

## شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی رفتارهای منفعل-پرخاشگر در روابط زناشویی

۱. حسن طاهریان: گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

۲. تینا اکبریان\*: گروه روان‌شناسی شناختی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران. (نویسنده مسئول). tina.akbarian.cog@yahoo.com

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۲/۲۵

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۵/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۵/۰۹

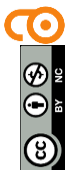
تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۷/۰۱

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی رفتارهای منفعل-پرخاشگر در روابط زناشویی انجام شد. این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۴ فرد متأهل ساکن شهر تهران بودند که تجربه تکرارشونده رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه در رابطه زناشویی خود یا همسرشان را گزارش کردند. نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند و با حداکثر تنوع از نظر جنسیت، سن، مدت ازدواج و وضعیت تحصیلی انجام شد. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته عمیق گردآوری شدند و فرایند مصاحبه تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت؛ به‌گونه‌ای که اشباع اصلی در مصاحبه بیست‌ویکم حاصل شد و سه مصاحبه پایانی برای اطمینان از کفایت مفهومی داده‌ها انجام گرفت. مصاحبه‌ها پس از کسب رضایت آگاهانه ضبط، پیاده‌سازی و در نرم‌افزار NVivo تحلیل شدند. تحلیل داده‌ها بر اساس مراحل آشنایی با داده‌ها، کدگذاری اولیه، استخراج مضامین، بازبینی مضامین، نام‌گذاری مضامین و تدوین روایت تحلیلی انجام شد. تحلیل داده‌ها به شناسایی پنج مؤلفه اصلی منجر شد: سرکوب خشم و ناتوانی در بیان مستقیم هیجان، الگوی ارتباطی اجتنابی-مجازاتی، اسنادهای شناختی منفی و ذهن‌خوانی خصمانه، نیاز پنهان به کنترل و جبران نابرابری ادراک‌شده، و فرسایش اعتماد و صمیمیت زناشویی. شرکت‌کنندگان رفتارهایی مانند سکوت طولانی، طعنه، تأخیر عمدی در انجام مسئولیت‌ها، فراموش‌کاری انتخابی، کناره‌گیری عاطفی، محروم‌سازی از محبت، و انجام ناقص امور مشترک را به‌عنوان نمادهای اصلی پرخاشگری منفعل توصیف کردند. نتایج نشان داد رفتار منفعل-پرخاشگر در روابط زناشویی صرفاً یک سبک ارتباطی ناکارآمد نیست، بلکه حاصل تعامل هیجان‌های سرکوب‌شده، طرحواره‌های شناختی منفی، اجتناب از تعارض مستقیم و تلاش پنهان برای بازیابی قدرت در رابطه است. مداخلات زوج‌درمانی باید بر آموزش بیان مستقیم نیازها، تنظیم هیجان، بازسازی اسنادهای منفی، کاهش سکوت تنبیهی و تقویت گفت‌وگوی امن متمرکز شوند.

**کلیدواژه‌ها:** رفتار منفعل-پرخاشگر، روابط زناشویی، تعارض زناشویی، تحلیل مضمون، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته.

۱



## Identifying the Psychological Components of Passive-Aggressive Behaviors in Marital Relationships

1. Hasan Taherian: Department of Clinical Psychology, Razi University, Kermanshah, Iran

2. Tina Akbarian\*: Department of Cognitive Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. (Corresponding Author).

tina.akbarian.cog@yahoo.com

Submit Date: 2025-05-15

Revise Date: 2025-07-23

Accept Date: 2025-07-31

Publish Date: 2025-09-23

### **Abstract**

This study aimed to identify the psychological components of passive-aggressive behaviors in marital relationships. This qualitative study was conducted using thematic analysis. The participants were 24 married adults living in Tehran who reported recurrent experiences of passive-aggressive behaviors either in themselves or in their spouses during marital interactions. Purposeful sampling with maximum variation was used to include participants with different gender, age, educational status, and marriage duration. Data were collected through in-depth semi-structured interviews and continued until theoretical saturation was achieved. The main saturation point was reached in the twenty-first interview, and three additional interviews were conducted to confirm conceptual adequacy. After obtaining informed consent, the interviews were audio-recorded, transcribed verbatim, and analyzed using NVivo software. Data analysis followed the main phases of thematic analysis, including familiarization with the data, initial coding, theme development, theme review, theme definition, and analytic report writing. The analysis led to the extraction of five main components: suppressed anger and difficulty in direct emotional expression, avoidant-punitive communication patterns, negative cognitive attributions and hostile mind-reading, covert need for control and compensation for perceived relational injustice, and erosion of marital trust and intimacy. Participants described behaviors such as prolonged silence, sarcasm, intentional delay in fulfilling responsibilities, selective forgetfulness, emotional withdrawal, withholding affection, and incomplete performance of shared tasks as common manifestations of passive-aggressive behavior in marital life. The findings indicate that passive-aggressive behavior in marital relationships is not merely a dysfunctional communication style; rather, it emerges from the interaction of suppressed emotions, negative cognitive schemas, avoidance of direct conflict, and covert attempts to restore power within the relationship. Couple-based interventions should focus on direct expression of needs, emotion regulation, restructuring negative attributions, reducing punitive silence, and strengthening emotionally safe dialogue.

**Keywords:** *passive-aggressive behavior; marital relationships; marital conflict; thematic analysis; semi-structured interview.*

## مقدمه

روابط زناشویی یکی از پیچیده‌ترین بسترهای تعامل انسانی است؛ زیرا در آن نیازهای هیجانی، انتظارات شناختی، الگوهای ارتباطی، تاریخچه دلبستگی، باورهای جنسیتی، تجربه‌های خانوادگی پیشین و سازوکارهای تنظیم تعارض به صورت مداوم با یکدیگر درگیر می‌شوند. در چنین بستری، تعارض امری اجتناب‌ناپذیر است، اما کیفیت مدیریت تعارض تعیین می‌کند که اختلاف‌نظرها به رشد رابطه منجر شوند یا به فرسایش تدریجی صمیمیت، اعتماد و رضایت زناشویی. مطالعات کلاسیک و معاصر حوزه روابط زوجی نشان داده‌اند که مسئله اصلی بسیاری از ازدواج‌های آسیب‌پذیر صرفاً وجود تعارض نیست، بلکه شیوه بیان نارضایتی، تنظیم هیجان و پاسخ‌گویی به نیازهای طرف مقابل است (Karney & Bradbury, ۱۹۹۵; Lavner et al., ۲۰۱۶). در این میان، رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه از جمله الگوهای پنهان، تدریجی و اغلب کم‌تشخیص‌داده‌شده‌ای هستند که می‌توانند رابطه زناشویی را بدون بروز آشکار خشونت یا پرخاشگری مستقیم دچار آسیب عمیق کنند.

