

## شخصیت‌های اجتنابی در تعاملات زناشویی: یک مطالعه کیفی

علیرضا روحی<sup>۱</sup>، رضوان‌السادات جزایری<sup>۲</sup>، مریم‌سادات فاتحی‌زاده<sup>۳</sup>، عذرا اعتمادی<sup>۳</sup>

### مقاله پژوهشی

### چکیده

**مقدمه:** ویژگی‌های شخصیتی زوجین، نقش اساسی در تعاملات زناشویی ایفا می‌کند. در خانواده‌هایی که مرد فردی اجتنابی است، به دلیل نقش مؤثر او در روابط زناشویی و خانوادگی، تعاملات سرد و بی‌روحو در خانواده حاکم می‌شود. هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی ویژگی‌های شخصیتی مرتبط با تعاملات زناشویی مردان اجتنابی از دیدگاه متخصصان خانواده بود.

**روش:** مطالعه کیفی حاضر با رویکرد تحلیل تماتیک صورت گرفت. نمونه‌گیری به روش هدفمند و مصاحبه‌ها به صورت نیمه ساختار یافته تا حد اشباع اطلاعات با هشت نفر از متخصصان خانواده انجام شد. سپس، اطلاعات به دست آمده به شیوه تحلیل تماتیک مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** در تجزیه و تحلیل داده‌ها، دو طبقه اصلی «ویژگی‌های خودشکن» و «ویژگی‌های دیگرشکن» به دست آمد. ویژگی‌های خودشکن شامل «فرسودگی زناشویی»، «کناره‌گیری»، «خود حقیرپنداری»، «جمع‌هراسی» و «دوسوگرایی» و ویژگی‌های دیگرشکن شامل «کمال‌گرایی جبری»، «خودمحوری ناسازگارانه»، «خانه‌های سرد احساسی»، «تغییرگریزی»، «ظاهر اجتماع پسند»، «انفعال جنسی»، «منفعل - مهاجم»، «تنگ نظری مالی» و «کم‌حرکی بیانی» بود.

**نتیجه‌گیری:** ویژگی‌های شخصیتی خودشکن و دیگرشکن افراد اجتنابی، از یک سو منجر به آسیب رسیدن به خود آن‌ها و از سوی دیگر، موجب شکل‌گیری تعاملاتی سرد در روابط زناشویی می‌گردد که نارضایتی زناشویی آن‌ها و همسرانشان و کاهش کیفیت زناشویی، از پیامدهای آن است. در نتیجه، شناسایی این ویژگی‌ها منجر به شکل‌گیری راهکارهای نوین در جهت تعدیل و مدیریت این ویژگی‌ها و متعاقب آن بهبود تعاملات و افزایش کیفیت زناشویی خواهد شد.

**کلید واژه‌ها:** شخصیت اجتنابی، روابط زناشویی، مردان

**ارجاع:** روحی علیرضا، جزایری رضوان‌السادات، فاتحی‌زاده مریم‌سادات، اعتمادی عذرا. شخصیت‌های اجتنابی در تعاملات زناشویی: یک مطالعه کیفی. مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت ۱۳۹۷؛ ۷ (۱): ۸۷-۷۲.

تاریخ پذیرش: ۹۶/۲/۱۱

تاریخ دریافت: ۹۵/۱/۲۴

۱- دکتری تخصصی، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

۲- استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

۳- دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

Email: r.jazayeri@edu.ui.ac.ir

نویسنده مسؤول: رضوان‌السادات جزایری

## مقدمه

«قصه لیلی و مجنون، شیرین و فرهاد و خسرو و شیرین»، فرهنگ و ادبیات ایرانی و حتی فرهنگ و ادبیات دیگر کشورها سرشار است از این گونه داستان‌های عاشقانه که در آن‌ها دو دل‌داده یا به هم نمی‌رسند، یا پس از این که به هم می‌رسند، داستان تمام می‌شود و شنونده را در جریان نوع رابطه آن‌ها پس از وصال قرار نمی‌دهد. این در حالی است که بسیاری از متخصصان از جمله Nichols، اولین سال ازدواج را به لحاظ برقراری ارتباط دشوارترین سال می‌دانند. حتی هنگامی که زوجین زمینه فرهنگی مشابهی داشته باشند، در خانواده‌های متفاوتی بزرگ شده‌اند و با عادت‌های متفاوتی زندگی کرده‌اند. بنابراین، ممکن است بر سر کوچکترین مسایلی با یکدیگر اختلاف داشته باشند. ویژگی‌های شخصیتی (Personality traits) نیز یکی از این زمینه‌های اختلافی است. بسیاری از تحقیقات نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی زوجین از جمله مؤثرترین عوامل در رضایت از زندگی مشترک می‌باشد که در تبیین تغییرات رضایتمندی زناشویی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (۱).

شخصیت وضعیتی پایدار و با ثبات است که با الگوی فردی تعاملات محیطی همراه است (۲). این ویژگی‌های شخصیتی در تمام زمینه‌های زندگی و روابط اجتماعی انسان جلوه‌گر می‌شود و مسأله پراهمیتی چون ازدواج، سازگاری زن و شوهر و رضایت زناشویی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. Huston و Houts معتقدند که شخصیت در زیربنای روان‌شناختی روابط پایدار زناشویی سهیم است و پیش‌بینی کننده کلیدی برای روابط موفق و یا ناکارآمد است. شخصیت تأثیری پایدار و طولانی مدتی بر روابط زناشویی دارد (۳).

متخصصان هنگام گفتگو درباره شخصیت، دو واژه متفاوت را به کار می‌برند. یکی از این واژه‌ها شخصیت را به پنج مقوله مشخص کلی مانند وظیفه‌شناسی (Conscientiousness) و سازگاری (Agreeableness) طبقه‌بندی می‌کند که هر یک از آن‌ها خود مؤلفه‌های متعددی دارد. واژه دیگر، توجه را از این ویژگی‌های کلی به الگوهای بالقوه مشکل‌آفرین رفتار مانند وسواس یا پارانوایا

هدایت می‌کند. شکل ملایم این الگوها ممکن است که بخش قابل توجهی از یک شخصیت با کارکرد سالم باشد، اما برخی از افراد صورت‌های غیر انطباقی و انعطاف‌ناپذیری از یک یا بیشتر از یکی از این الگوها را دارا هستند. چیزی که موجب می‌شود آن‌ها و کسانی که با آنان در ارتباط هستند، اغلب اوقات در رنج و اندوه به سر ببرند. این افراد زندانی هستند که در روش‌هایی که به نظر می‌رسد قادر به فرار کردن از آن‌ها نیستند، محبوس شده‌اند (۴). این الگوهای مشکل‌آفرین اختلال‌های شخصیت (Personality disorders) نام دارد.

افراد دارای اختلال‌های شخصیت، باورهای غیر قابل انعطافی درباره دیگران و دنیای اطرافشان دارند. آن‌ها با هر موقعیتی که روبرو می‌شوند، به گونه یکسانی پاسخ می‌دهند و از آن چه برایشان اتفاق می‌افتد، پند نمی‌گیرند و رفتارشان تغییر نمی‌کند (۵). Truant معتقد است که هر چند وجود اختلال‌های محور یک، مشکلات زیادی را در زندگی زناشویی به وجود می‌آورد، ولی ارتباط قوی‌تری بین آشفتگی‌های زناشویی و اختلال‌های محور دو وجود دارد. علاوه بر این، کسانی که مبتلا به اختلال‌های محور دو هستند، اغلب دارای اختلال‌های عود کننده (Recurrent) محور یک نیز می‌باشند که مشکلات فردی و مشکلات زناشویی را پیچیده‌تر می‌کند (۶).

اختلال‌های شخصیت خوشه C (اجتنابی، وابسته و وسواس فکری- عملی) در حالت عصبی داشتن، اضطراب یا ترس، به یکدیگر شبیه است. این اختلال‌ها با تردید ناتوان کننده، بازداری اجتماعی و اجتناب شناخته می‌شود. افراد دارای اختلال شخصیت در این خوشه خیلی احساس نمی‌کنند که شخصیت آن‌ها غیر انطباقی یا بخشی از مشکل باشد (۷). اختلال شخصیت اجتنابی (Avoidant personality disorder) به طور کلی با افکار منفی درباره تجربه هیجانات همراه است. افراد اجتنابی، هم از هیجانات منفی و هم از هیجانات مثبت دوری می‌کنند. این طور به نظر می‌رسد که احساسات مثبت برای آن‌ها همانند موقعیت‌های جدید، ناآشنا و اضطراب‌آور است. این افراد رویدادهای خوشایند ناچیزی را تجربه می‌کنند (۸). به گفته Bienenfeld این افراد خجالتی و ساکت هستند. آن‌ها به مشارکت و توسعه روابط صمیمی تمایل دارند، ولی

شغلی و سرگرمی‌ها) بیشتری باشد، به ارزیابی بالینی اختلال شخصیت اجتنابی کامل نزدیکتر می‌شود (۱۳). Beck و همکاران نیز معتقدند که ویژگی‌های شخصیت روی پیوستاری از بهنجار تا نابهنجار قرار می‌گیرد (۱۴).

