



## A Phenomenological Study of Parents Lived Experience of “Loneliness” (Case Study of the Elderly in Tehran)\*

Khadijeh Safiri<sup>1</sup> | Mina Inanloo<sup>2</sup>

1. Professor, Department of Social Sciences, Faculty of Social Sciences and Economics, Alzahra University, Tehran, Iran. Email: [kh.safiri@alzahra.ac.ir](mailto:kh.safiri@alzahra.ac.ir)

2. Corresponding author, PhD Candidate, Department of Social Sciences, Faculty of Social Sciences and Economics, Alzahra University, Tehran, Iran.  
Email: [inanloo\\_mina@yahoo.com](mailto:inanloo_mina@yahoo.com)

### Article Info

#### Article type:

Research Article

#### Article history:

Received : 21 March 2022

Received in revised form: 13

July 2022

Accepted: 23 July 2022

Published online: 14

November 2022

#### Keywords:

Lived Experience,  
Loneliness, Phenomenology,  
Reproduction of Social  
Relations, Social Support,  
The Elderly

### ABSTRACT

**Introduction:** Due to social changes related to modernization, such as advances in health care technology, economic development, and advances in education, the position of the elderly in modern society has changed, and these changes have created problems and challenges for the elderly, the most important of which is marginalization and feelings of loneliness. Many seniors describe aging as a time of loneliness and fear it as an unpleasant experience. Although this feeling can be exacerbated by issues such as retirement, declining social relationships, increasing illness, and the death of a loved one, it is consistently overlooked. The purpose of this study is to analyze older people’s lived experience of loneliness from a sociological perspective and to examine how they cope with and adapt to loneliness.

**Methods:** This article examines the lived experiences of older people whose children have left home. For this purpose, in-depth interviews were conducted with 20 elderly men and women in Tehran and the collected data were analyzed using thematic analysis. The research area was some parks in Tehran because the interviewees could be easily reached there. The criterion for ending the interviews was data saturation.

**Findings:** The results of this study obtained by content analysis indicate 3 main themes (perception of loneliness, causes of loneliness, and compensation of loneliness) and 11 subthemes (fateful perception, satisfactory perception, conflicting perception, conflicting perception, marriage of children and death of spouse, distance one place, parenting styles, restoration of social relations, communication with God, and participation in some social and exchange-based activities).

**Conclusions:** The results of this study show that most study participants, whether they have fewer or more children, have experienced feelings of loneliness, but their perceptions and experiences of loneliness vary by social and cultural characteristics. For example, older people who are in a good financial position use bartering or some type of bargaining. That is, they provide services from their parents and receive support from their children. Older people who have a good education spend their time participating in certain activities, such as volunteering in NGOs. Also, the relationship with God in order to eliminate loneliness has proved that although it seems to be different from the solutions of modern sciences, it can definitely be the best and most desirable solution in the context of religious and Islamic culture. The results also show that both parents (men and women) face the problem of loneliness and with the death of their spouse, the marriage of their children may increase this feeling in them, but not all of them are passive and take active measures to overcome their loneliness. Finally, the results of this study indicate that the loneliness of the elderly and its elimination requires the adoption of supportive strategies by family members, health care providers, and policymakers.

**Cite this article:** Safiri, Kh. Inanloo, M. (2023). A phenomenological study of parents lived experience of “loneliness” (Case study of the elderly in Tehran). *Quarterly of Social Studies and Research in Iran*, 11 (4), 893-910.

DOI: <https://doi.org/10.22059/jisr.2022.341341.1294>

\* Independent authors



## مطالعه پدیدارشناختی تجربه زیسته والدین از تنهایی

## (مطالعه موردی سالمندان شهر تهران)\*

خدیجه سفیری<sup>۱</sup> | مینا اینانلو<sup>۲</sup>

۱. استاد گروه علوم اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصادی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران. رایانامه: [kh.safiri@alzahra.ac.ir](mailto:kh.safiri@alzahra.ac.ir)  
 ۲. نویسنده مسؤل، دانشجوی دکتری مسائل اجتماعی، گروه علوم اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصادی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.  
 رایانامه: [inanloo\\_mina@yahoo.com](mailto:inanloo_mina@yahoo.com)

