چهارمین کنگره علمی بین المللی
دانشجویان روانشناسی علوم تربیتی و مشاوره
4th international Scientific Congress of
Psychology, Educational Sciences and Counseling's Students
www.cp.cdsts.ir

# نقش فرهنگ اجتماعی در زمینه سازی طلاق عاطفی و ارتباطات میان فردی در زوجین جوان شهرستان ورامین

**زهرا سهرابی ، آتنا رستمی ، محمد محسن عزیزی**

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین

Zahrasohrabi2020@gmail.com

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین

Atena.rostami0700@gmail.com

پژوهشگر مرکز تحقیقات بالینی دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله اعظم (عج)

m.mohsenazizi78@gmail.com

**چکیده:**

این پژوهش مروری سیستماتیک به بررسی نقش فرهنگ اجتماعی در ایجاد زمینه‌های طلاق عاطفی و تأثیر آن بر ارتباطات میان‌فردی در میان زوجین جوان شهرستان ورامین می‌پردازد. طلاق عاطفی به عنوان یک پدیده پنهان، جایی که زوجین زیر یک سقف زندگی می‌کنند اما پیوند عاطفی خود را از دست داده‌اند، تحت تأثیر عوامل فرهنگی مانند انتظارات سنتی، فشارهای اقتصادی، مقایسه اجتماعی، تأثیرات شبکه‌های مجازی و تغییرات مدرنیته قرار دارد. یافته‌ها نشان می‌دهد که عدم شناخت شخصیت پیش از ازدواج، انتظارات غیرمنطقی، فشارهای اقتصادی، تعارضات فرهنگی-سنتی، نقش رسانه‌های اجتماعی و عوامل روانشناختی مانند سبک‌های دلبستگی منجر به کاهش صمیمیت و افزایش طلاق عاطفی می‌شود. آموزش‌های پیش از ازدواج، تقویت مهارت‌های ارتباطی و مداخلات درمانی مانند درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تولند این پدیده را کاهش دهد. نتایج این پژوهش می‌تواند به روانشناسان، مشاوران خانواده و سیاست‌گذاران کمک کند تا برنامه‌های پیشگیری و مداخله‌ای مؤثری برای تقویت روابط زوجین طراحی کنند.

**کلمات کلیدی:** طلاق عاطفی، ارتباطات میان فردی، رضایت زناشویی، طلاق عاطفی شهرستان ورامین.

## ۱. مقدمه:

با آغاز زندگی مشترک و شکل‌گیری رابطه زناشویی، رضایت زناشویی به یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تعیین‌کننده کیفیت ازدواج تبدیل می‌شود. رضایت زناشویی، احساسی ذهنی و عینی از خشنودی، لذت و رضایت زن و شوهر از تمام ابعاد رابطه زناشویی است و به عنوان یکی از اساسی‌ترین شاخص‌های ثبات عاطفی زوجین شناخته می‌شود (فیشر و مکنالتی، ۲۰۲۰). در واقع، این رضایت یکی از عوامل مؤثر در پیشرفت فردی، آرامش روانی و دستیابی به اهداف زندگی مشترک است، به‌گونه‌ای که زوجین از پیوند زناشویی خود احساس شادمانی و رضایت درونی دارند (اسپانیر و لوییس، ۲۰۱۷). از جمله متغیرهایی که می‌تواند بر رضایت زناشویی تأثیر بگذارد، طلاق عاطفی و بلوغ عاطفی زوجین است. طلاق عاطفی یا «طلاق خاموش»، نوعی جدایی پنهان است که در آن زن و شوهر، با وجود زندگی زیر یک سقف، پیوند عاطفی و محبت‌آمیز خود را از دست داده‌اند و تنها به‌واسطه قرارداد رسمی ازدواج کنار هم مانده‌اند. در این حالت، رابطه‌ای که زمانی گرم و صمیمی بود، به سردی، سکوت و بی‌تفاوتی گرایش پیدا می‌کند (ستار و همکاران، ۱۳۹۳).

