

## استمارة المشاركة (مشاركة ثنائية)

اللقب: بوغازي

الاسم: آمنة

الرتبة العلمية: طالبة دكتوراه

الجامعة: جامعة 8 ماي 1945 قالمة

الهاتف الشخصي: 0658133933

البريد الإلكتروني: aminaboughazi09@gmail.com

اللقب: بوغازي

الاسم: ندى

الوظيفة: مستشار محلل للتوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

مكان العمل / المؤسسة: متوسطة صغير السعيد- تاملوكة

الهاتف الشخصي: 0667365738

البريد الإلكتروني: nadaboughazi9@gmail.com

محور المداخلة: عوامل ظهور وانتشار ظاهرة الطلاق في المجتمع الجزائري

عنوان المداخلة: أنماط التعلق الزواجي وعلاقتها بالطلاق العاطفي بين الزوجين

## أنماط التعلق الزوجي وعلاقتها بالطلاق العاطفي بين الزوجين

Marital attachment patterns and their relationship to emotional divorce between spouses

ندى بوغازي

آمنة بوغازي

مركز التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

جامعة 8 ماي 1945 قالمة

[nadaboughazi9@gmail.com](mailto:nadaboughazi9@gmail.com)

[boughazi.amina@univ-guelma.dz](mailto:boughazi.amina@univ-guelma.dz)

### الملخص:

يعد الطلاق العاطفي مرحلة خفية تسبق في كثير من الأحيان الطلاق الرسمي، حيث يعيش الزوجان حالة من الانفصال النفسي والعاطفي رغم استمرار الحياة المشتركة. وتشير الأدبيات إلى أن أنماط التعلق الزوجي تعد من أبرز العوامل المؤثرة في طبيعة العلاقة الزوجية، فالتعلق الآمن يعزز التواصل والرضا والاستقرار، في حين يرتبط التعلق غير الآمن، القلق والمتجنب خاصة، بضعف الحميمية وتزايد الصراعات التي قد تقود إلى الانفصال العاطفي.

تهدف هذه الورقة البحثية إلى تسليط الضوء على العلاقة بين أنماط التعلق والطلاق العاطفي، بالاعتماد على قراءة في الدراسات السابقة العربية والأجنبية، وإبراز كيف يمكن لهذه الأنماط أن تكون من الأسباب والدوافع الأساسية التي تفسر هشاشة الروابط الزوجية.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، الطلاق العاطفي، الاستقرار

### Abstract :

Emotional divorce is a hidden stage that often precedes formal divorce, where the couple experiences a state of psychological and emotional separation despite the continuation of shared life. The literature indicates that marital attachment styles are among the most prominent factors influencing the nature of the marital relationship. Secure attachment enhances communication, satisfaction, and stability, while insecure attachment, especially anxious and avoidant attachment, is associated with poor intimacy and increased conflicts that may lead to emotional separation. This research paper aims to shed light on the relationship between attachment styles and emotional divorce, based on a reading of previous Arab and foreign studies, and to highlight how these styles can be among the main reasons and motives that explain the fragility of marital ties.

**Keywords :** attachment styles, emotional divorce, stability

## الإشكالية:

يعد الطلاق ظاهرة عالمية لا تخص مجتمعا دون آخر، وتزداد خطورته في ارتفاع معدلاته في السنوات الأخيرة ارتفاعا ملحوظا، بات يهدد كيان المجتمعات باعتبار أن الأسرة هي اللبنة الأولى لبناء المجتمع، فأى تهديد لها يؤثر على المجتمع عموما ففي عام 2024 ، استمرت حالات الطلاق في الجزائر في الارتفاع، حيث تم تسجيل حوالي 240 حالة طلاق يوميا، ما يعادل أكثر من 87.600 حالة طلاق سنويا، بنسبة 33 بالمائة من حالات الزواج، هذا الارتفاع يعكس زيادة ملحوظة مقارنة بالسنوات السابقة إلى جانب التضائل السريع في القدرة على الحفاظ على علاقات طويلة الأمد ، وعليه فقد أصبح من الضروري فهم الديناميكيات النفسية التي تعزز استقرار الحياة الزوجية، وحل الصراعات الزوجية وتحقيق الرضا عن العلاقة الزوجية للحد من هذه الظاهرة. وتعد نظرية التعلق التي طورها جون بولبي في منتصف القرن العشرين، كواحدة من أقوى الأطر المفاهيمية لتحليل العلاقات العاطفية بين البالغين حيث افترض بولبي أن تجارب الطفولة المبكرة مع مقدمي الرعاية تؤثر على أنماط التعلق الفردية، وبالتالي تُملي كيفية تعامل البالغين مع العلاقات العاطفية. تشمل أنماط التعلق هذه الأنواع الآمنة، والقلقة، والمتجنبة، وغير المنظمة، والتي تُولي أهمية كبيرة للتعامل مع العلاقة الحميمة، والتعامل مع الخلافات، والحفاظ على الروابط العاطفية في الزواج. يرتبط التعلق الآمن بارتفاع مستوى الرضا والاستقرار الزوجي لأن هؤلاء الأفراد لديهم آراء أكثر إيجابية تجاه أزواجهم وعلاقاتهم. على العكس من ذلك، عادةً ما ترتبط أنماط التعلق غير الآمنة، والقلقة والمتجنبة، بانخفاض مستوى الرضا الزوجي ومستويات أعلى من الصراع. تتفاعل أنماط التعلق بطريقة قد تمنع أو تساهم في مشاكل العلاقة، وبالتالي الاستقرار الزوجي على المدى الطويل. ، ولهذا يمكن اعتبار أنماط التعلق بأنها نماذج سلوكية وعاطفية تظهر في العلاقات الوثيقة بين الأفراد، وتؤثر على التفاعلات الاجتماعية والعاطفية للفرد في المستقبل ونظرا لاستمرارية تأثير مثل هذه العلاقات في المراحل اللاحقة، وقد جاءت هذه الورقة البحثية لتبحث في دور أنماط التعلق في استقرار الزواج، وتستكشف طرق تقوية الأزواج نفسياً. من خلال البحث في كيفية تفاعل أنماط التعلق المختلفة مع بعضها البعض على طول أبعاد مختلفة، مثل أنماط التواصل، واستراتيجيات حل النزاعات، والألفة العاطفية داخل الزواج، وقد حاولنا الإجابة على التساؤل التالي:

ما هي طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق الزوجي والطلاق العاطفي بين الزوجين وكيف يؤثر ذلك على استقرار العلاقة الزوجية؟

## أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة على المستوى النظري في:

- إثراء الإطار المعرفي والنظري حول متغير أنماط التعلق الزوجي من خلال ربطه بظاهرة الطلاق العاطفي، وهو موضوع يعد من المواضيع الحديثة نسبيا في الدراسات العربية.
- توسيع الفهم العلمي للعلاقات الزوجية عبر إدماج مفاهيم مستمدة من علم النفس الأسري ونظرية التعلق في تفسير الديناميكيات الداخلية للعلاقة الزوجية .

- تقديم إطار تفسيري يساعد الباحثين مستقبلاً على دراسة متغيرات أخرى (كالرضا الزوجي، جودة الحياة، الصحة النفسية) في ضوء أنماط التعلق.

