

Research Article

Transference and Countertransference in Counseling**Ice Desvikayati**

Universitas Negeri Padang

E-mail: rivatcato@gmail.com**Yeni Karneli**

Universitas Negeri Padang

E-mail: yenikarneli@fip.unp.ac.id**Mudjiran**

Universitas Negeri Padang

E-mail: mudjiran.unp@gmail.com**Ramdani**

Universitas Riau Kepulauan

E-mail: ramdanidani46@gmail.com

Copyright © 2025 by Authors, Published by Journal of Psychology, Counseling and Education.

Received : March 17, 2025

Revised : April 22, 2025

Accepted : May 19, 2025

Available online : June 25, 2025

How to Cite: Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, & Ramdani. (2025). Transference and Countertransference in Counseling. *Journal Of Psychology, Counseling And Education*, 3(2), 102–114. <https://doi.org/10.58355/psy.v3i2.65>

Abstract

In the counseling process, transfer and countertransfer are important psychological phenomena. When clients unconsciously project their feelings, hopes, or past experiences onto the counselor, this is called transference. On the other hand, the counselor's emotional reaction to the client which is influenced by the counselor's personal experiences is called countertransference. In a counseling relationship, this phenomenon can be both a challenge and an opportunity. This article discusses the ideas, dynamics, and effects of transference and countertransference on counseling effectiveness. The focus is on how important self-awareness, reflection skills, and supervision are to managing these two phenomena in a beneficial way. To find important problems that influence clients in managing transference, counselors must understand the client's emotional and behavioral patterns. To avoid mistakes that can occur in the counseling relationship, managing countertransference requires that counselors be aware of their own biases and emotional reactions.

Keywords: Transference, Countertransference, Counseling.

Transference dan Countertransference dalam Counseling

Abstrak

Dalam proses konseling, transfer dan countertransfer adalah fenomena psikologis penting. Ketika klien secara tidak sadar memproyeksikan perasaan, harapan, atau pengalaman masa lalunya kepada konselor, ini disebut transference. Sebaliknya, reaksi emosional konselor terhadap klien yang dipengaruhi oleh pengalaman pribadi konselor disebut countertransference. Dalam hubungan konseling, fenomena ini dapat menjadi tantangan maupun peluang. Artikel ini membahas ide, dinamika, dan efek transference dan countertransference terhadap efektivitas konseling. Fokusnya adalah bagaimana pentingnya kesadaran diri, keterampilan refleksi, dan supervisi untuk mengelola kedua fenomena ini dengan cara yang bermanfaat. Untuk menemukan masalah penting yang memengaruhi klien dalam pengelolaan transference, konselor harus memahami pola emosi dan perilaku klien. Untuk menghindari kesalahan yang dapat terjadi dalam hubungan konseling, pengelolaan countertransference menuntut agar konselor menyadari bias dan reaksi emosional mereka sendiri.

Keywords: Transference, Countertransference, Konseling.

PENDAHULUAN

Dalam proses konseling dan terapi, banyak hal yang ditemui oleh konselor dan klien. Hal yang akan ditemui biasanya mulai dari hambatan yang akan mengganggu proses konseling atau terapi hingga hal yang bisa melancarkan proses keduanya. Demikian juga sebagai konselor harus mampu memanfaatkan dan menghadapi hal tersebut guna mencapai hasil yang memuaskan (Brammer, 1982). Salah satu hambatan dalam membangun hubungan dalam proses konseling ialah transference, transference adalah pengalihan perasaan secara tidak sadar dari satu orang ke orang lain atau seluruh rangkaian pengalaman psikologis yang dihidupkan kembali (McNally et al., 2019).

Transference mengacu pada perasaan romantis atau kebencian yang dimiliki oleh klien terhadap konselor (Jenks & Oka, 2021). Transference melibatkan pengalaman masa lalu yang mempengaruhi klien di masa sekarang. Misalnya transference perasaan terhadap orang tua ke pasangan atau anak-anak, atau pola perasaan dan perilaku yang berulang dengan seseorang yang baru. Transference ini disebabkan oleh kesimpulan yang tidak disadari yang diambil dari pengalaman sebelumnya dengan individu yang serupa (McNally et al., 2019). Transference ini adalah masalah umum yang terjadi dalam proses konseling sejak pertama kali klien mulai mencari seorang profesional yaitu konselor untuk memberikan bantuan psikologis pada dirinya (Martin, C., Godfrey, M., Meekums, B., & Madill, 2011).