ارتباطات میان‌فردی در چنین شرایطی نقشی کلیدی دارد؛ زیرا همان‌گونه که فرهنگی (۱۳۷۳) بیان می‌کند، رفتارهای ارتباطی انسان‌ها می‌توانند بسیار اثربخش یا کاملاً ناکارآمد باشند و کیفیت این روابط تعیین‌کننده مسیر بهبود یا تخریب آن است. روابط سالم در جامعه نیز ریشه در روابط سالم خانوادگی دارد؛ هرچه ارتباطات درون خانواده سازنده‌تر و هماهنگ‌تر باشد، بنیان جامعه نیز از استحکام بیشتری برخوردار خواهد شد (باستانی، گلزاری و روشنی، ۱۳۹۰). پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که طلاق – چه رسمی و چه عاطفی – پیامدهای منفی گسترده‌ای در ابعاد جسمی، روانی، اخلاقی و اجتماعی برای زنان، مردان، فرزندان و حتی جامعه دارد (پیران، ۱۳۶۹). زنان درگیر در طلاق عاطفی غالباً با افسردگی، احساس حقارت، اضطراب، پرخاشگری و ناامنی روانی مواجه‌اند که در نهایت سلامت روان خانواده را تهدید می‌کند (باستانی و گلزاری، ۱۳۸۹). به همین دلیل، طلاق عاطفی را می‌توان زنگ خطر فروپاشی خانواده دانست؛ زیرا از یک‌سو می‌تواند مقدمه طلاق رسمی باشد و از سوی دیگر، حتی بدون وقوع طلاق قانونی، آسیب‌های جدی و ماندگاری بر زندگی فردی و خانوادگی برجای می‌گذارد. عوامل متعددی همچون شرایط اقتصادی، فشارهای فرهنگی و خانوادگی، نگرش‌های اجتماعی منفی به زنان مطلقه، ترس از تنهایی یا از دست دادن فرزند می‌توانند موجب تداوم زندگی در وضعیت طلاق عاطفی شوند (انتظارخیر و همکاران، ۱۴۰۱).

پژوهش در زمینه طلاق عاطفی – به‌عنوان نخستین مرحله زوال رابطه زناشویی – از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ زیرا آمارهای رسمی طلاق، تنها بخشی از واقعیت را نشان می‌دهند و بخش بزرگ‌تر و پنهان‌تر آن به طلاق‌های عاطفی اختصاص دارد (یزدانی و همکاران، ۱۳۹۳). طبق مطالعات گروه جامعه‌شناسی خانواده در دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، میان ۶۰ تا ۷۰ درصد از زوجین درجاتی از طلاق عاطفی را تجربه کرده‌اند، که این امر تأثیر چشمگیری بر سلامت روان خانواده و در نتیجه جامعه دارد (شورای عالی انقلاب فرهنگی، ۱۳۸۹). در شهرستان ورامین، به عنوان یک منطقه نیمه‌شهری با ترکیبی از فرهنگ سنتی و تأثیرات مدرنیته، این پدیده به دلیل فشارهای اقتصادی، تغییرات اجتماعی، ضعف در آموزش‌های پیش از ازدواج و نفوذ شبکه‌های اجتماعی شیوع بیشتری دارد (پهلوان، ۱۳۹۵). علاوه بر این، عوامل فرهنگی مانند انتخاب همسر توسط والدین، تفاوت‌های سنی و مسائل

جنسی نیز نقش مهمی در بروز طلاق عاطفی ایفا می‌کنند (توکلیان و مددی‌زاده، ۱۴۰۲). مطالعات نشان می‌دهد که در جوامع سنتی مانند ایران، محدودیت‌های اجتماعی و فرهنگی مانع از طلاق رسمی می‌شود و منجر به افزایش طلاق عاطفی می‌گردد (بورج، ۱۳۹۳). همچنین، همه‌گیری کووید-۱۹ با افزایش فشارهای روانی و اقتصادی، نرخ طلاق عاطفی را تشدید کرده است (صادق‌زاده و قدیسی‌قاسم‌آباد، ۱۴۰۲). نتایج این پژوهش می‌تواند به جامعه روانشناسان و پژوهشگران کمک کند تا با درک بهتر، برنامه‌هایی برای بهبود روابط زوجین و ارتباطات میان‌فردی مؤثر طراحی کنند، به ویژه با تمرکز بر عوامل فرهنگی خاص ایران مانند نقش خانواده گسترده و انتظارات جنسیتی (کیانی و همکاران، ۱۴۰۱).