#### على المستوى التطبيقي:

- تساعد نتائجها على تشخيص العوامل الخفية وراء معاناة الأزواج الذين يعيشون معاً دون إشباع عاطفي، وبالتالي توجيه تدخلات أكثر فاعلية
- توجيه الأخصائيين النفسيين والأسريين إلى تصميم برامج إرشادية وعلاجية تستهدف تعديل أنماط التعلق غير الآمنة وتعزيز التواصل العاطفي بين الزوجين .
- لفت نظر الجهات المعنية مثل مراكز الاستشارات الأسرية، وجمعيات حماية الأسرة لفهم أسباب الطلاق غير المعلن عنها وتقديم بدائل وقائية .
- المساهمة في بناء استراتيجيات وقائية تحد من الطلاق العاطفي وما يترتب عنه من تفكك أسري وآثار نفسية على الأطفال.

#### أهداف الدراسة:

تمثلت في الهدف الأساسي وهو الكشف عن طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق الزوجي والطلاق العاطفي بين الزوجين على وأثرها على استقرار الحياة الزوجية

#### التعريف بمصطلحات الدراسة الإجرائية:

**أنماط التعلق:** هي الطريقة التي يتبناها الفرد في إدراكه للعلاقة الزوجية والتفاعل داخلها، بناء على خبراته السابقة في علاقاته الأولية مع مقدم الرعاية الأساسي، حيث يعبر الزوجان من خلالها عن الحاجة للقرب والدعم والأمان في العلاقة الزوجية، وتتمثل هذه الأنماط في ثلاثة أنماط: نمط آمن، نمط قلق/ متناقض، نمط متجنب

**الطلاق العاطفي:** حالة من الانفصال النفسي والوجداني بين الزوجين، حيث يغيب الشعور بالمودة والحميمية والتواصل الفعال بينهما، مع استمرار العلاقة الزوجية شكلياً

#### المحور الأول: إطار مفاهيمي:

##### 1- مفهوم التعلق وبعض المفاهيم المرتبطة به:

##### 1-1- التعلق:

يعرف التعلق حسب بولبي واينزورث Ainsworth and Bowlby على أنه رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي، وتصبح فيما بعد أساساً لعلاقات الحب المستقبلية (Ainsworth & Bowlby, 1991, p336) كما يعرف أيضاً على أنه رابطة انفعالية قوية تؤدي إلى شعور الطفل بالسعادة والفرح والأمن عندما يكون قريباً من مقدم الرعاية، والشعور بالتوتر والانعزاج عندما ينفصل عنه مقدم الرعاية مؤقتاً (أبو غزال، جرادات، 2009، ص45)

## 1-2- سلوك التعلق:

يقصد بسلوك التعلق سلوكات الرضيع الموجهة نحو تعزيز التقارب، والمتمثلة في سلوكات الابتسامة المناغاة... الخ، فهي سلوكات مؤشرة تنذر الأم برغبات الطفل وحاجاته للتفاعل معها. فسلوك البكاء مثلاً يدفع الأم للتقرب نحو الطفل والقيام بأفعال تؤدي إلى الحد من بكائه، ومع النمو يطور الطفل سلوكات أخرى تسمح له بالتقرب ومتابعة صور التعلق، هذه السلوكات ذات الطبيعة الفطرية تعتبر كنوع من تعلق الطفل بأمه وهي تعزز التعلق المتبادل بين الطفل والأم. وقد أشار كل من قيدناي وقيدناي إلى أن كل السلوكات التي تسمح للشخص بالارتباط أو الحفاظ على التقارب مع بعض صور التعلق المفصلة والمميزة يمكن اعتبارها كسلوك للتعلق.

## 1-3- صورة التعلق:

اعتبر بولبي (Bowlby, 1984) صورة التعلق هي تلك الصورة التي يُوجّه إليها الطفل سلوك التعلق، وبالتالي يمكن أن يمثل صورة للتعلق كل شخص يدخل في تبادل اجتماعي نشط ودائم مع الرضيع ويستجيب بسهولة لإشاراته ومتطلباته. وعليه يمكن القول بوجود عدة صور للتعلق تكون متدرجة بناء على الرعاية المقدمة للطفل وكذا خصائص مقدم الرعاية ومدى قدرته على الاستجابة لحاجات الرضيع، فالطفل لديه استعداد فطري للارتباط والذي يتطور تدريجياً مع نمو الطفل إلى أن يكون هذا الأخير صورة متميزة للتعلق، تستمر معه في كل المراحل يلجأ إليها في أوقات الحاجة أو المعاناة.

## 1-4- نظام التعلق:

يمثل مجموع سلوكات التعلق، كنوع من التقارب وما يوفره من شعور بالحماية والأمن، فكل ما يشجع التقارب ويعطي الشعور بالحماية يدخل في إطار نظام التعلق. فهو بمثابة مجموع الأنظمة المحفزة على التقارب؛ إذ يعتبر نظاماً ذي هدف خارجي يتمثل في تحقيق التقارب الجسدي مع صورة التعلق من خلال سياق الاحتواء؛ فالطفل يتفاعل مع محيطه ويُترجم دلالته، وفي حالة المعاناة والفجوة يبحث عن التقارب مع صورة التعلق.

واعتبر بولبي (Bowlby, J, 1984) أن نظام التعلق هو نظام نشط باستمرار، فالطفل عندما يُدرك العوامل المحيطة به كمؤشرات أمانة يتوجه نحو أهداف ونشاطات أخرى مع استمرار النظام في مراقبة المحيط كمنبع محتمل للضغط، أما في حالة إدراك هذه العوامل كمؤشرات على الخطر يتم تفعيل نظام التعلق من خلال البحث عن الاتصال والتقارب مع صورة التعلق وعدم الشعور بالرضا إلا بالارتباط معها (مزيان، كركوش، 2016، ص 241-242)

## 2- مفهوم التعلق الزوجي:

يكمن الجزء الأكثر أهمية في نظرية التعلق في فرضية أن تجارب العلاقات المبكرة تخلق أنماطاً داخلية نشطة في مرحلة الطفولة، مما يؤثر على المعرفة والعلاقات المستقبلية. بمعنى آخر، يتم استيعاب هذا النمط وتعميمه لاحقاً على إقامة علاقات مع الآخرين. أي أن نشاط نظام التعلق لا يقتصر على مرحلة الطفولة. فقط، بل تعتبر علاقات الأطفال المبكرة نماذج أولية لعلاقاتهم التالية، حتى مع الغرباء. وتشير الكثير من الأبحاث التجريبية إلى أن التعلق مهم بشكل كبير في علاقة البالغين بالآخرين، وخاصة علاقاتهم الرومانسية والزوجية (Rholes & Simpson, 2004, P301)

ويعرف أبو سليمة (2018) أنماط التعلق الزواجي بأنها "رابطة نفسية وطيدة بين الزوجين، وتعد امتداد لأنماط التعلق بمرحلة الطفولة وتشمل نمط التعلق الآمن والتجنبى والقلق".

ويرى بركات (2020) أنها "علاقة وجدانية قوية بين الزوجين ذات قيمة، تسهم في تشكيل الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه وعن الآخرين، مما يؤثر في سلوك الفرد عند مواجهة المشكلات. وتتكون هذه العلاقة من خلال استجابة شريك الحياة (صورة التعلق) لحاجات التعلق (الأمن والثقة) لدى شريكة الآخر".

