

چگونه توانستم انزواطلبی و گوشه‌گیری دانش‌آموزم را بر طرف کنم؟

افسانه احمدی^۱
دنیا محمود نژاد^۲
معصومه بازدار^۳
ناصر علیمرادی^۴

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بر طرف کردن انزواطلبی و گوشه‌گیری یکی از دانش‌آموزان کلاس صورت گرفته است، طرح پژوهش توصیفی و از نوع اقدام پژوهی است. از روش‌های مشاهده، یادداشت برداری، گفت و گو برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شده است. به منظور رفع مسئله‌ی ایجاد شده، با تکیه بر مهارت‌های دانش‌آموز و تقویت و پاداش جهت بالا بردن انگیزه و اعتماد به نفس، میزان گوشه‌گیری و انزواطلبی دانش‌آموز کاهش یافت به طوری که شواهد حاکی از افزایش مشارکت دانش‌آموز در فعالیت‌های کلاسی است.

واژگان کلیدی: اقدام پژوهی، انزواطلبی، گوشه‌گیری.



-
- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| ۱. کارشناسی ارشد زبان و ادبیات فارسی | Afsanehahmadi1399@gmail.com |
| ۲. کارشناسی ارشد شیمی | d.mahmoodnezhad@gmail.com |
| ۳. کارشناسی زبان و ادبیات فارسی | m.bazdar1395@gmail.com |
| ۴. کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی | alimoradinaser@yahoo.com |

مقدمه

یادگیری که در آن همه‌ی دانش‌آموزان مشارکت دارند نتیجه و بازده بیشتری خواهد داشت چرا که در این نوع یادگیری احساس رقابت وجود ندارد و همه برای رسیدن به یک هدف تلاش می‌کنند، امروزه روش‌های نوین تدریس تلاش دارند تا همه فراگیران را در فرآیند یادگیری سهیم کنند. یکی از مشکلات و مسائلی که معلمان با آن مواجه هستند، اختلال‌های رفتاری دانش‌آموزان می‌باشد. این اختلالات ممکن است علل متفاوتی داشته باشد: مشکلات خانوادگی، ناراحتی‌های جسمانی روانی، مشکلات اقتصادی، روابط خانوادگی، پایین بودن میزان هوش افراد و ... اکثر معلمان و مسؤولان مدرسه در طول خدمت خویش با دانش‌آموزانی مواجه می‌شوند که رفتارهایی متفاوت با دیگر دانش‌آموزان دارند (یوسف زاده، ۱۳۹۳؛ به نقل از جلیلی نیکو، ۱۳۹۸).

کمرویی مشکلی است که از گذشته تا کنون به جهات بسیار مختلف دامنگیر افراد مختلف بوده و هست. این مشکل به دلایل متعدد مورد توجه قرار نگرفته است، و عامه مردم کمتر از آن به عنوان یک معضل و مشکل یاد می‌کنند. غافل از این که انزوای و کمرویی در بطن جامعه، فرد را با مشکلات زیادی اعم از عدم توانایی ایجاد رابطه با دیگران و به تبع آن ناتوانی در یادگیری و کسب آگاهی‌ها و مهارت‌های مختلف مواجه می‌کند. شاید از دلایلی که والدین و حتی معلمان مدارس به این مشکل توجه نمی‌کنند برداشت غلطی است که از عملکرد افراد خجالتی دارند. این باور نادرست که کودک کمرو، مؤدب است، دردسر ایجاد نمی‌کند و تربیت او راحت تر است، موجب متقاعد شدن والدین شده که کمرویی و گوشه‌گیری اجتماعی را به عنوان یک مشکل ندانسته و به این ترتیب از مشکلاتی که کودک در آینده با آن مواجه خواهد شد غافل بمانند (افروز، ۱۳۷۶؛ به نقل از جعفری و همکاران، ۱۳۹۰).