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی	<b>مقدمه:</b> با توجه به تغییرات اجتماعی مرتبط با مدرنیزاسیون مانند پیشرفت فناوری بهداشتی، توسعه اقتصادی و پیشرفت‌های آموزشی، موقعیت سالمندان در جامعه مدرن تغییر کرده است و این تغییرات موقعیت برای سالمندان، آن‌ها را با مسائلی روبه‌رو کرده که مهم‌ترین آن حول آشنانه خالی و نحوه مواجهه آن‌ها با تنهایی است. از این‌رو پژوهش حاضر درصدد واکاوی درک و برداشت سالمندان از تنهایی و نحوه مواجهه آن‌ها با این مسئله است.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱/۲۰	<b>روش:</b> در این مقاله، تجربه زیسته والدین از تنهایی ناشی از آشنانه خالی با رویکردی پدیدارشناسانه بررسی می‌شود. به این منظور ۲۰ مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با افراد سالمند (۹ مرد و ۱۱ زن) انجام شده است.
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۴/۲۲	<b>یافته‌ها:</b> برآیند این مطالعه که از طریق تحلیل مضمون حاصل شده است، حاکی از سه مضمون اصلی (ادراک تنهایی، علل تنهایی و جبران تنهایی) و یازده خرده‌مضمون (ادراک تقدیرگرایانه، ادراک رضایتمندانه، ادراک منجرانه، ادراک متضاد، ازدواج فرزندان و فوت همسر، فاصله مکانی، سبک‌های فرزندپروری، بازآفرینی روابط اجتماعی، ارتباط با خدا و پرداختن به برخی فعالیت‌های اجتماعی و کنشگری مبتنی بر مبادله) است.
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۵/۱۲	<b>نتیجه‌گیری:</b> اکثر شرکت‌کنندگان این مطالعه - افراد دارای فرزندان کم یا زیاد و زنان و مردان - احساس تنهایی را تجربه کرده‌اند، اما نوع ادراک آن‌ها از تنهایی با توجه به ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی متفاوت است. همچنین تنهایی سالمندان و رفع آن نیازمند اتخاذ راهبردهای حمایتی از سوی اعضای خانواده، مراقبان سلامت و سیاست‌گذاران است.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۸/۲۳	<b>کلیدواژه‌ها:</b> بازتولید روابط اجتماعی، پدیدارشناسی، تجربه زیسته، تنهایی، سالمندان، حمایت اجتماعی.

**استناد:** سفیری، خدیجه و اینانلو، مینا (۱۴۰۱)، مطالعه پدیدارشناختی تجربه زیسته والدین از تنهایی (مطالعه موردی: سالمندان شهر تهران). فصلنامه مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، ۱۱(۴)، ۸۹۳-۹۱۰. DOI: <https://doi.org/10.22059/jisr.2022.341341.1294>

## مقدمه و طرح مسئله

خانواده به‌عنوان نهادی اساسی، حمایت‌های اجتماعی و اقتصادی را از افراد در مراحل مختلف زندگی فراهم می‌آورد و طی دوره‌های مختلف، مسئولیت‌های مختلفی نسبت به اعضای خود دارد. درحالی‌که بخشی از مسئولیت‌های خانواده حمایت از اطفال و کودکان است، در مراحل دیگر، مسئولیت حمایت از سالمندان برعهده دیگر اعضای خانواده است که به نسل بعد مربوط می‌شود. در بررسی وضعیت خانواده طی تاریخ مشاهده می‌شود که در گذشته خانواده‌ها احساس مسئولیت بیشتری نسبت به سالمندان داشتند، اما با گذشت زمان و صنعتی و شهری شدن جوامع، امروزه این احساس مسئولیت نسبت به آن‌ها کاهش یافته و این خود سبب شده است تا بسیاری از سالمندان در سنین بالا دچار احساس انزوا، تنهایی، رهاشدگی و طرد شوند (شیخی، ۱۳۹۶: ۱۰۳)؛ به‌طوری‌که بسیاری از سالمندان دوران پیری را دوران تنهایی توصیف می‌کنند و به‌عنوان تجربه‌ای ناخوشایند از آن هراس دارند (هروی کریموی و همکاران، ۱۳۸۲). همچنین احساس تنهایی می‌تواند در کنار ارزش‌ندادن به سالمندان، بازنشستگی و کاهش درآمد ناشی از آن، کاهش ارتباطات اجتماعی، افزایش بیماری، فوت یکی از نزدیکان و سایر مسائلی که افراد در دوران سالمندی با آن مواجه هستند، تشدید شود؛ به‌طوری‌که نتایج بسیاری از تحقیقات جهانی مبین این هستند که این احساس به پدیده‌ای گسترده و فراگیر تبدیل شده که ۲۵ تا ۵۰ درصد کل جمعیت بالای ۶۵ سال را برحسب سن و جنس تحت تأثیر قرار داده است (دوالمینگ و همکاران، ۲۰۱۰).