رفتار منفعل-پرخاشگرانه به شیوه‌ای از ابراز غیرمستقیم خشم، رنجش، مخالفت یا مقاومت اشاره دارد که در آن فرد به جای بیان شفاف هیجان یا خواسته خود، از راه‌هایی مانند سکوت تنبیهی، تعلل، فراموش‌کاری انتخابی، کناره‌گیری عاطفی، طعنه، کارشکنی پنهان، انجام ناقص مسئولیت‌ها یا اطاعت ظاهری همراه با مقاومت عملی، نارضایتی خود را نشان می‌دهد. در ادبیات شخصیت، این سازه سابقه‌ای طولانی دارد و در طبقه‌بندی‌های پیشین اختلالات شخصیت با عنوان شخصیت منفعل-پرخاشگر یا منفی‌گرا مورد بحث قرار گرفته است؛ هرچند در طبقه‌بندی‌های جدید، بیشتر به عنوان یک الگوی صفتی، بین فردی یا دفاعی در نظر گرفته می‌شود تا یک تشخیص مستقل قطعی (American Psychiatric Association, ۲۰۱۳; Hopwood & Wright, ۲۰۱۲; Millon et al., ۲۰۱۲). اهمیت این تمایز در آن است که پژوهش حاضر رفتار منفعل-پرخاشگرانه را نه به عنوان برجسب آسیب‌شناختی ثابت، بلکه به عنوان الگویی روان‌شناختی و ارتباطی در روابط زناشویی بررسی می‌کند؛ الگویی که ممکن است در افراد فاقد اختلال شخصیت نیز در شرایط تعارض، احساس نادیده‌گرفته‌شدن، ترس از مواجهه یا تجربه نابرابری قدرت فعال شود.

در روابط زناشویی، رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه معمولاً با نوعی دوگانگی میان نیاز به نزدیکی و ترس از مواجهه مستقیم همراه‌اند. فرد ممکن است از یک سو میل به دیده‌شدن، تأیید، عدالت، محبت یا کنترل موقعیت داشته باشد و از سوی دیگر بیان مستقیم این نیازها را خطرناک، بی‌فایده، شرم‌آور یا تهدیدکننده بدانند. در چنین شرایطی، هیجان‌های منفی به جای آنکه در قالب گفت‌وگوی آشکار و قابل مذاکره بیان شوند، به صورت رفتارهای غیرمستقیم و مبهم در رابطه جاری می‌شوند. برای مثال، همسری که از تقسیم ناعادلانه مسئولیت‌های خانه ناراضی است، ممکن است به جای گفت‌وگوی مستقیم، وظایف خود را با تأخیر انجام دهد، پاسخ‌های کوتاه بدهد یا با جمله‌هایی ظاهراً بی‌طرف اما آغشته به کنایه، نارضایتی خود را منتقل کند. این رفتارها از آن جهت آسیب‌زا هستند که هم پیام پرخاشگرانه دارند و هم به دلیل غیرمستقیم بودن، امکان پاسخ‌گویی روشن و حل مسئله را کاهش می‌دهند.

یکی از چارچوب‌های مهم برای فهم این پدیده، الگوی تقاضا/کناره‌گیری در تعارض زوجی است. در این الگو، یکی از زوجین با انتقاد، مطالبه‌گری یا فشار برای حل مسئله وارد تعامل می‌شود و دیگری با سکوت، دوری، اجتناب یا بی‌پاسخ‌گذاشتن واکنش نشان می‌دهد. پژوهش‌های Christensen و Heavey نشان داده‌اند که این الگو با ساختار قدرت، جنسیت، نقش‌های زناشویی و ناراضیتی ارتباط دارد (Christensen & Heavey, ۱۹۹۰). مطالعات بعدی نیز نشان داده‌اند که الگوهای تقاضا/کناره‌گیری در محیط طبیعی خانه رخ می‌دهند و با کیفیت تعاملات زناشویی پیوند دارند (Papp et al., ۲۰۰۹). رفتار منفعل-پرخاشگرانه می‌تواند یکی از شکل‌های خاص و پنهان این کناره‌گیری باشد؛ زیرا فرد نه صرفاً از تعارض دور می‌شود و نه به‌طور مستقیم حمله می‌کند، بلکه از طریق سکوت، تعلل، بی‌تفاوتی ظاهری یا مقاومت مبهم، پیام خشم و تنبیه را به رابطه وارد می‌کند.

از منظر نظریه‌های ارتباطی زوجین، کیفیت ارتباط زناشویی با رضایت و پایداری رابطه ارتباط دارد، هرچند مطالعات جدید نشان داده‌اند که رابطه میان ارتباط و رضایت همواره ساده و یک‌سویه نیست (Lavner et al., ۲۰۱۶). رفتارهای منفی مانند انتقاد، تحقیر، دفاعی بودن و سنگ‌اندازی ارتباطی در پژوهش‌های Gottman و Levenson به‌عنوان شاخص‌های مهم فرسایش رابطه معرفی شده‌اند (Gottman & Levenson, ۱۹۹۲, ۲۰۰۰). رفتار منفعل-پرخاشگرانه به‌ویژه با مؤلفه‌هایی مانند دفاعی بودن، سنگ‌اندازی، کناره‌گیری عاطفی و تحقیر پنهان همپوشانی دارد. تفاوت آن با پرخاشگری آشکار در این است که اغلب در سطح رفتاری کوچک، روزمره و قابل انکار رخ می‌دهد؛ به همین دلیل، طرف مقابل ممکن است احساس کند آسیب دیده است، اما نتواند به‌روشنی ثابت کند که رفتار همسرش عامدانه یا پرخاشگرانه بوده است. این ابهام، خود به منبع دیگری از تنش تبدیل می‌شود.