علل گوشه‌گیری و کمرویی عبارتند از:

- ۱- محرومیت از محبت خانواده و عدم توجه دانش‌آموزان و معلم به دانش‌آموز گوشه‌گیر
- ۲- نقص عضو یا بیماری‌های جسمی و فیزیولوژیک
- ۳- اختلال در گوارش و تکلم
- ۴- شکست‌های متعدد و تحقیر شدن کودک در برابر جمع (و یا حتی معلم)
- ۵- عدم امنیت روانی در محیط خانه و مدرسه و فشارهای روانی مستمر
- ۶- تنبیه، تفریح و سرزنش کودک و نوجوان توسط والدین و معلم و به ویژه محرومیت از محبت مادر
- ۷- کنترل شدید تربیتی و سخت‌گیری‌های وسواس گونه و غیر منطقی (حسینی بیرجندی، ۱۳۸۴؛ به نقل از کیخا و شاهبازی، ۱۳۹۷).

عوامل مؤثر بر گوشه‌گیری

یک کودک ممکن است نتواند به دلایل مختلف با کودکان دیگر ارتباط برقرار سازد. یکی از عوامل، ممکن است ترس از عکس‌العمل‌هایی از قبیل مورد حمله واقع شدن، نادیده گرفته شدن، یا مورد تمسخر قرار گرفتن و تحقیر شدن مربوط باشد. دلیل دیگر ناتوانی کودک از فرا گرفتن مهارت‌های مورد نیاز برای برقرار کردن ارتباط متقابل موثر و مفید با همسن و سالان مربوط باشد. برای مثال، کودکی که نمی‌داند چگونه با دیگران بازی کند به احتمال زیاد ارتباط با کودکان دیگر را ناخوشایند و تشویش‌انگیز خواهد یافت؛ در این صورت، کناره گرفتن از گروه بر اثر تقلیل اضطراب تقویت می‌شود. در کودکان، گوشه‌گیری اجتماعی به کمبود مهارت‌های اجتماعی برمی‌گردد. کودکانی که نتوانند با دیگران ارتباط متقابل برقرار کنند دچار گوشه‌گیری می‌شوند که موجب توجه بیشتر افراد بزرگسال به کودک شده در نتیجه موجب تقویت مثبت « خجالت » در کودک می‌شود. دانش‌آموزی که در جمع به سختی حاضر شده به دلیل گوشه‌گیری و خجالتی بودن ناشی از ضعف شخصیتی و عدم اعتماد به نفس و خود کم بینی نمی‌تواند شفاهاً با دیگران ارتباط داشته باشد خود را کنار کشیده و میدان بحث و گفتگو و تبادل نظر را به دیگران می‌سپارد و از بازگویی عقاید خود وحشت دارد، دچار مشکل می‌باشد (سراج خرمی و حسینی نسب، ۱۳۹۸).

راه‌های شناخت دانش‌آموزان گوشه‌گیر (علائم و نشانه‌ها):