در ایران نیز طی سال‌های اخیر با کم‌شدن متوسط بعد خانوار، افزایش امید به زندگی و نیز افزایش سالخوردگی انتظار می‌رود مسائلی از این دست به‌وفور مشاهده شود؛ به‌طوری‌که گزارش سرشماری نفوس و مسکن آمار ایران<sup>۱</sup> حاکی از این است که با کاهش بعد خانوار از ۳/۵ در سال ۱۳۹۰ به ۳/۳ در سال ۱۳۹۵ و افزایش امید به زندگی مردان از ۷۲/۱ درصد در سال ۱۳۹۰ به ۷۲/۵ درصد در سال ۱۳۹۵ و برای زنان از ۷۳/۱ درصد در سال ۱۳۹۰ به ۷۵/۵ درصد در سال ۱۳۹۵ شاهد تغییرات جمعیتی و افزایش سهم سالخوردگان و در نتیجه نیاز به تقویت شبکه حمایتی غیررسمی خصوصاً از ناحیه فرزندان ازدواج‌کرده هستیم (فرزندانی که با مسئله هم‌مکانی مخالف‌اند و به‌نومکانی که فرایندی اجتناب‌ناپذیر در ساختار خانواده هسته‌ای است، روی آورده‌اند). اهمیت توجه به این نکته اگرچه سبب شده در چند سال اخیر شاهد مطالعاتی در حوزه‌های مختلف اعم از انسان‌شناسی، جامعه‌شناسی و روان‌شناسی درباره بحث حمایت اجتماعی و روابط والدین و فرزندان در قالب مفهوم «انسجام خانوادگی» باشیم که از آن جمله می‌توان به لادیتکا و لادیتکا (۲۰۰۱)، (وارد و همکاران (۲۰۱۴)، میلیکی و همکاران (۲۰۰۸)، هارتنت و همکاران (۲۰۱۲) و در ایران می‌توان به مواردی از قبیل باستانی و ذکریایی سراجی (۱۳۹۱)، سفیری و همکاران (۱۳۹۹) و کریمی (۱۳۸۶) اشاره کرد، اما باید اذعان داشت که عمده توجهات این پژوهش‌ها به رابطه والد و فرزندی به شیوه پیمایش و ذیل انواع کمک‌ها و حمایت‌هایی است که یا والدین برای فرزندان فراهم می‌کنند یا فرزندان برای بزرگسالان و در نتیجه آنچه تجربه والدین سالمند از تنهایی است، به نظر می‌آید جز در مواردی محدود مورد توجه محققان علوم اجتماعی قرار نگرفته است. این در حالی است که با افزایش تعداد سالمندان، طبق سرشماری نفوس و مسکن<sup>۲</sup> و با بروز تغییرات ارزشی و هنجاری، پرداختن به مسائلی از این دست می‌تواند مفید و مؤثر باشد.

1. <https://www.amar.org.ir/>

۲. طبق آخرین سرشماری مرکز آمار ایران که در سال ۱۳۹۵ انجام شد، تعداد جمعیت سالمندان ۶۵ ساله و بالاتر ۴ میلیون و ۸۷۱ هزار و ۵۱۸ نفر بود. همین مرکز در پیش‌بینی‌های جمعیتی خود برآورد کرده است که این تعداد به‌ترتیب در سال ۱۴۰۵ به ۷ میلیون و ۵۵ هزار نفر، در سال ۱۴۱۰ به ۸ میلیون و ۵۸۶ هزار نفر و در سال ۱۴۱۵ به ۱۰ میلیون و ۴۶۶ هزار نفر می‌رسد.

از این‌رو، نظر به این خلأ و دغدغه مطالعاتی بر آن شدیم در این پژوهش، از طریق مطالعه پدیدارشناختی، تجارب زیسته والدین سالمند شهر تهران از تنهایی را بررسی و واکاوی کنیم. در این راستا سؤالات مورد نظر در این پژوهش عبارت بودند از: درک و برداشت والدین سالمند تهرانی از تنهایی چیست؟ علل ایجاد آشیانه خالی و تنهایی متعاقب آن چیست؟ والدین سالمند تهرانی برای سازگاری با تنهایی ناشی از آشیانه خالی چه می‌کنند و چگونه تنهایی خود را سپری می‌کنند؟

### پیشینه پژوهش

درباره احساس تنهایی سالمندان، مطالعات گسترده‌ای در داخل صورت گرفته که تعدادی از آخرین این پژوهش‌ها عبارت‌اند از: آزاد ارمکی و همکاران (۱۴۰۰)، علی‌کرمی و همکاران (۱۳۹۸)، صادقی و باوزین (۱۳۹۸)، ایمان‌زاده و علیپور (۱۳۹۶)، ضرغامی و محمودیان (۱۳۹۵)، میردريکوند و همکاران (۱۳۹۵)، صادقی فسایی و خادمی (۱۳۹۲)، باستانی و همکاران (۱۳۹۲)، باستانی و ذکریای سراجی (۱۳۹۰).

در خارج از ایران هم مطالعات متعددی صورت گرفته است که از آن جمله می‌توان به گانمولر (۲۰۲۲)، بوگنا و دسپاتی (۲۰۲۰)، حشمتی و همکاران (۲۰۲۱)، سایتو و همکاران (۲۰۲۱) و گر و مورلی (۲۰۲۰)، پانویاتا و همکاران (۲۰۱۶)، کاپادیا و همکاران (۲۰۱۶)، ژانگ و مائو (۲۰۱۶)، گانگ و همکاران (۲۰۱۵) و کارمونا و همکاران (۲۰۱۴) اشاره کرد. بررسی این تحقیقات حاکی از این است که اکثر آن‌ها در حوزه روان‌شناسی و با روش کمی انجام شده‌اند. از سوی دیگر، آن دسته از تحقیقات اجتماعی که به موضوع تنهایی سالمندان پرداخته‌اند، آن را در کنار مسئله طرد اجتماعی با متغیر حمایت اجتماعی در ارتباط قرار داده‌اند. از این‌رو تفاوت اساسی مقاله حاضر با این پژوهش‌ها در این است که از یک سو صرفاً به درک و برداشت والدین سالمند از تنهایی و چگونگی سازگاری آن‌ها با تنهایی می‌پردازد و از سوی دیگر از طریق مطالعه کیفی پدیدارشناسانه، این مسئله را در میان سالمندان شهر تهران که از نظر مکان تحقیق متفاوت با مطالعات پیشین است، بررسی کند.

