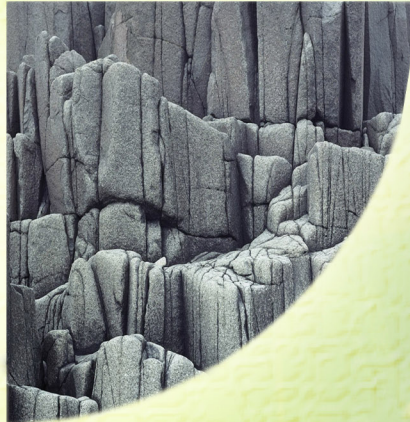


دليله

# الإرشاد الأسري

مشكلة الطلاق العاطفي  
وكيف يتعامل معها المرشد الأسري



إعداد

فخبة من المختصين والمختصات

الإشراف العام

الدكتور/ عبد الله بن ناصر السليحان

٥١٤٣٤ - ٢٠١٣م

# دليل الإرشاد الأسري ٦

(مشكلة الطلاق العاطفي وكيف يتعامل معها المرشد الأسري)

شارك في الكتابة كل من: \*

الدكتور/ إبراهيم بن حمد النقيثان	الشيخ/ سعد بن عبد العزيز الحقباني	الأستاذة/مها بنت عبد الله العمومي
الدكتور/ أحمد بن عبد الرحمن البار	الأستاذة/ سلوى بنت عبد الله العمومي	الأستاذة الدكتورة/ موزة بنت عبد الله المالكي
الدكتورة/ أسماء بنت عبد العزيز الحسين	الدكتورة/ ظلال بنت يوسف حسن مداح	الدكتور/ موسى بن احمد آل زعلة
الدكتورة/ أميرة بنت علي الزهراني	الدكتور/ عبد الرحمن بن محمد الصالح	الدكتورة/ موزة بنت حمدان الزهراني
الدكتور/ خالد بن سعود الحلبي	الدكتور/ عبد العزيز بن عبد الله المقبل	الأستاذة الدكتورة/ هدى عبد الرحمن السبيعي
الدكتور/ خالد بن سعود الشريف	الدكتور/ محمد بن إبراهيم السيف	الدكتورة / هند بنت عبد الله الثميري

## المراجعة العامة

الأستاذ الدكتور/ محمد بن مسفر القرني	الأستاذ الدكتور/ صالح بن محمد الصغير
رئيس قسم الخدمة الاجتماعية سابقاً	أستاذ علم الاجتماع بجامعة الملك سعود
جامعة أم القرى - مكة المكرمة	والمستشار بوحدة الإرشاد الاجتماعي سابقاً

## الإشراف العلمي والتحرير

الدكتور/ عبد الله بن ناصر السدحان

\* تم ترتيب الأسماء أبجدياً

عبدالله بن ناصر السدحان ١٤٣٤هـ  
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر  
السدحان، عبدالله بن ناصر  
دليل الإرشاد الأسري - ٦ / عبدالله بن ناصر السدحان.  
الرياض ١٤٣٤هـ  
٤٧٢ ص، ٢١ × ٢١ سم  
ردمك ٢-٢٢١٧ - ٠١ - ٦٠٣ - ٩٧٨

١- الأسرة ٢- العلاقات الأسرية أ. العنوان  
ديوي ٤٢، ٣٠١ ١٤٣٤ / ٤٦١٥

رقم الإيداع: ١٤٣٤ / ٤٦١٥  
ردمك: ٢-٢٢١٧ - ٠١ - ٦٠٣ - ٩٧٨

جميع الحقوق محفوظة لكل من:  
مشروع ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج  
ومؤسسة آل الجميح الخيرية



جميع الأفكار الواردة في هذا الدليل تُعبر عن وجهة نظر كاتبها



## الاستهلال

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله .. وبعد:

مقاربة مصطلح الطلاق العاطفي مع الطلاق الشرعي، تجعل منه شيئاً مخيفاً بالفعل، وهو كذلك في الحقيقة؛ فقد يؤدي هذا لذلك، وقد يكون لهذا أثر أسوأ من ذاك على النفس والبدن وكيان الأسرة ومستقبل الزوجين والأولاد؛ فكيف يكون ذلك؟

الطلاق العاطفي: حالة مرضية، تسري بذور جراثيمها في جسد الحياة الزوجية وروحها ببطء شديد في غالب الأحيان؛ حتى تتمكن من أركانها، فيلتفت الزوجان بعد غفلة؛ ليشهدا العش الزوجي بلا شقشقات، ولا وشوشات ولا أهازيج؛ صمت خائق، يصيب المشاعر في فؤادها، ويتمدد في شرايين التفاعلات الزوجية؛ حتى لا تكاد تهمس ببنت شفة؛ إلا في أطر رسمية باردة، هكذا تبدو للرائي، ولكنها في الحقيقة قشرة أرضية خادعة، يمور تحتها بركان متأجج، ينتظر خرقاً ينفجر من خلاله في أية لحظة.

ومما ينضح به الواقع المؤلم للأسرة الشرقية اليوم، الهموم المكبوتة من الجانبين، وليس من جانب واحد فقط كما كان الأمر قبل عقد من الزمان على الأقل؛ حيث كانت المرأة هي التي تشكو من الرجل، تشكو من صده، ومن إهماله، ومن جفافه، ومن جفائه، ومن ظلمه، ومن عنفه؛ فتلجأ إلى أمها، أو إلى أختها، أو حتى إلى صديقتها؛ لتبثها وجدها، وحُرقتها.. وقد تلجأ إلى صديق!!

ومنذ فترة من الزمن، نبتت شوكة أخرى في غصن الأسرة الرطيب؛ حيث بات الرجل يتشكى - أيضاً - من انشغال زوجته عنه بطموحها الفردي، أو بعيالها، أو بوظيفتها، أو

باستثماراتها، أو حتى بمهاتفاتها، وتسوقها. وقد يشكو من كونها أقل من المستوى الذي يطمح إليه جمالاً، أو ثقافةً، أو تديناً، أو مدنيةً، أو حتى تغنجاً واحترافاً لما يُسعده من وجهة نظره هو بالطبع .

وقد يكتشف أنه لم يخترها اختياراً صحيحاً؛ لتعجّله في الزواج، أو لأن الاختيار قد تم من قبل أهله، أو لأن العرف الاجتماعي لم يسمح له برؤيتها، وربما هي التي أرغمت عليه، ولم تر فيه فارس أحلامها؛ فصبرت عليه خشية أن توصل بأنها مطلقة .

والواقع أن الحياة الزوجية في العرف الاجتماعي السابق، كانت مبنية على تجاهل المشاعر بين الزوجين، مما ترك أثراً سلبياً في الجيل الحديث، فإذا فقدت الحياة الزوجية الكلمات العذبة، فليس ثمة إلا التصحر والجفاف، الذي يسهم في استنبات شجرة الطلاق العاطفي الخبيثة؛ حيث يضعف الترابط بالتدريج، ثم يسقط فجأة كتفاحة جافة هزتها ريح من خارج محيطها!!

خلال هذه المرحلة لا يستطيع أحد أن يصارح الآخر، ولا أن يبوح له بمكنونه؛ خشية اتخاذ قرار الانفصال الذي لن يكون - غالباً - في صالح أيّ منهما، ولا في صالح الأولاد. فتتكثف هذه الأحاسيس المكبوتة في جدران النفس، حتى تصبح طبقة صلبة، تشبه الشوائب والطحالب التي تبني جداراً آخرًا داخل جدران خزان المياه!!

فتبرز عدد من المظاهر؛ اصفرار البهجة في الوجه، وانطفاء الابتسامة، وتباعد فترات الشوق، وقلة التعبير عن الحب، بل انحساره تماماً، وعدم الرغبة في المعاشرة الزوجية، والبحث عن وسائل أخرى للتواصل مع الجنس الآخر، حلالاً أو حراماً!!

ثم تتسع الفجوة، بانقسام فراش النوم، ومائدة الطعام، وكثرة المخالفة للآراء، وتجييش الأولاد في الحرب الباردة، وانقسامهم بين الطرفين. وربما كان الصمت هو الشرطي المسيطر على الموقف، مما يقطع فرص الحوار الناجح، أو محاولات الإصلاح.

إن نمو فيروس الطلاق العاطفي لا يكون فجأة، بل تهبه البيئة المناسبة لنمائه جواً فيه كل الخصائص التي يرغبها؛ من تجاهل لوجوده، وحيّل نفسية يهرب بها صاحبها من الواقع، ودفاع عن المواقف العاطفية الخاطئة دون محاولة لاستصلاحها.

إن المفاجآت التي يخبئها الطلاق العاطفي غريبة دائماً، وغير متوقعة من الطرف الآخر، قد يكون منها مرض نفسي، أو مرض جسدي، أو علاقة محرمة، أو سقوط في مهاوي إدمان الخمر والمخدرات ومشاهدة الأفلام الإباحية النكدة، أو حتى العادة السرية الكثيية؛ ليتم التعويض البغيض عما افتقده من وجود فعلي، وتحقيق للذات من خلال العلاقة الزوجية السوية.

وإذا كان غالب الطلاق العاطفي يقع من جهة الرجل، وتتعذب بسببه المرأة، فإنه قد يقع بالعكس تماماً، ولكنه أقل حدوثاً فيما يظهر، وإذا كانت الزوجة هي الشاكية في أكثر الحالات، فليس معنى ذلك عدم إحساس الزوج بالمشكلة، بل قد يكون متعذباً أكثر منها، ولكن طبيعته تأبى التشكي، بينما تدفع طبيعة المرأة الراغبة في التنفيس إلى رفع شكايها إلى الآخرين؛ ليس رغبة في الحلول أحياناً. وإنما رغبة في التفريغ الوجداني، والتنفيس.

(مشكلة الطلاق العاطفي) برزت في الأسرة الجديدة، التي أفرزتها الحياة المعاصرة، في ظل تنافس التقنيات، والأعمال الرسمية، والأعباء الحياتية، والطموحات الفردية، على وقت الزوجين، أو أحدهما، فلم يعد - في كثير من الأحيان - ما يكفي من الوقت للسكن الزوجي،



والإفشاء العاطفي والجسدي، في حين استطاعت الشاشات والاستراحات أن تختطف الأضواء، وتتفرد بكل منهما بعيداً عن الآخر، حتى تنشأ الفجوة، ويقع التباعد العاطفي وإن جمعهما بيت واحد؛ لكنه يتطور إلى أن يصبح في شكل طلاق، وإن لم يقع الطلاق الشرعي.

ومن أجل ذلك كله يأتي هذا الدليل السادس من سلسلة (أدلة الإرشاد الأسري) ليحاول أن يُقدم للمرشد الأسري خطوات عملية للتعامل مع مشكلة (الطلاق العاطفي)، في طرح ينطلق من الواقع، وقد جاء هذا الدليل في سبعة فصول: يتناول الفصل الأول التعريف بمصطلح الطلاق العاطفي، الذي نعتف بإشكاليته اللفظية؛ لأنه مقتبس من المصطلح الشرعي: (الطلاق)، ويفترق عنه في صورته وأحكامه. وقد أفاض الدليل في محاولة تجلية هذا المصطلح ومحاولة رسم حدود فاصلة بينه وبين الطلاق الشرعي ودرجة قربيه وبعده من مصطلح شرعي آخر وهو (الهجر).

وفي الفصل الثاني محاولة لتشخيص الحالة؛ وذلك بمحاولة حصر المظاهر والمؤشرات الدالة على وجود الطلاق العاطفي، ومراحله. ثم في الفصل الثالث محاولة لرصد السمات النفسية، والاجتماعية، والجنسية، والاقتصادية، التي قد تمهد للطلاق العاطفي، وتمثل أرضية له، تشبه الاستعداد النفسي للاضطرابات النفسية. ويأتي الفصل الرابع وفيه تحديد أسباب ظهور الطلاق العاطفي التي تأتي من قبل الأزواج، أو الزوجات، أو حتى من المجتمع كله. وفي الفصل الخامس حديث عن الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي على الزوجين، والأولاد، والأسرة كلها. وبصورة مباشرة يعرض الفصل السادس توجيهات للمرشدين للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي إذا وقعت، بتحليل شخصية المطلق عاطفياً، وإرشاد الزوجين للتعامل مع الزوج المطلق عاطفياً بطريقة واعية تساعد على حل المشكلة، كما يوجههما للعمل على الوقاية

من هذه الحالة.

والسؤال الأخير يطرحه الفصل الأخير كما تطرحه كثير من الزوجات، هل أطلب الطلاق الشرعي أم استمر في هذا الطلاق العاطفي؟ فأيهما تختار الزوجة؟ وكيف تتعايش معه؟.

القضية كبيرة، والكتاب كبير بموضوعه، وبكتّابه، وبأطروحاته التي تتمنى السعادة لكل أسرة. والمرجو من الله تعالى أن يبارك في هذا العمل، وأن ينفع به في كل مكان وزمان.

وإن من دواعي السعادة أن تأتي هذه المشاركة العلمية المتنوعة من ذوي التخصصات العلمية، فمنهم - والله الحمد - المختصون والمختصات في مجال علم النفس، وعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية، والعلوم الشرعية والتربية. كما تميز هذا الدليل بمشاركة العديد من المختصين من مختلف مناطق المملكة، ولا شك أن في ذلك تنوعاً في الطرح وإثراءً في الخبرات العلمية والعملية.

لقد حرص (الفريق العلمي المشرف على أدلة الإرشاد الأسري) على استكتاب نوعية معينة من المختصين والمختصات، ممن لهم سابق خبرة في الإرشاد الأسري، كما كان هناك حرص على مشاركة المختصين من الجنسين حيث يتمّ الطرح من وجهة نظر الرجل، ومرة أخرى من وجهة نظر المرأة وفي ذلك إثراء حقيقي للموضوع وتكامل في جوانب الإيضاح فيه، فكانت المعلومات التي قدمها الدليل ثرية وعلمية مرتكزة على الجانب النظري، معززة بالممارسة العملية من خلال الإرشاد والتعامل مع المسترشدين بشكل شبه يومي.

ولابد من الشكر الجزيل والعرفان الكبير إلى (مؤسسة آل الجُميح الخيرية) ورئيس

مجلس الأمناء فيها الشيخ / محمّد العبد العزيز الجميح، وأمين عام المؤسسة سعادة الأخ الفاضل الدكتور / عبد الله بن محمد البراهيم لرعايتهم هذا المشروع العلمي، والشكر موصول إلى جميع الأخوة والأخوات الذين شاركوا بالكتابة في هذا الدليل ومراجعته وإلى جميع أعضاء وعضوات اللجان العاملة في (مشروع أدلة الإرشاد الأسري)، والشكر يتواصل إلى (مشروع ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج) لدعمهم هذه الأدلة منذ أن كانت فكرة وحتى صدرت منها الأجزاء الخمسة السابقة، وعلى رأسهم أستاذ الخدمة الاجتماعية سعادة الدكتور / حماد بن علي الحمادي مدير المشروع، والأخ الفاضل / عبد الإله بن سعد الصالح مدير إدارة الخدمات الاجتماعية في المشروع، على جهودهم الكبيرة التي بذلوها لترى هذه الأدلة النور فكتب الله للجميع الأجر الجزيل.

بارك الله في الجهود وسدد الخطى، ونفع بالدليل وأثاب من بذل فيه جهداً وشكراً لمن أسدى نصحاً أو سد خلةً، إنه سميع مجيب وبالإجابة جدير وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين وصلى الله على نبينا محمّد وعلى آله وصحبه أجمعين والتابعين له إلى يوم الدين.

د. خالد بن سعود الحليبي

د. عبد الله بن ناصر السدحان

## الفصل الأول:

الفرق بين الطلاق العاطفي والطلاق الشرعي والهجر

الشيخ / سعد الحقباني



## الفرق بين الطلاق العاطفي والطلاق الشرعي

الشيخ / سعد الحقباني

### تمهيد

انطلاقاً من مفهوم هذا الدليل الإرشادي للطلاق العاطفي على أنه ( هجر الزوج لزوجته سواء كان هجراً في العلاقة العاطفية أم هجراً في المحادثة، وفقدان المودة والسكن النفسي بين الزوجين مع قيام الزوج بالحقوق الزوجية الأخرى كالنفقة وتأمين السكن، بحيث يظهر للناس استقامة العلاقة الزوجية والواقع على خلافه)، وعلى ضوء حصر محل البحث فيما تضمنه العنوان فلن يتم التطرق إلى التفاصيل الشرعية لموضوع الطلاق الشرعي ولكن من المناسب بيان بعض أحكام الطلاق الشرعي بصورة موجزة ليكون تمهيداً لما بعده وسيتم تخصيص مبحث مستقل عن معنى الهجر - الطلاق العاطفي - من حيث أنواعه وحكمه والحكمة منه ومراحل تطبيقه بإذن الله تعالى .

### الطلاق الشرعي:

يعرف الطلاق بأنه حل قيد النكاح أو بعضه. والمقصود بإنهاء العلاقة الزوجية بلفظ مخصوص. وتنتهي العلاقة الزوجية بعد صدور الطلاق وفق الأنواع التالية:

#### (١) الطلاق البائن بينونة كبرى:

وذلك بأن يستنفذ الزوج التطبيقات الثلاث فإن الزوجة تبين من زوجها بينونة كبرى فلا تحل لزوجها حتى تنكح زوجاً غيره، وتعتبر الزوجة أجنبية من زوجها غير أنها لا تتزوج برجل آخر بعد طلاقها حتى تخرج من عدتها.

## (٢) الطلاق البائن بينونة صغرى:

وذلك بأن يطلق الرجل زوجته تطليقة واحدة أو يطلقها للمرة الثانية وتخرج من العدة ولم يراجعها في أثناء العدة، أو كانت الفرقة بين الزوجين بخلع أو فسخ فإن الزوجة تكون قد بانت بينونة صغرى وانتهت العلاقة بين الزوجين بحصول الفرقة؛ وللزوج أن يتزوج مطلقته أو من خالعتة أو المفسوخة منه بعقد جديد.

## (٣) الطلاق الرجعي:

وذلك بأن يطلق الزوج زوجته تطليقة واحدة أو ثانية ولم تخرج الزوجة من عدتها فإن الطلاق يسمى طلاق رجعي فللزوجة مراجعة زوجها باللفظ وله معاشرتها بالجماع وما دونه ويكون ذلك مراجعة إذا نوى ذلك، وإذا انقضت العدة ولم يراجع الزوج زوجته بانت منه بينونة صغرى كما سبق بيانه.

ومما سبق يتضح أن الطلاق الشرعي يشترط في ترتب آثاره صدور لفظ الطلاق ممن ينطق أو بالإشارة المعلومة إن كان أبكماً أو بتلفظ الولي إن كان الزوج قاصراً عقلياً على تفصيل مبثوث في كتب الفقهاء. أما الطلاق العاطفي وهو الهجر بالمصطلح الشرعي فلا يصدر بخصوصه لفظ طلاق وإنما انفصال جسدي وعاطفي دون صدور طلاق شرعي وتأتي الفروق بينهما فيما يلي:

الطلاق العاطفي بمفهومه المعاصر يعني به إضافة إلى ما سبق تمنع الرجل من تحقيق المودة والأنس بينه وبين زوجته فهو وإن كان يحادثها أحياناً لإدارة شؤون البيت إلا أنها محادثة خالية من المودة والعبارات العاطفية وكأنه أجنبي عنها. والطلاق العاطفي يمر بمراحل عدة ابتداءً من

فقدان المودة والحب القلبي ثم ظهور ذلك في العزوف عن الممارسات العاطفية بأنواعها بصورة متدرجة وانتهاءً بالهجر التام والامتناع عن ممارسة العلاقة الزوجية والحديث مع الزوجة وقد يتجاوز ذلك إلى الإقامة خارج المنزل والإهمال حتى في النفقة والرعاية فتكون الزوجة معلقة وهي غير مطلقة.

هذا هو مفهوم الطلاق العاطفي فما الفرق بينه وبين الطلاق الشرعي؟

### الفرق بين الطلاق الشرعي والطلاق العاطفي

أولاً: العلاقة الزوجية في الطلاق البائن:

الطلاق الشرعي إن كان طلاقاً بائناً أو كانت الفرقة بالفسخ أو الخلع فإن الفرقة بين الزوجين تكون بصدور القول أو الفعل الدال على قطع العلاقة الزوجية صراحة وبذلك تنتهي العلاقة بينهما شرعاً ويصبحان أجنبيين بعضهما من بعض حتى ولو كانت الزوجة في العدة فلا تحل المعاشرة، ولا الخلوة، ولا الخضوع بالقول، ولا اللمس، ولا تكشف المرأة وجهها لمطلقها، ولا يصبح الرجل محرماً لزوجته في السفر؛ لانتهاء العلاقة الزوجية بينهما.

أما في الطلاق العاطفي (الهجر) فإنه لا يمنع شيئاً مما ذكر، لبقاء الرابطة الشرعية، حتى ولو كان الزوج لا يمارس شيئاً من الحقوق الزوجية في واقع الحال. سواء أكانت الحقوق الخاصة بالزوج أم المشتركة مع الزوجة فلكل من الزوجين مبادرة الآخر بممارسة العلاقة العاطفية بأنواعها ودرجاتها. وكذا فإن الطلاق العاطفي لا يمنع الخلوة ولا اعتبار الزوج محرماً إلى غير ذلك مما يباح بين الزوجين شرعاً كما أنه لا يلزم من ذلك موافقة الطرف الآخر الممتنع.



### ثانياً: العلاقة الزوجية في الطلاق الرجعي:

الطلاق الشرعي إن كان طلاقاً رجعياً والمرأة مازالت في زمن العدة الشرعية فإنه بهذا الطلاق تعتبر العلاقة الزوجية مازالت باقية فلكل من الزوجين ممارسة حقوقه الزوجية العاطفية، والزوج إن صدر منه جماع أو مقدمات الجماع على الصحيح من كلام أهل العلم وكان بنية الرجوع فيعتبر تصرفه مراجعة لزوجته ويستحب للزوجة التجميل لزوجها وحسن التبعل لتشوف الإسلام إلى استمرار الحياة الزوجية، ولكن لا يلزم الزوج الاستجابة لرغبات الزوجة من حيث ممارسة العلاقة الزوجية العاطفية ولا يجب عليه ذلك شرعاً لأن الطلاق مباح في حقه فله الحق في إمضائه وذلك بعدم مراجعة زوجته مدة العدة.

أما الطلاق العاطفي (الهجر) فإنه مع بقاء العلاقة الزوجية بكل حقوقها، وأحقية الطرفين في ممارسة العلاقة العاطفية بعموم صورها، ودرجاتها فإن امتناع الزوج عن إعطاء الزوجة حقوقها الشرعية العاطفية أو غير العاطفية والتعامل بجفاء وعدم تحقيق موجبات المودة والسكن النفسي ولو في الظاهر دون مبرر شرعي - والذي يقرره الشارع الحكيم وليس الزوج وفق هواه - فإن هذا الامتناع أمر محرّم وهو ظلم ظاهر وضرر بين يلحق بالزوجة وعواقبه وخيمة في الدنيا والآخرة يقول الله سبحانه في هذا الشأن بعد بيان مراحل علاج النشوز: ﴿... فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيماً كَبِيراً﴾ (سورة النساء، الآية: ٣٤).

### ثالثاً: الحقوق المالية وحق السكنى:

إن كان الطلاق الشرعي قد وقع وخرجت المطلقة من العدة فإنه لا نفقة على الزوج لمطلقته لانتهاه العلاقة الزوجية من كل وجه. أما إن كانت الزوجة لم تخرج من العدة فلا يخلو

الحال مما يلي:

(١) أن تكون مطلقة طلاقاً رجعيّاً؛ فهنا تستحق المطلقة النفقة والسكنى لأنها مازالت زوجة، لها ما للزوجات حتى تنتهي عدتها.

(٢) أن تكون مطلقة طلاقاً بائناً؛ ففي هذه الحال إما أن تكون حاملاً أو غير حامل. فإن كانت حاملاً فإن المطلقة تستحق النفقة والسكنى حتى تضع حملها وأما إن كانت غير حامل فإن المطلقة لا نفقة لها ولا سكنى على الصحيح من كلام أهل العلم وتفصيل ذلك في كتب الفقهاء.

وفي الطلاق العاطفي (الهجر) الصادر من الزوج فمهما طالت مدة الهجر وبأي صورة كان الهجر فإن الزوجة باقية في عصمة زوجها ويجب على الزوج القيام بالحقوق المالية كاملة وعلى رأس ذلك النفقة كما يلزمه تأمين السكن اللائق بحال الزوجة وأي تقصير في ذلك فهو محرم شرعاً وظلم صريح لأن المهجورة أو ما يمكن تسميتها المطلقة طلاقاً عاطفياً هي زوجة لم يقع عليها طلاق شرعي.

رابعاً: المطالبات القضائية:

في الطلاق الشرعي للمطلقة طلاقاً بائناً المطالبة القضائية بالحقوق المالية المتعلقة بالحياة الزوجية كمؤخر الصداق والنفقة لمدة ماضية لها أو لأولادها أو أجره رضاع أو المطالبة بحضانة أو زيارة أطفال ونحو ذلك ولكن ليس لها ولا للمطلقة طلاقاً رجعيّاً المطالبة بمنع وقوع الطلاق أو رده أو إلزام الزوج بمراجعتها بعد صدور الطلاق الرجعي مثلاً أو إلزامه بالقيام بالحقوق الزوجية من المباشرة أو الرعاية أو بالنفقة لغير المطلقة الرجعية مدة العدة وذلك لأن الطلاق حق

للرجل يوقعه متى شاء وفق الأصول الشرعية وتنتهي به العلاقة الزوجية وتنتهي معه الحقوق الزوجية.

أما في الطلاق العاطفي (الهجر) فللزوجة المهجورة الممتنع زوجها عن إعطائها حقوقها الشرعية دون موجب شرعي لها حق المطالبة القضائية المطلقة بحقوقها الزوجية المالية وغير المالية بما في ذلك المعاشرة الزوجية والعدل بين الزوجات والقضاء والنفقة لها أو لأولادها. ولكن يلحظ أن للزوجة حق التنازل عن حقوقها الشرعية أياً كانت هذه الحقوق عاطفية كانت أم مالية أم حق المبيت والعدل بين الزوجات، أو الاتفاق مع الزوج على إسقاط بعض الحقوق مقابل بقاء الرابطة الزوجية ويكون ذلك برضا من الزوجة وقد ثبت في السنة أن أم المؤمنين سودة رضي الله عنها وهبت ليلتها لأم المؤمنين عائشة رضي الله عنها.

وبالاتفاق بين الطرفين تبرأ ذمة الرجل ولا يطالب قضائياً حال إسقاطه شيئاً من حقوق الزوجة، ومما تجدر الإشارة إليه أن للزوجة حق الرجوع فيما أسقطته، وفيه خلاف فقهي معلوم لأهل الاختصاص وهل يقتصر حق الرجوع فيما تسقطه الزوجة على الحقوق غير المالية أم يشمل الحقوق المالية أيضاً؟ تفصيل ذلك في الكتب الفقهية، وقد آثرت عدم ذكره تقييداً بمنهج هذا الدليل الإرشادي.

#### خامساً: التوارث حال الوفاة عند تحقق الطلاق:

في الطلاق الشرعي فإن الرجل إن طلق ثم مات فلا يخلو الحال من أمرين:  
 (أ) إما أن يكون الطلاق طلاقاً رجعيّاً ولم تخرج المطلقة من عدتها فإن المطلقة ترث لأنها ما زالت زوجة حتى تنتهي العدة.

(ب) وإما أن يكون طلاقاً بائناً سواء أخرجت المطلقة من العدة أم لم تخرج فإنها لا تراث لانتهاء الرابطة الزوجية

ولكن يلحظ ألا يكون الطلاق وقع في مرض الموت بقصد منع الزوجة من الميراث فإن هذا الطلاق لا أثر له في حق الزوجة في الميراث.

أما في الطلاق العاطفي (الهجر) فإن الزوجة لا تعتبر مطلقة شرعاً ورابطة الزوجية قائمة حتى وإن امتنع الزوج عن القيام بحقوق زوجته وحتى ولو طالت مدة الهجر وبلغت سنين عدة. وكذا لو كان إسقاط الحقوق باتفاق الطرفين وبرضا من الزوجة فإن الزوجة المهجورة (المطلقة طلاقاً عاطفياً) تستحق نصيبها من الإرث كاملاً ولا يحق لأحد منعها منه. ويلحظ أنه لو أسقطت المرأة حقها في الميراث فإنه لا يسقط على الصحيح من كلام أهل العلم لأنه حق لا يثبت تملكه أصلاً إلا بالموت فالزوجة قد أسقطته قبل أن تملكه فلا يصح ولا يترتب على الإسقاط آثاره.

سادساً: أثر مضي المدة الزمنية:

في الطلاق الشرعي لمضي مدة العدة المقررة شرعاً أثر في الحكم فلو وقع الطلاق الرجعي ولم يراجع الزوج مدة العدة فإن الطلاق يصبح بائناً وتكون الزوجة أجنبية عن زوجها وعليه تسقط الحقوق الزوجية.

أما في الطلاق العاطفي (الهجر) فمضي المدة الزمنية مهما طالت ولو بلغت سنين عدة لا أثر له في الحقوق الزوجية من حيث وجوبها على الطرفين تجاه الآخر، ويزداد ظلم الرجل كلما زادت مدة هجره لزوجته وللزوجة حق المطالبة بحقوقها الشرعي في المعاشرة وعموم الحقوق المالية ولها أيضاً حق طلب الطلاق، والقضاء الشرعي يلزم الزوج بتلك الحقوق فإن استجاب وإلا فسخ القاضي عقد النكاح وألزم الزوج بدفع النفقات عن المدة الماضية التي امتنع الزوج فيها عن دفع

النفقة فيها.

### سابعاً: أثر تكرار وقوع الطلاق:

في الطلاق الشرعي لتكرار الطلاق أثر في الحكم الشرعي فإنه لو طلق الزوج التولية الأولى أو الثانية فإن له حق المراجعة مادامت الزوجة في العدة بخلاف لو تكرر منه الطلاق للمرة الثالثة فإنه لا يحق له مراجعة زوجته حتى تنكح زوجاً غيره نكاح رغبة ويتحقق معه الوطاء .

أما في الطلاق العاطفي (الهجر) فإن تكرار الهجر (الطلاق العاطفي) سواء أكان لمدد طويلة أم قصيرة فإنه لا أثر له البتة وذلك لبقاء الرابطة الزوجية .

### ثامناً: وسيلة إيقاع الطلاق:

في الطلاق الشرعي فإنه لا يقع الطلاق إلا باللفظ أو بالإشارة التي تقوم مقام الإشارة للأبكم أو بالكتابة مع قصد إيقاع الطلاق وذلك وفق الشروط التي نص عليها الفقهاء .

أما في الطلاق العاطفي (الهجر) فإنه غالباً يقع بالفعل حيث يتدرج الرجل في إهمال زوجته وعدم القيام بحقوقها الشرعية العاطفية وغير العاطفية وقد يكون بالقول حال مواجهة زوجته بالقول لها بعدم رغبتها في العلاقة العاطفية، أو التصريح بعدم استعداده للنوم في فراش واحد أو بيت واحد ونحو ذلك .

### الهجر في العلاقة الزوجية

لقد تقدم بيان معنى الطلاق العاطفي وأن المصطلح الشرعي له هو الهجر . والهجر يقصد به فيما نحن بصدد الهجر التأديبي وليس غير ذلك، والتأديب يشمل هجر المبتدع أو الفاسق أو المخطئ وكذا يشمل الهجر في العلاقة الزوجية وهو المعني بالحديث في هذا المبحث .

من المفاهيم الخاطئة التي يتذرع بها البعض لممارسة العنف ضد الزوجات الهجر بدعوى أنه مقرر شرعاً في قوله تعالى: ﴿.. وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ...﴾ (سورة النساء، الآية: ٣٤). فاستعمل بعض الجهلة هذا الأسلوب التأديبي دون تحقيق موجهه وبلا ضوابط ودون التقيد بأسلوبه المشروع، فهجر بعض الأزواج زوجاتهم شهوراً بل وسنين عدة وتخلوا عن واجباتهم الشرعية، فما معنى الهجر وما دليل مشروعيته وما مراحلها وضوابطه الإجابة عن ذلك في النقاط التالية وبشيء من الاختصار مراعاة لطبيعة البحوث ضمن هذا الدليل الإرشادي.

معنى الهجر (الطلاق العاطفي):

يطلق الهجر في اللغة على الترك والتباعد وهو ضد الوصل، والتهاجر هو التقاطع والامتناع عن التواصل. والهجر في الاصطلاح في ولاية التأديب يعني مقاطعة المؤدب وتركه والامتناع عن مواصلته. وفي العلاقة الزوجية هو ترك الرجل لزوجته وعدم الاهتمام بها وفقد المشاعر العاطفية بينه وبين زوجته بدرجات وأحوال يأتي بيانها بإذن الله وهو ما يعرف بالطلاق العاطفي مشروعيته:

دل على مشروعية التأديب بالهجر الكتاب والسنة وعمل الصحابة رضوان الله عليهم، فمن الكتاب: قوله تعالى: ﴿.. وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ...﴾ (سورة النساء، الآية: ٣٤). فالله سبحانه ذكر الهجر ضمن الأساليب التأديبية للزوجة الناشز. أما من السنة:

(أ) ما ثبت عن أنس رضي الله عنه قوله أن رسول الله صلى الله عليه وسلم (آلَى مِنْ نِسَائِهِ شَهْرًا) (رواه البخاري)، وذلك أن النبي صلى الله عليه وسلم لم يرضه إلحاح زوجاته عليه في أمر النفقة واجتماعهن على ذلك فغضب فهجر زوجاته شهراً فكان يقعد في (مشربة) وهي الغرفة المستقلة عن غرف نسائه.

(ب) ما ثبت أن النبي صلى الله عليه وسلم قال (.. لَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ) (رواه البخاري)، فدل الحديث بالمفهوم على جواز الهجر في الحديث ثلاثة أيام فأقل.

(ج) ما روي عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم إذا اطلع على أحد من أهل بيته كذب كذبة، لم يزل معرضاً حتى يحدث لله توبة) فالنبي صلى الله عليه وسلم كان يؤدب أهل بيته عند صدور الكذب من أحدهم وذلك بأن يعرض عنه وهو الهجر وعدم مبادلتة المشاعر الحسنة الدالة على تبادل المودة والمحبة حتى يظهر له علامات التوبة والإقلاع عن المعصية.

#### شروط الهجر:

اشترط الفقهاء لجواز التأديب بهجر الزوجة شروطاً عدة من أهمها ما يلي:

(١) أن يكون الهجر عند تحقق موجه شرعي وهو نشوز الزوجة وعصيانها لزوجها فيما يطلبه منها مما هو مباح شرعاً، أو عدم انتهائها عن معصية شرعية وقعت فيها، وعليه يتضح أن هجر الزوج لزوجته لسبب غير شرعي محرم شرعاً وكذا إذا انتهت الزوجة عن نشوزها وعصيانها فإنه لا يجوز هجرها ابتداءً، وقد انقضى

الموجب، ولا يجوز استمرار وقوعه، ولذا قال الله تعالى في ختام آية مراحل وسائل التأديب (فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا) (سورة النساء، الآية: ٣٤). وفي ختم هذا الجزء من الآية بقوله تعالى (إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا) دلالة واضحة جلية على علو الله وسلطته على من طغى وتجاوز الحد من الأزواج وفي ذلك من التهديد والوعيد ما لا يخفى على ذوي البصائر. وقيل في تفسير الآية إن الله متعال عن ان يكلف العباد ما لا يطيقون والمعنى كما قال ابن عيينة: «لا تكلفوهن محبتكم فإن القلب ليس بأيديهن». فلا يجوز للزوج هجران زوجته أو تأديبها بأي أسلوب عندما يظهر له أنها لا تحبه ما دامت تقوم بواجبها الشرعي ولم تقع في معصية موجبة للتأديب وأشنع من ذلك أن يهجر الرجل زوجته لأنه هو لا يحبها، فتراها لا يلاطفها ولا يعاشرها بل قد يقتدر في النفقة عليها ولا يعدل بينها وبين ضررتها بحجة عدم محبته لها، وهي في المقابل تحبه وترجو إلفه لها وهذا هو الظلم البين. فإن عدم المحبة لا يجيز بحال من الأحوال هجر الزوجة.

(٢) أنه لا يصار للهجر إلا بعد عدم جدوى علاج النشوز بالموعظة والكلمة الطيبة حيث إن الصحيح من كلام أهل العلم أن وسائل التأديب الواردة في الآية وهي قول الله تعالى: (..وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَأَهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَأَضْرِبُوهُنَّ..) (سورة النساء، الآية: ٣٤). قال في تفسير المنار: (فابدؤا بما بدأ الله به من الوعظ فإن لم يفد فليهجر فإن لم يفد فليضرب). وقال ابن العربي: ومن أحسن ما سمعت في تفسير هذه الآية قول سعيد بن جبير: قال: (يعظها،



فإن هي قبلت وإلا هجرها، فإن هي قبلت وإلا ضربها، فإن هي قبلت وإلا بعث حكماً من أهله وحكماً من أهلها). والشارع الحكيم حينما ضبط وسيلة التأديب بالهجر بالتقيد بمراحلها الثلاث إنما ذلك لتحقيق العدل ولمنع النزعات الانفعالية أن تسيطر على الموقف فينتج عنه مالا تحمد عاقبته من توسيع دائرة الشقاق وتشتيت الأسرة ولحوق الضرر بالزوجين.

(٣) أن يقصد الزوج بالتأديب بالهجر علاج الزوجة وإصلاح حالها، فإن خرج عن هذا المقصد إلى إذلال الزوجة وإهانتها أو التشهير بها فقد وقع الزوج في الهجر المحرم شرعاً وهذا ما يقع فيه بعض الأزواج حيث تظهر الزوجة رغبتها في الإقلاع عن المعصية وترك النشوز أو تظهر رغبتها في الحوار للوصول إلى حل للمشكلة إلا أن الزوج يرد سبل التوفيق قاصداً إذلال الزوجة والإمعان في إهانتها بدعوى التأديب الشرعي وأقبح من ذلك حينما يشهر بالزوجة ويشيع هجرانه لها عند أولاده أو الأقارب أو غيرهم إذ التشهير بالهجر عقوبة زائدة عما ذكره الله في كتابه الكريم وبالتشهير تتسع دائرة الشقاق ويتنافى ذلك مع مقصود الشارع الحكيم.

(٤) أن يكون الهجر في المضجع سواء أكان بتولية الظهر إشعاراً بعدم الرضا قال ابن عباس رضي الله عنه في تأويل قوله تعالى ﴿..وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ..﴾ (سورة النساء، الآية: ٣٤). قال: «يوليها ظهره»، أو هجر الفراش مع النوم في مكان واحد، أو عدم الجماع؛ إذ المراد لفت نظر الناشز بخطأ فعلها وتعرضها لسخط الله حال استمرارها في النشوز والمعصية، ولذا كان من الخطأ البين ما

يفعله بعض الأزواج من طرد الزوجة من بيت الزوجية أو حتى تسهيل خروجها حال احتدام النقاش بين الزوجين معتقداً أن ذلك من التأديب بالهجر المباح شرعاً، ويؤيد ما سبق بيانه ما رواه حكيم بن معاوية القشيري عن أبيه، قال: قلت يا رسول الله، ما حق زوجة أحدنا عليه؟ قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ﴿ أَنْ تَطْعَمَهَا إِذَا طَعَمْتَ وَتَكْسُوَهَا إِذَا اكْتَسَيْتَ أَوْ اكْتَسَبْتَ وَلَا تَضْرِبَ الْوَجْهَ وَلَا تُقَبِّحَ وَلَا تَهْجُرَ إِلَّا فِي الْبَيْتِ ﴾ (رواه أو داود). وقال بعض أهل العلم إن من الهجر، الهجر في المضجع بتولية الظهر أو النوم في غير الفراش وهما في مكان واحد مع تحقق الجماع وذلك لأن الجماع حق مشترك بين الزوجين وتركه لمدة طويلة قد يلحق ضرراً بالزوجين كما أن الهجر لتأديب الزوجة لا لمعاقبة الزوج في منعه من حقه الشرعي وعلى هذا القول فللزوج جماع زوجته ثم يظهر هجره بتوليته ظهره أو عدم الحديث ونحو ذلك.

### مدة الهجر:

الأسلوب التأديبي بالهجر وهو ما يعبر عنه بالطلاق العاطفي بضوابطه وشروطه وطريقة تنفيذه ليس أداة تأديبية مطلقة لا حد لها؛ لأن ذلك يفضي إلى توسيع دائرة الخلاف الأسري ويتنافى مع مقصود الشارع في التأديب ولا يحقق مع طول أمده المودة والألفة والسكن الزوجي بل يقع معه الظلم الذي حذر الله من عواقبه ولذا حدد الشارع الحكيم مدة زمنية للهجر التأديبي للزوجة وفق التالي:

أولاً: الهجر في الكلام:

الصحيح من كلام أهل العلم أن الهجر التأديبي للزوجة بترك محادثتها لا يجوز أن

يتجاوز ثلاثة أيام دليل ذلك عموم قول النبي صلى الله عليه وسلم: ( . . لَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ ) (رواه البخاري). وفي الحديث الآخر أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: ( لَا يَكُونُ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ مُسْلِمًا فَوْقَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ فَإِذَا لَقِيَهِ سَلَّمَ عَلَيْهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ كُلُّ ذَلِكَ لَا يَرُدُّ عَلَيْهِ فَقَدْ بَاءَ بِإِثْمِهِ ) (رواه أو داود). فهذه الأحاديث عامة تشمل هجر الرجل لزوجته بتركه محادثتها وأما هجر النبي صلى الله عليه وسلم لزوجاته شهراً كما مضى ، فمحمول على الهجر في المضاجع . ومعلوم أن الهجر بالحديث أشد المأ من الهجر في المضجع لأن المحادثة أمر فطري تشتد له الحاجة وهو السبيل لتحقيق السكن والمودة والأنس ، ولا تتحقق العاطفة بأنواعها ودرجاتها إلا عبر بوابة المحادثة .

### ثانياً: الهجر في المضاجع

ذكر الفقهاء أحكاماً في بيان مدة الهجر في المضاجع تأديباً وبتلخيص ذلك فيما يلي:

الصحيح من كلام أهل العلم أنه لا يجوز الهجر تأديباً أكثر من شهر لأن النبي صلى الله عليه وسلم هجر نساءه وانعزل عنهن في مشربة شهراً واحداً، ويتعين على الزوج الهاجر لزوجته في المضجع تأديباً مراعاة المقصود من التأديب فإذا رأى المصلحة تتحقق في الهجر مدة يسيرة فلا يتجاوزها لتحقيق الغاية الشرعية، وأما إذا أصرت المرأة على النشوز وارتكاب المعصية فإنه لا بأس باستمرار الهجر بضوابطه وشروطه الشرعية حتى تنتهي الناشز عن نشوزها، وقد أفتت اللجنة الدائمة للإفتاء بالملكة العربية السعودية بذلك. ويمكن للزوج قطع مدة الهجر ثم معاودته على أمل أن تعود الناشز لرشدها واستمرار الهجر أو تكرار النصيح والتوجيه والموعظة خير من الانتقال إلى أساليب التأديب الأعلى درجة، وهو خير من الطلاق وهنا تظهر حكمة الله سبحانه في التدرج في حل المشكلات الزوجية .

## الفصل الثاني

المظاهر والمؤشرات الدالة على وجود الطلاق العاطفي ومراحله

د. أسماء الحسين



## مدخل

كان صرحاً من خيالٍ فهوى

كنت، مثل كل البنات، أحلم بزواج طيب رومانسي ومحب، وبيت جميل، وأطفال رائعين... في بدايات زواجي عشت أياماً مبهجة.. مدهشة.. شكرت الله من أعماقي على أن منحني ما يطمئن أهلي وقلبي على حياتي القادمة.. وأمّلت أن تكون أيامي التالية هي امتداد للبدايات الجميلة التي عشتها.. لكن الألق الذي عشته انحسر تدريجياً.. ثم بدأ في التداعي.. وبدأت أحس بالصدمة من التغير المفاجئ في علاقة زوجي بي.. قال لي الأصدقاء والمقربون بأن هذا أمر متوقع وعادي؛ أن تؤول الحياة بعد السنوات الأولى إلى ركود طفيف طارئ.. عاد لي الأمل مجدداً في عودة ذاك التوهج القديم.. واحتفظت بسؤال الدائم عن أحواله.. وبالعبارة به وبشكلي.. وبالرسائل الرومانسية.. والهدايا في المناسبات ومن دون مناسبة.. وباستثناء مجاملات طفيفة ومتكلفة كان يلقيها كمن يؤدي واجباً ويمضي.. فإن حياتي معه استحالت إلى ركود بغيض.. روتين قاتل.. وقد غدا كل شيء اعتيادياً.. حتى أصابني الإحباط والإنهاك من محاولات البائسة..

مع الوقت.. والسنوات.. والأطفال.. كنت قد استسلمت فعلياً عن محاولات.. وأعلنت كذلك العزلة عنه والانسحاب إلى عالمي الخاص، تماماً مثلما كان هو قد قرر منذ زمن أن يكون له عالمه الخاص.. عالمه الذي يراه في الجلوس الطويل على الكمبيوتر، والدردشات على الجوال..

وقراءة الصحف لساعات ومشاهدة مباريات بطولات الأمم والقارات المحلية والخارجية.. أو الخروج إلى الاستراحات ولقاء الأصدقاء.. وبعد أن كنت أتلهف لعودته إلى البيت.. وأتجرأ بكل اشتياق ومحبة.. صرت أعرف أنه عاد من خلال آثاره؛ شماغه الملقى على الكنبه، أو حذائه عند الدولاب.. الصحف على الطاولة.. مصباح دورة المياه المضاء.. ولم يعد يجمعنا سوى سؤال عابر عن الأولاد أو التحلق، أحياناً، حول طاولة الطعام.. أو إعلامه بصدور فاتورة كهرباء أو هاتف، أو مهاتفه مدرسة أحد الأولاد..

أهملت وزني وشكلي.. لم يعد يعنيني رأيه.. أو ربما بالأساس لأنه لم يعد يعنيه.. وأصبحت الرومانسيات القديمة التي كنت أحلم بها وأنا فتاة أشبه بنكتة سخيفة.. أدمنت أثناء خروجه من البيت المسلسلات والأفلام العاطفية التي كثيراً ما كان يسخر من رؤيتي إياها ويقول إنها أشبه بقصص الخيال العلمي!! كما أدمنت الحديث والدردشات مع عالم افتراضي يسألني عن أحوالي التي ما عادت تعنيه منذ زمن بعيد.. أخرج لتناول القهوة مع أهلي وصديقاتي.. وكلما رأيت زوجين يجلسان ويتحاوران على طاولة قريباً منّا.. سرحتُ.. ولم أعد أذكر آخر مرة خرجنا أنا وإياه سوياً.. ولا آخر مرة تحدثنا سوياً.. ولا قبضنا على أيدينا بحرارة.. سوياً..

د. أميرة الزهراني

## مظاهر الطلاق العاطفي

د. أسماء الحسين

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد:

قال الله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ (سورة الأعراف، الآية: ١٨٩) ليس هناك ألفة بين اثنين، كألفة الزوجين. ولذا جعلها الله عز وجل آية من آياته التي تستوجب التدبر.

قال الإمام ابن كثير: ”لو أنه - تعالى - جعل بني آدم كلهم ذكوراً وجعل إناثهم من جنس آخر من غيرهم، إمّا من جان أو حيوان لما حصل هذا الائتلاف بينهم وبين الأزواج، بل كانت تحصل نفرة لو كانت الأزواج من غير الجنس، ثم من تمام رحمته ببني آدم أن جعل أزواجهم من جنسهم، وجعل بينهم وبينهن مودة، وهي: المحبة. ورحمة، وهي: الرأفة فإن الرجل يمسك المرأة إما لمحبه لها أو لرحمة بها بأن يكون لها منه ولد أو محتاجة إليه في الإنفاق أو للألفة بينهما، وغير ذلك ﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ وقيل معنى المودة والرحمة: عطف قلوب بعضهم على بعض. وقال ابن عباس: قال: المودة: حب الرجل امرأته، والرحمة: رحمته إياها أن يصيبها بسوء.

والعاطفة تأتي من خلال الارتياح النفسي لكل من الرجل والمرأة، ولذا أباح الشارع الحكيم النظر إلى المخطوبة قبل خطبتها، ويعلو شأن النظر في الشريعة حين يرفض الرسول صلى الله عليه وسلم أن يتزوج رجل امرأة دون أن يراها ولا أن يتأكد من نفسه الأنس بها، وكأن هناك تصحيح لعادة مغلوبة، وهي الزواج دون دراسة ومعرفة، فيأمر الرسول صلى الله عليه



وسلم أحد أصحابه بقوله له: ﴿انظُرْ إِلَيْهَا فَإِنَّهُ أَحْرَى أَنْ يُؤَدِمَ بَيْنَكُمَا﴾ (رواه الترمذي) وَمَعْنَى قَوْلِهِ ﴿أَحْرَى أَنْ يُؤَدِمَ بَيْنَكُمَا﴾ أَي: أَحْرَى أَنْ تَدُومَ الْمُودَّةُ بَيْنَكُمَا.

كل هذه الاحترازات وأكثر لاستمرار الزواج وسلامته، لكن هناك حالات ولظروف ما لا يتحقق بها الانسجام التام، بل قد تتخللها المشاجرات المؤدية بها للطلاق، وقد تتراكم التوترات والخلافات بين الزوجين إلى حد الذروة، لكنهما لا يصلان للطلاق المباشر، إذ تمنعهما أسباب عديدة مثل: مستقبل الأولاد، أو كلام الناس، أو الخشية من واقع المطلقة والطلاق في المجتمع، فتكون النتيجة (الطلاق العاطفي) والذي يؤدي مع مرور الزمن إلى (موت الحب) بالكامل. فيلاحظ هنا أن عقد الزوجية مستمر فقط أمام الناس ولكنها متقطعة الخيوط بصورة شبه كاملة بين الزوجين.

إن الطلاق العاطفي: حالة تعتري العلاقة الزوجية يشعر فيها الزوج والزوجة بخواء المشاعر بينهما، وينعكس ذلك على جميع التفاعلات داخل الأسرة، وهو مصاد للتوافق الزوجي، والذي يعني أن كلاً من الزوج والزوجة يجد في العلاقة الزوجية ما يشبع حاجته الجسمية، والعاطفية، والاجتماعية، مما ينتج عنه حالة الرضا الزوجي.

كما يُعرف الطلاق العاطفي: أنه حالة من انعدام الحب والتعاطف يعيش فيها الزوجان منفردين عن بعضهما البعض رغم وجودهما في منزل واحد، ويعيشان في انعزال عاطفي تام، ولكل منهما عالمه الخاص البعيد عن الطرف الآخر، حتى يصبح حضور أو غياب أحدهما عن البيت لا يعني للآخر الكثير، وربما يصل في مرحلة متقدمة إلى شعور بالراحة والاطمئنان عند الغياب أو السفر، كما يعرف على أنه التباعد والفقدان التدريجي للشعور بالموّدة والمحبة

والرغبة بين الزوجين، رغم كونهما لا يزالان تحت سقف واحد.

وفي أحيان كثيرة فإن الطلاق الصامت علامة من الزوج لزوجته بأنها قامت بفعل جعله يقطع علاقته بها بطريقة لا تؤذيها أو تؤذي أطفالها، وفيها يعيشان معاً، ولكن لا حديث بينهما، ولا يدور بينهما أي أمر، مجرد وجود شكلي له.

ويقع على الزوجة العائق الأكبر في عدم استدراج الرجل وتعويده على الحوار، حتى لا تعاني من صمت زوجها وهروبه إلى الصمت أو البحث عن بدائل أخرى. وقد يحدث الطلاق الصامت خشية أن يتسبب الطلاق التام في تشرد الأولاد، وكلام الناس، كما يعتقد الزوجان، وقد لا تطلب المرأة الطلاق لعدم وجود عائل لها ولأولادها غير زوجها، لذلك تفضل الطلاق الصامت، وبقائها مع زوجها شكلاً أمام الناس وأهلها وأبنائها.

كما يمكن تعريف الطلاق العاطفي أو النفسي، بأنه: استمرار الزوجين بالعيش تحت سقف واحد، ولكل منهما حياته الخاصة التي لا يعرف عنها شريكه إلا القليل، وهو طلاق دون شهود.. وهو من أكثر أنواع الطلاق خطورة، وأشدّ ألماً على العلاقة بين الزوجين من الطلاق الشرعي، لأنه اضطراب في التواصل واتصال من غير اتصال.. وموت مؤقت قد يطول، وعلاقة ينتفي فيها الشعور بالأمن، والذي يمثل القاعدة، والركيزة الأساسية لنجاح الحياة الزوجية، واستمرارها. والطلاق العاطفي: شرح كبير في المشاعر والأحاسيس والعلاقات الزوجية فالزوجان يبقيان على عقد الزواج ويعيشان في ذات البيت لكنهما منفصلان في المشاعر والأحاسيس والعلاقات الإنسانية.

هذا النوع من الطلاق بات أكثر بروزاً في الآونة الأخيرة ويرجع ذلك لعدة عوامل تختلف من حالة لأخرى، وقد يكون عدم التقارب الفكري والثقافي بين الزوجين أحد أهم

أسباب حدوث الطلاق العاطفي بينهما.

إن وقوع الطلاق الحقيقي للأزواج الذين يعانون الطلاق العاطفي قد لا يكون حلاً نموذجياً أو مريحاً لطرفي الزواج خاصة إذا وجد أطفال، فوجود الأطفال في رعاية الأب والأم معاً أفضل من انفصالهما نهائياً وتشتت الأطفال بينهما.

وفي الوقت الذي ترتفع فيه معدلات الطلاق الشرعي بشكل كبير إلا أن الطلاق العاطفي يوجد بنسب مخيفة ولكن ليس هناك دراسات متخصصة دقيقة في حصر تلك الحالات، ويبدو جلياً غياب العاطفة في العلاقة الزوجية وإن كان البعض يرى أنه يحدث بعد أزمة منتصف العمر (سن اليأس) إلا أن كثيراً من الحالات والشواهد تدلل على أن ذلك يحدث أحياناً في السنوات الأولى من الزواج أو بعد ولادة أول طفل بفترة وجيزة.

والأسباب لهذه الظاهرة المتكررة متعددة ومختلفة باختلاف نماذج الحياة من حولنا، يمكن أن يكون أحدها: عدم قدرة الأزواج على تجديد أنفسهما، وإهمال الجانب العاطفي والجنسي للشريك، والانغماس في الأنشطة الاقتصادية والاجتماعية والمهنية، والاهتمام بشيء آخر كالأنشطة الثقافية والاجتماعية أو الاهتمام بالأطفال على حساب شريك الحياة، والبخل بالتعبير عن المشاعر تجاه الشريك وعدم الاهتمام باللحظات الرومانسية التي تجمع الزوجين وتعمل على اشتعال العواطف بينهما كالتعبير عن الحب بالكلمات أو إحضار الهدايا في المناسبات المختلفة.

كما تنتج هذه الحالة بسبب جهل أحد الزوجين أو كليهما بأهمية الجانب الوجداني والحياة الجنسية بين الأزواج التي تتأثر كثيراً بالاهتمام بالجسد والمظهر الخارجي والأناقة، وعدم الترهل، كما تتأثر بمدى الاقبال على الحياة عموماً وتبادل لحظات الفرح في الأسرة من خلال

الجلسات الجماعية والرحلات الترفيهية ومشاركة الآخرين من الأقارب والأصدقاء المناسبات الاجتماعية مما يبعث على تجديد النفوس وتحسين العلاقة العاطفية بين الزوجين، وبعكس ذلك يبقى الزوجان في إطار اجترار الواقع وتكرار نفس الأنماط المعيشية مما يزرع اليأس والروتين والملل في نفوسهم وهذا يؤدي إلى تدني الرغبة في الحياة وقلة السعادة والبدء بإزدراء الواقع والأحداث وخاصة الشريك، وتدني الرغبة في عمل أي شيء والعزوف عن الحياة بشكل عام. ومع الملاحظة نجد الزوجين لا يصلان لمرحلة الطلاق العاطفي أو ما يسمى موت الحب

إلا بعد التدرج عبر المراحل التالية: (أربع مراحل لقتل الحب):

(١) المقاومة: تحدث المقاومة تجاه شريك الحياة لعبارة قالها أو لتصرف تصرفه أو نكتة تفوه بها، فيبدأ الطرف الآخر بالانزعاج والابتعاد عن هذا الشخص. (انزعج من الشريك).

(٢) الغيظ: إذا لم تتم معالجة المقاومة السابقة بالمصارحة أو المواجهة فإنها تتنامى لتصبح غيظاً. وعند ذلك لن يشعر الشريك بالانزعاج فقط، بل سيشعر بالغضب وفوران الدم على الطرف الآخر على شكل غيظ. فيبدأ بالانفعال عليه وخلق حاجز يفصله عنه. والغيظ يقتل الشعور بالمودة. (أغضب من الشريك)

(٣) الرفض: عند هذه النقطة يكون الغيظ قد تنامي لدى الزوج وتعدد على شكل مواقف يومية أو اسبوعية، ثم يجد نفسه يبحث عن طرق يخطئ فيها الطرف الآخر، وسيجد نفسه يتطور لمهاجمته إما لفظياً أو عملياً. وعند هذه المرحلة يرى أي تصرف من الطرف الآخر تصرفاً مزعجاً يثير السخط. (أبدأ بمهاجمة الشريك).

٤) الكبت: عندما يتعب من الهجوم على الطرف الآخر في المرحلة السابقة ومع مرور الزمن والشهور وهو على تلك الحالة المزعجة من الرفض، فإنه يحاول أن يخفف من ألمه بخلق حالة (طلاق عاطفي) إذ يتجنب الشعور بأي ألم أو عاطفة أو إثارة أو استفزاز تجاه الطرف الآخر. وهذه أخطر مرحلة في العلاقات بين الزوجين إذ يعيشان معاً ويحقدان على بعضهما البعض ولا يظهر ذلك على شكل مشكلات أو مشاجرات بل يُكبت الحقد والألم في القلب بحيث لا تبقى أي علاقة أو تواصل بينهما. ويمكن أن تتطور فينزل الشريكان عن بعضهما البعض وتبدأ بفكرة مارأيك أن أنام لوحدي؟ ثم تتطور لينام كل شريك لوحده في غرفة خاصة ومع كثرة الجفا والخدر العاطفي نلاحظ أن الحب قد دخل غرفة الإنعاش تمهيداً لموته. (أكتم في قلبي لأنني زهقت من مناكفته).

ولقد أشارت الدراسات إلى أن الطلاق العاطفي خطر يهدد الحياة الزوجية، ومؤشراً لنهايتها إن لم تتم المعالجة وإيجاد الحلول؛ ويُعد الطلاق العاطفي بين الوالدين أشد خطراً على النمو النفسي للأطفال من تصدع أسرهم بالطلاق، فقد وجد أن عدم انسجام الوالدين في حياتهما الزوجية سمة شائعة في أسر الجانحين، كما تبين من الدراسات أن كثيراً من المنحرفين نفسياً عاشوا في ظروف أسرية مضطربة بسبب خلل في الأدوار التي يمارسها كل من الأب والأم، مما جعل مسؤوليات الذكور والإناث في الأسرة غامضة.

ويتفق معظم علماء النفس على أهمية التفاعل داخل الأسرة، وما يرتبط بهذا التفاعل فيما بعد من انتماء الأفراد للأسرة واتجاهاتهم نحوها، وانتمائهم واتجاهاتهم نحو المجتمع فيما بعد. فالتفاعل الأسري يؤدي بشكل مباشر إلى تحديد مدى ما يتصف به الأبناء من استقرار

نفسى . ومن تكيف مظاهر سلوك يمكن أن يتعلمها الأبناء داخل الأسرة، لتكون أساساً لتعاملهم الاجتماعى خارجها ومشكلات سلوكهم بصورة عامة. (محمد المرشدى، ١٩٩٣، ص: ٤٩٤)

### مظاهر الطلاق العاطفي:

الحياة الزوجية قائمة على التضحية وليس على الاستئثار بأكبر قدر من المكاسب فهل يستطيع الطائر من دون جناحين أن يحلق؟ طبعاً لا... وكذلك الزوجان من دون موازنة العقل والعاطفة لا يستطيعان أن يكملا حياتهما؛ ابتعاداً عن البيت لأيام، النوم في غرفة منفصلة، سفر الزوج بمفرده في الصيف... كلها بوادر انفصال عاطفي عن الزوجة.

إن من أهم مظاهر الطلاق العاطفي هو: الانسحاب من فراش الزوجية، وغياب الرفق واللين بين الشريكين، وشيوع السخرية والاستهزاء والإهمال لاحتياجات الطرف الآخر، واللوم المتبادل، والأكل والشرب يشكل منفصل، والمقاطعات في اللفظ والكلام والحوار، وجلوس الزوجين في أماكن منفصلة داخل البيت، والهروب المتكرر من المنزل، وتبلد المشاعر، الصمت الدائم، وباختصار عدم وجود تواصل لفظي وجسدي وعاطفي.

ومن مظاهر «الطلاق العاطفي» غياب الحوار بين الزوجين، وما يطلق عليه «الصمت الزوجي»، حيث يقتصر الحوار على أمور سطحية وظاهرية. وتظهر مظاهر الاضطرابات والألم واليأس التي تخيم على الأطفال ومن ثم تظهر أعراض جسدية كفقد الشهية والتقيؤ والأحلام المزعجة و أما الكبار من الأطفال فتكون ردة الفعل في نفوسهم الخوف من المدرسة والقلق و العناد والخجل والانطواء والعديد من المشكلات.

## مظاهر الطلاق العاطفي في المجتمع السعودي حسب الدراسة الاستطلاعية:

بحسب دراسة استطلاعية قامت بها الباحثة على عدد من المتزوجات بمدينة الرياض (١٠٥) امرأة وأجريت على عينتين من الموظفات وغير الموظفات في الفئة العمرية بين ٢٨-٤٨ سنة من اللاتي اتضح لديهن طلاق عاطفي أو حالة غياب للعاطفة اتفق أفراد العينة إجمالاً على المظاهر الآتية للطلاق العاطفي في حياتهم:

١. الصمت وغياب لغة الحوار في الحياة الزوجية (ذكر ذلك أغلب أفراد العينة).
٢. الانسحاب من المعاشرة الزوجية.
٣. تبدل المشاعر وجمود العواطف.
٤. غياب البهجة والمرح والمودة والتودد والأجواء الرومانسية من العلاقة الزوجية. (٨٥ ٪).
٥. النفور الشديد من الطرف الآخر.
٦. الشعور بالندم على الارتباط بالطرف الآخر (بالرجل).
٧. التفكير بالطلاق أو بالزواج مرة أخرى.
٨. رمي المسؤوليات على الطرف الآخر (على المرأة غالباً)، والتفلت من الالتزامات تجاهه (٩٠ ٪).
٩. الإهمال والأنانية واللامبالاة باحتياجات ومتطلبات وآلام كل طرف (٨٠ ٪).
١٠. البحث عن البدائل (الإسراف في متابعة القنوات التلفزيونية، السهر خارج المنزل، علاقات مشبوهة لدى البعض).

١١. السرحان ونسيان المواعيد الهامة.

١٢. كراهية الجنس الآخر.

وقد أفادت دراسة سعودية أعدها أستاذ علم النفس في كلية المعلمين بالباحة، الدكتور صالح سلامة بركات، أن ٧٩٪ من حالات الانفصال تكون بسبب معاناة الزوجة من انعدام المشاعر وعدم تعبير الزوج عن عواطفه لها، وفقدان أي وسيلة للحوار بينهما. وجاء من مظاهر الطلاق العاطفي في نتائج الدراسة التي أجريت على عينة مكونة من ٢٨٧ فرداً من الجنسين، التالي:

- ١- ضعف الحوار بوجه عام.
- ٢- وجود ظاهرة صمت الأزواج أو الخرس العاطفي، وأظهرت الدراسة أن ٧ من كل ١٠ أسر من عينة الدراسة تعاني من صمت الأزواج.
- ٣- دلت الدراسة أن هناك نوعين من الصمت: أولهما، الصمت الإيجابي، وهو صمت تلقائي طبيعي، يعني الارتفاع فوق مستوى الكلمات البينية إلى المشاعر اليقينية بسمو مكانة كل منهما عند الآخر. والثاني، الصمت السلبي، وهو الصمت المتعمد، صمت الرفض، صمت الفراغ العاطفي.
- ٤- بينت الدراسة وجود الطلاق العاطفي وبرود المشاعر بين الأزواج، وهذا النوع من الطلاق العاطفي يحرم الأطفال من البيت الطبيعي والمتمتع بالدفء والحب والحنان، ويجعلهم يعيشون في جو بارد محبط مؤلم، قد يمزق شخصياتهم وقد يصيبهم ببعض الأمراض النفسية الخطيرة.



- ٥- دلت الدراسة على غياب المفردات الجميلة بين الزوجين والأبناء، وهي من أهم المشكلات بين الأزواج التي يترتب عليها حياة زوجية جافة وقاسية، وقد يعود ذلك إلى عدم تعودهما عليها خلال تربيتهما الأسرية.
- ٦- أظهرت الدراسة شيوع الإساءة اللفظية بين أفراد الأسرة، وكان للأطفال والنساء النصيب الأكبر.
- ٧- ظهر شكل من أشكال التواصل السلبي وهو ما يسمى بأسلوب دعني وشأني، أي عدم إظهار أية استجابة عاطفية دالة على التفاعل والتناغم مع مشاعر الآخر، وبدلاً من ذلك يتبع الأزواج أسلوب المساومة ويقدمون المغريات المادية من أجل التخلص من الحزن والغضب.

#### بداية النهاية في العلاقة الزوجية

إن ابتعاد الزوج عن البيت لأيام، النوم في غرفة منفصلة، السفر بمفرده في الصيف... كلها بوادر انفصال عاطفي عن الزوجة، يترجمه الرجل ضمن مأساة حقيقية، مأساة قد تؤدي بالطلاق العاطفي إلى أن يصبح طلاقاً جدياً. كثيرون يفضلون العيش تحت سقف واحد وهم غرباء عن بعضهما البعض، مفضلين الشكل الاجتماعي الزائف، فهل الهجر في هذه الحالة أفضل من الطلاق الذي هو أبغض الحلال عند الله؟ هذا ما يتضح من خلال الصور التالية:

## صور توضيحية من عينة الدراسة الاستطلاعية:

## الفارق العمري وطريق مسدود

تمرُّ الزوجة (م) وزوجها (س) وهو (متقاعد) بحالة ركود تمتد عبر السنوات وتقول: أعيش أنا وزوجي حالة من عدم المبالاة ونمارس حياتنا بشكل آلي، ونسبة المشاعر فيها تكاد تكون معدومة، رغم أننا تحت سقف واحد، وننام معاً في غرفة واحدة، إلا أننا لا نمارس أية علاقة حميمة، لا أذكر أن هناك حواراً دافئاً بيننا، كما أن تواجه الزوج قليل داخل المنزل حيث يتواجد باستراحة خارجية طوال النهار وفي الليل ويعود وقت النوم، ربما بسبب الفارق العمري بيننا حيث يكبرني بثلاثين عاماً، ونحن على هذا النمط من المعيشة، منذ ما يقارب خمس سنوات والحديث مختصر ويكون بين أطفالنا الثلاثة.

كذلك تؤكد زوجة أخرى نفس السبب الذي يعكس سبب الجمود العاطفي، وهو الفارق العمري بينها وبين زوجها، وهو أب أرمل لأولاد موظفين، بينما هي في العشرينات من عمرها، وأهم مظاهر العلاقة بينهما تتمثل في تواجهه داخل ملحق بالمنزل، وانشغاله بقراءة الصحف والمجلات، وقلة الحديث.

## الشك والنفور الإجباري

أما (ابتهال) فتقول: كل يوم يمر علي أفقد فيه الإحساس بأنوثتي، حيث تمضي سنوات عمري وأنا أعيش دوراً لم أختره داخل أسرتي وأمام أهلي، فأنا أعتبر نفسي مهمشة في حياتي الزوجية، رغم أنني أوفر لزوجي أسباب الراحة التي يطلبها، فنحن نعيش معاً مثل الغرباء في بيت واحد، لا أثر لأي عواطف، ولا تواصل بيننا على أي مستوى، وعلاقتي مع زوجي أصبحت مهملة، والسبب يعود إلى شكه المستمر بي، وما يسمعه من أصدقاء السوء من حوله حول النساء وعلاقاتهن، هذه الشكوك جعلته يبتعد عني.

## إذا كان السكوت صمتاً فالصدي هجران:

(معالي) وبعد عقد القران وقبل الدخول، كانت تعتقد أن علاقتها بخطيبها ستكون مرجعاً عاطفياً ومثالياً لكل الزيجات، التي كانت كثيراً ما تسمع فيها شكوى الزوجات وتذمرهن من أزواجهن، تقول: ”كل الأدلة في فترة الخطوبة والملكة كانت تشير إلى أن خطيبي رجل رومنسي، من تقد يمه للهدايا وإغراقي بكلمات الحب... لكن كانت الصدمة بمجرد زواجنا، والتي سكت معها ”شهريار“ عن كلام الحب والغرام، فوجدت نفسي أتكلم عن محنتي مثلي مثل الزوجات التي كنت أعتبرهن سبب فشل زواجهن وأنني سأكون مثلهن الأعلى في هذه المؤسسة.

أما بقائي لغاية اليوم مع زوجي من دون أي علاقة عاطفية بزوجي هو من أجل أبنائي فقط، ولقد عقدت اتفاقية معه أن يمارس كل منا حياته بحرية مستقلاً عن الآخر، بحيث يكون الأبناء هم همزة الوصل الوحيدة بيننا، وبموجب ذلك يكون له مطلق الحرية في أن يفعل ما يشاء، وهو ما أدى شيئاً فشيئاً إلى انقطاع حبال الودّ بيننا ووجود حواجز نفسية كبيرة كانت السبب في هجري غرفة النوم وانفصالي عنه بغرفة خاصة، بل أصبح لي اهتماماتي المستقلة وحياتي الخاصة.

#### المشاعر الكاذبة:

وسبب آخر يعكس حالة الطلاق العاطفي من وجهة نظر ذكورية؛ حيث يسرد سعود قصته قائلاً: عندما قبلت الزواج بها كان من أجل إرضاء والدي وعمي، وكنت أحاول أن أقنع نفسي بهذا الزواج، إلا أنني لم أستطع لأنها هي الأخرى كانت تحمل لي المشاعر نفسها التي أحملها لها، فكلانا لم نستطع تحمل المشاعر الكاذبة التي كنا نظهرها أمام الأهل، فقررنا الانفصال الوجداني وبقينا في بيت واحد.

## أهم المراجع

- الطلاق العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر، أنوار مجيد هادي، ٢٠١٢ م، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع .
- موقع الباحث العلمي .
- موقع المختار الإسلامي الالكتروني .
- موقع مركز مطمئنة .
- موقع مركز واعي للاستشارات الاجتماعية .

## الفصل الثالث

### سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي\*

د. عبد الرحمن الصالح

د. موسى آل زعلة

د. موزي الزهراني

د. هند الثميري



## مدخل

### ظلال الماضي

لم أكن أعلم أن نشأته بين أبوين منفصلين، وفي جو عائلي مفكك يسوده الشتات ويفتقد فيه للحب والحنان والرحمة ستنسحب آثاره عليه بعد الزواج، وأن فاقد العاطفة، قد لا يستطيع توفيرها لمن حوله في كثير من الأحيان.. وفي الوقت الذي كنت أتوقع فيه أن مغامراته وعلاقاته المحرمة قبل الزواج هي بمثابة تاريخ سينطوي بكل حماقاته إلى الأبد بمجرد دخوله مؤسسة الزواج.. بدا لي أن حياتي معه فصل من فصول تلك المسيرة الحافلة بكل تشوهاتنا.. حيث الشك الذي يحكم كل ردود أفعاله إزاء أي سلوك أو تصرف عفوي فطري يصدر مني كأنثى..

لم أكن أسمى عدم إحضاره في فترة زيارته لي بعد عقد القران أي هدية تذكرو، حتى لو كانت بسيطة.. ولا إصراره في أيام شهر العسل على ارتياد المطاعم الشعبية الرخيصة الثمن، ولا اختياره قوائم الطعام بناءً على السعر القليل المدون بجانب الوجبة.. لم أكن أسمى ذلك بخلاً!! بل كنت أحسبه تخلف في «الإتيكيت» ورغبة في الاقتصاد حتى الأثاث البسيط الذي أثنى به بيتي رجحته على انعدام ذوقه.. وأن كل تلك الآفات سيتم القضاء عليها بعد المناقشة والحوار خلال العشرة.. وتكشف لي مع الأيام أن الشتات العائلي وقحط الحنان والحب الذي تغذى عليه كانت قد تأصلت ترسباته في شخصيته.. إذ لم يكن يرى أن بوح المشاعر والرومانسيات من الضروريات!!



كما أن علاقاته الخاصة قبل الزواج جعلته يرى أن كلام الحب والهدايا في المناسبات، هي من أحاديث اللهو التي يتمرس عليها الشباب كي يتقنوا دور العاشق الولهان، وأنها أبداً لا تصلح لزوجين يعيشان تحت سقف واحد ويريان بعضهما كل يوم!! بل كثيراً ما كان يسخر من رسالة رومانسية أفاجئه بها على هاتفه الجوال!! أو من هدية أضعها على «الكوميدينا» بجوار سريره وهو نائم!! أو احتفالي بالمناسبات الخاصة التي تجمعنا!! كثيراً ما علّق بأن ذلك من تداعيات المسلسلات والروايات الهابطة!! و لربما في لحظة شيطانية يبدأ في الإلحاح على نحو مزعج ومؤلم بالسؤال: من أين جاءت الرسالة الغرامية التي قمت بإعادة توجيهها إلي!! فينشغل بتقصي مسار الرسالة أكثر من الاستمتاع في الإحساس بمعناها!! كما أيقنت بعد المناقشات الطويلة والحوارات المحبطة أن تقتيره علينا في المال ليس قلة «إتيكيت» ولا اقتصاداً، كما كنت أحسب في البدايات، بل إنه بخلاً مركباً تجاوز المال إلى شح المشاعر، حيث عطبت عنده فضيلة العطاء، مؤمناً بأن الزوجة والأبناء لا يحتاجون أكثر من بيت يأويهم، وطعام يملأ بطونهم، ومصروف يلبي احتياجاتهم الأولية.. أما ما عدا ذلك فهو في حكم الترف!!

د. أميرة الزهراني

## سيكولوجية المطلق عاطفياً

د. عبد الرحمن الصالح

من المتوقع أن الأزواج يعيشون حياة سعيدة فيها من الحب والوفاء والتعاون الشيء الكثير، ولكن يتفاجأ المرء حينما يجد أن منهم من يعانون من مشاكل متعددة، ومن هذه المشاكل ما نحن بصدد الحديث عنه وهو الطلاق العاطفي. وبما أن الطلاق العاطفي هو مرحلة بين الطلاق الكامل والعلاقة الأسرية السعيدة، لذا فإن دراسة نفسية الزوج ومعرفة أسباب هذه المشكلة وعلاجها يساعد على وقاية الأسرة من التشتت والتفراق، لأن عقد الزوجية باق لكن المودة والرحمة والتواصل متوقفة.

إن الزوج الذي يصل إلى مرحلة الطلاق العاطفي يكون في الغالب مرّ بمرحلة واجه فيها خلافات أسرية مع زوجته نتيجة لمشكلات نتج عنها تنافر وعدم قدرة على التفاهم واحتواء تلك الخلافات، ما يدل على وجود اختلاف في طبيعة الشخصية وطريقة التفكير والسلوك، والذي يجعل الاتفاق بينهما على فكرة واحدة أو سلوك مقبول صعباً وهذا يؤدي إلى حصول الانفصال العاطفي والجسدي بينهما، والذي يتمثل في برود المشاعر والأحاسيس بينهما ويصل إلى مرحلة التنافر.

ولكي نحدد ملامح شخصية المطلق عاطفياً نجد أن أهم أربع شخصيات تؤدي إلى اضطراب شديد في التكيف هي: الشخصية الانطوائية، والشخصية النرجسية، والشخصية الاضطهادية، والشخصية الهستيرية.

فالشخصية الانطوائية تميل إلى العزلة وتجذب صعوبة في الاختلاط بالناس وعاجزة

عن التعبير عن مشاعرها وعواطفها وانفعالاتها ولكن صاحبها يمكن أن يقدم الحب والوفاء إذا استطاعت زوجته كسبه وتشجيعه.

أما النرجسي فهو معجب بنفسه، متكبر، ليست لديه مساحة حب للآخر فهو أناني بدرجة كبيرة.

والاضطهادية صاحبها شديد الحساسية، ويستمتع بالاضطهاد، ومن الصعب أن يتعايش معه الإنسان وهو على ذلك السلوك لأنه متسلط.

والهستيرية شخصية متقلبة لا تبالي بمشاعر الآخرين واحتياجاتهم والتعامل معها صعب ويسبب إزعاجاً وتوتراً وإحباطاً.

ومن الحالات التي تمّ مقابلتها نجد أنها في مجملها تشتمل على ما يأتي:

#### الحالة الأولى:

شاب يبلغ من العمر ٢٧ سنة تزوج من سنتين، وضعه المادي جيد كما أن عمله مناسب، وناجح في العمل وزوجته تبلغ من العمر ٢٢ سنة جامعية ونطمح إلى حياة أسرية سعيدة، لكن تربيته الأسرية القاسية نتج عنها أنه كان جافاً من الناحية العاطفية ولا يملك أسلوباً رومانسياً يسعد زوجته ويشبع احتياجاتها. مما أوجد فجوة كبيرة بينهما، ونفوراً من الزوجة بسبب عدم تحملها لذلك، وحصول انفصال عاطفي بينهما لفترة طويلة مما جعلهما يحتاجان إلى مساعدة المرشد لتجاوز هذه الأزمة، وكان علاج هذه المشكلة يتمثل في إقناع الزوج بأن الأسلوب الرومانسي يجعل الحياة أكثر سعادة وممتعة، وأنه يمكن تدريبيه على بعض المهارات التي ساعدت الأسرة على تجاوز الأزمة والشعور بالسعادة.

### الحالة الثانية:

رجل يبلغ من العمر ٤٧ سنة محب لعمله ويتطلع إلى أن يترقى إلى منصب قيادي، وقد تسبب ذلك في بعده عن زوجته وأبنائه، لم تتحمل زوجته ذلك وطالبتة أن يخصص وقتاً كافياً لهم يكون فيه شيء من الحوار والجلسات الخاصة وقضاء الحاجات، إلا أنه لم يتقبل طلبها ويبرر ذلك بأنه يجد نفسه في العمل وأنه يهتم بأداء العمل بشكل مثالي، مما أضعف علاقته بزوجته، وقد تم توجيهه إلى أن النجاح الأسري لا يقل أهمية عن النجاح في العمل، وأنه يفترض الاعتدال في ذلك وأداء الحقوق بالتساوي حتى ينجح في كلا المجالين (فلا ضرر ولا ضرار).

### الحالة الثالثة:

شاب تجاوز الثلاثين تزوج لأن والديه أقنعاه بالزواج حيث أنه تجاوز سن الزواج وأنهما يطمحان إلى أن يشاهدا أبناءه قبل وفاتهما وقد تزوج من فتاة مثقفة وتتطلع إلى حياة سعيدة، وفوجئت بأنه يقضي أوقاتاً طويلة على جهاز الحاسب الآلي في المنزل، وأنه يفضل أن يبقى في غرفة مستقلة، وتطور الأمر إلى أن أصبح يغلق الغرفة على نفسه وصار للجهاز رقم سري وتوقف التواصل بينهما إلا عن طريق البريد الإلكتروني (الإيميل)، هو لا يريد أن يطلق حتى لا يخرج من أهله، لكنه لم يهين نفسه حياة أسرية سعيدة بل هو منهمك في علاقات وتواصل مع مواقع وأشخاص قد تكون علاقات محرمة.

## الحالة الرابعة:

رجل تجاوز الخمسين عاماً، يرغب في الوحدة ويرفض الجلوس مع الأسرة رغم أن وضعه المادي ممتاز إلا أن لديه شعور بعدم السعادة، وتسيطر عليه الأفكار السلبية ويجعل سببها الضغوط الأسرية، ويسأل عن جدوى انتقاله إلى شقة خاصة والعيش بمفرده؟، وهل يحقق ذلك له السعادة بعيداً عن الأسرة التي تعيش في منزل واسع وفاره؟ ويشير بأن تواصله مع زوجته قد توقف من أشهر، رغم أن صحتها جيدة ولها دور كبير في إدارة المنزل ورعاية الأبناء. وقد تم توجيهه إلى أن الانعزال في شقة لوحده سوف يؤدي إلى تفاقم المشكلة، وازدياد الأفكار السلبية والقلق، وقد تم تعزيز التفاؤل لتدعيم الأفكار الإيجابية لديه حتى لا يشعر بالوحدة، وتوجيهه إلى عيادة نفسية للتخلص من الأفكار السلبية.

يتضح من العرض السابق أنه يمكن تصنيف شخصيات المطلقين عاطفياً من وجهة نظري ومن واقع خبرتي الإرشادية في المجتمع السعودي إلى ما يأتي:

أولاً: شخصية لديها جفاف عاطفي نتيجة خلل في التربية، مثل أن يكون فاقداً للعطف والحنان والحياة الأسرية المستقرة في صغره، ولم تتوفر له التوعية والتأهيل المناسب كما يقال في المثل: فاقد الشيء لا يعطيه.

ثانياً: شخصية لديها انصراف مبالغ فيه للعمل حيث يكون العمل أهم شيء في حياته وهو وسيلة تحقيق ذاته على حساب الأسرة أو أن يكون منهكاً بترفيه نفسه مع أصدقائه على حساب أسرته.

ثالثاً: شخصية لديها إدمان الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي الحديثة والعلاقات، تاركاً الاهتمام بالأسرة وراء ظهره .

رابعاً: شخصية لديها اضطرابات نفسية تكدر عليها حياتها وتعطل التواصل والحب بينه وبين أفراد أسرته وخاصة زوجته .

### تأثير الاضطرابات النفسية على الحياة الزوجية :

إن كثيراً من حالات عدم التكيف الزوجي وحصول الطلاق العاطفي يرجع إلى اضطراب في شخصية أحد الزوجين أو كليهما . والشخصية المضطربة تتسبب في إيجاد صراعات عنيفة حادة ومستمرة، وصاحب الشخصية المضطربة هو الطرف المسبب لذلك، ولكن دون أن يعرف، ودون قصد فهذه هي شخصيته والطرف الآخر هو الضحية . وهو أيضاً لا يعلم سبباً لهذه الصراعات الحادة والمستمرة وتقلب المزاج لدى الطرف المضطرب .

ومن أكثر الآثار النفسية الشائعة المسببة للطلاق العاطفي عدم إشباع حاجات كل منها للآخر، وأنه إذا حصل الطلاق العاطفي فهناك أشياء كثيرة سوف يفقدها كل من الطرفين ومعهم أفراد الأسرة . وقد تكون هذه التغيرات قوية ومؤثرة إلى حد لا يستطيع كلا الزوجين مواجهتها . مما ينهي العلاقة بين الزوجين ويصل الأمر إلى الطلاق الكامل، لأن الشخص المتوافق نفسياً هو الذي يقف في مواجهة المشكلات ويقف منها موقفاً إيجابياً ويهتم بإيجاد حلول لها في حدود قدراته وإمكانياته أو الاستعانة بالمختصين، أما الشخص غير المتوافق فهو لا يستطيع عمل ذلك فيلجأ للتخفيف من حالات التوتر والقلق الناشئ عن المشكلات بطريقة غير سوية، منها الإكثار من استخدام الحيل الدفاعية مثل العدوان والكبت والتعويض والنكوص والتبرير والإسقاط، ويظن المطلق عاطفياً أنها تساعد في حل المشكلة والتخلص من حالات القلق والتوتر، ونتائج

الصراعات والإحباطات التي لم تحل بطريقة سليمة، ومن أهداف هذه الحيل وقاية الذات والدفاع عنها واحترامها.

إن الاختلاف في سمات الشخصية وارد، لكن لا بد أن يكون هناك تفاهم وتعاون ولذلك لا بد أن نتوقع بعض الاختلافات بين الزوجين في بداية حياتهما وأيضاً بعد فترة من الزواج، وهذه الصراعات سببها أن كل إنسان له أسلوب حياة خاص به لأنه في البداية كان واحداً والآن اثنان، كانت له حياة مستقلة، والآن له حياة مشتركة، كانت له حياة بدون مسؤولية، والآن أصبح مسئولاً ومشاركاً ومتعاوناً.

كل إنسان له أسلوب حياة، ورؤية، وفلسفة، ومفهوم، واهتمامات، وعادات، والزوجان أصلاً من جنسين مختلفين. إنه من الوارد أن يحدث تعارض بين أسلوب حياة مختلفين.. والتنافر الذي يحدث بعد الزواج هو تنافر حقيقي، ولا بد أن يحدث أثراً يتطلب الوصول إلى التكيف، لإيجاد حلول ملائمة للطرفين، وأن يحدث التكيف دون إلغاء للشخصية، إنه من الضروري أن يحدث التفاهم مع الاحتفاظ بالخصائص والسمات الشخصية لكل منها.

وهناك مقومات مهمة لعلاقة جيدة بين الزوجين، هذه المقومات الأساسية لإقامة صرح الزواج واستمراره. إن استمرارية الحياة غالباً غير ممكنة إلا مع إنسان قادر على الحب وعلى العطاء، إن التكيف بين الزوجين هو الإحساس بالآخر وتفهمه وتقبله وإعطاؤه مساحة من الخصوصية.

## مراجع مقترحة للاستزادة

- أنوار مجيد هادي (١٤٣٣هـ): أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات.
- عبد الرحمن سالم السيف (١٤٣٣هـ): الطلاق في المجتمع السعودي المعاصر، مؤسسة الجريسي، الرياض.
- عبد الكريم بكار (١٤٣٠هـ): التواصل الأسري مؤسسة الإسلام اليوم للإنتاج والنشر، الرياض.
- غازي بن عبد العزيز الشمري (١٤٣٢هـ): كواليس زوجية، دار طويق للنشر والتوزيع، الرياض.
- وزارة الشؤون الاجتماعية (١٤٢٩هـ): ندوة الطلاق في المجتمع السعودي، الرياض.





## سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي

د. موسى آل زعلة

بين الحين والآخر يتردد على عيادتي النفسية عدد من الحالات ذكوراً كانوا أو إناثاً يحملون في جعبتهم شكاوى متعددة من تردي حياتهم الأسرية ومعاناتهم من حياة زوجية مملة ومتعبة وصلت حد الانفصال المعنوي فيما بين الشريكين أو ما يسمى بـ«الطلاق العاطفي»، أو «الطلاق النفسي».

ومن تلك الحالات معلمة تحمل الشهادة الجامعية، متزوجة منذ سنتين، لا تحمل أي مشاعر حب أو مودة تجاه زوجها، ولا تشعر بأي رابط زوجي يشدها إليه، حتى أنها لم تستمر مع زوجها إلا تحت ضغط والديها والمجتمع، ولا يمكن وصف حياتها مع زوجها إلا بـ«الطلاق العاطفي» في أوضح صورته من انعدام المشاعر والعواطف، والتباعد النفسي بينهما، وهوة سحيقة من جفاف المشاعر بل وموتها، وبقيت أجسادهما متقاربة تحت سقف واحد وأرواحهما تائهة بعيدة عن بعضها البعض، فانفصلت قلوبهما، ونضبت مشاعرهما.. وغير هذه الحالة أعداد ليست بالقليلة نراها فيمن حولنا من الأسر والأفراد، وتزورنا في الاستشارات والعيادات ممن وصلوا إلى نهايات مغلقة من إمكانية تعديل الوضع فيما بينهم.

وهنا يأتي دور المرشد الأسري الذي تأتبه مثل هذه الحالات، فمن الجوانب المهمة التي يحتاج أن يلحظها ويقيمها عند مساهمته في حل بعض الخلافات الزوجية قبل الوصول إلى مرحلة الطلاق العاطفي أن يُقيّم بعض سمات الزوجين التي قد تكون سبباً في الوصول إلى هذه الأزمة الشديدة من الانفصال النفسي والعاطفي.

ولعل السمات لهؤلاء الأزواج الذين يحصل بينهم الطلاق العاطفي كثيرة ومتنوعة، وسأقوم بتقسيمها إلى عدة محاور على النحو التالي:

### أولاً: سمات نفسية وشخصية:

وهي السمات التي تتعلق بشخصية الزوجين أو أحدهما وطباعهما وطريقة تفكيرهما، وسلوكياتهما الشخصية في التعامل مع بعضهما البعض، فهناك شخصيات معينة ومواصفات نفسية إذا وجدت في شخصية أحد الزوجين أو كليهما فقد تكون سبباً لحصول الطلاق العاطفي بين هذين الزوجين، ومن هذه السمات ما يلي:

#### ١- الشخصية الحساسة:

الحياة الزوجية لا تخلو من المنغصات والخلافات والاختلافات، وقد حصلت الخلافات والمشكلات حتى في بيوت النبي صلى الله عليه وسلم، ولكن الشخصية الحساسة - سواء لدى الزوج أو الزوجة - يكون تأثيرها بحصول هذه المشكلات كبيراً ومبالغاً فيه، وقد تحدث جراحاً تتفاقم مع الوقت حتى تؤدي إلى شرخ في نسيج العلاقة الزوجية ومن ثم الجمود العاطفي مع مرور الوقت.

#### ٢- الشخصية الشكاكة:

وهو اضطراب شخصية يتميز بحساسية مفرطة نحو الهزائم والرفض وعدم مغفرة الإهانات والجروح، وميل نحو الضغائن بشكل مستمر، والشك والميل إلى تشويه الخبرات من خلال سوء تفسير الأفعال المحايدة أو المحبة للآخرين على أنها عدوانية أو مليئة بالازدراء، وصاحبها متشبث بالحقوق الشخصية، غير متناسب مع الموقف الفعلي ولديه قابلية للغيرة

المرضية، وميل إلى الإحساس بأهمية ذاتية مفرطة، والطابع المميز للشخصية الشكاكية هو الشك فيمن حولها، والشكوى الدائمة من أنها لم تأخذ حقوقها كاملة، وأن الناس لا يقدرونها حق قدرها، وصاحب هذه الشخصية دائم الشجار مع زوجته أو العكس لأنها ابتسمت لفلان، أو لأن فلانا كان ينظر إليها بطريقة يفهم منها أنها على علاقة به، ولاشك أن اتصاف أحد الزوجين بسمات هذه الشخصية سيقطع حبال الود والمحبة فيما بينهما، وسيكون سبباً جوهرياً في حصول الانفصال العاطفي.

### ٣- الشخصية الفصامية:

هو اضطراب شخصية يتميز بالانعزال عن المجالات التي تتضمن تواصلًا عاطفيًا أو اجتماعيًا، أو أي أشكال أخرى من التواصل مع تفضيل الخيال والأنشطة الفردية والتحفيز الداخلي والانطواء على الذات، وانعدام القدرة على التعبير عن المشاعر والشعور بالمتعة، بحيث يظهر أمام الناس غالباً في صورة البارد الذي لا يبالي بشيء، وهذا النوع من الشخصيات إذا ما توافر في أحد طرفي العلاقة الزوجية يكون محط استفزاز للطرف الآخر، لأنه يظهر غير مبال به ولا بمشاعره ولا بما يحدث بينهما من أحداث، مما يؤدي مع الوقت إلى سلسلة من المشكلات التي لا تنتهي إلا بالطلاق العاطفي.

### ٤- الشخصية الوسواسية:

يتميز صاحب هذه الشخصية بالشك والحذر الشديد وعدم استقراره على رأي، مما يعكس عدم أمان شخصي عميق، كما يسعى صاحبها إلى الكمال، والتأكد المتكرر من الأشياء وانشغال مفرط بالتفاصيل، مع قدرة محدودة على التعبير عن المشاعر الدافئة وتصلب وعناد مع الإصرار على أن يخضع الآخرون لنظامه أو نظامها، وتتميز هذه الشخصية بالنظام الشديد

والدقة المتناهية في الأمور، والمطالبة بالمثل العليا واحترام التقاليد، ولا يستطيع صاحبها أن يغير رأيه إذا وصل إلى قرار، أي أنهم يميلون إلى الصلابة في الرأي وعدم المرونة في معاملة الناس، فإن كانت صاحبة هذه الشخصية سيدة فأنت تراها كثيرة الاحتكاك مع زوجها الذي لا يحترم النظافة مثلاً، وفي حال كون أحد أطراف العلاقة الزوجية يتسم بهذا النوع من الشخصيات فإن الطرف الآخر يشعر بتضييق الخناق عليه من الأنظمة والقوانين التي يفرضها الطرف الثاني ومن ثم تبدأ المشكلات والابتعاد حتى الوصول لنهايات مغلقة من التفاهم والجمود العاطفي.

#### ٥- الشخصية التجنبية:

تشبه بعض صفات هذه الشخصية اضطراب الرهاب الاجتماعي فصاحبها دائم القلق من الاحتكاك مع الآخرين، ويتحسس كثيراً حين يوجه النقد له، لديه ضعف في ثقته بنفسه، وعدم قدرة على التواصل الاجتماعي بصورة كاملة خوفاً من الاحتكاكات أو النقد أو جرح مشاعره فيؤثر تجنب التواصل لهذه الأسباب، وحين يتسم أحد طرفي الزواج هذه الشخصية فإنه سيعاني كثيراً لشدة حساسيته من التفاصيل أو الاقتراحات أو الآراء التي قد يطرحها عليه الطرف الآخر فيتجنبه كذلك وينكفي على ذاته مبتعداً عن أي أمر قد يفضي إلى النقاش معه، فيما يعاني شريكه من هروبه هذا وقد يصفه باللامبالاة أو التبلد الحسي، ويشعر بأنه وحيد في عالم الحياة الزوجية، يجابه المشكلات ويتصدى لها لوحده في ظل تجنب الآخر مما قد يؤدي إلى الاصطدام والتنافر في حياتهما، ويصبح كل من الزوجين يعيش بعيداً عن الآخر بعواطفه ومشاعره.

#### ٦- الشخصية الحديّة:

وهي الشخصية التي تحمل الكثير من العقد النفسية الذاتية، فلدى صاحبها مشكلة

في التعامل مع ذاته، كما أن تماسكه الداخلي ضعيف جداً فليس لمزاجه ولا لتفكيره ولا لسلوكه أو هويته الداخلية قاعدة، وتكثر هذه الشخصية لدى النساء ومن صفاتها سرعة تقلب المزاج خلال دقائق أو ساعات أو أيام، تقلبات شديدة ما بين الرضا والغضب أو الارتياح والانفعال، فيما لا تتناسب هذه التقلبات مع الظروف الخارجية فصاحب هذه الشخصية متذبذب بين الاستقرار النفسي والاضطراب العاطفي والسلوكي، ويتسم كذلك بسرعة الاستثارة الشديدة والقابلية للانفعال والغضب واشتعال المشاعر وانفجار براكين الغضب، بالإضافة إلى كونه شديد الاندفاع في تصرفاته ولديه محاولات أو أفكار لإيذاء نفسه، إلى جانب أن قدرته على الصبر ضعيفة ويصر على تحقيق ما يرغب دون استعداد لتحمل عناء الإنجاز، كما تسيطر عليه الغيرة الشديدة في بعض المواقف، ويتصف بسرعة الملل وكثرة التذمر والتضجر والإحساس بالفراغ العاطفي دون سبب واضح، مع ضعف تحمل الوحدة، وكثرة الشكاوى من الهم والحزن والكآبة وكره النفس والحياة، أو المبالغة في مشاعر البغض والحب مع تقلب شديد وسريع بين هذه المشاعر، كما أنه بطبيعته متطرف في التفكير و تقويم الأمور والمواقف والأشخاص ولا توسط لديه في ذلك فإما أن يكون تقييمه بأعلى درجاته كـ«هذا ممتاز، رائع وقمة» أو «هذا فاشل وسيء» وهذا ما يسمى بالتفكير الحدي، ولا شك أن من يحمل صفات هذه الشخصية سيكون شخصية متعبة لمن حولها خاصة شريك الحياة.

#### ٧- الشخصية العصبية الانفعالية:

هذا النوع من الشخصيات يتسم بسرعة الغضب وشدة الانفعال والعصبية الدائمة لأتفه الأسباب، مما يجعله يتصرف بتصرفات غير مناسبة قد تجرح أو تؤذي الطرف الآخر، وحين يكون الزوج أو الزوجة حاملاً لهذه الشخصية فإن الطرف الآخر سيضيق ذرعاً بهيجانه

وعصبيته وفورة غضبه في لحظات النقاش أو عند حصول أي مشكلة في الحياة الزوجية، مما يبني بينهما سدوداً عالية تمنع النقاش والحوار، وتقتل المشاعر والعواطف.

#### ٨- الشخصية الاعتمادية:

وقد تسمى بالاتكالية أيضاً، وهذه الشخصية كثيرة الاعتماد على الآخرين في القيام بشؤونها فإن كانت امرأة فإنها توكل كل مهام المنزل من طبخ وتنظيف وغسيل وحتى تربية الأبناء ومذاكرتهم واللعب معهم إلى الخادمة وربما يتعدى كل ذلك إلى اعتمادها عليها كذلك في أمور الزوج من تجهيز ملابسه أو طعامه أو تنظيم أغراضه، وإن كان رجلاً فإنه يبحث عن شخص آخر كالسائق مثلاً أو الابن الأكبر أو والده إن كان يسكن معهم أو قريباً منهم ليقوم بتوكيله للقيام عنه بكل شيء من المفترض أن يقوم هو به، من نفقة أو مشاوير، أو مشتريات، وربما يصل لأن يرسل السائق ليوقع عنه ورقة استلام شهادة ابنه الطالب أو تقييم مستواه أو خطابات الملاحظات الخاصة به، وهذا النوع من الشخصيات يشكل عن نفسه نظرة لدى الطرف الآخر أنه غير مسئول وغير مبال ولا يمكنه القيام بشيء بمفرده إلا بالاعتماد على الآخرين، ولا شك أن هذه الشخصية من معاول هدم العلاقة الزوجية، مما يقضي على العلاقات الزوجية الحميمة.

#### ٩- الشخصية المتسلطة:

وهي ذات الطابع التسلطي على الآخرين، يتميز صاحب هذه الشخصية بالرغبة الدائمة في فرض سيطرته ومد نفوذه على كل من حوله بالأمر والنهي وحتى بأدق التفاصيل والآراء، فإن كان رجلاً تجده يحاول فرض سيطرته في أمور كثيرة على زوجته ويتحكم بلبسها وشكلها وزياراتها وحتى كلماتها، مما يجعلها تشعر بالملل وانعدام الشخصية وبالتالي تحدث المشكلات والخلافات، وتنهال المشاعر والعواطف.

#### ١٠- الشخصية ذات الغيرة المرضية:

يعيش صاحب هذه السمة في حالة دائمة من القلق النفسي لشعوره المستمر بالغيرة على شريكه سواء كانت المرأة أم الرجل، حيث تكون هذه الغيرة في الغالب في غير محلها، كالغيرة من أم الزوج مثلاً، أو التحكم في خروج ودخول الزوج من المنزل، أو الغيرة من انصراف جزء من وقت الشريك في العمل أو مع الأصدقاء وتبدأ الاحتكاكات والنقاشات الساخنة والتحقيقات التي تحمل مغزى الشك وعدم الثقة فتنهمر المشكلات التي لا تنتهي إلا بالانفصال العاطفي.

#### ١١- الشخصية الصامتة:

وهذه صفة مزعجة ومؤذية وهدامة للسعادة الزوجية، فالأزواج الصامتون الذين يهملون الحديث والنقاش في أمورهم الزوجية والأسرية، ويتعدون عن نقاش اهتماماتهم وهمومهم، ويتجنبون مناقشة مشكلاتهم أو التحدث عنها، فهم كمن يتركون كرة الجليد تندرج حتى تصبح صخرة ضخمة تحطم كل ما يصادفها وتدمره، وهذه من أهم السمات الشخصية التي قد تقود إلى انفصال الزوجين عاطفياً، لذلك فإن من أهم المهارات التي على المرشد الأسري أن يسعى لغرسها لدى الأزواج هي مهارتي الحوار والنقاش.

#### ١٢- الشخصية المثالية:

حين يدخل كلا الطرفين قفص العلاقة الزوجية يبني كل منهما صورة مثالية للطرف الآخر وللعلاقة الزوجية عموماً، وغالباً ما تكون تلك النظرة المثالية مبالغاً فيها، وإن كانت جزءاً من شخصية الزوج أو الزوجة كالعيش في حالة من الخيال، وتوقع عدم حدوث المشكلات



أو الاقتناع بأن الشريك بلا عيوب، أو أن الحياة الزوجية شهر عسل مستمر، فإنه سيحدث ما يجعله يفاجأ بعكس ما توقعه ويصطدم بواقع الحياة الذي يفترض فيها وجود السيئ بالتزامن مع الجيد، في الوقت الذي كان من المفترض على كل شخص من أطراف هذه العلاقة أن يمتلك خطأ للعودة ومساحة متسعة لاحتمالية وقوع المشاكل والمنغصات وكبوات الشريك وخلافها، وإلا فسيعيش الطرف المصدوم في حالة من الصدمة وربما الحنين إلى العزوبية مما يؤدي بالعلاقة إلى الانفصال العاطفي.

### ١٣- الشخصية غير القانعة:

الشخص القنوع يرى في كل سيئة حسنة ويكتفي بما قسم له ولا ينظر إلى ما رزق الله به غيره، فيعيش هانئاً مستريح البال، أما الشخص الذي يحمل سمة عدم القناعة فيعيش في صراع داخلي من عدم الاكتفاء الذاتي بأي شيء، فلا يقتنع بشريكه ولا بكل ما يقدمه لأجله، مما يخلق فجوة في العلاقة الزوجية حين يضطر الطرف الآخر للتفاني في سبيل إرضائه بينما هو لا يشعر ولا يقدر كل هذه العطاءات المعنوية أو الحسية، وعدم القناعة بالطرف الآخر قد تؤدي إلى المقارنات في أدق تفاصيل العلاقة الزوجية مما يشعر الطرف الآخر بعدم القدرة على مواكبة جشع شريكه أو ملء عينه فيكون الهجران العاطفي.

