

مطالعه کیفی تجربه مردان از طرد هیجانی در روابط زناشویی

مشخصات نویسندگان:



تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.
 انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است.

۱. فرزاد کریمی پور*: گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: f.karimipour@gmail.com

شیوه استناددهی: کریمی پور، فرزاد. (۱۴۰۴). مطالعه کیفی تجربه مردان از طرد هیجانی در روابط زناشویی. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی*، ۲(۶)، ۱-۱۱.

چکیده

هدف پژوهش حاضر واکاوی تجربه زیسته مردان متأهل از طرد هیجانی در روابط زناشویی و شناسایی معانی، پیامدها و راهبردهای آنان در مواجهه با این تجربه بود. این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۱۸ مرد متأهل ساکن شهر تهران بودند که به صورت هدفمند و بر اساس معیار تجربه ادراک‌شده طرد هیجانی در رابطه زناشویی انتخاب شدند. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته عمیق گردآوری شد و فرایند نمونه‌گیری تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت. هر مصاحبه بین ۴۵ تا ۷۵ دقیقه به طول انجامید و پس از ضبط، واژه‌به‌واژه پیاده‌سازی شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo و بر اساس مراحل تحلیل مضمون شامل آشنایی با داده‌ها، کدگذاری اولیه، جست‌وجوی مضامین، بازبینی مضامین، تعریف و نام‌گذاری مضامین و گزارش نهایی انجام گرفت. برای افزایش اعتبار یافته‌ها از بازبینی مشارکت‌کنندگان، بازبینی همتایان، ثبت مسیر تصمیم‌گیری پژوهش و توصیف غنی زمینه استفاده شد. تحلیل داده‌ها به استخراج چهار مقوله اصلی انجامید: «نامرئی‌شدن عاطفی در رابطه»، «شرم مردانه و خودسانسوری نیازهای هیجانی»، «چرخه اعتراض خاموش و کناره‌گیری تدریجی» و «پیامدهای روانی، جنسی و ارتباطی طرد هیجانی». مشارکت‌کنندگان طرد هیجانی را نه صرفاً فقدان محبت آشکار، بلکه تجربه تکرارشونده دیده‌نشدن، جدی گرفته‌نشدن، بی‌پاسخ‌ماندن آسیب‌پذیری و کاهش تدریجی امنیت عاطفی توصیف کردند. طرد هیجانی در تجربه مردان متأهل پدیده‌ای چندلایه است که در تقاطع نیاز به صمیمیت، هنجارهای مردانگی، الگوهای ارتباطی زوجین و کیفیت پاسخ‌گویی عاطفی همسر شکل می‌گیرد. یافته‌ها نشان می‌دهد که مداخله‌های زوج‌درمانی باید علاوه بر آموزش مهارت‌های ارتباطی، بر اعتباربخشی به نیازهای هیجانی مردان، کاهش شرم از آسیب‌پذیری و بازسازی چرخه‌های پاسخ‌گویی عاطفی تمرکز کنند.

واژگان کلیدی: طرد هیجانی؛ مردان متأهل؛ روابط زناشویی؛ تحلیل مضمون؛ صمیمیت عاطفی؛ تهران

A Qualitative Study of Men's Experiences of Emotional Rejection in Marital Relationships



© 2025 the authors. This is an open access article under the terms of the [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) License.

Authors' Information:

1. Farzad Karimi-Pour*: Department of Clinical Psychology, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran

Corresponding author's email: f.karimipour@gmail.com

How to cite: Karimi-Pour, F. (2025). A Qualitative Study of Men's Experiences of Emotional Rejection in Marital Relationships. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(6), 1-11.

Abstract

This study aimed to explore married men's lived experiences of emotional rejection in marital relationships and to identify the meanings, consequences, and coping strategies associated with this experience. This qualitative study was conducted using thematic analysis. Participants were 18 married men living in Tehran who were selected through purposive sampling based on their self-reported experience of emotional rejection in marriage. Data were collected through in-depth semi-structured interviews, and sampling continued until theoretical saturation was achieved. Each interview lasted between 45 and 75 minutes, was audio-recorded with consent, and transcribed verbatim. Data were analyzed using NVivo software following the main phases of thematic analysis: familiarization with the data, initial coding, searching for themes, reviewing themes, defining and naming themes, and producing the final report. To enhance trustworthiness, member checking, peer debriefing, audit trail documentation, and thick contextual description were used. Data analysis led to the identification of four main categories: "emotional invisibility in the relationship," "masculine shame and self-censorship of emotional needs," "the cycle of silent protest and gradual withdrawal," and "psychological, sexual, and relational consequences of emotional rejection." Participants described emotional rejection not merely as the absence of explicit affection, but as a repeated experience of being unseen, not being taken seriously, having emotional vulnerability ignored, and gradually losing emotional safety within the marital bond. Emotional rejection in married men's experiences is a multilayered phenomenon shaped by the intersection of intimacy needs, masculine norms, couple communication patterns, and perceived partner responsiveness. The findings suggest that couple therapy interventions should move beyond communication-skills training and focus on validating men's emotional needs, reducing shame around vulnerability, and reconstructing cycles of emotional responsiveness.