بينما يشير (Hasim,2023) بأنها "الطرق التي يقوم بها الأفراد بتكوين روابط عاطفية والتفاعل مع الآخرين، لا سيما في العلاقات الوثيقة، وتتأثر هذه الأنماط بالتجارب المبكرة مع مقدمي الرعاية ويمكن أن يكون لها تأثير كبير على علاقات البالغين لا سيما العلاقة بين الزوجين" (Hasim, 2023,p 54)

### 3- مفهوم الطلاق العاطفي:

المصطلح الشرعي للطلاق العاطفي هو الهجر، والهجر في اللغة يُطلق على الهجر والتباعد، وهو عكس الصلة: فالهجر هو التقاطع والامتناع عن التواصل. والهجر في اصطلاح التأديب هو الفراق والهجر والامتناع عن الاستمرار مع المؤدب. أما في العلاقة الزوجية، فهو ترك الرجل لزوجته، وعدم رعايتها، وفقدان المشاعر العاطفية بينه وبين زوجته بدرجات وأحوال تُبين. وهذا ما يُعرف بالطلاق العاطفي. (السدحان، 2013، ص 21).

هو حالة انطفاء علاقة العاطفة (الجنس)، أو تضائلها إلى درجة متقدمة، مع تراكم التناقضات في التوقعات. قد تبدو الرابطة الزوجية وكأنها استنزفت من حيث العاطفة والشراسة في تحقيق الأهداف على حد سواء. ومع هذا الاستنزاف يزداد التباين، وتتقلص مساحة التقاطع بين دائرتي الرابطة الزوجية، وتتباعدها تان الدائرتان، مما ينتج عنه عالمان مختلفان، حيث يبدأ كل من الزوجين بالتحرك في فلكه الخاص على مستويات واهتمامات مختلفة (السطوف، 2015، ص 23).

عرّف الحقباني (2015) الطلاق العاطفي بأنه هجر الزوج لزوجته، سواءً كان ذلك من خلال هجر العلاقة العاطفية أو من خلال الامتناع عن الحوار المتبادل وفقدان المودة والتوافق النفسي بين الزوجين، مع حرمان الزوج من حقوقه الزوجية الأخرى كالنفقة وتأمين السكن (الحقباني، 2013، ص 26)

ويعرف أيضا بأنه اختلال التوازن وسوء العدالة في توزيع حقوق وواجبات الزوجين. مما يؤثر سلبا في التواصل ومن ثم يؤدي إلى فتور المشاعر بين الزوجين (الشواشرة وعبد الرحمن، 2018، ص 305).

### المحور الثاني: التعلق الزواجي:

#### 1- نظرية التعلق في إطار العلاقات الزوجية:

تعتبر نظرية التعلق أن الميل إلى تكوين روابط عاطفية قوية مع أفراد معينين سمة إنسانية فطرية، موجودة في جميع الأفراد من المهد إلى اللحد. ومن المفترض أن نظام التعلق يعمل على الحفاظ على سلامة الفرد وأمنه من خلال التواصل مع مقدمي

الرعاية الداعمين. وينشط نظام التعلق بقوة أكبر في الشدائد، بحيث يشعر الفرد، عندما يكون خائفًا أو متوترًا أو متعبًا أو مريضًا، برغبة في طلب الحماية والراحة والدعم من مقدم الرعاية الأساسي (Bowlby,1982,P 56)

على الرغم من أن نظرية التعلق قد طُوِّرت في الأصل لشرح طبيعة العلاقة التي تتطور بين أحد الوالدين والطفل، إلا أن بولبي أكد باستمرار أن سلوك التعلق لا يقتصر بأي حال من الأحوال على الأطفال. على الرغم من أنه من المرجح أن يكون أقل نشاطًا لدى البالغين منه لدى الأطفال، إلا أنه يمكن رؤية سلوك التعلق لدى البالغين كلما شعروا بالضيق. يمكن رؤية سلوك التعلق لدى البالغين، في العديد من أنواع المواقف المؤلمة - على سبيل المثال، غالبًا ما يسعى البالغون إلى التقرب من الأشخاص المهمين في حياتهم (من بين عشرة أزواج) استجابةً للتوتر الناتج عن الألم الجسدي والتعب والخوف من مواقف جديدة ومشاعر الرفض من قبل الآخرين ومشاكل العمل والتهديد بالخسارة وما إلى ذلك.

تؤكد نظرية التعلق على أن رغبة البالغين في الراحة والدعم في الشدائد لا ينبغي اعتبارها اعتمادًا طفوليًا أو غير ناضج بدلاً من ذلك، يجب احترامها باعتبارها جزءًا لا يتجزأ من الطبيعة البشرية يساهم في الصحة الشخصية والرفاهية علاوة على ذلك، تدعم الأبحاث في أدبيات التعلق لدى كل من الأطفال والبالغين الافتراض القائل بأن الطريقة الخاصة التي يُنظم بها سلوك التعلق لدى الفرد (على سبيل المثال، كيفية ظهوره من قبل فرد معين) تعتمد إلى حد كبير على تاريخ الفرد في تجاربه مع شخصيات التعلق أو مقدمي الرعاية في المواقف المؤلمة، وعلى المعرفة العامة التي يمتلكها الفرد فيما يتعلق بالذات وشخصيات التعلق - على سبيل المثال، قدراتهم واستجاباتهم المحتملة مع تغير الظروف البيئية

(Rholes & Simpson,2004,P301)

## 2-تصنيف أنماط التعلق الزوجي:

تعددت تصنيفات العلماء لأنماط التعلق بين الزوجين ولكن معظمها تضمن ثلاث أنماط:

**نمط التعلق الآمن Secure Attachment Style** ويتسم بالنظرة الإيجابية للذات وللشريك، حيث يرى أصحاب هذا النمط أنهم يستحقون حب الآخرين ومساعدتهم، خاصة في حالات الضعف والأزمات، وينتج عن ذلك أنهم أكثر ارتياحًا في العلاقات الحميمة مع الشريك، كما يشعر الشريك بالارتياح لتلك العلاقة، لذا يتم تقييم العلاقة بين الشريكين على نحو إيجابي، لديهم ميل إلى إقامة علاقات طويلة الأمد ومرضية مع الشريك تتسم بالدفع العاطفي واللغة والدعم كما يتميزون بالقدرة على التنظيم الانفعالي، والتكيف مع المواقف المختلفة.

**نمط التعلق القلق Secure Attachment Style** ويتسم بالنظرة السلبية للذات والإيجابية للشريك والسعي إلى التقارب المفرط وإعادة الاطمئنان، والتركيز الشديد على العلاقات العاطفية، ومخاوف حول هجر الشريك والشعور بالانهاك المجرد التهديد بإنهاء العلاقة، والانشغال الزائد بالعلاقة بالشريك، وانخفاض الشعور بالرضا عن تلك العلاقة، ومحاولات مستمرة للتشبث بالشريك، وعدم الثقة بالنفس، وكثرة الغضب، وصعوبة تحمل الشعور بالتهديد أو التعرض لأمر مزعجة فهم يقضون للغاية للتهديدات المحتملة والشعور بالرفض من الشريك، حيث لديهم حساسية مفرطة للتغيرات العاطفية.

ويستخدمون استراتيجيات التنظيم الانفعالي الخاطئة، ويشعرون بالقلق من أن الشريك لن يكون حساس بدرجة كافية لمشاعرهم نحوه .

