

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
جامعة 8 أي 1945 قالمة  
ينظم قسم علم الاجتماع ملتقى وطني بعنوان:  
**ظاهرة الطلاق في المجتمع الجزائري (التحديات والحلول)**

يوم 20 أكتوبر 2025

مشاركة ثنائية:

الاسم واللقب	قاسمي ريم	ثلايجية منال
الرتبة	أستاذ محاضر ب	أستاذ محاضر ب
جامعة الانتماء	08 ماي 1945 قالمة	محمد الشريف مساعدي سوق اهراس
رقم الهاتف	0696473487	0667285391
البريد الالكتروني	<a href="mailto:Rim_kasmi@yahoo.com">Rim_kasmi@yahoo.com</a>	<a href="mailto:ma.tlaidjia@univ-soukahras.dz">ma.tlaidjia@univ-soukahras.dz</a>

\* محور المداخلة: المحور الاول.

\* عنوان المداخلة: الطلاق العاطفي كمرحلة تمهيدية للانفصال القانوني: دراسة نفسية تحليلية

ملخص المداخلة:

يُعدّ الطلاق من أبرز الظواهر الاجتماعية التي عرفت تزايداً ملحوظاً في المجتمعات المعاصرة، غير أنّ الانفصال بين الزوجين لا يبدأ عادةً بقرار قانوني مباشر، بل يسبقه فيا لغالب ما يعرف بـ"الطلاق العاطفي". فهذا الطلاق غيرا لمعلن يتمثل في تآكل روابط المودة والرحمة، وغياب التواصل الفعّال،

وتراكم الخلافات التي تظل صامتة أحياناً وساخنة أحياناً أخرى. إنّ الطلاق العاطفي يمثل المرحلة الخفية التي يعيشها الزوجان وهما تحت سقف واحد دون أن يجمعهما دفء الحياة المشتركة، مما يجعله مؤشراً خطيراً لبداية الانفصال الفعلي، حيث يتحول من حالة وجدانية ونفسية إلى مسار قانوني رسمي يكرّس انهيار العلاقة الزوجية. ومن ثمّ فإنّ دراسة الطلاق العاطفي ليست ترفاً فكرياً، بل هي ضرورة ملحة لفهم جذور الطلاق القانوني والوقوف على أسبابه العميقة، وهذا ما سنحاول التطرق اليه من خلال هذه الورقة البحثية.

## **Absract**

Divorce is one of the most prominent social phenomenon that has witnessed a noticeable increase in contemporary societies. However, separation between spouses does not usually begin with a direct legal decision; it is often preceded by what is known as “emotional divorce.” This unspoken form of separation is manifested in the erosion of affection and compassion, the absence of effective communication, and the accumulation of conflicts that may remain silent at times and explosive at others. Emotional divorce represents the hidden stage in which spouses live under the same roof without sharing the warmth of a common life, making it a serious indicator of the onset of actual separation. It eventually evolves from an emotional and psychological state into a formal legal process that confirms the collapse of the marital relationship.

Therefore, studying emotional divorce is not an intellectual luxury but rather an urgent necessity to understand the roots of legal divorce and to uncover its deeper causes—an issue that this paper seeks to address.

## **مقدمة:**

لقد كرم الله سبحانه وتعالى الإنسان وفضله على سائر المخلوقات بأن خلق له من بني جنسه زوجا يسكن إليه وجعل المودة و الرحمة بينهما من خلال ميثاق غليظ ومقدس تمثل بعقد الزواج قال تعالى: (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة ). وقد شرع الإسلام للأسرة نظاما اجتماعيا رصينا ومتكاملا يكفل لكلا الزوجين المشاركة والاستقرار الاجتماعي في حياتهم الزوجية وفقا لعدد من الضوابط الإنسانية والآداب العامة التي تكفل سع ادة الأسرة وتنشئة الأبناء نفسيا

واجتماعيا بعيدا عن كل ما يمكن أن يهدد هذا الاستقرار الأسري عند التعرض للمشكلات والمصاعب التي لا مناص من مواجهتها في الحياة. ويعد الطلاق واحدا من أخطر المشكلات الاجتماعية التي تهدد كيان الأسرة وضياعها والتي تؤدي إلى انهيار المجتمع وتفككه، فعلى الرغم من جوازه شرعا، قال تعالى : (الطلاق مرتان، فإمساك بمعروف أو تسريح بإحسان)، يبقى الطلاق يمثل قضية يجب الوقوف عندها ومعالجتها بالبحث والدراسة بعد تفشي الظاهرة وانتشارها الواسع في مجتمعنا. واللافت للنظر أن دعاوى الطلاق ازدادت بين المتزوجين وبنسب ملحوظة وتصادفية في فترة ما بعد عام ٢٠٠٣م ، وقد شكل هذا تحديا خطيرا للمجتمع ونظراته الموروثة لمفهوم الطلاق ، بل وشكل منعطفا خطيرا في نظرة المجتمع إلى الطلاق واستسهال الموضوع اسريا واجتماعيا بعدما كان أمرا معيبا وغير مرغوب فيه في السابق.