### چارچوب مفهومی

خانواده از بنیادی‌ترین نهادهای اجتماعی است که از دیرباز محل تربیت و نگهداری چندین نسل با یکدیگر بوده است. خانواده هسته‌ای شکل تغییر یافته از خانواده گسترده است که بر اثر الزام‌های مدرنیته، بسیاری از کارکردهای خود را از دست داده و روزه‌روز در حال کوچک شدن است. صنعتی شدن و گسترش مدرنیته به تطابق خانواده با دیگر نهادهای اجتماعی منجر شد. جدایی کار از خانواده، شهرنشینی، اهمیت زمان و آهنگ سریع حمل‌ونقل، گسترش تحصیلات عمومی به‌خصوص افزایش تحصیلات زنان، شکل‌گیری اوقات فراغت و تعطیلی، افزایش مطالبات سیاسی، اقتصادی و اجتماعی زنان، حضور فعال آنان در عرصه‌های عمومی و اقتصادی، افزایش سن ازدواج و کاهش باروری، دگرگونی ارزشی، شیوع فردگرایی و لذت‌جویی از زندگی از پیامدهای مهم مدرنیته بود که تأثیر مهمی بر نهاد خانواده گذاشت. به‌زعم پارسونز، کارکردهای خانواده جوانان را وادار به طرد خانواده جهت‌یاب می‌کند؛ به‌نحوی که بلوغ و آمادگی برای ایجاد خانواده فرزندیاب را که از وابستگی‌های خویشاوندی رها باشد، در آنان به‌وجود می‌آورد (اعزاز، ۱۳۸۷: ۶۸). خانواده فرزندیاب یا خانواده هسته‌ای به دلیل داشتن زندگی مستقل و فاصله جغرافیایی از خانواده جهت‌یاب که همان خانواده مبدأ فرد است، نومکان خوانده می‌شود. همچنین این خانواده به لحاظ مالی استقلال یافته است و زیر سایه اقتصادی والدین به سر نمی‌برد و موقعیت اقتصادی و اجتماعی خود را با موقعیت شغلی مرد (شوهر) به تثبیت می‌رساند (لیبی، ۱۳۹۳: ۳۰۲). به عقیده دورکیم نیز بحران جامعه جدید، از هم‌پاشیدگی اجتماعی و ضعف پیوندهایی است که فرد را به گروه مرتبط می‌کند. به عقیده او با

انتقال از همبستگی مکانیکی به همبستگی ارگانیک، ارزش‌های جمعی افراد ضعیف می‌شود، تعهد افراد به جامعه کاهش پیدا می‌کند و هر فردی تلاش می‌کند تا تمایلات شخصی خودش را دنبال کند. زمانی که هیچ سدی در مقابل تمایلات فرد وجود ندارد و هیچ نوع امکانات و شرایط عینی نمی‌تواند پاسخگوی آن باشد، پیوند افراد با جمع که سرچشمه اخلاقیات است، از میان می‌رود. درواقع در رویکرد دورکیم، تنهایی سالمندان ناشی از گسسته‌شدن پیوندهای آن‌ها از گروه‌های اجتماعی و دگرگونی ارزشی ناشی از مدرنیته است (خوش‌بیانی و بابایی‌فرد، ۱۴۰۱: ۳۱۵).

اینگلهارت نیز به تغییرات ارزشی در خانواده اشاره می‌کند. به‌زعم وی، مراحل مختلف نوسازی، مجموعه متمایزی از تغییرات در جهان‌بینی‌های افراد را به همراه می‌آورد. صنعتی‌شدن به فرایند عمده‌ای از تغییرات منجر شده است که بوروکراتیک‌شدن، تمرکز اقتدار، سکولاریته و دگرگونی ارزش‌ها از سنتی به سکولار-عقلانی را به همراه می‌آورد. با رشد جامعه فراصنعتی، روند جدید بر افزایش استقلال انسانی و ارزش‌های ابراز وجود تأکید دارد که به رشد رهایی از اقتدا منجر شده است (اینگلهارت، ۱۳۸۹: ۱۴). علاوه بر تقلیل کارکرد خانواده به یک واحد عاطفی صرف، کم‌شدن کارکرد حمایتی و مراقبتی خانواده نیز در قبال اعضای خانواده، از تأثیرات مهم نوسازی به‌شمار می‌آید. بدین‌ترتیب خانواده به یک واحد هسته‌ای استوار بر فردگرایی تبدیل می‌شود. در فرایند نوسازی، خانواده‌محوری جای خود را به فردمحوری می‌دهد و هم‌زمان بسیاری از کارکردهای قدیمی خانواده مانند امور آموزشی و مراقبتی به سازمان‌ها و نهادهای جدید واگذار می‌شود. گسترش لذت‌گرایی در چارچوب خانواده سبب می‌شود که اعضای خانواده از هر عاملی که موجب بهره‌مندشدن آنان از لذت شود، دوری گزینند.

