

استمارة المشاركة

المتدخلة الأولى

الاسم : فتيحة

اللقب : قرزط

الرتبة العلمية: أستاذ محاضر-ب-

الجامعة: 8 ماي 1945-قلمة

الهاتف: 06 97 46 05 89

البريد الإلكتروني: fatikorzet@gmail.com - korzet.fatiha@univ-guelma.dz

المتدخلة الثانية

الاسم : نجيمة

اللقب : قرزط

الرتبة العلمية: أستاذ محاضر-ب-

الجامعة: 8 ماي 1945-قلمة

الهاتف: 0672128401

البريد الإلكتروني: korzetnajima@gmail.com - korzet.najima@univ-guelma.dz

محور المداخلة: المحور الأول: عوامل ظهور وانتشار ظاهرة الطلاق في المجتمع الجزائري

عنوان المداخلة: الطلاق العاطفي وانعكاساته على الحياة الأسرية للأفراد

الطلاق العاطفي وانعكاساته على الحياة الأسرية للأفراد

Emotional divorce and its repercussions on the family life of individuals

د. نجيمة قرزط

جامعة 8 ماي 1945-قائمة

د. فتيحة قرزط

جامعة 8 ماي 1945-قائمة

الملخص

تناولت هذه الورقة البحثية ظاهرة الطلاق العاطفي أو ما يعرف بالطلاق الصامت، الذي أصبح من المواضيع التي نالت اهتمام العديد من المختصين الاجتماعيين والنفسيين في السنوات الأخيرة نتيجة لزيادة انتشار هذا النوع من الطلاق في المجتمعات. ومن مميزات الطلاق العاطفي فتور في العلاقة الزوجية بين الشريكين وتراجع مستواها بسبب العديد من المتغيرات الدخيلة التي قد تؤثر على هذه العلاقة. وقد حاولنا من خلال مداخلتنا التطرق إلى الطلاق العاطفي وانعكاساته على الحياة الأسرية للأفراد والكشف عن أهم العوامل التي تؤدي إلى انفصال الزوجين عاطفياً، ولعل من أهمها غياب الحوار والتواصل بين الزوجين، حيث أصبح الجميع يعيش في عالمه الخاص بعيداً عن الهدف الأساسي الذي وجد من أجله وهو بناء أسرة مستقرة ومتماسكة بين جميع أفرادها.

الكلمات المفتاحية: الحياة الأسرية، الطلاق، الطلاق العاطفي.

Abstract

This article deals with the phenomenon of emotional divorce or what is known as silent divorce, which has become one of the topics that have attracted the attention of many social and psychological specialists in recent years due to the increasing prevalence of this type of divorce in societies. Emotional divorce is characterized by a lukewarmness in the marital relationship between the two partners and a decline in its level due to a number of extraneous variables that can affect this relationship. Through this intervention, we tried to address emotional divorce and its repercussions on the family life of individuals, revealing the most important factors that lead to emotional separation between spouses, perhaps the most important of which is the absence of dialogue and communication between spouses, as each of them lives in their own world, away from the main goal for which they were created, which is to build a stable and cohesive family among all its members.

Keywords: family life, divorce, emotional divorce.

مقدمة

تتشكل الأسرة كنواة أساسية للمجتمع من رباط وثيق ينص عليه ديننا الإسلامي وهو الزواج، هذا الأخير الذي يتم بموافقة الطرفين في مشاركة الحياة الزوجية التي تسودها المودة والرحمة والاحترام، والانسجام العاطفي، وهذا ما يسهم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للزوجين فيشعر كلاهما بالسعادة والرضا في حياته.

وقد تتعرض هذه العلاقة مع الزمن إلى توترات تعكر جو الحياة الأسرية وتؤدي إلى عدم استقرارها، كما تضعف مشاعر الطرفين لبعضهما البعض، نتيجة لعدم الاهتمام بمعالجة مختلف المشكلات التي يعيشها الزوجين، والتي تؤدي إلى فقدان المشاعر الإيجابية التي بدورها تؤدي إلى الانفصال العاطفي.

فالطلاق العاطفي من الظواهر التي عرفت انتشارا واسعا في المجتمعات في وقتنا الحاضر نتيجة لمتغيرات الحياة الاجتماعية، بما فيها التقنيات التكنولوجية التي جعلت الأسرة الجزائرية تنفصل عن بعضها البعض بسبب عدم وجود حوار أسري لفهم مشاكل الطرفين ومعالجتها في حينها. فتفاقم الخلافات من شأنه أن يخلق نوعا من عدم الاهتمام والتجاهل، مما ينجر عنه نقص في التوافق النفسي العاطفي بين الزوجين تدريجيا إلى أن يصبح الشريكين في وضعية تقودهما إلى حالة من الانفصال العاطفي.

أولاً-مدخل مفاهيمي

1- الأسرة

تعد الأسرة من أهم الجماعات التي يتكون منها المجتمع، وقد أكد العديد من العلماء على أهميتها ودورها الفعال في رسم وتكوين شخصية أبنائها. وقد اختلف الباحثون في مجال العلوم الاجتماعية والنفسية في تحديد المعنى الاصطلاحي للأسرة، غير أن هناك شبه اتفاق على مصطلح العائلة حيث تتضمن كل من الزوج والزوجة والأطفال.