افرادی که دارای سبک اجتنابی هستند، در مدیریت مشکلاتشان شیوه خاصی را به کار می‌گیرند. آن‌ها احساساتشان را به زبان نمی‌آورند و آگاهی مبهمی از احساسات خود و دیگران دارند. همچنین، این افراد دارای رفتارهایی مانند کناره‌گیری، بی‌احترامی، تحقیر و بی‌اعتنایی، عقلانی کردن و هیجانانگیز محدود هستند (۱۵). به اعتقاد Kantor اجتنابی‌ها که خودشان هم از مشکلشان ناآگاه هستند، به اذیت کردن، ناامید کردن و آسیب رساندن به خودشان و دیگران ادامه می‌دهند (۱۶). آن‌ها احساس تنهایی می‌کنند، با این وجود کناره‌گیری از دیگران را ترجیح می‌دهند تا خودشان را از طرد و انتقاد تهدید کننده دور نگه دارند، ولی در یک خودشیفتگی پنهان (Covert narcissism)، به خیالبافی در مورد عظمت خودشان پناه می‌برند. آن‌ها دیگران را مستبد تصور می‌کنند و از آن‌جایی که قادر به رفتار جرات‌مندانه نیستند، رفتارشان از اطاعت و فرمانبرداری تا طغیان و آرزوی مفرط برای آزادی در نوسان است. آن‌ها نگرانند که عصبانیتشان به آسیب دیگری یا مورد حمله قرار گرفتن خودشان منجر شود، برای همین عصبانیت خود را سرکوب می‌کنند، ولی هر از گاهی خشمشان منفجر می‌شود که برای هر نوع رابطه صمیمی تهدید کننده است (۱۷). Li و Chan در فراتحلیلی پی بردند که اجتناب با رضایت کلی از زندگی رابطه معکوس دارد (۱۸).

در ارتباط با تأثیرگذاری این ویژگی‌ها بر تعاملات زناشویی، پژوهش‌های اندکی صورت گرفته که همه آن‌ها بر تأثیر منفی اجتناب بر تعاملات زناشویی صحنه می‌گذارد. Carr عنوان می‌کند که زوج‌های اجتنابی نقش‌های جنسیتی سنتی را اتخاذ می‌کنند. فضای زندگی آن‌ها در خانه مجزا است، از هر نوع تعارضی اجتناب می‌کنند، مهارت‌های حل تعارض کمی دارند، هنگامی که تعارضی رخ می‌دهد، علت آن را بیان می‌کنند، اما تلاشی برای قانع‌سازی یا سازش یا مصالحه

ترس از طرد در آن‌ها غالب است. این افراد اعتماد به نفس و احساس کفایت بسیار پایینی دارند و انزوای اجتماعی در آن‌ها رایج است (۹). آن‌ها اغلب برای نیاز خود، جهت خودداری کردن از روابط بین فردی ضروری، از توجیه‌های مختلفی استفاده می‌کنند و در مواقع بحرانی، کناره‌گیری همراه با بی‌تفاوتی را بر می‌گزینند (۱۰). از نظر Millon و همکاران شخصیت‌های اجتنابی از ریسکی که آن‌ها را در معرض دید عموم قرار بدهد، خودداری می‌کنند. آن‌ها می‌توانند در خلوت منزل بسیار خلاق باشند یا در زندگی خیالی خود ابرقهرمان باشند، اما در دنیای واقعی، ترجیح می‌دهند که هیچ اقدامی در جهت جلب توجه دیگران به سوی خود نکنند. وقتی شما بی‌کفایت باشید و بدانید که بی‌کفایت هستید، «توجه» به دشمن تبدیل می‌شود (۱۱).

در راهنمای آماری و تشخیصی اختلال‌های روانی، ویرایش پنجم (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition یا DSM-5) شخصیت اجتنابی یک الگوی فراگیر از بازدارندگی اجتماعی، احساس بی‌کفایتی و حساسیت بیش از حد نسبت به ارزیابی منفی تعریف شده که از اوایل بزرگسالی شروع و در دامنه متنوعی از موقعیت‌ها خود را نشان می‌دهد. بر این اساس، آن‌ها از فعالیت‌های شغلی که مستلزم تماس بین فردی زیاد است، پرهیز می‌کنند، تمایلی به ارتباط با دیگران ندارند، در روابط صمیمانه خویش‌تن‌داری نشان می‌دهند، نسبت به طرد و انتقاد از سوی دیگران مشغولیت ذهنی دارند، در موقعیت‌های بین فردی جدید معذب هستند، خود را بی‌عرضه و نسبت به دیگران حقیر می‌دانند و تمایلی به شروع فعالیت‌های جدید ندارند (۱۲).

طبق نظر Sperry سبک عملکردی شخصیت اجتنابی شامل شش عنصر است. بر این اساس، شش عنصر وجود دارد که نشان دهنده فروپاشی هر یک از عناصر عملکردی بهینه است. هر چه شخص دارای عناصر غیر انطباقی (اغراق در خطرات بالقوه، فقدان دوستان صمیمی، فقدان تمایل به قاطی شدن با مردم، ترس از شرم‌منده شدن در برابر دیگران، ساکت بودن در موقعیت‌های اجتماعی و فقدان تمرکز روی تکالیف

خسته کننده و حتی در برخی مواقع افسرده کننده باشد (۲۲). از نظر میزان شیوع، اختلال شخصیت اجتنابی ۱/۶ درصد از جمعیت عمومی را در بر می‌گیرد (۲۳). افرادی که از این اختلال رنج می‌برند، اغلب با اختلال‌های اضطرابی و افسردگی همراه با آن تشخیص داده می‌شوند (۲۴). بررسی‌های صورت گرفته نشان می‌دهد که ۳۵/۲ درصد از افراد اجتنابی دارای اختلال افسردگی عمده هستند. با در نظر گرفتن اختلال‌های اضطرابی و هراس اجتماعی این میزان به حدود ۱۰۰ درصد نزدیک می‌شود (۲۵).

مطالب ذکر شده در بالا بر تأثیر منفی ویژگی‌های شخصیت اجتنابی بر تعاملات زناشویی، صحنه می‌گذارد. بررسی‌های انجام شده توسط پژوهشگران این مطالعه نشان می‌دهد که تاکنون در ایران پژوهشی در این خصوص صورت نگرفته و پژوهش حاضر، اولین پژوهش در این ارتباط است. این پژوهش در صدد آن بود تا با یک نگاه بومی، از طریق جویا شدن نظر متخصصان خانواده و ازدواج در ایران، در مورد ویژگی‌های این افراد در تعاملات زناشویی، دیدگاه روشن‌تری به دست آورد. دلیل انتخاب متخصصان این بود که همخوان بودن مطالب مربوط با شخصیت اجتنابی که در منابع غربی وجود دارد، با جامعه ایرانی مورد بررسی قرار بگیرد تا در این راستا رویکردهای بومی مناسب‌تری جهت انطباق‌پذیری این افراد در زندگی زناشویی فراهم گردد.

### روش

پژوهش حاضر که در راستای کار پایان‌نامه مقطع دکتری دانشگاه اصفهان انجام شد، به شیوه کیفی و با استفاده از روش تحلیل تماتیک صورت گرفت. پژوهش کیفی اغلب سه جزء یا مؤلفه دارد. اولین آن داده‌ها است که می‌توان آن‌ها را از منابع مختلف از جمله مصاحبه‌ها کسب کرد. در جزء دوم، گام‌هایی وجود دارد که پژوهشگران می‌توانند توسط آن‌ها داده‌ها را سازمان‌دهی و تفسیر کنند. این گام‌ها اغلب شامل مفهوم‌سازی، تقلیل داده‌ها، تعیین مقوله‌ها و سپس، ارتباط‌دهی مقوله‌ها با یکدیگر از طریق تعدادی گزاره اخباری است که کدگذاری نامیده می‌شود. سومین مؤلفه پژوهش

انجام نمی‌دهند، تفاوت‌ها را در مورد تعارض‌های خاص می‌پذیرند؛ در حالی که آن‌ها را کم اهمیت‌تر از سهمشان در ارزش‌ها و مسایل مشترک می‌دانند و بالاخره این که مباحث مربوط به تعارض زوج‌های اجتنابی، غیر احساسی و غیر هیجانی است (۱۹). Barry و Lawrence در پژوهش خود پی بردند که افرادی که در تعاملات زناشویی خود رفتارهای اجتنابی در پیش می‌گیرند، رضایت زناشویی اندکی دارند و در طول زمان از میزان این رضایت کاسته می‌شود (۲۰). Feeney معتقد است که در تعیین عوامل تأثیرگذار بر روابط زناشویی، اجتناب بعد مهمی را به خود اختصاص می‌دهد. افراد اجتنابی اغلب اندوه همسرشان به خاطر رفتارهای آسیب‌رسان خودشان را درک نمی‌کنند و این امر تعارض را شدت می‌بخشد و مانع بهبود رابطه می‌گردد (۲۱).