سالمندان از جمله افرادی هستند که بیشترین آسیب‌ها را از این دگرگونی متحمل شدند. آنان جایگاه و احترام گذشته را از دست دادند و از نظر اجتماعی مطرود شدند. دیگر کمتر کسی حاضر به پذیرش و تیمارداری آن‌ها می‌شود یا حتی وقت و ابزار مناسب را برای مراقبت از آن‌ها در اختیار دارد. بدین‌ترتیب خانه‌های سالمندی به‌عنوان مکان جدید زندگی سالمندان گسترش یافت. همچنین فردگرایی حاکم بر نظام خانواده در سالمندان نیز تأثیرگذار بوده و آنان خود را از دیگران که تصور می‌کنند مزاحمتی برای آنان دارند، دور می‌کنند و این خود عاملی مضاعف برای انتخاب زندگی تنهایی آنان است (علی‌کرمی و همکاران، ۱۳۹۸: ۱۳).

## روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش، از روش پدیدارشناسی و برای تحلیل و تفسیر داده‌ها از تکنیک «تحلیل مضمون» که از پرکاربردترین و متعارف‌ترین روش‌های تحلیل داده‌های کیفی است، استفاده شده است. در یک بیان ساده باید گفت این روش بر مشخص کردن، بررسی و ضبط الگوها و مضامین در داده‌ها تأکید دارد و بر شناسایی تمایلات و الگوهای زندگی و گفت‌وگو میان افراد با هدف تولید و توصیف راهبردها و رفتارها متمرکز است (کلارک و براون، ۲۰۰۶: ۷۹ به نقل از ذکایی، ۱۳۹۹: ۸۴).

برای انتخاب مشارکت‌کنندگان از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. در این روش، عموماً عام‌ترین ویژگی‌های تیپ مطلوب نمونه در نظر گرفته می‌شود و محقق می‌کوشد دریابد این افراد را در کجا می‌توان پیدا کرد و سپس در پی مطالعه آن‌ها برمی‌آید (بیکر، ۱۳۸۹: ۱۸۹). براین‌اساس در این مطالعه با توجه به موضوع مورد نظر، یکی از والدین (پدر یا مادر) که فرزندانشان ازدواج کرده‌اند و در جای دیگری سکونت دارند یا اینکه فرزندانشان به دلایل تحصیلی یا شغلی با آن‌ها زندگی نمی‌کنند، برای مصاحبه نیمه‌ساختاریافته انتخاب شدند. با توجه به اینکه در نظر داشتیم دایره انتخاب مشارکت‌کنندگان به لحاظ تحصیلات و پایگاه اقتصادی تنوع لازم را داشته باشد، نمونه‌ها از پنج پارک در سه منطقه تهران انتخاب شدند: پارک قیطریه (منطقه ۱)، پارک اوستا و دامپزشکی (منطقه ۱۱) و پارک تیر و بنفشه (منطقه ۱۸). ملاک پایان نمونه‌گیری اشباع داده‌ها، یعنی شنیدن پاسخ‌های تکراری بود. در این

پژوهش، اشباع داده‌ها با ۲۰ مصاحبه (۹ مرد و ۱۱ زن) به دست آمد. علت مراجعه محققان به پارک‌ها، سهولت دسترسی به مصاحبه‌شوندگان با توجه به شرایط فوق بود؛ یعنی کسانی که تنهایی را تجربه کرده بودند؛ زیرا برخی از والدین حداقل یک فرزند مجرد ولو با سن بالا در خانه دارند. همچنین انتخاب دو جنس زن و مرد در این مطالعه به دلیل دستیابی به تنوع ادراک مصاحبه‌شوندگان از تنهایی و تفاوت ادراک‌ها بود.

جدول ۱. مشخصات مشارکت‌کنندگان

شماره	جنس	سن	تحصیلات	شغل	تعداد فرزندان	محل سکونت
۱	مرد	۸۵	بی‌سواد	بازنشسته اداره کشاورزی	۲ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱۱
۲	مرد	۷۵	دیپلم	بازنشسته کارخانه دخانیات	۱ دختر و ۲ پسر	منطقه ۱۱
۳	زن	۶۴	بی‌سواد	خانه‌دار	۱ پسر	منطقه ۱۱
۴	زن	۹۰	پنجم ابتدایی	خانه‌دار	۳ دختر و ۲ پسر	منطقه ۱۱
۵	مرد	۷۱	چهارم ابتدایی	باتری‌ساز	۱ دختر و ۲ پسر	منطقه ۱۱
۶	زن	۵۴	دیپلم	خانه‌دار	۱ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱۱
۷	مرد	۷۰	لیسانس	بازنشسته کارمند	۲ پسر	منطقه ۱۱
۸	مرد	۶۵	دکتری	هیئت‌علمی	۲ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱
۹	مرد	۸۲	فوق‌لیسانس	بازنشسته رئیس شعبه	۲ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱
۱۰	زن	۶۴	فوق‌لیسانس	مدیر ان‌جی‌او	۱ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱
۱۱	زن	۶۵	دیپلم	خانه‌دار	۱ دختر و ۲ پسر	منطقه ۱
۱۲	مرد	۷۵	بی‌سواد	راننده لودر	۳ دختر و ۲ پسر	منطقه ۱
۱۳	مرد	۷۴	فوق‌دیپلم	بازنشسته نیروی هوایی	۱ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱
۱۴	زن	۵۴	دیپلم	قالی‌باف	۱ دختر و ۲ پسر	منطقه ۱
۱۵	مرد	۷۴	فوق‌لیسانس	مهندس عمران	۲ دختر	منطقه ۱
۱۶	زن	۷۰	فوق‌لیسانس	بازنشسته پتروشیمی	۱ دختر	منطقه ۱
۱۷	زن	۵۵	پنجم ابتدایی	خانه‌دار	۱ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱۸
۱۸	زن	۶۰	پنجم ابتدایی	خانه‌دار	۳ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱۸
۱۹	زن	۶۴	پنجم ابتدایی	خانه‌دار	۲ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱۸
۲۰	زن	۶۰	بی‌سواد	خانه‌دار	۳ دختر و ۱ پسر	منطقه ۱۸