Hal ini terjadi dikarenakan klien merasa menemukan seseorang yang mau mendengarkan dan memahami baik itu untuk pertama kali dalam hidup mereka atau untuk pertama kali dalam waktu yang lama (Rodgers, 2011). Akibat terjadinya transference ini maka akan memicu perasaan kuat dari klien yaitu perasaan romantis untuk konselor mereka (Jenks & Oka, 2021). Ketika transference menjadi kuat dan tidak ditangani secara tepat oleh konselor maka akan terjadi kekaburan standar

etika dan membuka jalan dalam hubungan yang tidak pantas dalam proses konseling (Norris, D. M., Gutheil, T. G., & Strasburger, 2003). Untuk itu, maka dalam artikel ini akan membahas mengenai transference baik dari segi penyebab, jenis dan strategi dalam mengatasi transference yang diberikan klien kepada konselor.

Interaksi antara konseli berinteraksi merupakan sebuah proses saling membuka diri (self-disclosure). Mereka saling menyampaikan pikiran dan perasaan yang terkandung dalam batin masing-masing. Konseli membuka batinnya sendiri dan konselor membuka isi pikiran dan perasaan sejauh menyangkut konseli, bukan pengalaman batin yang menyangkut kehidupan pribadinya sendiri. Pembukaan diri (pikiran dan perasaan) konseli terhadap konselor ini menjadi langkah awal bagi konselor untuk mendalami keadaan batin konseli sehingga pada akhirnya dapat ditemukan akar masalah atau penyebab utama masalah konseli.

Namun demikian, seringkali terjadi konselor melakukan ketidaktepatan di dalam memberikan treatment kepada konseli bukan karena apa yang dilakukannya melainkan karena konseli memproyeksikan kepada konselor sifat-sifat orang-orang penting dalam kehidupan konseli, seperti orangtua, saudara dekat, atau sosok orang lain. Sebagai contoh, konseli yang merasa takut kepada ayahnya akan menerima konselor sebagai seorang bapak yang galak. Kemudian, kemungkinan besar perasaan takut akan mendominasi pengungkapan isi batin konseli dan akibatnya konseli menjadi kurang bisa membuka diri pada konselornya. Lalu, konselor menginterpretasikan konseli sebagai individu yang tertutup dan kurang memiliki kemampuan membuka diri.

Inilah yang disebut gejala transference. Konselor mungkin pula memberikan treatment yang kurang tepat pada konselinya karena memproyeksikan kepada konselinya sifat-sifat orang-orang penting dalam kehidupan konselor. Sebagai contoh, seorang konselor yang ditinggal oleh kekasihhatinya akan mengekspresikan perasaan cinta kepada konseli yang berlawanan jenis yang ada kemiripan dengan kekasihnya itu dan tanpa disadarinya sering memperlama pertemuan konseling. Ini disebut gejala countertransference.

Gejala transference dan countertansference itu dapat mengganggu komunikasi profesional antara konselor dan konseli karena kedua gejala itu akan mengarahkan konselor kepada pemberian treatment yang tidak berdasarkan pada masalah atau akar masalah konseli. Di dalam relasi konseling, kemungkinan dapat muncul gejala transference saja, atau countertransference saja, atau bisa keduanya.

METODE PENELITIAN

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah dengan metode studi literature yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat serta mengolah bahan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan dengan mengidentifikasi masalah yang sering terjadi di dalam hubungan konseling, setelah diketahui masalah umum yang sering terjadi dalam hubungan konseling ialah transference atau pemindahan perasaan dari seorang klien terhadap konselor, yang mana pemindahan perasaan ini berasal dari masalah yang tidak terselesaikan dari masa lalu klien. Ketika koselor mengalami suatu gejala yang terjadi ketika ada perasaan yang tidak wajar dari pihak terapis

terhadap konseli yang disebut countertransference. Kemudian setelah diidentifikasi peneliti melakukan pengumpulan data mengenai transference dan countertransference yang selanjutnya dianalisis dan disimpulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Transference dan Countertransference

Istilah transference berasal dari Sigmund Freud. Pertama kali gejala transference ditemukan Freud pada pekerjaan klinisnya di mana konselinya memiliki perasaan dan fantasi yang kuat terhadap terapisnya yang sebenarnya tidak berbasis realitas. Oleh banyak ahli, perasaan dan fantasi konseli yang kuat terhadap terapis ini sebenarnya merupakan proyeksi dari situasi-situasi relasi antara anak dan orang tua di masa kanak-kanaknya. Proyeksi itu sendiri berkaitan dengan “unfinished business” atau persoalan yang belum terselesaikan dari relasi-relasi dimasa lalu dengan orang-orang yang berarti dalam kehidupan konseli. Menurut Nunberg, transference merupakan proyeksi terhadap gambaran ayah pada diri terapis. Namun, Zetzel melihat sumber proyeksi secara lebih luas, yaitu bukan hanya gambaran ayah melainkan gambaran orang tua.

