

GOVERNMENT OF SHARJAH  
Social Services Department



حُكُومَة الشَّارِقَة  
دائرة الخدمات الاجتماعية

## الطلاق العاطفي

إعداد: عبدالله عبدالرحيم

إدارة المعرفة

## المحتويات

3.....	مقدمة:
3.....	مفهوم الطلاق العاطفي:
4.....	تعريف الطلاق العاطفي:
4.....	المقدمات التي تسبق الطلاق العاطفي ..
4.....	أولاً: الجانب التعبيري ..
6.....	ثانياً: جوانب خصائص الأسرة ويشمل:-
7.....	المراحل التي يمر بها الطلاق العاطفي ما المراحل اق العاطفي ..
8.....	صفات طرفي الطلاق العاطفي ..
9.....	أسباب الطلاق العاطفي :عادة ما يرجع المحللون أسباب هذا النوع من الطلاق إلى:
10.....	زوج علاج الطلاق العاطفي؟
11.....	التوصيات:
12.....	المراجع:

## مقدمة:

يعتبر الزواج نواة لتكوين الأسرة، و هذه العلاقة المقدسة التي ذكرها الباري عزوجل في كتابه العزيز ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿(الروم:21).

ولكن هذه العلاقة تتعرض لمتغيرات عديدة تؤثر سلباً وإيجاباً وتدفعها لاتجاهات مختلفة فإما لمزيد من الانسجام والحب و المودة، أو لمزيد من الكره و البغضاء والحقد والذي يؤدي بدوره إلى الانفصال التام والنهائي أو إلى ما يعرف بالطلاق العاطفي أي أن يعيش الزوجان تحت سقف واحد وكأنهم غرباء ومضطربين إلى تحمل هذا الوضع إما من أجل المحافظة على الأطفال من الضياع والاهتمام بهم و رعايتهم أو مصالح مالية مشتركة. التراكبات الخاصة بالعلاقات السلبية قد تؤدي إلى الوصول إلى الطلاق العاطفي. كما ذكرنا الزوجان لا يصلان إلى الطلاق المباشر، وذلك لعدة أسباب تحول دون ذلك.. منها مثلاً:

- مستقبل الأولاد.
- بعض الضوابط الاجتماعية ككلام الناس.
- الخشية من واقع المطلق والمطلقة

الأمر الذي يجعلهم في حالة من الطلاق العاطفي والذي تستمر في إطاره العلاقة الزوجية بصورته الشكلية أمام الناس فقط، لكنها منقطعة الخيوط بصورة شبه كاملة فيما يتعلق بالحياة الخاصة للزوجين.

## مفهوم الطلاق العاطفي:

وهو الطلاق غير المعلن على الملأ بل إنه يكون أحياناً من طرف واحد في حين يمكن للطرف الآخر أن يجهله كلياً، وتختلف خطورة هذا الطلاق باختلاف أسبابه و إن إمكانية إصلاحه تتعلق مباشرة بمدى جدية الأسباب المؤدية إليه و الذي يقضي الوقوف عنده طويلاً، بعض المصادر تطلق عليه بالطلاق النفسي الذي تمارسه المرأة كنتيجة لعدم قناعتها أهلية زوجها للعب دور الرجل أمامها أو عدم قناعة الرجل لأهلية زوجته للعب دور الزوجة أمامه، ويسعى أحياناً بالزواج غير الممارس ونعني به ذلك الزواج المستمر بدون العلاقة الجنسية و هذا يكون عادة مقدمة الطلاق أو ربما الهجر الذي يسبق الطلاق النهائي.

ويحدث الطلاق العاطفي نتيجة الضغوط المتتالية للأعمال المختلفة ضمن الحياة الزوجية وتحمل المسؤوليات والتغيرات في طبيعة العلاقة الجنسية عادة ما تكون أقل كمية وأقل عدداً مع تآكل الاتصال الإيجابي الذي يؤثر على استقرار الزواج وإجهاده والذي كثيراً ما يكون مصحوباً بانخفاض أو قطع كامل للاتصال الجنسي.

## تعريف الطلاق العاطفي:

هي حالة يعيش فيها الزوجان منفردين عن بعضهما البعض رغم منزل واحد، ويعيشان في انعزال عاطفي، ولكل منهما عالمه الخاص البعيد عن الطرف الآخر وينتج عنه برودة الحياة الزوجية وغياب الحب و الرضا من العلاقة بين الزوجين. (بور 2008).