## یافته‌ها

خروجی نهایی تحلیل مصاحبه‌ها در قالب سه مضمون اصلی و یازده خرده‌مضمون به شرح زیر تنظیم و مرتب شدند. این مضمون‌ها بیانگر و توصیف‌کننده مؤلفه‌ها و محورهای تجربه تنهایی و نحوه سازگاری والدین تنها با آن‌ها هستند.

جدول ۲. مقوله‌های اصلی و خرده‌مقوله‌های مستخرج از مصاحبه‌ها

خرده‌مقوله‌ها	مقوله‌های اصلی
ادراک تقدیرگرایانه	ادراک تنهایی
ادراک رضایتمندانه	
ادراک منجرانه	
ادراک متضاد	
ازدواج فرزندان و فوت همسر	علل تنهایی
فاصله مکانی	
سبک‌های فرزندپروری	
بازآفرینی روابط اجتماعی	جبران تنهایی
ارتباط با خدا	
پرداختن به برخی فعالیت‌های اجتماعی	
کنشگری مبتنی بر مبادله	

## ۱. ادراک سالمندان از تنهایی

درک سالمندان از آشیانه خالی و تنهایی ناشی از ترک فرزندان متفاوت است. برخی دیدی تقدیرگرایانه و مصلحت‌گرایانه به تنهایی دارند و با متصل ساختن آن به چرخه زندگی، به نوعی از احساس رضایت دست می‌یابند. برخی از والدین آشیانه خالی و رضایت از آن را نه از روی مصلحت و تقدیر، بلکه برای رهایی از فشار مسئولیت و زمانی برای خودبودن می‌دانند. برخی دیگر نیز نمی‌توانند خود را با شرایط موجود وفق دهند و تنهایی خانه برایشان حزن و اندوه فراوان به همراه می‌آورد.

**۱-۱. ادراک تقدیرگرایانه:** عده‌ای از والدین، ازدواج و ترک فرزندان و تنهایی ناشی از آن را به‌منزله چرخه‌ای از زندگی می‌پندارند که باید سپری شود و چنین نگرشی به زندگی و قانون طبیعت سبب پذیرش تنهایی می‌شود. این نوع نگاه به ازدواج فرزندان در گفت‌وگوهای برخی از مشارکت‌کنندگان چنین نمایان شد: «راضی‌ام. اون‌ها هم تو زندگی خودشون هستند. اون موقع بودن که کمک می‌کردن. حالا که ازدواج کرده‌ن سر زندگی خودشون هستن. ما هم دونفری سر زندگی خودمون هستیم. پرنده، یا کریم یا مرغ موقعی که ۱۰ یا ۱۱ تا جوجه درمی‌آره هیچ‌کس جرئت نمی‌کنه دست دراز کنه و جوجه‌هاشو برداره، ولی وقتی جوجه بزرگ شد، دیگه از مادر جدا می‌شه. همه همین. یعنی تا آخر برای هم نمی‌مونن. آدمیزاد هم همین جوریه. حالا بعضیا از نظر مادیات خوبن، بهتر زندگی می‌کنن. بعضیا مادیاتشون ضعیفه، خوب زندگی نمی‌کنن» (مشارکت‌کننده ۱). «طبیعت اینه دیگه، مگه برای شما ازدواج کنن نمی‌خوان بذارن برن؟ الان اون دخترم دو تا بچه داره. دخترش کانادا رفته پسرشم مهندسه و زن گرفته و رفته. ازدواج کنن می‌رن دیگه. از قدیم گفتن اولاد نونش پراکنده‌ست. مثلاً پسر زن می‌گیره معلوم نیست سر از کجا درمی‌آره. دختر هم شوهر می‌کنه معلوم نیست کجا زندگی کنه. فقط باید از خدا خواست تا خوشبخت بشن و یه شیرپاک‌خورده نصیبتون بشه» (مشارکت‌کننده ۴). «روالیه که از بنیاد بوده و نمی‌شه ازش فرار کرد. جوون وقتی به سن بلوغ رسید، باید ازدواج کنه و بره. چه من بخوام چه نخوام،