Transference adalah pelimpahan perasaan-perasaan dan harapan-harapan tertentu dari konseli terhadap konselor. Sejalan dengan batasan di atas. Gelso dan Hayes menguraikan bahwa transference meliputi perasaan-perasaan terhadap terapis, namun juga bagaimana konseli mengharapkan berperilaku dan berperasaan terhadap terapis serta apa yang diharapkannya dari terapis. Berkaitan relasi dengan orang-orang yang berarti di masa lampau, secara spesifik Lagache mendefinisikan transference sebagai pengulangan kehidupan masa kini, khususnya relasi dengan keluarga dan orang tua yang melibatkan aspek emosional.

Dalam melakukan transference konseli memindahkan kearah konselor/terapis berbagai perasaan yang pernah dialaminya ketika berhubungan dengan orang-orang penting dalam kehidupannya, atau mengharapkan dari konselor/terapis hal-hal tertentu yang jarang diperolehnya dari orang-orang penting dalam hidupnya. Orang-orang penting itu adalah orang tua, saudara dekat, atau sosok figure lain yang memiliki otoritas terhadap konseli. Pemindahan itu sendiri tidak selalu disadari oleh konseli; bahkan sering kali dilakukan secara tidak sadar (unconscious) atau setengah sadar. Menurut Jackson “transference refers to certain unconsciously redirected feelings, fears, or emotions from a client toward the counselor that actually stems from past feelings and interaction with others”. Selain unsur ketidak sadaran dari konseli, transference juga berlangsung secara spontan dan tidak berkaitan dengan situasi analitik atau perilaku terapis. Transference terjadi selain tanpa disadari juga berlangsung secara otomatis. Individu tidak sadar dan tidak mengetahui mengapa dia berperasaan atau berharap demikian terhadap individu lain.

Terhadap orang-orang yang berarti di masa lalunya, konseli telah mengembangkan suatu sikap yang terungkap dalam ekspresi reaksi perasaannya terhadap mereka yang diproyeksikan kepada konselor (terapis) dalam situasi konseling atau psikoterapi, misalnya seorang konseli merasa takut pada ayahnya; merasa dekat dengan ibunya; mempunyai rasa permusuhan terhadap saudara

kandungnya, memiliki rasa curiga terhadap guru yang berlainan jenis, atau merasa jengkel dan kecewa terhadap orangtuanya yang kurang memberikan perhatian dan kasih sayang.

Bagi Grant & Crawley, proses pengorganisasian pengalaman dibentuk oleh proses belajar dengan orang-orang yang berarti di masa-masa awal kehidupan individu, biasanya dengan orang tuanya. Pengalaman dimasa lalu dapat mencerminkan issue-issue yang belum terpecahkan dan pengalaman-pengalaman yang menyakitkan di masa kanak-kanak namun dapat pula mencerminkan cara-cara individu memperoleh pengalaman positif yang memberikan rasa bahagia dalam hidupnya. Proses pengorganisasian ini terjadi di dalam bentuk represi (penekanan). Namun, mengapa transference itu dapat terjadi? Hal itu terjadi karena pada dasarnya individu ingin menghindarkan diri sejauh mungkin dari penderitaan yang berat dan rasa cemas, malu, bersalah, dan ingatan-ingatan yang menyakitkan (resistance).

Ia menggeneralisasikan dari pengalaman-pengalaman yang dipelajari pada awal hidupnya (transference). Bila transference berupa pelimpahan perasaan dan harapan secara tidak disadari dan berlangsung secara spontan oleh konseli kepada konselor, maka sebaliknya pelimpahan perasaan dan harapan secara tidak disadari dan berlangsung secara spontan oleh konselor/terapis kepada konseli disebut countertransference. Countertransference merupakan proyeksi berbagai pengalaman akan nilai-nilai dan emosi-emosi dalam diri konselor yang ditekan sehingga ketika ia memberi konseling berbagai pengalaman tersebut muncul kembali, terutama saat berhadapan dengan konseli yang mempunyai pengalaman yang mirip dengan dirinya. Akibatnya, proses konseling bisa menjadi pelimpahan perasaan konselor terhadap konseli secara intensif. Dalam tradisi psikoanalisa, diskusi tentang tema countertransference tidak banyak dibandingkan dengan transference. Banyak ahli berasumsi bahwa terapis adalah pribadi yang matang, biasanya berusia lebih tua dibandingkan pasiennya sehingga sangat jarang terjadi proyeksi figure ayah di dalam diri pasien.

Dalam literatur tahun 1990-an, pembahasan countertransference sama banyaknya dengan transference. Countertransference adalah suatu gejala yang terjadi ketika ada perasaan yang tidak wajar dari pihak terapis terhadap konseli. Gejala itu tampak, misalnya, terapis kehilangan objektivitas di dalam relasi. Hal itu terjadi karena adanya konflik di dalam dirinya yang dipicu oleh relasi dengan konseli yang seolah-olah sebagai ibu, ayah, atau kekasih. Kehilangan objektivitas di dalam relasi konseling dapat pula terjadi karena konselor atau terapis tidak menyadari segala reaksi transference konseli dan ia meresponnya.