## المقدمات التي تسبق الطلاق العاطفي

هناك مقدمات تحدث قبل الطلاق العاطفي مثل:-

1. الشريك غير المستمتع جنسياً.
2. وجود علاقات غير مشروعة لأحد الطرفين أو كلاهما.
3. عدم وجود حوار بين الزوجين.
4. انعكاس مشاكل و الضغوط الخارجية على العلاقة بين الزوجين.

## الأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي

### أولاً: الجانب التعبيري

1. فتور الحب. 2- سوء الإشباع الجنسي. 3- الأسباب النفسية.

1. (فتور الحب): افتقار العلاقة بين الزوجين حيث أحد مرتكزاتها( العاطفة و الاحترام و التقدير).

2. (سوء إشباع الجنسي)

هو عدم إشباع أحد الطرفين أو كلاهما باحتياجات الآخر جنسيا نتيجة عدم مراعاة بعض ممارسات الجنسية الناجحة مثل:

1. أن تكون الرغبة موجودة لكلا الطرفين.
2. أن يستعد ويتمياً كلاهما لهذا اللقاء.
3. التركيز على المقدمات التي تسبق النشاط الجنسي مثل الملاطفة والمداعبة وتبادل كلمات الغزل و الأحضان والقبلات.
4. أن يحدث انسجام نفسي وجسمي و روجي ووجداني بين الزوجين.
5. أن يسعى كل طرف إلى إسعاد الطرف الآخر و إمتاعه.

## أسباب عدم الإشباع الجنسي

1. جهل الزوج بعوامل الإثارة الجنسية للمرأة ومعاملتها بقسوة و الذي يسبب لها البرود الجنسي و يضعف تجاوبها معه و ينقص من استمتاعه معها ويثير غضبه عليها.
2. جهل الزوجة بالنواحي الجنسية و حياؤها من زوجها أو نفورها من العملية الجنسية أو خوفها من الحمل.
3. الشذوذ الجنسي عند أحد الزوجين الذي يجعله يمارس الجنس ممارسة منحرفة تؤذي الطرف الأخر ولا تحقق له الإشباع.
4. إعراض الزوج من الزوجة إما لعجزه الجنسي أو لعدم رغبته فيها لانشغاله عنها.
5. التباين في أهمية العلاقة الجنسية حيث يكون هو المهمة الأولى عند بعض الأزواج وتكون له أهمية ثانوية عند الطرف الآخر مقارنة بأمور أخرى.
6. خبرات جنسية سيئة لأحد الطرفين في مراحل مبكرة في حياته قد يحرم من علاقات جنسية ناجحة.

## الأسباب النفسية

أثبتت البحوث والدراسات بأن للحالة النفسية للزوجين تأثير على العلاقة الزوجية فالأمراض النفسية تؤدي إلى حدوث اضطرابات حادة في الإدراك والتفكير أو في القدرة العقلية الأساسية للتمييز بين الواقع والخيال فضلاً عن الإصابة بالأمراض الجسمية ذات الأصل النفسي مثل ارتفاع ضغط الدم ومرض السكر والأزمات القلبية كلها تؤدي إلى حدوث قلق وتزيد من مشاعر الاكتئاب و الحساسية الزائدة و الشكوك غير المعقولة واضطراب النوم و اضطراب الأكل هذا كله يساعد على الاتصال و التواصل والتفاعل غير السليم بين الزوجين.

و يلعب الدماغ دوراً مهماً في العملية الجنسية و هو الذي يعطي الأوامر للهرمونات بالتحرك وإفراز هذه السوائل فإذا كان فكر الرجل أو المرأة مشغولاً بمهام الحياة ومشاكلها أثناء الممارسة الجنسية فإن الدماغ لا يستطيع أن يعطي الأوامر لانشغاله بتلك المشاكل وإذا كانت العوامل البيولوجية سليمة ويحدث البرود الجنسي فهذا دليل على أن حالة الفرد النفسية هي التي تلعب دورها في هذه العملية و إن التفاعل بين العوامل النفسية وبين تلك الجسمية دوراً فعالاً في جميع نشاطات الفرد وفعالياته.

## ثانياً: جوانب خصائص الأسرة ويشمل:-

الجانب الاقتصادي، الجانب الاجتماعي، الجانب المهني.

