

# Pendampingan pastoral dan kesehatan mental: Sebuah ikhtiar integratif dalam perspektif Alfred Adler

Alvonce Poluan<sup>1</sup> , Fibry Jati Nugroho<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Teologi Anugrah Indonesia, Surabaya

<sup>2</sup>Sekolah Tinggi Teologi Sangkakala, Salatiga

**Correspondence:**  
[apoluan123@gmail.com](mailto:apoluan123@gmail.com)

**DOI:**  
<https://doi.org/10.30995/kur.v11i2.1212>

## Article History

Submitted: Oct. 16, 2024

Reviewed: July 10, 2025

Accepted: Aug. 30, 2025

## Keywords:

Adler's individual psychology; holistic mental health; pastoral accompaniment; theological-psychological integration; integrasi teologi-psikologi; kesehatan mental holistik; pendampingan pastoral; psikologi individual Adler

Copyright: ©2025, Authors.  
License:



**Abstract:** Amid the global mental health crisis, conventional psychotherapy often fails to address the spiritual-existential dimensions of humanity. This study constructs an integrative Pastoral-Adlerian model that bridges Alfred Adler's individual psychology and pastoral theology to provide holistic mental health services. Through a critical literature review, the research synthesizes Adler's concepts—inferiority complex, teleology, and social interest—with Christian theological principles of grace, *imago Dei*, and vocation. Analysis reveals substantial compatibility: feelings of inferiority are reframed as spaces in which grace operates, while social interest manifests as the restoration of God's image. The model formulates four cyclical transformative stages: building empathic relationships, exploring life narratives, reorienting meaning and purpose, and community reintegration. This Pastoral-Adlerian integration represents an ethical response to holistically heal wounded humanity, transforming counseling spaces into oases where faith and psychology synergize to restore human dignity.

**Abstrak:** Di tengah krisis kesehatan mental global, psikoterapi konvensional sering gagal menyentuh dimensi spiritual-eksistensial manusia. Penelitian ini mengonstruksi model integratif Pastoral-Adlerian yang menjabatani psikologi individual Alfred Adler dengan teologi pastoral untuk menghadirkan layanan kesehatan jiwa holistik. Melalui studi pustaka kritis, penelitian mensintesikan konsep Adler—*inferiority complex*, *teleologi*, dan *social interest*—dengan prinsip teologi Kristen tentang anugerah, *imago Dei*, dan panggilan hidup. Hasil analisis menunjukkan kompatibilitas substantif: perasaan inferioritas dimaknai sebagai ruang bagi kasih karunia, sementara kepedulian sosial sebagai pemulih gambar Allah. Model ini diformulasikan dalam empat tahapan siklik: membangun relasi empatik, eksplorasi narasi hidup, reorientasi makna tujuan, dan reintegrasi komunitas. Integrasi ini merupakan respons etis merawat kemanusiaan terluka secara utuh.

## Pendahuluan

Selama beberapa dekade terakhir, kesehatan jiwa telah menyeruak sebagai panggilan kemanusiaan yang mendesak dalam percakapan global. Fenomena ini bukan sekadar deretan angka statistik, melainkan cerminan dari krisis kesejahteraan yang kian merapuh, di mana pergumulan batin tak lagi bisa dipandang sebagai penderitaan sunyi individu semata, melainkan beban kolektif yang menuntut kepedulian bersama. Angka-angka dari Organisasi Kesehatan

Dunia (WHO) berbicara tentang realitas yang memilukan: satu dari delapan orang di dunia kini hidup dalam bayang-bayang gangguan mental. Situasi ini kian memekik ketika pandemi COVID-19 menghantam, meninggalkan jejak trauma, kecemasan, dan depresi yang mendalam di hati banyak orang.<sup>1</sup> Maka, di tengah badai tantangan ini, hadirnya pendekatan yang mampu merangkul manusia secara utuh dan membumi bukan lagi sekadar pilihan, melainkan sebuah keharusan etis untuk menjangkau jiwa-jiwa yang paling rentan.<sup>2</sup>

Kendati jeritan akan pemulihan kian nyaring, pendekatan psikoterapi arus utama acap kali alpa menyentuh ruang terdalam manusia—spiritualitas.<sup>3</sup> Model biopsikososial, yang selama ini menjadi kiblat praktik psikologi dan psikiatri, kerap terjebak pada mekanisme biologis dan kognitif semata, seolah melupakan dahaga eksistensial yang bersemayam dalam diri setiap insan.<sup>4</sup> Padahal, berbagai penelusuran ilmiah semakin menegaskan bahwa spiritualitas adalah jangkar yang kokoh dalam membangun ketangguhan mental, membantu seseorang menemukan secercah makna di tengah gelapnya krisis.<sup>5</sup> Pengabaian terhadap dimensi ini menciptakan kekosongan yang menganga dalam layanan kesehatan jiwa, seperti sebuah celah yang mendesak untuk diisi oleh pendekatan yang lebih memanusiakan manusia.<sup>6</sup>

Di sinilah pendampingan pastoral hadir menawarkan oase harapan. Lebih dari sekadar dukungan emosional, pendampingan pastoral menyapa kedalaman batin melalui kehadiran yang penuh empati dan penyertaan yang menyentuh ranah transendental.<sup>7</sup> Tradisi yang telah mengakar kuat dalam sejarah kekristenan ini terbukti mampu menjembatani jurang antara kebutuhan spiritual dan intervensi psikologis melalui kekuatan ritus, doa, dan hangatnya komunitas. Namun, sangat disayangkan, meski relevansinya kian terasa, peran strategis pendampingan pastoral belum mendapat tempat yang layak dalam struktur pelayanan kesehatan modern maupun ruang publik.<sup>8</sup>

---

<sup>1</sup> World Health Organization, *World Mental Health Today: Latest Data* (Geneva: WHO, 2025), accessed December 26, 2025, <https://www.who.int/publications/i/item/9789240113817>.

<sup>2</sup> Novia Solichah, Rifa Hidayah, Ermita Zakiyah, M. Fikran Pandya, and Shulamite Ebere Ogbuabor, "Spiritual Mindfulness Therapy: An Intervention to Reduce Depression Symptoms," *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 1 (2025): 59–78, <https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i1.23690>.

<sup>3</sup> Katja Milner, P. Crawford, A. Edgley, L. Hare-Duke, and M. Slade, "The Experiences of Spirituality among Adults with Mental Health Difficulties: A Qualitative Systematic Review," *Epidemiology and Psychiatric Sciences* 29 (2020): e34, <https://doi.org/10.1017/S2045796019000234>.

<sup>4</sup> S. Nassir Ghaemi, "The Rise and Fall of the Biopsychosocial Model," *British Journal of Psychiatry* 195, no. 1 (2009): 3–4, <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.109.063859>.