Gejala dan arah transference dan countertransference

Dalam setting konseling, Benyamin menemukan transference menggejala dalam perilaku-perilaku konseli terhadap konselor (terapis) dengan tanda-tanda sebagai berikut:

- a. Konseli sering mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat pribadi.
- b. Setelah satu atau dua kali pertemuan, konseli sangat sangat memuji pribadi dan pekerjaan konselor.

Transference and Countertransference in Counseling

Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, Ramdani

- c. Konseli meminta konselor mengubah jadwal pertemuan agar sesuai dengan jadwal konseli. Jadi, konselor yang menyesuaikan diri dengan keadaan konseli.
- d. Konseli membawakan hadiah untuk konselor.
- e. Konseli secara berulang-ulang mengundang konselor untuk menghadiri acara-acara sosial dan merasa ditolak bila konselor menjelaskan tentang adanya pemisahan yang tegas antara pekerjaan profesional dan kehidupan sosial.
- f. Konseli meminta konselor untuk memecahkan masalah konseli.
- g. Konseli sering menanyakan sesuatu di luar keahlian konselor. Meskipun konselor telah menjelaskan bahwa hal-hal yang ditanyakan bukan keahlian, namun konseli terus menerus mengulangi pertanyaan tersebut.
- h. Konseli sering mengatakan bahwa konselor mengingatkan dia pada seseorang.
- i. Konseli mengalami kesulitan mengatur batas-batas fisik dan berusaha menyentuh konselor secara tidak tepat di setiap akhir pertemuan.
- j. Konseli mengalami kesulitan mengakhiri pertemuan dan terus menerus berusaha mengajak konselor meneruskan percakapan.
- k. Konseli menceritakan kepada konselor tentang detail-detail yang sangat pribadi (intim) dari kehidupan pribadinya.

Sedangkan gejala countertransference menggejala dalam perasaan atau sikap atau perilaku-perilaku konselor terhadap konselinya sebagai berikut:

- a. Konselor merasa sangat tertarik terhadap konseli.
- b. Konselor jatuh cinta kepada konseli yang berlainan jenis.
- c. Konselor merasa benci kepada konseli.
- d. Konselor merasa marah kepada konseli.
- e. Konselor merasa gelisah karena konseli menyinggung suatu hal yang bagi dirinya sendiri merupakan persoalan.
- f. Konselor mengharapkan konseli tertentu sering menghubunginya karena konselor mendapat kepuasan pribadi dari pertemuan dengan konselinya.
- g. Konselor mengharapkan konseli menerima semua nasihatnya karena konselor cenderung ingin menguasai orang.
- h. Konselor mengharapkan konseli cepat menunjukkan tanda-tanda kemajuan selama proses konseling dan konselor merasa cemas bila tanda kemajuan belum tampak.

Dari perspektif psikoanalisa, countertransference dalam relasi antara terapis dan pasien sering dipicu oleh kecemasan dalam diri terapis. Kecemasan itu sendiri muncul karena situasi-situasi sebagai berikut: (1) kebutuhan untuk sukses atau dikenal sebagai terapis yang kompeten, (2) adanya problem neurotic yang belum terselesaikan, dan (3) kecemasan dari pihak pasien yang dikomunikasikan, baik secara verbal maupun nonverbal, kepada terapis. Lebih lanjut, sebagaimana ditegaskan kembali oleh Patterson dalam buku *Counseling and Psychotherapy: Theory and Practice*, Cohen mengidentifikasi tanda-tanda kecemasan yang perlu diwaspadai oleh terapis karena dapat menghadirkan countertransference sebagai berikut:

- a. Ketidaksukaan pada klien yang tidak masuk akal (unreasonable dislike for the client)
- b. Ketidakmampuan berempati pada klien (inability to empathize with the client).

Transference and Countertransference in Counseling

Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, Ramdani

- c. Reaksi emosional yang berlebihan terhadap permusuhan klien (an overemotional reaction to the client's hostility)
- d. Menyukai klien secara terus menerus (excessive liking for the client)
- e. Tidak merasa nyaman dengan klien (discomfort with the client; dread of sessions with him).
- f. Asyik dengan gaya dan perilaku klien, termasuk membayangkan respon untuk klien (preoccupation with the client's behavior trends; including fantasizing about responses to the client).
- g. Kesulitan memberi perhatian kepada klien (difficulty in paying attention to the client).
- h. Mulai terlambat menepati janji atau melebihi waktu pertemuan yang telah dijadwalkan (beginning appointments late or running over the established time).
- i. Terlibat dalam berargumentasi dengan klien (getting involved in arguments with the client).
- j. Tertutup atau mudah menyerang kritikan klien (defensiveness or vulnerability to the client's criticism).
- k. Kesalahpahaman terhadap klien yang berulang-ulang (repeated misunderstanding of the therapist by the client).
- l. Membangkitkan emosi pada klien (provoking affect in the client).
- m. Merasa terdorong untuk melakukan sesuatu hal untuk klien secara aktif, seperti memberi nasihat atau saran (feeling impelled to do something active for the client such as giving advice or suggestions).
- n. Memimpikan klien (appearance of the therapist in the client's dreams as himself, or the appearance of the clients in the therapist's dreams).

