

مقاومت با مقاومت

عفت میراحمدیان
کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی

مقدمه

یکی از گرفتاری‌ها و نگرانی‌های برخی مشاوران بر خورد با مراجعان مقاوم است. بسیاری از مشاوران مقاومت را اصطلاحی منفی می‌دانند اما واقعاً مقاومت چیست؟

مقاومت حالتی است که باعث می‌شود مراجع در مقابل مشاور ایستادگی کند و مانع پیشرفت مشاوره در جهت حصول به هدف‌های مورد نظر شود. این وضعیت به صورت‌های مختلف، در حالت شدید به صورت عدم پذیرش مشاور توسط مراجع و در حالت خفیف به صورت بی‌میلی و بی‌توجهی به مشاوره و تداوم آن دیده می‌شود.

جهت‌گیری مشاور در هنگام بروز مقاومت، جلب همکاری مراجع است. کمک به مراجعان برای افزایش همکاری آنها می‌تواند کاری ساده یا خیلی پیچیده باشد. همه مراجعانی که در مصاحبه از خود مقاومت نشان می‌دهند، به کوشش‌های مشاور برای جلب همکاری پاسخ نخواهند داد؛ هرچند مشاور مجرب باشد. با وجود این، مهارت‌های اساسی و متمرکز بر عمل مشاوره را می‌توان به‌طور مؤثری در کمک به مراجعان به کار برد تا آنها با فرایند مصاحبه با آسودگی بیشتر و مقاومت کمتری روبه‌رو شوند.

کلیدواژه‌ها: مقاومت، جلب همکاری مراجع، ساختار بخشی به اطلاعات و عمل

همکاری در مشاوره

در تمامی نظریه‌های مشاوره درباره اهمیت جلب همکاری مراجع سخن‌هایی به میان آمده و برای توصیف فقدان همکاری، از اصطلاحات زیادی مانند مقاومت، نارضایتی، بی‌میلی و عدم پیروی استفاده شده است. مقاومت اصطلاحی است که به‌طور معمول برای توصیف رفتار هر مراجع یا مشاوره‌ای که در فرایند مشاوره یا مرحله معینگی از این فرایند مانع رسیدن به نتیجه موفقیت‌آمیز می‌شود، به کار می‌رود. در اداره مقاومت، هدف مشاور این است که همکاری مراجع را جلب یا مجدداً برقرار کند.

مقاومت: چه زمانی و به چه دلایلی؟

مشکلات مربوط به همکاری مراجع به دلایل مختلف و در هر مرحله از فرایند مشاوره ممکن است پیش آیند. اگر چه افت انگیزه همکاری مراجع در هر مرحله‌ای اتفاق می‌افتد، احتمال وقوع آن در مرحله برقراری ارتباط بیشتر است. در مراحل عمل و خاتمه دادن به مشاوره نیز این احتمال وجود دارد که مراجعان با مشکلاتی در زمینه همکاری روبه‌رو شوند. قطع همکاری مراجع به شکل‌های مختلف و به دلایل متعدد رخ می‌دهد. در جدول شماره ۱ به بررسی دلایل احتمالی مقاومت اشاره شده است.

جدول شماره ۱: دلایل مقاومت مراجع

منبع مقاومت	دلیل مقاومت
مراجع	فقدان مهارت‌ها و دانش لازم برای مشارکت شرم از انجام دادن مشاوره یا تقاضای کمک جهت‌گیری بدبینانه یا افکار منفی ترس از برقراری ارتباط در جریان مصاحبه ترس از اختلال ناشی از تغییر ترس از ایجاد تغییر لازم اضطراب درباره طرح اطلاعات شخصی نگرانی در مورد از دست دادن کنترل بر محتوا و مسیر بحث طی مصاحبه
مشاور	عدم تطابق ارزش‌های مشاور (فرهنگی یا شخصی) با ارزش‌های مراجع خصوصیات شخصی (سن، جنس، ظاهر و...) مشاور برای مراجع مشکل‌زاست استفاده از روش‌ها/ سبک نامناسب یا نادرست نیاز به کنترل حفظ نکردن اطلاعات محرمانه
محیط	ناهمخوانی محیط با تغییر مورد نظر وجود امتیازی ثانوی برای عدم تغییر وجود سنن فرهنگی‌ای که مداخله غیر خودی‌ها را تأیید نمی‌کند. هنجارهای فرهنگی‌ای که تقاضای کمک را دال بر ضعف می‌دانند.