### ١٤- الشخصية الناقدة:

حين لا يبالي الزوج أو الزوجة بمشاعر الطرف الآخر فيرمي بكلمة نقد في لبسه أو مظهره أو نظافته أو سلوكياته أو انشغاله وغير ذلك، خاصة إن كان الطرف الآخر حساساً، فإنها تبدأ الفجوة في العلاقة الزوجية بينهما في الاتساع لأن الطرف الناقد يرى أنه على حق، والطرف المنتقد يشعر بإهانة أو جرح عميق لكرامته ومشاعره، وما أجمل النقد الهادئ من أجل

بناء الأسرة والرقمي بها، ولكن ما أصعبه على النفس إذا كان غليظاً جارحاً، وقد قال صلى الله عليه وسلم: ﴿يَا عَائِشَةُ أَرْفُقِي فَإِنَّ الرَّفْقَ لَمْ يَكُنْ فِي شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا زَانَهُ وَلَا نُزِعَ مِنْ شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا شَانَهُ﴾ (رواه أبو داود)، ومع تكرار الكلمات الجارحة والمؤذية تنحسر العواطف وتضمحل المشاعر.

#### ١٥- الشخصية المراكمة للمشكلات:

تراكم المشاكل والانتقادات وتأجيل المواقف التي تحتاج لنقاش وتركها دون إنهاء أو حل لا يغلقها أو ينسي طرفي الزواج إياها بل تراها تظهر ولو بعد سنوات في مشكلة جديدة تستدعي كل التراكمات السابقة، بالإضافة إلى ما تخلفه في نفسي الزوجين من شعور بوجود تراكمات سلبية في نفسيهما على بعضهما البعض، مما يجعل الطلاق العاطفي السبيل الأمثل بعد الوصول إلى طرق مسدودة وغير نافذة من الحلول لتفريغ شحنات سلبية تراكمت عبر السنين، ولذلك على المرشد الأسري عندما يطلب الزوجان أو أحدهما الاستشارة في بعض مشكلاتهما الزوجية أن يساعدهما على إتقان مهارة إغلاق الملفات وعدم الرجوع إليها أو اجترارها من وقت لآخر، فهذا سيكون بإذن الله صمام أمان لمشاعرهما وحارساً لعواطفهما ومودتهما من الانصهار مع حرارة تلك الملفات المفتوحة، والتي لا ينطفئ لهيبها إلا بإغلاقها.

#### ١٦- الشخصية الصامتة عاطفياً:

حين يسكن الفراغ النفس فإنه لا بد أن يحل مكانه شيء يملؤه والفراغ العاطفي كالفراغ الوقتي يشعر صاحبه بالملل والحاجة إلى ملئه بأي شيء، وحين يعاني أحد الزوجين من فراغ عاطفي وجوع في المشاعر واحتياج للمسات الحنان والكلمات الجميلة والاحتواء والأمان والحب، فإنه غالباً ما يلقي باللائمة على الطرف الآخر كمتسبب في كل ما يشعر به ضمن هذا

الفراغ من احتياج دون أن يجد من يشبعه، حينها يفكر بملئه بطريقته الخاصة سلبية كانت أم إيجابية مشروعة أو ممنوعة، وقد يكون كل من الطرفين يحمل قدراً هائلاً من الحب والود للطرف الآخر، لكنه ترك هذه المشاعر حبيسة صدره ولم يعبر عنها لفظياً، مما يهيئ الفرصة للأفكار السلبية والشعور بالبرود العاطفي الذي ينخر في سفينة الحياة الزوجية حتى يغرقها.

#### ١٧- الشعور بالإحباط:

إذا تكررت ردود الفعل السلبية تجاه المواقف من أحد الشريكين أو لم تتحسن سلوكيات معينة بعد تلميح أو تصريح شريكه، أو حين يصل أحد الشريكين لدرجة معينة من التفكير في عدم جدوى الحوار أو النقاش أو تجديد العلاقة والحب مع الآخر، يبدأ الإحباط بالدخول إلى نفسه ومن ثم يبدأ الملل ويتكون شعور سلبي بعدم الإسهام في أي تغيير إيجابي يمكن أن يغير مسار العلاقة الزوجية فيكون الطلاق العاطفي وموت الحب بينهما هو النتيجة، هذه إحدى صور الشعور بالإحباط، والصورة الأخرى تظهر حين يكون أحد الزوجين دائم الشعور بالإحباط العام والكآبة والملل وفقدان المتعة في الحياة عموماً، مما قد يكون من علامات الإصابة بالاكئاب النفسي، فتنعكس هذه المشاعر السلبية بظلالها على الحياة الزوجية وتقتل مشاعرهما، وتحيلها إلى صورة سوداء قائمة لا عاطفة فيها ولا مشاعر.

#### ١٨- نوبات الغضب:

إن تكرر مشاعر الغضب وسلوكياته من هياج وصراخ ورفع للصوت وربما الضرب أو تكسير الأشياء يسهم بشكل كبير في أخذ الطرف المقابل ردة فعل سلبية تجاه الحوار أو التحدث عن مشكلة ما إذا كانت النتيجة هي نوبات الغضب التي يقابلها الطرف الآخر فيضطر للصمت وتجنب الاحتكاك خوفاً من مواجهة موجات الغضب التي قد تسبب مشاكل أخرى لا حصر لها.

### ١٩- الحزن المستمر:

قد يطرأ على حياة الزوجين أي من الأسباب المؤدية إلى حزنهما أو حزن أحدهما كوفاة قريب أو مرضه، أو عدم الإنجاب، أو الفشل الدراسي أو العملي، وهنا حين يخرج الحزن عن حدود المعقول ويصبح صفة ملازمة، تفقد الحياة الزوجية متعتها، ويفقد الشريك المتعة فيها والابتسامة والبهجة، حينها سيهرب إلى الصمت والاستسلام لهذا الحزن فتفقد العلاقة كل ما يوطدها.

### ٢٠- الأنانية:

الحياة الزوجية شراكة وسفينة على كل من الطرفين الاعتناء بها عموماً وبجزئه في تلك السفينة حتى تصل إلى بر الأمان، لكن استئثار أحد طرفي هذه الشراكة بالاعتناء بنفسه وعدم التفكير بالطرف الآخر، أمر يؤدي إلى غرق هذه السفينة، فالأنانية المفرطة وحب الذات إلى درجة قد تؤثر على الشريك أمر مؤذ لمشاعره فتجد الطرف الأناني لا يسأل عن الآخر ولا يعنيه أمره وكل اهتمامه منصب على نفسه فقط، فيستشعر الطرف الآخر هذا الإهمال فتبدأ الإحباطات العاطفية بالتسلل نحو قلبه ويكون الافتراق النفسي.

### ثانياً: السمات الاجتماعية:

#### ١- عدم ضبط الأسرة:

إن عدم سيطرة الزوج على الأسرة واحتوائها كرب أسرة وكذلك ضعف الزوجة في احتواء أسرتها كربة منزل يسهم بشكل كبير في تشتت تلك الأسرة، وتشتت العلاقة بين الزوجين، فهذا مما يشعر الطرف الآخر بالضياع وأن شريكه في حياته لا يهتم بشئون الأسرة

ولا يبالي بها، فهذا يجعله يزهّد في هذه الحياة الأسرية، ويؤثر ذلك على عواطف الزوجين ومشاعرهما.

### ٢- عدم الاهتمام بأهل الطرف الآخر:

الدائرة الاجتماعية الأكثر قرباً من الزوج والزوجة هي أهل كل منهما، فحين تسوء علاقة أحدهما بأهل الآخر أو عند عدم سماح الزوج للزوجة بزيارة أهلها، أو كثرة المقارنات والانتقادات بين الأسر فكل ذلك قد يسهم بشكل كبير في تكون مشاعر سلبية تجاه الطرف الآخر وهذه من المزالق الاجتماعية التي يقع فيها كثير من الأزواج، وتؤثر على علاقاتهم العاطفية، بل قد تقتلها مع مرور الأيام وتكرر الأحداث.

### ٣- حرمان الزوج أو الزوجة من التواصل الاجتماعي وبناء العلاقات:

بعض الأزواج أو الزوجات من منطلق دوافع مختلفة أقلها الشك أو الغيرة أو الخوف وحب السيطرة فإنه يحرم الطرف الآخر من أحقية التواصل الاجتماعي، فلا خروج إلى تجمعات أسرية أو مع الأصدقاء، ولا تواصل هاتفي بهم، حينها يشعر الطرف المحروم من هذا الحق المشروع بأن عالمه يقتصر عليه وعلى شريكه، وأن هذا الشريك هو سبب حرمانه من متعة بناء العلاقات والتواصل الاجتماعي مع الآخرين، فيبدأ الشعور باللوم المتواصل له في افتقاده لنعمة الأصدقاء أو العلاقات الاجتماعية المشروعة.

### ٤- الشعور بالرتابة والملل:

إذا شعر طرفا العلاقة الزوجية أو أحدهما بالملل والرتابة من الحياة الزوجية الروتينية، وبدون إشعال للحياة الأسرية، وسيرها باتجاه واحد دون تغييرات إيجابية مثل السفر أو تغيير بعض أثاث ومحتويات المنزل بدون إسراف، فإن هذا الملل سيطل الطرف الآخر، ومن أهم

صور الرتابة والروتين ضعف وقلة التجديد في التعبير عن الحب الزوجي بين الطرفين، بل نسيان ذلك تماماً، وموت التعبير اللفظي أو الجسدي أو العملي عن هذه المحبة، وكذلك من صور الرتابة في الحياة الزوجية غياب التجديد في برنامج الأسرة وسيره على منوال واحد، مما يصيب الطرفين أو أحدهما بضمور في مشاعره وأحاسيسه حتى تتجمد وقد تنعدم.

#### ٥- التوقف عن ممارسة الهوايات:

يأتي كل من الزوجين بهوايات مختلفة أو مشتركة بينهما، وممارسة هذه الهوايات يخلق نوعاً من المتعة للشخص نفسه، خاصة إذا وجد الإعجاب والتشجيع من الطرف الآخر، أما حين تمارس الهوايات دون وجود تشجيع ولو بمجرد إبداء الإعجاب بها بل إن البعض قد يقابلها بالسخرية فإن صاحب الهواية يفقد الرغبة في ممارستها مجدداً، وحين يتوقف كلا الطرفين عن ممارسة هواياتهما يتسرب الملل وعدم الثقة لحياتهما، ويشعر أحدهما أن صاحبه سبب حرمانه من هذه المتعة وهذا يضعف المشاعر بين الطرفين ويؤثر فيها سلباً.

#### ٦- إهمال المظهر والعناية الشخصية في المنزل:

من أبرز المهارات الزوجية الاجتماعية اهتمام كل من الطرفين بمنظره ونظافته وزينته أمام الطرف الآخر فالمرأة تحب من الرجل ما يحبه هو منها، فالرجل يرغب دوماً أن يرى زوجته بأبهى صورها ونظافتها وأناقته داخل المنزل كما تكون عند خروجها منه، وكذلك هي تتمنى أن يعتني زوجها بنظافته وهندامه ولبسه داخل المنزل كما يفعل عند خروجه، وإهمال أي منهما لهذا الجانب يشعر الطرف الآخر بعدم الاهتمام به وبنظافته أو عدم الاكتراث برأيه، وهذا الإهمال له انعكاساته السلبية على جوانب الاحترام والتقدير بين الزوجين، وحتى على جوانب التواصل العاطفي.

٧- الغياب المتكرر عن المنزل:

بعض الأزواج ينهمك في العمل لدرجة كبيرة حتى لا يعود إلا في ساعات متأخرة من الليل وكذلك بعض الزوجات خاصة من يعملن في وظائف معينة، وهذا الغياب المتكرر سواء للعمل أو ربما للخروج مع الأصدقاء وغيرهم أو السفر دون اصطحاب الطرف الآخر أمر يخلق فراغاً كبيراً في نفس الطرف الآخر، ويخلق فراغاً في المنزل يؤدي بمشاعر الطرف المتضرر إلى الانحدار السلبي نحو الملل والاحتياج العاطفي والنفسي والجسدي للشريك ومن هنا تنبع المشكلات والاحتكاكات المختلفة التي تنتهي باللجوء إلى الطلاق العاطفي والانفصال النفسي.

٨- إدمان المخدرات أو الكحول:

الإدمان من الأسباب المدمرة للأسر والمجتمعات، والإدمان دوماً يفتك بصاحبه ويذهب عقله ويجعله كثير التنازلات ولو كان عرضه وهذا من أهم الأسباب الاجتماعية لهروب الطرف الآخر - خاصة المرأة - إلى الصمت خوفاً من نقمة المجتمع أو خوفاً من الحرمان من أطفالها فتكون بين نار العيش مع مدمن أو نار الطلاق النهائي وفقدان الأطفال، تفضل البقاء جسدياً والانفصال عاطفياً.

٩- التفاوت الكبير في العمر والثقافة:

من الجميل أن يتناغم الزوجان في كل صفاتهما المشتركة وفي حال عدم حصول هذا التناغم يحل مكانه بلا شك الفراغ الشاسع سواء في العمر فينتمي أحد الزوجين لجيل والآخر لجيل آخر فلا يفهمان لغة أو طباع وسلوكيات الجيل الآخر، أو حين تتفاوت الثقافة ومستوى التعليم بينهما، وكذلك حين ينتميان لمجتمعين مختلفي الثقافات، والمستويات الفكرية أو المادية

أو الدينية، حينها سيشعر كل منهما بعدم الانتماء للآخر، ومن هنا تتسع الفجوة فيما بينهما بصورة كبيرة وخاصة إذا لم يكن لديهما القدر الكافي من الوعي بهذه الفروقات، ولم يكونا واعيين للتغلب عليها أو تجاوزها والتقليص منها.

#### ١٠- عدم الرغبة في الإنجاب:

تأجيل مسألة الإنجاب بسبب العمل أو الدراسة أو للرغبة في الوصول لسن معينة أو لوضع مادي معين أمر قد يتفق عليه الزوجان، أما حين يرفض أحد طرفي الزواج الإنجاب لأسباب غير منطقية أو لأسباب مجهولة دون أن يقنع الآخر بشيء منها، فإن ذلك يبخر الآخر حقاً من حقوقه الشرعية والنفسية والاجتماعية، تماماً كمن ينخر سفينة يركب فيها اثنان بحجة أنه يقوم بذلك في جزئه المكاني، ومتجاهلاً أن الأمر شراكة حياة وأن مثل هذه القرارات لا يمكن الاستئثار بأحقيتها من طرف دون الآخر، فتكون هذه المسألة محط خلاف وشحناء بين الزوجين، وقد يفقدان بسببها كثيراً من عواطفهم تجاه بعضهما البعض.

#### ١١- كثرة الشكوى وتدخل الآخرين في العلاقة الزوجية:

من أسوأ السلوكيات التي قد يقوم بها أحد طرفي العلاقة الزوجية إدخال طرف ثالث في تفاصيل هذه العلاقة إما بالشكوى الدائمة للأهل أو الأصدقاء أو الجيران والأقارب، وإما بالبوح بأسرار الأسرة إلى خارج المنزل، وإظهار عيوب الطرف الآخر والحديث عنها أمام الآخرين، وأتذكر أن إحدى الزوجات أتتني إلى العيادة النفسية وهي تشكو أنها أصبحت لا تتقبل زوجها ولا تميل إليه وتشعر بصدود شديد عنه، ونفور من الجلوس معه ومؤانسته، وهذا الانفصال العاطفي عن زوجها لم يكن موجوداً في بداية حياتهما الزوجية ولكنه نشأ بعد أن أصبح زوجها يتحدث عن بعض سلبياتها أمام الآخرين، ويذكر بعض جوانب تقصيرها، فكان



هذا الأسلوب من زوجها سبباً قوياً في قتل عواطفها ونفورها الشعوري منه... وهذا نموذج للطلاق العاطفي الناتج عن كثرة التشكي للآخرين وإفشاء أسرار الحياة الزوجية خارج أسوار المنزل.

### ثالثاً: السمات الاقتصادية.

#### ١- إهمال المتطلبات الحياتية للمنزل والأسرة:

حين يقصر الزوج ويهمل في توفير احتياجات المنزل وهو الطرف المكلف شرعاً وعرفاً بالأمور المادية وأمور النفقة على الزوجة والأبناء، سواء كان هذا التقصير لأسباب حقيقية من قلة الدخل أو عدم كفايته أو لأسباب في شخصية الزوج نفسه كالبخل أو عدم القدرة على احتواء ميزانية الأسرة، أو لصرفه كل الدخل على كماليات في ظل احتياجات أفراد أسرته المتزايدة لتوفير الضروريات لهم، فإن ذلك من أهم الأسباب لتحول الزوج في عيني الزوجة إلى شخص غير مسئول ولا يمكنها الشعور معه بالأمان الذي هو أساس كل علاقة زوجية ناجحة، وعند فقد الشعور بالأمان فإن المشاعر تخبو والعواطف تنطفئ.

#### ٢- مرور الزوج بصعوبات مالية:

قد يمر الزوج بخسارة في مشاريع معينة أو تزايد استقطاع البنوك من مرتبه بسبب كثرة القروض، وكذلك كثرة الاستدانة، ما يجعله يقصر في النفقة على زوجته وأسرته وإن كانت الزوجة موظفة فإنها قد تتحمل عبء هذه النفقة على أمل انفراج أزمة الزوج المالية فتشعر بالضيق من مسئوليتها عن الصرف والإنفاق التي من المفترض أن يكون الرجل هو المسئول الأول عنها، ولا شك أن هذه الصعوبات المالية تعكر صفو الأسرة وقد يدخل الزوج في

الاكتئاب والهموم التي تعطل مشاعره وتواصله مع الطرف الآخر.

### ٣- الاستغلال الاقتصادي لممتلكات الزوجة:

سواء كانت الزوجة موظفة أو وريثة لممتلكات كبيرة ومشاريع وأرصدة بنكية فإن استغلال الزوج لكل تلك الممتلكات بهدف تشغيلها أو الاستفادة منها أو حتى إسناد مسألة الصرف وتغطية مصاريف سفريات التنزه مثلاً وغيرها إلى الزوجة قد يكون من أهم أسباب البعد العاطفي بين الزوجين.

### ٤- صعوبات العمل التي قد يواجهها الزوج:

انخفاض الأداء الوظيفي وإنتاجية الزوج كموظف، أو توقف حماسه للعمل لأي سبب كان يسهم في التقليل من دخله أو ربما إحالته لمراتب أقل من التي هو عليها لإهماله فيقل دخله وتنتكس الأسرة اقتصادياً، مما يؤثر على مستوى المعيشة الأسرية ويكون له آثار سلبية على الزوجة والأبناء، وإذا لم تتفهم الزوجة هذه الأزمة وتكون خير معين لزوجها في أزمتها هذه فإن علاقة الزوجين ستكون في خطر شديد.

### رابعاً: السمات الجنسية:

لكل طرف في العلاقة الزوجية مهمة جنسية أوكلها إليه الله سبحانه وتعالى كطبيعة بشرية وحين يعرف كل طرف ما له وما عليه في هذه العلاقة الحميمة فإن الخلاف والنزاع سيضمحل، لكن حين يتسم الطرفان أو أحدهما بعدم معرفة مهمته كزوج أو زوجة في العلاقة الجنسية، أو عندما لا يمتلك الثقافة الكافية لاحتواء الطرف الآخر جنسياً، حينها تصبح السفينة بلا شراع أو دفعة فتسير كما هي حتى ينتهي بها الأمر على صخور الجفاف والمشاكل الجنسية المنتشرة

مؤخراً من ضعف جنسي أو سرعة في القذف أو عدم رغبة أو عدم اتفاق وانعدام المتعة، خاصة حين تتراكم ثقافات واعتقادات خاطئة من الأصدقاء أو مصادر غير صحيحة لتلقي تلك المعلومات فتطبق ويتضح نتائجها السلبية ففي أحسن الأحوال قد يكتفي طرف بإعطاء الآخر حقه من العملية الجنسية ويتخلى هو عن حقه إذا وجد أن كل محاولاته باءت بالفشل، فالأنانية في الاستمتاع الجنسي وقلة الثقافة الجنسية بالإضافة إلى تصديق أو تطبيق الاعتقادات والمقولات والنصائح غير الموثوقة المصادر، والحياء من التحدث حول العلاقة الخاصة أو تجنب النقاش بشفافية حول جودتها، ومدى المتعة الحاصلة لكلا الطرفين، أو سلبيات تحتاج إلى التعديل في كليهما، كلها أمور تهدم العلاقة الحميمة بين الزوجين وتجعلها واجباً يؤديه الزوج لمجرد التأدية وتؤديه المرأة لترضي الطرف الآخر، فيبرد الإحساس بالمتعة والشعور بالاشتياق وتتضاءل الرغبة رويداً رويداً حتى تصل بهما إلى «الطلاق العاطفي».

ومن السمات الجنسية المؤدية إلى كره العلاقة الجنسية والهرب منها من أحد طرفي الزواج ما يلي:

#### ١ - مشاهدة الأفلام والصور الإباحية:

بالإضافة إلى كون هذا الأمر مخالفاً للشريعة الإسلامية وفيه معصية وإثم، فإنه باعث على عدم الاكتفاء الجنسي، واستحقار قدرات ومهارات الطرف الآخر الجنسية، فيبدأ الهروب من العلاقة الزوجية لإحساسه بعدم المتعة الكاملة وربما يلجأ إلى العادة السرية للإشباع، فتقل فرص الارتباط الجنسي، وقد يؤدي إدمان مشاهدة هذه المناظر المحرمة إلى المقارنة بين ما يرى وبين شريكه من ناحية الجسم أو الإمكانيات الجنسية فيقل إقباله على العلاقة الزوجية، ويشعر الطرف الآخر بعدم القدرة على مجاراة شريكه وعدم إشباعه فيهرب إلى عدم إقامة العلاقة،

وبالتالي تُهدم أهم صور العلاقة الزوجية الحميمة.

## ٢- الأنانية الجنسية:

وهي منتشرة غالباً لدى الرجال حيث يصب اهتمامه منذ بدء العلاقة على إشباع نفسه، ولا يعبأ بزوجته، وما إن يقضي وطره، حتى تنتهي العلاقة بنظره، وليس مهماً لديه السؤال عن زوجته، أو وصولها إلى المتعة المرجوة أم لا.

## ٣- الميل إلى الخيانة الجنسية:

شعور الرجل أو المرأة أن طرف آخر خارج دائرة العلاقة الزوجية قد يحقق له المتعة أكثر من شريكه، وتفكيره الدائم بهذا الأمر يعد دافعاً كبيراً للخيانة الزوجية، والتي بدورها إن تمت في الخفاء فستفضي إلى عدم تقبل الشريك مجدداً والشعور بأن غيره أفضل منه ومن هنا يتم الهرب من العلاقة الجنسية بأي وسيلة كانت.

وختاماً: فهذه جملة من السمات النفسية والاجتماعية والاقتصادية والجنسية التي قد تساهم في الدفع بالحياة الزوجية إلى هاوية الطلاق العاطفي، ولعل إحاطة المرشد الأسري بها واستحضارها عند تدخله لحل المشكلات الزوجية، يساعده في فهم خلفيات بعض المشكلات، ويساعده كذلك في الإسهام في تدارك وضع الزوجين قبل أن يصلوا إلى مرحلة الطلاق العاطفي.

### زوج يعمل في القطاع الطبي يشكو فيقول:

أنا متزوج منذ ست سنوات ولي ٣ من الأولاد، لم أعد قادراً على تحمل زوجتي، فبينني وبينها فوارق كثيرة، كنت حافظاً ومتقناً للقرآن وأحافظ على صيام ٣ أيام من كل شهر، وملازماً للصف الأول في المسجد، لكنني بدأت أتغير للأسوأ بسبب زوجتي، فهي مقصرة كثيراً ولا تملك إلا الشهادة المتوسطة، ورفضت إكمال دراستها، كما أنها ترفض الطبخ أو التزيين لي، حتى أنني توقعت أنها مريضة نفسياً، حاولت أنمي فيها الجانب الإيجابي دون جدوى، أو الذهاب بها إلى المستشفى النفسي أو إلى مرشد أسري ولكنها رفضت، أصبح التحاور معها صعب جداً، فأنا قضيت معها هذه السنين وتجرعت فيها المر، وفي كل مرة أذهب بها إلى أهلها لمراجعة نفسي ومحاسبتها، ولم أقصر معها في شيء إلا أنني أخاف أبغض الحلال عند الله.

أخي المرشد الأسري: عند التأمل في هذه الحالة، نجد أنها نموذج واضح وصورة جلية من صور الطلاق والانفصال العاطفي - بغض النظر عن مدى صحة ودقة شكوى الزوج - إلا أنه يصف انفصلاً عاطفياً كبيراً في حياتهم. والسؤال: ما السمات التي توفرت لدى هذين الزوجين - حسبما سبق تفصيله في هذا البحث - والتي أدت إلى وصولهما إلى مرحلة الطلاق العاطفي؟

ومن وجهة نظري. أن الصفات المحتملة هي كما يلي:

#### أولاً: سمات مذكورة في الشكوى:

- ١- فارق كبير في المستوى التعليمي، ولعلهما لم يكونا واعيين لتأثيره على حياتهما. «راجع السمات الاجتماعية».

- ٢- وجود فارق في مستوى التدين - حسب وصف الزوج - .
- ٣- إهمال الزوجة وضعف عنايتها ببيتها، وقلة تزيينها لزوجها. «راجع السمات الاجتماعية».
- ٤- غياب الحوار و«الصمت» والسكوت عن نقاش مشاكلهم بوضوح. «راجع السمات النفسية».

#### ثانياً: سمات يتوقع وجودها ولم يذكرها الزوج:

- ١- طول غياب الزوج عن المنزل بسبب طبيعة عمله في المجال الطبي.
- ٢- قد يكون لدى الزوج نظرة مثالية وكثرة مقارنة بالأخريات.
- ٣- قد تكون كثرة الانتقاد من الزوج و تكرر الإشارة إلى جوانب تفصير الزوجة من السمات التي أضعفت علاقتهما العاطفية.



## سمات المطلقين عاطفياً

د. ماضي الزهراني

### مدخل:

تروي إحدى المسترشدات قصتها على النحو الآتي: (أنا سيدةٌ متزوجةٌ منذ ست سنوات، وعندني أطفال.. مشكلتي مع زوجي أنه (أناني من الدرجة الأولى) لأنه الطرف الذي يأخذ باستمرار، بينما أنا الطرف الذي يُعطي دائماً! فأهمُّ ما يُهمُّه أن يكون البيت مرتباً ويسوده الهدوء. والأولاد طلباتهم متوفرة وباختصار: حياته (أكلٌ وشربٌ ونومٌ). ولي الآن سنوات معه وهو لا يبالي بمشاعري، قاسي القلب، يلعن ويسب ويشتم لأتفه الأسباب، لم يُقدِّم لي هديةً واحدة منذ زواجنا، ولا أذكر أنه طلب مني أن نذهب لوحدنا في رحلة، والذي يجعلني استمر معه هم أطفالي فقط لحاجتهم لي ولولا وجودهم لكانت حياتي لا تطاق، وقد يكون السبب في هذا أن زوجي تنشئته أساسها جاف ولا تهتم بالعواطف، والمؤكد أنه اعتاد على جفاف المشاعر).

### لماذا يعتبر الطلاق العاطفي (نفسياً):

يطلق البعض على الطلاق العاطفي «الطلاق النفسي» وذلك لأن العلاقة الزوجية فيه تستمر أمام الناس فقط، لكنها منقطعة الخيوط بصورةٍ شبيهةٍ كاملةٍ في الحياة الخاصة للزوجين. فالطلاق النفسي هو وجود حالة من الجفاف العاطفي والانفصال الوجداني بين الزوجين، وبعده كل منهما عن الآخر في أغلب أمور حياتهما. لكن الحياة الأسرية مستمرة، بل قد ينجح طرفها في إخفاء ما فيها من مشكلات وما بينهما من جفوة، إلا أن الطلاق العاطفي (النفسية) يكون حاضراً فيها.



### السمات المشتركة بين الزوجين :

#### أولاً : السمات النفسية :

- (١) وجود حالة من الصمت بين الزوجين .
- (٢) الهروب من المنزل باللجوء للخروج والسهر والسفر بالنسبة للزوج .
- (٣) الهروب داخل المنزل بالانشغال بالصحف والتلفاز والحاسوب وغيره عن التواصل مع شريك الحياة .
- (٤) وجود حالة من السخرية والاستهزاء واللامبالاة باهتمامات الآخر ومشاعره .
- (٥) عدم وجود أي محاولة لكسر جمود العلاقة ومنح الآخر قدراً من الدفء .
- (٦) عدم وجود إحساس بالاختلاف عند بُعد الزوجين عن بعضهما أو قربهما .
- (٧) عدم تعود أحد الزوجين أو كلاهما على التعبير عن مشاعره والاكتفاء بالصمت .
- (٨) الشعور بالملل والرتابة بعد مرور عدة سنوات من الزواج .
- (٩) الإحساس بالندم على عدم التكافؤ والتوافق بين الزوجين عند الاختيار .
- (١٠) عدم المصارحة الأنثوية بأي مشكلة يشعر بها أحد الطرفين تجاه الآخر .
- (١١) ترك فترة زمنية طويلة من الخصام بعد حدوث أي مشكلة .

#### ثانياً : السمات الاجتماعية :

- (١) خروج الزوجة للأسواق وكثرة زيارتها لأقاربها .
- (٢) الشعور بأن استمرار الحياة الزوجية من أجل الأولاد فقط .

- ٣ الخوف من خوض تجربة الطلاق وحمل لقب مُطلق أو مُطلقة أمام الناس.
- ٤ عدم وجود تكافؤ بين الزوجين من الناحية الاجتماعية والثقافية والتعليمية بل والعمرية.
- ٥ وجود مشكلة تفرض وجودها على المناخ الأسري كعدم الإنجاب، أو العجز المادي، أو تدخل الأهل.
- ٦ سوء الاختيار الذي ينتج عنه انعدام التكافؤ واتساع الفوارق بين الزوجين بعد الزواج.
- ٧ إفساء أسرار الأسرة أمام الآخرين.
- ٨ نقص احترام أحد الطرفين لأسرة الآخر.
- ٩ ضعف الشعور بمسؤولية الأسرة لتكرار الطلاق في أسرة أحد الزوجين.
- ١٠ ضعف المستوى الثقافي والتأثر بالبيئة المحيطة التي تنظر بدونية للمطلق أو المطلقة.
- ١١ تتناقل الزوجة أمام واجباتها تجاه ضيوف الزوج وأهله مما يزيد من الفرقة بينهما.

### ثالثاً : السمات الجنسية :

- ١ الانسحاب بشكل جزئي أو كامل من فراش الزوجية.
- ٢ اختلاف التوقعات، وطلب المثالية من الطرف الآخر في الحقوق الزوجية.
- ٣ مشكلات العلاقة الخاصة التي قد تتطور لهجر فراش الزوجية.
- ٤ لجوء أحد الزوجين للتسوية في العلاقة الزوجية!
- ٥ معاناة الزوجين أو أحدهما من خيبات مستمرة عن العلاقة الزوجية لتوقعاته لما قبل الزواج.

- (٦) اللجوء غالباً للفصل في النوم في غرفة أخرى للابتعاد عن التشاحن العاطفي .
- (٧) عدم المبادرة في العلاقة الزوجية خوفاً من رفض الطرف الآخر.
- (٨) عدم الانسجام والوصول لمرحلة الاشباع الجنسي عند ممارسة العلاقة الجنسية.
- (٩) لجوء بعض الحالات المتقدمة لممارسة " الاستمناء " لعدم الوصول للإشباع مع الطرف الآخر.

#### رابعاً : السمات الاقتصادية :

- (١) عدم وجود اهتمامات مشتركة بين الزوجين فيما يخص مستلزمات الأسرة.
- (٢) ترديد مفهوم «بذلت ما في وسعي» وليس لديّ ما أقدمه.
- (٣) عدم الاهتمام باحتياجات الأطفال وتوفيرها في وقتها.
- (٤) اعتماد الزوج على زوجته العاملة وإهمال مساهمته في النفقة معها على احتياجات الأسرة.
- (٥) الإهمال المتعمد للنفقة على الزوجة والثاقل في أدائه من قبل الزوج.
- (٦) عدم الثقة بين الزوجين في إقامة أي تعاون أو شراكة فيما بينهما.
- (٧) عدم تقدير ما يبذله الطرف الآخر من جهد أو تعب لتأمين متطلبات الأسرة.

### استشارة :-

كان " حسن " يمر بوقت عصيب، حيث كان يكن احتراماً لزوجته " هدى " في الوقت الذي تشعر فيه بانها غير محبوبة لاتلقى العون اللازم والمساعدة المطلوبة، وكان يعرف مقدار حبه لها، لذلك عندما كانت تنظر إلى عدم تقديمه العون لمساعدتها، كان ينظر إلى ذلك بأنها ناكرة للجميل وغير عادلة بل وغير منطقية. عندما تقضي نصف نهارها في العمل خارج المنزل، وهو عمل شاق ومرهق، تحس بأنها مغلوبة على أمرها، فلا تلقي الرعاية منه كما تحب، وكأنها تشكو من أنه لا يساعدها المساعدة الكافية. من وجهة نظرها.. ترى بأنها لا تحتاج إلا إلى زوج محب يستمع إليها ويشاركها مشاعرها ومتاعبها، أما هو فكان يرى بأن واجبه كزوج متفهم أن يضع لها الحلول للمشاكل التي تواجهها. فلكل منهما رغباته واحتياجاته.. إلا أن رغباتها لا، ولن تتحقق، فهي ترغب في إحساسه واستماعه الحاني كالوقود الذي يعيد الحياة إلى روحها المتعبة من جديد!

لقد كان من الصعب عليه أن يحترم حاجتها في أن يشاركها أحاسيسها، وعندما كان يشعر بالضيق كان يتعامل مع الأمر بطريقة حل المشاكل، وعندما كانت (هدى) تشعر بالضيق، كان يرى بأنه يساعدها كل المساعدة.. فبدلاً من أن يستمع إليها وهو ما كانت تتمناه.. كان يزعجها بما يقترحه عليها من حلول لمشاكلها طوال الوقت!!

هنا تتباين وجهات النظر بين الزوجين في تفسيرهما للأمور وتحليلهما للمشاكل فيما بينهما، وذلك للاختلاف الطبيعي بينهما! ولذلك عليهما أن يعيدا تقييمهما لسلوكهما تجاه بعضهما البعض! لأنه لا يمكن بأن يكون كل طرف نموذجاً مستنسخاً من الطرف الآخر! ولا بد أن يدرك كل منهما بأن هناك اختلافاً فيما بينهما وعليهما الاهتمام والتركيز على الحب المشترك فيما بينهما.

عند وجود هذه الأعراض يمكننا أن نقول إن الطلاق العاطفي واقع تعيشه هذه الأسرة، ولا بد من تداركه حتى لا تتسع الفجوة ويواجه الزوجان مشكلة الانفصال الكامل أو الطلاق الفعلي.

#### استشارة :-

حضرت إحدى الزوجات لمركز الاستشارات الأسرية تشكو من جفاء زوجها العاطفي، وعدم اهتمامه بالكلمات المعسولة والرسائل الغرامية التي تكتبها له، ويعتبر ذلك مضيعة للوقت، ومن أساليب المراهقين التي ليست من مستواه كرجل مسؤول في الدولة!

وكانت تطلب المساعدة في كيفية اقناع زوجها بأهمية الجانب العاطفي في حياتهما الزوجية لأنها تلقى اللوم المستمر منه بأنها تشغله عن عمله وتقلق راحته كأنها طفلة صغيرة تنتظر كلمة " أحبك " او كلمة " أشتقت لك " لذلك ومن خلال جلسات بسيطة معها أتضح للمرشدة النفسية أن الزوجة تُشكل عبئاً نفسياً على زوجها الذي بلا شك تختلف شخصيته عن شخصيتها نهائياً لمطالبها المستمرة واليومية له ومعاتبته بعدم الاهتمام بعواطفها الحيّاشة!

ولقد تم تقديم النصائح التالية للزوجة مع العمل على متابعتها لتطبيقها بالتدرج وكانت

كما يلي:

- ١) قدمي حبك لزوجك وبدون انتظار المقابل " الحب غير المشروط " .
- ٢) الابتعاد عن أسلوب اللوم والنقد لمشاعر الزوج.
- ٣) تقديم هدية بسيطة في مناسبة ما، وليس كل يوم دون سبب !
- ٤) لا تقدمي الهدية ثم تعارينه بها فهذا سلوك غير محبب بين الزوجين ويسيء لنظرة الزوج للزوجة .

- (٥) لا تتكلمي وأنت منزعجة، ولا تعنفيه بل قدمي ما لديك بهدوء.
- (٦) لا توجهي له الاتهامات والخيبة والعجز تجاه عواطفك الجياشة.
- (٧) لا تتوقعي ان يكون زوجك صورة مماثلة لك في السلوك والمشاعر والتفكير.
- (٨) تستطيعين كسب قلب زوجك الجاف عاطفياً، وتكونين متمكنة من السيطرة على مشاعره بقبضتك الحانية الرحيمة وما تقدمينه من هدايا بسيطة معبرة ولو بقطع من الفاكهة الطازجة.
- (٩) اختاري الهدية المناسبة والأقرب إلى قلبه وكوني بارعة في فهم ذلك من خلال عشرتك له، مع أهمية اختيار الزمان والمكان المناسبين وإلا ضاعت جهودك سدى !.

## المراجع

- أحبك أكثر، د. لاييس باروت - ديزليباروت.
- الرجال من المريخ والنساء من الزهرة، جون جراي.
- الطلاق النفسي، بداية أم نهاية، شروق محمد، ٢٠٠٨ م.
- رابط كتاب الطلاق العاطفي : [www.neelwafurat.com](http://www.neelwafurat.com)
- كيف تنقذ علاقتك الزوجية من الانهيار، د فيليب ماكجرو.

## سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي

د. هند الثميري

تعتبر السمات الشخصية للإنسان مثل العنوان والفهرس للكتاب والذي يمكن أن يوضح محتواه فتساعد على التنبؤ بالسلوكيات التي يمكن أن تصدر منه في المواقف المختلفة، وطريقة تفاعله وتواصله مع الآخرين، وهي ما ينبغي للمرشد الأسري أن يطلع عليها ويعرفها لتكون له كمفاتيح علاجية في عملية الإرشاد عند التعامل مع المسترشدین الذين يعيشون مشكلة الطلاق العاطفي عن طريق تبصير المسترشد بآليات التعامل مع شخصية شريك حياته حسب السمات التي يمتلكها.

يُعدُّ مفهوم السمة مرادف لمفهوم (الصفة، والخاصية، والخصلة) مع العلم أن جميع هذه المفاهيم تُعدُّ تعبيراً عن التصرفات المتكررة والثابتة نسبياً في المواقف المختلفة. فعلى سبيل المثال، إننا إذا أردنا أن نصف أشخاصاً نعرفهم من خلال سماتهم، فنقول بأنهم متعاونون، أو متسلطون، أو عدوانيون، أو متصلبون، أو مترددون... الخ. فكل سمة من هذه السمات تشير إلى نمط سلوكي متكرر ومستقر يمارسه الشخص تجاه الآخرين، وفي الوقت نفسه يكون استجابة لهم. علماً أن الطبيعة التكرارية للسمة تساعدنا على التنبؤ بما سيكون عليه سلوك الشخص في المستقبل. كما تتضمن معياراً اجتماعياً لتقويم الشخصية حين نقول هذا الشخص يسلك سلوكاً عدوانياً وذاك يسلك سلوكاً وقوراً.

ومن المسلم به وجود الفروق بين الناس، فكل فرد يختلف عن الفرد الآخر في بنائه النفسي وتكوينه الاجتماعي، فالإنسان عندما يفكر في الزواج يبحث عن شريكه في الحياة الذي



يستطيع أن يتوافق مع خصائصه وسماته النفسية والاجتماعية والشخصية، والواقع أن تلك السمات لا يمكن أن تكون واضحة أو ظاهرة للطرفين عند عملية الاختيار فهي لا تبرز إلا من خلال السلوك والتفاعل أي أن سمات الشخصية لا يمكن ملاحظتها لأنها داخل الشخص، وإن كان يجري الاستدلال عليها من خلال السلوك الظاهري، فمفهوم السمة يتكون من خلال عملية تجريد لعدد من الأنماط السلوكية المتشابهة والمتناسقة في الظروف المتشابهة. فمثلاً نحن لا نرى سمة التسلط داخل الشخص لكن نلاحظ ونقيس السلوك التسلطي لديه. ولكي نكون أكثر دقة وتحديدًا لهذه السمة فيجب أن لا نقول بأن الشخص يمتلك سمة التسلط، بل نقول بأنه يسلك سلوكاً تسلطياً في مواقف معينة.

وفي العلاقة الزوجية نجد أن كثيراً من المشكلات التي يمكن أن تظهر على السطح بعد فترة من الزمن هي مشكلة عدم التكافؤ الفكري أو التربوي أو الأخلاقي، وهي المنطلقات السلوكية لما عليه الفرد من سمات خاصة ينفرد بها عن غيره، ومن السلوكيات السلبية التي تبرز مشكلة عدم التكافؤ ممارسة التعصب في القرارات أو دمج ذلك مع العصبية والمزاجية المتقلبة والتي تؤدي في نهاية الأمر إلى اتخاذ دفاعات إسقاطية أحياناً من قبل أحد الشريكين ومن انعكاسات تلك المشكلات نجد غالباً أن هناك ابتعاد نفسي عن الطرف الآخر وإهمال للحقوق والواجبات عمداً أو لا إرادياً وعدم الاهتمام بالنواحي العاطفية أو النفسية لشريك الزوجية، ويزداد الأمر سوءاً في حال البدء من أحد الطرفين بممارسة اهتمامات جديدة تبعده بشكل أكبر عن واجباته الأساسية داخل بيت الزوجية، فيشعر الطرف الآخر بالإهمال أو الشعور بعدم تحمل شريكه للمسؤولية، مما يؤدي إلى تنافر روحي ونفسي وجسدي. ويمكن أن نحدد عوامل التنافر والتآلف بين الزوجين بما يلي:

١- مدى التوافق والتقارب بين كل شخصية في السمات التي تميزها، كما قال الرسول صلى الله عليه وسلم ﴿الْأَرْوَاحُ جُنُودٌ مُجَنَّدَةٌ فَمَا تَعَارَفَ مِنْهَا اتَّخَلَفَ وَمَا تَنَافَرَ مِنْهَا اخْتَلَفَ﴾ (رواه البخاري).

٢- أسلوب التعامل الذي يتعامل به شخص مع شخص آخر، وهذا الأسلوب وردود الأفعال تحدده السمات الشخصية التي يتمتع بها كلا الزوجين لتنتج عنه السلوكيات التي يتعاملان بها مع بعضهما البعض فيتحقق التآلف أو التنافر.

وهنا استعراض لأهم السمات التي تجعل الزوجين أكثر عرضة لوقوع الطلاق العاطفي ويساعد على فهمها على توجيه المسترشد لتحسين علاقاته الزوجية مع شريك حياته بكفاءة وفعالية.

### سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي:

#### ١- السمات النفسية:

تعتبر العوامل النفسية داخل الشخصية من أهم أسباب التوافق أو التنافر بين الزوجين، فسمات شخصية كل طرف من طرفي الزواج تجتمع لتؤدي للتوافق أو التنافر، لتكون أحد العوامل المؤثرة على الاستقرار الزوجي ويمكن أن نحدد بعض السمات النفسية لشخصية أحد الزوجين والتي يمكن أن تكون أكثر عرضة لحدوث الطلاق العاطفي فيما يلي:

#### ١- نقص النضج الانفعالي:

ويعني النضج الانفعالي "ارتقاء الفرد بضبط انفعالاته وتناسبها مع مستوى عمره الزمني وخبراته وطبيعة المواقف المتغيرة، بحيث تتفق استجاباته الانفعالية مع ما هو متوقع من

طاقة محددة ومتناسبة مع الموقف " فنقص النضج الانفعالي يؤدي إلى نقص النضج والتفاعل الاجتماعي وبالتالي ضعف التعامل والتفاعل الإيجابي مع شريك الحياة، ونضوج الشخصية من الأبعاد الرئيسة في التفاعل الزوجي الذي يتأثر بإدراك كل من الزوجين لسلوكيات الآخر وتوقعاته منه ونمط العلاقة بينهما.

## ٢- اضطرابات الشخصية:

حين يعاني أحد الطرفين من واحد من اضطرابات الشخصية المعروفة (الوسواسية، أو التجنبية، أو الهستيرية، أو النرجسية... إلخ)، وكلما كان الاضطراب أكثر خفاءً كان أكثر أثراً على العلاقة من حيث لا يشعر الشخص نفسه. والشخصية المضطربة، شخصية تجد صعوبة في التعايش والتوافق مع الآخرين، سواءً في التفكير أو في الإحساس أو في السلوك، وهي شخصية تتصف بالجفاف وعدم المرونة وغير قادرة على إعطاء استجابات مناسبة لمتطلبات الحياة المتغيرة. ويرى مضطرب الشخصية أن ما يحمله من آراء وما يدركه عن أشخاص وأحداث وما يحس به وما يتصرفه، هي أمور طبيعية ولا يشعر بأي انحراف ولا يدرك بوجود خلل في أفكاره وأحاسيسه وسلوكه، بل يرى أن مشاكله هي بسبب الآخرين والظروف التي هي خارجة عن دائرة سيطرته، لذا يوجه لومه دائماً للآخرين وللظروف.

وتعتبر الشخصية مضطربة عندما تكون سمات الشخصية، عنيدة، أو سيئة التكيف، وتسبب لصاحبها ألماً نفسياً أو تعوق تكيفه المهني والأسري والاجتماعي فتؤثر على علاقته بمن حوله وخاصة شريك حياته لتكون له تصرفات وردود أفعال لا يستوعبها الطرف الآخر ولا يتقبلها فتؤدي إلى نفوره منه وتجنب التواصل معه. ولكي يُشخص اضطراب الشخصية لابد أن يظهر الاضطراب في أكثر من مجال مما يأتي:

- الإدراك: يلاحظ عليه الارتباك والاضطراب في كيفية فهمه للأمور وتفسيره للأشياء والأحداث، أو في كيفية تفكيره عن ذاته وعن الآخرين، وتتميز وجهة نظره بالغرابة.
- اضطرابات في التأثير: والمقصود أن ردود أفعاله واستجاباته تكون دائماً مضطربة وغير مناسبة، أي إما أن يكون مندفعاً في انفعالاته أو يكون سلبياً لا يبدي أية استجابة أو رد فعل للمواقف أو الأحداث التي يواجهها.
- اضطرابات في السيطرة: على دوافعه واندفاعاته وكيفية إشباع حاجاته.
- اضطرابات في العلاقة مع الآخرين: وفي كيفية معالجة المواقف التي يختلف فيها معهم.

### ٣- العصبية:

يقصد بها الشخصية الانفعالية وهي وصف للشخص المتوتر، القلق، المعكر أو المتقلب المزاج، الذي ينفلج بسرعة ويفقد السيطرة على مشاعر الغضب، مع الهيجان السريع، كما أنها صفة للذين يعانون من اضطرابات جسمية واضطرابات عصبية حركية واضطرابات نفسية تؤدي إلى غياب الاحترام، واللين، والرفق بين الزوجين وشيوع العناد، والنرفزة، والتذمر، والشجار، والنزاعات لأتفه الأسباب.

### ٤- السيطرة أو الشخصية التسلطية:

وهي وصف للشخص الذي يتميز بسلوك محافظ، يميل إلى الشك والاستهزاء، مع الرغبة في القوة والسيطرة والقيادة، ويتميز بردود أفعال عدوانية سواء لفظية أو جسدية والميل

إلى السلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض آرائه على شريك حياته ليكون وفق هواه ، وهو ما يؤدي لنفور الطرف الآخر ومحاولة تحاشيه إلى أن يعتادا التباعد ويرتاح أحدهما لذلك .

#### ٥- الشك أو الشخصية الشكاكة:

وهي وصف للشخص الذي يقيم علاقته بشريك حياته أو سلوكياته تجاهه بناءً على ظنونه واعتقاداته التي تدور في مخيلته فيفقد ثقته به ويبتعد عنه خوفاً منه ولا يفضي إليه بمشاعره أو أسراره خوفاً من إفشائها أو استخدامها ضده وتدور أفكاره حول عدم ولائه وأنه يحبك له أو يتحدث عنه بما لا يحب ويشك في سلوكياته ومشاعره فتتولد لديه مشاعر الغيرة السلبية وينظر إلى علاقاته بالآخرين بريبة وأنها غير سليمة فيحيط شريك حياته بقيود ظنونه وأوهامه حول تلك العلاقات لتتقلب الحياة إلى متاعب وتكثر المشكلات التي تؤدي للنفور من الطرف المتضرر والتضييق والمحاصرة من الطرف الآخر فتبدأ عملية التباعد والصدود بينهما كمؤشر أولي للانفصال العاطفي والنفسي بما يسهم في تفكيك أو اصر ذلك الزواج داخلياً .

#### ٦- الاكتئابية:

وهي وصف للشخص الذي يعاني من الاكتئاب وعدم الرضا والشعور بالتعاسة والخوف والبعد عن الآخرين واعتقاد تأثيرهم على تعاسته، وهو من العوامل التي تحدث الفجوة بين الزوجين وتؤدي لتباعدهما .

#### ٧- حب التملك:

وهو خطأ في التصور يؤدي إلى خلل في السلوك، وذلك بأن ينظر أحد الزوجين إلى الآخر باعتباره شيئاً يملكه، وليس إنساناً يتفاعل معه، ويحترم حدود شخصيته وكثيراً ما تكون

الرغبة في التملك مغلفةً بمشاعر الحب، وهو ما يسمى بالترجسية، فالزوج أو الزوجة يحب الطرف الآخر إلى حد التملك، دون أن يسمح لشخصيته بالنمو الطبيعي الخاص بها مما ينفر طرف العلاقة الآخر ويدفعه للهروب والانسحاب.

#### ٨- نقص الوعي بالذات وتقديرها:

الشخص الواعي بذاته هو القادر على التعرف على نفسه والاتصال بها ومراجعة أفكاره ومشاعره وسلوكياته الشخصية ليعمل على تصحيحها أولاً بأول، وكذلك التعرف على نقاط القوه والضعف لديه وهو يهتم بنموه الشخصي بنفس القدر الذي يهتم به في تعامله مع الآخرين والأسلوب المناسب لكل منهم، وعندما يقل لدى الفرد الوعي بالذات وينقص تقديره لنفسه وإمكانياته وقدراته فهذا يؤدي إلى ضعف الثقة في النفس وعدم إدراك القدرات الخاصة واعتقاد الشخص أنه لا قيمة له وأنه لا يستطيع المشاركة والمعاشة والتفاعل فتضعف لديه إمكانية التفاعل الإيجابي مع شريك حياته فيكون محبطاً ضعيف الشخصية منفراً للطرف الآخر وفي نفس الوقت منسحباً منه فتفتر العلاقة وتفقد الإشباع العاطفي.

#### ب- السمات الاجتماعية:

يظن الكثير من الناس أن العلاقات بين الزوجين أمر فطري يمكنه ممارسته دون جهد، ولكنها فن يحتاج إلى تعلم الوسائل الصحيحة لممارستها، وإلا لما وجدنا بيننا أسراً سعيدة، وأسراً تعيش مع المشاكل صباح مساء.

فالسمة الاجتماعية التي تتشكل لدى كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية، من خلال التنشئة الاجتماعية والبيئة الأسرية الخاصة بكل منهما، تعد مرجعاً داخلياً وتعكس صورة

نمطية عن تصوراتها لحياته الزوجية وتكوينه لأسرته المستقلة وأسلوب حياته فيها. والسمات الاجتماعية للشخص تؤثر على طبيعة العلاقات بينه وبين الآخرين وكيفية التعامل والتفاعل بينهم ولها دور كبير في نجاح تلك العلاقات، وتعتمد على المهارات الاجتماعية الأساسية التي يمتلكها الشخص والاستجابة وتبادل السلوك، وفي العلاقة الزوجية يمكن أن نقول: إن اضطراب العلاقة الزوجية هو خلل وظيفي في تبادل السلوكيات، ويمكن أن نحدد بعض تلك السمات فيما يلي:

#### ١- ضعف التواصل الاجتماعي:

وهو الرغبة في الانعزال والابتعاد عن الآخرين والشعور بالراحة في الابتعاد عنهم والتفاعل معهم، فحين يقترن الإنسان بالعلاقة الزوجية يجد أن شريكه يقاسمه كل شؤون حياته ويضطر للتفاعل معه وحين تكون هذه السمة مسيطرة عليه فإنه لا يتقبله ويحاول الابتعاد عنه حتى لا تزيد التزاماته تجاهه فيشعر بالراحة وقد تتكون لدى الطرف الآخر ردة فعل تؤدي به للابتعاد أيضاً بسبب عدم الفهم، ويصاحب ذلك عادة سلوكيات جسدية تظهر اللامبالاة وعدم الرغبة في الاقتراب، مثل الابتعاد عن النظر إلى العينين، أو عدم الاهتمام بقدم الآخر أو خروجه والانشغال أو التشاغل بأشياء تبرر عدم الالتفات مثل النظر إلى كتاب أو قراءة الصحف، أو متابعة التلفزيون، وتعيق هذه السمة تواصل أحد الزوجين مع أهل شريكه مما يسبب له الإحراج مع أهله فيزيد شعوره بالابتعاد نتيجة الألم والشعور بعدم التقدير.

#### ٢- ضعف القدرة على الحوار:

ويقصد به لغة التفاهم التي تنقل الأفكار والمشاعر والرغبات والاتجاهات والاحتياجات

إلى الطرف الآخر، فضعف لغة الحوار وانعدام التفاهم والتواصل الفكري مع الآخرين يؤدي إلى حدوث المشكلات والاصطدام معهم أو الإحباط من التعامل معهم وهو من أكثر السمات الاجتماعية تأثيراً لحدوث الطلاق العاطفي حيث يعدّ الحوار من أساسيات التوافق الزوجي عندما يستطيع كل طرف أن يفهم الطرف الآخر ويعبر عما يرغب فيه من استجابات دون توقع عدم فهمها من الآخر.

فالحوار هو الأسلوب الأمثل في إشباع الحاجات الأولية للمرأة، حيث يستطيع الرجل من خلال الإنصات إلى مشاعر المرأة أن يمنحها الرعاية والتفهم والاحترام والإخلاص والطمأنينة، وكلما كانت المرأة أكثر قدرة في التعبير عن نفسها، يتنامى لديها شعور أكبر بأن شريك حياتها يستمع لها ويفهم ما تقول، ومن ثم تكون أكثر قدرة على إعطاء الرجل الثقة والتقبل والتقدير والإعجاب والاستحسان والتشجيع الودي الذي يحتاج إليه.

وضعف الحوار من أحد طرفي العلاقة أو كليهما يؤدي تدريجياً إلى حدوث بعض المظاهر التي تعدّ من مؤشرات انخفاض مستوى التوافق الزوجي، مثل: الدفاع غير المبرر عن النفس، والأنانية والابتعاد عن الطرف الآخر لعدم شعوره أنه يفهمه أو يهتم به، ويمنحه خبراته ويتبادل معه الاهتمامات، فعندما تضعف هذه القدرة ويغيب الحوار بين الزوجين يميل أحدهما أو كلاهما للصمت داخل المنزل حيث تتعطل لغة الكلام بينهما بينما يتسم الزوج أو الزوجة خارج المنزل ومع الأصدقاء بالحديث المتدقق والجذاب مما يوتر العلاقة الزوجية ويفكك الروابط العاطفية ويزيد العزلة بين الشريكين، وهذا ما يدفع كلاً من الزوجين للانصراف بأحاديثه والتعبير عن احتياجاته أو التنفيس عن ذاته للخارج بعيداً عن عش الزوجية فتضعف العلاقة بين الزوجين ويؤدي في مرحلة لاحقة إلى التبعاد العاطفي.



## ٣- نقص المرونة:

الإنسان المرن هو الذي لا يكون جامداً في عمله وتفاعله وتعامله مع الآخرين فهو يتعامل مع أشخاص بينهم العديد من الفروق الفردية والعديد من المشكلات المتنوعة ويراعي ظروف كل حالة على حدة، وهكذا في تعامله مع شريك حياته إذا افتقر للمرونة في الأسلوب والتعامل مع المشكلات والمواقف المختلفة التي تحدث مع شريكه فإنه يزعجه ويضايقه ويشعره بالإحباط من عدم تفهمه لاحتياجاته ومشكلاته فيشعر بالضغط النفسي والتوتر والرغبة في عدم الاحتكاك به أو التعامل معه بما يحدث فجوة في العلاقة بين الطرفين فأحدهما يرغب في الابتعاد والآخر يشير إليه بالتمرد ويتهمة بعدم تقديره أو تنفيذ رغباته أو توجيهاته وهكذا تبدأ العلاقة بالتوتر وتجعل الطرف المقابل يفقد الرغبة في التعامل مع شريكه أو مناقشة مشكلاته والاصطدام به في الحديث والاحتدام في الحوار وهو ما ينذر بالانفصال النفسي والعاطفي.

## ٤- عدم تحمل المسؤولية:

ويقصد بها أن يعرف الشخص ماله وما عليه من حقوق وواجبات ومسئوليات ويعرف الحدود بين حقوقه وحقوق الآخرين ويعرف حدود عمله ويتحمل المسؤولية عما أوكل إليه من عمل، وهذا يؤثر على الكفاءة في القيام بالأدوار الزوجية: بمعنى هل يقوم الزوج بمسئوليته الزوجية والأسرية على النحو الذي تتوقعه الزوجة؟ وهل تقوم الزوجة بمسئولياتها الزوجية والأسرية على النحو الذي يتوقعه الزوج؟

إن هذا الخلل في القيام بالمسئوليات الزوجية يعني تحمل أحد الطرفين عبئاً أكبر وربما يتبع ذلك توقعات الطرف السلبي ومطالباته بتحمل تلك المسئوليات وكأنها شيء ملزم وواجب لا مناص عنه مما يجعل شريك حياته يشعر بالضغط النفسي والجسدي، وبمرور الوقت يتعودان

على التباعد الفكري والعاطفي، وغالبا ما يكون لدى طرفي العلاقة عدم وجود إحساس بالاختلاف عند بعد الزوجين عن بعضهما البعض، أو قربهما، بل قد يسود لدى الزوجين حالة من الراحة عند ابتعادهما عن بعضهما البعض.

#### ٥- الخجل:

ولا نقصد به الحياء الطبيعي الذي يدفع الإنسان للابتعاد عن فعل ما يعيب أو يتجاوز الحدود والتشريعات ولكن الخجل الشديد وهو أحد أنواع القلق الاجتماعي الذي يصاب به الأشخاص ذوو الحساسية الشديدة تجاه أنفسهم، إذ يهتمون ويركزون على مدى تأثيرهم على الآخرين، كذلك يهتمون جداً بنظرة الآخرين لهم، مما يشعرهم بالنقص والارتباك عند حضور الآخرين أو عند التعامل مع الآخرين، وذلك يؤدي لتعرضهم لمشاعر متنوعة تتراوح بين القلق والتوتر البسيط إلى مشاعر رعب وهلع واضحة يتم تصنيفها في علم النفس ضمن إطار أمراض القلق والتوتر. ويؤدي الخجل الشديد إلى شعور الفرد بالوحدة والانعزال عن المجتمع، إذ يفقد الشخص الخجول القدرة على التعاون مع الآخرين ويجد صعوبة شديدة في تفهمهم أو الإلمام بمشاعرهم لتركيزه المبالغ على نفسه الداخلية والاهتمام بمشاعره الخاصة، فيرفض التكيف مع المجتمع وقد تتطور حالته النفسية للأسوأ مع الأيام ليصل إلى الاكتئاب.

فالخجول في علاقته الزوجية مع شريك حياته يخشى التعامل معه ويخاف منه ولا يستطيع التصريح عن مشاعره وانفعالاته العادية ويتجنب الدخول معه في حوارات، وربما يستسلم الطرف الخجول للطرف الآخر فيسيطر عليه في كل اتجاهاته مما يحرمه من احتياجاته الفعلية ويجعله تابعاً بغير استمتاع ويشعر الطرف الآخر بسليته ومع مرور الوقت يدخل الملل في هذه العلاقة حيث لا يستمتع أي من الطرفين بالحياة مع شريكه فينطوي أحدهما على نفسه

ويبحث الآخر عن تحقيق له التفاعل المناسب بعيداً عن عش الزوجية فيحدث الشرخ في البناء ويتعودان على الابتعاد ليعيش كل منهما حياته بعيداً عن الآخر.

#### ٦- اختلاف الطبع والأمزجة بين الطرفين:

وهذه نتيجة للتنشئة الاجتماعية التي عاشا فيها وطريقة حياتهما السابقة فتظهر في بداية الحياة علامات عدم التقبل والاختلاف ويحاول كل طرف تغيير شريكه ليكون وفق هواه وخصوصاً في الأيام الأولى من الزواج مما يؤدي إلى كثرة الخلافات بينهما وإذا لم يدرك الزوجان أهمية هذه الاختلافات واحترامها فإنهما حتماً سيصلان إلى مرحلة النفور وعدم التقبل ليصلا في النهاية إلى التجنب والابتعاد سعياً للوصول للراحة وبعداً عن الاصطدام وقد تزيد الفجوة بين الزوجين إلى أن تصل إلى الانفصال عاطفياً.

#### ٧- الاستقلالية وقوة الشخصية:

فالحياة بصفة عامة يكون فيها مشاركة واعتماد بين الناس في مصالحهم ومنافعهم وأعمالهم وهذا ما يقوي ارتباطاتهم ويعمق العلاقات بينهم ويجعلها مستمرة، وحين يحصل الاستغناء ويقل تبادل المنفعة ويصبح الإنسان قادراً على إنجاز أعماله بعيداً عنهم فإنه لا شعورياً يتعد مستقلاً بنفسه وخاصة إذا توافر مع ذلك الثقة بالنفس والقدرات، والحياة الزوجية لا تختلف كثيراً فهي من نمط العلاقات التي يعتمد أطرافها على بعضهما، وإذا تميز أحد طرفي العلاقة بالاستقلالية وقوة الشخصية والقدرة على الانطلاق في الحياة دون الاعتماد على الآخر فإن ذلك يجعله ينجرف لتحقيق طموحاته وتطلعاته بعيداً عن شريك حياته، وربما يكون غير مدرك ولا منتبه لذلك وربما بتشجيع من الشريك الآخر له لتحقيق النجاح وعندما يعتاد على ذلك يكون ترك خلفه شريكاً متألماً يشعر بالإهمال والوحدة والبعد العاطفي الذي يجعله ينطوي

على نفسه ولا يعبر عن مشاعره فيما يعيش شريكه متعة النجاح ، وقد يتهمه بأنه لا يفرح له أو يشاركه نجاحاته.

#### ٨- العناد:

وتتسم هذه الشخصية بالتسرع والحساسية وسرعة التأثر العاطفي والانفعال والتمركز حول الذات والنظرة السلبية والشكاكة في الآخر وعدم القدرة على تحديد الأهداف ، ويتميز صاحبها بالتفكير السلبي والفهم الخاطئ للآخرين ، وضعف التواصل وعدم القدرة على فهم الآخر ، ونقص مهارات التعبير عن أفكاره أو مشاعره أو احتياجاته ، مما يوتر علاقته مع شريك حياته ويضعف التواصل والتفاعل معه ويؤدي إلى نفوره وابتعاده وعدم الرغبة في الحديث أو الحوار معه ومناقشته في أمور الحياة لإدراكه لردة فعله وطريقته في التعبير عنها فيتحاشى الاحتكاك به أو توجيهه أو عرض آرائه عليه فيحدث التبعاد الذي يهدد تلك العلاقة.

#### ٩- الانتقاد:

يتميز بعض الناس بكونهم شخصيات ناقدة يرون العيوب ويتحدثون عنها أكثر من المميزات ، وقد يكون في اعتقادهم أنهم يصححون أخطاء الآخرين ولا يعلمون بأثار ذلك على نفسياتهم ، وفي العلاقة الزوجية يتخلل المناقشة اليومية بين الأزواج شيء من اللوم والعتب والنقد ، وإذا كان في حدود المعقول والبناء فإنه يسهم في نجاح العلاقة وتوجيهها ، أما إذا كان النقد سمة مستمرة لدى أحد الشريكين فلا يرضيه شيء ولا يرى حسنات رفيقه ويركز على ما لا يرغب وعلى كل حدث في الحياة الزوجية سواء كان تافهاً أو مهماً ، وعلى شخصيته وربما مظهره أو أدائه في البيت أو في العلاقة الزوجية ، ما يشعر أحد الشريكين بالإحباط وربما الحقد على شريكه والرغبة في عدم الاحتكاك به أو التعامل معه هروباً من أسلوبه الناقد والسخرية

بين الزوجين والمناقشات الكلامية الحادة، وهذا قد يخلق نوعاً من عدم الثقة بين الأزواج ويؤثر على العلاقة الزوجية ويقطع حبال الوصل والود بينهما، وعندما تكون هذه المظاهر متواصلة ومتزايدة فإنها تؤدي إلى نفور متبادل بين الزوجين أو نفور أحدهما من الآخر.

#### ١٠- الأنانية:

وهي من أكثر السمات التي تمثل ضغطاً على العلاقة الزوجية، فالزواج علاقة قائمة على العطاء المتبادل، سواء العطاء المادي أو المعنوي، وبدونه تتجمد العلاقة، فعادة الإنسان الأناني يشعر بأن عطاء الطرف الآخر هبة يجب أن لا تتوقف، فيتناسى أنه يجب عليه رد هذا العطاء حتى يستطيع أن يأخذ مقداراً آخر من العطاء، فالأنانية إشارة إلى وجود نوع من الفجوة والإهمال بين الزوجين، إذ أن كلاً من الزوجين أو أحدهما يركز على ذاته، وإشباع رغباته الشخصية دون حساب للآخر.

#### ١١- الكذب:

وهي سمة اجتماعية سيئة وخطيرة إذا اتصف بها الإنسان في حياته مع الناس، وهي أشد خطورة في الحياة الزوجية، ومن أخطر المشكلات التي تواجه الأسرة خاصة في بدايتها التي تفقد الثقة بين الزوجين، حتى وإن رأى أحد الشريكين أن بعض الكذب الأبيض جائز لتلافي أو حل بعض المشكلات (١)، لأنه يظل كذباً يؤدي إلى إثارة الشك والقلق بين الزوجين فإن استمر أحد الزوجين التخلص من المشكلات بالكذب لمجرد الشعور بالضعف أو التهرب

(١) ما تشير له الكاتبة مختلف تماماً عما ورد في الحديث الصحيح عن الرسول صلى الله عليه وسلم وهو قوله: (لَا يَصْلُحُ الْكَذِبُ إِلَّا فِي ثَلَاثِ كَذِبِ الرَّجُلِ امْرَأَتَهُ لِرِضِيِّهَا أَوْ إِصْلَاحِ بَيْنِ النَّاسِ أَوْ كَذِبِ فِي الْحَرْبِ) (رواه أحمد في المسند) فالكذب الوارد في الحديث مقيد بحالة محددة جداً وليس استمراء الكذب كما تصفه الكاتبة. (المحرر).

من المسؤولية فإنه يفقده ثقة شريك حياته ما يجعل العلاقة الزوجية بينهما متوترة تفتقد للأمن النفسي والعاطفي فيضعف الارتباط بينهما ويفقد معه الشريك الشعور بالأمان ويشعر بالغيظ والنفور من شريكه، وتهدم عرى المحبة والارتباط بينهما ليعيش كل منهما بمعزل عن الآخر.

## ١٢- البرود العاطفي:

عندما نتحدث عن البرود العاطفي بين الزوجين فنحن نفترض أن هناك قدراً من المشاعر بينهما. ويجد كثير من الأزواج صعوبة في التعبير عن مشاعره تجاه شريك حياته، وتستحي المرأة من مبادلة زوجها مشاعرها، لذلك يبقى كل منهما يخفي مشاعره ويكتفي بالتعاطف عند المرض أو الحاجة أو تلبية الحاجيات الضرورية من مأكّل ومشرب وخلافه.

فهي حالة من الجمود وعدم التفاعل التبادلي بين الزوجين، وعادة تكون حالة من عدم الانسجام وعدم التفاهم واللامبالاة بين الطرفين وعدم التفكير في إرضاء الآخر، وهي حالة من الملل والفراغ والوحدة. فكلا الطرفين يحتاج إلى أن يسمع عبارات الشناء والإطراء والحب مهما كبر سناً أو مقاماً. وعدم إشباع تلك العواطف يجعل المرأة تشعر بالفراغ العاطفي والنفسي وثقل المسؤولية وعدم الاهتمام بنفسها وزينتها والنسبة للرجل يبعده عن بيته ويجعله يتشاغل بالعمل والعلاقات الاجتماعية خارج المنزل وقد ينزلق في علاقات غرامية محرمة أو يفكر في الزواج من أخرى، وبهذا تتفكك تلك العلاقة الزوجية بسبب ذلك البرود في المشاعر وعدم إشباع الأحاسيس الداخلية العاطفية لشريك الحياة فينطوي على نفسه بعيداً أو يهرب خارج عش الزوجية بحثاً عن إشباع تلك العواطف.

### ج - السمات الجنسية:

يعاني الأزواج من مشكلات متنوعة خلال حياتهم الزوجية وتأتي المشكلات الجنسية لتشكل السبب الرئيس والخفي لكثير من المشكلات، لأنها من الموضوعات التي لا تُناقش بصراحة ووعي بين الأزواج، وإن تمّ التحدث بها قد تجد الصدّ والرفض من قبل أحد الزوجين بحجج مختلفة، أولها الخجل أو عدم الوعي.

على الرغم من أن ديننا الإسلامي قد تحدّث عن هذه الموضوعات ونظّمها من خلال القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، ومن خلال الأحاديث المنقولة عن النبي صلى الله عليه وسلم، مثل الحديث عن سنن الفطرة (كلاستحداد، وحلق العانة، وآداب الغسل والطهارة من الاحتلام والجنابة والحيض، وآداب الخطبة والزواج) وغيرها، فكلها تصب في ميدان التربية والتوعية الإسلامية في موضوع الجنس والعلاقات الزوجية.

ويعتبر التوافق الجنسي بين الزوجين من أهم أركان السعادة الزوجية، فالنجاح في العلاقة الجنسية يعتبر ترمومتر للعلاقة الزوجية لأنه يعكس النجاح في علاقات أخرى مثل العلاقة العاطفية والعلاقة الاجتماعية والتوافق العقلي والثقافي، فإذا فقد الشعور بالتوافق الجنسي أذنت تلك العلاقات بالانهيار وتصدع العلاقة الزوجية والتباعد العاطفي والروحي والجسدي، وهناك مجموعة من السمات لدى طرفي العلاقة الزوجية تؤدي لفشل تلك العلاقة ومنها:

#### ١ - قصور الثقافة العامة والثقافة الجنسية:

حيث يعيش الفتى أو الفتاة في بيئة مغلقة يجد فيها الآباء حرجاً كبيراً عند التحدث مع أبنائهم في كثير من أمور الحياة بشكل عام والموضوعات الجنسية بشكل خاص، فينعدم التواصل

مع الأبناء فلا يحصلون على المعلومات التي تعتمد عليها حياتهم الزوجية، وعند الزواج يجد الطرفين أو أحدهما أمامه عقبة قصور الثقافة والمعرفة بهذه الأمور للمشاركة في تلك العلاقة الطبيعية والفطرية بطريقة ينسجم فيها مع شريك حياته، ويسعد بها الطرفان وتحقق لهما الإشباع والسكن كما يقول سبحانه وتعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ (سورة الروم، الآية: ٢١) فالأساس في الزواج هو إشباع الحاجات الفطرية لكلا الزوجين لما في إشباعها من تأثير إيجابي على المستويات كافة، الأسرية والنفسية والاجتماعية والعقلية للفرد، فالعلاقات الجنسية المشبعة بين الزوجين أمرٌ أساسيٌّ للسعادة الزوجية، ذلك أنه إذا كان السكن هدفاً من أهداف الزواج، فإن المشاكل الجنسية من المنغصات لهذا السكن، فكلما زاد التوافق والرضا الجنسي بين الزوجين زاد التفاعل الإيجابي والمودة والرحمة بينهما، وفي المقابل فإن عدم إشباع هذه الغريزة أو إشباعها بطريقة الإكراه وعدم الانسجام يسبب توتراً نفسياً ونفوراً ومشاحنات بين الزوجين. وقد تؤدي للتباعد والتنافر بين الزوجين لعدم تحقق الإشباع.

## ٢- الصور الذهنية:

وتتمثل في عدد من التصورات:

أ- الصورة الذهنية الناتجة عن التنشئة الاجتماعية والبيئة المحيطة، التي تصوّر العلاقة الجنسية على أنها علاقة مقرزة ويحرم التحدث بها أو إبداء أي مشاعر من خلالها. وتنتقل هذه الأفكار لما بعد الزواج، وقد يضع الأزواج القيود النفسية التي تمنعهم من التمتع والمشاركة بالعلاقة الجنسية والتفاعل الإيجابي خلالها تمثيلاً مع مفاهيم الأخلاق والشرف التي غرست فيهم في هذا الموضوع. وغالباً ما يشكو الرجل من عدم تفاعل زوجته معه



وعدم تفهّمها لحاجاته الجنسية وعدم تجاوبها مع دعواته لها للتخلي عن بعض القيود التي وضعها المجتمع ، وأن العلاقة القائمة هي علاقة محللة شرعاً يجب الاستمتاع بها، وإذا استمرت تلك الصور الذهنية والانغلاق الفكري تجاه تلك العلاقة من قبل الزوجة أو من كلا الطرفين فإنها تفتت وتصبح مصدراً للألم النفسي وقد تؤدي للانسحاب من إقامتها فتتلاشى مشاعر الاشتياق والرغبة والانجذاب لشريك الحياة فيتعود الابتعاد والانشغال عنه .

ب- الصورة الذهنية للمرأة على أنها محل للمتعة فقط وليس لها الحق بالاستمتاع وأنها وعاء مهمته الإنجاب وهذه الصورة قد لا تكون في ذهن الرجل فقط ولكنها قد تكون في ذهن المرأة أيضاً عن نفسها فتنقلها للطرف الآخر ويتم تدعيم تلك الفكرة خلال الحياة الزوجية بالاستسلام لتلك المكانة التي وضعت في الذهن فيمارس الرجل إشباع رغباته دون أن يكون للمرأة دور في تلك العلاقة أو شعور بالإشباع .

ج- الحكم على المرأة التي تناقش الأمور الجنسية على أن لديها تجارب سابقة وهذا من الأمور التي لا يتقبلها الرجل، وقد تكون تلك الصورة أيضاً في ذهن المرأة نفسها فتتخاض الحديث في تلك الأمور حتى لا يحكم عليها شريكها حكماً ظالماً أو يشك في أخلاقها، وهذا يجعلها متناقضة بين احتياجاتها وخبراتها، وبين الصورة التي تريد أن تكون عليها فيسبب لها ذلك نوع من الألم والملل من العلاقة التي لا تحقق لها الإشباع الكامل أو بعضاً منه وتطلعها لما تراه في خيالها من خلال خبراتها ومعرفتها، لتجد نفسها بعد فترة لا مبالية لمثل تلك العلاقة وتفقد الحماس لها وقد يشعر الطرف الآخر بذلك فيبادلها مشاعر النفور ليعتادا على ذلك فيحدث معها التباعد في كل شؤون الحياة .

### ٣- الخجل الجنسي:

يتمثل بعدم قدرة الزوجين أو أحدهما على البوح بمشاعره الداخلية للوصول إلى الاكتفاء الجنسي وهذا أحد مسببات فشل تلك العلاقة ويؤدي إلى عدم تلبية الرغبات الجسدية، ما يسبب فقدان اللذة، وبالتالي فقدان الرغبة في إقامة علاقة جنسية متكاملة، وهذا ما يسبب فراغاً كبيراً في العلاقة الزوجية ويدفع إلى البحث عن حلول بديلة، غالباً ما تكون سلبية ومنها:

- اللجوء إلى العادة السرية.
- مشاهدة الأفلام الإباحية.
- إقامة علاقات خارج إطار العلاقة الزوجية.
- عدم الرغبة في إقامة علاقات جنسية نتيجة كبت المشاعر الجنسية (غالباً عند الزوجة).

وهناك أسباب ساهمت في تدعيم الخجل الجنسي بين الزوجين منها التربية الثقافية الاجتماعية الموروثة، والتي تجعل التكلم في الأمور الجنسية، وتحديدًا قبل الزواج، من المحرمات والأمور الخاطئة.

وقد يعتبر بعض الرجال أن مبادرة الزوجة بمناقشة مثل هذه الأمور نوعاً من الجرأة وقد تكون نفس وجهة النظر نفسها لدى النساء أيضاً فترى في ذلك عيباً يمسها، فتكتفي بالصمت وتجعل من تلك العلاقة تمضي باتجاه واحد وتصل هي إلى مرحلة عدم الرغبة والابتعاد عن إقامتها أو مشاركة شريكها فيها، وكذلك يخجل بعض الرجال من التفاعل الكامل مع زوجته كما يحب وتبدأ تقل لديه الرغبة في الزوجة وينصرف عنها لإشباع رغبته بطرق أخرى أو كبتها،

وعندما يتعود الشريك على الابتعاد ويقل الانجذاب بينهما تبدأ علاقتهما بالتفكك والتعود على الوحدة فيتسلل الفراغ العاطفي لحياتهما منذراً بالانفصال العاطفي.

#### ٤- السادية الجنسية:

عرف الشخص السادي بأنه الشخص الذي يتبنى في سلوكه عند التعامل مع الناس حب السيطرة والتحكم والإذلال. والسادية في العملية الجنسية بين الأزواج يشار إليها بـ: "التلذذ الجنسي بإيلام الزوج أو الزوجة، وقد يكون ذلك بالضرب، أو بالعض أو بالإذلال من خلال القذف وتوجيه الألفاظ الجارحة. ويشير علم النفس إلى تعريف معظم حالات السادية "بتعلق الفرد باللذة الجنسية مع ضحيته بعد تعذيبها أو التطلع إلى هذا العذاب والمعاناة، ويكون إحساس التمتع بتلك المعاناة أقوى من ممارسة الجنس نفسه".

يصيب السادية الرجال الذين توافق فعلهم الجنسي، الذي يعبر عن الذكورة والفحولة، كما أنها دليل على القوة التي هي إحدى صفات الرجل، وقد يصاب بها الشخص نتيجة لوجود قصور في ذاته.

إضافة إلى وجود اضطرابات نفسية مثل الفصام، واضطراب الهوية الانشقاقي، والاستعداد الوراثي، والاضطرابات الهرمونية، والعلاقات المرضية من وجود تاريخ للاستغلال الجنسي. وقد يعاني كل من الزوجين من السادية أي ليس الرجل فقط، وبهذا تتحول تلك العلاقة إلى مصدر للألم والخوف وسبباً للنفور من العلاقة والهروب منها وقد تكون أحد الأسباب الرئيسة للانفصال الوجداني بين الزوجين. وقد سبق أن تابعت حالات لنساء يعشن الألم والكراهية للزوج وللعلاقة الخاصة بسبب أسلوب الزوج في الممارسة وتهجمه والسب واللعن الذي يحدث خلالها لدرجة تسببت في رغبتهن بالانفصال عن أزواجهن.

## ٥- الروتين في العلاقة:

التي تفقد تلك العلاقة المتعة المتوقعة منها لدى كلا الطرفين وتقل المشاركة من أحد طرفي العلاقة الذي يتأثر أكثر بهذا الملل والروتين فيتسلل الشعور بالملل في الحياة الزوجية وينتج ذلك لعدم كسر الروتين و الملل بشيء من الملاحظة والتحفيز للزوجة وتشجيعها على المشاركة والإيجابية بالحديث والرومانسية، أو لعدم قدرة الزوجة على تغيير روتين تلك العلاقة بشيء من التجديد في المظهر والمكان.

## ٦- ضعف القدرة على التعبير عن المشاعر:

وينتج عن ذلك عدم الاكتفاء الجنسي لتصبح العلاقة الجنسية نوعاً من العمل الروتيني البعيد عن المشاعر، فلا يحرص الرجل فيها على الالتفات إلى شريكته للتأكد من أنها حققت الاشباع من تلك العلاقة وأنها تشاركه الاستمتاع بها، فلا تحصل من تلك العلاقة إلا على الألم النفسي، غير مدرك لاحتياجاتها ومتطلباتها التي تبدأ قبل بدء العلاقة وحتى بعد الانتهاء منها باحتوائها ومنحها الشعور بأهميتها وأنها جزء مهم في علاقته معها وأن يساعدها على الوصول لغايتها من تلك العلاقة لتشعر بالراحة والاطمئنان، ولا بد أن نشير إلى أن الإحساس الجنسي عند الرجل يختلف بعض الشيء عنه عند المرأة، فالرجل سريع بطبعه، أي يستطيع أن ينجز العملية الجنسية خلال دقائق، أما المرأة فالأمر مختلف وتحتاج إلى وقت كاف حتى تصل إلى الإحساس الجنسي المشابه لمتعة الرجل، لذا لا بد لاستمتاع الزوجين من تحقق التوافق والتكافؤ بينهما، فإذا فقد هذا التكافؤ شعرت المرأة بالإحباط وقلت لديها الرغبة في اللقاء الزوجي، وربما وصل هذا الشعور للزوج ليشعر بدوره بعدم اهتمامها ويكره سلوكها أو ربما يكرهها لاعتقاده أنها لا تحبه وابتعد عنها حفاظاً على كرامته وتفكك تلك العلاقة بسبب عدم قدرتهما على

التعبير عن مشاعرهما واحتياجاتهما.

#### ٧- الضعف الجنسي:

ويقصد به عادة قلة عدد المرات التي يستطيع فيها الرجل أداء العلاقة الحميمة كاملة وطول الفترة الزمنية بين كل مرة وأخرى بمدة قد تصل إلى عدة أشهر، من الممكن أن نحدد الضعف الجنسي بما يلي:

- عدم وجود الرغبة مع وجود القدرة عليها وسلامة الأعضاء.
- العجز عن أداء العلاقة مع وجود الرغبة.
- العجز عن أداء العلاقة مع عدم وجود الرغبة وهذا الضعف يكون أشد أنواع الضعف الجنسي.
- أما عند المرأة فإنه يتمثل في البرود الجنسي الذي يتسبب في عدم القدرة على الاستمتاع بالعلاقة الحميمة.

إن وجود هذا الضعف لدى أحد الزوجين بأي حالة من حالاته ينذر بالتباعد العاطفي بينهما، فلا يخفى علينا أهمية تلك العلاقة في تدعيم أواصر المحبة والالتقاء بين الزوجين، فهي ما يضيف الحيوية لحياتهما، ويستثير التقارب الروحي والعاطفي بينهما، وبفقدانه يجد الزوجان بينهما فجوة وتباعد.

#### ٨- تأخر الحمل أو عدم الإنجاب:

يؤدي تأخير الحمل أو العقم إلى توتر وقلق واكتئاب لدى الزوجين، ويساهم بشكل مباشر أو غير مباشر في إحداث توتر في العلاقة الزوجية ومشكلات أسرية.

وتعتبر مشكلة تأخر الانجاب من أشد منغصات الحياة الزوجية في بدايتها، ويساعد على تفانقها عدم ادراك الزوجين لأهمية المتابعة وإجراء الفحوص الطبية ومحاولة كل طرف اتهام الآخر بأنه السبب، ورغبته الداخلية في تبرئة نفسه وهو ما يدفعه للعنف مع الطرف الآخر أو التهرب منه، فيؤدي إلى التنافر بينهما أو انطواء أحدهما على نفسه وهو ما يسهم في تفكيك عرى العلاقة الزوجية، وخاصة إذا صحب ذلك الأثر الاجتماعي وهو حديث الناس المقربين منهم في نطاق العائلة أو الأصدقاء، أو رؤية الآخرين في الاجتماعات العائلية مع أطفالهم. وقد يشعر الزوجان بأن حياتهما ناقصة وقد يصاحب ذلك بعض أنواع الاكتئاب والألم النفسي وقد يحصل برود جنسي وذلك لتولد حالة من اليأس.

فللعقم آثار نفسية كثيرة على المرأة فهي تشعر بالدونية ويفقد الثقة في هويتها كأنثى لأنها غير قادرة على أداء مهمتها في الإنجاب وغير قادرة على أن تلبى نداء فطرتها في أن تصبح أمًا، وأحياناً تشعر بالذنب تجاه زوجها خاصة إذا اعتقدت أنها السبب في حرمانه من أن يصبح أباً، وهذه المشاعر إذا تضخمت لديها فقد تصل إلى مرحلة الاكتئاب الذي يجعلها تبدو حزينة ومنعزلة وفاقدة للشهية وفاقدة للرغبة في أي شيء وأحياناً تصبح المرأة عدوانية وسريعة الغضب وتوجه عدوانها نحو الزوج وخاصة إذا كان هو صاحب مشكلة عدم الإنجاب وتعتبره سبباً في شقائها إذ حرمتها الأمومة، وتصبح سريعة الانفعال كثيرة الاشتباك لأتفه الأسباب، فيشعر الزوج بالألم، وفقدان الرجولة، والعكس إذا كانت المرأة هي السبب وبذلك تكثر المشكلات بينهما ويهربان من مواجهة واقعهما بالابتعاد عن بعضهما البعض، وتجاهل كل منهما للآخر، ولا يتطلعان للعلاقة الخاصة باعتبار أنها غير مثمرة ولا تحقق الهدف منها، فتفقد الحياة متعتها، ويعيش الزوجان في كبت لا يطيق أي منهما شيئاً من الآخر، ويشعران بالنبذ والإهمال ويصاحب كل

ذلك شعور بعدم الأمان والخوف من المستقبل، ويؤدي ذلك للانطواء على الذات والبعد عن شريك الحياة.

#### د- السمات الاقتصادية:

يشكل الجانب الاقتصادي أحد السمات المهمة في تشكيل استقرار الأسرة، ويقصد به كل ما يتعلق بشؤون الأسرة المالية دخلاً وإنفاقاً واستهلاكاً وادخاراً.

وبغض النظر عن حجم المال الذي يملكه الزوجان فإنه غالباً يشكل المصدر الأكبر للصراع بين الزوجين. فالأزواج والزوجات غالباً ما يكون لديهم أفكار متباينة حول كيفية التصرف بالمال أو الدخل لأنهما قدما من أسر تختلف في قيمها وأهدافها وتصوراتها بخصوص المال. واحتمالية الخلاف حول المال تكمن في كيفية صرفه وحجم ما ينبغي ادخاره ومن ينبغي أن يكون مسؤولاً عن عملية الصرف. فمن المهم أن يناقش الزوجان قيم ومشاعر وتصورات وأهداف كل منهما حول المال حتى يستطيع كل طرف فهم الطرف الآخر. كما أن عمل ميزانية وخطة مالية تتطلب غالباً التفاوض والتنازل فهما مهمتان وضروريتان وتساعدان الزوجين في تحديد أولوياتهما وأهدافهما المستقبلية.

فعدم الاتفاق حول الأمور المالية في الأسرة يولد النفور في التفاعل الزوجي، وتنتج الخلافات المالية إما بسبب التبذير أو التقدير من قبل الزوجين أو أحدهما، وهذا يجعل التفاهم بينهما أمراً إذا صعوبة بالغة في كثير من الأحيان. ويمكن أن نحدد بعض السمات الاقتصادية التي تجعل الزوجين عرضة للطلاق العاطفي نتيجة الاستجابة لتأثيراتها فيما يلي:

## ١- الفشل الاقتصادي:

وهذه السمة يقصد بها عدم قدرة الزوج على الحصول على عمل مناسب أو الفشل في تخطيط الموارد الاقتصادية للأسرة أو الفشل في عملية الصرف، فيجد نفسه دائماً في مشكلات مادية تتمثل في نقص بعض الاحتياجات الضرورية للزوجة والأبناء، أو عدم تطوير الحياة المعيشية والبقاء في مستوى غير متناسب مع البيئة التي يعيش فيها الزوجان فيشعران أو يشعر أحدهما بالإحباط والنقص وخيبة الأمل، وقد يضطر الزوج للدين وتراكم الديون على الأسرة فيعيش الزوج تحت ضغطها، ليجد نفسه غير مرتاح، ويشعر أن زوجته هي السبب في ذلك، فتبدأ بينهما المشكلات والشجار، وتتوتر حياتهما وعلاقتهما.

## ٢- الإسراف المالي:

الإسراف في الصرف سواء في الاحتياجات أو الكماليات، دون مراعاة لكمية دخل الأسرة، أو إمكانيات الزوج في حال كون المرأة هي المسرفة، فينشغل أحد الزوجين بتبذير أموال الأسرة في أمور غير مهمة ليشبع رغباته ونزواته مما يؤدي إلى خلافات مالية بين الزوجين، تتطور إلى شجار وغضب، مؤدية إلى تنافر ومشكلات بين الزوجين، ربما تنتهي بابتعادهما درءاً للمشاكل بداية وتنتهي إلى الابتعاد تعوداً وارتياحاً من المشكلات المالية التي لم يعودا قادرين على السيطرة عليها، وشعورهم بعدم الكفاءة في حياتهم الزوجية، واعتقادهم إن التحرر من الزواج يخفف من أعبائهم المالية ومسؤولياتهم الأسرية.

## ٣- البخل والتقتير:

البخل صفة ذميمة إذا كانت في الزوج فإنها عيب وسمة غير مستحبة، تشعر الزوجة والأبناء بالقهر، وتثير اشمئزاز الزوجة من شريك حياتها، حين يكون الزوج مالكاً للمال الكافي



ويستطيع الانفاق على أسرته بسخاء ولكنه يستخسر ذلك، ويجعلهم يعيشون في مستوى اقتصادي غير ملائم مع الدخل الذي يحصل عليه، ويحرمهم من احتياجاتهم ورغباتهم بسبب البخل، فيتسبب لهم في الشعور بالنقص، وتشعر المرأة بالكراهية لزوجها بسبب الحرمان الذي تعيشه، وتكره القيام بواجباته أو خدمته والجلوس معه، فتبتعد عنه وتنشغل بأمر أخرى، وربما تبحث عن عمل خارج المنزل يغنيها عن الطلب منه، فتندم الحاجة إليه، وتشعر بسعادتها بعيداً عنه، ويجد هو الراحة من طلباتها المادية، ومن ثم تتفكك علاقتهما الزوجية ليعيشا تحت سقف واحد متباعدين لا يشعر أحدهما بالآخر أو يهتم لذلك.

#### ٤- الاستقلال المالي للمرأة:

قد يكون عمل الزوجة عاملاً من عوامل التفاعل السلبي والتفكك الأسري، فقد كانت المرأة تعتمد على زوجها اقتصادياً فتتأقلم مع المشاكل وتصبر لتستمر حياتها معه، أما المرأة العاملة فإنها تركز على دخلها وتنميته لبناء مستقبلها المادي، وربما استثار ذلك الرجل وخاصة إن كانت لا تشاركه في مصاريف البيت، فالمرأة ترى أن دخلها حق خاص يجب أن لا يتدخل الزوج في كيفية صرفه، ويرى هو أن خروج المرأة جاء على حساب بيته وأطفاله، فهذا الاختلاف يفاقم المشكلات بينهما وهنا تقل الثقة والشعور بالأمان بين الزوجين وخاصة المرأة، فتبدأ بالبحث عن وسائل لتأمين مستقبلها بعيداً عنه بشراء منزل خاص، أو فتح حسابات توفير مستقلة لا يعلم عنها، وتشعر المرأة بقوتها وقدرتها على الاستغناء عنه، ويشعر الزوج بعدم الثقة بمستقبل علاقته معها، وأنها قد تتركه في يوم ما، وتتراكم تلك المشاعر بين الزوجين لتولد الفرقة بينهما، وتجعلهما مستقلان عن بعضهما وهما تحت سقف واحد، لا مبالين بمعنى العلاقة الزوجية والسكن والمودة.

وأخيراً: إن المشكلات التي تحدث بين الزوجين بسبب اختلاف السمات الشخصية لهما أو عدم تقبلها تصنع العوازل النفسية بينهما في التفاعل والتعامل والمشاركة، وتدعم التباعد وعدم الاستقرار وإذا ما اضطررا 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، وتخف أو تنعدم بينهما العلاقة الحميمة نتيجة الامتناع أو عدم الانجذاب، مما يزيد من تأزم العلاقة بينهما، وقد يستقل كل منهما في فراش خاص، وتصبح العلاقة في حالة من التمزق العاطفي وتظهر مشاعر الغربة داخل المنزل حيث يشعر كل طرف أنه غريب عن الآخر ولا يمت له بصلة.

وتبرز صفات الزوج / الزوجة المطلق عاطفياً بما يلي:

- بارد ومبتعد.
- لا يتواصل (انقطاع الحوار) إلا في الأمور الضرورية جداً مثل الأمور التي تخص الأولاد.
- يقضي أوقاتاً طويلة خارج المنزل.
- قلق وضيق الصدر.
- يريد الانفصال ولكن يفكر في أمور ونتائج خارج نطاق العلاقة (كالأطفال، والمجتمع، والأسرة).

### صفات الطرف الآخر:

- مصدوم.
  - يبحث عن طرق لإنقاذ الزواج.
  - يصبح شديد التشبث وغالباً ما يتوسل ويلتمس الأعذار طالباً المزيد من الفرص.
  - يبدأ بتصرفات غريبة مثل مطاردة ومراقبة ومضايقة الطرف الآخر باستمرار.
- ولهذا فإن معرفة كل من الزوجين لسمات ومميزات شريك حياته تسهم في تحسين عملية التوافق الزوجي بينهما وهذا يعني:
- أن تفهم سمات شخصية شريك الحياة يعتبر من أهم العوامل التي تؤثر على تدعيم التوافق الزوجي وأن العلاقة بين الزوجين تتأثر بشخصية كل منهما.
  - أن التفاعل بين سمات شخصية الزوجة والزوج داخل نطاق الأسرة هو الذي يحدد نجاح أو فشل الزواج.
  - وأن التوافق الزوجي يرتبط بالتناسق في التكوين الأساسي لشخصية الزوجين والاتصال الإيجابي والاتزان الانفعالي الذي يعني قدرة كل منهما على التوافق مع شخصية الآخر أي أن التشابه والانسجام في سمات الشخصية بين الزوجين يؤدي إلى الزواج المستقر.
- ولذلك فإن تفهم سمات شخصية شريك الحياة تعتبر من أهم العوامل التي تؤثر في التوافق الزوجي ولا يعني هذا أن تكون شخصية الزوجين متشابهتين ولكن المهم هو تفهم سمات شخصية كل منهما للآخر من أجل سهولة التعامل، فقد يكون الزواج القائم بين شخصيتين

مختلفتين في السمات والطباع أنجح من زواج شخصيتين تتطابق بعض سمات شخصيتهما معاً. وهنا يجب أن تكون خطة المرشد الأسري العلاجية موجهة لتحسين الأداء السلوكي للزوج أو الزوجة من خلال زيادة جرعات التثقيف وتدعيم الوعي وعبر إعادة برمجة السلوك وتطوير المهارات اللازمة للتفاعل بين الزوجين، فكلما امتلك الفرد قدرات ومواهب في فهم الشخصيات، أمكنه أن يصل إلى أعماق وأغوار تلك الشخصية وكسب ودها وتعاطفها وتحقيق أعلى درجة من التفاعل والتفاهم معها.

مع التأكيد أن السمات الشخصية غير متطابقة فكل شخصية تتفرد وتتميز بسمات خاصة وأن عملية التوافق الزوجي لا تعني ضرورة التطابق التام بين الزوجين بقدر وجود الحد الأدنى من السمات غير المتنافرة بينهما والخصائص التي يحتاج إليها أحدهما عند الآخر، مما يدعو كلاً من الزوجين إلى محاولة قبول الطرف الآخر والتوافق مع سماته المختلفة لتحقيق أهداف خاصة تشبع احتياجاته ورغباته، وهذا يتطلب من المرشد الأسري مهارات فائقة لفهمها والتعرف على مفتاح كل منها حيث يؤدي تفهم الشخصية الإنسانية ومعرفة أسرارها، وما يحركها، وما يكونها، وما يشكل تصرفاتها وسلوكها، إلى زيادة فاعلية التعامل مع المسترشدين، ومن ثم يزيد من قدرة المرشد في عملية توجيه السلوك الإنساني وتحسين أداء الفرد.

## أهم المراجع

- ١- الحاج، فائز محمد (١٤٠٢هـ) بحوث في علم النفس العام، بيروت: المكتب الإسلامي
- ٢- الحمودي، سعد، والهيبي، عهدود (١٤٣٠هـ) شخصيتك بين يديك، الرياض: المؤلف.
- ٣- الشلال. خالد (١٩٩٠م)، تفضيلات الاختيار الزوجي ومعوقاته في المجتمع الكويتي، جامعة الكويت.
- ٤- العمري. علياء (٢٠٠٣م)، بعض العوامل الاجتماعية والثقافية المؤدية إلى الطلاق المبكر (رسالة ماجستير غير منشورة)، جده، كلية الآداب - جامعة الملك عبد العزيز.
- ٥- العيسى. وداد (٢٠٠٦م) مثلث التوافق الزوجي، الكويت، دار اقرأ.
- ٦- فهمي. مصطفى (١٩٧٩م)، التوافق الشخصي والاجتماعي، القاهرة، مكتبة الخانجي.
- ٧- كيتل، دونالد، وألبريتون، سارة (٢٠٠٣م) أنا لست مجنوناً إنما أنا لست أنت، الرياض: مكتبة العبيكان.
- ٨- مرسي. كمال (٢٠٠٣م)، العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس، الكويت، دار القلم.

## الفصل الرابع

### أسباب ظهور الطلاق العاطفي\*

د. إبراهيم النقيثان

د. خالد الشريف

د. مُحَمَّد السيف

أ. مها العمومي

د. موزة المالكي

## مدخل

### منطق البطيخة!!

تخيل أنك تشرب شايًا تمّ تحضيره بماء فاتر!! أو تستحم في قمة الشتاء وبرودة الطقس بماء فاتر!! وتتناول وأنت في قمة جوعك حساءً فاتراً!! وتشرب وأنت في أشد حالاتك عطشاً عصيراً فاتراً!! عندما اقترحت علي أمي عروساً كنت، كما الشباب في مجتمعنا، قد فوضت لها الأمر تماماً، أمليت عليها جملة من الخصال، فضربت، في حماس، يدها على صدرها في أسلوب الواثق من أداء المهمة: "اجعل في بطنك بطيخة صيفي!!" وكانت المسألة، بعد الزواج، تخضع فعلاً لمنطق البطيخة التي تشتريها فلا تدري عن محتواها إلا بعد أن تبقرها بالسكين فلا يعود بالإمكان إعادتها!!!

اكتشفت بعد أيام من الزواج أن أمي، مشكورة، اختارت لي زوجة بمواصفات تلميذة وليست شريكة حياة للأبد.. وجدتها فتاةً هادئة، مطيعة، حلوة، طيبة، لكنها مثل آلة صماء.. تمت برمجتها وفقاً لتربية ترى أن الحياة الزوجية الناجحة تكمن في توفير الطعام، والمبيت وقت الطلب، والغسيل، والكلي، والإنجاب..

كانت المعضلة الكبرى التي تأصلت في شخصيتها هي أنها من أولئك الأفراد الذين يقنعون بالخيارات الصغرى من الحياة. لطالما حفزتها على إكمال تعليمها بكل الإغراءات.. لكن مبدأها الذي كانت كثيراً ما تردده "ما له داعي!!!!" حاولت أن أدفعها للقراءة والتثقيف، فكان حدود تطلعها لا يتجاوز وصفات الطبخ والتزيين والمنتديات التافهة.. توقفت محاولاتي مع الوقت والإحباط والانشغال بالأبناء.. حتى شعرت يقيناً بأننا لا نشبه بعضنا أبداً؛ في الثقافة.. الطموح.. المناقشة.. وفي معنى الحياة والشراكة الزوجية.. كانت حياتي معها باهتة.. بلا حدة في العواطف.. بلا عواطف بالأساس!!

امرأة كل اهتماماتها الجسيمة تنحصر في عائلتها وقرباتها وإخوتها وزوجاتهم.. قد تستقبلني عند الباب فأشعر أن خبراً مهماً يمور في داخلها.. وحالما أستريح على أقرب مقعد.. تبدأ في سرد أخبار الخادمة وحمقاتها، وزوجة أخيها التي تخلفت عن اجتماع الأسرة الدوري.. وعن زوجة جيراننا التي فقدت مفتاح بيتهم!!! فإذا ما خرجت قليلاً من إطار الأسرة فهي أحداث المسلسلات الخليجية السخيفة التي تتسمر أمامها مثل مسمار متين منغرس في المقعد...

كلما طمحت في مناقشتها عن شأن يخصنا.. عن خططنا.. عن مستقبل أولادنا.. ردت ببلاغة تلميذة خائبة "إللي تشوفه!! فأتوتر.. وتكالب علي مشاعر الغضب والحنق!!! تمنيت أن تعارض.. تناقش.. تسأل.. تقترح.. أنا أريدها حبيبة، صديقة، شريكة، آمن على صغاري معها إن رحلت فجأة وتركتهم يعبرون طرق الحياة بمفردهم.. لقد ضاع ألقى القديم للحياة.. انطفأت كل رغبة في.. كأني مسن هرم.. أعيش على الخيالات.. فأسرح هارباً من واقعي.. بعيداً.. بعيداً..

د. أميرة الزهراني



## أسباب ظهور الجفاف (الطلاق) العاطفي

د. إبراهيم النقيثان

قبل البدء في تناول أسباب الجفاف العاطفي، نوّكد ما تم الإشارة إليه في الفصل الأول، من تعريف للجفاف العاطفي وهو عبارة عن " وجود الزوجين في منزل واحد، ولكن أحد الزوجين يمارس حالة من الهجر للطرف الآخر، أيا كان هذا الهجر، وبمختلف صورته (النفسية، والعاطفية، والاجتماعية، والجنسية) فهو أمام المجتمع متزوج اسماً، ولكن حقيقة واقعه مُبتعد ضمناً، وإن كان يضمهما بيت واقعاً، فالبقاء على رباط الزوجية لأجل الأبناء أو المجتمع فقط ".  
والاستقرار العاطفي، هو أمن نفسي واجتماعي، ينعكس بشكل مباشر على أمن واستقرار المجتمع بشكل عام، وعلى استقرار الأسرة بشكل خاص، وانعدامه قد يؤدي إلى الجفاف العاطفي.

ويعتبر الجفاف العاطفي من أصعب أنواع المشكلات الزوجية، كونه لا يمنح المرأة والرجل فرصة البدء بحياة جديدة، أو إكمال حياتهم الزوجية، إلى جانب أنه يصعّد المشكلات في الأسرة ولا يحلها.

ومن الجدير الإشارة له أن الجفاف العاطفي مستويات ودرجات، من القلق البسيط بين الزوجين، إلى النفور والقطيعة النفسية والجسدية.

وأرى أن استخدام مصطلح "الجفاف العاطفي" أنسب، لعدة أسباب، منها أن لفظة الطلاق، لفظة غير محببة وليس من المناسب أن تتكرر أو تسمع سواءً داخل الأسرة أو من فم المرشد ذكراً كان أم أنثى.