<sup>5</sup> Alessandra Trianni and Renato Oliveira e Souza, "Transforming Mental Health for Pandemic Recovery and Social Development: Recommendations from the PAHO High-Level Commission on Mental Health and COVID-19," *Lancet Regional Health - Americas* 22 (2023): 100527, <https://doi.org/10.1016/j.lana.2023.100527>. Bdk. Shilpa Aggarwal et al., "Religiosity and Spirituality in the Prevention and Management of Depression and Anxiety in Young People: A Systematic Review and Meta-Analysis," *BMC Psychiatry* 23, no. 1 (2023): 729, <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>. Bdk. Fahad D. Alqahtani et al., "Using Spiritual Connections to Cope With Stress and Anxiety During the COVID-19 Pandemic," *Frontiers in Psychology* 13 (2022): 915290, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.915290>.

<sup>6</sup> Andrew R. Hatala, "Towards a Biopsychosocial-Spiritual Approach in Health Psychology: Exploring Theoretical Orientations and Future Directions," *Journal of Spirituality in Mental Health* 15, no. 4 (2013): 256–76, <https://doi.org/10.1080/19349637.2013.776448>.

<sup>7</sup> Simon Dein, "Religious Healing and Mental Health," *Mental Health, Religion & Culture* 23, no. 8 (2020): 657–65, <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1834220>.

<sup>8</sup> Jason A. Nieuwsma et al., "Implementing Integrated Mental Health and Chaplain Care in a National Quality Improvement Initiative," *Psychiatric Services (Washington, D.C.)* 68, no. 12 (2017): 1213–15, <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201700397>.

Peneliti mengakui bahwa upaya mengintegrasikan teologi dan psikologi dalam konseeling pastoral telah bertumbuh, namun perjalanannya masih menghadapi tantangan mendasar. Banyak pendekatan yang ada masih terpaku mengadopsi kerangka *kognitif-behavioral* atau psikodinamik secara kaku, yang tidak jarang mereduksi kekayaan spiritualitas sekadar menjadi variabel psikologis tambahan. Nganyu, dalam tinjauan kritisnya, mengingatkan aktor sosial bahwa integrasi semacam ini berisiko mengaburkan esensi teologis, di mana bahasa psikologi justru lebih dominan ketimbang nilai-nilai iman yang otentik.<sup>9</sup> Fenomena ini menjadi sinyal kuat akan perlunya sebuah model integratif baru, yaitu sebuah pendekatan yang cakap mensintesiskan ilmu jiwa dan teologi, juga setia menjaga kemurnian spiritual dalam ruang konseling.

Dalam konteks pencarian inilah, pemikiran Alfred Adler melalui psikologi individualnya menawarkan perspektif yang segar dan mendalam bagi pelayanan pastoral.<sup>10</sup> Kerangka berpikir Adler relevan karena ia memandang manusia dalam keutuhannya yang tidak terbagi, serta menekankan betapa vitalnya makna sosial dan tujuan hidup.<sup>11</sup> Konsep-konsep kunci seperti *inferiority complex*, kompensasi, teleologi, *lifestyle*, dan *social interest* telah terbukti ampuh meredakan kecemasan dan memulihkan kesejahteraan batin.<sup>12</sup> Namun, karena pendekatan Adlerian berakar pada pandangan naturalistik, maka diperlukan sebuah upaya dialogis yang mendalam untuk menyelaraskan prinsip-prinsip humanistik ini dengan nilai-nilai teologis, agar dapat berbuah manis dalam pelayanan berbasis iman.

Berangkat dari kegelisahan tersebut, tulisan ini berikhtiar menjawab pertanyaan: Bagaimana nilai-nilai luhur pendampingan pastoral dapat diperkaya melalui perspektif Adlerian? Peneliti berupaya membangun jembatan pemahaman antara psikologi humanistik yang berorientasi pada tujuan dengan teologi pastoral yang berpusat pada kasih dan harapan. Alfred Adler menawarkan konsep teleologis yang membuka peluang besar untuk memperkokoh fondasi konseling pastoral, khususnya dalam membantu individu menggumuli makna hidup dan relasi sosial. Harapannya, kajian ini dapat melahirkan kerangka teoretik yang kokoh untuk merespons krisis kesehatan mental zaman ini dengan cara yang lebih manusiawi dan utuh.

Sejatinya, pendampingan pastoral dan pandangan Adler memiliki satu detak jantung yang sama dalam memandang manusia. Keduanya menolak melihat manusia sekadar sebagai mesin biologis, melainkan sebagai makhluk yang memiliki kedalaman jiwa dan kerinduan akan tujuan. Dalam *Understanding Human Nature*, Adler dengan puitis menyatakan bahwa "destiny of man lies in his soul," sebuah penegasan bahwa merawat jiwa adalah fondasi utama bagi tegaknya karakter dan kesehatan mental.<sup>13</sup> Gagasan ini beresonansi begitu kuat dengan misi pastoral, menjadikan pertemuan keduanya sebagai langkah strategis untuk memulihkan manusia seutuhnya.

Dinamika psikis yang sentral dalam teori Adler, yakni perasaan inferioritas, memiliki relevansi yang intim dengan pelayanan pastoral. Perasaan rendah diri menjadi akar dari krisis eksistensial yang mendorong seseorang mengetuk pintu rohaniwan. Dalam ruang pastoral,

<sup>9</sup> Gideon Ngi Nganyu, "Pastoral Care and Christian Psychotherapy: Exploring the Intersection of Spiritual Direction and Mental Health Support in the Local Church," *Global Journal of Social Sciences* (May 7, 2025), <https://doi.org/10.15580/gjss.2025.1.050625078>.

<sup>10</sup> Jon Carlson and Matt Englar-Carlson, "Introduction," in *Adlerian Psychotherapy*, by Jon Carlson and Matt Englar-Carlson (Washington: American Psychological Association, 2017), 3–9, <https://doi.org/10.1037/0000014-001>.

<sup>11</sup> Alfred Adler, *Understanding Human Nature*, with Internet Archive (New York, Greenberg, 1927).

<sup>12</sup> Alina Kałużna-Wielobób, Włodzimierz Strus, and Jan Cieciuch, "Community Feeling and Narcissism as Two Opposite Phenomena," *Frontiers in Psychology* 11 (2020), <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.515895>.

<sup>13</sup> Adler, *Understanding Human Nature*.

luka akibat trauma atau kegagalan ini tidak dipandang sebagai vonis takdir, melainkan sebagai undangan untuk bertumbuh. Prinsip kompensasi konstruktif Adler yang dipadukan dengan kasih tanpa syarat (*unconditional love*) memberdayakan individu untuk memaknai ulang penderitaan mereka, bukan sebagai akhir, melainkan sebagai babak penting dalam proses pendewasaan pribadi dan spiritual.

