

عنوان مقاله: عوامل تنهایی، عزلت و دنیا‌گریزی از دیدگاه روان‌شناسی اجتماعی

نویسنده: سلمان فیجان

تاس با نویسنده: [fijans@yahoo.com](mailto:fijans@yahoo.com)

- منابع :- مجله آفتاب شماره ۴ اسفند ۱۳۷۹،  
- ماکسی وبر/ دین، قدرت، جامعه/ ص ۳۷۵  
- روانشناسی از آغاز تاکنون/ ص ۱۷  
- روان‌شناسی اجتماعی / ص ۲۸۶.

#### نکات:

این مقاله مستقیماً مطالب درج‌شده در این مقاله برده و نویسنده آن می‌باشد.

سبب استفاده از مطالب این مقاله تنها اگر تمام نویسندگان و منابع آن مجاز می‌باشد.

چاپ برای دریافت و یا ارسال مقاله به دبیرخانه مقاله‌ها و کتاب است به نشانی [www.majhaleh.net](http://www.majhaleh.net) - شماره تماس: ۰۲۱-۸۸۸۸۸۸۸۸

روان شناسان به این سوال که چرا برخی از افراد با این که مایل به ایجاد رابطه هستند عملاً بدان موفق نیستند و بالاخره به تنهایی روی می آورند به طرق مختلف پاسخ داده اند.

برخی از روانشناسان از طریق الگوهای دل بستگی باتلیمو این موضوع را دنبال کرده اند و می گویند: همه ی افراد الگوی « ترسو» و « منعزل» در ایجاد رابطه با دیگران مردد و نامطمئن هستند که نتیجه اش تنهایی است». برخی دیگر فرض می کنند که تنهایی در کودکی شروع می شود» اگر کودکی نتواند مهارت های اجتماعی مناسبی کسب کند به هر دلیل که باشد به سادگی نمی داند که چگونه به صورت موفقیت آمیز با کودکان دیگر تعامل کند. مثلاً کودکی که در خود فرو رفته یا پرخاشگر است احتمال این که دیگران او را به عنوان یک همبازی نپذیرند بسیار است و اگر رفتار نامناسبش تغییر نکند، مشکلات میان فردی، علی القاعده از کودکی تا نوجوانی و جوانی ادامه می یابد.»

عدم اعتماد علت دیگر تنهایی افراد است « این گونه افراد علاوه بر احساس عدم مشابَهت با دیگران کم تر به کسی اعتماد می کنند» یکی از دلایل دیگر روی آوردن افراد به تنهایی که قبل از این هم ذکر شد این است که فرد تنها احساس می کند که مورد بی مهری کامل قرار گرفته و اجازه ندارد در فعالیت های مشترک با دیگران شرکت کند.

«تمایل عمومی بر این باور است که دیگران نگرشها و باورهای مشترک با ما دارند ( سوگیری توافق کاذب ) اما افرادی که احساس تنهایی می کنند چنین حقی ندارند».

یکی دیگر از علت های تنهایی افراد، برخوردار بودن یا نبودن از مهارت های اجتماعی می باشد « مثلاً یک نوجوان دارای مهارت اجتماعی ، صمیمی است، دارای حرمت نفس بالاست، به ندرت با عصبانیت واکنش نشان می دهد و به راحتی با دیگران سخن می گوید در مقابل فرد بدون مهارت اجتماعی ، خجالتی دارای حرمت نفس پائین و هنگام برخورد با غریبه کمروست .

نکته مهمی که در تمام عوامل ذکر شده در مورد تنهایی و دنیاگریزی به چشم می خورد این است که روانشناسان بیشتر از جنبه فردی به این قضیه پرداخته اند به بیان دیگر تمام علت های روی آوردن افراد به خلوت و تنهایی رابه دوش خود افراد انداخته اند و فرد بیمار را مقصر در ایجاد روابط اجتماعی می دانند و به طور کلی فرد را متعارض با جامعه می دانند نه جامعه را متعارض با فرد، در صورتی که جامعه نیز در موارد بسیاری در روی آوردن افراد به خلوت و تنهایی مقصر می باشد و تمام علت هایی که در مورد تنهایی افراد ذکر شد با تعاریفی که از روان شناسان اجتماعی می بینیم بسیار متناقض جلوه می کند. تعریفهایی زیادی برای روان شناسی ذکر شده است اما از مهمترین این تعریفها یکی انتخاب گردیده است: « روان شناسی اجتماعی تأثیر متقابل روانی میان انسان و جامعه را بررسی

می‌کند و مطالعه ای علمی درباره تأثیر فرایندهای شناختی و اجتماعی بر شیوه دریافت، تأثیرگذاری و ارتباط با دیگران است».

چنانچه در تعریف ذکر شده دقت شود، تأثیر متقابل بین فرد و جامعه مورد اهمیت قرار داده شده است ولی در عوامل یاد شده روان شناسان تنها به جنبه فردی موضوع پرداخته اند و منصفانه نیست که جنبه های اجتماعی آن در نظر گرفته نشود.

