

استماراة المشاركة

المتدخلة الأولى

الاسم : فتيحة

اللقب : قرط

الرتبة العلمية: أستاذ محاضر -ب-

الجامعة: 8 ماي 1945-قابله

الهاتف: 06 97 46 05 89

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

المتدخلة الثانية

الاسم : نجيمة

اللقب : قرط

الرتبة العلمية: أستاذ محاضر -ب-

الجامعة: 8 ماي 1945-قابله

الهاتف: 0672128401

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

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. نجيمه قرط

د. فتحية قرط

جامعة 8 ماي 1945-قائمة

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 والنفسانيين 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 الداخلية 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 عاطفيا، 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 ومتماضكة 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

تشكل 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 انتشاراً واسعاً 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 نوعاً من عدم الاهتمام والتجاهل، مما ينجر عنه نقص في التوافق النفسي العاطفي بين الزوجين تدريجياً إلى أن يصبح الشركين في وضعية تقادهما 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 أشخاصاً يتصرفون بطريقة اجتماعية.

ويعرف ستيفنز *Stephens* الأسرة بأنها تقوم على ترتيبات اجتماعية أساسها الزواج وعقد الزواج، متضمنة حقوق وواجبات الأبوة مع إقامة مشتركة للزوجين وأولادهما، والالتزامات متبادلة بين الزوجين (الكندي، 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 فيما اللذان يلعبان الدور الأساسي في الاستقرار والحفظ على تماسك الأسرة. (www.ralqalam.com)

فالحياة الأسرية هي مجموعة العلاقات المتبادلة بين أفراد الأسرة والتي تحدد أدوار ومسؤوليات كل طرف فيها، كما تشمل أيضاً 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).

ويعرف أيضاً الطلاق بأنه إزالة عقد النكاح بلفظ مخصوص، أو بكل لفظ يدل عليه. والنكاح الذي يعتبر به الطلاق هو النكاح الذي وقع صحيحاً بكل شروطه وأركانه، والأصل فيه أن يكون بيد الزوج وحده، ولذلك جاء في بعض تعريفات الطلاق أنه قطع النكاح بإرادة الزوجين ويصبح أن ينبع ويوكل غيره بالطلاق، كما يصح دون إنابة

وذلك للقاضي وحده. وتحصل الفرقـة بين الزوجـين بالخلـع أـيضاً بنـاء على طـلب الزوجـة أو ولـمـها إن لمـ تستـطـعـ الاستـمرـارـ في عـلاقـتهاـ معـ زـوجـهاـ ويـترـتبـ علىـ ذـلـكـ حقـوقـ لـلـطـرفـينـ. (www.mawdoo3.com)

فالطلاق ترتـيبـ نـظـاميـ لإـنـهـاءـ عـلـاقـةـ الزـوـاجـ، أوـ إـصـارـ قـانـوـنيـ بـيـطـلـانـ هـذـهـ الـرـابـطـةـ. كـمـ أـنـهـ شـرـعاـ اـخـتـافـ عـلـيـهـ الـفـقـهـاءـ فـمـنـهـمـ مـنـ يـعـرـفـهـ بـأـنـهـ رـفـعـ قـيـدـ النـكـاحـ ثـابـتـ شـرـعاـ فـيـ الـحـالـ أوـ الـمـالـ بـلـفـظـ مـخـصـوصـ، هـذـاـ بـالـنـسـبـةـ لـلـمـذـهـبـ الـجـنـفـيـ. أـمـاـ الـمـالـكـيـةـ عـرـفـوهـ بـأـنـهـ إـزـالـةـ عـصـمـةـ الزـوـاجـ بـصـرـحـ لـفـظـ أـوـ كـنـيـةـ ظـاهـرـةـ أـوـ بـلـفـظـ مـاـ مـعـ نـيـةـ، أـوـ هـوـ صـفـةـ حـكـمـيـةـ تـرـفـعـ حـلـيـةـ مـتـعـةـ الزـوـجـ بـزـوـجـتـهـ. وـيـعـرـفـهـ الـمـذـهـبـ الشـافـعـيـ بـأـنـهـ حلـ عـقـدـةـ النـكـاحـ بـلـفـظـ الطـلاقـ وـنـحـوـ (محـرـوـسـ، 2022ـ، صـ صـ 27ـ، 28ـ)

4- الطلاق العاطفي

الطلاق العاطفي هو طلاق غير رسمي حيث يتميز بالتباعد وال فقدان التدريجي للشعور باللومة والمحبة والألفة بين الزوجين رغم أنهما لا يزالان تحت سقف واحد، كما يتصرف بغياب المشاعر الدافئة بين الزوجين وفتور في العلاقة الزوجية مما يؤدي إلى اضطراب الحياة الزوجية. غالباً ما يتبع ذلك الشعور بعدم الرضا والانسجام والعزلة النفسية وعدم الكفاءة والتفكير 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 تعقيداً. (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 يسمى علماء النفس والمجتمع 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 شفائه.

