Empathic Understanding in Counselling



Dian L Izwar

Webinar Kesehatan Mental Peer Counsellor DIVIJA – Zoom Meeting, 11 Februari 2023

DapurHati.Com
mengolah rasa, membangun jiwa

Dian L Izwar, MPH, Psikolog

- Psikologi UI (1996) & Manajemen Rumah Sakit UGM (2011)
- Psikolog Klinis RS Islam Jakarta Pondok Kopi
- Trainer in customer service, communication, presentation, motivation, leadership, counselling, coaching, personal development, stress management & parenting skills
- Senang belajar, mengajar, menulis & berkebun
- https://dapurhati.com : Artikel Psikologi Islam & Pengasuhan

Definisi Konseling

- ✓ Pemberian bantuan
- ✓ oleh konselor
- ✓ kepada konseli sedemikian rupa
- ✓ sehingga **pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri meningkat**
- ✓dalam memecahkan berbagai masalah

❖ https://kbbi.web.id/konseling

Empati

- ✓Kemampuan
- ✓untuk menerima, memahami, merasakan
- ✓pengalaman orang lain
- ✓dari sudut pandang orang tersebut

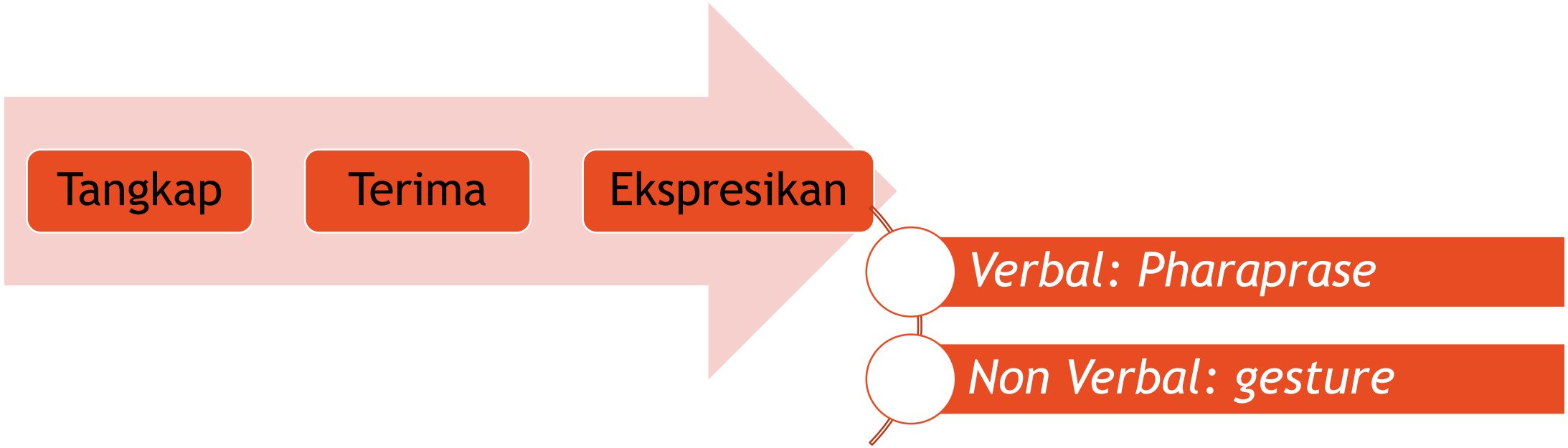


Yang Ditangkap Saat Berempati

1. Perasaan
2. Pikiran
3. Pengalaman
4. Sudut pandang
5. Nilai-nilai



Empati adalah Interaksi 2 Arah



Do & Don't Empati

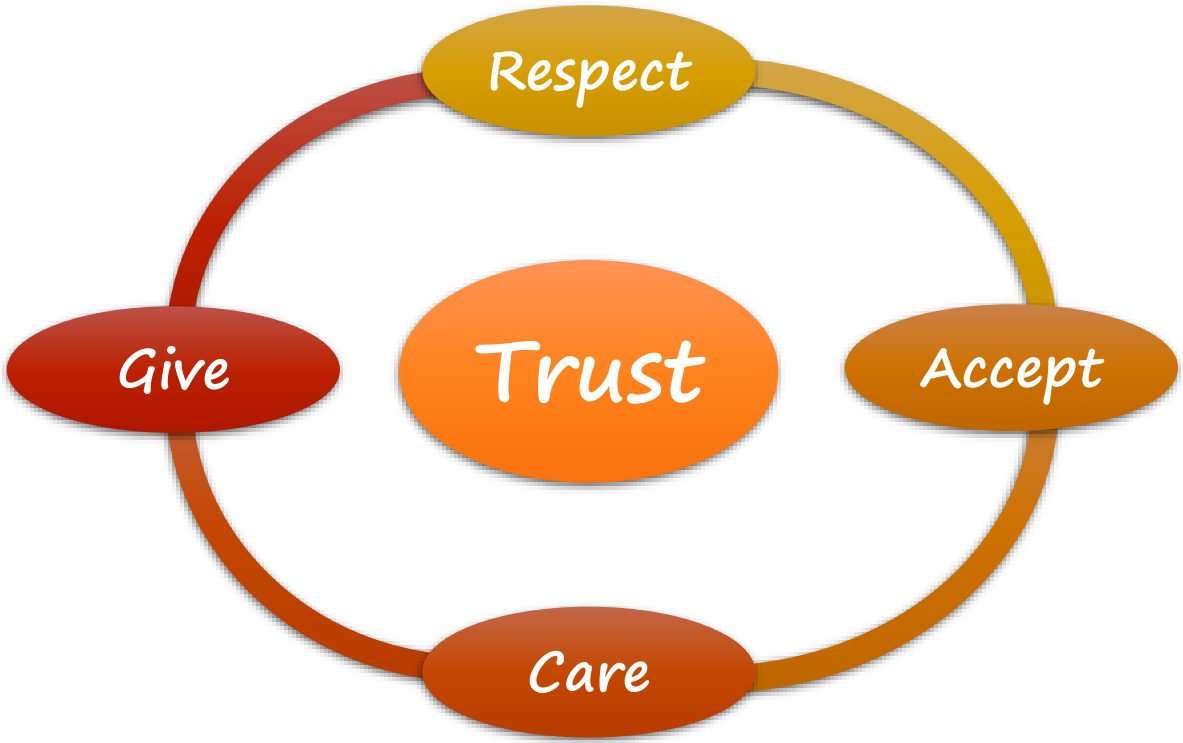


Dengarkan
Terima
Tanya
Ekspresikan



Menilai
Menyalahkan
Mengasihani
Memberi saran

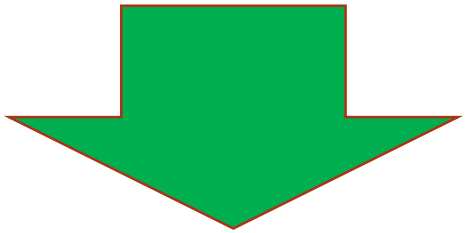
Proses dan Hasil Empati



"Perumpamaan orang-orang beriman dalam cinta, kasih sayang, dan kelembutan mereka layaknya tubuh.

Bila satu anggota tubuh sakit, maka seluruh tubuhnya turut merasakan susah tidur dan demam."

(HR. Muslim)



EMPATI