klien menilai kekuatan dan kelemahan diri untuk berubah. Semestinya perubahan yang akan dilakukan tidak mudah dan memerlukan kawalan dalam yang utuh supaya tidak

kembali kepada tingkah laku lama. Penilaian diri juga boleh dikaitkan dengan faktor keagamaan di mana ia amat membantu dalam menguatkan faktor dalam diri klien (inner self).

Kaunselor boleh menyemak sejauh mana pengetahuan dan amalan agama dalam mengaitkan larangan mengamalkan budaya dan cara hidup songsang. Kebanyakan agama menolak budaya cara hidup ini dan menggalakkan mereka untuk berubah dan mengamalkan kehidupan fitrah yang normal (Amran Hassan & Noriah Mohamed, 2014).

Daripada itu, kaunselor boleh menggunakan pengetahuan dan pemahaman sedia ada untuk membentuk faktor pelindung di dalam diri klien. Selain itu juga, kaunselor boleh berfokus kepada perubahan yang telah dilaksanakan oleh klien, setelah mereka berniat untuk berubah. Ini merupakan satu langkah bagi menyemak semula perancangan dan tingkah laku klien gay dan lesbian dalam berubah ke arah gaya hidup yang baik.

iv) Menekankan Pembentukan Konsep Kendiri Klien

Kejayaan terapi ini adalah sekiranya klien gay dan lesbian membuat penambahbaikan konsep kendiri ke arah yang lebih baik. Klien gay dan lesbian meneroka kekuatan dan potensi diri dalam melaksanakan perubahan.

Penerokaan kendiri merupakan elemen penting di dalam terapi bagi memberi ruang yang selesa untuk klien membuat pengluahan terhadap permasalahan di dalam kehidupan.

Golongan ini dilihat tidak mempunyai peluang dalam berkongsi tentang kehidupan, kerjaya, dan kehidupan lampau. Dalam menilai kendiri klien, kaunselor juga menerapkan unsur sokongan psikologi dalam merubah pemikiran dan konsep kendiri yang mungkin klien telah lama amalkan.

Dengan penilaian kendiri juga, kaunselor meneroka latar belakang klien, pengalaman lampau, dan kisah-kisah kehidupan yang menyebabkan klien

memilih untuk mengamalkan gaya hidup songsang dan bertentangan dengan agama.

v) Percaya Potensi Klien untuk Pertumbuhan Kendiri

Oleh kerana pendekatan ini mengutamakan unsur kemanusiaan, terapi ini percaya bahawa manusia mempunyai motivasi sendiri untuk berubah ke arah yang lebih baik. Kaunselor perlu sedar bahawa perubahan yang berterusan adalah bergantung kepada kepercayaan diri klien (Sheon, 2006).

Bagi golongan gay dan lesbian, penolakan atau diskriminasi masyarakat mungkin menyebabkan golongan ini tidak bersifat terbuka kepada sebarang bantuan dan bimbingan. Oleh itu, kaunselor berfungsi untuk menjadi fasilitator yang sering memberi rangsangan positif, membentuk kesedaran, dan menggalakkan pertumbuhan klien dalam perjalanan mereka untuk berubah kepada fitrah asal mereka.

Dalam membentuk kesedaran, individu sedar tanggung jawab sosial terhadap orang lain dan dapat mengadaptasi dengan peraturan sosial yang sedia ada di dalam sesuatu masyarakat (Melati, Ida Hartina, Norfaezah & Azmawaty, 2017)

vi) Memastikan Proses Pertumbuhan daripada Klien Sendiri

Dalam aspek pertumbuhan diri, klien lebih mengetahui apa yang terbaik untuk dirinya dan mula untuk bertanggungjawab terhadap gangguan psikologi dan cabaran dalam kehidupan. Perubahan yang dibuat adalah di atas kerelaan (willingness) daripada klien itu sendiri dan bukan berbentuk paksaan.

Kaunselor perlu memastikan matlamat, tujuan dan perancangan untuk berubah adalah dibuat oleh klien. Dengan kata lain, klien adalah perancang utama kepada perubahan diri dan kaunselor akan menjadi fasilitator dan pembimbing kepada perubahan yang dilaksanakan oleh klien gay dan lesbian.

Ini menunjukkan Terapi Pemusatan Insan menggunakan kesan jangka panjang terhadap perubahan yang telah dilaksanakan.