گوشه‌گیری با یک سلسله علائم متعدد و به هم پیوسته همراه است. او انسانی است بی‌هدف و نمی‌داند چه باید بکند و برای آینده‌اش چه طرحی بریزد. دانش‌آموزان گوشه‌گیر چون مشکلاتشان را نمی‌توانند در عالم واقعیت حل کنند به تخیل فرو می‌روند و به خیال بافی می‌پردازند. از مردم گریزان هستند و هر تمنا و خواهش را یک تحمیل تلقی می‌کنند و در برابر آن به شدت مقاومت می‌کنند. برای دفاع از حقشان اقدام نمی‌کنند و کناره‌گیری را بر تلاش ترجیح می‌دهند. از این رو با اطرافیان دچار تضاد و کشمکش می‌شوند. محدود ساختن تمام جنبه‌ها و فعالیت‌های زندگی، خجالت و سکوت، محرومیت و ناتوانی در برقراری رابطه با دوستان و معلمان، فرار از فعالیت‌های اجتماعی و به تعویق انداختن انجام دادن کارها، بی‌حوصلگی و کسالت و احساس خستگی و نگرانی از آینده، کمک نخواستن از دیگران هنگام نیاز، ناتوانی در انجام دادن کارها، از این شاخه به آن شاخه پریدن، سازش با وضع موجود و اعتراض نکردن به آن، حتی در صورت احساس ناراحتی و نگرانی، احساس پوچی و بی‌ارزشی، ابراز وجود نکردن، تسلیم شدن در برابر خواسته‌های دیگران، تقصیر و گناهان را به گردن گرفتن، ناتوانی در بروز احساس، خصومت و پرخاشگری، اجتناب از رقابت، درون‌گرایی و در خود فرو رفتن، زود رنجی، داشتن نگرش منفی و بدبینانه به اطرافیان، مطرح نکردن اشکالات درسی در کلاس و عقب ماندگی درسی در بین دانش‌آموزان گوشه‌گیر بسیار مشاهده می‌شود (شفیع‌آبادی، ۱۳۹۲؛ به نقل از کیخا و شاهبازی، ۱۳۹۷).

بیان مسئله

زنگ ورزش همهی دانش‌آموزان در حیاط مدرسه مشغول بازی بودند، یکی از دانش‌آموزان (ر) در گوشه‌ی حیاط مشغول کشیدن نقاشی بود، از او خواستم تا به زمین بازی بیاید و با دوستانش بازی کند؛ با تأکید من حدود پنج دقیقه به بازی رفت، و دوباره به کشیدن نقاشی مشغول شد، در زنگ کلاس در میز آخر می‌نشست و با همکلاسی‌هایش کمتر حرف می‌زد، در فعالیت‌های کلاسی حضور چندانی نداشت، در زنگ‌های تفریح نیز همین رفتارهای گوشه‌گیرانه از او دیده می‌شد.

عملکردش در پاسخگویی به سؤالات درسی در حد مطلوبی نبود، و در درس‌هایی مثل انشا که نیاز بود مطالب را در پای تخته بخواند علاقه چندانی نشان نمی‌داد. با توجه به وضعیت تحصیلی دانش‌آموز و رفتارهای گوشه‌گیرانه‌اش در کلاس درس؛ نیاز بود برای رفع این مسئله در جلسه‌ی شورای معلمان مشکل را مطرح کنم تا بتوانم با راهنمایی همکارانم در مدرسه و گروه نقاد پژوهش (که متشکل از مدیر مدرسه، یک نفر از اساتید روانشناسی، سه نفر از همکاران مدرسه بود) در قالب فرآیند اقدام پژوهی به منظور رفع این مشکل گامی برداشته باشم.

پیشینه تحقیق

غیائی‌زاده، مهدی (۱۳۹۲) در پژوهش خود با عنوان اثر بخشی بازی درمانی به شیوه شناختی- رفتاری مایکنبام در کاهش کمروبی و گوشه‌گیری اجتماعی دانش‌آموزان دبستانی به این نتیجه دست یافت که بازی درمانی به شیوه شناختی - رفتاری مایکنبام در کاهش کمروبی و گوشه‌گیری اجتماعی و درمان دانش‌آموزان دبستانی مؤثر است.

اسماعیلی و نارنجی‌ثانی (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان بررسی راهکارهای کاهش مشکل گوشه‌گیری و عدم شرکت در فعالیت‌های اجتماعی دانش‌آموزان، نمونه‌ای از اقدام پژوهی، با روش تغییر رفتار برخاسته از نظریه شرطی سازی کنشگر به شیوه اقدام پژوهی، رفتارهای وی را مورد مشاهده قرار داده و با زمینه سازی و ایجاد شرایط با هدف تغییر رفتار آماج، به میزان قابل توجهی موفق به بازگرداندن وی به فعالیت‌های اجتماعی گردیده و او را از حالت انزوا و گوشه‌گیری خارج گردانید.