در حرکت‌اند. با رسیدن به درک صحیح و برخورد با الگوهای مقاومت، می‌توان امکاناتی برای تعدیل رفتار و نیز رشد مهارت‌هایی جهت کنترل مقاومت در مراجعان ایجاد کرد. در واقع، هنگامی که مشاور مشغول کار پرتنش با مراجع می‌شود، چه بسا مراجع به خاطر پیامدهای آن کار وحشت کند و برای حمایت از خود، فرایند را متوقف سازد. برخی از این کارها معنا دارند؛ زیرا مراجع شما ممکن است در گذشته از نظر روانی و جسمانی آسیب دیده باشد و برای مقابله با موقعیت غیرقابل تحملی متوسل به دفاع شده باشد اما به یاد داشته باشید که همیشه باید با مقاومت مراجعان محترمانه برخورد کرد. گاهی مشاوران در ارتباط با مراجعان ناراضی درگیر نوعی بازی می‌شوند، این بازی «من تنها کسی هستم که می‌تواند به شما کمک کند» است که مراجعان آن را تهدیدآمیز می‌یابند؛ زیرا به‌طور ضمنی این مطلب را القا می‌کند که مشاور عقل کل است. یکی از شیوه‌های مقابله با این نوع بازی‌ها، ترغیب مراجع به پیش‌قدم شدن در بازسازی رابطه است. بهترین کار در چنین زمانی این است که چنین شرایطی را به‌عنوان یک آزمون پایداری ببینید: «چه کسی می‌تواند پایداری بیشتری نشان دهد؟» در صورتی که بتوانید این تفکر را هنگام رویارویی با مقاومت مراجعاتان در خود درونی کنید، خواهید دید که مراجع به‌رغم بی‌میلی ظاهری در ابتدای کار یا حتی تخلیه‌های هیجانی شدید، خود ترمیم رابطه مشاوره‌ای را که در اثر مقاومت قبلی اش قطع شده بود، آغاز می‌کند.

شکل‌های مقاومت

مراجعان مشکلات خود را در مورد فرایند مشاوره به شیوه‌های مختلفی نشان می‌دهند. مشاوران می‌توانند با مشاهده اطلاعاتی که مراجع ارائه می‌دهد، مراجعان مقاوم را شناسایی کنند. بعضی از مراجعان ممکن است با خودداری از ارائه اطلاعات کافی، نسبت به مصاحبه واکنش نشان دهند. در حالی که دیگران ممکن است با ارائه اطلاعات انبوه مصاحبه‌گر را به ستوه آورند. به مثال زیر توجه کنید:

مشاور: (در حال مشاوره با نوجوانی ۱۵ ساله است که دیر به مدرسه می‌آید و در انجام دادن تکالیف خود کوتاهی می‌کند) «گفتی که از مدرسه متنفری. می‌تونی بگی از چی مدرسه متنفری؟»

مراجع: نمی‌دونم، فقط از مدرسه متنفرم.»

مراجع با خودداری از ارائه اطلاعات اضافی در پاسخ به سؤال باز مشاور، بی‌میلی خود را به مشارکت در مصاحبه نشان می‌دهد.

محدود کردن موضوع مورد بحث شیوه دیگری است که مراجعان ممکن است از طریق آن نسبت به مشاوره از خود مقاومت نشان دهند. مراجعان ممکن است مهمل بگویند و به بحث در مورد موضوعات انتخابی تکراری، سطحی یا روشنفکرانه مشغول شوند یا پیوسته طوری وانمود کنند که گویی نمی‌توانند از واکنش عاطفی خود نسبت به بحث فعلی چشم‌پوشند.

مراجعان ممکن است از طریق نحوه ارائه اطلاعات، عدم همکاری خود را نسبت به مشاور نشان دهند. آنها ممکن است بی‌حوصلگی واکنش نشان دهند، تملق مشاور را بگویند یا به دنبال بحث و جدل باشند. نیز ممکن است دیگران را سرزنش کنند، به توجیه خود بپردازند، اهمیت موضوع را کم کنند یا اطلاعات مهم را تا پایان مشاوره پیش خود نگه دارند.