از نظر Murray و Johnson زندگی مشترک با فرد اجتنابی بسیار خسته کننده است؛ چرا که شخصیت اجتنابی همواره نیاز به اطمینان‌دهی و پذیرش غیر مشروط دارد، بدون این که خودش نیز چنین مسؤلیتی را در رابطه احساس کند. هیچ میزانی از اطمینان‌دهی و ابراز عشق و علاقه او را راضی نمی‌کند. به همین دلیل، همسر او در نتیجه تلاش بی‌وقفه جهت ارضای نیازهای او و از سوی دیگر، نادیده گرفته شدن نیازهای عاطفی و اجتماعی خودش، دچار احساس خستگی، رنجش و خشم می‌شود. حتی در همان اوایل آشنایی نیز کمروبی، شخصیت اجتنابی و هراس او از ایجاد رابطه صمیمیانه می‌تواند برای همسرش ناراحت کننده باشد؛ چرا که همسر او تمام زحمت رابطه را بر دوش خود احساس می‌کند. این همسر است که به او تلفن می‌زند، قرار ملاقات می‌گذارد یا در حسرت شنیدن کلمه‌ای عاشقانه و محبت‌آمیز از سوی او سر می‌کند. او حتی پس از ورود همسر به رابطه، از بیان دنیای شخصی خود اجتناب می‌کند و از این که همسر او مسایل بسیار شخصی خود را با او در میان می‌گذارد، احساس هراس می‌کند. چنین افرادی از آشکارسازی خودشان سخت وحشت دارند؛ چرا که همواره به خودشان تلقین کرده‌اند که دیگران از دیدن دنیای درونی آن‌ها خوششان نمی‌آید. شخصیت اجتنابی از تعارض درونی شدیدی رنج می‌برد. یک زندگی فرو رفته در اعماق ترس و نگرانی فراگیر می‌تواند بسیار

محل کار متخصصان انجام شد. انتخاب نمونه تا حد اشباع داده‌ها (۸ نفر) ادامه یافت. منظور از اشباع اطلاعات زمانی بود که داده جدیدی حاصل نمی‌شد و اطلاعات تکراری در مصاحبه‌ها به چشم می‌خورد.

جهت تحلیل مصاحبه‌های صورت گرفته، از شیوه تحلیل تماتیک (Thematic analysis) استفاده شد که از متعارف‌ترین و پرکاربردترین روش‌های تحلیل داده‌های کیفی است (۲۹). تحلیل تماتیک عبارت از تحلیل مبتنی بر استقرای تحلیلی که طی آن محقق از طریق طبقه‌بندی داده‌ها و الگویابی درون‌داده‌ای و برون‌داده‌ای به یک سنخ‌شناسی تحلیلی دست می‌یابد. به عبارت دیگر، تحلیل تماتیک عبارت است از عمل کدگذاری و تحلیل داده‌ها با این هدف که داده‌ها چه می‌گویند. این نوع تحلیل به دنبال الگویابی در داده‌ها است. زمانی که الگویی از داده‌ها به دست آمد، باید حمایت موضوعی از آن صورت گیرد. به عبارت دیگر، تم‌ها از داده‌ها نشأت می‌گیرد (۳۰، ۲۹).

مشارکت‌کنندگان پژوهش کلیه متخصصان خانواده و ازدواج در شهرهای اصفهان و شهرکرد بودند که دارای مدرک دکترای تخصصی در یکی از گرایش‌های مشاوره یا روان‌شناسی بودند و حداقل پنج سال سابقه کار با زوجین و خانواده‌ها داشتند. در جدول ۱، مشخصات جمعیت‌شناختی این متخصصان آورده شده است. جهت رعایت موازین اخلاقی در پژوهش، حضور مشارکت‌کنندگان در مصاحبه‌ها به طور کامل اختیاری بود و منعی برای خروج افراد وجود نداشت که حاضر به ادامه مصاحبه نبودند.

کیفی را گزارش‌های کتبی و شفاهی تشکیل می‌دهد (۲۶). دلیل استفاده از این روش در پژوهش حاضر، تحلیل مصاحبه‌های صورت گرفته با متخصصان خانواده و ازدواج و کشف ویژگی‌های افراد دارای شخصیت اجتنابی از نگاه آن‌ها و تبیین ارتباط بین این ویژگی‌ها با تعاملات زناشویی بود.

به این منظور، در ابتدا با مرور ادبیات پژوهش، سؤالات مصاحبه نیمه ساختاریافته (Semi-structured) تدوین شد؛ به نحوی که بتوان با صحت محتوا و کفایت سؤال‌ها، عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی زناشویی افراد دارای شخصیت اجتنابی از نظر متخصصان خانواده را جويا شد. توالی پرسش‌ها برای همه شرکت‌کنندگان یکسان نبود و به فرایند مصاحبه و پاسخ هر یک از مشارکت‌کنندگان بستگی داشت. در عین حال، راهنمای مصاحبه به پژوهشگران این اطمینان را می‌داد که انواع مشابهی از داده‌ها را از همه آگاهی‌دهندگان جمع‌آوری کند (۲۷). این نوع مصاحبه، در عین تمرکز بر موضوع پژوهش، با دارا بودن انعطاف لازم به مصاحبه‌شوندگان امکان می‌داد به جنبه‌هایی از موضوع بپردازند که از دیدگاه آن‌ها دارای اهمیت بود (۲۸). سؤال‌های مصاحبه‌ها پیرامون تعارضات، بحران‌ها و نحوه مدیریت آن‌ها توسط افراد اجتنابی، سبک ارتباطی و تعاملی (قهر، طرد)، مهارت‌های ارتباطی، اشتغال و تأثیر آن در رابطه، ارتباط با جامعه، هیجان و ارتباط هیجانی، تفکر و باورها و... آن‌ها بود. پس از آن، جلسات مصاحبه با متخصصان خانواده برگزار گردید که به صورت نمونه‌گیری هدفمند (Purposeful sampling) انتخاب شده بودند. مصاحبه‌ها در سال ۱۳۹۴ و در

جدول ۱. مشخصات جمعیت‌شناختی متخصصان خانواده

مشارکت‌کننده	جنس	سن (سال)	رشته تحصیلی	میزان تحصیلات	محل کار
۱	زن	۴۶	مشاوره خانواده	دکتری	اصفهان
۲	مرد	۴۴	مشاوره	دکتری	شهرکرد
۳	مرد	۳۳	مشاوره خانواده	دکتری	اصفهان
۴	مرد	۴۸	مشاوره	دکتری	اصفهان
۵	زن	۴۸	روان‌شناسی بالینی	دکتری	اصفهان
۶	مرد	۴۷	روان‌شناسی تربیتی	دکتری	شهرکرد
۷	زن	۴۴	مشاوره خانواده	دکتری	اصفهان
۸	مرد	۴۴	مشاوره خانواده	دکتری	شهرکرد

مذکور را مورد تأیید قرار دادند و بدین ترتیب، ارزش واقعی پژوهش محقق گردید. برای کاربردی بودن مدل، با سه متخصص جدید مصاحبه به عمل آمد که مطالب قبلی تکرار شد و یافته جدیدی به دست نیامد. برای تعیین ثبات و تداوم نیز سوالات مشابه در قالب‌های متفاوت مطرح گردید که متخصصان پاسخ‌های همسان و غیر متناقضی به این سوالات دادند. جهت اثبات مبتنی بر واقعیت بودن پژوهش نیز از متخصص دیگری خواسته شد تا عمل کدگذاری را از نو انجام دهد که بدین ترتیب مشخص شد که پژوهش فاقد هرگونه تعصبی است؛ چرا که یافته جدیدی به دست نیامد. همچنین، به منظور بررسی صحت محتوای مصاحبه‌های صورت گرفته و مفاهیم استخراج شده و همچنین، بررسی ثبات مفاهیم، با سه نفر از مصاحبه شدگان دوباره مصاحبه صورت گرفت و در طی آن مراتب مذکور تکرار گردید و یافته جدیدی به دست نیامد. بدین ترتیب، با توجه به این که در مراحل مختلف اعتباریابی پژوهش، یافته جدیدی حاصل نشد، می‌توان ادعا کرد که کدگذاری، نتایج استخراج شده و مدل تدوین شده قابل اطمینان است. جدول ۲ کدهای استخراج شده را نشان می‌دهد.

نمونه‌گیری در پژوهش به صورت هدفمند و از نوع نمونه‌گیری همگون بود. نمونه همگون شامل گروهی است که دارای ویژگی‌های مشابهی می‌باشد و زمانی مفید است که گروه خاصی مانند مصاحبه با متخصصان یک زمینه یا اعضای ممتاز یک گروه مد نظر باشد (۲۰). در نمونه‌گیری هدفمند، مشارکت کنندگان بر اساس معیارهای پژوهش انتخاب می‌شوند. بدین معنی که گروه مشارکت کنندگان در رویداد، موقعیت یا تجربه شرایطی خاص که مورد نظر پژوهشگر است، شبیه یکدیگرند (۳۱). در پژوهش حاضر، انتخاب متخصصان بر اساس اطلاعات پژوهشگران و استادان دانشگاه اصفهان در مورد متخصصان مجرب حوزه خانواده و همچنین، پرس و جو درباره این متخصصان از افراد مطلع صورت گرفت.