از منظر تنظیم هیجان، رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه می‌توانند پیامد ناتوانی در شناسایی، تحمل و بیان مستقیم هیجان‌های منفی باشند. نظریه‌های تنظیم هیجان نشان می‌دهند که سرکوب هیجان، هرچند ممکن است در کوتاه‌مدت از تنش آشکار جلوگیری کند، در بلندمدت هزینه‌های روان‌شناختی و بین‌فردی قابل توجهی دارد (Butler, ۱۹۹۸). Gross و همکاران نیز نشان داده‌اند که سرکوب بیان هیجانی می‌تواند کیفیت تعامل اجتماعی را کاهش دهد و فاصله بین‌فردی ایجاد کند (Butler et al., ۲۰۰۳). در زندگی زناشویی، سرکوب مداوم خشم یا رنجش ممکن است به شکل نشانه‌های غیرمستقیم بازگردد؛ نشانه‌هایی که نه آن‌قدر واضح‌اند که گفت‌وگو را ممکن کنند و نه آن‌قدر پنهان‌اند که اثر عاطفی نداشته باشند. بنابراین، رفتار منفعل-پرخاشگرانه را می‌توان نوعی شکست در تنظیم و بیان سازگارانه هیجان دانست. از منظر شناختی، این رفتارها اغلب با اسنادهای منفی، ذهن‌خوانی، انتظار غیرواقع‌بینانه از همسر و باورهای سخت‌گیرانه درباره عدالت، محبت یا احترام همراه‌اند. پژوهش‌های حوزه اسناد در روابط زناشویی نشان داده‌اند که زوج‌های ناراضی بیشتر تمایل دارند رفتار منفی همسر را پایدار، کلی و عمدی تفسیر کنند و رفتار مثبت را موقتی یا مشروط بدانند (Fincham & Bradbury, ۱۹۹۲). در بستر رفتار منفعل-پرخاشگرانه، فرد ممکن است با خود بگوید: «او باید خودش بفهمد»، «اگر بگویم فایده‌ای ندارد»، «همیشه من باید کوتاه بیایم» یا «حالا می‌فهمد نادیده گرفتن من چه پیامدی دارد». این گزاره‌ها نشان می‌دهند که رفتار منفعل-پرخاشگرانه صرفاً واکنش هیجانی نیست، بلکه بر پایه تفسیرهای شناختی خاصی از رابطه، قدرت و عدالت شکل می‌گیرد.

از منظر دلبستگی نیز می‌توان رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه را به عنوان تلاشی ناکارآمد برای مدیریت اضطراب نزدیکی و ترس از طرد فهم کرد. افراد دارای دلبستگی ناایمن ممکن است در موقعیت‌های تعارض زناشویی یا به شدت پیگیر و مطالبه‌گر شوند یا به کناره‌گیری، بی‌اعتنایی و سرکوب نیازها روی آورند (Mikulincer & Shaver, ۲۰۱۶). در حالت نخست، رابطه با فشار مستقیم مواجه می‌شود و در حالت دوم، پرخاشگری در قالب سکوت، قهر، بی‌تفاوتی یا امتناع عاطفی ظاهر می‌شود. رفتار منفعل-پرخاشگرانه در این معنا می‌تواند هم پیام اعتراض به فقدان امنیت باشد و هم دفاعی در برابر آسیب‌پذیری. فرد به جای آنکه بگوید «احساس می‌کنم نادیده گرفته شده‌ام»، ممکن است از رابطه عقب بکشد و طرف مقابل را در ابهام، گناه یا اضطراب رها کند.

پژوهش‌های مربوط به پرخاشگری غیرمستقیم و رابطه‌ای نیز برای فهم رفتار منفعل-پرخاشگر در ازدواج اهمیت دارند. پرخاشگری رابطه‌ای شامل رفتارهایی است که از طریق آسیب‌زدن به پیوند، محبت، اعتبار یا دسترسی عاطفی، طرف مقابل را تحت فشار قرار می‌دهد Coyne و همکاران در مطالعه‌ای طولی نشان دادند که کناره‌گیری از محبت و خرابکاری اجتماعی در روابط زناشویی با کیفیت پایین‌تر رابطه ارتباط دارد Richardson (Coyne et al., ۲۰۱۷) و Green نیز نشان داده‌اند که پرخاشگری غیرمستقیم در بستر روابط نزدیک معنا و کارکرد متفاوتی پیدا می‌کند، زیرا رابطه نزدیک امکان استفاده از ابزارهای ظریف‌تر، عاطفی‌تر و وابسته به زمینه را فراهم می‌سازد (Richardson & Green, ۲۰۰۶). در ازدواج، محروم‌سازی از محبت، بی‌پاسخ‌گذاشتن پیام‌ها، انجام ندادن کارهای مشترک، طعنه در جمع خانوادگی یا وانمودکردن به فراموشی می‌توانند به شکل‌هایی از پرخاشگری رابطه‌ای تبدیل شوند.

با وجود اهمیت این موضوع، رفتار منفعل-پرخاشگرانه در روابط زناشویی غالباً در سایه مفاهیمی مانند تعارض، خشونت روان‌شناختی، اجتناب ارتباطی یا نارضایتی زناشویی باقی مانده است. بسیاری از مطالعات کمی، این پدیده را در قالب مقیاس‌های عمومی پرخاشگری، ارتباط منفی یا سبک تعارض بررسی کرده‌اند، اما تجربه زیسته زوجین از این رفتارها و مؤلفه‌های روان‌شناختی شکل‌دهنده آن کمتر به صورت کیفی واکاوی شده است. رویکرد کیفی به پژوهشگر اجازه می‌دهد از سطح شاخص‌های رفتاری فراتر رود و معانی ذهنی، انگیزه‌های پنهان، هیجان‌های سرکوب‌شده، باورهای رابطه‌ای و پیامدهای تجربه‌شده این رفتارها را از زبان افراد درگیر بشنود. بر همین اساس، پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی رفتارهای منفعل-پرخاشگر در روابط زناشویی انجام شد.

## روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر رویکرد، کیفی بود و با روش تحلیل مضمون انجام شد. انتخاب رویکرد کیفی از آن جهت مناسب بود که رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه در روابط زناشویی معمولاً به صورت پنهان، مبهم، زمینه‌مند و وابسته به تفسیرهای ذهنی افراد تجربه می‌شوند و سنجش صرفاً کمی ممکن است نتواند پیچیدگی هیجانی و معنایی آن‌ها را آشکار کند. تحلیل مضمون به پژوهشگر امکان داد تا از خلال روایت‌های مشارکت‌کنندگان، الگوهای تکرارشونده در تجربه، معنا، هیجان و رفتار را شناسایی کند. این روش به دلیل انعطاف‌پذیری

نظری و توانایی آن در سازمان‌دهی داده‌های کیفی پیچیده، برای مطالعه پدیده‌هایی که هم جنبه فردی و هم جنبه رابطه‌ای دارند مناسب است. (Braun & Clarke, ۲۰۰۶)

جامعه پژوهش شامل افراد متأهل ساکن شهر تهران بود که در زندگی زناشویی خود تجربه مستقیم یا مکرر رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه را گزارش می‌کردند. مشارکت‌کنندگان از طریق نمونه‌گیری هدفمند و با راهبرد حداکثر تنوع انتخاب شدند. معیارهای ورود شامل متأهل بودن، سکونت در تهران، گذشت حداقل دو سال از ازدواج، توانایی بیان تجربه‌های زناشویی، تمایل به مشارکت در مصاحبه، و گزارش تجربه رفتارهایی مانند سکوت تنبیهی، طعنه، تعلل عمدی، کناره‌گیری عاطفی، فراموش‌کاری انتخابی یا مقاومت غیرمستقیم در رابطه زناشویی بود. معیارهای خروج شامل تمایل نداشتن به ادامه مصاحبه، وجود بحران حاد زناشویی در زمان مصاحبه به گونه‌ای که مشارکت را از نظر اخلاقی نامناسب کند، و ناتوانی در ارائه روایت منسجم از تجربه بود. تعداد نهایی مشارکت‌کنندگان ۲۴ نفر بود. اشباع نظری در مصاحبه بیست‌ویکم حاصل شد؛ با این حال، سه مصاحبه دیگر برای بررسی تکرارپذیری مضامین و اطمینان از عدم ظهور مقوله جدید انجام شد.