آخرین شیوه‌ای که مراجعان از طریق آن عدم همکاری نشان می‌دهند، رعایت نکردن شرایط قرارهای رسمی یا غیررسمی خود با مشاور است. مراجعان ممکن است در جلسه مشاوره حاضر نشوند، دیر بیایند، درخواست وقت اضافی کنند یا به شیوه‌های دیگر مشاور را در تنگنا قرار دهند.

در فرایند درمان، مراجعان دیر یا زود مشکلاتی را در مشارکت تجربه می‌کنند. شناسایی مشکلات مربوط به همکاری به قضاوت شخصی مشاور، ماهیت رفتار مراجع و زمینه رفتار بستگی دارد. مشاور باید از قضاوت‌نسنجیده در مورد اینکه رفتار خاصی از مراجع بیانگر فقدان همکاری وی در فرایند مشاوره است، بپرهیزد ولی لازم است آگاه باشد که وقوع مکرر چنین رفتاری مشکلاتی را برای همکاری ایجاد می‌کند. مشاوران مجرب از روبه‌رو شدن با قطع همکاری مراجع متعجب نمی‌شوند و نسبت به آن به‌طور شخصی واکنش نشان نمی‌دهند بلکه برای جلب همکاری مراجعان در رسیدن به اهداف مشاوره، از بعضی مهارت‌های خاص خود استفاده می‌کنند.

آیا مقاومت مراجع امری منفی است؟

همانگونه که در آغاز این نوشته گفته شد، بسیاری از مشاوران مقاومت را تهدیدی بر موفقیت جریان مشاوره می‌پندارند و در بسیاری از مواقع نگرانی‌هایی در مورد مقاومت مراجعاتان دارند اما باید بدانیم که مقاومت در حقیقت یک مسئله منفی نیست و زمانی که در محور کار مفیدی قرار داشته باشد، به ندرت به عنوان مانعی بر سر راه پیشرفت جریان مشاوره تلقی می‌شود. در مورد بیشتر مراجعان، مقاومت‌ها نه موانعی برای درمان بلکه عین درمان‌اند. چالشی که در مقابل مشاوران قرار دارد، این است که چگونگی کنترل مقاومت‌ها را بیاموزند نه اینکه آنها را حذف کنند. بخش بزرگی از درمان شامل حذف موانع، آزادسازی و گسترش تجربه حرفه‌ای و در نهایت، برگشتن و تماشا کردن مراجعانی است که در مسیر بهبودی

مقاومت حالتی است که باعث می‌شود مراجع در مقابل مشاور ایستادگی کند و مانع پیشرفت مشاوره در جهت حصول به هدف‌های مورد نظر شود. این وضعیت به صورت‌های مختلف، در حالت شدید به صورت عدم پذیرش مشاور توسط مراجع و در حالت خفیف به صورت بی‌میلی و بی‌توجهی به مشاوره و تداوم آن دیده می‌شود

کارها خیلی لوکس‌اند. اصلاً از اینکه می‌بینم الان تو اتاق مشاوره نشسته‌ام و دارم با یه مشاور حرف می‌زنم، حس عجیبی دارم. بعد از یک سال ترک تحصیل... نمی‌دونم عجیبه برم.»

مشاور: «خیلی خوبه که بعد از یک سال ترک تحصیل، هنوز هم تمایل به ادامه تحصیل و صحبت کردن با یه مشاور داری. صبر و بردباری می‌تونن تو ادامه تحصیل کمکت کنن.»

این پاسخ درستی است. مقاومت را می‌توان نشانه‌ای از پویایی فرد دانست. مراجع می‌تواند از چنین دیدگاهی برای رسیدن به اهداف استفاده کند.

البته پاسخ صحیح دیگری هم در این زمینه وجود دارد: مشاور: «تو خودتو تو موقعیت سختی می‌بینی؛ از یک طرف برای ادامه تحصیل احتیاج به راهنمایی داری و از طرف دیگر کاملاً راحت نیستی که با یه مشاور حرف بزنی. تصمیم‌گیری در مورد اینکه با مشاور کار کنی، آسون نیست.»

چنین ترکیبی از انعکاس و مواجهه توجه مراجع را به رفتار کنونی‌اش معطوف می‌کند و او را به حل مشکل مقاومتش برمی‌انگیزد. در واقع، در مقایسه با پاسخ قبلی، این پاسخ مؤثرتر است.