Lebih jauh lagi, pandangan Adler tentang teleologi, bahwa hidup digerakkan oleh tujuan telah memberikan lentera bagi konselor pastoral untuk menerangi jalan masa depan konseli. Memahami bahwa perilaku manusia berorientasi pada tujuan memampukan konselor untuk tidak terbelenggu pada masa lalu yang kelam, melainkan fokus pada harapan yang ingin diraih. Penerapan konsep ini membantu mengubah motivasi hidup: dari dorongan rasa bersalah atau ketakutan, menjadi dorongan harapan dan kerinduan akan relasi transenden yang bermakna. Spiritualitas pun menjadi kekuatan pendorong untuk menemukan tujuan hidup yang lebih luhur.

Terakhir, wawasan tentang pembentukan gaya hidup (*lifestyle*) membantu konselor pastoral menyelami narasi kehidupan klien dengan lebih bijak. *Lifestyle* adalah pola unik yang terukir sejak masa kecil dalam merespons tantangan hidup, yang menyimpan logika keliru tentang diri dan dunia. Pendampingan pastoral berbasis Adlerian menggunakan wawasan ini untuk mengurai benang kusut pola pikir tersebut, lalu menenun pola hidup baru yang berlandaskan kasih, tanggung jawab, dan iman. Dengan demikian, teori Adler bukan sekadar lengkap, melainkan landasan psikoteologis yang memperkaya daya pulih pendampingan pastoral.

Studi ini menempuh jalan kualitatif deskriptif-analitis melalui metode studi pustaka (*library research*) yang teliti. Metode ini dipilih sebagai sarana untuk menjelajahi dan menyulam konsep-konsep teoretis dari dua disiplin ilmu yang berbeda. Fokus penelitian terletak pada penelusuran literatur yang tekun, pembacaan kritis (*close reading*) yang mendalam, serta sintesis pemikiran dari teks-teks ilmiah dan pustaka primer yang relevan. Pendekatan ini menjamin kedalaman analisis konseptual yang diperlukan untuk merumuskan sebuah model integratif yang dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.

Sumber-sumber pengetahuan yang menjadi rujukan diklasifikasikan secara sistematis menjadi sumber primer dan sekunder. Hal ini dilakukan demi menjaga autentisitas teori sekaligus relevansinya dengan perkembangan zaman. Sumber primer mencakup karya-karya fundamental Alfred Adler, terutama *Understanding Human Nature*, serta kekayaan teks Kitab Suci dan literatur teologi pastoral klasik. Sementara itu, sumber sekunder meliputi artikel jurnal ilmiah mutakhir dari basis data bereputasi. Perpaduan sumber ini memberikan fondasi yang kokoh bagi bangunan argumen yang kami susun.

Data yang terkumpul kemudian dicatat dan dikelompokkan secara tematik, menjaga objektivitas dan kelengkapan informasi yang akan diolah. Selanjutnya, analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi dan hermeneutika konseptual. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mendeskripsikan, serta menyelami makna di balik teks dan menemukan titik temu yang subtil antardisiplin. Puncak dari proses reflektif ini adalah perumusan model integratif yang logis, koheren, dan memiliki kedalaman makna.

## **Model Integratif Pastoral-Adlerian Berbasis Pustaka**

Model integratif Pastoral-Adlerian ini disusun sebagai respons konseptual yang utuh terhadap kebutuhan pendekatan kesehatan mental yang holistik. Model ini dirancang untuk menjembatani jurang antara intervensi psikologis yang bersifat naturalistik dan pelayanan spiritual yang bersifat transenden. Bangunan model ini berdiri di atas dua pilar utama: psikologi

individual Adler yang menekankan pencarian makna dan kepedulian sosial, serta prinsip pastoral yang berakar pada kasih yang memulihkan.<sup>14</sup> Sinergi ini melahirkan pendekatan yang komprehensif, di mana dahaga psikis dan kerinduan spiritual manusia disapa secara bersamaan.

Landasan antropologis model ini berpijak pada keyakinan, bahwa manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa berjuang mencari makna. Alfred Adler mengajarkan bahwa dorongan untuk mengatasi perasaan tidak berdaya (*inferiority complex*) dan membangun gaya hidup yang berarti adalah inti dari dinamika manusia. Perspektif ini berjalan seiring dengan teologi pastoral yang memandang pemulihan relasi dengan Tuhan dan sesama sebagai jalan keluar dari keterpurukan jiwa. Keselarasan pandangan ini memungkinkan integrasi yang mulus antara pemberahan psikologis dan pertumbuhan rohani.

Operasionalisasi model ini dirumuskan dalam empat tahap siklik yang dinamis dan transformatif, yang memandu proses pendampingan dari awal hingga integrasi kembali ke komunitas. Tahapan tersebut meliputi: 1) *Establishing contact* (membangun relasi), 2) *Exploration of life and faith narrative* (eksplorasi narasi), 3) *Interpretation and reorientation* (interpretasi makna), dan 4) *Integration into social-spiritual community* (integrasi komunitas). Struktur ini memastikan, bahwa proses pemulihan tidak berhenti pada meredanya gejala, namun berlanjut pada transformasi hidup yang berkelanjutan.

**Tabel 1: Model Integratif Pastoral Adlerian Berbasis Pustaka**

No	Tahap	Pendekatan Adlerian	Pendekatan Pastoral	Tujuan Utama
1	<i>Establishing contact</i> (membangun relasi)	Hubungan empatik dan egaliter; pendekatan nondirektif untuk menciptakan rasa aman	Kehadiran rohani; simbol kasih Allah; pendampingan dengan kasih dan empati ilahi	Menciptakan ruang aman dan kudus untuk proses pemulihan jiwa
2	<i>Exploration of life and faith narrative</i> (eksplorasi narasi)	Menggali pengalaman masa kecil, gaya hidup, tujuan hidup, dan sistem keyakinan nirsadar	Refleksi iman, relasi dengan Tuhan, narasi penderitaan, pengakuan dosa, dan krisis iman	Membantu konseli mengenal pola hidup dan krisis spiritual yang melatarbelakangi masalah
3	<i>Interpretation and reorientation</i> (interpretasi & reorientasi)	Menafsirkan konflik internal dan merekonstruksi tujuan hidup yang realistik dan prososial	Pendalaman makna penderitaan dalam terang kasih Tuhan; pertobatan, harapan baru, pemulihan makna	Membangun orientasi hidup baru yang selaras dengan spiritualitas dan tanggung jawab sosial
4	<i>Integration into social-spiritual community</i>	Pengembangan social interest dan partisipasi sosial sebagai tanda kesehatan psikis	Pelayanan, persekutuan iman, liturgi, dan komunitas kasih sebagai sarana pertumbuhan	Mengintegrasikan pemulihan ke dalam kehidupan nyata dan komunitas yang memelihara jiwa

### Analisis Konsep Adler dalam Perspektif Pastoral

Ketika membaca pemikiran humanistik Adler melalui kacamata pastoral, konsep-konsep psikologis tersebut memperoleh kedalaman makna yang baru. Penafsiran ulang ini memberikan dimensi transenden pada fenomena psikologis yang dialami individu. Misalnya, *inferiority*

<sup>14</sup> Ruth Caroline Mengga and Yanto Paulus Hermanto, "Konseling Pastoral dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Jemaat Milenial Penderita Anxiety Disorders," *Kharismata: Jurnal Teologi Pantekosta* 6, no. 2 (2024): 222–41, <https://doi.org/10.47167/kharis.v6i2.231>.