برای اعتبارسنجی یافته‌ها و بررسی اعتبار تحلیل انجام شده، از روش پیشنهادی Holloway و Freshwater استفاده گردید. این روش در چهار محور ارزش واقعی، کاربردی بودن، تداوم و مبتنی بر واقعیت بودن ریشه دارد (۳۲). در پژوهش حاضر برای تعیین ارزش واقعی بودن، پس از تدوین مدل استخراج شده دوباره به متخصصان مراجعه شد و آن‌ها مدل

جدول ۲. ویژگی‌های شخصیتی مردان اجتنابی مؤثر در تعاملات زناشویی

طبقه اصلی	زیرطبقات	کد	گزاره مفهومی
ویژگی‌های خودشکن	فرسودگی زناشویی	تعارضات مزمن زناشویی	استمرار تعارضات زناشویی
		عدم رضایت از رابطه زناشویی	بروز تعارضات در قالب مشکلات تکراری
			ناراحت بودن در مواقع قهر با همسر
			آرزوی برگشتن به دوران مجردی
	کناره‌گیری	ناگویی ارتباطی	استفاده از قهر در تعارضات
		بازداری ارتباطی	طولانی شدن قهر با همسر
			ضعف در برقراری رابطه
			روابط سطحی در محیط کار
			وجود چرخه تعقیب و گریز
			وجود سبک تعقیب و گریز به جای صمیمیت
			برقرار نکردن ارتباط چشمی و عدم صراحت
			وجود مشکلات تعاملی حتی با خانواده اصلی
			حفظ فاصله در محیط کار
			فقدان تمایل به مشارکت‌های اجتماعی
			فقدان شبکه اجتماعی گسترده
			فرار از در معرض دید بودن

جدول ۲. ویژگی‌های شخصیتی مردان اجتنابی مؤثر در تعاملات زناشویی (ادامه)

طبقه اصلی	زیرطبقات	کد	گزاره مفهومی
ویژگی‌های دیگرشکن	خودحقیق‌پنداری	پناه بردن به شغل	انتخاب سبک کناره‌گیری عدم تمایل به حضور در جمع عدم تمایل به تشکیل زندگی مشترک فاصله‌گیری و کمرویی در روابط بین فردی احساس ناراحتی در جمع افراد غریبه راحت نبودن در برابر دوربین صرف وقت زیاد برای کار موفقیت در محیط کار
		پناه بردن به مسایل مختلف	پیگیری اخبار و مسایل سیاسی تمایل به فعالیت‌های هنری فردی گرایش به شبکه‌های اجتماعی مجازی کشیده شدن به سمت اعتیاد در پی اصرار همسر به نزدیکی به آن‌ها
	جمع‌هراسی	پناه بردن به روابط آشنا	عدم تفکیک خویشین
		پرداختن به نیازهای مادی به جای نیازهای عاطفی	عدم وجود مشکل در مسایل مالی دست کم گرفتن خود ترس از لو رفتن ماهیت نادیده گرفتن موفقیت‌های خود مطرود دانستن خود
	کم‌تحرکی بیانی	اعتماد به نفس پایین	ترس از لو رفتن ماهیت
		عزت نفس پایین	نادیده گرفتن موفقیت‌های خود مطرود دانستن خود
	کمال‌گرایی جبری	ترس از قرار گرفتن در جمع	احساس تنش با حضور در جمع ناتوانی در اظهار نظر در مقابل جمع اشتیاق نسبت به نزدیکی و اجتناب از آن مطرح نکردن مسایل مالی با همسر خودداری از بیان خواسته‌ها خودداری از بیان احساسات خودداری از اظهار عشق ترجیح دادن سکوت در گروه عدم تمایل به ارایه اطلاعات ترجیح دادن سکوت در تعارضات خودداری از بیان دلیل ناراحتی ضعف در مهارت‌های کلامی - ارتباطی پاسخ‌های کوتاه و حاشیه‌ای نداشتن مهارت‌های ارتباطی برای حل تعارض
		ارزیابی سخت‌گیرانه رفتار و گفتار همسر	سرزنش دائمی همسر توجه بیش از حد به رفتارهای غیر کلامی دیگران گوش به زنگ بودن بدبینی نسبت به نیت دیگران بیزاری از مورد انتقاد قرار گرفتن حساسیت و آسیب‌پذیری بالا
	کم‌تحرکی بیانی	کم حرف در روابط	کم حرف در روابط
		سیال نبودن کلامی	ضعف در مهارت‌های کلامی - ارتباطی پاسخ‌های کوتاه و حاشیه‌ای نداشتن مهارت‌های ارتباطی برای حل تعارض
کمال‌گرایی جبری	ارزیابی سخت‌گیرانه رفتار و گفتار دیگران	ارزیابی سخت‌گیرانه رفتار و گفتار همسر ارزیابی سخت‌گیرانه رفتار و گفتار دیگران	
	حساسیت جویی بیش از حد	حساسیت و آسیب‌پذیری بالا	

جدول ۲. ویژگی‌های شخصیتی مردان اجتنابی مؤثر در تعاملات زناشویی (ادامه)

طبقه اصلی	زیرطبقات	کد	گزاره مفهومی
			زودرنجی بالا
			حساسیت به طرد و انتقاد
			ناراحت شدن در برابر دخالت دیگران
			احساس یأس با آشکار شدن مشکلات زناشویی
			عدم تمایل به نظر خواهی از دیگران
			محدود کردن همسر
			انتظار از همسر برای پذیرفتن سکوت آن‌ها
			انتظار تمجید بیش از حد از جانب همسر
			انتظار از همسر برای حدس زدن خواسته‌ها
			بی‌توجه دانستن دیگران نسبت به نیازهای خود
			مقاومت در برابر تلاش سازنده دیگران
			توسل به رفتارهای لجوجانه
			شکست تلاش‌های همسر برای اصلاح آن‌ها
			همیشه مقصر دانستن همسر
			فشار به همسر برای پذیرفتن تقصیر
			خسته شدن همسر از بودن در رابطه
			سردی و بی‌تفاوتی هیجانی
			عدم توجه به نیازهای عاطفی همسر
			عدم تمایل به خوابیدن در کنار همسر
			نپذیرفتن درخواست صمیمیت همسر
			روابط خانوادگی ضعیف
			حفظ اجتناب در رابطه با فرزندان
			عدم درک احساسات همسر و دیگران
			توجه به مسایل عقلانی به جای احساسات
			ناتوانی در بیان احساسات
			توجه افراطی به وظایف روزمره زندگی
			راحت نبودن با برنامه‌های نامشخص
			چسبیدن به رفتارهای آموخته شده قبلی
			اعتماد به نفس ظاهری بالا
			وجهه اجتماعی خوب در سر کار
			تفاوت گفتار با رفتار
			تحریم رابطه جنسی در تعارضات
			عدم استقبال از روابط جنسی
			عدم تمایل به معاشقه در رابطه جنسی
			توسل به رفتارهای خشن برای جلوگیری از ورود دیگران
			بیان گلایه‌های زناشویی نزد فرزندان
			غیبت کردن از کسی که گلایه‌ای از او دارند
			مدیریت دقیق در امور مالی
			توسل به بهانه‌های مختلف برای هزینه نکردن
			قبیح دانستن بیان اختلافات زناشویی
			قبول داشتن بیش از حد خود
			کنترل‌گری
			زیاده‌خواهی و متوقع بودن از دیگران
			یک سونگری در مشکلات
			رفع اتهام از خویشان
			نامیدی اطرافیان از آن‌ها
			فاصله عاطفی
			خانهای سرد
			احساسی
			انکار احساسات
			عدم خودآشنایی
			عدم پویایی رفتاری
			تغییر‌گریزی
			دورنمای رفتاری خوب
			ظاهر اجتماع‌پسند
			گفتار اجتماع‌پسند
			سردی جنسی
			انفعال جنسی
			وجود رفتارهای پرخاشگرانه بالقوه
			بیان غیر مستقیم گلایه‌های ارتباطی
			عدم دست و دل بازی در امور مالی
			تنگ‌نظری مالی



## یافته‌ها

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، در تجزیه و تحلیل متون مصاحبه با متخصصان خانواده، در گزاره‌های مفهومی ۹۴ عبارت، در کدگذاری بر اساس شباهت موضوعی ۳۵ کد و در نهایت، در مقوله‌گزینی ۱۴ زیرطبقه تحت عنوان ویژگی‌های شخصیت‌های اجتنابی مؤثر در تعاملات زناشویی، به دست آمد. در تحلیل بعدی، این ۱۴ ویژگی به دو طبقه اصلی خودشکن و دیگرشکن دسته‌بندی شد. علت این تفکیک آن بود که برخی از این ویژگی‌ها بیشتر به خود فرد آسیب می‌رساند و او را از درون دچار فرسودگی می‌کند و برخی دیگر آسیب بیشتری به طرف مقابل وارد می‌کند و موجب رنجش اطرافیان و به خصوص اعضای خانواده فرد اجتنابی می‌شود. در عین حال، ویژگی‌های خودشکن موجب آسیب رسیدن به طرف مقابل نیز می‌شود و همچنین، در ویژگی‌های دیگرشکن، خصیصه آسیب‌رسانی به خود هم دیده می‌شود. فلش‌های دو طرفه در شکل ۱ بیانگر این مطلب است. در ادامه، هر یک از این ویژگی‌ها و بارزترین اظهار نظرهای متخصصان که منجر به شکل‌گیری آن‌ها شد، آورده شده است.