ابزار گردآوری داده‌ها مصاحبه نیمه‌ساختاریافته عمیق بود. راهنمای مصاحبه بر اساس هدف پژوهش، مرور ادبیات نظری و مشورت با دو متخصص روان‌شناسی خانواده تدوین شد. پرسش‌های اصلی مصاحبه شامل مواردی مانند «وقتی از همسران ناراحت می‌شوید اما نمی‌خواهید مستقیم صحبت کنید، معمولاً چه اتفاقی می‌افتد؟»، «چه رفتارهایی را در رابطه خود نوعی ناراحتی پنهان یا خشم غیرمستقیم می‌دانید؟»، «در زمان سکوت، قهر، طعنه یا تعلل، چه فکری درباره خودتان، همسران و رابطه دارید؟»، «این رفتارها چه احساسی در شما یا همسران ایجاد می‌کند؟» و «بعد از این رفتارها، رابطه شما معمولاً به چه سمتی می‌رود؟» بود. پرسش‌های پیگیری بر اساس پاسخ مشارکت‌کننده و برای روشن‌سازی تجربه‌ها، معناها و نمونه‌های رفتاری مطرح می‌شدند.

مصاحبه‌ها به صورت حضوری یا آنلاین، بسته به ترجیح مشارکت‌کننده، انجام شدند. مدت مصاحبه‌ها بین ۴۵ تا ۸۰ دقیقه متغیر بود و میانگین زمان هر مصاحبه حدود ۶۲ دقیقه بود. پیش از شروع مصاحبه، هدف پژوهش، محرمانگی اطلاعات، اختیار مشارکت‌کننده برای قطع همکاری در هر مرحله و نحوه استفاده علمی از داده‌ها توضیح داده شد. سپس رضایت آگاهانه کتبی یا الکترونیکی دریافت شد. تمام مصاحبه‌ها با اجازه مشارکت‌کنندگان ضبط و سپس واژه‌به‌واژه پیاده‌سازی شدند. برای حفظ محرمانگی، نام افراد حذف و به هر مشارکت‌کننده یک کد اختصاص داده شد.

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo انجام شد. ابتدا متن مصاحبه‌ها چندین بار خوانده شد تا آشنایی عمیق با داده‌ها ایجاد شود. سپس کدهای اولیه از واحدهای معنادار استخراج شدند. در مرحله بعد، کدهای مشابه در خوشه‌های مفهومی قرار گرفتند و مضامین اولیه شکل گرفتند. مضامین اولیه با مراجعه مکرر به متن مصاحبه‌ها بازبینی شدند تا اطمینان حاصل شود که هر مضمون هم از نظر درونی انسجام دارد و هم از مضامین دیگر متمایز است. در نهایت، مضامین نهایی نام‌گذاری شدند و روایت تحلیلی یافته‌ها بر اساس ارتباط میان کدها، مضامین فرعی و مقوله‌های اصلی تدوین شد. برای افزایش اعتبار پژوهش، از بازبینی مشارکت‌کنندگان، بررسی همکار پژوهشی، ثبت یادداشت‌های تحلیلی،

مقایسه مداوم داده‌ها و ارائه نقل قول‌های مستقیم استفاده شد. همچنین، پژوهشگر تلاش کرد پیش‌فرض‌های خود درباره تعارض زناشویی و رفتار منفعل-پرخاشگرانه را در قالب یادداشت‌های تأملی ثبت کند تا اثر آن‌ها بر تحلیل کاهش یابد.

## یافته‌ها

از میان ۲۴ مشارکت‌کننده، ۱۳ نفر زن و ۱۱ نفر مرد بودند. دامنه سنی مشارکت‌کنندگان بین ۲۷ تا ۵۲ سال و میانگین سنی آنان ۳۸.۶ سال بود. از نظر مدت ازدواج، ۵ نفر بین ۲ تا ۵ سال، ۸ نفر بین ۶ تا ۱۰ سال، ۷ نفر بین ۱۱ تا ۱۵ سال و ۴ نفر بیش از ۱۵ سال سابقه زندگی مشترک داشتند. از نظر وضعیت تحصیلی، ۳ نفر دارای تحصیلات دیپلم، ۵ نفر کاردانی یا کارشناسی ناپیوسته، ۱۰ نفر کارشناسی، ۵ نفر کارشناسی ارشد و ۱ نفر دکتری بودند. از نظر وضعیت اشتغال، ۱۶ نفر شاغل، ۵ نفر خانه‌دار و ۳ نفر دارای اشتغال موقت یا آزاد بودند. همچنین، ۱۵ نفر دارای فرزند و ۹ نفر بدون فرزند بودند. مشارکت‌کنندگان از مناطق مختلف شهر تهران انتخاب شدند تا تنوع نسبی از نظر زمینه اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی حفظ شود.

تحلیل مصاحبه‌ها نشان داد رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه در روابط زناشویی در قالب پنج مقوله اصلی قابل فهم است: سرکوب خشم و ناتوانی در بیان مستقیم هیجان، الگوی ارتباطی اجتنابی-مجازاتی، اسنادهای شناختی منفی و ذهن‌خوانی خصمانه، نیاز پنهان به کنترل و جبران نابرابری ادراک شده، و فرسایش اعتماد و صمیمیت زناشویی. این مقوله‌ها به صورت جداگانه قابل توصیف‌اند، اما در تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان اغلب به صورت چرخه‌ای و درهم‌تنیده رخ می‌دادند. معمولاً یک احساس اولیه مانند رنجش، نادیده گرفته شدن یا بی‌عدالتی شکل می‌گرفت؛ سپس فرد به دلیل ترس از دعوا، بی‌فایده دانستن گفت‌وگو یا احساس غرور از بیان مستقیم خودداری می‌کرد؛ در ادامه، خشم سرکوب شده از مسیر رفتارهای غیرمستقیم ظاهر می‌شد و نهایتاً رابطه وارد چرخه سوءتفاهم، فاصله عاطفی و تعارض مزمن می‌شد.