*complex* dalam perspektif pastoral dipahami sebagai luka batin yang merindukan jamahan kasih karunia Ilahi, sedangkan *lifestyle* dilihat sebagai narasi hidup yang perlu diselaraskan kembali dengan kebenaran iman. Dengan demikian, konseling menjadi ruang kudus yang memperbaiki perilaku, juga membalut luka spiritual yang mendalam.<sup>15</sup>

Konsep teleologi dan *social interest* pun memiliki resonansi teologis yang kuat dengan doktrin Kristen. Kedua konsep ini menekankan arah tujuan dan keterhubungan, yang merupakan esensi dari kehidupan beriman. Teleologi Adler berkorespondensi dengan *vocation* (panggilan hidup) yang mengarahkan masa depan, sementara *social interest* sejajar dengan perintah mengasihi sesama dan nilai komunitas iman. Integrasi ini menegaskan, bahwa kesehatan mental yang prima selalu berjalan beriringan dengan kedewasaan spiritual dan sosial.

Secara keseluruhan, model ini mensinergikan kerangka psikologis dan dimensi spiritual demi mencapai pemulihan manusia seutuhnya. Setiap tahap dalam model ini memanfaatkan kekuatan unik dari kedua disiplin ilmu tersebut. Pada tahap awal, pemahaman tentang inferioritas memandu pendamping untuk menawarkan penerimaan tanpa syarat, sedangkan pada tahap akhir, konsep kepedulian sosial mendorong keterlibatan aktif dalam pelayanan kasih. Konsekuensinya, pendampingan pastoral menjadi lebih tajam dalam menganalisis masalah, namun tetap hangat dalam pendekatan kemanusiaan.

### ***Korespondensi Nilai antara Pendampingan Pastoral dan Psikologi Adlerian***

Model integratif ini lahir dari sintesis cermat yang mempertemukan kekuatan teori Adler dan prinsip pastoral. Meskipun berasal dari akar keilmuan yang berbeda, keduanya memiliki titik temu nilai yang saling melengkapi dalam memandang pemulihan manusia. Tabel dua memperlihatkan korespondensi spesifik, seperti kesejajaran antara perasaan inferioritas dengan kerendahan hati rohani, serta kompensasi dengan pertobatan dan pemulihan identitas. Pemetaan nilai ini memberikan landasan validitas yang kokoh bagi integrasi kedua disiplin ilmu tersebut.

**Tabel 2: Korespondensi Nilai antara Pendekatan Adlerian dan Pastoral**

Konsep Adlerian	Korespondensi Pastoral
<i>Inferiority complex</i>	Luka batin dan kerendahan hati rohani
Kompensasi	Pertobatan dan pemulihan identitas dalam Kristus
Teleologi	Panggilan hidup ( <i>vocation</i> )
<i>Lifestyle</i>	Narasi hidup dan formasi spiritual
<i>Social interest</i>	Komunitas iman dan kasih kepada sesama

Titik temu nilai ini mengonfirmasi, bahwa psikologi dan teologi sesungguhnya dapat berbicara dalam bahasa pemulihan yang sama. Konsep-konsep kunci dari kedua bidang tersebut tidak saling meniadakan, melainkan saling memperkaya pemahaman tentang kondisi manusia. Sebagai contoh, teleologi Adler membantu menjelaskan mekanisme psikologis dari sebuah panggilan hidup, sementara kepedulian sosial memberikan kerangka operasional bagi kasih kepada sesama.<sup>16</sup> Hal ini membuktikan bahwa jalan terbaik untuk memahami kompleksitas jiwa manusia adalah melalui pendekatan yang rendah hati dan terbuka pada dialog lintas disiplin.

<sup>15</sup> Anggi Hani Ruth Napitupulu, "Pentingnya Pelayanan Konseling Pastoral: Menjembatani Iman dan Kehidupan Gereja dan Masyarakat," *Jurnal Diakonia* 4, no. 1 (2025): 173–81, <https://doi.org/10.55199/jd.v4i1.101>.

<sup>16</sup> Bernard Maruli Hutabarat et al., "The Effect of Pastoral Assistance Programs on Mental Health and Resilience of Congregational Members Who Lost Their Jobs during the COVID-19 Pandemic," *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 9, no. 1 (2022): 41–50, <https://doi.org/10.24042/kons.v9i1.11656>.

### ***Relevansi Model untuk Pelayanan Kesehatan Jiwa***

Model integratif Pastoral-Adlerian memiliki relevansi yang tinggi, baik secara teoretis maupun praktis, dalam merespons tantangan kesehatan mental zaman ini. Model ini dengan tegas menolak cara pandang reduksionistik yang memecah-belah manusia ke dalam kotak-kotak terpisah antara tubuh, jiwa, dan roh. Sebaliknya, baik Adler maupun tradisi pastoral meneckankan kesatuan gaya hidup dan keterpaduan relasi vertikal-horizontal, yaitu sebuah pandangan yang sangat relevan untuk mengatasi krisis fragmentasi diri yang dialami manusia modern. Pendekatan holistik ini menjadi jawaban atas keterbatasan model medis murni yang sering kali abai terhadap aspek spiritualitas pasien.

Secara praktis, fleksibilitas model ini memungkinkannya diterapkan dalam berbagai ruang pelayanan. Prinsip-prinsipnya dapat diadaptasi untuk kebutuhan klinis di rumah sakit, bimbingan di sekolah, maupun pendampingan jemaat di gereja. Misalnya, dalam kasus depresi, pendekatan Adlerian digunakan untuk melacak akar rasa rendah diri, sementara dimensi pastoral memberikan kerangka untuk memaknai penderitaan dan menumbuhkan harapan pemulihan spiritual. Dengan demikian, model ini menjembatani jurang profesional antara psikolog dan rohaniwan, memungkinkan terciptanya kolaborasi yang efektif demi kebaikan konseli.