چه نتیجه بگیرم چه نگیرم. این طبیعت و کاری هم نمی‌شه کرد» (مشارکت‌کننده ۵). «بچه‌ها باید برن، نمی‌شه که پیش ما بمونن. بچه‌های شما هم ازدواج کنن نمی‌شه بمونن. یه روز بچه‌های شما هم ازدواج می‌کنن می‌رن. طبیعت اینه. چرخه زندگی اینه. زندگی باید بچرخه» (مشارکت‌کننده ۶). «در طول تاریخ بشر از اول بوده. همون جور که ما خونه پدر و مادر بودیم، هردوشون رو ول کردیم و رفتیم سراغ کار و زندگی مون. اون که شهرستان بود سالی یه بار، اون که تهران بود هفته‌ای یه بار بهش سر می‌زد. پدر و مادر آخرش تنها هستن» (مشارکت‌کننده ۱۳). «زندگی همینه. بچه‌ها بزرگ می‌شن و می‌رن همون‌طور که ما پدر و مادرمون رو رها کردیم. نمی‌تونیم تا ابد پیش خودمون نگهشون داریم» (مشارکت‌کننده ۹).

اگر خانواده را نظام اجتماعی منحصر به فردی در نظر بگیریم که عضویت در آن براساس پیوندهای زیستی، قانونی، عاطفی، جغرافیایی و تاریخی است و برخلاف سایر نظام‌های دیگر، ورود به آن فقط از طریق تولد، فرزندخواندگی، قبول سرپرستی کودک یا ازدواج انجام می‌گیرد و همچنین اعضا صرفاً به واسطه مرگ یا طلاق قادر به ترک هستند، می‌توانیم بگوییم چرخه زندگی از مراحل می‌گذرد که مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: ۱. تجربه‌اندوزی در خانواده اصلی، ۲. استقلال و آماده‌شدن برای ترک منزل، ۳. نامزدی و عقد، ۴. زوجین بدون فرزند، ۵. خانواده با فرزندان کوچک، ۶. خانواده با فرزندان نوجوان، ۷. بیرون‌رفتن فرزندان و سندرم آشیانه خالی، و ۸. انتهای زندگی (فاتحی و همکاران، ۱۳۸۴).

بنابراین مسلم است مرحله اول از چرخه زندگی با وجود امنیت فراوان نمی‌تواند همیشه ادامه یابد؛ به طوری که با گذر زمان و طی شدن دوره طفولیت و کودکی و به عبارتی با رشد کودک، از میزان وابستگی او به والدین کاسته و کسب استقلال هدف اصلی زندگی کودکی می‌شود که اکنون به‌عنوان فرد بزرگسال شناخته می‌شود. بوژنکو (۲۰۱۱) معتقد است این فرایند هنگامی که افراد شروع به رفتار کردن به‌عنوان شریک، ابزار احترام و توجه به هم بدون وابستگی به یکدیگر می‌کنند، آغاز می‌شود و به تدریج ادامه پیدا می‌کند.

**۱-۲. ادراک رضایتمندان:** یکی از درون‌مایه‌های مشترکی که از خلال صحبت‌های مشارکت‌کنندگان حاصل شد، برخورد با تنهایی نه از روی اجبار بلکه از روی میل و علاقه بود. عمده‌ترین مواردی که مشارکت‌کنندگان بدان اشاره کرده‌اند، عبارت‌اند از: احساس آسودگی و راحتی، بی‌دردسری در تنهایی خود، داشتن اختیار و آزادی عمل در زندگی، و نداشتن مسئولیت در قبال فرزندان. این میل و علاقه از دو منبع نشئت می‌گیرد: ۱. سبک زندگی پیشین که به دلیل وجود فرزندان تا مدتی متوقف شده بود و ۲. مسائل و مشکلاتی که فرزندان پس از ازدواج با خود به خانه پدری و مادری به همراه می‌آورند. در گفت‌وگوهایی که در ذیل آورده شده است، هر دو وجه نمایان هستند: «به خدا خوشی تنهایی اینه که کسی بالا سرت نیست دستور بده کجایی؟ چرا نیستی؟ غذا چی پختی؟ شام چی پختی؟ ناهار چی پختی؟ راحتم» (مشارکت‌کننده ۱۸). «بچه‌ها چه بیان چه ناراحت نمی‌شم؛ یعنی برام آزاردهنده نیست. منم اتفاقاً وقتی نیستن راحتم. جاهایی که دلم می‌خواد رو می‌رم» (مشارکت‌کننده ۱۱). «خوبه. تازه یاد ایام جوانی افتادم. اون موقع دوتایی بودیم. الان هم دوتایی هستیم و بی‌دردسر. از این وضعیت خوشحالم؛ چون همسرم رو دوست دارم، اونم منو دوست داره. الان هم تنها شدیم باز خوشحالم» (مشارکت‌کننده ۳).