مقوله نخست، سرکوب خشم و ناتوانی در بیان مستقیم هیجان بود. بسیاری از مشارکت‌کنندگان اظهار کردند که در لحظه ناراحتی، توانایی یا اجازه روانی لازم برای بیان مستقیم احساس خود را ندارند. برخی بیان خشم را نشانه بی‌احترامی، ضعف، بی‌فرهنگی یا شروع جنگ می‌دانستند و برخی دیگر تجربه کرده بودند که بیان مستقیم ناراحتی در گذشته با بی‌اعتنایی، تمسخر یا تشدید تعارض پاسخ داده شده است. در نتیجه، هیجان منفی نه حذف می‌شد و نه حل می‌شد، بلکه در بدن، ذهن و رفتار فرد باقی می‌ماند. یکی از مشارکت‌کنندگان زن گفت: «من همان لحظه نمی‌گویم ناراحت شدم، چون می‌دانم بحث بدتر می‌شود. ولی بعدش دیگر نمی‌توانم مثل قبل رفتار کنم؛ سرد می‌شوم، جواب‌هایم کوتاه می‌شود، خودم هم می‌فهمم دارم تلافی می‌کنم، اما نمی‌توانم مستقیم بگویم.» مشارکت‌کننده مردی نیز بیان کرد: «وقتی حس می‌کنم حرفم دیده نمی‌شود، ترجیح می‌دهم چیزی نگویم. اما بعدش کارهایی را که می‌داند برایش مهم است عقب می‌اندازم. شاید این اشتباه باشد، ولی انگار فقط آن وقت می‌فهمد من ناراحتم.» این مضمون نشان می‌دهد که رفتار منفعل-پرخاشگرانه در سطح عمیق‌تر با دشواری در نام‌گذاری هیجان، تحمل تنش و گفت‌وگوی مستقیم درباره نیازها پیوند دارد.

مقوله دوم، الگوی ارتباطی اجتنابی-مجازاتی بود. در این مقوله، رفتارهایی مانند سکوت طولانی، قهر، پاسخ‌های تک‌کلمه‌ای، ترک موقعیت، بی‌توجهی عمدی، انجام ندادن کارهای توافق‌شده، تأخیر در پاسخ به پیام‌ها، طعنه و شوخی‌های آزارنده مشاهده شد. ویژگی مشترک این رفتارها آن بود که ظاهراً حالت دفاعی یا بی‌طرف داشتند، اما از نظر تجربه‌شده توسط طرف مقابل، حامل پیام تنبیه، نارضایتی یا انتقام بودند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «همسرم وقتی ناراحت است نمی‌گوید چه شده؛ فقط سه روز با من مثل یک غریبه رفتار می‌کند. وقتی می‌پرسم چه شده، می‌گوید هیچی. اما آن “هیچی” از هر دعوایی بدتر است.» مشارکت‌کننده دیگری بیان کرد: «گاهی عمداً کاری را که قرار بوده انجام بدهم دیر انجام می‌دهم. نمی‌گویم برای تلافی است، ولی در دلم می‌خواهم بفهمد که نمی‌تواند همیشه انتظار داشته باشد من آماده باشم.» در این الگو، فرد از تعارض آشکار اجتناب می‌کند، اما همزمان از طریق رفتارهای مبهم، طرف مقابل را تحت فشار عاطفی قرار می‌دهد. بنابراین، اجتناب و مجازات به صورت همزمان عمل می‌کنند.

مقوله سوم، اسنادهای شناختی منفی و ذهن‌خوانی خصمانه بود. بسیاری از مشارکت‌کنندگان رفتار همسر را بر اساس فرض‌های ذهنی تفسیر می‌کردند و پیش از گفت‌وگو، نتیجه‌گیری می‌کردند که طرف مقابل «عمداً»، «همیشه»، «از روی بی‌اهمیتی» یا «برای کنترل» چنین رفتاری کرده است. این اسنادها موجب می‌شد فرد خود را قربانی رابطه بداند و رفتار منفعل-پرخاشگرانه خود را نوعی واکنش عادلانه تلقی کند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «وقتی یادش می‌رود کاری را که گفته انجام بدهد، من دیگر مطمئنم که برایش مهم نیست. بعد با خودم می‌گویم چرا من باید همیشه توضیح بدهم؟ خودش باید بفهمد.» مشارکت‌کننده دیگری بیان کرد: «من خیلی وقت‌ها حرف نمی‌زنم، چون فکر می‌کنم اگر مهم بود خودش می‌فهمید. وقتی نمی‌فهمد، یعنی نمی‌خواهد بفهمد.» این مضمون نشان می‌دهد که ذهن‌خوانی و اسناد خصمانه، زمینه شناختی مهمی برای تداوم رفتار منفعل-پرخاشگرانه فراهم می‌کنند. فرد به جای آزمودن فرض خود از طریق گفت‌وگو، بر اساس تفسیر ذهنی عمل می‌کند و رفتار غیرمستقیم خود را موجه می‌داند.

مقوله چهارم، نیاز پنهان به کنترل و جبران نابرابری ادراک‌شده بود. مشارکت‌کنندگان مکرراً به احساس نابرابری در مسئولیت‌ها، قدرت تصمیم‌گیری، توجه عاطفی، روابط خانوادگی یا امور مالی اشاره کردند. در بسیاری از موارد، رفتار منفعل-پرخاشگرانه به عنوان راهی برای بازگرداندن تعادل ذهنی یا اعمال کنترل پنهان توصیف شد. برای مثال، فردی که احساس می‌کرد در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی نادیده گرفته می‌شود، از طریق بی‌میلی، تأخیر یا مشارکت ناقص در اجرای تصمیم‌ها مقاومت می‌کرد. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «وقتی می‌بینم همه چیز باید طبق نظر او باشد، دیگر مستقیم مخالفت نمی‌کنم، چون فایده ندارد. ولی در عمل همراهی نمی‌کنم؛ مثلاً دیر آماده می‌شوم یا کاری می‌کنم برنامه به هم بخورد.» مشارکت‌کننده دیگری گفت: «گاهی محبت نمی‌کنم، چون حس می‌کنم اگر همیشه مهربان باشم، فکر می‌کند همه چیز خوب است. انگار با فاصله گرفتن می‌خواهم نشان بدهم که چیزی خراب است.» این مقوله نشان می‌دهد که رفتار منفعل-پرخاشگرانه گاهی نقش ابزار قدرت را پیدا می‌کند؛ ابزاری که آشکارا قابل مشاهده نیست، اما در تنظیم فاصله، دسترسی عاطفی و جریان مسئولیت‌ها اثرگذار است.