### ***Kontribusi Model terhadap Teologi Pastoral Kontekstual***

Model ini memberikan sumbangan pemikiran yang signifikan bagi pengembangan teologi pastoral kontekstual. Ia memperkaya diskursus teologis dengan membawa perangkat analisis psikologis yang tajam untuk memahami pergumulan manusia di konteks zaman sekarang. Kontribusinya mencakup upaya mengembalikan spiritualitas ke jantung kesehatan mental, penguatan aspek naratif dan tujuan hidup, serta perluasan pemahaman gereja sebagai komunitas yang menyembuhkan (*therapeutic community*). Hal ini mendorong teologi pastoral untuk tidak statis, melainkan terus berdialog dengan ilmu pengetahuan demi pelayanan yang lebih relevan dan menyentuh. Dengan memadukan iman dan akal budi dalam proses terapi, model ini menjawab kerinduan masyarakat religius akan layanan kesehatan jiwa yang tidak mengsingkan keyakinan mereka. Implikasinya, model ini memperkuat posisi spiritualitas sebagai aset vital dalam ekosistem kesehatan mental global.

### ***Etika Pelayanan dalam Model Pastoral-Adlerian***

Aspek etika memegang peran sentral dan tak terpisahkan dalam penerapan model integratif ini. Mengingat pelayanan ini menyentuh wilayah terdalam dari privasi dan keyakinan seseorang, standar etika yang ketat mutlak diperlukan untuk mencegah penyalahgunaan kepercayaan. Prinsip-prinsip etika Pastoral-Adlerian, sebagaimana dirangkum dalam Tabel 3, mencakup kerahasiaan, nonmanipulasi spiritual, kesetaraan relasional, hingga transparansi peran. Penerapan etika ini menjamin bahwa pelayanan yang diberikan bersifat aman, bermartabat, dan benar-benar membebaskan konseli, bukan membelenggu mereka.

**Tabel 3: Etika Pelayanan dalam Model Pastoral-Adlerian**

Aspek Etika	Penjabaran Prinsip	Tujuan Etis dan Pastoral
Kerahasiaan ( <i>Confidentiality</i> )	Menjaga informasi pribadi konseli, kecuali darurat hukum	Melindungi kepercayaan dan integritas relasi
Nonmanipulasi spiritual	Menghindari pemaksaan tafsir iman atau rasa bersalah berlebihan	Menjamin kebebasan rohani yang sehat
Kesetaraan relasional	Memperlakukan konseli sebagai mitra, bukan objek pasif	Membangun hubungan terapeutik yang membebaskan
Kompetensi profesional	Konselor memiliki pelatihan psikologi dan teologi memadai	Meningkatkan kualitas dan mencegah malapratik
Transparansi peran	Menjelaskan peran sebagai pendamping, bukan "penyembuh Ilahi"	Menghindari ketergantungan tidak sehat

### ***Pedoman Praktis Implementasi Model Pastoral-Adlerian***

Agar model ini dapat membumi, diperlukan langkah-langkah praktis yang terstruktur bagi para praktisi. Pedoman ini berfungsi sebagai peta jalan yang memandu konselor dalam menavigasi proses pendampingan dari awal hingga akhir. Lima langkah implementasi yang diusulkan (Tabel 4) meliputi: membangun relasi, eksplorasi narasi, refleksi bersama, reorientasi tujuan, dan integrasi komunitas. Keberadaan pedoman praktis ini memastikan bahwa konsep-konsep teoretis yang abstrak dapat diterjemahkan menjadi tindakan konkret yang berdampak nyata bagi pemulihan konseli.

**Tabel 4: Lima Langkah Implementasi Model Pastoral-Adlerian**

No	Langkah	Deskripsi Kegiatan	Tujuan Praktis
1	Membangun relasi	Sediakan ruang aman dan penerimaan empatik	Menumbuhkan rasa percaya awal
2	Eksplorasi narasi	Dengarkan narasi hidup, identifikasi trauma dan <i>lifestyle</i>	Menggali akar masalah batin-spiritual
3	Refleksi bersama	Gunakan lensa Adlerian dan spiritual untuk membaca ulang makna penderitaan	Menyadarkan konseli atas pola disfungisional
4	Reorientasi tujuan	Bantu konseli membangun visi hidup baru yang prososial dan spiritual	Memberi arah hidup baru yang bermakna
5	Integrasi komunitas	Libatkan konseli dalam komunitas iman atau pelayanan sosial	Menegaskan identitas baru dan keberlanjutan

### **Integrasi Konsep Social Interest dengan Imago Dei dalam Kitab Kejadian**

Konsep *social interest* dari Adler menemukan resonansi teologis yang mendalam dengan doktrin *imago Dei* dalam teologi Kristen. Keduanya menegaskan bahwa esensi kemanusiaan terletak pada kapasitas relasionalnya, bukan pada individualitas yang terisolasi. Sebagaimana Adler melihat isolasi sosial sebagai tanda ketidaksehatan jiwa, kitab Kejadian mengungkapkan bahwa manusia diciptakan menurut gambar Allah yang relasional, sehingga kerusakan hubungan adalah distorsi terhadap gambar mulia tersebut. Oleh karena itu, pemulihan kesehatan mental harus dimaknai sebagai upaya suci untuk memulihkan martabat manusia sebagai *imago Dei* melalui rekonsiliasi dengan sesama.<sup>17</sup>

<sup>17</sup> Antonius P. Sipahutar, Alexius Poto Obe, and Alexsander Halawa, "Keluhuran Martabat Manusia sebagai *Imago Dei*: Pandangan Teologi Gereja Katolik," *Jurnal Magistra* 2, no. 4 (2024): 153–170, <https://doi.org/10.62200/magistra.v2i4.187>.

Pemahaman ini membawa implikasi profetik bagi pelayanan pastoral yang berorientasi pada keadilan sosial. Jika setiap manusia adalah gambar Allah, maka kepedulian sosial bukan sekadar saran psikologis, melainkan mandat Ilahi. Model konseling ini mendorong konseli untuk sembuh bagi dirinya sendiri, juga terlibat dalam solidaritas sosial dan pelayanan kasih sebagai ekspresi kesembuhannya. Dengan demikian, kesehatan jiwa didefinisikan ulang: bukan sekadar bebas dari gejala, namun hidup dalam keseimbangan relasional yang memuliakan Sang Pencipta.

### **Teleologi Adler dan Panggilan Hidup menurut Roma 8:28–30**

Teleologi Adler, yang menekankan perilaku berorientasi tujuan, bertemu secara harmonis dengan konsep teologis tentang panggilan hidup (*vocation*). Integrasi ini menjembatani agensi manusia (kemampuan memilih) dengan kedaulatan Ilahi (rencana Allah). Rujukan pada Roma 8:28–30 memperlihatkan bahwa hidup manusia diarahkan oleh panggilan kasih Allah, di mana Adler berbicara tentang tujuan yang aktor sosial ciptakan sendiri, sedangkan teologi menawarkan tujuan eskatologis yang nyata dalam Kristus. Pertemuan ini mentransformasi konseling menjadi ruang di mana ambisi egoistik manusia diselaraskan kembali dengan kehendak Ilahi yang memulihkan.