Dilihat dari arah pengalihan dikenal dua macam transference dan counter transference, yaitu searah dan berlawanan arah. Searah artinya perasaan konseli terhadap konselor/terapis sama atau mirip dengan perasaannya terhadap seseorang yang berarti di masa lampau. Begitu pula yang terjadi pada pengalihan perasaan/sikap/ harapan dari konselor pada konseli. Kemiripan itu dapat berupa perasaan yang positif tetapi dapat pula yang negatif. Misal pada kasus transference, seorang remaja putri yang pada dasarnya merasa takut pada ayahnya, melimpahkan perasaan takut terhadap konselor/terapis pria; karena seolah-oleh konselor/terapis itu berperan sebagai ayahnya (perasaan negatif). Seorang remaja putra yang sangat dekat dengan mendiang ibunya, merasa dekat pula dengan konselor/terapis wanita yang dianggapnya sebagai pengganti ibunya (perasaan positif).

Pengalihan yang berlawanan arah berarti konseli melimpahkan perasaan terhadap konselor/terapis yang persis berlawanan dengan perasaannya terhadap seseorang yang berarti dalam kehidupannya. Misalnya pengalihan perasaan negatif ke perasaan positif. Pada kasus transference: seorang remaja putri merasa jengkel pada ayahnya karena sejak kecil kurang mendapat kasih sayang, kemudian merasa akrab, dekat, dan sangat tergantung pada konselor/terapis pria yang bersikap ramah, sabar, dan penuh perhatian. Kalau terhadap ayahnya, remaja putri ini merasa jauh, sebaliknya, dengan konselor/terapisnya dia merasa dekat dan bahkan ingin selalu dekat. Seolah-olah konselor/terapis pria ini adalah pengganti ayahnya. Pada kasus countertransference: seorang konselor pria yang merasa senang diperhatikan oleh

konselinya (seorang putri) dan mengharapkan konseli selalu memberi perhatian pada dirinya karena dia merasa benci pada ibunya yang kurang memberikan kasih sayang pada dirinya.

Selain dilihat dari arah pengalihan, pengelompokkan transference dan countertransference dapat dilihat dari isinya, yaitu positif, negatif dan transference erotic. Pada transference positif, konseli mengalami perasaan positif terhadap konselornya, seperti perasaan hangat, cinta, kagum, percaya, sayang, dan sebagainya. Hadirnya transference positif mengindikasikan bahwa konselor di samakan oleh konseli secara tidak sadar seperti orangtua yang mencintai dan penolong, dan sekali transference ini terjadi kata-kata konselor akan diterima konseli sebagai suatu otoritas, pengaruh, dan power layaknya dari orangtua. Sebaliknya, pada transference negatif, konseli mengalami perasaan negatif terhadap konselornya, seperti marah, takut, dendam, atau tidak percaya terhadap konselornya. Transference positif dan negatif menggejala dalam sikap atau perilaku konseli, seperti beberapa contoh di bawah ini:

- a. Seorang remaja putri pada masa kecilnya kurang mendapat kasih sayang dari ayahnya. Karena bapak konselor menunjukkan sikap ramah, berbicara lembut serta bertindak sabar, remaja putri ini mulai memandang konselor sebagai pengganti ayahnya. Dia selalu mencari-cari kesempatan untuk berjumpa dengan bapak konselor, bahkan mengirim surat-surat yang isinya adalah curahan isi hatinya. (Transference positif, berlawanan arah, terwujud dalam perilaku)
- b. Seorang remaja putra sudah lama mengalami konflik dengan ayahnya, karena dia menganggap ayahnya terlalu keras dan menguasai kehidupannya. Dia merasa tertekan dan tidak memiliki kebebasan di dalam hidupnya. Oleh karena itu, ketika bapak konselor menyatakan ketidaksetujuan akan rencananya untuk “back street” dengan pacarnya, remaja ini bersikap marah (transference negatif, searah, terwujud dalam sikap)
- c. Seorang remaja putri merasa sangat kecewa terhadap perlakuan yang diterimanya dari beberapa pria yang berperanan penting dalam hidupnya, misalnya dengan ayah tirinya, kakak laki-laki, dan mantan-mantan pacar. Oleh karena itu, dia merasa takut dan menjadi sangat sulit berbicara secara terbuka dengan konselor laki-laki. (Transference negatif, searah, terwujud dalam perilaku)

