

## Role of Experiential Avoidance and Alexithymia in the Prediction of Psychosomatic Disorder among the Employees at National Iranian South Oil Company

Ali Molaei Pardh<sup>1</sup> , Jahangir Karami<sup>1\*</sup> , Asieh Moradi<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Razi University, Kermanshah, Iran

### Article Info

#### Article type:

Research article

#### Article History:

Received: 09 October 2021

Revised: 25 October 2021

Accepted: 11 December 2021

Published Online: 27 May 2022

#### \* Correspondence to:

Jahangir karami  
Department of Psychology, Faculty  
of Social Sciences, Razi University,  
Kermanshah, Iran  
Email: j.karami@razi.ac.ir

### ABSTRACT

**Introduction:** Psychosomatic disorder is one of the most common mental disorders in which meaningful psychological events play an effective role. This study aimed to investigate the role of experiential avoidance and alexithymia in the prediction of psychosomatic disorder among the employees at the national Iranian south oil company.

**Material & Methods:** The statistical population of this descriptive correlational study included all employees at the national Iranian south oil company from 2020 to 2021. The sample size of the present study was obtained at 371 people based on Cochran's formula. Due to the possibility of incomplete questionnaires, 418 employees were selected by the available sampling method. They were then requested to complete the Symptom Checklist-90 (SCL-90), experiential avoidance (AAQ), and alexithymia (FTAS-20).  
(Ethical code: 140090)

**Findings:** The results of the Pearson correlation coefficient showed a correlation coefficient of 0.39 between experiential avoidance and psychosomatic disorder which was significant at 0.001. Moreover, there was a correlation coefficient of 0.15 between alexithymia and psychosomatic disorder, which was significant at 0.003. In addition, the results of linear regression analysis showed that experiential avoidance could predict psychosomatic disorders.

**Discussion & Conclusion:** Therefore, according to the findings, in order to reduce psychosomatic disorders, it is necessary to conduct interventions on psychological flexibility and emotional expression. Finally, it is suggested that other empirical and quasi-experimental studies be conducted to confirm these results.

**Keywords:** Alexithymia, Experiential avoidance, National south oil company, Psychosomatic disorder

### ➤ How to cite this paper

Molaei Pard A, Krami J, Moradi A. Role of Experiential Avoidance and Alexithymia in the Prediction of Psychosomatic Disorder among the Employees at National Iranian South Oil Company. Journal of Ilam University of Medical Sciences. 2022; 30(2): 63-70.

## نقش اجتناب تجربه‌ای و آلکسی‌تیمیا در پیش‌بینی اختلال روان‌تنی کارکنان شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب

علی مولایی بارده<sup>۱</sup>، جهانگیر کرمی<sup>۱</sup>، آسیه مرادی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> گروه روان‌شناسی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

### چکیده

### اطلاعات مقاله

#### نوع مقاله: پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۷/۱۷

تاریخ ویرایش: ۱۴۰۰/۰۸/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۹/۲۰

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۳/۰۷

#### نویسنده مسئول:

جهانگیر کرمی

گروه روان‌شناسی، دانشگاه رازی،  
کرمانشاه، ایران

#### Email:

j.karami@razi.ac.ir

**مقدمه:** اختلال روان‌تنی از اختلال‌های شایع روانی است که در آن، حوادث پرمعنای روان‌شناختی نقش مؤثری دارند. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش اجتناب تجربه‌ای و آلکسی‌تیمیا در پیش‌بینی اختلال روان‌تنی کارکنان شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه پژوهش شامل همه کارکنان شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب بود که در سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به کار بودند. نمونه پژوهش حاضر بر اساس فرمول کوکران ۳۷۱ نفر به دست آمد. به سبب احتمال وجود پرسش‌نامه‌های مخدوش، ۴۱۸ نفر از کارکنان به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسش‌نامه‌های اختلال‌های روانی (SCL-90)، اجتناب تجربه‌ای (AAQ) و آلکسی‌تیمیا (FTAS-20) پاسخ دادند.