ومن المبررات أيضاً، هذه اللفظة قد توحى بالطلاق الفعلي كعلاج للمشكلة من قبل أحد طرفي الزواج، ومن المبررات أن هذه اللفظة توحى بصعوبة رأب الصدع بين الشريكين. ومن المبررات في استخدام لفظة الجفاف، أن الغيث يمكن أن يهطل بقدر الله ثم جهد المرشد، أيضاً هذه اللفظة توحى بإمكانية التبدل من حال الجفاف إلى حال الاخضرار والإزهار !! بشكل أسهل من وحي كلمة الطلاق.

أخي المرشد، كما لا يخفى عليكم فإن هذه الصور وتلك الحالات والآثار لمسميات الجفاف العاطفي، تخالف المقصد العظيم من الزواج في الإسلام. فمن المعلوم أن الظواهر الاجتماعية لا تقتصر على عامل واحد، أو سبب وحيد - بعد تقدير الله ومن هنا فإن للجفاف العاطفي أسباباً عدة، وليس بالضرورة توافر كل أو أغلب هذه الأسباب في كل حالة، وإنما قد تكون بعض هذه الأسباب متوفرة في أسرة، والبعض الآخر متوفرة في أسرة أخرى، وهكذا، وقد يكون السبب غير ما سيرد، ويمكن تصنيفها من حيث مصادرها إلى أربعة مصادر، أسباب متعلقة بالزوج، وأسباب متعلقة بالزوجة، وأسباب مشتركة بين الزوجين، وأسباب متعلقة بالمجتمع، وسنعرض ما تيسر من هذه الأسباب، كما يظهر لي من خلال الاطلاع والاستقراء، دون ترتيب لها بحسب الأهمية، لأن هذه الأهمية تتفاوت من أسرة لأخرى.

إليك أخي المرشد هذه الأسباب، والتي تنير أمامكم تحليل ما قد يرد عليكم من استشارات أسرية، تتعلق بالجفاف العاطفي، مما يساعد على معرفة مسببات تلك الظاهرة، وبالتالي سوف يساعد على علاج تلك المشكلة الأسرية، وقبل عرض تلك الأسباب نؤكد أنها تتفاوت من فرد لآخر، ومن بيئة لأخرى، وتأثيرها والموقف منها مختلف من فرد لآخر، وسنعرض هذه الأسباب على شكل نقاط ليسهل تذكرها:

### أولاً: أسباب ظهور الجفاف العاطفي المتعلقة بالزوج:

- (١) ضعف الصلة بالله والتساهل في الفروض الشرعية.
- (٢) الإهمال والتجاهل لطلبات الزوجة، أو إهمال أمور هامة كمواعيد المستشفيات لها أو لأبنائها.
- (٣) الإكثار من مقارنة الزوجة بزوجة سابقة أو حالية، أو بزوجة صديق أو قريب ونحو ذلك.
- (٤) ارتكاب الموبقات وخاصة الخمر والمخدرات.
- (٥) عدم غض البصر، مما يولد الغيرة، وقد ذكرت بعض الزوجات أن كل الأمور محتملة في أزواجهن إلا أن يكون " بصاصا " أي لا يغض بصره عن النساء الأجنبية.
- (٦) الاعتداء بالسب أو الإيذاء الجسدي، وهذا كثيراً ما يحدث الجفاف، وكم تمر علينا حالات ليست بالقليلة في هذا الشأن، سواء في الاستشارات الهاتفية أو بالمقابلة.
- (٧) التقنية الحديثة - حين إساءة استخدامها - إحدى الأسباب في انتشار الطلاق العاطفي
- (٨) كثرة التهديد بالزواج أو الطلاق، الأمر الذي لا تشعر معه المرأة بالأمان.
- (٩) اعتقاد الزوج الخاطيء أنه قد أدى كل واجباته، طالما أنه أدى واجباته المالية.
- (١٠) العصبية الزائدة التي لا يستطيع أن يتحكم فيها، والتي قد تصل إلى حد تحطيم الأشياء بالمنزل.
- (١١) الدكتاتورية وعناده وعدم إتاحة الفرصة للزوجة للمناقشة والحوار، وتوضيح وجهة نظرها.

- (١٢) بخل الزوج مع الجِدَّةِ والغنى، وخاصة حين تكون الزوجة عاشت حياة مرفهة في بيت عائلتها.
- (١٣) الزوج الذي لديه ديون ثقيلة، أو هموم ومشكلات، لكنه لا يتحدث بها إلى زوجته.
- (١٤) عدم اكتراث الزوج بأعباء الحياة الزوجية، وتحول المنزل أو البيت عنده إلى مجرد فندق لا غير.
- (١٥) طريقة تنشئة الزوج، فالزوج الذي تربى في بيئة عاطفية جافة، لا يمكن أن يوصل العاطفة لزوجته، لأنه قد نشأ على صورة الأب القاسي، والأم التي تأمر وتنهى فقط، وفاقده الشيء لا يعطيه.
- (١٦) إهمال الزوج مظهره، وعدم التزين والتنظف.
- (١٧) كثرة النقد المباشر واللاذع للزوجة.
- ثانياً: أسباب ظهور الجفاف العاطفي المتعلقة بالزوجة:
- (١) ضعف الصلة بالله والتساهل في الفروض الشرعية.
- (٢) جهل المرأة بحقوق زوجها عليها، أو عدم مبالاة منها بأموره، وقد قال صلى الله عليه وسلم: (لَوْ كُنْتُ أَمْرًا أَحَدًا أَنْ يَسْجُدَ لِأَحَدٍ لِأَمْرَتِ الْمَرْأَةِ أَنْ تَسْجُدَ لِزَوْجِهَا) (رواه الترمذي).
- (٣) إهمال الزوجة التزين للزوج خاصة أننا في زمن عمّت فيه الفتن بمختلف صورها وانتشرت.
- (٤) سوء الأحوال الاقتصادية لدى الزوج، لضيق ذات اليد أو سوء تصرفه، مع عدم مبالاته، ففتضجر الزوجة من ذلك وتكثر اللوم والتفريع.

- ٥ اهتمام الزوجة بالأبناء على حساب الزوج، فقد تعطيهم معظم وقتها، فتحرم الزوج من حقوقه عليها، وقد يختلفان في طريقة أو أسلوب تربية الأبناء.
- ٦ كثرة شكوى الزوجة من صمت زوجها معها وكثرة حديثه مع الآخرين.
- ٧ بخل المرأة بمشاعرها وعواطفها تجاه زوجها، أو عدم إسماعه أو إطلاعها على ذلك.
- ٨ جهل كثير من الزوجات بالعلاقات الزوجية والجوانب العاطفية تجاه الأزواج وما يحتاجونه من حب وعطف واهتمام.
- ٩ عمل المرأة وخاصة إذا كان بغير اختياره، كأن يكون شرطاً في العقد، وخاصة حين تضطر المرأة إلى الخروج للعمل، وتخفق في أن تنظم حياتها بما يضمن استقرار بيتها، وسعادة زوجها.
- ١٠ عدم تعبير الزوجة عن عواطفها تجاه زوجها إما جهلاً أو خجلاً.
- ١١ تبني بعض الزوجات أسلوب الاستفزاز، لكي تخرج زوجها عن صمته وتدفعه للحوار، مما ينشأ عن ذلك مشكلات تسبب الجفاف العاطفي.
- ١٢ طبيعة التغيرات الهرمونية والبيولوجية التي تتعرض لها المرأة وما يصاحبها من تقلبات نفسية.

### ثالثاً: أسباب ظهور الجفاف العاطفي المتعلقة بالزوجين معاً:

- ١ مشاكل بيتية قل أن يخلو منها أي بيت: تبدأ صغيرة ويكبر حجمها مع الغضب وعدم الصبر على الآخر، وعدم تقديم شيء من التنازل في سبيل بقاء الحياة الزوجية.
- ٢ عدم وجود حوار بوجه عام فبعض الأزواج لا يتحاوران حواراً هادئاً عن حياتهما

المشتركة.

- (٣) السماح بتدخل الأهل أو الأصدقاء في الحياة الزوجية ، دون ضوابط مرعية .
- (٤) قد يكون بسبب أصحاب الزوج أو صاحبات الزوجة ، إما لكثرة الزيارات وإهمال الطرف الآخر ، وإما لكون الصحبة سيئة فتشير بما يضر العلاقة بين الزوجين .
- (٥) قد يكون بسبب مرض عقلي يعاني منه الزوج أو الزوجة ، وفي مثل هذه الحالة تدوم معهما المشاكل الأسرية ، ولا بد من معالجة سريعة لهذه الأمراض الخطيرة قبل استفحالها .
- (٦) استرسال أحد الزوجين الزائد في الحياة الشخصية ، دون الالتفات إلى الشريك الآخر .
- (٧) قد يكون بسبب كره طبيعي من أحدهما للآخر ، ولا يرى فيه ما كان يطمح إليه في شريكه .
- (٨) قد يتمتع أحد الزوجين بشخصية استحواذية وتملكية وأنانية ، بحيث يقوم أحد الطرفين بالتضييق على الشخص الآخر ، مما يضع بداية لنفور بين الطرفين ، وبالتالي حدوث الجفاف العاطفي .
- (٩) انشغال الزوجين عن بعضهما أو أحدهما عن الآخر ، إما بسبب العمل المكثف ، أو الترويح مع الأصدقاء ، دون تخصيص أوقات للجلوس مع بعضهما ، أو القيام بالترويح سوياً خلال الأسبوع .
- (١٠) وجود مشكلات عميقة بين الزوجين ولا يمنع انفصالهما سوى وجود الأولاد .
- (١١) اختلاف رؤية أو طباع أو عادات أو شخصية كل منهما .
- (١٢) اختلاف الاهتمامات أو الخلفيات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية بين الزوجين .
- (١٣) وجود مشكلات صحية مع عدم محاولة العلاج ، كالرائحة الكريهة أو الشخير ونحو ذلك .

- (١٤) اختفاء عنصر التجديد لدى الزوجين والرتابة في الحياة.
- (١٥) الاستغراق في التخيلات والأحلام الرومانسية بعيداً عن الواقع وطبيعته.
- (١٦) تجاهل أحد الطرفين للحاجات العاطفية المتوقعة للطرف الآخر.
- (١٧) نشوء مشكلات بين عائلتي الزوجين، وعدم القدرة على فصل ذلك عن حياتهما الزوجية.
- (١٨) الإقلال من شأن اهتمامات الطرف الآخر، ومحاولة تحطيمه بقصد أو بدون قصد.
- (١٩) اختلاف مفاهيم المرأة والرجل نحو العلاقة الزوجية.
- (٢٠) تعليق كثير من الخلافات دون مواجهة، مما يجعلها تتراكم، وينشأ من ذلك الجفاف العاطفي.
- (٢١) الغموض بين الزوجين وعدم الشفافية في حياتهما.
- (٢٢) هروب الزوجة لبيت أهلها باستمرار، مع كل مشكلة تحصل بينهما.
- (٢٣) جهل وعدم تفهم كلا الزوجين أو أحدهما طبيعة الاختلاف الفسيولوجي بين المرأة والرجل.
- (٢٤) تراكم الضغوط المهنية والنفسية وإهمال الذات فترة من الزمن لدى كلا الزوجين أو أحدهما.
- (٢٥) عدم التغاضي عن الأخطاء والتدقيق في كل كلمة تقال سواء عفوية أو مقصودة.
- (٢٦) عدم وجود مصارحة بين الزوجين عن العلاقة الزوجية من الناحية العاطفية والجنسية، وهو في المرأة أكثر، وهذا نتيجة خجل المرأة الشرقية بالبوح بما يرضي حاجاتها العاطفية والجنسية.

(٢٧) الزواج الذي جاء نتيجة أغراض أو غايات معينة، كخشية البنت أن يفوتها قطار الزواج، أو الطمع براتب الزوجة، أو الزواج المصاحب بتنازلات لإرضاء الأسرة والمحيطين والمجتمع .

(٢٨) اكتشاف كل واحد منهما وجود صفات سلبية في شريكه، لم يكن يعلم بها قبل الزواج .

(٢٩) تعتمد أحد الزوجين امتداح شخصيات تظهر على التلفزيون لإغاية الطرف الآخر .

(٣٠) دخول أحد الزوجين أو كلاهما، أزمة منتصف العمر دون تهيئة لذلك .

ونظراً لغموض هذا السبب لدى البعض فالذي أعنيه هو: إن النساء في منتصف العمر يمكن أن يمررن بمرحلة تشبه الولادة من جديد، خاصة عندما يترافق ذلك مع زواج الأولاد ومغادرتهم المنزل، لبدء حياة جديدة خاصة بهم، لكن بعض الرجال لا يتقبلون مثل هذا التحول في شخصيات زوجاتهم، خاصة إذا ترافق مع إعادة برمجة روتين الحياة اليومي الذي اعتادوا عليه، فالزوج يجد صعوبة في قبول طلب الزوجة بقضاء وقت أطول خارج المنزل مع صديقاتها أو جمعية خيرية مثلاً أو كثرة الذهاب لأهلها، أو الذهاب لدار تحفيظ ونحوها، ويحاول الضغط على زوجته كي تبقى الأمور على ما هي عليه .

وفي الوقت الذي يكون فيه التغيير عند الزوجة يتمحور حول تطوير الذات، فإن التغيير عند الزوج يأخذ غالباً شكلاً آخر، يتمثل في محاولة العودة إلى الشباب أو "التصابي"، فهو يحاول أن يثبت لنفسه ولأقرانه بأنه ما زال يتمتع بالشباب والجدانية والقوة التي كانت لديه منذ عقدين من الزمن، فالبعض من الأزواج يعيش أزمة تشبه المراهقة، بحيث يصعب إرضاءه، فيتخذ قرارات لا عقلانية، لاسيما على صعيد العلاقات العاطفية .



والمشكلة الرئيسية تكمن في عدم قدرة الزوجين على تفهم بواعث وأسباب التغييرات المفاجئة عند الطرف الآخر، فكل طرف يتوقع أن يبقى الطرف الآخر ثابتاً بدون أي تغيير، وفي حال أبدى طرف رغبته في التغيير فإن الطرف الآخر قد يقرأ ذلك على أنه تدمير وعدم رضا، فإذا أبدت الزوجة رغبة في الانضمام لدار تحفيظ مثلاً، قد يفهم الزوج ذلك على أنه محاولة للابتعاد عنه وعن أعمال المنزل، لذلك يجب طرح أي تغيير جديد بهدوء وإظهار تأثيره الإيجابي على العلاقة الزوجية بشكل عام، سواء كان ذلك صادراً من الزوج أو الزوجة.

ولكي تستمر العلاقة الزوجية بنجاح، يجب على الزوج والزوجة أن يتقبلا أن حياة الأسرة لها أكثر من جانب: علاقة الزوج بالزوجة والعكس، علاقة الزوجين بالأولاد، علاقة الأسرة بالأقرباء والمجتمع المحيط، بالإضافة إلى تأثيرات العلاقات الخارجية في العمل ومع الأصدقاء ونحو ذلك.

#### رابعاً: أسباب ظهور الجفاف العاطفي المتعلقة بالمجتمع:

- (١) سيطرة النواحي المادية على مجريات الحياة بما فيها الحياة الزوجية.
- (٢) زيادة الضغوط النفسية وعدم القدرة على مواجهتها والتعامل معها.
- (٣) نقص المهارات الإيجابية بين الأفراد، وبروز الفردية على الروح الجماعية.
- (٤) حرص الأهل على عدم حصول الطلاق الرسمي لابنتهم، وبقاؤها في عصمة زوج لا تتراح معه خوفاً من وصمة مطلقة.
- (٥) عدم وجود نظام مفعّل يفي بحاجة المرأة لمن ينفق على المرأة وأطفالها في حال الافتراق.
- (٦) نظرة المجتمع السلبية للمرأة المطلقة.

- (٧) الطبيعة الجغرافية لها أثر في رقة التعامل من عدمه، فطبيعة البلاد الصحراوية الجافة ينتج غالباً التصرفات الخشنة، وعكسه البلاد الساحلية.
  - (٨) هناك خلل في التنشئة الاجتماعية يحول دون البوح بالعواطف، ويمنع استثمارها في بناء علاقات جيدة بين الأزواج، وأن كل شيء يختص بالمشاعر عيب وحرام.
  - (٩) تعامل الأب مع الأم أمام الأبناء وعدم إبداء أي من المشاعر الإيجابية تجاهها.
  - (١٠) تعامل الأخوة مع الأخوات بأسلوب فيه تسلط وجفاف.
  - (١١) نظرة المجتمع العربي غالباً، على أن الرومانسية صفة سلبية في الرجل، وأنها قصور في الرجولة.
  - (١٢) مطالبة المجتمع للمرأة بأن تحافظ على منزلها مهما كلفها ذلك من تضحيات.
  - (١٣) الفهم الخاطئ لبعض الحكم في المجتمع مثل: الصمت هو الأفضل، لأن الصمت حكمة وقليل فاعله، والسكوت من ذهب.
  - (١٤) اعتقاد كثير من أفراد المجتمع أن الزوجات بطبعهن كثيرات الثروة، فمن الأفضل عدم إعطائهن الفرصة للتحدث، والعمل على إيقافهن عند اللزوم.
  - (١٥) الفهم الخاطئ للمفاهيم الإسلامية الخاصة بالمرأة، مثل مفهوم القوامة، ومفهوم الطاعة، ومفهوم الإشباع الجنسي، و مفهوم إرضاء الزوج، والتجاهل عن احتياجات المرأة ورغباتها.
- أخي المرشد تلك أهم الأسباب التي يمكن أن تسبب الجفاف العاطفي بين الزوجين، وإن الإحاطة بمثل هذه الأسباب، يساعد في تشخيص الحالات التي قد تواجهكم في عملكم،

وبالتالي تساعد في دقة الحلول المقدمة من قبلكم لمشكلة الجفاف العاطفي .  
وفي الختام أود التأكيد على تباين تأثير هذه الأسباب من أسرة لأخرى، فما تراه زوجة أو زوج سبباً للجفاف العاطفي، قد يكون طبيعياً لدى زوجة أو زوج آخر، وبالتالي لا عجب حين يقول الزوجة أو الزوجة لأمر ما هذا شيء عادي، في حين أن آخرين يعتبرونه أمراً جسيماً، وما ذلك إلا لتباين الأفراد في نظرتهم للأشياء، والحوادث.

## المراجع

- أمل بنت أحمد باصويل (١٤٢٨هـ): التوافق الزوجي وعلاقته بالإشباع المتوقع والفعلي للحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين، رسالة ماجستير، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- أنوار مجيد هادي (١٤٣٣هـ): أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات.
- بيير داکو ترجمة وجيه أسعد (١٩٩١م): المرأة بحث في سيكولوجية الأعماق، مؤسسة الرسالة، بيروت.
- جون غراي ترجمة حمود الشريف (١٤٢٧هـ): الرجال من المريخ والنساء من الزهرة، مكتبة جرير، الرياض.
- حمدان بن محمد الحمدان: الخلافات الزوجية وأخلاقيات التعامل معها.
- خالد بن عمر الرديعان (١٤٢٩هـ): طلاق ما قبل الزفاف أسبابه وسمات المطلقين، مركز البحوث بكلية الآداب، جامعة الملك سعود.
- سحر علي المصري (١٤٢٨هـ): أهمية الإشباع العاطفي بين الزوجين، مؤسسة الفرحة للإعلام. الكويت.
- محمد خطاب (٢٠١١م): الطلاق العاطفي بين " التشخيص والعلاج "، القاهرة.
- وجدي غنيم (٢٠٠٥م): سلوك الأسرة المسلمة على نهج الحبيب عليه الصلاة والسلام، دار المعرفة، بيروت.



## أسباب ظهور الطلاق العاطفي

د. خالد الشريف

تمهيد:

الحمد لله الذى خلق الذكر والأنثى ؛ وجعل العلاقة بينهما نسباً وصهرأً، والصلاة والسلام على خير خلق الله ؛ سيدنا محمد بن عبد الله صلى الله عليه وسلم... وبعد ؛

فالزواج من سنن المرسلين، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلًا مِّن قَبْلِكَ وَجَعَلْنَا لَهُمْ أَزْوَاجًا وَذُرِّيَّةً وَمَا كَانَ لِرَسُولٍ أَنْ يَأْتِيَ بِآيَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ لِكُلِّ أَجَلٍ كِتَابٌ﴾ (سورة الرعد، الآية: ٣٨)، هو من سنن الإسلام التي عنيت بها الشريعة إبقاء للنوع، قال تعالى: ﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِّنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً﴾ (سورة النحل، الآية: ٧٢). ولما كان الزواج محققاً للمصالح الدينية كتأمين العفة والإحصان، وبث نسل يعبد الواحد الديان؛ فإنه يحقق مصالح دنيوية عظيمة من أظهرها بناء الأسرة التي يسكن فيها كل من الزوجين إلى الآخر، ويوجد عنده المشاعر الدافئة والعاطفة الحميمة.

إن الزواج والعلاقة الزوجية في الدين الإسلامي تعتبر ميثاقاً غليظاً، قال تعالى: ﴿وَإِنْ أَرَدْتُمْ اسْتِبْدَالَ زَوْجٍ مَّكَانَ زَوْجٍ وَآتَيْتُمْ إِحْدَاهُنَّ قَنْطَارًا فَلَا تَأْخُذُوا مِنْهُ شَيْئًا أَتَأْخُذُونَهُ بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا (٢٠)﴾ (سورة النساء، الآية: ٢٠-٢١)، وهذا يتطلب بأن تكون العلاقة الزوجية ذات طبيعة خاصة تتسم بالسكن والمودة والرحمة، لأنها وكما ذكرنا تعتبر ذات أهمية بالغة، حيث هي الأساس لإنجاب الذرية، قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ

أَلْسِتَكُمْ وَأَلْوَانَكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ) (سورة الروم، الآية: ٢١)، والزواج هو العملية الاجتماعية التي تتكون منها الأسرة وتتفرع عنها غصون الإنسانية - شعوباً وقبائل - تتعارف وتتعاون وتكون منها الأمة الفاضلة التي تأمر بالمعروف وتنهى عن المنكر.

يعتبر التفاعل الثنائي الإيجابي بين الزوجين القائم على المحبة والمودة، والمدعم بإشباع الحاجات الأساسية والثانوية، أمراً ضرورياً لتوفير الاتزان الحيوي البيولوجي، وتوفير الاستقرار الانفعالي، وتوفير الأمن الاجتماعي الأسرى لكل منهما في نطاق الحياة الزوجية الأسرية الصحيحة، وذلك لأن التفاعل الثنائي الإيجابي بين الزوجين يتضمن التأثيرات النفسية والانفعالية والسلوكية المتبادلة بينهما، بحيث يكون السلوك الإيجابي لأحدهما مؤثراً وفعالاً في تشكيل السلوك الإيجابي للطرف الآخر، مما ينتج عنه حرص كل منهما على إرضاء الآخر فيما يرضى الله ورسوله والمؤمنين، وهذا يدل على أن التفاعل الثنائي الإيجابي بين الزوجين يعتبر الزاوية التي ترتكز عليه الحياة الزوجية في تحقيق أهدافها وهي السكينة النفسية والانفعالية والاجتماعية والجنسية والاقتصادية وكل ما يتعرضان له أو يمارسانه في حياتهما العادية اليومية.

وفي هذا الصدد يؤكد "معن خليل عمر" أن الطلاق العاطفي يمثل مشكلة فشل الزواج بسبب تدهور الرباط العاطفي بين الزوجين، وهو ما يحدث بسبب تضارب في الأمزجة والرغبات والهوايات الشخصية والطموحات الفكرية والاقتصادية والاختلاف في الخلفيات العرقية والثقافية؛ والطلاق العاطفي يبدأ مع بداية نفور أحد الزوجين من الآخر بسبب إحدى هذه الأسباب السابقة والتي تخلق عدم استجابة أحدهما للآخر، وبالتالي فهو انسحاب أحد الزوجين من الآخر عندما تظهر بوادر الاختلاف ويتم رفض ترطيب المواقف المتصلبة ومحاولة لوى ذراع أحد الزوجين لذراع الآخر لكي يشعر بأنه الأقوى في اتخاذ القرار أو السلطة فضلاً

عن ظهور عوائق مادية واجتماعية تعيق تقاربهما فيستغل أحدهما هذه العوائق كدرع لحماية نفسه وكسر شوكة الآخر.

وبناء على ما تقدم نطرح تساؤلاً للمرشدين والمرشدات الممارسين في شتى وحدات ومؤسسات الإرشاد في المجتمع السعودي:

### ما أسباب ظهور الطلاق العاطفي ؟

ويمكن التمهيد للإجابة على هذا التساؤل من خلال استعراض بعض من وجهات النظر لمتخصصين مختلفين من خلال دراساتهم الميدانية أو دراساتهم المكتبية، على أن تنتهي بعرض وجهة النظر الخاصة بنا، وذلك على النحو التالي:

- أسباب ظهور الطلاق العاطفي من وجهة نظر "أنوار مجيد هادي":

تقسم "أنوار مجيد هادي" الأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي إلى أسباب تمثل الجانب التعبيري و تتمثل في الأسباب التالية: (فتور الحب، وسوء التوافق الجنسي، والمجال النفسي)، أما النوع الثاني فهي أسباب تمثل الجانب الذرائعي وتشمل (المجال الاقتصادي، والمجال المهني، والمجال الاجتماعي)، ويمكن تفصيل الأسباب المذكورة على النحو التالي:

- الجانب التعبيري كسبب لظهور الطلاق العاطفي.. ويشمل:

#### ١- فتور الحب:

الحب مجموعة من الانفعالات المتنوعة التي تتمركز حول شخص أو موضوع معين، ويتأثر الحب بين الزوجين بعدة عوامل منها المسايرة، والاحترام والتقدير بين الزوجين، والتعاطف. فالمسايرة تنمي الحب بينهما، والحب يدفع كلاً منهما إلى مسايرة الطرف الآخر والسير



في ركابه، والمقصود بالمسايرة هنا ذلك السلوك المبني على التنازل المتبادل على نفس المستوى بين الطرفين، أما المسايرة القائمة على الخضوع والاستسلام فتفسد التفاعل بين الزوجين، حيث أن للمسايرة المفرطة تأثيراً كبيراً على التفاعل بينهما عندما يسلم أحد الزوجين نفسه للطرف الآخر ويتبعه أينما سار مما يجعل الطرف الآخر يميل من سلبيته ويستخف به. وقد أكدت نتائج إحدى الدراسات الميدانية أن الأزواج المحبين بوجه عام أسعد حالاً ويعيشون أطول، كما أن معدل زيارتهم للأطباء أقل مقارنة بغير المتزوجين كما يميل الأزواج المحبون إلى التشجيع على الوقاية من الأمراض ودعم السلوكيات الصحية مثل ممارسة التمارين الرياضية والابتعاد عن العادات الضارة مثل الإفراط في تناول الكحول، كما أن مشاعر الحب تحفز مركز اللذة في الدماغ على إنتاج مادة الدوبامين، وهو ناقل عصبي قوى يؤثر على الشعور باللذة والدافع، و العناق والتلامس بالأيدي يؤدي إلى إفراز هرمون أوكسيتيكون الذي يخفف ضغط الدم ويحسن المزاج ويزيد القدرة على احتمال الألم.

## ٢- سوء التوافق الجنسي:

يقصد بالتوافق الجنسي هو استمتاع كل من الزوجين بإشباع حاجته من الجنس مع الزوج الآخر، وللتوافق الجنسي شروط هي:

(أ) أن تكون الرغبة موجودة لكلا الطرفين.

(ب) أن يستعد ويتهيأ كلاهما لهذا اللقاء.

(ج) التركيز على المقدمات التي تسبق النشاط الجنسي.

(د) أن يحدث انسجام نفسى وجسمي وروحي ووجداني بين الزوجين.

(هـ) أن يسعى كل طرف إلى إسعاد الطرف الآخر وإمتاعه.

أما سوء التوافق الجنسي فيقصد به عدم استمتاع كلا الزوجين أو أحدهما بالإشباع الجنسي مع الآخر.

### ٣- الأسباب النفسية:

الحالة النفسية للزوجين لها 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 والحساسية الزائدة والشكوك غير المعقولة واضطراب النوم واضطراب الأكل، هذا كله يساعد على الاتصال والتواصل والتفاعل غير السليم بين الزوجين. وللغيرة المفرطة والتسلط وحب السيطرة ونوبات الغضب المتكررة والاستجابات الطفلية مثل الانفعالات الزائدة وردود الأفعال غير المسئولة أو الخوف أو الانسحاب كلها تساعد على زيادة الفجوة بين الزوجين. وقد أثبتت البحوث والدراسات أن الدماغ يلعب دوراً مهماً في العملية الجنسية وهو الذي يعطى الأوامر للهرمونات بالتحرك وإفراز هذه السوائل فإذا كان فكر الرجل أو المرأة مشغولاً بمهام الحياة ومشاكلها أثناء الممارسة الجنسية فإن الدماغ لا يستطيع أن يعطى 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.

- أسباب ظهور الطلاق العاطفي من وجهة نظر " محمد فريد " :

يقسم " محمد فريد " أسباب ظهور الطلاق العاطفي إلى خمسة أسباب يمكن إجمالها على النحو التالي:

١- أسباب تتعلق بسمات الشخصية:

(أ) التباين بين الزوجين في سمات الشخصية ؛ بأن يكون أحدهما انطوائياً والآخر انبساطياً، أو أن تتباين سماتهم الشخصية تبايناً يجعل اللقاء للتواصل بينهما متعذراً.

(ب) اضطرابات الشخصية: حين يعاني أحد الطرفين من واحد من اضطرابات الشخصية المعروفة (الوسواسية، والتجنبية، والهستيرية، والنرجسية... إلخ)، وكلما كان الاضطراب أكثر خفاءً كان أكثر أثراً على العلاقة من حيث لا يشعر الشخص نفسه.

(ج) التعامل غير الإنساني: وهو خطأ في التصور يؤدي إلى خلل في السلوك، وذلك أن ينظر أحد الزوجين إلى الآخر باعتباره شيئاً يملكه، وليس إنساناً يتفاعل معه ويحترم حدود شخصيته.

(د) النرجسية: كثيراً ما تكون الرغبة في التملك مغلفة بمشاعر الحب، وهو ما يسمى بالنرجسية، فالزوج أو الزوجة يحب الطرف الآخر "إلى حد التملك" ويسعى إلى تشكيل حياته ضمن قوالبه هو، دون أن يسمح لشخصيته بالنمو الطبيعي الخاص بها. ويمتد أثر ذلك على الأبناء، فحين تطغى رغبة الأب في التملك بالمحبة لأبنائه، ينشأ الطفل وهمه في الحياة إشباع رغبة أبيه أو أمه، وحين يكبر الطفل ليصبح زوجاً أو الفتاة لتصبح زوجة، يعيش مع رفيقه بنفس المشاعر التي كان يعيش بها مع والديه، أو يطلب من رفيقه أن يكون كأحد والديه.

(هـ) الحب العصابي: لا يتعامل المحب مع شخص حبيبه الفعلي، بل مع شخص في الخيال، وعادة ما يسقط صورة والده أو والدته على محبوبه، ويحب والده أو والدته في محبوبه (مثال: المرأة في منتصف العمر التي تلعب دور الفتاة الصغيرة مع زوجها، بسبب أن هذا السلوك كان ناجحاً مع والدها في الصغر، وهي تطلب الإشباع الوالدي في الكبر).

### ٢- اضطرابات التواصل بين الزوجين:

إذا نظرنا للأسرة باعتبارها نسقاً، فإن وجود أي حدث طارئ يؤثر على التفاعلات داخل هذا النسق، فولادة طفل جديد قد يؤثر على العلاقة بين الرجل وامرأته، ولن ينال من رعايتها وعنايتها ما كان يناله حين كانا منفردين، ودخول أحد الأطفال مرحلة المراهقة يفرض على الزوجين طريقة جديدة في التعامل معه والتعامل بينهما. المشكلة التي تترتب على التغير في الأسرة هي أن أفراد الأسرة يجب أن يتكيفوا مع هذا التغير، وأن يرتبوا أنفسهم حسب الظروف الجديدة، أما استمرار الأسرة في سلوكها القديم وعدم اعترافها بالظروف المتغيرة، فقد يعقد المشكلة.

### ٣- أفكار خاطئة: والتي منها

تصورات الدور: حين ينظر الرجل إلى دور المرأة، والمرأة إلى دور الرجل نظرة مشوهة، فيها استعلاء على الآخر أو استغلال له، التصورات المغلوطة عن العلاقة الجنسية بين الزوجين، والخبرات السيئة في العلاقة الجنسية، وعدم إدراك اختلاف المرأة عن الرجل في أنماط التفكير والشعور والسلوك، ففي تقرير لمجلة "بونته" الألمانية توضح الإحصائيات أن تسعاً من كل عشر سيدات يعانين من صمت الأزواج، وانعدام المشاعر، وعدم تعبير الزوج عن عواطفه لها، وعدم وجود حوار يربط بينهما. حين تكون توقعات المرأة أو الرجل عن الزواج مثالية، ثم يفاجأ

بأن الواقع أقل بكثير مما تصور.

ومن الاعتقاد الخاطئ أن الأعمال تغني عن الأقوال: فالزوجة تظل منتظرة منك الحديث إليها، والحديث عنها، ومهما كانت أفعالك معها، فهي في حاجة إلى أقوال تداعب مشاعرها.

#### ٤- نقص مهارات التعامل بين الزوجين:

حين يشعر أحد الطرفين أنه بذل للآخر أكثر مما أخذ منه يشعر بالغب، ويبدأ في النظر إليه بصورة مختلفة، يظل الحب باقياً طالماً كان لدى الزوج ما يمكن أن يمنحه لزوجته، فإذا توقف هذا العطاء المتبادل أصبحت تكلفة العلاقة أكبر من عائدها، وانقلبت إلى وظيفة بعد أن كانت متعة.

إن انعدام ثقافة المشاعر بين الزوجين يبني سدوداً بين تصوراتهما، فلا تلتقي، ويظل كل طرف منهما محتفظاً بمخطوطاته الخاصة عن دوره ودور الآخر، وحين تحدث مشكلة أسرية، مع عدم وجود قنوات للحوار بين الزوج والزوجة تكون الساحة فارغة لتدخل الأطراف الأخرى بينهما، وتنمو التأويلات الفاسدة التي تقوض العلاقة، وتصل الأسرة إلى حالة يشيع فيها الصمت، الصمت عن الحديث، والصمت عن تبادل المشاعر، والصمت عن التوافق في الأفكار.. يتحول البيت إلى عالم من الخواء المعتم.. لا يدخله نور المشاعر.. ولا يمتلئ به، ولا يكون أثر ذلك على الزوجين فحسب، بل يتعداهما إلى الأبناء، لتتحول الأسرة إلى أسرة جامدة في مشاعرها، يسعى كل طرف فيها للحصول على مكاسبه الخاصة حتى وإن كان ذلك على حساب المجموع.

## ٥ - الضغوط الخارجية:

تدخل أطراف أخرى في العلاقة الزوجية: أهل الزوج، وأهل الزوجة، وعمل المرأة كل ذلك وغيره يفرض على الزوج إعادة التصورات عن دوره ودور زوجته، ويمكن أن يخفف من سلبياته بشيوع ثقافة الحوار في الأسرة، واستعداد الرجل لزيادة مساحة مساعدته لزوجته.

تعدد الزوجات: رغم أنه مباح شرعاً، إلا أن القلة من النساء من تصبر عليه، وربما كان سبباً في الطلاق العاطفي بين الرجل والزوجة الأولى.

- أسباب ظهور الطلاق العاطفي من وجهة نظر "ماهر العربي":

يعدد "ماهر العربي" أسباب ظهور الطلاق العاطفي في النقاط والعوامل الآتية:

١ - عدم الاقتناع بشريك الحياة منذ البداية: كأن تتزوج البنت وهي غير مقتنعة بزوجها أو مجبرة من قبل أهلها عليه، وهذا يمكن أن يكون خاضعاً للعادات والتقاليد الاجتماعية أو العشائرية.

٢ - كثرة غياب الزوج وسفره: خاصة إذا رافقه كثرة المشاكل بين الزوجين والاختلافات في الآراء والميول والثقافة.

٣ - كثرة النقد المباشر واللادع: كأن يكون الرجل مثلاً من النوع الذي يكتر على لسانه النقد والسخرية المستمرة.

٤ - اختلاف الأعمار بشكل كبير بين الزوجين: فبعد الزواج قد يشعر أحد الشريكين على الأقل بأن الفجوة بينه وبين الشريك الآخر تكبر بسبب أنه يعيش في حقبة من الزمن والطرف الآخر يعيش في حقبة أخرى. ولهذا أوضحت الدراسات الأمريكية أن الفارق

- السنى بين الزوجين يكون خمس سنين ويمكن أن يكون عشر سنين كحد أقصى .
- ٥ - كثرة المشاكل وتراكمها: حيث أن كثرة المشاكل بين الشريكين وتراكمها مع قلة المصارحة والشفافية في العلاقة الزوجية، ومع انتشار الصمت لديهما يدخل أحدهما أو الاثنين في مرحلة تبلد المشاعر.
- ٦ - وجود النقص أو الفراغ العاطفي: عندما تقل العاطفة والمشاعر في قلب الشريك تجاه شريكه، سوف يحدث مع الأيام والأشهر جفاف في هذه المشاعر، وبالتالي قد يصلان إلى مرحلة الطلاق العاطفي.

- وجهة نظر أخرى توضح أسباب ظهور الطلاق العاطفي:

هناك وجهات نظر أخرى توضح أن أسباب الطلاق العاطفي يمكن تقسيمها على النحو

الآتي:

#### ١- بعض المعتقدات الخاطئة:

هناك الكثير من المعتقدات الخاطئة المتكونة من ثقافة المجتمع وفي أي مجتمع سنجد الكثير من الأفكار والتصورات حول الزواج ودور العاطفة فيه ومن هذه المعتقدات:

(أ) الحب ينتهى بعد الزواج:

إن هذا المعتقد من أكثر المعتقدات شيوعاً ومن أكثرها فتكاً بالعاطفة الموجودة في داخل كل فرد، فمعظم الأشخاص يرون أن العاطفة بعد الزواج تختفي وتزول تحت ضغوطات الحياة المختلفة وهو أمر صحيح إذا ما سمحنا نحن للعاطفة بالزوال واستسلمنا لمجريات الأمور والأحداث.

### (ب) الحب يأتي بعد الزواج:

وهو أيضاً معتقد خاطئ يفترض بالحب أن يولد في اللحظة التي يرى الخاطب فيها خطيبته، ولذا أوصى الرسول صلى الله عليه وسلم وحث عليه، حيث ورد ذلك في قصة المغيرة بن شعبة رضي الله عنه الذي قال: (خَطَبْتُ امْرَأَةً عَلَى عَهْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْظَرْتِ إِلَيْهَا قُلْتَ لَا قَالَ فَاَنْظُرِي إِلَيْهَا فَإِنَّهُ أَجْدَرُ أَنْ يُؤَدَمَ بَيْنَكُمَا) (رواه الترمذي) وهذا يدل على أن النظرة الشرعية هي البداية لميلاد الحب بين الزوجين والذي يفترض أن يكون مستمراً وأبدياً.

### (ج) الزواج قائم على القدرة المادية والقدرة على تحمل المسؤولية:

وهذا المعتقد أيضاً خاطئ، فالزواج قائم في المقام الأول على المودة التي تحصل بين الزوجين كما ذكرنا تبدأ مع النظرة الشرعية ونحن لا ننكر ما للقدرة المادية والقدرة على تحمل مسؤوليات وأعباء الحياة الزوجية من أهمية ولكنها تأتي في المرتبة الثانية بعد وجود المحبة.

### (د) لدوام استمرار الحب والزواج لا بد أن نكون شخصاً واحداً:

وهو أحد أسوأ المعتقدات التي تُدمر العلاقة الزوجية، فلكل إنسان شخصيته الفريدة تماماً كما له بصمته الفريدة، لذا من الطبيعي بل ومن المفيد أن نختلف أحياناً وخصوصاً عندما يتعلق الأمر بعلاقة بين رجل وامرأة، فهناك العديد من الاختلافات الموجودة بينهما ولعل أبسط تصوير لذلك هو ما ذكره الدكتور "جون غراي" أن الرجال من المريح والنساء من الزهرة، وكما أن الشحنة الموجبة تتحد مع الشحنة السالبة ليكونا معاً التيار الكهربائي فإن الرجل والمرأة يكونان معاً الجنس البشري.



## ٢- عدم الالتزام بعهد الحب:

عندما يتعاهد اثنان على الحب، بعد أن وصلاً إلى التوافق اللازم بينهما، فهما يتعاهدان على الارتباط بالحب، واقعياً، وزمنياً، وفعالياً، وعاطفياً على مدى الحياة التي يعيشانها.. وهما يتعاهدان على إبقاء الحب أساساً لهذه الحياة. فالحب بين شخصين، هو الترابط التام، الأبدي.. فكيف لهما أن يوصلا للالتزام والمسئولية، وكافة أنواع التضحية المحمودة، إن سمحا لهذا الحب بالتلاشي والزوال؟!!

## ٣- عدم أداء الواجبات العاطفية:

هناك جانبان في هذه الحياة كفيلاً بأن يجعل المرء يعيش بشكل جيد وهما الجانب المادي والجانب العاطفي، ومعظمنا قد استوفى الجانب المادي (الأكل، والشرب، والكساء، والمأوى.. إلخ)، وأما الجانب العاطفي الذي يمثل الحب والعطف والاهتمام.. إلخ، فهو قد يكون غير موجود لدى بعض الأزواج، ونحن كبشر بشكل عام بحاجة أكبر إلى إشباع رغباتنا العاطفية، وهو الأمر الذي يدفعنا أحياناً للوقوع في أخطاء لا نحمد عقباها.. والمسئول الأول عن ذلك هم أفراد العائلة الذين لا يمتحنون العاطفة الكافية لبعضهم البعض مما يجعلهم بعيدين عن بعضهم البعض، وما نريد قوله هنا أن البعض قد يكون مكتفياً مادياً (هناك أناس مازالوا تحت حد الفقر مما يجعل تفكيرهم بعيداً عن العاطفة) لكنهم بحاجة إلى الكثير من العاطفة في حياتهم. لقد أشار العديد من المتخصصين إلى أهمية العاطفة في الحياة الأسرية واعتبروها أمراً ضرورياً لا تستقيم حياة الإنسان بدونها ومنهم "ماسلو" حيث وضع في هرمه الخاص باحتياجات الفرد، الحاجة إلى الحب والعطف والانتماء والتفاعل بعد الحاجات الأساسية (الحاجات البيولوجية)، والحاجة إلى الأمن.

#### ٤- مفهوم الحب وطريقة التعبير عنه:

إن لكل منا تصوره الخاص عن الحب، ولكل منا طريقة يعبر بها عن حبه للآخرين ولكل منا أيضاً طريقة يشعر من خلالها بحب الآخرين له، وهذا ما يطلق عليه استراتيجية الحب، فعندما لا نفهم استراتيجية الحب لدى شخص ما فإننا لا نمنحه الحب الذي يريده حتى وإن كنا نكن له الكثير من الحب وذلك لأننا لا نقدمه له بالطريقة التي يريدها.

#### ٥- الانشغال:

بعض الأزواج تكون حياتهم الزوجية مستهلكة في قضاء مشاغل الحياة فكلا الزوجين ينشغل بموضوعات عملية ليس فيها من الرومانسية شيء وتظل تلك الموضوعات تفرض نفسها باستمرار.. ونتيجة لهذا الانشغال تبدأ العاطفة في الضمور والتلاشي حتى تصبح الحياة مجرد شقاء ومتاعب لا تنتهي، وبالتالي لا يمكن أن يعوض تلاشي تلك العاطفة حتى النجاحات الباهرة في مجال العمل، فكما قال " جورج " عالم الأحياء بجامعة هارفارد والحائز على جائزة نوبل: إن المرء لا يحتاج إلى جائزة نوبل بقدر ما يحتاج إلى الحب.

#### ٦- حدة الطبع:

إن حدة الطبع والغضب الشديد من أهم الأسباب التي تؤدي إلى نفور الأشخاص وابتعادهم عن الشخص الذي يتصف بمثل هذه الصفات، وهي من الأسباب التي يمكن أن تقضى أو تؤثر سلباً على العاطفة الموجودة بين الأزواج، فعدم السيطرة على الغضب وكظم الغيظ خاصة بين الأزواج قد يؤدي بالشخص إلى التلفظ بألفاظ أو بذكر بعض عيوب الزوج الآخر مما يؤدي إلى فتح جرح عميق يصعب اندماله أو نسيانه.

## ٧- الملل:

والملل من أكثر الأسباب التي تؤدي إلى غياب العاطفة في العلاقة الزوجية، وتكمن مشكلة الملل في أن أحد الطرفين وهو من يشعر بالملل لا يستطيع مصارحة شريكه بذلك.

## ٨- الانفصام:

وذلك يعنى أن يصبح الزوجان منفصلين في كل أمور حياتهما، فهما يعيشان معاً في منزل واحد وينامان معاً على سرير واحد لكنهما في الواقع يعيشان في عالمين مختلفين، فكل منهما يعيش في عالمه وينشغل في حياته، ربما لينسى الانفصام الذى تعاني منه علاقته الزوجية وربما يكون الانشغال سبب هذا الانفصام.

## ٩- الديون:

إن الديون من الأمور المرهقة لأى شخص كان، سواءً كان متزوجاً أم غير متزوج، وعندما يكون الشخص متزوجاً فإن الديون سترهقه بشكل أكبر ولا شك، فالزوج حينها ليس مسئولاً عن نفسه فقط بل أيضاً مسئول عن زوجة وأحياناً أولاد، ولذلك يكون شغله الشاغل هو كيفية التخلص من هذه الديون للأبد مما يؤثر ولا شك على علاقته العاطفية بشريك حياته، خاصة إذا كان هناك بعض اللوم من الزوجة وتحميله مسئولية ما تعانيه الأسرة من ضوابط مالية.

## ١٠- آلام الماضي:

إن الماضي جزء لا يتجزأ من حياة الإنسان، وهو الأساس الذى يبنى عليه الحاضر، لذا فإن مشكلات الإنسان وخبراته في الماضي تؤثر ولاشك على حياته في الحاضر، ولذلك فإن الخبرات المؤلمة التي يتعرض لها الإنسان ك وفاة الأب أو الأم في سن مبكر " اليتيم "، أو عدم

إكمال التعليم، أو غير ذلك، من الممكن أن تؤثر سلباً على العلاقة العاطفية بين الزوجين، حيث ينظر البعض إلى أنفسهم نظرة دونية، ونظرة عدم استحقاق، مما يؤثر على ثقته بنفسه، وفي الغالب فإن هذه المشاعر تظل دفينة في داخله، ولا يصارح بها شريك حياته، مما يجعلها تخرج في صور أخرى، كالانفصام والانشغال وحدة الطبع والجمود العاطفي وأحياناً الاكتئاب.

#### ١١- الأخطاء في العلاقة الحميمة:

ومن الأمور التي تؤدي إلى غياب العاطفة الزوجية هو الأخطاء في العلاقة الحميمة والتي تمثل محورين هامين هما:

(أ) أخطاء في مفهوم العلاقة الحميمة.

(ب) أخطاء في أداء العلاقة الحميمة.

فمن الأخطاء الشائعة مفهوم أن العلاقة الحميمة هي إشباع للدافع الجنسي فقط وأنها أداء جسدي فقط، بينما هي في الواقع إشباع لعدة دوافع نفسية وفسولوجية إضافة إلى أنها أداء جسدي ونفسي في آن واحد. وهناك أخطاء تقع أثناء العملية الحميمة ومن أشهرها عدم استشارة المرأة بالشكل المناسب وعدم بلوغها الذروة الحميمة وظن بعض الرجال أنه طالما وصل للذروة فإن ذلك يكفي وهناك الكثير من الوضعيات والطرق المساعدة لبلوغ الرجل والمرأة الذروة الحميمة ويمكن الرجوع إلى الأطباء المختصين في ذلك لأخذ العلم والمعرفة منهم.

#### ١٢- الأخطاء في العلاقات الاجتماعية:

ومن أمثلة الأخطاء في العلاقات الاجتماعية تقرب الابن من والدته أو الفتاة من والدتها بشكل شديد يؤثر سلباً على حياتهما الزوجية فقد يشركان والدتيهما أو أبويهما أو أي

شخص آخر مقرب منهم في تدبير أمور حياتهم الزوجية، وكذلك قضاء الكثير من الوقت برفقة الأصدقاء وإعطائهم الأولوية والأهمية.

من ناحية أخرى، وقبل البدء في استخلاص أسباب ظهور الطلاق العاطفي نوّكد إلى ما انتهت إليه الدراسة الميدانية لـ " فاتن على حلمي " فلقد أوضحت النتائج العامة في هذه الدراسة أن الطلاق العاطفي يرتبط بالمتغيرات الديموجرافية مثل: النوع، والعمر الزمني، حيث تبين أن مجموعة الإناث كانت أكثر معاناة من الطلاق العاطفي بالمقارنة بمجموعة الذكور، كما تبين أن مجموعة الأعمار الزمنية الصغيرة كانت أكثر معاناة من الطلاق العاطفي بالمقارنة بمجموعة الأعمار الزمنية الكبيرة. كما كشفت النتائج أن الأفراد في مجموعة مستوى المعاناة المرتفع من الطلاق العاطفي أكثر إصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية وأكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الأفراد في مجموعة مستوى المعاناة المنخفض من الطلاق العاطفي.

**محمل القول:** الطلاق العاطفي من المشاكل الأسرية التي تعاني منها الأسر في المجتمع السعودي خاصة والمجتمع العربي والدولي عامة وعلى المرشد والمرشدة في المجال الأسري السعي لمعرفة تلك الأسباب التي تدفع لظهور الطلاق العاطفي حتى يستطيع تحديد الخطة أو البرنامج الذي يحقق الوقاية أو العلاج أو التأهيل لتجاوز تلك المشكلة، فمعرفة الأسباب والعوامل بالنسبة للمرشد هي وسيلة وليس هدف، وهذا هو ما دفعنا للإسهاب في التمهيد لكي نعرض أكبر قدر من أسباب ظهور الطلاق العاطفي، ومن خلال ما تقدم، واستخلاصاً من الدراسات والبحوث النظرية والميدانية ومن الخبرات المهنية نستطيع أن ننتهي بتوضيح أسباب ظهور الطلاق العاطفي وإرجاعها إلى خمسة أسباب رئيسية تتفاعل مع بعضها، وعلى المرشدين أن يسعوا من خلال أساليب التقدير المختلفة إلى تقييم التفاعل الديناميكي الذي يدور وينشأ بين

الأسباب وبعضها (سواء الرئيسية أو الفرعية) والتي تؤدي بالتبعية إلى ظهور الطلاق العاطفي بين الزوجين كما يجب مراعاة بعض الجوانب المهنية التي تساعد على تفعيل العائد من العملية الإرشادية في أثناء تحديد الأسباب التي أدت إلى الطلاق العاطفي والتي يمكن إجمالها فيما يلي:

١ - تقدير الأعراض والعوامل المسببة للطلاق العاطفي، إذ على المرشد تقدير أسباب ظهور الطلاق العاطفي لدى الزوج والزوجة بدقة في ضوء دليل دراسة الحالة.

٢ - تركيز المرشد على الأسباب التي أدت إلى الطلاق العاطفي وتتصف بالتكرار، أي عدد مرات حدوث المظاهر السلوكية التي تسبب الطلاق العاطفي، وكذلك التي تتصف بالاستمرار، أي كم من الوقت استمر السلوك، وكم من الوقت حدث السلوك، وكم من الوقت مضى منذ حدوث السلوك آخر مرة.

٣ - كما يجب على المرشد الاهتمام بالأسباب التي أدت إلى الطلاق العاطفي وهل تتصف تلك الأسباب بالصدق والثبات؟، فصدق الأسباب هنا يعني أن الأسباب فعلاً تعبر عما تعنيه من دلالة في ظهور الطلاق العاطفي، والثبات هنا يعني عدم تغيير الأسباب بسرعة بين كل جلسة إرشادية وأخرى.

٤ - الاعتدال في تحديد أسباب الطلاق العاطفي، إذ يجب عدم التورط في خطأ التعميم السريع أو غير المحدد، ويجب عدم الإفراط في تطبيق القواعد العامة على حالة المسترشد الخاصة، ويجب وضع الفروق الفردية في الحسبان، ومراعاة الفروق الثقافية والبيئية، في النظر إلى المسترشد (الزوج - الزوجة).

٥ - على المرشد أن يسعى لتحديد أسباب الطلاق العاطفي في ضوء النموذج الذي سوف يتبعه في برنامج الإرشاد مثل (العلاج المعرفي السلوكي، ونموذج تحليل المعاملات، والعلاج العقلاني الانفعالي .. إلخ).

ويمكن أن يستخلص المرشد الأسباب العامة (الرئيسية) لظهور الطلاق العاطفي من الشكل بعض الأمثلة لتوضيح الأسباب العامة والفرعية التي قد تؤدي إلى ظهور الطلاق العاطفي.

#### أولاً: أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل الزوج:

على المرشد أن يوجه الزوج من خلال أساليب الإرشاد حول هذا الجوهر والمضمون، وعليه أن يتعرف على أسباب ظهور الطلاق العاطفي التي ترجع إلى الزوج والتي يمكن إرجاعها إلى مكونات شخصية الزوج (المكون الجسمي، والمكون الاجتماعي، والمكون النفسي، والمكون العقلي) ولكن التزاماً بمنهجية دليل الإرشاد الحالي فسوف نقدم أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل الزوج من خلال عوامل وأسباب فرعية يمكن صياغتها في شكل أمثلة قد تواجه المرشد في عمله مع حالات الطلاق العاطفي، فهذه الأسباب التي سوف نتناولها هي التي دفعت الزوج إلى مرحلة ظهور الطلاق العاطفي لديه فهي أسباب تعزوها الزوجة إلى الزوج، والتي يمكن شرحها على النحو الآتي:

#### ١ - بخل الزوج المادي:

لقد طغت الحياة المادية على أفكار الكثيرين حالياً.. وجعلت الزوج يستولى على حقوق زوجته المادية دون وجه حق، وقد يكون بخيلاً، فيجد سعادته في التقدير على زوجته

وأبنائه، وتعيش الزوجة تعيسة، وهناك نوع آخر من البخل ظهر حديثاً بعد أن خرجت المرأة للعمل وأصبح لها دخل ثابت، فد يمتنع الرجل عن الإنفاق على الأسرة، ويتهرب من تحمل المسؤولية حتى تضطر زوجته للصرف بدلاً منه، ومع تنازل الزوجة وتقبلها لهذا الوضع حرصاً على حياتها الأسرية تزداد المشاكل، وقد تنتهي بالطلاق.

### ٢- التهديد بالطلاق:

هناك الرجل الذي يهدد زوجته بالطلاق باستمرار، ويجعل كلمة الطلاق على طرف لسانه، مشروطة بأوامر منه مثل: أنت طالق إذا فعلت كذا وكذا، وتتحمل الزوجة مرات ومرات، ولكن في النهاية لا بد أنها ستضيق بهذه الحياة المهددة بالطلاق باستمرار، فيجب ألا يحوم شبح الطلاق حول الزوجة، وأن تشعر بالأمان، وأنها الشريكة مدى الحياة، وألا تزول هذه الرابطة المقدسة لأسباب تافهة قد تؤدي إلى الطلاق العاطفي.

### ٣- بخل الزوج العاطفي:

بعض الزوجات قد يعانين من البخل المادي من قبل أزواجهن وهذا أمر مؤلم كما هو معروف، لكن هناك نوع آخر من البخل قد يكون أشد إيلاًماً وأقسى أثراً وهو البخل العاطفي، وهي حلقات تتصل كلها ببعضها، فالزوج لا يعاملها في العلاقة الحميمة بينهما على أنها شريكة الحياة لها حقوق عليه، وأن لها مشاعر وأحاسيس، فاحترام آدمية المرأة، والملاطفة والمداعبة قبل العلاقة الزوجية، عنصر أساسي لعلاقة ناجحة، وقد يبخل الزوج بكلمة الإطراء ونظرة التعاطف التي تسعد أي امرأة، وعلى الرغم من متاعبها الكثيرة في البيت وخارجه فإن هذه اللفتات إذا صدرت من الزوج تجدد ينبوع العطاء داخلها، فتعطي أكثر وتحاول إسعاده بكل الطرق.



## ٤- حرمان الزوج لزوجته من زيارة أهلها:

لا نجد بيتاً يخلو من الخلافات الزوجية، لأننا بشر وطباعنا مختلفة، وقد يكون أحد أسباب الخلاف ومن ثمّ الطلاق العاطفي هو منع الزوجة زيارة الأهل، فمن غير الطبيعي أن يضع الزوج العراقي أمام زوجته ليمنعها من أداء صلة الرحم تجاه أهلها، بل نسمعه يحلف عليها بالطلاق إذا ذهبت إلى منزل أبيها أو أمها، فهنا تقف المرأة حائرة بين طاعة زوجها وبين صلة الرحم وحقوق أهلها.

## ٥- عدم احترام حقوق الزوجة:

يجب أن تحترم حقوق الزوجة كما شرعها الإسلام، وأن ينظر إليها نظرة عادلة، فلا ينظر الزوج إليها على أنها آلة أو تحفة في بيته يكلفها بخدمات أو طلبات فوق طاقتها، وإذا اعتذرت أو اشتكت يغضب ويثور.

## ٦- أسلوب حياة الزوج:

على المرشد أن يتعرف بشكل علمي ومنهجي (من خلال أساليب التقدير في الإرشاد) على أسلوب حياة الزوج، فأسلوب الحياة Life-Style هو الذي يحدد النظام الذي يمارس به الزوج لشخصيته ووظائفها، وهو الذي يفسر تفرداها، فلكل زوج أسلوب حياة ولا يوجد شخصان يترسمان نفس الأسلوب في حياتهما، إن أسلوب الحياة لدى شخص ما هو الذي يعطى الشخص هويته، ويحدد كيف يتناول المشكلات ويقوم بحلها، ومن أشكال أسلوب حياة الزوج التي قد تؤدي إلى الطلاق العاطفي الأنانية، الاعتمادية (أي الاعتماد على الغير بشكل اتكالي)، التسلط، والتعصب، والتعالي والتحقير الصامت، أو الزوج الذي يتصف أسلوب

حياته بأنه يتصيد الأخطاء الصغيرة للزوجة .. إلخ فأشكال أسلوب حياة الزوج متعددة.

ثانياً: أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل الزوجة:

الزوجة شريك أساس في نجاح الحياة الزوجية وفي تحقيق السعادة الزوجية والاستقرار الزوجي، والتوافق الزوجي، والرضا، وهى أيضاً لها دور رئيسي في ظهور العديد من الاضطرابات والخلافات والمشكلات الزوجية، ف فيما يتعلق بالأسباب - من قبل الزوجة - والتي تكون سبباً في الطلاق العاطفي، نذكر ما يلي:

١- مظهر الزوجة وزينتها:

من حق الزوج على زوجته أن تدخل السرور على قلبه، بالمنظر الجميل، والملبس الحسن، والرائحة العطرة، والزينة بأنواعها، وأن تتجدد دائماً أمامه، وتشغل فكره وعقله ووجدانه .. إلى غير ذلك من الأمور التي لا تغيب عن الزوجة الذكية، أما إهمال الزوجة لنفسها، وعدم رغبتها في التنزين لزوجها، فهذا سلوك غير طبيعي، وهذا السلوك منها قد يجعل الزوج يميل إلى غيرها وحينئذ قد تصرخ الزوجة، معتقدة أنها قامت بخدمة زوجها على أكمل وجه، ولكنها نسيت أن حقوق الزوج لا تنحصر فقط في الطعام ورعاية الأبناء، الأمر الذي قد يكون سبباً من قبل الزوجة لظهور الطلاق العاطفي.

٢- أسلوب حياة الزوجة:

تم الإشارة سلفاً إلى أهمية أسلوب الحياة غير الصحي أو السلبي في ظهور الطلاق العاطفي من قبل الزوج، ونفس الحال بالنسبة للزوجة، ومن أهم مظاهر أسلوب الحياة السلبي - من قبل الزوجة - الذي قد يؤدي إلى الطلاق العاطفي هو النكد، يعتبر النكد من أهم أسباب

الطلاق العاطفي عند الطرفين ولكن إذا كانت الزوجة نكديه.. مزعجة.. لا تطاق العشرة معها.. بسبب العجرفة.. وعبوس الوجه المستمر.. فإنها تقلب مفهوم الكلام إلى مفهوم آخر، ولا تستنبط منه إلا معنى الغم والحزن، وتشفع طلباتها لدى الزوج بكلمات التهديد إن لم يستجب لما تريد، وسلاطة اللسان، وليس عندها وقت مناسب للحديث، بل تقابل الزوج عند عودته إلى المنزل بقائمة من الشكاوى والبكاء والنياح.. إلى غير ذلك من أساليب النكد، وكثيراً ما تسبب مشاكل وتتشاجر مع أهل الزوج والجيران والأصدقاء، بسبب أو بدون سبب.

ومثل هذه الزوجة لا تجعل في البيت راحة، بال التوتر المستمر ويهرب الضحك والبهجة، ويغيب التفاؤل بالحياة، مما يساعد على سرعة الانفصال، طلباً لراحة البال، أو استخداماً لحق الزوج الشرعي في الزواج بأخرى أو ينتهي الأمر بالطلاق العاطفي في أقل تقدير.

### ٣- منغصات الزوجة:

هناك بعض المنغصات التي تكون سببها الزوجة، ومن أبرزها تلك التي استخلصها "عبد الرحمن العيسوي" من العديد من الدراسات أطلق عليها منغصات الزوجة، والتي بدورها تؤدي إلى الطلاق العاطفي، ويمكن إجمالها في النقاط التالية:

- شجار الزوجة. - شكوى الزوجة. - الجمود العاطفي.
- الأنانية. - سرعة الغضب والانفعال. - النرجسية.
- كثرة النقد. - كثرة الجدل. - كثرة التصنع.

### ٤- عدم احترام حقوق الزوج:

إن عدم احترام الزوجة لأي حق من حقوق زوجها قد يدفع بالزوج إلى الطلاق

العاطفي، فعلى سبيل المثال على الزوجة إكرام أهل زوجها وأن تلقاهم بالود والترحاب، وأن تبذل لهم الخير والفضل، وألا تعبس في وجوههم، فكل ذلك يجلب رضاهم، ويبقى حبل ودها بزوجها متصلاً. وعكس ذلك فعدم احترام حقوق الزوج قد يؤدي إلى ظهور الطلاق العاطفي.

#### ٥- اختلاف الصورة الذهنية حول الزوج (أثناء دورة حياة الأسرة):

قد تحدد الفتاة قبل الزواج صورة ذهنية حول زوج المستقبل من حيث المظهر الخارجي وسمات الشخصية، وقد تتكون هذه الصورة الذهنية من خلال مصادر ليست موثوقة مثل القنوات الفضائية وما تحتويه، أو من الحديث المتبادل بينها وبين صديقاتها وزميلات الدراسة، وعند بدء الحياة الزوجية ومع استمرارها تكتشف الزوجة اختلاف الصورة الذهنية حول الزوج فهو يظهر بدون رتوش، ويتضح أنه لا يمتلك مهارات حياتية تساعده على التعامل والتفاعل الثنائي مع زوجته، وهنا يظهر الطلاق العاطفي.

#### ٦- المتغيرات الديموغرافية للزوجة:

حدّد الإسلام أسس الاختيار للزواج والتي تساعد على تحقيق الكفاءة الزوجية، وأجملها في الدين بما يتضمنه من سائر الفضائل والتي تؤدي بدورها إلى تحقيق السعادة الزوجية، الأمر الذي يتضح من خلاله أن بعض المتغيرات الديموغرافية خاصة عند الزوجة قد تؤثر وتساعد على ظهور الطلاق العاطفي، ومن تلك العوامل ما يلي:

- العمر، فقد تكبر الزوجة زوجها بعشرات السنين.

- المستوى التعليمي، فقد تحصل الزوجة على شهادات دراسية أعلى من زوجها بكثير.

- المستوى الاقتصادي، قد تمتلك الزوجة دخلاً اقتصادياً يفوق زوجها بكثير.
- المستوى المهني، قد تمتهن الزوجة وظائف مرموقة تفوق زوجها.

ثالثاً: أسباب مشتركة لظهور الطلاق العاطفي من قبل الزوج والزوجة معاً:

حتى تكون ممارسة المرشد والمرشدة ممارسة مهنية موضوعية قائمة على أسس علمية وأخلاقية نجد أنه من الإنصاف أن نسرد أنواعاً أخرى من الأسباب التي تؤدي إلى ظهور الطلاق العاطفي، ولكنها لا ترجع إلى الزوج فقط ولا إلى الزوجة فقط، بل هي أسباب مشتركة يمكن إجمالها في العوامل الآتية:

#### ١- التواصل والحوار الأسري:

يعد المناخ الوجداني غير السوي عاملاً رئيسياً في إحداث الطلاق العاطفي، حيث إنه في مثل هذه الأسرة (التي يسودها المناخ الوجداني غير السوي) نوع من التناقض بين ما يبدو على السطح وما يحدث في الداخل، فما يبدو على السطح يوحى بالهدوء والثبات والاستقرار، ولكن هذا الهدوء لا يقوم على أسس قوية داخل الأسرة، وعلى نوعية العلاقات بين أفرادها، ولذا فهو هدوء وثبات يتسمان بالركود، أو هو ثبات أميل إلى التوقف والجمود منه إلى الحياة والحركة، وينتشر في جو الأسرة نوع من الموت الوجداني، وهو جو يصنع المعاملات بين أفراد الأسرة بصبغة اكتئابية تتسم بالحد الأدنى من التلقائية والحيوية والحركة الحرة.

وفي هذا الصدد يؤكد "عبد الكريم بكار" أن التواصل الأسري، والحوار بين الزوجين هو أحد الآليات الهامة لتحقيق التوافق والاستقرار الزوجي، وأن عدم التواصل وضعف الحوار أو انعدامه بين الزوجين يعد سبباً لظهور الطلاق العاطفي، وفي هذا الشأن يقدم بعض النصائح

- التي يمكن للمرشد أو المرشدة أن يقدمها لعملاء الطلاق العاطفي، وهى على النحو التالي:
- الحوار بين الزوجين مقصود لذاته وصمت الزوج مزعج لزوجته، ولهذا فإن على الزوج أن يتحدث إلى زوجته، ولو لم يكن لديه شيء يقوله.
  - دراسات كثيرة تؤكد أن غياب الحوار بين الزوجين من العوامل الأساسية في الشعور بالتعاسة وحدوث الطلاق العاطفي.
  - الحوار يقي الحياة الزوجية من كثير من المشكلات، ويطرد عنها الركود والملل.
  - يحتاج نجاح الحوار بين الزوجين إلى تحديد الهدف الجوهرى من التواصل، وشيء من الهندسة والإخراج لذلك التواصل.
  - لا يصح إرغام أحد الشريكين على الدخول في حوار لا يريد، وإذا كانت هناك مشكلة؛ فلا بد من أن يمنحا أنفسهما الوقت الكافي لحلها.
  - لا للتهديد، ولا للابتزاز العاطفي، ولا لجعل الحوار مناسبة لتقديم الطلبات.
  - على الزوجين الصبر على الحوار، وإلغاء فكرة الانسحاب منه نهائياً.
  - الرجل والمرأة كائنات مختلفان، ونجاحهما في الحوار يتوقف على فهم كل منهما لطبيعة صاحبه.

## ٢- العلاقة الجنسية بين الزوجين:

تعد العلاقة الجنسية السوية مرآة لعلاقة زوجية متوافقة، واضطراب العلاقة الجنسية يعكس اضطراباً في جانب أو أكثر من العلاقة بين الزوجين من تفاهم وقدرة على حل المشكلات أو وجود أنشطة واهتمامات مشتركة بين الزوجين، بحيث يؤثر كل ذلك على الاستجابات

الفسولوجية أثناء العلاقة الجنسية، ولكي تعود هذه الاستجابات الفسيولوجية أثناء العلاقة الجنسية أو إلى مداها الطبيعي يمرُّ الزوجان بخطوات خلال الإرشاد لتسهم في إيقاف الأنماط المضطربة المستمرة في العلاقة والتي قد تؤدي إلى ظهور الطلاق العاطفي.

مثال:

سعيد ويلي زوجان صغيران وقد حضرا للعلاج بسبب خوف من أنهما يتباعدا عن بعضهما البعض، وكان الجانب الأكثر بروزاً لهذا الخوف أن حياة حبهما الممتعة السابقة قد اختفت، سعيد كان يعمل في عمل إداري وكان ناجحاً جدياً يعمل لمدة ٧٠ ساعة في الأسبوع، وخلال ساعاته القليلة من وقت الفراغ يقوم بمهام كثيرة مرتبطة بالمنزل أو ينام، وقد حصلت ليلي على درجة الماجستير، وهي أيضاً نشيطة جداً، وكانت ترعى طفلها الذي يبلغ ١٨ شهراً وتشارك في عدة دروس كل أسبوع، وكنتيجة لنمط حياتهما وحقيقة أن كل زوج ينهك جسدياً عندما تصل الساعة التاسعة مساءً يكون من السهل فهم لماذا لا تسير علاقتهما الجنسية جيداً. يعكس نقصان الأنشطة الجنسية من (سعيد ويلي) عدم ارتباط عام فقد ارتكبا خطأ (على الأقل بمصطلح العلاقات الزوجية) عادة يحدث للمتزوجين الشباب النشيطين، فكل طاقتهم تتركس أولاً للنجاح في العمل ومتابعة بعض الأعمال التطوعية وينظرون إلى زواجهم على أنه شيء مضمون معتقدين أنه سيعتنى بنفسه، هذا الاعتقاد كان قائماً على حقيقة أنهم قد طوروا بالفعل علاقة جيدة ستحافظ على نجاحها أياً كانت محاولاتهم.

٣- الذكاء الوجداني للزوجين:

يرى "عبد اللطيف خليفة" أن الحياة الزوجية مليئة بالعديد من الضغوط والمشكلات، والذكاء الوجداني أحد العوامل المهمة المساعدة على مواجهة مثل هذه الضغوط، فالأشخاص

الأذكياء وجدانياً يتعاملون مع مواجهة الضغوط بنجاح أكثر من غيرهم، وذلك نظراً لأنهم يدركون بدقة ويقيمون حالاتهم الانفعالية ويعرفون متى وكيف يعبرون عن انفعالاتهم ويديرون حالتهم المزاجية بفاعلية.

وقد كشفت نتائج الدراسات عن علاقة إيجابية بين الذكاء الوجداني والتعاطف و مراقبة الذات في المواقف الاجتماعية والاستجابات الأكثر تعاونية تجاه شريك الحياة، وحميمية العلاقات العاطفية والرضا الزوجي، ومن ثم فإن العلاقة الثنائية هي بمثابة تفاعل لأنظمة المعالجة المعرفية العاطفية لكلا الشريكين، إذ يمثل سلوك كل شريك سياقاً موقفياً للشريك الآخر، وتبين أن أسعد زوجين هما من يتمتعان بإدراك وتنظيم لانفعالاتهما وتعبير جيد عنهما، أي أن السعادة الزوجية تتوقف على مدى ما يتمتع به الزوجان من ذكاء وجداني، وقد كشفت نتائج الدراسات عن أن أكثر المهارات تنبؤاً بالتوافق الزوجي هي الإفصاح الإيجابي عن المشاعر، والقدر المنخفض من النقد، والقدر المرتفع من مهارات إبداء الإعجاب، وتقدير الزواج.

#### ٤- صراع الأدوار الاجتماعية بين الزوجين:

ترى " داليا مؤمن " أنه يرتبط أداء الفرد لدوره وأداء الطرف الآخر في العلاقة الزوجية للدور بالرضا عن دور الذات الزوجي، وإجماع الزوجين على دور معين له تأثير مباشر على الرضا الزوجي، ولا يتضمن عدم الكفاءة في أداء الدور بالضرورة نقص الإجماع عليه، فقد يجمع الزوجان ويتفقا على ما يجب أن يتم في الأدوار المختلفة ولكن أحدهما أو كلاهما غير قادر وغير أهل لأداء دوره بكفاءة، ومن ناحية أخرى إذا كان اتفاق الزوجين على الأدوار قليلاً فإن اختلافهما في الإدراك قد يؤدي إلى تقييم منخفض لأداء الطرف الآخر للدور، الأمر الذي قد يؤدي إلى الطلاق العاطفي.



## ٥- الاضطرابات والأمراض:

يرى " محمد المهدي " أن اضطرابات شخصية أحد الزوجين أو كليهما قد تؤدي إلى الفصل في الحياة الزوجية، وبالتالي ظهور الطلاق العاطفي بين الزوجين، وهذه السمات والأنماط الشخصية قد توجد في الزوج أو الزوجة على حد سواء، والتي منها على سبيل المثال النماذج التالية:

- الشخصية البارانونية (الشكك، الغيور، المستبد، المتعالي).
- الشخصية النرجسية (المتمركز حول ذاته، الأناني، الطاووس).
- الشخصية السيكوباتية (الكذاب، المحتال، المخادع، الساحر، معسول الكلام، الذي لا يلتزم بعهد ولا يفني بوعد، ويبحث دائماً عن متعته الشخصية على حساب الآخرين، ولا يلتزم بقانون، ولا يحترم العرف، ولا يشعر بالذنب، ولا يتعلم من خبراته السابقة فيقع في الخطأ مرات ومرات).
- الشخصية الهستيرية (الدرامية، الاستعراضية، الزائفة - الخادعة والمخدوعة، السطحية، المغوية، التي تعد ولا تفي وتغوى ولا تشبع، الجذابة، المهتمة بمظهرها أكثر من جوهرها، الخاوية من الداخل رغم مظهرها الخارجي البراق الأخاذ، التي تجيد تمثيل العواطف رغم برودها العاطفي، وتفيد الإغواء الجنسي رغم برودها الجنسي، ولا تستطيع تحمل مسؤولية زوج أو أبناء، هي للعرض فقط وليست للحياة، كل همها جذب اهتمام الجميع لها).
- الشخصية الوسواسية (المدقق، الحريص بشدة على النظام، العنيد، البطيء، البخيل في المال والمشاعر، المهتم بالشكل والنظام الخارجي على حساب المعنى والروح).

- الشخصية الحدية (شديد التقلب في آرائه وعلاقاته ومشاعره، سريع الثورة، كثير الاندفاع، غير المستقر في دراسته أو عمله أو علاقاته، يميل إلى إيذاء نفسه، ويميل إلى الاكتئاب والغضب، ومعرض للدخول في الإدمان، ومعرض لمحاولات الانتحار).
- الشخصية الاعتمادية السلبية (الضعيف، السلبي، الاعتمادي، المتطفل، أينما توجهه لا يأتي بخير).
- الشخصية الاكتئابية (الحزين، المهموم، المنهزم، البائس، قليل الحيلة).

#### رابعاً: أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل المجتمع:

المشكلات الأسرية عامة والطلاق العاطفي خاصة تعد أحد مشكلات التفاعلات الثنائية حيث تتأثر بالبيئة المحيطة، فأحداث الحياة الضاغطة والمتغيرات الثقافية والاقتصادية والاجتماعية المحيطة لها دورها الفعال في ظهور الطلاق العاطفي، وهذا ما سوف نحاول رصده من خلال الأمثلة التوضيحية التالية:

#### ١- المتغيرات الاقتصادية (على المستوى المجتمعي، والمستوى الفردي):

ترى " كلثوم بلميهوب " أن الضغوط الاقتصادية والضائقات المالية، تحدث اضطراباً في أساليب المعيشة وطرق السلوك المألوفة، وخاصة حين يحدث اختلال التوازن بين متطلبات وحاجات الأسرة، وبين الموارد اللازمة لتحقيق هذه المطالب والحاجات. إلا أنه بالرغم من أن المعاناة الاقتصادية لها التأثير القوي والمباشر على سلوك الأزواج أكثر من الزوجات، وبالرغم من أن المعاناة الاقتصادية تؤثر سلباً على الأزواج، فيصبحون أكثر عدوانية، وأقل مساندة لأبنائهم، إلا أن زيادة مشاعر العدوانية ونقص مشاعر الدفء لدى الزوجات، ليس نتيجة مباشرة للمعاناة

الاقتصادية، ولكنها بالدرجة الأولى نتيجة غير مباشرة، وذلك من خلال التغيرات السلبية التي تحدث في سلوك الأزواج نتيجة لمعاناتهم الاقتصادية. ومجمل القول أن أحداث الحياة الضاغطة ذات الصبغة الاقتصادية ما من شك أنها قد تساعد على ظهور الطلاق العاطفي.

## ٢- المتغيرات الثقافية:

ترى "سميحة توفيق" أنه عندما ينتمى طرفا الزواج أو قطبي الأسرة إلى أصول ثقافية متباينة ويخضعان في حياتهما لمعايير وقيم مختلفة، يصبح هذا الاختلاف أو التباين مصدراً لكثير من الصراعات والتوتر، فكل فرد لديه قيم تحدد له وجهات نظره في الحياة وتدفع سلوكه ليتخذ مواقف معينة تجاه المواقف المختلفة في الحياة. ومن الملاحظ أن أفراد المجتمع الواحد كثيراً ما تتشابه القيم التي يؤمنون بها، كما أن القيم التي يعتنقها الأفراد في المجتمعات المختلفة غالباً ما تتشابه أيضاً، إذن ما هو وجه الاختلاف بين قيم أفراد في مجتمع وقيم أفراد في مجتمع آخر، وقيم شخص وآخر في نفس المجتمع، إن وجه الاختلاف يكون في السلم القيمي لدى كل منهما، أو بمعنى آخر تدرج القيم في داخل الإنسان هو الذي يختلف. فمثلاً قد تحتل المكانة الاجتماعية أعلى السلم القيمي لدى فرد ما في الوقت الذي قد تكون فيه هذه القيمة هي أدنى قيمة يؤمن بها فرد آخر، وبناء على السلم القيمي لدى كل فرد نراه يسلك بطريقة معينة في المواقف المختلفة، فقد يتقدم إلى المرشد أو المرشدة زوج أو زوجة لطلب المساعدة المهنية ويتضح أن الزوج سعودي الجنسية والزوجة من الهند أو باكستان أو من مصر أو هي سعودية أيضاً ولكن يوجد دور للمتغيرات الثقافية وقيم المجتمع لكل من الزوج والزوجة في ظهور الطلاق العاطفي.

## ٣- المتغيرات الاجتماعية:

الزوج والزوجة في تفاعل اجتماعي مع المجتمع المحيط بما يتضمنه من العائلة التي ينتمى إليها كل طرف، والعادات الاجتماعية السائدة في كل مجتمع، والمجتمع الآن أصبح قرية صغيرة من خلال التقدم في وسائل الاتصال الحديثة، وبالتالي يتأثر الزوج والزوجة بالعديد من العناصر الاجتماعية المحيطة ومن أكثرها العائلة، فإذا كان للعائلة إيجابيات كثيرة لا تحصى نحو الأبناء، فهناك بعض السلبيات التي قد تؤثر على الزوجين من أبناء العائلة، وتكون سبباً في زرع المشاكل الزوجية بينهما، وإذا زادت المشاكل بصورة لا يتحملها أحد الزوجين، فقد تنتهي بالطلاق الرسمي أو العاطفي، مع كراهية الزوج - أو الزوجة - لهذه العائلة التي كانت سبباً في فشل زواجه. ومن أهم النقاط السلبية التي قد تساعد على ظهور الطلاق العاطفي ما يلي:

- (أ) فرض زيجة معينة على الأبناء.
- (ب) نظرة الأسرة والمجتمع الذكورية.
- (ج) التدخل المستمر للأهل (الحماة، الأخوة).

## المراجع

- (١) أحمد يحي عبد الحميد: الأسرة والبيئة، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، ١٩٩٨ م.
- (٢) أنوار مجيد هادى أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات، مجلة الأستاذ، كلية التربية، جامعة بغداد، ٢٠١٠.
- (٣) أنوار مجيد هادى: الطلاق العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر في مدينة بغداد، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد، ٢٠١٠ م.
- (٤) أنوار مجيد هادى: الطلاق العاطفي، القاهرة، دار النهضة العربية للطبع والنشر والتوزيع، ٢٠١٢ م.
- (٥) بامبلا جور بكار: السعادة الزوجية بعد الإنجاب، ترجمة: أمينة التيتون، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٥ م.
- (٦) تيسير رجب التميمي: الطلاق بين تعسف المطلق وتفريق القاضي، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٩ م.
- (٧) حامد عبد العزيز الفقى: مفاهيم العلاج النفسي الأسرى، كلية الآداب، جامعة الكويت، ع ٥، ١٩٨٤ م.
- (٨) حصة بنت حميد السبيعي: استراتيجية مواجهة المشكلات الناتجة عن ضغوط الطلاق العاطفي كما تدركه المرأة المتزوجة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، ٢٠٠٩ م.
- (٩) داليا مؤمن: الأسرة والعلاج الأسرى، القاهرة، دار السحاب للنشر والتوزيع، ٢٠٠٨ م.

- (١٠) رانيا مرتضى: الطلاق العاطفي كما يدركه الأبناء في مرحلة الطفولة المتأخرة وعلاقته بالعدوانية، رسالة ماجستير، غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ٢٠٠٥م.
- (١١) رنا عبد المنعم العباسي، خمائل خليل العبيدي: الطلاق العاطفي لدى المتزوجين، بحث منشور، العراق، الجامعة المستنصرية، مجلة كلية الآداب، العدد الواحد والخمسون، ٢٠١٠م.
- (١٢) سامية حسن الساعاتي: الاختيار للزواج، القاهرة، الهيئة العامة للكتاب، ٢٠٠٢م.
- (١٣) سميحة كرم توفيق: مدخل إلى العلاقات الأسرية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٦م.
- (١٤) سناء محمد سليمان: التوافق الزوجي واستقرار الأسرة، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠٥م.
- (١٥) سناء مؤمن: الأسرة والحياة العائلية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ٢٠٠٢م.
- (١٦) عبد الكريم بكار: التواصل الأسري، الرياض، مؤسسة الإسلام اليوم للإنتاج والنشر، ٢٠٠٩م.
- (١٧) عبد اللطيف محمد خليفة: العلاقة بين الذكاء الوجداني والتوافق الزوجي، بحث منشور، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة، العدد الرابع، ٢٠٠٨م.
- (١٨) علاء الدين كفاي: الإرشاد والعلاج النفسي الأسري، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩م.

- (١٩) فتن على حلمى على: الطلاق العاطفي لدى عينة من المتزوجين وعلاقته بكل من الاضطرابات السيكوسوماتية والشعور بالوحدة النفسية، جامعة المنيا، مجلة علم النفس المعاصر، أكتوبر، ٢٠٠٢م.
- (٢٠) ماهر العربي: مشكلة تبدل المشاعر " الطلاق العاطفي " ، <http://www.prof-alhabeel.Com>.
- (٢١) محمد المهدي: فن السعادة الزوجية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠٠٧م.
- (٢٢) محمد خطاب: الطلاق العاطفي بين التشخيص والعلاج، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٠١١م.
- (٢٣) محمد فريد: الطلاق العاطفي، <http://www.medicare-clinics.com>.
- (٢٤) محمد نجيب توفيق حسن: الخدمة الاجتماعية مع الأسرة والطفولة والمسنين، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٨م.
- (٢٥) معن خليل عمر: علم اجتماع الأسرة، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، ١٩٩٤م.

## أسباب الطلاق العاطفي

د. محمد السيف

مصطلح الطلاق العاطفي عادة يستخدمه المتخصصون في علم النفس، وهو مرادف لمصطلح الزواج الاغترابي الطقوسي أو الزواج الاعتيادي أو الزواج الروتيني المستخدم في علم الاجتماع والدراسات الاجتماعية بشكل عام... إن موضوع الدراسة متسع المجال وقد يقودنا إلى جوانب متعددة ومتشعبة، ولكن يمكن تحديد المشكلة بالسؤال الآتي: ما الأسباب الاجتماعية المرتبطة بظهور الطلاق العاطفي؟ وما أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل الأزواج والزوجات؟

### ١) الأسباب الاجتماعية المرتبطة بالطلاق العاطفي:

الاستقرار العاطفي هو أمن نفسي واجتماعي ينعكس بشكل مباشر على أمن واستقرار المجتمع بشكل عام، فقد ركزت ثقافة المجتمع السعودي الدينية والاجتماعية على ضرورة الإشباع العاطفي بطريقة مقبولة تحت ثقافة معينة يشرف عليها النسق العائلي، وقررت ثقافة المجتمع وسيلة تنظيمية لتحقيق هذا الهدف وهو (الزواج) وبتحليل مواقف وسلوك الأفراد في المجتمع تجاه اتخاذ الزواج كوسيلة لتحقيق الأمان العاطفي، يتبين أن المجتمع يؤكد على ضرورة تحقيق الهدف (شرعية الإشباع العاطفي) دون تأكيد مائل على الأسلوب المقبول وهو (الزواج) فأسلوب الزواج الذي يحقق هذا الهدف غير متاح لبعض فئات المجتمع، حيث فرضت ثقافة المجتمع قيوداً على إتيان الزواج ببسر وسهولة، كالمغلاة في المهور أو شرط السكن المستقل، والعمر الصغير، أو المبالغة بالخصائص الجسمية والأخلاقية وبالمكانة الاجتماعية والوظيفية.



وكل هذا يترتب عليه إعاقة لرغبة كل من الذكر والأنثى في الارتباط، وبالتالي تأخير لعملية الاستقرار الاجتماعي، فينتج من جراء ذلك عدة استجابات سلوكية مغتربة في المجتمع السعودي. تجد فئة من الناس تقبل أهداف الزواج والتي من أهمها الرغبة في الاستقرار العاطفي، ولكنها تجد الفرصة غير متاحة أمامها بسبب معوقات الزواج المادية والثقافية التي فرضها المجتمع على أبنائه وبناته، وفي هذه الحالة تجبر ثقافة المجتمع بعض الأفراد (ذكوراً وإناثاً) على الزواج، ولكن تحقيق النجاح والهدف بدرجة منخفضة لا تمكنه من الوصول إلى الإشباع العاطفي المطلوب، لكن في الوقت نفسه يظل الفرد ملتزماً بطريقة شبه قهرية بهذا الأسلوب المشروع وهو (الزواج) لتحقيق هذا الهدف، على الرغم من أنه لا يحقق له شيئاً يذكر، وهذه هي البذرة الرئيسة لنشأة الطلاق العاطفي، ويشيع هذا النمط عند بعض فئات المجتمع التي أجبرتهم ظروفهم الاقتصادية والاجتماعية وسماتهم الجسمية والخلقية على الزواج دون توفر الشروط المطلوبة في خصائص الطرف الآخر، فينتج من ذلك حالة زواج مغتربة وروتينية وهي الالتزام بالزواج بطريقة قهرية دون أن يحقق له الزواج الإشباع العاطفي المطلوب، لذلك قد يشيع عند هؤلاء الطلاق العاطفي.

و صوب هذا الاتجاه نستطيع أن نفسر مشكلة الطلاق العاطفي بأنها زواج (روتيني) يتمثل هذا النمط من التكيف مع الطرف الآخر بالتخلي عن الهدف من الزواج وهو الإشباع العاطفي، وفي نفس الوقت يظل الفرد ملتزماً بالزواج بطريقة شبه قهرية لتحقيق الهدف على الرغم من أنه لا يحقق له شيئاً يذكر. إن الافتراض الأساسي في هذه الدراسة هو أن مشكلة الطلاق العاطفي في المجتمع السعودي ترتبط ببنائه الاجتماعي وبثقافته الأسرية، وأن دور التأثيرات الخارجية للأسرة كوسائل الإعلام والأصدقاء نعدّها عوامل مساعده قد تنجح في

تعزير الطلاق العاطفي إذا وجدت بيئة أسريه خصبة متصدعة في قواعدها العاطفية المادية والمعنوية.

وهنا تبدو القيم الثقافية (الاجتماعية والدينية) في المجتمع السعودي وهي تحث الأفراد لكي يسعوا نحو تحقيق الاستقرار الاجتماعي والحصول على الأمان العاطفي بوسيلة مشروعة وهو الزواج، وتنشأ المشكلة في المجتمع عندما يحدث انفصال بين الوسيلة (الزواج) والهدف (وهو الاشباع العاطفي) فلا يوجد تكامل وانسجام بين الوسيلة والهدف فينشأ الطلاق العاطفي. حيث المجتمع بتشريعاته ونظمه يحرص كل الحرص ويهتم باستقرار أعضائه اجتماعياً بالزواج لكن لا يهتم بنفس القدر بدعم وتيسير الزواج وهي التي قرر بأنها الوسيلة الأساسية والمقبولة التي يستطيع من خلالها الأفراد تحقيق الإشباع العاطفي والاستقرار الاجتماعي.

وهذه الحالة من سوء التكامل تُعدّ انهياراً في البناء الثقافي، فالإناث والذكور في المجتمع قد يقعن تحت ضغوط أسرية واجتماعية واقتصادية بقبول الزواج حتى ولو كانت خصائص الطرف الآخر لا تناسب احتياجه، مما يعيق استقرار الأزواج اجتماعياً ويشعرون بالحرمان العاطفي بسبب العلاقات الزوجية القائمة على الحرمان والتشاحن والتنازع والتصارع وبالتالي الطلاق العاطفي. فثقافة المجتمع تحض كل فرد أن يحقق الإشباع العاطفي والاستقرار الاجتماعي من خلال الزواج ولكنها لا تتيح فرص وجود مناخ أسري مناسب لبعضهم البعض بسبب المعوقات الثقافية والمادية والاجتماعية التي تصعب الزواج مما يحدث الزواج بالإكراه بشكل غير مباشر، لعدم تجانس الزوجين بالخصائص الاجتماعية والسمات الفردية أو وجود فارق عمري وتباين بالمستوى الفكري بين الزوجين، وكل هذا يترتب عليه مناخ أسري رديء يفتقد إلى الاستقرار الاجتماعي وتشعر الزوجة أو الزوج فيه بحرمان عاطفي يؤدي إلى الطلاق

العاطفي، بحيث يصبح الحصول على الاستقرار العاطفي من الزواج أمراً غير ميسور وعسير، وفي كثير من الأحيان قد يكون مستحيلاً.

## (٢) خصائص اجتماعية مرتبطة بالطلاق العاطفي:

وقد تبين من خلال دراسة ميدانية في علم الاجتماع أن الزوجات اللاتي تعرضن لطلاق عاطفي كن يعشن مع الزوج في مناخ أسري مضطرب وغير سليم، وبسبب ذلك يشعرن بمعدل حرمان عاطفي كبير وضعف في الشعور بالأمان العاطفي، وانخفاض في درجة التواصل الفكري والوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين، وتعاني الزوجة أشد المعاناة بالنبد والإهمال بصورة المتعددة من الزوج كالانشغال والسهر خارج المنزل وكثرة الأسفار، كما تعاني من ضعف في التوافق العاطفي وجفوة من قبل الزوج وفقدان للحنان.

كما ثبت من تلك الدراسة الميدانية أن الزوجة في ظل الطلاق العاطفي كانت لا تجد في كنف الزوج الأمان العاطفي والاستقرار الاجتماعي لقلة تعامل الزوج مع زوجته بأسلوب المودة والرحمة فيقل بذلك الاحترام المتبادل أو الالتزام بأداء الحقوق والواجبات ومراعاة مشاعر الآخر، مما يمنح فرصة لشيوع أسلوب النبد والإهمال في معاملة الزوج لزوجته فيتصرف بضعف غيرته نحو الزوجة، فيتركها تفعل ما يحلو لها دون محاسبة أو عقاب، وعدم الاهتمام بمطالبها وحاجاتها ومشكلاتها ومشكلات أولادها، ويصل أحياناً الأمر إلى حد عدم الاكتراث بوجودها، وهو ما تثبته متغيرات أسرية مستقلة له أثر واضح في تحديد خصائص سمات الطلاق العاطفي، كما يتبين في الجدول الآتي:

الترتيب حسب الأهمية	خصائص اجتماعية مرتبطة بالطلاق العاطفي
الأول	الاعتماد بعدم التبسم والفرح مع الطرف الآخر.
الثاني	عدم تعامل الزوجين بالمودة والرحمة
الثالث	عدم غيرة الزوج على زوجته
الرابع	عدم قناعة الزوجة أصلاً بالزواج (الظروف أجبرتها على الزواج)
الخامس	عدم التجانس الفكري والعمرى وكثرة الاختلافات
السادس	عدم ميل الزوج إلى الجلوس والسهر مع الزوجة ليلاً.
السابع	الحرمان الجنسي عند الزوجة أو الزوج
الثامن	ضعف شخصية الزوج
التاسع	عدم الاهتمام بمشكلات الأولاد من أحد الزوجين
العاشر	سفر الزوج المتكرر لوحده
الحادي عشر	عدم تواجد الزوج بالمنزل وكثرة مشاغلة

### ٣) الزواج الروتيني وعلاقته بالطلاق العاطفي:

كشفت الدراسات الاجتماعية أن هناك من المتزوجات من يفتقدن الاستقرار بالحياة الزوجية ويقل توافقهن الزوجي مع أزواجهن ويشعرن بالطلاق العاطفي بسبب الفارق العمري وقبول الزواج بالإكراه بسبب الظروف الصعبة، وبالتالي عدم التلاقي والتقارب في

الأفكار والتفاهم والحوار، فلا يوجد تبادل للمشاعر الدافئة التي تبعث الحيوية في العلاقات الزوجية، مما يضطرهن إلى البحث عن ذلك النوع الدافئ من المشاعر بأي شكل من الأشكال، حتى ولو اضطرهن ذلك إلى ارتكاب سلوك محرم يحقق لهن تقديراً للذات، وتحصل على إعجاب الرجال الآخرين بنظرتهم إليها بالإعجاب والتقدير، مما يرفع عند أنفسهن مركزهن الاجتماعي والمعنوي ويرفع معدل الرضا عن أنفسهن، وكل هذا يساعد على تمسك الزوجة بحياتها الزوجية وديمومتها مع زوجها لإضفاء صفة الشرعية على عملية الإنجاب ولتحافظ على المكاسب والمصالح ورعاية الأولاد من استمرار الزواج، وهذا ما يسمى بالزواج الروتيني (الطلاق العاطفي) وهو الذي يدوم لمصالح مادية واجتماعية بدون أن يحقق إشباعاً لاحتياجات نفسية وعاطفية، فتستمر الحياة الزوجية كممارسة اعتيادية لكن بدون أن يتحقق الهدف الرئيسي من الزواج وهو الحصول على الأمان العاطفي.

وقد كشفت الدراسات أن أهم العوامل المسببة للطلاق العاطفي والتي تحد من الدفاء في العلاقات الزوجية وتزيد من السطحية في الحياة الزوجية خمسة عوامل رئيسة مرتبة كالاتي:

أ- كثرة المشاكل والاختلافات بسبب وجود فارق عمري وعدم تجانس فكري بين الزوجين.

ب- عدم قناعة الزوجة أصلاً بالزواج.

ت- فقد المودة والرحمة بين الزوجين.

ث- سهر الزوج كثيراً خارج المنزل.

ج- ضعف شخصية الزوج.

## ٤) القناع في الزواج والطلاق العاطفي:

على المرشد أن يكشف التربية الاجتماعية والتنشئة الأسرية الزوجية للزوج والزوجة، والتي كانت قبل الزواج؛ لأن هذا سينعكس على العشرة الزوجية ونمط مشكلاتهما، فمثلاً: لا بد أن يعرف المرشد طريقة الفتاة وتعاملها مع الذكور عند أسرتها: هل كانت قائمة على التخويف أو كان التعامل قائماً على الاحترام؟ فالأكيد أن هذا سينعكس على نوع وحجم المشكلات الزوجية ومن ضمنها الطلاق العاطفي.

وعلى المرشد أن يتوقع من الزوج أو الزوجة، عندما يدخلان عش الزوجية، أن يخفي أحدهما على الطرف الآخر بعض الظروف: مثلاً: الظروف الاقتصادية، أو المشاكل الصحية، أو المشاكل السلوكية والأسرية، فالمرشد الأسري ينبغي أن يكون له دور فعال في إظهار ومعرفة هذا الخفي وعلاقته بالمشكلة الزوجية المعاصرة وخاصة الطلاق العاطفي. والقناع هي الفترة التي تبدأ من الخطبة الرسمية مروراً بفترة عقد النكاح حتى أشهر الزواج الأولى، والتي يطلق عليها "شهر أو أشهر العسل".

وفترة القناع هذه تشمل تودد الرجل إلى المرأة بكل أشكاله، حتى ذلك الزواج الذي ينتهي بالفشل، وتشمل الخطبة الرسمية وما يصحبها من حديث متبادل ورؤية شرعية تمهد لعقد النكاح وهو التقليد السائد تقريباً، والذي يتخذه الشباب طريقاً إلى الزواج بعد ترتيب ذلك مع الأسرة.

وأثناء فترة الخطبة يُظهر كل من الطرفين أحسن ما عنده من خلال صفات وسلوك وحديث عن نفسه، ويرى كلا الشريكين المنتظرين كل شي بمنظار وردي، فهناك ميل كبير في هذه الفترة إلى الخيال والمثالية، لذلك نجد أن كثيراً من الوعود التي تبذل في هذه الفترة لا توفى،

كما نرى أن كثيراً من الآمال والتوقعات لا تتحقق .

ويبدو الزواج والحال كذلك، بمثابة نكسة لكل تلك الوعود والآمال، والسبب في ذلك لا يكمن في أن الزواج أقل أهمية من الخطبة، بل لكونه يرجع إلى أن الزواج يصطبغ دائماً بصبغة الواقعية، أما فترة الخطبة وأشهر العسل فقليلاً ما يطبعها الواقع بطابعه، وإنما هي دائماً مطبوعة بطابع الخيال .

ويتحدث الكثيرون عن تغير الأزواج إلى الأسوأ بعد شهر العسل، والسبب هو ارتداؤهم أقنعة تخفي حقيقتهم؛ حيث بعد أشهر الزواج الأولى يبدأ التحول العظيم، وذلك عندما يعود كل منهم إلى طبيعته، ويرى كل منهم الآخر على حقيقته، وليس كما ظن أنه سيكون، تقول "إحدى الحالات" عن تلك المرحلة: "لقد كلمته بإذن أهلي قبل عقد النكاح وشافني وشفته كنظرة شرعية، ثم كلمني يقول: أنا ما جاني نوم بعدما شفتك أفكر فيك، كان يكلمني ثلاث مرات يومياً تقريباً أو أكثر، وفي كل مكالمة يتحدث عن غرفة النوم التي سوف أشتريها وسيجعلها أحلى غرفة شافتها عيني بالديكورات والإضاءات وكل وسائل الترفيه والفرش الغالي، والأهم من ذلك كان كلامه حلواً عن شكلي، ومعجب بشعري، صرت أعد الساعات واللحظات متى يأتي زواجنا حتى أقعد معه" وتذكر "تلك الحالة" عن مرحلة القناع مع شريكها قائلة: "والله، السنة الأولى كلها مجاملات، وكل واحد يظهر أحسن شيء عنده للآخر، وهذا اللي صار معي مع زوجي في الأشهر الأولى، كان يحسبني أنه يحب أهلي، ويحب أن يصلهم، ويحب يوقف معهم بالفرح والحزن... حتى أن والدتي أنجبت طفلة في السنة الأولى من زواجي، فسمح لي بالجلوس عندها وخدمتها والاطمئنان عليها وكان لطيفاً، لكن في السنة الثانية من الزواج تعب الوالد وأدخل العناية المركزة وكان بين الحياة والموت وعندما أطلب منه زيارته كان يرد بكل

استهتار وسخريه هو أبوك وإلا أبوي، اذهبي لوحدك مع أخيك ولم يهتم بذلك ولم يشاركني حزني أثناء مرضه، أو فرحي بخروجه من المستشفى".

#### ٥) الاتكالية على الطرف الآخر والطلاق العاطفي:

ونفترض من البداية أن أهم علامات سوء التوافق الزوجي والخطوة الأولى نحو الطلاق العاطفي في الأسرة السعودية هو الهروب من أداء مسؤوليات الأسرة وترك الشريك الآخر يقوم بواجباته، فأسلوب المعاملة الزوجية القائم على الاتكالية على الطرف الآخر للقيام بشؤون الأسرة، قد يكون بتسلط وقسوة وفرض أحد الزوجين آراءه على الآخر بطريقة قسرية، وعدم إتاحة الفرصة له للتعبير عن ذاته، واستخدام أساليب العقاب النفسي أو البدني لينفذ المسؤوليات، أو فرض الاتكالية على الطرف الآخر بأسلوب النبذ والإهمال، وترك أحد الزوجين الآخر يفعل ما يحلو له دون محاسبة أو عتاب، أو تكون الاتكالية والتخلي عن المسؤوليات بسبب أسلوب التدليل والحماية الزائدة، ويقصد به تحقيق أحد الزوجين لرغبات الآخر ولو على حساب مصلحته ومصلحة الأسرة، وإعفاؤه من أي أعباء أو التزامات، والقيام نيابة عنه بجميع المسؤوليات، وعدم الثقة بالشريك الآخر.

إن اتكالية أحد الزوجين على الطرف الآخر شكل من أشكال العدوانية؛ لأنه ينتفي خلالها كل أشكال التفاهم والتعاون، فلا يمكن أن يشعرأ بأنهما كيان واحد، بل بالعكس فهما يشعران بالانفصال؛ وذلك لأن أسلوب التعاون المتبادل على أداء الواجبات والمسؤوليات الأسرية يقوم على الحب بأسمى معانيه، وعلى احترام الذات وتقبلها، ويقوم على التعاطف والمشاركة الوجدانية، ويرتكز على التفاهم والتواصل الفكري، فيجد كل من الزوجين من الآخر الاحترام والتقدير والإعزاز؛ لأن توزيع الأدوار والتعاون المشترك في أداء المسؤوليات - كل



حسب طبيعة دوره - يحسس الزوجين أنهما زوجان شريكان، ويعتبر كل منهما نفسه شريكاً لا تابعاً، ومسؤولاً لا عاجزاً، فيسود التوافق، وتحل المشكلات بأيسر الطرق، ويعتبر كلاهما نجاح الآخر نجاحاً له، ويفخر ويفاخر به، ويدعم كل منهما الآخر ويدفعه للأمام، فيبتعد عن حياتهما شبح الخوف والشك والريبة، ويسود الأمن والأمان ويتبدد القلق. لكن عند اتكالية الزوج على الزوجة قد تجد نفسها من بداية سنين زواجها أن أغلب حياتها واجبات، وأقلها حقوق، فتشعر أنها ربما ستفقد توافقها الزوجي، وتحس أنها ستكون غير متزنة بعلاقتها مع زوجها، وتظل تعاني وتكابد مما يزيد توترها وقلقها، وقد تنفجر في ثورات عارمة، تعبيراً عما تعانيه.