نمط التعلق التجنبي **Avoidant Attachment Style** ويتسم بالنظرة الإيجابية للذات والسلبية للشريك والميل نحو مزيد من الابتعاد في العلاقة وقمع المشاعر العاطفية وانخفاض الرضا عن تلك العلاقة، والميل إلى إقامة علاقات القصيرة تعتمد على مستوى أقل من التقارب والرغبة في عدم الاعتماد على الشريك وعدم الالتزام نحوه، ودعم الحاجة للاستقلالية بدلاً من الحاجة للتواصل وينكرون حاجاتهم للتعلق، ويتجنبون التقارب العاطفي، ويميلون إلى كبت ذكريات أحداث التعلق السلبية (Aytaç et al,2023,p 1100)

### 3-تأثير أنماط التعلق الزواجي على العلاقات العاطفية بين الزوجين:

أظهرت الدراسات أن آثار أنماط التعلق تمتد إلى ما هو أبعد من العلاقات الشخصية بشكل عام، لتشمل العلاقات العاطفية للبالغين بشكل خاص. وقد سَهّل هازان وشافر (1987) هذا العمل من خلال تطوير أداة تقرير ذاتي لتقييم أنماط التعلق لدى البالغين تتكون من ثلاث فقرات قصيرة، بناءً على تصنيف التعلق الخاص بأينسورث. بحثت دراسة هازان وشافير (1987) في فكرة أن مشاعر الحب هي عملية تعلق، تتشابه مع العملية التي تحدث في وقت مبكر من الحياة بين الرضيع ومقدم الرعاية الأساسي له. ركزت الدراسة على أنماط التعلق الثلاثة التي حددها أينسورث والاعتقاد بأن هذه الأنماط تستمر حتى مرحلة البلوغ بسبب النماذج العاطفية/المعرفية للذات والآخرين التي توجه السلوك الاجتماعي. يقترح هازان وشافير (1987) أن هذه النماذج للذات والآخرين، وبالتالي نمط تعلق الفرد، يتحدد جزئيًا من خلال علاقاته مع الوالدين في مرحلة الطفولة المبكرة. تضمنت نتائج الدراسة أن معدل استمرار أنماط التعلق الثلاثة هو نفسه تقريبًا في مرحلة الطفولة كما هو الحال في مرحلة البلوغ، وأن أنماط التعلق المختلفة تختلف وفقًا لذلك في الطرق التي ينظرون بها إلى مشاعر الحب، وأن نمط التعلق يرتبط بالنماذج العقلية للذات والآخرين، وكذلك العلاقة مع الوالدين (Burton, 2004, p10)

درس فيني ونولر (1990) 347 طالبًا جامعيًا أنماط التعلق والمعتقدات حول العلاقات العاطفية لديهم. ووجدوا أن المشاركين ذوي نمط التعلق الآمن الذين يشعرون بالثقة أفادوا بتصورات إيجابية حول العلاقات العاطفية، بينما كان المشاركون ذوي التعلق المتجنب أكثر عرضة للإبلاغ عن انفصال الأم أثناء الطفولة والتعبير عن موقف عدم الثقة. ومن المثير للاهتمام، أن المشاركين ذوي التعلق القلق- المتناقض كانوا أقل عرضة لاعتبار آبائهم داعمين مقارنة مع المشاركين المتجنبيين. ووجد المؤلفون أن المشاركين ذوي التعلق القلق- المتناقض كانوا يفتقرون أيضًا إلى الاستقلالية ويتوقعون إلى التزام قوي في العلاقات العاطفية (Feeney & Noller,1990,p280)

وجد هازان وشافير (1987) أن البالغين الآمنين عاطفيًا أعربوا عن راحة أكبر فيما يتعلق بالتعبية والألفة، ولم يكونوا قلقين بشأن إمكانية هجرهم من قبل الشريك. بالإضافة إلى ذلك، تميل علاقات الحب للبالغين الآمنين عاطفيًا إلى أن تكون الأكثر ديمومة وإرضاءً. على النقيض من ذلك، يشعر البالغون المتجنبون بعدم الارتياح نسبيًا عند التقرب عاطفيًا من الآخرين، ويواجهون صعوبة في الاعتماد عليهم والثقة بهم (Hazan & Shaver,1987,p 520)



خلص العديد من الباحثين الآخرين إلى أن البالغين المتجنبيين هم أيضًا أكثر عرضة لعدم الوقوع في الحب أبدًا، ولديهم أقل عدد من تجارب الحب. وجد هازان وشافير (1987) أن البالغين ذوي التعلق القلق- المتناقض يصبحون قريبين بشكل مفرط من شركائهم الرومانسيين، ويشككون كثيرًا في حب شركائهم الرومانسيين لهم، ولديهم مخاوف مستمرة من أن شركائهم سيتخلون عنهم.

وجد آخرون (فيني ونولر، 1990، مايسليس، 1995) أن أنماط التعلق القلق- المتناقض كانت الأكثر غير واعتمادًا في علاقاتهم، ولديهم أقل قدر من الرضا في علاقاتهم الزوجية، ولديهم أقصر مدة لهذه العلاقات (Burton, 2004, p10)

#### 4- تأثير أنماط التعلق الزواجي على الاستجابة للصراعات بين الزوجين:

توفر نظرية التعلق كما تُطبق على علاقات البالغين، إطارًا لفهم الاستجابات المختلفة للصراع. فوفقا لبولبي (1980) فإن الصراع هو بمثابة تهديد لرابطة التعلق، حيث أن أي موقف يهدد رابطة التعلق سيُفعل سلوكيات التعلق (مثل التشبث والبيكاء) المصممة لإعادة تأسيس الرابطة والحفاظ عليها. يمكن أن تشمل هذه المواقف مجموعة من التهديدات، مثل المخاوف بشأن الأذى الجسدي والمرض والفسل في العمل وفقدان أحد الأحباء والتفاعلات التي تنطوي على صراع. قد يواجه الأفراد التفاعلات التي تنطوي على صراع كتهديد لأمان التعلق إذا أثارت هذه التفاعلات تساؤلات حول مدى توفر الشريك (على سبيل المثال، إثارة مخاوف بشأن مغادرة الشريك) أو حول مدى استعداد الشريك أو قدرته على الاستماع وفهم مخاوفهم والاستجابة لها بحساسية، تشير هذه النقطة إلى أهمية التمييز بين الصراعات حول القضايا المحورية للتعلق (مثل قرب الشريك وتوافره) وتلك الأقل محورية للتعلق (مثل الشؤون المالية)

(Kobak & Duemmler, 2001, P 403)

من المرجح أن تثير الصراعات التي تركز على مخاوف التعلق تهديدًا، ولكن إذا أمكن حلها بنجاح، فمن المرجح أيضًا أن تعزز روابط التعلق. ومع ذلك، قد يكون تحديد ما إذا كان الصراع يثير مخاوف التعلق مهمة صعبة. على الرغم من أن بعض أنواع الصراعات (مثل الصراع حول الشؤون المالية) قد تكون أقل محورية لمخاوف التعلق، إلا أن بعض الأفراد (مثل أولئك الذين لديهم نمط تعلق منشغل) قد يرون مثل هذه الصراعات على أنها تهديد لرابطة التعلق. فاختلافات أنماط التعلق على الرغم من أن الصراع قد يكون منفردًا إلى حد ما للجميع، إلا أن الدرجة التي يثير بها الصراع تهديدًا مرتبطًا بالتعلق والطبيعة الدقيقة لهذا التهديد ستختلف باختلاف محتوى نماذج العمل للتعلق (Rholes & Simpson, 2004, P 286)