من جهة أخرى، حاول بعض الباحثين تقصي العوامل المساهمة في الاستقرار الزوجي، أين ذكر سكوت أن الذكاء الوجداني من بين الأسباب الرئيسة في تفضيل الأزواج لبعضهما البعض، وذكر خليفة أن السعادة الزوجية تشير إلى أن طرفي العلاقة الزوجية يتمتعان بذكاء وجداني مرتفع، ويذكر الفرماوي أن توفر عنصر المشاركة العاطفية كالتفاهم المجاملة، التعاطف، الحب، الجنس، المودة، الاحترام و التقبل، التدليل .... من أهم مسؤوليات الزوجين لنجاح زواجهما، ويذكر (جوتمان) أنه كلما تحلى الزوجان بالذكاء العاطفي كلما أحرزا نجاحا مبهرًا في علاقتهما الزوجية بصفة خاصة و علاقتهما الاجتماعية بصفة عامة و يعتبر جوتمان الصحة الوجدانية مؤشرا كافلا لتنبؤ بالنجاح في مختلف المجالات الحياتية كالزواج .

الأسرة هي أول جماعة انسانية يتكون منها البنيان الاجتماعي وهي أكثر الظواهر الاجتماعية عمومية وانتشارا فلا نجد مجتمعا يخلو من النظام الأسري ، وهذا ما يحقق الاستقرار للحياة الاجتماعية للمجتمع ، والأسرة تمثل الإطار العام الذي يحدد تصرفات افرادها فهي تشكل حياتهم وتضفي عليهم خصائصها وطبيعتها فهي مصدر العادات والتقاليد وقواعد السلوك والآداب العامة وهي دعامة الدين والوصية على طقوسه ووصاياها وهي بصورة عامة يرجع لها الفضل في القيام بعملية التنشئة الاجتماعية

والزواج نقطة البداية لتأسيس الأسرة ، وله اهمية كبيرة وامل لمعظم الشباب من الجنسين وذلك لما يحققه من التوافق النفسي والاجتماعي لديهم ، و ان هدف المجتمع المحافظة على كيانه من خلال تحقيق احتياجات المجتمع وكذلك احتياجات افراده وذلك لا يتأتى الا عن طريق الزواج وينتج عن ذلك علاقة وثيقة بين الزوجين نطلق عليها ( العالقة الزوجية ) فالزواج مطلب اساسي للجنسين لما له من اهمية في حياة الفرد والمجتمع ويعد واقيا يقي الفرد من كثير من الاضطرابات النفسية والامراض العضوية،

وفي المقابل فإن الاضطراب الزوجي وما يتبعه من عدم الإشباع العاطفي إلى جانب النزاعات الزوجية والمشاعر السلبية ففي مثل هذه الحالات يشيع الشعور بعدم الأمن والقلق والاكتئاب والإرهاق العصبي

وعدم الاتزان النفسي والوجداني والخوف من المستقبل والشعور بالضياع كل هذه الظواهر تشكل دوافع قوية للتوتر النفسي والقلق والاكتئاب لدى الأفراد غير المنسجمين من الجنسين . ان العلاقة الزوجية تتأثر بمجموعة من المتغيرات المهمة منها مدة الزواج فالمراحل الاولى من الزواج تتميز بالتقارب الشديد ، بينما تتميز المرحلة المتأخرة بالمواجهة والنقاش والتفاوض فيما يتعلق بالتحكم والسلطة والقوة ، ومن الطبيعي ان تحدث طول مدة الزواج نوعا من الروتين والفتور والنقص في الأنشطة والقرارات المشتركة ويبدو ان الأشخاص السعداء في زواجهم ينظرون إلى شركائهم بشكل اقل اعجابا بمرور الوقت ، في الوقت الذي ينظر فيه غير السعداء إلى شركائهم بوصفهم غير مرغوب فيهم

**تعريف الطلاق العاطفي** هو اختلال التوازن و سوء العدالة التوزيعية في الحقوق والواجبات بين الزوجين والذي يؤثر سلبا على الجانب التعبيري والجانب الذرائعي والذي يؤدي إلى تصدع الحياة الزوجية و التنافر و فقدان العاطفة بينهما و يعيش الزوجان في بيت واحد و كأنهم غرباء و بشكل مستمر .

هو حالة من الانفصال على المستوى الجسدي والنفسي والعقلي والروحي بين الزوجين على الرغم من كونهما يعيشان في بيت واحد ويمارسان واجباتهما الزوجية بشكل أو بآخر . وهو نوع من الطلاق ينقصه فقط الإعلان والتوثيق في الأوراق الرسمية ، أو هو نوع من الزواج منتهي الصلاحية ، أو هو علاقة زوجية ماتت وتنتظر استخراج شهادة الوفاة (الشواشرة، 2018، ص45)، وهو حالة من اللاسلمو لللاحرب انطفأت فيها مشاعر المودة والرحمة وفقد كلا الزوجين أو أحدهما الإحساس بالآخر وكأنه لم يعد موجودا أو لم يعد يظهر على شاشة وعيه الوجداني على الرغم من وجوده الحسي حوله.