Keywords: *Emotional rejection; married men; marital relationships; thematic analysis; emotional intimacy; Tehran.*

روابط زناشویی یکی از بنیادی‌ترین بسترهای تجربه صمیمیت، امنیت روانی، دلبستگی و بازشناسی هیجانی در بزرگسالی است. ازدواج صرفاً قراردادی اجتماعی یا ساختاری برای هم‌زیستی نیست، بلکه فضایی بین‌فردی است که در آن افراد انتظار دارند آسیب‌پذیری‌های عاطفی آنان دیده، شنیده و معتبر شمرده شود. از منظر نظریه دلبستگی، رابطه زوجین در بزرگسالی می‌تواند کارکردی مشابه پایگاه امن داشته باشد؛ یعنی فرد در مواجهه با فشارهای روانی، شکست‌ها، ناکامی‌ها و اضطراب‌های زندگی روزمره بتواند به همسر خود به‌عنوان منبع آرامش، حمایت و تنظیم هیجانی مراجعه کند (Bowlby, 1982; Hazan & Shaver, 1987). هنگامی که این انتظار به‌صورت مکرر ناکام می‌شود، تجربه‌ای شکل می‌گیرد که می‌توان آن را طرد هیجانی نامید؛ تجربه‌ای که در آن فرد احساس می‌کند نیازهای عاطفی، درخواست‌های صمیمیت، افزایش آسیب‌پذیری یا تلاش‌هایش برای برقراری پیوند هیجانی از سوی همسر نادیده گرفته، کم‌اهمیت تلقی یا رد می‌شود.

طرد هیجانی در روابط زناشویی از نظر مفهومی با مفاهیمی مانند بی‌اعتنایی عاطفی، فقدان پاسخ‌گویی همسر، کناره‌گیری ارتباطی، سردی هیجانی و کاهش صمیمیت هم‌پوشانی دارد، اما دقیقاً معادل هیچ‌یک از آنها نیست. ممکن است همسر به لحاظ فیزیکی در رابطه حضور داشته باشد، وظایف خانوادگی را انجام دهد و حتی تعارض آشکاری نیز وجود نداشته باشد، اما یکی از زوجین در سطح تجربه زیسته خود احساس کند که دیده نمی‌شود، فهمیده نمی‌شود و نیازهای عاطفی او موضوع توجه واقعی قرار نمی‌گیرد. در مدل فرایندی صمیمیت، صمیمیت زمانی شکل می‌گیرد که فرد بتواند خودافشایی کند و پاسخ طرف مقابل را به‌صورت فهم، اعتباربخشی و مراقبت ادراک کند (Laurenceau et al., 1998; Reis et al., 2004). بنابراین، طرد هیجانی را می‌توان اختلالی در چرخه خودافشایی و پاسخ‌گویی دانست؛ یعنی فرد پیام هیجانی ارسال می‌کند، اما پاسخ دریافت‌شده برای او حامل بی‌تفاوتی، تحقیر، بی‌حوصلگی، تغییر موضوع یا سکوت است.

اگرچه ادبیات زوج‌درمانی و روان‌شناسی خانواده به‌طور گسترده بر اهمیت صمیمیت، دلبستگی و پاسخ‌گویی عاطفی تأکید کرده است، تجربه مردان از طرد هیجانی کمتر به‌صورت مستقیم و کیفی بررسی شده است. در بسیاری از زمینه‌های فرهنگی، از جمله جوامعی که هنجارهای سنتی مردانگی در آنها همچنان قدرت نمادین و اجتماعی دارند، مردان غالباً با انتظاراتی مواجه‌اند که آنان را به کنترل هیجان، استقلال، خوداتکایی، قدرت‌نمایی و پرهیز از ابراز نیاز عاطفی فرامی‌خواند. چنین انتظاراتی سبب می‌شود مردان حتی در زمانی که رنج هیجانی را تجربه می‌کنند، آن را به زبان نیاورند یا در قالب‌هایی غیرمستقیم مانند سکوت، عصبانیت، کناره‌گیری، اشتغال افراطی، فاصله جنسی یا بی‌تفاوتی رفتاری بروز دهند. مطالعات مربوط به مردانگی و هیجان نشان داده‌اند که مردان در روابط صمیمی با فشارهای متناقضی مواجه‌اند: از یک سو انتظار می‌رود همسر، پدر و شریک عاطفی در دسترس باشند و از سوی دیگر، فرهنگ مردانگی آسیب‌پذیری هیجانی آنان را نشانه ضعف یا وابستگی تلقی می‌کند (Oliffe et al., 2023).

در چارچوب دلبستگی بزرگسال، نیاز به پاسخ‌گویی عاطفی نشانه ضعف یا وابستگی ناسالم نیست، بلکه بخشی از سازوکار طبیعی پیوند انسانی است. افراد در روابط صمیمی به دنبال این اطمینان‌اند که «آیا برای تو مهم هستم؟»، «آیا وقتی ناراحتم به من پاسخ می‌دهی؟» و «آیا می‌توانم

آسیب‌پذیری خود را نزد تو آشکار کنم؟ (Johnson, 2004; Mikulincer & Shaver, 2016). «در زوج‌درمانی هیجان‌مدار، بسیاری از تعارض‌های مزمن زوجین نه صرفاً ناشی از اختلاف موضوعی، بلکه حاصل چرخه‌های منفی دلبستگی تلقی می‌شوند؛ چرخه‌هایی که در آن یک شریک با انتقاد یا اعتراض به دنبال اتصال عاطفی است و شریک دیگر برای محافظت از خود یا کاهش تنش عقب‌نشینی می‌کند (Johnson & Greenman, 2006). در چنین چرخه‌ای، مرد ممکن است از سوی همسر به «بی‌احساسی» یا «بی‌تفاوتی» متهم شود، در حالی که تجربه درونی او می‌تواند ترکیبی از رنج، شرم، ترس از رد شدن و ناتوانی در بیان نیاز باشد.