Dalam dinamika integrasi ini, penderitaan dan kegagalan mendapatkan pemaknaan baru yang konstruktif. Teleologi spiritual tidak melihat penderitaan sebagai jalan buntu, melainkan sebagai proses pembentukan karakter menuju tujuan yang lebih mulia. Proses ini disebut *conformitas cum Christo* (menjadi serupa dengan Kristus), di mana konseli dibantu untuk melihat perjuangan hidupnya sebagai bagian dari narasi besar rencana Allah, bukan sekadar nasib buruk. Hal ini memberikan harapan yang kokoh bagi konseli, memampukan mereka untuk bangkit dan bergerak maju dengan visi hidup yang baru.

### **Dialektika Private Logic dan Kebenaran Ilahi: Sebuah Tinjauan Kritis**

Dalam memperdalam pemahaman mengenai integrasi ini, aktor sosial perlu menyelami salah satu konsep Adler yang paling subtil namun krusial, yaitu *private logic* atau logika privat. Adler berargumen bahwa setiap individu membangun sebuah "peta mental" unik tentang dirinya, orang lain, dan dunia sejak masa kanak-kanak. Peta ini, yang sering kali bersifat subjektif dan tersembunyi di alam nirsadar, menjadi kompas yang mengarahkan perilaku dan respons emosional seseorang. Namun, persoalan muncul ketika *private logic* ini tidak selaras dengan *common sense* atau realitas sosial, menciptakan distorsi kognitif yang memicu neurosis. Seseorang mungkin meyakini secara keliru, "Saya hanya berharga jika saya memegang kendali penuh," atau "Dunia ini tempat berbahaya, maka saya harus mengisolasi diri." Meskipun logika ini irasional bagi pengamat luar, namun terasa sangat masuk akal dan protektif bagi pemiliknya.

Di sinilah pendampingan pastoral mengambil peran yang transformatif. Jika terapi Adlerian bertujuan menyelaraskan *private logic* dengan realitas sosial (*social interest*), maka pendampingan pastoral melangkah lebih jauh: menyelaraskan logika privat yang rapuh dengan kebenaran Ilahi yang membebaskan. Dalam banyak kasus krisis spiritual, penderitaan seseorang sering kali berakar pada *private logic* yang bertentangan dengan kasih karunia, misalnya keyakinan bahwa "Tuhan hanya mengasihi saya jika saya sempurna." Tugas konselor pastoral, dalam kerangka integratif ini, bukan sekadar mengoreksi kesalahan berpikir secara kognitif, melainkan menghadirkan "cermin" kebenaran yang penuh kasih. Konselor membantu konseli menyingkapkan kebohongan-kebohongan tersembunyi yang selama ini mereka hidupi, dan dengan lembut membimbing mereka untuk menggantinya dengan narasi Injil. Tegasnya, harga diri mereka tidak ditentukan oleh performa atau kendali, melainkan oleh sta-

tus mereka sebagai anak-anak Allah yang dikasihi. Proses ini adalah sebuah *metanoia* (pembauran budi), yang menyentuh inti terdalam dari cara seseorang memandang eksistensinya.

### **Paraklesis dan Encouragement: Seni Membangunkan Jiwa**

Salah satu titik temu paling indah antara psikologi Adler dan teologi pastoral terletak pada konsep *encouragement* (pemberian semangat/dorongan). Bagi Adler, *encouragement* bukan sekadar pujian kosong, melainkan tindakan terapeutik yang fundamental. Ia meyakini, bahwa akar dari banyak gangguan psikologis adalah *discouragement* atau keputusasaan atas hilangnya keberanian untuk menghadapi tugas-tugas kehidupan. Oleh karena itu, tugas utama terapis adalah "meniupkan kembali" keberanian ke dalam jiwa klien, memulihkan kepercayaan mereka pada kemampuan diri untuk berkontribusi dan mengatasi kesulitan.

Dalam tradisi Kristen, konsep ini menemukan resonansi ilahinya dalam istilah Yunani *paraklesis*, yang secara harfiah berarti "dipanggil untuk mendampingi." Roh Kudus sendiri disebut sebagai *Parakletos*, Sang Penghibur dan Penguat. Namun, *paraklesis* dalam pelayanan pastoral memiliki dimensi yang lebih kaya daripada sekadar *encouragement* psikologis. Jika *encouragement* Adlerian berfokus pada potensi manusiawi untuk bangkit, *paraklesis* pastoral menghubungkan potensi tersebut dengan sumber kekuatan transenden. Konselor pastoral melakukan *encouragement* bukan dengan berkata, "Kamu pasti bisa karena kamu kuat," melainkan, "Kamu sanggup menanggung ini karena kamu tidak berjalan sendirian, ada penyeratan Ilahi yang menopangmu."

Sintesis kedua konsep ini melahirkan pendekatan yang sangat *empowering*. Dalam praktik Pastoral-Adlerian, pemberian semangat tidak menafikan realitas penderitaan, namun membingkainya dengan harapan. Konselor hadir sebagai *parakletos* yang nyata, yaitu sebuah kehadiran yang menemani, mendengarkan, dan terus-menerus mengingatkan konseli akan identitas dan kekuatan mereka yang sesungguhnya. Seni "membangunkan jiwa" ini sangat krusial, terutama bagi mereka yang sedang terpuruk dalam depresi atau kecemasan, di mana suara harapan sering kali terdengar lama-lama. Dengan menggabungkan teknik *encouragement* Adler yang praktis dengan kedalaman *paraklesis* rohani, konselor dapat membantu konseli menemukan kembali pijakan iman dan keberanian psikologis mereka secara simultan.

### **Studi Kasus Naratif: Perjalanan Pulihnya "Sang Anak Hilang"**

Dalam mengilustrasikan bagaimana model ini bekerja dalam realitas konkret, mari simak narasi pemulihan "Thomas" (nama samaran), seorang pria berusia 35 tahun yang datang ke ruang konseling dengan keluhan kehampaan batin yang kronis dan krisis iman. Thomas adalah seorang profesional sukses, aktif dalam pelayanan gereja, dan dikenal sebagai figur yang perfektif. Namun, di balik topeng kesuksesannya, ia menyimpan kecemasan yang melumpuhan dan perasaan bahwa Tuhan terasa jauh dan menuntut.

Tahap pertama, membangun relasi (*establishing contact*) pada sesi-sesi awal, konselor pastoral tidak terburu-buru memberikan ayat atau nasihat. Fokus utamanya adalah menciptakan ruang aman di mana Thomas bisa melepaskan topeng "anak baik"-nya. Melalui pendekatan empatik yang egaliter, konselor mendengarkan kelelahan Thomas tanpa penghakiman. Di sini, kehadiran konselor menjadi simbol penerimaan Ilahi yang tak bersyarat, meruntuhkan asumsi Thomas bahwa ia harus "berprestasi" dulu untuk diterima.