وفي تعريف بوجاردوس *Bogardus* للأسرة جاء فيه بأنها جماعة اجتماعية صغيرة تتكون من الأب والأم وواحد أو أكثر من الأطفال، يتم بينهم تبادل الحب وتقاسم المسؤوليات، ودور الأسرة هنا هو تربية الأبناء وتوجيههم وضبطهم ليصبحوا أشخاصا يتصرفون بطريقة اجتماعية.

ويعرّف ستيفنز *Stephens* الأسرة بأنها تقوم على ترتيبات اجتماعية أساسها الزواج وعقد الزواج، متضمنة حقوق وواجبات الأبوة مع إقامة مشتركة للزوجين وأولادهما، والتزامات متبادلة بين الزوجين (الكندري، 1992، ص 23، 24).

فالأسرة هي جماعة إنسانية تضم مجموعة من الأفراد تربطهم علاقة قرابة ويعيشون تحت سقف واحد، وتشكل الأسرة النواة الأساسية التي يبني عليها المجتمع، ولها دور كبير في عملية التنشئة الاجتماعية لذلك يجب الحفاظ على استقرارها وأمنها وحمايتها من التفكك والانحلال.

2- الحياة الأسرية

الحياة الأسرية هي عالم يقوم على الحقوق والواجبات والآداب والصدق والإخلاص بين أفراد الأسرة الواحدة، والذي ينطلق من التزام الزوجين بما سبق ذكره فهما اللذان يلعبان الدور الأساسي في الاستقرار والحفاظ على تماسك الأسرة. (www.ralqalam.com)

فالحياة الأسرية هي مجموعة العلاقات المتبادلة بين أفراد الأسرة والتي تحدد أدوار ومسؤوليات كل طرف فيها، كما تشمل أيضا الحقوق والواجبات والآداب التي تحكم هذه العلاقات لتفادي الوقوع في صراعات ومشاكل تزعزع كيان الأسرة واستقرارها.

3- الطلاق

الطلاق في اللغة اسم مصدر لطلق، يقال طلق الرجل زوجته وهو رفع القيد. والطلاق مشتق من الإطلاق وهو الإرسال بعد الإمساك، ويقال طلقت القوم أي تركتهم كما يترك الرجل المرأة. وطلاق النساء له معنيين أحدهما حل عقدة النكاح، والآخر بمعنى التخلية والإرسال.

والمعنى الاصطلاحي للطلاق هو رفع قيد النكاح في الحال أو في المال بلفظ مشتق من مادة الطلاق أو في معناها (القضاة، 2012، ص 7، 8).

ويعرّف أيضا الطلاق بأنه إزالة عقد النكاح بلفظ مخصوص، أو بكل لفظ يدل عليه. والنكاح الذي يعتبر به الطلاق هو النكاح الذي وقع صحيحا بكل شروطه وأركانه، والأصل فيه أن يكون بيد الزوج وحده، ولذلك جاء في بعض تعاريف الطلاق أنه قطع النكاح بإرادة الزوجين ويصح أن ينيب ويوكل غيره بالطلاق، كما يصح دون إنابة

وذلك للقاضي وحده. وتحصل الفرقة بين الزوجين بالخلع أيضا بناء على طلب الزوجة أو وليها إن لم تستطيع الاستمرار في علاقتها مع زوجها ويترتب على ذلك حقوق للطرفين. (www.mawdoo3.com)

فالطلاق ترتيب نظامي لإنهاء علاقة الزواج، أو إصدار قانوني ببطان هذه الرابطة. كما أنه شرعا يختلف عليه الفقهاء فمنهم من يعرفه بأنه رفع قيد النكاح الثابت شرعا في الحال أو المال بلفظ مخصوص، هذا بالنسبة للمذهب الحنفي. أما المالكية عرفوه بأنه إزالة عصمة الزوجة بصريح لفظ أو كناية ظاهرة أو بلفظ ما مع نية، أو هو صفة حكمية ترفع حلية متعة الزوج بزوجه. ويعرفه المذهب الشافعي بأنه حل عقدة النكاح بلفظ الطلاق ونحوه (محروس، 2022، ص ص 27، 28)

4- الطلاق العاطفي

الطلاق العاطفي هو طلاق غير رسمي حيث يتميز بالتباعد والفقدان التدريجي للشعور بالمودة والمحبة والألفة بين الزوجين رغم أنهما لا يزالان تحت سقف واحد، كما يتصف بغياب المشاعر الدافئة بين الزوجين وفتور في العلاقة الزوجية مما يؤدي إلى اضطراب الحياة الزوجية. وغالبا ما يتبع ذلك الشعور بعدم الرضا والانسجام والعزلة النفسية وعدم الكفاءة والتفكك الأسري، وقد تدوم لفترة طويلة هذه الحالة بين الزوجين من عدم التوافق والتوتر وربما يتخللها صراع بين الطرفين نتيجة عدم إشباع لحاجات كل طرف تجاه الآخر وبالتالي تضطرب العلاقة الزوجية وتزيد تعقيدا. (الردادي، 2025، ص 330)

وعليه، نجد أن الطلاق العاطفي هو وجود حالة من الجفاف والانفصال الوجداني بين الزوجين، وبعد كل منهما عن الآخر في أغلب أمور حياتهم، ويرتبط الطلاق العاطفي عادة بمرحلة يسميها علماء النفس والاجتماع مرحلة منتصف العمر، ويقارن البعض بين الطلاق المتعارف عليه وبين الطلاق العاطفي، فقد يكون الطلاق على خطورته البالغة أسهل في الطلاق العاطفي الذي لا يرجى شفاؤه.