تقول (إحدى الحالات) عن اتكالية زوجها: "في أشهر الزواج الأولى كان يحرص على مشاركتي معه بكل شيء في الزيارات، وفي التسوق عند جلب مقاضي البيت، وعند الذهاب للمستشفى، لكن بعد ذلك وخاصة في نهاية السنة الأولى من الزواج بدأ تدريجياً يتخلى عن المسؤولية، وبدأت أقوم أنا بمهام ومسؤوليات الأسرة، أصبحت أقوم بكل شيء، بدأت أراجع المستشفى لوحدي، وأجلب المقاضي لوحدي، وكنت في البداية أخدم زوجي ومنزلي بعيوني، لكن تدريجياً بدأ ما يهمله شيء، صرت أقوم بدور الأم والأب للبيت ولطفلي، حتى صار زوجي لا يطلع من البيت، ولا يتقبل طلباتي، لقد بدأ ينزول وينفصل عني؛ لأنني أصبحت أنا وابني حملاً ثقيلاً، شال يده من كل شيء، الأشياء الضرورية يجيها على مزاجه، وإذا ناقشته وحاولت أعدل سلوكه قال: معك فلوس احمدي ربك، غيرك ما عندهم فلوس ويكفي أنني أعمل وأصرف عليكم" وتضيف لتكشف اتكالية زوجها عليها، وتشعر بأن هذه الاتكالية ليست ثقة تعزز بها، وإنما هي نبذ وإهمال لها، قائلة: "لقد بدأت أستقبل الضيوف لوحدي، وأقابل الأطباء لوحدي، ولم يكن لديه استعداد للتفاهم معي، أو مساعدتي، أو مشاركتي، لقد بدأت أشعر بالتعب"

لقد تأكدت "الحالة" أن زوجها اتكالي، وأنه بهذه الاتكالية يحتقرها، ولا يمنحها أي قيمة أمامه، أو أمام الآخرين، وذلك عندما بدأ ينسحب عن مصاحبتها بزيارات أقاربها، أو أقاربه، فتقول عن هذه المرحلة: "كان في أول الزواج عند دعوة الأقارب يصاحبني بزيارتهم، فكانت لحظات حلوة، وترفع من معنويتي أمام الآخرين، لكن للأسف في نهاية السنة الأولى من الزواج بدأ يتغير تدريجياً وصار يقول: روجي مع أهلي، روجي مع أختي، روجي مع أبوي، لقد تأثرت كثيراً من أسلوبه، حتى الزيارات لأقاربه أصبح فيها اتكالياً، أما زياراتي لأهلي فأصبحت من مسؤولية أخواني، وبدأ يقطع صلته بأهلي" لقد شعرت "تلك الحالة" بالإحباط، وهي ترى زوجها منفصلاً عنها لا يهتم بمسؤولياته الأسرية، إما بأسلوب النبذ وعدم الاهتمام بها، أو بأسلوب التسلط والشدّة عليها، تقول "ساره": "كنت أمل أن يشاركني بزياراتي ومواعيدي للمستشفى، وبشؤون طفلي وعند دخول السوق... كنت أريد أن نكون ملتحمين مع بعض، لا نفترق، كل واحد يخاف على الثاني، ويحرص ويغار عليه، ويريحه ويساعده، بس يا خسارة ماتت كل آمالي بعد ما تأكدت أنني أقوم بدور الأب والأم في هذا المنزل".

#### ٦ فقدان الاحترام والتقدير والطلاق العاطفي:

إن تخلي أحد الزوجين عن المسؤوليات الزوجية ورميها على الآخر، يشعر الطرف صاحب المسؤولية بأنه غير موضع حب وإعزاز من الزوج الاتكالي، ويكشف مبكراً أن ما يقوم به لا يحقق التبعية والانتماء، بل يزيد الفجوة والهوة في العلاقات بين الزوجين، فرمي المسؤوليات والاتكالية على أحد الزوجين لا يخلق مناخاً أسرياً يسوده الحب والمودة والعطف والتقدير والاحترام والتعاون والتضحية، بل يحدث مناخاً أسرياً مضطرباً مشحوناً بالخوف والقلق والصراع.

فالتعاون المتبادل مطلوب؛ لأنه اعتراف للآخر بمركزه الاجتماعي، وأنه محبوب ومرغوب، ويحصل على تقدير واحترام عملي مباشر، ويدفع أكثر إلى الإنجاز والتضحية للأسرة ككل؛ لأن احترام ذات الزوجية يمنح مركزاً ومكانة عالية عند صاحب السلطة "الزوج" في بث الثقة في ذاتها، وتتاح لها فرصة التعبير عن ذاتها والتعبير عن ذاته أيضاً.

ولا شك أن التعاون المتبادل بأداء المسؤوليات والمهام له أثر مباشر على الدفء العاطفي والانسجام الأسري، ويعطي مزيداً من الشعور بالرضا عن الآخر، بينما يؤدي رمي المسؤوليات على طرف واحد وتخلي الآخر عن مسؤوليات الأسرة والزوجة إلى ظروف أسرية يسودها الإحباط والحرمان والإهمال، ينجم عنه نبذ وإهمال وعقاب شديد وعدم حب، وكل هذا يترتب عليه عدم وجود احترام متبادل، فتتسم العلاقات الزوجية عند فقدان الاحترام بالاضطراب، وعدم الاستقرار، وكثرة الشقاق، والانفعالات والخلافات الزوجية، وسوء التكيف الزوجي، حتى تظهر صور من العقاب النفسي وحتى البدني الوحشي.

فاستغراق الأزواج في أعمالهم وعلاقاتهم الشخصية وانشغالهم بترويحهم الخاص، وتحقيق ذواتهم مع أصدقائهم؛ بحثاً عن متعتهم الشخصية، ومجدهم الشخصي، ورمي مسؤولية التربية على الزوجات، يجعل دور الأب غائباً ومفتقداً في الأسرة، فيتجه الزوجان إلى الفردية، وتتسع الفوارق والهوة بينهما، ويسود علاقتهما الشك والريبة والتردد، والشعور بعدم التقدير والاحترام، فتسود الأنانية والفردية والصراع الحاد، وينعدم في مثل هذه الظروف الحب، وتسود الكراهية، ولا تجد الزوجة من يأخذ بيدها في مشكلاتها، ولا من يعاونها عند تعبها، ولا من يواسيها عند حزنها، ولا من يساعدها عند حاجتها، وتبدأ تستجير وتطلب إشباع الذات والاحترام من الآخرين، تقول "إحدى الحالات" عن بعض مظاهر عدم الاحترام والتقدير

من الزوج في هذه المرحلة: "كان زوجي في أول سنة طيباً وهادياً، وتعامل مع بعض باحترام متبادل، لكن بعد السنة الأولى بدأ يظهر عدم احترامه معي، وتأكد عدم تقديره واحترامه لي حينما دعا مجموعة من الأصدقاء على العشاء في شهر رمضان، وقد كنت أجهز السفرة من الصباح، وأطبخ طول اليوم، وكنت حاملاً في الشهر التاسع وعندما جاء بعد التراويح، قال: ليه ما خلصت الشغل كله، قلت: لوحدي، لازم تساعدني ببعض الأشياء، قال: بلا دلع؛ أمي أكبر منك وتعمل أحسن وأسرع منك، قلت: أنا حامل تعبانة، أنا لست خادمة، أريد مساعدة منك، قال: أنتِ شغالة وعبدك عندي، لقد تضايقت ثم مشيت من المطبخ، ولكن لحقني، وحسبت أنه سيتفاهم معي، ولكن انصدمت بقوله: أنتِ خادمة وغصب، بعدها حسيت بشعور غريب لأول مرة وهو: القهر والظلم والتسلط من الزوج".

وبعد هذا الموقف تقول "الحالة": "بعد فترة تنازلت وتأسفت منه؛ لعلنا نرجع إلى وضعنا الطبيعي ونهدأ، فأنا أريد أن أحافظ على بيتي، لكن للأسف كأن هذا التسامح أحدث عنده جراً في رمي بالألفاظ البذيئة واللعن والسب والشتم، ثم تمادى أكثر وبدأ يلعن ويسب ويشتم أمام أهله وأخواته، وعندما كانوا يوقفونه عند حده، كان يقول: لازم تعرف الشخصية اللي قدامها زين، وإلا تبونها تسيطر على ولدكم من البداية، لازم أعرفها حدودها".

لقد شعرت "الحالة" بالمرارة والإحباط عندما تأكد شعورها بفقدان الاحترام والتقدير من زوجها، فهي تقول: "أول مرة أفكر أروح لبيت أهلي عندما فكرت وقلت: ليش ما يحترمني؟ ليش ما يشكرني؟ لأول مرة أشتاق لأبوي وأخوتي؛ لأنني بدأت أحتاج احترامهم وتقديرهم لي، لكن تذكرت كلام أمي وخالتي ووصيتهما لي: بأن على الزوجة تتحمل الزوج لو قطعها قطعة قطعة، حتى ولو كان على خطأ، فصبرت على مرارة".

لقد حاولت "الحاله" بكل الوسائل أن تعيد مناخ الأسرة إلى حالته الطبيعية، وبدأت تبادر زوجها بالكلام الطيب، وبدأت تجتهد بخدمة الزوج حتى لا يجد مجالاً وفرصة للسب والشتم وعدم الاحترام الذي بدأ ينخر في ذاتها، ويزيد جراحها، حتى جاء موقف جديد قتل كل محاولاتها من أجل استقرار بيتها، تقول سارة: "بعد سنة ونصف من الزواج وعندما كان معي مولودي الأول، انعزمتنا في مزرعة قريبة عند أحد أخواته، وبعد انتهاء العشاء والسهر، وعند الرجوع إلى منزلنا، ناديت ليحمل الولد وأنا أحمل الشنطة وبعض الأغراض، حتى نركب في السيارة، قال: يكفي أنا جبتك معي، اذهبي مع أحد أخواني، أنا ماني فاضي، أعطيني فرصة أتحدث مع زملائي، سيذهبون معي لمشوار، قالت سارة: حرام عليك كلهم مع أزواجهم، خلني معك ولو هذه المرة أمام أخواتك وأقاربك، لا تفشلني، الله يخليك، ثم رد الزوج قائلاً: قصري صوتك، يا لوجه، والله أقصه لك، اركبي مع أخوي، ثم ذهب هو مع أصدقائه".

لقد تأكدت "الحاله" من فقدان مشاعر التقدير والاحترام من زوجها عندما كان هذا الموقف الرديء والمشين أمام الآخرين من أقاربها، وبدأت تشعر بأنه حقير، لا يستحق أدب الألفاظ منها، والمعاملة الطيبة والحسنة، فهي تخدمه إلى درجة أنها تقول: "أحرص على كل شيء يحرص عليه، وأخاف معه على كل شيء يخاف منه، وأشيل معه همه، وأفرح وإذا فرح، وأزعل إذا زعل".

ثم اقتنعت "الحاله" بأسلوب حياتها مع زوجها، وبدأت تتكيف مع هذا النمط من المناخ الأسري المنزوع منه الاحترام والتقدير، فتقول: "بدأ اهتمامي بولدي ثم فكرت بالحمل الثاني، وصار كل تعاملي مع الزوج كأنه جماد لا أتكلم معه إلا بنعم، أو إن شاء الله، وأقوم بكل واجباته حتى أحافظ على بيتي ولا يحصل الطلاق - لا سمح الله - حتى وضعت حملي الثاني

وتعبت فيه كثيراً بسبب الضغوط النفسية ولم أجد تقديراً واحتراماً وتفاعلاً منه مثل المولود الأول".

#### (٧) فقدان البوح الذاتي والطلاق العاطفي:

نقصد بالبوح الذاتي اللجوء للطرف الآخر في همه وحزنه، وعند حل مشكلاته مع الآخرين، أو على الأقل التنفيس عنه بالاستماع له، وقد لحظنا في مرحلة فقدان الزوجة للاحترام والتقدير كيف تدعم القيم الثقافية والتنشئة الاجتماعية عند الزوج سيطرة الرجل وقسوته وطغيانه على المرأة، في الوقت الذي لا يسمح للمرأة التطاول على الرجل، حتى ولو كان الهدف تعديل اتجاهات سلبية وسلوك معوج عند الأزواج، ويُعد فقدان التقدير والاحترام بين الزوجين بوابة لدخول العراك والشقاق والخلاف للأسرة، فتشيع الخلافات الحادة، ويقل التفاهم وحل المشكلات بهدوء، ونتأكد من وجود طلاق عاطفي.

إن المناخ الأسري للطلاق العاطفي هو عندما يفقد الاحترام المتبادل بين الزوجين يفقدان المصارحة لبعضهما البعض عن همومهم وأحزانهم ومشكلاتهم الخاصة، كما يفقدان الهدوء والتعبير المنضبط والكلمة الطيبة الهادئة، وهو المفترض أن يكون عليه طابع الحياة الزوجية، تقول "إحدى الحالات" عن هذه المرحلة الصعبة: "في السنة الثانية من الزواج ما صار يجلس معي ويتكلم مثل ما كان في العام الماضي، ترك الكلام عن الأشياء التي تخصه، حتى أنني فقدت حديثه عن عمله والمواقف التي تحدث له مع زملائه في الوظيفة".

إن من أهم علامات الطلاق العاطفي هو فقدان البوح الذاتي بين الزوجين والاستهانة بالرأي الآخر، والاستئثار بالرأي وعدم المشورة وعدم المصارحة، والقرارات المتسارعة، والتسرع في إصدار الأحكام دون مشورة، خاصة القرارات المتعلقة بمستقبل الأسرة، تقول

"تلك الحالة" عن شدة هذه المرحلة على النفس: "أشعر بحزن على أطفالي، وأواجه مشكلات مع بعض الأقارب، وعندني هموم المستقبل، أتمنى جلسة مصارحة مع زوجي لأشتكي له حتى أخرج المكتوم في قلبي، عندما أتكلم معه يسكت أو يتذمر من كلامي، ويقول: احمدي ربك، ما ينقصك شيء، صرت أشعر بالقهر والحسرة وأقول له: أنت أخذتني من بيت أبوي لم يكن ينقصني أكل وشرب وملبس، ناقصني شخص يشاركني همومي ومشكلاتي يوماً بيوم، والله أعطيك عمري لو تسمعني وتنفس عني، أبي فمك وعقلك، وليس اسمك في البطاقة وبس".

إن من أهم أسباب الطلاق العاطفي هو سد أحد الأزواج على الطرف الآخر التعبير والإفصاح عن مشاعره ومشكلاته وهمومه وأحزانه والإعراض عن الاستماع له، وهذا يمنح الطرف الآخر فرصة أن يلتجئ للآخرين؛ لشعوره بالنبذ والإهمال، وأن الطرف الآخر يحاول التخلي عن المسؤوليات والواجبات تجاه شريك الحياة، وترك الشريك دون عناية أو رعاية وكأنه كم مهممل، وتصف "تلك الحالة" حياتها وأسلوب معيشتها مع الزوج في هذه المرحلة: "لقد ذبح قلبي وقتل طموحي، بدأت أتكلم مع صديقتي عن همومي وأحزاني حتى ولو كانت فيها خصوصية، بدأت أتكلم مع عمي عن بعض مشكلاتي، والله، أحب أكنم أسراري، لكن والله هو الذي دفعني للتحدث مع الآخرين عن ظروف ومشكلاتي، إذا التقينا مع بعض في الأكل، وتوصيل المشوار، أهم شيء عنده، حتى بدأنا نتفاهم على بعض الأشياء برسائل الجوال، ثم بدأت لا أهتم بجلسته أو طلعتته من البيت، وبدأت أشعر أن العيشة معه ما تستاهل تضحيتي، فلا يوجد اهتمام بالمشاعر، ولا احترام للزوجة، وبدأت أشوفه بعين الاحتقار والنذالة".

#### (٨) فقدان المشاعر الدافئة والطلاق العاطفي:

تكمن مصلحة المرأة اجتماعياً ونفسياً عادةً في المجتمعات العربية في استمرار الحياة

الزوجية مهما كانت شاقة وصعبة، لذلك تكافح المرأة بعذاب من أجل استمرار الحياة الزوجية حتى لو كانت حياتها مع زوجها فاشلة، وإبعاد شبح الطلاق عنها، والذي هو بمثابة "إعدام امرأة" في ثقافتنا العربية، والتمسك بقوة وإصرار على استمرار الحياة الزوجية، وعدم هدم بناء قائم، وفي هذه الحالة تشعر المرأة بمعنوية مرتفعة لنجاحها في الحفاظ على الحد الأدنى من حياتها الزوجية وحمايتها من الانهيار.

وستصمد الزوجة أو سيصمد الزوج في حياة زوجية نكدة وتعيسة فيها استبداد وجبروت من أجل مصلحة أخرى كمصلحة الأولاد أو خوفاً من الطلاق، ولكن سينتهي هذا الصمود ويبدأ بالانهيار عندما يجف تماماً ينبوع المشاعر الدافئة والحنان والرحمة؛ لأنه كان يروي ظمأ العطشان، حتى ولو كان قطرات معدودة وفي أيام متباعدة، وعندما تنضب المشاعر الدافئة وتنتهي يبدأ أحد الطرفين "المتضرر أكثر" بالتفكير في الابتعاد عن الطرف الآخر والخلاص من العلاقة الزوجية، والتي يعدها ظلماً بعد افتقاره المشاعر الدافئة وفقدانها تماماً، فيبدأ الزوج المتضرر يفكر بالطلاق العاطفي، وكذلك الزوجة المتضررة، ويرى الطرف المتضرر أن الطلاق العاطفي عنده أفضل معتبراً إياه ملاذاً يهرب به من هذه الحياة النكدة، والتي لو استمر في علاقته بالآخر ربما كلفته حياته، والتي أفقدته السكينة والراحة التي كان ينشدها، فرجما ابتسمت له الحياة بأفضل منها وتكون له عوضاً من الله عن أيامه الخالية، تقول "إحدى الحالات" عن هذه المرحلة في حياتها الزوجية: "كنت في بداية حياتي أهتم بشكلي ومظهري وعطوراتي ورائحة المنزل، وكان زوجي خلال السنة الأولى تلفت هذه الأشياء انتباهه ويعتبرها جميلة ويعجب بها ويمدحها كثيراً، وكنت أطير من الفرح، وفي السنة الثانية من الزواج بدأ يقل اهتمامه وكنت أقول له: إن صديقاتي معجبات بعطري ولباسي، قال: لا تصدقين يا غبية؛ هذا كله مجاملات كذب بكذب،



قلت: وأنت ما تعجبك أشياءي وعطوراتي وملابسي مثلهم؟ قال: خلاص مدحتك بما فيه الكفاية والله إنك فاضية قاعدة أربعاً وعشرين ساعة عند المراية، لقد أحبطني وقهرني عندما قال: مدح الزوجة ينفخ ريشها ويجعلها تتدلع على الرجل، وتضيف قائلة: كنت متعودة إذا طلع الصباح للدوام أسلم عليه وأودعه كاحترام وتقدير له، ثم انقطعت شيئاً فشيئاً عن هذا الوداع والسلام؛ لأنني لم أجد شكراً وتشجيعاً، حتى انقطعت مرة واحدة في السنة الثالثة من زواجنا عندما قال لي وهو خارج الصباح: ابعدي عن طريقي أنت فاضية ما عندك شيء، فانكسر خاطري

وتصف "تلك الحالة" حياتها الزوجية القاهرة بعد فقدان المشاعر الدافئة: "صرت في السنة الثالثة من الزواج أتجنب الكلام معه؛ لأنه جاف بكلامه وأسلوبه معي، وشعرت بأني لا أقبل منه كلاماً ليناً ولطيفاً؛ لأنني بدأت أشعر أنه يتلذذ في تحطيم وتكسير المشاعر، وأدركت تماماً أنني ما أنتظر منه كلاماً حلواً، بالعكس صرت أحب أسمع من الناس والصدقات والأهل، لكن للأسف صار زوجي آخر إنسان أنتظر منه كلمة حلوة أو كلمة طيبة ينسيني همي وغمي ويطيب خاطري، وفعلاً بدأ يتوقف لساني عن كلمة حبيبي أو قلبي أو عمري أو حياتي أو...؛ لأنني شعرت بأنه خدعني فقد كان يفرح بها أول الزواج فقط".

تقول "الحالة" عن هذه المرحلة من حياتها الزوجية: "أسأله مراراً وتكراراً، وأقول: أنت مرتاح معي وتحبني؟ يقول لي بغضب: أنا ما أحب أتكلم، والمحبة في القلب...، أرجع أقول له: أنا محتاجة مشاعرك وعطفك وحنانك، لازم تحسني بمشاعر طيبه حتى ولو بحركة بسيطة...، يرد الكلام بسخرية ويقول: شكل أهلك مربينك غلط عن الزواج والحب، لا تصدقي الأفلام والمسلسلات، أنا كذا طبعي، عاجبك وإلا مع السلامة، هذا كلامه دائماً في السنة الأخيرة من الزواج". تقول "الحالة" عن حسرتها وقهرها: "أشعر ليل ونهار بإحباط وحسرة وقهر؛ لأن فيني

مشاعر طيبة وحلوة وحنان ودفء، لكن كنت أظهرها لزوج غير منسجم وغير مبال بزوجته، ولا يفكر إلا في خصوصيته وعمله وأصدقائه وسفره".

#### ٩ هجر الفراش والطلاق العاطفي:

هجر الفراش يعني رفض شريك العلاقة، وعدم الاقتناع به عاطفياً وجنسياً وإهماله، وعدم الشعور بالرغبة فيه، والانجذاب إليه، وأنه لم يعد يمثل بالنسبة للطرف الآخر شيئاً يذكر، ولا وجود له في حياته، إنه منتهى الإنكار، وعدم الاعتراف بالطرف الآخر، وأتسع الزيجات شقاء هي تلك الزيجات التي يسودها الهجر والشقاق "لذلك اعتبر الإسلام الهجر عقوبة قاسية يوقعها الزوج على زوجته، ولصعوبتها وثقلها على النفس حددها بضوابط شرعية حتى لا تستخدم خطأ".

إن النجاح في الحياة الزوجية يقوم دائماً على التوازن بين حاجات الإنسان ومطالب قواه المختلفة "بين مطالب الجسد والعقل والنفس" ولذلك فإن الانشغال بتحقيق مطالب جانب واحد على حساب الجوانب الأخرى، يؤدي إلى الإخلال والاختلال، فعندما ينشغل أحد الزوجين بإشباع بعض حاجاته على حساب الجوانب الأخرى، خاصة ما يتعلق بالحياة الزوجية، فإن ذلك يؤدي إلى خلل العلاقة الزوجية، واضطرابها؛ نتيجة إهمال أحد الزوجين حقوق الآخر، وخاصة ما يرتبط منها بالجوانب العاطفية والجنسية، فالذكور والإناث يتزوجون من بعض إشباعاً لدوافعهم العاطفية والجنسية، وطلباً للأنيس والجليس الحسن، وللأمن والأمان بين أحضان دافئة المشاعر، ومهما كان عمر الزواج فاللمسة الحانية والنظرة الودودة والكلمة الطيبة وإرواء العطش الجنسي مسؤولية مشتركة بين الزوجين مهما كانت الشواغل، ومهما كانت القضايا والأهداف الشاغلة، بل من المفترض أن تكون كل الشواغل لخدمة السعادة الزوجية.

إن تحول المنزل إلى ساحة عراك وجحيم لا يطاق، هو أكثر ما يشغل الزوجين عن الإشباع الجنسي لبعضهما البعض، فعندما تتحول المودة والرحمة إلى قطيعه وقسوة، والحب إلى حقد، والتعاون إلى صراع، والاحترام إلى ازدراء وسخرية، يكون الأزواج في المنزل كالغرباء، فتكبت المشاعر، وتتحطم الأحلام، فيزداد الشقاء في الحياة الزوجية، فيبدأ رمي أحد الطرفين الآخر بالنقص وضعف الكفاءة الجنسية، وأنه سبب التعاسة في حياته، ويصف كل طرف الآخر بالبلادة أو العجز أو الضعف أو البرود الجنسي، أو يعيره بمرض الشهوة والشبق الجنسي، فتتصرف الزوجة عن الرجل، وينصرف الرجل عن زوجته، ويشعر الطرف المتضرر بالتعاسة والشقاء والحُرمان؛ لأن احتياجه الأساسي من الزواج قد تحطم وتبدد تحت أقدام الطرف الآخر، فيكتم مشاعر خيئته بين جوانحه، وتزداد تلك المشاعر ضراوة عند التأكد أن الطرف الآخر لا يستطيع أن يشبعه ويرويه جنسياً، فتظل العلاقة الزوجية قائمة والشقاء مستمراً إلى الحد الذي يبحث فيه الطرف المتضرر عن الطلاق من أجل الإشباع الجنسي، ويصعب على المرأة في عالمنا العربي بشكل عام أن تبوح وتناقش وتطلب تدخل الآخرين أو الطلاق في موضوع يتعلق باحتياجها الجنسي، فتكتم المرأة عادة مشاعر خيئتها، وتبدل السبب الجنسي بأسباب عامه ومقبولة اجتماعياً كمبرر لطلب الطلاق.

تقول "إحدى الحالات" عن هذه المرحلة الصعبة في حياتها الزوجية: "في السنة الأولى من الزواج كنت أشعر بالمتعة الجنسية، وكان يفهمني متى أحتاج وأنا أفهمه متى يحتاج... لكن للأسف في السنة الثانية بدأت أبحث عن وقت المعاشرة الجنسية معه ولا يهتم باستعدادي له، وتغيير مفرش السرير، ولباسي المغربي، وعطري الجذاب، لقد انشغل عني كثيراً فأصبح الجماع

بيننا كل أسبوعين، وأحياناً كل شهر".

وفي السنة الثالثة من الزواج بدأت "الحالة" تشعر بقوة بالحرمان الجنسي، عندما بدأ الزوج يعتبر الجماع والمعاشرة الجنسية عملية تفرغ الطاقة الجنسية عنده، فهو يحدد الزمن والمكان بدون مراعاة لظروف الطرف الآخر. بدأت (الزوجة) تتأكد تماماً أن زوجها إنما هو شخصية أنانية، مستهترة، لا مبالية بكل القيم الجمالية والعاطفية للزوجة، وبدأت تنصرف عنه أيضاً للتخفيف من آلامها وأحزانها إلى الاستغراق كثيراً في أعمال المنزل وزيارات الأقارب والصدقات، لكن أحياناً تنتابها حالة ضعف وتشعر بتعاسة مضاعفه وشقاء نفسي ثقيل، مما يدفعها تنفجر وتساءل زوجها وتقول: لماذا تخرمني حقي الشرعي؟ كيف أشعر بالأمن والأمان معك وأنت شخصيه متبلدة لا تحس باحتياجي العاطفي والجنسي؟ فيرد عليها قائلاً في مكابدة ومكابرة وعناد: "كل الرجال بعد سنتين من الزواج تقل رغبتهم في الجنس مع زوجاتهم.

وكانت قاصمة الظهر لها وحياتها الزوجية عندما بدأ الزوج يعتاد تناسي احتياجاتها الجنسي تماماً، ولا يلقي بالاً لمشاعرها العاطفية الجياشة، وتناسى أنها مثل البشر خلق الله لها غريزة جنسية، أمر الله بإروائها بعقد النكاح الشرعي، لقد تدمرت حياتها الزوجية عندما تأكدت أن زوجها يتناساها، ويركز في عملية الجماع معها على قضاء نشوته الجنسية فقط، ويحاول أن ينتهي من الجماع بسرعة وعجلة.

ثم تصف "الحالة" علاقتها الزوجية من حياتها الزوجية، فتقول: "لقد سبب لي سلوكه الجنسي الأناني مشكلات نفسية، لقد كرهت الحياة الزوجية، وبدأت الليالي عندي شقاء ووحدة وعزلة وتعاسة، لقد كانت معاشرته الجنسية معي في كل مرة مقززة جداً، لقد بدأت أكره الحياة الزوجية، وبدأت أفكر بجدية بالطلاق والخلاص من هذا الهم والعذاب.

## ١٠ البرود الجنسي عند الزوجة والطلاق العاطفي:

البرود الجنسي عند المرأة هو استحالة حصولها على اللذة الجنسية مع الزوج الطبيعي الذي يميل إليها بكل لطف ومودة وهو سبب رئيس لحدوث الطلاق العاطفي، إن الجانب الاجتماعي في البرودة الجنسية مسألة واسعة جداً ومعقدة كثيراً، والأجيال التي سبقتنا وبعض الأجيال المعاصرة لم تكن تعتقد أن بإمكان الرجل والمرأة التمتع الجنسي في الحياة الزوجية بدرجة متساوية؛ فالمرأة في معظم المجتمعات العربية في مكانة اجتماعية ومركز اجتماعي أقل من الرجل، ويطلب منها دائماً أن تكون في حالة من التبعية عند الجماع، واستمرار حالها بهذا الشكل يتسبب في استمرار الاعتقاد بأن دونية المرأة الجنسية ضرورية وحتمية، وهذا يؤجل الاهتمام بمعالجة عجزها الجنسي.

إن الأخطاء التربوية أثناء التنشئة الاجتماعية للبنات سبب في حدوث الطلاق العاطفي، عندما تترك في ذاكرتهن ذكريات ستوجه فيما بعد سلوكهن تجاه الجنس والزواج، وخاصة الأخطاء التربوية في ميادين الأخلاق، مثل جو الصرامة ونقد كل حديث عن الجنس المفيد للحياة الزوجية، سواء أكان في الأسرة أو المدرسة، حيث تضفي الصرامة طابعاً عبثياً على مثل هذه التربية التي استبعد منها كل شعور عاطفي وكل توجه نحو المحبة وكل كلمة حب، ويستبعد بشكل منظم أو مرعب أو بحياء كل موضوع يمكن أن يحتوي على إشارة قريبة أو بعيدة إلى الحياة الجنسية الشرعية بين الزوجين، أو يملاً ذهن الفتاة بأفكار خاطئة بشكل مرعب، وهكذا تنشأ الفتاة في جو من الخشية من الرجل، أو احتقار المقاربة الجنسية، وفي جهل كامل بحقيقة الحب الرائع مع شريك الحياة؛ لأنه قدّم لها الفعل الجنسي كشيء أسود كرهه، والنتيجة عدم التوافق وعدم الانسجام بين الزوجين بكل معانيه، وتخريب الزواج بسبب تربية البنات بشكل

تمتزم على الصمت أو الخزي من كل ماله علاقة بالجنس الشرعي مع الزوج، فيرفضن عند زواجهن الميل نحو المطارحات الغرامية والمداعبات الجنسية مع الأزواج، تارة محتقرات وتارة أخرى مستنكرات.

وكل ما سبق بسبب التربية الأسرية والتربية المدرسية، التي غفلت تماماً عن بحث جانب الحنان والمودة نحو الأزواج، وتقديم الحب الجنسي نحو الزوج، بمنهج تربوي سليم مقبول نفسياً واجتماعياً وبضوابط شرعية، وهذا القصور التربوي يقود النساء إلى قصور عاطفي وجنسي وهو ما يعبر عنه عملياً (بالبرود الجنسي) عند المرأة يؤدي إلى الطلاق العاطفي، إلا إذا وجدت المرأة الشابة نفسها مرتبطة بزواج ذكي ومحب، يعرف كيف يصحح الأخطاء بلطف وفطنه وصبر ورقه، ولكن حظوظ التقاء مثل هذا الزوج قليلة بكل أسف. لقد استنتج الباحثون في مجال الطب الجنسي أن (٩٠٪) من البرود الجنسي عند المرأة يكمن من تأثير الجو العائلي للزوجات، والتربية والثقافة التي تعطى لها.

#### (١١) العجز الجنسي عند الزوج والطلاق العاطفي:

لقد تبين كيف تُحدث تربية الأسرة والمجتمع البرودة الجنسية عند الزوجات والذي يعد عاملاً هاماً في الشعور بالتعاسة الزوجية و الطلاق العاطفي، ويقابله عند الأزواج الذكور العجز الجنسي، والذي يشكل أيضاً ضربة قوية في تصدع العلاقات الحميمة بين الزوجين وبالتالي الطلاق العاطفي، والجانب الاجتماعي في العجز الجنسي حددته الكتب المتخصصة في الصحة الجنسية، وذكرت بأنه: كل هزال بالمقدرة عند الرجل لا يحقق تذوق الزوجة السعادة والرضا عن ممارسة الجماع، ومن أهم أنواعه ذات البعد الاجتماعي عدم رغبة الرجل في ممارسة الجماع مع زوجته، وكذلك القذف المبكر، والذي يسبب فقدان الزوج فجأة لشهوته الجنسية، ثم عدم

مقدرته على تكملة الجماع مع زوجته، وإروائها بتأمين وصولها إلى الرضا والسعادة بعملية الجماع، وقد يصيب العجز الجنسي الأزواج الذكور في أي مرحلة عمرية من مراحل عمرهم حتى وهم شباب، وهناك نسبة لا بأس بها من الأزواج لا يدركهم العجز الجنسي إلا بعد بلوغ السبعين من العمر.

لقد تبين من بعض الحالات أن بعض الزوجات يشعرن بأن أزواجهن عاجزون عن التعامل بكفاءة مع طاقتهن الجنسية وعدم رغبتهم في معاشرتهن جنسياً، مما يشعرهن بالإحباط وخيبة الأمل الزواجي من شريك العلاقة وضياع الأحلام وتبخر الأمانى، والصدمة القاسية في شريك العلاقة الذي لم يستطيع أن يروض أنوثتها ويشبع احتياجاتها، وكل هذا يؤدي إلى الاستهتار بشخصية الزوج واضطراب في العلاقات الزوجية في نواح متعددة وبالتالي الطلاق العاطفي.

قد تكون هذه الشكوى صحيحة؛ حيث تشعر الزوجة بالفعل باحتياجها للجماع مع زوجها والرغبة في معاشرته جنسياً بشكل أكثر، كما قد تكون غير صحيحة، حيث إن بعض الزوجات تقيس قلة رغبة الزوج في معاشرتها جنسياً وعدد المرات التي يلتقي بها جنسياً يومياً أو أسبوعياً أو شهرياً بالمعدل الذي تسمعه من صديقاتها وصاحباتها من النساء، واللاتي قد يبالغن في ذلك من باب التفاخر أو الكذب، وقد تكون شكوى المرأة نتيجة قياسها ومقارنتها عمّا كان يحدث بينهما في بداية حياتهما وخاصة في أشهر العسل، وبالطبع فالوضع يختلف في الحالين، ومن الناحية العلمية ليس هناك مقياس ثابت لتحديد مقدار الرغبة الجنسية في الممارسة الجنسية بين الأزواج، ولكن هناك تغيرات عضوية داخل الجسم تحدث قلة الرغبة الجنسية عند التقدم بالسن، وتؤدي إلى اختلاف النشاط الجنسي، وعلى كل من الرجل والمرأة أن يكونا على علم

بهذه التغيرات، حتى لا يُفهم بأنها حالة مرضية تحول حياتهما إلى شجار دائم وجحيم. هناك شكل من أشكال العجز الجنسي عند الأزواج وله علاقة بالطلاق العاطفي، ويعتبر علمياً نوعاً من العجز وهو (القذف المبكر) وهو حالة شائعة ومنتشرة عالمياً تصيب (٣٠٪) من الرجال، وتسبب لهم القلق والانطواء والارتباك والإحباط، وتؤثر على احترامهم الذاتي، وثقتهم بطاقاتهم الجنسية، وقد تزعزع علاقاتهم الزوجية وتؤدي إلى الخيانة أو الطلاق ولسرعة القذف بعد اجتماعي كبير في أسبابه وآثاره، وهو أحد المساوئ التي تعترض استقرار العلاقات الزوجية.





## أسباب الطلاق العاطفي

أ. مها العمومي

يحدث الطلاق العاطفي نتيجة الضغوط المتتالية للتفاعلات والتغيرات المختلفة ضمن الحياة الزوجية عبر عمر الزواج، حيث تعد هذه الضغوط بيئة خصبة لأسبابه المختلفة المؤدية إليه حيث يصبح الزوجان منفردين عن بعضهما البعض في منزل واحد لكن لكل منهما عالمه الخاص البعيد عن الطرف الآخر، ويتدرج بهما الانعزال العاطفي مما ينتج عنه غياب الحب والرضا عن العلاقة بينهما.

وتتعلق أسباب الطلاق العاطفي في العادة إما بالزوج أو الزوجة ومنها ما هو متعلق

بالمجتمع . وهي تنقسم إلى قسمين:

- أسباب داخلية .

- أسباب خارجية .

إن كثيراً من أسباب عدم الوفاق قد توجد بصورة طبيعية بنسب مختلفة لدى أي زوجين، إلا أن طريقة التعامل معها منذ بدايتها وطريقة معالجتها هي التي تشكل الفرق بين أي علاقة زوجية وأخرى مثلها، وكلما زادت تراكمات هذه الأسباب وما يتبعها من تنام للتوتر الانفعالي لدى الزوج أو الزوجة سواء صرحا به أم لا، زاد معها الرفض النفسي الذي يستدعي صور الطلاق العاطفي في العلاقة بينهما.

## أسباب من الأزواج:

### أسباب داخلية ذاتية:

- (١) كثرة المشاحنات والجدل بين الزوجين، واجترار الخلافات فترة طويلة حيث يلجأ الزوج للطلاق العاطفي للراحة من جو المشاحنات اليومي ومسلسل المعارك الذي لا ينتهي بسبب عصبية الزوجة وتنكيدتها المستمر.
- (٢) تراكم المشكلات وتفاقمها بدون حل عبر الزمن مع قلة المصارحة والشفافية في العلاقة الزوجية، نتيجة لعدم تعود الزوج التعبير عن مشاعره السلبية.
- (٣) التسلط على الزوجة والإساءة إليها واتخاذ أسلوب الهجر لتأديبها وانتقاماً منها.
- (٤) نقص مهارات التعامل بين الزوجين ومنها: انعدام الحوار والتفاهم الزوجي. وعدم احترام وتقدير الطرف الآخر.
- (٥) شعور الرجل بعدم الإشباع العاطفي متمثلاً في العلاقة الخاصة وشعوره بنقص مهارات زوجته في الإشباع الجنسي له وعدم اهتمامها بذلك.
- (٦) تسرب الملل والرتابة داخل المناخ الأسري بعد مرور سنوات على الزواج مما يؤدي لغياب الלהفة الداخلية والشغف بالزوجة.
- (٧) عدم الرضا عن شكل المرأة خاصة بعد ولادتها المتكررة وتغير جسمها وعنايتها بنفسها.
- (٨) مرور الرجل بأزمة منتصف العمر وعدم إدراك الزوجة لطبيعة هذه المرحلة مما يزيد الفجوة النفسية بين الزوجين.

## أسباب خارجية:

### الضغوط الخارجية:

- السفر المتكرر لأجل العمل وكسب لقمة العيش مما يؤدي إلى تبدل مشاعره العاطفية تجاه زوجته.
- الديون المالية والتعرض للنكسات الاقتصادية التي تؤدي بالزوج لاعتزال زوجته والبعد عنها.
- انشغال الزوجة كلياً بعملها أو دراستها عن الزوج وبرودها العاطفي تجاهه.
- وجود مشكلة كبرى تلقي بظلالها النفسية تفرض وجودها على المناخ الأسري كعدم الإنجاب، أو العجز المادي، أو مرض أحد أفراد الأسرة وانشغال الزوجين بذلك.

### الضغوط الاجتماعية:

- تدخل أطراف أخرى في العلاقة الزوجية مثل أهل الزوج، وأهل الزوجة مما يباعد بين الزوجين نفسياً حتى يصل إلى مرحلة زهد كلا من الآخر.
- زواج الرجل بزوجة أخرى وميله العاطفي والجسدي لها عن زوجته الأولى التي تصبح كالمعلقة في حكم الطلاق العاطفي.
- افتتان الزوج بالنساء غير زوجته في الأسواق أو الإنترنت، ودخوله في علاقة أو علاقات متعددة غير شرعية.

## أسباب من الزوجات:

### أسباب داخلية ذاتية:

- كثرة المشاحنات مع الزوج، واجترار الخلافات لفترة طويلة.
- تراكم المشكلات وتفاقمها بدون حل عبر الزمن مع قلة المصارحة والشفافية في العلاقة الزوجية، نتيجة لعدم تعود الزوجة التعبير عن مشاعر الغضب والاستياء.
- المعاملة السيئة من قبل الزوج للزوجة، وكثرة النقد المباشر والسخرية المستمرة منها طوال الوقت.
- قلة التواصل من قبل الزوج وبرودته وعدم تنوعه مما يعزز بعد الزوجة وعيشها في عالم نفسي بعيد عن الزوج.
- عدم تحمل الزوج لمسؤولية أدواره الزوجية والأسرية مما يشكل ضغطاً على الزوجة.
- صمت الزوج وافتقاده للحوار، وعدم تعبيره عن مشاعره وعاطفته تجاه الزوجة.
- شعور الزوجة بالتعاسة في علاقتها الجنسية مع زوجها.
- غلبة الإحباط على العلاقة الزوجية وعدم الرضا نتيجة إهمال أحد أطرافها لمطالب الآخر.
- عدم معرفة الزوجين كيفية التعامل مع الأزمات الزوجية أو الأسرية.
- عدم التكافؤ بين الزوجين، من الناحية الاجتماعية والثقافية والتعليمية حيث تظهر بجلاء مع مرور الوقت.

- اختلاف الأعمار بشكل كبير بين الزوجين، حيث تشعر الزوجة بعد الزواج بأن الفجوة بينها وبين زوجها تكبر بسبب الفارق العمري.

#### أسباب خارجية:

- الصدمات المؤلمة كزواج الرجل على زوجته أو نتيجة دخوله في علاقة غير شرعية مع امرأة أخرى، ولجؤها للطلاق العاطفي كعقاب نفسي وجسدي له نتيجة لذلك.
- ضغط عمل الزوجة عليها وبرودها عاطفياً تجاه الزوج وإهمالها لعلاقتها معه.
- وجود مشكلة كبرى تلقي بظلالها النفسية فارضة وجودها على المناخ الأسري كعدم الإنجاب، أو العجز المادي، أو مرض أحد أفراد الأسرة وانشغال الزوجة بذلك.

#### الضغوط الاجتماعية:

- تدخل أهل الزوج أو الزوجة أو الصديقات أو الأصدقاء في حياة الزوجين.
- مساندة ضغوط المجتمع بالصبر على الطلاق العاطفي حتى لا تصبح مطلقة.
- الخوف من عواقب الطلاق على الأبناء فتلجأ للطلاق العاطفي لضمان البقاء تحت سقف واحد لضمان لم الشمل وعدم تشتت الأطفال.
- عدم وجود مورد مادي مالي للزوجة لو طلبت الطلاق الشرعي، فتلجأ للطلاق العاطفي كي لا تقع في ضيق الحاجة.

### أسباب من المجتمع:

- (١) طبيعة العلاقات الأسرية وأساليب التواصل داخل أسرة الفتى أو الفتاة قبل الزواج.
- (٢) ظروف الحياة الاجتماعية والاقتصادية الحديثة أوجدت نفوراً وبعد نفسياً داخل الأسرة ورققت كثيراً من صور التباعد النفسي بين الزوجين.
- (٣) انتشار الفضائيات بالإعلام والدراما التلفزيونية السلبية.
- (٤) نظرة المجتمع السلبية للمطلقة وحرص الأهالي على عدم إتمام الطلاق الرسمي ولو أدى ذلك لأن تصبح ابنتهم معلقة.
- (٥) عدم إدراك البعد الحقوقي القضائي للعلاقة الزوجية في المجتمع فيما يخص حقوق الزوجات بالذات، مما ينحو بالمرأة للعيش بصورة معلقة أفضل من ضياع حقوقها كلها لو طلبت الطلاق الشرعي.
- (٦) الصمت المجتمعي أمام الممارسات الخاطئة لكثير من الأزواج الرجال وعدم التزامهم بأدوارهم الزوجية تجاه أسرهم.

وصلى الله على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وآخر دعوانا أن الحمد لله رب

العالمين

## المراجع

- العلاج الشافي للطلاق، ميشيل وينر دايفيس، الطبعة العربية ٢٠٠٦م، دار الكتاب العربي - لبنان.
- العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس، كمال إبراهيم مرسى، ١٤١٥هـ، دار القلم.
- سيكولوجية الأسرة والوالدية، بشير الرشيدى وإبراهيم الخليفى، ٢٠٠٨م، إنجاز للنشر والتوزيع.
- ما تشعر به يمكنك علاجه، جون جراي، ٢٠٠٩م، مكتبة جرير.
- موقع المستشار النفسي والزوجي والتربوي، ماهر العربي [www.maheralarabi.com](http://www.maheralarabi.com)





## أسباب ظهور الطلاق العاطفي

د. موزة المالكي

الطلاق العاطفي هو تلك الحالة التي تعتري العلاقة الزوجية والتي يشعر فيها الزوج والزوجة بخواء المشاعر بينهما، وانعدام العاطفة والود، وينعكس ذلك على جميع التفاعلات داخل الأسرة، كما ينعكس بالتالي على العلاقة بين الوالدين والأبناء، وبين الأبناء بعضهم مع بعض.

والطلاق العاطفي مضاد للتوافق الزوجي ففي حالة الطلاق العاطفي لا يجد كل من الزوج والزوجة ما يشبع الحياة الزوجية ولا ما يشبع حاجتهما الجسمية والعاطفية والاجتماعية، مما ينتج عنه حالة من عدم الرضا الزوجي، هذه الغربة بين الزوجين تعني رفض كل طرف لحياته مع الآخر وانعزاله عن الواقع وتوقعه حول ذاته وعدم رغبته في التفاعل مع شريك حياته، فيصبح الزوج في عالم والزوجة في عالم آخر مختلف لا تجمعهما أهداف ولا أحلام مشتركة، إلا في بعض الحالات يكون موضوع الأولاد هو العامل المشترك بينما يكون في أغلب الحالات متروكاً لطرف واحد ويكون هذا الطرف هو الأم في الغالب.

كما أن الحديث عن الطلاق العاطفي بين الزوجين يتطلب معرفة منهج الإسلام في الزواج، فكثير من الناس يظن أن الزواج في الإسلام لا يقوم على العاطفة، كما أن على الزوجين إشعار كل منهما الآخر بأنه وجد إشباعه العاطفي والجسدي مع شريك حياته الذي يؤمن به، ويتواصل مع أحاسيسه فالفترة الأولى في الزواج هي الأهم، لأنها فترة المحاولة والخطأ... يحاول كل من الزوجين التواصل مع الآخر - على حسب مخطوطاته القديمة - فيخطئ في

بعض التصرفات، ويوجد الأثر السلبي لها، فيعدل من سلوكه، وهكذا.. حتى يصل الزوجان إلى " لغة مشتركة " .. و " أنماط معتادة " من الاتصال، ولا يصلا لمرحلة الطلاق العاطفي في رحلة حياتهما الزوجية .

ومع التغيرات الاجتماعية التي طرأت على العالم العربي ومع انتشار ثقافة العولمة، والانفتاح على العالم الخارجي ومع الزخم الإعلامي الغربي الوافد تغيرت هذه المعتقدات والثوابت وحلت ثقافة المادة والفردية والمصلحة وبدأ البناء الاجتماعي والعلاقات بين الأفراد في الانهيار والتفكك وخاصة العلاقة الزوجية والتي تشير الإحصاءات إلى ارتفاع رهيب في معدلات فشلها وانهيارها بالطلاق .

وتحاول الدراسات الاجتماعية والإحصائية البحث عن أسباب انتشار هذه الظاهرة الخطيرة والتي لا يتوقف أثرها على طرفي العلاقة فقط بل يمتد إلى الأبناء شباب المستقبل وعدة الأمة وأملها في الخروج من أزمتها الراهنة وتقدم لنا هذه الدراسات قائمة من الأسباب التي أدت إلى انتشار هذه الظاهرة المخيفة وتباين في تحديد الأهمية الجزئية لكل سبب على حدة حسب تباين البيئة والثقافة المجتمعية . وعلى المستوى العالمي وفي تقرير لمجلة " بونته " الألمانية توضح الإحصائيات أن تسعاً من كل عشر سيدات يعانين من صمت الأزواج، وتشير الأرقام إلى أن ٧٩٪ من حالات الانفصال تكون بسبب معاناة المرأة من انعدام المشاعر، وعدم تعبير الزوج عن عواطفه لها، وعدم وجود حوار يربط بينهما .

ولا يخفى دور الحوار الفعال الناجح على إحداث التفاهم والانسجام بين الزوجين بما يتضمنه من تعبير عن الأفكار والمشاعر واحتياجات وإحباطات كل طرف منهما وبالتالي الوصول معاً إلى صيغة تفاهم حول كل ما يتعلق بحياتهما المشتركة وسبل إشباع هذه الاحتياجات وسبل

علاج الإحباطات للوصول نهائياً إلى هدف السكن والموودة والرحمة.

ولذلك تعتبر ظاهرة الصمت الزوجي من أخطر الظواهر التي تفتشت في الأسر العربية وتعتبر مسماراً في نعش الحياة الزوجية بما تحمله من دلالة على فتور العلاقة وخفوت الحب وانحراف العلاقة عن أسسها.

ومن هنا كان لزاماً علينا أن نحاول أن نتعرف على الظاهرة عن طريق دراسة للمؤثرات والدوافع الفردية والاجتماعية المرتبطة بها فنشير إلى أثرها على الفرد والأسرة. ثم نبدأ في تحليل أعراضها و مظاهرها. ثم نحاول أن نشق طريقاً لكيفية الوقاية من هذه الظاهرة للمقبلين على الزواج مع طرح لبعض المفاهيم والمهارات التي تساعد على حل المشكلة ثم نطرح كيفية علاج المشكلة للمتزوجين.

أما على المستوى الاجتماعي فواضح أن المجتمعات التي يعبر فيها الأفراد عن آرائهم في مختلف الميادين: سياسياً ودينيّاً وفكريّاً وعلمياً تكون حركته العلمية أقوى وإمكانية تقدمه أفضل حيث يطرح أصحاب الرأي آراءهم وأفكارهم، فتتبلور وتتلاقح الآراء والأفكار وتدفع بعجلة التقدم.

فالكلام هو من أعظم ما أفاض الله تبارك وتعالى به على الإنسان، وإن وجوب شكر النعم هو مما يحكم به العقل، وتدعو إليه الفطرة والذوق السليم، وإن أقل ما يقال في شكر هذه النعمة، أن تستخدم فيما خلقت لأجله وأن من كفر النعم استخدمها في غير ذلك.

والحياة الزوجية مشاركة وحوار دائم بين طرفين وحياة متواصلة في الأحزان والأفراح وكافة تفاصيل الحياة والحوار فيها أحد أعمدها وركن هام من أركانها فالحوار هو الوسيلة

الوحيدة للتعبير عن الأفكار وفي ظل الحوار تنتقح وتبلور وتنمو وتتوالد وتتلاقح الأفكار فتتمو الشخصية وتنمو العلاقة بالأفكار المبدعة ويتحسن أداء كل منهما في محاولة لإسعاد الآخر، وفي ظل الحوار يعبرون عن مشاعرهم الإيجابية فتحدث الألفة ويزدهر الحب كما يعبرون عن مشاعرهم السلبية فيكون التنفيس والمداواة ورأب الصدوع وترميم الشقوق... فيقوى البناء... وتصلب الأعمدة.

وفي ظل الحوار يكون التعبير عن الاحتياجات سواء كانت نفسية أو عاطفية أو مادية فيكون الإشباع إذا وجدت احتراماً وتجاوباً من الطرف الآخر وفي ظل الحوار يكون التفهم الجيد للطرف الآخر تفهم لأفكاره ومشاعره واحتياجاته وبالتالي أداء جيد في محاولة إسعاده .

ولكن مع وجود الصمت. يصبح الإنسان غامضاً غير مفهوم. لا يعلم الطرف الآخر ما يرضيه وما يغضبه فكيف يسعده. لا يعلم ما يجول في عقله فكيف يتفاهم معه. لا يعلم طموحاته وأهدافه فكيف يشاركه. لا يعلم إحباطاته فكيف يضمده جراحه وهذا التفكك لا يقتصر أثره على الزوجين فقط بل يتعدى إلى الأبناء لافتقادهم لحنان الأم ومودة الأب ولرحمة الأسرة وسكينة الاستقرار في بيوتهم لأن فاقد الشيء لا يعطيه ويؤثر هذا الصمت على نموهم النفسي والعاطفي والاجتماعي لأنهم سيتعاملون مع شخصيتين منفصلتين للأم والأب لكل منهما أسلوبه في التربية وفي التوجيه.

ومع استمرار الصمت شيئاً فشيئاً يشعر كل فرد في الأسرة أنه يعيش مع إنسان غريب عنه. كل منهم في جزيرة منعزلة كل ما يجمعهما بحر متلاطم الأمواج فيموت الحب وتنتهي الألفة وتصبح الحياة الزوجية سجنًا رهيباً يطبق على أنفاس من فيه حيث يخيم الصمت القاتل على البيت فيتحول إلى شيء كئيب خائق لا يطاق وهو ما يطلق عليه الطلاق العاطفي.

الصمت بين الزوجين مشكلة تعاني منها العديد من الأسر، وهي مؤثر على أن العلاقة بين الزوجين تقترب من الجمود، لذا فهي تمثل خطراً يهدد الحياة الزوجية؛ إذ يعقبها انفجار أو انهيار وأحياناً انفصال.

والصمت مرض يصيب الرجال أكثر من النساء، لأن النساء بطبيعتهن لا يستطعن الصمت وإن كان الاجتماعيون يرون أن الصمت في الأصل كان من سمات الزوجة وخصوصاً في المجتمعات الريفية والبدوية، حيث نجد الزوج هو سيد البيت، وإذا تحدث فهو صاحب الكلمة الأخيرة، والطاعة تكون على الزوجة والأولاد، ولكن مع تطور الحياة، ووصول وسائل الإعلام المسموعة والمقروءة والمرئية إلى مختلف المجتمعات تناقصت هذه الصورة تدريجياً، وأصبحنا نرى اليوم أن الزوج هو الذي يصاب بالصمت في كثير من الأحيان. ومن أجل دراسة متكاملة لهذه الظاهرة لا بد من التعرف عليها وتحليل أسبابها وتفهم أنواعها في محاولة للتعرف على المشكلة عن قرب.

وأسباب الصمت عديدة منها ما يتعلق بالفرد نفسه (زوج أو زوجة) ومنها ما يتعلق بالعلاقة بينهما ومنها ما يتعلق بالمجتمع ككل، فأي سلوك يتبناه الإنسان ما هو إلا حركة تعبيرية تصدر كاستجابة لمثير ما وتتحكم فيها مجموعة من الخبرات المكتسبة أو هي رد فعل لفعل معين وفقاً لخبرات الفرد المرتبطة بالفعل. والصمت الزوجي يجب أن ننظر له على أنه رد فعل أو استجابة لمثير ما وفقاً لخبرة سلوكية تحكمت في توجيهه الدافعية لاتخاذ قرار هذا السلوك ولذلك تختلف أسبابه تبعاً لاختلاف هذه الخبرة السلوكية.

أولاً: أسباب ظهور الطلاق العاطفي المشتركة بين الأزواج والزوجات:

١- عدم الرؤية الشرعية قبل الخطبة أو عقد القران:

إن بعض العادات والتقاليد تصبح دستوراً، فالنسق القيمي للمجتمع والتقاليد وطريقة الزواج والفروق الثقافية بين الزوجين والخبرات الشخصية ومدى تقبل كل منهما الآخر، ففي بعض الأحيان لا يسمح للزوج أن يرى خطيبته إلا ليلة الدخلة، فهو يراها بعين أمه وأخواته.

بينما الرؤية الشرعية واضحة في الإسلام وهي التي تؤدي إلى العاطفة مستقبلاً، والعاطفة تأتي من خلال الارتياح النفسي لكل من الرجل والمرأة، ولذا أباح الشارع الحكيم النظر إلى المخطوبة حتى قبل خطبتها، ويعلو شأن النظر في الشريعة حين يرفض الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم أن يتزوج رجل امرأة دون أن يراها ولا أن يجد من نفسه الأنس بها والارتياح لشكلها، وكان هناك تصحيح لعادة مغلوطة، وهي الزواج دون دراسة ومعرفة، والأهم من ذلك الألفة التي تنشأ منذ اللحظة الأولى بين الأرواح.

فيخبر الرسول صلى الله عليه وسلم أحد أصحابه فيقول له: ﴿ انْظُرْ إِلَيْهَا فَإِنَّهُ آخَرَى أَنْ يُؤَدَمَ بَيْنَكُمَا ﴾ (رواه الترمذي). وذلك أن النظر أضعف الأيمان، أولى رسائل القبول بين الرجل والمرأة، بينما حين نستنطق القرآن الكريم في آيات الزواج يكاد ينطق بإقامة الحياة الزوجية على الحب والعاطفة، وعلى الاحترام المتبادل بين الزوجين، ليفضي كل منهما إلى الآخر في الحقيقة بمشاعره وأحاسيسه ووجدانه في جو من النظافة النفسية، ولتغذى الأرواح بكل الحب الذي يثاب عليه الزوجان على أقل فعل جميل أو قول للآخر.

وليس هناك أدل من هذه الآية الكريمة على أهمية العاطفة والود بين الأزواج وذلك

في قوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ (سورة الروم، الآية: ٢١)، فالقرآن يشير إلى بناء الأسرة على السكن والمودة والرحمة، وكلها معانٍ تدخل في دائرة العاطفة والحب، ولا تأتي هذه العاطفة والمودة والرحمة بدون أن يكون هناك انسجام وتوافق والتقاء بين الأرواح يحدث من الرؤية الشرعية على الأقل، تلك الرؤية التي سمح بها وأقرها الشرع لكي لا يحدث ما لا يحمد عقباه بعد الارتباط بين الزوج وزوجته وتدمر أسرة بأكملها.

## ٢- عدم القدرة على التواصل مع الطرف الآخر:

انعدام الحوار بين الأزواج والتي ترجع في طبيعتها إلى عدة أسباب مثل البدايات الحادة والساخنة عند الخلاف الحاد بين الزوجين: أي التصعيد السريع بين الزوجين لخلافات قد لا تستحق ذلك القدر من التشنج والانفعال تجاه الآخر وتجاه الموضوع المشكك فيه، كذلك استخدام التحقير غير اللفظي، سواء بإيماءات الجسم أو تعابير الوجه تجاه الآخر والتي تكون أحياناً أسوأ وأصعب من التحقير اللفظي المباشر. ويكون النقد في أغلب مثل تلك الحوارات السلبية موجهاً لذات الشخص المقابل وليس للأفعال، كل هذا يؤدي إلى الانسحاب غير المدروس عند الاختلاف، فقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن التهرب من مواجهة المشكلات قد تزيد من حدتها وتطيل من مدتها وتعيق فرص احتوائها، وخصوصاً إذا كان هذا الانسحاب من المشكلة انسحاباً غير مدروس ونتاجاً عن قرار تحت وطأة غضب من تصرف استنفزازي من الطرف الآخر، وهذا يكون نتيجة التفسير السلبي لتصرفات الطرف الآخر والشك غير المبرر بكل تصرف يصدر من الشريك.



إن من المطمئن لكل زوجين أن الكثير من الدراسات الحديثة أثبتت عكس ما يعتقدونه الكثيرون بأن الخلافات الزوجية لا تشكل الخطر الأكبر على استمرار العلاقة الزوجية، ولكن الخطر الأكبر يأتي من الأسلوب الذي يلجأ إليه أحد أو كلا طرفي الخلاف في حل هذه الخلافات.

### ٣- افتقاد مهارة المصارحة والمناقشة الهادئة:

ونعني بالمصارحة والكلام الصادق الذي يخرج من القلب لا شك في أنه سيصل للقلب. فالمصارحة تساعد الزوجين على إزالة سوء الفهم والتفسير السلبي، فالمصارحة التي تكون بصدق وشفافية قد تأخذ صور الحديث اللفظي، وقد تأخذ أسلوب المكاتبة والمراسلة، وأنا أنصح بهذا الأسلوب، سواءً على الورق أو عبر الإنترنت، أو عبر رسائل قصيرة بواسطة الهاتف الجوال، كما أن هناك الكثير من الأخطاء التي لا ينتبه لها الزوجان والتي يجب أن يتبعها في إنجاح عملية المصارحة مثل الحرص على التوافق والتناغم بين الرسائل اللفظية وغير اللفظية فالزوج والزوجة التي أو الذي يريد أو إظهار تقدير واحترام الآخر وفي الوقت نفسه عدم استخدام الحدة ورفع الصوت في التعبير عن موقفها، فإنهما في حقيقة الأمر، لا يجب أن يرسلوا رسائل مزللة ومتناقضة لبعضهما البعض،

### ٤- عدم اختيار الزمان والمكان المناسبين عند حدوث خلاف:

لإنجاح عملية أي مصارحة ومناقشة بين الزوجين، يحتاج أي من الطرفين، إلى اختيار التوقيت المناسب للمناقشة، فالوقت المناسب للجلوس ومناقشة أي أمر خلافي بين أي طرفين مهم، وبين الزوجين يعتبر عنصراً مهماً لإطلاق العنان للقلب ليعبر عما بداخله من هموم ومشاعر وطلب للحاجات والأمنيات فلا يجب أن تناقش أمور ومشاكل المنزل أمام الأهل والأصدقاء لأن هؤلاء وبدون قصد يشعلون النار ويزيدون الأمور تعقيداً بدلاً من حلها..

## ٥ - الافتقاد إلى مهارة الإنصات الجيد:

للأسف إن معظم الناس والأزواج في حالة الطلاق العاطفي تنعدم هذه المهارة لديهم كما يفتقدون إلى الكثير من مهارات التواصل والتي أهمها مهارة الإنصات لبعضهم البعض، مع أن الإنصات وفهم أساس المشكلة يساعد الزوجين للوصول لاتفاق يرضي كليهما بدرجة كبيرة، والإنصات الجيد يساعد الزوجين على التفاهم و على فهم وجهة نظر الطرف الآخر بسهولة و كذلك دون مقاطعة ويصبح للحوار درجة أعلى من القبول لدى الطرفين عن طريق التقاء العيون في حالة الإنصات، بينما تتحول النظرات في حالة المقاطعة لتبعد انتباه أحدهما عن الآخر فلا يكون هناك جدوى من محاولة التفاهم، كما إن الزوجين غالباً لا يتم تركيزهما على المشكلة الحالية بل يلجأون إلى التوسع بإحضار الماضي والمشكلات الأخرى التي تزيد الأمور تعقيدا وكل تلك الأمور والتصرفات تسبب الجروح وتزيد الفجوة التي تمهد الطريق للطلاق العاطفي، فلا توجد هناك خطة سحرية أو وصفة معجزة لاحتواء الخلافات الزوجية سواء كان الطرف المبادر بالحوار الزوج أم الزوجة، فالأسباب التي تؤدي إلى تأخر التفاهم والذي يؤدي إلى الطلاق العاطفي وعدم جدوى الحوار هو إهمال بعض الأمور وعدم الالتفات لها مثل عدم إظهار الاهتمام بالموضوع وعدم ترك الفرصة للشريك لإبداء وجهة نظره دون مقاطعة.

## ٦ - الالتزامات المالية والديون التي تثقل كاهل الزوج:

التحديات التي تواجه الزوجين في رحلة الحياة يمكن مواجهتها أحياناً بالصبر، وأحياناً بإيجاد حلول كالتنازل والتفاوض أو غيره من الحلول التي يتفق عليها الطرفان، ولكن عندما تكون هناك مشاكل وتحديات مالية يجد الزوجان أنفسهما عاجزين عن الوفاء بها أو التوصل إلى حلها، فمثلاً قد يعلق الزوجان بالالتزامات المالية أكبر من قدرتهما مثل (شراء بيت) أو (أقساط

سفر أو سيارة) أو (خسارة في سوق الأسهم)، مما يجعلهما أسيرين للمشكلة، وتزيد المشكلة حدة إذا كان هذا الطرف طارئاً، حيث يبدأ الزوجان في نسيان علاقتهما وشعورهما بذاتهما كزوجين، وكفريق يتألف بالموودة والتقارب بدل التنافر واللوم الخفي كل للطرف الآخر بسبب ما آلت إليه أحوالهما المالية.

إن إدارة أموال العائلة تعد، وبشكل خاص مصروفها، من القضايا التي تُبحث في كل بيت بشكل شبه يومي. ولكن نادراً ما ينتقل هذا البحث إلى العلن وأمام الأهل والأصدقاء وأحياناً تصل إلى مراكز العلاج النفسي، إلا في حالة وجود خلاف حول الموضوع تجاوز خطوط العودة إلى الوراء، وبات يهدد الحياة المشتركة ككل، فهذه القضية يُقرُّ الكثيرون بوجود بعض الجوانب الشائكة فيها، والتي تحفظ هناء العيش في بعض البيوت، وتنغصه في بيوت أخرى، كما يمكنها أن تهدد بعض البيوت بالخراب، وتؤدي إلى الطلاق العاطفي في العديد من البيوت. وأحياناً يصبح بخل أحد الزوجين وتقديره سبباً لانهاية الحياة الزوجية، كأن يهدر أحد الزوجين مال العائلة على شأن أو في مجال ما، مهدداً حال العائلة معيشياً ومؤدياً إلى الطلاق وفي أغلب الأحيان يكون الطلاق العاطفي هو الحل المؤلم.

يواجه المرشد العديد من أنماط المشكلات التي تنجم عن سوء تدبير مال العائلة. فمن جهة، تُعد مفردات مثل: الشح، التبذير، البخل، التكتم، الضروري، غير الضروري، السيطرة، مجرد مفاهيم نسبية. فما يُعد ضرورياً لأي شخص، قد لا يكون كذلك بالنسبة لآخر، والمبذر قد يكون كذلك في نظر أحد الزوجين، بينما قد يصبح كريماً عند آخر، والبخيل قد يكون كذلك بالنسبة إلى البعض، واقتصادياً حكيماً وحسن التدبير عند أمثاله من البخلاء.. بعبارة أخرى، لا مقياس علمية يمكن أن تقاس بها هذه الصفات. ومن جهة أخرى، تفترض حالة كل خلاف على

حدة، ونجد أنفسنا في الكثير من الحالات وبعد الاستماع إلى الطرفين في حيرة، هل المشكلة مادية أم أنها تراكمات لأمر أخرى يكون المال طرفاً فيها يؤجج المشكلة ويؤدي إلى الطلاق العاطفي الذي يحدث بين الزوجين.

ثانياً: أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل الأزواج:

تعتقد العديد من النساء بأن مجرد حبها لزوجها ورغبتها في إسعاده كافٍ للحفاظ على العلاقة الزوجية والعاطفية، وتنسى بأن الزوج يريد أعمالاً لا أقوالاً، وحتى لو كانت نيتها طيبة في إسعاد زوجها والحفاظ على بيتها فالنوايا الطيبة وحدها لا تكفي، ولأن هناك مظاهر عديدة لإهمال المرأة لزوجها والتي قد تؤدي لمرحلة الطلاق العاطفي.

طرحت الكاتبة عشرة أسباب تؤدي إلى الطلاق العاطفي بين الأزواج على عدد من الأزواج من جنسيات مختلفة من الذين يترددون على بعض مراكز الاستشارات و من خلال عملها كمعالجة نفسية واستشارية أسرية في مراكز علاج أسرية وزوجية جاءت النتائج مطابقة لمشاهدتها وهي كالآتي:

١- إهمال الزوجة للزوج بعد الطفل الأول:

اتفق أغلب الأزواج وبأعلى نسبة بأن السبب الأقوى لظهور الطلاق العاطفي بين الزوج وزوجته هو إهمال الزوجة لزوجها بعد الإنجاب والذي عادة ما يحدث للأسف بعد قدوم الطفل الأول، ففرحة الأم بمولودها الأول واحتفائها به، والكل يعرف ما لغريزة الأمومة من قوة وسيطرة وتمكن على المرأة تتفوق على أي غريزة أخرى، فيظن الرجل، بل يعتقد جازماً بأن حب زوجته له قد اختفى، بينما الحب لا يضعف ولكنه الاهتمام بالطفل الجديد يطغى على

أي شيء وأحياناً كلاهما الزوج والزوجة يوجهان كل حبهما إلى المولود الجديد ويصبح محور اهتمامهما.

## ٢- اهمال الزوجة لمظهرها أمام زوجها:

إن احداً لا يطالب المرأة بأن تكون أنيقة ١٠٠٪ أمام زوجها دائماً فالزواج يختلف عن خيال العشاق في الأفلام والذي لا يرى الحبيبة إلا في أبهى منظر وأروع شكل ، الزواج حياة كاملة ولقاء يومي وليلي موصول فلا بد أن تبدو خلاله المرأة أحياناً مجهدة مرتدية الملابس العادية، ومستريحة في بيتها ، ولكن لكل شيء حدوداً بالطبع ، غير أن المرأة المهملة لزوجها لا تتأق " له " وليس هو في خيالها حين تلبس .. بل هو للخروج فقط . أما التي تهتم بزوجها فهي تتأق له وتسعد حين تعرض عليه - كأول عينين تراها - أحدث فساتينها ، وتحرص على أن تلبس قبل الخروج بساعة لتمتعه بما لبست ، حتى تعرضها عليه ليراها في أحلى صورة وأجمل شكل لكي لا يقارنها بالأخريات فتخسر هي ويكسب.

والمرأة المهتمة بزوجها تتزين له جداً وقت العلاقة الحميمة وتحرص على هذا ولا تستطيع التفریط فيه لأنها مقبلة على عرس سعيد. أما المرأة المهملة لزوجها فحتى اللحظات الحميمة تأتيه فيها بما عليها وبما تيسر وهان ولا زينة تذكر وكأنها مقبلة على واجب ثقيل تستعجل الفراغ منه.

## ٣- سوء الاستماع:

إن سوء الاستماع يدل على الإهمال وسوء الأدب ، والمرأة التي لا تستمع لزوجها بإنصات وأدب ، بل تقاطعه في الكلام وقد يسأل فلا يجيبه وتنشغل بأمر أخرى، وتلتفت على أولادها وهو يتكلم وتركه يهذر كأنه وحده امرأة سيئة الاهتمام، فإن حسن الاستماع أهم من

حسن الكلام، وسوء الاستماع جرح لكرامة المتحدث وتنقيص لمنزلته، فحسن الاستماع يدل على الاهتمام بدون جدال، فما أجدر المرأة بأن تتقن الاستماع. وما أسعد الرجل بامرأة تستمع له بإنصات واهتمام وتتابع حديثه بفهم وابتسام وحب.

#### ٤- عدم احترام خلوته:

لكل رجل خلوة في بيته إما نائم يرتاح وحده أو يقرأ أو يمارس هوايته المفضلة حيث يعشق الصمت والسكون، والمرأة الموقفة تحترم خلوة زوجها وتحذر أطفالها من خدش هذه الخلوة. أما المرأة المهملة فلا تحترم هذه الخلوة وقد تحرص على إفسادها عنوة بترك صغارها يزعجون الأب النائم ويدخلون عليه أو يطالبونه بأشياء وهو مبحر مع هوايته أو كتابه إما بدافع الغيرة أو البلادة والإهمال.

الرجل يفكر بشكل صامت ويبحث في حوار داخلي عن حل للمشكلة، وربما فضل الخلوة أو الدخول داخل الكهف على حد تعبير الدكتور جون جراي (وهو الأمر الذي يحبط المرأة فتلج على إخراجها من كهفه وإجلائه من خلوته) وهذا ما يجن الزوج. ويحتاج الرجل إلى الخلوة لعدة أمور منها: (إيجاد حل عملي لمشكلة معينة، حينما تشتد عليه الضغوط ينزع إلى العزلة حتى لا يفعل ما يمكن أن يندم عليه، ندما يحتاج إلى مساحة من الحرية إذا كان أمام قرار مصيري حينها يحتاج إلى خطوة للوراء، بالبعد عن العواطف المفرطة والرجوع بنفس جديد... التصرف الحكيم من المرأة عندما تلاحظ المرأة ميل زوجها إلى الابتعاد والانسحاب عليها أن تؤجل حوارها ريثما يخرج من اعتكافه الداخلي وغالباً لا تطول إقامته داخل المعتكف. وتسانده بأن تتفهم حاجته إلى العزلة، وأن لا تحاول تقديم المساعدة له، ولا تثقل عليه بالأسئلة، وأن تبتعد عن كهفه ولا تستعجله بالخروج منه، وأن تشغل نفسها.

٥- عدم العناية به:

أن المرأة هي التي تستطيع أن تصنع أجواء السعادة في البيت أو تملؤه بأشباح النكد والشقاء ، والمرأة المهملة لزوجها لا تحرص على أناقة مظهره ولا على الأطباق الطيبة التي تقدمها له ولا على صحته أو راحته النفسية.

٦- العناد:

إن العناد دليل على إهمال مشاعر هذا الشخص وعدم الاهتمام الإيجابي به بل الحرص على إغاظته وتوتيره وتنكيد حياته، وكثير من النساء مشهورات بالعناد.. وكثير من الزوجات تحطمت على صخرة العناد.. فمن خبرتي في العلاج الأسري والزواج لسنوات طوال وجدت أن العناد بين الأزواج كان سبباً لانفصال العديد من الأسر السعيدة وتشتت أطفالها.

٧- الاستهتار والاستهزاء:

قد لا تعاند المرأة زوجها ولكنها تستهتر بكلامه ولا تنفذ ما تعده به، وتستخف بأوامره وقد تقول له: "إن شاء الله" ولا تنفذ شيئاً من كلامه ولا تعاباً بلامه ولا يهتمها ما يزعجه ويغضبه، بل قد يسعدها أن يغضب. والاستهزاء نوع حاد من عدم الاهتمام يشبه طعنة سكين بالنسبة للزوج وإذا كان أمام الناس كان أمر على نفسه، وقد يقضي على الزوج إذا تمادت الزوجة في ذلك، وهذا بالتأكيد يؤدي إلى الصمت العاطفي إذا كانت شخصية الرجل ضعيفة ولا يريد أن يدمر حياة أطفاله ويبقي على العشرة.

٨- عدم استئذان الزوج:

أن فكرة الخروج من البيت في رأس المرأة المهملة لزوجها دائماً ثم هي تلتمس لها

- المبررات ولو كانت تافهة كزيارة صديقاتها بلا مبرر ولا مناسبة وإنما لإشغال وقتها وهي تفضل الخروج على البقاء مع زوجها وإسعاده وإعطائه حقه. والإهمال درجات وقد يبلغ الدرك الأسفل بالخروج من البيت بدون استئذان ولا إشعار وكأنها امرأة بلا زوج. هناك أيضاً أخطاء تقع فيها النساء تتسبب في الطلاق العاطفي في أغلب الأحيان وقد تكون بدون قصد من الزوجة ومنها:
- (١) عندما يتحدث الزوج تبدأ في نقد أفكاره أو شخصيته أو سلوكياته... النقد عادة مهين للرجل ويعتبره عدم احترام لكلامه.
  - (٢) عندما يتعرض الزوج إلى مشكله ما تبادر الزوجة بإبداء النصيح والإرشاد دون أن يطلب منها ذلك مما يشعره بعدم الثقة بنفسه.
  - (٣) عندما يخطئ الزوج تبادر الزوجة إلى لومه على أخطائه حتى وإن كانت سلوكياته تنم على الندم. الرجل لا يعتذر عادة فلا يجب على الزوجة أن تجعله يلقي بالمسؤولية عليها.
  - (٤) عندما يصمت الرجل فجأة لأي سبب كان ينتاب الزوجة القلق وتبدأ في طرح الأسئلة وفي الإلحاح عليه وفي التعبير عن قلقها وتحاول أن تخرجه عن صمته إنه يريد بعض الوقت للتفكير، لذلك على الزوجة أن تمنحه الفرصة.
  - (٥) على الزوجة أن تقابل عطايا زوجها بالتقدير أو التشجيع أو الامتنان الذي يريد، فالرجل يشجع ويبدل المزيد بالتقدير لا بالتجاهل.
  - (٦) لجوء المرأة إلى التنفيس عن الرغبة في الكلام لأصدقائها وأهلها وجيرانها وإظهار الاستغناء عن الحديث مع زوجها وأكثر ما يجعل الرجل سلبيا هو شعوره بأنه مستغنى عنه.
  - (٧) تلجأ الزوجة أحيانا إلى الإلحاح... الأفضل أن تطلب بأسلوب غير أمر وبثقة أنه سيفعل...



وإن لم يفعل تقبل رفضه بتقبل ولا تعاقب... فالرجل يكون أكثر استعداداً لقول نعم حين يكون لديه الفرصة من أن يقول لا.

(٨) عندما تتحدث المرأة تنتقل من موضوع إلى آخر دون إنهاء للأول وتدخل في تفاصيل دقيقة وبالتالي ينهك الرجل ويصاب بالإحباط والملل. لذلك على الزوجة أن تحدد الموضوع ولا تدخل في التفاصيل.

(٩) على الزوجة أن تنتبه من أسلوبها فلا تحاول فرض آرائها، فتقول رأيها وترك له حرية اتخاذ القرار.

(١٠) الأفضل للزوجة التعبير عن رغباتها بشكل مباشر وعدم اللف والدوران حول الموضوع... الرجل لا يفهم هذا الأسلوب وإن فهمه لا يستجيب.

(١١) على الزوجة أن لا تجعل زوجها الوسيلة الوحيدة للتفيس عن رغبتها في الكلام... الرجل ليس لديه الاستعداد لسماعها في أي وقت.

ثالثاً: أسباب ظهور الطلاق العاطفي من قبل الزوجات:

١- الاختلاف بين الزوجين في الاحتياجات:

درجة العاطفة الموجودة لدى الزوج أو الزوجة تحدد مدى احتياج كل منهما للآخر، على سبيل المثال تختلف المرأة عن الرجل في طريقة التفكير وفي التعبير عن المشاعر وفي النمط، والنظام التمثيلي وربما كان للاختلاف الهرموني التأثير الأكبر وسوف نعرض صفحاً عن تفاصيل الدراسات الحديثة الثرية التي تُنشر كل يوم والتي أثرت الحياتين الأسرية والاجتماعية وركزت على جوانب الاختلاف وهي: الاختلاف في التفكير، فالمرأة تفكر بشكل مسموع، فهي ذات

نظام سمعي، ولذلك تسعى عادة للحديث و مناقشة الزوج وتحب أن ينصت لها (وهو الأمر الذي يزعج الزوج) وبه توصف المرأة بأنها ثرثارة.

المرأة- تحتاج إلى التحدث والحوار لعدة أمور منها: (لتوصيل وجمع المعلومات. حتى تشعر بمشاعر أفضل. حتى تصنع جواً من الألفة. حتى توثق الصلة. حتى ترتب أفكارها. فكيف يتعامل الرجل؟

التصرف الحكيم من الرجل أن ينصت لها فذلك يسعدها ويريحها ويشعرها بأهميتها، وكثيرا ما يخطئ الرجل حينما يقدم حلاً في بحاجة إلى إنصات لا إلى حلّ، ويساندها بأن يظهر تفهمه لمشاعرها فهي الأمور التي تشبع أنوثتها وهي ما تبحث عنه ثم له أن يبادر بتقديم الحلول فهي تبحث عن الداعم والمستمع لها لاعتن حلال المشاكل. وقد لمست كثيراً تلك الحقيقة من خلال خبرتي .. النساء يردن من يستمع لهن، فالمرأة حين تتوجه إلى المرشد، أو إلى صديقتها، والدتها، أو أي أحد لتشكو إليه حالها، هي تريد أن تفضفض عن مشاكلها. وفي يقيني أن الزوج أفضل من يقوم بهذا الدور. فالمرأة عند شكواها لا تقصد الشكوى من أمور مزعجة وإنما تريد الشعور بالأمان وهو ما يحرقها نفسياً. وعندما تجنح إلى الحديث والحوار إنما تريد إشباع جانبها الأنثوي بداخلها.

إن أهم سبب من وجهة نظر الزوجات لظهور الطلاق العاطفي هو عدم اهتمام الزوج، وأهم مظهر لعدم اهتمام الزوج هو عدم الاستماع للزوجة، وهو اختلاف في الاحتياجات فقط .

فالرجل يستخدم الجانب الأيسر من مخه وهو الجانب المسئول عن التفكير المنطقي والذي يعتمد على الأرقام، والتحليل، والترتيب، واتخاذ القرارات، والتخطيط، بينما المرأة

تستخدم الجانب الأيمن من مخها المسئول عن التفكير المشاعري والذي يعتمد على العاطفة، والخيال، والأبعاد، والإبداع، والتناسق، والألحان، والذوق. لذلك يسهل على المرأة التعبير عن مشاعرها في حين يصعب هذا على الرجل فهو يحتاج إلى وقت أكثر حتى يجمع عواطفه ويحولها إلى أفكار ثم بعد ذلك يخرجها.

وقد يشعر الرجل وخاصة الرجل الشرقي بأن كيانه مهدد فالتعبير عن مشاعره سواء كانت سلبية أو إيجابية هي نقصان في الرجولة والعقل، وهذا ما يدفعه للتعبير عن مشاعره بطرق أخرى مختلفة غير الكلام. إلا إذا كان الرجل نشأ في بيت وأسرته كلامهم طيب تغلب عليهم الرومانسية - وهذا نادر - يعبر فيه الجميع عن مشاعرهم الطيبة بالكلام.

لذلك يعبر الرجل عن عواطفه بالعمل أو بتلبية الطلبات المادية للزوجة والأولاد وقد يعبر عن حبه بالعلاقة الجنسية (العملية) والتي قد تصبح اللغة الوحيدة للتعبير عن مشاعره الإيجابية.

أما المرأة فتعبر عن عاطفتها بالكلام الجميل والعاطفة الجياشة والعطاء المتواصل وتقدر المرأة هذه المفردات فهي اللغة الوحيدة للتعبير عن الحب التي تفهمها.

## ٢- اهتمام الزوج بأصحابه أكثر من زوجته:

هناك الكثير من الأزواج الذين يحنون لأيام العزوبية والشقاوة، ويلجأون للسهر برفقة الأصدقاء حتى وقت متأخر من الليل، تاركين الزوجة تتحمل كل الأعباء لوحدها مما يجعل الزوجة تغار وتتضايق في نفس الوقت من أصدقاء الزوج وتعتبرهم "ضرة" من نوع آخر، فهم يستحوذون على معظم وقت زوجها ويجعلونه لا يقوم بواجبه تجاهها وتجاه أبنائه، فتبدأ المشاكل

بينهما، وإن كانت هناك بعض الزوجات اللائي يستسلمن للواقع ويحاولن التعايش معه، فهناك من يشعلن نار الحرب في كل وقت مع الزوج.

إن بعض الأزواج لا يجد الراحة في المنزل، فكثرة الخلافات التي تثيرها الزوجة بسبب وبدون سبب، تخلق لديه الرغبة في الهروب من المنزل. فيشبع رغبته هذه من خلال الأصدقاء، وعدم تعويد الأهل للزوج على الالتزامات الاجتماعية التي يحقق من خلالها التوازن بين بيئته الأسرية وبيئة الأصدقاء، فينتج عن ذلك اختلال توازن مثلث العلاقات عند الرجل نتيجة شدة التنافر بين المسؤوليات والرغبات، كما أن هناك بعض الزوجات اللائي لا يُجِدْنَ فن الحوار مع الرجل فتستفزه وتقتحم عزلته، والبعض منهن يلجأن لفرض طريقة تفكيرها على الرجل، وتتوقع منه أن يقوم بما ترغب به هي لا ما يود هو القيام به، مقارنة رغباته وتفكيره برغباتها وتفكيرها فيهرب إلى من يفهمونه ويفكرون مثله، موضحة أن كل هذه الأسباب توجد عند الزوج رغبة شديدة في الانسحاب إلى الملاذ الآمن الخالي من المسؤوليات، هو يريد الخروج للترفيه عن نفسه برفقة أصدقائه بعد يوم طويل وشاق من العمل، وهي لا توافق، رافضة تركها وحيدة بالمنزل، كما أنها تغار ضمناً من خروجه مع أصدقائه، فيبدأ النقاش وتتفاقم المشاكل

### ٣- التفاوت في المستوى التعليمي والثقافي بين الزوج والزوجة:

عادة في مجتمعاتنا الشرقية يفضل الرجل أن تكون زوجته أقل تعليماً منه معتقداً أن تفوقه العلمي عليها سيضمن له حياة هادئة، ولكن أثبتت التجربة العلمية أن التقارب العلمي والثقافي بين الزوجين يخلق تجارب أكثر نجاحاً، وتتساءل كثير من الفتيات اللاتي يتقدم للزوج بهن من هم دونهن في المستوى التعليمي.. فهل تقبل الفتاة هذا الزواج أم ترفضه؟ أعتقد بأن الكفاءة أساس للنجاح، فلا يختلف أحد على أن الكفاءة الاجتماعية والثقافية والاقتصادية

والتعليمية وغير ذلك من مظاهر الكفاءة بين الزوجين من العوامل التي تساعد على نجاح الحياة الزوجية، وعلى استمرارها بشكل يسعد فيه جميع الأطراف، وذلك لأن الكفاءة بين الزوجين تساعد على توافق الرؤى بينهما أو لنقل - على الأقل - تقاربها تجاه معظم شؤون الحياة المختلفة، بينما عدم الكفاءة - وأهمها التقارب العلمي والثقافي - يجعل هناك تفاوتاً كبيراً بين رؤية كل من الزوجين، وربما يقود ذلك التباين بين الزوجين الحياة الأسرية إلى نفق مظلم.

فعلى سبيل المثال، كيف يكون الحال حين يتزوج رجل محدود الدخل من فتاة أسترته ثرية، تربت هذه الفتاة على أن تأخذ من مال أبيها ما تشاء، وهذا بلا أدنى شك سيسبب أزمة إن لم يكن أزمت مستقبلية في العلاقات الزوجية مهما كانت درجة الحب التي جمعت بين هذين الزوجين. وكيف يكون الحال حين يتزوج شاب من بيئة بدوية منغلقة، لها عاداتها وتقاليدها الخاصة بفتاة تعيش في المدينة المنفتحة؟

ولكن نظل نقول لكل قاعدة استثناء، وأحياناً التفاوت الكبير بين الزوجين في المستوى التعليمي ربما يكون سبباً لعدم توافق الرؤى وتفاوتها تجاه معظم أمور الحياة، فبال تأكيد ستكون طريقة تفكير كل منهما مختلفة عن الآخر، وأسلوب حوار كل منهما سيكون متبايناً، وكذلك طموحاتهما ستكون متفاوتة، وأيضاً طريقة التواصل مع الآخرين، وهكذا في كل شؤون الحياة سيكون هناك تفاوتاً واضحاً بينهما، ورغم أن الكفاءة بين الزوجين هي القاعدة، لكن ليس معنى هذا هو الرفض المطلق لقبول الفتاة للزواج بمن تفوقه في المستوى التعليمي، وذلك لأن لكل قاعدة حالات استثنائية، وقد رأيت من خلال عملي مع حالات عديدة ومن الواقع العملي نجاحاً لبعض هذه الحالات الاستثنائية.

## ٤- الاحتياجات العاطفية والنفسية:

يحتاج الزوج إلى التقدير وإلى التشجيع والإشادة بأعماله وهو يحتاج إلى الإعجاب بشخصيته ومظهره وعندما يخطئ أو يقع في مشكلة يحتاج إلى الثقة به وقدراته ويحتاج إلى التقبل، وهذه المشاعر يعبر عنها الرجال ب (الاحترام) أو (الثقة) وهو ما يشكو الرجال منه غالباً من زوجاتهم بقولهم: إنها لا تحترمني ولا تثق بي، وفي أعماق كل امرأة قطة مدللة تريد أكثر شيء أن تنال رعاية وتعاطفاً وتفهماً ممن يحبها إنها تحتاج أساساً إلى العناية بمشاعرها واهتماماً من القلب والتعبير عن هذا الاهتمام والاحترام لهذه المشاعر والتفهم لها فهي تحتاج إلى من ينصت لها وهي تعبر عن مشاعرها... وهذا بغض النظر عن قناعته بما تقوله وتحتاج إلى التصديق وهو ألا يعترض الرجل على مشاعر المرأة ورغباتها أو يجادل فيها وبدلاً من ذلك يتقبلها وهي تحتاج إلى الإخلاص: وهو أن تشعر بأنها تحتل المرتبة الأولى في حياته وأن حاجاتها أكثر أهمية من اهتماماته الأخرى وهي تحتاج إلى الطمأنينة: تحتاج المرأة دوماً أن تخبر بأنها محبوبة وهو ما تعبر عنه المرأة بـ (الفهم) و (الاهتمام) و تشتكى المرأة دوماً بأنه لا يفهمني ولا يهتم بي ولا يراعي مشاعري.

الرجل عندما يحب، فانه يحتاج دورياً إلى أن ينسحب لإشباع حاجته إلى الحرية والاستقلال.. وإذا لم يحصل الرجل على فرصة للانسحاب فلن يجد أبداً الرغبة القوية في الاقتراب وشوقه المتقد لمن يحب وتكون النتيجة أعراض شائعة من حدة المزاج وسرعة التهيج وقد تكون السلبية واللامبالاة التي تجرح المرأة، ويفقد بالتدريج رغبته وعاطفته وطاقته.

## ٥- اختلاف اللغة وأهدافها ومدلولها:

أوضحت الكثير من الدراسات أن المرأة تتكلم أكثر مما تسمع، بينما الرجل يسمع

أكثر مما يتكلم. وتستخدم المرأة اللغة للتعبير عن مشاعرها وتستخدم الكثير من صيغ التفضيل والمجازات والتعميمات، ويحمل كلامها مطلباً معيناً لا تطلبه بالطريقة المباشرة.. وقد تفكر ولكن بصوت مسموع.. وقد يكون كلامها كي تشعر بتحسن وتوازن عندما تكون متضايقة.. وقد تتحدث لمجرد خلق مودة وتواصل مع الآخرين.. لذلك تبدو وكأنها ثرثرة.

والحوار والتواصل بالنسبة للمرأة حاجة ضرورية وملحة، وقد تلجأ المرأة إلى تصريف هذه الحاجة من خلال إقامة العلاقات الاجتماعية، ولكن هذا لا يغني عن حاجتها إلى الحديث مع زوجها.

الرجل يفضل الصمت في أغلب الأحيان، ولا يستخدم اللغة إلا لنقل حقائق ومعلومات والرجل لا يتكلم إلا لهدف معين مثل إثبات الذات، وجلب المصالح، والمناقشة والمنافسة، وكسب العلاقات العامة، وعندما يتكلم الرجل يختار كلماته بدقة وواقعية، فكل كلمة ينطقها يقصدها ويعنيها بذاتها. لذلك نرى كلامه مرتباً متسلسلاً منطقياً.

والرجل يتكلم خارج المنزل أكثر من داخله، يفضي لأصدقائه بمشاكله وهمومه وليس لزوجته. يستعمل كل أسلحته خارجاً للفوز ولتحقيق أهدافه، ولهذا فهو يستهلك الكثير من الكلام خارج البيت وعند عودته إلى المنزل نراه قليل الكلام لأنه بذل مجهوداً كبيراً في الخارج ولم تبق لديه الطاقة التي تعينه. والمنزل بالنسبة لمعظم الرجال هو المكان الذي لا يتوجب عليه الكلام فيه، فهو قادم للراحة. فالراحة للرجل بالطبع هي الابتعاد عن المنافسات والمناقشات الطويلة المرهقة.

وكما تختلف قيمة الكلام بين الرجل والمرأة قد تختلف مدلولات الألفاظ بينهما...  
التعبيرات متشابهة لكن الدلالات مختلفة وهنا يحدث سوء الفهم وتبرز المشكلات. فحين

يقول الرجل مثلاً (ما الأمر يا حبيبتي) يشعرها هذا بالراحة لاهتمامه ورعايته وحين تقدم المرأة نفس السؤال معبرة عن قلقها قد يشعر هو بالإهانة والإحباط لأنها لا تثق فيه إنه سيتدبر الأمر وحده . وكما للنساء أخطاء يقعن بها كذلك للرجال أخطاء تتسبب في الطلاق العاطفي وبدون قصد ايضاً، ومن ذلك:

(١) عندما تتحدث المرأة عن مشاكلها يظن أنها تلومه لأنه يشعر بالمسؤولية عنها فيهب مدافعاً عن نفسه مستخدماً أسلوب الهجوم كأفضل وسيلة للدفاع .

(٢) عندما تتحدث عن مشاكلها أو مشاعرها السلبية يظن أنها تطلب نصحاً واستشارة فيبدأ في إعطاء التوجيهات والإرشادات . بينما هي لا تحتاج نصيحة بل تحتاج تعاطفاً وتفهماً .

(٣) عندما تعبر عن مشاعرها السلبية يحاول أن يسرد لها أسباباً من المفروض ألا تجعل مشاعرها هكذا . يشعرها هذا بأنه لا يفهمها، بل قد يشعرها بعدم تقبله لها .

(٤) عندما تتحدث المرأة لا يحسن الإنصات: فعينه تتحرك بعيداً أو يتابع التلفزيون أو يقرأ الجريدة، لا يعطي أي أسئلة أو تعليقات تدل على أنه مهتم بما تقول . . إنها قد تشعر بالإهانة من الأفضل أن تطلب برفق تأجيل الحديث .

(٥) عدم غلق الملفات المفتوحة وعدم حل المشكلات السابقة .



## المراجع

- أكرم رضا - كيف تبني بيتا سعيدا.
- جون جراي - الرجال من المريخ والنساء من الزهرة.
- دانييل جولمان - الذكاء العاطفي.
- عبد الرحمن ابراهيم "الطلاق.. قراءة تحليلية نفسية" ٢٠١٠م، شعاع للنشر والعلوم، حلب.
- فاطمة الكتاني "لعبة الحياة الزوجية"، الدار العربية للعلوم"، الرباط، ٢٠١١م.
- محمد سعيد مرسي - فن التعامل مع الآخرين.
- محمد هشام أبو القمبز، فن التواصل مع الآخرين.
- موزة المالكي "مهارات الارشاد النفسي وتطبيقاته"، المجلس الوطني للثقافة والفنون، الدوحة، ٢٠٠٥م.
- نادية منصور "الصمت الزوجي" .. ٢٠٠٥م، هلا للنشر والتوزيع، الجزيرة.
- نجلاء محفوظ "الطلاق، المشاكل..الحلول" - ٢٠٠٢م، دار شادو، القاهرة.

**الفصل الخامس**  
**الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي**

د. أحمد البار



## مدخل

### موروث التصحر

تنتابني نوبة كآبة فظيعة وشعور بالانطفاء، كلما دخلت غرفة نومي فوجدته مسجى مثل جثة هامدة، ليتجدد السؤال الأزلي.. ينخر رأسي.. كيف يمكن لزوجين يعيشان كالقدر المحتوم سوياً تحت سقف واحد رغم ملايين الجدران النفسية التي تفصلهما!! منذ عرفت هذا الرجل، عرفت معه الجفاف، الإحباط، الموات لكل ألق في الحياة.. مراجعة العيادة النفسية، وعدم القدرة على النوم إلا بمنومات.. كيف استطاع رجل في سنوات أن ينقل لي عدوى الجفاف إلى حد الشعور بالتصحر في عواطفي تجاه أقرب الناس إليّ؛ أولادي الذين نشأوا بلا رابط عاطفي يجمعهم، بلا حتى القدرة على التعبير عن الحب والامتنان.. بدا من المنطقي أن يكونوا كذلك، وهم الذين تفتحت أعينهم على بيت بني على الجفاء بين أبوين شاء الله أن يمضيا الحياة سوياً. يعيش كل واحد من أبنائي في قلاع حصنة داخل البيت، لا أحد يسأل عن أحد، أو يدري عن أحد..

كيف استطاع رجل أن ينزع مني الشعور بمباهج الحياة التي كنت على وفاق معها، إلى الحد الذي كرهت فيه حضور حفلات الزفاف حتى لا يتجدد لدي الإحساس بأحلامي القديمة التي أجهضت على يديه، إلى الحد الذي أنهار باكية عند أبسط مشهد رومانسي في التلفزيون، فأسرح طويلاً.. أتخيل أني أنا البطلة، وأن تلك كانت حياتي المؤجلة لو لم يتعثر هذا الرجل بباب بيت أهلي ذات يوم ويتقدم لخطبتي!! كيف استطاع رجل أن يعلمني بإتقان مهارة كبت مشاعري، فلا أعود قادرة على التعبير عن شعوري عند أدنى موقف يستدعي البوح...

كثيراً ما كنتُ أسأل في بدايات زواجنا؛ هل كان من الصعب عليه أن يبعث رسالة من كلمة واحد حين أغيب عنه طويلاً "أفتقدك"؟! هل كان من الصعب عليه وهو الميسور أن يدعوني لفنجان قهوة في مناسباتنا السنوية؟! أو يشتري هدية بسيطة؟! أو يقبلني أثناء عودته من العمل وأثناء خروجه؟! أن يسألني عن أحوالي إذا غبت أو ضجرت؟! أن يشاركني أمسياتي، أن يتحدث معي قليلاً من أحاديثه الطويلة الكثيرة من زملائه؟! أن يحترم وجودي فلا ينشغل عني بالكمبيوتر أو تصفح الصحيفة أو تقليب القنوات، أو الهاتف ...

قد تبدو تلك المطالب تافهة، وقد يراها آخرون ساذجة، لكن نتيجة فقدتها فادحة، ها أنا امرأة تعيسة، بقلب يشيخ، أتعاطى أدوية الاكتئاب، وأفتقد النوم الهانئ، والإحساس بالأمان، أفتقد القدرة على أن أحب أبنائي على النحو الذي ينبغي.. لأنني عطشى.. أتوق للارتواء.. أعيش منهكة واهنة وسط أسرة مشتتة، لم يعرف أفرادها معنى الحب، والبوح، والمشاركة الوجدانية، وسيخرجون ذات يوم إلى الحياة الجديدة مكبلين بتركة من الجفاف العاطفي، وسيلتقون بأزواج وزوجات، يفرضون عليهم حياة التصحر التي ورثوها، وربما كانوا سبباً في تعاستهم، مثلما كان والدهم ذات يوم سبباً في تعاستي، وانطفائي ..

د. أميرة الزهراني

## الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي

د. أحمد البار

المودة والرحمة والسكينة مفاهيم أساسية ينبغي توفرها في كل بيت حتى يمكن وصفه بالمستقر ووصف العلاقة بين أفراده بالأمنة، ومتى ما انتفت هذه السمات وساد البغض والنفور والفتور في العلاقة بين الزوجين تموت لغة الحب ويتهدد أمن واستقرار الأسرة ويطبق الصمت لغته بدل الحوار، والانغلاق بين الزوجين بدل الاحتواء، والخوف بدل السكينة والكره والنفور بدل المودة، والاعتداء بدل الرحمة.

كثير من المرشدين الأسريين تمرُّ عليهم العديد من الحالات التي تشتكي من غياب المودة وكره أحد الزوجين للآخر. والجميل أن يطلب أحدهم الاستشارة وي طرح المشكلة على أمل أن يجد أو تجد حلاً لها.

عودة الحياة لطبيعتها أحد الأسباب التي تجعل الحياة الزوجية تستمر رغم انتفاء مقومات استمرارها الأساسية من مودة ورحمة وسكينة. غير أن المسألة قد تتطور، وهي في غالب الأمر تستمر لفترة طويلة، يعاني فيها الزوجان أو أحدهما من العديد من الضغوط والاضطرابات النفسية والمشكلات الاجتماعية والصحية. ولا يقتصر الأمر على قطبي العلاقة الأسرية، الزوج والزوجة، ولكن يمتد ليشمل بقية أفراد الأسرة في حال وجود أبناء وتطال ذوي الزوجة والزوج. معظم الدراسات والكتابات تطرقت لموضوع الطلاق "الشرعي" والقانوني الذي ينتج عنه انفصال فعلي بين الزوجين من حيث الأسباب والآثار الناتجة عنه على الزوج والزوجة وبقية الأبناء بل والمجتمع ككل. غير أن القليل من الدراسات أشارت "للطلاق العاطفي" الذي يختار

الزوجين البقاء مع بعضهما في عالمين منفصلين تماما من حيث التواصل والتفاعل. ولا يخفى الأثر النفسي من علاقة تصل لهذا المستوى من النفور وتبلد الإحساس بين شخصين يفترض أن يكون كل واحد منهما وعاء للآخر. وهذا التأثير يتعدى الزوج والزوجة ليشمل بقية أفراد الأسرة.

بطبيعة الحال ليس بالضرورة أن يبدأ الطلاق العاطفي بين الزوجين في فترة معينة، وإن كان البعض قد يكون لديه انطباع من خلال الممارسة أو القراءة أنه يظهر بعد سنوات عديدة ويكثر عندما يصل الزوجين لمنتصف العمر، في سن الأربعينات وبداية الخمسين تقريبا تزامناً مع أزمة منتصف العمر، ورغم شيوع ذلك، إلا أنه قد يظهر في السنوات الأولى من الزواج لعدم تقبل أحد الزوجين للآخر بداية مما ينتج عنه عدم التكيف النفسي والاجتماعي.

هناك العديد من العوامل المؤدية للطلاق العاطفي والتي منها الزواج المبني على اختيار خاطئ للشريك إما بسبب وجود اختلاف في الطبع والعمر ومستوى التفكير والتعليم أو بسبب إكراه الزوجة على شخص لا ترغب فيه لعادات أو اعتبارات تخص أسرتها. كما أن عدم مشاركة الزوجين لبعضهما في الاهتمامات والميول من شأنه أن يوصل للمشكلة. وقد تبدأ الحياة الزوجية بداية جميلة يجد كل من الزوجين في الآخر مبتغاه. وظروف معينة تبدأ الحياة بينهما في الاختلاف حيث يكثر الصراع وتبدأ سلسلة متراكمة من المواقف حتى تصبح الحياة بينهما شبه مستحيلة لعدم تقبل أحدهما للآخر، بل وفي كثير من الأحيان ظهور ذلك في شكل صور عديدة من البغض والعداء والنفور.

إن الطلاق العاطفي - خاصة في مراحلها الأولى - ليس بالضرورة أن يكون مصحوباً بالعداء والعنف والتجريح، فقد يكتفي كل من الزوجين بالصمت وعدم الحوار ويفضل أحدهما

أن ينغلق عن الآخر دون أن يلحق بالآخر أذى جسدياً أو لفظياً. بل إن الزوج قد يقوم بمهامه الأساسية كزوج وأب فتجده يتولى المهام المالية للمنزل من مصروف وإيجار وسداد فواتير ومتابعة الأبناء في مدارسهم إيماناً بمسئوليته تجاههم وخشية من توجيه اللوم حال تقصيره في ذلك. ونجد الزوجة في المقابل تؤدي ما عليها من مهام المنزل وتربية الأبناء وخدمة الزوج. وفي حال الزوجة العاملة، فإنها تساهم في بعض مصاريف المنزل والأطفال متى ما كان ذلك هو المتعارف والمتفق عليه بين الزوجين من قبل. بل قد يكون في هذا النوع من الانفصال أو الطلاق العاطفي أو النفسي نوع من الشوق والحنين والود بين الزوجين ولا يخلو من اتصال جنسي بين الزوجين في فترات متباعدة. وقد تسعى الزوجة في كثير من الأحيان لبذل ما في وسعها بطريقة تحاول أن ترضي فيها الزوج رغبة في استمرار العلاقة معه واستعطافه، خاصة إذا كانت تحبه. وقد يجد بعض الأزواج في ذلك فرصة لتحقيق ما يريدون تحت ممارسة هذا الضغط على الزوجة واستغلال ذلك من خلال هجرها ومعاقبتها بالصمت وعدم المشاركة والنفور منها قدر الإمكان لتحقيق ما يريد به الزوج.

