

## **KONSEP CREATIVE COUNSELLING UNTUK MENGATASI IRRATIONAL BELIEF**

**Andreas Rian Nugroho**  
Universitas Kristen Indonesia  
[a.riannugroho@gmail.com](mailto:a.riannugroho@gmail.com)

### **ABSTRAK**

*Konseling yang berisi kegiatan tanya jawab dengan menantang pikiran-pikiran berkaitan dengan masalah pikiran irasional konseli dinilai sebagai cara konvensional dan dirasa perlu mendapatkan modifikasi dalam hal teknik agar dapat memberi perubahan yang signifikan. Beberapa tahun terakhir terlihat adanya peningkatan jumlah penggunaan teknik non-tradisional berkaitan dengan praktik konseling. Salah satu esensi kunci efektivitas proses konseling dapat dilakukan dengan memasukkan unsur kreativitas melalui pendekatan multisisi. Tujuan dari artikel ini adalah menyajikan konsep creative counseling untuk mengatasi irrational belief. Dua aktivitas yang didasarkan pada creative counseling yakni menggunakan kegiatan mengganti/mengedit/menghapus kaset/USB/Harddisk dan latihan menuliskan benar/salah kiranya dapat digunakan sebagai referensi menyelesaikan masalah individu yang memiliki pikiran-pikiran irasional.*

**Kata Kunci:** *keyakinan yang irasional, konseling kreatif*

### **ABSTRACT**

*Counseling that contains question and answer activities by challenging thoughts related to the irrational problem of the counselee is assessed as a conventional method and feels necessary to get modifications in terms of techniques in order to provide significant changes. In recent years there has been an increase in the number of uses of non-traditional techniques related to counseling practices. One key essence of the effectiveness of the counseling process can be done by incorporating elements of creativity through a multi-faceted approach. The purpose of this article is to present the concept of creative counseling to overcome irrational belief. Two activities that are based on creative counseling that are using activities to change / edit / delete tapes / USB / Harddisks and practice writing true / false can be used as a reference to solve the problem of individuals who have irrational thoughts.*

**Keyword:** *creative counseling, irrational belief*

## PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu hidup berdampingan dengan manusia lainnya. Dalam proses interaksi akan menghasilkan buah yang terkadang menyejukkan hati ataupun membuat hati terluka. Proses interaksi tersebut apabila dimaknai secara mendalam akan menjadi sebuah proses yang menyenangkan karena adanya kesiapan secara psikologis baik kebahagiaan ataupun kekecewaan.

Setiap manusia memiliki keunikan tersendiri yang tidak dapat disamakan dengan manusia lainnya. Salah satu keunikan manusia adalah kemampuannya untuk berpikir. Manusia memiliki kemampuan untuk berpikir rasional sekaligus berpikir irasional (Ellis, 1979: 36). Dalam hal ini, manusia mampu untuk mengarahkan dirinya untuk merasa bahagia, merasakan cinta, bertumbuh dan mengaktualisasikan dirinya; tetapi, manusia juga mempunyai kecenderungan untuk “merusak diri”, menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, intoleransi, perfeksionisme dan mencela diri, serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri.

Albert Ellis pakar dalam teori *Rational-Emotive Therapy* (RET), mengemukakan bahwa pikiran, perasaan, dan perilaku manusia saling berhubungan satu dengan yang lainnya. “Ketika seseorang beremosi, ia juga berpikir dan bertindak; ketika seseorang bertindak, ia juga berpikir dan beremosi; dan ketika seseorang berpikir, ia juga beremosi dan bertindak” (Ellis, 1974: 313). Dalam proses pertumbuhannya, seorang anak dilatih untuk berpikir dan merasakan beberapa hal mengenai dirinya sendiri dan tentang yang lain. Segala sesuatu yang diasosiasikan dengan ide ‘sesuatu yang baik’ menjadi emosi manusia yang positif, contohnya: cinta atau kegembiraan; demikian sebaliknya, apabila diasosiasikan dengan ide ‘sesuatu yang buruk’ menjadi emosi negatif, contohnya penderitaan, marah atau jengkel.