یک مهارت کلیدی برای غلبه بر مقاومت

تسا اینجا گفتیم که مقاومت مراجع را شناسایی کنید و برای جلب همکاری او مهارت‌ها را به صورت جداگانه یا ترکیبی مورد استفاده قرار دهید. علاوه بر این، می‌توانید از راهبرد کلی مشاوره- ساختار بخشیدن به اطلاعات و عمل- برای کمک به مراجعانی که مراحل از مصاحبه در زمینه همکاری با مشاور مشکلاتی دارند، استفاده کنید. در صورتی که مقاومت در برابر مشارکت بالاست و احتمال دارد مانع شکل‌گیری هرگونه نتیجه موفقیت‌آمیز شود، مهارت ساختار بخشیدن می‌تواند مهم باشد؛ زیرا مراجع را قادر می‌سازد تا در دستیابی به هر کدام از اهداف عملی که به رفع مقاومت مرتبطاند، مشارکت کند.

به‌منظور تشریح کاربرد ساختار بخشیدن به اطلاعات و عمل برای غلبه بر مقاومت مراجع، گام‌های یک دوره مشاوره‌ای را مرور می‌کنیم.

* مثال مشاور: (در حال خاتمه دادن به مشاوره با مادر یکی از دانش‌آموزانی که برای این قرار ملاقات و قرارهای دیگر دیر رسیده است) «ما دغدغه‌های مهم هفته گذشته شما را مورد بررسی قرار دادیم و آنها را حل کردیم. متأسفانه وقت جلسه امروز تمام شده است.»

مراجع: «متأسفم که دیر رسیدم. با این همه نمی‌تونم از اینجا برم. چند تا مسئله هست که باید در موردشون حرف بزنینم و نمی‌تونم تا هفته آینده منتظر بمونم. حتماً می‌تونید یه وقتی برای من جور کنید.»

در این مثال، مراجع همکاری نکردن خود را از طریق عدم رعایت وقت قرار ملاقات رسمی خود با مشاور نشان می‌دهد. همه مراجعان با مقداری مقاومت یا بی‌میلی به پرسش‌های مشاور پاسخ می‌دهند. این امر طبیعی است؛ چراکه شرکت در مشاوره می‌تواند ناراحت‌کننده، اختیاری یا اجباری، خودجوش یا تحمیلی، مطلوب فرد یا الزامی باشد. حتی مراجعانی با انگیزه بالا هم ممکن است در بحث در مورد موضوعات خاصی مقاوم باشند. مشاور مؤثر این موضوع را می‌پذیرد، مهارت‌های آموخته شده قبلی را به کار می‌گیرد و به مراجع کمک می‌کند تا روی احساساتی که به بی‌میلی او مرتبطاند، کار کند؛ بدون اینکه به ارائه توصیه‌های ناپخته بپردازد یا به نحو نادرستی به مراجع اطمینان ببخشد.

* مثال: مشاور در حال صحبت کردن با دانش‌آموزی است که پس از یک ماه غیبت (به دلیل فوت پدرش) به مدرسه آمده است. دانش‌آموز از اینکه پیش مشاور آمده، ناراحت است.

مشاور: «فوت پدرت باعث تغییرات ناگهانی زیادی در زندگی‌ات شده و فکر این همه تغییر احتمالاً بیشتر نگران‌کننده است. تحمل این همه فشار طاقت‌فرساست.»

این پاسخ مختصر، مصاحبه را در جهت عاملی که موجب مقاومت مراجع شده است سوق می‌دهد و نشان می‌دهد که شما مشکل مراجع را فهمیده‌اید. در ضمن، او را تشویق می‌کند تا از مقاومت دست بکشد و با شما همکاری کند.

در جریان مراحل اولیه مشاوره، انتظار می‌رود که مراجع به آسانی نتواند اطلاعات خود را با مصاحبه‌گر در میان بگذارد. به این ترتیب، تا زمانی که مشاور با حل کردن مشکل ناراحتی مراجع همکاری او را جلب نکند، تلاش وی برای تمرکز بر هدف مصاحبه بی‌نتیجه خواهد بود.

هنگامی که مشاور، مراجع را یاری می‌دهد که علت مقاومت خود در برابر مشاوره را کاوش و کشف کند، بین مشاور و مراجع اعتماد ایجاد می‌شود. در این زمان، مشاور می‌تواند از مهارت‌های عملی بیشتر خود از جمله مواجهه، ساختار بخشی و قاب‌دهی مجدد برای رفع مقاومت مراجع و جلب همکاری او استفاده کند.