هذا النوع من الطلاق العاطفي يمكن أن أطلق عليه "النوع أ" وهو الذي يمكن للعلاقة رغم غياب المودة والرحمة والحوار بين الزوجين أن تستمر طالما أن هناك "خيطة رقيقة" يجعل كلا الزوجين يتكيف مع الوضع لأجل تحقيق مصالح أكبر. فيكون ما يجري بين الزوجين في الغالب غير ظاهر للعيان بما في ذلك الأطفال صغار السن، كون كلا الزوجين وأمام مرأى الجميع يعيشون بصورة طبيعية وكون العلاقة بينهما تخلو في غالب الأمر من العنف والإيذاء والتحقير اللفظي والذي عادة ما يكون في النوع الثاني من الطلاق العاطفي والذي يمكن أن يطلق عليه "النوع ب" والذي عادة لا تخلو العلاقة فيه من الشجار وأنواع الإساءة المختلفة وإظهار



البغض والتخلي عن العديد من المسؤوليات تجاه الآخر بل وتجاه الأسرة ككل.

وعليه، فمن الأهمية بمكان أن ينظر المرشد الأسري لتطور العلاقة بين الزوجين، متى بدأت؟ وكيف كانت؟ ومتى بدأ الصراع والخلاف؟ وكيف؟ ولماذا؟، وما الخطوات التي اتخذتها الزوجة أو الزوج للتعامل مع هذا المتغير في حياتهما الزوجية وما ترى الزوجة أو الزوج من عدم نجاح ما تم القيام به في إصلاح ذات البين بينهما. كما ينبغي معرفة كيف يتم التعامل بين الزوجين في الوقت الراهن بما في ذلك رصد مؤشرات الطلاق العاطفي بينهما ودرجة تأثيره.

وبالرغم من احتمالية قيام كل من الزوج والزوجة بمهامه الأساسية في النوع الأول (أ)، إلا أننا نجد عزوفاً وهجراً وعدم ارتياح من أحد الزوجين للطرف الآخر. فلا مكان للتحدث لبعضهما إلا في أضيق الحدود وتكون لغة الحوار الغالبة - إن وجدت - اللغة الرسمية الجافة الفارغة من أي عاطفة أو حب. فتكون النتيجة أن يتحفظ الزوج والزوجة ويسعى كلاهما لتجنب الآخر هذا في أحسن الأحوال - غير أن علاقة كهذه لن يكتب لها الاستمرار كونها أخلت بأسس الحياة الزوجية الطبيعية فضلاً عن أنها من الممكن أن تتطور وترجم إلى صور عديدة من العنف والإساءة والإيذاء والإهمال.

النوع الثاني (ب) من الطلاق العاطفي وفي كلا النوعين، لن تكون الزوجة ولا الزوج يرغب في استمرار هذه العلاقة وإن استمرت فستكون على مضض. بل قد يؤدي استمرارها لبلوغ مرحلة من البغض والعداء وتصيد الأخطاء والتي عادة ما تكون الورقة الأخيرة والتي بسقوطها تنتهي معاناة يعيشها طرف أو أكثر وقد تكون ميلاداً لمعاناة أخرى بعد الطلاق الشرعي أو القانوني، خاصة في حال تعلق أحد الطرفين بالآخر ورغبته الشديدة في بقاء العلاقة واستمرارها.

في هذه الورقة سوف يتم الاختصار على مناقشة الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي على كل من الزوج والزوجة والأبناء من خلال تسليط الضوء على صور من المعاناة التي تم التعامل معها ومعايشة بعض فصولها من قبل معد هذه الورقة أثناء تقديمه لبعض الاستشارات الأسرية، وأخرى مستوحاة من بعض ما كتب من دراسات علمية وتقارير ومقالات صحفية.

### لماذا تستمر الحياة...؟

لا يوجد من يرغب في انتهاء علاقة ربطت بين قلبين لاعتبارات عديدة. ويتأكد هذا الشعور عندما ينتج عن هذه العلاقة أبناء أو تكون هذه العلاقة في وقت ما مليئة بالخبرات واللحظات الجميلة التي أوجدت شيئاً من الميل والحب والأمل لدى أحد الزوجين للطرف الآخر. هذا الشعور هو ما يجعل الحياة تستمر على ما بها من معاناة رغبة في أن يأتي يوم وتنجلي الغمة وتعود الحياة لطبيعتها. وبعبارة أخرى، الأمل في تغير الزوج-على سبيل المثال- هو ما يجعل الزوجة تصبر على هذا الوضع. ويعزز من ذلك وجود الأطفال.

فلا الزوج ولا الزوجة يريدان التسرع في الانفصال من أجل الأبناء. ولكون الطلاق وقعه أليم على الزوجين والأبناء، يفضل بعض الأزواج إخفاء عدم التوافق النفسي والاجتماعي بينهما ويكون الخيار البديل في الطلاق العاطفي أو النفسي والظهور أمام الجميع من أبناء وأقارب أنهما معاً، في حين يعيش كل واحد منهما في عالمه الخاص المنغلق تماماً عن الآخر حيث يلجأ كل طرف لحماية نفسه من الآخر من خلال إقفال النظام العاطفي والجنسي. ويتم الاكتفاء بذلك رغم أن الرابط الوحيد بينهما، أنهما شرعاً وعرفاً يعيشان مع بعضهما وكلاهما في عصمة الآخر. كما إن حاجة أحد الطرفين للآخر واعتمادهما على بعضهما البعض هو ما يجعل الحياة تستمر. وهناك العديد من الأزواج أو الزوجات لا يريد أن يظهر بمظهر المطلق أو المتسبب في

حدوث الطلاق، فتجده ينسحب وينعزل وينكفى على نفسه. وقد يصدق ذلك أكثر في حال الأزواج الذين سبق وأن كانت لهم تجربة انفصال من زواج سابق أو يكون العمر الذي تزوج فيه الشخص كبيراً نوعاً ما، فلا يريد أن يكتب على نفسه أنه غير موفق في الزواج كونه كثير الطلاق وهذا ينطبق على الرجل وكذلك على المرأة.

إن وجود الأبناء من شأنه أن يؤخر من وقوع الطلاق الشرعي رغم درجة التنافر وعدم الانسجام والتقبل بين الزوجين. فتجد الأم رغم خلافها مع زوجها تستمر في إغداق أطفالها بالمحبة والحنان، وكذلك الأب رغم نفوره من زوجته وكرهه لها يستلطف أبناءه ويدعمهم.

وفي النوع الثاني من الطلاق العاطفي، عندما تشتد حدته وتزيد وتيرة الصراع ودرجة النفور والكره بين الزوجين، قد يمارس أحد الزوجين، وغالباً ما يكون الزوج، حرباً نفسية على الزوجة بهدف استثارتها وتحقيرها وجعلها تفقد أعصابها وتستشيط غضباً حتى تظهر بمظهر المتسبب في نشوء هذا الجو غير الصحي من العلاقة بينهما أمام الأطراف الأخرى كالأبناء والأهل. وكنتيجة لهذه الممارسة، نجد كثيراً من الزوجات يرضخن لذلك ويضعفن أمام ما يمارس ضدهن من عنف وتهميش وحرب نفسية من قبل الطرف الآخر. ومما يزيد من بقاء الزوجين مع بعضهما رغم ما بينهما من نفور وتبلد في الشعور ما تمت الإشارة له أعلاه من اعتمادهم وحاجتهم للطرف الآخر كون البقاء يحقق منافع لكليهما أو أحدهما. ويتأكد ذلك بصورة أكبر في حال النساء مفضلين البقاء في هكذا علاقة دون الطلاق كونهن الحلقة الأضعف تحديداً في تلك العلاقات الزوجية التي تمنح الرجل الهيمنة والسيطرة.

إن استمرار الحياة بين الزوجين بهذا الشكل لها ضريربتها التي تدفعها الزوجة كل يوم وكذلك الزوج والأبناء، حيث إن مقومات الحياة الصحيحة للعلاقة الزوجية انتفت في هذا

البيت، مما يترتب عليه ذلك العديد من الآثار السلبية على الكل. وبالرغم من أن هناك تشابهاً في بعض هذه النتائج وليس جميعها، إلا أن هناك آثار قد تظهر بصورة أكثر على أحد الأطراف دون الآخر.

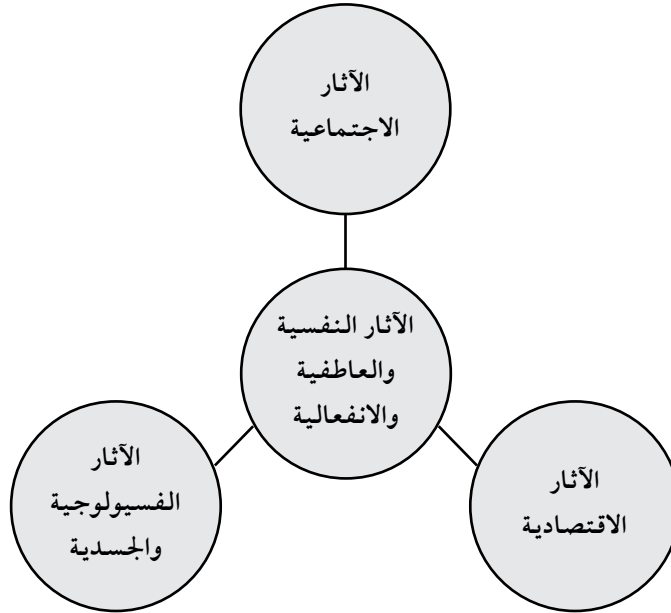
### الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي:

كما أن العوامل المؤدية للكدر والطلاق النفسي أو العاطفي تتنوع وتتصافر لنتج الانفصال الوجداني بين الزوجين، فإن النتائج أو الآثار المترتبة على وجود طلاق عاطفي بين الزوجين تتنوع وتختلف حدتها وطبيعتها ودرجة تأثيرها وديمومتها من شخص لآخر. فعندما يكون الزوج هو المتسبب الرئيس في نشوء علاقة من هذا النوع، لا يعني ذلك سلامة وخلو الرجل من تبعات هذه العلاقة، إذ يكفي عدم شعوره بالانتماء والحب لزوجته أو بقية أفراد أسرته وانعكاس ذلك عليه وعلى مزاجه وحالته النفسية والعقلية والصحية والاجتماعية وتفشي أسرار أسرته وظهوره بصورة المعتدي والمقصر من شأنه أن يؤثر عليه. غير إن المتضرر الأكثر - الضحية - هو الزوجة. وسوف تكون درجة التأثير عليها أشد. وفي كلا الحالتين، سوف ينعكس ذلك على صحتها النفسية والعقلية والجسدية الأمر الذي سوف ينعكس قطعاً على بقية أفراد الأسرة بدءاً بالأبناء وكل من يعيش معهم في المنزل من ذوي الزوجين. بل إن الأثر قد يمتد للمجتمعات التي يتعامل معها كلا الزوجين في حال هيمنة الانفصال العاطفي وشعور كليهما بالخطر الذي يهدد استقرار حياتهم. وهذا ما تؤكدته العديد من النظريات النفسية والاجتماعية.

في الجزء التالي سيتم تسليط الضوء على الأضرار الناتجة عن الطلاق العاطفي على الزوجين والأبناء والتي تم تقسيمها لأضرار نفسية، أضرار صحية أو فسيولوجية، وأضرار اجتماعية واقتصادية وهي أضرار تتصافر فيما بينها ويؤثر كل جزء منها في الآخر (شكل رقم ١)

والتي تم عرض أبرزها في الجدول رقم (١).

شكل رقم (١) تداخل الآثار المترتبة من الطلاق العاطفي



عندما تصل الحياة بين الزوجين مرحلة "الطلاق العاطفي"، فإن أحد الزوجين نتيجة تملص الطرف الآخر من أدواره الرئيسة في الأسرة فإنه يقوم بدور الأب والأم معاً. ويغلب ذلك على الزوجات من واقع الكثير من الحالات التي تتواصل مع المكاتب الاستشارية والمرشدين طلباً للاستشارة.

إن قيام الزوجة "بالدور المركب" الذي يجعلها تؤدي دورها كزوجة وأم وفي بعض الأحيان كأب بطبيعة الحال سوف يترتب عليه العديد من الآثار النفسية والاجتماعية والصحية

والاقتصادية. هناك ما يعرف بتعدد الأدوار، عندما يقوم الشخص بأكثر من دور، على سبيل المثال، الزوجة، والأم، والعاملة أو الطالبة، وقد يضاف لهذه الأدوار أدوار أخرى في حال وجود شخص في الأسرة تتولى الزوجة رعايته والاعتناء به، كوالد أو والدة الزوج أو أحد الأبناء... كل هذه أدوار من شأنها أن تسبب نوعاً من الضغط على الزوجة وبقية أفراد الأسرة. غير أن هذه الأدوار في ظل حياة زوجية تتسم بشيء من المودة والتقدير والاحترام والتعاون، من شأنها أن تخف وتتحول من صراع إلى تكامل، الأمر الذي ينتفي وجوده في الأسر التي تعاني من طلاق عاطفي وتظهر المشكلة وتبرز المعاناة عندما يتخلى أحد الزوجين عن مهامه وأدواره وينفصل عاطفياً عن زوجته حيث تظهر النتائج في العديد من الصور كما تجسدها الحالات الآتية:

#### الحالة (١):

أم سعد تبلغ من العمر ٥٢ سنة، وزوجها يبلغ من العمر ٥٦ سنة. هي تكون بنت عم لزوجها ولهما قرابة ٣٥ سنة متزوجين. لديهما من الأبناء خمس بنات وابنان. غير إنها في سنواتها العشر الأخيرة تشتكي الحال من وضعها مع زوجها الذي تصفه بالشخص السلبي في حياة أسرته والذي لا يساند زوجته في تربية أبنائه. في بداية حياتها كانت تلزم الصمت ولا تجادل زوجها، غير أنها في السنوات الأخيرة، بسبب ما رأته من مواقف متكررة، فضلت أن تواجه زوجها لفظياً بأن يتدخل ويكون له دور. فهي من يتولى متابعة أبنائها وتربيتهم وتحفيزهم ومتابعتهم صحياً من خلال حجز موعد للمستشفى ومراجعتها. بل إنها في كثير من الأحيان تشعر بالاستياء من عدم قيام زوجها بمسؤوليته المالية تجاه أبنائه وتجاهها حيث أنه يكتفي بتوفير المواد الغذائية ومستلزمات المنزل الأساسية.

فلا يقوم على سبيل المثال بجلب هدية للزوجة أو الأبناء ولا يخصص مصروفاً شهرياً لزوجته والتي اضطرت أن تعمل بمهنة الخياطة المنزلية وتحصل على بعض المال نظير قيامها بذلك . في حياتهما لا يوجد اعتداء جسدي من قبل الزوج ، غير أن كلمات التحقير والإيذاء اللفظي تكاد لا تفارقه ، فلا تصدر منه كلمات جميلة تجاه زوجته تشعرها باهتمامه ورضاه عنها لا من حيث التزين له أو الطعام الذي تعده له ، والأهم أنه لا يثمن لها ما تقوم به من دور ومسئوليات تجاه أسرتهما كان من الأحرى أن يقوم بها هو كأب وزوج .

تطورت حدة الصراع بينهما لدرجة أن الزوج لا يتورع في بعض الأحيان من قذف زوجته في شرفها رغم عدم توفر دليل له في ذلك ، وكل ما يحدث في الأسرة على سبيل المثال من تصرفات خاطئة من قبل الأبناء وإن كانت بسيطة ، زادت حدة الصراع بينهما ووجه كل واحد منهما كيل التهم والشتائم للآخر نظير تقصيره وتسببه في حدوث ذلك . الزوج يرى أن التقصير من الزوجة والزوجة ترى عكس ذلك . الحياة مستمرة بينهما حتى الآن . من الممكن أن نصنف هذه العلاقة بين الزوجين في النوع الأول من الطلاق العاطفي التي تمت الإشارة إليه أعلاه كونها لا تخلو من بعض اللحظات الإيجابية رغم ندرتها .

من الحالة السابقة ، نستطيع أن نستنتج بعض الآثار التي ترتبت من وجود علاقة تتسم بالتبذل الشعوري بين الزوجين تجاه بعضهما البعض مما نتج عنه بغض وكره ونفور ترجم في توجيه التهم والشتائم وعدم إظهار مشاعر الحب والتقدير ليس على المستوى الشخصي بينهما ولكن أمام الجميع كالأبناء وأقارب الزوجين . تحدثني أم سعد أن بناتها اللاتي بلغن سن الزواج أصبح لديهن الآن عقدة من الرجل ومن الزواج بسبب الجو غير الصحي الذي يعشونه الذي

أفقدن الشعور الحب والأمان والتحدث بحرية والتعبير عما يجول في خاطرهن بأريحية. بل إن العديد منهن كما ترى الأم يفتقدن للعديد من المهارات والقيم الاجتماعية ويظهر أنه بسبب الخجل وعدم الثقة بالنفس. بعض بناتها- كما تقول الحالة- فضلن العزلة والانطواء حتى عند تناول وجبات الطعام ولا يشاركن الأسرة الكثير من مناسباتهن، على سبيل المثال، عندما يأتي ضيف، أو عند قيام الأسرة بزيارة أحد أو الخروج للنزهة. الانحراف السلوكي، ظهر على أحد الفتيات مستغلة ضعف العلاقة بين الأم والأب بحد تعبير الأم.

هناك صراع على البقاء من الجميع، فجميع الأبناء متفوقون دراسياً. الأم تعمل وتكافح من أجل الحفاظ على الأسرة والأب يعمل ويكافح ويقوم بأدواره الأساسية خاصة تلك المرتبطة بالمستلزمات المالية الضرورية، غير أن الجانب العاطفي والرحمة لديه قلما تظهر خاصة تجاه زوجته.

إن الطلاق العاطفي الذي يسوده الصمت والكره بين الزوجين تسبب في انعزال الأسرة ككل عن المشاركة في كثير من المناسبات الاجتماعية والاختلاط بالآخرين الذي من وجهة نظر أم سعد، ساهم في تقليل فرص قدوم الأزواج لأسرتها، لأنهم يعيشون في عزلة عن المجتمع. كثير يلاحظ على الزوجة مدى تأثرها من الحرمان العاطفي من قبل زوجها.

#### الحالة (٢):

أم محمد، حالة تواصلت مع معد الورقة لعدة مرات. كما تم التواصل مع زوجها وأبنائها. أم محمد تبلغ من العمر ٤٣ سنة وزوجها ٥٠ سنة. لديهما من الأبناء أربعة ذكور. لهما قرابة ٢٢ سنة وهما متزوجان. كانت بداية حياتهما جيدة ومستقره ويسودها شيء من الألفة والود.



غير إن زوجها وفي السنوات الأخيرة أصبح شديد الكره والعداء لزوجته. أم محمد وفي ضوء مشكلتها الحالية، تسترجع بعض الذكريات المؤلمة التي تعرضت لها من قبل زوجها، حيث ذكرت أنه يخونها وكشفت ذلك من خلال الصور وتصرفات زوجها المريبة. ولكنها استمرت معه وقتها لأنه، ويحد قولها، تحبه ولا تريد مشاكل. زوجها يبدو أنه غير راض عن المستوى المعيشي الذي حققه بعدما وصل هذا العمر، حيث إنه لم يستطع تملك منزل العمر الذي كان يحلم به، وخرج بشقة تملك. زوجها قبل تقاعده المبكر كان يعمل معلماً ويتقاضى راتباً جيداً. بعد تقاعده انخفض راتبه للنصف تقريباً.

أم محمد ورثت مبلغاً جيداً من المال بعد وفاة والدها، وقامت بدعم زوجها في شراء نصف المنزل الذي يسكنونه. ولكن في السنوات الخمس الأخيرة، بدأت تتكلم وتشتكي حالها مع زوجها الذي وبحسب تعبيرها "لا يراها شي". فهو ينظر لها نظرات كره واحتقار ويهددها باستمرار. ودوماً يقوم بتجريحها وسبها. لا تجد منه أي كلمة ثناء أو شكر على الجهد الذي تقوم به تجاهه وتجاه أبنائها. الأب هو المسيطر على الأسرة وجميع أبنائه يهابونه ولا يستطيعون التحدث معه أو طلب مبلغ من المال منه.

أم محمد ولعدم ثقتها بزوجها، فضلت عدم مشاركته مالياً واكتفت بحفظ ما تملكه من مال في حسابها الخاص. غير أن زوجها بالغ في التخلي عن مسؤولياته تجاه زوجته وأبنائه، فهي تتولى القيام بكل شيء، بما في ذلك مصروفها الشخصي ودعم أبنائها في شراء بعض احتياجاتهم، كون ما يبذله الأب لا يفي بمتطلباتهم.

كل ذلك بطبيعة الحال، يزيد من حدة الصراع والنفور بين الزوجين. وهو ما حدث فعلاً في أحد المرات، وأثناء مناقشة الزوجين واختلافهما، تعدى الزوج على زوجته وأوجعها ضرباً أمام أبنائها الأمر الذي نتج عنه بعض الرضوض والكدمات.

تحكي أم محمد أنها من الرعب لم تمالك وأحدثت على نفسها أثناء اعتداء زوجها عليها. كما إن طفلها الصغير الذي يبلغ من العمر ثلاث سنوات، ظهرت عليه بعد حادثة الاعتداء ظاهرة قضم الأظافر والقلق. تدخل ذوي الزوجة، كما أفادت الحالة، وتم تسوية الأمور ولكن بطلب من الزوجة بعدم الاعتداء عليها جسدياً وعدم تحقيرها وقذفها، كون الزوج اتهمها في عرضها. وتمت الموافقة على ذلك. كما إن الزوج طالب بعدم تدخل الزوجة في شؤونه الخاصة إطلافاً، فهذا -بحد زعمه- ما يغيضه. وتم الاتفاق بين الزوجين بحضور أهل الزوجة، كما أفادت الحالة، على ذلك رغبة في حل الموقف وعدم تصعيده.

ورغم عدم تكرار الاعتداء الجسدي من الزوج على الزوجة، إلا إن الزوجة لا زالت تشتكي وترى إن حياتها أصبحت لا تطاق ووصلت لطريق مسدود. بل إنها تقول: "أفضل العيش كمطلقة أفضل من الوضع الحالي". فلا يوجد حوار ولا لحظات ود بينها وبين زوجها إلا في أضيق الحدود. الزوج لا يرى زوجته شي ولا يقدرها، حيث أنه يخرج ويأتي ولا تعلم هي إلى أين، بل وتطور الأمر إلى أنه يسافر خارج المملكة ولا يخبرها.

كلما حاولت الزوجة التحدث معه وملاطفته، فلا تجد منه غير النفور والتعبير العدائي باللفظ أو من خلال تعابير الوجه. كل ذلك وبحد تعبير الحالة "أفقد أم محمد ثقتها في نفسها وجعلها تتساءل ما الخطأ أو الخلل الذي صنعه حتى يتم معاملتها هذه المعاملة؟"

وبتحليل الحالة السابقة لأم محمد نستطيع الخروج ببعض الآثار التي نتجت من وجود طلاق عاطفي بين أم محمد وزوجها انعكس في عدة صور. بدأ في الهجر والصمت وتجنب الزوج للزوجة. تخلل ذلك ممارسة الخيانة من قبل الزوج سواء عبر الهاتف أو اللقاءات. وعندما تكون مواجهة من قبل الزوجة يتطور الأمر تدريجياً ليصل للعداء والكره والقذف والاعتداء بالضرب والتهديد بالطلاق والزواج من زوجة أخرى. كما إن الزوجة تشتكي من تقصير زوجها تجاهها فلا هو الذي يكرمها ويثمن لها صبرها ووفاءها له طيلة السنوات التي مضت، فلا "تفريحه" بحد قولها، بل وصل الأمر أن يحاسبها ويجعلها تدفع تكاليف الخادمة، وتكاليف هاتفها ومستلزماتها الشخصية رغم أنها لا تعمل، ولكن بعد حصولها على بعض المال بعد وفاة أبيها، بدأ الزوج لا يبالي بهذه الأمور ولا يستحيي منها. حتى عندما تأتي لزيارة أسرتها في مدينة أخرى مرة في العام، لا يرسل مع زوجته مصروفاً لها ولأبنائها بما في ذلك تكاليف التذكرة. كل ذلك، بلا شك ساهم في تردي الوضع الاقتصادي للزوجة وشعورها بعدم الأمان.

ولو نظرنا للعلاقة الحميمة بين الزوجين، فترصد الزوجة أنه خلال السنوات الماضية لم ترَ منه بحد تعبيرها "ريق حلو". فهو دائم الخروج من المنزل لساعات متأخرة من الليل. لا يتواصل معها. فقط يتناول الوجبات التي تعدها الزوجة وفي كثير من الأحيان بمفرده. مجيئه للمنزل للنوم وتناول الطعام. كل ذلك انعكس على علاقتهم الجنسية، فلا يأتي زوجته لأسابيع وشهور، وإن فعل، فتكاد تخلو من أي عاطفة. كل ذلك تم التعبير عنه بصورة مباشرة وغير مباشرة من قبل الزوجة.

الزوجة تعد نفسها من الصابرات المحتسبات. فهي لا ترغب في الطلاق خشية على أبنائها. غير إن تمادي الزوج واستمراره في هجرها ومحاربتها أنهكها عندما قالت: "إنها تكاد تنهار

من الداخل" وأنها فقدت ثقتها بنفسها. وأنها تقضي الساعات تبكي بحرقه على (حظها). وقالت بصريح العبارة: إنها تنتظر مجيء زوجها من السفر والبحث عن حل كونها بالفعل تريد حلاً لحياتها وإن لم يبد أي رغبة في ذلك فسوف تختار الانفصال كونها وبحسب قولها لا تحب أن تبقى في علاقة كهذه... وأنها ليست أول من يتطلق. وبعبارة أخرى، فهي لا تشعر بوجوده في حياتها.

بالنسبة للزوج، فإن تأثير ذلك بدا عليه واضحاً، فهو كثير التسخط وعدم الرضا، قلما تجده لا يشتكي الحال. أصبح أكثر قسوة وجفاء ليس فقط على زوجته ولكن على بقية أفراد الأسرة. أصبح أبنائه يتجنبونه. حتى أفراد أسرته يشعرون بشي من الارتياح عندما يغيب عن المنزل، ويرون أنه مخطئ ويوجهون له الانتقادات. حالته الصحية في تدهور بسبب داء السكري. علاقته بأسرة زوجته بدأت تسلك مساراً آخر بسبب تعامله السيئ مع ابنتهم. نادراً ما يشعر بسعادة. كثير الهروب من المنزل ولساعات متأخرة لعدم تكيفه مع أسرته، بل إنه في كثير من الأحيان ينام بعيداً عن زوجته ويلقيها ظهره، وفي أحد المرات طلب منها إحضار "لحاف" حتى لا يجمعهم لحاف واحد تعبيراً عن عدم رغبته في زوجته. كما أن الزوج غير مكترث كثيراً لما يدور في منزله، من حيث متابعة الأبناء ورعايتهم. حتى عندما يمرض أحد أبنائه، فيكون دوره سلبياً، كما ذكرت الزوجة عدة مواقف. أصبح الزوج "بايع" للعشرة كما تقول الزوجة.

الأبناء، رغم تحقيقهم النجاح الدراسي وعدم ظهور علامات اضطراب نفسي أو سلوكي عليهم، إلا أن الأم تذكر أن والدهم معهم لحد ما قريب، ويؤخذ عليه إهماله لهم وعدم قضاء الوقت معهم وتقديره المادي عليهم وهم في سن المراهقة مبررة ذلك بأنه يعتمد على ما لدي من مال. أثر الوضع بين الزوجين على الأولاد، ولتسلط الأب وقسوته، كانوا يقولون لأهم

قولي له أي شيء... أبشر... حتى تتقين شره، رغم أنهم يرون أن والدهم هو المخطئ، مما يشير إلى وجود ضعف وخوف لديهم.

من الحالتين السابقتين يتضح حجم المعاناة وشدتها على الزوجة تحديداً وبقية أفراد الأسرة بما فيهم الزوج. كما تبين أنها تعكس جميع أنواع المعاناة من نفسية تمثلت في الشعور بالخوف وعدم الأمان من هكذا علاقة والشعور بالإحباط وفقدان الأمل وعدم الشعور بالسعادة. كما نتج عن الطلاق العاطفي بين الزوجين في كلا الحالتين بعض المشكلات الاجتماعية التي ظهرت في شكل توتر في العلاقة وصراع مستمر وصمت مطبق وعدم مشاركة واستمتاع باللحظات التي تجمعها معاً أو مع أبنائهم وتجنب الناس واعتزالهم. ونتج أيضاً بين الزوجين ضعف مهارات التواصل والاحتواء للمشكلة وحلها إذ أن التركيز يغلب أن يكون على المشكلة وتذكر الخبرات والمواقف المؤلمة وتصيّد الأخطاء.

بل إن الأمر تطور ليصل للعنف الأسري والإساءة بجميع أنواعها: العنف الجسدي من خلال الضرب وشد الشعر والحذف بأي قطعة والركل والبصق، والعنف اللفظي من خلال التهديد والسب والشتم وتوجيه النقد واللوم والقذف والتحقير ومناداتها بأقبح النعوت والأسماء أمام أبنائها، والعنف الجنسي والذي ظهر في صورة عدم المعاشرة الجنسية لفترات طويلة قد تمتد لشهور دون وجود أي عذر يمنعه من ذلك، والعنف المالي والمتمثل في عدم الصرف على الزوجة واحتياجاتها الأساسية والتقتير على الأبناء وحرمان الزوجة من اقتناء ما تحب واللجوء للتهديد والهجر بهدف جعل الزوجة تنفق ما لديها من مال وتهديدها المستمر بالتدخل في حياته الخاصة كما لو أنه لا يعيش مع أسرته أو ليست في عصمته. يضاف للآثار الاجتماعية، تفشي أسرار الزوجين والأسرة ككل بين الأبناء وذوي الزوجين والأقارب الأمر

الذي من شأنه أن يخجل الزوجة والزوج والأبناء. وهناك نوع من أنواع العنف يسمى بالعنف الرمزي تم ممارسته من قبل الزوج في كلا الحالتين وذلك من خلال النظرة الحادة لزوجته أو أبنائه وتعبير الوجه التي تحمل شيئاً من التهديد والتحقير.

كل ذلك أثر على نفسية الزوجة ونفسية الأبناء ونفسية الزوج ذاته. فالزوجة ذكرت أنها "متحطمة" تماما من الداخل وأنها تكاد تُجن، وأن زوجها يسعى بتصرفه أن يجعلها تشعر بالدونية باستمرار وأنها مخطئة ومقصرة. فهي كما ذكرت وصلت لدرجة تشعر فيها بفقدان السيطرة على نفسها وعدم التماسك. فممارسة الزوج للصمت والتجاهل لزوجته ساهم كثيراً في تعب الزوجة من الناحية المعنوية. فهي ليس لديها بصيص أمل في صلاح حالها وتغيير وضع زوجها.

فالرعب وعدم الشعور بالأمان الذي يعيشه كل أفراد الأسرة بما فيهم الزوج، رغم أنه المتسبب الرئيس وفقاً لتشخيص الحالة، أصبح سمه غالبه في كلا الأسرتين. قد تكون هناك ترسبات قديمه لم يتم الإفصاح عنها، وهذا ما يفترض أن يتم التطرق له في الفصل الخاص عن أسباب المشكلة "الطلاق العاطفي" بين الزوجين، غير إن الواقع الذي تعيشه كلا الأسرتين والطلاق العاطفي بنوعيه ظهرت آثاره ونتائجه السلبية على جميع أفراد الأسرة.

إن عدم الاكتراث والأنانية والتخلي عن المسؤولية والقيام بالأدوار أصبح واضحاً للعيان، حيث بدأ الزوج في ممارسة ذلك وانعكس على سلوك بعض الأبناء، فتجد بعضهم يلجأ للعزلة هروباً من الواقع. بل إن بعض الأبناء يتم استخدامهم من قبل أحد الطرفين إما الأب أو الأم، فيكون في صف أحدهما، الأمر الذي يساهم في تفكيك الأسرة وانعدام النموذج القدوة في نظر الأبناء بسبب ما يحصل أمام سمعهم وبصرهم. بعض الأبناء بعدما كبر أصبح

لا يعير والديه كبير اهتمام ويرى أنهما كانا منشغلين عنهم وعن احتياجاتهم بالصراع والكره الذي بينهما والذي تم غرسه في نفوس الأبناء بسبب إهمالهما واستخدامهما في بعض الأحيان وتحريضهما، وهو الآن ينعكس على الأبوين من قبل بعض الأبناء، وهذا ما تم بالفعل في حالة أم سعد السابقة، حيث اشتكت أن الأب يحرض بناته على عصيانها وعدم إخبارها بما يقمن به، لدرجة أن الأم في أحد المرات استرجعت بعض الذكريات المؤلمة عندما مرضت وتنومت في المستشفى لمدة أسبوع، ولم يزرها بعض بناتها، كما إن زوجها لم يأت إلا مرة واحدة خجلاً من أخيها حيث قدما معاً، وكانت زيارته تفتقد الرحمة والود في مثل هذه الحالات. كما أن أحد البنات كانت تحرض أخوتها الأصغر منها سناً على مقاطعة والدتهم وتشجيع والدها بالانفصال عنها واستئجار منزل آخر بعيداً عنها. بلا شك، فإن ذلك من شأنه أن يؤثر على الزوجة وعلى بقية الأبناء وينتج أسرة متلههة وآيلة للسقوط، وأرض خصبة لممارسة جميع أنواع الإساءة والعنف والانحراف من قبل أفراد الأسرة ضد بعضهم أو من الاستغلال من قبل الآخرين.

كما أن الصراع بين الزوجين بسبب انفصالهما أو طلاقهما عاطفياً وما يتبع ذلك من نفور وعداء وتخل عن الأدوار والمسئوليات تجاه بعضهما وتجاه الأسرة ككل، قد يجد أحد الأبناء نفسه في موقف يتطلب أن يعيش مرحلة عمرية أكبر من المرحلة التي يعيشها ويقوم بأدوار الأب أو الأم، كأن يعمل الابن أو تتولى البنت رعاية أخوتها الأصغر منها سناً ومتابعتهن دراسياً، الأمر الذي سوف يحرم هذا الابن أو الابنة من ممارسة حياتها والاستمتاع بها بالصورة الطبيعية الصحيحة، والذي بلا شك سوف ينعكس على مسيرتهم التعليمية.

## الحالة (٣):

أم خالد تتحدث عن تجربة زواجها الأول الذي انتهى بالطلاق بعد معاناة مع زوجها وقد سبقه طلاق عاطفي ظهرت آثاره علي الزوجين في العديد من الصور. أم خالد تؤكد ما سبق ذكره من أن الطلاق العاطفي قد يظهر بعد فترة من الزواج تقدر بعشرين سنة غير أنه من الممكن أن يظهر بعد أربع إلى خمس سنوات كما حصل معها، وأن العد التنازلي وظهور الخلافات تبدأ في السنة الثالثة والرابعة ويتضح إن الزوج لن يغير طباعه، بعدها قد يصل الزوجان لمرحلة من الفتور في العلاقة وتصبح حياتهما روتينية مملة، فلا الزوجة تحرص على أنوثتها ولا الزوج يكون مهتماً وحريصاً على زوجته. فيتم نسيان الأوقات والمواعيد "الحلوة" في حياتهم، ويقل الاهتمام.

تذكر أم خالد أن زوجها في السنة الأولى كان يدللها، وأن السنة الثانية في حياتها كانت مستقرة إلى حد ما وأن المشاكل بدأت في السنة الثالثة بسبب الروتين الممل كونها تحب التغيير وزوجها روتيني، لايهتم بمظهره. وتذكر أم خالد أن زوجها كان يظهر عدم الرضا، يلزم الصمت لفترات طويلة، معلقة إن الرضا يتبين عندما يعبر عن إعجابه بها، عندما يجاملها يتغزل بها يضيفي على حياتهما جواً من الرومانسية إذ ترى أنه جانب كان مفقوداً في حياتها قبل أن تنفصل عن زوجها، فزوجها السابق كان يحسب عليها زلاتها، يدقق في كل شيء، يتجاهلها، ينغص ويضيق عليها، كثير الانتقاد لها، يرى عيوبها أكبر من مزاياها. بعد ما كانا كل جمعه يخرجان سوياً معا للتنزه.



وفيما يتعلق بالعلاقة العاطفية الحميمية كما ذكرت الزوجة كانت حياتهما لا تخلو من احتضان وملامسة اليدين عندما يكونان معاً في السيارة، وكان يقبلها عند ذهابه للعمل ويتصل عليها قبل مجيئه... ولكن كل ذلك انتهى.

تذكر أم خالد إن العلاقة كانت خالية من العنف الجسدي، غير أن أسرارهما الخاصة يتم تسريبها من قبل الزوج لأهله، لدرجة أن والدته كانت تتمنى أن تنفصل.

ومع ذلك كانت أم خالد تستبعد وقوع طلاق بينهما، وكانت تفسر ما يحدث بمجرد فتور في العلاقة سرعان ما سوف يزول، ولتحقيق ذلك، كانت تتزين لزوجها وتصارحه بعض الأحيان عن سبب التغير الذي طرأ على حياتهما، غير أنه يبرر ذلك بأنها انشغلت عنه بسبب الأطفال. وكان يقول لها لا يوجد شيء وأنه سعيد في حياته. تقول الزوجة إنها عجزت عن فهم شخصية زوجها في الخمس سنوات من زواجها حيث إنه لا يتحدث عن مشاعره معها.

كل ذلك ويحد تعبير أم خالد أثر على نفسياتها، إذ تقول أصبحت متبلدة في الاحساس بعدما كنت "رومانسية"، ما صرت اهتم بمظهري لدرجة أن أهل زوجي يخبرونه إنني "ماني فرفوشة". حتى تطور الوضع وأصبح يقبح فيني ويتهمني ويظهر كرهه لي... كل ذلك كما ذكرت الزوجة جعلها تبحث عن السبب وتستفسر غير أن زوجها فاجأها بقوله: "خلينا ننفصل... ما أقدر أتحمل".

تقول أم خالد إنها صدمت من ذلك وكانت حامل في شهرها الثامن، وإنها كانت تحاول أن تُدخل أمه وأخواته لحل المشكلة، غير إنها كانت تتلقى منهم الإساءة. لم تخفِ أم خالد أنها كانت تحب زوجها حتى هذه اللحظة وترى أنه سعادتها، لكنه لم يكن مستوعباً لذلك ويقول لها أنها خائفة من وصمة الطلاق، وإنك لست "مودي" وإن الزواج مؤسسة فاشلة مافيه ربح... وكان يكررها باستمرار.

حتى بعد ولادتها بطفلها الأخيرة منه، لم يبارك لها ولم يزرها ولم يحضر لها مبلغاً من المال أو هدية، حيث إن كرهه وعداءه أصبح واضحاً للعيان.. رجعت أم خالد لبيت زوجها بعدما تدخلت أسرته، ولكن هذه المرة ليس في شقتها المنفصلة عنهم، ولكن في غرفه في نفس البيت الذي تسكنه والديه وأخواته.

في هذه الأثناء، تقول أم خالد، إنها وجدت في جواله رسائل وصور لبنات، في حين إنه في السابق لم يكن يخونها، حيث كان جواله مفتوحاً والانترنت مفتوحاً ولم يكن يخفي شي عنها، لكنه فجأة تغير. وعندما واجهته لم يستح بل كان رده بعدم التدخل في حياته الخاصة وليس لي الحق في سؤاله، وإنها إن أرادت أن تبقى معه، تعيش مع والديه وأخواته وليس لها غير المصروف وهو بشأنه يسافر يذهب إلى حيث يريد، ليس من شأنها أن تسأله، ويحد تعبير الزوجة يريدني أن أكون مثل "الحاضنة".

حاولت أم خالد مجاراة وقتها، حيث عادت لتتزين لزوجها وتقلل من تدخلها في شؤونه الخاصة كما يراها هو، تقول إنها أصبحت كالصديقة له لا زوجته... ومع الوقت تقول إنه بدأ يلين ويتلطف معها أكثر.. بجمال.. يبتسم.. يحسن الحوار يلمس يدها.. يحضنها... تقول الزوجة.. إن بداخلها حنين، شوق.. غربة له.. تريد أن تقبل زوجها تحتضنه... ولكنها لم تستطع.. لدرجة إننا سافرنا معاً خارج المملكة وأصبح يختلف مع والدته من أجلي.

ولكن يبدو أن تأثير المواقف السابقة مازال يعمل في نفسية الزوجة، حيث أنها تقول إنها عندما عادت من السفر وبقية مع والدته، بدأت تسترجع شريط الذكريات من الإهانة والتجريح والذل والخيانة من الزوج وأهله.. تقول إنني شعرت أنني لا أستطيع أن أعيش معه.. حيث بدأت تهمل نفسها، تبقى بنفس البيجامة لأيام... وكانت الزوجة تمهد لنفسها بالانفصال وتحدث نفسها ماذا سوف أخسر، ووجدت أن الذي سوف تكسبه من انفصالها أكثر من الذي سوف تخسره. هنا الزوجة صارحت الزوج قائلة: إننا لم نعد نصلح لبعض. حاول الزوج يراضيها... ولكن بعدها بأيام أرسل لي ورقة الطلاق.

وعندما سألت أم خالد عن أثر الطلاق العاطفي عليها وعلى أطفالها قبل أن تنفصل من زوجها، ذكرت إن ابنها الأكبر كان كثير البكاء، ينظر لوالده نظرات غريبة فيها نوع من العتب "التشهر". كما أشارت في ثنايا حديثها إن الخيانة قد تحدث من الزوجة كردة فعل متى ما اكتشفت إن زوجها يخونها.

تقول أم خالد إنها تشعر بالندم أحيانا وتشتاق وتشعر بالذنب من أجل أطفالها . بل إن ما يحصل بين الزوجين قد ينعكس سلباً على الأبناء كما أفادت أم عبد الله، حيث تذكر إنها تعرف أم يضربها أبنها الذي يدرس في المرحلة الثانوية لأنه شهد والده يقوم بذلك، فهو كلما أراد شيئاً من والدته ورفضت يقوم بنهرها أو الاعتداء عليها، لأن قيمة الأم واحترامها تمّ تدميره في نفس الطفل عندما كان طفلاً، فهو من الآثار التي قد تظهر بعد فترة على بعض الأبناء. كما تضيف أم عبد الله إن بعض الأبناء بسبب الخبرات التي عايشوها مع أبوين "منفصلين عاطفياً" يصبحون جامدين في مشاعرهم أو يسعى بعضهم لتفريغ عاطفته في علاقة خاطئة، كما تفسرها أم عبد الله، من خلال العلاقة بشاب أو فتاة أو حتى ما نسمع به في مدارسنا من علاقات بين نفس الجنس.

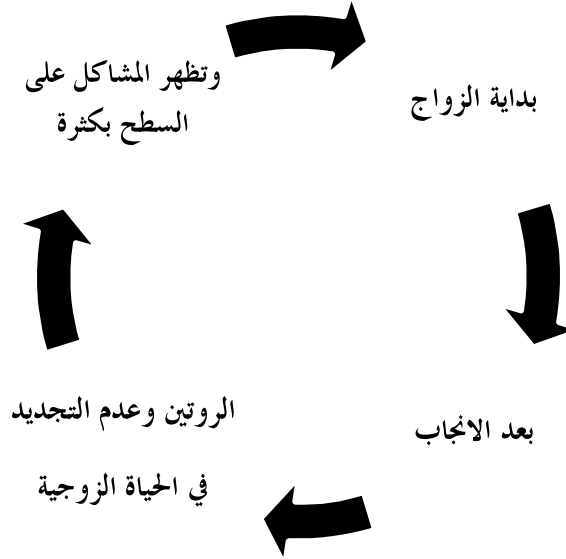
#### الآثار الإيجابية:

غير أن هناك جانباً إيجابياً قد ينتج بسبب الطلاق العاطفي بين الزوجين في نفس الوقت، حيث ترى أم خالد أن حياتها تغيرت للأفضل كثيراً بعد الانفصال مبررة أن لطفه جاء متأخراً كثيراً وأنها كانت محرومة من الأجواء الصحية في حياتها السابقة. تقول إنها بعد الطلاق توظفت وواصلت تعليمها. أصبحت قوية أكثر من السابق، لدرجة أن زوجها الثاني يشيد بها وبقوتها، كونها استطاعت الخروج من مرحلة الاكتئاب والبكاء المستمر. وفيما يتعلق بالآثار الإيجابية من الطلاق العاطفي، تضيف أم عبد الله، إنه من الممكن أن يكون للانفصال العاطفي بين الزوجين في بعض الأحيان بعض النتائج الإيجابية على كافة أفراد الأسرة، فهي فرصة لتجنب المناقشة والاحتكاك والجدال بين الزوجين منعاً لحدوث صراع أشد كالعنف مثلاً، كما إنها قد تحفظ للزوجة هيبتها متى ما أحسن استخدام الصمت والهجر، وترى أن الأبناء

يكونون "مرتاحين" خاصة في النوع الأول كون الطلاق العاطفي والفتور بين الأبوين غير بيّن للأبناء إذ أن كلا الأبوين يؤدي واجبه تجاه أفراد الأسرة. ومن الملفت للنظر كما أفادت أم عبد الله، أن الزوجة والزوج بسبب الفتور والحرمان العاطفي الذي انتفى في علاقتهما، تجدهما في بعض الأحيان يسعيان لتوجيهه لأشخاص آخرين في صورة إيجابية، كالأبناء أو ذوي الزوجين، عندما تهتم الزوجة - ي سبيل المثال - بوالدتها أو والدة زوجها أو عندما يهتم الزوج بذوي زوجته وأبنائه. وقد ينسحب ذلك على الأبناء، عندما يبدون اهتماماً أكبر للأم ويصبحون أكثر عطفاً وحناناً عليها كونها المتضررة من هذه العلاقة أو عندما يوجهون ذلك لأحد أقارب الزوج كالأعمام أو أخوة الزوجة طلباً للتعويض والحماية. وبعبارة أخرى، قد يكون لما يحدث بين الزوجين من طلاق عاطفي، خاصة عندما يظهر على السطح، النوع الثاني، ويتخلى الزوج عن مسؤولياته ويظهر عداؤه، أثر إيجابي في تماسك الأسرة من جهة أخرى، حيث يحرص الأهل على بذل ما في وسعهم لاحتواء المشكلة ودعم المتضرر وإبداء رغبتهم في الإصلاح. غير إن ذلك رغم ما فيه من جانب إيجابي ينبغي استثماره من قبل المرشد الأسري، إلا أنه لا يخلو من خطورة خاصة عندما يصل الزوجان لطريق مسدود نتاج سنوات من الهجر والعنف والتجريح والخيانة والحرمان ذاق نتيجته كل أفراد الأسرة. لذا على المرشد الأسري تقدير عوامل الخطورة **risk factors** الحالية والتي قد تظهر مستقبلاً على الزوج، والزوجة وبقية الأبناء، بحيث يتم النظر للمشكلة نظرة شمولية. فالعنف الأسري والخيانة والتخلي عن الدور الرئيس كزوج وأب قد لا يظهر لو تم احتواء المشكلة من البداية وتم التعامل معها بمهنية وإخطار الزوجة أو المسترشد بجميع الاحتمالات الواردة من استمرار العلاقة بهذا النمط من النفور والصد والانفصال العاطفي.

من خلال مناقشة الحالات السابقة يمكن القول إن الطلاق العاطفي يمر بدورة في الحياة الزوجية يمكن تمثيلها في الشكل رقم (٢). بالنظر للشكل التالي، فإن ما حصل لجميع الحالات السابقة مر بصورة أو بأخرى بهذه المراحل حيث أن العلاقة في بداية الزواج كانت تتسم بشي من الاستقرار والتقبل ولم تكن تخلو من لحظات جميلة لا يزال يذكرها الزوجان ويعلقان الأمل في استرجاعها. وبعد الإنجاب، بدأت تقل تدريجياً كون الأم انصب اهتمامها أكثر لطفلها وقل الاهتمام بالزوج مما أضفى على حياتهما نوع من الرتابة وعدم التجديد الذي بدوره ساهم في الهوة بين الزوجين وجعل كلاً منهما يتعد قليلاً عن الآخر. وبطبيعة الحال، التزام الصمت والهروب من الواقع وعدم التكيف معه من شأنه أن يظهر من أحد الطرفين تصرفات تزيد من حدة المشكلة، وقد يسرّع من ظهور ذلك حدوث مشكلة اجتماعية أو اقتصادية، كوجود طفل معاق أو مريض أو وجود أحد الأبوين في الأسرة وتولي الزوجة مهمة الرعاية أو فشل أحد الأبناء أو انحرافهم... كل ذلك من شأنه أن يزيد من المشكلة متى ما كانت النفوس من الأساس مهياً لتوجيه التهم واللوم والتملص من المسؤولية. هذه الدورة تؤكد على ضرورة التدخل المبكر من قبل المعالجين والمرشدين الأسريين، كما تؤكد على أهمية تثقيف الأزواج وتهيئتهم للتغيرات التي قد تطرأ على حياتهم الزوجية وأهمية الدعم والوقوف بجانب بعضهم البعض.

## شكل رقم (٢) دورة الطلاق العاطفي في الحياة الزوجية



كما تؤكد على أهمية التعامل مع بدايات ظهور الطلاق العاطفي مباشرة بدل من إرجاء ذلك حتى تتطور وتتفاقم المشكلة وتصبح الحياة بين الزوجين "حياة بلا حياة" كما أشارت أم عبد الله أحد الحالات التي تم مناقشتها. بل إنها ترى أحياناً أننا لو تتبعنا المشكلة من بدايتها وقمنا بتشخيصها سوف نجد أنه لا توجد مشكلة من الأساس، سوى أمور تم تجاهلها وعدم التعامل معها بصراحة وشفافية من كلا الزوجين نتج عنه صراع تترجم في صور متعددة أنتجت النفور والعداء بينهما وأوصلت الحياة بينهما لطريق مسدود.

وفي الختام، يتبين إن الطلاق العاطفي إن لم يتم التعامل معه بصورة جيدة ومبكرة

فسوف يتطور ويكون سبباً في أن يعيش أفراد الأسرة حياة تنعدم فيها مقومات الحياة السليمة. وسوف تنتج لنا زوجين نافرين قلقين، وأسرة مضطربة مفككة غير آمنة وأبناء يعانون من بعض المشكلات السلوكية والنفسية والاجتماعية. إن وصول الحياة الزوجية لمرحلة الطلاق العاطفي والانفصال الوجداني والشعوري بين الزوجين وما يتخلل ذلك من بغض وكره وعداء وافتقاد للحب والمودة والرحمة، بلا شك لن تنتج لنا أسراً وأفراداً مستقرين، بل سيطل تأثيرها المجتمع برمته، الأمر الذي يتطلب تدخلاً مبكراً، قبل الزواج من خلال برامج التهيئة والتأهيل، وأثناء الزواج، من خلال تثقيف وتوعية الأزواج والأبناء. كما أنه من الأهمية بمكان، تدريب المرشدين، كون العديد دخل في هذا المجال بخلفية علمية بسيطة عن النفس البشرية والعلاقة الزوجية والأسرية مما يتطلب تقييم العملية الإرشادية في المراكز الاستشارية وتطويرها واستقطاب المختصين الذين لديهم القدرة في التحاور وتشخيص المشكلة ووضع خطة العلاج. ويتأكد ذلك إلى كون معظم الاستشارات تقدم لطرف واحد، الزوج أو الزوجة أو أحد الأبناء، مما ينفي سمة العلاج الأسري منها الذي هو الأفضل في مثل هذه الحالات. ولكن، ولاعتبارات متعددة، ينبغي أن نعيد النظر في آلية الإرشاد والعلاج، إذ أن هناك نماذج عديدة للتدخل ينبغي تدريب المرشدين الأسريين عليها.



## جدول رقم (١) أبرز الآثار السلبية المترتبة على الطلاق العاطفي بين الزوجين

التأثير على الزوجين	التأثير على الأبناء
- الملل والفتور، عدم التكيف مع الشريك	- انتفاء القدوة أو وجود نموذج سيئ للعلاقة بين الزوجين
- بعض المشكلات الصحية بسبب الغضب كارتفاع الضغط.	- تشويه صورة الأم أو الأب
- عدم الرغبة الجنسية وفي حال حدوثها عادة تكون بلا مداعبه	- نشر أسرار الأسرة
- فقدان الشهية للطعام.	- الشعور بالوصم في حال تطور الأمر لنزاع وصراع كالعنف والقذف والتشهير
- زيادة الانفعالات بسبب تأثر المزاج وكثرة الضغوط	- الهروب من الواقع
- فقد الثقة بالنفس، ولوم الذات، والاكتئاب والقلق	- عدم الشعور بالاستقرار والأمان الأسري
- الشعور بالنبذ والتقصير والذنب	- الخوف من المستقبل
- عدم الشعور بالأمان والخوف المستمر	- تأثر المستوى التعليمي بسبب الإهمال
- عدم الاحترام والتحقيق	- الاستغراق في التفكير
- غياب الفرح والبهجة والسرور	- استغلال الأبناء من قبل أحد الوالدين في حال تطور الخلافات
- العنف الجسدي واللفظي والجنسي، وعدم الرفق والعناد	- سوء التوافق لدى الأطفال
	- لوم الذات والشعور بالذنب

-	تبلىد المشاعر، وموت الحب ونقص الدعم العاطفي، والأنانية
-	الغياب من المنزل بصورة متكررة
-	الإهمال واللامبالاة باحتياجات الآخر.
-	التخلي عن القيام بالدور والمسئولية تجاه الطرف الآخر
-	تعدد الأدوار من خلال قيام الزوج/الزوجة بدور كل منهما
-	شيوخ الصمت وضعف أو انعدام التواصل وغياب الحوار
-	نقص مهارات حل المشكلات وقلة المشاركة في اتخاذ قرارات تخص الأسرة
-	الكراهة والبغض وتذكر المواقف السيئة فقط
-	ترسخ صور واعتقادات خاطئة عن الطرف الآخر
-	التفكير بالطلاق... أو التعدد
-	تفشي أسرار الحياة الزوجية
-	الخيانة وارتفاع مستوى الشك وفقد الثقة بالآخر
-	السلوك العدواني في المدرسة وبين الأبناء مع بعضهم
-	تحريفات مشوهة في الأفكار ووجود صورة ذهنية خاطئة عن الحياة الزوجية مستقبلاً
-	إهمال الأبناء والإساءة لهم
-	تخلي الأبوين أو أحدهما عن مسئولياتهم تجاه الأبناء
-	التقليل من استعداد الأبناء مستقبلاً لبذل ما تتطلبه الحياة الأسرية من مسؤوليات
-	تكرار الإساءة والعنف حال رؤيتهم ذلك من قبل أبويهم
-	الاضطرابات السلوكية كالخوف والقلق وضعف الشخصية والتبول اللاإرادي وقضم الأظافر ومص الأصابع

## المراجع

- السبيعي، حصة. (٢٠٠٨م). استراتيجية مواجهة المشكلات الناتجة عن ضغوط الطلاق العاطفي كما تدركه المرأة المتزوجة. الموقع الإلكتروني لجامعة أم القرى. قسم التربية وعلم النفس، بحث رقم ٢.
- الشهري، ندى. الطلاق العاطفي. صحيفة الرياض، عدد ١٥٨٩٠ في ٢٦ ديسمبر ٢٠١١م.
- الطلاق العاطفي يدفع إلى الخيانة الإلكترونية. منتدى السعودية تحت المجهر. ١٣-٦-٢٠٠٧م.
- العربي، ماهر. مشكلة تبدل المشاعر: الطلاق العاطفي. [www.prof-alhabeeb.com](http://www.prof-alhabeeb.com).
- الفوزان، عبد الله. الطلاق العاطفي... لماذا؟ مقالة في صحيفة عكاظ عدد ٢٣٧٨ في ٢١ ديسمبر ٢٠٠٧م.
- القرني، محمد سالم. (٢٠٠٨م). تصميم برنامج علاجي معرفي سلوكي لتخفيف مستوى الكدر الزوجي. سلسلة الرسائل الجامعية (٨٨). عمادة البحث العلمي، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

## الفصل السادس

### توجيهات للمرشدين للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي\*

د. إبراهيم النقيثان

د. عبد الرحمن الصالح

أ. مها العمومي

أ. د. هدى السبيعي

د. هند الثميري



## توجيهات في التعامل مع مشكلة الجفاف العاطفي

د. إبراهيم النقيثان

أخي المرشد، لا يخفى عليكم أن العمل المتعدي خير من العمل القاصر، وعملكم في الإرشاد الأسري عمل عظيم الأجر متى احتسبت الأجر وأخلصتم النية، سيما وأنه عمل متعدٍ للغير، وليس قاصراً على الذات، وهؤلاء طالبو الاستشارة بأمر الحاجة لمشورتكم، وهو تحقيق لقول الله تعالى: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا﴾ (سورة النساء، الآية: ١١٤)، فكيف إذا كان هذا الإصلاح بين زوجين، وكيف إذا كانت هذه الاستشارة تحبط المشروع الأول لمخطط إبليس في تتويج جنده، كما في الحديث أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ﴿إِنَّ إبْلِسَ يَضَعُ عَرْشَهُ عَلَى الْمَاءِ ثُمَّ يَبْعَثُ سَرَايَاهُ فَأَدْنَاهُمْ مِنْهُ مَنزَلَةً أَعْظَمُهُمْ فِتْنَةً يَجِيءُ أَحَدَهُمْ فَيَقُولُ فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا فَيَقُولُ مَا صَنَعْتَ شَيْئًا قَالَ ثُمَّ يَجِيءُ أَحَدَهُمْ فَيَقُولُ مَا تَرَكْتَهُ حَتَّى فَرَّقْتَ بَيْنَهُ وَبَيْنَ امْرَأَتِهِ قَالَ فَيُدْنِيهِ مِنْهُ وَيَقُولُ نَعَمْ أَنْتَ﴾ (رواه مسلم).

إذن الدور المناط بكم عظيم وكبير، وهو العمل على رَأب الصدع في مثل هذه القضايا، والعمل على تغيير الأفكار والقناعات لدى طرفي المشكلة، وستتناول في هذا الفصل سيكولوجية الرجل والمرأة، وتوجيهات تقدمونها لكل من الزوج والزوجة حين يملكون بهذه الحالة، وأخيراً توجيهات للوقاية من الوقوع في شباك الجفاف العاطفي للزوجين.

أولاً: سيكولوجية الرجل والمرأة:

إن التعرف على الطبيعة النفسية والعضوية لكل من الرجل والمرأة، وإدراك أوجه

التفاوت بينهما، سوف يساعد على تفسير المشكلات المتعلقة بالجفاف العاطفي، سواء بالنسبة للمرشد أو بالنسبة لطالب الاستشارة، ومن ثم تقديم الحل المناسب.

إن أساس العلاقة الزوجية بين الرجل والمرأة، المودة والرحمة، كما بينها الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز حيث يقول سبحانه: ﴿وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ (سورة الروم، الآية: ٢١). إن المودة والرحمة هي علاقة مزدوجة، بين العلاقة العاطفية والارتباط الفطري بالحب من جهة، وعلاقة الجسد من جانب آخر، وقد أجمعت الآراء على أن الحوار والصراحة، هما قوام الحياة الزوجية السليمة، وأنه لا غنى عنهما بأي شكل من الأشكال، كما أنهما ضروريان لإيجاد التفاهم وحصول المودة والرحمة.

وقد اختلفت الأقاويل حول مدى الصراحة، وتعريفها ومدى علاقتها بالرجولة أو الأنوثة، وهل هي مطلقة أم مقيدة، واجبة أم مستحبة، وكم هي نسبتها بين الزوجين، وهل هي على مستوى واحد أم متفاوتة؟ وكيف تتحول من نعمة إلى نقمة؟ ويعد الكذب والمداراة وعدم المصارحة، من أهم أسباب ضعف الثقة، فالزوجة التي اعتادت الكذب، وعدم الاعتراف بالخطأ، تعطي الدليل لزوجها على ضعف ثقته بها وبتصرفاتها وعدم تصديقها وإن كانت صادقة، والزوج الذي يكذب يعطي الدليل لزوجته كذلك، ولو التزم الزوج وكذلك الزوجة الحوار والصدق والمصارحة لخفت المشكلات بينهما أو انعدمت.

والثقة لا تعني الغفلة، ولكنها تعني الاطمئنان الواعي، وأساس ذلك الحب الصادق والاحترام العميق، وبناء ذلك يقع على الطرفين، والمصارحة تدفع إلى مزيد من الثقة التي هي أعلى ما بين الزوجين، وإلزام كل طرف بالصراحة منذ بداية حياتهما سوياً.

ولا يأتي هذا الحوار وتلك الصراحة إلا من خلال السعي سوياً لحل المشكلات قبل تراكمها، وفعل السبب لذلك، وعدم كتمها، وليعملاً بفعل سبب لمناقشتها، وإلا فإن بوادر الجفاف العاطفي قد تنمو وتكبر، ولذا فهما مطالبان بفعل السبب لعلاجها، سواء نجحاً بنفسيهما أو من خلال قنوات الاستشارات المعروفة، المهم عدم التأجيل أو كبت المشاعر.

ولما كان الذكر غير الأنثى، كما ذكر سبحانه وتعالى في قوله تعالى: ﴿وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنثَى﴾ (سورة آل عمران، الآية: ٣٦)، فالذكر غير الأنثى في كل شيء، سواء كان هذا الفرق فسيولوجياً أو نفسياً.

إن القوامة هي روح الرجولة، وإذا حاولت المرأة انتزاعها بدافع الغيرة أو المنافسة، فإنها في الحقيقة تنتزع رجولة الرجل، ولا تجد فيه بعد ذلك ما يستحق الإعجاب أو الاهتمام، بل تجده إنساناً ضعيفاً خاوياً، لا يستحق لقب فارس أحلامها، ولا يستحق التربع على عرش قلبها، والمرأة السوية لا تجد مشكلة في التعامل مع قوامة الرجل السوي الذي يتميز فعلاً بصفات رجولية تؤهله لتلك القوامة، وهذه القوامة هي رعاية ومسئولية وقيادة منطقية عادلة، واحترام لإرادة المرأة وكرامتها كشريك حياة ورفيق طريق.

المرأة السوية تشتاق من أعماقها لتلك القوامة الرشيدة، والتي تعني لها قدرة زوجها على رعايتها واحتوائها، وحمايتها وتلبية احتياجاتها واحتضانها، كي تتفرغ هي لرعاية واحتواء وحماية واحتضان وتلبية احتياجات أطفالها.

التعددية في الرجل مرتبطة بتكوين بيولوجي ونفسي واجتماعي، فالرجل لديه ميل للارتباط العاطفي وربما الجنسي بأكثر من امرأة، وهذا لا يعني في كل الأحوال أنه سيستجيب



لهذا الميل، فالرجل الناضج الرزين يضع أموراً كثيرة في الاعتبار قبل الاستجابة لإشباع حاجاته البيولوجية والنفسية، وربما يكمن خلف هذه الطبيعة التعددية طول سنوات قدرة الرجل العاطفية والجنسية مقارنة بالمرأة، حيث لا يوجد سن يأس للرجل، ولا يوجد وقت يتوقف فيه إفراز هرمونات الذكورة، ولا يوجد وقت تتوقف فيه قدرته على الحب والجنس، وإن كانت هذه الوظائف تضعف تدريجياً مع السن ولكنها تبقى لمراحل متقدمة جداً من عمره .

في حين ترتبط وظيفة الحب والجنس لديها بالحمل والولادة والاندماج العميق في تربية أطفالها، ثم انقطاع الدورة في سن معين (مبكر نسبياً) وهبوط هرمونات الأنوثة في هذا السن مع تغيرات بيولوجية ملحوظة، هذا الموقف يجعل المرأة السوية أكثر ميلاً لأحادية العلاقة، كي تضمن استقراراً تتمكن فيه من رعاية أطفالها، إضافة إلى تقلبات حياتها البيولوجية والتي تستدعي وجود راع ثابت ومستقر يواكب مراحل حياتها ويتحملها حين تفقد بعض وظائفها .

الرجل يحب بعينه غالباً، والمرأة تحب بأذنها وقلبها غالباً، وهذا لا يعني تعطيل بقية الحواس، وإنما نحن نعني الحاسة الأكثر نشاطاً لدى الرجل، وهي حاسة النظر، وهذا يستدعي اهتماماً من المرأة بما تقع عليه عين زوجها فهو الرسالة الأكثر تأثيراً، وفي المقابل مطلوب من الرجل اهتماماً بما تسمعه أذن زوجته وما يشعر به قلبها تبعاً لذلك، وربما يفسر هذا الأمر ولع المرأة بالزينة على اختلاف أشكالها .

الرجل صاحب الإرادة المنفذة، والمرأة صاحبة الإرادة المحركة، فكثيراً ما نرى المرأة تلعب دوراً أساسياً في التدبير والتخطيط والتوجيه والإيحاء للرجل، ثم يقوم الرجل بتحويل كل هذا إلى عمل تنفيذي، وهو يعتقد أنه هو الذي قام بكل شيء، خاصة إذا كانت المرأة ذكية، واكتفت بتحريك إرادته دون أن تعلن ذلك أو تتفاخر به .

الرجل يهتم بالعموميات خاصة فيما يخص أمور الأسرة، في حين تهتم المرأة بالتفاصيل، فنجد أن الرجل لا يحيط بكثير من تفاصيل احتياجات الأولاد أو مشكلاتهم، وإنما يكتفي بمعرفة عامة عن أحوالهم، في حين تعرف الأم كل تفاصيل ملابسهم ودروسهم وهمومهم ومشكلاتهم. إن من الصفات النفسية للرجل عموماً، أنه عندما ينزعج فإنه لا يتكلم أبداً عما يشغل باله، وبدلاً من أن يدخل أحداً في مشكلاته، فإنه يلزم الصمت ويعتزل الناس في "الكهف"، ليفكر في حل مناسب لهذه المشكلات، وعندما يجد الحل فإنه يخرج من عزلته ومن الكهف وهو أكثر سعادة وبهجة.

وإذا لم يعثر على الحلول المناسبة، فإنه يحاول أن يقوم ببعض الأعمال التي يمكن أن تنسيه مؤقتاً هذه المشكلات، كقراءة صحيفة أو اللعب أو غير ذلك، وعلى المرأة أن تفهم أن أي ابتعاد للرجل عنها ليس دليلاً على عدم الحب والرعاية، بل يمكن أن يكون أمراً آخرًا.

هناك من يشبه بعض الجوانب النفسية للمرأة بأموج البحر، حيث تتراوح عواطفها ومشاعرها بالارتفاع الشديد عندما تكون مسرورة مبتهجة، لتعود مشاعرها بالانخفاض عندما تنزعج، وتضعف ثقتها بنفسها، وما تلبث مشاعرها أن ترتفع من جديد، وهكذا كأموج البحر المتقلبة، وعندما ترتفع مشاعر المرأة وتعظم ثقتها بنفسها، فإنها تكون مصدرًا لا ينضب للحب والتضحية والعطف والحنان للآخرين وخاصة زوجها، ولكن عندما تنخفض أمواجها وتشعر ببعض الاكتئاب، فإنها تحس بفراغ كبير في داخلها، وبأنها تحتاج إلى الحب والرعاية من قبل الآخرين، وخاصة زوجها.

وهناك من يشبه انخفاض مشاعر المرأة وعواطفها، كأنها تنزل في بئر أو جُب عميق مظلم، وما تلبث المرأة بعد أن تصل إلى قاع البئر، وخاصة إذا شعرت أن هناك من يحبها

ويتمناها، أن تبدأ رحلة الصعود للخروج من هذا البئر، وتعود كما كانت نبغاً معطاءً من الحب والرعاية لمن حولها وخاصة زوجها. ويجب أن يفهم الرجل أن تبدل مشاعر المرأة على هذا النحو من الارتفاع والانخفاض، ونزولها إلى البئر وصعودها منه، ليس من تصرفاتها، بل هو سجية وخلقة خلقها الله عليها، ويجب أن يتعامل معها كما هي.

إذن من الأخطاء التي يمكن أن يقع فيها الرجل، أن يمنع زوجته من تقلبات المشاعر والمزاج، أو أن يحاول أن يخرجها من ذلك البئر العميق. إن حب الرجل كالقمر يذهب ويأتي، وأن حب المرأة كموج البحر صعوداً وهبوطاً، وإن المرأة تنزل إلى البئر، وإن الرجل عندما تواجهه المشاكل يدخل إلى الكهف، وإن هذه أمور خلق الله الذكر والأنثى عليها ولا سبيل إلى تغييرها، بل لا بد من التعامل معها كما هي.

لا بد أن يعرف الرجل والمرأة، أن الحاجات العاطفية لكل منهما تختلف عن الآخر، فمن الخطأ أن يقدم الرجل الحب والعاطفة للمرأة على الطريقة التي يفضلها هو، لا على الطريقة التي تفضلها هي أو العكس، فلكل منهما طريقته الخاصة، فالرجل مثلاً يحتاج إلى الحب الذي يحمل معه الثقة به وقبوله كما هو، والحب الذي يعبر عن تقدير جهوده وما يقدمه، بينما تحتاج المرأة إلى الحب الذي يحمل معه رعايتها وأنه يستمع إليها، وأن مشاعرها تفهم وتقدر وتحترم.

يحتاج الرجل أن يشعر أن زوجته تقدر ما يبذله من أجلها وما يقدمه لإسعادها، بينما تحتاج المرأة أن تدرك أن زوجها يحترمها عندما يعطي أهمية أولى لمشاعرها وحاجاتها ورغباتها وأمانيتها، وذلك من خلال تذكّر المناسبات الهامة لها، القيام بالأعمال المادية التي تظهر اهتمامه بها كالهدية أو باقة الورد.

يحتاج الرجل إلى الشعور بأن زوجته معجبة به، وعندما يشعر الرجل بإعجاب زوجته

به، فإن هذا يدفعه للتفاني أكثر في خدمتها ورعايتها، بينما تحتاج المرأة للشعور بأن زوجها يتفاني في خدمتها، ويسخر نفسه لرعايتها وحمايتها، وسيزداد إعجاب المرأة بزوجها عندما تشعر بأنها رقم واحد في حياته.

الرجل يحتاج إلى تشجيع المرأة، وهذا التشجيع يعطي الدافع القوي للبذل والعطاء أكثر، بينما تحتاج المرأة إلى استمرار طمأنة الرجل لها، ويكون ذلك من خلال إظهار رعايته وتفهمه واحترامه لها، وإقراره لمشاعرها وتفانيه في حبها ورعايتها.

عندما يعود الرجل متعباً إلى المنزل ينزل، وتقل كلماته، وتظن المرأة أنها غير محبوبة، والمطلوب أن يستمع الرجل إليها، وليس أن يقاطعها أو يوجه لها النصائح. يتكلم الرجل وسطياً سبعة آلاف كلمة في اليوم، والمرأة ثلاثة أضعاف ذلك، أي واحداً وعشرين ألفاً، علماً أن أسلوب الرجل في الكلام مباشر ودقيق، ويؤخذ على حرفيته، أما المرأة فهي لا تقصد حرفية الكلام، وهي تبالغ في لغتها، وتستعمل عبارات مطلقة، دون أن تقصد ذلك فعلاً.

الرجال في تفكيرهم يريدون الحصول على نتائج، والوصول إلى الأهداف، وتملك المراكز والسلطة، وهم يحبون المنافسة، ولا يترددون في اتباع الطريق الموصل إلى جوهر الأمور، ودماعهم مبرمج على حل المشكلات وتقديم الحلول، بينما النساء يركزن على التواصل، والعمل المشترك، والانسجام، والحب، والعيش المشترك، والعلاقات بين الأشخاص.

المرأة يمكنها أن تقوم بوظيفة محددة أو مشكلة منفردة، والرجل يستطيع القيام بعدة أمور، الرجل مخلوق أبسط من المرأة، فهو ينتقل بسرعة إلى الخطوة التالية، وليس مثل المرأة، التي تبات بالحزن وتخزنه، وتمضي فيه يومها التالي كله، وهذه حقيقة المرأة إذا كانت متضايقة، فهي تحمل ضيقها إلى أولادها، وإلى صديقاتها بل إلى عملها، في حين أن أغلبية الرجال يقف

عندهم هذا الأمر في حدوده، وتستمر الحياة، لأن دماغ الرجل يعمل بنظام عدم خلط الملفات، في حين أن ملفات المرأة مفتوحة على بعضها.

إذا قدم الزوج المساعدة للمرأة تشعر بأنها محبوبة، بينما إذا قدمت المساعدة للرجل يشعر بالعجز والضعف، كما أن المرأة إذا اشتكت من أي شيء فإنها تريد التعاطف لا تريد حلاً، فالمرأة تحب أن تتحدث عن مشكلاتها لمن تحب، لأنها تحس براحة عندما تقوم بذلك، ولكنها عندما تشتكي فإنها لا تريد حلاً بل تريد تعاطفاً وإنصاتاً، ويحب الرجل أن يحتفظ بمشاكله لنفسه، ويحاول حلها بنفسه أو يحاول نسيانها، وفي بعض المشاكل الكبيرة يستشير الخبراء لحل المشكلة. إذا رجع الرجل وهو محمل بالمشاكل، فإنه يجلس صامتاً لا يشتكي، ويحاول تناسيها، والمرأة تحب أن تشتكي عن مشاكلها فتتكلم على سبيل التشكي للزوج، ثم يصبح التنافر بينهما. إذا بدأت المرأة بالتحدث عن مشاكلها، فإنها إما أن تكون تتحدث بصوت مرتفع، لأنها تكون منزعة، وتريد أن تخرج ما بداخلها فقط، وإما أن تتكلم بصوت منخفض، وفي هذا الحالة تكون المشكلة أصغر حجماً.

كيف تكون ردة فعل الزوج إذا بدأت المرأة تتحدث عن مشاكلها؟، إما أن يشعر بأنها تلوّمه وأنه المسؤول عن مشاكلها، فيسحب سيفه لكي يدافع عن نفسه، أو أن يشعر بأنها تريد حلاً فيبدأ الخبير بطرح الحلول، والمرأة في كلا الحالتين لا تريد ما فعله الزوج، بل تريد أن يستمع لها، ويتعاطف مع حالها ويُسعِرُها بالحنان والحب.

شيء مُفْرِح للزوجة أن يعرف الزوج ماذا تتمنى؟، وماذا تريد من دون أن تقول، ويجب أن يشعر كل من الزوجين الطرف الآخر بأنه يشعر بعطائه ويشكره عليه، لكي يتلقى المزيد من العطاء، أما إذا لم يشعره بأنه قد حس بعطائه وأنه سعيد بما يقدم، فإن العطاء سيتوقف.

يجب ألا يعامل كل من الزوجين الطرف الآخر بنفس الطريقة التي يود هو أن يُعامل بها في مشاكله، فالزوج يجلس صامتاً إذا وقع في مشكلة أو جلس يفكر، لكن المرأة بالعكس من ذلك فإنها تتكلم وتشتكي، فإذا الزوجة عاملت زوجها بنفس طبيعتها، فإنها تريد منه ألا يصمت وأن يشتكي، ولكن الرجل طبيعته لا تسمح بذلك، وكذلك الرجل إذا عامل الزوجة بنفس طبيعته، فإنه يريد أن تصمت ولا تتحدث عن مشكلاتها ولكن طبيعة المرأة ترفض ذلك. إذا عرف كل من الزوجين أنهما مختلفان، فيجب أن يراعي هذا الاختلاف، ويترك كل طرف للطرف الآخر الفسحة ليعبر بالطريقة التي يرتاح بها، فيترك الزوج زوجته تتحدث وتشتكي ويجلس هو يستمع ويتعاطف لكي ترتاح، وتترك الزوجة زوجها ينعزل صامتاً يفكر داخلياً لكي يرتاح. إذا اشتكت الزوجة فإنها تريد أن تخرج ما بداخلها، وأنها بعد فترة سوف تتوقف، فإذا استطاع أن يسيطر على مشاعره لمعرفة بذلك الأمر، فإن المرأة ستكون ممتنة له، وسوف تتوقف عن الشكوى حتى لو كانت تلومه.

لتعلم الزوجة أن الزوج يحتاج في أوقات معينة، إلى أن ينسحب قليلاً ويعيش حياة مستقلة، وسبب ذلك لأن الرجل يحتاج بأن يشعر بالحرية والاستقلال، وتختلف مدة الانسحاب، ولا يعني انسحابه أنه متضايق من شيء، بل لأنه يحتاج إلى الشعور بالحرية والاستقلال، فإنه بعد ما يحصل على ما يريد من حرية واستقلال، يعود ويعود بقوة للحب والمودة، وعلى المرأة أن تعرف أن الزوج يحمل هذه الطبيعة المطاطية، وألا تحاول اللحاق به لأنه سوف يبتعد أكثر، بل تتركه حتى يشعر بما يريد من الحرية والاستقلال، والمرأة عندما تنسحب فإن انسحابها يكون لأسباب مثل عدم الثقة وغيرها على عكس الرجل.

من حاجات الحب الأولية عند النساء: الرعاية والتفهم والاحترام والإخلاص والتصديق

والتطمين، أما الرجل فيحتاج: الثقة والتقبل والتقدير والإعجاب والاستحسان والتشجيع .  
يجب على الزوج إذا قام بعمل يثير غضب الزوجة، كالتأخر ليلاً مثلاً، ألا يقف موقف الدفاع عن النفس، بل يجب أن يعتذر منها ويتأسف، لأنه قام بعمل يزعجها، وفي المقابل يجب على الزوجة إذا قام زوجها بعمل يضايقها مثل التأخر ليلاً، ألا ترسل له رسائل هجومية، بل يجب أن توضح له بهدوء أنها متضايقة من تأخره .

يعتقد الرجل عندما يقدم هدية حب قيّمة لزوجته، فإنه سوف يحسب له عندها نقاط كثيرة، وعندما يقدم هدية حب صغيرة، فإنه سوف يحصل على نقاط أقل، ولكون الزوج يقوم بحساب النقاط بهذه الطريقة، فإنه سوف يجمع طاقته على الهدايا الكبيرة والقيّمة، حتى ولو أنها قليلة، لأنه يظن أن الهدية الكبيرة والقيّمة، سوف تجني نقاطاً كثيرة، لكنه لا يعلم كيف تحسب النساء النقاط .

فالزوجة عندما تهديها هدية حب صغيرة مثل وردة، فإنها تحسب لك نقطة، وعندما تهديها هدية حب كبيرة وقيّمة، مثل غرفة نوم أو طقم ألماس، تحسب لك نقطة واحدة، لأنها تنظر إلى الهدية، وليس إلى قيمتها، فالهدايا عند المرأة تحمل نفس القيمة .

يجب على المرأة أن تقدر أن طبيعة الرجل تهتم بالأشياء الكبيرة، فيجب ألا تشعره بأنه مقصر في حقها، لأنها إذا أشعرته بذلك فإن ردة فعله ستكون سيئة، لأنه يشعر بأنه يقوم بأعمال كبيرة، ويقول في داخله إنني أقوم بأعمال كبيرة ولكن هذه المرأة لا تقدر، فيجب أن تشكره على ما يقوم به، ويجب أن تتذكر أن عدم قيامه بالأشياء الصغيرة لا يعني أنه لا يحبها، وبالتقدير والتشجيع سوف يتطور ويشعر بما تحتاج .

رسائل الحب بين الزوجين شيء ضروري، خاصة عندما يصعب التعبير عن المشاعر المؤلمة، أحياناً يكون خلاف بين الأزواج، ويكون الجو مشحوناً، وكل شخص يريد أن يبرر موقفه، فالمهم عدم المواجهة، هنا تأتي ضرورة الانسحاب، وكتابة رسائل الحب التي يعبر فيها عن غضبه وحزنه وخوفه وندمه وحبه، بالترتيب، ويكون صريحاً لدرجة كبيرة، ويدرج في النهاية الجواب الذي يريد أن يسمعه لكي يرتاح.

إن رسائل الحب تزيل الأجواء المشحونة وتحولها إلى أجواء ود وشفاء وحب لأنها لا تعتمد على المواجهة، فالمواجهة هي ما تثير الأعصاب وتخرج الإنسان عن طوره، لكن عندما يجلس أحد الزوجين لوحده ويحاول يخرج ما بقلبه بصدق وشفافية فهو سيرتاح ويريح الطرف الآخر.

تلك بعض الاختلافات والفروقات بين الرجل والمرأة، وإن الإحاطة بطبيعة هذه الاختلافات، سوف يساعد على تشخيص المشكلة، ومن ثم تقديم الإرشادات المناسبة بإذن الله تعالى.

إن تصرفات الزوج في هذه الحالة تختلف من فرد لآخر، فنجد بعضهم يتجنب الحديث مع الزوجة ويفضل الصمت، وربما يقضي أغلب وقته خارج البيت، أو يتوقع داخل إحدى غرف المنزل، ولا يسمح لأحد أن يقطع هذا الصمت وتلك الخلوة، وقد يعتمد البعض إلى هجر البيت تماماً، في حين أن هناك من لا يهجر البيت، ولكن كأنه أبكم أمام زوجته فقط دون الأبناء، وقد ينام في غرفة غير غرفة النوم، والبعض قد يقتصر على الهجر الكلامي دون الفراش، أو الأكل ونحو ذلك، وقد يحرم المرأة من بعض الخدمات التي يقدمها لها، كتوصيلها لعملها أو أسرتها، بل قد لا يأذن لها بذلك.



وأما المرأة فقد تتخذ من الصمت الكلامي أسلوباً، وهو نادر الحدوث، إلا من قبيل المعاملة بالمثل، وأحياناً تتحدث بنبرة فيها الغضب والحلق، وقد تتمنع من خدمة زوجها في بعض الجوانب، وقد تتهرب من إعطائه حقه الشرعي أو تكون مشاركتها صفرًا أو سلبية.

والجفاف العاطفي يقع على المرأة أكثر من الرجل، وتتأذى منه المرأة أكثر من الرجل، وأكثر ما يير عليّ من حالات هو الهجر الكلامي والفراش، وكثيراً ما تحاول المرأة التودد للزوج، لكنه يعاند أكثر ويستمر في إعراضه أكثر.

ومن الأمور التي تحدث في مثل هذه الحالات إصرار كل طرف على موقفه، وعدم التنازل للطرف الآخر، بحجة زائفة هي الكرامة، كما يزعمان !!، بمعنى لا يبادر أو تبادر بالاعتذار عن الخطأ، مع تحميل الطرف الآخر المسؤولية، والنظر إليه على أنه هو الذي ينبغي أن يبدأ (وخيّرهُمَا الَّذِي يَبْدَأُ بِالسَّلَامِ) (متفق عليه).

**ثانياً: توجيهات للمرشد ليوجه بها الزوجة لمعالجة الجفاف العاطفي:**

على المرشد تقديم مثل هذه التوجيهات للزوجة لكي تذيب الجليد وتعود الحياة الزوجية لطبيعتها، ونؤكد على تفاوت الأزواج في سرعة الاستجابة والتفاعل لمثل هذه القائمة، ولكن ما قد لا يصلح لهذا الزوج، قد يصلح لزوج آخر، فالفروق الفردية بين الأزواج كبيرة، واستطاعة هذه الزوجة أو تلك، للقيام بهذا السلوك أو غيره متفاوتة، وقبل البدء بذكر هذه الإرشادات، نؤكد على استصحاب الصبر وعدم الضجر، وإن طالت المدة، فعاقبة الصبر حميدة، وآثارها جميلة. ومن هذه التوجيهات الآتي:

- (١) تُنبه الزوجة على أهمية استقبال الزوج عند الباب وتقبيله.
- (٢) تُحذر الزوجة من العتاب المباشر فبعض الأزواج يعتبر ذلك انتقاداً.
- (٣) يُؤكد على الزوجة أن تتحلى بالصبر لمعالجة أخطاء الزوج، وتُحَيِّن الفرصة لمفاتيح الزوج.
- (٤) تُرشد الزوجة بأن تظهر أنوثتها لزوجها، وليرى، ويسمع، ويشم، ما يسره.
- (٥) تُوجه الزوجة بالمبادرة بإسماع زوجها كلمات الحب والوله والمشاعر الرقيقة.
- (٦) تُنصح الزوجة بأن تكون صاحبة القلب الكبير الذي يتغاضى عن هفوات الزوج، ويعمل على علاجها بأسلوب جميل وراقٍ.
- (٧) تُحذر الزوجة من الثلاثي القاتل: النقد، واللوم، والمقارنة.
- (٨) يُؤكد على الزوجة أن تعبر للزوج عن مشاعرها وعواطفها تجاه زوجها.
- (٩) تُعزز الزوجة على جعل البيت جنة يهفو إليها الزوج ويستظل بظلالها.
- (١٠) يُؤكد على الزوجة أن تشعر زوجها بأنه شخص يعتمد عليه ويوثق به.
- (١١) تُرشد الزوجة ألا تناقش المشكلات الأسرية وغيرها داخل غرفة النوم.
- (١٢) تُنصح الزوجة بأن تشارك زوجها في هواياته واهتماماته وألا تزدرى ذلك مهما كان عبثياً.
- (١٣) ينبغي الطلب من الزوجة أن تُشعر زوجها بأهمية دوره في المنزل وفي حياتها، ولتحذر من منازعته دوره أو تهميشه.
- (١٤) على المرشد أن يُؤكد للزوجة اختلاف طبيعة الزوج عن طبيعة الزوجة، ومن ثم فلا تعامل زوجها بنفسية المرأة.

١٥) ينبغي أن تُصحح الزوجة أن تبتعد عن الروتين اليومي الممل، وأن تحاول التجديد والتنويع بقدر ما تستطيع .

١٦) توجيه الزوجة للاتصال بزوجها في العمل للاطمئنان عليه، وبثها حبه وشوقها إليه .

١٧) من المهم توجيه الزوجة إلى أهمية إكرام أهل الزوج وخدمتهم وتقديرهم .

ثالثاً: توجيهات للمرشد ليوجه بها الزوج لمعالجة الجفاف العاطفي:

على المرشد تقديم مثل هذه التوجيهات للزوج لكي يذيب الجليد وتعود الحياة الزوجية لطبيعتها، ونؤكد على تفاوت الزوجات في سرعة الاستجابة والتفاعل لمثل هذه القائمة، ولكن ما قد لا يصلح لهذه الزوجة، قد يصلح لزوجة أخرى، فالفروق الفردية بين الزوجات موجودة، واستطاعة الزوج القيام بهذا السلوك أو غيره متفاوتة، ومن هذه التوجيهات الآتي:

١) يذكر الزوج حين يعود للمنزل بالمبادرة بالسلام على الزوجة، وإن لم تستقبله فليبحث عنها وليقبلها ويضمها لصدره .

٢) يُطلب من الزوج أن يمتدح مظهر زوجته وأناقته مهما كانت متواضعة .

٣) يُؤكّد على الزوج أن يخطر زوجته حين يريد الخروج من المنزل .

٤) جميل أن يُطلب من الزوج مفاجأة زوجته بالقيام ببعض الأعمال التي تعودت هي أن تقوم بها، كترتيب السرير وتنظيف غرفة النوم .

٥) يُطلب من الزوج أن يُسمع زوجته كلمة "أحبك" .

٦) يُنبّه الزوج في حالة كونه يمسك بيد زوجته ألا يرخي يده أو يترك يد زوجته حتى ترخي يدها أو تترك يده .

- (٧) يُدكّر الزوج أن يشتري هدية صغيرة لزوجته وتقدمها لها بين فينة وأخرى .
- (٨) يُطلب من الزوج أن يفاجئ زوجته برسائل حب أو أبيات شعر يتغزل بها .
- (٩) يُدكّر الزوج بأن يمتدح طبع زوجته بين الحين والحين .
- (١٠) يُوجه الزوج على المبادرة لتقريب زوجته حين يخرج للعمل وحين يرجع .
- (١١) يُطلب من الزوج أن يبرز النواحي الإيجابية لزوجته أمام أبنائها وأهلها .
- (١٢) يُنبه الزوج على أن يفصل بين ضغوط العمل والشارع وبين الجو المنزلي .
- (١٣) تذكير الزوج بأن زوجته تحتاج للرفقة والدلال والاهتمام والرعاية، فلا يغفل عن ذلك .
- (١٤) من المهم أن يُطلب من الزوج المبادرة بالاعتذار للزوجة حين يخطئ في حقها .
- (١٥) يُذكر الزوج بأن استخدام الشورى في شؤون الأبناء والمنزل، مما يزيل الجفاف العاطفي .
- (١٦) يجب أن يُذكر الزوج أن الكمال عزيز، ولذا عليه تقبل زوجته كما هي، وعليه بتطويرها نحو الأفضل، والتعامل معها بلطف .
- (١٧) يُذكر الزوج بأن يتغاضى عن هفوات زوجته، فمن ذا الذي ترضى سجايه كلها .
- (١٨) يُوصى الزوج أن تكون الابتسامة واللمسة الحانية والنظرة الحنونة ديدنه داخل منزله ومع زوجته .
- (١٩) يُطلب من الزوج أن يستعيد مع زوجته الذكريات الخاصة والجميلة .
- (٢٠) التثقيف الزوجي والجنسي مهم في الحياة الزوجية، لذا يُطلب من الزوج أن يقوم بذلك فهو يقع على عاتقه، والحياء يغلب على أكثر النساء .

رابعاً: توجيهات للمرشد ليوجه بها الزوجة للوقاية من الجفاف العاطفي:

أ- توجيهات للزوجة:

نبدأ في التوجيه للزوجة، لكونها العنصر الأكثر تضرراً من هذه الحالة، والزوجات هن أكثر من يعانين من هذه الحالة، وفيما يلي بعض هذه التوجيهات، نعرضها على شكل نقاط وتوجيهات مباشرة:

- (١) تذكير الزوجة بالتعرف على ما للزوج من حقوق وواجبات وإيفائه حقوقه.
- (٢) توجيه الزوجة في مراعاة الله، في إيفاء الزوج حقوقه وتعبده لله في ذلك، وهذا ينعكس إيجاباً على حياة الزوجين، قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا﴾ (سورة الطلاق، الآية: ٢).
- (٣) تُنبه الزوجة أنه من المهم جداً معرفة المنغصات التي يتضايق منها الزوج، ومحاولة تلافيها.
- (٤) نظراً لما يمثله المال من قيمة لدى غالبية الأزواج، فُتنبه الزوجة إلى المحافظة على مال الزوج وعدم التبذير فيه.
- (٥) تُنبه الزوجة على ألا تقع عين الزوج وأذنه وأنفه على ما يكره.
- (٦) إن كون الزوج ذو دخل منخفض، أو يمرُّ بضائقة مالية أمرٌ متوقع، لذا فيجب تذكير الزوجة بالصبر، وتذكر الزوجة بقول الله تعالى: ﴿سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا﴾ (سورة الطلاق، الآية: ٧).
- (٧) تُذكر الزوجة بالاستعمال الإيجابي للتقنية، ولتُحذر مما يريب الزوج من ذلك.
- (٨) يُؤكد على الزوجة الحذر من الوقوع في خطأ الاهتمام بالأبناء على حساب الزوج.

- (٩) جميل أن تُرشد الزوجة وأن تكون كريمة في استعمال الكلمات الرومانسية مع زوجها.
- (١٠) تُنصح الزوجة بالحذر من اللجوء لأسلوب الاستفزاز للزوج على سبيل المقابلة بالمثل.
- ب- توجيهات للزوج:

على المرشد التنبيه على طبيعة المرأة ورقتها وحساسيتها، وقوة عاطفتها، وسهولة كسبها، وفيما يلي بعض التوجيهات للوقاية من وقوعها في حالة الجفاف العاطفي:

- (١) يُذكر الزوج بتقوية الصلة بالله والمحافظة على فرائضه.
- (٢) جميل من الزوج أن يُعرف بالحقوق الشرعية لزوجته والعمل على تحقيقها.
- (٣) يُؤكد على الزوج، الحذر من المقارنة بين زوجته والأخريات، فهو أسلوب يهدم ولا يبني.
- (٤) يُحذر الزوج من استخدام الضرب كأسلوب لعلاج المشكلات الأسرية.
- (٥) يُنصح الزوج بالإنفاق الأسري، والبعد عن التقدير، وبيان الأثر السلبي للبخل على الأسرة.
- (٦) يُحذر الزوج من استخدام التهديد بالطلاق أو الزواج، لعلاج المشكلات الزوجية.
- (٧) إن الاستجابة التلقائية للانفعال علامة ضعف، لذا يُنبه الزوج على ضبط العواطف في إدارة الأزمات الأسرية.
- (٨) يُؤكد على الزوج البعد عن الاستخدام الخاطئ للقوامة، وعليه استخدامها في مجالها الشرعي.
- (٩) يُنبه الزوج على ضرورة الإفصاح عما يعانیه من هموم ومشكلات لزوجته، لتشاركه أو تخفف عنه، وتسري عنه همومه، ولا يجعلها حبيسة ذاته.

- (١٠) يُنصح الزوج بمشاركة زوجته في همومها ومشكلاتها، وعدم إهمالها أو الازدراء بمشاعرها.
- (١١) يُؤكد على الزوج الاتفاق مع الزوجة على أساليب التنشئة للأبناء، والحذر من تضارب الأساليب في ذلك.

(١٢) يذكر الزوج بأهمية أن يلاطف ويتزین لزوجته كما يحب هو أن تتزين له وتلاطفه. وغني عن البيان أن بعض هذه التوجهات أو المقترحات، قد تناسب بعض الأسر دون بعضها الآخر، وذلك لاختلاف البيئة الاجتماعية، وطبيعة التنشئة الأسرية، إضافة إلى الفروق بين الأفراد من ذكور وإناث. ويبقى ذكاًؤك أخي المرشد، في التماس ما يناسب الحالة طالبة الاستشارة، بناءً على معرفتك لخلفتها الثقافية والبيئية والاجتماعية.

ختاماً أسأل الله أن يكلل الجهود بالنجاح، وأن يجعل العمل في ميزان الحسنات، إنه خير مسؤول، وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه والتابعين.

## المراجع

- أمل بنت أحمد باصويل (١٤٢٨هـ): التوافق الزوجي وعلاقته بالإشباع المتوقع والفعلي للحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين، رسالة ماجستير، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- أنوار مجيد هادي (١٤٣٣هـ): أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات.
- بيير داکو ترجمة وجيه أسعد (١٩٩١م): المرأة بحث في سيكولوجية الأعماق، مؤسسة الرسالة، بيروت.
- جون غراي ترجمة حمود الشريف (١٤٢٧هـ): الرجال من المريخ، والنساء من الزهرة، مكتبة جرير، الرياض.
- حمدان بن محمد الحمدان: الخلافات الزوجية وأخلاقيات التعامل معها.
- خالد بن عمر الرديعان (١٤٢٩هـ): طلاق ما قبل الزفاف أسبابه وسمات المطلقين، مركز البحوث بكلية الآداب، جامعة الملك سعود.
- سحر علي المصري (١٤٢٨هـ): أهمية الإشباع العاطفي بين الزوجين، مؤسسة الفرحة للإعلام. الكويت.
- محمد خطاب (٢٠١١م): الطلاق العاطفي بين "التشخيص والعلاج".
- وجدي غنيم (٢٠٠٥م): سلوك الأسرة المسلمة على نهج الحبيب عليه الصلاة والسلام، دار المعرفة، بيروت.





## توجيهات للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي

د. عبد الرحمن الصالح

### أ) توجيهات للمرشد بالنسبة للزوج المطلق عاطفياً

للمرشد الأسري دور فعال في علاج مشكلة الطلاق العاطفي لأن الزوجين لم يفترقا كلياً، فهناك أمل في إعادة العلاقة الأسرية بمختلف جوانبها العاطفية، وخصوصاً أن الزوج هو السبب غالباً في وقوع الطلاق العاطفي، ولذا فإن المرشد الأسري يستطيع أن يقدم توجيهات عملية تساعد الزوج على الخروج من تلك الأزمة ومن أهمها:

- ١) توجيه الزوج إلى فهم معنى القوامه وأنها ليست مجرد تسلط أو مطالبة بحقوق بقدر ماهي مسؤولية للقيام بأدوار فعالة تحقق الترابط الأسري واستمرار الحياة الأسرية.
- ٢) توجيه الزوج المطلق عاطفياً إلى النظرة الإيجابية للحياة الأسرية وعدم تضخيم بعض القضايا التي تشكل عائقاً دون الاستمتاع بالحياة الأسرية.
- ٣) تنمية الجانب الإيماني لديه لكي يتغلب على أسباب البعد العاطفي الحاصل بينه وبين زوجته.
- ٤) إشعار الزوج أن العلاقة الزوجية لا تبنى على العلاقة الرومانسية فقط، بل لابد من المودة والرحمة، وأنها قد تمر بفترة بعد عاطفي يمكن تلافيه مستقبلاً من خلال الصبر والاحتساب وفعل الأسباب المشروعة التي تساعد على استعادة العلاقة العاطفية الحميمة.
- ٥) على المرشد أن يحدد سبب الانفصال العاطفي من وجهة نظره، ومن ثم تقييم الأسباب الحقيقية لذلك الانفصال والعمل على تلافيتها.

- (٦) بعد تحديد السبب الرئيسي لحدوث الطلاق العاطفي، يأتي استعراض أساليب العلاج من قبل الزوج واختيار أفضلها وتطبيقه، وتشجيعه على ذلك وفق أساليب العلاج الأسري.
- (٧) على المرشد أن يتأكد من قدرة الزوج على استخدام أساليب الحوار الفعال مع الزوجة كي لا يقع في خلافات مستمرة معها، ويمكن اكتساب ذلك بحضور دورات متخصصة في أساليب الحوار.
- (٨) إبراز الجوانب الإيجابية لدى الزوجة والمكتسبات التي تم تحقيقها في الفترة السابقة من الزواج وتدعيم الجوانب الإيجابية لدى الزوج.
- (٩) تصحيح المفاهيم الخاطئة لدى الزوج حول مفهوم الحياة الأسرية في مجال العلاقات الاجتماعية المقبولة، والعلاقة الرومانسية الممكنة، والبعد عن التعسف أو المطالبة بأشياء خيالية.
- (١٠) على الزوج التغاضي عن هفوات الزوجة فمن الشخص الكامل والذي لا يصدر منه قصور؟، فكما أن الزوج لديه قصور فالزوجة كذلك.
- (ب) توجيهات للمرشد بالنسبة للزوجة المنفصلة عاطفياً:
- للمرشد الأسري دور فعال في توجيه الزوجة المنفصلة عاطفياً لأن الزوجين لم يفترقا كلياً، و أن الزوجة قد تغير شعور الزوج السلبي باستخدام أساليب رومانسية فعالة تجعلها تكسبه وبما أنها أكثر تأثراً من الانفصال العاطفي، فإن من أهم التوجيهات التي يقدمها المرشد للمحافظة على عش الزوجية:
- (١) توجيه الزوجة المنفصلة عاطفياً إلى النظرة الإيجابية للحياة الأسرية وتنمية الجانب الإيماني

- لديها لكي تتغلب على مصاعب الحياة والبعد العاطفي الحاصل من الزوج.
- (٢) إشعار الزوجة أن العلاقة الزوجية قد تمر بفتور عاطفي يمكن تلافيه مستقبلاً من خلال الصبر والاحتساب وفعل الأسباب المشروعة التي تساعد على استعادة العلاقة العاطفية الحميمة.
- (٣) على الزوجة أن تحدد سبب الانفصال العاطفي من وجهة نظرها، ومن وجهة نظر زوجها، ومن ثم تقييم الأسباب الحقيقية لذلك الانفصال.
- (٤) استعراض أساليب العلاج من قبل الزوجة، واختيار أفضلها وتطبيقه وتشجيعها على ذلك وفق أساليب العلاج الأسري.
- (٥) على المرشد أن يتأكد من قدرة الزوجة على استخدام أساليب الحوار الفعال ويمكن اكتساب ذلك بحضور دورات متخصصة في أساليب الحوار.
- (٦) إبراز الجوانب الإيجابية لدى الزوج والمكتسبات التي تم تحقيقها في الفترة السابقة من الزواج، وتدعيم الجوانب الإيجابية لدى الزوجة.
- (٧) تصحيح المفاهيم الخاطئة لدى الزوجة حول مفهوم الحياة الأسرية في مجال العلاقات الاجتماعية المقبولة والجوانب الاقتصادية التي في حدود إمكانيات الزوج والعلاقة الرومانسية الممكنة.
- (٨) إشعار الزوجة أنه رغم وجود المشكلة التي يمكن علاجها، فإن التوتر الزائد والقلق المبالغ فيه وردة الفعل القوية ليس لها ما يبررها ولا تساعد على حل الموقف، بل تزيده تأزماً وتسعى من خلال ذلك إلى خفض القلق والتوتر لديها.

- (٩) أن تظهر الزوجة لزوجها التغيير في حياتها وأن سلوكها الفعلي يؤكد ذلك، في الجوانب التي كان لها دور بارز في عدم تقبل الزوج لها، وأنها قد تلاشت وتغيرت إلى الأفضل، وتمارس ذلك فعلياً حتى يغير نظرتة السلبية ويصحق قناعاته.
- (١٠) توجيه الزوجة إلى أخذ دورات متخصصة في فنون الاستمتاع بالحياة الأسرية والرومانسية بشكل خاص والتجديد في أساليب التعامل وأساليب إدارة المنزل.
- (١١) على الزوجة التفاوضي عن هفوات الزوج فمن هو الشخص الكامل والذي لا يصدر منه قصور، فكما أن الزوجة لديها قصور فالزوج كذلك.

#### الوقاية من الطلاق العاطفي:

لوقاية الأسرة من الطلاق العاطفي وتحقيق المودة والرحمة وتحقيق السعادة الأسرية نقترح الآتي:

#### أولاً: في مجال التربية والتوعية:

- (١) على الوالدين الاهتمام بإشباع الحاجات العاطفية للأبناء في مراحل نموهم المختلفة وإبراز دورهم الاجتماعي المطلوب منهم.
- (٢) توعية الشباب المقبلين على الزواج من خلال دورات متخصصة تشتمل على مهارات الحياة الأسرية الناجحة.
- (٣) تنمية مهارة الحوار الفعال بين الزوجين الذي يحقق التواصل العاطفي.
- ثانياً: في مجال أداء الحقوق والواجبات:
- (١) قيام كل من الزوجين بواجباته ومسؤولياته الأسرية والمادية والعاطفية.