وهناك من يطلق على الطلاق العاطفي الطلاق النفسي، وذلك لأن العلاقة الزوجية فيه تستمر أمام الناس فقط. لكنها منقطعة بصورة شبه كاملة في الحياة الخاصة للزوجين. بمعنى وجود حالة من الجفاف العاطفي والانفصال الوجداني بين الزوجين، وبعد كل منهما عن الآخر في أغلب أمور حياتهما.

وفي هذا السياق، نجد أن الطلاق العاطفي هو افتقار العلاقة العاطفية بين الزوجين للمودة، بحيث لا يشعر أحدهما بوجود الآخر أو أهميته في حياته الشخصية والوجدانية، أو ينظر كل منهما للآخر على أنه غريب فتضعف روابطهما العاطفية وتصبح مسؤوليتهما كزوج وزوجة شكلية فقط، وتبقى العلاقة الزوجية ظاهرية من دون طلاق رسمي بينهما. (بولحية، 2020، ص 100)

ويعرّف الطلاق العاطفي أيضا بأنه تلك الحالة من الانطفاء في علاقة العاطفة والجنس أو فتورها إلى درجة متقدمة، إضافة إلى تراكم التناقضات في التوقعات حيث يبدو الرباط الزواجي وكأنه قد استنزف على صعيد العاطفة والشرابة في تحقيق الأهداف على حد سواء، ويزداد التباين والتقاطع في دائرة الرابطة الزوجية حيث يبدأ الشريكين في التباعد والتحرك في عالم خاص بكل منهما.

فالطلاق العاطفي هو هجر الزوج لزوجته سواء كان هجرا في العلاقة العاطفية أم هجرا في المحادثة وفقدان المودة والسكن النفسي بين الزوجين، مع قيام الزوج بالحقوق الزوجية الأخرى كالنفقة وتأمين السكن بحيث يظهر للناس استقامة العلاقة الزوجية والواقع خلافا لذلك. (السلي، 2021، ص11)

ثانيا- أسباب لجوء الزوجين إلى الطلاق العاطفي

تعد مشكلة الطلاق العاطفي من الظواهر التي تمتاز بطابع الخصوصية رغم أن تأثيرها يتعدى الفرد ليشمل المجتمع ككل، ف أطراف العلاقة يلحق بهم الأذى المعنوي والمادي طوال مدة الانفصال، مما يترتب عليه خلل في العلاقة الشخصية والأسرية والاجتماعية. (محروس، 2022، ص15)

وتختلف المجتمعات في تحديدها للأسباب الكامنة وراء لجوء الزوجين إلى الطلاق العاطفي، ويمكن حصرها في جانبين أساسيين أولهما الجانب النفسي الذاتي لكل من الشريكين، وثانيهما الجانب الخارجي الخاضع للعوامل الاجتماعية للفرد.

فبالنسبة للجانب النفسي أو الأسباب الذاتية نجد:

-الخيانة الزوجية: يعد وفاء الزوجين من الدعائم الأساسية للاستقرار الزوجي والسعادة الأسرية، وبالمقابل فإن الخيانة الزوجية والإشباع العاطفي خارج حدود الزواج يعد من العوامل الهادمة للبناء الأسري وانهاره، مما يتسبب في إنهاء العلاقة الزوجية و حدوث الانفصال العاطفي. وقد ترتبط الخيانة الزوجية أحيانا بفقدان الإشباع الزوجي، فالزواج هو البيئة الشرعية لكسر الشهوة، وقد حرص الإسلام على حماية العلاقة الزوجية من أية خيانة تصدر عن أي من الزوجين حفظا للأنساب وللأسرة من الضياع والتشرد وتحصينا للبناء الأسري من التفكك. (السيد، 2014، ص 83-84).

-قلة التواصل: فالتواصل الجيد هو من أهم جوانب أي علاقة قوية وليس الزواج فقط، لذلك قلة التواصل بين الطرفين يعتبر من أهم الأسباب المؤدية للانفصال (الصبان، وآخرون، 2020، ص139).

ويمكن للعديد من العوامل الاجتماعية أن تكون طرفا في حدوث الطلاق العاطفي بين الزوجين من بينها المفاهيم الخاطئة التي يعتقدها كلا من الشريكين عن بعضهما البعض، كأن يعتقد الزوج بأن له الحق في التدخل في جميع شؤون الأسرة مستثنيا بذلك دور الزوجة في ممارسة واجباتها الأسرية، وفي مشاركتها في اتخاذ القرارات داخل الأسرة، وأن دورها يقتصر على تربية الأبناء فقط. ومن جهة أخرى هناك اعتقاد لبعض الزوجات نحو ضرورة الأخذ بمشورتهن في كل أمور الحياة، وأن طاعة الزوج ليست واجبة في كل الأوقات.