### **مظاهر الطلاق العاطفي:**

توجد علامات عديدة تنذر بحدوث الطلاق الصامت، وبحسب داليا شيحة تتوقف إمكانية النجاة على الاكتشاف المبكر لها حتى يتم البدء في تطبيق إجراءات الانقاذ والمضي قدماً بطريقة أفضل في مسيرة الحياة الزوجية. لأن التأخير في الانتباه لهذه العلامات يزيد من صعوبة إصلاح ما أفسده الصمت الزوجي.(نوبيات، 2012، ص123)

• **انعدام الحوار:** إذا لاحظ الزوجان انخفاضاً كبيراً في مستوى الحوار بينهما، حيث تصبح المحادثات مقتصرة على الضروريات اليومية فقط، دل ذلك على حدوث الطلاق الصامت بينهما.

- **ضياح الحميمية:** في تراجع وضياح الحميمية بين الزوجين دلالة على حدوث الملل الذي أدى إلى النفور والصمت الزوجي. ويعد تباعد مرات اللقاء الحميم لفترات طويلة علامة قوية من علامات الطلاق الصامت.
- **تجنب قضاء الوقت معًا:** إذا أصبح الزوجان يتجنبان قضاء الوقت معًا، ويفضل كل منهما البقاء بمفرده أو مع الأصدقاء على حساب التواجد مع شريكه، فقد يعني ذلك فقدان الشغف بالعلاقة مع الشريك، وحدث التبعاد والوقوع في أزمة الطلاق الصامت.
- **الإهمال المتبادل:** عدم الاهتمام بمشاعر أو احتياجات الشريك، يمكن أن يكون علامة على تدهور العلاقة بين الزوجين وحدث الطلاق الصامت.
- **البحث عن بديل لتلقي الدعم العاطفي:** إذا بدأ أحد الزوجين في البحث عن الدعم العاطفي من خلال بديل آخر. فإن ذلك يعني حدوث فجوة كبيرة بين الزوجين، وبدء حالة الطلاق النفسي والصامت، وذلك بسبب الفراغ العاطفي الذي أسفر عنه التبعاد بينهما.
- **الخرس الزوجي:** يعد الخرس الزوجي والصمت الزوجي أيضًا من علامات الطلاق الصامت التي تدل على احتضار العلاقة وقرب نهاية الحياة الزوجية.

### مراحل الطلاق الصامت:

يمر الطلاق العاطفي بالمراحل التالية بالترتيب:

- **مرحلة الخلافات :** وفيها تسود خلافات متكررة أو مستمرة بين الطرفين حول تفاصيل حياتهما أو علاقاتهما أو طريقة تربية الأبناء أو أي شئ آخر ، ويفشل الزوجان في إيجاد أي مساحة مشتركة بينهما للتفاهم ، أو الوصول لحد أدنى من الإتفاق . وهذه مرحلة صاخبة تشهد نزاعات ومشاجرات واستخدام عنف نفسي أو جسدي أو لفظي.
- **مرحلة الألم :** حيث يصبح أي تواصل أو احتكاك مؤلم والكلمات جارحة أو ناقدة أو مستهزئة ، وتكون هناك محاولات للإيذاء المتبادل بشكل مباشر أو غير مباشر.
- **مرحلة المرارة :** وهي تراكم للألم وتراكم للجراح وتراكم للخبرات السلبية والذكريات السيئة تكاد تخنق أحد الشريكين أو كليهما .وتصف إحدى الزوجات هذه الحالة بقولها : كنت أشعر بالخوف والقلق عندما يضع زوجي المفتاح في الباب عائدا من عمله وحين أراه أشعر بدوار وغثيان وصداع

وتقلصات في بطني وأشعر باختناق وكأنه "شفط" الهواء من الشقة ، وإذا حدثت علاقة زوجية بيننا اضطرارا أشعر بأني مغتصبة وأقوم على الفور لأزيل آثار العلاقة في الحمام وأكره جسدي ونفسي لعدة أيام وتتأبني بعد العلاقة نوبة من البكاء ، وأعاني ألما جسدية خاصة في منطقة الحوض.

- مرحلة الرغبة في الانتقام : فتساور الطرف المقهور أو المظلوم رغبة عارمة في الانتقام ، ومشاعر غضب وعدوانية تنتظر الفرصة للتحقق ، وأمنيات أو تخيلات بأن يصيب الطرف الآخر أذى أو يمرض أو حتى يموت أو يختفي بأي شكل.
- مرحلة اليأس : حيث لا يبدو في الأفق أي بادرة أمل لانصلاح الأحوال لدى الطرفين أو على الأقل لدى الطرف المظلوم أو المقهور.
- مرحلة الإجهاد : وفيها يشعر الطرف المتضرر أنه لم يعد قادرا حتى على الشكوى أو التذمر ، وأنه فقد القدرة على فعل أي شيء ، وأنه فقط يحتاج لأن يرتاح في مكان هادئ بعيدا عن كل البشر ، يريد حالة من السكون أو الصمت المطلق.
- مرحلة الاحتراق : وفيها تحترق كل المشاعر الإيجابية والسلبية بينهما ، وبالتالي يفقد كل طرف إحساسه بالآخر تماما وكأنه لم يعد موجودا معه أو حوله ، وأنه مجرد خيال يراه من وقت لآخر . هي حالة من الصمت الأبدي المطبق في التواصل سبقتها حالة موات في المشاعر (الرشيدي،2018،ص78).