الأشخاص الذين يتمتعون بأسلوب تعلق آمن، والذين يتوقعون من شركائهم أن يكونوا متجاوبين ومتاحين، وبالتالي لا يهتمون كثيرًا بتوافر شريكهم، قد لا يرون الصراع على أنه تهديد للعلاقة. ونتيجة لذلك، يجب أن يكون الأفراد المرتبطون بشكل آمن قادرين على التواصل بانفتاح أثناء الصراعات، ويجب أن يكونوا قادرين على تطبيق مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات للتفاوض مع شريكهم، على النقيض من ذلك، من المرجح أن يواجه الأشخاص الذين لديهم نمط تعلق منشغل (قلق-متناقض) أو نمط تعلق متجنب-رافض الصراع كتهديد للعلاقة، ولكن لأسباب مختلفة بالنسبة للأشخاص الذين لديهم نمط تعلق منشغل، قد يثير الصراع مخاوف بشأن تخلي الشريك عنهم أو بشأن استجابة الشريك لاحتياجاتهم، مما يؤدي إلى فرط تنشيط نظام التعلق. ونتيجة لذلك، قد يستجيب الأشخاص الذين لديهم نمط تعلق منشغل للصراع من خلال إظهار مشاعر مكثفة والتركيز المفرط على مخاوفهم الخاصة، وقد يواجهون صعوبة في الاهتمام

بالمعلومات التي ينقلها شركاؤهم. بالنسبة للأشخاص الذين لديهم نمط تعلق رافض متجنب، قد يشكل الصراع تهديدًا لأنه يمس تفضيلهم للاستقلال والاعتماد على الذات، وهو تفضيل قد يعكس اعتقادًا بأن الآخرين سيكونون غير متاحين عاطفيًا وغير مستجيبين.

أثناء الصراع، قد يتعرض الأفراد الذين لديهم نمط تعلق رافض متجنب للضغط للانخراط في سلوكيات مرتبطة بإرساء القرب العاطفي، مثل الكشف عن الأفكار والمشاعر الشخصية، وهي عملية قد تهدد حاجتهم إلى الحفاظ على استقلاليتهم. وبالتالي، قد يستجيب الأشخاص ذوو نمط التعلق الرافض-المتجنب للصراع عن طريق تعطيل نظام التعلق، مما يدفعهم إلى الانسحاب أو التقليل من أهمية الصراع (Kobak & Duemmler, 2001, P 403).

## المحور الثاني: الطلاق العاطفي:

### 1-مراحل الطلاق العاطفي:

يمر الطلاق العاطفي بعدة مراحل، تبدأ بفقدان المودة والحب، ثم التخلي الجزئي عن الممارسات العاطفية بجميع أنواعها تدريجيًا، وصولًا إلى الانفصال الكامل. ويشمل أيضًا أي علاقة جنسية، والعيش خارج إطار الزوجية وإهمال النفقة والرعاية. وبهذه الطريقة، لا تكون الزوجة مطلقة ولا متزوجة. وتشمل هذه المراحل:

أولاً: زعزعة الاستقرار وفقدان الثقة: في هذه المرحلة، يفقد أحد الطرفين الثقة بالطرف الآخر ولا يثق بالطرف الآخر، مما يؤدي إلى حالة من عدم الثقة بالطرف الآخر، تتهز فيها صورة الطرف الآخر.

كما تشمل هذه المرحلة الشك في أقوال وأفعال الآخرين، وهذا يؤدي إلى فتور الحب بين الزوجين وفقدانه في النهاية.

ثانيًا: فتور الحب وفقدانه: في هذه المرحلة، يكثر اللوم وشدة اللوم على كل تقصير واتهام بعدم المسؤولية. يشعر كلا الطرفين بالظلم، ويصبح فقدان الحب نقطة محورية في الخلاف بينهما. يشعران أن شغفهما ببعضهما لم يعد كما كان في الماضي. لا أحد ينجذب إلى الآخر، ولا يكثر لطلباته، ويميل إلى المبالغة في عيوبه، ويبدو مترددًا في حبه أو مجاملته.

ثالثًا: الأنانية: تُسهم الأنانية في تدمير قواعد الأسرة. فكل فرد من الطرفين يُفكر في نفسه. يشعر الزوج أو الزوجة بعدم الرغبة في التضحية، ولا يُراعي مصالح حياة الطرف الآخر. ينشغل بنفسه أو بعمله بعيدًا عن الآخر ولا يلتزم بأداء واجباته في العلاقة.

رابعًا: الصمت الزوجي: وهو عدم التحدث أو تبادل مشاعر الصداقة مع الطرف الآخر بسبب اقتناعه بعدم جدوى الحوار معه. وهذا يؤدي إلى زيادة الفجوة بين الزوجين، مما يهدد العلاقة الزوجية بالانفصال. فإذا أُجبر الزوجان على الحوار، ستكون بينهما عداوة حادة تخلو من الحب والاحترام والتقدير. وقد يحاول كل منهما إيذاء الآخر أو توجيه اللوم إليه بالنقد أو اللوم.

خامسًا: الطلاق العاطفي: في هذه المرحلة، تزداد حدة التوتر النفسي بين الزوجين. إذا اضطررا للتعامل مع بعضهما البعض في بعض المواقف، فإن هذا التعامل يتخذ شكلًا من البرود، أو حدة الجدية التي تشبه التعاملات الرسمية، وليس المعاملة

الودية أو العفوية التي يُفترض أن تكون هي السائدة. في بعض الحالات، يلجأ أحد الزوجين إلى استخدام مواقف مختلفة للتعبير عن الكراهية أو المشاعر السلبية أو عدم الاهتمام بالطرف الآخر أو حتى عدم الاحترام.

يضيف هذا الموقف مشاكل جديدة إلى العلاقة التي لا تزال إشكالية. ينال كل طرف في فراشه الخاص، مما يؤدي إلى تفكك العلاقة، والكراهية والعناد (Jarwan & Al-frehat, 2020, p 73)

## 2-أسباب الطلاق العاطفي: تتمثل الأسباب العامة فيما يلي :

2-1-البخل في المشاعر يتأثر الحب بالتوافق. أي أن التوافق في الحياة الزوجية هو سعي كلا الزوجين إلى إدراك وتصديق والتصرف في اتجاه يتفقان فيه مع الزوج الآخر. بالإضافة إلى ذلك، يتأثر التفاعل الزوجي بشدة عندما لا يكون أحد الزوجين متوافقاً، فيشعر الآخر بقلة الاهتمام والسلبية وقلة التفاعل، ويندفع للبحث عن تفاعل إيجابي خارج المنزل.

إن الإفراط في التوافق له تأثير كبير على التفاعل بين الزوجين عندما يخضع أحد الزوجين نفسه للطرف الآخر ويتبعه أينما ذهب، فيكون معه ولا يستطيع مناقضته في أي شيء. وهذا يجعل الزواج المتبع مملاً بسبب سلبية هذا الطرف واستخفافه به، فيندفع الطرف الآخر للبحث عن تفاعل إيجابي خارج المنزل (موسى، 1995، ص 128).