إضافة إلى ذلك فقد ترتب على خروج المرأة للعمل العديد من المشكلات التي أثرت بشكل مباشر على التوافق الزوجي لدى المرأة العاملة تبعا لمهنتها وسكنها وثقافتها. فقد أشارت العديد من الدراسات إلى أثر عمل المرأة وخروجها من المنزل على حياتها الأسرية والزوجية.

كما تتأثر العلاقة بين الزوجين أيضا بأساليب التنشئة الاجتماعية نتيجة لما يحملانه من ثقافات مختلفة وخبرات سابقة حول طريقة التعامل مع الحياة الزوجية، والتي اكتسبها الشريكين بشكل عام من البيئة المحيطة. وكذلك اختلاف العادات والقيم والأخلاقيات التي تسود بيئة كلا منهما والتي تم التطبيع عليها منذ مراحل مبكرة، فإن ذلك يؤدي إلى الاختلاف وخلق جو من التصادم والنزاعات.

ولعل من بين الأسباب المؤدية للطلاق أو الانفصال العاطفي أيضا مشكلة الإنجاب، حيث يعد وجود الأطفال في حياة الزوجين من العوامل التي تسهم في استقرار الأمن والطمأنينة في الحياة الأسرية، وكثيرا ما تتعرض بنية الأسرة إلى التفكك بسبب عدم قدرة الزوجين على الإنجاب. فوجود الولد في الأسرة يبعث على الفرح والسعادة، ويكسب الحياة الزوجية الدفء والحنان ويعتبر مؤشرا لنجاح الزواج وكمال الأسرة. وإن حدث أن حصل خلاف أو سوء تفاهم بين الزوجين فهما لا يفكران في الانفصال بسرعة، وإن فكرا في ذلك فإن وجود الأطفال سيكون عمل وحدة الأسرة، وكل طرف سوف يفكر بمصير أبنائه بعد الانفصال قبل التفكير في ذاته.

ومما زاد من تفاقم نسبة الطلاق العاطفي هو تدخل الأهل في الشؤون الخاصة بالزوجين نتيجة التأثير والارتباط القوي بالأهل، فقد يكون الزوج ذا شخصية ضعيفة يكن الولاء والانتماء لأهله أكثر من زوجته فيسمح بتدخلهم في علاقته الزوجية وتسلط بعضهم على الزوجة أو على الزوج مما يفسد العلاقة بينهما وتكون محصلتها المطالبة بالطلاق (العزام، دس، ص 213، 214).

وباختصار يمكن تلخيص أسباب الطلاق العاطفي بين الزوجين في النقاط التالية:

- عدم الانسجام النفسي بين الشريكين من حيث التعبير عن المشاعر والعواطف النفسية المكبوتة بينهما.
- غياب الثقافة الجنسية والجهل بأمورها، وعدم قيام الطرفين بواجبات الحياة الزوجية تجاه الآخر.
- ضعف شخصية الزوجة وعدم مشاركتها للزوج مشاركة إيجابية أو العكس بالنسبة للزوج.
- اختلاف الزوجين في المستوى الثقافي والاجتماعي، فقد تكون مجموع الصفات المرغوبة عند الزوجين غير متماثلة مما يؤدي إلى الطلاق العاطفي.
- عقم أحد الزوجين أو إصابته بمرض مزمن.
- الخيانة الزوجية والأمور المتعلقة بالشرف.
- العوامل المزاجية التي تحدد ردود الفعل الانفعالية والعاطفية للفرد.
- التفاوت في المستوى العمري بين الزوجين.
- عدم النظر إلى مؤسسة الزواج نظرة جدية، وعدم تحمل مسؤوليات الزواج التي تعين على احتمال استمرارية الحياة الزوجية وبقائها.

- خروج المرأة للعمل خارج المنزل وما يسببه من نزاعات في الكثير من الأحيان.
- تدخل أطراف خارجية في الحياة الزوجية والأسرية بين الزوجين خاصة الأهل.
- كثرة إنجاب الأولاد وتأثيرها على الصحة النفسية والجسدية للأم (الكندي، 1992، ص 213، 214).

ثالثا- الخطوات التي يمر عبرها الطلاق العاطفي وأهم مظاهره

من خلال الدراسات التي تناولت موضوع الانفصال أو الطلاق العاطفي فإن أغلبها يشير إلى أن هذه الظاهرة لا تحدث فجأة، وإنما هي نتاج لتراكمات متتالية من المشكلات، بداية من توسع دائرة الخلاف والنزاعات بين الزوجين، وزيادة الانتقادات المتبادلة، وشعور كل طرف بعدم الرغبة في التواصل مع الآخر، وفقدان الاحترام، إلى نهاية هذا المسار بقرار جد صعب ومؤثر على الحياة الأسرية وهو حالة الطلاق الجسدي والعاطفي بين الشريكين. فقد يتخذ الطلاق العاطفي عدة خطوات للوصول إلى هذه المرحلة حيث يمكن عرضها على النحو التالي:

1- التصور الإيجابي أو الحلم: هي فترة يعيش فيها الشريكان في بداية حياتهما الزوجية حلم السعادة والحب العنيف والرومانسية المزيفة.