Transference erotis adalah transference positif (perasaan sayang atau cinta) yang ditandai dengan adanya perasaan erotis terhadap konselor. Relasi konseling, kemudian, ditandai dengan pengungkapan diri secara verbal yang sangat personal terhadap konselor dan konselor membalasnya dengan rasa empati yang disertai dengan reaksi-reaksi penuh minat dari konselornya. Konseli kadangkala memberikan arah secara langsung atau tidak langsung yang sebenarnya menunjukkan perasaan erotis dalam bentuk sikap atau perilaku. Beberapa contoh sikap dan perilaku konseli wanita terhadap konselor pria di bawah ini menggambarkan transference erotis:

- a. Konseli memakai blus ketat sebatas perut sehingga setiap kali dia mengangkat tangannya, bagian pinggang hingga perut akan tampak dengan jelas (secara langsung)
- b. Konseli menatap konselor dengan penuh rasa cinta (secara langsung)

Transference and Countertransference in Counseling

Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, Ramdani

- c. Konseli mengungkapkan secara simbolik atau terus terang bahwa pacar atau suami idamannya ada di dalam diri konselor (secara tidak langsung/ langsung).
- d. Konseli menceritakan bahwa dia (sering) bermimpi mendapat ciuman atau pelukan yang hangat dari seseorang yang dia dambakan selama ini yang memiliki ciri-ciri seperti konselor (secara tidak langsung).

Mengkomunikasikan *transference* dan *countertransference*

Grant & Crawley (2002) mensarikan pendapat para ahli mengenai cara-cara konseli mengkomunikasikan *transference* terhadap konselor. Menurut mereka ada empat cara yaitu:

- a. Konseli mengkomunikasikan *transference* secara langsung dengan cara mengungkapkan perasaan atau harapan-harapannya kepada konselor. Misalnya, konseli wanita berkata kepada konselornya bahwa dia sangat mengagumi sikap kebakapan konselor yang mengingatkan dia pada ayahnya. Atau, contoh lain, seorang konseli laki-laki mengatakan bahwa dia senang ngobrol dengan konselor wanitanya yang sabar sekali mendengarkan “*uneg-unegnya*”, tidak seperti ibunya yang akan langsung mencelanya.
- b. Konseli mengkomunikasikan *transference* secara simbolik, melalui cerita atau deskripsi terhadap peristiwa-peristiwa dalam hidupnya yang kadang-kadang tema ceritanya menggambarkan relasi *transference* dengan konselornya. Misalnya, seorang konseli putri menceritakan betapa sedihnya dia ditinggal sahabatnya yang harus pulang ke kota asalnya karena studinya telah selesai. Hal ini dia ungkapkan bersamaan dengan berakhirnya proses konseling. Sebenarnya dia merasa berat hati “berpisah” dengan konselornya. Namun, konselor meyakinkan dia bahwa dia sudah mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, mampu mandiri, tanpa perlu bantuan konselor. Dalam contoh ini secara simbolik, konseli mengungkapkan kesedihannya berpisah dengan konselor yang selama ini telah dijadikan tempat “bergantung”.
- c. Konseli mengkomunikasikan *transference* secara imajinatif, melalui mimpimimpi dan fantasi. Konseli menceritakan mimpi-mimpinya atau fantasifantasinya yang secara simbolik merupakan representasi dari hubungannya dengan konselor. Contoh, seorang konseli putri yang bermimpi mendapat ciuman hangat dari seorang pria dengan ciri-ciri mirip dengan konselornya dan dia merasakan suatu kebahagiaan yang luar biasa.
- d. Konseli mengkomunikasikan *transference* yang berciri enactment, yaitu konseli memainkan suatu peran tertentu di awal relasi konseling dengan konselornya. Contohnya, seorang konseli meminta konselor mengantarkannya pulang setelah pertemuan konseling dan hal ini ditolak oleh konselornya. Konseli merasa ditolak oleh konselornya karena konselor tidak dapat berperan sebagai ibunya yang selalu mengantar dia ke mana saja. Jadi, pada awal-awal konseling, konseli telah menempatkan konselornya sebagai orangtua, khususnya ibunya. Kemudian, dia merasa sangat kecewa atas reaksi konselornya itu.