Tahap kedua, eksplorasi narasi (*exploration of narrative*) menggunakan teknik *early re-collect-tions* (ingatan masa kecil) dari Adler, konselor mengajak Thomas menelusuri akar gaya hidupnya. Terungkaplah sebuah ingatan kunci: Thomas kecil yang dimarahi ayahnya karena mendapat nilai 9, bukan 10. Dari sana, Thomas membangun *private logic* nirsadar: "Saya hanya berharga jika saya sempurna; kesalahan adalah dosa yang tak terampuni." Logika ini ia pro-

yeksikan kepada Tuhan, menciptakan gambaran Allah sebagai Hakim yang tak pernah puas. Konselor membantu Thomas melihat benang merah antara luka masa kecil ini dengan krisis spiritualnya saat ini.

Tahap ketiga, interpretasi dan reorientasi (*interpretation & reorientasi*). Ini adalah momen krusial. Konselor dengan lembut mengonfrontasi "tujuan fiktif" Thomas yakni pengejaran kesempurnaan demi keamanan diri. Dalam terang teologis, ini diidentifikasi sebagai bentuk *self-salvation* (upaya menyelamatkan diri sendiri) yang melelahkan. Thomas diajak untuk memaknai ulang hidupnya: bukan sebagai perlombaan menuju kesempurnaan, melainkan perjalanan dalam anugerah. Panggilan hidupnya (*vocation*) direorientasi dari "menjadi sukses untuk dikagumi" menjadi "menjadi saluran berkat melalui kerentanan." Thomas mulai belajar bahwa dalam kelemahannyaalah, kuasa Allah menjadi sempurna (2Kor. 12:9).

Tahap keempat, integrasi komunitas (*integration into community*). Pemulihan Thomas tidak berhenti di ruang konseling. Ia didorong untuk melatih *social interest*-nya dengan cara baru. Jika dulu ia melayani di gereja demi pujian, kini ia diajak melayani di panti asuhan secara senyap, belajar mengasihi tanpa mengharap imbalan. Keterlibatan ini menyembuhkan narsisme halusnya dan menghubungkannya kembali dengan kemanusiaan yang autentik. Thomas menemukan bahwa ia pulih justru ketika ia berhenti berpusat pada dirinya sendiri dan mulai berbagi hidup dengan sesama.

### **Tantangan Teologis dan Respons Apologetis: Antara Usaha dan Anugerah**

Tentu, upaya menyandingkan Adler dan teologi Kristen tidak lepas dari ketegangan konseptual yang perlu dijawab dengan jujur. Kritik utama yang sering muncul adalah: bukankah psikologi Adler terlalu menekankan usaha manusia (*striving*), yang berpotensi bertentangan dengan doktrin anugerah (*sola gratia*)? Bukankah ini bisa tergelincir menjadi Pelagianisme psikologis, di mana manusia merasa mampu menyelamatkan dirinya sendiri melalui perubahan pola pikir semata?

Menjawab kekhawatiran ini, model Pastoral-Adlerian menempatkan *striving* (usaha) bukan sebagai penyebab keselamatan, melainkan sebagai respons terhadap anugerah. Dalam teologi pastoral yang sehat, perlu meyakini paradoks ilahi: bahwa Allah bekerja di dalam manusia, baik kemauan maupun pekerjaan (Fil. 2:13), namun manusia tetap dipanggil untuk merespons secara aktif. Usaha manusia untuk mengubah gaya hidup, melatih empati, dan meneckapkan tujuan baru adalah bentuk tanggung jawab iman (*stewardship of self*).

Model ini tidak mengajarkan, bahwa manusia bisa menyembuhkan luka batinnya dengan kekuatan sendiri. Sebaliknya, ia menyediakan alat bantu (psikologi) untuk menyingkirkan hambatan-hambatan mental yang menghalangi seseorang mengalami anugerah Allah. Adler membantu membersihkan "kacamata" yang buram, agar cahaya anugerah dapat terlihat lebih terang. Dengan demikian, otonomi manusia yang ditekankan Adler ditempatkan dalam kerangka kedaulatan Allah. Aktor sosial berjuang (*strive*) untuk mendapatkan kasih Allah, karena sudah dikasihi. Kesadaran inilah yang menjadi bahan bakar perubahan yang sejati dan tahan uji.

### **Kontekstualisasi Budaya: *Gemeinschaftsgefühl* dalam Bingkai Nusantara**

Kekuatan lain dari model integratif ini adalah daya adaptabilitasnya terhadap konteks budaya, khususnya di Indonesia. Konsep *social interest* atau *Gemeinschaftsgefühl* (perasaan kebersamaan) yang digaungkan Adler menemukan tanah yang sangat subur dalam budaya Nusantara yang komunal. Nilai-nilai kearifan lokal seperti gotong royong di Jawa, *pela gandong* di

Maluku, atau *silih asih* di Sunda, pada hakikatnya adalah manifestasi kultural dari kesehatan mental yang Adler impikan.

Dalam masyarakat Indonesia, individu tidak pernah dilihat sebagai entitas yang atomistik atau terpisah. "Saya ada karena kita ada." Penderitaan satu orang dirasakan sebagai gunungan bagi komunitas. Oleh karena itu, pendekatan Pastoral-Adlerian di konteks Indonesia tidak perlu bekerja keras untuk meyakinkan orang tentang pentingnya komunitas. Tantangannya justru adalah bagaimana memurnikan ikatan komunal tersebut agar membebaskan, bukan mengekang.

Sering kali, budaya komunal juga menyimpan sisi gelap, seperti tekanan konformitas yang tinggi atau rasa malu (*shame culture*) yang berlebihan, yang justru memicu inferioritas. Di sinilah peran pendampingan pastoral yang kritis: menggunakan kerangka Adler untuk memilah mana ikatan sosial yang sehat (berbasis empati dan kontribusi) dan mana yang neurotik (berbasis ketakutan dan kontrol). Dengan demikian, model ini relevan secara teologis, juga membumi secara sosiologis, dengan menawarkan jalan pemulihan yang selaras dengan denyut nadi masyarakat Indonesia yang mendamba harmoni. Melalui dialog pastoral, mereka dibimbing untuk membedakan antara ambisi diri yang melelahkan dan panggilan sejati yang memerdekan, yaitu kebebasan untuk mencintai dan melayani tanpa rasa takut. Di sinilah letak kekuatan unik pendekatan Pastoral-Adlerian: menghubungkan kehendak manusia yang rapuh dengan kekuatan kasih Allah yang tak terbatas.

## Kesimpulan

Tulisan ini telah menguraikan sebuah model integratif Pastoral-Adlerian sebagai tawaran solusi bagi kebutuhan pendekatan kesehatan jiwa yang holistik. Melalui sintesis yang cermat, kami membuktikan bahwa psikologi individual dan teologi pastoral bukanlah entitas yang bertentangan, melainkan mitra yang saling memperkuat. Temuan analisis menunjukkan keselarasan yang indah antara konsep-konsep Adlerian dengan nilai-nilai pemulihan spiritual, kasih karunia, dan komunitas iman. Keberhasilan formulasi ini menegaskan bahwa integrasi ilmu dan iman adalah kunci untuk memahami kompleksitas manusia secara utuh.