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 مسؤليتهما كزوج وزوجة شكلية فقط، وتبقى العلاقة الزوجية ظاهرياً من دون طلاق رسمي بينهما. (بولحية، 2020، ص 100)

ويعرف الطلاق العاطفي أيضاً بأنه تلك الحالة من الانطفاء في علاقة العاطفة والجنس أو فتورها إلى درجة متقدمة، إضافة إلى تراكم التناقضـاتـ فيـ التـوقـعـاتـ حيثـ يـبـدوـ الـرـيـاطـ الزـوـاجـيـ وـكـأـنـهـ قدـ اـسـتـنـزـفـ عـلـىـ صـعـيـدـ الـعـاطـفـةـ والـشـرـاكـةـ فيـ تـحـقـيقـ الـأـهـدـافـ عـلـىـ حدـ سـوـاءـ، وـيـزـدـادـ التـبـاـينـ وـالـتـقـاطـعـ فـيـ دـائـرـةـ الـرـابـطـةـ الزـوـاجـيـ حيثـ يـبـدـأـ الشـرـيكـينـ فـيـ التـبـاعـدـ وـالـتـحـرـكـ فـيـ عـالـمـ خـاصـ بـكـلـ مـنـهـماـ.

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 خلافاً لذلك. (السلعي، 2021، ص 11)

ثانياً- أسباب لجوء الزوجين إلى الطلاق العاطفي

تعد مشكلة الطلاق العاطفي من الظواهر التي تمتاز بطابع الخصوصية رغم أن تأثيرها يتعدى الفرد ليشمل المجتمع ككل، فأطراف العلاقة يلحق بهم الأذى المعنوي والمادي طوال مدة الانفصال، مما يتربّط عليه خلل في العلاقة الشخصية والأسرية والاجتماعية. (محروس، 2022، ص 15)

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 الهدامة للبناء الأسري واهيارة، مما يتسبب في إنهاء العلاقة الزوجية وحدوث الانفصال العاطفي. وقد ترتبط الخيانة الزوجية أحياناً بفقدان الإشباع الزوجي، فالزواج هو البيئة الشرعية لكسر الشهوة، وقد حرص الإسلام على حماية العلاقة الزوجية من أية خيانة تصدر عن أي من الزوجين حفظاً للأنساب وللأسرة من الضياع والتشرد وتحصيناً للبناء الأسري من التفكك. (السيد، 2014، ص 84-83).

-**قلة التواصل:** فالتواصل الجيد هو من أهم جوانب أي علاقة قوية وليس الزواج فقط، لذلك قلة التواصل بين الطرفين يعتبر من أهم الأسباب المؤدية لانفصال (الصبان، وآخرون، 2020، ص 139).

ويمكن للعديد من العوامل الاجتماعية أن تكون طرفاً في حدوث الطلاق العاطفي بين الزوجين من بينها المفاهيم الخاطئة التي يعتقدها كلاً من الشريكين عن بعضهما البعض، كأن يعتقد الزوج بأن له الحق في التدخل في جميع شؤون الأسرة مستثنياً 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 تبعاً لمهنتها وسكنها وثقافتها. فقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن عمل المرأة وخروجها من المنزل على حياتها الأسرية والزوجية.

كما تتأثر العلاقة بين الزوجين أيضاً 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 والتقاليد الأخلاقية التي تسود بيئته كلاً منها والتي تم التعريف بها من مراحل مبكرة، فإن ذلك يؤدي إلى الاختلاف وخلق جو من التصادم والنزاعات.