Proses konseling merupakan kegiatan kolaboratif antara konselor dan konseli dalam upaya mencapai tujuan tertentu. Proses konseling dapat menjadi kegiatan yang menggembirakan karena ditemukan suatu solusi dalam memecahkan masalah, namun di sisi lain dapat juga menjadi kegiatan yang menjenuhkan karena selalu berputar-putar tanpa adanya kejelasan arah. Melihat kondisi demikian, konselor membutuhkan beragam pendekatan, metode, dan teknik yang dapat memperbaiki proses konseling sehingga berjalan dengan efektif.

Fenomena di lapangan menunjukkan adanya hambatan internal yang dialami oleh guru BK sebesar 24,18% yang memuat aspek pengalaman dan kompetensi menjadi bagian

yang perlu dikembangkan dalam rangka optimalisasi layanan kepada para siswa (Kamaruzzaman, 2016). Lebih lanjut, kurangnya pemahaman siswa terhadap peran guru BK dan anggapan terhadap guru BK sebagai polisi sekolah menjadi faktor yang mempengaruhi rendahnya minat siswa pada layanan bimbingan dan konseling (Dewi, 2017).

Beberapa tahun terakhir dapat dilihat adanya peningkatan penggunaan teknik non-tradisional berkaitan dengan praktik konseling. American Counseling Association yang merupakan Asosiasi Kreativitas dalam Konseling merumuskan konsep dan realisasi praktik konseling kreatif. Hal itu merupakan bukti bahwa kreativitas dalam proses konseling saat ini semakin diterima. Sebagai contoh penggunaan puisi dan tulisan (Gladding, 1979; Gladding, 2005), penggunaan alat peraga dan gerakan (Jacobs, 1992; Jacobs, 1994; Schimmel, 2007), atau penggunaan humor (Goldin et al., 2006), konseling kreatif digunakan tidak hanya pada anak-anak dan remaja, tetapi juga konseling orang dewasa dan keluarga (Casado-Kehoe & Kehoe, 2007; Murray & Rotter, 2002).

Nickerson dan O'Laughlin (1982) mengungkapkan bahwa kegiatan konseling yang berisi tanya jawab dengan menantang pikiran-pikiran berkaitan dengan masalah yang dihadapi konseli dirasa kurang memberikan perubahan yang optimal. Selanjutnya, Beaulieu (2003) menegaskan gagasan bahwa konselor perlu "melampaui kata-kata dan meminta lebih banyak ungkapan perasaan konseli melalui berbagai aktivitas". Kedua pendapat tersebut memuat esensi bahwa dalam proses konseling idealnya tidak hanya kaku melalui diskusi psikologis saja, melainkan dapat digunakan aktivitas lain yang dapat memberikan hasil yang lebih efektif. Jacobs (1992) mengungkapkan penggunaan teknik konseling kreatif memenuhi kebutuhan konselor untuk pendekatan multi-sisi untuk membantu konseli. Konseling kreatif, khususnya penggunaan teknik kreatif memungkinkan konselor mendekati masalah menggunakan sudut pandang multi-indra, memanfaatkan kemampuan visual konseli, menggunakan kemampuan auditori dan memanfaatkan sebuah pengalaman.

Antika, Eni Rindi dan Muslikah (2018) menjelaskan konselor dalam pendidikannya telah dipersiapkan dan dibekali dengan sejumlah kompetensi dan keterampilan, namun hal tersebut tidaklah cukup. Secara pribadi konselor perlu melakukan *self-upgrading* sehingga dapat menyusun strategi yang kreatif dan inovatif sehingga dapat memberikan layanan yang optimal kepada para siswa. Kreativitas dan inovasi dalam memberikan layanan dapat menjaga ekistensi, kekokohan, dan kepercayaan profesi BK kepada masyarakat sebagai profesi bantuan yang selalu bergerak dinamis dan dapat menyesuaikan diri. Senada dan didukung dengan ungkapan bahwa konseling sebagai jantung bimbingan (*counseling is the heart of guidance*) karena bantuan konseling lebih langsung bersentuhan dengan kebutuhan dan masalah individu secara individual (Kartadinata, 2007, hlm. 2).

Jacobs (1992) mengungkapkan 7 kesalahan yang umum dilakukan konselor yang menyebabkan sesi konseling menjadi membosankan dan kurang efektif antara lain: (1) melakukan terlalu banyak refleksi, (2) mendengarkan terlalu banyak cerita konseli, (3) jarang menginterupsi konseli, (4) tidak fokus dalam sesi konseling, (5) menunggu terlalu lama untuk melakukan fokus, (6) tidak menggunakan teori konseling dan terjebak pada penggunaan “*hope method*” dalam konseling, (7) jarang menggunakan alat bantu yang kreatif dan bersifat unmultisensori.