ELEMEN POSITIF PSIKOLOGI DALAM TERAPI MENYOKONG PERUBAHAN GOLONGAN GAY DAN LESBIAN

Menurut Proctor, Tweed & Morris (2015) metodologi yang dibawa oleh Rogers dalam terapi ini sememangnya mempunyai hubungan dengan perspektif positif psikologi.

Malah, Lytle, Vaughan, Rodriguez, & Shmerler (2014) menegaskan bahawa dengan integrasi elemen positif psikologi adalah merupakan satu pendekatan berasaskan kekuatan (strength-based approach) yang berkesan dalam membantu golongan gay dan lesbian. Positif psikologi adalah berkait rapat dengan elemen yang meningkatkan pemikiran positif dan mengurangkan pemikiran negatif (Selingman & Csikszentmihalyi, 2000).

Dalam Terapi Pemusatan Insan, kaunselor menjangkakan klien akan membentuk identiti sihat dengan elemen positif psikologi.

i) Keterbukaan

Kaunselor membantu klien dengan menerima kedua-dua emosi positif dan negatif (Rogers, 1965). Dengan penerimaan ini, tidak mengancam konsep sendiri klien.

Kaunselor tidak menidakkan perasaan negatif yang dialami oleh golongan gay dan lesbian, tetapi cuba untuk membantu mereka lebih resilien dalam membuat perubahan. Klien diajar untuk sedar perasaan yang dialaminya, menerima dan tidak menekan perasaan tersebut.

ii) Sedar akan Kewujudan

Manusia secara fitrahnya berhubung dengan pengalaman yang berbeza kerana setiap peristiwa yang terjadi tidak dapat dijangkakan. Oleh itu, kaunselor membimbing klien untuk mengelak daripada prejudis dan andaian.

Kaunselor mengajar klien untuk hidup dengan menghargai saat dan

ketika ini. Klien ditekankan supaya tidak selalu melihat sejarah dan trauma kehidupan pada masa silam. Dalam kata lain, penerimaan takdir kehidupan akan dapat memberi perspektif baru kepada klien.

iii) Percayaan diri sendiri

Setiap individu tidak dapat lari daripada persekitaran sosial seperti rakan-rakan, keluarga, institusi keagamaan, atau orang sekeliling. Rogers (1961) menyatakan terdapat dua perkara yang memberi kesan kepada konsep sendiri manusia, (a) pandangan dan penilaian (judgment) orang lain kepada kita serta (b) perbandingan sosial (persepsi sama ada kita sama atau berbeza daripada orang lain).

Oleh itu, klien perlu bijak untuk mengurus persepsi perasaan, gerak hati dan berani membuat keputusan serta pilihan untuk bertindak.

iv) Kebebasan

Setiap individu diberi kebebasan untuk hidup dengan cara pilihannya sendiri. Kebebasan ini berbentuk subjektif dan manusia perlu bertanggungjawab untuk membentuk tingkah lakunya.

Kaunselor perlu membantu klien gay dan lesbian untuk membuat perubahan berdasarkan kemahuannya dan pilihannya sendiri dengan mengabaikan faktor desakan sosial atau desakan biologikal.

Perubahan boleh berlaku kepada individu jika diberi kuasa dan bebas membuat pilihan kerana masa hadapan adalah bergantung kepada klien itu sendiri.

v) Kreatif

Kaunselor perlu menggalakkan klien untuk berfikir dan bertindak secara kreatif serta berani mengambil risiko dalam kehidupan. Setiap individu tidak dapat mengelak daripada masalah pada setiap masa dalam kehidupan.

Kreativiti juga adalah melibatkan kebolehan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dan mencari pengalaman baru. Proses membantu klien homoseksual juga perlu

menekankan aspek kreativiti dalam mencari solusi kepada permasalahan kehidupan, dan tidak hanya bergantung kepada satu alternatif sahaja.