ولعل من بين الأسباب المؤدية للطلاق أو الانفصال العاطفي أيضاً مشكلة الإنجاب، حيث يعد وجود الأطفال في حياة الزوجين من العوامل التي تسهم في استقرار الأمن والطمأنينة في الحياة الأسرية، وكثيراً ما تتعرض بنية الأسرة إلى التفكك بسبب عدم قدرة الزوجين على الإنجاب. فوجود الولد في الأسرة يبعث على الفرح والسعادة، ويكتب الحياة الزوجية الدفء والحنان ويعتبر مؤشر لنجاح الزواج وكمال الأسرة. وإن حدث أن حصل خلاف أو سوء تفاهم بين الزوجين فهما لا يفكرا 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 (العزم، 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 الثقة الجنسي 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 مجموعة 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 وبقاءها.
- 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).

ثالثاً- الخطوات التي يمر بها 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 لتراتبات متتالية من المشكلات، بداية من توسيع 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 العنف والرومانسية المزيفة.

2- خيبة الأمل: تبدأ هذه الخطوة عندما يفشل الزوجان في تحقيق التوقعات المسطرة، ويصطدمان بواقع الحياة مليئ بالضغوط والإحباطات، فقد ينجح الطرفين في التعايش مع واقع الحياة الزوجية بطرق إيجابية، فيتحقق بذلك الاستقرار والتواافق 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 فيهم إشباع حاجاته على حساب احتياجات شريك حياته. التباعد: في هذه الحالة يشغل كل طرف في تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته بعيداً عن الطرف الآخر، مما يبعدهم عن حياتهم الزوجية والأسرية.

4- الانفصال: يعيش الزوجان في هذه الحالة معاً جسدياً فقط، لكن منفصلين عن بعضهما نفسياً وعاطفياً، وغياب التواصل والاتصال النفسي والمعنوي.

5- الشقاق: مع طول مدة الانفصال العاطفي والنفسي بين الزوجين تبدأ مرحلة الخلاف، وقلة الاحترام والاحترار الذي يكنه كل طرف تجاه الآخر، مما ينجر عنه فتور في العلاقة الجنسية وغياب المشاعر الحميمة، وعدم الاستماع 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 كان أحدهما غريب عن الآخر وتسقط بذلك الحقوق والواجبات نحو كلاهما (السلمي، 2021، ص 18).

يمكن القول بأن وصول الزوجين إلى مرحلة الطلاق العاطفي لا يحدث بصفة مفاجئة، وإنما هو نتاج أو محصلة لمجموعة من الخطوات أو المراحل التي تخللها العديد من المشكلات، خاصة عندما يصطدم كل طرف بالآخر ويصيبه 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 اكتئاف أحدهما للآخر.

رابعاً- النظريات المفسرة للطلاق العاطفي

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

1- نظرية التبادل الاجتماعي: من أهم مؤسسيها جورج متر وريتشارد إميرسون فهي نظرية تقوم على التبادل الاجتماعي وتفاعل الأفراد وجهاً 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 فتسير الحياة الأسرية وفق سلسلة من التبادلات. كما يتم التبادل هنا وفق قيم المجتمع ومعاييره فينتزع عنه ما يطلق عليه التبادلية المعممة، وتعني أن أحد الزوجين عندما يقدم على مساعدة للأخر يأمل أن يحصل على مثلها عندما يحتاجها.

ويمكن الاستفادة من هذه النظرية في معرفة أهمية الاعتماد المتبادل بين الزوجين وتتأثير 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 أسرى 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 التقائية السلبية، واكتشاف التحييفات المعرفية، التي تؤدي إلى سلوكيات قد تسهم في ذلك الطلاق أو الانفصال العاطفي (الزهرياني، 2021، ص 439-441).

خامساً- انعكاسات الطلاق العاطفي على الأسرة وتأثيراته السلبية

• بالنسبة للزوجين: يعد الطلاق العاطفي من المؤشرات التي تشير إلى انتهاء صلاحية الزواج بين الطرفين طالما لم يشرعا في البحث عن حلول لعلاجه، وفي هذه الحالة يعد الحلقة الأخيرة في سلسلة الحياة الزوجية التي قد تنتهي بالطلاق الفعلي. إلا أن البعض من الأزواج يفضل تحمل معاناته وألامه 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 وتتأثرا بالنسبة للزوجين، وفي هذه الوضعية ينتزع من قلبهما الحب والود ويجردهما من الاهتمام ببعضهما البعض. فأي 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 يضيّع فرصة الارتباط مرة ثانية والبحث عن حياة جديدة من خلال زواج آخر قد يجد فيه أحد الطرفين تعويضاً عما افتقداه من دفء 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 يفتقده في حياته الزوجية هذه بحياة أخرى، أما بالنسبة للزوجة فليس لها ذلك مما قد يدفعها أحياناً إلى انتهاج أسلوب خاطئ وغير مقبول اجتماعياً كالخيانة مثلاً. (الهجلة، دس، ص 149).