غنی‌فر و خارایی (۱۳۹۷) در پژوهش خود با عنوان اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی (خود آگاهی و برقراری ارتباط مؤثر) بر ابراز وجود و کم رویی دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های زندگی (خود آگاهی و برقراری ارتباط مؤثر) بر افزایش ابراز وجود و کاهش کم رویی سازی تأثیر دارد.

کیخا و شاهبازی (۱۳۹۷) در پژوهش خود با عنوان بررسی برخی مشکلات رفتاری ناشی از گوشه‌گیری و انزوا در دانش‌آموزان دبستانی شهرستان زابل، اجتناب از اشتباهات تربیتی؛ اصلاح پیوند عاطفی ناامن (تغییر ساختار فکری، احساسی و ادراکی)؛ تقویت اعتماد به نفس کودک و آموزش

مهارت‌های اجتماعی، حل مسئله و برخورد با مشکلات از جمله راه‌های برخورد با گوشه‌گیری و انزوا در دانش‌آموزان برمی‌شمرد.

با بررسی پژوهش‌های بالا می‌توان گفت آموزش مهارت‌های زندگی، اجتناب از اشتباهات تربیتی؛ اصلاح پیوند عاطفی ناامن، تقویت اعتماد به نفس کودک و حل مسئله و برخورد با مشکلات و بازی درمانی موجب کاهش انزواطلبی و گوشه‌گیری در دانش‌آموزان می‌شود.

اهمیت و ضرورت تحقیق

گوشه‌گیری و انزواطلبی عارضه‌ای است که باعث می‌شود کودک و نوجوان از برقرار کردن ارتباط با افراد و محیط خارج دوری کنند. این کودکان و نوجوانان نوعاً با تقلیل یافتن علائق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محروم‌اند. کودکی که کم‌رو و گوشه‌گیر است، معمولاً از حضور در فعالیت‌های جمعی سرباز می‌زند و فقط با تک دوست خود که نوعاً به او بسیار وابسته می‌شود اوقات خود را سپری می‌کند. رفتار گوشه‌گیری و انزواطلبی، یکی از رفتارهای نسبتاً شایع است که فرد را به شدت آزار می‌دهد و اگر درمان نشود کودک را به سمت و سوی مشکلات دیگری مثل عدم اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و زود رنجی سوق خواهد داد. عدم احساس توانمندی و کمی عزت نفس و نیز ناتوانی در بروز احساسات، بیان افکار و نظریات، خود باعث جدایی فرد از فعالیت‌های گروهی است، گوشه‌گیری از نظر لغوی به معنای تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کناره گرفتن است. گوشه‌گیر کسی است که از مردم دوری می‌کند و عزت می‌گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می‌سازد البته هر نوع عزت و در تنهایی ماند، گوشه‌گیری تلقی نمی‌شود؛ زیرا هر انسان گاه گاهی دوست دارد تنها باشد تا به خود شناسی و حل مشکلات زندگی بپردازد. گوشه‌گیری زمانی حالت بیماری پیدا می‌کند که فرد از آمیزش با جمع و هم‌نوعان بیزار و بیمناک باشد؛ در این مورد اگر گوشه‌گیری به موقع درمان نشود به پیدایش حالات روانی شدید و افسردگی منجر می‌شود (حسینی بیرجندی، ۱۳۸۴؛ به نقل از کیخا و شاهبازی، ۱۳۹۷).

گوشه‌گیری یکی از اختلال‌های روانی کودکان و نوجوانان است که با اختلال‌های رفتاری و اضطرابی همراهی می‌کند و ممکن است با پیامدهای جدی مانند غیبت از مدرسه، اُفت تحصیلی، افسردگی و حتی خطر خودکشی همراه باشد (پاتاکا و کارلسون، ۱۹۹۵؛ به نقل از چمن‌دار و همکاران، ۱۳۹۲). لذا با توجه به پیامدهای گوشه‌گیری و انزواطلبی بر روی دانش‌آموزان، تلاش برای رفع این مسئله در قالب فرآیند اقدام پژوهی امری ضروری است.

گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)

نیاز بود اطلاعاتی را جمع‌آوری کنم که نشان دهنده وجود مسئله و مشکل در فرآیند آموزش و یادگیری است. به همین خاطر از آنجایی که یکی از دانش‌آموزانم رفتارهای گوشه‌گیرانه‌ای را از

خودش نشان می‌داد و طبیعتاً این نوع رفتارها موجب عدم پیشرفت تحصیلی‌اش خواهد شد، به همین خاطر اطلاعاتی با استفاده از شیوه‌های مشاهده، یادداشت برداری، گفت و گو حول مسئله ایجاد شده جمع‌آوری و برای تصمیم‌گیری بهتر از کتب روانشناسی، پژوهش‌های علوم تربیتی و تجارب همکاران استفاده شد.

تجزیه و تحلیل و تفسیر داده‌ها

اطلاعات جمع‌آوری شده که بیانگر رفتارهای انزواطلبانه و گوشه‌گیرانه در کلاس درس و محیط مدرسه بود به شرح زیر است:

- دانش‌آموز در فعالیت‌های کلاسی مشارکت نمی‌کرد و به طور انفرادی فعالیت‌های خود را انجام می‌داد.
- در زنگ ورزش در بازی‌های گروهی شرکت نمی‌کرد و فقط در بازی‌های انفرادی شرکت می‌کرد.
- در زنگ تفریح معمولاً در گوشه حیاط مدرسه می‌نشست.
- در مسابقات انفرادی مدرسه شرکت می‌کرد و تمایلی به شرکت در برنامه‌های گروهی مثل سرود و ... از خود نشان نمی‌داد.
- در بحث و گفت و گوی کلاسی مشارکتی نداشت و درباره درس سؤالاتی نمی‌پرسید یا اگر سؤالی داشت از بغل دستی‌اش می‌خواست سؤال را بجای او بپرسد.

انتخاب راه جدید به صورت موقت

برای رفع گوشه‌گیری دانش‌آموز (ر) لازم بود به او مسئولیت‌هایی واگذار شود تا عملاً با انجام وظیفه وارد گروه‌های دانش‌آموزان شود تا از حالت انزوا و تنهایی بیرون بیاید. استفاده از مهارت‌ها و توانایی‌هایی که داشت و تقویت آن‌ها از مؤلفه‌های اصلی بود که می‌بایست در نظر گرفته می‌شد.

اجرای طرح جدید و نظارت بر آن

در راستای اجرای طرح جدید، تصمیم گرفته شد ابتدا به دانش‌آموز مسئولیت‌هایی واگذار شود؛ به همین خاطر در ابتدا از او خواسته شد تا مسئولیت کتابخانه کلاسی را بر عهده بگیرد؛ اما او از قبول کردن این مسئولیت خودداری می‌کرد؛ ولی با اصرار پذیرفت. حدود یک هفته گذشت و دانش‌آموزان شروع به اعتراض کردند که مسئول کتابخانه کلاسی نمی‌تواند به خوبی وظایفش را انجام دهد؛ من هم سعی کردم بازخوردهای مثبتی به او بدهم تا به تدریج کارش را ادامه دهد اما پس از چند روز کلید کمد کتابخانه را به دوستش داده بود که تحویل بدهد. با وجود این بازخوردها؛ مسیر ادامه داده شد. مهارت فوق‌العاده‌ای در کشیدن نقاشی داشت؛ در زنگ هنر از او خواسته شد پای تخته، یک نقاشی بکشد، با حالتی مضطرب شروع کرد به کشیدن نقاشی و تا موقعی که تمام شد حرفی نزد و رفت

جای خودش نشست. دانش‌آموزان با دیدن نقاشی متعجب شدند؛ همه غرق در دیدن نقاشی بودند ولی او داشت نقاشی دیگری در دفترش می‌کشید. دانش‌آموزان برای یادگیری نقاشی به سراغ او می‌رفتند، او هم برای آن‌ها توضیح می‌داد که اشکال را چگونه بکشند.