**یافته‌ها:** نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که میان اجتناب تجربه‌ای و اختلال روان‌تنی ضریب همبستگی ۰/۳۹ وجود دارد که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بود؛ همچنین میان آلکسی‌تیمیا و اختلال روان‌تنی ضریب همبستگی ۰/۱۵ وجود دارد که در سطح ۰/۰۰۳ معنادار بود. علاوه بر این، نتایج تحلیل خطی رگرسیون نشان داد که اجتناب تجربه‌ای توان پیش‌بینی اختلال روان‌تنی را دارد.

**بحث و نتیجه‌گیری:** با توجه به یافته‌های پژوهش لازم است برای کاهش اختلال روان‌تنی، آموزش‌های انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و آموزش ابراز و بیان احساسات داده شود. در پایان پیشنهاد می‌گردد برای نتیجه‌گیری کلی، پژوهش‌هایی به صورت تجربی و شبه‌تجربی انجام گیرد.

**واژه‌های کلیدی:** آلکسی‌تیمیا، اجتناب تجربه‌ای، اختلال روان‌تنی، شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب

**استناد:** مولایی بارده، علی؛ کرمی، جهانگیر؛ مرادی، آسیه. نقش اجتناب تجربه‌ای و آلکسی‌تیمیا در پیش‌بینی اختلال روان‌تنی کارکنان شرکت ملی مناطق

نفت‌خیز جنوب. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، تیر ۱۴۰۱؛ ۳۰(۲): ۶۳-۷۰.

دیگری فرار و اجتناب از موقعیت. سرکوب کردن تلاش فعالانه برای مهار کردن و یا حذف تجربه فوری یک رویداد شخصی منفی مانند یک فکر ناخواسته، احساس یا خاطره یا احساس‌های جسمانی است. فرار و اجتناب موقعیتی تلاشی برای تغییر دادن سوابق و تاریخچه ویژگی‌های آن موقعیت است که احتمالاً با پیدایش یک تجربه شخصی ناخواسته همراه شده است. در واقع، اجتناب تجربه‌ای حالتی است که برخی افراد سعی دارند به منظور کاهش اضطراب برخاسته از تجارب هیجانی منفی خود از آن اجتناب کنند (۴)، درست نقطه مقابل پذیرش و تعهد که بر تغییر رابطه مراجع با تجارب درونی و اجتناب‌هایش تأکید دارند (۵). کمبود انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به‌عنوان اجتناب از محرک‌ها و موقعیت‌های مرتبط با درد و پریشانی نشان داده می‌شود. از دیدگاه یادگیری، اجتناب تحت تأثیر عوامل محیطی پیش از رفتار قرار می‌گیرد و عمل به‌عنوان پیامد همان رفتار است (۶).

پژوهش‌های بسیاری رابطه اجتناب تجربه‌ای با آسیب‌شناسی روانی و نحوه شکل‌گیری اختلال‌های روانی را نشان می‌دهد و شواهد علمی بیانگر آن است که اجتناب تجربه‌ای اساس بسیاری از مشکلات سلامت روانی و جسمانی است (۸، ۷). میان اجتناب تجربه‌ای با بسیاری از اختلال‌های روانی از جمله اضطراب فراگیر و اختلال وحشت‌زدگی رابطه معناداری هست (۹، ۱۰) و توان پیش‌بینی پرخوری کردن را دارد (۱۱)؛ همچنین افرادی که اجتناب تجربه‌ای بیشتری داشته باشند، از خودتخریبی، انکار، حمایت هیجانی، گسستگی رفتاری و خودسرزنی بیشتری استفاده می‌کنند و تجارب هیجانی شدیدتری را نسبت به محرک‌های خوشایند و ناخوشایند تجربه می‌نمایند (۱۳، ۱۲).

آلکسی تیمیا یکی دیگر از عوامل خطر ساز برای بسیاری از اختلال‌های روانی است؛ زیرا افراد مبتلا به این نارسایی بسیار تحت فشار همبسته‌های جسمانی هیجاناتی هستند که به کلام در نمی‌آیند (بیان نمی‌شوند). این نارسایی مانع تنظیم هیجان‌ها می‌شود و سازش‌یافتگی فرد را مشکل می‌سازد.

