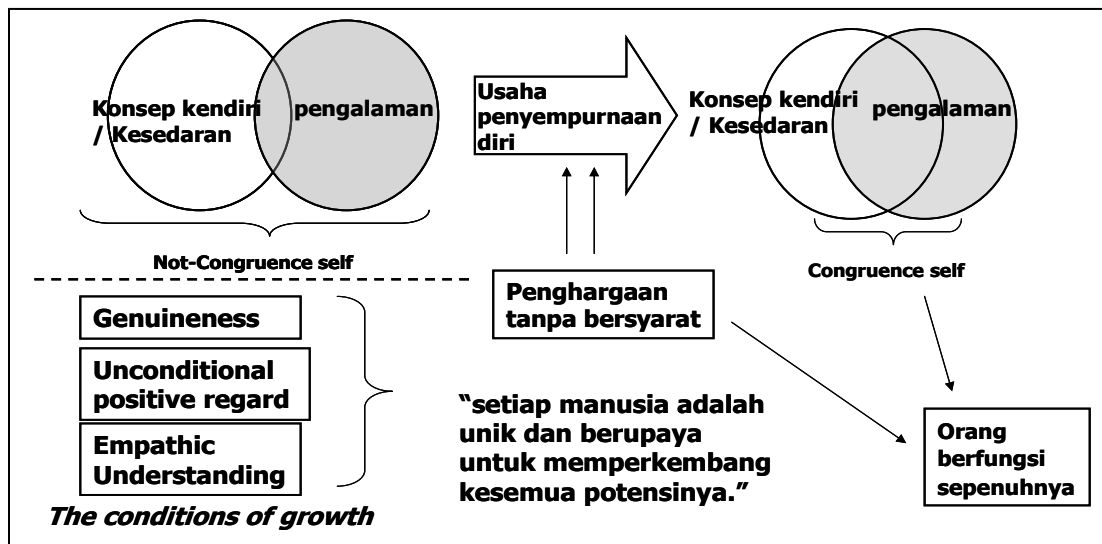


# Psikoterapi dan Pembolehkan Konsep Kendiri (PART 13)

Assoc. Prof. Dr. Azizi Hj Yahaya

Untuk menangani masalah ini, psikoterapi Rogerian mencadangkan penawarnya sebagai “penghargaan positif tanpa bersyarat” ( unconditional positive regard ). Penawar ini dipercayai dapat membantu seseorang itu menerima dan mendepani hakikat kelemahan dan kekurangan dirinya. Apabila ini berlaku, Rogers yakin bahawa seseorang itu telah mempunyai kesediaan awal untuk memikul tanggungjawab diri dalam mengatasi masalahnya dengan potensi penyempurnaan diri yang sedia ada. (rujuk gambarajah 3.3.2 )



Gambarajah 3.3.2 Penghargaan positif tanpa bersyarat sebagai penawar kepada ketidak-kongruenan diri dalam psikoterapi Rogerian.

Dua lagi elemen penting yang dilihat sebagai syarat perkembangan diri ialah penjalinan hubungan ketulenan ( genuineness ) dan penerimaan pemahaman empati. Hubungan ketulenan boleh dinyatakan sebagai hubungan yang telus (transparent) di mana tiada rahsia dan samaran yang disengajakan dari mana-mana pihak. Pemahaman empati pula merujuk kepada usaha pemahaman (melihat dan merasa) terhadap seseorang dilakukan dari sudut seseorang itu tanpa

melibatkan elemen belas kasihan atau penghakiman. Ini membolehkan pemahaman sebenar seperti mana difahami seseorang itu sendiri didapatkan. ( Rogers, 1977 )

Pendek kata, psikoterapi Rogerian tidak mengubah sendiri atau konsep sendiri seseorang pesakit, tetapi membantu pesakit itu mengubah sendiri dan konsep kendirinya. Pesakit dibantu untuk menerima keadaan dan perasaan sebenarnya dan seterusnya dibimbing untuk memikul tanggungjawab diri dalam perjalanan perkembangan potensi dan penyempurnaan dirinya.

CONTINUE...