وربما يعيش الزوجان على هذا الحال شهورا أو سنوات في حالة من الاضطراب الزوجي بسبب وجود أولاد أو بسبب ضرورات اجتماعية أو بسبب رفض فكرة الطلاق من المحيطين بهما . ونرى الزوج يقوم بواجبه في الإنفاق وتوفير احتياجات الأسرة ولكن في صمت ، ونرى الزوجة تقوم بواجباتها المنزلية أيضا في صمت ، ويظهر الشكل الاجتماعي أمام الناس وكأن هناك أسرة ، ولكن في الحقيقة هذين الزوجين لا يتعاملان إلا في الحدود الدنيا على قدر ضرورة تسيير الحياة اليومية اللازمة للأبناء ، فهما يتقابلان في البيت ولكن دون أن ينظر أحدهما في وجه الآخر ، وقد يقفان في المطبخ ولكن دون أي تفاعل ، أو يجلسان في غرفة المعيشة كل منهما يمارس عملا أو هواية في انفعال تام عن الآخر ، وتغيب كلمات صباح الخير أو مساء الخير أو كل سنة وانت طيبة ، وإذا قيلت تقال بلا روح أو معنى ، وقد تمر مناسبات اجتماعية أو أعياد دون أن يحدث أي تقارب بينهما ، فكأن هناك شرخ حدث في العلاقة وهو يزداد يوما بعد يوم وتتباعد المسافات بينهما حتى لا يكاد يرى أحدهما الآخر أو يسمعه.

وفي بعض الحالات قد يتعامل الزوج أو الزوجة بكل لطف وأدب مع الطرف الآخر ويلبي احتياجاته ولكن دون أي مشاعر فهي علاقة واجب فقط منزوعة الروح والوجدان وكأنه يؤدي مهمة رسمية أو واجب اجتماعي.

ومن العلامات المؤكدة للطلاق العاطفي نوم كل طرف في غرفة منفصلة وتوقف العلاقة الجنسية بين الطرفين لشهور أو سنوات دون مبادرة من أحدهما للتقارب مع الآخر. (الرشيدي، 2008، ص231)

وقد استعرضنا مراحل الطلاق العاطفي لأن التدخل الإصلاحي أو العلاجي قد لا ينجح في المراحل الأخيرة مهما صدقت النوايا حين يصل الزوجان لحالة اللاعودة ، ولكن هذا التدخل قد ينجح في المراحل الأربعة الأولى قبل الوصول إلى مرحلة اليأس . والأمر يستدعي رصد تطور العلاقة بين الطرفين ، وحين تتضح بوادر الطلاق العاطفي تكون هناك علامات للإنذار المبكر ويبادر أحد الزوجين أو كليهما باتخاذ خطوات وتدابير تمنع تراكم هذه المراحل من خلال المصارحة أو العتاب أو إعادة النظر أو الاعتذار أو إزالة التراكمات السلبية أو فتح مسارات جديدة لارتباطات شرطية إيجابية أو طلب المساعدة من أحد الأقارب أو الأصدقاء أو المتخصصين في الإرشاد أو العلاج الزواجي.

باستمرار حالة الطلاق العاطفي لفترة طويلة تجعل جو البيت مسمما ومشحونا بالعداء والكراهية والنزب والتجاهل ويعطي صورة سلبية للحياة والعلاقات تؤثر بشدة على الأبناء وربما تضرهم أكثر مما يضرهم الطلاق الفعلي للأبوين ، وهنا تسقط ذريعة الاستمرار من أجل الأبناء.

وإذا لم تنجح كل المحاولات، وازدادت العلاقة سوءا يوما بعد يوم ، فربما يتحول هذا الطلاق العاطفي إلى طلاق فعلي بإعلان موت العلاقة الزوجية رسميا

**أسباب الطلاق:** يدرجها (العباسي، 2010، ص98) مايلي:

١- تدخل الأهل بشؤون الزوجين :- وهو واحدا من الأسباب التي تؤثر على طبيعة العلاقة الزوجية من خلال إثارة المشاكل والخلافات التي تنشأ بين الزوجين فهناك من الزوجات من تكشف أسرار علاقتهما بزوجها وتنقلها إلى أهلها خصوصا إن هناك من الأهالي من تنقصهم الخبرة والاستشارة والرأي فيتسببون في إحداث مشكلة وذلك من باب نصره ابنتهم وبالتالي هذا يقود إلى نتائج وخيمة ، وكذلك الحال بالنسبة للزوج فتدخل الأهل سواء الأم أو الأخوات أو الأخوة في شؤونه الخاصة ينشأ بذلك خلاف ويشتد الصراع بين الزوجين ويؤدي بالتالي إلى التعصب من قبل كلا الطرفين (أهل الزوج وأهل الزوجة) في محاولة لإثبات الذات دون مراعاة ما ينتهي إليه صراع الأهالي من تدمير للأسرة وتفككها بإيقاع الطلاق بينهما.

