

عنوان مقاله:

مقاله مروری در مورد ناگویی هیجانی

محل انتشار:

نخستین کنفرانس ملی علوم شناخت و تعلیم و تربیت (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسنده:

یاسر زینالی ملکی - مقطع کارشناسی ارشد/ دانشگاه پیام نور

خلاصه مقاله:

امروزه نتایج تحقیقات نشان داده است که افراد با ناگویی هیجانی بالا در درک و شرح هیجان های خود و دیگران ناتوان و عاجز هستند. برای همدلی استعداد ضعیف شده ای از خود نشان می دهند و نمی توانند به خوبی با دیگران ارتباط برقرار نموده و سازگار گردند بنابراین آمادگی ابتلاء به انواع اختلال های روانشناختی را دارند. ضمن آنکه می توان گفت، دشواری در شناسایی و تمایز بین احساسات به عنوان یکی از مولفه های ناگویی هیجانی، افراد را مستعد نارسایی در تنظیم هیجان ها در شرایط یا روابط استرس آمیز می کند. درواقع، هرچه فرد در شناسایی و متمایزکردن هیجاناتش و تفکر عینی مشکلات بیشتری داشته باشد، علایم اضطراب و افسردگی را در حد شدید تری تجربه می کند. دراین راستا می توان گفت، نتایج حاصل از پژوهش حاکی از آن بوده است که دشواری شناسایی احساسات که از آن به عنوان دشواری فرد در شناسایی بین احساسات و هیجانات بدنی تعریف نموده است، می تواند زمینه ساز افزایش آسیب پذیری روانی باشد و نتایج دیگری حاکی از آن است که این عامل در پیش بینی آسیب های روانی نقش داشته است، همچنین عامل سلامت جسمانی همزمان با دشواری شناسایی احساسات، میزان آسیب پذیری روانی را افزایش می دهد.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1142848>