Pengaruh *Transference* dan *Countertransference* terhadap Efektivitas Konseling

Di dalam konseling, konselor memiliki peran yang sangat besar di dalam

Transference and Countertransference in Counseling

Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, Ramdani

membangun konseling yang efektif ataupun tidak efektif. Pemahaman yang baik dan tepat tentang gejala-gejala transference dan countertransference (berarti pengenalan yang baik akan unfinished bussiness diri sendiri) serta bagaimana mengatasinya merupakan suatu faktor penting bagi terselenggaranya konseling yang efektif. Selain terhadap gejala, pemahaman terhadap pola transference dan countertranference juga merupakan factor penting. Berikut ini dipaparkan beberapa pola transference dan countertransference yang diawali oleh gejala transference yang mengarah kepada kedekatan dan kelekatan konseli terhadap konselor; atau sebaliknya. Konselor merespon gejala transference itu dengan countertransference yang juga mengarah kepada kedekatan dengan konseli.

Tabel 1.

No	Pola	Transference	Countertransference
1	Mebutuhkan	Memandang terapis sebagai ibu yang penuh kasih sayang; tergantung Memandang konselor sebagai ibu yang tidak penyayang; sakit hati, marah.	Memelihara konseli secara berlebihan. Merasa ditolak oleh ketidakterpenuhinya kebutuhan konseli
2	Tidak nyaman	Takut bila konselor tidak menyukainya.	Menenangkan perasaan tidak nyaman konseli secara berlebihan. Merasa ditolak oleh ketidaknyamanan yang diungkapkan oleh konseli.
3	Mengalah	Berpura-pura mengakui akan segala sesuatu yang dilakukan konselor berjalan dengan baik.	Mempercayai kepurapuraan konseli.
4	Saling tergantung	Mencoba memperhatikan konselor. Memperhatikan ketidaknyamanan konselor dan menenangkannya.	Mengijinkan konseli untuk merawat atau memelihara dirinya.
5	Mempesona	Memikat konselor dengan cerita-cerita yang mengagumkan. Melayani minat seksual konselor.	Menjadi lebih tertarik kepada daya pikat konseli daripada memberikan konseling.

Transference and Countertransference in Counseling

Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, Ramdani

6	“Entitled”	Mengharapkan kebaikan hati konselor yang berkaitan dengan uang, waktu, dll.	Konselor memenuhi permintaan konseli.
7	Kebanggaan	Mengharapkan konselor memuji konseli.	Konselor memuji atau menghargai konseli. Konselor memikirkan keinginan konseli untuk mendapat dukungan.

Menyadarkan konseli bahwa ekspresi perasaan-perasaan atau harapanharapan tertentu kepada konselor, yang sering kali kadarnya sangat kuat, berasal dari pengalaman hidupnya bersama orang-orang tertentu di masa lampau adalah suatu intervensi. Konselor membuat transference yang semula tidak disadari konseli, menjadi suatu kesadaran; making the unconscious, conscious. Menurut penulis, pada prinsipnya, membuat transference menjadi suatu kesadaran dapat dilakukan melalui:

- a. Pemahaman dan penyadaran perasaan konselor pada konseli. Timbulnya perasaan tertentu di pihak konselor terhadap konseli lebih dipicu oleh sikap atau perasaan konseli terhadap konselor. Seperti misalnya, perasaan bosan konselor terhadap konseli mungkin karena ketidakdekatan konseli kepada konselor. Kebencian atau kemarahan konselor terhadap konseli mungkin karena penolakan konseli, atau perasaan takut terhadap konselor. Hal ini berarti transference tidak ditanggapi dengan countertransference.
- b. Pemberian penjelasan atau interpretasi mengapa konseli dapat berperasaan atau berharap tertentu terhadap konselor. Jadi, konselor menjelaskan bagaimana pengalaman traumatic dan isue-isue yang belum terselesaikan di masa- masa lalu (unfinished business) mempengaruhi relasinya dengan individu-individu di masa sekarang. Secara professional, penjelasan interpretasi ini tergantung dari orientasi teoretis konselor. Sebagai contoh, pan dangan psikoanalisa akan menelusuri pengalaman-pengalaman traumatik dan persoalan-persoalan yang belum terselesaikan dari masa kanak-kanak sehingga menghasilkan kesulitan emosional atau psikologis di masa sekarang, kemudian konselor memampukan konseli menemukan insight melalui pengaruh-pengaruh dari pengalaman-pengalaman ini di hidupnya sekarang.
- c. Penyadaran akan peran konselor. Konselor tidak sedang memainkan peran atau menggantikan peran sebagai orang tertentu yang sangat berarti dalam kehidupan konseli. Dengan demikian, pandangan konseli terhadap konselor (sedikit demi sedikit) beralih dari ayahnya, atau ibunya, atau saudara kandung ke konselor sebagai pribadi konselor.
- d. Penemuan insight melalui hubungan konseling yang profesional; relasi konselor-konseli, here-and-now experience. Pada intinya relasi dengan konselor sebagai sumber utama perubahan di dalam diri konseli. Hal ini berarti bahwa seolah-olah pengalaman traumatic hadir kembali di dalam relasi konseling/terapeutik, namun di respon secara berbeda. Kehadiran pengalaman traumatic itu harus disadari oleh konseli. Oleh sebab itu, sosok konselor dapat diibaratkan sebagai “cermin”,

sehingga konseli dapat 'melihat' dengan jelas apa yang telah terjadi selama ini sehingga relasi dengan orang lain di masa sekarang berlangsung tertentu.