Menurut Ellis masalah *irrational belief* dapat diselesaikan menggunakan konseling konvensional yang berlandaskan konsep A(*activated event*)-B(*belief*)-C(*consequences*). Pada kesempatan ini penulis hendak menyampaikan konsep *creative counseling* dengan menggunakan kegiatan mengganti/mengedit/menghapus kaset dan latihan menuliskan benar/salah untuk menyelesaikan masalah individu yang terdiagnosis memiliki pikiran-pikiran irasional. Konseling kreatif menjadi salah satu alternatif tawaran pengembangan yang perlu diimplementasikan konselor sebagai strategi efektif dalam menyelenggarakan layanan konseling di masa ini.

## PEMBAHASAN

Sejalan dengan *irrational belief* yang diungkapkan Ellis, pendapat Aaron T. Beck dalam teorinya *Cognitive Therapy* menjelaskan penyebab gangguan emosional dan perasaan dalam diri konseli disebabkan adanya distorsi (peyimpangan) dalam berpikir. Distorsi kognitif adalah kesalahan-kesalahan atau kesesatan-kesesatan dalam berpikir yang mempengaruhi emosi, perasaan dan perilaku.

Beberapa contoh kesalahan atau kesesatan dalam berpikir sebagai berikut (Beck dan Weishaar, 1989, 295-296):

1. Inferensi arbiter (*arbitrary inference*); yakni menarik kesimpulan yang merupakan inferensi dari bukti-bukti yang tidak relevan. Misalnya: seorang mahasiswa yang memanggil nama seorang mahasiswi yang disukai ketika berjumpa di lorong kampus, namun mahasiswi tersebut tidak menjawab ataupun menoleh kepadanya, kemudian diambil kesimpulan bahwa mahasiswa tersebut tidak peduli terhadapnya.
2. Abstraksi selektif (*selective abstraction*); merupakan pemisahan sebagian kecil dari situasi keseluruhan dengan mengabaikan sisa bagian yang jauh lebih besar atau penting. Misalnya: Seorang mahasiswi yang berasal dari daerah pedalaman, memperoleh beasiswa tidak mampu di sebuah universitas merasa minder dengan

keadaan ekonomi keluarganya, padahal dia sangat cerdas dan selalu memperoleh IPK tinggi.

3. Overgeneralisasi (*overgeneralization*); yaitu menyimpulkan satu kejadian negatif yang khusus, sebagai kejadian negatif secara keseluruhan. Misalnya: seorang cewek yang baru saja ditinggal pergi kekasihnya, mengatakan bahwa semua cowok memang jahat.
4. Catastrophising (*magnification and minimization*); yaitu berpikir hal yang paling buruk dalam suatu situasi; atau berpikir terlalu berlebihan dalam suatu situasi. Misalnya: Mahasiswa baru yang akan mengikuti kegiatan orientasi kampus, berpikir bahwa tidak ada orang yang akan mengajaknya berbicara.
5. Personalisasi (*personalization*); yaitu memandang diri sendiri sebagai penyebab dari suatu peristiwa eksternal yang negatif. Misalnya: Ayah seorang anak meninggal dunia, kemudian si anak berpikir dialah penyebab ayahnya meninggal.
6. Berpikir dikotomik (*dichotomous thinking*); yaitu berpikir yang serba ekstrem tanpa penilaian atau pendapat relativistik di tengah-tengah (hitam vs putih; semuanya vs tidak sama sekali).

Konseling merupakan proses ko-kreatif antara konselor dan konseli yang lahir dari keadaan frustrasi atau ambigu serta adanya kebutuhan untuk memecahkan masalah (Hecker & Kottler, 2002). Melalui proses konseling, konselor akan membantu konseli untuk menelaah dan menguji *world view* konseli serta mengkonstruksi atau merekonstruksi makna suatu peristiwa dalam kehidupan konseli (Raskin, 1999).

