

## عنوان مقاله:

مروری سیستماتیک بر مطالعات حوزه ی ناگویی هیجانی و آسیب پذیری روانی

## محل انتشار:

پنجمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 19

## نویسندگان:

غلامرضا افسری - کارشناسی ارشد مشاوره تحصیلی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، ایران.

ندا عوض پوراخچلو - کارشناسی ارشد مشاوره توان بخشی ناپیوسته، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، ایران.

انیسه اسلانی کتولی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، علوم و تحقیقات تهران، ایران.

سمیه قربانعلی الله یاری - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، ایران

حنانه سعدآبادی شاهرودی - کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بندرگز، ایران

امیرعلی رجنی - کارشناسی روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان، ایران

## 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. در واقع، هرچه فرد در شناسایی و متمایزکردن هیجانانش و تفکر عینی مشکلات بیشتری داشته باشد، علایم اضطراب و افسردگی را در حد شدید تری تجربه می کند. در این 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 هیجانان 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 که ما در این پژوهش برانیم که به مطالعه حوزه ناگویی هیجانی و آسیب پذیری روانی بپردازیم.

## کلمات کلیدی:

ناگویی هیجانی، آسیب پذیری روانی، استرس

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/815123>