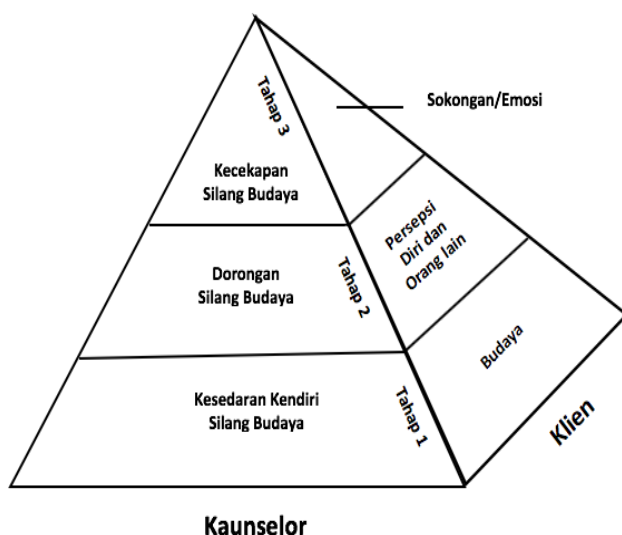
KOMPONEN TERAPI DAN MODEL KECEKAPAN SILANG BUDAYA

Komponen di dalam Terapi Pemusatan Insan juga mempunyai hubungan signifikan dengan Kecekapan Kaunseling Silang Budaya (Quinn, 2012). Di dalam artikel ini, perbincangan hubungan komponen Terapi Pemusatan Insan dan Model Kecekapan Silang Budaya-Tiga Tahap (Jones, 2008) dapat membantu kesahan penggunaan terapi ini bersama golongan klien gay dan lesbian.

Berdasarkan Rajah 1, Model Kecekapan Kaunseling Silang Budaya ini boleh menjadi satu panduan kepada kaunselor untuk mengendalikan kes kaunseling berbeza latar belakang, ciri dan identiti.

Pemahaman tentang isu silang budaya ini bertujuan untuk mengurangkan bias dan dapat meningkatkan kemahiran memberi maklum balas kepada perbezaan cara hidup (*culturally responsive*) yang diamalkan, terutamanya klien gay dan lesbian (Orecchia, 2008).

Menurut Jones (2008), Model Kaunseling Silang Budaya-Dimensi Tiga Tahap adalah berbentuk piramid bagi menggambarkan tahap perkembangan serta menghuraikan peranan interaksi kaunselor dan klien. Bagi aplikasi kaunselor, pergerakan piramid dari bawah dan ke atas menggambarkan langkah asas yang perlu dikuasai oleh seseorang kaunselor untuk cekap dalam mengendalikan kes klien melibatkan golongan gay dan lesbian.



Rajah 1: Model Kecekapan Kaunseling Silang Budaya-Tiga Tahap (Jones, 2008)

Tahap pertama kaunselor adalah berkait rapat dengan kesedaran sendiri kaunselor membabitkan kefahaman tentang nilai, sikap, kemahiran dan pengetahuan terhadap budaya klien berorientasi seksual gay dan lesbian (Bidell, 2005 & Orecchia, 2008). Faktor ini mempengaruhi proses menolong kaunselor sepanjang membimbing klien di dalam sesi kaunseling.

Dengan adanya elemen kesedaran sendiri kaunselor, mereka dapat mengetahui kekuatan dan bias individu terhadap budaya dan cara hidup gay dan lesbian (Orecchia, 2008 & Lytle et al. 2014).

Bagi langkah asas pendekatan Terapi Pemusatan Insan, kaunselor boleh membina kepercayaan klien dengan penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regards*), bersikap terbuka (*openness*) dan empati terhadap cabaran klien (Rogers, 1965).

Ini menjadi satu langkah pertama kepada kaunselor untuk bekerja dan mengenali golongan ini, walaupun ia bertentangan dengan nilai, pemikiran dan pegangan diri kaunselor (Coma & Hunter, 2018).

Pada tahap kedua, kaunselor perlu mempunyai dorongan silang budaya dalam melihat cara hidup gay dan lesbian daripada kaca mata golongan itu sendiri. Penilaian ini bukan hanya daripada kaunselor semata-mata, tetapi mengambil kira cabaran, dugaan dan trauma yang mungkin dihadapi oleh golongan ini.

Pada peringkat ini, kaunselor perlu bersifat *non-judgmental* iaitu bebas nilai seperti mana yang digalakkan oleh Rogers (1961). Unsur yang dibawa oleh pendekatan ini juga berfokus pembentukan konsep sendiri dan kepercayaan berdasarkan persepsi positif klien terhadap diri dan orang lain.

Faktor ini memberi implikasi terhadap perubahan dan interaksi di dalam sesi kaunseling, di mana klien gay dan lesbian ini cenderung bersifat

terbuka dalam berkongsi masalah dan ingin berubah.

