

کم رویی؛ علل پیدایش، آثار منفی و راه‌های درمان آن

فاطمه چنانی^۱، بتول چلداوی^۲، نگین حسینی^۳، مرضیه سواری^۴

^۱ دکترای زبان و ادبیات فارسی، مدرس دانشگاه های فرهنگیان استان خوزستان

^۲ دانشجوی کارشناسی مشاوره و راهنمایی پردیس فاطمه الزهرا (س)

^۳ دانشجوی کارشناسی مشاوره و راهنمایی پردیس فاطمه الزهرا (س)

^۴ دانشجوی کارشناسی مشاوره و راهنمایی پردیس فاطمه الزهرا (س)

چکیده

کمرویی یک احساس ناراحتی در فرد است که باعث دوری و عدم مشارکت در گروه‌ها، بازداری و شکست وی در موقعیت‌های اجتماعی مختلف می‌شود و مانع اصلی شکوفایی، استعدادها و توانایی و خلاقیت‌ها می‌شود. علل کمرویی می‌تواند محیط، سختگیری نابجا والدین، رسانه‌های اجتماعی، علل جسمانی و... باشد. کمرویی پیامدهای منفی روی جسم، رفتار، تحصیل فرد به دنبال دارد. برای درمان آن راهبردها و روش‌های زیادی از جمله بازی درمانی، هنر درمانی، ورزش، روش درمانی شناختی- رفتاری و... وجود دارد. نوشته حاضر به بررسی علل پیدایش اختلال کم رویی در افراد و نشانه‌ها و پیامدهای منفی و راه‌های کاهش و درمان آن می‌پردازد.

واژه‌های کلیدی: کمرویی، علل کمرویی، درمان کم رویی

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۷، شماره ۲، تابستان ۱۴۰۰، صفحات ۱۹۳-۱۸۳