(٢) التجديد في الحياة الأسرية.

(٣) مصارحة كل منهما بالمشاعر الإيجابية كالحب والتقدير والإعجاب تجاه الآخر.

ثالثاً: تهيئة الجو الأسري الجاذب:

- ١- الاهتمام بالمظهر، بما يتناسب مع المستوى الاجتماعي والاقتصادي والآداب الشرعية للرجال والنساء، لأن كلاهما يميل إلى المظهر الجيد والجذاب والتجديد في ذلك.
- ٢- تهيئة جو يفيض بالمشاعر ويتم ذلك باستعادة المشاعر والذكريات الطيبة بين الزوجين واستحضار الإيجابيات التي تحقق مزيداً من الترابط والحب.
- ٣- الثناء على الجوانب الإيجابية لكل من الزوجين أحدهما على الآخر وإظهار الإعجاب بإيجابياته ومواهبه الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية والمهارات التي يتقنها.

رابعاً: مواجهة السلبيات التي تهدد الحياة الأسرية:

- ١- استبعاد الأفكار السلبية وسوء الظن بالطرف الآخر والغيرة الزائدة، وإحلال أفكار إيجابية بدلاً منها.
- ٢- مواجهة إحساس أحد الطرفين بالنقص وإثبات ذاته عن طريق التسلط على حساب الآخر دون مبرر وذلك بالكاشفة وإيضاح الخلل والحل المناسب.
- ٣- تطبيق أساليب الاسترخاء المختلفة بين الزوجين، للاستفادة منها في تخفيف ضغوط الحياة وطرده الأفكار السلبية وترسيخ الجوانب الإيجابية لديهما.
- ٤- توجيه أحد الزوجين أو كليهما لمراجعة العيادات النفسية أو مراكز الاستشارات الأسرية في حال حصول التأزم النفسي وعدم القدرة على السيطرة على المشاعر والانفعالات.

### خامساً: في مجال السلوك والعلاقات:

- ١- عدم المبالغة في استخدام الإنترنت ووسائل الاتصال وقضاء أوقات طويلة في ذلك على حساب الطرف الآخر، وتعويض ذلك بالتواصل الأسري المباشر وتدبير شؤون الحياة الأسرية.
- ٢- الحذر من الوقوع في الأخطاء التي تهدم العلاقة الأسرية وتزعزع الثقة والمحبة والوفاء مثل العلاقات المحرمة والخيانة الزوجية.
- ٣- البعد عن المواقع الإباحية والتواصل مع من فيها والانفتان بها لدرجة أصبحت عند البعض وسيلة لاستنزاف الطاقات الجنسية والعاطفية وأصبح لها أثر سلبي على الحياة الأسرية السوية.

### مراجع مقترحة للاستزادة

- أنوار مجيد هادي (١٤٣٣هـ): أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات.
- عبد الرحمن سالم السيف (١٤٣٣هـ): الطلاق في المجتمع السعودي المعاصر، مؤسسة الجريسي للنشر، الرياض.
- عبد الكريم بكار (١٤٣٠هـ): التواصل الأسري مؤسسة الإسلام اليوم للإنتاج والنشر، الرياض.
- وزارة الشؤون الاجتماعية (١٤٢٩هـ): ندوة الطلاق في المجتمع السعودي، الرياض.

## توجيهات للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي

أ. مها العمومي

مقدمة:

يحظى الطلاق العاطفي كغيره من قضايا الزواج باهتمام كبير من جانب الإرشاد الأسري وتتمثل خطورته في أنه:

- يحول العلاقة الزوجية من علاقة قرب وسكن إلى علاقة بعد وجفاء، ومن علاقة سليمة إلى علاقة هلامية تتحول بمرور الوقت لعلاقة مهترئة تنافي مقاصد الزواج الأساسية والتي من أهمها إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية والاجتماعية لكلا الزوجين.
- يغيب الإصلاح الحقيقي لقضايا ومشكلات رئيسية داخلية بين الزوجين أو خارجية في الأسرة لم تحل ولم تواجه أو لم يعترف بها من الأصل، والتي مآلها أن تنفجر في يوم ما مسببة طلاقاً حقيقياً وليس شكلياً.

لذا فالإرشاد الأسري يتناول أهم جانبيين للإصلاح الزوجي:

- إعادة العلاقة بين الزوجين إلى حيز التواصل والتفاعل الزوجي الإيجابي ومن ثم استعادة التقارب الحميمي النفسي والجسدي بينهما أفضل مما كان.
- حل المشكلات والصعوبات الحقيقية التي أثرت بصورة سلبية على التوافق والتكيف النفسي بين الزوجين، ومعالجتها من جذورها لضمان تماسك الأسرة من جديد وتقديمها نحو الأفضل عبر الحياة العمرية للأسرة.



## مرتكزات تطبيقية لمعالجة الطلاق العاطفي

تعتبر المرتكزات التي ينطلق منها المرشد في معالجة الطلاق العاطفي من الأهمية بمكان حيث تساهم بشكل كبير في دقة تقدير المشكلة وتحديد احتياجات المسترشد الحقيقية من الاستشارة كما أنها منطلقات رئيسية لصياغة الأهداف العلاجية وتطبيقاتها العملية.

### تقدير المشكلة

من المهم التقدير الواضح والمتكامل لمشكلة الطلاق العاطفي لدى المسترشد بدقة:



### (١) تاريخ المشكلة:

- أعراض المشكلة: متى بدأت؟ وكيف تطورت؟ وما الملابس المصاحبة لبدايتها ولكل تطور يحدث لها؟
- من هم أطرافها؟ وما دور كل طرف؟ وما نظرتة للمشكلة؟
- ما المشكلات التي ترتبت عليها؟ هل بذلت محاولات لحلها؟ من الذي بذلها؟ وما أسباب فشلها؟
- تصور الأطراف أو صاحب المشكلة لأسلوب حل المشكلة، ما توقعاته من المرشد؟
- استكشاف مدى التباعد الحاصل وصور التعامل المرتبطة بمظاهر المشكلة، والجو النفسي الذي يكتنف تواصل وتفاعل الزوجين من حيث نمط الحياة الزوجية الحالي مثل: هل ينام كل منهما في غرفة مستقلة؟ هل يأخذ التعامل صفة البرود أو الحدة أو الجدية التي تقترب من التعامل الرسمي؟ هل كلا الزوجين ينغمس في أداء أنشطته دون احتكاك بالآخر؟ هل بينها امتناع عن العلاقة الجنسية بصورة كاملة أم متقطعة؟.

### (٢) معلومات الجوانب الشخصية:

إن تجميع المعلومات وتركيبها وتحليلها وتنظيمها وفق معطياتها المهمة والمتصلة بالمشكلة تتيح للمرشد اتخاذ القرارات المناسبة حول طبيعة معاناة المسترشد.

### (٣) تحديد المشكلات:

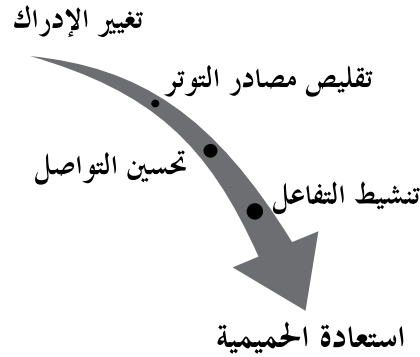
إن مشكلة الطلاق العاطفي تمثل تداخلاً بين العديد من أنماط مختلفة من المشكلات ولذا من المهم تحديد طبيعتها بدقة لأنها تمثل ما يفتقده المسترشد في علاقته الزوجية من حاجات

غير مشبعة تتسبب في بعده عن شريك حياته، ومنها تنبثق الأسباب التي تعيق إشباع هذه الحاجات والتي تتشكل في صورة مشكلة زوجية مزمنة، ومهما كانت حيثيات ما حدث ويحدث بين الزوجين، فلا بد للمرشد أن يحدد المناطق التي يجب أن يركز عليها دون غيرها أثناء الإرشاد، ولكي لا يتشتت المرشد في توجيهاته العلاجية عليه أن يعد ملفات خاصة بالمعالجات الممكنة للمشكلة الزوجية الموجودة، لتشكل له خريطة ذهنية وافية للمناطق السابقة الذكر. وفي الغالب لا تخرج المشكلات الزوجية عن الأنماط التالية:

- ١) مشكلات الصراع بين الأزواج وتتعلق بعملية التواصل والتفاعل والتخاطب.
- ٢) مشكلات عدم الرضا عن العلاقة الزوجية وتحقيقها للإشباع النفسي العاطفي كالتبدل العاطفي لدى الزوج والعكس.
- ٣) مشكلات الصراعات الثقافية بين الزوجين كالمستوى الدراسي والعمرى وثقافة البيئة الاجتماعية.
- ٤) مشكلات قصور أداء الأدوار الزوجية المتوقعة من كلا الطرفين في الشؤون الحياتية داخل الأسرة وخارجها، والتي عادة ما يسبب وجودها الشعور بالإحباط لدى أحد الزوجين أو كلاهما.
- ٥) مشكلات التغيرات والتحويلات الاجتماعية داخل الأسرة مثل الانتقال من بلد إلى بلد، أو طلاق أو مرض، والتي تصطحب معها قدراً من التوتر والانفعالات السلبية.
- ٦) المشكلات النفسية والاضطراب السلوكي المرتبط بها كالقلق والمخاوف المرضية والاكتئاب وتأثيراتها السلبية على نفسية الأزواج.

#### ٤) أولويات المعالجة:

أولاً: الهدف الرئيسي والذي يحتل الأولوية في معالجة الطلاق العاطفي: هو إعادة الزوجين إلى حيز التواصل وإتاحة الفرصة للتفاعل من جديد وتضييق فجوة التباعد بينهما بصورة تدريجية مرحلية إلى أن يصلا للتقارب الجسدي الحميمي، وفق المسار التالي:



#### لماذا تغيير الإدراك؟

- إن السواد الأعظم من الناس يجهلون كيفية حل مشكلات العلاقة مع شريك الحياة، فهم عادة ما يواجهون مشاعر الضيق وعدم الرضا النفسي عن العلاقة بأحد الاختيارات التالية:
- تجاهل مشاعر الضيق بالمشكلة وعدم الاعتراف بالمشكلة على أمل أن تختفي من تلقاء نفسها، فيتم التظاهر بالسعادة فيما تتضاعف مشاعر الحزن والاستياء وتتراكم فيتسلسل الخدر النفسي والعاطفي للعلاقة الزوجية.
  - تبرير المشكلات الحاصلة وإقناع المرء نفسه بأنه ما من علاقة كاملة وأنه من المبالغة أن يتوقع المرء ما هو أكثر مما هو متاح.

- إلقاء اللوم على شريك الحياة وقد يصل الأمر للتخلي عنه والبحث عن علاقة أخرى بصورة شرعية أو غير شرعية.
- يظن البعض أن البقاء في أسر علاقة غير مرضية آمن بكثير من المخاطرة، فيتمكن اليأس منه ويعتزل العلاقة بالكلية ملهياً نفسه بأمور أخرى بعيداً عن مشاركة شريكه والتفاعل معه.

لذا فإن تغيير الإدراك بتصحيح نظرة المسترشد لمشكلته، وشرحها له من زوايا متعددة وتغيير المخطوطة المعرفية في ذهنه، سيساهم في تقبله لتوجهات جديدة أكثر فعالية في خروجه من أزمة العلاقة بينه وبين زوجته، ويشجعه على المرونة النفسية لاستيعاب أي تغيير ومجهود لصالح حياته الزوجية.

#### حالة تطبيقية:

سهام سيدة متزوجة، اتصلت بالمرشدة لتشتكي سوء توافقها مع زوجها وكان جل حديثها ينصب على شخصيته الضعيفة وكيف أنهما وصلا إلى مرحلة الطلاق العاطفي بسبب ذلك، وبعد عدة أسئلة من المرشدة ومناقشة بعض الأمور الزوجية والحياتية الخاصة بسهام، وبعد تأكيد المرشدة من رغبتها في مواصلة حياتها مع زوجها بسلام وحب، شرحت لها بأنها تحتاج إلى تغيير بعض من قناعاتها الداخلية التي تسبب ضيقها من زوجها وأنه لابد لها من الانفتاح على الخيارات المختلفة لحل مشاكلها الزوجية والصبر على ذلك لتسعد في حياتها واقتنعت سهام بهذا الأمر وبدأت العمل عليه.

## لماذا تقلص مصادر التوتر:

لا يمكن لعلاقة وحياء زوجية أن تستقيم وتثمر بوجود نكد وضيق وتوتر نفسي مستمر فيها وهذا أكثر ما يبدد الطاقة النفسية بين الزوجين ويستنزفها، لذا فإن عودة السكينة المبدئية للحياة الزوجية تبدأ بتخليتها من مصادر العدائية والتشويش والقلق النفسي سواء في النفس أو البيئة المحيطة بالزوجين، وإحلال تغيرات وممارسات إيجابية جديدة بدلاً منها تفرغ ما في العلاقة من شحنات شعورية سلبية، وقد لا تتطلب هذه الممارسات المبالغة أو الإرهاق المادي والنفسي، يكفي فيها الرغبة الصادقة والمشاعر الإيجابية الهادئة فهي بمثابة التربة الخصبة النقية لإحلال طاقة شعورية إيجابية مشجعة للتقبل ومحاولة الاتساق مع الشريك.

## حالة تطبيقية:

هند سيدة متزوجة من رجل أعمال يتمتع بالثراء رغم صغر سنه، وسبب معاناتها في علاقتها الزوجية معه كثرة أسفاره ووجود مظاهر البذخ في حياته التي تصرفه عنها وعن رعايته لأبنائه مما أصبح مصدراً للتوتر والمشاحنات الدائمة بينهما، ونتيجة لذلك ترك زوجها البيت معتزلاً لها في إحدى شققه الفاخرة لمدة شهر كامل، اتصلت هند بإحدى المرشدات طالبة إرشادها للتصرف وحل مشكلتها، وبعد استماع المرشدة لها اتفقت معها بداية على ضرورة تنقية أجوائها من التوتر السابق وجعلتها تبدأ بنفسها فطلبت منها أخذ جلسات استرخاء مع أخصائية متمكنة كما أوصتها بعمل مساج لجسمها لتفريغ طاقة التعب والضغط النفسي بعدها اتفقت معها على تنقية المنزل بالاهتمام بمكان جلوسها وغرفة نومها وتطيب المنزل والهدوء مع أطفالها قدر الإمكان..

وفي إحدى المرات اتصل الزوج عليها ليخبرها بقدومه لرؤية أولاده فوجهتها المرشدة أن تحدث تغييراً في شكلها يتسم بالبساطة والجمال معاً وأوصتها أن تقابله بهدوء من دون تكلف عاطفي أو ثرثرة انفعالية حول غيابه أو مشاكلهما معاً، وفعلاً جاء الزوج وأحس بأجواء البيت الهادئة والرائحة الجميلة، كما لاحظ شكل زوجته الجميل والهادئ، وبحمد الله قرر عدم الخروج وعاد إلى بيته رغم أن المشكلة الرئيسية لم تحل بينهما بعد.

#### تحسين أساليب التواصل:

إن تحسين جودة التواصل لهو مفتاح لكل علاقة زوجية إيجابية مثمرة، بينما رداءة التواصل من أهم عوامل سوء التوافق الزوجي. فالتواصل الإيجابي يقود إلى التفاهم بين الزوجين الذي يجذب كلاهما للأخر، بينما التواصل الرديء المشوش يقود إلى سوء الفهم الذي ينفر كلاهما من الآخر وقد يؤدي بهما إلى الطلاق العاطفي بكل سهولة.

ومن أبرز مظاهره:

- تحسين التواصل الكلامي اللفظي، وكيفية استخدام الكلمات في نقل المعاني والرسائل المراد إيصالها للطرف الآخر دون نقد أو تجريح.
- تطوير التواصل التعبيري من خلال لغة الجسد بكيفية استخدام الإيماءات وتعبيرات الوجه والأيدي والإشارات.
- تعلم أصول وفنيات الحوار الزوجي الناجح ومن أهمها الاستماع للطرف الآخر وإدراك طريقته التواصلية اللغوية وغير اللغوية.
- إتقان مهارات اللغة الشعورية والحسية للحب الزوجي.

### حالة تطبيقية:

حوريه تلك السيدة المتزوجة منذ من ١٨ سنة، التي لا زالت تعاني من العنت في التخاطب مع زوجها الانفعالي والعصبي في كلامه، والتي أخذت بدورها تبادله نفس أسلوبه في الحوار الغاضب مما حدا بها وزوجها الدخول في حالة من الطلاق العاطفي ليتحاشى كل منهما ثورة الآخر، اتصلت بالمرشدة وهي تفكر بالطلاق وبعد استماع المرشدة لها تقرر أن يكون تحسين التواصل وأساليبه على رأس الخطة العلاجية لحالتها. . ومع مرور الوقت تعلمت فنيات الحوار الهادئ وكيفية التعامل ونبذ الحوار الغاضب بشكل خاص عبر المواقف الزوجية، وقد تطلب ذلك جهداً جهيداً وممارسة دؤوبة منها، إلا أنها نجحت في تحسين جودة حواراتها وأصبح الزوج يستجيب لها متأثراً بطريقتها في الحوار مع أنه لم يتغير كثيراً، إلا أنها هي من تغير للأحسن.

### تنشيط التفاعل:

التفاعل الإيجابي هو محصلة بديهية للتواصل الإيجابي السابق الذكر، حيث تتطور سلوكيات المشاركة الإيجابية بين الزوجين نتيجة للأثر الطيب والمرضي للتواصل الذي ساهم في إثارة مشاعر الحب والمودة من جديد بينهما، مما يخلق أفكاراً جديدة للتعاون والتأييد الزوجي لممارسة هذه الأفكار في إطار تجديدي من الممارسات والأنشطة الحياتية المختلفة بالذات في اطار الأسرة، كالنزاهات والسفر والتسوق المشترك وإدخال البهجة على الأبناء إلى غير ذلك، وفي هذا الجزء يمكن للمرشد فتح آفاق صور المشاركة الزوجية لزيادة التفاعل البناء لإثراء العلاقة وتجديدها وتشجيع المسترشد على روح المبادرة لجني مكاسب القرب الزوجي.



## حالة تطبيقية:

عانت سمية من البرود العاطفي من زوجها في الآونة الأخيرة، حتى أصبح ينام في المجلس، وفي جلسة مصارحة قاسية، نعتها زوجها بالبرود وأنه يشعر معها بالرتابة والملل وأنه يفكر جدياً بالزواج من أخرى، نزل الخبر كالصاعقة على سمية فقررت طلب المساعدة من إحدى المرشديات التي ساعدتها في إدراك المشكلة وأنها ليست السبب المباشر في ملل زوجها وقد تكون طرفاً فيه، واتفقت معها على التركيز على منطقة تنشيط التفاعل بدون أن تخبر زوجها بذلك وأن تنتهز الفرص للخروج معه ومشاركته بعض اهتماماته في السفر والتنزه، حتى انتبه وتوجه لشخصيتها الجديدة ومرونتها التفاعلية مما جدد العلاقة بينهما.

## استعادة العلاقة الحميمة:

إن أسوأ ما في الطلاق العاطفي أنه يحرم الزوجان من إشباع حاجتهما الجسدية من بعضهما البعض، فالمرأة تصبح معلقة محرومة من حقها الشرعي في فراش زوجها، وكذلك الزوج الذي تحرمه زوجته من حقه في الإشباع الجنسي منها، وإن كانت الزوجة أكبر تضرراً في ذلك، لانتفاء أكبر مقاصد الزواج في الإسلام وهو الإحصان والعفاف لها، بينما يمكن للزوج أن يتزوج ويعف نفسه.

ويعدُّ الإعراض عن العلاقة الحميمة مظهراً من مظاهر الطلاق العاطفي، كما يمكن أن يكون سبباً رئيسياً لحدوثه، ويعد الإخلال بهذا الجانب من العلاقة الزوجية عاملاً أساسياً في توجيه الزوجين إلى الشقاق والصراع وعدم التوافق. لذا فإن عودة الزوجين للتقارب الجسدي من جديد انتصار للعلاقة الزوجية على طلاقهما العاطفي، فالإشباع الجنسي بين الزوجين ليس

لذة جسدية قصيرة الأمد، ولكنها متعة نفسية طويلة الأمد تسعد الزوجين، وتجعل كلاً منهما يسكن للآخر ويطمئن إليه ويشعر بالرضا النفسي حياله.

ثانياً: القاعدة الرئيسية في معالجة الطلاق العاطفي هي:

(أن يعالج بصد السبب أي أن ننظر إلى أسباب الطلاق العاطفي بين الزوجين وفعل ما يصادها). الطلاق العاطفي يختلف من حالة إلى أخرى، باختلاف أسبابه وإمكانية إصلاحه ومدى جدية هذه الأسباب التي أدت إليه، كما تختلف وفق متغير العمر ومدة الزواج. إن استخلاص الأسباب التي أدت إلى حدوث الطلاق العاطفي سواء كانت أسباباً (خارجية) أو (داخلية) أو كلاهما معاً، لا بد لها من تقييم لمدى إسهام كل منهما في إحداث المشكلة وتحديد أيهما أكثر أهمية، ويمكن ذلك بأن يكتب المسترشد ما يضايقه من عوامل المشكلة مرتبة حسب أهميتها بالنسبة له على مقياس ١ للأضعف إلى ١٠ للأقوى. وذلك مما يسهل وضع الاستراتيجيات العلاجية المضادة لهذه الأسباب لها ضمن إطار خاص بها.

ثالثاً: تحديد التغيرات المطلوب إحداثها للوصول للهدف وتعتبر هذه التغيرات بمثابة أهداف فرعية يسهم كل منها في الوصول للهدف العام وهو إقصاء مظاهر وأسباب الطلاق العاطفي بين الزوجين، وأغلبها متعلق بالمسار السابق لاستعادة العلاقة.

٥) مواطن القوة:

لا بد من الاهتمام بتحديد جوانب القوة في شخصية المسترشد والبيئة المحيطة به التي يمكن تنميتها واستثمارها كحب الزوجين لبعضهما أو حرصهما على مستقبل الأولاد لأنها بعد عون الله ستعزز كثيراً من التغيرات والاختيارات المطلوبة لإنقاذ العلاقة أضف إلى ذلك ما تحققه

من زيادة ثقة المسترشد بنفسه وقدراته وامكانياته وخبراته واكتشافها وتنميتها واستغلالها بطريقة فعالة في التغلب على الصعوبات التي تواجهه في الوصول إلى حلول فعالة للموقف الذي يعايشه، والاستفادة منها وتوظيفها في المستقبل لصالحه، ومنها السمات الشخصية الإيجابية مثل الذكاء والفهم الواضح، والتفاؤل وتوفير الدافعية.

كما أن الدعم الأسري والنفسي يدعم توجه المسترشد للمحاولة وعدم اليأس والصبر على المعالجة. وتشكل الخبرات السابقة لدى المسترشد في حل مشكلة ما، واتخاذ قرارات ناجحة في التعامل مع مواقف زوجية سابقة ومواجهة ضغوطها قوة تختصر كثيراً من الجهد والوقت في التوجيهات على اختلاف مستوياتها.. إلى غير ذلك من مصادر القوة المختلفة.

#### ٦) النماذج العلاجية:

تتشارك معظم أنواع العلاج في كونها تتطلب تعديل أفكار المسترشد ومشاعره أو الأسلوب الذي يتفاعل ويعالج به المواقف الزوجية ومشكلاتها، والتأكيد على الحاضر أكثر من الماضي والتركيز على السلوكيات لتطوير العلاقة وضمان استقرارها في الحاضر والمستقبل، مع عدم إغفال الجانب الشعوري الداخلي لدى المسترشد ومنحناه أثناء العلاج.

#### العلاج المعرفي:

يستهدف العلاج المعرفي مباشرة تغيير الأفكار غير المنطقية والانفعالات غير المناسبة المنبثقة منها وأنماط السلوك الخاطئة المترتبة عليها لدى كلا الزوجين، فتصحيح منظومة الأفكار الخاطئة لغير العقلانية التي تغذي صور الطلاق العاطفي بين الزوجين، وتعديل الإدراك من خلال تحليلها ومحاولة مناقشتها والمعتقدات التي تتعلق بها، مناقشة عقلية هادئة في جو من

المودة والسكينة، يشجع المسترشد على الترحيب بمنطقية الإدراك الجديد المتسمة بالواقعية والعقلانية مما يؤثر بالإيجاب على إصلاح مواقفه مع شريك حياته وتعديل السلوك الزوجي المشكل المسبب للطلاق العاطفي.

### العلاج الزوجي السلوكي:

في العلاج السلوكي يعيد المرشد المسترشد إلى مسار التعلم والتدرب من جديد لإحداث التغيير في السلوك الزوجي بصورة عملية يمكن ملاحظتها، فتغيير الأفكار لا يكفي فلا بد من تنفيذ مجموعة من الأنشطة السلوكية في إطار التعاون بين المرشد و المسترشد، وفي الغالب تعد استراتيجيات العلاج الزوجي السلوكي هي إجراءات علاج معرفي محددة تستهدف السلوك.

### التدريبات السلوكية:

هي تدريبات يتعلم المسترشد منها كيفية التعامل مع بعض المواقف الزوجية بأساليب سلوكية جديدة مبنية على فهم وإدراك يتسم بالنضج وسعة الحيلة، مما يقلل من معدل القلق والانفعال السلبي حين التفاعل الزوجي أو الأسري، وهي تتم تحت إشراف المرشد الذي يقوم بإعطاء ملاحظاته واقتراحاته والأساليب البديلة للتصرف حسب الموقف الزوجي، وتختلف درجة استخدام التدريبات تبعاً لكل زوجين وحاجتهما.

### الأشكال الرئيسية للتدريب السلوكي هي:

- (١) التدريب على التواصل وسبق شرحه.
- (٢) التدريب على حل المشكلات: ويتضمن التدريب هنا، تحديد المشكلة الرئيسية المحبطة

في العلاقة والتي تتطلب حلولاً خاصة بها، وكيفية التفكير السليم في ابتكار هذه الحلول وفق معطيات المشكلة. ويستخدم المرشد خلالها التعليمات اللفظية والعملية والكتابية و(لعب الأدوار) مع تطوير أدوات المعالجة الصحيحة لحل أي من المشكلات المستقبلية لدى المسترشد.

(٣) التدريب على التفاوض لعقد اتفاقات تعديل السلوك: وتهدف هذه الاتفاقات إلى مساعدة الزوجين على تعلم طرق أكثر إنتاجية وإيجابية من السلوك المرغوب بصورة تبادلية عادلة فيبدأ الاتفاق بين الزوجين بالتقليل من سلوك سلبي معين بدقة، ويختاراً سلوكاً آخرأ أكثر إيجابية ليكون بديلاً مناسباً عنه. وتكتب الاتفاقات التي يتفاوض عليها الزوجان بمساعدة المرشد وإتاحة التفاوض بخصوصها وتعديلها، مع إبقاء نسخة للمرشد ونسخة ثانية يأخذها الزوجان كمرجع يومي، على أن يتم مراجعة نجاح الاتفاق السابق. وهناك شكلان من الاتفاقات هما:

- اتفاق وضع قواعد تحكم العلاقة.
- اتفاق الثقة الجيدة.

في الاتفاق الأول: تكون التغييرات التي يرغب بها الزوجان مرتبطة بكليهما بمعنى أنه إذا غير أحدهما سلوكه سيتغير الطرف الآخر بالطريقة المطلوبة مثال: إذا قضى محمد ساعة نزهة مع هناء ستقضي هي ساعة مع أهله، هذا الاتفاق يلزم تغيير سلوك أحد الطرفين إذا غير الطرف الآخر، وإذا لم يتحقق التغيير الخاص بأحدهما من الاتفاق لا يجبر الطرف الآخر على التغيير والعكس صحيح، ولا يحتاج الزوجان للوصول إلى تعادل كامل في نسبة الإيجابيات والسلبيات التي يتبادلانها، وسيتم التعادل الإيجابي على مر الزمن من التبادل.

### في اتفاق الثقة الجيدة:

يقوم كلا الزوجين بالسلوك المطلوب لإحداث تغيير إيجابي لصالح العلاقة، وتعدُّ اتفاقات الثقة الجيدة مناسبة لمرحلة تنشيط التفاعل بالتركيز على زيادة الأنشطة المشتركة للزوجين، ويساعد المرشد بكتابة هذه الأنشطة المشتركة وتحديد ما يرغبه أحد الزوجين منها، على أن يشتركا في واحد أو أكثر من الأنشطة لفترة محددة من الوقت في يوم أو أيام محددة.

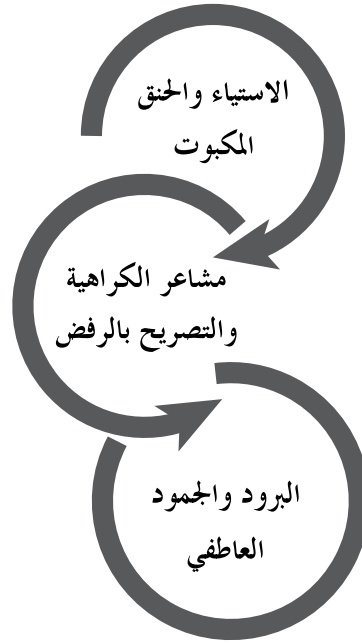
#### حالة تطبيقية:

طلب المرشد من زوجين كانا على وشك الانفصال، الدخول في (أيام حب) حيث يقوم كل منهما ببدء بعض السلوكيات الإيجابية التي يفضلها الآخر، وكان الاتفاق يقضي بأن يحصل الزوج بموجبه على درجة لكل ١٥ دقيقة من الحوار وعندما يحصل الزوج على ٨ درجات يمكن أن يبادلها للحصول على علاقة جنسية وكانت النتيجة تزايد معدل الكلام بينهما وكذلك معدل الجماع وبعد عدة جلسات لم يرغب أي من الزوجين في إكمال إجراءات الطلاق حيث عاد الوفاق والمودة لقلبيهما.

### توجيهات للزوجة للتعامل مع الزوج المطلق عاطفياً:

تختلف التوجيهات للزوجة المطلقة عاطفياً من زوجها وذلك تبعاً لطبيعة الاختلافات السيكولوجية بين الاثنين ومدى تأثرهما بالخسارة العاطفية من جراء انقطاع التفاعل الزوجي بينهما حيث يلحق الزوجة الضرر والألم النفسي أكثر من الزوج نظراً لتعلقها العاطفي بزوجها مما يترتب عليه من فقدانها الثقة بذاتها وأنوثتها بالذات إذا كان سبب الطلاق العاطفي من زوجها وجود أطراف نسائية أخرى من تعدد أو علاقات غير شرعية.

في البداية يتم الاستماع التعاطفي الذي يعيد للمسترشدة الثقة بنفسها ويزيد من اعتبارها لذاتها بالتعرف على إمكانياتها وتشجيعها على إبرازها وتطويرها من جديد مهما كان موقف الزوج. كما تختلف التوجيهات للزوجة وفق صورة التباعد النفسية وشدته والمشاعر السلبية من الزوج تجاه الزوجة، والتي تأخذ أحد الصور التالية:



لابد من التدرج في التوجيهات وتطبيقها من قبل المسترشدة، فعادة ما تتطلب استعادة الزوج بالذات جهداً نفسياً وذهنياً جباراً ووقتاً طويلاً لإقناعه بالتنازل عن الانفصال الشعوري تجاهها واستعادة ميله لها من جديد. وفق مسار استعادة العلاقة السابقة.

### من أجدى التوجيهات العملية:

- التحكم في المشاعر السلبية ومعالجتها والشحن المستمر للنفس بالطاقة الإيجابية.
- إزالة مصادر التوتر في البيئة الخاصة بالزوجة أولاً والتركيز على الذات الجديدة لها.
- ألا تهجر الزوجة غرفتها مهما أعرض الزوج عنها لأنها أخص مكان لها والرجل يدرك ذلك ويتفهمه.
- ألا تتنازل عن حقوقها حتى لو أظهر الزوج إعراضه عنها وتحافظ على مستوى من التواصل التفاوضي فيما يختص بالتزاماته الأسرية والمالية في أسوأ الأحوال.
- أن يكون لها موقف واضح في حالة التعدي عليها جسدياً أو لفظياً فإعراض الزوج العاطفي لا يعني قبول التعدي بكافة صورته، و الرغبة في استعادة الزوج لا تعني تخلي الزوجة عن كرامتها أو إراقة ماء وجهها فقد يدفع ذلك بعض الأزواج للتمادي ممن لهم نزعة تسلطية.
- ألا ترفض العلاقة الحميمة الخاصة (العلاقة الجنسية) إذا كان الزوج لا يزال يرغب فيها، مالم يشوب سلوكه معها عدوان ظاهر، لما لتلك العلاقة بينهما من تأثير فسيولوجي ونفسي يحسن العلاقة من جديد على أن لا تطلبها ولكن تستجيب لها، ولا بد من حضور دورات متخصصة لتطوير مهاراتها الأنثوية في العلاقة الخاصة في أعلى صورها طالما لا تزال في سن يتيح لها ذلك.
- المبادرة بالتعلم والتدريب السلوكي لكل ما يذكي شرارة القرب من جديد في علاقتها الزوجية عن طريق الاطلاع وحضور الدورات المتخصصة خاصة في المواضيع التي تتصل بالأسباب التي تسببت في طلاقها العاطفي من قبل زوجها.



- تخصيص توجيهات مخصصة للمشكلات الرئيسية التي كانت أصل الشقاق والتباعد بين الزوجين مبنية على خطط علاجية خاصة بمعطيات ونمط كل مشكلة وفق أولويات المعالجة السابقة.
- إتاحة الفرصة للمسترشدة للاعتماد على النفس ومحاولة ابتكار الحلول وتجربتها وتعزيز الإيجابي من قبل مرشدها لها لتستطيع مواجهة أي موقف أو سلوك مشكل مع زوجها مستقبلاً معتمدة على نفسها وخبراتها التي اكتسبتها من المرشد أو مصادر التعلم الزوجي المختلفة.

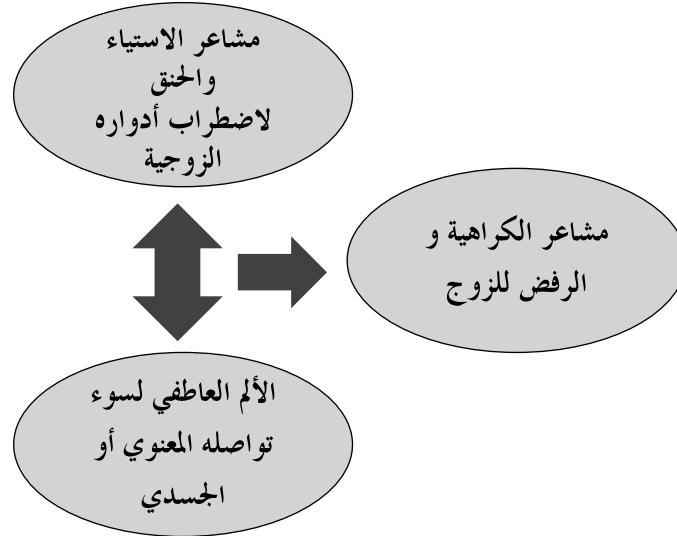
#### حالة تطبيقية:

سعاد زوجة في الأربعينات عانت من تباعد زوجها العاطفي عنها وترك غرفتها والنوم في غرفة أخرى نتيجة لملاحقتها له بانفعالاتها الغاضبة لعلمها بتواصله مع امرأة عبر الهاتف إلا أن هذا لم يزد إلا بعداً عنها حتى وصل الأمر لترك المنزل شهراً كاملاً ورفض العودة، وبعد طلبها الاستشارة وتقدير مشكلتها تم الاتفاق مع المرشدة على استعانة سعاد بإحدى بناتها المتزوجات لاستمالة الأب نحو العودة للمنزل حتى لو كان غاضباً، ومع تطبيق سعاد لمسار إصلاح العلاقة الزوجية عاد زوجها للبيت.

#### توجيهات للزوج للتعامل مع الزوجة المطلقة عاطفياً:

كما تختلف التوجيهات للزوجة التي تواجه طلاقاً عاطفياً من زوجها، تختلف أيضاً للرجل الذي يواجه طلاقاً عاطفياً من زوجته وذلك تبعاً لطبيعة الرجل السيكولوجية الذي يتسم بالثبات العقلاي نوعاً ما، والقدرة على إخفاء المشاعر والتفكير بصمت.

لابد أن يدرك الزوج الأبعاد الشعورية النفسية التي أدت بزوجته لاتخاذ قرار الطلاق العاطفي تجاهه ليعي دوره في استعادة قبول وثقة الزوجة به من جديد، و من أهمها:



من المفيد تشجيع الزوج على الإفراغ الوجداني لدى المرشد بالتعبير عن مشاعره الذاتية حول دوافعه من بعض سلوكياته الزوجية التي أضرت بعلاقته مع زوجته والعوامل التي ساهمت في تكونها وتطورها، ومناقشتها بكل موضوعية ومساعدته على التعرف على أخطائه وتصورات غير الموضوعية التي أفضت به إلى منزلق الطلاق العاطفي وموقف زوجته الرفض له.

### من أجدى التوجيهات العملية:

- أن لا يسمح لأحد كان بالتدخل في حياته الشخصية مع زوجته وتحمل مسؤولية قرار استعادة زوجته لنطاق العلاقة الزوجية معه من جديد.
- تعلم إدارة الضغوط الخارجية والحكمة في التعامل معها وتقليل تأثيرها السلبي على صلته بزوجه.
- تقليل التفاعلات السلبية بينه وبين زوجته وتعلم أساليب جديدة في التواصل معها.
- تعديل السلوكيات الضارة والتي تولد المشاعر السلبية لدى الزوجة واستبدالها بسلوكيات إيجابية تولد التفاعل السار بينه وبين زوجته.
- الإحسان في المعاملة واستعادة ثقة الزوجة وعاطفتها بالتدرج وأن يستميل قلبها بما تأمله منه.
- إعطاء ضمانات زوجية بالفعل لا بالقول من خلال التزامه بأدواره الحياتية الزوجية معنوياً ومادياً والبعد عن كل ما يضر العلاقة من قبله.
- تعلم المصارحة مع الزوجة حول المشكلات المتأزمة في حياتهما وتعلم كيفية التفاوض حول حلها تدريجياً، فقد تكون الزوجة طرفاً مسبباً وهي لا تعلم.
- إتاحة الفرصة للزوجة بالحديث أيضاً مع المرشد وعرض أسباب لجوئها للطلاق العاطفي، وتلقي الإرشاد اللازم المشترك بينها وبين زوجها لإعادة الوفاق لهما معاً.
- أن يتسم بالمرونة وسعة الصدر في تطبيق التوجيهات في حال تعنت الزوجة وازدياد رفضها.
- تقليص الغياب عن المنزل والتواجد في المحيط الأسري بالقدر الذي يتيح مقداراً كافياً من قيامه بأدواره الأسرية.

- السؤال عن الزوجة وتفقد أحوالها مما يشعرها بالاهتمام والمودة وقضاء حوائجها ولو لم تطلب ذلك.
- حضور الدورات المختصة بالحياة الزوجية والاطلاع من المصادر المختلفة في ذلك.
- قطع أي علاقات سلبية تعيق تواصله الشعوري مع زوجته وأسرته بالذات من محيط الأصدقاء أو العائلة.
- إتقان ما يسمى اتفاقات تغيير السلوك وهي فرصة لاختبار الزوج لنفسه وإعطاء مصداقية للثقة به من جديد، وهذا الأسلوب تتجاوب معه الزوجة في الغالب.
- أهمية زيارة المعالج النفسي لكي يتعرف على سبب المشكلة إذا ما كانت نفسية أو جسدية.

#### حالة تطبيقية:

علي زوج مشغول بعمله وسفراته وأسرته، مما حدا بزوجته (منى) استلام كل مسئوليات البيت والأولاد، ورغم وعود علي لمنى بتحسين أحواله معها إلا أنه لا يلتزم بما وعدها به، بل وزاد الطين بلة زواجه سراً عليها أثناء إحدى سفراته، ومن هول الصدمة بعد معرفتها بذلك، قامت بإعلان عزلتها عنه وعدم رغبتها بأي تواصل زوجي خاص معه معلنة طلاقها العاطفي له كما منعه من دخول غرفة نومها بتاتاً والنوم في إحدى غرف البيت. ورغم محاولات علي لاستعادة علاقته معها إلا أنها كانت تزداد تعنتاً ورفضاً له حتى أمام أولادها، وبعد فترة من الاستسلام والشعور بمدى الضرر الذي ألحقه بأسرته أشار عليه أحد أصدقائه بطلب المشورة والإرشاد من أحد المرشدين الذي طلب منه تطبيق التوجيهات السابقة بتدرج معين لتهدئة ثورة منى عليه في سبيل عودة ثقتها به من جديد.

## ختاماً..

إن توفيق الله عز وجل للمرشد الأسري لإعادة الزوجين إلى حيز التوافق الزوجي الذي يعبر عن كل المعاني والسلوكيات التي تجسد التآلف والتقارب واجتماع الكلمة وروابط المودة والرحمة بين الزوجين، والذي يكتمل بالتكيف والتقبل النفسي المتبادل بينهما مهما كانت نسبته، لهو من أفضل القربات التي يُتقرب بها إلى الله عز وجل فإنقاذ العلاقة الزوجية من الفرقة والطلاق العاطفي هو إنقاذ للأسرة ككل وهو بناء لأسر مستقرة ستخرج من هذه الأسرة الصغيرة في المستقبل.

وصلى الله على سيدنا محمد وعلى آله وصحابه الطيبين ومن تبعه بإحسان إلى يوم

الدين.

## المراجع الرئيسية

- أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات، أنوار مجيد هادي.
- التوافق الزوجي في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من المتزوجات في مكة المكرمة، عبير الصبان.
- دراسات في الصحة النفسية، محمد السيد عبد الرحمن، دار قباء للتوزيع والنشر القاهرة.
- سيكولوجية الأسرة والوالدية، بشير الرشيد و د. ابراهيم الخليفة، ٢٠٠٨ م، إنجاز للنشر والتوزيع.
- العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس، كمال إبراهيم مرسى ١٤١٥ هـ.
- كيف تبنون بيتاً سعيداً، أكرم رضا.
- ما تشعر به يمكنك علاجه، جون جراي، ٢٠٠٩ م، مكتبة جرير.
- الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية مع الفرد والأسرة، حسين حسن سليمان وزملاؤه، ١٤٢٥ هـ.



## توجيهات عامة للمرشد للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي

د. هدى السبيعي

في مرحلة ما من الحياة الزوجية قد تكون في البداية، وقد تكون في المنتصف، وقد تكون بعد عقود من الزواج يحدث ما يسمى بـ «الطلاق العاطفي»، في هذا المقام سنتطرق مباشرة إلى بعض آليات تحسين ظروف الحياة الزوجية في ظل وجود التباعد أو ما يسمى «الطلاق العاطفي بين الزوجين»، والتي تضخ الحياة في العلاقة الزوجية، إذا ظهر شبح الفتور العاطفي، وهي مجموعة من النقاط المركزة، والمطلوب من المرشد دلالة المرشد أو المسترشد لتطبيقها بقدر الإمكان فيما يعين على التعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي بين الزوجين، ومن ذلك على سبيل المثال:

١- ضرورة التعرف على نمط شخصية الطرف الآخر: المقصود بها الأنماط الثمانية التي صنفها العالم النفسي إيزنك (الانبساطي والانطوائي)، و(الحسي والحدسي)، و(الفكري والوجداني)، و(الحاسم والتلقائي). وتأتي أهمية التعرف على مكونات الشخصية للطرف الآخر، أنها تتيح لنا فهمه وما نتوقه منه، وأفضل الطرق للتعامل معه على سبيل المثال المتحفظ:

- يميل إلى أن يراجع الأشياء التي يود قولها، ويرغب أن يقوم الآخرون بالفعل نفسه.
- يفضل أن يقضي وقتاً مع نفسه بهدوء وسكينة.
- يرى نفسه أنه مستمع جيد، وهذا هو انطباع الناس عنه.
- قد يراه الناس على أنه خجول.



- يشعر بالامتعاض من الناس الذين يتكلمون عنه ويقولون ما يود قوله قبل أن يتحدث به.

- يفضل أن يصرح بأفكاره وكلامه بدون مقاطعة من أحد.

- قد يتضايق عندما يمدحه بعض الناس، بل يمكن أن يشك في الآخرين إذا أفرطوا في مدحهم له.

#### كيف نكسب المتحفظ:

- اسأله ثم أعطه وقتاً كافياً ليرد عليك.

- تكلم في موضوع واحد فقط، حتى تنتهي منه ثم انتقل إلى الموضوع التالي.

- اتركه يكمل العبارة ولا تكملها له.

- لا يحب التكرار.

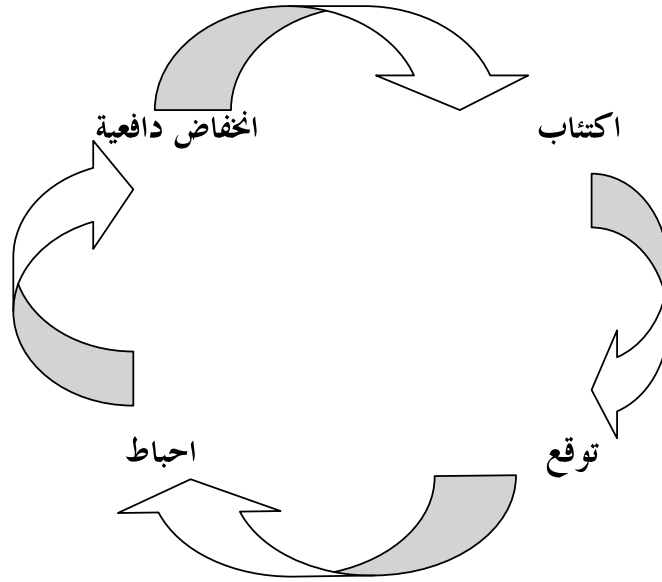
ويمكن توجيه المسترشد إلى العديد من المصادر التي تصف الشخصية، مثل كتب (بوصلة الشخصية، وأنماط الشخصية). حيث إن فهم الشخصية لا يترك مجالاً لتفسيرات أخرى قد تؤدي إلى الطلاق العاطفي.

٢- الاستمتاع بالذكريات السعيدة، المقصود به استحضار التجارب الإيجابية في حياة الزوجين وتقديرها وتعزيزها، وقد وجد الباحثون أن استعادة الأوقات السعيدة لها أثر هائل يُشعر الناس بمزيد من السعادة. ومن ذلك على سبيل المثال: توفير الصور الفوتوغرافية في أرجاء المنزل التي تجمع بين الزوجين لها تأثير قوي في استدعاء الذكريات السعيدة.

٣- تقبل الطرف الآخر كما هو والتوقف عن محاولة تغييره، وهذه العبارة التي تتكرر كثيراً

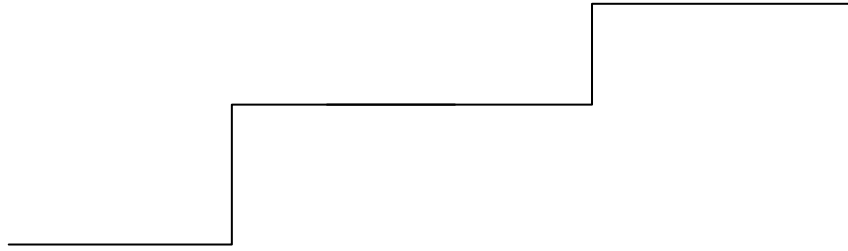
عند مرئادي مراكز الاستشارات العائلية، قضيت العديد من السنوات وأنا أحاول تغييره، فالأصل حين توقيع عقد القران يتضمن ذلك القبول غير المشروط لكلا الطرفين، ويترتب على عدم التقبل فتور وتباعد عاطفي يسمح بحدوث ما يسمى الحوار الذاتي السلبي.

٤- التوقف عن التوقع، حيث إن وجود تصورات معينة قد تؤدي إلى شعور بالإحباط، والذي قد يقود إلى انخفاض الدافعية وبصورة قد تؤدي إلى الاكتئاب، وتزيد في التباعد العاطفي.



٥- التوقف عن الحوار الذاتي السلبي، ويقصد به ذلك الحوار المتذمر والمنتقد، الذي يعبر عن الانفعالات والآراء والأحكام على الموقف والآخرين، ولا يخفي أن ما تفكر فيه يؤثر على مشاعرك، وحتما يؤثر على سلوكك الظاهر وغير الظاهر (لغة الجسد).

تفكير ← مشاعر ← سلوك ( ظاهر - غير ظاهر)



ولغة الجسد بما فيها من إيماءات وإيماءات تلعب دوراً كبيراً في الفتور والطلاق العاطفي، حيث يتبادل الطرفان الرسائل غير اللفظية المنفرة، والتي تزيد من الفجوة بين الزوجين.

٦- تطبيق قاعدة ١٠/٩٠ والتي تغير من أسلوب ردود أفعالك تجاه الأحداث من حولك، ويقصد بها ١٠٪ من أحداث حياتك خارجة عن إرادتك، و ٩٠٪ تعتمد على ردود أفعالك في الخمس ثوانٍ التي تلي الحدث.

٧- التوقف عن امتصاص الأحداث والمواقف الاسفنجية واختزانها، لأنها تثقل النفس، وحين تصل لمرحلة التشبع، فإنها تبدأ بالتسريب تماماً مثل الاسفنجة حين تمتص كل ما يسكب عليها حتى تمتلئ ثم تبدأ في التسريب.

٨- صف النتائج التي تريدها، ولا تركز على الوضع الحالي:

كيف تريد الامور أن تكون مختلفة؟	✓
ماذا تريد أن تنجز؟	✓

كيف ستتبدل الأمور عندما ينجح التغيير؟	✓
ماذا ستفعل بطريقة مختلفة؟	✓
كيف سيلاحظ الآخرون بأن الأمور أصبحت أفضل؟	✓
ما الحسنات والإيجابيات التي سيأتي بها هذا التغيير؟	✓

توجيه مثل هذه الأسئلة للمسترشد تساعد على توجيهه نحو الوصول إلى الحل ويعزل إلى حد ما المشاعر السلبية المصاحبة للانفصال العاطفي، والتي بالتالي تجعل التفكير موحلاً وغير واضح.

٩- متى حصلت نتائج إيجابية في الماضي، ولماذا؟

ما الأمور التي كانت حسنة في هذه الحالة؟	✓
ما الذي كان مختلفاً في هذه الحالة؟	✓
ما الذي جعل هذا التحسن ممكناً؟	✓
ماذا كان دورك أنت في هذا الذي جرى؟	✓

١٠- لعله من المفيد للمرشد أن يوجه مجموعة من الأسئلة للمسترشد للتعرف على آليات هامة للتكيف، ودوماً يمكن للأمور أن تكون أسوأ مما هي عليه الآن، والناس لا يقدرّون عادةً جهدهم المبذول مما يمنع المشكلة أن تسوء كثيراً، ومن ذلك على سبيل المثال:

لماذا الأمور ليست أسوأ ما هي عليه الآن؟	✓
ماذا تفعل لمنع تدهورها؟	✓
ماذا يفعل الآخرون لمنع تدهورها؟ ومن؟	✓
كيف تساعد هذه الأمور على منع التدهور؟	✓
ماذا تحتاج أن يحصل لتجد أثر مثل هذه الأعمال؟	✓

١١- التعبير عن الامتنان، من الأبحاث وجد أن الأشخاص الذين يعربون عن الامتنان بأي عدد من الطرق قبيل النطق بكلمة (شكراً) لشخص ما، أو إرسال رسالة لشخص صنع فارقاً في حياة المرء، تكون لديهم المقدرة على زيادة درجة الإشباع في الحياة والتحلي بالأمل. كما يتصل الامتنان بتقليل الضغوط والتوتر، وقد تكون الوسيلة الأكثر فاعلية والأطول لجعل الإنسان أكثر سعادة والفائدة تعود على الطرفين المعبرين عن الامتنان والمتلقي.

١٢- التمرينات البدنية هي أحد أفضل الطرق التي تتيح للمسترشد تحسين نواح متعددة من الحياة، حيث أنها تطلق الأندروفين في تيار الدم "مايكل أرجابل" الباحث بجامعة أكسفورد وجه الضوء إلى أن الأشخاص الذين يتعرقون من بذل الجهد يزداد شعورهم بالنفس والسعادة والحيوية ويكونون "اجتماعيين إيجابيين" أي أنهم يتصرفون على نحو متعاطف وطيب ويؤثرون في الآخرين وعلى أنفسهم، وبالطبع تقليل التوتر والإحباط.

١٣- **الصفح**، حين يقدر الطرفان أو أحدهما التخلص من جراح قديمة أو إساءة حديثة فإننا نغذي بهذا التعاطف تجاه الآخرين ونعزز الروابط الاجتماعية، مما يبني مخزوناً داخلياً من السعادة، وقد وجد عالم النفس في جامعة ليسيستر "جون مالبتي" أن الأفكار والسلوكيات المرتبطة بالصفح تؤدي إلى السعادة والمزيد من التحمل. ويقترح الخبراء تأدية طقس خاص بالصفح من قبيل كتابة رسالة إلى شخص قد آذاك، ومن بعدها إما أن ترسلها إليه أو تحرقها للتعبير عن إغلاق هذا الأمر وإنهائه.

١٤- **استخدام مواطن القوة**، ومن ذلك التأكيد على المسترشدة بالحرص على تجنب قضاء وقت أكثر من اللازم لإصلاح نقاط الضعف والتركيز على مواطن القوة بصورة أكبر، حيث يكون الشخص أكثر ارتياحاً مع شخصيته وطبيعتها، وبالتالي نحظى بأوقات أكثر انسجاماً.

١٥- **لا تشتك ولكن اجتهد أكثر**: إن تكرار الشكوى تزيد من إحساس المسترشد بالمشكلة وتعزز معاناته، ويفضل خلال الجلسات الإرشادية السماح بالتعبير في المرة الأولى للمساعدة على التفريغ واستثمار الجلسات الباقية في وضع الحلول والوعي الذاتي وحثه على الممارسة حتى تصبح الطريقة الجديدة في التفكير طريقة طبيعة بالنسبة له.

١٦- **التعرف على مظاهر الإنصات السائدة بين الزوجين هل هي:**

- الإنصات السلبي، وهو تجاهل ما يقوله الشخصي كلية، وهو أسوأ الأنواع على الإطلاق.

- الإنصات المصطنع ، وهو تصنع الإنصات أو متابعة الأحداث، وذلك بترديد عبارات " نعم.. نعم.. " مثلاً محاولة لإيهام المتحدث بجدية الإنصات.
  - الإنصات الاختياري (الانتقائي)، هو سماع ما تريد سماعه فقط، وهذا النوع ينصح عند محاولة بعضنا الإنصات للأطفال الصغار.
  - الإنصات المفيد، بطريقة محددة من خلال التركيز على تعليقات خاصة، ويسوء تفسير الباقي.
  - الانصات المتمركز حول ذاته فهو الفرد المهتم بوجهة نظره، والتي تتوافق مع اتجاهاته.
- ١٧- التعرف على أنواع الاستجابات والتي قد تكون بين الزوجين، وتلعب دوراً أساسياً في الطلاق العاطفي والتباعد بين الزوجين:
- إصدار الأحكام المتسرفة / والتقييم / وإسداء النصح.
  - التفسير / الشرح.
  - تقديم الدعم / والطمأنه / والتخفيف.
  - الاستقصاء / والاستفسار / والسعي للحصول على المعلومات.
- على سبيل المثال إصدار الأحكام المتسرفة أو التقييم يدفع بالطرف الآخر، وتجعل الطرف الآخر إما أن يكون في وضع الدفاع أو الهجوم أو الانسحاب، وفي كل الأحوال ينعكس على نوع العلاقة بين الطرفين، حيث تدفع إلى الطلاق العاطفي دفعاً والابتعاد عما تخلقه هذه الاستجابات السلبية، والأحرى أن يتدرب المسترشد على تغيير الأفكار التي تحمل في طياتها اللوم وإصدار الأحكام.

١٨- التأكيد من الاستمرارية في المحاولات وتذكر بأنه كلما كررنا الممارسة في حالة من الصراحة والتقبل والامتنان وحب الاستطلاع اقتربت النتائج.  
وأخيراً، لا توجد مكافأة أكثر ضماناً من تنمية القوة الداخلية للطرفين، ومنحهما القدرة على التحلي بمنظر جديد لرؤية الأمور أو تقديم هذا المنظور للطرف الآخر.





## توجيهات للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي

د. هند الثميري

إن التدخل الإرشادي والعلاجي في العلاقات الزوجية المتوترة يخفف النزاعات والمشكلات الزوجية، ويرفع مستوى التوافق الزوجي ويقلل من حدة الخلافات إذا ما قدمت خدمة الإرشاد النفسي هذه بطريقة ملائمة لكل من الزوجين حسب احتياجاتهما وطبيعة المشكلات التي يتعرضان لها، وخاصة عندما يصلا لمرحلة الطلاق العاطفي، حيث يسهم المرشد في تحسين العلاقات بينهما من خلال عملية التوجيه والإرشاد التي تهدف إلى تبصير كل من الزوجين أو المسترشد منهما بخصائص وطبيعة الطرف الآخر وأفضل الطرق للتعامل معه، لمساعدة الزوجين على تحقيق التوافق الزوجي وصولاً إلى المودة والرحمة التي تعني الاستقرار والسكينة في بيت الزوجية مع شريك الحياة. ولا بد للمرشد أن يتعرف على عدد من الجوانب التي تساعد على فهم الجوانب النفسية والاجتماعية للرجل والمرأة لمساعدته في وضع الخطة الإرشادية المناسبة للزوجين عند الوصول لمرحلة الطلاق العاطفي أو الاقتراب منها والتي يمكن تحديدها فيما يلي:

### ١- سيكولوجية الرجل والمرأة:

من المعروف أن هناك اختلافات عديدة بين المرأة والرجل من النواحي العضوية والتشريحية ومن النواحي السلوكية والشخصية وأيضاً في أساليب التنشئة والتربية والأدوار الاجتماعية، والحياة البشرية لا تستمر ولا تستقر دون ارتباط الرجل والمرأة ودون العلاقة بينهما لذا لا بد أن نتعرف على طبيعة كل من الطرفين وكيف يمكن أن نوفق بينهما ليصلا إلى الفهم

الكامل لطبيعة تلك الفروق والتعامل معها.

ورغم الفروق الفردية بين البشر وأن كل رجل وكل أنثى هو بمثابة حالة خاصة له صفاته المميزة له وحده وبالتالي يصبح التعميم خاطئاً، إلا أن هناك صفات مشتركة بين جنس الرجال تميزهم كما أن هناك صفات مشتركة بين جنس النساء تميزهن، وهناك مفاتيح لفهم الرجل تساعد المرأة حين تتعامل معه على الدخول لعالمه وفك أسرار ه وفهم مواقفه، وكذلك بالنسبة للمرأة

٢- الفرق بين الرجل والمرأة من الناحية السيكلوجية:

إن التعرف على السمات المشتركة التي تميز الرجال وتلك التي تميز النساء تسهل فهم طريقة تفكيرهم وسلوكهم، وهذه السمات المشتركة لها جذور بيولوجية (التركيب التشريحي والوظائف الفسيولوجية وخاصة نشاط الغدد الصماء)، وجذور تتصل بدور كل من الرجل والمرأة في المجتمع، فأكسبت الرجل صفات رجولية مميزة تميزه عن المرأة، وأكسبت المرأة صفات خاصة تميزها عن الرجل.

والآن نحاول استعراض أهم السمات العامة ومفاتيح شخصية كلا من الرجل والمرأة:

#### ١- الذكر والأنثى:

إن التمييز الذكوري الذي يحظى به الرجل في مجتمعنا جعله يشعر أنه مركز القوة في الأسرة، وخاصة أن الأسرة تعتمد عليه في بنائها والصرف عليها، وأن دور الأنثى هو خدمة الأسرة وإنجاب الأبناء، وساعدت نظرة المجتمع عبر السنين على ترسيخ هذه الفكرة، فعاش الزوجان على هذا الأساس وبنيت الأسر واستمرت، ومع التغير الذي حدث في المجتمع واختلاط الأدوار بين الرجل والأنثى وخاصة فيما يتعلق بقدرة المرأة على القيام بكثير من الأعمال ووصولها إلى

وظائف كانت حصرًا على الرجال، جعلها تصل لمرحلة الندية وترفض التمييز بينها وبين الرجل وتطلب المساواة، في حين لا يتقبل الرجل ذلك، فحين يحدث ذلك بين الزوجين فإنه يقود إلى صراع بين طرفي العلاقة، فالرجل يرى في ذلك خدشًا لرجولته، ويفقد المرأة أنوثتها وتميزها، وترى هي أن الرجل يريد لها تابعة له دائمًا، لا تخرج عن إطاره، وبهذا تختلط الأدوار والمهام والواجبات، فالرجل يكمن في داخله الشعور بالتمييز الذكوري، وهذا الشعور يجعله حريصًا على القيام بدور القيادة والرعاية للمرأة وللأسرة وينبني على هذا الشعور مفهوم القوامة، لذا يرى الرجل جدارته بقيادة الأسرة وهي من وجهة نظره دليل قوته الجسدية وقدرته على الكسب واتخاذ القرارات، وهذا يتطلب منه أن يوصل هذا لشريكته بحكمة واحتواء حتى لا يؤثر ذلك على نظرتها لذاتها وإمكاناتها ويجعلها قريبة منه، وكذلك يتوجب على المرأة الاعتراف بقدرة الرجل التي تفوقها وأن تدعم ذلك وتحفزه، وإن خالف ذلك هواها، فهي بذلك تكسب شريك حياتها، وتمنحه الثقة وتشجعه على الاعتراف بقدراتها ومساعدتها على تحقيق ذاتها.

## ٢- القوامة:

وهي حق شرعي مكتسب للرجل إن قام به فهو أولى به، وإن حاولت المرأة منافسته فيه فإنها تجرح رجولته وتهين كرامته، وستفقد مع الوقت احترامها له، فتراه ضعيفًا، ويشعر هو بالقهر والإحباط إن كان مستحقًا لها، أو يركن للراحة إن كان حاملاً رديئًا، والمرأة السوية لا تجد مشكلة في التعامل مع قوامة الرجل السوي الذي يتميز فعلاً بصفات رجولية تؤهله لتلك القوامة لأن القوامة التي وردت في الآية القرآنية الكريمة مشروطة بهذا التمييز، يقول تعالى: ﴿الرَّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾ (سورة النساء، الآية: ٣٤)، فلكي يستحق الرجل القوامة بحق في نظر المرأة يجب أن يكون ذا فضل وذا قدرة على الكسب

والإنفاق، أما إذا اختلت شخصيته فكان ضعيف الصفات، محدود القدرات ويعيش عائلة على كسب زوجته فإن قوامته تهتز وربما تنتقل لأيدي المرأة الأقوى بحكم الأمر الواقع، وهكذا تتسلل المشكلات للحياة الزوجية، ففتقد المرأة الرعاية والقيام بها واحتوائها وحمايتها وتلبية احتياجاتها واحتضانها كي تتفرغ هي لرعاية واحتواء وحماية واحتضان وتلبية احتياجات أطفالها.

إن ميزان القوامة له أثر كبير في العلاقة بين الرجل والمرأة، وهو من أشد ما يفتك ببيت الزوجية إن اختل، لذا يجب أن يتدارك كلا الزوجين أهمية التوازن في القوامة وأن لا تتعدى المرأة على ذلك الحق إن كان الرجل قادراً عليه، وأن تدعمه وتسانده بدلاً من سحبها منه مهما كانت امكانياتها، لأنها المتضرر الأول من ذلك، وأثر ذلك لن يكون سهلاً في علاقتهما، فوضوح هذا الأمر بينهما وإيمانها به هو أول مفاتيح النجاح في العلاقة الزوجية.

### ٣- الطبيعة البيولوجية والنفسية:

تعرض المرأة أمور بيولوجية كثيرة تجعلها مختلفة عن الرجل، فهي تتعرض للتغيرات الهرمونية في مراحل مختلفة من حياتها، خلال فترات الطمث، والحمل، وعند انقطاع الدورة الشهرية في سن اليأس، وفي هذه الفترة بالذات يقل هرمون الأنوثة لديها مؤثراً على حالتها النفسية والجسدية، أما الرجل فلا يتعرض لمثل هذه التغيرات، وتكون قوته وطاقته أكثر من المرأة، ويميل الرجل بطبيعته وجبلته إلى التعددية وإن لم يعدد، أي أن لديه ميل فطري للارتباط العاطفي وربما الجنسي بأكثر من امرأة، نتيجة لطول سنوات قدرة الرجل العاطفية والجنسية مقارنة بالمرأة حيث لا يوجد سن يأس للرجل، ولا يوجد وقت يتوقف فيه إفراز هرمونات الذكورة، وإن كانت هذه الوظائف تضعف تدريجياً مع السن ولكنها تبقى لمراحل متقدمة جداً من عمره أما المرأة فهي أحادية العلاقة، وتجدها مستقرها النفسي والأسري مع الرجل الذي ارتبطت به وفي رعايتها

لأبنائها، وأن سعادتها تعتمد على الزوج ومدى العلاقة التي تربطها به، فإذا تفهم الزوجان طبيعة هذا الاختلاف ومراحل التغير البيولوجي لدى كل من الرجل والمرأة، فإنهما حتماً سيتعايشان معاً بطريقة تضمن لهما تجاوزاً لكثير من الغموض الذي يعترى علاقتهما نتيجة التغيرات التي يمران بها، فتقدر المرأة للرجل سلوكياته الناتجة عن طبيعته، ويراعي الرجل زوجته في مراحلها المختلفة حسب التغيرات الهرمونية والزمنية، فتقل الاحتكاكات والصدمات بينهما وتستقر علاقتهما مهما حدث فيها من مواقف.

#### ٤- الرجل بصري غالباً، والمرأة سمعية:

أي أن الرجل يهتم بما يراه غالباً، ويعتمد حكمه على عينه وما تقع عليه أكثر من اعتماده على ما يسمعه أو يشعر به، فيهتم برؤية زوجته على أحسن صورة، وبيته في أكمل نظام، وأطفاله بأحسن هيئة وصحة، أما المرأة فتحب في علاقتها بزوجها أن تسمع ثناءه، وهمساته، وكلاماً ناعماً يركز على أنوثتها ويشبع احتياجاتها العاطفية، وهذا لا يعني تعطل بقية الحواس لدى الاثنين ولكن يعني أن درجة التأثير تكون أكبر من الناحية البصرية للرجل والسمعية للأنثى، فيوجهنا إلى مراكز التأثير على الطرف المقابل باستخدام الأسلوب الذي يتناسب مع طبيعته، وهذا يستدعي اهتماماً من المرأة بما تقع عليه عين زوجها فهو الرسالة الأكثر تأثيراً، كما يستدعي من الرجل اهتماماً بما تسمعه أذن زوجته ليصل إلى التأثير على مشاعرها وأحاسيسها وعواطفها التي تبحث عن الإشباع، حيث يعتمد نجاح العلاقة بين الشريكين على مدى قدرة كل منهما على لمس الاحتياجات وإشباعها، وتحقيق الرضا النفسي لذات شريكه، ليحقق له الاستقرار والتشبع العاطفي، الذي يضمن استقرار العلاقة بينهما ويدعمها.

### ٥- ضعف الرجل وقوة الأنثى:

ربما تجد هذه الجملة غريبة عند طرحها بهذه الصيغة، ولتفسيرها نقول أن داخل كل رجل طفل صغير، يبحث عن الدلال والمداعبة، ولكنه لا يصرح بهذه المشاعر، ويحتاج من شريكته اشباع احتياجه دون أن تشعره بذلك، والمرأة الذكية هي القادرة على القيام بأدوار متعددة في حياة الرجل، فهي أحياناً أم ترعى طفولته الكامنة، وأحياناً أنثى توظف فيه رجولته، وأحياناً صديقة تشاركه همومه وأفكاره وطموحاته، وأحياناً ابنة تستثير فيه مشاعر أبوته، فكلما تعددت وتغيرت أدوار المرأة مع شريكها أدخلت السعادة لقلبه، وملأت فراغ روحه للتغيير والتجديد والبحث عما هو جذاب ومثير خارج إطارها.

أما الأنثى فشعورها بضعفها الجسدي، ورغبتها في إثبات ذاتها، فإنها تحتاج من الزوج تدعيم مشاعر القوة لديها، والاعتراف بقدراتها وإمكاناتها، ومساعدتها على اكتشاف ذاتها، إن هذا السلوك يجعل المرأة تشبع رغبة الشعور بالقوة والثقة بذاتها داخل إطار العلاقة الزوجية، وقريبة من شريك حياتها، فتخف لديها رغبة التمرد والخروج من إطار تلك العلاقة تحدياً أو إثباتاً للذات، فتقوى علاقة الطرفين بدلاً من النفور الذي تحدثه هذه الرغبات عند عدم تفهمها، فتستقر علاقتهما ويسكنان لبعضهما.

### ٦- الرجل شمولي والمرأة تفصيلية:

تتركز أغلب اختلافات الرجل والمرأة حول هذه الصفة، فلا يدرك الكثير من الرجال والنساء مضمون ذلك وأثره في التخفيف من الأثر النفسي لوجهة نظر أو أسلوب الطرف المقابل أو ردة فعله تجاه أي موضوع يتم طرحه ونقاشه، ونقصد بذلك أن الرجل ينظر إلى عموميات أي موضوع للوصول إلى نتائج أو حلول، أما المرأة فتبحث في حيثيات وتفصيل الموضوع

لدراسته، فحين تكون هناك مشكلة أو موضوع أسري بين الزوجين، فإن الرجل يستعرضه بشكل عام ويبحث عن أسرع وأيسر الحلول المتاحة، فترى المرأة في ذلك نوعاً من الاستهتار والاستعجال وعدم الدقة والتركيز، وحين تحاول التدقيق فيه وطرح بعض الرؤى وبحث التفاصيل، يرى الرجل أن في ذلك إضاعة للوقت، وإزعاجاً له.

إن عدم فهم هذه الطبيعة في النظر للأمور وشؤون الحياة تجعل الرجل يميل من مناقشة زوجته ومشاركتها شؤون الحياة، مكتفياً بمتابعة تلك الشؤون بصفة عامة معتمداً على ما يراه من استقرار الأسرة وتوفير الاحتياجات، وقدرات زوجته في متابعة تلك التفاصيل، وترى هي أن ذلك قصوراً وإهمالاً منه، ولا مبالاة بها أو بمشاعرها واحتياجاتها، ولا يشاركها شؤون الأسرة واحتياجاتها معتمداً عليها في ذلك، وملقياً عليها كامل المسؤولية، فتتفر العلاقة بينهما، وتُتبادل الاتهامات حول عدم الفهم والمشاركة.

#### ٧- الرجل تنفيذي والمرأة مخططة:

في سعي الرجل للقيام بدوره فإنه يعمل أكثر مما يتحدث أو يخطط، فهو يريد توفير كل شيء لمنزله وأبنائه وزوجته، ويريد إنجاز ذلك بسرعة دون تأخير، أما المرأة فتحب أن تخطط وترسم صوراً ذهنية تسبق التنفيذ، فقد يوفر لها زوجها كل ما يمكن أن تحتاجه، ولكن ذلك لا يسعدها لأنه لا يتوافق مع تصوراتها ورغباتها، فلو أدرك الزوجان هذه الخاصية لدى كلا منهما، لاستطاعا الاستفادة من تلك الصفة وتوجيهها كما يريدان، بمعنى أن تبادر المرأة زوجها دائماً بالأراء المناسبة التي ترغب بها، في الوقت المناسب، وبأسلوب مناسب يتقبله الزوج ولا يشعره بأنه لا رأي له، فإنها توجه رغبة الزوج في العمل بالاتجاه الذي يخدم مصلحتها ومصلحة أسرته ويحقق لها الإشباع وبالمقابل يعطي الزوج الفرصة للمرأة لاستخدام مهاراتها التخطيطية في



تحقيق الاستقرار للأسرة بتبني أفكارها وتشجيعها واحتوائها ليخلقاً ثنائياً متكاملًا لإدارة شؤون الأسرة بعيداً عن الاختلاف في وجهات النظر والرفض الذي نراه في كثير من العلاقات الزوجية لسلوكيات وآراء الطرف الآخر.

#### ٨- معيار النجاح الذاتي:

يختلف معيار النجاح الذاتي لدى الرجل والمرأة، فنجاح الرجل في عمله وإنجازه فيه يعادل نجاح المرأة في أمومتها وبيتها، وإن حاولت الخروج للعمل وإثبات ذاتها، فإنها قد تستغني عن العمل ولكن لا تستطيع تحمل الفشل في أمومتها. لذا على المرأة إدراك ما يعنيه العمل للرجل ورغبته في إثبات ذاته ونجاحه، فلا تساومه على عمله، ولا تجعل ذلك مصدراً للمشكلات مهما انشغل عنها أو أعطى كثيراً من وقته وتفكيره وانشغاله لعمله وطموحه ونجاحه، لتحقيق ما يصبو إليه لينافس أقرانه وشركاءه، وأن تحاول التقرب منه ومساعدته للوصول لأهدافه، فذلك هو ما سيكسر الحواجز ويجعلها أقرب إلى روحه، وكذلك الرجل، فإن المرأة مهما حاولت إثبات نفسها في العمل، فإن نجاحها الأساسي هو نجاحها في بيتها، فليمنحها الفرصة والتجربة، وليعلم يقيناً أنها ستعود إلى عشاها بعد أن تسكن روحها وتحقق الإشباع لطموحها، وستعترف بجميله ودوره، فتعود متشعبة بلا مشاعر عدوانية تجاهه نتيجة اصطدامه بها خلال اندفاعها للعمل.

إن تفهم كلاً من الزوجين لسكولوجية الطرف الآخر وإدراك الطريقة الصحيحة للتعامل معه على أساسها، وإشباع احتياجاته المترتبة عليها يقي الأسرة من المشكلات التي قد تعصف بالعلاقة الزوجية، فتهدد استقرارها وتهدم بناءها، فالمشكلات التي تحدث داخل الأسرة تؤثر على جميع أفرادها، ويمكن أن نحدد بعض تلك الآثار على الزوجين والتي ينبغي أن يوجه المرشد الزوجين للتعامل معها كما يلي:

## أ- آثار المشكلات على الزوجة:

- كثيراً ما تلجأ المرأة إلى الصمت والسكوت على الخلاف وهو حل سلبي، لأن كبت المشاكل في الصدر بداية العقد النفسية وضيق الصدر والاكتئاب. ويسبب لها الكثير من الإرباك والقلق والانزعاج وخاصة إذا كانت المرأة ذات طبيعة حساسة.
- المشاكل الزوجية تؤثر على المرأة أكثر من الرجل بسبب تعقيد النظام الهرموني في جسدها، ولذلك يوصي العلماء بضرورة الاهتمام بالمرأة، وهذا ما ذكره الله تعالى في كتابه: قال تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾ (سورة النساء، الآية: ١٩)، وهذا ما أوصى به الرسول صلى الله عليه وسلم: (خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي) (رواه الترمذي).
- إن النساء أكثر عرضة للضرر والأذى البدني بسبب ضغوط الزواج وأعباء العلاقات الزوجية وتوتراتها. فإن النساء في منتصف العمر، وليس الرجال أكثر عرضة للإصابة بالمشاكل الصحية المرتبطة بالتعاسة الزوجية، مثل ارتفاع ضغط الدم والدهون الزائدة حول البطن، وغيرها من العوامل التي تعزز مخاطر الأزمات القلبية والسكري.
- تبين لعلماء النفس أن الزوجات في الزيجات المتوترة يصبحن أكثر عرضة لعوارض صحية خطيرة مثل أمراض القلب والجلطات الدماغية والسكري. وفي المقابل تبين للباحثين أن الرجال في نفس العلاقة يتمتعون بمناعة أكبر وهم أقل انكشافاً أمام عوارض صحيّة مماثلة، ولكن كثرة الجدل والخلاف والغضب قد يتحول إلى عوارض صحية بدنية ونفسية سيئة للجنسين، ولذلك يحاول علماء الاجتماع وعلماء النفس أن يقدموا النصائح للرجال بأن يهتموا أكثر بالنساء، وذلك من أجل حياة زوجية سعيدة وأكثر صحة.

- أمر النبي صلى الله عليه وسلم الرجال أن يهتموا بالنساء ويستوصوا بهن خيراً قال عليه الصلاة والسلام: (اسْتَوْصُوا بِالنِّسَاءِ فَإِنَّ الْمَرْأَةَ خُلِقَتْ مِنْ ضِلَعٍ وَإِنَّ أَعْوَجَ شَيْءٍ فِي الضِّلَعِ أَعْلَاهُ فَإِنْ ذَهَبَتْ تَقِيمُهُ كَسَرْتَهُ وَإِنْ تَرَكَتَهُ لَمْ يَزَلْ أَعْوَجَ فَاسْتَوْصُوا بِالنِّسَاءِ) (رواه البخاري)، لأنه يعلم أن المرأة أضعف من الرجل، وبالتالي تحتاج لاهتمام ورعاية أكبر. وهذا ما يقوله العلماء اليوم:

- يحدث للمرأة أثناء فترة الحيض تغيرات جسمية ونفسية، مما يكون له أبلغ الأثر في تصرفاتها وسلوكها، وقد يصدر منها بعض الأفعال وردود الأفعال التي لا ترضى عنها حين تطهر من حيضها. وعلى الزوج أن ينتبه لهذا الأمر ويضعه في حسابه، فيعامل زوجته برفق ولين في هذه الفترة أكثر من أي فترة، ويتحمل بعض تصرفاتها التي يابأها، حتى تمر هذه الفترة من الشهر بسلام.

#### ب- آثار المشكلات على الزوج:

عند قراءة ما سبق قد يخطر ببالنا أن المشكلات تؤثر على المرأة أكثر من الرجل، وإن كان ذلك صحيحاً من الناحية الصحية حسب أغلب الدراسات التي تناولت آثار المشكلات على الزوجين، إلا أن الرجل يتأثر كثيراً من النواحي النفسية والوجدانية من حيث:

- الاضطرابات النفسية والشعور بالاكتئاب والإحباط والقلق، والضيق المستمر.

- الانسحاب من الحياة الزوجية وتفاعلاتها بسبب التوقعات التي يعتقد أنها يمكن أن تحدث في حال التفاعل مع زوجته وأبنائه.

- الاندفاع إلى الخارج وفقد الانتماء للمنزل والسكن، فلا يعود إلا وقت النوم أو الأكل.

- اللجوء للعلاقات المحرمة، فيعيش في ألم نفسي وصراع داخلي بين حرمة علاقته، وفشل

زواجه، أو البحث عن شريكة جديدة للحياة بحثاً عن الاستقرار المنشود.  
لذا فإنه من المناسب أن يبصر المرشد الزوجين المعرضين للطلاق العاطفي بما يلي:

#### ما يجب أن تعرفه المرأة:

- على المرأة أن تفهم أن أهداف الرجل تتمثل في التدرج التالي: التفوق ثم التقدير ثم الحب ثم الإحساس بالأمان الأسري، وربما تجد في ذلك اختلافاً مع أهدافها التي تبدأ بالعكس، حيث تبحث الأنثى عن الإحساس بالأمان والحب ثم التقدير والتفوق، فعليها أن تراعي هذا التدرج عند النظر لاهتمامات الزوج حتى لا تضايقه بتوجيه اهتماماته تجاه احتياجاتها الحالية، فإن مجرد وصول الرجل للتفوق وحصوله على التقدير يعيده إلى عالمها ليمنحها الحب والأمان الذي تنشده.
- الرجل شمولي في نظره للأمور ويدرك الأمور بصورة تكاملية، ولا يحتاج للبحث في التفاصيل التي تثير اهتمام المرأة، وإدراك المرأة لذلك يحتم عليها أن تقدم للرجل الصور الكاملة للأمور والمشكلات التي تناقشها معه، والاحتياجات التي تعرضها عليه، فهذا يقلل شعور الرجل بالانزعاج والملل من أسلوبها وطريقتها، ويجعله يهتم بالأشياء التي تعرضها عليه، ويسعفها بالحلول والآراء التي تحتاجها منه.
- الرجل يحتاج دائماً أن يشعر أنه الأفضل وأنه القائد، ويحب أن تكون له السيطرة والقيادة في البيت، لإشباع غريزته القيادية وقوامته وإثبات أحييته بذلك، لذلك لا يقبل النصح والتوجيه المستمر من زوجته، وخاصة المباشر، لأن ذلك من الممكن أن يعني له أنها تفترض أنه لا يعرف ماذا يفعل لذلك يقاوم بشدة محاولة النقد ويعتقد أنها تهاجمه فيبدأ الدفاع عن نفسه وقد

يصبح عنيفاً في ردة فعله ليثبت لها قدراته، وهنا يجب أن تتعامل المرأة معه بحكمه، وتحين الفرصة المناسبة للتوجيه وتقديم الرأي له، حتى تستطيع بناء جسر التواصل معه، وتعزيز ثقته بها، والرغبة باللجوء إليها واستشارتها.

- عندما لا يهتم الرجل بالمرأة فلا بد أن هناك ما يشغل باله، فالرجل عند شعوره بالضغط النفسي وانشغال ذهنه بموضوع أو مشكلة يصبح شديد التركيز على حلها، وهو غالباً لا يتحدث عن مشكلاته فإذا دار حديث يكون فقط ٥٪ من عقله متاح للفهم والحوار بينما ٩٥٪ لا يزال منشغلاً بتلك المشكلة، ويبحث ويسأل حتى يصل إلى حلول ولا يشعر بالارتياح حتى ينتهي منها، أو يتشاغل عنها باهتمامات وقته ويجد الراحة في نسيانها بالانشغال بالكرة أو الأخبار أو فيلم ممتع ولا يرغب في التحدث في المشكلة، وفي مثل هذه الأوقات هو غير مؤهل لإعطاء المرأة المشاعر التي تريدها فهو عاجز رغماً عنه، وهنا على المرأة التغاضي عنه في مثل هذه الأوقات، وإدراك طبيعته، فالرجل بطبعه مانح للحب بطريقته، وسيعود إليها عند صفاء ذهنه، وعليها أن تشعره أنها تسانده، وتحفزه على الاهتمام بها، عن طريق الإيحاء إليه بحاجتها إليه وإلى حبه، دون إلقاء اللوم أو العتاب الذي يشعره بالتقصير، وأن ترضى منه بقليل من الاهتمام، فهذا يشجعه على منح المزيد.

ما يجب أن يعرفه الرجل:

- على الرجل أن يتفهم أن أهداف المرأة تتمثل في التدرج التالي: هدف الإحساس بالأمان ثم هدف الحب ثم هدف التقدير ثم هدف التفوق، حيث تبحث الأنثى عن الإحساس بالأمان والحب أولاً، وهذا ما على الرجل إدراكه ليمنحها الإشباع لهذا الاحتياج ليصل بها إلى الاستقرار النفسي، والشعور بالرضا عن الذات لتسكن إلى زوجها، وتشعر بالثقة فيه

والارتياح معه، فالمرأة تشعر بالإشباع عن طريق المشاعر والحب ويهمها التحدث عن مشاعرها أكثر من تحقيق الأهداف أو النتائج، فإذا منحها أذناً واعية، وقلباً محبباً، فعندها ينطلق لتحقيق ذاته بعد أن يكون صنع أنثى تنتظره بشوق عند عودته إليها.

- تهتم الأنثى بالتفاصيل، ولديها الرغبة بمعرفة تفاصيل الأحداث، وتحب أن تكون مركز اهتمام الرجل حتى تشعر بالأمان فالتواصل هو مصدر الإشباع لديها، ولكنها لا تبحث عن يقدم لها النصائح المباشرة، أو النقد ولو كان بهدف الإصلاح، فهي ترغب في الحديث المستمر عن مشكلاتها ولكنها لا تريد منه إعطاءها حلولاً سريعة، تريد أن يستمع إليها لتنفس عما يعترضها من ألم نتيجة تلك المشكلات، فإذا لم ينصت لها تعتقد أنه يتجاهلها وذلك لاختلافه معها في الطبيعة فيمنحها الفرصة لمراجعة نفسها وموازنة الأمور كما يحب هو، اعتقاداً منه أنه بذلك يحترمها ويتيح لها الفرصة للتفكير، فيجب أن يدرك الرجل أن المرأة في حالة الضغط النفسي ترغب في إنصات الرجل عندما تتحدث عن مشكلتها لتصبح أكثر قرباً منه وليس للوصول إلى حلول، كما أنها في حالة الضغط تحتاج إلى الحنان والحب لأنها تشعر بالعزلة والوحدة والرجل لا يدرك ذلك لأنه في مثل هذه الأوقات يفضل أن يكون بمفرده، فإدراك الرجل لهذا الاحتياج يحتم عليه مشاركتها الوجدانية بما يشعرها بالاهتمام، دون أن يرهق نفسه في التفكير بإيجاد الحلول وتقديم الاستشارة.

- تحب المرأة أن تشعر أنها معززة مكرمة في بيت الزوجية، وعندما يتم تحميلها شيء من مسؤوليات الرجل لانشغاله أو ارتباطه بالعمل الذي يعيق أداء مهامه المنزلية، فإنها تشعر بالقهر والإحباط نتيجة تكليفها بتلك المسؤوليات وإن تقبلت في البداية، وربما أصبحت في حالة من عدم الرضا، والغضب المستمر عند لقائه، ليسمع منها شيئاً من الاتهامات بالتقصير،

وعدم الاهتمام، وهنا يجب على الرجل أن يتدارك احتياجاتها للاهتمام والتكريم، وأن يبادرها بالتشجيع والتحفيز، ويشكرها على مساندته ودعمه، لتشعر أنها سبب نجاحه وتميزه، وأنها تدفعه لتحقيق ذاته، وأنها أحد مقومات هذا النجاح، فيحدثها عن إنجازاته، ويطلعها على بعضها، ليشبع لديها شغف الرغبة في التواصل معه، ومعرفة أحداث حياته، وطبيعة عمله، ليستطيع تلبية مشاعرها في الرغبة في التقدير والتكريم.

### توجيهات للزوجة للتعامل مع الزوج المطلق عاطفياً:

تعتقد المرأة دائماً أنها تعاني من الطلاق العاطفي أكثر من الرجل، وتعاني من الضغوط التي تصاحب ذلك الاعتقاد، فتقع فريسة للصراع النفسي الذي تعيشه بين مجتمع لا يرحم ونظراته السلبية للمرأة المطلقة، وبين وضع مؤلم تعاني فيه هجر شريك حياتها وعدم اهتمامه بها، وربما يزيد من ألمها عدم قدرتها على الاستقلال بنفسها والاستغناء عنه لعدم وجود مورد خاص يمكن أن يكفل لها العيش الكريم، وغير ذلك من الضغوط التي تجعلها تعاني متحملة الوضع الذي وصلت إليه علاقتها الزوجية، إضافة إلى اللوم الذي يسقطه عليها زوجها، وأقاربها وكأنها السبب الوحيد الذي أوصلهم لهذه المرحلة، وربما هروب الزوج من مسؤولية الأبناء المادية والاجتماعية وتحت وطأة حرص الأهل على عدم إتمام الطلاق الرسمي، كل هذا يجعلها بين المطرقة والسندان، فلا حياة تعيشها براحة، ولا حياة تنشدها لراحة.

ويعيش الرجل صراعاً مماثلاً وربما يفوقها، ولكن يختلف الرجل عنها بصمته عن الشكوى وقدرته على التحمل، ويساعده على ذلك الحرية المتاحة له في الهروب من بعض المسؤوليات للعمل أو السفر أو الانشغال مع الأصحاب وغير ذلك، ولا يرمى بصفات مماثلة للمرأة إن فعلت ذلك من حيث الإهمال أو الانحراف أو غيرها من الأوصاف. لذا تتحمل

المرأة مسؤولية كبيرة للمحافظة على كيان الزوجية وبيت الأسرة، يساعدها في ذلك ميل المرأة للاستقرار والشعور بالأمان.

ولا يعني ذلك أن نحمل الأنثى تلك المسؤولية منفردة أو أنها منطاة بها وحدها، فيجب على المرشد الذي يتدخل في مثل تلك الحالات أن يعي ذلك جيداً، وأن يشجع الزوجة على القيام بذلك الدور ويرغبها به، ولا يجعله مقياساً لنجاحها أو فشلها، ولكنه خطة عملية ومحاولة لإعادة العلاقة أو خلق علاقة جديدة بين الزوجين بطريقة إيجابية وأن علاج هذه المشكلة يعتمد بالدرجة الأولى على طبيعة المرأة وقدرتها على التغيير والرغبة بتطوير ذاتها لعلاج الخلل الحادث في علاقاتها بزوجها والوعي بحجم مشاكلها والبحث عن الحلول، ولا يجب أن تتخلى المرأة عن حقوقها في سبيل ذلك، فلا بد أن تدافع عن حقها بالاحترام والحب والحصول على الرعاية، عن طريق الوصول إلى حل لمشكلتها.

من أهم التوجيهات التي يمكن أن يُقدمها المرشد للمرأة في حالة الطلاق العاطفي:

١- تطوير نفسها فيما يتعلق بالعلاقات الزوجية، من خلال الدورات أو القراءة، ونشير هنا لعدد من الدورات المجانية التي تقدم في هذا المجال عن طريق الجمعيات والمؤسسات الخيرية، ويمكن أن يلتحق الزوجان معاً في مثل هذه البرامج لتكون النتائج أكثر إيجابية وفاعلة.

٢- مراجعة النفس وتحديد الإيجابيات والسلبيات في نفسها وفي شريك حياتها، حيث يساعدها ذلك على الحيادية في النظر للأمور، فأى علاقة ناجحة أو فاشلة هي نتيجة سلوكيات وشخصيات الطرفين، فإن تفهمت أسباب النفور سواء كان منها أو منه فإنها ستستطيع إحداث التغيير الذي يناسب الموقف ويحقق لهما الالتقاء العاطفي



- والفكري، بما يتناسب مع شخصيتها وشخصيته.
- ٣- القيام بأعمال يمكن أن تقود العلاقة إلى النجاح ولكي تزيد من فرص النجاح فإن عليها أن تبحث عن أسباب النجاح في علاقتها وأن تعمل على زيادتها و الإكثار منها، وملاحظة كيف تغلبت على إحدى المشاكل، ومراجعة طريقة كلامها وفي أي وقت قامت بطرح المشكلة.
- ٤- إن مبادرة الزوج باحتياجاته، والقيام بحقوقه يجعله لا يستطيع الاستغناء عنها، فاستمرارها في العطاء كفيل بأن يجعله يراجع نفسه قبل أن يفكر في الطلاق، فيجعل في الأمر بقية من الإصلاح والعودة، وهذا يعني أن لا تستسلم المرأة للانفصال العاطفي بتجاهل حقوق واحتياجات الزوج، إذا كان لديها رغبة في إعادة المياه لمجاريها في الحياة الزوجية.
- ٥- تستطيع المرأة مراقبة تصرفاتها وأفعالها وأقوالها، التي عادة تسبب المشكلات بينها وبين زوجها، عندها ستستطيع تغيير تلك الأفعال أو الأقوال أو التصرفات حسب المواقف، وعليها أن تسأل نفسها هل سيفيدها هذا السلوك، أو الكلام؟! وخاصة إن كانت تستخدمه على الأغلب ويمثل نمطاً لشخصيتها، لتعرف أن هذا لا يتناسب مع شخصية ونمط زوجها فتبحث عن وسائل جديدة للتعامل معه، على أن تضع في ذهنها أن عوائد نجاحها ستكون لها أولاً، فهي التي ستحظى بالهدوء والسكينة، وعلى المدى الطويل تستطيع إحداث التغيير حتى في زوجها، والتأثير عليه إن نجحت في كسب وده، فالرجل في البداية يحاول فرض شخصيته، فإذا لم يجد معارضة، فإنه يلين مع الزمن ليمتزج في قالب واحد مع زوجته ومن ثم يسلمها

قيادة كثير من أمور الحياة.

٦- مراجعة مسيرة حياتها، وتذكر اللحظات السعيدة التي قضياها معاً، لتكون وقود حياتها المقبلة ودافعاً لاستعادة تلك اللحظات، فالحياة وإن مرت بنكد أو ضيق، فلا بد من أيام هناء وسرور قضياها معاً، ويمكن استرجاعها بالتخطيط والرغبة، وإن كان ذلك مجهداً، ويحتاج لوقت طويل للوصول لنتائجه، ولكنها ستشعر بالراحة إذا حققت هدفها.

٧- الاستمرار في الزواج قرار يجب أن يكون إيجابياً دائماً، أي أن تتجاهل الرغبات التي تراود تفكيرها بالطلاق، وأنها ستجد راحتها بالانفصال، ولا تحاول أن تردد ذلك على أسماع زوجها، فالزواج من أنواع العلاقات الدائمة، ولا تنقطع إلا لأسباب جوهرية، والفكرة إذا تم تكرارها ترسخت في الذهن، وأصبح تأثيرها قوياً، مما يضعف عزيمتها في الإصلاح والتحسين، وبذل الجهد في سبيل بقاء العلاقة ونجاحها مهما كانت الظروف، فتحكم على زوجها بالفشل وتتوقف عن محاولة إنقاذه، وبذلك يصبح قرار الانفصال هو الأسهل.

٨- التعرف على سمات زوجها وشخصيته، واكتساب الخبرة المناسبة للتعامل مع نمط شخصيته، والتعرف على الجوانب النفسية والعقلية لها ولشريك حياتها من خلال تلمس الاحتياجات والاختلافات بينهما في التكوين العضوي والفكري، فالاختلاف الجسدي والعضوي بين الرجل والمرأة له تأثير نفسي مختلف على الطرفين يتضح في لغة الكلام والحديث، والسلوك والمشاعر والاحتياجات، فإذا استطاعت المرأة تفهم ذلك استطاعت أن تتعامل مع زوجها حسب احتياجه، فالرجل حباه الله من

القوة الجسدية والنفسية ما يجعله مؤهلاً للعمل والاستمرار فيه لتوفير مستوى معيشي لائق للأسرة، ويتعرض أثناء ذلك للكثير من المشكلات ولكنه يتفاعل معها بشكل مختلف عن المرأة، فعندما يتعرض الرجل لضغط نفسي أو تواجهه مشكلة فهو لا يتكلم عنها، لأن هذا قد يظهر ضعفه، فينزوي على نفسه مفكراً محاولاً حلها وقد يطول هذا الوضع وينعزل في مكان يشعر فيه بالراحة، في حين تنظر المرأة لذلك على أنه ابتعاد عنها ولا مبالاة بوجودها، وقد يترتب على ذلك مشاعر وأحاسيس غير صحيحة في ذهنها، وتبني عليها مواقف وسلوكيات توتر علاقتها به، فإذا تفهمت المرأة تلك الطبيعة لدى الرجل خفت لديها المشاعر السلبية التي تسبب لها التعب النفسي، وبالتالي يقل الاحتكاك بالزوج في مثل تلك المواقف.

٩- الاستعانة بالمتخصصين في الإرشاد الأسري لتوجيهها ومساعدتها خلال خطة تحسين حياتها، واستعادة علاقتها مع زوجها، فالإنسان في مثل هذه الحالات يحتاج للدعم والمساندة، وخاصة من المتخصصين وليس من الأهل أو الأقارب الذي يتعاطفون معها، فتصبح الحلول والمحاولات متأثرة بتلك العواطف، وغير محايدة، ما يجعلها أقل تأثيراً، ولا يعني ذلك الاستغناء عنهم ولكن الحصول على مساندتهم النفسية وآرائهم الحيادية.

### توجيهات للزوج المطلق عاطفياً:

الرجل هو مركز القوة في بيت الزوجية، سواء أحس بذلك أم لا، لذا يقع على عاتقه العبء الأكبر في إصلاح هذا الكيان، فالمرأة تنظر إليه على هذا الأساس وتعتقد غالباً أنه هو السبب في كل ما يحدث من سوء العلاقة، فهو الذي يخرج من المنزل عند الخلاف، وهو الذي

يرتفع صوته لإنهاء أي خلاف أو السيطرة على الوضع ، وهو الذي يتخذ القرارات النهائية في كثير من الأمور، لذا يأتي تفهمه لهذه النظرة الاجتماعية بنتائج إيجابية إذا أدرك أهمية دوره في تجنّب بيته وأسرته عواصف الطلاق العاطفي .

ويدعم دوره تفهمه وإدراكه لأهمية وكيفية المحافظة على علاقته الزوجية وضرورة فتح جسور التواصل والمودة مع شريكه حياته، فإذا وضع في حسبانته أن سعادته مرتبطة بإزالة توترات الحياة، وبصفاء المودة والمحبة مع الزوجة التي كان قدره الارتباط بها، واحترامه لقداسة هذا الرباط، واستطاع احتواءها والتأثير عليها بطريقة إيجابية لتكون الشريكة التي تسانده وتدعم جهوده لتحقيق السعادة الزوجية، فإذا قُدِّرَ أن أصيبت حياتهما بذلك البرود والفتور والتوتر الذي يؤدي للانفصال العاطفي، فلا بد أن تكون محاولات الرجل جادة تجاه هذا الأمر، وأن يستخدم تلك المنزلة الاجتماعية التي تنظر إليه المرأة بها، فيبادر ويمسك زمام الأمور في ذلك، وهذا يتطلب منه أن يفهم حاجات المرأة، ووسائل التواصل معها وإقناعها وإرضائها، فهذا الإدراك يسهل مهمة الزوج في معرفة مفاتيح شريكته لتجنب الأخطاء التي يقع فيها عادة عند الحديث معها، وتسبب المشكلات بينهما.

**ومن الأمور المهمة التي يجب أن يقدمها المرشد للرجل المطلق عاطفياً ما يلي:**

١- التعريف بطبيعة الاختلاف بين الذكر والأنثى، وأساليب التأثير المناسبة، وما تحبذه المرأة في شريك حياتها، إن هذه المعرفة تساعد في اختيار الطريقة المناسبة للتعامل معها، وطريقة الحديث والتأثير في المواقف المختلفة .

٢- التعريف باحتياج الأنثى للاستماع إليها أكثر من الحديث معها وتوجيهها أو الدفاع عن نفسه أمامها في المواقف المختلفة، لتعديل نظرتها تجاه احتياجاتها والتفاعل معها بناء على

ذلك، فمثلاً:

- عندما تتحدث المرأة عن مشكلاتها، يتبادر إلى ذهنه أنها تلومه على التقصير، ولشعوره بالمسؤولية يبدأ بالهجوم للدفاع عن نفسه، فتحدث مشكلة لم يكن لها داع، بسبب الاستعجال واتخاذ موقف المدافع، في حين لو استمع إليها لوجدتها بعد فترة توصلت للحل بنفسها.
- عندما تعبر عن مشاعرها وآثار المشكلات التي تعاني منها، فهي لا تطلب نصائح أو استشارة، فلا يبادر بتقديم التوجيهات والإرشادات فيصدمها بتلك النظرة التي تشعرها أنها غير قادرة على التفكير وحل مشكلاتها، إن ما تحتاج إليه هو التعاطف والتفهم، وإتاحة الفرصة لها للتنفيس الوجداني.
- عندما تزداد حدة المشاعر السلبية وتبالغ في التعبير عن استيائها من أي أمر، فلا يهون من تلك المشاعر، وأنها لا ينبغي أن تشعر بذلك، وأنه ليس هناك ما يستحق ولا يحاول أن يوجه مشاعرها ويحدد أسباباً وحيثيات توجب عليها عدم الإحساس بتلك المشاعر، فإن ذلك يسبب لها إحباطاً وألماً وتشعر أنه لا يفهمها، عليه أن يغير طريقته، وأن يستمع إليها باهتمام وتعاطف، فإن غايتها فقط أن تشعر باهتمامه والاستماع لها، فذلك يريحها ويجعلها تشعر بالمساندة المعنوية.
- منح المرأة شيئاً من وقته للمحادثة، والاعتذار منها إذا لم يكن يملك الوقت الكافي لتأجيل الحديث إلى وقت آخر، يحدده ويلتزم به، والإنصات إليها عندما تتحدث، وإبراز اهتمامه بطرح أسئلة وتعليقات تدل على أنه مهتم بما تقول.

٣- حل المشكلات التي تطرأ على علاقتهما، والمشكلات الأسرية وعدم تأجيلها أو تركها معلقة، حتى لا تتراكم فتكون سبباً في حدوث الانفصال العاطفي.

٤- الثقة بالزوجة، فالمرأة شريكة حياة، وليست متنفس للغضب، فإذا دخل بيته فليدرك أن من حقها أن تراه مبتسماً كما يحب أن يراها، فليشاركها همومه، وينفس عن ضغوطه ولكن ليس بالغضب والصراخ عليها وعلى أطفالها، وليتخذها صديقة ورفيقة درب، وليمنحها الثقة ويعززها لديها، ليستطيع أن يجعلها مرسى الأمان له عند الشعور بالتعب والرغبة في الراحة.

٥- القناعة بديمومة الزواج وضرورة المناقشة وفتح أبواب الحوار والتواصل مع الزوجة للوصول إلى علاقة جيدة، ومواجهة الواقع وعدم الهروب من المشكلة إذا حدث بالخروج المستمر من المنزل، أو البحث عن بديل من الأصدقاء أو الأهل، والاكتفاء بقضاء وقته معهم، فمهما تهرب من واقعه فلن يستطيع الهروب كثيراً، ومهما حاول إنكار أثر سوء علاقته، فلا بد أن تظهر آثار ذلك على نفسيته وحتى صحته، فالإنسان بحاجة للسكن والمودة، وهي راحة البال التي ينشدها الإنسان.

٦- المبادرة في حل الوضع وعدم انتظار مبادرة المرأة، فربما تحمل في داخلها جرحاً يقف حاجزاً نفسياً على ذلك، كما أن الأنثى بطبيعتها تحتاج للمبادرة لتبادل العطاء، وعليه أن لا ينتظر نتائج فورية لمحاولاته، وأن يتحلى بالصبر، فنجاحه في الوصول لمشاعر وعواطف زوجته، وتفهم احتياجاتها وقربه منها، كل ذلك يسهم في دفعها لمبادئته العطاء وقد تتفوق عليه.

### الوقاية من الطلاق العاطفي:

إن إدراك وجود المشكلة هو نصف الحل، بينما تجاهلها يمكن أن يؤدي إلى تفاقمها بصورة لا يصلح معها أي حل عند اكتشافها في توقيت متأخر، والتمادي في تجاهلها إلى أن تصل إلى طريق مسدود، والوقاية منها أفضل من البحث عن حلول لذا يجب أن نسعى في الوقاية من مشكلة الطلاق العاطفي أفضل من تقديم الحلول للمطلقين لضمان حياة أسرية سعيدة، وبناء مجتمع صالح متكامل.