الگوی مطالبه/کناره‌گیری یکی از شناخته‌شده‌ترین الگوهای ارتباطی در پژوهش‌های زناشویی است. در این الگو، یک شریک خواهان تغییر، گفت‌وگو یا پاسخ است و دیگری از گفت‌وگو فاصله می‌گیرد، سکوت می‌کند یا از درگیری هیجانی پرهیز می‌کند (Christensen & Heavey, 1990). پژوهش‌های بعدی نشان داده‌اند که این الگو در محیط واقعی خانه نیز قابل مشاهده است و با کیفیت پایین‌تر رابطه، تداوم تعارض و کاهش رضایت زناشویی ارتباط دارد. (Papp et al., 2009) در تجربه مردان، طرد هیجانی گاهی نه در قالب کناره‌گیری اولیه، بلکه پس از چندین تلاش ناموفق برای نزدیک‌شدن رخ می‌دهد. مرد ممکن است ابتدا با شوخی، درخواست توجه، بیان خستگی، تماس بدنی یا گفت‌وگوی کوتاه تلاش کند ارتباط برقرار کند؛ اما هنگامی که این تلاش‌ها با بی‌اعتنایی یا پاسخ سرد مواجه می‌شود، به تدریج به سکوت و کناره‌گیری پناه می‌برد. این کناره‌گیری از بیرون ممکن است به‌عنوان بی‌تفاوتی تعبیر شود، اما از درون می‌تواند سازوکاری دفاعی در برابر تکرار طرد باشد.

طرد هیجانی همچنین با مفهوم «دیوار سنگی» یا stonewalling در مطالعات گاتمن هم‌خوانی دارد. گاتمن و لوینسون نشان دادند که برخی الگوهای تعاملی منفی، از جمله کناره‌گیری، کاهش تعامل مثبت و ناتوانی در تنظیم تعارض، می‌توانند فرایندهای فروپاشی رابطه را پیش‌بینی کنند. (Gottman & Levenson, 1992, 2000) با این حال، تمرکز صرف بر رفتار بیرونی کناره‌گیری ممکن است تجربه درونی فرد کناره‌گیر را پنهان کند. مردی که در برابر همسر خود خاموش شده است، لزوماً فاقد نیاز هیجانی نیست؛ ممکن است به این نتیجه رسیده باشد که بیان نیاز بی‌فایده است، گفت‌وگو به تحقیر منتهی می‌شود یا درخواست محبت شأن مردانه او را مخدوش می‌کند. بنابراین، مطالعه تجربه مردان از طرد هیجانی می‌تواند لایه‌ای کمتر دیده‌شده از پویایی‌های زناشویی را آشکار کند.

از سوی دیگر، طرد هیجانی می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای برای سلامت روان و کیفیت رابطه داشته باشد. احساس دیده‌نشدن در رابطه صمیمی با تنهایی، کاهش عزت‌نفس، خشم فروخورده، اضطراب رابطه‌ای، فاصله جنسی و کاهش تعهد عاطفی همراه است. در روابط زناشویی، تکرار تجربه بی‌پاسخی ممکن است به نوعی «سوگ خاموش» منجر شود؛ فرد همچنان در رابطه باقی می‌ماند، اما از امکان دریافت صمیمیت ناامید می‌شود. چنین وضعیتی به‌ویژه برای مردانی که شبکه حمایتی عاطفی محدودی دارند می‌تواند شدیدتر باشد، زیرا بسیاری از مردان بخش عمده نیازهای عاطفی خود را تنها از رابطه زناشویی انتظار دارند و کمتر درباره رنج‌های عاطفی خود با دوستان، خانواده یا متخصصان گفت‌وگو می‌کنند.

در زمینه فرهنگی ایران، بررسی تجربه مردان از طرد هیجانی اهمیت ویژه‌ای دارد. از یک سو، خانواده و ازدواج همچنان جایگاه محوری در سازمان اجتماعی و هویت فردی دارند؛ از سوی دیگر، تغییرات سبک زندگی، اشتغال، فشارهای اقتصادی، دگرگونی نقش‌های جنسیتی و افزایش

انتظارات عاطفی از ازدواج، کیفیت روابط زناشویی را پیچیده‌تر کرده است. مردان در این زمینه ممکن است هم‌زمان تحت فشار تأمین اقتصادی، ایفای نقش سنتی قدرت و پاسخ‌گویی به نیازهای عاطفی رابطه باشند. با وجود این، زبان فرهنگی آماده‌ای برای بیان رنج عاطفی مردان در ازدواج وجود ندارد. در نتیجه، تجربه طرد هیجانی در مردان می‌تواند در قالب‌های پنهان، غیرمستقیم و گاه آسیب‌زا ظاهر شود.