### 1. الجانب الاقتصادي:-

عدم الاتفاق حول الأمور المالية وسوء إدارتها في الأسرة يولد النفور الزوجي وتنتج الخلافات المالية إما بسبب التبذير أو البخل من قبل الزوجين أو أحدهما وهذا يجعل التفاهم بينهما صعباً.

### 2. الجانب الاجتماعي (مثل المشاكل الأسرية والمشاجرات...)

إن المشاجرات و الخلافات بين الزوجين إنما هي من الأمور الطبيعية داخل الأسرة ما دامت في حدود معينة لا تتعداها.

هناك أمور تدعم استمرار الخلافات و تأثيرها على العلاقة الزوجية: منها فارق السن الكبير بين الزوجين، السكن مع أهل الزوج، العنف بين الزوجين بكافة أشكاله، قلة الكفاءة في أداء الأدوار الزوجية، إهمال الزوجة لنفسها في مظهرها وزينتها، افتقار أحد الزوجين أو كلاهما إلى استخدام مهارات التواصل أو مهارات حل المشكلات إضافة إلى الإدمان على الكحول والمخدرات والعقم عند أحد الزوجين.

### 3. المجال المهني

- المهنة هو العمل الذي يمارسه الفرد في حياته.
- أثبتت الدراسات أن الناس غير الناجحين في عملهم مهيبون للطلاق أكثر من غيرهم لشعورهم بعدم الكفاءة في حياتهم الزوجية واعتقادهم بأن التحرر من الزواج يخفف من أعبائهم المالية و مسؤولياتهم الأسرية.
- أما البطالة فإنها تؤثر بشكل سلبي على الزوجين خاصة والأسرة عامة لأنها تؤدي إلى تقويض سلطة الزوج وعدم الاحترام الضمني له وزيادة الصراع بينهما.
- وقد يكون عمل الزوجة عاملاً من عوامل التفاعل السلبي والتفكك الأسري فالأمر يعتمد على الشخصية الناضجة للزوجة وفهمها لمسؤولياتها الزوجية الأخرى ونضوج شخصية الزوج وتشجيعه لزوجته ورضاه عن عملها واتفاقه معها على الأمور المالية ومناسبة عملها لطبيعتها الأنثوية وظروفها الأسرية.

## المراحل التي يمر بها الطلاق العاطفي

إن الزواج لا يتهار بين ليلة وضحاها فلا يحدث الطلاق العاطفي بسبب حادثة أو خطأ لأحد الطرفين، وإنما تمتد المشاكل والخلافات على مرور الزمن تؤدي إلى هذه النهاية.

وهناك مراحل تمر بها العلاقات الزوجية لتصل إلى الطلاق العاطفي هي:-

1. زعزعة الثقة وفقدانها:

هي فقدان المصداقية في القول والفعل التي يتمتع بها كل طرف عند الطرف الآخر.

2. فتور الحب وفقدانه:

وفيها يشعر الطرفان أو أحدهما إن عاطفته لم تعد كما كانت في السابق ولم يعد منجذبا له بل صار منصرفاً عنه ولا يكاد يلتفت إليه ولا ينظر له نظرات الحب و الإعجاب ويميل إلى تضخيم عيوبه فيبدو عازفاً عن حبه وتودده له.

3. الأنانية:

تساهم الأنانية في هدم قواعد الأسرة عندما يفكر كل منهما بنفسه وبمصالحه فقط دون مراعاة لمصلحة الطرف الآخر وهذه عقبة في طريق الإصلاح بين الزوجين.

4. الصمت الزوجي

يعد الصمت الزوجي هو أحد أوجه الجمود في العلاقة الزوجية و هو عدم تبادل الأحاديث والمشاعر الودية مع الطرف الآخر لقناعته بعدم جدوى الحوار معه وهذا يؤدي إلى زيادة الهوة بين الزوجين مما يهدد العلاقة الزوجية بالتمزق والانفصال، ويضطر الزوجان إلى استعمال الأطفال كسفراء دائمين بينهما.

5. الطلاق العاطفي

في هذه المرحلة تكثر الحواجز النفسية بين الزوجين وإذا ما اضطروا إلى التعامل في مواقف قليلة فإن هذا التعامل يأخذ صفة البرود أو الحدة أو الجدية التي تقترب من التعامل الرسمي، ويخلو كلا الزوجين بنفسه أو ينغمس في أداء الأنشطة دون احتكاك بالآخر، وللامتناع الجنسي بينهما يعطي إضافة جديدة لتأزم العلاقة بينهما ويستقل كل منهما في فراش خاص.