Pada tahap ketiga, kaunselor bukan sahaja mempunyai kesedaran sendiri dan dorongan silang budaya yang tinggi, tetapi mempunyai kebolehan mengendalikan emosi dalam membantu klien berubah berdasarkan intervensi yang dilaksanakan bersama klien gay dan lesbian.

Pada peringkat ini, kaunselor mengadakan komunikasi terbuka (open dialogue) terhadap perbezaan di antara seksual orientasi kaunselor dan klien gay dan lesbian. Kaunselor juga terbuka untuk membincangkan perbezaan mereka bersama klien serta mencabar klien untuk membuat perubahan.

Berdasarkan tahap perbincangan ini, kaunselor cekap dalam membantu klien membuat analisis diri konsep sendiri klien dalam membentuk kesedaran sendiri klien untuk pulang ke pangkal jalan. Namun, peringkat ini memerlukan latihan dan pengalaman untuk menyuarakan perbezaan individu serta membawa klien kepada sendiri yang diterima norma masyarakat.

Rogers (1961) menyatakan bahawa sikap kaunselor yang tulen (genuine) akan membantu proses perubahan serta mengubah persepsi klien terhadap stigma yang wujud dalam masyarakat kita yang ingin membantu mereka. Komunikasi terbuka seperti ini juga mampu untuk memberi sokongan psikologi yang positif kepada golongan gay dan lesbian untuk berubah ke arah yang lebih baik.

CONTOH PENGGUNAAN TERAPI DALAM KES KLIEN

Dalam artikel ini, satu contoh kes kaunseling melibatkan klien gay dikemukakan dan aplikasi pendekatan Terapi Pemusatan Insan turut dibincang. Kes ini dapat memberi gambaran proses membantu menggunakan terapi ini.

Di samping itu, penerangan ini berfokus kepada kekuatan terapi iaitu penerimaan tanpa syarat, ketulenan (genuine) dan empati terhadap permasalahan klien. Komponen lain seperti analisis konsep sendiri juga dapat

membantu klien meneroka permasalahan dan membina potensi kekuatan diri klien untuk melaksanakan perubahan.

Kes Klien Gay

“Klien berumur 33 tahun dan bekerja sebagai seorang Pengurus di salah sebuah syarikat jualan kereta. Menurut klien, keinginan dan minat seksual terhadap sesama jantina telah wujud di dalam dirinya semenjak di bangku sekolah menengah lagi.

Namun, tingkah laku dan perasaan ini telah dipendam dan tidak ditonjolkan, oleh kerana klien tahu masyarakat dan agama tidak menerima serta menolak perhubungan sesama jantina ini. Malah, ibubapa klien juga mempunyai latar belakang agama dan pendidikan yang baik.

Klien mengandaikan bahawa sekiranya mereka mengetahui perkara ini, ibubapa klien akan memarahinya, tidak memberi kasih sayang dan akan meminggirkan dirinya. Setelah klien tamat pengajian di universiti dan mula bekerja, klien merasakan dirinya telah mempunyai kebebasan untuk mengamalkan cara hidup sebagai seorang gay.

Oleh itu, klien cenderung mempunyai beberapa pasangan dan bebas melakukan aktiviti seks sesama jantina. Cara dan amalan gaya hidup songsang ini telah menjadi satu gaya hidup dan identiti diri klien. Klien merasa selesa dan amat sukar untuk meninggalkan gaya hidup ini. Setelah 10 tahun mengamalkan cara hidup ini, klien akhirnya telah jatuh sakit.

Pakar perubatan telah mengesahkan bahawa klien menghidapi penyakit HIV (Human Immunodeficiency Virus) akibat aktiviti bebasnya itu. Setelah mengetahui perkara ini, klien mengalami tekanan, kemurungan dan bimbang akibat status kesihatannya.

Daripada saat itu, klien mengambil keputusan untuk kembali ke pangkal jalan dan berubah ke arah individu yang lebih baik. Klien menyatakan hasrat untuk meninggalkan perbuatan dosa ini, namun klien masih merasa buntu. Oleh

itu, klien telah datang berjumpa kaunselor untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling.