2-2-قلة التعاطف: قدرة التعاطف مع الزوجين هي قدرة كل منهما على وضع نفسه مكان الزوج الآخر، والشعور بمشاعره، ومشاركته أفراحه وأحزانه، وتقدير همومه وأفكاره. ويكون التأثير متبادلاً بين الحب والمشاركة العاطفية، مما ينمي الحب بينهما، والحب ينمي التعاطف بينهما. إن إهمال المشاركة العاطفية والتواصل العاطفي، أي تبادل المشاعر باللمس، أو ما يسميه أخصائيو الإرشاد الزوجي تبادل المودة الجسدية، مثل المداعبة بين الزوجين، يؤدي إلى الطلاق العاطفي (موسى، 1995، ص 129).

2-3-ضعف التوافق الجنسي: عدم التوافق الجنسي بين الزوجين يعني أن أحد الزوجين أو أحدهما لا يستمتع بالرضا الجنسي مع الآخر ويشعر بالإحباط والتوتر، مما يفسد علاقتهما الزوجية ويؤثر سلباً على تفاعلهما الزوجي بشكل عام. وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن عدم التوافق الجنسي وراء العديد من المشاكل الأسرية التي لا علاقة لها بالرضا الجنسي، بما في ذلك الخلافات حول الجوانب والعادات والمزاج وتربية الأطفال، وما إلى ذلك. ويرجع ذلك أساساً إلى أن الإحباط الجنسي يجعل ردود الفعل في التفاعل الزوجي غير ودية، وقد يؤدي إلى الخلاف والصراع بين الزوجين.

(محمود، 2006، ص32)

2-4-المستوى الاقتصادي والبيئي والفكري: يُعد الوضع الاقتصادي للزوجين عاملاً مهماً في العلاقات الزوجية، حيث أن الخلافات كثيراً ما تنشأ بين الزوجين خلافات مالية لا يستطيعان تحملها. بمعنى آخر، تؤثر الضغوط الاقتصادية سلباً على الزوجين، وكثيراً ما تؤدي إلى مشاعر التشاؤم والاكتئاب، مما يجعل الزوجين أقل استقراراً عاطفياً، مما يؤدي إلى العديد من الخلافات بينهما. يشير شين لو (2005) إلى أهمية العوامل الاقتصادية في استقرار الزواج، والتي تتزامن مع غياب العلاقة العاطفية بين الزوجين. علاوة على ذلك، يلعب الجانب الفكري والاجتماعي دوراً هاماً في العلاقة الزوجية، مما يشجع الزوجين على التحدث والنقاش وتبادل المفاهيم والآراء التي يتبناها كل منهما، ومن ثم يعزز ذلك الجوانب العاطفية بينهما.

ومع ذلك، فإن الاختلاف الكبير في العوامل الفكرية بين الزوجين قد يؤدي إلى صراعات وخلافات (منصور، 2009، ص 45). لاحظ الباحثون أيضًا أن الزواج في المناطق الحضرية يختلف عن الزواج في المناطق الريفية من حيث أنه يهتم بالمستوى الاقتصادي والمظهر والمكانة الاجتماعية بشكل أكبر، ويولي اهتمامًا أقل للعاطفة. يستمر الزوج في العمل للحفاظ على نفس المستوى، وفي معظم الحالات، تعمل الزوجة أيضًا، ويُعد العمل جزءًا أساسيًا منها. وهذا بدوره يؤدي إلى فقدان الدفء الأسري وإضعاف العلاقة بينهما (شيماء محمد، 2022، ص 125).

2-5- عمل المرأة: قد يكون عمل المرأة عاملاً في التفاعل السلبي وتفكك الأسرة، حيث يعتمد على نضج شخصية الزوجة وفهمها لمسؤولياتها الزوجية الأخرى. كما يعتمد على نضج شخصية الزوج وتشجيعه لزوجته ورضاه عن عملها وملاءمة عملها لطبيعتها الأنثوية وظروفها الأسرية (هادي، 2012، ص 443)

وهناك أسباب أخرى متعددة تؤدي في النهاية إلى الانفصال العاطفي، ولا شك أن هذه الأسباب تختلف من حالة إلى أخرى، من هذه الأسباب نذكر:

- الأنانية واهتمام كل طرف بمصالحه على حساب الطرف الآخر
- الاختيار الخاطئ الشريك الحياة
- اختلاف الميول والاهتمامات المشتركة بين الزوجين .
- الملل والفتور والروتين المتكرر لأحد الزوجين أو كليهما .
- غياب الرومنسية وفقدان الحب في العلاقة الزوجية
- الصمت الزوجي وسلبية التواصل بين الزوجين
- العنف المتبادل بين الزوجين
- فقدان الثقة بين الزوجين، ووجود اتجاهات سلبية نحو شريك الحياة (منال طه، 2018، ص 425)

### 3-الطلاق العاطفي والصحة النفسية:

يرتبط الطلاق العاطفي أيضا بالعديد من النتائج السلبية على الصحة العقلية وأنماط السلوك غير التكيفية، ويعد الرضا الزوجي أحد أهم محددات الصحة العقلية والاستقرار العاطفي والنجاح الزوجي، حيث يؤدي الخلاف الزوجي المستمر إلى ضعف الأداء السلوكي والعاطفي، وبالتالي فهو سبب شائع للحصول على تدخلات الصحة العقلية من المتخصصين. وقد وجدت العديد من الدراسات أن الخلاف الزوجي يرتبط بالاكتئاب غير السريري، والضيق النفسي. واضطرابات الاكتئاب الشديدة، واضطرابات الهلع. وقد أكد أमतو أن الأفراد المطلقين أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب، وضعف الرضا عن الحياة، والمشاكل الصحية. على الرغم من أن الطلاق قد يكون عامل ضغط كبير، إلا أنه غالبًا ما يكون مصحوبًا بمشاعر العجز، والاكتئاب، والقلق، والعدوانية، والحزن، والشعور بالذنب، والوحدة.

اقترح أوفر بيك وآخرون أنه بدلاً من الطلاق نفسه، فإن الصراع الزوجي الذي يسبقه هو الذي يتسبب في ظهور مشاكل الصحة العقلية. وبالتالي، قد تكون تداعيات الطلاق العاطفي على الصحة العقلية للأزواج مشابهة جدًا لتداعيات الطلاق الرسمي. على سبيل المثال، أكدت دراسة نوعية أجريت على 17 امرأة متزوجة في الأردن أنه في حين أن الطلاق العاطفي كان

وثيق الصلة بانعدام العلاقة الحميمة والمسافة العاطفية، إلا أنه أثر أيضاً على الصحة العقلية والجسدية والجنسية للمرأة. وبالمثل، توصلت دراسة أخرى أجريت على الطالبات المتزوجات في إحدى جامعات الأردن حول العلاقة بين الطلاق العاطفي والصلابة النفسية، والتي تتعلق بقدرة الفرد على الحفاظ على صحته الجسدية والعقلية عند مواجهة ضغوط الحياة، كشفت النتائج أن المتغيرين كان لهما ارتباط سلبي. اقترح المؤلفون أن النساء اللاتي أظهرن صلابة نفسية عالية من المرجح أن يمتلكن مهارات تكيف أفضل، والتي بدورها كانت بمثابة عامل وقائي ضد الطلاق العاطفي. إن الروابط بين عدم الرضا أو الخلاف الزوجي، بما في ذلك الطلاق، وضعف الصحة العقلية، مثل ارتفاع معدل الإصابة بالاكتئاب والقلق، راسخة. ومع ذلك، بخلاف عدد قليل من الدراسات الصغيرة التي أجريت على فئات مستهدفة محددة للغاية، لم يتم التحقق مما إذا كانت هناك علاقة بين الطلاق العاطفي ونتائج الصحة العقلية (Al-Shahrani & Hammad, 2023, p 13)