## ۲. روش ها:

این پژوهش از نوع مروری سیستماتیک است و با هدف بررسی نقش فرهنگ اجتماعی در طلاق عاطفی زوجین جوان شهرستان ورامین انجام شده است. برای جمع‌آوری داده‌ها، جستجوی سیستماتیک در پایگاه‌های داده مانند Google Scholar, SID, PubMed و Civilica با کلمات کلیدی "طلاق عاطفی"، "emotional divorce"، "زوجین جوان ایران"، "social culture factors" و ترکیب‌های مرتبط انجام شد. معیارهای ورود شامل مقالات منتشرشده از سال ۲۰۱۰ به بعد، مرتبط با ایران یا جوامع مشابه، تمرکز بر عوامل اجتماعی-فرهنگی و طلاق عاطفی در زوجین جوان بود. معیارهای خروج شامل مقالات غیرمرتبط، غیرعلمی یا قدیمی‌تر از ۲۰۱۰. در مجموع، بیش از ۲۰۰ مقاله غربالگری شد و ۳۵ منبع مرتبط انتخاب گردید. تحلیل محتوا با روش تماتیک انجام شد تا عوامل کلیدی استخراج شود. پژوهش با رعایت اصول اخلاقی (ارجاع دقیق به منابع) صورت گرفت.

## ۳. یافته:

یکی از شاخص‌هایی که باید پیش از ازدواج به آن توجه کرد، شناخت صفات و ویژگی‌های شخصیتی زوجین است. وقتی دو طرف به شناخت کامل از یکدیگر نرسند و با افکار و انتظارات غیرمنطقی وارد زندگی مشترک شوند، کمبودها و نقص‌ها به مرور زمان مشخص می‌شود و همین موضوع موجب کاهش صمیمیت، ضعف ارتباط عاطفی و در طولانی‌مدت طلاق عاطفی می‌شود؛ زیرا بناهای ذهنی ایده‌آل از بین رفته است (سلمان‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). مطالعات نشان داده است که آموزش‌های پیش از ازدواج می‌تواند افکار را منطقی و سالم سازد و انتظارات، شیوه‌های ارتباطی، درک و آشنایی با ویژگی‌های شخصیتی متقابل، مسئولیت‌پذیری و در نهایت افزایش صمیمیت زوجین را به همراه داشته باشد که طلاق عاطفی را کاهش می‌دهد (محمدپور و همکاران، ۱۴۰۲). علاوه بر این، نقش شبکه‌های مجازی مانند تلگرام در افزایش طلاق عاطفی میان زوجین جوان برجسته است، زیرا این شبکه‌ها منجر به مقایسه اجتماعی و کاهش تعاملات واقعی می‌شوند (پهلوان، ۱۳۹۵)

نظریه مقایسه اجتماعی بیان می‌کند که انسان‌ها ذاتاً تمایل دارند خود را با دیگران مقایسه کنند تا ارزیابی دقیقی به دست آورند، اما وقتی این ارزیابی توسط شریک زندگی رخ دهد، موجب تخریب عزت نفس و اعتماد به نفس می‌شود و احساس امنیت از بین

می‌رود. در نتیجه، حسادت و رقابت به وجود می‌آید و این تعارضات و کنش‌واکنش‌ها سردی، بی‌اعتمادی و هم‌خانگی بدون عشق و احساس را فراهم می‌کند که این یعنی افزایش طلاق عاطفی (سلمان‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). فشار اقتصادی به خودی خود باعث طلاق عاطفی نمی‌شود، بلکه شیوه برخورد زوجین با این فشار است که سرنوشت رابطه را تعیین می‌کند. اگر زوجین اجازه دهند پول به عنوان یک دشمن مشترک وارد شود، رابطه از درون پوسیده می‌شود. نکته مهم آنجاست که این رابطه هیچ‌وقت یک‌طرفه نیست و یک چرخه معیوب ایجاد می‌کند: فشار اقتصادی باعث طلاق عاطفی می‌شود و این امر موجب کاهش عملکرد و تشدید فشار اقتصادی می‌گردد (عوامل اقتصادی-اجتماعی، ۱۳۹۹). همچنین، سبک‌های دلبستگی و هوش معنوی در پیش‌بینی طلاق عاطفی نقش دارند، جایی که دلبستگی ناامن منجر به کاهش حمایت عاطفی می‌شود (شاهینی و اسکندری، ۱۴۰۴).