اختلال روان‌تنی یکی از اختلال‌های روان‌شناختی است که نشانه‌های جسمانی مانند اختلال‌های قلبی و عروقی، تنفسی، معده‌ای و روده‌ای، استخوانی و عضلانی، دستگاه‌های تناسلی و ادراری، پوست و اختلال‌های دیگری نظیر سردردهای میگرنی، سرگیجه، خستگی بیش‌ازاندازه، اختلال حافظه، اشکال در تمرکز، تنگی نفس، تهوع، استفراغ، بی‌خوابی و... دارد که در آن، حوادث پرمعنای روان‌شناختی دخیل‌اند و عملکرد و زندگی فرد را مختل می‌کنند (۱).

افراد مبتلا به اختلال روان‌تنی گرایش دارند نگرانی بسیار فراوانی درباره بیماری داشته باشند و معمولاً سطح بالایی استفاده از امکانات مراقبت پزشکی وجود دارد که به‌ندرت، نگرانی‌های فرد را برطرف می‌کند؛ در نتیجه، بیمار ممکن است برای نشانه‌های یکسان از دکترهای متعدد درخواست مراقبت نماید و برخی احساس می‌کنند که ارزیابی و درمان پزشکی ناکافی و نامناسب بوده‌اند (۲).

نظریه پردازان شناختی (مانند همکاران روان‌پویشی خود) معتقدند که هیجانات افراد مبتلا به این اختلال‌ها به نشانه‌های جسمانی تبدیل می‌شوند، با این حال معتقدند که هدف تبدیل، دفاع علیه اضطراب نیست، بلکه انتقال دادن احساسات شدید - خشم، ترس، افسردگی، گناه و حسادت - به زبان جسمانی است که برای فرد مبتلا به این اختلال، آشنا و راحت است. طبق این دیدگاه، افرادی که تشخیص یا ابراز هیجانات خود را بسیار سخت می‌دانند، مواد مناسبی برای اختلال‌های تبدیلی و نشانه جسمانی هستند، آنانی که زبان نشانه‌های جسمانی را از طریق تجربه دسته اول در رابطه با بیماری جسمانی می‌دانند، نیز چنین هستند (۳).

عقیده بر این است اجتناب تجربه‌ای از عوامل خطر ساز اختلال‌های روانی از جمله اختلال روان‌تنی است که تلاش برای فرار کردن یا اجتناب کردن از وقوع رویدادهایی شخصی یا حساسیت‌های موقعیتی است. دو نوع اصلی اجتناب تجربه‌ای وجود دارد: یکی سرکوب کردن و

فکری به طور معناداری نمره بالاتر به دست آوردند (۱۹). مایلز و میرلو در پژوهشی نشان دادند که میان آلکسی تیمیا و اختلال روان‌تنی رابطه معناداری وجود دارد (۲۰). پژوهش‌های بالا و سایر پژوهش‌های مشابه به بررسی رابطه میان اجتناب تجربه‌ای و آلکسی تیمیا با اختلال روان‌تنی پرداختند؛ اما به پیش‌بینی اختلال‌های روانی نپرداختند؛ بنابراین، پژوهش حاضر در پی پاسخ‌گویی به این پرسش‌هاست که آیا اجتناب تجربه‌ای و آلکسی تیمیا با اختلال روان‌تنی رابطه معناداری دارند؛ همچنین آیا اجتناب تجربه‌ای و آلکسی تیمیا توان پیش‌بینی اختلال‌های روان‌تنی را دارند؟

### مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل همه کارکنان شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب (حدود ۱۱۰۰۰ نفر) است که در سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به کار بودند. نمونه پژوهش حاضر بر اساس فرمول کوکران ۳۷۱ نفر به دست آمد که به سبب احتمال وجود پرسش‌نامه‌های غیرقابل اعتماد، ۴۱۸ نفر از کارکنان به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. از جمله معیارهای ورود در نمونه، داشتن حداقل ۳ و حداکثر ۲۵ سال سابقه کار با مدرک تحصیلی دیپلم یا بالاتر و معیار خروج شامل تحت درمان نبودن (اعم از دارودرمانی و روان‌درمانی) شرکت‌کنندگان طی سه ماه گذشته تا زمان شرکت در پژوهش است. ضمن برقراری ارتباط مؤثر و با گرفتن رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان، آموزش‌های لازم درباره نحوه و چگونگی تکمیل پرسش‌نامه‌ها داده شد و پرسش‌نامه آلکسی تیمیا، اجتناب تجربه‌ای و اختلال روان‌تنی توزیع گردید. پس از جمع‌آوری، در نهایت داده‌های ۳۷۱ پرسش‌نامه با استفاده از نرم‌افزار SPSS vol.22 به روش همبستگی و تحلیل رگرسیون تحلیل شد.

*ابزار پژوهش؛ پرسش‌نامه اختلال‌های روانی: فرم اولیه این پرسش‌نامه را دراگوتیس، لیمن و کوری برای نشان*

احساسات در تعاملات اجتماعی ما چه در حوزه کاری و چه در اجتماع و خانواده نقش اساسی دارند. آلکسی تیمیا یکی از اختلال‌ها در هیجانات و احساسات است که به معنی اختلال و نقص در پردازش و تنظیم احساسات است و ویژگی‌های اصلی آن عبارت‌اند از: ناتوانی در بازشناسی و توصیف کلامی هیجان‌های شخصی، فقر شدید در تفکر نمادین که آشکارسازی بازخوردها، احساس، تمایل و سائق‌ها را محدود می‌کند. ناتوانی در به‌کارگیری احساس‌ها خود باعث مشکلات هیجانی، کاهش یادآوری رؤیاها، دشواری در تمایز میان حالت‌های هیجانی و حس‌های بدنی، قیافه خشک و رسمی، فقدان جلوه‌های عاطفی چهره و ظرفیت محدود برای هم‌دلی و خودآگاهی می‌گردد (۱۵، ۱۴).

نظریه پردازان رفتاری اعلام می‌دارند که نشانه‌های جسمانی و تبدیلی برای افراد مبتلا، پاداش‌هایی به ارمغان می‌آورند. شاید نشانه‌ها افراد مبتلا به این اختلال‌ها را از روابط ناخوشایند دور کنند؛ یا شاید نشانه‌ها موجب توجه دیگران شوند. برخی از نظریه‌پردازان شناختی می‌گویند که اختلال‌های تبدیلی و نشانه جسمانی شکل‌هایی از ارتباط هستند و وسیله‌ای برای افراد تأمین می‌کنند تا هیجاناتی را ابراز نمایند که انتقال به صورت دیگر دشوار خواهد بود (۲).

پژوهش‌های پیشین بیانگر آن است که اجتناب تجربه‌ای با مشکلات روان‌شناختی از جمله اختلال خوردن، تنیدگی، سازش‌یافتگی با تجربیات آسیب‌زا و سازش‌یافتگی با شرایط مزمن پزشکی رابطه معناداری دارد (۱۶). علیزاده‌فرد در پژوهشی نشان داد که میان آلکسی تیمیا و زخم معده (که یکی از نشانه‌های اختلال‌های روان‌تنی است) رابطه معناداری برقرار است (۱۷). برخی مطالعات نشان دادند که افراد مبتلا به سردرد بیشتر از راهبردهای سازش‌ناایافته مانند خودسرزنش‌گری، کناره‌گیری و اجتناب استفاده می‌کنند (۱۸). زبردست و شفیعی‌تبار در پژوهشی نشان دادند که دختران مبتلا به میگرن (که یکی از اختلال‌های روان‌تنی است) در مقایسه با دختران غیرمبتلا به میگرن، در آلکسی تیمیا و نشخوار