وإن أهم ما يجب على المرشد أن يقدمه للزوجين عند تقديم الإرشاد لهما هو تبصيرهما بكيفية بناء بيت الزوجية على أساس متين يضمن لهما بإذن الله العيش في سعادة، ويحميهما من التفكك والانفصال العاطفي الذي قد يعصف بحياتهما ومن الممكن أن نحدد بعضاً من الجوانب المهمة التي تبنى عليها السعادة الزوجية وتقي بإذن الله من الطلاق العاطفي كما يلي:

- ١- الاختيار: وهو الأساس الأول والمرتكز الرئيس للبناء، فالزواج مؤسسة أسرية تقوم على الزوجين وتتحدد أسس هذا البناء على صفاتهما وأخلاقهما ومدى تكافؤهما، فيجب أن تكون الصورة الذهنية لهذه الأسرة واضحة في ذهن كلا الطرفين، فإن كانت الصورة مشتركة والأهداف متفقة أما هذا الزواج، وتعاوننا في إنجاحه ليحققا السعادة في إطاره.
- ٢- الاحترام المتبادل: فكل إنسان يبحث عن الاحترام مهما اختلفت الآراء، والاتجاهات والأفكار، فلا يمكن أن يتم التواصل بين شخصين إن لم يبال أي منهما برأي الآخر، أو ينظر له نظره دونية أو احتقار أو عدم تقبل فهذا يلغي التواصل، ويصل بالطرفين لطريق مسدود في التفاهم والانسجام.

- ٣- الصراحة والوضوح: فوضوح الشخص، وصراحته مع شريك حياته تزرع الثقة بينهما، وتخفف من حدة المشكلات التي تقع بينهما، أو أثر غيابه عنه، فهي تجعل الطرفين يعيشان في راحة نفسية، وتقلل من التوتر بينهما وبالتالي تقلل من حدوث المشكلات.
- ٤- أن تكون المشاكل التي تحدث بين الزوجين داخل حدود بيت الزوجية، ولا يسمح لأحد بالتدخل فيها، فبعض تدخلات الأهل والأقارب تعقد المشكلات اليسيرة، كما أن الأهل غالباً غير محايدون فيتحيزون لأبنائهم.
- ٥- أن يدرك كلا الطرفين أن الحياة الزوجية لا تعني التطابق ولكن تعني أن يدرك كل طرف أن الطرف الثاني مختلف عنه، وعليه أن يتعلم كيفية التعامل معه على أساس هذا الاختلاف.
- ٦- تحمل المسؤولية والقيام بالأدوار المقررة على الشخص داخل الأسرة، والاتفاق عليها والالتزام بها، وينبغي أن يصل الزوجان إلى اتفاق بشأن كيفية أداء المسؤوليات المنزلية وكيفية السلوك والتصرف مع بعضهما، فالفشل في الوصول إلى اتفاق بشأن هذه الأدوار سبب للصراع بين الزوجين.
- ٧- أن يسعى الزوجان عند الخلافات إلى حلها والتخلص من آثارها، بدلاً من البحث عن المسئول عنها ومن بدأها، فتضيع الجهود في محاولة كل طرف التنصل مما حدث، وتأكيد مسؤولية الطرف الآخر الكاملة عن حدوثه، لأن ذلك لا يؤدي إلى أي نتيجة إيجابية، ولا يؤدي لوضع الحلول، فالصراع في الحياة الزوجية أمر لا يمكن تجنبه، وكل العلاقات الزوجية (حتى الناجحة منها) سوف تتعرض على الأقل لبعض حالات الصراع من وقت لآخر، ولكن الكثير من الناس يسعدون ويرضون عن زيجاتهم رغم الصراعات التي قد تنشأ بينهم. ومفتاح نجاحهم يكمن في كيفية تحكمهم بصراعاتهم واختلافاتهم.



- ٨- التغافل والتجاوز عن الأخطاء، والتغافل فن جيد بين الزوجين، يجب أن يتدربا عليه، فالرابطة بينهما مستمرة، والإنسان خطأ بطبعه، فإن راقب كل منهما الآخر وحاسبه على كل شيء، ملّ وتهرب منه مما يزيد الأمر سوءاً ويقطع العلاقات، وربما نفر منه وارتاح في البعد عنه، والتجاوز عن الأخطاء وتجاهلها يوطد العلاقات ويمنح الحب.
- ٩- الاعتذار، وهو بلسم ودواء، إذا أخطأ أحدهما على شريكه، فالعلاقات البشرية مليئة بالأخطاء والهفوات، خاصة عندما يتعايش شخصان من بيئتين مختلفتين تحت سقف واحد، ولأن العلاقة بين الزوجين من أسمى وأقوى العلاقات البشرية، فيجب أن يبادر المخطئ للاعتذار لاستمرار المحبة والمودة والحياة الزوجية وعلى الطرفين قبول الاعتذار.
- ١٠- أن يعطي الزوجان لبعضهما الوقت الخاص والكافي للبقاء معاً، وممارسة الأنشطة الممتعة للطرفين، أو السفر، والتغيير المستمر في المكان والنشاط، للحصول على متعة التغيير.
- ١١- التقبل: وهو قبول كل منهما لشريك حياته كما هو، لا كما يريد أن يكون، وقبول رغباته وتوجهاته وطموحاته، وإتاحة الفرصة له لممارسة ما يحب لتحقيق تلك الطموحات، ومساندته ومساعدته على تحقيق ذاته، فالشعور بتحقيق الذات يمنح الراحة ويجعل الشخص أكثر صفاءً مع شريك حياته.
- ١٢- الحوار: وهو مفتاح التواصل بين الزوجين، فتبادل الحوار بينهما يعد من أقصر الطرق للتعلم وحل المشكلات، وهو المقياس الأهم في تحديد مستوى العلاقة بينهما، فالحوار يساعد على وجود إحساس بالدفء والترابط والحنان في الحياة الزوجية، ولكي تنجح عملية الحوار يجب أن يدرك كل منهما أن:

- على الزوج أن يفهم حاجة الزوجة للكلام، ويستوعب حاجتها لأذن صاغية.
- على الزوجة أن لا تضغط على زوجها ليتكلم حين تجده غير مستعد للحديث، وأن لا تسيء تفسير موقفه.

## المراجع:

- ١- جاد، محمود عبد الله، التوافق الزوجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي، كلية التربية النوعية بالمنصورة - مجلة جامعة المنصورة العدد الستون، (٢٠٠٦م).
- ٢- جون غراي، الرجال من المريخ والنساء من الزهرة، مكتبة جرير السعودية، ط. ثانية (٢٠٠٧م).
- ٣- حسن، محمود، الأسرة ومشكلاتها، بيروت: دار النهضة العربية.
- ٤- علي، علي، المساندة الاجتماعية واتخاذ قرار الزواج واختيار القرين وعلاقتهم بالتوافق الزوجي، مجلة دراسات نفسية، العدد الأول، جامعة بنها، مصر، (١٩٩١م).
- ٥- عمر، معن خليل، علم اجتماع الأسرة، دار الشروق للنشر والتوزيع، القاهرة، (٢٠٠٠م).
- ٦- مرسى، كمال، العلاقة الزوجية والصحة النفسية، دار القلم، الكويت، (١٩٩١م).
- ٧- مرسى، صفاء إسماعيل و المغربي، الطاهرة محمود، منبئات التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج والزوجات المصريين مجلة دراسات نفسية المجلد الخامس عشر العدد الأول، جامعة القاهرة، (٢٠٠٥م).

## الفصل السابع

الطلاق الشرعي أم الطلاق العاطفي؟  
وكيف تتكيف الزوجة مع الطلاق العاطفي؟\*

أ. سلوى العمومي

د. ظلال المداح

د. عبد العزيز المقبل

د. موزة المالكي



## مدخل

### رصاصه الرحمة

الموت في لحظة، خير ألف مرة من أن تحتضر كل لحظة وعلى مدار ما يقارب العشرين عاماً.. هل سمعت يوماً يا سيدي عما يعرف بـ "رصاصه الرحمة"!!؟ إنها منحة الديكتاتور للمضطهد.. خلاصه من العذاب الطويل والمريع.. ربما كانت الرصاصه تلك شفاعته عند رب العالمين..

أعترف بأني خنتُ مبادئتي التي كنت اعتنقها قبل الزواج، وكثيراً ما كنت أروِّج لها.. كنت أؤمن بأن طلاقاً شريفاً خيراً من استمرار رخيص.. كنت أؤمن بقيم الشجاعة والجرأة في اتخاذ قرار الحرية التي هي أضمن ما في الوجود.. الحرية في أن يكون لك حق الرفض في الاستمرار مع زوج على ورق.. بزواج يذكرك في كل مرة تراه بخيبتك.. وإحباطاتك.. وأحلامك التي أجهضت على يديه.. أحلام الأسرة السعيدة الآمنة.. تكتنفها المودة والرحمة.. أحلام المشاعر والعواطف الباهرة التي دخلت بها الفتاة المراهقة القديمة عش الزوجية أملاً في تحويلها إلى واقع.. فإذا بقلبها الغض يفتح بزواج يؤمن حد العقيدة أن في الكلمة الحلوة.. والمشاعر المرهفة.. والسؤال الدائم عن الحال.. والمشاركة في الاهتمام.. في الأحران وفي الأفراح.. مجرد كماليات لن نموت بسبب فقدانها!!.. زوج يرى أن جوهر الحياة الزوجية يكمن في ملء البطون والقيام بواجباته كأب ضمن إطار مؤسسة اجتماعية يقدمها للناس.. متجاهلاً أن ثمة فراغات في الأحاسيس أولى بأن تُملأ.. زوج يرى في الزوجة مجرد "متعة" باهتة.. وخادمة بدون مستحقات مالية، ووعاء أمين لأولاده.. دون مبالاة بالجفاف العاطفي الذي يخنقها ويحيلها إلى تمثال أصم..

كلما استجمعتُ قواي .. وهممت بطلب الانفصال .. تحول تركيزي فجأة إلى أبنائي .. وبدأت أطرح تلك الأسئلة الأزلية التي تضخم عادة من حدة الشعور بتأنيب الضمير، وتدفعك بقوة للتراجع عن أقدم قراراتك وأكثرها منطقية!! .. ما ذنبهم؟! إننا لم نستشرهم في المجيء إلى الحياة ولا حتى في اختيار أبيهم .. ولا في حياة القحط العاطفي التي يعيشون!!! ما ذنبهم في أن يقضوا بقية أشواط حياتهم في الشتات بيني وبين أبيهم؟! وهل هناك من يحتمل عودتي محملة بتركة من الأبناء والخيبات؟! ماذا لو كنتُ موظفة أملك دخلاً شهرياً يعينني على اجتياز الحياة دون الحاجة إلى دعمه المادي؟! هل سأكون أكثر شجاعة من الآن وأطالبه حينها بمنح طلاق العاطفي منه صبغة شرعية؟! أطلبه بإطلاق رصاصة الرحمة!!!

د. أميرة الزهراني

## أيهم تختار الزوجة الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي

أ. سلوى العمومي

مما لا شك فيه قيام الزواج في المنهج الإسلامي على العاطفة، فالمتبع لآيات الزواج في القرآن الكريم يجدها تنطق بإقامة الحياة الزوجية على الحب والعاطفة، وعلى الاحترام المتبادل بين الزوجين، ليفضي كل منهما بمشاعره وأحاسيسه ووجدانه في جو من الراحة النفسية، ولتغذي الأرواح بكل الحب الذي يثاب عليه الزوجان؛ ومن ذلك قول الله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (سورة الروم، الآية: ٢١)، فالقرآن يشير إلى بناء الأسرة على السكن والمودة والرحمة، وكلها معان تدخل في دائرة العاطفة والحب. وفي آية أخرى يقول الحق عز وجل: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ (سورة الأعراف، الآية: ١٨٩)، فليس هناك ألفة بين اثنين كألفة الزوجين، ولذا جعلها الله آية من آياته التي يجب أن يتدبر فيها. قال ابن كثير: "من تمام رحمته بيني آدم أن جعل أزواجهم من جنسهم، وجعل بينهم مودة، وهي المحبة، ورحمة، وهي الرأفة. فإن الرجل يمسك المرأة إما لمحبتته لها أو لرحمة بها؛ بأن يكون لها منه ولد أو محتاجه في الإنفاق، أو للألفة بينهما. وقال ابن عباس: المودة: حب الرجل امرأته، والرحمة: رحمته إياها أن يصيبها بسوء". والعاطفة تأتي من خلال الارتياح النفسي لكل من الرجل والمرأة.

ولقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم قدوة في إثراء مظاهر الحب بين الزوجين؛ فقد كان يعبر ويظهر الحب لزوجاته: ياعائش هذا جبريل يقرئك السلام، بل يصرح عندما سئل أي الناس أحب إليك؟ قال: عائشة. وكان يلاعب عائشة، وإذا شربت من الإناء أمسكه ووضع فمه



في موضع فمها وشرب، ويفعل مثل ذلك إذا أكلت اللحم، وكان ينام في حجرها ويسابقتها، وغيره مما تزخر به السيرة، مما يدل على أن للعاطفة شأن كبير في الحياة الزوجية.

والمأمل في أحوال الأسر الآن، يجد بعضها على درجة عالية من التوافق الزوجي؛ الذي يعد من أبرز علامات الصحة النفسية في المناخ الأسري. ويقصد بالتوافق الزوجي: قدرة الزوجين على تكييف نفسيهما للحياة الزوجية؛ أي قدرتهما على التوائم مع الآخر ومع مطالب الزواج، وقدرة كل منهما على تعديل سلوكه ليتناسب مع تكوين العلاقات المرضية مع شريك الحياة، ذلك التوافق الذي يجعل الزوجين يجدان في العلاقة الزوجية ما يشبع حاجتهما الجسمية والعاطفية والاجتماعية. وعرفه روجرز (١٩٧٢م) بأنه: نتاج للتفاعل بين شخصية الزوجين والذي يحدد نجاح الزواج أو فشله. والتوافق الزوجي كما أكد على ذلك بول وروبنس (١٩٨٦م) أنه محصلة لعديد من العوامل التي من بينها الاستعداد النفسي والنضج الانفعالي، وإشباع الحاجات الاجتماعية التي تؤدي إلى نجاح العلاقة الزوجية. وأوضحت نتائج دراسة بلم (١٩٩٥م) أن الحالة العاطفية للزوجين ترتبط بالتوافق الزوجي.

ولكن يشير كثير من المتخصصين إلى أن التوافق الزوجي يميل إلى التغير خلال دورة الحياة الزوجية؛ فالزواج في مرحلته الأولى يتضمن الحماسة والرغبة في إيجاد مكان في المجتمع، ويعتمد على نوع من الجاذبية، وهناك تسامح أكثر منه قبلاً وتكيفاً واعين، بينما تتميز المراحل المتأخرة بالمواجهة والنقاش والتفاوض فيما يتعلق بالتحكم والسلطة والقوة. هذا فيما يتعلق بطبيعة العلاقة بين الزوجين، أما من ناحية درجة التوافق الزوجي فقد وجد أنه ينخفض في وقت مبكر من الزواج، وأن وجود الأطفال والاعتراف بأن حقائق الحياة الزوجية قد اختلفت عن الصورة المثالية التي كان يحملها الزوجان عن الزواج، إلى جانب الضغوط نتيجة متغيرات

تعرض الزوجين؛ مما يؤدي إلى انخفاض مستوى التوافق الزوجي. لذا في مقابل مرتفعي درجة التوافق الزوجي، نجد بعض الأسر تتمتع بدرجة متوسطة منه، في حين يعاني البعض من سوء التوافق الزوجي؛ الذي هو: حالة التنافر؛ التي تبدأ بحصول انطباعات سلبية من أحد الزوجين وبصدور ممارسات وتصرفات من أحدهما مخالفة لرغبة الآخر أو من كليهما. مما يلبد سماء الحياة الزوجية بغيوم الخلاف والنزاع ويكدر صفوها بشوائب الأذى والإزعاج، ومما قد يدفع بها إلى طلاق بائن، أو العيش مع طلاق عاطفي.

### الطلاق الشرعي أم الطلاق العاطفي أيهما تختار الزوجة؟

تمر الزوجة بعدة ضغوط، إذ أحيانا تتعرض لإجبار أسرتها على مواصلة الحياة، وتطالب بالصبر على الابتلاء تفاديا للطلاق إلى حد الإذلال. أو تتعرض لاعتبارات عديدة؛ لعل منها: الخوف من تردّي وضع الأبناء، أو الإحساس بالإحراج أمام المجتمع، أو عدم الاستعداد لمواجهة إجراءات الطلاق وتحمل تبعاته المختلفة. لذلك تستمرّ علاقة الزوجين من الناحية الشكلية وهي محكومة بقاعدة القطيعة العاطفية.

حالة (س.س): زوجة بعد سنوات عديدة من الطلاق العاطفي والذل والمهانة قررت الانفصال. وعندما ذهبت لمنزل والديها، قيل لها خرجت من بيتك واحدة والآن عودي إليه واحدة، فاضطرت للعودة إلى ذل زوجها لأنها لا تريد التخلي عن أبنائها، مع فتح ثقب لضغط نفسها، حتى لا يولد انفجارا؛ إذ ليس أفسى على الإنسان من أن يجبر على معاشرته من لا يطيقه ولا يستطيع مفارقتها.

حالة (ن.ع): متزوجة ولديها طفل: زوجها له عامان ونصف. تعاني من «الطلاق العاطفي»؛ بسبب إدمان زوجها الانترنت؛ ما يقارب ١٨ ساعة يوميا، فلا يترك الجهاز إلا عند النوم، مما أدى إلى انعدام الحوار بينهما؛ الذي لا يتعدى إلقاء السلام أو السؤال عن «وجبة الغداء» أو طلبات الشاي، إلى درجة أنها بدأت تتناسى نبرة صوت زوجها.

حالة (ع.ع): متزوجة وأم لخمسة من الأبناء، منذ ما يقارب ٣٥ عاماً، وكان يسود حياتها الحب والعاطفة إلى السنوات العشر الأخيرة؛ فقد بات الحوار معدوماً، وكثر التحقير والاستخفاف بالرأي حتى أمام أبنائه؛ مما يلزمها الالتزام بالصمت، بل من الممكن أن يمر الشهران والثلاثة وأحياناً الستة أشهر؛ لا يدور بينهما حتى السلام أو السؤال ولو عن حال الأبناء.

بيوت "مغلقة على أصحابها، في الأعلى رماد لا تزال النار مشتعلة أسفله، ولا أحد يدري متى ستشتعل من جديد، ومتى ستتطاير أول شرارة يمكنها أن تحرق كل أمن بعدم وصول النار.

### ماذا تختار الزوجة؟

الأمور التي ينبغي قيام المرشد بها تجاه المسترشدة:

- التأكيد أولاً وأخيراً على الاستعانة بالله وحسن الظن به جل في علاه. وبيان أهميته.
- التعامل مع توقعات المسترشد: غير الواقعية فيما يتعلق بنتائج العملية الإرشادية، مما يحتم على المرشد أن يستكشف مبكراً مدى وأبعاد توقعات المسترشد بهدف تبصيره بما يمكن توقعه من نتائج. ومدى إسهاماته في إحداثها.
- تبصيرها بمراحل الحياة الزوجية ودورة الصراع.

- التدرّب على مهارتي الاتصال وحل المشكلات.
  - التدرّب على الاسترخاء؛ وتعرفها مواطن القوة والضعف لديها.
  - بيان أنماط الشخصية والفروق النفسية بين الرجل والمرأة.
  - استخدام الأسلوب العلاجي المناسب من مثل (العلاج المعرفي السلوكي)
- مساعدتها على كيفية اتخاذ القرار، والذي يقوم على عدة خطوات:

- حددي السؤال الخاص بقرارك.. واجمعي كل ما تستطيعين من معلومات حول هذا القرار. وكلما كان قرارك مصيرياً، فإن المعلومات المتعلقة حوله بحاجة إلى تمحيص وتأكيّد ومصداقية.
- تجنّبي الضغوط النفسية أو الجسدية.. لأنها ستعيد بك عن القرارات السليمة: تعلمي كيف تسترخين، وتريحين جسدك من الضغوطات الأولى فالأول، وتعلمي فن تجديد نشاط ذهنك، ليعطي القرارات بعقلية ناضجة، منفتحة، متحركة.
- افهمي كيفية عمل عقلك جيداً: لا تجعله يتلاعب بك.. واستفيدي من ذلك لعدم الوقوع في الالتزام اليائس، أو فجوة التعاطف. لا تجعل عقلك يقودك.. ويقنعك بما هو غير صحيح..إنما كوني أنت القائدة والمتحركة في عقلك.. بخبرتك.. بعلمك.. بتوكلك على رب العالمين.
- ادرسي عواقب ونتائج قرارك على الفترات الزمنية الثلاث: بعد عشرة أسابيع . بعد عشرة شهور. بعد عشر سنوات.. ادرسي وضعك الإيجابي، والسلبي ثم حللي الأبعاد والزوايا، واختاري أفضل ما ينسجم مع قيمك وأولوياتك، ليس الأريح ولا الأسهل،

ولا الأفضل لغيرك، إنما أفضل خيار يعطيك التحكم في زمام حياتك. ويتوافق مع قيمك وأولوياتك.

- اجلسي جلسة مصارحة مع نفسك، واعرفي ما أعلى القيم لديك في الحياة؟، ما أكثر شيء تعطينه قيمة في حياتك؟ ما الأمور التي تستعدين للنضال والكفاح من أجلها حتى آخر عمرك؟. رتبي أهم عشر قيم في حياتك، واجعلي هذه القيم تتناول جميع جوانب حياتك: الديني، والشخصي، والأسري، والصحي، والمهني. واجعلي أهم قيمة لديك لا تتنازلي عنها مهما كلفك حياتك على قمة هرم قيمك. ورتبي أسفلها بقية القيم بالترتيب الذي يناسبك.

- اجعلي شعارك في الحياة الصدق والشجاعة: وكوني صادقة وأمينة واعكسي قيمك الداخلية على قراراتك وأفعالك، وكوني شجاعة بالألا تخشي قول الحق، وألا تخشي التغيير، وألا تخشي أن تعيشي حياتك كما تريد، لا كما يريد غيرك لك. لا تفاوضي على راحة بالك في الحياة. عيشي مطمئنة مرتاحة البال، وطوعي كل أهدافك، وقيمك، وأفعالك، وقراراتك على راحة البال والنفس مطمئنة أولاً وأخيراً. وإذا كان أي جزء من حياتك لا يوفر لك النفس مطمئنة التي تريدينها، فسارعي بتغييره بصدق وشجاعة.

- اجلسي مع أشخاص إيجابيين متفائلين.. يدعمونك ويشجعونك باستمرار، وتخلصي من أعدارك، اكتشفي العالم من جديد بعيون طفل صغير لا يعرف شيئاً ولا يهاب شيئاً، واعلمي إن مقدار ما تحققينه في حياتك بمقدار ما تتخلصين من الأعدار والعقبات في عقلك! كيف تعطين قراراتك بطريقة صحيحة؟ كيف تعيشين حياتك بطريقة صحيحة

وفقاً لهذه القرارات؟ كيف تتخلصين من أذراك.. وحججك.. وتتحملين نتائج وعواقب قراراتك؟ كيف تتحملين مسؤولية نفسك.. وحياتك؟

- حياتك من اختياراتك، لا تتخلين عن قيمك، ولا تتخلين عنها مهما تغيرت الظروف، كوني على يقين وسيشع اليقين من حولك. كوني واثقة، وسيطوع الله عز وجل البشر والظروف في حياتك. لا تتوقعي الأسوأ، حسني ظنك بالله، وتفاءلي بكل شيء في الوجود. وتأكدي بان العالم سيتغير، عندما تتغير نظرتك إليه.

عندها ستكون الأمور قد اتضحت للمسترشدة، وستعرف دورها في تأجيج الصراع أو مسالمتها. سوف تدرك مدى ما تملكه من قدرة على تحمل مشاكلها، والبذل في تجاوزها وبالتالي سيكون قرارها عن بينة، يتحدد حسب المصلحة العامة لها ولأسرتها وليس اختياراً عشوائياً.

#### عند اختيار الطلاق الشرعي:

الطلاق عملية مؤلمة نفسياً، يتطلب من الزوجة إعادة تنظيم وتكيف مع الحياة الجديدة وما يترتب عليه من مشاكل مادية، ومعنوية لها وللأطفال. فعلى الرغم مما للطلاق الشرعي من الآثار النفسية السيئة على حياة الأسرة ككل؛ إلا أنه ينبغي على المرشد أن يؤكد للمسترشدة أن الطلاق الشرعي حق من حقوق المرأة؛ فهو حل شرعي وإنقاذ لها في حال استحالة العشرة، أو كان بقاؤها ضرراً على حياتها.

#### مع التنبيه:

- أن يكون اختيارها بعد بذل السبب في الإصلاح (الشخصي والأسري)
- الاتفاق مع زوجها في أمر الطلاق.

- ألا يكون الأطفال ورقة يلعبان بها، لحصول كل على مطالبه، حرصاً على نفسياتهم.
- أن تعرف حقوق المطلقة وحقوق الأبناء بعد الطلاق.
- الحرص على عدم التصادم مع الزوج وأهله، حتى تكسب أبناءها.
- الستر على الزوج وعدم سبه، فلا زالا يحملان لقب الأب والأم، وحتى لا يؤثر على نفسيات الأبناء فإقحام الأبناء في تفاصيل أسباب الطلاق، وتشويه أحد الأبوين للآخر عند الأبناء يضاعف من عدم تقبل الأبناء لهذا الانفصال، وتفقدهم الشعور بالأمان والثقة بأنفسهم.

#### التعايش الأسري بعد الطلاق:

- يتطلب نقاهة وتأهيل لكافة أفراد الأسرة للحفاظ على روابط الصلة بين الأبناء وآبائهم.
- الحد من التغيرات الحاصلة بسبب الطلاق، التي من شأنها أن تعيق تقدمهم وورغبتهم في الحياة.

#### عند اختيار الطلاق العاطفي:

إن النظرة الاجتماعية السالبة للمطلقة، وتعرضها للوم المستمر، ونظرة بعض الأسر لما تشكله من عبء اقتصادي واجتماعي، بخاصة إذا كان لديها أطفال حيث يترتب على ذلك مشكلات إضافية مرتبطة بتكلفة الإنفاق عليهم أو الحرمان منهم والخوف على مستقبلهم. لذا تفضل الكثيرات من النساء البقاء في وسط تلك الخلافات والجو العاطفي المفقود، حفاظاً على أسرتهما من التشتت.

## التعايش أساس لنجاح واستمرار أي علاقة:

قاعدة التعايش وفق حديث الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم: (لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ) (رواه مسلم)، طريق يسير عليه الزوجان معا. وذلك مبني على استحالة الكمال وتمام السعادة فلا بد من نقص وعثرات وزلات، لكن الموازنة قدر المستطاع هي التي تحقق التعايش، ولم تخل منه بيوت النبي صلى الله عليه وسلم؛ فقد غضب على نسائه، واعتزلهن شهراً، فالحياة الزوجية لا تخلو من الخلافات ولكن علينا السعي لتلافي تفاقم المشاكل والحرص على إصلاحها والتغاضي عن اليسير منها.

وكما أن الحياة مبنية على الحقوق والواجبات، فهي أيضاً تبنى على الفضل، كما قال عز وجل: ﴿وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ (سورة البقرة، الآية: ٢٣٧)، فالأخذ بزمام المبادرة، وعدم انتظارها من الطرف الآخر يوصد على الشيطان صده للإصلاح.

## التعايش يعني:

- قبول النصف الآخر كما هو بطبيعته المختلفة.

- الصدق والشفافية

- حل الخلافات أولاً بأول بالمناقشة الهادئة كي لا تتراكم المشاعر السلبية.

هناك دراسة تقول: "إن الأزواج الذين يقرؤون بانتظام أقل توتراً فيما بينهم من الأزواج الذين لا يقرؤون". كما أن الزوجة التي تنمي مواهبها وهواياتها وتسعى لتحقيق كيانها بلا تقصير في حق مسؤولياتها أقل قلقاً وتوتراً وسلبية عن غيرها من الزوجات، وخلق النشاطات



والمشاريع المشتركة خير وسيلة للحفاظ على الرباط مقدساً

التعايش قد يكون بعدة أمور:

- بغض الطرف أحياناً، والتنازل أحياناً، ورفع شعار: نتنازل من أجل أن نتعايش، فلا يمكن أن نعيش مع الآخرين مع استيفاء حقوقنا كاملة. ولعل من أعمدته التضحية، والإيثار، وجدرانه التكافؤ.
- التحكم في ردود الأفعال، قاعدة ٩٠ / ١٠ وهي أن ردود الفعل بأى موقف يكون بنسبة (١٠٪) على الموقف و (٩٠٪) على مواقف سابقة ومخاوف لدى الإنسان.

هذه وصفة أعدها (فاركو برادلي) استشاري العلاقات الأسرية، من أجل السعادة الزوجية، حيث يقول: بقاء السعادة "مثلاً" يتحملها الزوجان بالمجاملة حيناً وتقدير عمل الآخر حيناً، مع مراعاة الفروق الفردية، ونشر أجنحة المحبة والحنان لحماية مناخ السعادة، فهناك شعرة دقيقة بين الإحساس بالسعادة والوقوع في التعاسة، فإذا كان دور المرأة توفير الراحة لأهل بيتها وعدم إثارة غيرة زوجها وعدم إزعاجه أثناء نومه، أو تناوله طعامه والوقوف بجانبه في كل شدائد الحياة، فإن دور الرجل لا يقل أهمية أيضاً، فهو يدعم المنزل مالياً وعاطفياً، ويساعد على بناء الأمن النفسي لأسرته بالصراحة والاهتمام والثقة بعيداً عن إثارة الشك والغيرة، كما أن الزوج يساعد على خلق لغة تفاهم مشتركة، ويعمل على التأقلم مع المشاكل الطارئة، وهو لا يقوم بإفشاء الأسرار المنزلية، ولا يسمح لأهله أو أصدقائه بالتدخل في سير حياته الزوجية.

ومن القواعد المعروفة والمشهورة للتعايش:

- الحذر من ذوبان الزوجة في شخصية الزوج؛ لماله من تهميش وتخطيم للثقة والشخصية؛

- فلكل من الزوجين الاستقلالية في اتخاذ قراره وتحمل المسؤولية عن تصرفاته.
- الانتباه لفخ ما بعد الأربعين: بعد الأربعين، هل تبدأ مراهقة جديدة؟ كلاهما يتهم بعضهم بعضاً بالتصابي، أو الرجل يقول للزوجة استسلمت للشيخوخة أو أنت الآن من القواعد. والزوجة الصديقة التي تشارك الزوج أحلامه، وهوياته، وتوفر له الأمان والاستقرار، والمشاركة الفعلية؛ هي التي تمنع وقوع زوجها في هذا الفخ، الذي يتوهم بأن ذلك حقه الطبيعي في أن يستمتع بشبابه.
  - مراعاة الخصوصية بين الزوجين: فالخصوصية حق للزوجين، ولكن في الحياة الزوجية مطلوب باعتدال. فالصراحة المطلقة والتكتم المطلق كلاهما مرفوض. وطبيعة العلاقة بين الزوجين هي التي تمثل حجم ومساحة الخصوصية بين الزوجين، من التفاهم والمرونة والحب والحوار والثقة والصراحة.
  - الابتعاد عن تصيد الأخطاء: الرجل يكره استجواب زوجته له، ففي الوقت الذي تطمئن فيه عليه، تدفعها للهفة والقلق عليه إلى سؤاله: أين كنت؟، مع من تجلس؟، متى ستأتي؟ فإنه يعتبر ذلك استجواباً يحول دون حرته. والحل أن يفهم الزوج بهدوء تساؤلات زوجته وعليه بالتوازن في حياته، ومراعاة أن لا يترك زوجته نهبا للوحشة والوساوس والأزمات.
  - مصيدة الملل: إذا وقعت فيه الحياة الزوجية؛ عاش الزوجان كموظفين متجردين من أي مشاعر. وتمضي الأيام ثقيلة، وتتباعد المسافة بينهما يوماً بعد يوم. ولعلاج الملل على الزوجين، التعاون معاً في ثلاث خطوات: طرد الملل بالانشغال بالأمر النافعة. وإشاعة جو من المرح والبهجة. والحوار السهل لكسر الروتين اليومي ثم التعبير الدائم

عن كل جوانب الزوجين؛ المكانية والزمانية والنفسية والرياضية والتناغم الدائم مع الحياة.

- كثرة العتاب بلا سبب: والتمادي في إلقاء اللوم، مثل لم قلت؟، لم صنعت؟ لماذا أتيت؟ كيف فعلت؟ كل ذلك يجعل الطرف الآخر يرد بطريقة خاطئة، إما الإهمال وإما الاستقرار، ولا تنتصر في حياة الزوجين إلا الأخطاء من الجانبين.

### للزوج والزوجة:

- حافظي على مثلث التوافق الزوجي: فهم الذات، وتطوير التواصل، وحل المشكلات.

- تقبل الاختلافات في الرأي

- تجنب توجيه تبادل الاتهامات في كل خلاف فعلى سبيل المثال قد يكون الزوج ساخراً بطبعه والزوجة تأخذ كل شيء بجدية، هنا قد ينشب الشجار بسبب اختلاف الطباع.

- الشجاعة في الاعتراف بالخطأ والاعتذار

- ابتعدي عن الصوت العالي لأن هذا سيمنع كلاً منكما من الاستماع للآخر ويزيد من

اشتعال الخلاف ويفقدكما القدرة على السيطرة على النفس

وأخيراً، ليس هناك شيء مطلق ومحتم في هذه الأمور، فالقرار قرار المسترشدة في

النهاية، ولا تعلقها على توجيه الآخرين؛ فهي من تتحمل عواقبها، وهي من ستحصد الثمار،

أو تعاني المشاكل. وإذا كانت الزوجة بموقف تختار أمرين أحدهما مر، فستختار الأقل ضرراً

والأقل تأثيراً على نفسها وأطفالها، مستعينة بالله على مواجهة الواقع والتكيف إزاء الموقف

المشكل، وأن تصنع منه أفضل ما يناسبها.

## المراجع

- أبوسكينة، نادية حسن؛ خضر، منال عبدالرحمن. (٢٠١١م). العلاقات والمشكلات الأسرية. دار الفكر، الأردن: عمان.
- الخالدي، أديب محمد. (٢٠٠٩م). المرجع في الصحة النفسية. دار وائل للنشر، الأردن: عمان.
- الدخيل الله، دخيل بن عبد الله. دراسة: مراحل الزواج ودورة الصراع بين الأزواج. (نسخة الكترونية).
- الصبان، عبير محمد. التوافق الزوجي في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من الزوجات السعوديات في مكة المكرمة. المؤتمر السنوي الرابع عشر - مركز الإرشاد النفسي / جامعة عين شمس. ١١٩هـ - ١٥٤هـ.
- العيسى، وداد. (٢٠٠٦م). مثلث التوافق الزوجي. دار إقرأ، الكويت.
- الغامدي، محمد سعيد. (٢٠٠٩م). دراسة (التكيف الاجتماعي والاقتصادي والنفسي للمرأة السعودية المطلقة في محافظة جدة. مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، (١) ع ٢. (١٤٥هـ - ١٨٨هـ). نسخة الكترونية.
- القرعاوي، عبد الرحمن بن عبد الله (٢٠٠٨م). الزوجان في خيمة السعادة. السعودية: الرياض. المطابع العالمية.
- القرني، محمد سالم. اضاءات نفسية للعملية الإرشادية الأسرية والزوجية. (نسخة الكترونية).

- النعيمي، طارق كمال. (٢٠٠٦م). سيكولوجية الرجل والمرأة. ط٣. دار إحياء العلوم، بيروت
- دافيد هـ. بارلو. ملخص مرجع إكلينيكي في الاضطرابات النفسية. جامعة نيويورك، الباني ترجمة صفوت، وزملاؤه.
- سليمان، سناء محمد. (٢٠٠٥م). التوافق الزوجي. عالم الكتب، القاهرة.
- فيدال، كارل وسيرج. (٢٠٠٧م) كيف نحول المشاجرة بين الزوجين إلى لغة تفاهم. ترجمة: عبدالحميد سلطاني. العبيكان

### مراجع للاستزادة:

- الأنصاري، صغير. (٢٠٠٥م). نجاح الحياة الزوجية في أداء حقوقها. مجلة الدراسات الاجتماعية. ع ١٩. الامارات مركز العين.
- بدير، كريمان. (٢٠١١م). سيكولوجية المشاعر وتنمية الوجدان. عالم الكتب، القاهرة.
- الحمودي، سعد محمد؛ عبد اللطيف، أحمد سعيد. (٢٠٠٨م). ذكاء المشاعر.
- الدحاحه، باسم محمد. (٢٠١٠م). الدليل العملي في الإرشاد والعلاج النفسي. مكتبة الفلاح: مصر - الإمارات - الكويت.

## الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي؟ وكيف تتكيف الزوجة مع الطلاق العاطفي؟

د. ظلال مداح

لا تخلو أي أسرة من تكرار المشكلات والصراعات لأن علاقة أعضائها طويلة الأمد، وهذا أمر حتمي وطبيعي و الخلافات غالباً حالة طبيعية للزوجين إذا ما اكتسب الزوجان الخبرة الإيجابية في علاج المواقف التي تواجههما، وما لم تستفحل وتؤثر على وظيفة الأزواج وسعادتهم وقد تزداد في مرحلة ما من الحياة الزوجية نتيجة مراحل الزواج الثمانية، وعلى الأزواج أن يفهموا أنهم بحاجة إلى جهد يومي من كلاهما لحل المشاكل بشكل مشترك، والتراخي في إهمال أبعاد الحياة الزوجية يؤدي إلى آثار سلبية قد تصل إلى الطلاق النفسي والعاطفي أو للطلاق الشرعي.

ولذلك تعتبر الصراحة بين الزوجين صمام الأمان لهذه العلاقة إذا استخدمت بطريقة سلسلة وراقية فيها من الاحترام لرأي الآخر وعدم التجريح له ليكون الزوجان في طريق واحد. وهذا ليس معناه أن الاختلافات لا يمكن تجنبها فالتطابق بين الزوجين مستحيل لأن لكل زوج فرديته الخاصة به ولكل واحد من الزوجين بعض الصحة وبعض الخطأ وليس كل الصحة أو كل الخطأ، لذا فالحوار الهادف هو الاتصال النفسي والعقلي والانفعالي بين الزوجين وفقده يؤدي بالحياة الزوجية إلى هاوية يقع فيها كل أفراد الأسرة ويكون نتيجتها أحد أمرين:

**الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي.**

ففي الطلاق العاطفي: يصعب أن تظل حبيس علاقة منتهية الصلاحية ولا تعرف كيفية

الخروج منها أو إنهاؤها بأي طريقة لتستمر مرتبطاً اجتماعياً من أجل إرضاء أفراد المجتمع . وهذا أمر في غاية الصعوبة لأنك تتحمل مسؤولية شخص وأنت مرتبط به ارتباطاً شكلياً؛ حتى إنك في الخفاء لا تبادل أطراف الحديث اليومي، وهذا يمثل أصعب العلاقات الزوجية؛ لتجمد معاني الود والرحمة في نفس أحد الزوجين أو كليهما، مما يفقد الإحساس بالآخر ويكون ذلك أولى علامات موت العلاقة الزوجية ثم تليها فترة ما بين ظهور العلامات المبكرة وحدث الطلاق الشرعي حيث تظهر فيها خلافات زوجية مؤلمة وعلاقات بينية سيئة يعاني منها كلا الطرفين بدرجات متفاوتة ويشاركهما المعاناة أطفالهما دون ذنب اقترفوه .

والسؤال في هذا الموقف هو: هل من الأفضل للزوجين أن يحتفظا بعلاقتهما المضطربة تجنباً لمشاكل الطلاق عليهما وعلى أطفالهما؟ أم من الأفضل إنهاء هذه العلاقة للخلاص من الجو المليء بالكراهية والعدوان والحرمان والغربة؟

قد تستغرق الإجابة على هذا السؤال سنوات تعيش فيها الأسرة جواً من العدوان السلبي، وربما تجري محاولات ذاتية أو خارجية (من الأهل والأصدقاء) لبعث الحياة من جديد في هذه العلاقة المتصدعة في حالة اطلع عليها الغير، أما إذا ما احتفظ الزوجان بسرّ الطلاق العاطفي عن المجتمع الخارجي واستمرت العلاقة بصورتها التي وصل إليها الأمر فإنه ينتج عنه مشكلات نفسية وانفعالية وصحية واجتماعية حالية ومستقبلية تؤثر على جميع أفراد الأسرة، وعلى كل الأحوال على الزوجين التحرك سريعاً قبل فوات الأوان باتخاذ قرار تحسين الوضع الأسري العام أو اتخاذ قرار الطلاق الشرعي والإعداد له بأقل الأضرار الممكنة.

وللوصول إلى قرار الاستمرارية في الزواج أو الطلاق الشرعي على المرشد مساعدة الزوجين أو أحدهما على تقرير مصير الأسرة بحكمة وعقل؛ وذلك عندما تُطلب منه المساعدة،

مما يدل على أنهما على وعي بأن علاقتهما الزوجية تعيش أزمة ناتجة عن اختلافهما وتنافرهما. وهنا يتضح دور المرشد بالمشاركة في مسؤولية اتخاذ قرار الأسرة لأنه المعالج والموجه والوسيط لهما في الوصول إلى حلول وبدائل ممكنة.

فالقرار إذن هو: عملية عقلية ذهنية أو تفكير واع للمشكلة لاختيار أنسب البدائل، وتنتهي عملية التفكير باتخاذ القرار المناسب حيث يعتبر مرحلة لاحقة ونهائية يتم بها ترشيح البديل الأفضل والعمل به، والانتقال بالبديل من المرحلة العقلية إلى المرحلة العملية، ومن ثم ينتهي اتخاذ القرار بإعلانه أو إصداره. ولكي تصل الأسرة بمعاونة المرشد للقرار عليه ممارسة الأدوار التالية:

١. دوره كوسيط: وذلك بانضمام الزوجين لجماعة علاجية لتحقيق أهداف الإرشاد.
٢. دوره كُمسهِّل: وذلك بتسهيل التفاعل الاجتماعي بين الزوجين وتعزيز التأثير الإيجابي لهذا التفاعل ومشاركته بالمعلومات والحقائق.
٣. دوره كُممكِّن: وذلك بتمكين الزوجين من تعلم مهارات حل المشكلة وإنجاز المهام المطلوبة منهما.
٤. دوره كُمعلم: وذلك باستخدام أساليب التغيير المعرفي والتفكير بأنفسهم وتقييم المشكلة التي يعيشونها وتعلم أساليب تغيير القيم والمعتقدات الخاطئة لديهما.
٥. دوره كُمُنظِّم: وذلك بتنظيم عملية التدخل المهني وتحديد الأهداف المراد تحقيقها مع متابعة العملية الإرشادية.
٦. دوره كمدرب: وذلك بتدريب الأسرة على مهارات حل المشكلة والتواصل والحوار معاً.



هذه الأدوار بشكل عام وللمرشد أن يكون له أدواراً أخرى يمارسها حسب المواقف الإرشادية، وفي هذه الحالة على المرشد التدخل لمساعدة الزوج أو الزوجة من خلال الخطوات الآتية<sup>(١)</sup>:

### أولاً: طلب المساعدة:

لكي يساعد المرشد الزوجة أو الزوج لابد أن يتلقى طلباً بمساعدة طالب الاستشارة، حيث يعبر طلب المساعدة عن وعي المسترشد بأنه يعاني من خلل في التفاعل بينه وبين الشريك فيما يتعلق بالعلاقات والأدوار والاحتياجات النفسية والاجتماعية وغيرها؛ فإذا ما حضر المسترشد وقدم مشكلته وعرضها لطلب المشورة والرأي، يبدأ المرشد ببناء العلاقة المهنية ومساعدته على التعبير عن مشكلته ومناقشة أفكاره وتوقعاته من العملية الإرشادية وتصحيح أي مفاهيم خاصة بشأن تدخل المرشد في حياته الخاصة أو فرض رأي أو قرار عليه، كما يتم الاتفاق على أساسيات العملية الإرشادية والأشخاص المشتركين معه في تلقي الإرشاد وفي هذه المرحلة يوظف المرشد مهاراته مثل: اكتشاف الأحداث الخفية - التعاطف - اكتشاف الذات - والتركيز مع المسترشد - وطرح الأسئلة.

### ثانياً: التقدير المهني للحالة الأسرية:

يتم التقدير المهني بإجراء دراسة الحالة كأهم الأدوات اللازمة لفهم حدود مشكلة الزوجين وخاصة الزوجة، لأنه يتم حصر الحقائق الفعلية المرتبطة بمشكلة المسترشد، وفيها يعتمد المرشد على أساليب لجمع المعلومات والحقائق نذكر منها الآتي:

(١) وانظر تفصيلاً أكبر لهذه الخطوات في الدليل الثاني من هذه السلسلة وهو (الإرشاد بالمقابلة).

١) نموذج دراسة الحالة:

أ- البيانات الأولية للمسترشد:

الاسم: العنوان: العمر: الحالة الزوجية: الدخل: .... الخ

ب- البيانات الأولية للشريك:

الاسم: العنوان: العمر: الحالة الزوجية: الدخل: .... الخ

ج- جدول التكوين الأسري لدراسة الحالة

م	الاسم	الجنس	العمر	الحالة الاجتماعية	المهنة	صلة القرابة	المستوى التعليمي	الدخل	الحالة الصحية	ملاحظات
١										
٢										
٣										

\* يمكن تسجيل بيانات الزوجين ضمن الجدول + جميع الأشخاص الذين يسكنون مع الزوجين (مثل أم الزوج وغيرها).

د- البيانات الأولية لأسرة المسترشد:

- العدد:

- الوالدين على قيد الحياة

الوالد الوالدة

- الدخل:

- السكن بنفس منطقة استقرار الزوجين: \* يحدد المدينة أو القرية

- اطلاع الأسرة على المشكلة:

- معلومات مهمة عن أسرة المسترشد:

- هـ- معلومات عن المشكلة:
- الشكوى الحالية:
- عمر المشكلة:
- سبب المشكلة: أسباب ذاتية ، أو أسباب بيئية:
- أعراض المشكلة:
- أطراف لهم علاقة بالمشكلة:
- تحديد جوانب الضعف لدي الزوجين:
- التقويم الذاتي لسلوك كل منهما وأفكاره ومعتقداته في الحياة الزوجية:
- تقويم الاتجاهات الشخصية نحو الشريك:
- وصف الأحداث التي حدثت مع بداية المشكلة:
- الجهود التي بذلها الطرفان لحل المشكلة:
- نتائج الجهود المبذولة لحل المشكلة:
- رأيك في المشكلة: رأي الشريك في المشكلة كما يدركها المسترشد:
- تحديد السلوك السلبي الذي يحتاج إلى تعديل:
- تحديد نموذج مثالي للحياة الزوجية يطمح الزوجان لتحقيقه:
- الحلول المقترحة والبدائل من وجهة نظر المسترشد لحل المشكلة:

## ٢) مقياس التكيف الزوجي:

إجراء مقياس التوافق الزوجي على الزوجين في حال حضورهما أو على المسترشد الذي تقدم لطلب الاستشارة وهو كالتالي:

ملاحظة: يقصد بعبارة شريك حياتي أينما وردت في المقياس (زوجي) إذا كانت المستجيبة الزوجة، (وزوجتي) إذا كان المستجيب الزوج.

م	العبارة	أوافق بدرجة مرتفعة	أوافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة والرفض	لا أوافق بدرجة مرتفعة	لا أوافق بدرجة بسيطة
١	اتفق مع شريك حياتي على مجالات الإنفاق المالي.					
٢	أفضل القيام بالأعمال دون مشاركة شريك حياتي.					
٣	شريك حياتي ودود ومحب لي.					
٤	أنا نادم على زواجي.					
٥	عواطف شريك حياتي نحوي قوية.					
٦	لا أحصل على الحب الذي أريده من شريك حياتي.					
٧	أنتفخ وشريك حياتي على اختيار الأصدقاء الذين نتفاعل معهم.					
٨	أنا غير راض عن تعامل شريك حياتي مع أفراد عائلتي.					

م	العبارة	أوافق بدرجة مرتفعة	أوافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة والرفض	لا أوافق بدرجة مرتفعة	لا أوافق بدرجة بسيطة
٩	لدي طموحات وأهداف مشابهة لما لدى شريك حياتي.					
١٠	توجد لدي صعوبات زواجية.					
١١	أثق بشريكي.					
١٢	لو لم أكن متزوجاً لاخترت شريكي الحالي.					
١٣	يشير شريك حياتي أعصابي باستمرار.					
١٤	ييدي شريك حياتي الاهتمام بي يومياً.					
١٥	لا تتواصل أنا وشريك حياتي معاً بشكل جيد.					
١٦	شريك حياتي ليس كفؤاً كالزواج الذين أعرفهم.					
١٧	نسوي خلافاتنا الزوجية من خلال تفهم مطالب بعضنا البعض.					
١٨	أعتبر نفسي سعيداً بزواجي.					
١٩	تفتقر حياتنا الزوجية للمرح والضحك.					
٢٠	أشعر بالاهتمام والالتزام بشريك حياتي.					
٢١	أتشاجر مع شريك حياتي بشكل متكرر.					
٢٢	أتفق مع شريك حياتي حول العلاقات الاجتماعية.					
٢٣	أجادل مع شريك حياتي حول الشؤون المالية.					
٢٤	لا أتفق مع شريك حياتي حول قراراتنا الرئيسية.					

م	العبارة	أوافق بدرجة مرتفعة	أوافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة والرفض	لا أوافق بدرجة مرتفعة	لا أوافق بدرجة بسيطة
٢٥	أنا راض عن علاقتي مع شريك حياتي .					
٢٦	أختلف مع شريك حياتي حول كيفية إدارة المنزل .					
٢٧	أختلف مع شريك حياتي في معتقداتنا وقيمنا العامة .					
٢٨	أعتبر أن حياتي الزوجية ناجحة .					
٢٩	يضايقني في شريك حياتي عاداته .					
٣٠	لا يوجد انسجام كبير بيني وبين شريك حياتي .					
٣١	يظهر كلانا عواطف دافئة تجاه الآخر .					
٣٢	أفكر في إنهاء علاقتي الزوجية .					
٣٣	أنتقم مع شريك حياتي على طرق تعاملنا مع أقاربنا .					
٣٤	شريك حياتي متفهم لي .					

وبجمع درجات المقياس السابق يتضح درجة تكيف الزوجين فكلما حقق الشريك الزواجي درجات أعلى دل ذلك على تكيف زوجي والعكس صحيح .

## (٣) نموذج الأدوار التي يقوم بها الزوجان:

أ- أدوار الزوجة الواقعية.	أدوار الزوج الواقعية.
ب- الأدوار المتوقعة من الزوجة.	الأدوار المتوقعة من الزوج.
ج- مظاهر قصور أداء الزوجة.	مظاهر قصور أداء الزوجة.
د- المكافآت التي تحصل عليها الزوجة.	المكافآت التي يحصل عليها الزوج.
هـ- إلى أي حد تعيق المشكلة أداء الزوجة.	إلى أي حد تعيق المشكلة أداء الزوج.

\* على المسترشد تسجيل النقاط السابقة بدقة وبأمانة لتكون جزءاً من تقدير الحالة الأسرية.

٤) نموذج وصف مقارن للوضع الأسري ما بين حالة الطلاق العاطفي وحالة الطلاق الشرعي من وجهة نظر المسترشد:

سلبيات	إيجابيات	في حالة حدوث الطلاق الشرعي:	سلبيات	إيجابيات	في حالة استمرار الطلاق العاطفي:
					أ- وضع الزوج
					ب- وضع الزوجة
					ج- وضع الأبناء
					د- وضع أهل الزوجة
					هـ- وضع أهل الزوج

ثالثاً: تشخيص المشكلة:

يقوم المرشد بتحليل جميع البيانات التي حصل عليها من خلال الاستمارة أو المقابلة وجميع الأساليب السابقة أو أي أسلوب يستطيع أن يحصل به على معلومة تفيد في تقدير المشكلة، وبالتالي عليه أن يراعى في التحليل الأمور التالية:



١. أن الوضع الأسري لأهل الزوجة وأهل الزوج من النواحي الاقتصادية والاجتماعية والثقافية يؤثر على الأسرة في العلاقات والتفاعلات الأسرية وطبيعة المشكلات الحالية والمستقبلية إضافة لدورهم البارز والمهم في قرار استمرار الزوجين أو انفصالهما.
٢. أن بعض الأحداث الخارجية الضاغطة على الأسرة تشكل أزمة بالنسبة للأسرة وللزوجين ففي بعض الأسر تؤدي إلى تضامن أعضائها للتغلب عليها، ولدى البعض الآخر لا تكون ضاغطة بنفس الدرجة في نفس الموقف مما يؤدي إلى انهيار الأسرة وتزعزعها.
٣. أن بعض الأحداث الداخلية في الأسرة ضاغطة لأنها نشأت عن اضطراب في كفاية الأسرة الداخلية مثل المرض العقلي - إدمان المسكرات.
٤. هناك أحداث داخل أو خارج الأسرة تعوق الحياة الأسرية وتؤثر على درجة الانفصال النفسي والعاطفي. مثل:
  - أ. قدوم طفل جديد وخاصة بعد فترة طويلة من عدم الإنجاب.
  - ب. قدوم أم الزوج أو أم الزوجة للمعيشة مع الأسرة.
  - ج. زواج الزوج بأخرى.
  - د. الثروة المفاجئة لأحد الزوجين.
  - هـ. حصول أحد الزوجين على مكانة وظيفية أعلى من الطرف الآخر.

٥) تصنف أزمات الأسرة إلى ثلاث فئات:

- أ) تمزق الأعضاء: مثل فقد أحد أعضاء الأسرة أو مرضه المزمن.
- ب) التكاثر أو الإضافة: ضم عضو جديد للأسرة دون استعداد. مثل حمل غير مرغوب فيه، أو انضمام أحد الوالدين للعيش في محيط الأسرة.
- ج) الانهيار الخلقي: ويتمثل في فقدان الوحدة الأسرية والأخلاقية مثل: الخيانة الزوجية، إدمان المسكرات والمخدرات، أو الأحداث التي تجلب الخزي والعار.

ويمكن لأحداث الأزمة أن تؤدي لنتائج عديدة مثل: الهجر، الهروب، الطلاق، محاولة الانتحار - الإصابة بأمراض نفسية؛ ولذلك لا بد أن يتم تقدير أثر تلك الأزمة على الأسرة. وغالباً أن الأسرة التي تقابلها تلك المشاكل هي الأسرة التي ليس لها الإمكانيات الملائمة لمواجهة الأحداث (بمعنى فاقد الشيء لا يعطيه).

٦. أن التفاوت الثقافي بين الزوجين قد يؤدي إلى خلل في الإشباع الجنسي نتيجة لاختلاف أفكار كل منهما عن السلوك الجنسي، وهذا يفضي إلى أن يشك كل منهما في حب الآخر له وتقبله له فيظهر الخلل في نوعية التعاون القائمة بينهما.
٧. أن تراكم التوترات والخلافات ولمدة طويلة وتكرارها يضعف إلى حد كبير من العلاقات العاطفية بين الزوجين مما يجعل الأسرة غير قادرة على مواجهة أي انحراف مهما كان بسيطاً.
٨. مؤشرات الطلاق العاطفي إذا وجدت تؤدي إلى حدوث الطلاق الرسمي نذكر بعضاً منها:

- زيادة المشكلات بين أفراد الأسرة.
- سوء الظن بالآخر.
- كتمان الصراع.
- النوم في غرف منفصلة.
- عدم تقدير كل طرف لجهد الطرف الآخر.
- الإشارة إلى الطلاق من الزوجين.
- عدم تقدير جهود الآباء لأبنائهم.
- الانفصال في المعيشة كالهجر.
- افتقاد المودة والرحمة وشيوع القسوة بين أفراد الأسرة.
- الصلح المؤقت لمصلحة شخصية.
- خروج الزوج من المنزل فترات طويلة.
- اختفاء الأهداف المشتركة والاهتمامات بين الزوجين.
- عدم الصدق في القول من أحد الطرفين.
- عدم انصات كل طرف للآخر.
- سيادة النزعات والأهداف الفردية وبروزها لكل شريك.
- عدم التصالح المؤقت لمصلحة شخصية.
- عدم المصارحة من الشريكين في حال المشكلات.
- التناقص في مجال العلاقات الشخصية المتبادلة.
- تحطيم إنجازات الزوجة والتقليل من قيمتها.
- عدم التفاهم بين الزوجين واستمرارية الخلاف.
- انعدام الميول المشتركة.
- عدم التضحية بالوقت أو بالمال تجاه الآخر.
- العصبية في التعامل.
- إهمال الزوجة لمظهرها.
- عدم الاتفاق في الأهداف والنظرة للحياة.
- الانفرادية في الحياة داخل المنزل (السكن الفندقي).

- عدم تقدير الزوج لدور الزوجة وكذلك الزوجة - ضرب الزوج لزوجته والإساءة إليها .
- والأبناء .
- عدم تحمل المسؤولية من كلا الجانبين .
- عدم الإحساس بأهمية اشتراك الزوجة في اتخاذ - كره الشريك تجاه الآخر .
- القرار .
- عدم التحاور أو التواصل في الأسرة .
- سفر الزوج المتكرر دون أسباب منطقية .

ومع وجود هذه المؤشرات وحتى في حالة عدم حدوث الطلاق فإن استمرار الزواج بهذا الشكل يمثل خطورة على الأسرة والأبناء في نفس الوقت وتفقد الأسرة كنظام القيام بدورها بشكل جيد .

ما سبق من مؤشرات نفسية و اجتماعية تساعد المرشد على تقدير الوضع الأسري لجميع أعضائها ويمكن له الوصول إلى تصور عام عن قابلية الأسرة عامة، والزوجان خاصة من حيث الاستمرار في الزواج مع تحسين تلك الأوضاع وتغيير الاتجاهات السلبية إلى إيجابية، أم أن الزوجين قد وصلا إلى طريق مسدود لا يمكن الاستمرار فيه حيث الاستمرارية تحمل الضرر النفسي والاجتماعي على الزوجين .

وبهذا يصل المرشد إلى صياغة التقدير المبدئي للوضع الأسري وطبيعة العلاقات الزوجية مع الاستناد إلى المعلومات التي توصل إليها من خلال البحث الاجتماعي السابق .

رابعاً: تحديد المشكلة والأهداف

حينما يقوم المرشد بتحليل وتقدير حالة الطلاق العاطفي للزوجين عليه أن يشارك

المسترشد في الرأي والتحليل مراعيًا النقاط التالية:

- أ. الأسباب الرئيسية التي أدت لخلل العلاقة بين الزوجين.
- ب. أثر الوضع الحالي للأسرة على كل من الزوجين والأبناء.
- ج. أثر الوضع الاقتصادي على الزوجين والأبناء في حالة الطلاق.
- د. التوقعات المستقبلية لوضع كل فرد من أفراد الأسرة الزوجين والأبناء.
- هـ. اتجاهات أسرة الزوجة في حالة طلاقها النهائي.
- و. الوضع الاجتماعي والاقتصادي والنفسي للأبناء في حالة الطلاق.
- ز. مميزات وعيوب الاستمرار في هذه العلاقة.
- ح. مميزات وعيوب الطلاق الرسمي.
- ط. اتجاهات الزوجين نحو الاستمرار أو الطلاق.
- ي. الأفكار اللاعقلانية الممكن تغييرها.
- ك. مستقبل الأسرة في كلا الحالتين.
- ل. الخصائص الاجتماعية والثقافية والدينية لكلا الزوجين.
- م. الجهود الحقيقية المبذولة من الطرفين لحل المشكلة.
- ن. تحديد الصعوبات في اختيار البدائل.

وبعد أن يتم النقاش والدراسة يصل المسترشد إلى وعي كامل بالحالة الأسرية ومدى قدرة الأسرة على الاستمرار أم الانفصال مما ينقل المرشد والمسترشد إلى: تحديد الأهداف التي يريد المسترشد تحقيقها والتي قد يكون أحد الأهداف التالية:

(١) تخفيف التوتر والقلق والعداوة عند الزوجين.

- ٢) وقف ردود الأفعال العدائية في التفاعل الزوجي .
- ٣) تحديد نواحي الخلل في العلاقات الزوجية وكيفية تبصير الزوجين بمقاومة الخلل .
- ٤) تقديم المساعدة للأسرة من أجل التغلب على المشكلات التي تعترض الحياة الزوجية .
- ٥) محاولة تقريب وجهات النظر بين الزوجين وفتح قنوات الاتصال بينهما .
- ٦) تنمية الدافع لحل الصراع والتنافس لكل من الزوجين .
- ٧) مساعدة كل منهما على تعديل مفهوم الذات ومفهوم الآخر لتحسين مستوى التوافق بينهما .
- ٨) مساعدة الزوجين لاتخاذ قرار سليم بشأن الاستمرار في العلاقة الزوجية أو إجراء الطلاق الرسمي .

#### خامساً: اختيار الفنيات والأساليب:

يشترك المرشد والمسترشد في اختيار أساليب مناسبة للوصول إلى قرار الاستمرار أم الطلاق والذي يتم بعضها أثناء العملية الإرشادية والبعض الآخر يقوم بها المسترشد ليصل إلى حكم عقلائي وتطبيق تلك الإستراتيجية في الواقع الحقيقي مع الشريك أو الأبناء أو مع الأسرة . ومن أمثلة تلك الأساليب: العصف الذهني - والمناقشة الجماعية - والتفاوض - وتقسيم الأدوار - والمقابلة الجماعية - والتفريغ الوجداني والانفعالي - ولعب الأدوار .. إلخ .

#### سادساً: التعاقد:

على المرشد في هذه المرحلة الاتفاق مع المسترشد على الخطوط الرئيسية في العملية

الإرشادية وذلك للوصول إلى قرار الاستمرار أم الانفصال ولا يشترط أن يكون التعاقد خطياً فقد يعتمد على الاتفاق الشفهي فيتخذ الإجراءات التالية:

- أ. يوضح آثار الاستمرار أو الطلاق على الأسرة متضمناً إيجابيات وسلبيات الحاليتين.
- ب. يحدد المشكلة مكتوبة مع الأهداف والاستراتيجيات التي يمكن للمسترشد تطبيقها.
- ج. يحدد دور المسترشد للمرحلة المقبلة فيما يخص العلاقة الزوجية والأسرية.
- د. يحدد طرق حل النزاع مع الطرف الآخر.
- هـ. يحدد السلوكيات التي تعيق التواصل الفعال.
- و. يحدد كيفية أن يكونوا مشاركين فعالين في الأسرة.
- ز. يحدد كيفية التأثير في الآخرين من خلال عملية التواصل.

سابعاً: تنفيذ خطة العمل:

يقوم المرشد في هذه المرحلة بمتابعة المسترشد من خلال الأساليب التي يطبقها كمحاولات لإصلاح الشأن أو وضع خطة مؤقتة لانفصال تجريبي يتم بناء على اتفاق الزوجين للتأكد من رغبتهما في الاستمرار أو الانفصال، وهنا يكون دور المرشد موجهاً ومتابعاً لحالة المسترشد مع التدخل غير المباشر بحيث يتم مناقشة الحلول والبدائل التي اقترحها المسترشد لتحسين الوضع الأسري أو للتوصل إلى قرار الطلاق الشرعي.

وقبل أن يتفق الزوجان على مصير حياتهما على المرشد أن يكون محايداً ولا يؤثر

عليهما في اتخاذ القرار مراعيًا في دوره المبادئ الآتية:

١. أن الميثاق الذي يربط الزوجين من أغلظ المواثيق في قوله تعالى: ﴿وَأَخَذْنَا مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا﴾ (سورة النساء، الآية: ٢١).
٢. الأسرة تتأثر بعوامل التغيير الاجتماعي التي طرأت على المجتمع وبالتالي ما هو مقبول قديماً مرفوض حديثاً والعكس صحيح فالتغيير في المفاهيم المرتبطة بالزواج والإنجاب والتربية والطلاق والعلاقات الأسرية والزوجية تطورت وتغيرت وأثرت على مفاهيم أعضاء الأسرة النووية والممتدة.
٣. من الأفضل استمرار الحياة الزوجية حفاظاً على كيان الأسرة والأطفال ودعم بناء وتماسك المجتمع .
٤. الطلاق مباح شرعاً وهو أبغض الحلال إلى الله ولذلك هو مخرج الزوجين ليكون البديل الأفضل إذا استحالت العشرة الطيبة.
٥. للطلاق قواعد مقننة والتزامات على الطرفين فهمها والقيام بها.
٦. الالتزام بتوعية الزوجين بالمفاهيم الصحيحة للزواج والأسرة وإنجاب الأطفال وتحمل مسؤولية أي قرار سيتم اتخاذه .
٧. أن الرجل يتأثر بالعوامل العاطفية والجنسية والمادية أكثر من المرأة.
٨. أن المرأة تتأثر بالعوامل التي تهدد كيان الأسرة والأطفال تحديداً.
٩. إن عدم التسامح يؤثر في إحداث الاضطراب الانفعالي بين الزوجين.
١٠. أن تفكير الزوجين هو الذي يوجه المدركات ويجعلها حسنة أو رديئة نافعة أو ضارة



وهي المؤثرة في أغلب القرارات المصيرية.

١١. أن أفكار الزوجين السالبة يمكن دحضها وإعادة تنظيمها عقلاً ومنطقياً.

١٢. ونهايةً يتخذ الزوجان القرار بالاستمرار أو الطلاق.

### كيف تتكيف الزوجة في حالة الطلاق العاطفي؟

أن على الأسرة الاستجابة الإيجابية في حالة رغبتها بالتكيف مع وضعها الذي تعيشه و تحسين تلك العلاقة إلى الحد الأدنى على الأقل من التفاهم والتواد؛ ولذلك يمكن تطبيق المفاهيم التالية لتسحين وضع الأسرة التي تعاني الطلاق العاطفي وهي كما يلي:

- ١- الاندماج مع المشاركة في الحياة الأسرية لكل أفراد الأسرة.
  - ٢- التكامل التساندي للدور العاطفي والاجتماعي الذي يشعر به أفراد الأسرة ويؤدوه تجاه بعضهم البعض.
  - ٣- التكيف وقابلية كل عضو في الأسرة على تغيير استجابته للآخر والعالم من حوله حسبما يقتضيه الموقف.
  - ٤- الارتباط بالوسط الاجتماعي والمجتمع المحلي الذي يؤثر على خفض بعض التوترات مثل تعاون أسرتي الزوجين في تخطي الصعاب.
- فإذا ما اتفق الزوجان على الاستمرار أو قررت الزوجة ذلك يمكنها الاستفادة من وصايا هامة تحسن بها من العلاقة الزوجية والوضع الأسري وتزيد من مستوى التكيف الاجتماعي مع حالة الطلاق العاطفي التي تعيشها الأسرة وهي كالتالي:

## أ. وصايا للزوجين تقلل من حدوث الخلاف:

- (١) ميّز بين الخلاف وسوء الفهم، فكثيراً من المشكلات بسبب سوء فهم وليس خلافاً متأصلاً.
- (٢) حاسب نفسك باستمرار على تقصيرها وبنفس الوقت لا تجلدها أو تلومها أكثر مما تستحق.
- (٣) اعمل على حصر الخلاف بينكما، وبقدر الإمكان لا تنشر الخلاف من شريكك للآخرين.
- (٤) أوصف الأحداث كما هي دون مبالغة أو تهويل.
- (٥) اسمع لشريكك بالتعبير عن وجهة نظره واستمع له جيداً حتى يفهم نفسه ويصبح واعياً لذاته وبنفس الوقت يرى أن هناك من يستمع له فيقدره ويعترف بالمسئولية عما قام به.
- (٦) لا تجعل الحقوق مائلة دائماً أمام عينك وركز على علاقتك بشريكك أكثر مما تركز على الاهتمام بهذه الحقوق التي قد تفسر بأكثر من طريقة وتفهم بأكثر من وجهة نظر.
- (٧) ليس عيباً أن تعترف بخطئك، ولكن العيب هو الإصرار على ارتكاب الخطأ والاستمرار في القيام به، فالاعتراف بالخطأ خير من التباهي به أو التمادي في تكراره.
- (٨) اصبر على طبائع شريكك المجبول عليها، مثل الغيرة أو الغضب؛ فقد لا يتمكن

الشريك من التخلص منها بسرعة، ويحتاج لمساعدتك حتى يتخلص منها بشكل تدريجي .

(٩) ارض بما قسمه الله من صفات في شريكك فقد تجد من هو أفضل وأجمل من شريكك وقد تتمنى أن يكون مكان شريكك ولكن تذكر أن من ترك شيئاً لله عوضه الله خيراً منه .

(١٠) اعلم أن المال ليس سبباً رئيسياً لتحقيق السعادة فهو وسيلة من الوسائل المعينة على تحقيق السعادة وليس شرطاً لها، فكثير من الأزواج عاشوا الحياة السعيدة بحال قليل وكثير من الأغنياء لم يشعروا بالسعادة من شريك حياتهم .

(١١) غض الطرف عن الهفوة والزلة والخطأ غير المقصود .

#### ب . وصايا للزوجين أثناء حدوث الخلاف:

(١) فرق بين وجهة النظر والحقيقة فكثيراً من المشكلات التي تحدث تكون نتيجة وجهات نظر لدى أحد الشريكين وليست حقائق، ولذلك يجب أن يحترم كل طرف الآخر .

(٢) حدد موضوع الخلاف ولا تهوله ولا تنتقل من خلاف إلى آخر لتفتح ملفات قديمة تم إغلاقها .

(٣) مهما كان شريكك مخطئاً احترم وجهة نظره واستمع له بكل جوارحك .

(٤) تحدث عن إيجابيات في النقاش ولا تبدأ بالتحدث عن سلبيات مطبوع عليها شريكك لا يستطيع تغييرها .

(٥) لا تبادر في حل الخلاف وقت الغضب وإنما تريث حتى تهدأ النفوس وتبرد

- الأعصاب، فإن الحل في مثل هذا الحال كثيراً ما يكون بعيداً عن الصواب .
- ٦ ضرورة التنازل عن بعض الحقوق فإنه من الصعب جداً حل الخلاف إذا تشبث كلا الطرفين بوجهة نظره وكما يفسر الموضوع من إطاره الخاص .
- ٧ إذا قام أحد الزوجين بتهوين المشكلة أو العمل على حلها فلا بد أن الطرف الآخر سيتأثر وسيقلل من الخلاف .

### ج . وصايا للزوجين بعد حدوث الخلاف:

١. كن متسامحاً ولا تكن حاقداً وتظهر غضبك وانفعالك المبالغ فيه .
٢. تعرف إلى سبب الخلاف واعمل مع شريكك على عدم تكرار حدوثه فإذا كان سبب الخلاف حديث نقله شخص فتيين من ذلك . قال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصِيبُوهَا عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ ﴾ (سورة الحجرات، الآية: ٦) .
٣. ناقش مع شريكك وبهدوء أثر المكان والزمان والظرف الحالي في حدوث الخلاف .
٤. اهتم بنقاط الاتفاق مع شريكك واعمل على تعزيزها وتدعيمها واتفق قدر الإمكان حول نقاط الاختلاف .
٥. لا تهتم بالنوايا، وكن شجاعاً وتحمل مسؤولية جزء مما حدث بينكما .
٦. لا تهتم بتوبيخ شريكك على ما حدث . ولا تهتم بتجريحه أو السخرية منه، بل قم بتغيير المكان مع شريكك والخروج بنزهة قصيرة تخفف المضايقات وتهدئ النفوس، وقدم خلالها هدية بسيطة لشريكك تعبر فيها عن محبتك والتزامك بالاستمرار معه .

٧. كن هادئاً بعد حدوث المشكلة واستمع لشريكك بكل جوارحك ولا تكن متسرعاً لتظهر الخطأ في حديثه وحتى لو تحدث بكلام خاطئ استمع له وتفهمه من وجهة نظره وليس من إطارك المرجعي الخاص بك.
٨. لا يظهر عدم رغبتك بحل الخلاف، حتى يبدأ هو بذلك بل تطوع لحله، فهذا سيجعلك أكبر من وجهة نظر شريكك وسيحترمك أكثر.
٩. لا تحمل الخلاف أكثر مما ينبغي فتسعى لحل خلافات سابقة وقضايا لم تتفقوا عليها مع هذا الخلاف، ولكن تحدث حول ما يمكنك عمله لتقليل حدوث خلاف مستقبلاً.

### العلاج الإسلامي لحالة الطلاق العاطفي:

إن الشريعة الإسلامية قد راعت حاجة المرأة النفسية والجسدية، فجعلت من حقها على زوجها ألا يغيب عنها مدة طويلة تتضرر منها وتخشى بسببها على نفسها الفتنة حتى ولو كان غيابه مما يعذر به، إذ إن الحياة الزوجية تعني الدفء والاستقرار، وتعني المودة والرحمة، ومن مقاصدها إعفاف كل من الزوجين الآخر، وهذه أمور لا يحققها إلا الاستقرار ورعاية رب الأسرة لها.

فإذا غاب الزوج غيبة طويلة ثم تضررت زوجته وخشيت على نفسها الفتنة كان من حقها أن تطلب من القاضي التفريق بينها وبينه حتى وإن كان قد ترك لها مالاً تنفق منه على نفسها، فإن ألم غيابه عنها قد يهون أمامه عدم الإنفاق.

لذا للمرأة الحق في طلب التفريق بسبب غيبة زوجها يستوي فيه أن تكون غيبته عنها بعذر مقبول شرعاً أو بغير عذر، لأن أثر الغياب وهو حصول الضرر النفسي والجسدي من ترك

المباشرة لا يرتفع عنها فيما لو كان للزوج عذر في غيابه، بل هو واقع ومتحقق في كل من حالتي عذر الزوج وعدم عذره .

أما إذا اتفق الزوجان على الطلاق الرسمي باعتباره الحل النهائي لهما فعليهما أن يتذكرا أن الحياة الزوجية بدأت بكلمة من الله وانتهت بكلمة من الله، أي أن الله سبحانه وتعالى حاضر فيها وشاهد عليها ومطلع على كل تفاصيلها، فإذا استقر هذا المعنى لدى المطلقين كان رادعاً لنفوسهم عن الظلم والإيذاء والانتقام والتشفي والغضب .

واستمرار الحياة الزوجية أو انقضاؤها يخضع لقاعدة وردت في الآية الكريمة: قال تعالى: ﴿الطَّلَاقُ مَرَّتَانٍ فَإِمْسَاكَ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٍ بِإِحْسَانٍ وَلَا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَأْخُذُوا مِمَّا آتَيْتُمُوهُنَّ شَيْئًا إِلَّا أَنْ يَخَافَا أَلَّا يُقِيمَا حُدُودَ اللَّهِ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا يُقِيمَا حُدُودَ اللَّهِ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا فِيمَا افْتَدَتْ بِهِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَعْتَدُوهَا وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ﴾ (سورة البقرة، الآية: ٢٢٩).

وهنا بيان واضح أن أمر الزواج لا لعب به فإن تكرر الطلاق وتجاوز المرتين إلى الثالثة فهذا معناه وجود خلل جوهري بين الزوجين، أو أنهما لا يعرفان قدسية وقيمة الحياة الزوجية لذلك يصدر لهم تحذير بعد الطلقة الثانية: إما إمساك بمعروف أو تسريح بإحسان. إذن حين يتعذر الإمساك بالمعروف؛ فالبدل هو التسريح بإحسان، أو ما نسميه الطلاق الحسن، ذلك الطلاق الذي تراعى فيه الحقوق والحرمات، ويتعامل فيه كل طرف مع الآخر بالفضل لا بالعدل فيتنازل عن بعض حقوقه تسامحاً وعفواً ومروءة وكرامة. ولكي يكون (التسريح بإحسان) على الزوجين مراعاة الجوانب الآتية:

١. أن يعلم الطرفان أن الله يراقب أقوالهما وأفعالهما فيتصرفان من هذا المنطلق،

- فالزواج قد تم بكلمة من الله والطلاق أيضاً.
٢. أن يحذر الطرف الأقوى من استغلال قوته لإذلال أو إضرار الطرف الأضعف وليلعلم بأن قوة الله فوق قوته، وأن دعوة المظلوم مستجابة.
  ٣. أن يحرص كل طرف على أداء حقوق الطرف الآخر المادية.
  ٤. أن يتعامل الطرفان بالفضل لا بالعدل، بمعنى أن يتنازلا عن بعض حقوقهما فضلاً ومروءة.
  ٥. أن يتفاوض الزوجان ويتفاهما فيما يخص تفاصيل عملية الطلاق بشكل متحضر وناضج.
  ٦. أن يعلن كلا الزوجين أن الطلاق لا يعني سوءاً في أخلاقهما وإنما يعود إلى عدم توافقهما.
  ٧. أن يدعو كل واحد منهما للآخر بالخير والتوفيق في حياته المستقبلية.
  ٨. أن يستبقي الطرفان قنوات اتصال مشروعة للتفاهم بخصوص إجراءات الطلاق، وأيضاً لمتابعة أحوال الأبناء واحتياجاتهم المادية والتربوية.
  ٩. أن تتم إجراءات الطلاق بشكل محترم يحفظ للطرفين كرامتهما.
  ١٠. أن يبقياً قدرًا من الود والاحترام عسى أن تكون هناك فرصة للرجوع.
  ١١. أن يترفع كل طرف عن إيذاء الآخر.
  ١٢. أن يحتفظ كل طرف بأي سر ائتمنه الآخر عليه في فترة زواجهما.
  ١٣. أن يترفع كل طرف عن تشويه صورة الآخر أمام الأبناء.

١٤. أن يذكر الطرفان أنهما انفصلا كزوجين لكنهما بقيا أبوين لأبنائهما.
  ١٥. أن يحذر الطرفان استخدام الأبناء كأدوات للضغط.
  ١٦. أن لا يستأثر أحد الطرفين بالأبناء أو يستقطبهما بعيداً عن الآخر، بل يحرص كل طرف على استبقاء دور الطرف الآخر كضرورة للنمو النفسي والتربوي للأبناء حتى ينشأوا بشكل سوي.
  ١٧. أن يحذر أي طرف أن يساهم بوعي أو بدون وعي في فشل الأبناء لا لشيء إلا ليثبت للطرف الآخر أنه تسبب في تحطيم أبنائه.
  ١٨. أن يكون هناك احترام للعائلتين الكبيرتين للزوج والزوجة فهذا يتيح الفرصة لطلاق هادئ وعلاقات محترمة فيما يخص الأبناء بعد ذلك.
  ١٩. إدارة عملية الطلاق عن طريق متخصص في الإرشاد النفسي والاجتماعي محايد يقوم بإرشادهما لضبط إيقاع عملية الطلاق.
- وحيث لا يكون هناك بد من الطلاق، وحين نتأكد أن المطلقين تعاملوا مع بعضهما ومع عائلتيهما وأطفالهما بشكل متحضر، واستحضرا الله في كل تفاصيل العلاقة والأحداث، هنا تكون كلمة النهاية وهي قول الحق عز وجل: ﴿وَإِنْ يَتَفَرَّقَا يُغْنِ اللَّهُ كُلًّا مِنْ سَعَتِهِ وَكَانَ اللَّهُ وَاسِعًا حَكِيمًا﴾ (سورة النساء، الآية: ١٣٠).



## المراجع

- ابو أسعد، أحمد عبد اللطيف ٢٠٠٨م، الإرشاد الزوجي الأسري. ط ١. الأردن، عمان: دار الشروق.
- التميمي، ناديا. ١٤١٨هـ، فعالية العلاج العقلاني الانفعالي في حل بعض المشكلات الزوجية. رسالة ماجستير. الرياض: كلية التربية. قسم علم نفس بجامعة الملك سعود.
- جبارة، جبارة عطية، ١٩٩٢م، المشكلات الاجتماعية والتربوية. الأسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- حبيب، جمال شحاتة، ٢٠٠٩م، الممارسة العامة. منظور حديث في الخدمة الاجتماعية.
- الخالدي، عطا الله فؤاد. ٢٠٠٩م علم النفس الإرشادي: الدليل في الإرشاد الجمعي تطبيقات عملية.
- الداھري، صالح حسن، ٢٠٠٨م، أساسيات الإرشاد الزواجي و الأسري، عمان: دار صفاء للنشر و التوزيع .
- ذبيان، ندى، ٢٠٠٩م، الطلاق ومشكلات الزواج. ط ١. سوريا. دمشق: دار مؤسسة رسلان.
- علاء الدين، جهاد محمود، ٢٠١٠م، نظريات و فنيات الإرشاد الأسري. ط ١. الأردن. الأهلية للنشر و التوزيع .
- مصطفى، علي أحمد سيد و ظلال يوسف مداح، ٢٠١٠م التوجيه و الإرشاد النفسي. الرياض: مكتبة الرشد.

- مصطفى، مجدي مُحمَّد، ٢٠٠٣م، الوعي بظاهرة الطلاق . دراسة استطلاعية على عينة من طلاب قسم الخدمة الاجتماعية لجامعة الإمارات. المؤتمر العلمي السادس عشر، كلية الخدمة الاجتماعية. حلوان: جامعة حلوان.
- المهدي، محمد، ٢٠١١م، الطلاق المتحضر. مصر. المنصورة: دار اليقين للنشر والتوزيع .



## المرأة بين الرضى بالطلاق العاطفي وطلب الطلاق الشرعي

د. عبد العزيز المقبل

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام، على أشرف الأنبياء والمرسلين، وعلى آله وصحبه أجمعين، وبعد:

فقد حرص الإسلام، منذ البداية على توفير كل مقومات البقاء للزواج، وذلك بالتأكيد على أهمية الاختيار، والدعوة إلى تفضيل الصفات الأساسية، الأكثر بقاء، مع عدم إغفال الاهتمام بالشكل والصورة، بل حث على التأكد منه عن طريق رؤية المخطوبة. ثم إن الإسلام يدفع كل طرف، في العلاقة الزوجية، إلى القيام بواجباته، تجاه الطرف الآخر، ويجعل اندفاعه في ذلك قرينة تقربه من الله عز وجل.

ويحث الإسلام كل طرف على (غض) الطرف عن الهفوات والعيوب، والنظر إليه بجملته، لا بتفاصيله. وسعيًا في حماية الأسرة من التزعزع والتصدع، يتوعد الإسلام كل من يحاول زعزعة استقرار البيت الأسري بالتأثير على الزوجة، وتقليل قيمة زوجها في نفسها، أو استجلاب حبه، لإفسادها على زوجها، بأشد أساليب الوعيد. فقد قال رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (ليس منّا مَنْ خَبَّ امرأة على زوجها، أو عبدًا على سيِّده). (صحيح أبي داود).

ثم حين تهب رياح المشكلات ينظم الإسلام لذلك مصفوفة تأديبية، من الوعظ، والهجر، والضرب بظروفه وضوابطه، فإن لم يقطع ذلك دابر المشكلة، فإن الإسلام يدعو إلى تدخل الأقارب، باختيار رجلين عاقلين، من أهل الزوج والزوجة.

وحين يجد الزوج قارب قراره قد رسا على شاطئ الطلاق، فثمة ترتيبات تبعد شبح

العاطفة عن اتخاذ القرار، ومن ثم وجب أن يكون الطلاق في طهر لم يجامع الزوج زوجته فيه، ثم لتبق الزوجة في بيت زوجها، وله أن يراجعها في أيام العدة كلها، وله ثلاث طلاقات، يكون بعدها قد استنفد فرصته، في إعادة الزوجة إلى عصمته، لكنه - وقتها - يؤكد أن بقاءه مع تلك المرأة شبه مستحيل، ومع ذلك يفتح له الشارع باب مراجعة تلك المرأة، ولكن بعد أن تتزوج بغيره، ويطلقها. فلربما لو جربت غيره، وجرب غيرها، أحس كل منهما بقيمة صاحبه.

وإذا كان قد ورد عن النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: (أَيُّ امْرَأَةٍ سَأَلْتَ زَوْجَهَا الطَّلَاقَ فِي غَيْرِ مَا بَأْسٍ فَحَرَامٌ عَلَيْهَا رَائِحَةُ الْجَنَّةِ) (رواه ابن ماجه) فهو في الوقت الذي يمنح الزوجة فرصة الانعتاق من زوجها، حين يكون هناك سبب موجب، حفظاً لكرامتها وإنسانيتها، فإنه يؤكد عدم ترحيب الإسلام بالطلاق، في الحالات العادية، التي يمكن أن تسير فيها الأمور. وحين ننظر إلى كل تلك الضمانات والمحاولات لإبقاء بيت الزوجية قائماً، ندرك كم يحرص الإسلام على إبقاء الكيان الأسري، وإبعاده عن كل ما يمكن أن يؤثر فيه.

ومما يعترض طريق الحياة الزوجية، ويحول دون تحقيق أهدافها، ويؤثر في مسيرها الطلاق العاطفي، الذي قد يكون مقدمة للطلاق الشرعي.. ومن هنا تأتي التساؤلات: هل الأولى بالزوجة حين تخيم عليها سحب الطلاق العاطفي أن تؤثر البقاء، أو تبادر بطلب الطلاق؟ ثمة تعريفات كثيرة للطلاق العاطفي، وغالباً من يعرض لتعريفه يجعله طلاقاً فعلياً لكن دون وجود شهود، وفي رأيي أن الطلاق العاطفي ليس درجة واحدة، ولذا يمكن تعريفه بأنه: تباعد عاطفي بين الزوجين يتمثل بتباعد نفسي، أو نفسي وجسدي، يبدأ تدريجياً، ويدرك وجوده الزوجان أو أحدهما، وغالباً يستمر خلاله الزوجان في تأدية وظائفهما المادية.

والملاحظ أن الطلاق العاطفي يترتب عليه تباعد حقيقي، وفي بعض الأحيان يكون هذا التباعد مجرد شعور لدى أحد الزوجين الزوجة غالباً دون حقيقة واقعية، وعادة ينبني بشكل تراكمي نتيجة لبعض سلوكيات غير مناسبة من الطرف الآخر. وهو أيضاً ليس درجة واحدة بحكم تعدد أسبابه، وإن كان غالباً ما يكون سببه الرجل، وقد يشترك فيه الزوجان معاً في بعض الأحيان، أما من حيث الإحساس به فإن الطلاق العاطفي يشعر بوجوده الزوجان كلاهما، وفي أحيان تشعر به المرأة وحدها.

وقد يبدو الطلاق حلاً، وسط أجواء الطلاق العاطفي القائمة، لكن ذلك ليس صحيحاً على الإطلاق، تقول ميشيل وينرد دايفيس: في سني حياتي المهنية الأولى، وعلى غرار العديد من المختصين بالمعالجة، افترضت بأنه إذا لم يكن الزوجان سعيدين في زواجهما، فمن الواجب أن يفترقا. فبعد كل شيء، الحياة قصيرة، ومن حقنا جميعاً أن نعيش سعداء. لكن سرعان ما عرفت الحقيقة بشأن الطلاق. فليس من الضروري أن يجلب الطلاق السعادة. في الواقع يتسبب الطلاق بمشكلات أكثر من تلك التي يحلها.

وتتحدث عن تجربتها الشخصية، فتقول: كان طلاق والديّ أهم الأحداث في حياتي، ومع أنه كان طلاقاً ودياً وفقاً لمعظم المعايير، فقد كان مدمراً بالنسبة لي واليوم، بالرغم من توفر عائلة مدهشة على نحو لا يصدق، وحياة مهنية رائعة، وأصدقاء محبين، يمكنني أن أفهم لماذا يرى العديد من الناس، بصرف النظر عن أعمارهم عندما حصل أبائهم على الطلاق، أن تلك الحادثة "أحدثت جرحاً في الصميم". فالأمر المروع في الطلاق هو أنه يعمل فقط على تدمير العلاقات، وتدمير العائلات، ولا يزال في مقدوري سماع إشارات الألم الضعيفة عندما تحدث إلى إخوتي لقد مضى على ذلك قرابة الثلاثين عاماً.

وتنتهي إلى نتيجة حاسمة بقولها: «لقد جعلني طلاق والدي مؤمنة بقدسية الزواج. وأنا مقتنعة بأنه ما لم تكن علاقتك تعاني من خلل وظيفي حادّ " علاقة يتخللها إساءة بدنية، أو إساءة جوهرية مزمنة، أو خيانة زوجية مزمنة، على سبيل المثال " أو أن شريكك لا يرغب في التغيير، فمن الأفضل أن تحل مشكلاتك بدلاً من الحصول على الطلاق.

هناك من سمعته يقول: الحمد لله أنني لم أصغ لأولئك الأصدقاء / الصديقات، الذين تعاطفوا معي، في أحد مواقف الضيق، ونصحوني بالطلاق.. ترى ماذا لو كنت سمعت نصيحتهم.

وهناك من خاضت تجربة الطلاق، لوجود مشكلات لدى الزوج، رأت فيها إعاقة لاستمرار الحياة الزوجية، ولكنها قالت من بعد، كخلاصة لتجربتها: لم أكن أتوقع أن الأمور ستؤول إلى هذا السوء، لقد خرجت من رمضاء الزوج، إلى نار مشكلات ما بعد الطلاق، التي تزداد ضراماً مع الوقت.

ومن خلال تجربتي الشخصية، مع الاستشارات والمستشيريات، فلم أشمّ قط رائحة طلب الطلاق، في الحالات العادية، سوى ما تطلقه بعض المسترشدات من الإشارة إلى أنها وصلت حداً تريد معه الطلاق، وهذا الكلام بدأت أدرك أنه لتحفيزي على التفاعل مع مشكلتها، وليس تفضيلاً للطلاق بالفعل. فمن خلال الاتصالات التي تأتيني كانت غالب الزوجات تؤكد لي أنها تطلب حلاً، لمشكلتها، وأنها تخاف من وقوع الطلاق، أو أنها لا تفضله.. ومن هؤلاء زوجات لم ينجبن بعد.

ومن خلال ما مرّ عليّ من ذلك أدركت - بصورة عامة - أن المرأة تتمنى من أعماقها أن تستمر الحياة الزوجية ؛ لكنها إما أن يكون الطلاق جاء من قبل الزوج، أو أن لدى الزوج

أموراً لا تطاق، كالضرب والشك، ومع ذلك صبرت الزوجة وصابرت ورابطت، حتى كل متن صبرها، لتطلب الطلاق، ولو تعلم الآن أنه سيترك ما كان عليه من صفات، ويغير، لم تبال أن ترجع .. بل إن عدداً من الزوجات، أبدين لي، أساهن الكبير، إثر طلاقهن، فالواحدة منهن، إثر خلاف زوجي، طلبت الطلاق، ولم يدر في بالها أن زوجها سيستجيب، وهي الآن نادمة جداً، على ذلك.

إن الزوجة قد تفضل، في حالات الضيق الشديد، من مشكلات الزوج، أن يموت الزوج على أن يحدث الطلاق، وكأنها ترى أنه في الحالة الأولى لن يلحقها أي لوم، بل سيتم التعاطف معها، لكن في الحالة الثانية، سينحى باللوم عليها. كون من حولها يرى أنها استعجلت، أو أن الحال يمكن أن يتغير.

وثمة زوجات كثير، لا تدع الواحدة منهن مرشداً إلا وتتصل عليه شاكية باكية من أن زوجها قد هجرها، وأهملها وأولادها أو أنه يسيء إليها إساءات بالغة لكنها لا تستشير هل تطلب الطلاق أم لا. ولكن ماذا تصنع لتحل المشكلة معه؟! ويلفت النظر أن غالب من يسأل عن حكم الطلاق حين يقع، وكيفية الرجوع، حال الطلاق الأول، وشرح حال الزوج، أثناء وقوع الطلاق، التماساً للحل، هن الزوجات، فالأزواج يُوقعون الطلاق والنساء تضررس في طلب الحل!

هناك وصف متداول اجتماعياً للنساء، وهو "العزيمات الندامات"، وإن كان في مرحلة سابقة أكثر ظهوراً، ويحشد له عدد من الشواهد.. حيث يربط بعاطفية المرأة.. وأنها حين تتضايق من شيء في زوجها، وتظل تعيش ذلك الضيق كل لحظة في حياتها، يبدو في صورة كبيرة، يجعلها ترى استحالة قبول الحياة معه، وهي تعد ذلك غبناً لا يمكن الرضى به، فتصر



على طلب الطلاق، ولكنها بعد أن يحدث الطلاق، وتركد رياح العاطفة، وتبدو الرؤية بشكل أوضح تعض أصابعها من الندم، معترفة بأن حياتها مع زوجها لم تكن بذلك السوء، الذي كانت تتوقعه.!

يقول د. "جون إم. جوتمان": ويتمثل أحد أكثر أسباب انهيار العلاقات الزوجية المؤسفة في عدم إدراك أي من الزوجين قيمة الزواج إلا بعد فوات الأوان، فبعد أن تنتهي إجراءات الطلاق، وبعد تقسيم الأثاث بين الطرفين، يدرك كل منهما حجم الخسارة الحقيقية لما تخلى عنه بتخليه عن شريك حياته. وغالباً ما يساء تقدير قيمة العلاقة الزوجية الناجحة، وكأنها أمر مسلم به، بدلاً من تقديم الرعاية والاحترام اللذين تستحقهما وتحتاج إليهما أي علاقة زوجية ناجحة. وهناك بعض الأشخاص ممن يعتقدون أن حدوث الطلاق أو المعاناة بسبب علاقة زوجية تعيسة ليس بالأمر العسير، بل قد يعتبرونه أمراً عادياً ومعتاداً، غير أنه يوجد الآن العديد من الشواهد التي تؤكد مدى الألم الذي يعانيه كل من يمر بهذه التجربة.

وسأورد نماذج، من زوجات قدر لهن أن يستشنني، قد تكون - في رأيي - أكثر دلالة، من غيرها، على عدم رغبة الزوجة، في الطلاق، أو على عدم جعله الخيار الأول:

### النموذج الأول:

زوجة على وشك الوضع ، وقد حدث بينها وبين زوجها مشكلة . فأراد أن يوصلها إلى أهلها ، فرفضت إلا أن يطلقها ، ثم خرجت لفناء البيت . ويبدو أن الزوج أراد أن يُخيفَهَا فأرسل رسالة إلى جوالها ، أنها إن دخلت البيت فهي طالق! ولأنها لم تفتح جوالها دخلت البيت فأخبرها ، وفتحت الجوال ، لترى الرسالة . ومن ثم ترتبك ، وتتصل على طلبة العلم ، ولأن عدة الحامل الوضع ، فهي تخشى أن تلد ، كما تقول . . وتسأل كيف يرجعها ، وهل يلزم من المراجعة الإِشهاد ، فهي دخلت النت ، ولم تصل إلى نتيجة . . ونلاحظ كيف أن الزوجة التي كانت تطالب بالطلاق كيف اعترأها الخوف الشديد منه!

### النموذج الثاني:

فتاة أخرى ، اتصلت عليّ تعرض مشكلتها مع زوجها ، التي وصلت حد اعتدائه عليها بالضرب ، والشتم والتسفيه ، لتتصل على أخيها ، ليأخذها إلى بيت أهلها . . وكان ضمن كلامها ، وقد مضى على الحادثة ، ثلاثة أسابيع ، دون أن يتواصل معهم الزوج ، وهي تفسر ذلك على أنه خوف من أهلها . . ولكنها كانت تؤكد: أن زوجها لو جاء إليها ، واعتذر مما حدث ، فإنه لا مانع لديها من الرجوع ، وبداية الحياة من جديد . .! . . وهو ما يؤكد عدم ترحيبها بالطلاق ، مع ما أصابها ، في حياتها مع زوجها .

## النموذج الثالث:

فتاة متزوجة من أشهر، اكتشفت لزوجها محادثات على النت، مع فتيات، فغضبت وطالبته بالطلاق، فأبدى اعتذاره الشديد، وندمه، وعزمه على عدم العودة.. ومضى الأمر.. وبعد شهرين أو ثلاثة اكتشفته ثانية، وحاول الاعتذار، لكنها أصرت على أن يرجعها بيت أهلها، وأبدى كل ما في جعبته من الأسف والأسى، دونما فائدة أمام إصرارها.. فاتصلت عليّ، بعد شهر، من مكثها عند أهلها، لتقول - بنبرة جد حزينة -: بأنه لم يتصل، ولم يرسل حتى رسالة..! ولم تخف ندمها الشديد، واستعطفها البحث عن نافذة حل، تعيد لها أنفاس الراحة..!

إنني هنا أتحدث عن واقع، دون أن أشرعنه فأنا لي تحفظ شديد جداً، على بقاء الزوجة، مع الزوج الذي يعتدي على زوجته بالضرب، أو يمارس الخيانة، بصورة تصل للمعاشرة الحرام، أو يلبس ثوباً من الشك، أو يتورط، في تعاطي المخدرات، بصورة قد يصعب معها انفكاكه.. إلا في ظل ظروف معينة.

## النموذج الرابع:

اتصلت عليّ، ذات يوم، زوجة، تفرق في بحر من الحيرة، فهي متزوجة من أكثر من عشر سنوات، وهي تحب زوجها، وزوجها يبادلها الحب، لكن زوجها يعاني من ضعف، في الخصوبة، جعلتها تقبل إجراء عملية أنابيب، من أجل الحمل، وقد أجرت حتى الآن ست محاولات، لم يكتب لها النجاح، وهي تحب الأطفال جداً، وتتوق لهم، وتبكي من أجلهم، حتى لاحظت أن بعض الأقارب بدؤوا يُخفونَ أطفالهم عنها!!.. وهي تسأل: في مثل هذه الحالة هل تطلب الطلاق، خاصة وهي تحب زوجها.. ثم هي تخشى - لو أقدمت، على طلب الطلاق - ألا يأتيها، ولا قريباً منه..؟! وكأنها - بأسلوب سؤالها - تستحني أن أشجعها على البقاء..!

### النموذج الخامس:

زوجة كلمتني تشكو اختلاف طبع، بينها وبين زوجها، قد أثر في نفسها كثيراً.. يتمثل في صمته، وانفراده في النوم، وانشغاله، ورفضه الحوار، وتعذره بأن هذا طبعه..!. تقول لي - عن إصرارها على حل المشكلة -: خلاص جيت عيال وارتببت فيهم، قلت لزوجي: شف يا أبو... لو طلعتني مع الباب هذا، جئتك مع الباب هذا.. الزوجة إذا جاها عيال، ما تبغى لهم مكان غير بيت والدهم..!

### النموذج السادس:

زوجة اتصلت عليّ، تشكو تورط زوجها، في الإدمان.. وكانت تصدر منه تصرفات سيئة جداً، جعلت إخوان الفتاة، وهم - كما تصفهم - عقلاء، وغير مستعجلين، يضغطون عليها، لتنتقل معهم، إلى بيت والدها، وهو ما حدث، لكنها ما إن لبثت شهراً وقد يكون جرى تواصل بينها وبين زوجها، حتى هربت منهم إلى بيت زوجها..!!.. أثبتت على وقفة إخوانها، وأوضحت لها أن تحرص على الضغط الأدبي على زوجها، بكل الوسائل، أن يتعالج، ومن ضمنها البقاء عند أهلها، ما دام متعلقاً بها. لم تنته الحكاية.. فقد اتصلت عليّ بعد قرابة شهر ونصف، وهي في حالة نفسية سيئة، لتروي لي ما حدث لها الليلة السابقة، على اتصالها.. إذ جاء زوجها ليلاً، في حالة غير طبيعية، واتجه للمطبخ، وأخذ سكين الأضحية كما تقول، وحين رآته مقبلاً، أخذت أطفالها بسرعة، وأغلقت عليهم الغرفة، ليظل الزوج، يطرق الباب، بعنف قرابة الساعتين، وسط هذه الأجواء النفسية السيئة.. لتفتح الباب صباحاً، والزوج قد عاد إليه بعض طبيعته..!. وكانت لا تزال تستشيرني ماذا تفعل..!؟.. مع أن الأصل، أن يكون اتصالها، على إخوانها لا عليّ، لترحل رحلة أبدية، فما كل مرة تسلم الجرة..!!

وفي النموذجين الأخيرين نرى أن وجود الأولاد، في حياة الزوجة، يبعد بها - كثيراً - عن طلب الطلاق؛ فالزوجة تعد الأولاد رباطاً يقيّد حركتها، ويحكم مصيرها. وهو ما يجعل بعض الأزواج المنحرفين، يحرصون جداً على سرعة حمل الزوج، قبل أن تكتشف في حياته، ما يدعوها إلى تركه، وطلب الطلاق!

وبالفعل للطلاق تأثيره الكبير على نفسية الأبناء، ويتأكد تأثيره حين يكون الطلاق تمّ إثر مشكلات، وتنازع الأبوين الأبناء؛ فبعضهم بقي مع والده، وبعضهم بقي مع والدته.. وقد يكون بعضهم عند جديه لأمه أو لأبيه.. إنهم يعيشون كأيتام.. وقد مرت علي شكاوى من نساء مطلقات، وكيف تعيش وسط أهلها في غربة، بحيث ينظر إلى أبنائها على أنهم أولاد الناس.. بل قد تنسب إليهم أخطاء الأطفال الآخرين.. وقد يكون الزوج لسبب أو آخر لا يدفع النفقة، مما يفاقم المشكلة، وأسوأ الأمور، التي يمكن أن تحدث تعرّض الأطفال للتحرش.. ولا أزال أذكر زوجة تطلقت من زوجها، بعد أن أنجبا طفلاً وطفلة، وقد رفض أهل الزوجة بقاء الطفلين معها، مع تعلقها الزائد بهما، ودفعوهما إلى والدهما.. ولأن والدهما يعيش وحده في مدينة ثالثة، غير مدينة طليقته، ومدينة أهله، وهو غير متزوج، ومنشغل بعمله، ولا يستطيع التفرغ لطفليه، فقد أبقى الطفلين عند والدته، وحين زار الطفلان والدتهما، في الإجازة، اكتشفت أن عمهما أخو الزوج البالغ ستة عشر عاماً، يتحرش بالطفلة، وقد ترك ذلك أثراً كبيراً، وجرحاً عميقاً، في نفسها، والمتصلة أم تلك الطفلة تستشير: ما الذي يمكنها فعله، في ظل هذه الظروف!!؟!

لكن كان كلامها لا يكاد يتضح من بكائها، شعوراً بالحرج، واستشعاراً للمسؤولية. وكان قلبها كأنما يحدثها بما يمكن أن يتعرض له طفلها، فقد كانت تتواصل معي، قبل أن يبلغها ما بلغها عن ابنتها: كيف تقنع أهلها ببقاء طفليها، وهل يمكن أن يأتي زوج يقبلهما، ولو قبلهما زوج فهل يقبل

والدُّهُما بتركهما معها، لدى ذلك الزوج..؟!!

إن بعض الزوجات ذوات الأولاد، ممن شكّون لي مشكلات مزمنة، مع أزواجهن، كن يتمنين - أحياناً - لو تركهن الزوج، مع أولادهن، وتولى الإنفاق عليهن، وتنازلن عن حقوقهن الزوجية كلها، وتزوج الزوج زوجة أخرى وبدأ حياة جديدة.