جلسه‌ی بعدی درس هنر، از دانش‌آموزان خواسته شد در قالب گروه‌های ۴ نفره نقاشی پای تخته به صورت گروهی بکشند؛ دانش‌آموز (ر) به عنوان نماینده یک گروه انتخاب شد و به همراه سه نفر از همکلاسی‌هایش نقاشی خود را پای تخته ترسیم کردند. با گرفتن مسئولیت‌هایی که احساس می‌کرد از عهده آن‌ها بر می‌آید احساس رضایت و خوشحالی می‌کرد. در ادامه مسیر تلاش شد تا از مهارت‌هایی که دارد استفاده کنم و همین قابلیت‌ها و مهارت‌هایش باعث می‌شد اعتماد به نفسش بیشتر شود و کم‌کم وارد بحث و گفت‌وگو با دانش‌آموزان شود و عملاً با این روش به جریان یادگیری گروهی سوق داده می‌شد.

گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)

به منظور پی بردن به اینکه راه‌حل‌های اتخاذ شده مؤثر بوده است نیاز بود اطلاعاتی مبنی بر رفع گوشه‌گیری دانش‌آموز، جمع‌آوری شود؛ به همین خاطر با استفاده از شیوه‌های مشاهده، یادداشت برداری میزان مشارکت وی را در کارهای گروهی، بررسی عملکرد تحصیلی‌اش، مشاهده رفتارهایش در زنگ تفریح، میزان بحث و مشارکتش در کلاس درس سنجیده شد.

ارزشیابی تأثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار آن

میزان مشارکت دانش‌آموز (ر) در فعالیت‌های گروهی مدرسه‌ای افزایش یافته بود که نظر مربی پرورشی مبنی بر شرکت در برنامه‌های مدرسه، گواه بر بهبودی او بود. شرکت در بحث‌های کلاسی؛ رشد وضعیت تحصیلی را نیز دنبال داشت به نحوی که در زنگ انشا، داوطلبانه انشای خود را پای تخته و با صدای بلند می‌خواند. در زنگ ورزش در میان دانش‌آموزان فعالیت‌های ورزشی را انجام می‌داد و دیگر در گوشه حیاط مدرسه نقاشی نمی‌کشید.

لذا می‌توان گفت با توجه به حضور دانش‌آموز در میان هم‌کلاسی‌های خود چه در زمان آموزش، چه در زمان ورزش و فعالیت‌های گروهی می‌توان گفت راه‌حل‌های اتخاذ شده مؤثر بوده است.

تجدید نظر و دادن گزارش نهایی

به منظور نتیجه‌گیری بهتر، گزارش کلی از فرآیند تحقیق در اختیار گروه نقاد پژوهش قرار گرفت و از نظرات آن‌ها استفاده گردید، در ادامه نیز گزارشی از اقدام پژوهی در اختیار همکاران سایر مدارس قرار گرفت تا بتوانند از نتایج این تحقیق استفاده کنند.