2- خيبة الأمل: تبدأ هذه الخطوة عندما يفشل الزوجان في تحقيق التوقعات المسطرة، ويصطدمان بواقع الحياة المليئ بالضغوط والإحباطات، فقد ينجح الطرفان في التعايش مع واقع الحياة الزوجية بطرق إيجابية، فيتحقق بذلك الاستقرار والتوافق الزوجي، وقد يفشلان في ذلك فيزيد لديهم الشعور بالقلق والتوتر والإحباط مع تجدد وتزايد المواقف الصادمة في الحياة الزوجية.

3- الخذلان واليأس: يبدأ في هذه الخطوة شعور أحد طرفي العلاقة الزوجية بعدم إشباع الحاجة للحب والألفة من الطرف الآخر، وقد يكون أحد الشريكين أنانيا فهمهم بإشباع حاجاته على حساب احتياجات شريك حياته. التباعد: في هذه الحالة ينشغل كل طرف في تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته بعيدا عن الطرف الآخر، مما يبعدهم عن حياتهم الزوجية والأسرية.

4- الانفصال: يعيش الزوجان في هذه الحالة معا جسديا فقط، لكن منفصلين عن بعضهما نفسيا وعاطفيا، وغياب التواصل والاتصال النفسي والمعنوي.

5- الشقاق: مع طول مدة الانفصال العاطفي والنفسي بين الزوجين تبدأ مرحلة الخلاف، وقلة الاحترام والاحتقار الذي يكنه كل طرف تجاه الآخر، مما ينجر عنه فتور في العلاقة الجنسية وغياب المشاعر الحميمة، وعدم الاستمتاع والإشباع النفسي مما يؤدي إلى الانفصال الجسدي.

6- الطلاق العاطفي: وهو القرار الفاصل بين الزوجين يتم فيه العيش تحت سقف واحد بشكل متباعد عن بعضهما البعض كأن أحدهما غريب عن الآخر وتسقط بذلك الحقوق والواجبات نحو كلاهما (السلي، 2021، ص18).

يمكن القول بأن وصول الزوجين إلى مرحلة الطلاق العاطفي لا يحدث بصفة مفاجئة، وإنما هو نتاج أو محصلة لمجموعة من الخطوات أو المراحل التي تتخللها العديد من المشكلات، خاصة عندما يصطدم كل طرف بالآخر ويصيب بخيبة أمل، بعد الصورة الإيجابية والحياة الوردية التي كان يتوقعها الشريكين عن الزواج. فقد تبدأ مؤشرات الطلاق العاطفي بالتباعد والانفصال وبرود في العلاقة الزوجية والتقصير في إشباع الحاجات، لينتهي بتواجد الزوجين تحت سقف واحد كالغرباء دون اكتراث أحدهما للآخر.

رابعاً- النظريات المفسرة للطلاق العاطفي

من أهم النظريات التي تناولت هذا الموضوع بالتفسير نجد نظرية التبادل الاجتماعي، والنظرية المعرفية.

1- نظرية التبادل الاجتماعي: من أهم مؤسسيها جورج منز وريتشارد إميرسون فهي نظرية تقوم على التبادل الاجتماعي وتفاعل الأفراد وجها لوجه، تعكس الجوانب النفسية والاقتصادية والاجتماعية، لتكون قاعدة لتبادل الأهداف والغايات كالاحترام والتقدير والسمعة والنفوذ الاجتماعي.

فالنظرية التبادلية ترى أن الأسرة هي مجموعة من الفاعلين يعيشون حياة مشتركة لتحقيق الفائدة العامة، وتركز هذه النظرية في الأسرة على جوانب معنوية أكثر منها مادية، بحيث يدرك كل طرف داخل الأسرة الفائدة التبادلية، إلا أنه في الوقت نفسه يدرك وجود الآخر وأهميته. وفي المحيط الأسري تشير هذه النظرية إلى ميل الزوجين للحصول على أكبر قدر من تحقيق المصلحة الشخصية أثناء تفاعلاتهم مع بعضهما، فالتفاعل هنا يقوم على أساس

نفعي وكل طرف يحسب مقدار الفائدة التي يحصل عليها من هذا التفاعل، والتبادل هنا لا يقتصر على جانب دون آخر، وإنما يرتبط بالجوانب النفسية والاقتصادية والاجتماعية فتفسير الحياة الأسرية وفق سلسلة من التبادلات. كما يتم التبادل هنا وفق قيم المجتمع ومعاييرها فينتج عنه ما يطلق عليه التبادلية المعممة، وتعني أن أحد الزوجين عندما يقدم على مساعدة للآخر يأمل أن يحصل على مثلها عندما يحتاجها.