این پرسش‌نامه را ساختند. نسخه اولیه آن شامل ۳۲ گویه و روی یک مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری شده بود. نسخه‌های بعدی ۱۶ گویه‌ای و ۹ گویه‌ای بودند؛ اما نسخه آخر این پرسش‌نامه ۱۰ گویه دارد که روی یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود که در پژوهش حاضر نیز از همین نسخه آخر استفاده خواهد شد. برای بررسی درستی این پرسش‌نامه از ابزارهایی چون اضطراب بک، افسردگی بک و مقیاس مشکل در تنظیم هیجان استفاده شده است که ضرایب همبستگی ۰/۴۴، ۰/۵۹ و ۰/۵۹ گزارش شده و نتایج تحلیل عامل نشان داده است که عامل‌ها وزن مناسب دارند (۲۳). در سال ۱۳۹۱، پایایی این پرسش‌نامه در ایران ارزیابی گردید که آلفای کرونباخ آن ۰/۸۲ به دست آمد. در یک پژوهش یک ساختار تک عاملی برای این مقیاس گزارش شد که آلفای کرونباخ آن ۰/۸۴ محاسبه شده است (۲۴). قابلیت اعتماد آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۴ به دست آمد.

### یافته‌ها

از مجموع ۴۱۸ شرکت‌کننده در پژوهش، ۳۷۱ پرسش‌نامه (با در نظر گرفتن ریزش و شناسایی پرسش‌نامه‌های مخدوش) تحلیل گردید. در این پژوهش، ۳۰۳ مرد (۸۱/۷ درصد) و ۶۸ زن (۱۸/۳ درصد) شرکت کردند که از این تعداد ۳۱۵ نفر (۸۴/۹ درصد) متأهل و ۵۶ نفر (۱۵/۱ درصد) مجرد بودند. دامنه سنی بین ۲۳ تا ۶۰ و میانگین سنی آزمودنی‌ها برابر با ۴۰ بود. جدول شماره ۱ شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش را ارائه می‌کند.

بر اساس نتایج جدول شماره ۲، ضریب همبستگی مشاهده شده میان متغیر اجتناب تجربه‌ای با اختلال روان‌تنی ۰/۳۹ است که این همبستگی مثبت و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. علاوه بر این، ضریب همبستگی میان آلکسی تیمیای کل و اختلال روان‌تنی ۰/۱۵ است که در سطح ۰/۰۳ معنادار است.

دادن جنبه‌های روان‌شناختی بیماران جسمانی و روانی طرح‌ریزی کرده‌اند. دراگوئیس و همکاران در سال ۱۹۸۴، در پرسش‌نامه یادشده تجدیدنظر نمودند و فرم نهایی آن را به نام فهرست تجدیدنظرشده نشانه‌های روانی منتشر کردند. این فهرست شامل ۹۰ پرسش پنج‌گزینه‌ای (هیچ = ۰، کمی = ۱، تا حدی = ۲، زیاد = ۳، خیلی زیاد = ۴) است. محتوای این آزمون ۹ بعد مختلف را می‌سنجد. از نظر درستی، این آزمون درستی همزمانی، همگرایی، قابلیت اعتماد ساختاری و مقیاسی برای تغییرات روانی را دارد. پایایی آزمون با روش بازآزمایی بین ۰/۷۸ تا ۰/۹۰ و ضریب آلفای کرونباخ آن ۰/۷۰ تا ۰/۹۰ گزارش شده است در ایران، میرزایی و باقری در سال ۱۳۷۳، این آزمون را روی ۲۵۰۰ نفر آزمودنی اجرا کردند و پایایی مقیاس‌ها را بیشتر از ۰/۸۰ گزارش نمودند (۲۱) قابلیت اعتماد آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۹ به دست آمد.

پرسش‌نامه آلکسی تیمیا: تایلور این مقیاس در سال ۱۹۸۶ ساخت و در سال ۱۹۹۴، بگی و همکارانش در آن تجدیدنظر کردند. آلکسی تیمیا یک آزمون ۲۰ پرسشی است و به سه زیرمقیاس دشواری در تشخیص احساس‌ها (شامل ۷ ماده)، دشواری در توصیف احساس‌ها (شامل ۵ ماده) و تفکر عینی (شامل ۸ ماده) را در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. یک نمره کل نیز برای آلکسی تیمیای کلی محاسبه می‌شود (۱۳). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس آلکسی تیمیا تورنتو-۲۰ در پژوهش‌های متعدد بررسی و تأیید شده است. در نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰، ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل و سه زیرمقیاس دشواری در تشخیص احساس‌ها، دشواری در توصیف احساس‌ها و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است (۲۲). قابلیت اعتماد آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۱ به دست آمد.