٢- الزواج المبكر : يعد واحدا من الأسباب الخطيرة التي تؤدي إلى الطلاق فالذين يتزوجون في أعمار صغيرة يفتقدون في الأغلب إلى النضج النفسي والاجتماعي لكونهم لازالوا في مرحلة المراهقة التي يكثر فيها الغضب والتسرع في اتخاذ القرارات وعدم القدرة على مواجهة الصعوبات التي تواجههم في حياتهم وعجزهم في التكيف مع العديد من المواقف الاجتماعية المختلفة بسبب عدم امتلاكهم الخبرة أو المرونة أو النضج فيما يتعلق بالطرف الآخر والشريك في الحياة الزوجية، لهذا نجدهم غير مؤهلين لفهم معنى الحياة الزوجية ومسؤولياته وإدراكهم لطبيعة الحياة الزوجية سواء من الفتى الذي يصعب عليه الاستقلال في حياته بعيدا عن أهله وذويه فيتدخلون في حياته لعدم قدرته المالية والإدارية ، وكذلك السنة عدد حالات الطلاق ٣١٢٨٢٠٠٩ ٣٧٦٥٢٠١٠ ٤٣٨٤٢٠١١ الحال بالنسبة للفتاة التي لا تكون قادرة على مواجهة المسؤولية الزوجية تجاه زوجها وأطفالها وبيتها ولا تقدر مدى هذه المسؤولية وقيمتها فتكثر المشاكل ويصعب التفاهم والانسجام بينهم مما يجعل الطرفين يبتعد كل منها عن الآخر في سلوكه وعواطفه وأفكاره ولن يكون أمامهما ألا اللجوء إلى ابغض الحلال وهو الطلاق.

٣- الفارق في العمر بين الزوجين : يلعب الفارق في عمر الزوجين دورا أساسيا في حدوث المشاكل والخلافات بين الزوجين لان الاختلاف في الأعمار يترتب عليه اختلاف في الميول والرغبات لان كل واحد من الأطراف يكون من جيل ل ه أفكاره وطريقته في أسلوب الحياة وتعامله يختلف عن الطرف الآخر مما يسبب عدم الانسجام والتفاهم بين الزوجين فيؤدي إلى حدوث الصراعات والتوترات والتي تنتهي إلى تفكك الأسرة وانهارها.

٤- تعدد الزوجات : كثيرا ما يقع الطلاق بسبب وجود أكثر من زوجة فتحدث الخلافات و المشكلات والصدامات ما بين الزوجات أو أولادهم بسبب تقصير الرجل في واجباته المالية والاجتماعية تجاه أسرته أو هجره لزوجته هذا مما يجعل جو الأسرة دائما متوترا مما يؤدي إلى إنهاء العلاقة الزوجية أما من قبل الزوج للتخلص من المشاكل أو بناء على رغبة الزوجة لعدم تح ملها العيش والاستمرار في حياة مضطربة.

٥- الإدمان على المسكرات : يعد الإدمان على تناول المسكرات واحدا من الأسباب التي تؤدي إلى انهيار العلاقات الزوجية ويحدث الطلاق، لان إدمان الزوج على تناول المسكرات ينعكس على سلوكه وتصرفاته الزوجية بصورة سلبية فيفقد الع قل فيؤدي إلى تعرض الزوجة إلى الإهانة والاعتداء بالضرب المبرح لفقدانه السيطرة والوعي في تلك اللحظة هذا مما يجعل الزوجة تلجأ إلى طلب الطلاق هذا من جانب، إلى جانب ذلك إن تناول المسكرات والإدمان عليها تجعل من مكانة الزوج مثلا سيئا لأبنائه فتقل قيمته واحترامهم له، فضلا عن التقصير في توفير متطلبات الأسرة وعدم تحمله المسؤولية لان جزء



كبير من المال يتم استقطاعها من دخل الأسرة على تناول المسكرات فمثل تلك الأوضاع لا بد أن تختل العلاقات الزوجية ويتصدع كيانها فتنتهي بحدوث الطلاق.

٦- العامل الاقتصادي : يعد العامل الاقتصادي من العوامل الأساسية في تحقيق مبدأ الاستقرار الأسري واستمرار الحياة الزوجية بشكلها الطبيعي، فقد يعجز بعض من الأزواج تحت وطأة الظروف الاقتصادية الصعبة التي يواجهونها وخصوصا الذين يمتنون مهنة بسيطة تدر عليهم دخلا لا يكفي لسد متطلبات الزوجة الكثيرة التي لا تقف عند حد معين فتحاول ممارسة الضغط على زوجها وتحمله ما لا طاقة له به منها ما يتعلق بالحاجيات الخاصة بها أو أبنائها أو أمور تتعلق بالمنزل من خلال ما تراه من مظاهر عند الأخريات غير متوفرة عندها ومحاولة سعيها إلى مضاهاتهن في ذلك دون مراعاة الحالة المادية لزوجها وظروف وطبيعة عمله وقدرته على توفير مثل تلك المتطلبات، فتبدأ المشاكل والخلافات ويكبر الشقاق الأسري ويجد الزوج نفسه عاجزا عن تلبية تلك الطلبات فيدخل في مشاحنات وصراعات مستمرة مع زوجته وأولاه فتختفي السكينة وتضيع المودة والرحمة بينهما وتحت وطأة تلك الأوضاع يحدث لدى الزوج نوع من الجفاء تجاه زوجته حتى تنتهي بالطلاق.