مقوله پنجم، فرسایش اعتماد و صمیمیت زناشویی بود. پیامد مشترک بیشتر رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه، کاهش امنیت روانی در رابطه بود. مشارکت‌کنندگان بیان کردند که تکرار سکوت، طعنه، قهر، فراموش‌کاری انتخابی یا تنبیه عاطفی موجب می‌شود رابطه به جای گفت‌وگوی صریح، به میدان حدس‌زدن، مراقبت دائمی، سوءظن و خستگی تبدیل شود. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «دیگر نمی‌دانم واقعاً چه زمانی همه چیز خوب است و چه زمانی فقط وانمود می‌کند خوب است. این بی‌اعتمادی آدم را خسته می‌کند.» مشارکت‌کننده دیگری بیان کرد: «وقتی چند بار می‌بینی طرف مقابل مستقیم نمی‌گوید چه می‌خواهد و فقط با رفتارهایش تنبیهت می‌کند، کم‌کم تو هم دیگر نزدیک نمی‌شوی. آدم می‌ترسد هر حرفی یک قهر تازه درست کند.» این مضمون نشان می‌دهد که رفتار منفعل-پرخاشگرانه نه تنها تعارض‌های موجود را حل نمی‌کند، بلکه با ایجاد ابهام ارتباطی، زمینه تعارض‌های بعدی را تقویت می‌کند. در نهایت، زوجین ممکن است از صمیمیت مستقیم فاصله بگیرند و به نوعی همزیستی محتاطانه، سرد یا پرتنش برسند.

در مجموع، یافته‌ها نشان دادند که رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه در روابط زناشویی در سطح رفتاری با سکوت، تعلل، طعنه، بی‌توجهی و کناره‌گیری شناخته می‌شوند، اما در سطح روان‌شناختی با خشم سرکوب‌شده، ترس از مواجهه، اسنادهای منفی، احساس بی‌عدالتی، نیاز به کنترل و ناتوانی در گفت‌وگوی مستقیم درباره نیازها پیوند دارند. این رفتارها معمولاً از یک رخداد منفرد آغاز نمی‌شوند، بلکه در تاریخچه‌ای از تجربه‌های تکرارشونده نادیده‌گرفته‌شدن، ناکامی در گفت‌وگو و ضعف مهارت‌های تنظیم هیجان شکل می‌گیرند. بنابراین، فهم آن‌ها مستلزم توجه همزمان به فرد، رابطه و زمینه فرهنگی-اجتماعی ازدواج است.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی رفتارهای منفعل-پرخاشگر در روابط زناشویی انجام شد. یافته‌ها نشان دادند که این رفتارها در تجربه مشارکت‌کنندگان، پدیده‌ای چندبعدی و چرخه‌ای هستند و از تعامل مؤلفه‌های هیجانی، شناختی، ارتباطی و قدرت‌محور شکل می‌گیرند. مقوله‌های اصلی استخراج‌شده شامل سرکوب خشم و ناتوانی در بیان مستقیم هیجان، الگوی ارتباطی اجتنابی-مجازاتی، اسنادهای شناختی منفی و ذهن‌خوانی خصمانه، نیاز پنهان به کنترل و جبران نابرابری ادراک‌شده، و فرسایش اعتماد و صمیمیت زناشویی بود. این یافته‌ها نشان می‌دهند که رفتار منفعل-پرخاشگرانه در ازدواج را نمی‌توان صرفاً به بدخلقی، لجبازی یا ضعف مهارت ارتباطی تقلیل داد؛ بلکه این رفتارها اغلب بیان غیرمستقیم هیجان‌های حل‌نشده، تفسیرهای منفی از رابطه، ترس از تعارض مستقیم و تلاش برای تأثیرگذاری پنهان بر همسر هستند.

مقوله نخست یعنی سرکوب خشم و ناتوانی در بیان مستقیم هیجان، با ادبیات تنظیم هیجان همسو است. نظریه تنظیم هیجان Gross نشان می‌دهد که سرکوب بیان هیجان می‌تواند در کوتاه‌مدت از بروز تنش آشکار جلوگیری کند، اما در بلندمدت موجب افزایش فشار درونی و کاهش کیفیت تعامل بین‌فردی می‌شود (Gross, ۱۹۹۸). یافته‌های Butler و همکاران نیز نشان می‌دهد که سرکوب هیجانی پیامدهای اجتماعی دارد و می‌تواند فاصله، ناهماهنگی و کاهش پاسخ‌دهی در تعامل ایجاد کند (Butler et al., ۲۰۰۳). پژوهش حاضر نیز مشارکت‌کنندگان

غالباً بیان می‌کردند که از گفتن مستقیم ناراحتی خود اجتناب می‌کنند، اما همان هیجان سرکوب‌شده به شکل سردی، طعنه، تعلیل یا کناره‌گیری بازمی‌گردد. این یافته نشان می‌دهد که در روابط زناشویی، خاموش کردن ظاهری خشم لزوماً به معنای حل آن نیست؛ بلکه ممکن است خشم از مسیرهای غیرمستقیم، مبهم و آسیب‌زاتر به رابطه بازگردد.

مقوله دوم یعنی الگوی ارتباطی اجتنابی-مجازاتی، با پژوهش‌های مربوط به الگوی تقاضا/کناره‌گیری در تعارض زناشویی همخوان است. Christensen و Heavey نشان دادند که در بسیاری از تعارض‌های زناشویی، یکی از طرفین در نقش مطالبه‌گر و دیگری در نقش کناره‌گیر ظاهر می‌شود و این الگو با ساختار قدرت و ناراضایتی رابطه‌ای پیوند دارد (Papp, ۱۹۹۰; Christensen & Heavey). و همکاران نیز وقوع این الگو را در تعارض‌های واقعی خانه نشان دادند (Papp et al., ۲۰۰۹). با این حال، یافته‌های حاضر نشان می‌دهد که کناره‌گیری همیشه یک عقب‌نشینی خنثی نیست؛ بلکه گاهی کیفیتی مجازاتی دارد. سکوت طولانی، پاسخ‌های کوتاه، انجام ندادن مسئولیت‌ها یا تأخیر عمدی در امور مشترک می‌تواند همزمان هم اجتناب از تعارض باشد و هم تنبیه طرف مقابل. بنابراین، رفتار منفعل-پرخاشگرانه را می‌توان زیرگونه‌ای از کناره‌گیری دانست که در آن اجتناب با پیام خشم و کنترل آمیخته می‌شود.

مقوله سوم یعنی اسنادهای شناختی منفی و ذهن‌خوانی خصمانه، با نظریه‌ها و پژوهش‌های شناختی درباره رضایت زناشویی همسو است. Fincham و Bradbury نشان داده‌اند که شیوه اسناددهی زوجین به رفتار یکدیگر نقش مهمی در کیفیت زناشویی دارد و زوج‌های ناراضی بیشتر رفتارهای منفی همسر را عمدی، پایدار و کلی تلقی می‌کنند (Fincham & Bradbury, ۱۹۹۲). در پژوهش حاضر، بسیاری از مشارکت‌کنندگان پیش از گفت‌وگو درباره تعارض، فرض‌هایی مانند «او خودش باید بفهمد»، «برای او مهم نیست» یا «عمداً این کار را کرد» را مبنای واکنش خود قرار می‌دادند. این ذهن‌خوانی خصمانه موجب می‌شد فرد رفتار منفعل-پرخاشگرانه خود را نه پرخاشگری، بلکه پاسخ طبیعی و عادلانه به بی‌توجهی همسر بداند. چنین الگویی می‌تواند چرخه‌ای خودتأییدگر ایجاد کند؛ زیرا فرد بر اساس فرض منفی عمل می‌کند، طرف مقابل گجج یا دفاعی می‌شود، و این واکنش دوباره به‌عنوان شاهی برای بی‌توجهی یا خصومت همسر تفسیر می‌شود.