پژوهش کیفی در این حوزه از آن جهت ضروری است که طرد هیجانی بیش از آنکه صرفاً یک متغیر قابل اندازه‌گیری باشد، تجربه‌ای تفسیری، رابطه‌ای و زمینه‌مند است. پرسش اصلی این نیست که مردان چه اندازه طرد هیجانی را تجربه می‌کنند، بلکه این است که آنان این تجربه را چگونه معنا می‌کنند، در چه موقعیت‌هایی آن را تشخیص می‌دهند، چه احساساتی را در پاسخ به آن تجربه می‌کنند و چه راهبردهایی برای سازگاری یا دفاع از خود به کار می‌برند. روش کیفی امکان می‌دهد زبان درونی، استعاره‌ها، روایت‌ها و تناقض‌های تجربه مردان آشکار شود؛ امری که در پرسش‌نامه‌های بسته کمتر قابل دستیابی است.

بر این اساس، مطالعه حاضر با تمرکز بر مردان متأهل ساکن تهران تلاش می‌کند تجربه آنان از طرد هیجانی در روابط زناشویی را واکاوی کند. این پژوهش می‌تواند برای غنی‌سازی ادبیات زوج‌درمانی، طراحی مداخله‌های حساس به جنسیت، فهم عمیق‌تر کناره‌گیری مردان در رابطه و بازاندیشی در کلیشه‌های رایج درباره نیازهای عاطفی مردان سودمند باشد. هدف پژوهش حاضر واکاوی تجربه مردان متأهل از طرد هیجانی در روابط زناشویی و شناسایی مضامین اصلی این تجربه در بستر زندگی زناشویی بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. انتخاب رویکرد کیفی به دلیل ماهیت تفسیری و تجربه‌محور موضوع بود؛ زیرا طرد هیجانی در روابط زناشویی پدیده‌ای ذهنی، رابطه‌ای و زمینه‌مند است و فهم آن نیازمند دسترسی به روایت‌ها، معانی و تفسیرهای مشارکت‌کنندگان از تجربه زیسته خود است. جامعه پژوهش شامل مردان متأهل ساکن شهر تهران بود که دست‌کم سه سال از ازدواج آنان گذشته بود و خود را دارای تجربه مکرر طرد هیجانی، بی‌پاسخی عاطفی یا دیده‌نشدن هیجانی در رابطه زناشویی می‌دانستند. نمونه‌گیری به صورت هدفمند و با معیارهای ورود انجام شد. معیارهای ورود شامل مرد بودن، تأهل رسمی، سکونت در تهران، گذشت حداقل سه سال از ازدواج، تمایل به مشارکت در مصاحبه، توانایی بیان تجربه‌های شخصی و گزارش تجربه طرد هیجانی در رابطه زناشویی بود. معیارهای خروج شامل وجود بحران حاد زناشویی در زمان مصاحبه، مصرف فعال مواد، ابتلا به اختلال روان‌پزشکی شدید گزارش‌شده یا ناتوانی در ادامه مصاحبه به دلیل آشفتگی شدید بود. در مجموع، ۱۸ مرد متأهل در پژوهش شرکت کردند. پس از مصاحبه شانزدهم، داده‌ها به اشباع نظری نزدیک شد و دو مصاحبه دیگر برای اطمینان از کفایت و تکرار مضامین انجام گرفت. این تصمیم با منطق مطالعات اشباع کیفی هم‌خوان است؛ زیرا پژوهش‌های روش‌شناختی نشان داده‌اند که در گروه‌های نسبتاً همگن، اشباع در بسیاری از مطالعات مصاحبه‌محور با نمونه‌های کوچک تا

متوسط حاصل می‌شود. (Guest et al., 2006; Hennink & Kaiser, 2022)

داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته عمیق گردآوری شد. راهنمای مصاحبه بر اساس هدف پژوهش و مرور ادبیات نظری مرتبط با صمیمیت، دلبستگی، پاسخ‌گویی همسر و الگوهای ارتباطی زوجین طراحی شد. پرسش‌های آغازین ماهیتی باز داشتند؛ برای مثال: «وقتی از طرد هیجانی در رابطه زناشویی صحبت می‌کنید، دقیقاً چه تجربه‌ای برای شما زنده می‌شود؟»، «در چه موقعیت‌هایی بیشتر احساس می‌کنید از نظر عاطفی دیده نمی‌شوید؟»، «وقتی نیاز عاطفی خود را بیان می‌کنید، معمولاً چه پاسخی دریافت می‌کنید؟»، «این تجربه چه اثری بر احساس شما نسبت به خود، همسران و رابطه گذاشته است؟» و «برای کنار آمدن با این وضعیت چه کارهایی انجام داده‌اید؟». در طول مصاحبه، از پرسش‌های پیگیر مانند «می‌توانید نمونه‌ای بگویید؟»، «آن لحظه چه احساسی داشتید؟»، «واکنش شما چه بود؟» و «این تجربه برای شما چه معنایی داشت؟» استفاده شد. مصاحبه‌ها با رضایت آگاهانه مشارکت‌کنندگان ضبط و سپس واژه‌به‌واژه پیاده‌سازی شد. مدت مصاحبه‌ها بین ۴۵ تا ۷۵ دقیقه بود و میانگین زمان مصاحبه حدود ۶۱ دقیقه برآورد شد.