### المحور الثالث: أنماط التعلق الزواجي وعلاقتها بالطلاق العاطفي بين الزوجين – قراءة في الدراسات السابقة:

لقد شكّلت نظرية التعلق إطاراً مهماً لفهم جودة العلاقات الزوجية. فقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة العلاقة بين أنماط التعلق المختلفة (الأمن، القلق/المتناقض، المتجنب) والطلاق العاطفي وأثرها على مستوى الرضا عن العلاقة الزوجية. وفيما يلي عرض لأهم الدراسات السابقة في هذا المجال:

دراسة (Feeney, 2002) حول التعلق، والتفاعل بين الزوجين والرضا عن العلاقة الزوجية، وقد توصلت النتائج إلى أن الأفراد ذوي التعلق غير الأمن أكثر ميلاً إلى تفسير سلوكيات شركائهم بشكل أكثر سلبية، وأن الرضا لديهم يتأثر بصراعات الأحداث اليومية

أما دراسة (Hasim et al, 2003) حول العلاقة بين أنماط التعلق للراشدين وأنماط الصراع الزواجي، وقد أسفرت النتائج عن أن أنماط الصراع بين الأزواج تتأثر بأنماط التعلق لديهم، فالأزواج ذوي المستويات العالية من نمط التعلق القلق سيظهرون أنماطاً مدمرة وتجنبية أثناء الصراع وكذلك الأزواج ذوي المستوى العالي من نمط التعلق التجنبي سيظهرون نمطاً مدمراً ومتجنباً ومستوى منخفض من النمط البناء أثناء الصراع فنمط الصراع في التفاعل بين الزوجين يرتبط بأنماط التعلق لدى الراشدين

وفي دراسة رسلان وصالح (2008) حول أنماط التعلق ودورها في التنبؤ بالطلاق العاطفي، أظهرت النتائج أن نمط التعلق القلق والتجنبي أكثر الأنماط تنبؤاً بالطلاق العاطفي، وأنه لا توجد فروق دالة احصائية في أنماط التعلق ومستوى الطلاق العاطفي باختلاف الجنس ما عدا نمط التعلق التجنبي فقد كان أكثر شيوعاً لدى الزوجات

دراسة (Kamel Abbasi et al, 2011) حول علاقة أنماط التعلق والذكاء العاطفي بالرضا الزوجي على عينة شملت 450 متزوجاً، توصلت إلى أن نمط التعلق الأمن يرتبط إيجابياً بالدرجة العالية من الرضا الزواجي، في حين يرتبط كل من النمط القلق والمتجنب سلباً بالرضا الزواجي

دراسة (Diamond,2018) حول التعلق والرضا عن العلاقة بين المتزوجين لأول مرة، والمتزوجين مرة أخرى، والعلاقات بعد الطلاق، وقد تبين أن الأفراد ذوي التعلق الآمن يسجلون مستويات رضا أعلى مقارنة بالأنماط الأخرى، وأن الفروق بين الأنماط غير الآمنة كانت أقل وضوحًا لكنها جميعًا مرتبطة بانخفاض الرضا

أما دراسة (Hosseini-Hoseinabad,2018) حول التعلق والتوافق الزوجي، فقد بينت نتائجها إمكانية التنبؤ بالتوافق الزوجي من خلال أنماط، كما وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة بين التوافق الزوجي ونمطي التعلق القلق والتجنبي، في حين كانت العلاقة بين التوافق الزوجي ونمط التعلق الآمن إيجابية

وهدف دراسة (Tadjin & Besharat,2019) حول الاسهام النسبي لأنماط التعلق والتأثيرات الإيجابية والسلبية بالصراع الزوجي، وقد أسفرت النتائج عن أن نمطي التعلق المتجنب والقلق لها ارتباط إيجابي كبير بالصراعات الزوجية، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين التأثيرات الإيجابية أو السلبية والصراعات الزوجية، كما تبين أن نمط التعلق القلق يمكن أن يبنى بالصراعات الزوجية

وأكدت دراسة (Bediar et al,2020) نفس النتائج، حيث سجل الافراد ذوي نمط التعلق الآمن مستويات رضا زوجي أعلى، في حين سجل الأفراد ذوي النمط غير الآمن مستويات رضا أقل، كما تبين وجود فروق في الدعم المتبادل بين الزوجين باختلاف الجنس

كما أظهرت نتائج دراسة (Sakotic-Kurbalija et al,2022) حول الكفاءة المدركة في حل الصراعات الزوجية كوسيط بين أنماط التعلق للراشدين والتوافق الزوجي، أن النساء اللواتي لديهن نسبة عالية من نمط التعلق التجنبي من المرجح أن ينظرن إلى أنفسهن على أنهن أقل كفاءة في حل الصراعات الزوجية وغير متوافقات زوجيا، مقارنة بالنساء ذوات التعلق القلق

#### مناقشة النتائج:

تكشف مجمل الدراسات أن نمط التعلق الآمن الآمن يشكل عاملا وقائيًا ضد الطلاق العاطفي، حيث يساهم في تحقيق مستويات أعلى من الرضا الزوجي، وذلك لما يوفره من ثقة متبادلة وأمان عاطفي. بالمقابل، فإن الأنماط غير الآمنة (القلق والمتجنب) تشكل عامل خطر للطلاق العاطفي، حيث أنها ترتبط بانخفاض الرضا عن العلاقة الزوجية، وإن كان تأثيرها يختلف في شدته بين الدراسات .

كما توضح الأبحاث أن العوامل الوسيطة (مثل سلوك الشريك، الدعم المتبادل، الذكاء العاطفي) تلعب دورا هاما في تعديل العلاقة بين أنماط التعلق والرضا الزوجي وبالتالي استقرار الحياة الزوجية. إضافة إلى ذلك، فإن العوامل الثقافية والجنس تبرز كمتغيرات مفسرة للفروق بين المجتمعات .

هذه النتائج تعزز صلاحية نظرية التعلق كإطار تفسيري لفهم ديناميات الرضا الزوجي واستقرار العلاقة الزوجية. ومع ذلك، فإن الاعتماد الكبير على استبيانات التقرير الذاتي يبقى من أهم حدود هذه البحوث، وهو ما يستدعي مزيدًا من الدراسات الطولية والتجريبية لتعزيز النتائج في هذا الموضوع

## الخاتمة:

من خلال قراءة الدراسات السابقة العربية والأجنبية، يتضح أن أنماط التعلق الزواجي تمثل أحد المحددات الجوهرية لجودة واستقرار العلاقة الزوجية. فالأزواج ذوو نمط التعلق الآمن يتميزون بمستويات مرتفعة من الرضا العاطفي والتواصل البناء والقدرة على تجاوز الصراعات، الأمر الذي يجعلهم أقل عرضة للانفصال النفسي أو ما يعرف بالطلاق العاطفي.