## ویژگی‌های خودشکن

کناره‌گیری: بر اساس گفته‌های متخصصان، بارزترین ویژگی افراد اجتنابی «کناره‌گیری» است. «افراد اجتنابی بیش از حد قهر می‌کنند. چنانچه همسرشان نیز به صورت متقابل قهر کند، قهر آن‌ها بسیار طولانی خواهد شد. ممکن است که این افراد در پی اصرار همسر برای ورود به قلعه تنهایی‌شان، درگیر یک سری اختلال‌های رفتاری مثل سیگار کشیدن، مواد مخدر و الکل هم بشوند» (مشارکت کننده ۱). «در روابط بین فردی در محیط کار نیز بسیار محدود و سرد هستند. در سابقه این افراد ردپایی از مشارکت‌های اجتماعی در گروه وجود ندارد» (مشارکت کننده ۲). «در ارتباطات کلامی و غیر کلامی اغلب تماس چشمی برقرار نمی‌کنند و صریح و شفاف نیستند. با خانواده اصلی خودشان هم تعاملات خوبی ندارند» (مشارکت کننده ۴). «در مناسبت‌های اجتماعی از در معرض دید قرار گرفتن فرار می‌کنند. تمایلی به حضور در مهمانی‌ها و

مجالس ندارند. در مقابل دوربین اغلب دچار استرس می‌شوند. در جمع افراد ناآشنا، معذب هستند» (مشارکت کننده ۷). «ممکن است به شبکه‌های اجتماعی وابستگی پیدا کنند، چون در آن‌جا کنترل رابطه در دست خودشان است. آن‌ها اعتیاد به کار دارند و تا دیر وقت مشغول به کار می‌شوند» (مشارکت کننده ۸).

خودحقیرینداری: «آن‌ها خود را از نظر اجتماعی بی‌کفایت و غیر دوست داشتنی می‌دانند. این افراد پیشرفت‌های خود را دست کم می‌انگارند» (مشارکت کننده ۲). «آن‌ها از افشا شدن می‌ترسند» (مشارکت کننده ۴). «هرچه دیگران انجام دهند را در حکم طرد خودشان تلقی می‌کنند» (مشارکت کننده ۸). فرسودگی زناشویی: «این افراد اغلب از زندگی زناشویی خود رضایت چندانی ندارند و آرزوی مکرر بازگشت به دوران مجردی دارند. اجتنابی‌ها چون نمی‌توانند ارتباط برقرار کنند، اغلب تعارضات زناشویی آن‌ها حل نشده باقی می‌ماند» (مشارکت کننده ۱). «تعارضات زناشویی حل نشده آن‌ها مرتب و به شکل‌های مختلف تکرار می‌شود. آن‌ها خودشان هم از قهرهای طولانی، دچار افسردگی می‌شوند» (مشارکت کننده ۵).

جمع‌هراسی: «در افراد اجتنابی راه‌اندازها عوامل فشارزایی هستند که به روابط بین فردی و حضور در جمع مربوط می‌شوند» (مشارکت کننده ۲). «آن‌ها اغلب در مقابل جمع قادر به اظهار نظر و دفاع از خود نیستند» (مشارکت کننده ۸). دو سوگرایی: «هم علاقه درونی به نزدیک شدن و صمیمیت دارند و هم نیرویی آن‌ها را از این امر باز می‌دارد» (مشارکت کننده ۶).

## ویژگی‌های دیگرشکن

کم‌تحرکی بیانی: «بسیاری از مسایل را با همسرشان در میان نمی‌گذارند و اهل مشورت در مورد مسایل مالی و شغلی نیستند» (مشارکت کننده ۱). «حتی اگر خواسته‌ای در روابط زناشویی داشته باشند، از بیان آن خودداری می‌کنند. این افراد اهل ابراز هیجان و صحبت در مورد احساسات خود نیستند» (مشارکت کننده ۳). «آن‌ها دوست داشتن همسرشان را به زبان نمی‌آورند» (مشارکت کننده ۴). «در مواقع تعارض، در مورد ناراحتی خود صحبت نمی‌کنند. اغلب دلیل قهر کردن خود را به همسرشان نمی‌گویند» (مشارکت کننده ۵). «به

گاهی حوزه وسیع‌تری پیدا می‌کند و ممکن است با فرزندان هم ارتباط صمیمی شکل نگیرد» (مشارکت کننده ۲). «سبب به عذاب کشیدن همسر در مقابل قهر کردن‌هایشان بی‌تفاوت هستند. آن‌ها اغلب علاقمند به اندیشه‌های فلسفی و مسایل و مباحث و برنامه‌های عقلانی- شناختی هستند تا برنامه‌های هیجان‌زا و شادی‌آفرین، این افراد از فکر کردن درباره موضوعاتی که موجب هیجان‌های ناخوشایند می‌شوند، اجتناب می‌کنند» (مشارکت کننده ۶). «در بازگویی و بیان احساسات خود مهارت اندکی دارند» (مشارکت کننده ۸).

**تغییرگرایی:** «درجه مسؤلیت‌پذیری آن‌ها، نظم و انضباط، در کارهای منزل و برنامه‌ریزی امور روزانه بسیار قوی و قابل ملاحظه است. برنامه اوقات فراغت آن‌ها باید از قبل پیش‌بینی شده باشد» (مشارکت کننده ۳). «آن‌ها اغلب در پی آموختن راهکارهایی برای بهبود رابطه زناشویی خود نیستند» (مشارکت کننده ۴). ظاهر اجتماع‌پسند: «آن‌ها اغلب دارای وجهه اجتماعی خوبی در سر کار هستند. فرد اجتنابی در ظاهر، دارای اعتماد به نفس بالا به نظر می‌رسد» (مشارکت کننده ۳). «با این که در گفتار صحبت از تساوی حقوق زن و مرد می‌کنند، ولی رفتار آن‌ها چنین چیزی را نشان نمی‌دهد» (مشارکت کننده ۸).

**انفعال جنسی:** «آن‌ها تمایل چندانی به برقراری رابطه جنسی با همسرشان ندارند و فواصل بین رابطه‌های جنسی آن‌ها زیاد است» (مشارکت کننده ۱). «در هنگام رابطه جنسی تمایلی به انجام معاشقه ندارند» (مشارکت کننده ۴). منفعل- مهاجم: «برای دفاع از حریم خصوصی ممکن است که دست به پرخاشگری هم بزنند، ولی خودشان شروع کننده پرخاشگری نیستند» (مشارکت کننده ۴). «هرگاه فرصتی دست دهد، از همسرشان نزد فرزندان گلایه می‌کنند. اگر از کسی دلخوری داشته باشند، به خاطر مشغولیت ذهنی داریم پشت سر او صحبت می‌کنند» (مشارکت کننده ۷). تنگ‌نظری مالی: «آن‌ها با بهانه‌های جور واجور از زیر هزینه کردن در زندگی فرار می‌کنند» (مشارکت کننده ۵). «در مدیریت منابع مالی بسیار دقیق و حساب شده عمل می‌کنند» (مشارکت کننده ۶).

سوالات دیگران پاسخ‌های کوتاه می‌دهند و حتی به حاشیه‌روی تمایل دارند. آن‌ها کلی‌گویی می‌کنند و از پرداختن به جزئیات خوششان نمی‌آید» (مشارکت کننده ۷).

**کمال‌گرایی جبری:** «اگر این افراد به کسی زنگ بزنند و طرف پاسخ آن‌ها را ندهد، قهر می‌کنند و برای بار دوم با او تماس نمی‌گیرند. آن‌ها ترجیح می‌دهند که خودشان را در محیط‌های امن و عاری از طرد قرار دهند» (مشارکت کننده ۱). «از دخالت دیگران، به خصوص خانواده همسر، در دعوای زناشویی به شدت ناراحت می‌شوند. اگر مشکلات زناشویی به دخالت دیگران منجر شود، همه چیز را تمام شده می‌دانند و امید به بهبود رابطه در آن‌ها از بین می‌رود» (مشارکت کننده ۲). «این افراد دارای حساسیت بیش از حد و زود رنج هستند. آن‌ها دارای تفکر تحریف شده در خصوص غیر قابل اعتماد بودن دیگران هستند» (مشارکت کننده ۶). «سبب به حرکات غیر کلامی دیگران گوش به زنگ هستند» (مشارکت کننده ۷).

**خودمحوری ناسازگارانه:** «آن‌ها در انجام کارهای روزانه، تک‌رو و خودخواه هستند و اتکای زیادی به افکار و برنامه‌های خود دارند. در زندگی زناشویی، همسرشان را در بسیاری از امور محدود می‌کنند» (مشارکت کننده ۲). «آن‌ها انتظار دارند که همسرشان به تنهایی و سکوت آن‌ها در زندگی روزمره اعتراضی نکند. آن‌ها انتظار دارند که همسرشان برای تمام افکار و اندیشه‌های آن‌ها احترام قایل بوده و همواره آنان را مورد تحسین و تمجید قرار دهد. انتظار دارند که همسرشان نیازها و خواسته‌های آن‌ها را حدس بزند» (مشارکت کننده ۴). «در زمان قهر، واسطه‌گری دیگران آن‌ها را وادار به پیش‌قدم شدن و کوتاه آمدن از موضعشان نمی‌کند» (مشارکت کننده ۵). «در تعارض‌های زناشویی هیچ‌گاه خودشان را مقصر نمی‌دانند. با در تنگنا قرار دادن همسر، او را وادار به عذرخواهی می‌کنند» (مشارکت کننده ۷).