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo انجام شد. فرایند تحلیل بر اساس مراحل تحلیل مضمون براون و کلارک شامل آشنایی مکرر با داده‌ها، استخراج کدهای اولیه، جست‌وجوی مضامین، بازبینی مضامین، تعریف و نام‌گذاری مضامین و تدوین گزارش نهایی صورت گرفت (Braun & Clarke, 2006). ابتدا متن مصاحبه‌ها چندین بار خوانده شد تا پژوهشگر با فضای کلی روایت‌ها آشنا شود. سپس واحدهای معنایی مرتبط با تجربه طرد هیجانی شناسایی و کدگذاری اولیه شد. در مرحله بعد، کدهای مشابه در خوشه‌های مفهومی قرار گرفتند و مضامین فرعی و اصلی شکل گرفتند. مضامین اولیه چندین بار با متن مصاحبه‌ها تطبیق داده شدند تا اطمینان حاصل شود که هم با داده‌ها سازگارند و هم از یکدیگر تمایز مفهومی دارند. برای افزایش قابلیت اعتماد، بخشی از کدگذاری‌ها توسط پژوهشگر دوم بازبینی شد و اختلاف‌ها از طریق بحث تحلیلی حل شد. همچنین از بازبینی مشارکت‌کنندگان برای بررسی همخوانی تفسیرها با تجربه آنان، یادداشت‌برداری تحلیلی، ثبت مسیر تصمیم‌گیری پژوهش و ارائه نقل‌قول‌های مستقیم استفاده شد. معیارهای اعتبار‌پذیری، انتقال‌پذیری، وابستگی و تأییدپذیری بر اساس منطق اعتماد‌پذیری در پژوهش کیفی مدنظر قرار گرفتند (Lincoln & Guba, 1985; Nowell et al., 2017). اصول اخلاقی شامل رضایت آگاهانه، محرمانگی اطلاعات، امکان انصراف در هر مرحله، حذف نام و نشانه‌های هویتی و استفاده از کد به‌جای نام واقعی رعایت شد.

یافته‌ها

از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، ۱۸ مرد متأهل ساکن تهران در پژوهش شرکت کردند. دامنه سنی مشارکت‌کنندگان بین ۳۰ تا ۵۲ سال بود. از نظر مدت ازدواج، ۴ نفر بین ۳ تا ۵ سال، ۶ نفر بین ۶ تا ۱۰ سال، ۵ نفر بین ۱۱ تا ۱۵ سال و ۳ نفر بیش از ۱۵ سال سابقه زندگی مشترک داشتند. از نظر سطح تحصیلات، ۳ نفر دارای دیپلم یا فوق‌دیپلم، ۶ نفر دارای مدرک کارشناسی، ۷ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۲ نفر دارای مدرک دکتری بودند. از نظر وضعیت شغلی، ۷ نفر کارمند، ۴ نفر دارای شغل آزاد، ۳ نفر مدیر یا سرپرست واحد کاری، ۲ نفر متخصص فنی و ۲ نفر مدرس یا پژوهشگر بودند. همچنین ۱۲ نفر دارای فرزند و ۶ نفر بدون فرزند بودند. تحلیل مصاحبه‌ها به استخراج ۴۳۸

واحد معنایی، ۷۲ کد اولیه، ۱۵ مضمون فرعی و چهار مقوله اصلی انجامید. چهار مقوله اصلی عبارت بودند از: نامرئی شدن عاطفی در رابطه، شرم مردانه و خودسانسوری نیازهای هیجانی، چرخه اعتراض خاموش و کناره‌گیری تدریجی، و پیامدهای روانی، جنسی و ارتباطی طرد هیجانی. **نامرئی شدن عاطفی در رابطه.** نخستین مقوله اصلی به تجربه دیده‌نشدن، شنیده‌نشدن و جدی گرفته‌نشدن احساسات مردان در رابطه زناشویی اشاره داشت. مشارکت‌کنندگان طرد هیجانی را بیشتر در لحظاتی تجربه می‌کردند که تلاش داشتند درباره خستگی، فشار روانی، نیاز به محبت، نگرانی یا دلخوری خود صحبت کنند، اما پاسخ همسر را سرد، گذرا، قضاوت‌گرانه یا بی‌اعتنا می‌یافتند. برای آنان، طرد هیجانی همیشه در قالب دعوا یا پاسخ آشکار منفی رخ نمی‌داد؛ گاهی تغییر موضوع، نگاه‌نکردن، مشغول شدن با تلفن همراه، سکوت طولانی یا گفتن جمله‌هایی مانند «باز شروع کردی؟» یا «این چیزها مهم نیست» معنای طرد داشت. یکی از مشارکت‌کنندگان ۳۸ ساله گفت: «من دنبال راه‌حل نبودم، فقط می‌خواستم بفهمد آن روز چقدر خرد شده‌ام. ولی هنوز جمله‌ام تمام نشده بود که گفت همه خسته‌اند. همان‌جا حس کردم اصلاً من را نمی‌بیند.» مشارکت‌کننده دیگری بیان کرد: «وقتی ناراحتم، همسرم یا نصیحت می‌کند یا بحث را عوض می‌کند. بعد از چند سال آدم یاد می‌گیرد چیزی نگوید، چون گفتن و نگفتن فرقی ندارد.» در این مقوله، مردان احساس می‌کردند نقش‌های آنان به‌عنوان نان‌آور، پدر یا مسئول خانواده دیده می‌شود، اما خود عاطفی آنان در رابطه جایگاهی ندارد.