Implikasi dari model ini terbentang luas, mulai dari ranah praktis, pendidikan, hingga kebijakan institusional. Kehadirannya membuka cakrawala baru bagi pengembangan layanan yang lebih manusiawi dan berbasis nilai. Bagi institusi pendidikan teologi, model ini mendasarkan pembaruan kurikulum yang lebih terbuka pada dialog lintas ilmu. Sementara bagi praktisi, model ini menyediakan kerangka kerja yang adaptif untuk berbagai konteks budaya dan agama. Sebagai penutup, pendekatan ini merupakan undangan terbuka bagi semua untuk terus mengeksplorasi kolaborasi demi mewujudkan pelayanan yang menyentuh kedalaman manusia secara utuh.

Pada akhirnya, integrasi Pastoral-Adlerian ini melampaui sekadar tawaran metodologis. Ini adalah sebuah panggilan etis untuk merawat kemanusiaan yang terluka dengan kelembutan sekaligus ketajaman nalar. Di tengah dunia yang kerap terfragmentasi, model ini berdiri sebagai pengingat bahwa pemulihan sejati selalu bersifat relasional. Dengan perkataan lain, mengembalikan manusia kepada dirinya sendiri, sesamanya, dan Sang Pencipta. Mari melangkah maju dengan keyakinan bahwa setiap upaya pendampingan adalah partisipasi dalam karya Agung pemulihan Ilahi, menjadikan ruang-ruang pelayanan sebagai oase di mana setiap jiwa dapat menemukan kembali martabat, makna, dan rumahnya yang abadi.

## Referensi

- Adler, Alfred. *Understanding Human Nature*. New York: Greenberg, 1927.
- Aggarwal, Shilpa, Suresh Kumar Sharma, Rakesh Kumar Chaturvedi, Ajit Kumar Thakur, Mamta Jajoo, and Abhishek Singh. "Religiosity and Spirituality in the Prevention and Management of Depression and Anxiety in Young People: A Systematic Review and Meta-Analysis." *BMC Psychiatry* 23, no. 1 (October 2023): 729. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>.
- Alqahtani, Fahad D., Abdulaziz Hassan, Sultan Alsaif, Khalid Bin Abdulrahman, Reem AlGhamdi, Razan Aljuaid, and Abdulrahman Aldhuwayhi. "Using Spiritual Connections to Cope With Stress and Anxiety During the COVID-19 Pandemic." *Frontiers in Psychology* 13 (2022): 915290. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.915290>.
- Carlson, Jon, and Matt Englar-Carlson. "Introduction." In *Adlerian Psychotherapy*, by Jon Carlson and Matt Englar-Carlson, 3–9. Washington: American Psychological Association, 2017. <https://doi.org/10.1037/0000014-001>.
- Dein, Simon. "Religious Healing and Mental Health." *Mental Health, Religion & Culture* 23, no. 8 (2020): 657–65. <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1834220>.
- Ghaemi, S. Nassir. "The Rise and Fall of the Biopsychosocial Model." *British Journal of Psychiatry* 195, no. 1 (2009): 3–4. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.109.063859>.
- Hatala, Andrew R. "Towards a Biopsychosocial–Spiritual Approach in Health Psychology: Exploring Theoretical Orientations and Future Directions." *Journal of Spirituality in Mental Health* 15, no. 4 (2013): 256–76. <https://doi.org/10.1080/19349637.2013.776448>.
- Hutabarat, Bernard Maruli, Saiful Ridho, Ade Irma, and Resti Putri Hartika. "The Effect of Pastoral Assistance Programs on Mental Health and Resilience of Congregational Members Who Lost Their Jobs during the Covid-19 Pandemic." *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 9, no. 1 (May 2022): 41–50. <https://doi.org/10.24042/kons.v9i1.11656>.
- Kałužna-Wielobób, Alina, Włodzimierz Strus, and Jan Cieciuch. "Community Feeling and Narcissism as Two Opposite Phenomena." *Frontiers in Psychology* 11 (October 27, 2020). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.515895>.
- Mengga, Ruth Caroline, and Yanto Paulus Hermanto. "Konseling Pastoral Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Jemaat Milenial Penderita Anxiety Disorders." *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta* 6, no. 2 (January 2024): 222–41. <https://doi.org/10.47167/kharis.v6i2.231>.
- Milner, K., P. Crawford, A. Edgley, L. Hare-Duke, and M. Slade. "The Experiences of Spirituality among Adults with Mental Health Difficulties: A Qualitative Systematic Review." *Epidemiology and Psychiatric Sciences* 29 (2020): e34. <https://doi.org/10.1017/S2045796019000234>.
- Napitupulu, Anggi Hani Ruth. "Pentingnya Pelayanan Konseling Pastoral: Menjembatani Iman Dan Kehidupan Gereja Dan Masyarakat." *JURNAL DIAKONIA* 4, no. 1 (April 2025): 173–81. <https://doi.org/10.55199/jd.v4i1.101>.
- Nganyu, Gideon Ngi. "Pastoral Care and Christian Psychotherapy: Exploring the Intersection of Spiritual Direction and Mental Health Support in the Local Church." *Global Journal of Social Sciences* (May 7, 2025). <https://doi.org/10.15580/gjss.2025.1.050625078>.
- Nieuwsma, Jason A., Rhodes B. Belser, Aletha Y. Ames, Keith G. Meador, George L. Jackson, Harold G. Koenig, and Patrick J. Arbogast. "Implementing Integrated Mental Health

- and Chaplain Care in a National Quality Improvement Initiative." *Psychiatric Services (Washington, D.C.)* 68, no. 12 (2017): 1213–15. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201700397>.
- Sipahutar, Antonius P., Alexius Poto Obe, and Alexsander Halawa. "Keluhuran Martabat Manusia Sebagai Imago Dei: Pandangan Teologi Gereja Katolik." *Jurnal Magistra* 2, no. 4 (October 2024): 153–70. <https://doi.org/10.62200/magistra.v2i4.187>.
- Solichah, Novia, Rifa Hidayah, Ermita Zakiyah, M. Fikran Pandya, and Shulamite Ebere Ogbuabor. "Spiritual Mindfulness Therapy: An Intervention to Reduce Depression Symptoms." *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 1 (2025): 59–78. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i1.23690>.
- Trianni, Alessandra, and Renato Oliveira e Souza. "Transforming Mental Health for Pandemic Recovery and Social Development: Recommendations from the PAHO High-Level Commission on Mental Health and COVID-19." *Lancet Regional Health - Americas* 22 (2023): 100527. <https://doi.org/10.1016/j.lana.2023.100527>.
- World Health Organization. "World Mental Health Today: Latest Data." Accessed December 26, 2025. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240113817>.