* مثال: مراجع: «خب، مشاوره با شما ممکنه فایده داشته باشه. هر چند هنوز مطمئن نیستیم. آخه تا حالا پیش مشاور نرفتم. تو خانواده ما این

جدول شماره ۲: گام‌های یک دوره مشاوره

مراحل	نمونه‌ای از نتایج
گام اول: برقراری ارتباط	مراجع ترس‌ها و نگرانی‌های خود را در مورد مشکل بیان می‌کند.
گام دوم: تعریف دقیق مشکل	مراجع متوجه می‌شود که دقیقاً چه می‌خواهد.
گام سوم: اولویت‌بندی	مراجع در بین مشکلات فهرست شده‌اش مهم‌ترین مسئله را برمی‌گزیند.
گام چهارم: تدوین هدف	مراجع اولویت‌های خود را به صورت اهداف تقریباً دقیق رفتاری مشخص می‌کند.
گام پنجم: تدوین برنامه عمل	مراجع برای عملی کردن اهدافش به کمک مشاور یک برنامه منظم طراحی می‌کند و آن را با مشاور به بحث می‌گذارد تا نقایص احتمالی آن برطرف شود.
گام ششم: عمل	مراجع برنامه را به صورت عملی (با نظارت مشاور) اجرا می‌کند.

* مثال:

مراجع: «هرچه تلاش کنم باز هم نمی‌تونم بر ترس‌هام غلبه کنم.» مشاور: «حالا که بر سر مشکل اصلی‌ات توافق کردیم، مهمه که اون رو به عنوان یک هدف بازگویی کنیم. فکر می‌کنی روی چه هدفی کار کنیم که معقول باشه؟»

این اظهار نظر ساختار دهنده، مشاوره را از مرحله اولویت‌بندی به مرحله تدوین هدف سوق می‌دهد. دستیابی به یک هدف مورد توافق که شما و مراجع بتوانید روی آن کار کنید، مستلزم استفاده مؤثر از مهارت‌های مصاحبه‌ای در سراسر فرایند مشاوره است.

نکاتی که در جلب همکاری باید به خاطر سپرد

۱. به هنگام مواجهه با عدم همکاری مراجع

الف. به مقدار اطلاعاتی که به وسیله مراجع داده می‌شود توجه کنید. ب. به اینکه آیا بحث مراجع معنی‌دار یا محدود است، توجه کنید. پ. به شیوه تعامل مراجع با خودتان توجه کنید. ت. به اینکه آیا مراجع قرارهای رسمی یا غیررسمی را رعایت می‌کند یا خیر، توجه کنید.

۲. به هنگام جلب همکاری

الف. مقداری مقاومت از طرف همه مراجعان پیش‌بینی می‌شود. ب. احساسات خود را بازبینی کنید و تحت کنترل درآورید. پ. مقاومت را با فقدان انگیزه اشتباه نگیرید.

۳. برای جلب همکاری

الف. قبل از تعیین هدف مشاوره، مقاومت مراجع را رفع کنید. ب. دامنه وسیعی از مهارت‌های اساسی مشاوره و مهارت‌های عمل‌گرایانه را به کار ببرید. پ. از ساختار بخشیدن به اطلاعات و عمل، برای رفع مقاومت مراجعان دشوار استفاده کنید.

ترکیب مهارت‌ها جهت مقابله با مقاومت مراجعان

برای کمک به مراجعان درگیر مقاومت همواره بر استفاده از شیوه‌های تأیید در مورد مراجعان ناراضی تأکید شده است. این شیوه‌ها که بر گوش دادن فعال مبتنی هستند، به مراجع کمک می‌کنند تا با حقیقت موقعیت مشکل‌زا مواجه شوند و عوامل مؤثر در تداوم این موقعیت مشکل‌زا را درک کند. مراجعان مقاوم احتمالاً جنبه‌های منفی موقعیت خود را درک نمی‌کنند و دریافت کمک از دیگران را نوعی پابندی بپهوده به هم‌سالان و دیگران تلقی می‌کنند و در نتیجه در برابر آن مقاومت نشان می‌دهند. مشاور برای غلبه بر مقاومت مراجع، می‌تواند برخی از نتایج احتمالی رابطه یاورانه را با او در میان گذارد و به او پیشنهاد کند که قبل از تصمیم‌گیری نهایی برای بررسی احتمال‌های گوناگون در چند جلسه محدود شرکت کند. استفاده از پاسخ‌های افزایش‌دهنده مشاور را قادر می‌سازد تا بدون بی‌ارزش شمردن و مسخره کردن افکار و احساس‌های مراجع، آنها را انعکاس دهد و هم‌زمان، حمایت و احترام صادقانه خود را نسبت به دیدگاه متفاوت وی نشان دهد.