شرم مردانه و خودسانسوری نیازهای هیجانی. دومین مقوله نشان داد که تجربه طرد هیجانی با هنجارهای مردانگی و شرم از ابراز نیاز عاطفی پیوند عمیقی دارد. بسیاری از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که حتی پیش از واکنش همسر، خودشان در بیان نیازهای عاطفی دچار تردید و شرم می‌شوند. آنان نگران بودند که درخواست محبت، توجه، نوازش، گفت‌وگو یا حمایت عاطفی آنان «ضعف»، «وابستگی» یا «بچه‌گانه بودن» تلقی شود. یکی از مشارکت‌کنندگان ۴۲ ساله گفت: «برای مرد سخت است بگوید من هم دلم توجه می‌خواهد. انگار اگر بگویی، از مردانگی‌ات کم می‌شود. وقتی هم یک بار می‌گویی و جدی نمی‌گیرند، دیگر قفل می‌کنی.» مشارکت‌کننده دیگری اظهار کرد: «زنم فکر می‌کند مرد فقط باید محکم باشد. وقتی می‌گویم حال خوب نیست، می‌گوید تو دیگر چرا؟ همین جمله برای من یعنی حق نداری ضعیف باشی.» این مضمون نشان داد که مردان نه‌تنها از سوی همسر، بلکه از سوی تصویر فرهنگی مرد ایده‌آل نیز طرد می‌شوند. در نتیجه، آنان نیاز عاطفی خود را سانسور می‌کنند، آن را به خشم یا سکوت تبدیل می‌کنند یا با کار، سرگرمی و فاصله‌گیری جایگزین می‌سازند.

چرخه اعتراض خاموش و کناره‌گیری تدریجی. سومین مقوله به فرایندی اشاره داشت که در آن مردان پس از تجربه‌های مکرر طرد، به تدریج از تلاش مستقیم برای گفت‌وگو یا نزدیکی عاطفی دست می‌کشیدند. این کناره‌گیری در ابتدا نوعی اعتراض خاموش بود؛ یعنی مرد می‌خواست با سکوت یا فاصله‌نشان دهد که رنجیده است، اما با گذشت زمان به سبک غالب رابطه تبدیل می‌شد. مشارکت‌کنندگان توضیح دادند که در مراحل اولیه، تلاش‌هایی برای توضیح احساسات، جلب توجه یا ترمیم رابطه داشته‌اند، اما پس از دریافت پاسخ‌های سرد یا سرزنش‌آمیز، به این نتیجه رسیده‌اند که «بحث کردن فایده ندارد». یکی از مردان ۳۵ ساله گفت: «اوایل اصرار می‌کردم حرف بزنیم. بعد دیدم هر بار یا دعوا می‌شود یا من مقصر می‌شوم. حالا فقط سکوت می‌کنم. شاید از بیرون فکر کند بی‌تفاوت شده‌ام، ولی واقعیت این است که خسته

شده‌ام.» مشارکت‌کننده‌ای دیگر گفت: «من قهر نمی‌کنم، فقط دیگر چیزی نمی‌خواهم. این بدتر از قهر است، چون یعنی امیدم کم شده.» این مقوله نشان داد که کناره‌گیری مردان گاهی نه نشانه فقدان احساس، بلکه نتیجه فرسودگی ناشی از تلاش‌های بی‌پاسخ برای دریافت توجه عاطفی است.

پیامدهای روانی، جنسی و ارتباطی طرد هیجانی. چهارمین مقوله اصلی پیامدهای چندسطحی طرد هیجانی را نشان داد. مشارکت‌کنندگان از احساس تنهایی درون ازدواج، کاهش عزت‌نفس، خشم فروخورده، بی‌میلی به گفت‌وگو، سردی جنسی، کاهش انگیزه برای وقت‌گذرانی مشترک و شکل‌گیری نوعی فاصله عاطفی پایدار سخن گفتند. برای برخی، طرد هیجانی باعث شد خانه دیگر مکان آرامش نباشد و رابطه زناشویی به هم‌زیستی کارکردی تبدیل شود. یکی از مشارکت‌کنندگان ۴۸ ساله بیان کرد: «بدترین تنهایی این است که کنار همسرت باشی و نتوانی بگویی دلت گرفته. آدم کم‌کم یاد می‌گیرد خودش را جمع کند و فقط نقش‌هایش را انجام دهد.» مشارکت‌کننده دیگری گفت: «وقتی از نظر احساسی پس زده می‌شوی، رابطه جنسی هم مکانیکی می‌شود یا اصلاً از بین می‌رود. چون بدن جلوتر از دل نمی‌رود.» در این مقوله، طرد هیجانی به‌عنوان عاملی فرساینده ظاهر شد که نه‌تنها کیفیت گفت‌وگو، بلکه میل جنسی، اعتماد، احساس ارزشمندی و امید به آینده رابطه را تضعیف می‌کرد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف واکاوی تجربه مردان از طرد هیجانی در روابط زناشویی انجام شد. یافته‌ها نشان داد که این تجربه در مردان متأهل پدیده‌ای چندبعدی است و در چهار مقوله اصلی نامرئی‌شدن عاطفی، شرم مردانه و خودسانسوری نیازهای هیجانی، چرخه اعتراض خاموش و کناره‌گیری تدریجی، و پیامدهای روانی، جنسی و ارتباطی سازمان می‌یابد. این نتایج نشان می‌دهد که طرد هیجانی برای مردان صرفاً به معنای دریافت پاسخ منفی آشکار نیست، بلکه بیشتر به شکل بی‌پاسخ‌ماندن مکرر تلاش‌های ارتباطی، فقدان اعتباربخشی عاطفی و احساس بی‌اهمیت‌بودن در رابطه تجربه می‌شود. این برداشت با مدل فرایندی صمیمیت همسو است که بر نقش خودافشایی و پاسخ‌گویی ادراک‌شده همسر در شکل‌گیری صمیمیت تأکید دارد (Laurenceau et al., 1998; Reis et al., 2004). هنگامی که مرد تجربه می‌کند بیان هیجان او با فهم، توجه و مراقبت مواجه نمی‌شود، چرخه صمیمیت مختل می‌شود و رابطه به تدریج از فضای عاطفی به فضای وظیفه‌ای و کارکردی تغییر می‌یابد.