پرسش‌نامه اجتناب تجربه‌ای: هیز و همکاران (۲۰۰۴)

**جدول شماره ۱.** آماره‌های توصیفی (مرکزی و پراکندگی) متغیرهای اجتناب تجربه‌ای، آلکسی‌تیمیا و روان‌تنی

متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
اجتناب تجربه‌ای	۰	۵۶	۲۶	۹
دشواری در شناسایی احساسات	۷	۳۲	۱۲/۹۰	۵/۸۲
دشواری در توصیف احساسات	۵	۲۱	۱۱	۳/۷۶
تفکر عینی	۱۱	۲۹	۱۹/۸۸	۳/۷۳
آلکسی‌تیمیا	۲۳	۸۱	۴۳	۱۰
روان‌تنی	۰	۲۷	۴۴/۴	۶

**جدول شماره ۲.** ضریب همبستگی میان متغیرهای پژوهش

متغیر	شاخص	روان‌تنی
اجتناب تجربه‌ای	همبستگی	۰/۳۹
	سطح معناداری	۰/۰۰۱
آلکسی‌تیمیا	همبستگی	۰/۱۵
	سطح معناداری	۰/۰۰۳

در پیش‌بینی اختلال روان‌تنی بر اساس اجتناب تجربه‌ای و آلکسی‌تیمیا، تحلیل داده‌ها نشان داد که مدل با  $F=22$  معنادار است و متغیرهای پیش‌بین باهم

۱۰ درصد اختلال روان‌تنی را تبیین می‌کنند. نتایج تحلیل رگرسیون در جدول شماره ۳ ارائه شده است. جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که اجتناب تجربه‌ای با ضریب بتای ۳۴ توان پیش‌بینی اختلال روان‌تنی را دارد. اگرچه آلکسی‌تیمیا دارای ضریب همبستگی معناداری با اختلال‌ها روان‌تنی است؛ اما توان پیش‌بینی اختلال روان‌تنی را ندارد. سایر اطلاعات تحلیل رگرسیونی در جدول شماره ۴ آمده است.

**جدول شماره ۳.** رگرسیون روان‌تنی بر اساس اجتناب تجربه‌ای و آلکسی‌تیمیا

منابع تغییر	SS	MS	F	R	R2	سطح معناداری
رگرسیون	۱۵۶۹	۷۸۴	۲۲	۰/۳۳	۰/۱۰	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۱۲۸۷۳	۳۴				
کل	۱۴۴۴۳					

**جدول شماره ۴.** ضرایب رگرسیون روان‌تنی بر اساس اجتناب تجربه‌ای و آلکسی‌تیمیا

متغیرهای	B	خطا	$\beta$	t	سطح معناداری
اجتناب تجربه‌ای	۰/۲۲	۰/۰۳	۳۴	۵/۹۶	۰/۰۰۱
آلکسی‌تیمیا	-۰/۰۱	۰/۰۳	۰/۰۲	۰/۴۶	۰/۶۴

## بحث و نتیجه‌گیری

اختلال‌ها در پاسخ به چنین پاداش‌هایی یاد می‌گیرند. نشانه‌های جسمانی را به صورت بارزتری آشکار سازند. افرادی که با بیماری‌ها آشنا هستند، نشانه‌های جسمانی را راحت‌تر به خود می‌گیرند، تحقیقات نشان می‌دهد که بسیاری افراد مبتلا، پس از اینکه خودشان یا خویشاوندان یا دوستان نزدیک مشکلات جسمانی مشابهی داشته باشند، نشانه‌های جسمانی خود را پرورش می‌دهند. تمرکز رفتاری بر نقش پاداش‌ها، شبیه مفهوم نفع ثانوی

روان‌تحلیل‌گری است.