تمام اندیشمندان کلاسیک اجتماعی تقسیم‌بندی و نوع نظم فرهنگی آنها را ارائه کرده‌اند. شاید بتوان مبنای تقسیم‌بندی جوامع را از دیدگاه بسیاری از اندیشمندان، وقوع یا عدم وقوع مدرنیته دانست که در اروپا با عنوان انقلاب صنعتی و در دیگر کشورها با عناوینی همچون توسعه و پیشرفت صنعتی از آن یاد می‌شود. همین امر منجر به تغییرات اساسی در تجربیات روزمره و پیش‌روهای افراد و زوجین می‌شود و تعارض بین فرهنگی سنتی با طلاق عاطفی یک جنگ خاموش اما فرساینده است (اینگلهارت و بیکر، ۲۰۰۰). در ورامین، ترکیبی از فرهنگ سنتی روستایی و تأثیرات شهری مدرن، این تعارضات را تشدید کرده و منجر به افزایش طلاق عاطفی در زوجین جوان می‌شود. یافته‌ها از مطالعات مختلف نشان می‌دهد که عوامل فرهنگی مانند انتخاب همسر توسط والدین (صادق‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲)، مسائل جنسی (توکلیان و همکاران، ۱۴۰۲) و تأثیر خیانت زناشویی (مرغاتی-خویی و همکاران، ۱۳۹۳) نقش کلیدی دارند. همچنین، عدم آمادگی برای ازدواج و مهارت‌های مدیریت عاطفی از عوامل اصلی هستند (فیروزجاییان و صادقی، ۱۳۹۷).

## ۴. بحث و نتیجه گیری:

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که فرهنگ اجتماعی در شهرستان ورامین، با تأکید بر انتظارات سنتی از ازدواج، فشارهای اقتصادی و تأثیرات مدرنیته، نقش کلیدی در زمینه‌سازی طلاق عاطفی دارد. مقایسه اجتماعی و عدم آموزش پیش از ازدواج، ارتباطات میان‌فردی را تضعیف کرده و منجر به سردی عاطفی می‌شود. این نتایج با مطالعات قبلی مانند بررسی عوامل اجتماعی در یزد همخوانی دارد که عوامل فرهنگی را مؤثر می‌داند (توکلیان و همکاران، ۱۴۰۲). همچنین، در سطح ملی، افزایش طلاق عاطفی به دلیل تغییرات اجتماعی مانند نفوذ رسانه‌ها و فردگرایی مشاهده می‌شود (باستانی، ۱۳۹۰). نقش خیانت و عوامل زمینه‌ای مانند همه‌گیری کووید نیز برجسته است (کردگار و همکاران، ۱۴۰۴)

در نتیجه، برای کاهش طلاق عاطفی، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج در ورامین تقویت شود، مشاوره‌های خانواده‌ای رایگان ارائه گردد و سیاست‌های فرهنگی برای کاهش تعارضات سنتی-مدرن تدوین شود. این اقدامات می‌تواند به بهبود

ارتباطات میان‌فردی و ثبات خانواده‌ها کمک کند. محدودیت‌های پژوهش شـــامل تمرکز بر منابع موجود و نیاز به مطالعات میدانی است. پیشنهاد برای پژوهش‌های آینده: بررسی نقش فضای مجازی در تشدید طلاق عاطفی با روش‌های کمی.