مقوله نخست، یعنی نامرئی‌شدن عاطفی در رابطه، نشان داد که مردان شرکت‌کننده اغلب احساس می‌کردند در نقش‌های عملکردی خود دیده می‌شوند، اما در سطح نیازها و آسیب‌پذیری‌های هیجانی موضوع توجه قرار نمی‌گیرند. این یافته با مفهوم پاسخ‌گویی ادراک‌شده همسر سازگار است (Reis, 2004). و همکاران معتقدند که احساس صمیمیت زمانی تقویت می‌شود که فرد همسر خود را فهمیده، اعتباربخش و مراقب ادراک کند (Reis et al., 2004). در پژوهش حاضر، مردان دقیقاً فقدان همین سه مؤلفه را گزارش کردند: فهمیده نمی‌شدند، احساسشان معتبر شمرده نمی‌شد و مراقبت هیجانی دریافت نمی‌کردند. این وضعیت می‌تواند باعث شود که رابطه از نظر ساختاری پابرجا اما از نظر روانی ناامن شود. از

منظر دلبستگی نیز این یافته قابل تبیین است؛ زیرا رابطه زوجین در بزرگسالی به‌عنوان نظام دلبستگی عمل می‌کند و فقدان پاسخ در لحظات نیاز می‌تواند نظام تهدید را فعال کند (Hazan & Shaver, 1987; Mikulincer & Shaver, 2016). بنابراین، طرد هیجانی برای مردان نه رویدادی کوچک، بلکه نشانه‌ای از نایمندی رابطه‌ای است.

مقوله دوم نشان داد که تجربه طرد هیجانی مردان با شرم مردانه و خودسانسوری نیازهای عاطفی پیوند دارد. بسیاری از مشارکت‌کنندگان پیش از آنکه از سوی همسر طرد شوند، در درون خود با این باور درگیر بودند که مرد نباید نیازمند محبت، توجه یا حمایت هیجانی باشد. این یافته با ادبیات مردانگی و هیجان همسو است که نشان می‌دهد هنجارهای سنتی مردانگی می‌توانند بیان هیجانی مردان را محدود کنند و کمک‌خواهی عاطفی را برای آنان دشوار سازند (Oliffe et al., 2023). در چنین شرایطی، مردان ممکن است نیازهای عاطفی خود را تنها زمانی بیان کنند که فشار روانی بسیار بالا رفته باشد؛ اما اگر همان بیان محدود نیز با بی‌اعتنایی یا تمسخر مواجه شود، شرم آنان تقویت و احتمال بیان بعدی کاهش می‌یابد. بنابراین، طرد هیجانی در مردان فرایندی دوگانه دارد: از یک سو پاسخ ناکافی همسر و از سوی دیگر ممنوعیت فرهنگی ابراز آسیب‌پذیری، هر دو به خاموش شدن هیجانی مرد کمک می‌کنند.

مقوله سوم، یعنی چرخه اعتراض خاموش و کناره‌گیری تدریجی، نشان داد که سکوت و فاصله‌گیری مردان در بسیاری از موارد نه نقطه آغاز مشکل، بلکه پیامد تجربه‌های مکرر بی‌پاسخی است. این یافته با الگوی مطالبه/کناره‌گیری در روابط زناشویی همخوان است (Christensen & Heavey, 1990; Papp et al., 2009). یافته حاضر یک نکته تکمیلی مهم را آشکار می‌کند: کناره‌گیری مردان همیشه ناشی از بی‌علاقگی، فقدان مهارت ارتباطی یا اجتناب ساده از تعارض نیست، بلکه گاهی نوعی دفاع در برابر تکرار طرد است. مردان مشارکت‌کننده در این پژوهش توضیح دادند که ابتدا تلاش‌هایی برای گفت‌وگو، توضیح احساسات و نزدیک شدن داشته‌اند، اما پس از تجربه مکرر پاسخ‌های سرد یا سرزنش‌آمیز، به سکوت پناه برده‌اند. این یافته با دیدگاه زوج‌درمانی هیجان‌مدار نیز همسو است که رفتارهای دفاعی زوجین را اغلب راهبردهایی برای محافظت از خود در برابر تهدید دلبستگی می‌داند (Johnson, 2004; Johnson & Greenman, 2006). بنابراین، درمانگر زوج باید به‌جای برچسب‌زدن سریع به مرد کناره‌گیر، از خود بپرسد این کناره‌گیری از کدام رنج، ترس یا تجربه طرد محافظت می‌کند.