ويمكن الاستفادة من هذه النظرية في معرفة أهمية الاعتماد المتبادل بين الزوجين وتأثير ذلك على طبيعة التواصل بينهما، حيث يعتبر المدخل الأساس لحل العديد من المشكلات والصعوبات التي تواجه الزوجين، ومنها الطلاق العاطفي الذي قد يعطل مبدأ التبادل للمنافع والاعتماد بين الزوجين، مما يؤدي إلى نشوب النزاعات وعدم التوافق في الرأي في محيط الأسرة، وهنا يظهر الحل الأسهل لهما وهو الطلاق العاطفي، فيحدث عدم الاستقرار إشارة إلى بداية تفكك أسري قادم.

2- النظرية المعرفية: هي إحدى التيارات الحديثة في علم النفس للعالم أرون بيك، والتي تهتم بالمدخل المعرفي للاضطرابات النفسية، وتنظر إلى أن معتقدات الفرد وأفكاره السلبية وغير المنطقية، وتوقعاته، وحديثه الذاتي، هي التي تحدث ردود الأفعال الدالة على سوء التكيف، حيث تنظر هذه النظرية إلى أهمية تعديل الفرد لإدراكاته المشوهة على أن يحل محلها طرق أكثر ملاءمة للتفكير، وذلك من أجل إحداث تغيرات معرفية وسلوكية وانفعالية لديه، واستخدام استراتيجيات لإحداث التغيير المرغوب داخل السياق الاجتماعي.

وتؤكد النظرية المعرفية أن هناك أدلة متزايدة على أن طرق الإدراك والتفسير والتقييم للأحداث في العلاقة الزوجية من قبل الشريكين لها دور مباشر في نمو ظاهرة الطلاق العاطفي من عدمه، وأن التأثير السلبي للمعتقدات غير العقلانية أو المعايير غير الواقعية التي يكونها الزوج حول علاقته الزوجية، وعدم التوافق في أنماط التفاعل تؤدي إلى عدم الرضا الزوجي.

وتفيد هذه النظرية في تفسير سلوك الزوجين نحو الطلاق العاطفي من خلال الوقوف على الاعتقادات الخاطئة في العلاقة الزوجية، والتعرف على الأفكار التلقائية السلبية، واكتشاف التحريفات المعرفية، التي تؤدي إلى سلوكيات قد تسهم في ذلك الطلاق أو الانفصال العاطفي (الزهراني، 2021، ص 439-441).

خامسا- انعكاسات الطلاق العاطفي على الأسرة وتأثيراته السلبية

● بالنسبة للزوجين: يعد الطلاق العاطفي من المؤشرات التي تشير إلى انتهاء صلاحية الزواج بين الطرفين طالما لم يشعرا في البحث عن حلول لعلاج، وفي هذه الحالة يعد الحلقة الأخيرة في سلسلة الحياة الزوجية التي قد تنتهي بالطلاق الفعلي. إلا أن البعض من الأزواج يفضل تحمل معاناته وآلامه إما حفاظا على الأبناء من الضياع، أو حفاظا على الشكل الخارجي للعائلة في المجتمع لأنه يستنكر عادة الطلاق.

وللطلاق العاطفي آثار سلبية لا تقل عن الطلاق الفعلي بل أحيانا تكون أكثر شدة وتأثيرا بالنسبة للزوجين، ففي هذه الوضعية ينتزع من قلوبهما الحب والود ويجردهما من الاهتمام ببعضهما البعض. فأى حياة هي تلك التي يعيش فيها الشريكين حالة انفصال عاطفي؟ إنها في ظاهرها حياة زوجية أما باطنها حالة تتولد فيها مشاعر الإحباط والحزن، فضلا عن الفراغ العاطفي، وكل ذلك يتصل اتصالا وثيقا على المدى البعيد بحالات الاكتئاب والقلق

والاضطرابات النفسية والجسدية. بالإضافة إلى أن هذا النوع من الطلاق يضيع فرصة الارتباط مرة ثانية والبحث عن حياة جديدة من خلال زواج آخر قد يجد فيه أحد الطرفين تعويضا عما افتقده من دفة وحب وأمان. وعلى الرغم من أن الطلاق العاطفي يترك آثار سلبية على الطرفين إلا أن تأثيره على الزوجة يكون أشد وأصعب لأنها الأكثر حاجة إلى العاطفة والاهتمام من جهة، ومن جهة أخرى فإن الزوج بإمكانه أن يعوض ما قد يفترقه في حياته الزوجية هذه بحياة أخرى، أما بالنسبة للزوجة فليس لها ذلك مما قد يدفعها أحيانا إلى انتهاج أسلوب خاطئ وغير مقبول اجتماعيا كالخيانة مثلا. (الهجلة، دس، ص149).