Esensi kreativitas adalah kemampuan untuk menghasilkan karya yang baru, asli dan relevan (Sawyer, 2006 dalam Gladding, 2011). Ketika kreativitas tidak mewarnai proses konseling, konseli biasanya tidak mengalami perkembangan dan mungkin jatuh ke dalam masalah yang semakin dalam. Beberapa kekhasan kreativitas antara lain; (1) orang kreatif memiliki kesamaan karakteristik dengan pribadi yang sehat secara psikologis. (2) kreativitas dapat diajarkan (atau paling tidak didorong). (3) kreativitas itu heterogen. Itu tidak mengikuti pola yang ditetapkan. Kurva kreativitas individu cukup bervariasi. Jadi kreativitas tidak seperti ukuran kaus kaki di mana satu ukuran cocok untuk semua. (4) Terdapat penurunan kreativitas secara bertahap, tetapi tingkat penurunannya bervariasi sesuai dengan bidang atau disiplin. Menariknya, kreativitas dalam konseling tidak menurun dengan cepat. (5) potensi kreativitas dapat berkembang di lingkungan yang mendorongnya.

Csikszentmihalyi (1997) mengungkapkan beberapa karakteristik orang yang kreatif, termasuk konselor sebagai berikut:

1. Fleksibel dan terbuka terhadap ide-ide baru
2. Memiliki toleransi dalam hal ambiguitas
3. Memiliki beragam minat, rasa ingin tahu, dan energi

4. Memiliki imajinasi yang jelas dan ketertarikan mencoba sesuatu
5. Berkomitmen untuk bekerja keras dan berkonsentrasi terhadap tugas
6. Merasa nyaman dengan perubahan
7. Bekerja keras dan gigih
8. Berbeda dalam pemikiran
9. Memahami bidang atau disiplin mereka
10. Terdorong untuk menghasilkan karya baru

Kreativitas merupakan kemampuan memupuk sesuatu yang baru dan bermanfaat yang merupakan bagian integral dari konseling. Proses menjadi kreatif tidak dibatasi oleh budaya, iklim, atau konseli. Setiap sesi konseling adalah unik dan membutuhkan konselor dengan kemampuan praktik dan penuh dengan kebaruan. Sebagai konselor, penting untuk tetap setia pada teori, teknik, dan metode berdasarkan penelitian, namun tetap bersedia memanfaatkan sisi kreatif dan intuisi dalam membantu konseli.

Berikut disajikan dua aktivitas yang didasarkan pada *creative counseling* dengan menggunakan kegiatan mengganti/mengedit/menghapus kaset/USB/Harddisk dan latihan menuliskan benar/salah untuk menyelesaikan masalah individu yang memiliki pikiran-pikiran irasional menurut Jacobs (1992) dan Schimmel & Jacobs (2011).

#### **1. Kaset/USB/Harddisk**

Banyak masalah konseli berasal dari apa yang konseli percayai tentang dirinya sendiri. Terapi Rational Emotive Behavior membicarakan tentang ide-ide irasional. Konselor analisis transaksional membicarakan tentang kaset orangtua dan kaset anak. Adlerian menggunakan istilah seperti tujuan yang salah, penuntun fiksi, dan *private logic*. Terlepas dari orientasi konseling, kebanyakan konselor akan mendiskusikan bersama konseli mengenai ide yang salah atau yang seharusnya. Untuk menolong konseli mendapatkan gambaran yang lebih visual mengenai ide ini, kaset dapat digunakan untuk membantu mengatasi (Ellis & Dryden, 1987; Berne, 1972; dan Dreikurs, 1953 dalam Jacobs, 1992).

### a. Mengganti Kaset/USB/Harddisk

Konselor : Ini adalah apa yang saya lihat (*konselor mengangkat kaset di tangannya*). Kamu memiliki kaset ini di dalam kepalamu yang berjalan secara konstan dan berkata "Saya tidak baik". (*konselor menulis pada kaset "tidak baik" dan memberikannya pada konseli*). Kamu memainkannya dengan volume yang berbeda-beda, menaikkan volumenya menjadi 10 pada situasi di mana kamu berinteraksi dengan pacarmu dan dengan ibumu.

Konseli : Tapi aku tidak baik.