مقوله چهارم نشان داد که طرد هیجانی پیامدهای روانی، جنسی و ارتباطی گسترده‌ای برای مردان دارد. احساس تنهایی در ازدواج، خشم فروخورده، کاهش عزت‌نفس، کاهش گفت‌وگو، سردی جنسی و فرسودگی رابطه‌ای از جمله پیامدهای گزارش شده بودند. این یافته با مطالعات طولی گاتمن و لوینسون قابل تبیین است که نشان داده‌اند الگوهای تعاملی منفی، کاهش تعامل مثبت و کناره‌گیری می‌توانند با فرایندهای فرسایش و فروپاشی زناشویی مرتبط باشند (Gottman & Levenson, 1992, 2000). در پژوهش حاضر، مردان طرد هیجانی را نوعی «تنهایی در حضور دیگری» تجربه می‌کردند؛ وضعیتی که در آن رابطه ادامه دارد، اما کارکرد آرام‌بخش و صمیمانه خود را از دست می‌دهد. همچنین گزارش کاهش میل یا کیفیت رابطه جنسی نشان می‌دهد که صمیمیت جنسی برای بسیاری از مردان از صمیمیت هیجانی جدا نیست. این یافته با دیدگاه‌هایی همسو است که رابطه جنسی در ازدواج را در بستر دلبستگی، امنیت عاطفی و پاسخ‌گویی زوجین تبیین می‌کنند (Johnson, 2009).

یکی از نکات مهم یافته‌ها آن است که مردان طرد هیجانی را اغلب به زبان مستقیم بیان نمی‌کنند. آنان به جای گفتن «من طرد شده‌ام»، از عباراتی مانند «دیگر چیزی نمی‌گویم»، «انگار مهم نیستم»، «فقط نقش‌هایم را انجام می‌دهم» یا «خانه برایم آرامش ندارد» استفاده می‌کردند. این مسئله از نظر بالینی اهمیت دارد، زیرا در جلسات زوج‌درمانی ممکن است شکایت اصلی زن، سکوت یا بی‌احساسی مرد باشد، در حالی که روایت مرد نشان دهد سکوت او برآمده از تاریخچه‌ای از بی‌پاسخی و ناکامی عاطفی است. این موضوع به معنای نادیده‌گرفتن سهم مرد در چرخه تعارض نیست، بلکه تأکید می‌کند که رفتار کناره‌گیرانه باید در بافت رابطه و تجربه ذهنی فرد فهمیده شود. زوج‌درمانی مؤثر زمانی آغاز می‌شود که هر دو شریک بتوانند معنای زیرین رفتارهای دفاعی یکدیگر را ببینند.

از نظر نظری، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که طرد هیجانی مردان را می‌توان در تقاطع سه چارچوب فهم کرد: نظریه دلبستگی، مدل فرایندی صمیمیت و نظریه‌های مردانگی. نظریه دلبستگی توضیح می‌دهد چرا بی‌پاسخی همسر می‌تواند احساس نایمنی و تهدید ایجاد کند. مدل صمیمیت نشان می‌دهد که فقدان پاسخ‌گویی ادراک‌شده چگونه خودافشایی و نزدیکی را کاهش می‌دهد. نظریه‌های مردانگی نیز توضیح می‌دهند چرا مردان در بیان نیاز عاطفی با شرم، خودسانسوری و هراس از قضاوت مواجه می‌شوند. ترکیب این سه چارچوب نشان می‌دهد که طرد هیجانی مردان نه صرفاً مسئله‌ای فردی، نه صرفاً مسئله‌ای ارتباطی و نه صرفاً مسئله‌ای فرهنگی است؛ بلکه پدیده‌ای چندسطحی است که باید در سطح فرد، زوج و زمینه اجتماعی تحلیل شود.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

موازین اخلاقی

در تمامی مراحل پژوهش حاضر اصول اخلاقی مرتبط با نشر و انجام پژوهش رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

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

References

- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- 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>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.

- 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>
- Guest, G., Bunce, A., & Johnson, L. (2006). How many interviews are enough? An experiment with data saturation and variability. *Field Methods*, 18(1), 59–82. <https://doi.org/10.1177/1525822X05279903>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hennink, M., & Kaiser, B. N. (2022). Sample sizes for saturation in qualitative research: A systematic review of empirical tests. *Social Science & Medicine*, 292, 114523. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114523>
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). Brunner-Routledge.
- Johnson, S. M. (2009). Integrating sex and attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35(2), 125–135. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00120.x>
- Johnson, S. M., & Greenman, P. S. (2006). The path to a secure bond: Emotionally focused couple therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 62(5), 597–609. <https://doi.org/10.1002/jclp.20251>
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1238–1251. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1238>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE Publications.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1), 1–13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Oliffe, J. L., Kelly, M. T., Gonzalez Montaner, G., & Yu Ko, W. F. (2023). Masculinities and men's emotions in and after intimate partner relationships. *Journal of Men's Studies*, 31(2), 167–184. <https://doi.org/10.1177/1097184X221149988>
- Papp, L. M., Kouros, C. D., & Cummings, E. M. (2009). Demand-withdraw patterns in marital conflict in the home. *Personal Relationships*, 16(2), 285–300. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2009.01223.x>
- Reis, H. T., Clark, M. S., & Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. In D. J. Mashek & A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 201–225). Lawrence Erlbaum Associates.