٧- الخيانة الزوجية : واحدة من الأسباب التي يمكن أن تحطم كيان الأسرة فيحدث الطلاق فهناك من الأزواج من يلجأ إلى إقامة علاقات مشبوهة من خلال وجود التقنيات الحديثة التي دخلت مجتمعنا مؤخرا وسهلت م ثل هذه الأمور ومنها الموبايل والذي كان له تأثيرا سلبيا في ازدياد الشكوك بين المتزوجين ومن ثم حدوث المشاكل، فضلا عن الانترنت وغرف الدردشة والمواقع الجديدة والتي يتم منها تبادل الصور الشخصية والأفكار والرسائل وتنمي الشكوك، فمثل تلك الوسائل التي سخرت لخدمة الإنسان فقد كانت سببا للعديد من حالات الطلاق من خلال إثارة الشك والريبة بين الزوجين وخصوصا في حالة انعدام المصارحة والثقة بينهما.

٨- التنشئة الأسرية الغير صحيحة : فمن الإشكاليات التي يواجهها اغلب المتزوجين مسألة التنشئة الأسرية التي عاشوها فكثير ما نجد إن هناك من المتزوجين يتصفون ببعض الصفات منها الإهمال والانتكالية واللامبالاة والتعلق الشديد بالأهل وخاصة من جانب الزوجة، كما أن الدلال الزائد في بيت أهلها فضلا عن عدم تربيتهما على الأخلاق الإسلامية السامية التي تدعو التي احترام زوجها وتقديسها الحياة الزوجية وطاعة الزوج في العديد من الأمور يمكن أن يخلق لها العديد من المشاكل لعدم قدرتها على الاستقلالية في تحمل الحياة بمفردها فتؤدي بالنهاية إلى فشلها، وكذلك الحال بالنسبة للرجل فنجد كثيرا من الأزواج من تربي على مفاهيم خاطئة تضخم له دوره وتبرر له الأخطاء التي يرتكبها فهذا يؤدي إلى تفكيك الروابط العائلية والأسرية بل إلى حدوث الطلاق.

٩- استقلال المرأة اقتصادياً ( عمل المرأة ): هناك بعض من الزوجات بفعل استقلالها ماديا أدى إلى إهمالها إلى رعاية أسرتها وأطفالها وزوجها، كما أصبحت تنظر إلى الزواج ليس لكونه وسيلة لتحقيق الضمان الاقتصادي بل أصبح أقل حاجة بفعل عملها الذي مكنها من توسيع إدراكها وأضفى عليها شخصية أفضل إلى جانب ذلك سمح لها في إمكانية التفكير بدون زوج بفعل استقلالها ماديا، فضلا عن ذلك نجد من بعض الزوجات من تنظر نظرة دونية إلى زوجها خصوصا إذا طالبها بالمساهمة براتبها فأما أن تساهم أو تحمله المنة والتكلف، كما أن هناك من الزوجات نتيجة عملها تحاول أن تتسلط على أمور المنزل فتصبح الأمرة الناهية في شؤونه فيحدث الخلاف الذي ينتهي إلى حدوث الطلاق. (عبد المنعم، 2018، ص 75)

١٠- عدم التوافق بين الزوجين : يعد واحدا من الأسباب الرئيسة لحدوث الطلاق، فالزواج الناجح يقوم على تغليب العقل على العاطفة مع مراعاة جانب هام والمتمثل بالتقارب الفكري والتجانس الثقافي، فعدم وجود التوافق الفكري والعلمي وتوافق الشخصية والانسجام الروحي والعاطفي في الرغبات والميول بين الزوجين يمكن أن يثير المشاكل فالاختلاف في المستوى الثقافي والعلمي بين الزوجين يعد عاملا هاما في حل الرابطة الزوجية، فالاختلاف في المستويات الثقافية بين الزوج والزوجة لها أكبر الأثر في حدوث الصراعات التي تؤدي إلى الطلاق. كما أن عدم التوافق في الخلفية الاجتماعية لكلا الزوجين عاملا هاما في تصعيد حدة التوترات العائلية وتهديد الرابطة الزوجية بالانهيار أجلا أم عاجلا، حيث أن الأسرة لا يمكن أن تستمر في أداء رسالتها والمحافظة على كيانها مع وجود الفوارق العميقة في الخلفية التي يحسها الزوجان باستمرار ، فاختلاف الكبير في الأذواق والميول والرغبات والميول والاتجاهات بين الزوجين بينهما يكمن أن يكون لها تأثيراتها السلبية في وقوع الخلافات بينهما ، فالزوج قد يعتقد بفكرة معينة إلا أن هذه الفكرة تختلف عن الفكرة التي تحملها زوجته وهذا دائما ما يثير الجدل والمناقشات العميقة بينهما، وقد ينتهي بشجار مفتوح يعكر صفو حياتهما الزوجية ويؤدي إلى انهيارها عن طريق الانفصال أو الطلاق.(aberaham .2000.p34)

١١- اعتماد الزوج على عمل الزوجة :هناك بعض من الأزواج من يكون عاطل عن العمل فيعتمدون على زوجاتهم خصوصا في حالة عمل الزوجة فيصبح الزوج اتكالي لان المسؤولية الإنفاق على شؤون البيت والأبناء تقوم بها الزوجة فقد تحدث الخلافات خاصة عند شعور الزوجة باعتماد الزوج عليها والتمهل في مسألة البحث عن عمل وهذا يمكن أن يؤدي إلى توتر العلاقات بينهما وانهارها.