في المقابل، يظهر أن أنماط التعلق غير الآمن، خاصة القلق والمتجنب، ترتبط بضعف الحميمية وغياب الثقة وصعوبة إدارة الصراعات، مما يهيئ المناخ لظهور الطلاق العاطفي الذي يعد مرحلة سابقة للطلاق الرسمي .

وتجمع أغلب الأدبيات على أن فهم طبيعة التعلق لدى الزوجين يتيح قراءة معمقة لمدى استقرار العلاقة، ويمكن من التدخل المبكر للوقاية من الانفصال النفسي. وعليه، فإن إدماج منظور التعلق في الدراسات الأسرية والإرشاد الزواجي يعد مدخلاً مهماً لفهم جذور ظاهرة الطلاق العاطفي في المجتمع.

## التوصيات:

1- ضرورة تكوين المرشدين النفسيين والاجتماعيين على استكشاف أنماط التعلق لدى الأزواج واستعمالها كأداة للتشخيص والتدخل .

2- تكثيف البحوث حول الطلاق العاطفي في البيئة الجزائرية والعربية، نظراً لقلة الدراسات التي تناولت هذه الظاهرة مقارنة بالدراسات الأجنبية

3- إدراج موضوع التعلق والمهارات العاطفية في برامج إعداد المقبلين على الزواج لتعزيز الوعي بالديناميات النفسية المؤثرة في العلاقة الزوجية

4- تصميم ورشات تدريبية للأزواج على مهارات التواصل وحل الصراعات، لما لها من دور في تعزيز التعلق الآمن والحد من احتمالية الطلاق العاطفي

5- تشجيع الدراسات الطولية التي تتبع مسار أنماط التعلق عبر الزمن لفهم كيف تتطور ديناميات العلاقة الزوجية وصولاً إلى الطلاق العاطفي أو الوقاية منه

6- مراعاة القيم الاجتماعية والدينية في تفسير ظاهرة الطلاق العاطفي وتقديم بدائل علاجية أو وقائية تتوافق مع البيئة العربية الإسلامية

## قائمة المراجع:

### المراجع العربية:

- أبو سليمة، نجلاء فتحي محمد. (2018). أنماط التعلق بالشريك وعلاقتها بالتنمر الزوجي لدى طلاب الدراسات العليا المتزوجين، مجلة الدراسات التربوية والإنسانية، 10 (3)، 305-372.
- أبو غزال، معاوية. جرادات، عبد الكريم. (2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 5(1)، 45-57.
- بركات، رندة عودة. (2020). العلاقة بين أنماط التعلق الزوجي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى المتزوجات العاملات، مجلة الأندلس، 7(25)، 47-68.
- الحقباتي، سعد. (2013). دليل الارشاد الأسري- مشكلة الطلاق العاطفي وكيف يتعامل معها المرشد النفسي، السعودية: مكتبة الملك فهد الوطنية.
- رسلان، نجلاء عمر بسيوني. وحسن، أماني عبد التواب صالح. (2008). التنبؤ بالخرس الزوجي من خلال أنماط التعلق بين الزوجين، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 18(9)، 299-352.
- السدحان، عبد الله ناصر. وآخرون. (2013). مشكلة الطلاق العاطفي وكيف يتعامل معها المرشد الاسري، الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية
- الشواشرة، عمرو عبد الرحمن، هبة. (2018). الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، المجلة الأردنية في العلوم والتربية، 12(3)، 301-313.
- محمود، عبد الله جاد. (2006). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي، القاهرة: المكتبة العصرية للطبع والنشر
- مزيان، حورية. كركوش، فتيحة. (2016). التعلق، مفهومه، أنماطه، وتأثيره على شخصية الفرد، المجلة الجزائرية للطفولة والتربية 4(4)، 239-250.
- موسى، رشاد علي عبد العزيز. (2008). سيكولوجية القهر الأسري، دمشق: دار القلم
- هادي، أنوار مجيد. (2012). الطلاق العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر في مدينة بغداد، بيروت: دار النهضة

### المراجع الأجنبية:

- Ainsworth, M.S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. American Psychologist, 46(4), 333-341.
- Al-Shahrani & Hammad. (2023). Impact of emotional divorce on the mental health of married women in Saudi Arabia, Plos One, 18(11), 1-13



- Aytaç., F. K & Schoppe-Sullivan, S. J. (2023). Adult attachment as a predictor of maternal gatekeeping among new parents. *Personal Relationships*, 30(3), 1096–1116.
- Bediar.,K.Hamza.,E.A., & Gladding.,S.T.(2020).Attachment Style,Marital Satisfaction,and Mutual Support : Attachment Style in Qatar, *The Family Journal* ,3,329-336
- Bowlby.,J.(1982).Attachment and Loss,vol 1 ,2<sup>nd</sup> ed, Basic Books,New York
- Burton.,K.A.(2004). Attachment Styles and Perceived Quality of Romantic Partner's opposite-sex best Friendship : The impact on Romantic Relationship Satisfaction (Doctoral Dessertation) ,University of Florida.
- Diamond et al. (2018).Attachment and relationship satisfaction among first married, remarried,and post-divorce relationships ,*Journal of Family Therapy*,2-17
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291
- Feeny.,J.A.(2002).Attachment,marital interaction,and relationship satisfaction : A diary study,*Personal Relationship*,9,39-55
- Hasim.,M, Mustafa.,H & Hashim.,N. (2023). Marital Communication during Conflict: A Study on Attachment Dimensions and Interaction Patterns. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 39(1),53-72
- Hazan.,C, & Shaver.,P.(1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524
- Hosseini-Hoseinabad.,S-F, Banab.,B, Mashayekh.,M, Farrokhi.,N, & Sodagar.,S. (2018). An Investigation of Predictive Marital Adjustment Base of Attachment Styles in Married Women. *Journals of Community Health Research*, 7(3),147-154
- Jarwan.,A, & Al-frehat.,B. (2020). Emotional Divorce and its Relationship with Psychological Hardiness. *International Journal of Education and Practice*, 8(1), 72- 85.
- Kamel Abbasi.,AR, Tabatabaei.,SM, Aghamohammadiyan Sharbaf.,H,Karshki.,H.(2011) Relationship of Attachment Styles and Emotional Intelligence With Marital Satisfaction. *Iran J Psychiatry Behav Sci*,10(3),1-7
- Kobak., R & Duemmler.,S.L.(2001). The development of commitment and attachment in dating relationships : attachment security as relationship construt, *Journal of Adolescence*,24,401-415.
- Rholes.,W.S & Simpson.,J.A.(2004). Adult Attachment : Theory, Research, and Clinical Implication,New York :The Guilford Press.
- Sakotic-Kurbalija.,J, Kurbalija.,D, Trifunović.,B, &. Grabovac.,B. (2022). Women's Attachment Style and Dyadic Adjustment: The Mediator Role of Perceived Efficacy in Solving Marital Conflicts. *Društvena istraživanja*, 31(2),301-320
- Tajdin.,S & Besharat.,M.A. (2019). Predicting Marital Conflict on the Basis of Positive and Negative Affects and Attachment Styles,*Rooyesh*, 8 (4),21-30