Berdasarkan kes di atas, kaunselor perlu bersifat empati dengan permasalahan kesihatan klien yang menjadi kerisauan utama klien. Keterbukaan kaunselor untuk mendengar secara aktif (*active listening*) dan menerima klien tanpa syarat (*unconditional positive regards*) adalah langkah pertama bagi menggalakkan klien berkongsi kerisauan dan kebimbangan yang dialami.

Niat dan matlamat klien untuk berubah adalah merupakan satu dorongan penghargaan sendiri (*self-actualizing tendency*) dalam menuju ke arah menjadi insan yang lebih baik (*fully functioning person*).

Selain penerimaan tanpa syarat kaunselor, klien juga perlu menerima kondisi sebagai pesakit HIV, walaupun klien merasa takut dan risau terhadap apa yang berlaku pada dirinya kini dan masa akan datang. Dengan permasalahan yang dialami ini, ia sedikit sebanyak mempengaruhi konsep sendiri klien terutamanya cara klien berfikir dan bertingkah laku.

Sehubungan itu, perbincangan sesi berkisar tentang identiti konsep sendiri baru klien iaitu apa yang klien ingin lakukan untuk mengubah nilai dan makna kehidupan, di samping meneroka elemen konsep sendiri lama yang telah diamalkan oleh klien.

Dalam analisis konsep sendiri, kaunselor boleh menggalakkan penilaian konsep sendiri klien secara total di mana dengan ia berfokus kepada pemikiran lama, kekuatan pemahaman agama yang sedia ada, dan elemen moral klien kerana unsur-unsur ini adalah menunjukkan kualiti personaliti klien dan penyebab kepada dorongan untuk berubah.

Adalah penting kepada kaunselor untuk mengekalkan sifat neutral dan tidak menilai klien (*nonjudgemental manner*) semasa membincangkan isu yang berkait rapat dengan amalan seksual dan tingkah laku personal klien yang lain (Sheon, 2006).

Pembentukan konsep sendiri

positif yang melibatkan kualiti diri, tingkah laku resiliensi, keutuhan agama dan nilai moral adalah menjadi matlamat utama sesi bersama klien gay ini.

Oleh itu, kaunselor mendorong klien untuk bertanggungjawab terhadap keputusan yang diambil untuk membuat perubahan diri supaya klien menjadi lebih komited, kreatif dan proaktif dalam membina perubahan diri. Klien juga digalakkan untuk tidak malu mencuba sesuatu tingkah laku baru.

Pendekatan dalam membantu kes klien ini juga menekankan elemen yang ditekankan oleh Rogers iaitu meneroka potensi diri seseorang individu untuk melaksanakan perubahan. Contohnya, klien mempunyai tahap pendidikan yang tinggi, pekerjaan yang baik dan sokongan ibubapa yang baik. Kesemua ini boleh menjadi sumber kekuatan klien untuk berubah dalam sesi rawatan kesihatan dan kaunseling.

Sepanjang sesi kaunseling dijalankan, kaunselor perlu juga memantau pertumbuhan klien dari aspek apa yang klien telah lakukan untuk berubah dan sejauh mana perubahan itu memberi implikasi terhadap dirinya kini.

Dalam pendekatan Terapi Pemusatan Insan Rogers, kaunselor juga diingatkan supaya memberi pujian dan kata-kata positif kepada klien, sekiranya klien berjaya melaksanakan perubahan dan tugas di dalam sesi. Kaedah ini adalah bertujuan untuk membentuk penegasan positif dan sokongan psikologi kepada klien bagi mengekalkan perubahan yang telah dilaksanakan.

Selain itu, klien juga bebas menyuarakan pandangan dan idea dalam membantu dirinya keluar daripada permasalahan ini. Ini kerana klien lebih mengetahui apa yang terbaik untuk dirinya. Elemen yang dinyatakan dalam terapi ini sangat berkait rapat dengan elemen positif psikologi iaitu kebebasan dan kesedaran tentang kewujudan bagi menekankan kebebasan mutlak klien dalam bertindak dan membuat pilihan.

KESIMPULAN

Kertas konsep ini menghuraikan pendekatan dan strategi Terapi

Pemusatan Insan yang menjadi satu kaedah psikologi dalam proses menolong klien yang melibatkan golongan gay dan lesbian.

Komponen terapi yang menekankan unsur kemanusiaan seperti kasih sayang, bebas nilai, dan empati mampu untuk mengajak golongan songsang ini berubah kepada personaliti yang boleh diterima oleh norma masyarakat.