وتصبح العلاقة في حالة من التمزق العاطفي وتبلور مشاعر الغربة داخل المنزل حيث يشعر كل طرف أنه غريب عن الآخر ولا يمت له بصلة.

## صفات طرفي الطلاق العاطفي

1. بارد ومبتعد.
2. لا يتواصل (انقطاع الحوار إلا في الأمور الضرورية جداً مثل الأمور التي تخص الأولاد).
3. يقضي أوقات طويلة خارج المنزل (بالنسبة للرجال).
4. قلق وضيق الصدر.
5. يريد الانفصال ولكن.....
6. العناد و التشبث بالرأي.
7. يبحث عن طريق لإنقاذ الزواج.
8. يصبح شديد التشبث وغالباً ما يتوسل ويلمس الأعذار طالبا المزيد من الفرص.
9. اللجوء أشخاص غير مؤهلين للاستشارة.

## الطلاق العاطفي نوعان:

ويقسم المحللون النفسيون الطلاق العاطفي إلى نوعين:

**النوع الأول:** حينما يكون هذا الطلاق صادراً عن وعي وإرادة الطرفين في العلاقة الزوجية وبعلمهما الكامل.

**والنوع الآخر:** أن يكون الطلاق العاطفي قائماً من أحد الطرفين فقط دون علم أو وعي الشريك، والذي يتمثل بشعور الطرف الأول بعدم الرضا لاستمرار علاقته مع شريكه الأسري لكنه يقاوم هذا الشعور ويكبته خشية الوقوع في برائن الطلاق..

وهذا النوع غالباً ما تكون فيه المرأة هي الطرف الواعي لحالة الطلاق النفسي دون علم أو إدراك زوجها.

و عواقب سلبية خطيرة

والطلاق العاطفي بنوعيه له نتائج سلبية خطيرة لكنها تكون أشد في النوع الأول، منهاتفاقم الخلافات واستمرارها بصورة شبه روتينية؛ مما سينعكس بشكل أو بآخر على طرف ثالث في تلك المؤسسة الصغيرة وهم الأولاد من

الناحيتين النفسية والتربوية.



## أسباب الطلاق العاطفي:

عادة ما يرجع المحللون أسباب هذا النوع من الطلاق إلى:

- فارق العمر الكبير بين الزوجين.
- اختلاف المستوى الثقافي أو الاجتماعي بينهما.
- بعض حالات عدم الإنجاب.
- العصبية والخلاقات المتكررة بين الزوجين.
- تدني المستوى الاقتصادي للعائلة.
- عدم القدرة على فتح بيت آخر فيضطر للبقاء مع الطرف الحالي.
- تدني مستوى الوعي للزوجين فلا يتمكنوا من حل المشكلات.
- نظرة المجتمع السلبية للمطلق والمطلقة يجعلهما يعيشان حياة الطلاق السلبي.
- عدم التوافق في الطباع والميول والرغبات والقناعات والطموح.
- برودة العلاقة العاطفية والمشاعر وتزايد المشاحنات بين الطرفين.

## آثار الطلاق العاطفي:

لهذه المعيشة آثارها على حياة كل من الزوجين والأطفال:

فأما الأطفال: فإنهم لا يمكن أن ينموا بشكل سليم وطبيعي إلا في ظل بيئة أسرية صحية أم تحتضنهم وأب يرعاهم، وهم بطبيعتهم لا يميزون بين الأبوين ولا يفضلون أحدهما على الآخر، فكلاهما مهم وأساسى للحصول على التوازن في حياة الأولاد.

كما أن الولد بحاجة ملحة لكل ظروف الحب والحنان والعطف؛ يحتاج إلى عناصر الشجاعة والقوة والإقدام. وفي غياب البيت الطبيعي المفعم بالحب والتفاهم ينشأ الأطفال نشأة غير سوية، ويصبحون أكثر عرضة للأمراض النفسية كأنفصام الشخصية وفقدان الثقة بالذات والعجز عن اتخاذ القرارات المناسبة.