- بالنسبة للأبناء: إن البيئة الأسرية المليئة بالتوتر بين الزوجين والحرب الباردة بينهما لها تأثير قوي على حياة الأبناء، ويمكن أن يظهر هذا التأثير في الجوانب التالية:
 - تبرد المشاعر عند الأطفال، فهم يعيشون في جو أسري تغيب فيه مشاعر الحب والمودة والرحمة، وقد يشعر الأبناء بالغضب والسخط على والديهما، وتكوين مشاعر عدوانية تجاههما.
 - عدم وجود القدوة في المنزل، وبالتالي من الممكن للابن أن يبحث عنها في البيئة الخارجية، وهذا يمكن أن يعرضه للخطر، فالاختيار الخاطئ للقدوة قد يؤدي إلى كارثة حقيقية.
 - أن خبرة الأبناء عن الزواج قد تكون سلبية من كثرة ما رأوه وعاشوه في حياتهم مع الطلاق العاطفي بين الوالدين، فمن الممكن أن يكره الأبناء الزواج فيما بعد.
 - قد يؤدي الطلاق العاطفي إلى اضطراب في الشخصية وانحراف سلوك الأبناء رغبة في التمرد على صمت الوالدين، والجو الأسري غير الداعم، والذي له تأثير سلبي على مواهب الطفل وحياته التعليمية والعملية.
 - يقوم الطفل بعمل مقارنات مستمرة بين أسرته المتفككة والحياة الأسرية التي يعيشها باقي الأطفال مما يولد لديه الشعور بالإحباط أو قد يكسبه اتجاهها عدوانيا نحو الجميع وخاصة مع الأقران.
 - قد يتأثر التحصيل الدراسي لدى الأبناء، أو حدوث حالات التسرب المدرسي، أو الهروب من المنزل، وهذا يتبعه الضياع الكامل للأبناء.

- يمكن أن تنمو داخل أحد الأبناء مشاعر استغلالية للوالدين يعقبها ابتزاز يكون من أبرز صفاته في حياته فيما بعد.
 - قد يتعرض الأبناء لأمراض نفسوجسدية كنتيجة للمحيط المليئ بالتوتر بين الوالدين
- (<https://almanalmagazine.com>).

- يتعرض الطفل للاضطراب والقلق نتيجة عدم إدراكه للأهداف الكامنة وراء الصراع بين الوالدين، أو أسباب محاولة استخدامه من قبل والديه في شن الهجوم على بعضهما البعض، واستخدامه كأداة لتحقيق النصر على الطرف الآخر.

- يؤدي تعرض الطفل إلى هذا الاضطراب في مرحلة الطفولة إلى اضطراب في النمو الانفعالي والعقلي فيبرز للمجتمع فرد بشخصية مهزوزة أو معتلة تعود بالضرر على المجتمع بأكمله (السيد، 2014، ص93).

نستخلص مما سبق، أن الأبناء هم عادة من يحصلون نتائج أخطاء الوالدين، فهم بمثابة الشماعة التي يوضع عليها كل طرف فشله واحباطاته، وبالتالي ما ننتظره من هؤلاء الأبناء ليس بالأمر الإيجابي، وإنما هو ضياع

واضطراب في السلوك، وتدني في مستوى التحصيل، والهروب من البيئة الأسرية الملغمة بالتوترات والنزاعات، بحثا عن فضاء آمن يشعر فيه الأبناء بالراحة والاستقرار.

سادسا- بعض الحلول للحد من ظاهرة الطلاق العاطفي

الطلاق العاطفي قد يكون مأساة حقيقية يعيشها الأزواج خلف الأبواب المغلقة، ويمكن تفادي ذلك من خلال الوعي بالمشكلة والعمل الجاد على تحسين التواصل وبناء علاقة زوجية سليمة، ومن الحلول التي يمكن تقديمها للحد من ظاهرة الطلاق العاطفي هي:

- التواصل وبناء حوار هادف بين الزوجين: إن الخطوة الأولى لتفادي حالة الطلاق العاطفي هي بناء الحوار بين الزوجين والتحدث بصراحة عن المشاعر والمخاوف، والاحتياجات الشخصية. فالحوار الصريح يعزز من التفاهم وتحقيق التقارب بين الزوجين.

- كسر الروتين والبحث عن أنشطة جديدة لممارستها: لتفادي الطلاق العاطفي يجب على الزوجين محاربة الملل وكسر الروتين والرتابة، وذلك من خلال ممارسة بعض الأنشطة معا، كممارسة بعض الهوايات أو مشاهدة أفلام أو أعمال مسرحية معا. كما يجب عليها التغلب على الملل الزوجي بعمل تغيرات عديدة في شكل الحياة الزوجية وأدق تفاصيلها.

- التعامل مع الضغوط الخارجية: من الضروري أن يتمكن الزوجان من التعرف على الضغوط الخارجية التي تؤثر على علاقتهما وتحديدتها، والبدء بمواجهتها سواء كانت هذه الضغوط مرتبطة بالعمل أو بالأمور المالية، أو أي من التفاصيل الحياتية الأخرى التي تربط بينهما، من شأن ذلك أن يساعد في تخفيف التوترات وتفادي الانفصال العاطفي.

- تخصيص وقت للانفراد ببعضهما البعض: الأصل في الحياة الزوجية عمق العلاقة بين الزوجين، فكلما كانت علاقة وطيدة تربط بينهما لن يصيبها الطلاق العاطفي أبدا، لذلك يجب أن يجد الزوجين وقتا كافيا لهما فقط لينفرد كل منهما بالآخر والفضفضة الزوجية التي تخفف من وطأة الضغوط، والإصغاء جيدا لبعضهما البعض من شأن ذلك كله تقوية الروابط العاطفية بينهما ومن ثم التغلب على الحالة السيئة التي آلت إليها الأمور.