Bersesuaian dengan konsep pendekatan ini juga iaitu mementingkan hubungan psikologi dan mudah difahami, ia boleh menjadi satu panduan kepada profesion menolong yang lain seperti pekerja sosial, rakan pembimbing, fasilitator, pegawai agama dan pendakwah dalam mengendalikan isu golongan ini pada masa akan datang.

RUJUKAN

- Corey, M.S. & Corey, G. 2011. *Becoming a Helper (6th Edition)*: Cengage Learning, Belmont, CA.
- Corsini, R.J., & Wedding, D. 2011. *Current Psychotherapies (9th Edition)*: Cengage Learning, Belmont, CA.
- Melati Sumari, Ida Hartina Amned Tharbe, Norfaezah Md Khalid, & Azmawaty Mohamad Nor. 2017. *Teori Kaunseling dan Psikoterapi* : Kuala Lumpur, Penerbit Universiti Malaya.
- Rogers, C.R. 1961. *On Becoming A Person: A therapist's View of Psychotherapy*: Boston, MA Houghton Mifflin.
- Schultz, D.P., & Schultz, S.E. 2005. *Theories of Personality (8th Edition)*. Thomson Wadsworth, Belmont, CA.
- Sharf, R.S. 2008. *Theories of Psychotherapy and Counseling: Concept and Cases (4th Edition)*: Thomson. Belmont, CA.
- Hairol Kamal Ab. Rahman, Azman Mohamed & Wan Norizan Wan Othman. 2016. *Pendekatan Kaunseling Dalam Menangani Stigma HIV Dalam Kalangan Transeksual*. Dalam Wan Marzuki Wan Jaafar, Amir Awang, Salleh Amat, & Ruhani Mat Min (2016). *Kompetensi Kaunselor Profesional*.

Lembaga Kaunselor, Putrajaya.

Jurnal

- American Psychological Association. 2008. *Answers To Your Questions: For A Better Understanding Of Sexual Orientation And Homosexuality*. Washington, DC.
- Amran Hassan & Noriah Mohamed. 2014. *Alternatif Keagamaan Dan Kaunseling; Sebagai Rawatan Utama Mengatasi Permasalahan Homoseksualiti*. Journal of Human Development and Communication, 3, 79-92.
- Ahmad, M.I., Haikal Anuar Adnan, Abd Satar, J., Wan Shahrazad Wan Sulaiman, Wan Azreena, J., Zainal Abidin, J., & Wan Mohd Zain. 2015. *Faktor dan Cara Hidup Serta Kemungkinan Kembali Pulih Dalam Kalangan Lesbian: Satu Kajian Kes*. Journal of Social Sciences and Humanities, 10 (1)1-15
- Ading, C.E., H. & Othman, M. H. 2016. *Pembentukan Kerangka Model Orientasi Seksual Dalam Golongan Homoseksual di Malaysia*. Seminar Psikologi Kebangsaan, 26 & 27 Mei 2016. ISBN: 978-967-0582-48-9
- Bidell, M.P. 2005. *The Sexual Orientation Counselor Competency Scale: Assessing Attitudes, Skills, And Knowledge Of Counselors Working With Lesbian, Gay, And Bisexual Clients*. Counselor Education & Supervision, 44, 267-279.
- Coma, Marie, T., & Hunter, Quentin. 2018. *Empathy, Humanism, and Mindfulness in Multicultural Counseling and Social Justice Work*. The William & Mary Educational Review. 6(1), 6.
- Faber, B. & Doolin, E. 2011. *Positive Regard*. Psychotherapy, 48, 58-64.
- Jones, J. 2008. *Best Practices in Multicultural Counseling*. In A. Thomas & J. Grimes (Eds.), *Best practices in school psychology: A primer for practice, training, and research* (pp 191-213). Bethesda, MD: National Association of School Psychologists.
- Harrison, T.W. 2003. *Adolescent*

