

Bimbingan
Konseling

20 Teknik Konseling yang Perlu dikuasai Guru BK

Panduan singkat untuk membantu
proses konseling menjadi lebih efektif



BY: NADIRAH VITA YOLA, S.Pd



Mengapa Guru BK Perlu Menguasai Teknik Konseling?

Membangun Hubungan Baik



Menciptakan kedekatan dan rasa percaya antara Guru BK dan konseli.

Membantu Siswa



Membantu siswa menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi.

1. **Kelebihan:** Menarik dan interaktif, memudahkan dalam memahami materi.

Kekurangan: Terlalu sederhana dan tidak ada penjelasan, sehingga membuat audiens bingung.

Menggali Informasi



Menggali informasi secara tepat untuk memahami masalah siswa.

Konseling Efektif & Profesional



Menciptakan proses konseling yang efektif, etis, dan profesional.

Teknik Membangun Hubungan

Teknik dasar yang membantu Guru BK membangun kepercayaan dan kedekatan dengan konseli.

👉 Rapport: membangun kedekatan dan rasa percaya



👁️ Attending: perhatian penuh lewat sikap & kontak mata



👂 Active Listening: mendengarkan fokus tanpa menghakimi



❤️ Empati: memahami perasaan konseli dari sudut pandangnya



Teknik Menggali Informasi

Teknik untuk mendorong konseli berbagi informasi secara tepat dan mendalam.

? Pertanyaan
Terbuka

📝 Pertanyaan
Tertutup

🔍 Klarifikasi

💬 Parafrase



Teknik Memahami Konseli

Pahami perasaan dan isi pembicaraan konseli untuk membantu proses konseling lebih efektif.

Refleksi
Perasaan



Refleksi Isi



Focusing



Summarizing



Teknik Membantu Konseli

Teknik untuk mengarahkan dan mendukung konseli mencapai tujuan yang realistis.

➡ Leading:
mengarahkan
pembicaraan
secara tepat



💡 Memberikan
Informasi:
menyampaikan info
tanpa memaksakan



👉 Reassurance:
memberikan
dukungan dan
penguatan



🎯 Goal Setting:
menetapkan
tujuan yang
realistis



Teknik Mengubah Perilaku

Teknik untuk membantu konseli mengubah perilaku menjadi lebih positif dan konstruktif.

✓ Positive
Reinforcement



📄 Behavior
Contract



🎭 Role Playing



👤 Modeling



Teknik Lanjutan

Teknik tingkat lanjut untuk sesi konseling yang lebih mendalam dan bermakna.

 Konfrontasi:
menyadari
ketidaksesuaian
ucapan dan
tindakan



 Silence: memberi
ruang agar konseli
berpikir dan
mengekspresikan
perasaan



 Homework:
tugas sederhana
untuk diterapkan di
luar sesi konseling



 Follow Up:
memantau
perkembangan
setelah layanan
diberikan



Hal yang Perlu Diingat

Teknik konseling adalah alat bantu, bukan aturan kaku. Setiap konseli unik dan membutuhkan pendekatan yang berbeda-beda.

- ✓ Tidak semua teknik digunakan dalam setiap sesi konseling
- ✓ Pilih teknik sesuai kebutuhan dan kondisi konseli
- ✓ Gunakan teknik secara fleksibel, etis, dan sesuai kompetensi Guru BK



Penutup 🎉

💡 **INGAT SELALU**

Semakin sering berlatih, semakin terampil Guru BK membantu siswa menemukan solusi.

☀️ **SEMANGAT TERUS!**

Teruslah belajar dan berlatih untuk menjadi konselor yang lebih baik setiap harinya!

🎯 **MOTO GURU BK**

"Membantu siswa tumbuh adalah panggilan mulia."

📍 **MGBK SMK ACEH
TENGAH**

**Guru BK Profesional Tidak
Hanya Mendengarkan,
tetapi Juga Menggunakan
Teknik yang Tepat!**