**خانه‌های سرد احساسی:** «از نظر هیجانی سرد و بی‌تفاوت به نظر می‌رسند. انتظارات عاطفی همسرشان را برآورده نمی‌کنند. همسرشان از زندگی کردن با آن‌ها دچار فرسودگی روانی می‌شود» (مشارکت کننده ۱). «تنها خوابیدن را به خوابیدن در کنار همسر ترجیح می‌دهند. اجتناب این افراد

## بحث

در پژوهش کیفی حاضر ویژگی‌های افراد اجتنابی، در دو طبقه خودشکن و دیگرشکن به دست آمد. در طبقه خودشکن بارزترین ویژگی کناره‌گیری بود. فرد اجتنابی با وجود این خصیصه، تمایلی به مشارکت و توسعه روابط صمیمی ندارد، او افراد صمیمی محدودی در زندگی خود دارد که اغلب اعضای خانواده اصلی خودش هستند. علت آن که آن‌ها به روابط آشنا پناه می‌برند و از این گونه روابط کناره‌گیری نمی‌کنند، آن است که در این روابط، آن‌ها مورد طرد و انتقاد قرار نمی‌گیرند. اغلب والدین به خاطر حس والدینی، فرزندشان را مورد پذیرش غیر مشروط قرار می‌دهند و این امر باعث می‌شود که اجتنابی‌ها در کنار آن‌ها احساس راحتی کنند و برای گریز از روابطی که صمیمیت بیشتری از آن‌ها مطالبه می‌کنند، به این روابط پناه ببرند. این در حالی است که برخی از افراد اجتنابی این رابطه صمیمی را با خانواده خودشان هم ندارند و به دلیل احساس عذاب وجدانی که از این بابت می‌کنند، پس از ازدواج از همسرشان انتظار دارند که وقت بیشتری برای خانواده اصلی آن‌ها بگذارد و ارتباط بیشتری با آن‌ها داشته باشد و همسر آن‌ها نیز که این خواسته را توقعی نا به جا می‌داند، زیر بار چنین خواسته‌ای نمی‌رود و این خود موجب تعارضات زناشویی بیشتر می‌گردد.

این ویژگی در پژوهش‌های پیشین نیز مورد تأکید قرار گرفته است. به گفته Bienefeld این افراد خجالتی و ساکت هستند و انزوای اجتماعی در آن‌ها رایج است (۹). Rodebaugh و همکاران نیز معتقدند که شخصیت اجتنابی از روابط بین فردی نزدیک و موقعیت‌های اجتماعی، اجتناب می‌کند و در مواقع بحرانی، کناره‌گیری همراه با بی‌تفاوتی را انتخاب می‌کند (۱۰). همچنین، این ویژگی در پژوهش‌های Millon و همکاران (۱۱)، Sperry (۱۳)، Johnson و Whiffen (۱۵) و Dimaggio و همکاران (۱۷) در قالب واژه‌هایی مثل اجتناب از روابط بین فردی، کناره‌گیری، عدم تمایل به قاطی شدن با دیگران، عدم تلاش برای مصالحه و در معرض دید قرار نگرفتن، به چشم می‌خورد. اجتنابی‌ها خود را از نظر اجتماعی بی‌کفایت و غیر دوست

داشتنی می‌دانند و نگاه تحقیرآمیزی نسبت به خود دارند. آن‌ها حتی ممکن است که تعارضات و اختلاف نظرهای معمول بین خود و همسرشان را دلیل بر بی‌کفایتی خود بدانند. اصطلاح خودتحقیرپنداری به این ویژگی اشاره دارد. به باور Bienefeld این افراد اعتماد به نفس و احساس کفایت بسیار پایینی دارند (۹). از نظر Millon و همکاران نیز شخصیت‌های اجتنابی می‌توانند در زندگی خیالی خود ابرقهرمان باشند، اما در دنیای واقعی خود را بی‌کفایت احساس می‌کنند (۱۱). خودتحقیرپنداری در پژوهش‌های دیگر با عبارتهایی همچون احساس عدم کفایت، بی‌کفایتی و احساس شرمندگی در برابر دیگران عنوان شده است (۱۵، ۱۳).

ویژگی‌های خاص افراد اجتنابی باعث می‌شود در مواقعی که دچار اختلاف‌های زناشویی می‌شوند، این اختلاف‌ها به تنش و تعارض تبدیل شود و این مسأله کم‌کم آن‌ها را به لحاظ روانی دچار فرسودگی می‌کند. این ویژگی در پژوهش فوق، فرسودگی زناشویی نامیده شده است. Barry و Lawrence نیز در پژوهش خود پی بردند، افرادی که در تعاملات زناشویی خود رفتارهای اجتنابی در پیش می‌گیرند، رضایت زناشویی اندکی دارند و در طول زمان از میزان این رضایت کاسته می‌شود (۲۰).

آن‌ها اغلب در مقابل جمع قادر به اظهار نظر و دفاع از خود نیستند. خصیصه جمع‌هراسی به این مسأله اشاره دارد. به گفته Millon و همکاران شخصیت‌های اجتنابی از ریسکی که آن‌ها را در معرض دید عموم قرار بدهد، خودداری می‌کنند (۱۱). به گفته متخصصان این پژوهش، ویژگی دیگر اجتنابی‌ها این است که هم علاقه درونی به نزدیک شدن و صمیمیت دارند و هم نیرویی آن‌ها را از این امر باز می‌دارد. اصطلاح دوسوگرایی به این خصیصه دلالت دارد. یک فرد اجتنابی بر خلاف میل باطنی، از نزدیک شدن به دیگران و از جمله همسر، اجتناب می‌کند. Dimaggio و همکاران نیز دریافته‌اند که اجتنابی‌ها احساس تنهایی می‌کنند، با این وجود کناره‌گیری از دیگران را ترجیح می‌دهند تا خودشان را از طرد و انتقاد تهدید کننده دور نگه دارند (۱۷). بارزترین ویژگی در طبقه دیگرشکن، کم‌تحرکی بیانی بود.

خودشیفتگی پنهان، به خیالبافی در مورد عظمت خودشان پناه می‌برند (۱۷). بدین ترتیب، تنها راه اصلاح رابطه را تغییر همسر می‌دانند.

اجتنابی‌ها نسبت به بسیاری از موضوعات کم‌اهمیت، طرد دیگران و افشا شدن مسایل زندگی‌شان حساسیت بیش از حد دارند و تعاملات زناشویی آن‌ها با سرزنشگری فراوان همراه است. ویژگی کمال‌گرایی جبری به این خصیصه اشاره می‌کند. در DSM-5 عنوان شده که آن‌ها نسبت به طرد و انتقاد و ارزیابی منفی از سوی دیگران مشغولیت ذهنی دارند (۱۲). Murray و Johnson نیز معتقدند که این افراد از آشکارسازی خودشان سخت وحشت دارند (۲۲). در ارتباط با حساسیت نسبت به مسایل کم‌اهمیت، Sperry عنوان می‌کند که افراد اجتنابی نسبت به خطرات بالقوه نگاهی مبالغه‌آمیز دارند (۱۳).

تغییرگرایی ویژگی دیگری بود که در این پژوهش در طبقه دیگرشکن قرار گرفت. اجتنابی‌ها نسبت به باورهای خود تعصب خاصی دارند و به راحتی حاضر به تغییر افکار خود و دنیای پیش‌بینی شده خودشان نیستند. این خصیصه در پژوهش‌های قبلی نیز دیده می‌شود. از جمله Carr عنوان می‌کند که زوج‌های اجتنابی نقش‌های جنسیتی سنتی را اتخاذ می‌کنند (۱۹). در راهنمای آماری و تشخیصی اختلالات روانی عنوان شده که این افراد تمایلی به شروع فعالیت‌های جدید ندارند (۱۲). افراد اجتنابی دارای خصیصه منفعل - مهاجم هستند. آن‌ها با این که افراد پرخاشگری نیستند، ولی اگر کسی برای ورود به قلعه تنهایی آن‌ها اصرار کند، ممکن است دست به رفتارهای پرخاشگرانه هم بزنند. در همین ارتباط، Dimaggio و همکاران بیان می‌دارند، از آنجایی که آن‌ها قادر به رفتار جرأت‌مندانه نیستند، رفتارشان از اطاعت و فرمانبرداری تا طغیان و آرزوی مفرط برای آزادی، در نوسان است. آن‌ها نگرانند که عصبانیتشان به آسیب دیگری یا مورد حمله قرار گرفتن خودشان منجر شود، برای همین عصبانیت خود را سرکوب می‌کنند، ولی هر از گاهی خشمشان منفجر می‌شود که برای هر نوع رابطه صمیمی تهدید کننده است (۱۷).

سه اصطلاح انفعال جنسی، ظاهر اجتماع‌پسند و تنگ‌نظری مالی برای اولین بار در این پژوهش استفاده شده

اجتنابی‌ها بسیاری از مسایل را با همسرشان در میان نمی‌گذارند. از احساسات خود سخن نمی‌گویند و در هنگام تعارض، خواسته خود را بیان نمی‌کنند. Johnson و Whiffen معتقدند که این افراد احساساتشان را به زبان نمی‌آورند (۱۵). به عقیده Johnson و Murray نیز در روابط زناشویی آن‌ها، این همسر است که به او تلفن می‌کند، قرار ملاقات می‌گذارد یا در حسرت شنیدن کلمه‌ای عاشقانه و محبت‌آمیز از سوی او سر می‌کند. او حتی پس از ورود همسر به رابطه، از بیان دنیای شخصی خود اجتناب می‌کند (۲۲).