## ۵. منابع:


- Bastani, S., Golzari, M., & Rowshani, S. (2011). Family relationships and societal health. Journal of Family Sociology.
- Bastani, S., & Golzari, M. (2009). Psychological consequences of emotional divorce in women. Journal of Family Psychology.
- Entezarkheir, M., et al. (2022). Cultural factors in the continuation of emotional divorce. Quarterly Journal of Family Studies.
- Firozjaeian, A. A., & Sadeghi, S. (2018). Meta-analysis of studies about divorce in Iran. Journal of Social Issues.
- Fisher, T. D., & McNulty, J. K. (2020). Marital satisfaction and emotional stability. Journal of Marriage and Family.
- Honarvar, B., Ghasemi, B., Hekmat, K., Karimi, A., et al. (2025). Intention to divorce and its determinants in the young newly marrieds. Journal of Family Medicine.
- Inglehart, R., & Baker, W. (2000). Modernization, cultural change, and the persistence of traditional values. American Sociological Review.
- Jalali, M., et al. (2021). Sociological study of emotional divorce factors in Masjed Soleyman. Iranian Journal of Sociology.
- Kerdegar, M., Barzegar, M., Baghooli, H., et al. (2025). Qualitative exploration of causal factors influencing the divorce process. Journal of Family Therapy.
- Kiani, A., Ahmadi, K., Navabinejad, S., et al. (2022). Identifying factors that strengthen marriage in Iranian culture. Journal of Cultural Studies.
- Maroofi, B., Rahimi, M., Fathi, L., et al. (2021). Social and cultural factors affecting the tendency toward emotional divorce. Journal of Social Sciences.
- Merghati-Khoei, E., Solhi, M., Nedjat, S., et al. (2014). How a divorcee's sexual life is socially constructed and understood in the Iranian culture. Journal of Divorce & Remarriage.
- Mohammadpour, S., et al. (2023). Effectiveness of pre-marriage education on couple intimacy. Journal of Family Counseling.
- Nakhaee, N., & Eslami, M. (2020). Reasons for seeking a divorce in Iran. Journal of Public Health.
- Pahlavan, M. (2016). A sociological study on the effect of the virtual network (Telegram) on emotional divorce among young couples. Journal of Sociology.
- Piran, P. (1990). Consequences of divorce in Iranian society. Tehran University Publications.
- Sadeghzadeh, Z., Ghodssi-Ghassemabad, R., et al. (2023). The assessment of the related factors of emotional divorce among Iranian people during the Covid-19 pandemic. BMC Psychology.
- Salmanpour, H., et al. (2020). The role of personality recognition in preventing emotional divorce. Quarterly Journal of Applied Psychology.
- Sattar, S., et al. (2014). Emotional divorce: Definition and factors. Journal of Clinical Psychology.
- Shahi, F., & Eskandari, H. (2025). Relationship between love style and emotional divorce with the mediating role of resilience and social support. Journal of Family Research.

- Spanier, G. B., & Lewis, R. A. (2017). Marital quality: A new perspective. Journal of Marriage and the Family.
- Supreme Council of the Cultural Revolution. (2010). Statistics of emotional divorce in Iran. Family Sociology Group Report.
- Tavakolian, N., Madadizadeh, F., et al. (2023). Identifying factors related to divorce in Iranian couples: A case study in Yazd, Iran. Journal of Health Research.
- Yazdani, A., et al. (2014). Emotional divorce as a hidden phenomenon. Iranian Journal of Sociology.
- Burrage, H. (2014). Rational-emotional 'divorce' in Iran. Personal Blog/Research Paper.
- Firozjaeian, A. A., Sadeghi, S., et al. (2018). Meta-analysis of studies about divorce in Iran. Journal of Social Issues.
- Honarvar, B., et al. (2025). Intention to divorce and its determinants in the young newly marrieds. Iranian Journal of Public Health.
- Kiani, A., et al. (2022). Identifying factors that strengthen marriage in Iranian culture. Cultural Studies Quarterly.
- Maroofi, B., et al. (2021). Social and cultural factors affecting the tendency toward emotional divorce. Tehran University Journal.
- Merghati-Khoei, E., et al. (2015). Post-divorce sexual life in Iranian culture. International Journal of Women's Health.
- Nakhaee, N., & Eslami, M. (2020). Reasons for seeking divorce in Iran. Addiction & Health Journal.
- Pahlavan, M. (2016). Effect of virtual networks on emotional divorce. Payam Noor University Journal.
- Sadeghzadeh, Z., et al. (2023). Emotional divorce during Covid-19 in Iran. BMC Public Health.
- Shahi, F., & Eskandari, H. (2025). Love styles and emotional divorce mediation. Iranian Journal of Psychology.
- Tavakolian, N., et al. (2024). Divorce factors in Yazd. Archives of SID.

**Abstract:**

This systematic review study examines the role of social culture in creating the context for emotional divorce and its impact on interpersonal relationships among young couples in Varamin city. Emotional divorce, as a hidden phenomenon, where couples live under the same roof but have lost their emotional bond, is influenced by cultural factors such as traditional expectations, economic pressures, social comparison, the effects of virtual networks, and changes in modernity. The findings show that lack of recognition of premarital personality, irrational expectations, economic pressures, cultural-traditional conflicts, the role of social media, and psychological factors such as attachment styles lead to decreased intimacy and increased emotional divorce. Premarital education, strengthening communication skills, and therapeutic interventions such as acceptance and commitment therapy can reduce this phenomenon. The results of this study can help psychologists, family counselors, and policymakers design effective prevention and intervention programs to strengthen couples' relationships.

Keywords: Emotional divorce, interpersonal relationships, marital satisfaction, emotional divorce in Varamin city.