١٢- السكن المشترك : يعد واحدا من الأسباب في زيادة حدة الصراع والخلاف بين الزوجين نتيجة التدخل أهل الزوج في حياة ابنهم الخاصة في الوقت الذي تطمح الزوجة أن تستقل وان تكون سيدة منزلها بعيدا عن المشاكل التي يمكن أن تحدث في حالة مشاركتها السكن مع أهل زوجها، لاختلاف في

وجهات النظر وفي طريقة الحياة فهناك من أهل الزوج قد يتحاملون على الزوجة ويحرضون الزوج عليها إلى أن يتأثر بها ويخضع لأرائهم وهذا بسبب ضعف شخصيته هذا مما يؤدي إلى تفاقم المشكلة بينهما، كما أن السكن عند أهل الزوجة ليس حلا صحيحا فكثير من الأحيان تكون أم الزوجة غير حكيمة عند حدوث أي مشكلة بين ابنتها وزوجها فتحاول أن تتدخل لنصرة ابنتها والوقوف بجانبها حتى لو لم تكن على صواب، وكذلك الحال بالنسبة لأب الزوجة الذي قد يكون غير ناصح وأمين في حل الخلاف و تضخيم المشاكل اليومية التي كان من الممكن أن تكون مجرد مواقف عابرة في حياة الزوجين فتدخلهم يمكن أن يؤدي إلى انهيار علاقة ابنتهم بزوجها ووصولها إلى الطلاق.(أنوار،2010،ص90)

١٣- عدم الاحترام ما بين الزوجين : هناك بعض من الأزواج وخاصة من جيل الشباب من لا يقدر معنى الحياة الزوجية، فلا توجد حياة خالية من المشكلات الاجتماعية اليومية إلا أن هناك من يستخدم العنف ضد زوجته كالإهانة أمام الأبناء أو أمام أهله والشتيم بل الضرب بشكل مستمر واستعمال الكلمات النابية بين الزوجين يؤدي إلى فقدان الحب وتآزم الأمور وبالتالي يكره الواحد منهما الآخر هذا مما يكون سببا لحدوث الطلاق.

١٣- الإعلام : فكثير ما يكون للإعلام واحدا من الأسباب التي أدت إلى حدوث الطلاق وخصوصا ما تبثه بعض القنوات الفضائية للمسلسلات التركية المدب لجة التي لا تتلاءم مع الواقع الاجتماعي وثقافة التقليد الخاطئ فتقدم الزوج والزوجة في صورة مغلوطة لطريقة حياتهم الزوجية من خلال المشاهد الخيالية وغالبا ما يحاول كلا الزوجين عقد المقارنة الغير العادلة بين ما يرونه وما يعيشونه من واقع مما يكون سببا في إثارة المشاكل بينهما.

١٤- الإهمال العاطفي : يعد من الأسباب التي يمكن أن تحدث الخلافات والمشكلات بين الزوجين الذي يكون مصدره سوء الانسجام ما بين الزوج والزوجة فهناك من الأزواج من يعانون من هذه المشكلة خصوصا عندما تتجاوز الزوجة سن الأربعينات وقد تعبت من مسؤولية تربية الأبناء فلا تميل إلى الاهتمام بهذا الجانب مما يثير غضب الزوج واستيائه فتكثر المشاحنات بينهما والتي تؤدي به إلى اللجوء إلى البديل والتي يمكن أن يكون سببا إلى حدوث الطلاق. (الرشيدي،مرجع سابق،ص89)

### علاج الطلاق الصامت

يتطلب التعامل مع الطلاق الصامت وعيًا كبيرًا بأبعاد المشكلة، إضافة إلى استعداد كل من الزوجين إلى بذل الوقت والجهد للحفاظ على حياتهما الزوجية وإنقاذها من خراب مؤكد.

وفي ما يلي بعض النصائح التي تقدمها مستشارة العلاقات الزوجية والأسرية "داليا شيحة" والتي تعد بمثابة وصفة نجاة للزوجين والتي يجب تنفيذها بالبدء باتخاذ خطوات فعلية نحو علاج الطلاق الصامت. ومن أبرز هذه النصائح ما يلي: (نهاد، 2017، ص146)

#### • التواصل وبناء حوار هادف وبناء بين الزوجين

الخطوة الأولى للخروج من حالة الطلاق الصامت هي إعادة بناء الحوار بين الزوجين. من الضروري التحدث بصراحة عن المشاعر، المخاوف، والاحتياجات الشخصية. الحوار الصريح يعزز من التفاهم، وتحقيق التقارب بين الزوجين، وهذه نتيجة جيدة ستحقق الانسجام بينهما في ما بعد.