اجتنابی‌ها از نظر هیجانی سرد و بی‌تفاوت به نظر می‌رسند و به نیازهای عاطفی همسرشان توجهی ندارند که این مسأله برای همسر آن‌ها غیر قابل تحمل است. آن‌ها به طور کلی با مقوله احساسات ارتباط چندانی ندارند و چه از هیجانات منفی و چه از هیجانات مثبت دوری می‌کنند. اصطلاح خانه‌های سرد احساسی برای اشاره به این ویژگی استفاده شده است. به گفته Bamelis و همکاران افراد اجتنابی هم از هیجانات منفی و هم از هیجانات مثبت دوری می‌کنند (۸). آن‌ها آگاهی مبهمی از احساسات خود و دیگران دارند (۱۵). Feeney نیز معتقد است که افراد اجتنابی اغلب اندوه همسرشان، به خاطر رفتارهای آسیب‌رسان خودشان را درک نمی‌کنند و این امر تعارض را شدت می‌بخشد و مانع بهبود رابطه می‌شود (۲۱).

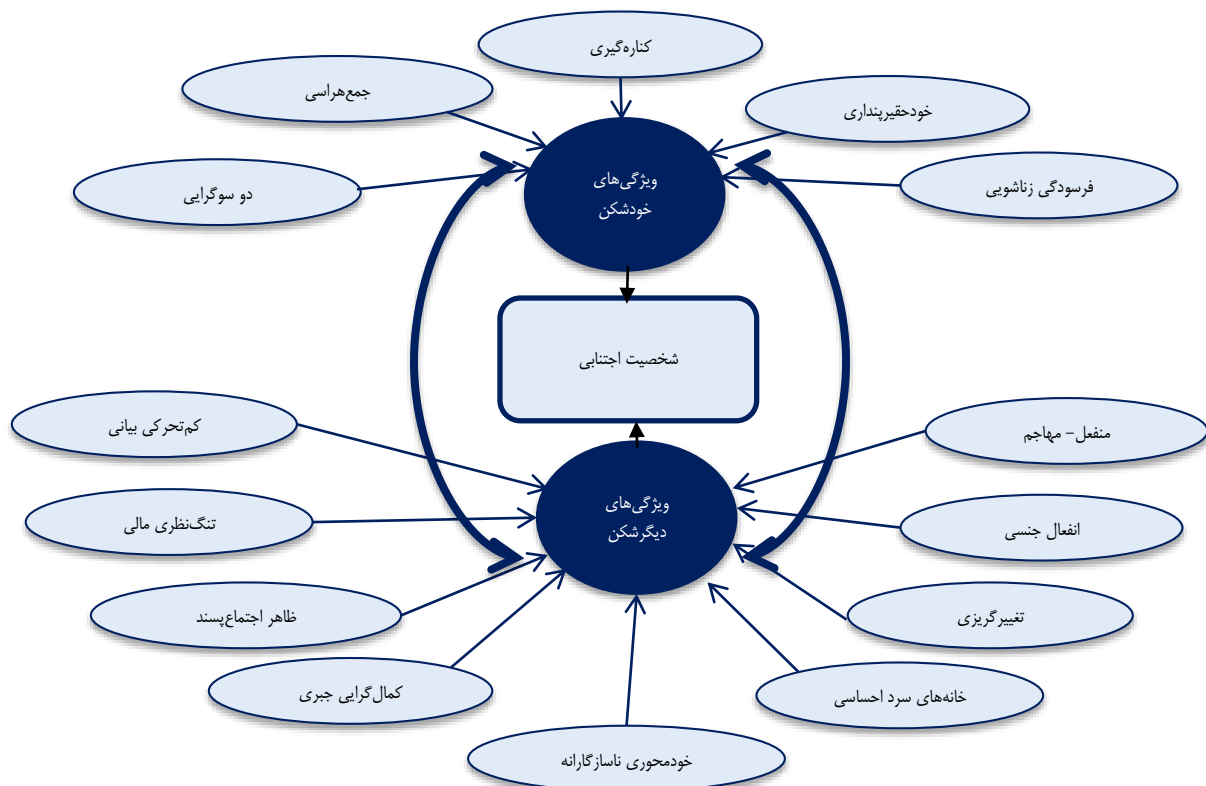
ویژگی دیگر افراد اجتنابی، خودمحوری ناسازگارانه است. آن‌ها در تعارضات زناشویی هیچ گاه خودشان را مقصر نمی‌دانند و انتظار دارند تا همسرشان برای تمام افکار و رفتارهای آن‌ها احترام قایل شود، آن‌ها را به صورت غیر مشروط مورد پذیرش قرار دهد، پس از هر تعارضی خود را مقصر بداند و به طور دایم منت‌کشی آن‌ها را بکند و از آنجایی که اغلب این انتظارات نامعقول برآورده نمی‌شود، به نشخوار ذهنی پیرامون جدایی و دوران مجردی می‌پردازند. این ویژگی در بررسی Johnson و Murray نیز دیده می‌شود. آن‌ها بر این باورند که شخصیت اجتنابی همواره نیاز به اطمینان‌دهی و پذیرش غیر مشروط دارد، بدون این که خودش نیز چنین مسؤولیتی را در رابطه احساس کند (۲۲). Dimaggio و همکاران نیز می‌گویند که آن‌ها در یک

خیلی دقیق هستند و با بهانه‌های گوناگون از زیر هزینه کردن فرار می‌کنند. این ویژگی تنگ‌نظری مالی نامیده شد. در شکل ۱ ارتباط این ۱۴ ویژگی با دو طبقه خودشکن، دیگرشکن و تأثیر متقابل این دو طبقه بر یکدیگر نشان داده شده است. فلش‌های دو طرفه بیانگر آن است که ویژگی‌های خودشکن موجب پایداری و تشدید ویژگی‌های دیگرشکن می‌شود و ویژگی‌های دیگرشکن نیز اثر مشابهی بر ویژگی‌های خودشکن دارد.

این ویژگی‌ها موجب شکل‌گیری رابطه‌ای سرد و بی‌احساس بین زن و شوهر می‌شود. از آنجایی که اجتنابی بودن مثل سایر اختلال‌های شخصیت، روی پیوستار قرار می‌گیرد، بدیهی است که هرچه فرد تعداد بیشتری از این ویژگی‌ها را داشته باشد و شدت این ویژگی‌ها در او بیشتر باشد، تعاملات زناشویی آسیب بیشتری خواهد دید.

از آنجایی که ویژگی‌های شخصیتی زوجین از جمله مؤثرترین عوامل در رضایت از زندگی مشترک می‌باشد،

است و در پژوهش‌های قبلی مربوط به شخصیت‌های اجتنابی دیده نمی‌شود. دلیل این امر عمیق بودن پژوهش و جمع‌آوری اطلاعات از متخصصانی است که دارای سابقه کار با افراد دارای شخصیت اجتنابی بودند که مسایل این افراد را علاوه بر رویکرد فردی از دیدگاه زوجی و رابطه‌ای نیز می‌نگریستند و همچنین، بومی بودن پژوهش منجر به شکل‌گیری چنین توصیف‌های جدیدی گردید. در ارتباط با مسایل جنسی، اجتنابی‌ها تمایل چندانی به داشتن روابط جنسی ندارند، فواصل بین روابط جنسی آن‌ها زیاد است و در حین رابطه تمایلی به پیش‌نوازی و پس‌نوازی ندارند. این ویژگی انفعال جنسی نامیده شده است. افراد اجتنابی اغلب وجهه اجتماعی خوبی از خود به نمایش می‌گذارند و در ظاهر، دارای اعتماد به نفس بالایی هستند و با این که رفتار آن‌ها نشان نمی‌دهد، ولی در گفتار صحبت از تساوی حقوق زن و مرد می‌کنند. برای این خصیصه اصطلاح ظاهر اجتماع‌پسند انتخاب شده است و سرانجام این که اجتنابی‌ها در مدیریت منابع مالی



شکل ۱. ویژگی‌های افراد اجتنابی در تعاملات زناشویی

دیگرشکن برای افراد اجتنابی به دست آمد که تمام آن‌ها در تعاملات زناشویی تأثیر منفی داشته و موجب کاهش کیفیت زناشویی در افراد اجتنابی و همسران آن‌ها می‌گردد. ویژگی‌های این دو طبقه بر یکدیگر تأثیر متقابلی دارد و موجب پدیدآیی یک دور معیوب می‌شود.

می‌توان گفت در خانواده‌هایی که شوهر فرد اجتنابی است، به دلیل نقش مؤثر او در تعاملات زناشویی و خانوادگی و سرایت ویژگی‌های شخصیتی او به کلیه روابط موجود در خانواده، به لحاظ کمی اعضای خانواده نسبت به نیازهای هیجانی یکدیگر پاسخگو نیستند و به لحاظ کیفی، عواطف در این خانواده‌ها محدود است و از آن جایی که توجه، حساسیت و پاسخگویی عاطفی مناسب بین اعضای خانواده وجود ندارد، تعارض، خصومت و مشکلات ارتباطی همچنان باقی می‌ماند. از این‌رو، شناسایی این ویژگی‌ها امر ضروری و پیش‌بینی کننده کیفیت زناشویی و روابط کارآمد یا ناکارآمد است تا در نتیجه شناسایی این ویژگی‌ها، راهکارهای نوینی در جهت تعدیل و مدیریت آن‌ها اندیشیده شود و متعاقب آن کیفیت زناشویی ارتقا پیدا کند.

### تشکر و قدردانی

بدین وسیله، از تمامی متخصصان شرکت کننده در پژوهش که بدون مشارکت آن‌ها انجام این پژوهش میسر نبود، کمال سپاسگزاری به عمل می‌آید.