Konselor : Tidak, kamu merasa bahwa kamu tidak baik, dan kamu memberitahu dirimu sendiri mengenai hal tersebut. Kamu diajarkan untuk mengatakan pada dirimu sendiri tentang hal itu. Apa yang ingin saya lakukan adalah kamu membuat kaset yang berbeda yang berisi kebenaran mengenai dirimu sendiri. (*konselor menyerahkan kaset lain pada konseli dengan label "kebenaran"*)

Berdasarkan pandangan teoritis, konselor akan membantah *self-talk* irasional konseli menggunakan REBT atau untuk menolongnya mengedit "kaset anak tidak baik" menggunakan TA.

### b. Mengedit Kaset/USB/Harddisk

Cara lain dalam menggunakan kaset adalah dengan membicarakan mengenai kebutuhan konseli untuk mengedit beberapa "kaset" dalam kepalanya. Konselor dapat memberinya sebuah kaset tua dan membuatnya mengatakan hal-hal yang perlu diedit. Ketika konseli membicarakan hal-hal tersebut, konselor memintanya untuk mulai mengedit kaset dengan menarik keluar bagian kaset dan memotongnya sehingga tinggal kaset yang telah diedit yang ada padanya. Hal ini memberi konseli sebuah gambaran mental akan apa yang ia perlu lakukan dalam konseling.

### c. Menghapus Kaset/USB/Harddisk

Variasi mengedit kaset dapat dilakukan dengan benar-benar merekam "*negatif self-talk*". Konselor kemudian akan meminta konseli mendengarkan apa yang ia katakan pada dirinya sendiri dan membuatnya menyadari bahwa *self-talk*nya perlu diubah. Konselor akan bekerja bersama konseli dalam menemukan *self talk* yang lebih rasional, *self-affirming*. Konselor kemudian akan meminta konseli me-*remake* kaset, merekam ulang kaset pertama, menghapusnya.

- Konselor : (setelah menghapus kaset lama) Sekarang, mari kita dengarkan kaset ini dan dengarkan hal-hal negatif.
- Konseli : Tapi kita tidak bisa. Kita baru saja menghapusnya.
- Konselor : Benar. (diam selama satu menit atau lebih)
- Konseli : Luar biasa! Saya melihat apa yang Anda maksudkan.

Teknik ini sangat jelas menekankan apa yang sedang konseli lakukan pada dirinya sendiri dan bagaimana perlunya dia menghapus hal-hal yang ia katakan pada dirinya sendiri.

## **2. Latihan Menulis Pernyataan Salah/Benar**

Schimmel & Jacobs (2011) mengungkapkan proses konseling yang efektif terjadi ketika teori konseling digunakan untuk membantu konseli menghadapi masalahnya. Kegiatan latihan menulis pernyataan salah/benar tepat untuk membantu konseli dalam mengatasi kemarahan. Teori yang relevan ketika berhadapan dengan kemarahan adalah teori *Rational Emotif Behaviour Therapy* dan juga pada terapi perilaku kognitif yang mengacu pada REBT dan modifikasi perilaku. Premis dasar Ellis adalah bahwa amarah seseorang disebabkan oleh pikiran tentang keharusan yang dikatakan konseli terhadap dirinya sendiri.

Mendiskusikan pikiran irasional yang berkaitan dengan kemarahan konseli seringkali tidak cukup. Konseli akan lebih memperoleh manfaat saat mereka menulis dan melihat esensi dari pemikiran irasional mereka. Alat yang digunakan dapat berupa *whiteboard*, penghapus ataupun buku catatan untuk menuliskan kalimat sehingga konseli dapat melihat pikiran rasional dan irasional mereka. Salah satu pilihannya adalah menggunakan pernyataan benar dan tidak benar untuk menunjukkan kepada konseli bagaimana pikiran mereka mengarah pada perasaan. Tabel 1 menunjukkan bahwa pemikiran di sebelah kiri mengarah pada kemarahan yang merusak dan pikiran di sebelah kanan mengarah pada ungkapan kemarahan yang lebih membangun.