یافته‌های دیگر پژوهش حاضر نشان داد که میان آلکسی‌تیمیا و اختلال روان‌تنی ضریب همبستگی ۰/۱۵ وجود دارد و در سطح (۰/۰۰۳) معنادار است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های علیزاده‌فرد (۱۷)، زبردست و شفیع‌تبار (۱۹)، مایلز و میرلو (۲۰) هم‌خوانی دارند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، هنگامی که اطلاعات هیجانی نتوانند در فرایند پردازش شناختی، ادراک و ارزشیابی شوند، افراد از نظر عاطفی و شناختی دچار

جانب احتیاط رعایت شود؛ همچنین این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است، از نتیجه گیری علی خودداری گردد؛ بنابراین، با توجه به محدودیت های پژوهش پیشنهاد می شود پژوهش هایی در دیگر جوامع و به صورت تجربی و شبه تجربی انجام گیرد.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان این مقاله مراتب سپاس گذاری خود را از مدیریت محترم واحد پژوهش شرکت نفت استان خوزستان و همه شرکت کنندگان در پژوهش اعلام می نمایند.

کد اخلاق: ۱۴۰۰۹۰

آشفستگی و درماندگی می گردند و این اختلال در سطح تعامل های اجتماعی و در مراحل بعدی زندگی، مشکلات دیگر بین شخصی، جسمانی و روانی را بر او تحمیل می کنند که این مشکلات در بعد روانی می توانند به صورت اختلال روان تنی ظاهر شوند. افراد با اجتناب کردن از موقعیت های ناخوشایند و یا بیان نکردن احساسات، از روش های مختلف از جمله بیماری های جسمانی سود می جویند و این چرخه ادامه پیدا می کند. در واقع، با اختلال های روان تنی رفتار اجتناب تجربه ای و آلکسی تیمیا خود را وجهی می کنند بنابراین، با آموزش های انعطاف پذیری روان شناختی و تنظیم هیجانات می توان اختلال های روان تنی را کاهش داد. پژوهش حاضر در میان کارکنان شرکت ملی مناطق نفت خیز جنوب انجام شد؛ پس از تعمیم به سایر جوامع

## References

1. Fink P, Toft T, Hansen MS, Ornbol E, Olesen F. symptoms and syndrome of bodily distress: an exploratory study of 978 internal medicals, neurological, and primary care patients. *Psychosis med* 2007; 6:52. doi:10.1097/PSY.0b013e31802e46eb
2. Donald B, John G. DSM-5 guidebook The essential companion to the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 1<sup>st</sup> ed. 2013. doi: ISBN-13: 978-1585624652
3. Comer R. *Abnormal psychology*. 2015; 1:156.360. doi:org/10.4324/9781315673127
4. Eustis EH, Hayes-Skelton SA, Roemer L, Orsillo SM. Reductions in experiential avoidance as a mediator of change in symptom outcome and quality of life in acceptance-based behavior therapy and applied relaxation for generalized anxiety disorder. *Behav Res Ther*. 2016; 87:188-95. doi: 10.1016/j.brat.2016.09.012.
5. Nikpour F, Khalatbari J, Rezaei O, Jamhari F. Comparison of the effectiveness of schema therapy and acceptance and commitment based approach on psychological well-being of divorced women. *J Psychol Sci*. 1400; 20: 741-51. (Persian) doi: <http://psychologicalscience.ir/article-1-105-en.html>
6. Rassi H, Rasoli M, Kasaei A, Rahim M. Comparison of the effectiveness of group therapy based on commitment acceptance and dialectical behavior therapy The resilience of divorced women under the auspices of the Khomeini Relief Committee and the Welfare Organization. *J Psychol Sci* 1400; 20:102. (Persian) doi: <http://psychologicalscience.ir/article-1-1153-en.html>
7. Ruiz FJ. A review of acceptance and commitment therapy (ACT) empirical evidence: correlational, experimental psychopathology, component and outcome studies. *Int J Psychol Psychol Ther* 2010; 101:125-62. doi:<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017066008>
8. Hayes SC, Luoma JB, Bond FW, Masuda A, Lillis J. Acceptance and commitment therapy: model, processes and outcomes. *Behav Res Ther* 2006; 44:1: 1-25. doi:10.1016/j.brat.2005.06.006
9. Kampfe ck, Gloster AT, Wittchen H-U, helbing – lang S, Lang T, Gerlach AL, et al. experimntial avoidance and anxiety sensitivity in patients with panic disorder and agoraphobia: Do both constructs measure the same ? *Int J Clin Health Psychol* 2012; 12:1-5. doi:10.1007/s41811-020-00069-4
10. Jonathan K , Susan M, Orsillo L, Roemer, Laura B, Allen N. Distress and avoidance in generalized anxiety disorder: Exploring the relationships with intolerance of uncertainty and worry. 2010; 39:126-36. doi:10.1080/16506070902966918
11. Kingston J, Clarke S, Remington B. Experiential avoidance and problem behavior: a mediational analysis. *Behav Modif* 2010; 34:145-63. doi: 10.1177/0145445510362575
12. Kashdan TB, Breen WE, Afram A, Terhar D. Experiential avoidance in idiographic, autobiographical memories: construct validity and links to social anxiety, depressive, and anger symptoms. *J Anxiety Disord* 2010; 24:528-34. doi: 10.1016/j.janxdis.2010.03.010.
13. Karekla M, Panayiotou G. Coping and experiential avoidance: unique or overlapping constructs? *J Behav Ther Exp Psychiatry* 2011; 42:163-70. doi: 10.1016/j.jbtep.2010.10.002.
14. Bonnaire C, Barrault S, Aïte A, Cassotti M, Moutier S, Varescon I. Relationship between pathological gambling, alexithymia, and gambling type. *Am J Addict* 2017; 26:152-60. doi: 10.1111/ajad.12506