Sebaliknya, pada kasus countertransference, seorang konselor; bahkan seorang konselor yang profesional pun, dapat mengalami gejala countertransference. Gejala countertransference dapat dialami oleh setiap konselor. Sikap profesional seorang konselor ditunjukkan oleh kesadarannya terhadap cara berpikir, berperasaan, dan berperilaku terhadap konseli yang tidak sesuai dengan peranannya sebagai konselor. Hal-hal yang perlu dilakukan selanjutnya adalah: (1) menguji setiap emosi yang kuat atau emosi yang tidak biasa yang muncul selama konseling berlangsung, (2) menguji setiap perasaan senang atau tidak senang yang kuat, (3) mengadakan refleksi diri sampai menemukan alasan yang mendasari sikapnya yang kurang tepat, dan akhirnya (4) menata kembali cara kerjanya dengan membicarakan persoalan pribadinya; unfinished bussiness; dengan konselor lain atau terapis yang ahli.

KESIMPULAN

Pada akhir tulisan ini kiranya dapat digaris bawahi tiga hal penting sebagai berikut. Pertama, gejala transference dan countertransference dapat dialami oleh konseli atau konselor sepanjang individu-individu itu masih memiliki unfinished bussiness dan berlangsung secara spontan dan tanpa disadari oleh individu (konseli atau konselor). Sebenarnya gejala transference dan countertransference dapat terjadi di semua relasi dalam kehidupan sehari-hari, namun gejala-gejala itu menjadi sangat bermakna di dalam relasi terapeutik (konseling), karena dapat dipandang sebagai cermin dari situasi internal pribadi konseli/konselor. Selain itu, gejala transference dan countertransference dapat mengganggu proses konseling.

Kedua, proses transference yang tidak dipahami dan disadari oleh konselor dapat membuat proses konseling menjadi kurang efektif; apalagi terjadi pula proses countertransference yang tidak disadari oleh konselor. Oleh karenanya, konselor yang mampu membuat transference yang semula tidak disadari konseli, menjadi suatu kesadaran; making the unconscious, conscious; adalah konselor yang profesional.

Ketiga, berkaitan dengan gejala-gejala countertransference, konselor sendiri yang seharusnya menyadari bahwa respon-responnya terhadap konseli tidak sesuai dengan perannya sebagai konselor. Artinya konselor seharusnya menyadari bahwa dirinya masih dilingkupi oleh unfinished bussiness. Meskipun untuk menghilangkannya dia perlu dibantu oleh terapis. Dengan mempelajari gejala-gejala countertransference dan dampaknya terhadap proses konseling, maka tampaklah betapa pentingnya seorang konselor berkepribadian dewasa dan memiliki taraf kesehatan mental yang tinggi. Kepribadian yang dewasa dan kesehatan mental yang tinggi berlaku bagi siapapun juga yang memiliki memilih menggeluti tugas dan tanggungjawab sebagai konselor yang profesional.

DAFTAR PUSTAKA

- Benyamin, B., Transference. ([Http://www.massagetoday.com](http://www.massagetoday.com))
Brown, D. & Srebalus, D.J., 2003 Introduction to the Counseling Profession, Allyn &

Transference and Countertransference in Counseling

Ice Desvikayati, Yeni Karneli, Mudjiran, Ramdani

- Bacon, Boston, Conner, M.G., 2001 "Transference: Are You a Biological Time Machine" (The Source). ([Http://www.crisiscounseling.com/articles/transference.htm](http://www.crisiscounseling.com/articles/transference.htm))
- Corey, G., 1991 Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Brooks/Cole Pub.Co, California.
- Grant, J, & Crawley, J., 2002 Transference and Projection, Open University Press, Buckingham.
- Jackson, K.C., Counseling Transference/Counter Transference Issue, [Http://www.contactpoint.com](http://www.contactpoint.com) (01 March 2009)
- Lovinger, R.J., 1990 Religion and Counseling: The Psychological Impact of Religion Belief, Continuum, New York.
- Patterson, C.H., 1959 Counseling and Psychotherapy: Theory and Practice, Harper & Row, New York. [Http://www.sageofasheville.com/Transference and Countertransference. htm](http://www.sageofasheville.com/Transference%20and%20Countertransference.htm)
- Winkel, W.S., & Sri Hastuti, M.M., 2004 Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan, Media Abadi, Yogyakarta. [Http://www.early.org/Patterns/Transference and Countertransference. htm](http://www.early.org/Patterns/Transference%20and%20Countertransference.htm).