بدون شك جامعه و حتی در بعضی از مواقع دین و سیاست، دست به دست می دهند که بیشتر از آنکه افراد جذب دین و جامعه و سیاست شوند از آنها گریز داشته و رو به خلوت و تنهایی بیاورند. « هر جا که ادیان منادی رستگاری جماعت های مذهبی پدید آورده اند با نخستین چیزی که در افتاده اند، رابطه خویشاوندی بوده است. خویشاوندان همواره نگران بوده اند که مبدا دین پیوند آنها را سست کند. کسانی که نتوانند با اعضای خانواده خود خصومت بورزند نمی توانند در زمره پیروان عیسی مسیح درآیند. در انجیل آیه ای است که می گوید: « گمان مبرید که آمده ام تا سلامتی بر زمین بگذارم، نیامده ام تا سلامتی بر زمین بگذارم، بلکه شمشیر را»

درست است که گفته های ماکسی وبر بر خلاف اندیشه های اسلامی است و در دین اسلام سفارشات زیادی به مسلمانان درباره حضور در جمع و اجتماعات اسلامی و صلح رحم شده است، اما دین زدگی و فرار از مذهب و به طور کلی جامعه گریزی و روی آوردن به خلوت و عزلت در تمام ادیان می تواند اتفاق بیفتد و آسیب های جبران ناشدنی را بر پیکره ی دین و جامعه وارد سازد.

بنابراین عوامل بروز تنهایی و دنیاگریزی در افراد را از دیدگاه روان شناسی می توان به طور خلاصه این گونه بیان کرد:

- ۱- ترس و واهمه در ایجاد ارتباط با دیگران
- ۲- عدم اعتماد نسبت به دیگران
- ۳- احساس مورد بی مهری قرار گرفتن از سوی دیگران
- ۴- برخوردار نبودن از مهارت های اجتماعی
- ۵- عادت به تنهایی از دوران کودکی

« در حال حاضر خلوت و عزلت گزینی در جامعه به خصوص در میان جوانان در ایران نیز رو به افزایش است و کارشناسان آسیب های رفتاری هم نسبت به شیوع آسیب هایی همچون فرار از ارتباطات جمعی، گروهی و خویشاوندی و خلوت گزینی ناسالم، حداقل در نیمی از جامعه جوان هشدار می دهند. دکتر بهرام یگانه رئیس انجمن مبارزه با آسیب های رفتاری در این مورد می گوید: « عوامل مختلفی همچون تأمین نشدن نیازهای فردی، اعم از محبت از سوی والدین، یا اطرافیان و آغاز معاشرت با افراد ناسالم و مخالف با ارزش های اجتماعی از عواملی است که دوری جوانان از ارتباطات خانوادگی سالم و یا

گرایش به عزلت نشینی را به همراه دارد. وی ادامه می‌دهد که: ترک تحصیل و بیکاری و تن دادن به مشاغل ناسالم و غیر قانونی، گرایش به اعتیاد دخانیات یا مواد مخدر، رفتارهای خشونت آمیز و پرخاشگرانه، نداشتن الگوی سالم و پذیرفتنی و به طور عمده ناآگاهی نسبت به شیوه‌ها مهارت‌ها و کیفیت زندگی از دیگر مواردی است که در شیوع قابل توجه این آسیب در میان جوانان ایرانی مؤثر بوده است. در میان آثار منفی که رشد گرایش به فرد گرایی و دوری از ارتباطات جمعی و خویشاوندی سالم در جامع ایران را در پی دارد، تمایل به استفاده بی‌بیش از حد معقول از ابزارهای الکترونیکی از جمله کامپیوتر و تلفن همراه است.»

گروهی دیگر از روان‌شناسان علت‌های دیگری را باعث بوجود آمدن تنهایی در افراد بیان

می‌کنند: «جغرافیا، آب و هوا، فرهنگ و زبان، اگرچه فرم ذاتی تنهایی را تغییر نمی‌دهند، اما می‌توانند نحوه‌گوش و بیان را شکل دهند. روان‌شناسان به دو دسته «تنهایی» اشاره

می‌کنند: اول، تنهایی نهادی که ناشی از جامعه‌ی مدرن است و به شکل و ساختمان جامعه‌ی امروزی و بنای اقتصادی جامعه بستگی دارد. دوم، تنهایی اجتماعی، یعنی آنچه که به اصطلاح عام «مردم‌گریزی» تعبیر می‌شود. بسیاری از روان‌شناسان، منشأ این نوع تنهایی را کمبود محبت‌های عشقی و عاطفی دوران کودکی دانسته‌اند.

از جمله این روان‌شناسان می‌توان از هاری گون ترتیب Harry Guntrip نام برد. او «تنهایی اجتماعی» را سرچشمه بیماری‌های جدی روحی و روانی می‌داند.»

نویسنده: (سلمان فیجان ۱۴/۰۹/۱۳۸۹)

منابع:

- مجله آفتاب شماره ۴ اسفند ۱۳۷۹،

- ماکسی وبر/ دین، قدرت، جامعه/ ص ۳۷۵

- روانشناسی از آغاز تاکنون/ ص ۱۷

- روان‌شناسی اجتماعی / ص ۲۸۶.