## وأما آثار هذا الطلاق العاطفي على الزوجين فتتجلى في:

- حالة الصمت التي تخيم على حياتهم، وضعف الرغبة في التواصل، وغياب لغة الحوار في الحياة الزوجية، وكذلك تلبد المشاعر وجمود العواطف، وغياب البهجة والمرح والمودة والتودد والرومانسية بالطبع.

- كذلك غياب الاحترام واللين بين الزوجين، ويصبح العناد والنرفزة والتذمر والشجار والمنازعات لأتفه الأسباب والإهمال والأنانية واللامبالاة باحتياجات ومتطلبات وآلام كل طرف هي المسيطرة على الحياة الزوجية.
- كما أن منها: الهروب المتكرر من المنزل، أو جلوس كل طرف منفصلا داخل البيت وهو ما يسمى بـ "الانعزال المكاني".
- ومنها النفور الشديد بين الطرفين، والشعور بالندم على الارتباط به، ومداومة التفكير بالطلاق أو الزواج من امرأة أخرى.
- ومنها أيضا شيوع السخرية والاستهزاء والاستهتار وكثرة التعليقات السلبية، والتقليل من شأن الآخر وجرح مشاعره بكلمات أو سلوكيات مؤذية، وإلقاء المسؤولية دائما على الطرف الآخر والتحلل من كل التزام تجاهه.
- بعض الأمراض و حب الانتقام و العلاقات غير المشروعة.

### علاج الطلاق العاطفي؟

هناك بعض النصائح التي قد تساعد ربما بشكل أو بآخر في علاج المشكلة أو محاصرتها في بداياتها قبل أن تمتد وتستفحل:

- العمل على تأكيد حالة المصارحة والوضوح والمرونة في الخلافات أو العلاقات الزوجية.
- إتاحة المجال لكل منهما لقول ما لديه مع ضمان استماع الطرف الآخر.
- فتح مجال أوسع لكل من الزوجين ليشرح بالاطمئنان داخل العلاقة الزوجية.
- زيادة انتباه وتقدير كل منهما للآخر.
- زيادة القدرة على التكيف لحل المشكلات.
- محاولة تفهم كل طرف لاحتياجات الطرف الآخر.
- إيجاد شيء من الدبلوماسية في التعامل من كلا الطرفين واللجوء إلى المديح والثناء.
- إشاعة جو من الألفة والمحبة في المنزل إما بكلمات الغزل أو إيجاد طرق للتواصل من خلال الأعمال المشتركة.
- احترام الطرف الآخر.
- عدم إشراك الأطفال في الخلافات.

## التوصيات:

1. اهتمام بالأسرة و الزواج وتكون هذه المفاهيم ضمن منظومة التنشئة الاجتماعية و المناهج الدراسية.
2. الحاجة إلى برامج إرشاد وتوعية تقوم بها جميع المؤسسات ذات العلاقة واعتماد مؤسسات تعمل على تقديم النصح والإرشاد سواء للمقبلين على الزواج أو المتزوجين الذين يواجهون مشكلات أسرية.
3. برامج توعوية للأبوين نحو ترسيخ ثقافة الأسرة الإيجابية لدى الأبناء.
4. إقامة دورات في إدارة الضغوط الأسرية و العاطفية.
5. وجود خطط مجتمعية موحدة في التربية الإيجابية.
6. الحاجة إلى إجراء دراسات وأبحاث متعلقة التي تخص الأسرة، ومن بينها المشكلات الأسرية و الطلاق العاطفي مع متغيرات مختلفة.
7. ضرورة تطوير مناهج الخدمة الاجتماعية ذات الصلة بالخدمة الاجتماعية الأسرية لإعداد الاختصاصيين الاجتماعيين وتزويدهم بالمهارات اللازمة للتعامل مع قضايا الأسرة.
8. التركيز على وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة وتقديم برامج للإرشاد الأسري ويقدم البرنامج الاختصاصيون في هذا المجال لنشر الوعي بين الناس.

## المراجع:

- أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات، أنوار مجيد هادي.
- الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني: دراسة نوعية، أن موسى النجداوي.
- الطلاق الصامت، موضوع كوم.
- الطلاق العاطفي أسبابه وعلاجه، رضا عنايتي.
- الطلاق العاطفي.. زواج مع وقف التنفيذ، تحقيق: جهمان شعيب.
- الطلاق النفسي وأثره على الأسرة، الأسرة اليوم.