15. Karami J, Zakiaei A, Mohebbi Z. Relationship between alexithymia and emotion beliefs with mental health of kidney patients. *J Health Sci Res* 2012;4: 22. (Persian).
16. Hayes SC, Luoma JB, Bond FW, Masuda A, Lillis J. Acceptance and commitment therapy: model, processes and outcomes. *Behav Res Ther* 2006; 44:1-25. doi: 10.1016/j.brat.2005.06.006.
17. Alizadeh S. Investigating the relationship between natural dysphoria and peptic ulcer disease: Is aggression a mediating variable? *J Health Psychol* 2012; 4 (Persian).
18. McRae K, Ochsner KN, Mauss IB, Gabrieli JJD, Gross JJ. Gender differences in emotion regulation: an fMRI study of cognitive reappraisal. *Group Process Intergroup Relat* 2008; 11:143-62. doi: 10.1177/1368430207088035.
19. Zbardast A, and Shafei T. Positive and Negative Emotion, Emotional Cognitive Regulation Strategies and Emotional Dysfunction in Girls with Migraine Headache. *J Child Ment Health* 2019;6:180-93 (Persian) doi: <http://childmentalhealth.ir/article-1-684-en.html>
20. Miles M, Mirlow MM. Alexithymia and physical outcomes in psychosomatic subjects: cross-sectional study. *J Mind Med Sci* 2021; 8:86-93.doi: 869.2021. 10.22543/7674.8. P8693
21. Shcebaei T, Ismaili M, and Karami A. The effect of self-differentiation training on reducing the psychological problems of divorced women in Tehran. *J Psychol Edu Sci* 2010;7. (Persian)
22. Karami J, Zakiaei A, Amirpour B. Comparison of Alexithymia in Kidney Patients, Kermanshah Nursing Students. *J Qazvin Uni Med Sci* 2014; 17: 68-74. (Persian)
23. Hayes SC, Strosahl K, Wilson K G, Bisset RT. Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *psychol record* 2004; 54:4:553-78. doi:10.1007/BF03395492
24. Abbasi kerdabadi Z, Ghamarani A. Effectiveness of time perspective therapy (TPT) on experiential avoidance of mothers of girls with intellectual disability. *MEJDS* 2017; doi: 20.1001.1.232 22840.1396.7.0.76.4