مقوله چهارم یعنی نیاز پنهان به کنترل و جبران نابرابری ادراک‌شده، نشان داد که رفتار منفعل-پرخاشگرانه در برخی روابط نقش ابزاری برای بازیابی قدرت دارد. هنگامی که فرد احساس می‌کند در رابطه شنیده نمی‌شود، در تصمیم‌گیری‌ها سهمی ندارد یا مسئولیت‌ها ناعادلانه توزیع شده‌اند، ممکن است به جای بیان مستقیم اعتراض، از مقاومت غیرمستقیم استفاده کند. این یافته با دیدگاه‌های شخصیت‌شناختی درباره رفتار منفعل-پرخاشگرانه همسو است که آن را با رنجش پنهان، احساس نادیده‌گرفته‌شدن و مقاومت در برابر مطالبات بیرونی مرتبط می‌دانند (Hopwood & Wright, ۲۰۱۲; Millon et al., ۲۰۱۲). همچنین، با مطالعات مربوط به پرخاشگری رابطه‌ای همخوان است؛ زیرا در پرخاشگری رابطه‌ای نیز فرد به جای حمله مستقیم، از ابزارهایی مانند محروم‌سازی عاطفی، خرابکاری رابطه‌ای یا کنترل دسترسی به محبت استفاده می‌کند (Coyne et al., ۲۰۱۷; Richardson & Green, ۲۰۰۶). در ازدواج، این شکل از کنترل پنهان می‌تواند به‌ویژه فرساینده باشد، زیرا طرف مقابل اغلب با رفتاری مواجه می‌شود که قابل انکار است، اما اثر عاطفی آن کاملاً واقعی است.

مقوله پنجم یعنی فرسایش اعتماد و صمیمیت زناشویی، با پژوهش‌های طولی درباره تعارض، پرخاشگری و کیفیت ازدواج همخوان است. Gottman و Levenson نشان داده‌اند که الگوهای منفی پایدار در تعامل زوجین، مانند دفاعی بودن، تحقیر، سنگ اندازی و برانگیختگی هیجانی، می‌توانند با فرایندهای فرسایشی رابطه و حتی طلاق ارتباط داشته باشند (Gottman & Levenson, ۱۹۹۲, ۲۰۰۰). Hammett و همکاران نیز نشان دادند که پرخاشگری شریک عاطفی با رضایت پایین‌تر رابطه پیوند دارد، هرچند روابط طولی آن پیچیده و نیازمند بررسی دقیق‌تر است (Hammett et al., ۲۰۲۱). یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد رفتار منفعل-پرخاشگرانه به دلیل ماهیت مبهم و قابل انکار خود، نوع خاصی از بی‌اعتمادی ایجاد می‌کند. طرف مقابل نه تنها از رفتار آسیب می‌بیند، بلکه نسبت به معنای رفتار نیز دچار تردید می‌شود. این ابهام می‌تواند امنیت عاطفی را کاهش دهد و زوجین را وارد فضایی کند که در آن هر سکوت، تأخیر یا شوخی کنایه‌آمیز به عنوان نشانه تهدید تفسیر می‌شود.

در سطح نظری، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که رفتار منفعل-پرخاشگرانه در روابط زناشویی باید به عنوان یک چرخه ارتباطی-هیجانی فهم شود، نه صرفاً به عنوان ویژگی فردی یکی از زوجین. اگرچه برخی افراد ممکن است آمادگی بیشتری برای استفاده از راهبردهای منفعل-پرخاشگرانه داشته باشند، اما فعال شدن و تداوم این رفتارها در بستر رابطه رخ می‌دهد. هنگامی که بیان مستقیم نیازها با بی‌اعتنایی، قضاوت، تحقیر یا دعوای شدید پاسخ داده شود، احتمال حرکت به سمت بیان غیرمستقیم افزایش می‌یابد. از سوی دیگر، بیان غیرمستقیم نیز طرف مقابل را دفاعی، سرد یا خشمگین می‌کند و این پاسخ‌ها دوباره باور فرد را تقویت می‌کند که گفت‌وگوی مستقیم بی‌فایده است. بنابراین، مداخله مؤثر باید نه تنها بر فرد منفعل-پرخاشگر، بلکه بر الگوی تعاملی زوجین، کیفیت پاسخ‌دهی هیجانی و قواعد گفت‌وگو در رابطه متمرکز شود.

از نظر بالینی، نتایج این پژوهش اهمیت تمایز میان سکوت سالم و سکوت تنبیهی را برجسته می‌کند. در برخی موقعیت‌ها، فاصله گرفتن موقت از تعارض برای کاهش برانگیختگی هیجانی می‌تواند سازگارانه باشد؛ اما زمانی که سکوت با هدف تنبیه، کنترل، ایجاد اضطراب یا وادار کردن طرف مقابل به حدس زدن به کار می‌رود، به رفتار منفعل-پرخاشگرانه تبدیل می‌شود. این تمایز در زوج درمانی اهمیت زیادی دارد، زیرا بسیاری از زوجین رفتارهای خود را با عباراتی مانند «من فقط نمی‌خواستم دعوا شود» یا «چیزی نگفتم که بدتر نشود» توجیه می‌کنند، در حالی که پیام پنهان رفتار برای طرف مقابل آزارنده و تنبیهی است. درمانگر باید به زوجین کمک کند تفاوت میان تنظیم هیجان سالم و اجتناب مجازاتی را تشخیص دهند.

همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه به شدت با انتظار «فهمیده شدن بدون بیان» مرتبطاند. بسیاری از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که همسرشان «باید خودش بفهمد» یا «اگر مهم بود، متوجه می‌شد». این انتظار در ظاهر با میل به صمیمیت پیوند دارد، اما در عمل می‌تواند به مانعی برای گفت‌وگوی روشن تبدیل شود. در روابط صمیمی، فهم متقابل اهمیت دارد، اما هیچ رابطه‌ای نمی‌تواند بر ذهن خوانی دائمی استوار بماند. زمانی که نیازها بیان نمی‌شوند و سپس بیان نشدن آن‌ها به عنوان آزمون محبت طرف مقابل تفسیر

می‌شود، رابطه وارد چرخه‌ای می‌شود که در آن هر دو طرف احساس شکست، بی‌کفایتی و رنجش می‌کنند. این یافته با رویکردهای شناختی-رفتاری زوج‌درمانی همخوان است که بر شناسایی افکار خودکار، بازسازی اسنادهای منفی و آموزش درخواست‌های روشن تأکید دارند. یکی دیگر از نکات مهم، نقش زمینه فرهنگی و هنجارهای جنسیتی در شکل‌گیری رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه است. هرچند پژوهش حاضر به‌طور مستقیم تحلیل فرهنگی گسترده انجام نداد، اما روایت‌ها نشان می‌دادند که برخی مشارکت‌کنندگان بیان مستقیم خشم را با بی‌احترامی، بی‌نجاتی، ضعف یا تهدید رابطه برابر می‌دانستند. در چنین زمینه‌ای، بیان غیرمستقیم ممکن است به راهی پذیرفتنی‌تر اما آسیب‌زاتر برای انتقال نارضایتی تبدیل شود. بنابراین، آموزش مهارت‌های ارتباطی باید حساس به بافت فرهنگی باشد و به زوجین کمک کند میان احترام، صراحت و مرزبندی سالم تعادل برقرار کنند. بیان مستقیم الزاماً به معنای پرخاشگری نیست؛ همان‌گونه که سکوت الزاماً به معنای بلوغ یا گذشت نیست.

محدودیت‌های پژوهش حاضر باید در تفسیر یافته‌ها مورد توجه قرار گیرد. نخست، داده‌ها از مشارکت‌کنندگان ساکن تهران گردآوری شد و ممکن است تجربه زوجین در شهرها، طبقات اجتماعی یا بافت‌های فرهنگی دیگر متفاوت باشد. دوم، داده‌ها مبتنی بر گزارش فردی و مصاحبه بودند و امکان مشاهده مستقیم تعاملات زوجین وجود نداشت؛ بنابراین، یافته‌ها بیشتر بازتاب تجربه و تفسیر مشارکت‌کنندگان از رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه است. سوم، به دلیل حساسیت موضوع، احتمال خودسانسوری یا ارائه تصویر مطلوب از خود وجود داشت. چهارم، پژوهش حاضر به‌صورت مقطعی انجام شد و امکان بررسی تحول این رفتارها در طول زمان یا در مراحل مختلف ازدواج فراهم نبود. همچنین، اگرچه تلاش شد تنوع نمونه حفظ شود، اما تعداد مشارکت‌کنندگان مطابق منطق پژوهش کیفی محدود بود و هدف تعمیم آماری دنبال نشد. برای پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود این موضوع در بافت‌های فرهنگی و جغرافیایی متنوع‌تر بررسی شود تا نقش هنجارهای خانوادگی، جنسیتی و اجتماعی در شکل‌گیری رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه روشن‌تر گردد. همچنین، انجام مطالعات زوجی که هر دو همسر را همزمان وارد فرایند مصاحبه یا مشاهده کنند، می‌تواند فهم دقیق‌تری از چرخه تعاملی این رفتارها فراهم کند. ترکیب روش‌های کیفی و کمی نیز می‌تواند مفید باشد؛ برای مثال، ابتدا مؤلفه‌های کیفی شناسایی شده در این پژوهش مبنای ساخت یا بومی‌سازی یک ابزار سنجش قرار گیرد و سپس رابطه آن با رضایت زناشویی، دلبستگی، تنظیم هیجان، اسنادهای زناشویی و خشونت روان‌شناختی بررسی شود. مطالعات طولی نیز می‌توانند نشان دهند که رفتارهای منفعل-پرخاشگرانه چگونه در طول زمان تثبیت می‌شوند و چه عواملی از تبدیل آن‌ها به الگوهای مزمن جلوگیری می‌کند.

از نظر کاربردی، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مشاوران خانواده و زوج‌درمانگران باید در ارزیابی تعارض زناشویی، به نشانه‌های پنهان پرخاشگری منفعل توجه ویژه داشته باشند. آموزش مهارت بیان مستقیم نیازها، تمرین استفاده از جملات مبتنی بر «من»، تقویت تحمل هیجان، کاهش ذهن‌خوانی، بازسازی اسنادهای منفی، تمایز میان فاصله‌گیری سالم و سکوت تنبیهی، و آموزش مذاکره درباره قدرت و مسئولیت‌ها می‌تواند در کاهش این رفتارها مؤثر باشد. همچنین، لازم است زوجین یاد بگیرند که رنجش‌های کوچک اما تکرارشونده را پیش از

تبدیل شدن به قهر، طعنه و کناره‌گیری مزمن مطرح کنند. در برنامه‌های پیشگیری از تعارض زناشویی نیز باید به این نکته تأکید شود که نبود دعوی آشکار همیشه نشانه سلامت رابطه نیست؛ گاهی رابطه از طریق سکوت، تأخیر، کنایه و بی‌تفاوتی تدریجی فرسوده می‌شود.

## **تشکر و قدردانی**

از تمامی کسانی که در انجام این پژوهش ما را همراهی کردند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## **موازین اخلاقی**

در این پژوهش اصول اخلاقی مرتبط با نشر و انجام پژوهش رعایت گردیده است.

## **مشارکت نویسندگان**

تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

## **تعارض منافع**

بر اساس اظهار نویسندگان، در این مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

## **فهرست منابع**

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3(1), 48–67. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.48>
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 73–81. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.1.73>
- Coyne, S. M., Nelson, D. A., Carroll, J. S., Smith, N. J., Yang, C., Holmgren, H. G., & Johnson, C. (2017). Relational aggression and marital quality: A five-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 31(3), 282–293. <https://doi.org/10.1037/fam0000274>
- Eldridge, K. A., & Christensen, A. (2002). Demand-withdraw communication during couple conflict: A review and analysis. In P. Noller & J. A. Feeney (Eds.), *Understanding marriage: Developments in the study of couple interaction* (pp. 289–322). Cambridge University Press.
- Fincham, F. D. (2003). Marital conflict: Correlates, structure, and context. *Current Directions in Psychological Science*, 12(1), 23–27. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01215>
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1992). Assessing attributions in marriage: The Relationship Attribution Measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 457–468. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.3.457>
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology, and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(2), 221–233. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.2.221>
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737–745. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00737.x>
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>

- Hammett, J. F., Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2021). Intimate partner aggression and marital satisfaction: A cross-lagged panel analysis. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(3–4), NP1463–NP1481. <https://doi.org/10.1177/0886260517747607>
- Hopwood, C. J., & Wright, A. G. C. (2012). A comparison of passive–aggressive and negativistic personality disorders. *Journal of Personality Assessment*, 94(3), 296–303. <https://doi.org/10.1080/00223891.2012.655819>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication? *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 680–694. <https://doi.org/10.1111/jomf.12301>
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P., & Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289–298. <https://doi.org/10.1037/a0019481>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Millon, T., Millon, C. M., Meagher, S., Grossman, S., & Ramnath, R. (2012). *Personality disorders in modern life* (2nd ed.). John Wiley & Sons.