**Tabel 1.**  
**Contoh Latihan Menulis Pernyataan Salah/Benar**

Pernyataan Salah	Pernyataan Benar
Saya tidak tahan ketika atasan saya berbicara seperti itu kepada saya!	Saya marah ketika atasan saya berbicara seperti itu kepada saya, tapi saya bisa tahan.
Dia seharusnya tidak bertindak seperti itu kepadaku!	Saya berharap dia tidak bertindak seperti itu terhadap saya, tapi sayangnya dia melakukannya dan aku tidak bisa mengendalikannya.
Dia harus memperlakukan saya dengan hormat dan jika dia tidak, itu berarti saya lemah dengan membiarkan itu terjadi.	Saya berharap dia akan memperlakukan saya dengan hormat, tapi terkadang dia tidak melakukannya, bukan berarti saya lemah.
<b>Sangat Marah (Merusak)</b>	<b>Marah (Membangun)</b>

Sumber: Schimmel & Jacobs (2011)

Diskusi tentang pilihan kalimat di atas menjadi alat yang sangat kuat yang membantu konseli melihat bagaimana pikiran mereka menyebabkan perasaan mereka. Kegiatan di atas mempermudah untuk menunjukkan kepada konseli bagaimana pernyataan benar dan tidak benar yang menyebabkan kemarahan.

## KESIMPULAN

Salah satu esensi kunci peningkatan proses konseling dapat dilakukan dengan memasukkan unsur kreativitas. Guru BK/Konselor dituntut untuk mampu memberikan nuansa kebaruan melalui proses kreatif dan menguasai beragam teknik konseling untuk mendukung tercapainya tujuan konseling. Penggunaan teknik konseling kreatif, seperti yang dijabarkan dalam artikel ini dapat membantu konselor dalam membantu konseli melihat secara lebih jelas masalah mereka. Dua aktivitas yang didasarkan pada creative counseling yakni menggunakan kegiatan mengganti/mengedit/menghapus kaset/USB/Harddisk dan latihan menuliskan benar/salah kiranya dapat digunakan sebagai referensi menyelesaikan masalah individu yang memiliki pikiran-pikiran irasional. Artikel ini berimplikasi pada pentingnya pelatihan konseling kreatif pada guru BK/konselor di sekolah.

### DAFTAR PUSTAKA

- Antika, E.R & Muslikah. (2018). *Konseling Kreatif: Strategi Efektif Pelayanan BK di Era Disruptif: Prosiding Seminar Nasional Strategi Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Era Disrupsi, Semarang, 21 Juli 2018* (hlm.248-258). Jurusan Bimbingan dan Konseling: Universitas Negeri Semarang.
- Beck, A.T., & Weishaar, M.E. (1989). *Cognitive Therapy*; dalam Raymond J. Corsini dan Danny Wedding. *Current Psychoterapies*. Fourth Edition. Illinois: F.E. Peacock, 285-320.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper.
- Dewi, T.W.G. (2017). *Faktor Rendahnya Minat Siswa pada Layanan Bimbingan Dan Konseling Di SMA Negeri 1 Natar Kabupaten Lampung Selatan*. (Skripsi). Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
- Ellis, A. (1974). *Rational-Emotive Theory*, dalam A. Burton (Ed.), *Operational Theories of Personality*. New York: Brunner/ Mazel.
- Ellis, A. (1979). *Reason and Emotion in Psychotherapy*. Canada: The Citadel Press.
- Gladding, S.T. (2011). Using Creativity and the Creative Arts in Counseling: An International Approach. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*. Vol. 4 (35), 1-7.
- Hecker, L.L., & Kottler, J.A. (2002). "Growing Creative Therapists: Introduction to the Special Issue". *Journal of Clinical Activities, Assignments, & Handouts in Psychotherapy Practice*. Vol. 2, (2), 1-3.
- Jacobs, E. (1992). *Creative Counseling Techniques: An Illustrated Guide*. USA: Psychological Assessment Resources.
- Kamaruzzaman. (2016). Analisis Faktor Penghambat Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 3(2), 229-242.
- Kartadinata, S. (2007). *Teori Bimbingan dan Konseling. Seri Landasan dan Teori Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rahmadian, A.A. (2012) *Kreativitas dalam Konseling. Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling 6 - 7 Juni 2012 di STAIN Batusangkar*
- Raskin, J.D. (1999). "Metaphor and Meaning: Constructing the Creative Psychotherapist". *Journal of Constructivist Psychology*. Vol. 12, 331-347.
- Sawyer, R. K. (2006). *Explaining creativity: The science of human innovation*. New York: Oxford University Press.
- Schimmel, C. J. & Jacobs, E. (2011). *Ten creative counseling techniques for helping clients deal with anger*. Retrieved May 15, 2019 from [http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas11/Article\\_53.pdf](http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas11/Article_53.pdf).