#### • عدم التردد في الحصول على الاستشارة الزوجية من الخبراء

في حال كانت العلاقة تعاني من مشاكل عميقة، قد يكون من المفيد جدًا اللجوء إلى الخبراء والمختصين. لأن لديهم العديد من الطرق المدروسة علميًا من خلال البحث والدراسة لتحسين التواصل وحل النزاعات بين الزوجين بطريقة بناءة. وعليه يجب عدم التردد في طلب الاستشارة منهم، وعدم الشعور بالحرَج بسبب ذلك.

#### • كسر الروتين والبحث عن أنشطة جديدة لممارستها

لعلاج الطلاق الصامت، يجب على الزوجين محاربة الملل بكسر الروتين والرتابة. يمكنهما ذلك من خلال ممارسة بعض الأنشطة معًا، كممارسة بعض الهوايات أو تجربة هويات جديدة، أو مشاهدة فيلمًا أو عمل مسرحي معًا. كما يجب عليهما التغلب على الملل الزوجي بعمل تغييرات عديدة في شكل الحياة الزوجية وأدق تفاصيلها.

#### • تخصيص وقت للأنفراد ببعضهما البعض

الأصل في الحياة الزوجية عمق العلاقة بين الزوجين فمتى كانت عميقة ووطيدة لن يصيبها الطلاق الصامت أبدًا، لذلك يجب أن يجدا وقتًا كافيًا لهما هما فقط لينفرد كل منهما بالآخر لتوطيد العلاقة بينهما. وممارسة الفضفضة الزوجية التي تخفف من وطأة الضغوط، والانصات جيدًا لبعضهما البعض. من شأن ذلك كله تقوية الروابط العاطفية بينهما ومن ثم التغلب على الحالة السيئة التي آلت إليها الأمور.

#### • التعامل مع الضغوط الخارجية

من الضروري أن يتمكن الزوجان من تحديد الضغوط الخارجية التي تؤثر على علاقتهما، والبدء بمواجهتها سواء كانت هذه الضغوط مرتبطة بالعمل أو الأمور المالية، أو أي من التفاصيل الحياتية الأخرى التي تربط بينهما. من شأن ذلك أن يساعد في تخفيف التوترات وعلاج الطلاق الصامت.

### • 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 ممارسة 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.

### خاتمة:

إنّ الطلاق العاطفي ليس مجرد حالة عابرة من البرود أو الفتور في العلاقة الزوجية، بل هو جرس إنذار مبكر يعلن عن خلل عميق في بنية التواصل والتفاهم بين الزوجين. ولعل خطورته تكمن فيكونه مرحلة صامتة، غير مرئية أحياناً، لكنها تهيئ الأرضية لانتهيار رسمي للعلاقة عبر الطلاق القانوني. ومن هنا تتأكد أهمية الوعي بهذه المرحلة والتعامل معها بجديّة من خلال تعزيز الحوار الأسري، وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للزوجين، وتكثيف برامج الإرشاد الأسري. إنّ معالجة الطلاق العاطفي قبل أن يتحول إلى طلاق قانوني من شأنه أن يحدّ من تفكك الأسر ويحافظ على تماسك النسيج الاجتماعي مما يجعل هذا الموضوع مجالاً حيويّاً للبحث والدراسة والتدخل الوقائي.

## قائمة المراجع:

1. ابو موسى، مروة(2014)، الطلاق العاطفي وأثره على التنشئة الاجتماعية في المجتمع الحضري، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة القاهرة، مصر.
  2. العباسي، رنا عبد المنعم، & العبيدي، خمائل خليل. (2010). الطلاق العاطفي لدى المتزوجين. مجلة كلية الآداب، الجامعة المستنصرية.
  3. الرشيدى، بشير صالح، & الخليفى، ابراهيم محمد. (2008). سيكولوجية الأسرة والوالدية. الكويت: إنجاز العالمية للنشر والتوزيع.
  4. الشواشرة، عمر، & عبد الرحمن، هبة. (2018). الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين. المجلة الأردنية في العلوم والتربية، 4(3).
  5. قدور، نوبيات. (2012). العلاقة الزوجية المتكررة وآثارها على الصحة النفسية للزوجين والأبناء. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (8). الجزائر.
  6. مقابلة، نهاد. (2017). العلاقة بين الانفصال العاطفي وإشباع الحاجات النفسية لدى المعلمين المتزوجين في محافظة جرش (رسالة ماجستير). جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
  7. هادي، أنوار. (2010). الطلاق العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر في مدينة بغداد (رسالة ماجستير). الجامعة المستنصرية، العراق.
  8. دليل الإرشاد الأسري. (2013). مشكلة الطلاق العاطفي وكيف يتعامل معها المرشد الأسري (الجزء السادس). الرياض.
  9. طه، منال عبد المنعم. (2018). دور التضحية في التنبؤ بنوعية العلاقة الزوجية والطلاق العاطفي. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، 6(4). جامعة القاهرة، مصر.
- Abraham, R. (2000). The role of job control as moderator of emotional dissonance and emotional intelligence outcome relationships. Journal of Psychology.