همچنین سؤال‌های باز پاسخ به مراجعان ناراضی کمک می‌کند تا به ارزیابی خود پردازند. با این حال، گاهی وقت‌ها استفاده از سکوت به‌عنوان تنها راه نشان دادن توجه مسئولانه به مراجع ضروری است. برای برخی مشاوران تازه کار یک دقیقه سکوت ممکن است ۲۰ دقیقه به‌نظر آید. سکوت یک روش مناسب برای مشاوران است و ضرورت دارد که از آن

استفاده کنند اما اغلب آنها در استفاده از این روش راحت نیستند.

**** نکته مهم **** برای آماده شدن جهت رویارویی با مراجعان مقاوم بهتر است خودتان را درگیر ایفای نقش کنید، این بهترین راه برای درک مقاومت مراجعان است. اگر به خودتان اجازه دهید و هنگامی که مضطرب هستید شیوه‌های مقاومت خود را بررسی کنید، جایگاه اجتناب‌ناپذیر مقاومت در فرایند مشاوره را تصدیق خواهید کرد. به همین منظور، تمرینی با ساختار زیر برای این مورد پیشنهاد می‌شود.

*** تمرین:** با همکاری دو نفر دیگر که این متن را خوانده‌اند، مصاحبه کوتاهی انجام دهید و در آن به نقش‌های مراجع، مشاور و مشاهده‌گر بپردازید. هر مشاوره را در صورت امکان ضبط کنید. مصاحبه‌ای با حداقل ۵ پاسخ برای این تمرین کافی است. (برای هر دیالوگ مراجع ۵ پاسخ متفاوت و صحیح ارائه کنید).

نقش مشاور: سعی کنید همکاری یک مراجع مقاوم را جلب کنید. نقش مراجع: از خود عدم همکاری نشان دهید (ولی این عدم همکاری شدید نباشد)؛ به‌طوری که مشاور بتواند برای جلب همکاری شما استفاده از مهارت‌های مشاوره‌ای را تمرین کند. نقش مشاهده‌گر: وسایل ضبط را به کار بیندازید و «فهرست بازبینی مشاوره تمرینی» را تکمیل کنید.

بحث بعد از مشاوره: با استفاده از مصاحبه‌های ضبط شده و داده‌های مربوط به «فهرست بازبینی مصاحبه تمرینی»، شرکت‌کنندگان باید عملکردهای مشاور را (بدون قضاوت شخصی) مورد بحث قرار دهند.

فهرست بازبینی مشاوره تمرینی

فعالیت	۱	۲	۳	۴	۵
رفتار غیرکلامی مناسب					
ارتباط با موضوع مورد بحث					
پاسخ برای جلب همکاری					
پاسخ مؤثر					

با یک مقیاس ۵ درجه‌ای، که در آن ۱ نامؤثر و ۵ بسیار مؤثر است، میزان مؤثر بودن هر پاسخ را مشخص کنید.

منابع

۱. کوری، جرالده؛ هنر مشاوره تلفیقی، مترجمان: احمد اعتمادی و زانت هاشمیان، تهران، انتشارات فراروان، ۱۳۸۵.
۲. ایوانز، دیوید آر و همکاران؛ مصاحبه مؤثر به روش گام به گام، مترجمان: سیداحمد میرجعفری و محمدعلی گودرزی، تهران، انتشارات سمت، ۱۳۸۷.
۳. حسینی، سیدمهدی؛ اصول و روش‌های راهنمایی و مشاوره، تهران، انتشارات علمی دانشگاه آزاد اسلامی، ۱۳۷۴.
۴. اوکان، باربارا اف؛ تکنیک‌های مصاحبه و مشاوره، مترجم: شهرام محمدخانی، تهران، انتشارات طلوع دانش، ۱۳۸۶.