ومن الملاحظ أن بعض مشكلات الزوجات، مع أزواجهن، كان سببها انشغالها عنه بأولادها، وهو ما يعكس الارتباط الفطري للأم بأولادها.

وإلى جوار الأمثلة السابقة، نماذج كثيرة، مما مرّ عليّ، ولمست منه عدم ترحيب الزوجة بالطلاق، واجتهادها في البحث عن حل للمشكلة، وحتى من تلوّح بالطلاق فأحسب أن تلويحها - غالباً - محاولة لإثارة المرشد، ليهتم أكثر.. كما أسلفت!

ولكنني حرصت أن أرى رأي جملة النساء، ممن لم يقصدن مرشداً لحل مشكلة، أو الاستشارة، في موضوع الطلاق، ففضل عليّ الدكتور عبد العزيز الأحمد، حفظه الله، مشكوراً، عبر مركز حلول، بعمل استبانة، شاركتهم وضع بعض أسئلتها، وشارك فيها ٣٤٥ امرأة، فجاءت بعض نتائجها، على النحو الآتي:

(س) يمكن التكيف مع الطلاق العاطفي بطرق عديدة:

نعم (٥٦٪) لا (٢١٪) لا أدري (٢٣٪)

(س) يمكن التكيف مع بعض حالات الطلاق العاطفي:

نعم (٧٣٪) لا (١٤٪) لا أدري (١٩٪)

(س) الطلاق هو الحل في حالة الطلاق العاطفي:

نعم (٩٪) لا (٧١٪) لا أدري (٢٠٪)

وفي النظرة للطلاق العاطفي، واتخاذ القرار حياله، لا بد للمرشد الأسري، من تأمل الأمور الآتية:

١ - إن لخارطة مصطلح الطلاق العاطفي، بعداً جغرافياً من حيث الأهمية الاستراتيجية؛ إذ إن هناك بوناً شاسعاً، بين الحاجة العاطفية، كحاجة تكميلية / تزيينية، وبين الإشباع الجنسي كناحية غريزية، أو الحاجة الاقتصادية كحاجة معيشية.. ففي الوقت، الذي تستطيع المرأة - أحياناً - أو تستطيع بعض النساء مَلِك نفسها، في الجانب الأول، قد لا تستطيع ملك نفسها، أو التعايش مع الجانبين الأخيرين..! ثم إن هناك لوناً من التلازم بين تلك الحاجات؛ ففي حال فقد المال قد تضعف الزوجة أمام الإغراءات الجنسية. ومن هنا فثمة فرق بين أن يكون الطلاق العاطفي مقصوراً على جانب واحد وبين أن يشمل كل أو معظم جوانب العلاقة الزوجية.

٢ - هناك فرق، في تلقي، الطلاق العاطفي بين أن يكون متزامناً مع دخول بوابة الحياة الزوجية، أو يكون قد بدأ بعدها بسنين.. وبين أن يكون بدأ بصورة حادة أو بصورة تدريجية. ففي الأولى من المهم أن تدرك الزوجة أن هذه شخصية الزوج، وأنها - غالباً - إن لم تنزل سلبياً، فقد لا تصعد إيجابياً. وبالتالي فعلى الزوجة أن تدرك أنها على مفرق طريق؛ فإما أن تطلب الطلاق، وإما أن توطن نفسها على التكيف. ! فالزوجة الجديدة التي تقع مع زوجها، في مصيدة الطلاق العاطفي، منذ البداية، بصوره المختلفة، ولم يكن ثمة أولاد،

أو على الأقل يكون لديها طفل واحد، الأولى بها أن تتحرر من حبّها للزوج، إن كان رابطها الوحيد به، مجرد الحب القلبي. لأنها ستواجه صعوبات حياتية ونفسية، من جهة، ومن جهة أخرى، ففي الغالب لن تكون قادمات أيامها معه بأفضل من ماضيها إلا أن يشاء الله. وفي الاستبانة، المشار لها سابقاً، كان رأي المشاركات كالآتي:

يختلف الموقف من الطلاق العاطفي بين كونه أول الحياة الزوجية أو وسطها

نعم (٧٣٪) لا (٨٪) لا أدري (١٨٪)

٣ - لطبيعة الزوجة، التي طبعتها بها بيئتها الأسرية أثر في قدرتها على التعايش مع صور الطلاق العاطفي أو بعضها، فقد تكون من بيئة جافة عاطفياً، أو فقيرة اقتصادياً، أو متصدعة اجتماعياً وأسرياً، فيكون تعايشها أكثر إمكانية، بخلاف ما لو كانت قد تربت في بيئة غنية عاطفياً واقتصادياً، و متماسكة اجتماعياً وأسرياً.

٤ - مستوى الطلاق العاطفي له تأثيره في مسألة اختيار الطلاق أو البقاء؛ فإذا كان الزوج قد انسحب انسحاباً كاملاً أو شبه كامل، من مسرح حياة الزوجة، بحيث فقد الزواج معناه، وظل شعور الزوجة بهذا الفقد يمثل أزمة نفسية خانقة، فقد يكون الطلاق الشرعي حلاً.

٥ - دوافع الطلاق العاطفي لها دورها، في الموضوع؛ فهناك زوج يمارس ذلك الطلاق دونما تعمّد، لكن بسبب انشغالاته؛ سواء أكانت حقيقية أو أنه تبرمج عليها، ولم يبذل مجهوداً للفكّك منها، أو أنه يستمد بعض ممارساته، في الطلاق العاطفي، من مفهومات ثقافية، أو أسرية. وهناك زوج يمارس الطلاق العاطفي بقصدية تامة؛ إما لدفع الزوجة لطلب الطلاق، لترد عليه مهره، أو ليتخلص من معرّة الوصمة الاجتماعية، كونه بادر بالطلاق،



أو كون الزوجة قريبته، فلا يريد أن يبدو هو المبادر بتطليقها، فليأت طلب الطلاق منها، أو لأنه يكره سلوكات تمارسها الزوجة، ولم يستطع إقناعها بالعدول عنها، فهو يتخذ من الطلاق العاطفي سجنًا عقابياً لها، وكأنه يشعرها باستغنائها عنها.

٦ - فرق بين زوجة تحس بالطلاق العاطفي مجرد إحساس، وبين من يكون واقع حياتها يمثل الطلاق العاطفي فعلياً. فبعض النساء لم يتبلور لديها المعنى الفعلي للطلاق العاطفي، ومن ثم تعد خروج الزوج، ولو بعض الأيام، وتأخره في العودة إلى البيت ليلاً، إلى الساعة الثانية عشرة ليلاً مثلاً، لوناً داكناً من الطلاق العاطفي، ويطول نحيبها عليه، على حين يكون كثير من الأزواج يمارسون ذلك.

٧ - فرق بين من تكون شهيتها للجوانب العاطفية مفتوحة، وهي شرهة، وبين من تضع الجانب العاطفي، في مكانه الطبيعي. فبعض النساء، تشعر بحب جارف لزوجها، ومن ثم تقدم له كل ما تستطيع تقديمه، ولو على حساب نفسها، وهي تريده، في مقابل ذلك، أن يصنع لها نفس الصنيع. ومن ثم تعد عدم مبادرته بذلك، لوناً من الطلاق العاطفي.

٨ - فرق بين من يكون لديها أولاد، وبين من لم تنجب بعد.

وحين التأمل في كون الزوجة تؤثر البقاء على الانفصال، مع وجود الطلاق العاطفي، أو بعض صور منه، أو تتحمل التعب النفسي، لتبقى في رباط الزوجية، فيبدو أن ثمة أسباباً، لعل هذه أبرزها:

أولاً: حين تطلق الزوجة فهي لا تدري متى ترتبط بزواج آخر، وقد يطول عليها الوقت، وتعتريها مشاعر الندم. ثم هي حين تقبل بزواج آخر، هل كانت تضمن أنه سيكون أفضل حالاً من

زوجها السابق، ليس في موضوع الإشباع العاطفي، بل في جملة أمور الحياة الزوجية، بل حتى الوقت الذي قضته معه، وتكيفت من خلاله معه، قد يكون أوجد ارتباطاً نفسياً. وهو يظهر - أحياناً - لدى بعض الزوجات، اللاتي يَكُنَّ لدى الزوج يشعرون بالتضايق، ولدى الأهل، حيث البعد عن الزوج، تشعر بالشوق. ومن الطبيعي أن المطلقات في الغالب لا يتقدم لهن إلا المعددون.

ثانياً: مما يلفت النظر نغمة غريبة، قد تُسمع من عدد من الزوجات، اللاتي يعشن قدراً، غير قليل، من ألوان الطلاق العاطفي؛ فالزوجة منهن ترى أن صفحات قلبها قد محيت منها آثار الحب لزوجها، لكن ما يدفعها إلى البقاء، أو الرجوع، هو رحمتها لزوجها..! تقول إحداهن: لا أستبعد أنني لو تركته راح ينهار، فأنا صابرة رحمة به. وتؤكد أخرى أن زوجها، الذي أساء لها كثيراً، ولم يقدر صبرها الطويل عليه، لن يستطيع العيش مع غيرها، ولذا فهي كلما همت بقطع حبال الزوجية شعرت برحمة له، مع ما يخبّ فيه زوجها - ظاهراً - من ثياب الكبرياء.

ثالثاً: الزوجة ألصق بالبيت؛ فهي تمكث فيه ضعف ما يمكث الرجل، بل الأصل بقاؤها فيه، وهي التي تتولى القيام عليه، ولذا جاءت البيوت منسوبة إلى النساء، في القرآن، في قوله تعالى: ﴿لَا تُخْرِجُوهُنَّ مِنْ بُيُوتِهِنَّ﴾ (سورة الطلاق، الآية: ١) وهذا الالتصاق يتولد منه ارتباط الزوجة النفسي بالبيت، وقد حدث كثيراً أن سمعت زوجات يتحدثن، عن مشكلات بينهن وبين أزواجهن، وحين طلب أزواجهن منهن الخروج رفضن بقوة، طالبات منهم هم الخروج؛ فالبیت حسب رأيهن بيتهن وبيت أبنائهن!

رابعاً: حين تخرج المرأة متزوجة، من بيت أهلها تنفصل عنه نفسياً، ومن ثم فإن رجوعها، ما لم

يكن رغباً عنها، لن تكون متهية له، بل إن بعض الأهل لو رجعت ابنتهم مطلقة يظنون يرونها ضيفة ينتظرون استئناف رحلتها.

خامساً: نادراً ما تكون زوجة مستعدة للتخلي عن أبنائها، ولو تكتيكاً، للضغط على زوجها، حين تصل الأمور بينهما إلى طريق مسدود، مخافة أن يأخذهم ويدينها بكلامها ولكنها، في الوقت نفسه، تدرك أن أهلها قد لا يقبلون أولادها، ولو قبلوهم سيقبلونهم مجاملة، خاصة وهم أبناء رجل أساء، في رأيهم، لابنتهم. فكيف يغذون له بنيه؟!!

ومما سبق فإنني أفضل بقاء الزوجة مع زوجها على طلب الطلاق إلا في حالات محدودة، هي:

١ - حين يكون الإشباع العاطفي مرتبطاً بالإشباع الجنسي، والزوج ضعيف جنسياً ضعفاً يؤثر في مسير الحياة الزوجية مما تخاف معه الزوجة على نفسها من الفتنة.

٢ - حين ترى الزوجة أنها حاولت التكيف، لكنها لم تستطع، مما أثر في نفسيتها، لينعكس هذا التأثير في سلوكها على أولادها، مما يعني أن مرور الوقت يعني مضاعفة التأثير السلبي على الزوجة والأبناء. يقول "جون. إم. جوتمان": بفضل أعمال الكثير من الباحثين مثل "لويز فيربرج" و"جيمس هاوس"، وكلاهما من جامعة ميتشجان، استطعنا أن ندرك أن العلاقة الزوجية التعيسة من الممكن أن تزيد من فرص الإصابة بالأمراض بنسبة ٣٥٪ تقريباً، حتى إنها قد تتسبب في إنقاص متوسط الأعمار حوالي أربعة أعوام. وعلى الجانب الآخر، نجد أن الأشخاص الذين ينعمون بزيجات سعيدة يعيشون فترة أطول، كما أنهم يتمتعون بصحة أفضل من أقرانهم المطلقين، أو الذين يعانون من حياة زوجية تعيسة، ويثق العلماء في هذه الاختلافات، إلا أننا لم نتيقن حتى الآن من سببها. ويقول معلقاً على دراسة أجراها على أطفال يعيشون داخل

أسر، يشوبها العداء بين الأبوين: ليس من الحكمة أن تستمر في علاقة زوجية متدهورة من أجل الأطفال، فمن الإجحاف أن تنشئ أطفالاً في أسرة حيث تسود الكراهية بين الأبوين، بل إن الانفصال الهادئ أفضل بكثير من الزواج المضطرب المليء بالصراعات.

٣ - حين تكون الزوجة في وسط، نساؤه مشبعات عاطفياً، بحيث ترى نفسها نشازاً، بين الزوجات، وقد تكون ترى وتسمع منهن، عن علاقاتهن الحميمية بأزواجهن، ما يجعلها قد تكره نفسها، وقد تتجنب مجالس أهلها وقراباتها، مما يترك عليها أثراً سلبية عميقة.

إن سحب المشكلات، مهما تلبد بها سماء ذهن الزوجة، لا يعني أن شمس الحب لن تشرق من جديد. لكن ذلك بالتأكيد يحتاج مجهوداً، وربما مضاعفاً، وإصراراً، وتفاناً. وإذا كان للطلاق تأثيره النفسي العميق، فإن درجة تأثيره تتضاعف حين يكون عمر الزواج أطول، وأكثر من ذلك، حين يشترك الزوجان بعدد من الأولاد. إن مشاعر التحدي بإصلاح الوضع، هي التي يفترض أن تملأ النفس، لا مشاعر التحطم التي تؤثر الانسحاب. خاصة وأنه قد يكون ما آل إليه الحال من انسحاب الزوج، المتجسد بالطلاق العاطفي، هو تعبير منه عن عجزه عن الإصلاح، ومن الطبيعي أن قارب الحياة الزوجية حين يعلق، وسط مياه بحر الخلاف، لا يمكن أن يخلصه أحد الزوجين وحده، ليستعيد مسيره الطبيعي، وإنما بتعاونهما معاً.

وإذا كان الطلاق، بصورة عامة، لا ينصح به فإنه يتحتم لدى العقلاء الابتعاد عن طلب الطلاق كلون من عقاب الطرف الآخر، والضغط عليه، لأن الزوجة، في هذه الحالة - غالباً - لا تسير وفق تخطيط صحيح، ولكنها وفق انفعال وقتي عنيف.

وخلاصة الكلام أن الطلاق العاطفي يحدث لأسباب؛ سواء أكانت راجعة إلى الزوجة، أم إلى الزوج، أم إليهما معاً.. وهنا ثمة حالتين:

الأولى: أن يكون أحد الزوجين أوضاع البوصلة الشرعية في البداية، حين همّ بالزواج، والبحث عن الشريك المناسب، فلم يرع التوجيهات النبوية، ومن ثم اكتشف أنه أخطأ الطريق، في اختياره شريكه، واتضح له الأمر - جلياً - بعد الزواج، وأن ذلك التباين من الاتساع ما لا يمكن ردمه، فهنا من الطبيعي أن الطلاق قد يكون هو الحل، خاصة والزواج في بداياته، ولما يأتي الأولاد بعد.

الثانية: أن تكون فرص الالتقاء، لدى الزوجين أكبر من فرص الاختلاف. لكن ثمة جوانب لدى كل منهما، أو لدى أحدهما، لم يستطع، أو لم يهتد الطرف الآخر لعلاجها، ما سبب له مع مرور الوقت قدراً من النفور، ويتضح ذلك أكثر، حين تكون أسباب النفور متصلة بعدم إشباع الحاجات، ما يفتح الباب للبحث عن الإشباع، خارج إطار الحياة الزوجية، مما يوسع دائرة التباعد. وهنا يكون التفكير في الطلاق غير مجد، بل قد تكون سلبياته أكبر، ومن الجيد أن ينصب التفكير على علاج الحال، وفي أضعف الأحوال يفترض أن نعطي مدة زمنية، نبذل خلالها كل ما نستطيع بذله، في معالجة ما نراه، أو نتوقع أنه سبب ذلك الفتور، في العلاقة، مع أكبر قدر من مشاعر التفاؤل.

### كيف تتكيف الزوجة مع الطلاق العاطفي

من الملاحظ أن الطلاق العاطفي يترتب عليه تباعد حقيقي، وفي بعض الأحيان يكون هذا التباعد مجرد شعور لدى أحد الزوجين الزوجة غالباً دون حقيقة واقعية وعادة ينبنى بشكل تراكمي نتيجة لبعض سلوكيات غير مناسبة من الطرف الآخر، وهو أيضاً ليس درجة واحدة بحكم تعدد أسبابه، وإن كان غالباً ما يكون سببه الرجل، وقد يشترك فيه الزوجان معاً في بعض الأحيان، أما من حيث الاحساس به فان الطلاق العاطفي يشعر بوجوده الزوجان كلاهما، وفي

أحيان تشعر به المرأة وحدها.

إن الزوجة حين تخيم على بيتها سحب الطلاق العاطفي، من الطبيعي أن تترك في نفسها آثاراً كبيرة. إذ أنها تعيش تناقضاً، وهي ترى نفسها متزوجة، في عرف الناس، بل قد يرى الناس ظاهر حياتها، فيظنونها في منتهى السعادة، بينما يكون زوجها أبعد ما يكون عنها حين تكون أحوج ما تكون إليه. بل إن وضعها الزوجي بسلبيته، حتى لو كان مستواه ثابتاً ستشعر أن شقة البعد تزيد يوماً بعد آخر. وإذا كانت قد أثرت البقاء، مقتنعة بكونه أفضل، من طلب الانفصال، فإن بقاءها بنفسية مضطربة، ومشاعر سلبية، ليس جيداً. بل قد يؤثر - سلبياً - في كل جوانب حياتها، مع مرور الوقت.

ولكي تستطيع الزوجة التكيف مع قرارها في البقاء مع زوجها، ولكي تضع حداً لآثار الطلاق العاطفي السلبية، وتستمتع بالجوانب الأخرى، من حياتها الزوجية، فلا بد من توجيهات تأخذ بيدها:

هذه التوجيهات منها ما يتوجه إلى محاولة إصلاح العلاقة، حين يغلب الظن أن سبب وقوع الطلاق العاطفي بعض المشكلات بين الزوجين، والتي بدأت صغيرة، ولكن وجود التذمر منها، في مقابل عدم الحل، بنى - مع مرور الوقت - جداراً نفسياً، بدأ يحجب أحد الزوجين عن الآخر، وهذه التوجيهات تمثل خارطة طريق، لمحاولة استعادة العلاقة، بمستوياتها الأولى الجيدة.

وهناك لون من التوجيهات، حين لا يلوح في الأفق بريق أمل. كما أن كل لون من هذه التوجيهات، يحتوي أوامر ونواه، تساعد ممارستها، والالتزام بها، مع توفيق الله، على الوصول إلى الراحة النفسية، وتمثل تطعيماً ضد التعب النفسي، الذي يظل، حين وجوده، ينهش النفس

والقلب .

وقبل أن أبدأ ذكر تلك التوجيهات أودّ التذكير بأمر مهم، وهو أن وقوع الزوجة في الطلاق العاطفي هو لون من أقدار الله، وأقدار الله، وإن بدت للإنسان في غير ما يحب، لا تتمحض لشرّ قط، بل كما قال الله عزّ وجلّ: ﴿..فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ (سورة النساء، الآية: ١٩). وكم من الناس مرّ بحدث ضاق به ذرعاً، وحين مضى عليه حين من الدهر، حمد الله على حدوثه، إذ جنبه حدوثه أموراً سيئة جداً، كان ذلك الإنسان سيكون ضحية لها، لولا أن حدث له ذلك الحدث .

كما أنه حرّى بالزوجة العاقلة أن تدرك أن المصائب قد تحلّ بالإنسان ابتلاءً وامتحاناً؛ فمن رضي فله الرضى، ومن سخط فله السخط، كما أخبر المصطفى، صلى الله عليه وسلم. بل إن حدوث الأرزاء والمصائب، في ساحة المرء، قد يكون علامة على خيريته، فقد قال المصطفى، صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ مِنْ أَشَدِّ النَّاسِ بَلَاءً الْأَنْبِيَاءَ ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ) (رواه الإمام احمد)، وقال صلى الله عليه وسلم: (يُبْتَلَى الْعَبْدُ عَلَى قَدْرِ دِينِهِ ذَاكَ فَإِنْ كَانَ صُلْبَ الدِّينِ ابْتُلِيَ عَلَى قَدْرِ ذَاكَ وَقَالَ مَرَّةً أَشَدُّ بَلَاءً وَإِنْ كَانَ فِي دِينِهِ رَقَّةٌ ابْتُلِيَ عَلَى قَدْرِ ذَاكَ وَقَالَ مَرَّةً عَلَى حَسَبِ دِينِهِ قَالَ فَمَا تَبْرَحُ الْبَلَايَا عَنِ الْعَبْدِ حَتَّى يَمْشِيَ فِي الْأَرْضِ يَعْنِي وَمَا إِنَّ عَلَيْهِ مِنْ خَطِيئَةٍ) (رواه الإمام احمد).

إن الله الحكيم اللطيف قد يكون أراد بالزوجة خيراً؛ أن يخرجها من شرقة الذات إلى رحابة الحياة، ومن خدمة زوج إلى خدمة أمة ووطن، ومن استفراغ وقتها مع الزوج إلى التفرغ للاستفادة الذاتية.

## الترميم قد يعيد البيت أفضل مما كان :

تزداد خبرة الإنسان العاقل، مع تقدمه في العمر، وسيره في مناكب الأرض، واختلاطه بالناس، وتقلبه مع حوادث الزمان. ومن ثم يبدأ التأمل والنظر، في سلوكه وحياته، وعلاقته بالآخرين. وقد يكتشف أن هناك خللاً في علاقاته بالآخرين، فيجتهد في إصلاحه. وقد يبقى الإنسان غافلاً عما فيه من أخطاء سلوكية، لكن حين ينعزل، ويبعد قليلاً عن صخب الحياة، يتاح له من صفاء الذهن، ما يجعله يتأمل ويتذكر ويراجع.. فكيف حين يكون ذلك الانعزال إجبارياً، ويترتب عليه خلل يستدعي ذلك، كما هو الحال، في وجود الطلاق العاطفي.

ومن هنا فجدير بالزوجة العاقلة أن تقف مع نفسها وقفات تأمل ونظر ومراجعة. ومما يجدر بها أن تتأمل أن هناك احتمالاً، بنسبة قد لا تكون قليلة، أن الطلاق العاطفي، الذي تعيشه الزوجة مع زوجها، نسبة منه راجعة إلى سلوكها مع الزوج، وطريقة تعاملها معه، كأن تكون ذات أسلوب يعتمد اللوم أو التشريح، أو المساءلة، وليس أسلوب التحفيز. إن الزوج لو لم يكن يحب الزوجة، لما أمسكها، ولما أنجب منها. ولكنه قد يكون عاش في بيئة لا تعرف الأساليب العاطفية. وقد يكون لديه ضعف ثقة في نفسه، ويخشى أن إشعاره الزوجة بالحب، وإعلان ذلك قد يدفعها إلى الاستكبار!

وما أود التأكيد عليه، هو أن كثيراً من الأزواج محب لزوجته، معجب بها، لكن ما يفسد علاقته بزوجته، أن لديها سلوكاً، يمثل إزعاجاً له، ويراه نشازاً في سيمفونية سلوكها العام، الذي يرتاح له. ومع مرور الوقت، وتفكيره المستمر في هذا السلوك السلبي المقلق، يظل يتضخم، في ذهنه، حتى يحجب الكثير من محاسن زوجته تلك. وقد يكون الزوج حاول إبعاد ذلك السلوك من حياة الزوجة؛ بالتلميح، ثم بالتصريح، ثم لجأ إلى التقييح، مما أثار الزوجة، التي



قد تدفعها تلك الإثارة، إلى أن تجازيه بصد قصده، ومن ثم تتعمد التعامل معه بالسلوك ذاته، الذي تدرك أنه يثيره. ونهاية المعركة أن يكون أقل ما يمكن أن يفعله الزوج، هو البعد والهروب، الذي يتجسد بالطلاق العاطفي. فلا الزوج حاول التكيّف، ولا الزوجة حاولت التغيير، أو على الأقل، التخفيف. ومن ثم كان للزوجة دور في ذلك الطلاق العاطفي.

لذا فالزوجة العاقلة، التي تجد نفسها في دائرة ذلك الطلاق، من الجيد والمهم، أن تحاول استعراض علاقتها بزوجها، والوقوف على محطات المشكلات، التي تتذكر أن اصطدامها بزوجها، كثر فيها.. ومن جهة أخرى تحاول استعراض طباع زوجها، وتكون صادقة مع نفسها، لتكتشف المشكلة، التي ظل غبارها يغطي، مع مرور الوقت، علاقتها بزوجها، حتى كاد أن يطمسها بذلك اللون من الطلاق المغلف.

وثمة أمر آخر، لا يقل أهمية عما مضى، وهو ضرورة إدراك الفروق، بين كلٍّ من احتياجات الرجل والمرأة، والتي تترتب على عدم إشباعها الكثير من المشكلات، التي قد تنتهي بالابتعاد والنفور.

فالزوجة تجتهد في إشباع حاجات الرجل، حسب أولوياتها هي، والرجل قد يعمل على إشباع حاجات المرأة، ولكن حسب أولوياته هو. فكل منهما قد يغيب عنه، أن أولوياته في إشباع الحاجات تختلف كلية عن أولويات عن شريكه، وأن لكل منهما حاجات ينتظر إشباعها من شريكه، وحين يطول به الانتظار، قد يدفعه ذلك للبحث عن إشباع تلك الحاجات، بطريقة مشروعة أو غير مشروعة.

وكما يختلف الزوجان - كجنسين - في الحاجات يختلفان في الخصائص؛ فالرجل - في طبيعته - مثلاً يختلف عن المرأة في تعبيره عن الحب، فهو يعبر بالفعل - غالباً - لا بالقول.

والشيء نفسه حين تنتظر منه إشباع حاجتها للحب، ثم ترى أنه لا يعنى إلا بالجنس، ما يدفعها إلى الشعور بأنه رجل جنسي لا يحبها بقدر ما يقصد إرواء غريزته. والحق أنه مثلما أن الحب لديها حاجة أولوية تتطلع إلى إشباعها، فإن الرجل يمثل الجنس لديه موقع الحب لديها، وهو يمارس ذلك كشيء طبيعي.. بل قد يشعر أن زوجته تماثله بمستوى الاهتمام بهذا الجانب، ولذا حين تتخلف عن التفاعل، يجد في نفسه عليها، أو يرميها بالبرود!

وجدير بالزوجة العاقلة، لتتأكد من إدراكها لذلك الأمر، أن تطالع بعض الكتب المتخصصة، التي عالجت ذلك الجانب، ومن خلال مشواري في الاستشارات ثمة زوجات حاولت لفت أنظارهن إلى هذا الأمر، وبعد الاقتناع، عملن على التصحيح، الذي استغرق بعض الوقت، لكنه لم يلبث أن بدأ بإعادة ماء الحياة الزوجية إلى جداوله الطبيعية.

ولعل من ضمن الحاجات الأساسية للرجل الاحترام. وقد طرحت مؤلفة كتاب "للنساء فقط" شونتي فيلدهان، عدّة أسئلة على ألف رجل من الأمريكيين؛ من مختلف الشرائح والأعمار، منها سؤال مؤداه: لو خيّرت بين أن تكون وحيداً وغير محبوب مع الاحترام، أو غير كفء وغير محترم مع الحب.. ماذا تختار.. وكانت المفاجأة أن ثلاثة من بين أربعة رجال أمريكيين اختاروا الخيار الأول..!

ومشكلة الكثير من الزوجات أنها تجعل الحب معادلاً موضوعياً للاحترام؛ فما دامت تحب زوجها فهي ترى أنها تحترمه. بينما قد يدفعها ذلك للجرأة عليه، والذي يفسره الزوج بعدم الاحترام. وبعض الأزواج قد يقسو على زوجته حين يرى ثوب الاحترام يتقلص عنها، بينما يُؤثر بعض الأزواج الانسحاب.

### النساء يعترفن بأن الطلاق العاطفي صنعه الزوجان:

ومن خلال الاستبانة السابق ذكرها، بدت المشاركات فيها أكثر واقعية، وهن يرين أن الطلاق العاطفي، اشترك في نسج رداثه الزوجان معاً، إذ جاءت بعض الإجابات، على النحو الآتي:

س: الزوج هو الملام في الطلاق العاطفي.

نعم (٢٩٪) لا (٤٩٪) لا أدري (٣١٪)

س: الزوجة هي الملامة في الطلاق العاطفي.

نعم (١٤٪) لا (٥٤٪) لا أدري (٣٢٪)

س: الزوجان معاً يسهمان في وجود الطلاق العاطفي.

نعم (٨٠٪) لا (٢٪) لا أدري (١٨٪)

كما أشارت المشاركات إلى أثر البعد النفسي المتطاوول في حلول شبح الطلاق العاطفي:

س: الطلاق العاطفي وليد سنوات متراكمة من البعد النفسي بين الزوجين.

نعم (٧٥٪) لا (٧٪) لا أدري (١٨٪)

ومن ثم فقد وافقن على أنه يمكن إصلاح ما فسد بالتقارب النفسي:

س: يمكن حل مشكلة الطلاق العاطفي بالإصلاح والتقارب النفسي

نعم (٧٧٪) لا (٥٪) لا أدري (١٨٪)

بل وافقت النسبة الكبرى على أن اهتمام الزوجة ومحاولاتها تقلل مستوى الطلاق العاطفي:

س: اهتمام الزوجة ومحاولاتها (تقلل من مستوى الطلاق العاطفي)  
 نعم (٧١٪) لا (١١٪) لا أدري (١٨٪)

### الإصرار والصبر يبعد الظن السيئ:

لكن الزوجة التي تقتنع بهذا، وتريد التصحيح، من المهم أن تدرك أن النتائج ستكون جدّ رائعة، لكن شريطة أن تكون مقتنعة بهذا الأمر تماماً، ثم تمارسه ممارسة حقيقية، ثم - وهو الأهم - أن تستمر عليه. وكانت بعض الزوجات، حين وجهتها لهذا، قد عادت لي، بعد أسبوع أو عشرة أيام، لتقول: إنها لم تجد أيّ صدى لسلوكها الجديد، لدى زوجها!. وطبيعة الرجل، الذي قد يكون عاش مدة طويلة، فاقداً بعض الحاجات من زوجته، أو متضايقاً من سلوكات لديها، وقد يكون أبدى تضايقه، ولمّح بنقده، دون فائدة.. حين يرى الزوجة - فجأة - قد بدأت تمارس بعض السلوكات الجيدة الجديدة، سيذهب ذهنه - تلقائياً - إلى أنها فعلت ذلك لتتوسل به لتحقيق حاجة ما منه، وهو ما صرّح به بعض الأزواج، حين لبست زوجاتهم ثوب السلوك الجديد، منتظرة منه التغيّر، وحين مضى أسبوع أو أسبوعان، ولم يحدث منه شيء، خلعت ذلك الثوب، منتقدة زوجها على موقفه، ليرد الزوج بأنه متأكد، وقد خبر سلوكها، أنها كانت تنتظر منه، مقابل ذلك السلوك، شيئاً!

### طلب القرب بالبعد قد يزيد البعد :

أحياناً تؤثر حاجة المرأة للعاطفة في تفاعلها الجنسي مع زوجها، فتتهرب من زوجها، أو تقلل من تلبية حاجاته الجنسية، ومن ثم يزداد انصرافه وبعده، وتظل تبادل البعد لكنها لو وقفت عند الحد الأدنى لم يزد بعداً، خاصة وأن بخله بالعاطفة ليس مرتبطاً بالضرورة بعدم حبه لها، أو تقبلها.

### ضعف اعتياد أكثر منه طلاقاً :

لابد أن تدرك الزوجة أن لها مكانة في قلب زوجها، وأنه يحبها، لكنه قد يمنعه من التعبير عن حبه ضعف الاعتياد، وقلة الممارسة، ومحدودية المعرفة. بل قد يكون في تعامله معها جافياً، لكن ذلك الجفاء ثوب ألبسه إياه لون التربية، الذي تلقاه، أو نموذج الزوج الذي رسخ، في ذهنه، من خلال تعامل والده، مع والدته. وكثيراً ما كنت أسأل الزوجات، اللاتي يعانين، مع أزواجهن، من بعض الجفاء في التعامل، أو الخشونة في الكلمات، أو غلبة الصمت، أو غير ذلك، مما يقلق الزوجة، كنت أسأل أولئك الزوجات، عن طبيعة آباء أزواجهن، فكان كثير منهن، يخبرني أن الزوج صورة من والده. ! وأن أم الزوج كانت تؤكد ذلك، وما مضى يؤكد أنه على الزوجة ألا تذهب بعيداً في تفسير سلوك زوجها، لتهمة بموت الحب.

### التوازن في القرب والبعد :

قد يكون زيادة قرب الزوجة، غير المتوازن، من زوجها، هي من أوصلتها لبعده فتظل تطالبه بالبقاء في البيت، وتلازمه أثناء بقاءه، وتلح ألا يسافر إلا وهي معه، وتستبطن رجوعه حين خروجه من البيت، وتلومه حين ذهابه لأصدقائه، مؤكدة عليه أن أولاده أولى به، وربما كثرت مكالماتها عليه، وهذا مع مرور الوقت يبعث على الملل، ويحسس الزوج أن الزوجة تملكه، وتقيد حريته، ومن

ثم فلتحاول إعادة تخطيط سياسة القرب والبعد، مع الزوج، بطريقة متوازنة.

### التوقف عن التذمر والنقد:

من الطبيعي أن تشعر أي زوجة بالضيق، حين يبتعد عنها زوجها بعداً مستمراً، ويزيد ضيقها أن تلتفت فترى من حولها، يرفلن بثياب علاقات جميلة، على حين ترى ثوب علاقتها ممزقاً. ولأن بعد الزوج أمر أسري خاص، فقد تسمع ممن حولها الثناء، على علاقتها الزوجية، أو على زوجها، ما يزيد من أساها.

وبعض الزوجات تخطئ كثيراً، حين يدفعها ذلك، إلى ارتفاع وتيرة انتقادها لزوجها، في علاقتها بها. حتى ربما أصبح نقدها له مع كل وقت تراه فيه، ما يدفعه إلى الهروب أكثر، فهي بمجرد ذلك الانتقاد تظل تعمق حفرة القطيعة الزوجية، دون أن تدري. وبعض الزوجات قد تستفز زوجها بقصد فرض نفسها عليه، ليتحدث، ولو شجاراً، وهو أمر له عواقب سلبية، فهو قد يكون لذة ساعة ومأساة دهر.

والتحدي الأكبر أن الحوار مثل الطعام؛ فرق بين أن تدفع الإنسان دفعاً إلى الأكل، وأن تكون رائحة الطعام هي التي تتكفل بجذبه، ليستأذنك هو في الأكل. وثمة أمر آخر، يتصل بالأمر السابق، وهو أن المرأة ستواجه بعدد من النساء؛ صادقات مغفلات، أو كاذبات مغرضات، ممن يطلعن على واقع حياتها أو بعضه، وستبدي لها تلك النسوة تعاطفاً، وتألماً لحالتها. من الجيد أن تحاول - جاهدة -، وبصورة سريعة صرف الموضوع. والأخذ في طريق آخر، من طرق الكلام، فمثل ذلك الكلام يمرض، في النهاية، وإن بدا له أثر جميل على النفس، في البداية.

إن من المهم ألا تظل الزوجة تعاقب نفسها بتجديد المواجه، حين تظل تفكر في سلبات زوجها، وربما دفعها ذلك، من باب التنفيس، إلى الحديث مع النساء الأخريات، خاصة

من ذاقت منهن طعم التعاطف، وقد يكون ذلك التعاطف طُعماً لدفع المرأة المسكينة إلى مزيد من الأسرار، لتتخذ منها تلك المرأة المستمعة مادة إعلامية تؤكد على متابعي قناتها قدرتها على التجديد والاستقصاء.

### النظرة الإيجابية للبقاء في إطار الزوجية :

جميل بالمرأة العاقلة أن تبعد عنها مشاعر أنها تقيم مع زوجها قسراً، لأنه لا خيار لديها، أو لأن الخيارات الأخرى مغامرة غير محسوبة. بل الأولى أن تؤكد - دائماً - لنفسها أنها امرأة عاقلة، وأن بقاءها نتيجة دراسة متعقّلة، وأنها سعيدة لأنها لم تسمح لرياح العاطفة العاتية أن تجبرها على اتخاذ قرارات سريعة، قد تكون لو اتخذتها قد قذفتها تلك الرياح في أودية سحيقة لا قرار لها، بعيداً عن أولادها.

### عقد المقارنات يزيد المشكلة :

قد يكون الطلاق العاطفي ناتجاً من فهم خاطئ لدى الزوجة، إذ صوّبت نظرها نحو جانب من جوانب العلاقة الزوجية، نفتقده في زوجها، أو تكون مساحته، في علاقتهما الزوجية ضيقة، ويزيدها تشبثاً بهذا الجوانب، لدرجة تمحور عليه العلاقة الزوجية، كونها مأخوذة بلون علاقة زوجية لقريبة لها، أو صديقة، سواء أكانت تطلع على ذلك، أو تنقل لها ذلك صاحبة الشأن أو غيرها. ففترأى لها علاقتها الزوجية سيئة، لخلوها من ذلك الجانب، أو ضيق مساحته فيها. والخطورة هنا أن الزوجة قد تنسى أو تغفل، عن جوانب مشرقة في علاقتها بزوجها، وصفات رائعة فيه، قد لا تكون موجودة لدى زوج صاحبته، التي اتخذت علاقتها بزوجها نموذجاً، وهي بهذا قد تفقد طعم حياتها الزوجية، ما يجعلها تشعر أنها تعيش طلاقاً عاطفياً، بل يفترض، في الزوجة العاقلة، أن تدرك أن الله بحكمته قسم الصفات بين الخلق، فلكل نكهة وطعم.

### إيقاف بوصلة التفكير في الحال التي هي عليه :

إن من الأمور المهمة في إراحة نفس الزوجة، التي تعاني من الطلاق العاطفي أن تبتعد عن التفكير السلبي في حالتها.. وأعني بالتفكير السلبي أن تمتلئ نفسها بالأسى، وتظل، داخل نفسها تتابع قطار ذلك الطلاق، وتقف عند محطاته المؤلمة.. وقد يدفعها ذلك إلى أنها لا تستطيع ملك نفسها من البكاء، وحينها يتراءى لها أن من الخير ألا يراها أبناؤها، فتزيد مساحة انطوائها، ما يجعلها فريسة لتلك الأفكار السلبية، التي تمرضها نفسياً وجسدياً. وأفضل الأمور التي تنقذها من هجوم تلك الأفكار، هو عدم الجلوس وحدها، ثم الاجتهاد في ملء وقتها بالعمل والأنشطة المفيدة.

### أهمية إعادة ترتيب الوقت :

من المهم أن تعيد الزوجة ترتيب وقتها؛ فإذا ظلت تعاني من الفراغ، الذي يتركه غياب زوجها طال تعبها، وتعمقت مأساتها، لكن حين تملأ ذلك الوقت بأمور جديدة، أو تضيفه إلى جوانب وأعمال أخرى، سيخف تعبها.. فما أشد ألم الانتظار..!

### الالتزام بعمل البيت :

ثمة حديث يُروى عن المصطفى صلى الله عليه وسلم يقول فيه: (أدّ الذي عليك واسأل الله الذي لك) والزوجة التي تعاني طلاقاً عاطفياً أقرب الناس إلى التأمل في هذا الحديث. إن الزوجة حين تريد أن تنتقم من زوجها، أو تجازيه بجنس سلوكه، فتنسحب من عمل البيت، أو تقصر فيه، إنما تغلق الباب بإحكام، أمام رجوع الزوج، وصلاح الأمور.. وقد يدفعها هذا، في المستقبل، إلى الندم الشديد، والرجوع على النفس باللوم، حين يناقشها أحد من بعد، أو هي



تأمل، أن تخليها عن عمل بيتها، كان له الدور، في استمرار الحال، أو تفاقمه بالطلاق الفعلي. ومثل هذا كثرة خروج الزوجة، دون أي استئذان، من الزوج، وكأنه لون من الاستفزاز.

### الاستمتاع بالأولاد:

اتصلت عليّ ذات يوم زوجة كانت تشكو طلاقاً عاطفياً من زوجها، ومن كلامها عرفت أن لديها ستة من الأبناء والبنات. ولم تخف في حديثها أنهم كانوا يتضايقون من حالها، فهي تفرح مسامعهم بانتقاد والدهم، وكأن لديهم مفاتيح شخصيته، بل قد تفرغ فيهم انفعالاتها. وقد لفتُ نظرها إلى أن هناك من يعاني العقم، ويتمنى الولد الواحد، وهناك من يتمنى مع أولاده غرفة يسكنها أمناً مرتاحاً.. وأنها بوضعها تهدر هذه النعم.. وأن عليها أن تستمتع بالجلوس والحديث مع بنيتها.. وكأنما أيقظتها من سبات، لتبدأ الحديث عن إيجابياتهم ونجاحاتهم!.. واعدة بأن تغير من سلوكها وحياتها.

### الانخراط في عمل تطوعي:

زوجة فوق الثلاثين، اتصلت عليّ ذات يوم، بدت من اتصالها امرأة عاقلة خجولة.. شكت أن زوجها صامت، وأنه قد اتخذ من البيت فندقاً.. وبعد ثلاثة اتصالات ذكرت - علي استحياء - بأن زوجها منقطع عنها في الفراش.. حاولت في البداية تنسيق مواعيد لزوجها مع بعض الأطباء، إلا أن استجابته في المراجعة كانت بطيئة جداً. قلت للزوجة: إن موضوع زوجك قد يطول، بل إن مشكلته قد تستمر، ومن وجهة نظري أن من الأفضل لك بدل أن تظلي سجيئة التفكير في زوجك، وأن يجهدك التفكير، في ذلك.. أرى أن تشغلي نفسك بكل نافع ومفيد، مما تهوينه، لتثبتي به ذاتك.. ذكرت لها - نماذج لذلك - ومن ضمنها التحاقها وطفلتها بدار لتحفيظ القرآن.

مضى وقت نسيْتُ فيه تلك المرأة ومشكلتها.. وبعد قرابة عام وأربعة أشهر.. جاءني اتصال، من امرأة، ذكرتني فيه أنها صاحبة تلك المشكلة، وقالت: أنا لم أتصل عليك اليوم لأشكو عليك مشكلة، كما فعلت سابقاً، لكنني أردت أن أرف لك بشارة، أعرف أنها ستفرك..! قلت لها: خيراً. قالت: أريد أن أبشرك أنني قد حفظت القرآن الكريم.. فتبعاً لاقتراحك عليّ التحقت بالفعل بدار تحفيظ، أنا وابنتاي.. وكدت أنسى مشكلاتي، في تلك الأجواء؛ حيث تعرفت على صديقات صالحات، ووجدت مدرسات ساعدنني. ولم ينته طموحها، عند هذا الحد، فقد اتصلت بعد عام تقريباً، لتسألني عن بعض المصادر، التي تستفيد منها، في وضع بعض الأنشطة، لروضة دار القرآن، التي أسند إليها الإشراف عليها. وهو ما منح حياتها لوناً جديداً وجميلاً.. لم تعد معه أسيرة مشكلاتها مع زوجها، بل أصبح لها عمل تتفاعل معه، وتجذب ذاتها فيه، وتثبتها من خلاله.

بقي زوجها على وضعه، وبقيت علاقتها به، في مستواها السابق، لكن حياتها الجديدة، بما فيها من نشاط وحيوية، أزال الكثير، مما كان يشوب حياتها في السابق، من القلق والضيق.

ماذا لو ظلت أسيرة التفكير في وضع حياتها الزوجية المزمنة؟!!

### المناسبات بحيرة للاستحمام النفسي:

المناسبات الأسرية كثيرة؛ من تفوق دراسي، إلى حفظ أجزاء من القرآن، إلى دعوة بعض الأقارب أو الأصدقاء، إلى اللقاءات العامة. بل إن من الجميل إقامة مناسبات يقصد من ورائها تربية الأبناء على المسؤولية، وتنمية مواهبهم وتشجيعها.. والتربية والتعليم أحياناً يمكن التوصل إليهما من خلال اللعب والمرح.. وحين تنغمس الزوجة، في مثل هذا اللون من المناسبات، وتعنى به، فإن له أثراً على نفسيته؛ من خلال البهجة الذاتية، والمنعكسة على ما

تراه على أولادها، والصغار منهم خاصة، وما تراه من نتائج.. خاصة حين توثق تلك المناسبات بالتصوير، ويستعرضها أفراد الأسرة، بين حين وآخر، لتمثل ذكريات لطيفة، تحتفظ للأبناء بمراحل أعمارهم، ومستوى تفكيرهم حينها.

هذه المناسبات قد تغير نفسية البيت كله، وقد تترك بصمات إيجابية، على كل أفراد الأسرة.. بل قد تغري الزوج بالمشاركة، ومنها قد ينبنى جدار علاقة جديد..!!

### التفتي لتدركي فتفرحي:

لو تلفتت الزوجة يميناً وشمالاً لرأت من حولها، من النساء، من هي - ربما - في سنها، ولم تتزوج، فضلاً عن أن ترزق بأبناء.. بل وسترى من طُلقت وأخذ الزوج الأبناء، وعاشت بين إخوة، ترى من زوجاتهم نظرات التضايق. بل وسترى من ابتليت بزواج مبتلى مُدمن، ومن ثم فهو لم يعرف مصلحة نفسه فضلاً عن أن يحسن إدارة أسرته، بل ربما أن زوجته تتمنى التخلص من أذاه، دون أن تؤمل شيئاً من نفعه.

وثمة من ابتليت بوضع عقلي أو جسمي متعب جداً لزوجها جراء حادث مروري شنيع، فأصبحت ترعى زوجها المريض بالشلل طوال عمرها. بل صارت العناية به أصعب أمورها، كونه لا يستطيع أن يعمل بنفسه لنفسه شيئاً، كما أن من أصاب زوجها خلل عقلي، أصبحت تراعيه مراعاة الأطفال، بل وتخشى من تصرفات له غير محسوبة. ولا يقل عن ذلك سوءاً من ابتليت بزواج مريض نفسي بالفصام، وأسوأ من ذلك بالشك المرضي، الذي يجعله يقفل عليها الأبواب، ويوصد النوافذ، ويفتش جوالها باستمرار، ويقيم لها كل يوم جلسة تحقيق، ويستحلفها في كل ذلك على المصحف.. وقد يصل به الحد أن ينكر بعض بنيه!. كل ذلك مرّ عليّ نماذج منه، فيما استشرت فيه. والزوجة المطلقة عاطفياً، مقارنة بتلك الألوان من

الزوجات، في نعمة كبيرة.

### ما يقلق الزوجة :

لعل من أكبر الأشياء التي تقلق الزوجة خوفها من عدم حب زوجها إياها، أو إعجابها بها، ومن ثم يكثر سؤال الزوجة زوجها إن كان ينتقد من سلوكها شيئاً، أو حسب تعبير الزوجات: « إن كانت قد قصرت في أمر ما .. » وتقلق أكثر، حين يجيب الزوج بالنفي، لكنها هي تفسر بعض سلوكه بالابتعاد، وعدم الارتياح .. ولا أزال أذكر كيف كنت أؤكد مرات لبعض المسترشدات، من الزوجات، أن أزواجهن يحبونهن، وأن ما ذكرته يدل بعضه على ذلك، دون مرأى. ولعل أكثر ما يكون ذلك حين تفاجأ الزوجة بزواج زوجها عليها، فيفزعها ذلك جداً، ويكبر في نفسها، وتذهب في تفكيرها إلى أنه تزوج عليها لنقص فيها.. ولا تصدق تأكيده حبه لها، وتحشره في زاوية سؤال ضيقة: إذن لم تزوجت..؟!

وقد يكون الزوج من العقل ما يجعله لا يذكر شيئاً مما دفعه إلى التعدد تطيباً لخاطر زوجته.. لكن كثرة النقاش، وتحول اليوم المخصص لزوجته الأولى إلى كابوس.. ربما دفعه إلى التباعد والتأخر.. ثم تأتي الأسئلة عن أسباب تأخره، ويدرك أن إجابته ستزيد نار المشكلة، فيجمع ولا يفصح، فتظل الزوجة تهدده بوقوعه في الإثم جراء عدم عدله.. ومثل هذه السلوكات تجعل الزوج قد يقدم في نهاية المطاف، على طلاق الزوجة، لا لأنه لا يحبها، ولكن لأنه ينشد راحته، قبل ذلك..!

ولذا فالزوجة العاقلة تدرك أن تفسيراتها لسلوك زوجها هي التي تتعبها، وليس السلوك ذاته.. كما أن من العقل والحكمة أنه لو قصر زوجها في شيء أن تتعد عن أسلوب اللوم والتحريج والتاثيم، وتعتمد إلى أسلوب التحفيز. وحين يقدر لزوجها أن يتزوج أن تدرك

أنها أصبحت، في مباراة، مع تلك الزوجة، وأن فرص فوزها أكبر، لو تدرت بثياب الصبر، وزادت اهتمامها بزوجها، وحين تغلبها الغيرة أن تحاول أن تبعد، أو على الأقل أن تعود نفسها التعبير عن مشاعرها، دون جرح زوجها.

### الزوج ليس هو النافذة الوحيدة على فضاء الحياة:

إن الزواج لاشك فطرة بشرية، وحكمة إلهية.. ولكن هناك من النساء من ظلت تنتظر الزواج، ونفضت يديها من كل شيء، ليصبح التفكير، في الزواج، هو الساكن الوحيد، في ذهنها.. فأصبح مرور الوقت عليها بطيئاً جداً. بل وعاد عليها ذلك بالتعب النفسي، الذي ربما دعاها إلى أن تدخل أنفاق الاعتقاد بوجود تأثير الجن والعين والسحر، في حياتها. وهناك من النساء من رسمت لها أهدافاً، وظلت تعمل على تحقيقها، فأصبح ذهنها مشغولاً بأمور عالية، ولم تشعر بمرور الوقت. بل إن هناك من لم تتزوج، وشغلت وقتها بالنافع والمفيد؛ ديناً ودنياً. وما سبق يؤكد للزوجة، التي تعاني شيئاً من الطلاق العاطفي، أن الزوج له وظيفة زوجية، ولكنه - بالتأكيد - ليس هو النافذة الوحيدة للزوجة على فضاء الحياة الرحب.

وخلاصة الكلام، أن على الزوجة العاقلة، أن تحرص على ثلاثة أشياء:

الأول: التغيير الداخلي: بأن تدرك أن ما حدث، سواء أكان بسبب سلوكها مع زوجها، أو أن زوجها وحده كان المسؤول عما حدث من طلاق عاطفي، هو قدر من الله. وأن أقدار الله يجب الإيمان بها، والتسليم بها، وعدم التسخط، من جهة، كما أن العاقل يدرك أن أقدار الله لا تتمحض لشرِّ قط، من جهة أخرى، وعسى أن تحبوا شيئاً، وهو شرٌّ لكم، وعسى أن تكرهوا شيئاً، وهو خير لكم.

الثاني: التغيير الخارجي: وذلك بمراجعة السلوك وصيانتته، فالعاقل - دائماً - يحاول الترقى

السلوكي، وذلك يتم بمعرفة السلوك السلبي وتجنبه، ومعرفة السلوك الإيجابي وتقمّصه. وكذا معرفة جوانب الضعف ومعالجتها، ومعرفة جوانب القوة وتفعيلها. وسواء دعا ذلك زوجها إلى مراجعة موقفه، وإعادة ماء العلاقة إلى جدوله.. أم لا.. فإن حياتها، والحرص على ترقيتها، ليست مرهونة بارتباطها بالزوج.

الثالث: إعادة برمجة الوقت: بالحرص على أن يبقى وقتها مليئاً بالأعمال؛ من صلة رحمها، بدءاً بأهلها، والعناية بأولادها، وإشباع حاجاتهم، وتهيئة البيئة المناسبة لنمو شخصياتهم، بصورة إيجابية رائعة، والبحث عن عمل وظيفي، أو تجاري، والإسهام في بعض الأعمال التطوعية، وممارسة بعض الهوايات.. وتأدية كل ذلك بدرجة من التوازن، التي لا يطغى فيها جانب على آخر.

وأخيراً فإن الزوجة، مع قرارها بالبقاء، واستمرارها في العطاء، وتطويرها للذات، واجتهادها، في إزالة العقبات.. مع دعاء الله، والتضرع إليه، قد تفاجأ بأن ذلك الطلاق العاطفي، قد تحول إلى إجازة زوجية رجع الزوج بعدها إلى زوجته، على أجنحة عالية من الشوق.

## المراجع

- احتياجاته واحتياجاتها، ويلارد إف. هارلي، الابن، مكتبة جرير، السعودية، الطبعة الأولى، ٢٠١١ م.
- العلاج الشافي للطلاق، الخطوات السبع لإنقاذ الزواج، ميشيل وينرد دايفيس، دار الكتب العلمية، بيروت.
- المبادئ السبعة الأساسية لإنجاح الزواج، دكتور "جون. إم". جوتمان و نان سيلفر، مكتبة جرير، ٢٠١٠ م.

## أيهما تختار الزوجة التعايش مع الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي؟

د. موزة المالكي

يعتبر الطلاق مشكلة اجتماعية نفسية، وهو ظاهرة عامة في جميع المجتمعات ويبدو أنه يزداد انتشاراً في مجتمعاتنا في الأزمنة الحديثة والطلاق هو «أبغض الحلال» إلى الله لما يترتب عليه من الآثار السلبية في تفكك الأسرة وازدياد العداوة والبغضاء والآثار السلبية على الأطفال ومن ثم الآثار الاجتماعية والنفسية العديدة بدءاً من الاضطرابات النفسية إلى السلوك المنحرف والجريمة وغير ذلك.

لقد حرص الإسلام على بناء الأسرة المسلمة السعيدة، فوضع القواعد والأسس التي تكفل نجاح الأسرة وتوفر لها سبل السعادة. واهتم الإسلام بالأسرة من اللحظات الأولى وحرص على العناية بها لأنها أساس المجتمع ولبنته الأساسية. ولكن الأسرة قد تتعرض لمشاكل وصعوبات، وقد تتفاقم هذه المشاكل، وبالتالي يصبح استمرار الحياة الزوجية أمراً مستحيلاً.

ومما لا شك فيه أن تنظيم العلاقة بين الرجل والمرأة وتكوين الأسرة قد نال اهتمام المفكرين منذ زمن بعيد، ونجد في كل الشرائع والقوانين والأخلاق فصولاً واسعة لتنظيم هذه العلاقة وضمان وجودها واستمرارها، ويهتم الدين ورجال الفكر وعلماء الاجتماع وعلماء النفس بهذه العلاقة، كل يحاول من جانبه أن يقدم ما يخدم نجاح هذه العلاقة لأن في ذلك استمرار الحياة نفسها وسعادتها وتطورها.



## الطلاق العاطفي:

إن الطلاق العاطفي، الذي يعترى العلاقة الزوجية، يشعر الزوج والزوجة بخواء المشاعر فيما بينهما، مع انعدام العاطفة والود والحب والرحمة، وينعكس ذلك على جميع التفاعلات داخل الأسرة، وبالتالي العلاقة بين الوالدين والأبناء، وبين الأبناء بعضهم وبعض. أما عن الطلاق العاطفي فهو مصاد للتوافق الزوجي، وفي حالة الطلاق العاطفي لا يجد كل من الزوجين ما يشبع الحياة الزوجية ولا ما يشبع حاجتهما الجسمية والعاطفية والاجتماعية، مما ينتج عنه حالة غريبة فيما بينهما من عدم الرضا الزوجي، وتلك الغربة بين الزوجين تعني رفض كل منهما لحياته مع الآخر وانعزاله عن الواقع.

إن على الزوجين إشعار كل منهما الآخر بأنه وجد إشباعه العاطفي والجسدي مع شريك حياته الذي يؤمن به، ويتواصل مع أحاسيسه فالفترة الأولى في الزواج هي الأهم، لأنها فترة المحاولة والخطأ... يحاول كل واحد من الزوجين التواصل مع الآخر - على حسب مخطوطاته القديمة - فيخطئ في بعض التصرفات، ويجد الأثر السلبي لها، فيعدل من سلوكه، وهكذا حتى يصل الزوجان إلى لغة مشتركة وأنماط معتادة من الاتصال، ولا يصلا لمرحلة الطلاق العاطفي في رحلة حياتهما الزوجية. ولئن كان الحب لا بد فيه من التعبير اللفظي والجسدي، فقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم يظهر هذا الحب لأزواجه، ويظهر هذا في كثير من أحاديثه عليه الصلاة والسلام.

العاطفة لها شأن كبير في الحياة الزوجية في الإسلام، والعيش مع الانفصال العاطفي هو أشبه بالموت أو الفراق، فعن عائشة رضي الله عنها قالت: أول سورة تعلمتها من القرآن (طه) فكانت إن قلت: "طه ما أنزلنا عليك القرآن لتشقى" إلا قال صلى الله عليه وسلم: لا شقيت

يا عائش". بل يصرح الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم بحبه لنسائه على ملاء من الصحابة، فعن عمرو بن العاص رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم بعثه على جيش ذات السلاسل فأتته فقلت: أي الناس أحب إليك قال: (عائشة فقلت من الرجال فقال أبوها قلت ثم من قال ثم عمر بن الخطاب) (رواه البخاري ومسلم). ويلاحظ أن أول ما سئل صلى الله عليه وسلم عن أحب الناس إليه، قال: عائشة، ثم لما أخبره عمرو رضي الله عنه أنه يقصد الرجال، عدد رجالاً من أصحابه.

إن هذا يعني أن العاطفة والود لها شأن كبير في الحياة الزوجية في الإسلام، وأن العيش مع الانفصال العاطفي هو أشبه بالموات أو الفراق، ولئن كان الإنسان روحاً وجسداً، فإن انفصال الروح يؤذن بهلاك الجسد، غير أن هذا لا يعني أن الحياة بين الزوجين مستحيلة، كما لا يعني عدم جواز المعاشرة، فقد أمر الإسلام الزوجين أن يصبر كل منهما على الآخر. وأن ينظرا إلى وسائل العلاج التي تعيد الحب بينهما، وتقويه في حياتهما، ليهنئا بحياة سعيدة كما أرادها الإسلام. قال الإمام ابن كثير: "لو أنه تعالى جعل بني آدم كلهم ذكوراً وجعل إناثهم من جنس آخر من غيرهم، إما من جان أو حيوان لما حصل هذا الائتلاف بينهم وبين الأزواج بل كانت تحصل نفرة لو كانت الأزواج من غير الجنس. ثم من تمام رحمته ببني آدم أن جعل أزواجهم من جنسهم، وجعل بينهم وبينهن مودة، وهي: المحبة. والرحمة، وهي: الرأفة فإن الرجل يمسك المرأة إما لمحبتة لها أو لرحمة بها بأن يكون لها منه ولد أو محتاجة إليه في الإنفاق أو للألفة بينهما، وغير ذلك".

الحياة الزوجية مسئولية ضخمة وليست قطاراً نستقله إلى الأبد، إنه طريق شاق يستحق بذل الجهد من كلا الطرفين لتطوير نفسيهما وأساليبهما للحفاظ على الحياة كنهز متجدد، وهذا

من أصعب الأمور في الزواج والتي لا يتكلم عنها أحد عند بدء الزواج، فلا أحد يذكرنا بالزوج ليس كزوج بل كرفيق يمكن الاستمتاع معه بدل التعود عليه، فالزواج رفقة عمر وليس واجب ثقيل. والأمر نفسه بالنسبة للزوج الذي يأخذ وجود الزوجة كمسألة حتمية دائمة ومملة، بما قد يفسر في بعض منه هذه النكات التي لا تنتهي في رؤية الرجل لزوجته مقارنة بمن يتمنهنّ ممن لا يستطيع الحصول عليهنّ، وكيف يمكن إعادة التواصل بين الأطراف وإيجاد أرضية مشتركة يقف عليها الطرفان ويجدان أهدافاً ومسببات تدفع للاستمرار، وليس فقط للحفاظ على المؤسسة أو لخطر الصغار.

ربما يبدو الحل هو قناعتنا بتفرد الشخص الذي أمامنا وعدم أخذنا الأشياء كأنها دائمة، ولنتذكر أننا نتذكر الشيء المختلف ويبقى أثره في حين لا يلفت انتباهنا المتعود عليه فلماذا نريد أن نكون ضمن المعتاد سواء كنا الزوج أو الزوجة... ربما يجب أن نعترف بصعوبات الحياة المعاصرة وارتفاع التوقعات الشخصية لدي الطرفين كل فيما يخص رفيق دربه.

ربما يجب أن نعترف بأزمة التواصل التي تخنق العلاقات الإنسانية سواءً بين الرجل والمرأة أو بين كافة أطراف الأسرة، مما يستدعي الضرورة لكثير من مؤسسات الخدمات العلاجية والزوجية التي يضج بها عصرنا الحاضر ويفتقدها تماماً واقعنا المحلي وكأننا جميعاً بخير!

### أمران أحلاهما مر:

لنفترض أن المرأة مخيرة بين الطلاق الشرعي والطلاق العاطفي، فماذا ستختار؟ طرحت هذا السؤال على شكل استبيان على عينة من ٥٠ سيدة، مباشرة وعن طريق الهاتف، وأتت النتيجة عكس ما كنا نتوقعه أنا ومن عملن معي في هذا الاستبيان، فالنتائج وتصريحات النساء أدهشتنا حيناً.. وأذهلتنا حيناً آخر.. وفاجأتنا أحياناً كثيرة.

أعتقد حسب مشاهداتي ومعرفتي بواقع المرأة في قطر وفي أغلب دول الخليج العربية، وفي بعض الدول العربية أيضاً، بأن واقع المرأة قد تغير بالفعل. وسأستعرض إجابات بعض السيدات اللواتي فضلن الانفصال على العيش مع زوج صامت تحت سقف واحد، وأغلبية هؤلاء الزوجات ممن رفعن قضية خلع، وتنازلن عن حقوقهن في سبيل الحصول على الطلاق:

١ - قالت (س) كنا نعيش تحت سقف واحد، ولكن كلاً منا في عالمه. فعلى الرغم من

وجودهما في منزل واحد، فهما في شبه انعزال عاطفي، ولكل منهما عالمه الخاص البعيد عن الطرف الآخر. يتأخر الزوج عن المنزل، ويقضي معظم وقته مع الأصدقاء والرفاق، فالحياة الزوجية معادلة من الحب والمودة التي لم تشعر بهما أبداً، إضافة إلى تفاصيل الحياة اليومية التي تواجهها بمفردها، فقد تزوجها ارضاءً لأهله وليس حباً فيها.

٢ - أما (م) فشكت من انعدام مشاعر زوجها، وعدم تعبيره عن عواطفه لها، وعدم

وجود حوار بينهما، ووصلت الأسرة إلى حالة يشيع فيها الصمت: الصمت عن الحديث، والصمت عن تبادل المشاعر، والصمت عن تبادل الأفكار وتحول البيت إلى عالم من الخواء المعتم لا يدخله نور المشاعر ولا يمتلئ بحركة الحياة ولم يكن أثر ذلك على الزوجين فحسب، بل تعدهما إلى الأبناء لتتحول الأسرة إلى أسرة جامدة في مشاعرها، يسعى كل طرف فيها للحصول على مكاسبه الخاصة حتى وإن كان ذلك على حساب المجموع.

٣ - مشكلة (ج) انعدام لغة الحوار بسبب التفاوت الفكري والثقافي بينهما، فعدم وجود

تواصل فكري لم يخلق لغة حوار منذ بداية الارتباط، فمثل كثير من الزوجات المرتبة من قبل العائلة حيث لا يكون أي تكافؤ بين الزوجين في المستوى الثقافي والفكري،

ولا يقصد هنا المستوى التعليمي، إذ نجد الكثير ممن يحملون الشهادات ليسوا مثقفين بالدرجة التي نتوقعها منهم، ولكن الاهتمامات والتواصل الثقافي والفكري هما اللذان يخلقان لغة الحوار بين الزوجين عادة، وإذا كانت ثقافة الزوجين واهتماماتهما مختلفة يحصل الفتور بينهما بمضي الوقت، لأنهما يفتقدان أي حديث مشترك بينهما.

٤ - الحالة التي اختارت أن تبقى مع زوجها رغم الصمت الذي كاد أن يدمرها، قالت إن السبب هو حرصها على مستقبل أولادها وتعلقهم بأبيهم، فهو يتعامل معها بالصمت إلا أنه عندما يخرج مع أبنائه يكون حميماً معهم، وتخشى أن تنقطع أواصر المحبة معهم إذا اتخذت أي إجراء للابتعاد عنه مع معرفتها بأنه له علاقات خارج الزواج. ومن الملاحظ أن الكثير من المتزوجين يرفضون الذهاب إلى المعالج النفسي، ولكن على الزوجات اللجوء إلى العلاج النفسي، وعلى الزوجة الوقوف بجانب زوجها وتشجيعه عند قيامه بأي مبادرة، وعليها أن تشعره بحبها له وتفهمها لمشكلته.

## المراجع:

- أحمد حسن كرزون، مزايا الأسرة المسلمة، طائر العلم للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى ١٤١٥هـ.
- حسن أيوب، فقه الأسرة المسلمة، دار التوزيع والنشر الإسلامية، القاهرة، ١٤١٩هـ.
- مجلة الأسرة، السنة التاسعة - العدد ١٠١ - شعبان ١٤٢٢هـ.
- محمد عبد السلام محمد، العلاقات الأسرية في الإسلام.
- <http://www.suae.net/vb/showthread.php?t=55837&page17>
- <http://study4uae.com/vb/forumdisplay.php?f=108>

## السيرة الذاتية المختصرة للكتاب\*

١. إبراهيم بن حمد النقيشان.
٢. أحمد بن عبد الرحمن البار.
٣. أسماء بنت عبد العزيز الحسين.
٤. أميرة بنت علي الزهراني.
٥. خالد بن سعود الحليبي.
٦. خالد بن سعود الشريف.
٧. سعد بن عبد العزيز الحقباني.
٨. سلوى بنت عبد الله العمومي.
٩. ظلال بنت يوسف حسن مداح.
١٠. عبد الرحمن بن محمد الصالح.
١١. عبد العزيز بن عبد الله المقبل.
١٢. محمد بن إبراهيم السيف.
١٣. مها بنت عبد الله العمومي.
١٤. موزة بنت عبد الله المالكي.
١٥. موسى بن احمد آل زعلة.
١٦. موضي بنت حمدان الزهراني.
١٧. هدى بنت عبد الرحمن السبيعي.
١٨. هند بنت عبد الله الشميري.

## السيرة الذاتية للدكتور / إبراهيم بن حمد النقيشان

- أستاذ مشارك علم النفس .
- عضو مؤسس وعامل في الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية (جستن).
- عضو لجنة التأصيل الإسلامي في الندوة العالمية للشباب الإسلامي .
- رئيس تحرير دورية آفاق تربوية ونفسية (١٤٢٥هـ- وحتى ١٤٣١هـ).
- مقرر عدة لجان بكلية التربية في قسم علم النفس .
- حضر وشارك في عدد من المؤتمرات، تزيد على الخمسين مؤتمراً في الداخل والخارج
- نشر أكثر من عشرة بحوث محكمة
- نشر له بعض المساهمات في بعض الكتب مثل: دليل الإرشاد الأسري - الجزء الثالث، وهناك ما يقارب العشرين كتاباً بين كتب تخصص وعامة أبرزها موسوعة الأسرة ومعاناة الإدمان (٨ مجلدات).
- شارك في عدد من الدورات داخل السعودية وخارجها.
- مستشار أسري ومعالج نفسي بمشروع ابن باز الخيري، ومركز إصلاح للاستشارات الأسرية والاجتماعية، وموقع لها أون لاين، وموقع الإسلام اليوم، وموقع المسلم، وقافلة الخير، ومركز حلول، وموقع واعي .
- معالج نفسي متعاون مع أحد المراكز المتخصصة (مركز حلول للاستشارات النفسية والسلوكية).
- مساهمات اعلامية مع قناة المجد الفضائية، وبعض الفضائيات، وإذاعي القرآن الكريم والرياض .
- الاهتمامات: الدراسات التأصيلية في علم نفس، والبحوث العامة في علم النفس، والبحوث المتعلقة بالفئات الخاصة، العمل التطوعي .
- للتواصل: negethan@hotmail.com



## السيرة الذاتية للدكتور/ أحمد بن عبد الرحمن محمد البار

- ماجستير في الخدمة الاجتماعية من جامعة كولورادو الحكومية في الولايات المتحدة الأمريكية.
- الدكتوراه في السياسة الاجتماعية والخدمة الاجتماعية من جامعة يورك في المملكة المتحدة.
- أشرف وناقش عدد من رسائل الماجستير في قسم الاجتماع والخدمة الاجتماعية.
- عمل وكيلا لقسم الاجتماع والخدمة الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- قام بالتدريس لطلاب البكالوريوس بجامعة يورك في المملكة المتحدة لمدة فصل دراسي ٢٠٠٨ م.
- تطوع في برنامج للعنف الأسري لمدة عام في مدينة فورت كولنز في الولايات المتحدة يعني بحماية ورعاية وعلاج الأم وأطفالها ٢٠٠٣-٢٠٠٤ م.
- لديه أكثر من ١٠٠٠ ساعة تدريب خلال الفترة ٢٠٠٢-٢٠٠٤ هـ في الولايات المتحدة الأمريكية.
- عضو في الجمعية السعودية لعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية ١٤٣٢ هـ.
- عضو في الجمعية الدولية للعلاج الأسري.
- المنسق العلمي وباحث في إجراء دراسة بعنوان "قابلية التعاطي للمخدرات والمسكرات بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية"، تحت إشراف اللجنة الوطنية لمكافحة المخدرات.
- قدم العديد من المحاضرات والدورات في مجال العمل الاجتماعي والخدمة الاجتماعية الطبية داخل وخارج المملكة للمهنيين والممارسين.
- للتواصل: aba002@hotmail.com

## السيرة الذاتية للدكتورة/ أسماء بنت عبد العزيز الحسين

- دكتوراه في فلسفة التربية في علم النفس تخصص علم النفس - الصحة النفسية من كلية التربية بجامعة الأميرة نورة.
- أستاذ مساعد بكلية التربية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن بالرياض.
- رئيسة مكتب الإرشاد النفسي الطلابي بالكلية لمدة عامين. ١٤٢٣هـ - ١٤٢٥هـ.
- رئيسة النشاط الثقافي بقسم التربية وعلم النفس لمدة عامين. ١٤٢٦هـ - ١٤٢٨هـ.
- الإشراف العلمي والمناقشات لعدد من رسائل الماجستير.
- مستشارة علمية وتربوية ونفسية بعدد من المراكز الاجتماعية والاستشارية والمواقع الإلكترونية والمجلات.
- مدربة في المجال النفسي والتربوي.
- المشرف العام على مركز إسعاد للاستشارات النفسية.
- نشرت عدداً من الكتب العلمية ومنها:
  - المدخل الميسر إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي.
  - تنمية حب الله في نفوس الأبناء.
  - المشكلات النفسية السلوكية عند الأطفال.
  - علم نفس الطفولة والمراهقة.
  - أطمئن ولا تقلق.
  - الزواج والتوافق.
  - موضوعات وقضايا أساسية في التوجيه والإرشاد النفسي.
  - الاضطرابات النفسية الاجتماعية.
- نشرت عدداً من الأبحاث العلمية ومنها:
  - الحرمان العاطفي والاجتماعي للسجينة ودور المساندة الاجتماعية في حياة السجينات.
  - الحقوق المدنية للمرأة في المجتمع - بحث مقدم لمركز رؤية للدراسات الاجتماعية.
- للتواصل: [d.aalhosain@gmail.com](mailto:d.aalhosain@gmail.com)

## السيرة الذاتية للدكتورة / أميرة بنت علي الزهراني

- حاصلة على دكتوراه الفلسفة في اللغة العربية وآدابها، كلية الآداب، جامعة الملك سعود، قسم اللغة العربية.
- تعمل حالياً في جامعة الأمير سلطان - كلية البنات.
- صدر لها كتاب "لا أحد يهينك دون إذنك" (مقالات).
- صدر لها كتاب (الذات في مواجهة العالم: تجليات الاغتراب في القصة القصيرة في الجزيرة العربية).
- صدر لها كتاب (القصة القصيرة السعودية في كتابات الدارسين العرب).
- كاتبة صفحة أسبوعية في مجلة اليمامة.
- لها عدة مشاركات ثقافية وأوراق عمل وبحوث منشورة، وهي عضو في العديد من اللجان.
- عضو الهيئة الاستشارية لصحيفة "طيف الجامعة" التي تصدر عن جامعة الأمير سلطان
- منسقة برنامج "موهبة" سابقاً" الممثلة لجامعة الأمير سلطان، كلية البنات.
- عضو "سابق" في النادي الأدبي بالرياض.
- المشاركة في مهرجان الأدب اليمني الرابع، تحت رعاية وزارة الثقافة والسياحة، صنعاء، ٢٠٠٥م.
- المشاركة في الملتقى الأدبي الأول لمنطقة الباحة الذي نظمه النادي ٢٠٠٦م.
- المشاركة ببحث ضمن برنامج "جماعة حوار" بالنادي الأدبي الثقافي بجدة، ١٤٢٧هـ.
- المشاركة بدعوة من وزارة الثقافة والإعلام ضمن ندوة الروايات السعوديات في الجمهورية التونسية ١٤٢٨هـ.
- المشاركة ببحث في ملتقى قراءة النص السابع الذي أقامه النادي الأدبي الثقافي بجدة، ١٤٢٨هـ.
- قدمت العديد من المحاضرات الثقافية ومنها:
- "صور البنات في الفيس بوك و البلاك بيري: من الخوف من الصورة إلى الغمر فيها".
- "قراءة في واقع اللغة الشبابية الجديدة" في كلية البنات - جامعة الأمير سلطان.
- "خطاب الشباب الجديد" معرض الرياض الدولي للكتاب ٢٠١٠م.
- للتواصل: dr.amirah@hotmail.com

## السيرة الذاتية للدكتور/ خالد بن سعود الحلبي

- دكتوراه، في الأدب الحديث من جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- برنامج في العلاج الأسري من مدينة الملك عبد العزيز الطبية بالرياض.
- دبلوم الإرشاد الأسري من جامعة الملك فيصل.
- دبلوم في البرمجة العصبية اللغوية.
- أستاذ الأدب الحديث المساعد في كلية الشريعة والدراسات الإسلامية بالأحساء - فرع جامعة الإمام.
- عضو مجلس الإدارة للجمعية العلمية السعودية للأدب العربي بجامعة أم القرى بمكة.
- عضو جمعية التوعية والتأهيل الاجتماعي بالرياض.
- نشر نتاجه الأدبي؛ شعراً، ونثراً فنياً، ونقداً في معظم الصحف السعودية وبعض الصحف الخليجية.
- له زاوية أسبوعية في جريدة اليوم السعودية كل يوم سبت، وأخرى في موقع المستشار.
- قدم برنامجاً أسبوعياً في إذاعة الرياض بعنوان (مستشارك الأسري)، وآخر شهرياً في قناة الرسالة.
- اشترك في عدد من الأمسيات الشعرية، وألقى عدداً من المحاضرات في المملكة، وخارجها.
- قدم ويقدم مجموعة من الدورات التدريبية في عدد من مدن المملكة وبعض الدول العربية.
- المشرف العام على موقع (المستشار) التابع لمركز التنمية الأسرية التابع لجمعية البر بالدمام.
- نائب المشرف العام على مراكز التنمية الأسرية التابعة لجمعية البر بالمنطقة الشرقية.
- مدير مركز التنمية الأسرية التابع لجمعية البر بالأحساء.
- مدير مركز الإنماء الأسري التابع للمؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني.
- أمين عام الجمعية الخيرية لتيسير الزواج ورعاية الأسرة بالأحساء.
- رئيس لجنة إصلاح ذات البين بالأحساء؛ التابعة للجنة العليا لإصلاح ذات البين بإمارة المنطقة الشرقية.
- عضو لجنة التكافل الأسري في إمارة المنطقة الشرقية بالدمام.
- طبع له أكثر من سبعة عشر كتاباً وعدد من الإصدارات الصوتية والمرئية.
- للتواصل: KHH40@YAHOO.COM

## السيرة الذاتية للدكتور/ خالد بن سعود الحارثي الشريف

- دكتوراه في الخدمة الاجتماعية من جامعة وارنيك في بريطانيا، كوفتري، ٢٠٠٥ م.
- ماجستير في الخدمة الاجتماعية الإكلينيكية. جامعة مشجن ستيت، ٢٠٠٠ م.
- بكالوريوس في الخدمة الاجتماعية - جامعة أم القرى، مكة المكرمة، ١٩٩٣ م.
- يعمل حالياً وكيلاً لكلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.
- عمل رئيساً لقسم الخدمة الاجتماعية بجامعة أم القرى لمدة أربع سنوات.
- العمل حالياً كأستاذ مساعد في قسم الخدمة الاجتماعية.
- المشرف التنفيذي للسنة التأهيلية بجامعة أم القرى.
- عضو ومؤسس في جمعية شفاء وجمعية دواء.
- نشر عدداً من الأبحاث ومنها:
  - مستوى جودة الحياة لدى كبار السن بمدينة مكة المكرمة.
  - مستوى جودة الخدمات المقدمة للأحداث بدور الملاحظة: دراسة مطبقة على دور الملاحظة.
  - صعوبات تطبيق السلطة المهنية بدور الأيتام.
  - محددات إدارة الوقت لدى المدراء المهنيين: دراسة في إطار الخدمة الاجتماعية.
  - دراسة حول نموذج تسويقي لإدارة الأزمة بمؤسسات ممارسة الخدمة الاجتماعية: دراسة مطبقة على المؤسسات الاجتماعية بمنطقة مكة المكرمة.
  - الوساطة كأسلوب مهني لعلاج المنازعات الأسرية من المنظور الإسلامي
- للتواصل: Alshareef2@yahoo.com

## السيرة الذاتية للشيخ / سعد بن عبد العزيز الحقباني

- بكالوريوس الشريعة جامعة الإمام محمد بن سعود
- حاصل على درجة الماجستير في كلية الشريعة بالرياض (فقه مقارن).
- مفتش قضائي في المجلس الأعلى للقضاء.
- تدرج في السلك القضائي وهو على درجة قاضي استئناف.
- مهتم وباحث في شؤون الأسرة والاستشارات الاجتماعية.
- عضو اللجنة العلمية للحوار الأسري بمركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني.
- مستشار أسري بمشروع ابن باز لمساعدة الشباب على الزواج ورئيس لجنة إعداد لائحة الاستشارات الهاتفية.
- شارك في إعداد اللائحة التنظيمية لإدارة الحماية الاجتماعية في وزارة الشؤون الاجتماعية
- عضو لجنة الخبراء في مركز أمان الأسري.
- قدم العديد من الأبحاث في مؤتمرات ودورات تدريبية داخل المملكة وخارجها في المجال الأسري والقانوني.
- مشارك في لجان متخصصة لأبحاث الشباب في المركز الوطني لأبحاث الشباب.
- له مشاركات وبرامج أسبوعية في الإذاعة والتلفاز.
- أعد بعض الكتب والرسائل منها:
  - كتاب أحكام المسنين في الفقه الإسلامي .
  - رسالة في حقوق المطلقة الشرعية والقضائية .
  - رسالة في عضل الفتيات توجيهات شرعية وإجراءات قضائية .
  - كتاب اليتيم في الإسلام .
- وله قيد الإعداد:
  - حقوق الأرملة القضائية والشرعية .
  - العنف الأسري من منظور شرعي .
- للتواصل مع الكاتب: saad950@gmail.com

## السيرة الذاتية للأستاذة/ سلوى بنت عبد الله العمومي

- بكالوريوس في اللغة العربية جامعة أم القرى مكة المكرمة.
- ماجستير توجيه وإرشاد طلابي من جامعة الإمام مُحَمَّد بن سعود الإسلامية.
- المشاركة في لجان المؤتمرات السنوية لجمعية الطلبة المسلمين في بريطانيا (القسم النسائي).
- مسؤولة اللجنة الثقافية القسم العربي النسائي - مركز أبردين الإسلامي / شمال اسكتلندا.
- مدربة معتمدة من الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية.
- مستشارة معتمدة في الحوار الأسري (من مركز الحوار الوطني).
- مستشارة أسرية في موقع المستشار.
- عضوة في الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية.
- إقامة دورات في بناء الذات وتنمية مهارات الاتصال الأسري.
- تقديم استشارات أسرية ؛ للمتزوجات والفتيات عن طريق الهاتف والجوال .
- أعدت وقدمت العديد من البرامج والأنشطة التربوية والترفيهية الخاصة بالناشئة والدورات التدريبية في عدد من المهرجانات والملتقيات الثقافية والترفيه في مدن المملكة، ومنها: الرياض، جدة، حفر الباطن، جلاجل، رفحاء.
- حاصلة على العديد من الدورات التدريبية والإدارية، من أبرزها:
- شهادة/ مدربة معتمدة من الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية (د. التكريتي) (٨٤ ساعة).
- شهادة / تنمية مهارات الإرشاد الاجتماعي المستوى الأول (د. عثمان العصفور (٢٥ ساعة).
- شهادة / تنمية مهارات الإرشاد الاجتماعي المستوى الثاني (د. عثمان العصفور) (٢٥ ساعة).
- شهادة / مهارة التعامل مع المشكلات/ عبدالله هادي (١٥ ساعة).
- للتواصل: s.a.oumi@hotmail.com

## السيرة الذاتية للدكتورة / ظلال بنت يوسف حسن مداح

- أستاذ مساعد خدمة الجماعة. كلية الخدمة الاجتماعية. جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن بالرياض.
- دكتوراه خدمة اجتماعية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن بالرياض، ٢٠٠٦ م.
- مستشار اجتماعي في مركز الارشاد الاجتماعي في وزارة الشؤون الاجتماعية وعدد من مراكز الاستشارات الأسرية.
- معالج المستوى الأول للطاقة الحيوية الريكي مدرسة ميكاو أوسوي.
- مدرب معتمد لبرنامج مهارات التفكير الكورت.
- أخصائي تحليل رموز العقل الباطن.
- تصميم وتنفيذ الدورات التدريبية وورش العمل فيما يخص المهارات الاجتماعية و الارشاد الاجتماعي.
- الخبرات الأكاديمية: تدريس مادة: خدمة الجماعة، والخدمة الاجتماعية في المجال المدرسي، والخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة والطفولة، ومادة مهارات التفكير وبرنامج الكورت، ومادة التوجيه والإرشاد النفسي والاجتماعي، ومادة مقدمة في الخدمة الاجتماعية، ومادة السلوك الانساني في البيئة الاجتماعية.
- المؤلفات العلمية:
  - كتاب التوجيه والإرشاد النفسي.
  - كتاب مهارات الأسرة والطفل وطرق التطبيق.
- للتواصل:

sa.edu.pnu@zymaddah  
com.gmail@zymaddah



## السيرة الذاتية للدكتور/ عبد الرحمن بن مُحَمَّد الصالح

- بكالوريوس في علم الاجتماع من جامعة الإمام محمد بن سعود.
- دبلوم في التوجيه والإرشاد النفسي من قسم علم النفس بجامعة أم القرى.
- ماجستير من قسم علم النفس بكلية التربية جامعة الملك سعود.
- دكتوراه في علم النفس (الإرشادي والاجتماعي).
- حصل على درجة البرد العالمية في تطوير الذات وتعديل السلوك.
- عضو في مجلس إدارة الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية - جستن -.
- عضو في الهيئة الاستشارية للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية.
- عمل رئيساً لقسم التوجيه والإرشاد الطلابي، و مشرفاً على مراكز الخدمة التربوية والإرشادية بالرياض.
- مدرب معتمد في عدد من الدورات العلمية في عدد من مناطق المملكة ودول الخليج.
- كتب عدداً من البحوث العملية ونشر بعضها ومنها:
- المقومات العلمية والأخلاقية للمرشد الطلابي قدم في اللقاء السنوي للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية بالاشتراك مع الدكتور /صالح الصنيع.
- دراسة المشكلات السلوكية لدى الطالبات وأساليب علاجها.
- رئيس فريق بحث المشكلات السلوكية في المجتمعات العربية الإسلامية.
- صمم وألقى العديد من الدورات العلمية المتخصصة مثل:
- خصائص النمو في مرحلة الطفولة وأساليب التعامل معها.
- خصائص النمو في مرحلة المراهقة وأساليب التعامل معها.
- أساليب تعديل السلوك.
- مبادئ التوجيه والإرشاد.
- المشكلات الأسرية وآثارها على الزوجين والأبناء.
- أساليب عملية لعلاج الخيانة الزوجية.
- للتواصل: dr.ams11@hotmail.com

## السيرة الذاتية للدكتور/ عبد العزيز بن عبد الله المقبل

- عضو هيئة التدريس في كلية اللغة العربية والدراسات الاجتماعية، بجامعة القصيم.
- المشرف على وحدة الاستشارات، بالجمعية الخيرية للزواج والرعاية الأسرية، في بريدة، وعضو مجلس إدارتها.
- المشرف على مركز سنابل للاستشارات العلمية والتربوية، في بريدة.
- رئيس مجلس إدارة اللجنة الاجتماعية الأهلية، في حي الفايزية، في بريدة.
- له اهتمام بالجوانب التربوية والأسرية وقضايا المرأة من أكثر من عقدين.
- مستشار اجتماعي وأسري في بعض المجلات والمواقع الالكترونية.
- مدرب معتمد من مركز (intrac).
- تلقى عدداً من الدورات التدريبية في المجال الاجتماعي والأسري والإرشادي المختلفة.
- شارك ففي مجموعة من الدورات التربوية للمدرسين والموجهين، والدورات التأهيلية للأزواج الجدد.
- سجلت له محاضرات تتصل بالعلاقات الأسرية منها: لم يهرب الأبناء؟، لا صداع مع الحوار، بنتك... هل معك الكتلوج؟ رومانسية مفخخة.
- قدم برنامجاً بعنوان: حقول السعادة، يتولى فيها الإجابة عن مشكلات اسرية على قناة الدانة.
- صدر له عدد من المؤلفات الاجتماعية والأسرية، ومنها:
  - في الحب والعاطفة.
  - في العلاقات الزوجية.
  - كيف نزرع الشوك ونزرع الورد.. رؤية في العنف الأسري.
- له مؤلفات أخرى تحت الطبع كتاب:
  - وصايا الآباء للأبناء في النثر العربي من الجاهلية حتى نهاية القرن الرابع، جمعاً وتوثيقاً.
  - فتاة لا تكسرهما الرياح.
- للتواصل: a147935@gmail.com

## السيرة الذاتية للدكتور / مُحَمَّد بن إبراهيم السيف

- دكتوراه في علم الاجتماع الاسري من جامعة الإمام مُحَمَّد بن سعود الإسلامية، مع مرتبة الشرف الأولى .
- ماجستير في الانثربولوجيا وعلم الاجتماع الأسري .
- بكالوريوس الدراسات الاجتماعية .
- مدير مركز البحوث الأمنية (١٤١٥هـ - ١٤١٧هـ) كلية الملك فهد الأمني .
- استاذ علم الاجتماع و الدراسات الاجتماعية ومناهج البحث في قسم الاجتماع في جامعة القصيم .
- عضو هيئة التدريس وأستاذ علم الإجرام وانحراف الأحداث ومناهج البحث في كلية الملك فهد الأمنية .
- مستشار اجتماعي في مركز الإرشاد الاجتماعي في وزارة الشؤون الاجتماعية (١٤٢٢هـ) .
- ناقش وأشرف على عدد من الرسائل العلمية لطلاب الدراسات العليا .
- نشر عدداً من الكتب العلمية في مجال التخصص، ومنها:
- المدخل إلى دراسة المجتمع السعودي .
- التغير الاجتماعي والعلاقات القرابية .
- دراسة في البناء الاجتماعي .
- المظاهر الحديثة في امن المجتمع السعودي .
- العوامل الاجتماعية المرتبطة بنمط الجريمة الجنسية
- الحرمان العاطفي في الأسرة السعودية وعلاقته بجرائم البنات والزوجات
- العشرة الزوجية والطلاق في الأسرة السعودية
- التربية الجنسية والعلاقة الزوجية
- منهج عملي في تربية المراهقين والمراهقات في الأسرة السعودية .
- اختيار الزوجة وتعدد الزوجات في المجتمع السعودي ، دراسة ميدانية .
- للتواصل: dr-muhammed22@hotmail.com

## السيرة الذاتية للأستاذة/ مها بنت عبد الله العمومي

- بكالوريوس أصول دين من جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالإحساء عام ١٤١٥هـ.
- دبلوم عالي في (الإرشاد الأسري) معتمد من جامعة الملك فيصل بالإحساء.
- حاصلة على البرنامج التأسيسي لإعداد (المعالج العائلي) Family & Marriage Therapy، التابع للدراسات العليا في مستشفى الحرس الوطني.
- حاصلة على برنامج (Springboard) التابع للمجلس الثقافي البريطاني بالرياض لتمكين المرأة.
- مستشارة معتمدة للتدريب على (الحوار الأسري) من مركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني.
- مدربة معتمدة من الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية.
- مدربة معتمدة لنشر ثقافة الحوار من مركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني.
- مديرة القسم النسائي لجمعية التأهيل الاجتماعي (واعي) فرع الرياض سابقاً.
- عضوه في الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية.
- حاصلة على العديد من الدورات التربوية والنفسية الأسرية والإدارية بالإضافة إلى تطوير الشخصية.
- محكمة وطنية لمحور (الأسرة) في الاستراتيجية الوطنية للشباب بالتعاون مع وزارة الاقتصاد والتخطيط.
- مارست الإرشاد الأسري عن طريق الهاتف. والإنترنت في بعض المواقع المتخصصة في الاستشارات الأسرية.
- تم استضافتها في العديد من البرامج التلفزيونية والإذاعية وحوارات مباشرة حول الأسرة.
- خبرة في التدريب الاجتماعي الأسري حيث دربت ما يفوق الـ ٢٥٠٠٠ متدربة.
- خبرة أكثر من (١٧) سنة في إعداد وتقديم البرامج التربوية الحياتية للفتيات في جهات مختلفة.
- شاركت في عدد من الملتقيات الأسرية التابعة لجهات مختصة في الإرشاد الأسري والزواجي في المملكة.
- شاركت في كثير من الملتقيات الأسرية والبرامج التدريبية الاجتماعية والندوات على مستوى الرياض وغيرها.
- للتواصل: mahaloumi@yahoo.com

## السيرة الذاتية للدكتورة / موزة بن عبد الله المالكي

- الجنسية: قطرية.
- أستاذ مساعد، كلية التربية قسم الصحة النفسية، جامعة قطر.
- حاصلة على جائزة الدولة التشجيعية الأولى في التربية والعلوم الاجتماعية والنفسية ٢٠٠٥ م.
- نائب رئيس الإتحاد العالمي للصحة النفسية لمنطقة الخليج العربي الإتحاد العالمي للصحة النفسية ١٩٩٤ م.
- نائب رئيس الجمعية الإسلامية العالمية للصحة النفسية قطر، ١٩٩٥ م - ١٩٩٨ م.
- مستشارة إرشاد أسري وزواجي، مركز الاستشارات العائلية، ٢٠٠٤ م.
- إرشاد نفسي وعلاجي وأسري وزواجي مستشفى الرميلة، قسم الأمراض النفسية، ٨٦ - ١٩٩٠ م.
- كاتبة ومستشارة نفسية وأسرية في عدد من المجلات والصحف القطرية والعربية.
- قدمت العشرات من المحاضرات والندوات والدورات التدريبية والبرامج العلاجية داخل قطر وخارجها.
- نشرت العديد من الأبحاث العلمية في مجال التخصص ومن ذلك:
- الطلاق والوساطة فيه في المجتمع القطري، مجلة التربية، العدد ١٠٨، الدوحة، قطر، ١٩٩٤ م.
- مهارات تطبيق الإرشاد العقلائي الانفعالي.
- الإرشاد الديني وتطبيقاته.
- الإرشاد الزوجي والأسري.
- تغير شكل العلاقة بين الزوجين بعد الانفصال.
- صدر لها ١٤ كتاباً باللغة العربية والانجليزية، ومنها:
- الأزمات النفسية العاطفية مشاكل وحلول.
- أطفال بلا مشاكل . . زهور بلا أشواك.
- رحلتي مع العلاج النفسي.
- مهارات تطبيق الإرشاد النفسي.
- فتيات خليجيات ومشاكلهن العاطفية.
- للتواصل: mozalmalki@hotmail.com

## السيرة الذاتية للدكتور/ موسى بن أحمد آل زعلة

- استشاري الطب النفسي - كلية الطب - جامعة الملك خالد في أبها.
- متخصص في الطب النفسي للأطفال والمراهقين.
- بكالوريوس طب عام وجراحة من كلية الطب - جامعة الملك سعود - فرع أبها.
- حاصل على ٣ شهادات عليا (زمالة) (دكتوراة) في الطب النفسي، على النحو التالي:
  - زمالة الطب النفسي من الهيئة السعودية للتخصصات الصحية.
  - الزمالة العربية للطب النفسي من المجلس الطبي العلمي بسوريا.
  - زمالة الطب النفسي من المجلس الطبي العلمي الأردني.
- حاصل على دورة معتمدة من الهيئة السعودية للتخصصات الصحية ومركز الدراسات العليا بمستشفى الحرس الوطني بالرياض في أساسيات العلاج الأسري وكذلك في تقنيات العلاج الأسري.
- عضو الجمعية السعودية للطب النفسي.
- عضو جمعية جستن للعلوم التربوية والنفسية.
- رئيس فرع الجمعية السعودية للطب النفسي بمنطقة عسير.
- رئيس وحدة التوجيه والإرشاد الطلابي بكلية الطب - جامعة الملك خالد.
- المشرف على وحدة الطب النفسي للأطفال والمراهقين بمستشفى الصحة النفسية بأبها.
- مستشار ومدرّب في الشؤون الأسرية والتربوية وتطوير الذات.
- عضو مؤسس ومستشار نفسي بوحدة الإرشاد الأسري بجمعية التنمية الأسرية بخميس مشيط (سابقا).
- عضو مؤسس ومستشار نفسي بوحدة الاستشارات الأسرية بجمعية آباء لرعاية الأيتام بأبها (سابقا).
- قدم العديد من أوراق العمل والمشاركات العلمية في عدة مؤتمرات وملتقيات علمية.
- مؤلف كتاب: (نحو سلوك إيجابي لأطفالنا).
- قدم مئات الساعات التدريبية في مجال الصحة النفسية والحياة الزوجية والتعامل مع الأطفال والمراهقين.
- للتواصل [drmousa2004@yahoo.com](mailto:drmousa2004@yahoo.com)

## السيرة الذاتية للدكتورة/ موضي بنت حمدان الزهراني

- مديرة وحدة الحماية الاجتماعية في وزارة الشؤون الاجتماعية بمنطقة الرياض.
- عضوة في جمعية النهضة النسائية.
- عضوة في جمعية مودة للمطلقات.
- التحقت في مهام وظيفية مختلفة حيث عملت مع فئة الأحداث، ثم عملت مع الأيتام ذوي الظروف الخاصة .
- تم تكليفي مشرفة نفسية على فروع وزارة الشؤون الاجتماعية في الرياض.
- تم تكليفي بالعمل كمشرفة للحماية الاجتماعية منذ عام ٢٠٠٤ م.
- للباحثة مشاركات علمية متعددة في بعض الندوات الخاصة بمجال الأطفال ذوي الظروف الخاصة، والعنف الأسري.
- مشاركة في مؤتمرات مختلفة داخل المملكة وخارجها في مجال العنف الأسري . والمجال الحقوقي، ومجال الأيتام.
- مشاركة في العديد من الدورات التدريبية المرتبطة بمجال تنمية الذات والإعلام ونشر ثقافة الحوار ومهارات الوقاية من الإدمان والعنف الأسري والمجال النفسي.
- لها إصدارات مختلفة في مجال الأيتام، وفي مجال العنف الأسري حيث كان آخر إصدار لها بعنوان (نساء مضطهدات).
- لها مشاركات مختلفة في بعض الصحف والمجلات المحلية من عام ١٤٠٤هـ وحالياً كاتبة في جريدة الجزيرة السعودية.
- للتواصل: moudy\_z@hotmail.com

## السيرة الذاتية للأستاذة الدكتورة/ هدى بنت عبد الرحمن السبيعي

- الجنسية: قطرية
- دكتوراه في علم النفس ١٩٩٩ م جامعة درم - المملكة المتحدة (بريطانيا).
- مدرب معتمد للعلاج بخط الزمن من أمريكا ٢٠٠٤ م.
- ممارس معتمد في العلاج التكاملي العاطفي العصبي ٢٠٠٤ م.
- ممارس متقدم في البرمجة اللغوية العصبية من INLPTA ٢٠٠٣ م أمريكا.
- مستشارة نفسية في دار الإنماء الاجتماعي في دولة قطر.
- نشرت أكثر من عشرين كتاباً، وأكثر من ٨ أبحاث علمية في مجال التخصص.
- تقديم دورات وبرامج في الإرشاد الزوجي والأسري.
- تقديم استشارات خاصة لمرحلة الطفولة والمراهقة - وللمقبلين على الزواج - وللمتزوجين - وللمطلقين.
- الإشراف على إعداد دورات المقبلين على الزواج.
- عضو في الجمعية الأمريكية لعلم النفس.
- رئيس لجنة المقبلين على الزواج (مركز الاستشارات العائلية).
- للتواصل مع الكاتبة: [alsobai@hotmail.com](mailto:alsobai@hotmail.com)

[halsobai@yahoo.com](mailto:halsobai@yahoo.com)



## السيرة الذاتية للدكتورة/ هند بنت عبد الله الشميري

- رئيسة القسم النسائي باللجنة الوطنية للطفولة.
- بكالوريوس وماجستير في الخدمة الاجتماعية
- حاصلة على درجة الدكتوراه في علم النفس.
- عضو تنفيذي باللجنة النسائية في الجمعية السعودية لعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية.
- عضو عامل بجمعية مودة للحد من الطلاق وآثاره.
- مستشارة أسرية (علاقات زوجية، ومراهقة، وطفولة).
- مدرب معتمد وحاصلة على رخص تدريب عالمية من الاتحاد العالمي للمدربين المحترفين (G U P I) ومركز البحوث القومي للتدريب والتعليم في الولايات المتحدة الأمريكية - شيكاغو، (& speakers trainers) العالمية، جامعة كامبردج إنتركونتيننتال، شبكة المدربين العرب ATN.
- نفذت برنامج تدريب وإعداد المدربات بشهادات محلية ودولية، وشاركت في إعداد المدربات في عدد من القطاعات.
- نفذت عدد من البرامج التدريبية في المجال الإداري والتربوي والإرشاد الطلابي والاجتماعي والتطوير الذاتي.
- تأليف منهج مهارات الدراسة لطالبات السنة التحضيرية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ١٤٣٠هـ.
- المشاركة في تأليف وإعداد حقيبة تدريب المقبلين على الزواج بترشيح من جمعية التوعية والتأهيل الاجتماعي (واعي).
- إعداد وتدريب مدربات برنامج مهارات الكشف والتدخل المبكر في حالات الإساءة للأطفال، بترشيح من اللجنة الوطنية للطفولة ومنظمة اليونسيف، في كافة مناطق المملكة.
- حاصلة على درع القيادات المتميزة بمنطقة الرياض للعام الدراسي ١٤٢٩-١٤٣٠هـ.
- للتواصل: hindath@gmail.com

## الفهرس

الموضوع	الصفحة
الاستهلال	٥
الفصل الأول: الفرق بين الطلاق العاطفي والطلاق الشرعي والهجر	١١
- الفرق بين الطلاق العاطفي والطلاق الشرعي والهجر	١٣
الشيخ / سعد الحقباني	
الفصل الثاني: المظاهر والمؤشرات الدالة على وجود الطلاق العاطفي ومراحله	٢٧
- مظاهر الطلاق العاطفي	٣١
د. أسماء الحسين	
الفصل الثالث: سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي	٤٥
- سيكولوجية المطلق عاطفياً	٤٩
د. عبد الرحمن الصالح	
- سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي	٥٧
د. موسى آل زعله	
- سمات المطلقين عاطفياً	٧٩
د. موضي الزهراني	
- سمات الأزواج والزوجات المتعرضين للطلاق العاطفي	٨٧
د. هند الشميري	

الصفحة

الموضوع

١١٧		الفصل الرابع : أسباب ظهور الطلاق العاطفي
١٢١	د. إبراهيم النقيثان	- أسباب ظهور الجفاف (الطلاق) العاطفي
١٣٣	د. خالد الشريف	- أسباب ظهور الطلاق العاطفي
١٦٧	د. محمد السيف	- أسباب الطلاق العاطفي
١٩٣	أ. مها العمومي	- أسباب الطلاق العاطفي
٢٠١	د. موزة المالكي	- أسباب ظهور الطلاق العاطفي

الصفحة

الموضوع

- ٢٢٥ الفصل الخامس: الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي
- ٢٢٩ - الآثار المترتبة على الطلاق العاطفي د. أحمد البار
- ٢٥٩ الفصل السادس توجيهات للمسترشدين للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي
- ٢٦١ - توجيهات في التعامل مع مشكلة الجفاف العاطفي د. إبراهيم النقيشان
- ٢٨١ - توجيهات للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي د. عبد الرحمن الصالح
- ٢٨٧ - توجيهات للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي أ. مها العمومي
- ٣١١ - توجيهات عامة للمرشد للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي د. هدى السبيعي
- ٣٢١ - توجيهات للتعامل مع مشكلة الطلاق العاطفي د. هند الثميري

الصفحة

الموضوع

- ٣٤٧ الفصل السابع : الطلاق الشرعي أم الطلاق العاطفي؟ التكيف مع الطلاق العاطفي
- ٣٥١ - أيهم تختار الزوجة الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي أ. سلوى العمري
- ٣٦٥ - الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي؟ د. ظلال مداح
- ٣٩٥ - المرأة بين الرضى بالطلاق العاطفي وطلب الطلاق الشرعي د. عبد العزيز المقبل
- ٤٣١ - أيهما تختار الزوجة التعايش مع الطلاق العاطفي أم الطلاق الشرعي؟ د. موزة المالكي
- ٤٣٨ السير الذاتية للكُتاب