- بالنسبة للأبناء: إن البيئة الأسرية المليئة بالتوتر بين الزوجين وال الحرب الباردة بينهما لها تأثير قوي على حياة الأبناء، ويمكن أن يظهر هذا التأثير في الجوانب التالية:
 - تبدل المشاعر عند الأطفال، فهم يعيشون في جو أسرى تغيب فيه مشاعر الحب والودة والرحمة، وقد يشعر الأبناء بالغضب والسطح على والديهما، وتكوين مشاعر عدوانية تجاههما.
 - عدم وجود القدوة في المنزل، وبالتالي من الممكن للأبن 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 وعايشوه 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 عدوانياً 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 يعمقها ابتزاز يكون من أبرز صفاته في حياته فيما بعد.
 - قد يتعرض الأبناء للأمراض نفسوجسدية كنتيجة للمحيط المليء بالتوتر بين الوالدين [\(https://almanalmagazine.com\)](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 كأدلة 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، ص 93).

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

سادساً- بعض الحلول للحد من ظاهرة الطلاق العاطفي

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

- التواصلي 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 معاً، كممارسة بعض الهوايات أو مشاهدة أفلام أو أعمال مسرحية معاً. كما يجب علهم التغلب على الملل الزواجي بعمل تغييرات 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 وتحديدها، 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 علاقه وطيدة تربط بينهما لمن يصيّها الطلاق العاطفي أبداً، لذلك يجب أن يجد الزوجين وقتاً كافياً لهما فقط لينفرد كل منهما بالآخر والفضفضة الزوجية التي تخفف من وطأة الضغوط، والإصغاء جيداً 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 تعيشها 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 التواصلي 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 يتوجّب توخي الحذر والحيطة من الوقوع فيه، وللحد منه يتطلّب تعزيز روح التواصلي 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

ما 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 التواصيل والحوارات بينهما مما يؤدي إلى ما يسمى بالانفصال أو الطلاق العاطفي، حيث يصبح كل طرف بمفرده عن الآخر يجمعهما منزل واحد لكن لكل منهما حياته الخاصة. وقد عرف الطلاق العاطفي انتشاراً واسعاً في المجتمعات في ظل تواجد البديل التي تشبع حاجات الأزواج وفي مقدمتها وسائل التواصل الاجتماعي التي أصبح استخدامها بشكل مفرط يؤدي إلى انعدام التواصيل والعزلة الاجتماعية. ونظراً لما يلحقه الطلاق العاطفي من أضرار نفسية وجسدية على الشريكين، فإنه من الضروري الاهتمام بالأسرة وحمايتها من التفكك والمحافظة على تمسكها، وذلك من خلال حملات تحسيسية تثقيفية عبر مختلف وسائل الإعلام للتعرّف بواجبات وحقوق الزوجين وتسلیط الضوء على جوانب معينة في العلاقات الزوجية، تفادياً الوقوع في المشاكل وفض الصراعات بطريقة ودية، للحفاظ على استقرار الأسرة وسلامة أفرادها.

قائمة المراجع

الزهراوي، 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 الله بن عبد العزيز، بالمملكة العربية السعودية.

الزهراوي، 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 الله بن عبد العزيز، بالمملكة العربية السعودية.

الزهراوي، 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 الله بن عبد العزيز، بالمملكة 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، سيمما للنشر والتوزيع، الاسكندرية.

السلمي، عطية، روبيح (2021). بعض العوامل المؤدية إلى الانفصال العاطفي بين الزوجين. المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.

الصبان، وأخرون، 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.

القضاء، محمد، أحمد، حسن(2012). الوافي في شرح قانون الأحوال الشخصية الأردني الجديد رقم(32) لسنة 2010، الأردن.

المجلة، يوسف، مسعد، مشخص (دس). الطلاق العاطفي، مجلة الخدمة الاجتماعية. بولجية، خولة(2020). المجتمع الافتراضي ودوره في تعزيز الطلاق العاطفي (فيسبوك أنموذجا)، المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية، المجلد 02، العدد 02، جامعة سيدى بلعباس-الجزائر.

www.ralqalam.com

www.mawdoo3.com

<https://almanalmagazine.com>

<https://www.hiamag.com>