- Homosexuality and Concerns Regarding Disclosure*. Journal of School Health. 73(3), 107-122.
- Jamal, S.H. 2018. *The Catalyst Factor of Counselor's Competencies in Handling Gay dan Lesbian Clients*. International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development, 7(4), 231-245.
- Knutson, D. & Koch, J.M. 2018. *Person-Centered Therapy As Applied To Work With Transgender And Gender Diverse Clients*. Journal of Humanistic Psychology. doi:10.1177/0022167818791082
- Lemoire, S., & Chen, C. 2005. *Applying Person-Centered Counseling to Sexual Minority Adolescents*. Journal of Counseling & Development, 83(2), 146-154.
- Klingerman, N. 2007. *Homosexuality in Islam: A Difficult Paradox*. Macdestar Islam Journal, 2(3), Article 8, 52-64.
- Lytle, M.C., Vaughan, M.D., Rodriguez, E.M., Shmerler, D.L. 2014. *Working With LGBT Individuals: Incorporating Positive Psychology into Training and Practice*. Psychology of Sex Orientation and Gender Diversity, 1(4), 335-347
- Mahfudzah Momahad. 2015. *Lesbian, Gay, Biseksual, Transgender: Perspektif Undang-Undang Jenayah Syariah*. Jurnal Undang-Undang dan Masyarakat, Artikel 4, 29-36 (ISSN 1394-7729).
- Oricchia, A.C. 2008. *Working with Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, and Questioning Youth: Role and Function of the Community Counselor*. Graduate Journal of Counseling Psychology. 6 (1) 11-2.
- Proctor, C.L., Tweed, R., Morris, D. 2015. *The Rogerian Fully Functioning Person: A Positive Psychology*. Journal of Humanistic Psychology, 56(5).
- Rogers, C.R. 1957. *The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change*. Journal of Consulting Psychology, 21, 95-103.
- Rogers, C.R. (1965). *The Concept of The Fully Functioning Person*, Pastoral Psychology, 16 (3), 21-33.
- Seligman, M.E.P & Csikszentmihalyi, M. 2000. *Positive Psychology: An Introduction*. American Psychologist, American Psychological Association 55, (1) 5-14.
- Siti Hajar Jamal, Nasrudin Subhi & Salleh Amat. 2018. *Kesediaan Kaunselor dan Pendekatan yang Diguna Pakai dalam Pengendalian Kaunseling Kes Gay dan Lesbian: Satu Kajian Rintis*. Jurnal Psikologi & Kaunseling Perkhidmatan Awam Malaysia, (13) 83-103. ISSN 2229-810.
- Siti Hajar Jamal. 2018. *Memahami Konsep Lesbian, Gay, Biseksual dan Transgender (LGBT) dari Konteks Sosial*. Prosiding Seminar Kebangsaan Majlis Dekan Pendidikan Universiti Awam, 7-8 Nov 2018, 993-1000 (eISBN 978-967-2231-03-5)
- Sin, N.L., & Lyubomirsky, S. 2009. *Enhancing Well-being and Alleviating Depressive Symptoms with Positive Psychology Interventions: A Practice-Friendly Meta-Analysis*. Journal of Clinical Psychology, 65 (5), 467-487.
- Quin, A. 2012. *A Person-Centered Approach to Multicultural Counseling Competence*. Journal of Humanistic Psychology, 1-50.
- Wan Abdul Kadir Wan Ahmad. 1986. *Ulasan terhadap Syarat-Syarat Kaunseling Pemusatan Insan Rogers dan Kesesuaian Penggunaannya di Malaysia*. Jurnal Perkama, 2, 1-9.

Internet

- Bernama. *Jumlah Golongan Homoseksual, Transgender Meningkat Setiap Tahun*.
<http://www.astroawani.com/berita-malaysia/jumlah-golongan-homoseksual-transgender-meningkat-setiap-tahun-jakim-189589> (diakses pada 1 Mei 2019).
- Mohd Husni Mohd Noor. *Sasar 11,000 Kaunselor Menjelang 2020*.
<http://www.bhplus.com.my/berita/nasional/2018/10/480399/sasar-11000-kaunselor-menjelang-2020>

(diakses pada 3 Mei 2019).

Sheon, N. 2006. *Theory & Practice of Client-Centered Counseling and Testing*.<http://hivinsite.ucsf.edu/InSite?page=kb-07-01-04#S2.1X>

(diakses pada 10 Mei 2019)

Penafian

Pandangan yang dinyatakan dalam artikel ini adalah pandangan penulis. Perdana: International Journal of Academic Research tidak akan bertanggungjawab atas apa-apa kerugian, kerosakan atau lain-lain liabiliti yang disebabkan oleh / timbul daripada penggunaan kandungan artikel ini.