- الاهتمام بالرعاية الذاتية: يجب على الزوجين تقييم رعايتهما الذاتية، والبدء في اتخاذ خطوات فعلية تحقق اهتمام كل منهما بذاته. قد يكون من المفيد تخصيص وقت لممارسة الاسترخاء أو التأمل أو الرياضة، مع اعتماد نمط حياة صحي متوازن بما يساعد في تحسين المزاج وتعزيز القدرة على التعامل مع التحديات الصعبة التي تعترض مسيرة الحياة الزوجية.

- عدم التردد في الاستشارة الزوجية من الخبراء: في حال وجود مشاكل في العلاقة الزوجية قد يكون من المفيد اللجوء إلى مختصين لأن لديهم العديد من الأساليب العلمية في تحسين التواصل وحل النزاعات بين الزوجين بطريقة بناءة، ولهذا ينصح بعدم التردد في طلب المساعدة منهم دون الشعور بالإحراج أو النقص. (<https://www.hiamag.com>).

فالطلاق العاطفي له تأثير سلبي قوي على الأسرة بشكل عام وعلى الزوجين بشكل خاص، ولهذا يتوجب توخي الحذر والحيلة من الوقوع فيه، وللمحد منه يتطلب تعزيز روح التواصل الإيجابي من خلال تبادل التعبير عن

المشاعر والتقدير والتقارب وتلبية الاحتياجات العاطفية، بالإضافة إلى التحكم في إدارة الخلافات والمشاكل وتحقيق التفاهم المتبادل والاستعداد للتنازل في بعض المواقف، وتجنب الشريكين لبعض السلوكيات التي تثير الانزعاج كالمقارنات والتجاهل لتحقيق السعادة الزوجية.

خاتمة

مما سبق عرضه نستخلص أن وجود الزوجين تحت سقف واحد لا يعني نجاح الزواج واستقرار الأسرة، فقد تصاب الحياة الزوجية لدى بعض الأزواج حالة من الفتور في العلاقة، وانعدام في التواصل والحوار بينهما مما يؤدي إلى ما يسمى بالانفصال أو الطلاق العاطفي، حيث يصبح كل طرف بمعزل عن الآخر يجمعهما منزل واحد لكن لكل منهما حياته الخاصة. وقد عرف الطلاق العاطفي انتشارا واسعا في المجتمعات في ظل تواجد البدائل التي تشبع حاجات الأزواج وفي مقدمتها وسائل التواصل الاجتماعي التي أصبح استخدامها بشكل مفرط يؤدي إلى انعدام التواصل والعزلة الاجتماعية. ونظرا لما يلحقه الطلاق العاطفي من أضرار نفسية وجسدية على الشريكين، فإنه من الضروري الاهتمام بالأسرة وحمايتها من التفكك والمحافظة على تماسكها، وذلك من خلال حملات توعوية تثقيفية عبر مختلف وسائل الإعلام للتعريف بواجبات وحقوق الزوجين وتبسيط الضوء على جوانب معينة في العلاقات الزوجية، تفاديا الوقوع في المشاكل وفض الصراعات بطريقة ودية، للحفاظ على استقرار الأسرة وسلامة أفرادها.

قائمة المراجع

- الردادي، سمية، عبد الله، حسن (2025). الطلاق العاطفي وعلاقته بالاستقرار الأسري، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية
- الزهراني، علي، محمد، عبد الله (2021). الطلاق العاطفي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى عينة من الأزواج بمحافظة جدة، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.
- السيد، ابراهيم، جابر (2014). التفكك الأسري : الأسباب والمشكلات وطرق علاجها، دار التعليم الجامعي، ليبيا.
- محروس، محمد، مصطفى (2022). الانفصال العاطفي: أسباب الطلاق وكيفية علاجه بطرق غير تقليدية، سيما للنشر والتوزيع، الاسكندرية.
- السلي، عطية، روبيع (2021). بعض العوامل المؤدية إلى الانفصال العاطفي بين الزوجين، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.
- الصبان، وآخرون، عبير، محمد (2020). الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى المتزوجات في مدينة جدة، مجلة جامعة الملك عبد العزيز- الآداب والعلوم الإنسانية، المجلد 28، العدد 13، الرياض.
- القضاة، محمد، أحمد، حسن (2012). الوافي في شرح قانون الأحوال الشخصية الأردني الجديد رقم (32) لسنة 2010، الأردن.
- الهجلة، يوسف، مسعد، مشخص (دس). الطلاق العاطفي، مجلة الخدمة الاجتماعية.
- بولحية، خولة (2020). المجتمع الافتراضي ودوره في تعزيز الطلاق العاطفي (فدسبوك أنموذجا)، المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية، المجلد 02، العدد 02، جامعة سيدي بلعباس- الجزائر.
- www.ralqalam.com
- www.mawdoo3.com
- <https://almanalmagazine.com>
- <https://www.hiamag.com>