نتیجه

انسان موجودی اجتماعی است و نیاز است در اجتماع باشد تا بتواند یاد بگیرد و از خرد جمعی برای حل مشکلات خود استفاده کند. گوشه‌گیری و انزواطلبی یکی از رفتارهایی هست که مانع استفاده از خرد جمعی و بهره‌گیری از تجربیات و نظرات اطرافیان می‌شود. در این میان بروز چنین رفتارهایی در مدارس طبیعتاً در مسیر آموزش و یادگیری اختلال ایجاد کرد؛ چرا که دانش‌آموزان می‌بایست درباره موضوعات درسی به بحث و تبادل نظر بپردازند و برای موفقیت همدیگر تلاش کنند. امروزه علاوه بر این بسیاری از روش‌های نوین تدریس بر یادگیری مشارکتی تاکید دارند؛ لذا می‌توان گفت با توجه به ضرورت مشارکت در فعالیتهای کلاسی؛ بایستی بستری فراهم شود تا دانش‌آموزان مهارت‌های اجتماعی را به خوبی فراگیرند و در کلاس درس در قالب گروه‌های مشارکتی مطالب را فرا بگیرند. لذا می‌توان نتیجه گرفت با تکیه بر مهارت‌های دانش‌آموزان و تقویت و افزایش انگیزه می‌توان اعتماد به نفس آن‌ها را بالا برد و با رشد اعتماد به نفس از گوشه‌گیری دانش‌آموزان جلوگیری کرد.

پیشنهادات

با مسئولیت دادن به دانش‌آموزان و سوق دادن آن‌ها به گروه‌های مشارکتی، می‌توان مانع از بروز رفتارهای انزواطلبانه شد.



منابع

- اسماعیلی، مصیب و فاطمه نارنجی‌ثانی (۱۳۹۴). بررسی راهکارهای کاهش مشکل گوشه‌گیری و عدم شرکت در فعالیتهای اجتماعی دانش‌آموزان نمونه‌ای از اقدام پژوهی، اولین همایش علمی پژوهشی روانشناسی، علوم تربیتی و آسیب‌شناسی جامعه.
- جعفری، علیرضا؛ خلعتیری، جواد؛ تودار، سید رسول و ابوالفتحی، هادی (۱۳۹۰). بررسی تأثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی - رفتاری مایکنبام در کاهش کمروبی و گوشه‌گیری اجتماعی کودکان دبستانی شهرستان ابهر، یافته‌های نو در روان‌شناسی، سال ششم، شماره ۱۸
- جلیلی نیکو، سعید (۱۳۹۸). کاهش میزان کمروبی در دانش‌آموزان ابتدایی مدرسه شهید ناصری تهران، مجله پویا در آموزش علوم انسانی، دوره ۴، شماره ۱۵ .
- چمن‌دار، فاطمه؛ شهیم، سیماء؛ مزیدی، محمد و سیف، دیبا (۱۳۹۲). بررسی روائی آزمون ترسیم یک داستان در دو گروه از کودکان پرخاشگر و گوشه‌گیر، مجله پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، سال سوم، شماره دوم.
- سراج خرمی، نجمه و حسینی نسب، مریم (۱۳۹۸). بررسی علل و عوامل گوشه‌گیری و ارائه راهکارهایی برای برطرف کردن آن در دبستان، مجله نخبگان علوم و مهندسی، جلد ۴، شماره ۲.
- غنی‌فر، محمد حسن و خارایی، خدابخش (۱۳۹۷). اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی (خود آگاهی و برقراری ارتباط مؤثر) بر ابراز وجود و کم‌روبی دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی، مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، سال ۶۲، ویژه نامه ۱، صص ۱۰۱-۹۴.
- غیائی‌زاده، مهدی (۱۳۹۲). اثر بخشی بازی درمانی به شیوه شناختی - رفتاری مایکنبام در کاهش کمروبی و گوشه‌گیری اجتماعی دانش‌آموزان دبستانی، مجله دانشگاه علوم پزشکی ایلام، دوره بیست و یکم، شماره ششم.
- کیخا، عالمه و شاهبازی، حلیمه (۱۳۹۷). بررسی مشکلات رفتاری ناشی از گوشه‌گیری و انزوا در دانش‌آموزان دبستانی شهرستان زابل، کنفرانس ملی دستاوردهای نوین جهان در تعلیم و تربیت، روانشناسی، حقوق و مطالعات فرهنگی اجتماعی.