ویژگی‌های به دست آمده از افراد اجتنابی پیش‌بینی کننده تعاملات زناشویی و خانوادگی ضعیفی است که منجر به شکل‌گیری خانواده‌های از هم گسسته می‌گردد.

Minuchin یکی از اختلال‌های ساختاری خانواده را خانواده‌های از هم گسسته معرفی می‌کند. در این خانواده‌ها مرزهای بین زیرمنظومه‌ها و اعضای خانواده بسیار خشک و انعطاف‌ناپذیر است و اعضا حمایت عاطفی اندکی نسبت به هم ارائه می‌کنند و همچنین، به حمایت دیگران واکنشی نشان نمی‌دهند (۳۳). به نظر Goldenberg و Goldenberg اعضای چنین خانواده‌هایی متمایل و قادر به ورود به دنیای دیگر اعضا نیستند. آن‌ها از یکدیگر ناراضی هستند و خشم و خصومتی پنهان بین آن‌ها وجود دارد (۳۴).

**محدودیت‌ها:** ۱- از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، اندک بودن پیشینه پژوهشی در مورد تأثیر ویژگی‌های اختلال شخصیت اجتنابی در تعاملات زناشویی بود. بر اساس بررسی‌های پژوهشگران مطالعه، این پیشینه به چهار پژوهشی که در بخش مقدمه ذکر شد، محدود می‌شود. ۲- تعدادی از متخصصان خانواده که دارای سابقه کار با افراد دارای ویژگی‌های اجتنابی بودند و به عنوان نمونه انتخاب شده بودند، حاضر به همکاری با این مطالعه نشدند.

### نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر، ۱۴ ویژگی در دو طبقه خودشکن و

## References

1. Nichols WC. Handbook of family development and intervention. New York, NY: Wiley; 2000.
2. Carver CS, Scheier MF. Perspectives on personality. 7<sup>th</sup> ed. Boston, MA: Pearson/Allyn and Bacon; 2008.
3. Huston TL, Houts RM. The psychological infrastructure of courtship and marriage: The role of personality and compatibility in romantic relationships. In: Bradbury TN, editor. The developmental course of marital dysfunction. New York, NY: Cambridge University Press; 1998. p. 114-51.
4. Baronides S. Making sense of people: Decoding the mysteries of personality. Upper Saddle River, NJ: Pearson Education, Inc; 2012.
5. Department of Justice. Mental health and wellbeing and personality disorders: A guide for criminal justice professionals [Online]. [cited 2016 Mar 18]; Available from: URL: <https://www.justice-ni.gov.uk/publications/mental-health-and-wellbeing-and-personality-disorders-guide-criminal-justice>
6. Truant GS. Personality diagnosis and childhood care associated with adult marital quality. Can J Psychiatry 1994; 39(5): 269-76.
7. Segal DL, Coolidge FL, Rosowsky E. Personality disorders and older adults: Diagnosis, assessment, and treatment. Hoboken, NJ: Wiley; 2006.

8. Bamelis LL, Renner F, Heidkamp D, Arntz A. Extended Schema Mode conceptualizations for specific personality disorders: an empirical study. *J Pers Disord* 2011; 25(1): 41-58.
9. Bienenfeld D. Personality disorders [Online]. [cited 2016 Feb 15]; Available from: URL: <https://emedicine.medscape.com/article/294307-overview>
10. Rodebaugh TL, Gianoli MO, Turkheimer E, Oltmanns TF. The interpersonal problems of the socially avoidant: self and peer shared variance. *J Abnorm Psychol* 2010; 119(2): 331-40.
11. Millon T, Grossman S, Millon C, Meagher S, Ramnath R. Personality disorders in modern life. 2<sup>nd</sup> ed. Hoboken, NJ: Wiley; 2004.
12. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®). 5<sup>th</sup> ed. Washington, DC: APA; 2013.
13. Sperry L. Handbook of diagnosis and treatment of DSM-IV-TR personality disorders. 2<sup>nd</sup> ed. London, UK: Routledge; 2003.
14. Beck AT, Freeman A, Davis DD. Cognitive therapy of personality disorders. 2<sup>nd</sup> ed. New York, NY: The Guilford Press; 2006.
15. Johnson SM, Whiffen VE. Attachment processes in couple and family therapy. Trans. Bahrami F, et al. Tehran, Iran: Danjeh Publications; 2009. [In Persian].
16. Kantor M. Distancing: Avoidant personality disorder, revised and expanded. Santa Barbara, CA: Praeger; 2003.
17. Dimaggio G, D'Urzo M, Pasinetti M, Salvatore G, Lysaker PH, Catania D, et al. Metacognitive interpersonal therapy for co-occurrent avoidant personality disorder and substance abuse. *J Clin Psychol* 2015; 71(2): 157-66.
18. Li T, Chan DKS. How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *Eur J Soc Psychol* 2012; 42(4): 406-19.
19. Carr A. Family therapy: Concepts, process and practice. Hoboken, NJ: Wiley; 2012.
20. Barry RA, Lawrence E. "Don't stand so close to me": An attachment perspective of disengagement and avoidance in marriage. *J Fam Psychol* 2013; 27(3): 484-94.
21. Feeney A. Adult attachment and conflict behavior: Delineating the links. *Acta De Inves Tigacion Psicologica* 2011; 1(2): 233-53.
22. Johnson WB, Murray K. Crazy Love: Dealing with your partner's problem personality. Atascadero, CA: Impact Publishers, Incorporated; 2007.
23. Sanislow CA, da Cruz K, Gianoli MO, Reagan ER. Avoidant personality disorder, traits, and type. In: The Oxford handbook for personality disorders. Widiger TA, editor. New York, NY: Oxford University Press 2012. p. 549-65.
24. Hageman TK, Francis AJP, Field AM, Carr SN. Links between childhood experiences and avoidant personality disorder symptomatology. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy* 2015; 15(1): 101-6.
25. Rettew DC. Avoidant personality disorder, generalized social phobia, and shyness: putting the personality back into personality disorders. *Harv Rev Psychiatry* 2000; 8(6): 283-97.
26. Corbin J, Strauss A. Basics of qualitative research. Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory. 3<sup>rd</sup> ed. New York, NY: SAGE Publications; 2008.
27. Hooman HA. A practical guide to qualitative research. Tehran, Iran: SAMT Publications; 2012. [In Persian].
28. Hariri N. Principles and methods of qualitative research. Tehran, Iran: Science and Research Branch, Islamic Azad University; 2011. [In Persian].
29. Mohammadpour A. Analysis of qualitative data: Procedures and patterns. *Journal of Anthropology* 2009; 2(10): 127-60. [In Persian].
30. Thomas J, Harden A. Methods for the thematic synthesis of qualitative research in systematic reviews. *BMC Med Res Methodol* 2008; 8: 45.
31. Willig C. Introducing qualitative research in psychology. 3<sup>rd</sup> ed. Maidenhead, UK: Open University Press; 2013.
32. Holloway I, Freshwater D. Narrative research in nursing. Malden, MA: Wiley-Blackwell; 2007.
33. Minuchin S. Families and family therapy. Trans. Sanaei B. Tehran, Iran: Amirkabir Publications; 2010. [In Persian].
34. Goldenberg H, Goldenberg I. Family therapy: an overview. 8<sup>th</sup> ed. Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning; 2013.

## Avoidant Personalities in Marital Interactions: A Qualitative Study

Alireza Roohi<sup>1</sup>, Rezvanosadat Jazayeri<sup>2</sup>, Maryamsadat Fatehizadeh<sup>3</sup>, Ozra Etemadi<sup>3</sup>

### Original Article

#### Abstract

**Introduction:** Couples' personality traits play a key role in marital interactions. In cases where men have avoidant personality, due to their effective roles in marital and family relationships, cold and soulless interactions are established in the family. The purpose of this study was to investigate the characteristics of avoidant men related to marital interactions from couple and family specialists' view.

**Method:** This was a qualitative study using content analysis approach. Eight family specialists were chosen through purposive sampling method. Then, the data were gathered through semi-structured interviews up to data saturation. After that, data were analyzed through thematic analysis.

**Results:** Two categories of "self-defeating" and "other-defeating" characteristics were achieved after analyzing the data. The subcategories of self-defeating were "marital burnout", "withdrawal", "poor self-concept", "social phobia", and "ambivalence". The subcategories of other-defeating were "compulsive perfectionism", "maladaptive self-centeredness", "emotionally cold homes", "change aversion", "sociable appearance", "sexual passivity", "passive-aggressive", "niggardliness", and "talking inactivity".

**Conclusion:** The "self-defeating" and "other-defeating" characteristics of avoidant individuals lead them and their spouses' to burn out. This results to cold and unfriendly interactions, and the reduction of marital quality. Therefore, identifying these characteristics will lead to identifying new solutions to modify these traits, and to improve marital interactions and quality.

**Keywords:** Avoidant personality, Marital relationship, Men

**Citation:** Roohi A, Jazayeri R, Fatehizadeh M, Etemadi O. **Avoidant Personalities in Marital Interactions: A Qualitative Study.** J Qual Res Health Sci 2018; 7(1): 72-87.

Received date: 12.04.2016

Accept date: 01.05.2017

1- PhD in Family Counseling, Department of Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran  
2- Assistant Professor, Department of Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran  
3- Associate Professor, Department of Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran  
**Corresponding Author:** Rezvanosadat Jazayeri, Email: r.jazayeri@edu.ui.ac.ir