**۱-۳. ادراک منزجرانه:** از منظر برخی از شرکت‌کنندگان، تنهایی به «سکوت»، «خاموشی» و گاه به «زندان» تعبیر شده است. به این معنا که برخی از والدین حتی با وجود چندین سال از ترک فرزندان نتوانسته‌اند خود را با شرایط موجود تطبیق داده و آن را بپذیرند. این نوع از والدین حتی به دلیل ویژگی و وابستگی عاطفی به فرزندان بیش از دیگر سالمندان، مستعد سندرم آشیانه خالی هستند. سندرم آشیانه خالی به احساس افسردگی، ناراحتی و اندوهی اطلاق می‌شود که توسط والدین یا سرپرست فرزندان که بزرگ می‌شوند و خانه پدری را ترک می‌کنند، تجربه می‌شود. این می‌تواند بعد از رفتن فرزندان به دانشگاه در شهری دیگر یا با ازدواج



مستقل شدنشان باشد. وجود احساس اضطراب، غم و افسردگی همه از پیامدهای این سندرم هستند: «وقتی بچه نیست خونه انگار چراغ نداره. مثل خونه‌ای هست که انگار توش زن نیست. شما خانم نداشته باشید. وقتی می‌رید خونه، تاریکه خاموشه. غذا ندارید. زندگی خوبی ندارید. بچه‌ها که باشن، خیلی تأثیر داره» (مشارکت‌کننده ۲). «به نظر من خونه نباید خالی باشه. من دلم می‌گیره وقتی تنها باشم. تنهایی فقط برای خداست» (مشارکت‌کننده ۲۰). «به‌هرحال هر چقدرم بچه‌ها بیان و برن، باز اون خلوتی و تنهایی خونه دل آدمو می‌گیره. وقتی از بیرون می‌آم خونه یه جور می‌شم. حتی این تنهایی رو سیستم غذایی آدم هم تأثیر می‌ذاره. احساس سیری می‌کنی. من یخچالم پر پره، ولی اصلاً میلی به غذا پیدا نمی‌کنم. اصلاً پا نمی‌شم یه چیزی درست کنم. انگار سیر سیرم. شاید ساعت‌ها غذا هم نخورم، اصلاً متوجه نشم. وقتی صبح‌ها بیدار می‌شم تا صبحونه بخورم، اصلاً میلی پیدا نمی‌کنم. اصلاً غذا نمی‌تونم بپزم» (مشارکت‌کننده ۱۰). «بچه‌ها خونه نیستن، خونه وحشتناکه. از تنهایی زجر می‌کشیم. هرکس یه دونه خونه داره که می‌ره توش درو می‌بنده. هیچ‌کس از حال هیچ‌کس خبر نداره» (مشارکت‌کننده ۱۳). «الان خونه برای من زندانه. شوهرم هست، اما اونم همین‌طور. هر دفعه برای من زنگ می‌زنه می‌گه فرناز چطوره. بعضی وقتا می‌گم کاش که دو تا داشتیم که جای خالی اونو پر می‌کرد و برای دخترم یه مونس بود» (مشارکت‌کننده ۱۶).

**۱-۴. ادراک متضاد:** برخی از والدین نیز در رابطه با تنهایی ادراک متناقضی دارند. در لحظاتی این تنهایی برایشان لذت‌بخش و در لحظاتی برایشان دردآور است. درواقع این والدین احساس دوگانه‌ای از تنهایی را با خود حمل می‌کنند. هرچند در شکل‌گیری این نوع ادراک متناقض می‌توان عوامل مختلفی نظیر بیماری، تحصیلات و شغل والدین را نیز مؤثر دانست. در گفت‌وگوهای ذیل، این ادراک به این شکل نمایان می‌شود: «حالا بچه‌ها نیستن. خونه‌ای که پر از صدای بچه‌ها و شور و هیجان و مشاجره بین بچه‌ها بود، الان سکوت پیدا کرده؛ یعنی از بعضی جهات ما می‌گیریم نبودنشون یه غصه و درد هست، اما بودنشون هم مزاحمه؛ یعنی بین این دو تا گرفتاریم» (مشارکت‌کننده ۸). «یه جورایی دوری شون مشکله، نزدیکی شون هم مشکله. دوریش اینه که آدم نمی‌بینه. اصلاً سلول‌های پدر و مادر به بچه وصله، اما نزدیک هم باشن با هم در تضاد هستن و مدام با هم اختلاف پیدا می‌کنن» (مشارکت‌کننده ۷).

## ۲. علل تنهایی

**۱-۲. ازدواج فرزندان و فوت همسر:** یکی از دلایل تنهایی، ازدواج فرزندان و ترک خانه توسط آنها است. درحالی‌که در گذشته خانواده‌ها گسترده بودند و در یک خانه بزرگ متشکل از چندین اتاق زندگی می‌کردند، امروزه با ورود مدرنیته نه‌تنها معماری خانه‌ها تحت تأثیر قرار گرفته است، بلکه شکل خانواده‌ها نیز از حالت گسترده به شکل هسته‌ای درآمده است. به این صورت که ترجیح فرزندان متأهل، داشتن فضای خصوصی دوفره به‌صورت مجزا و متفاوت از والدین است. البته در کنار ازدواج فرزندان و ترک خانه توسط آنها، می‌توان به فوت همسر هم به‌عنوان امری که تشدیدکننده تنهایی و حتی تأثیرات آن است اشاره کرد؛ به‌طوری‌که این امر سبب می‌شود آنها تنهایی مضاعفی را تجربه کنند: «من پنج تا بچه داشتم. سه تا دختر و دو تا پسر. همه‌شون ازدواج کردن و پیشم نیستن و هرکدوم یه جایی زندگی می‌کنن» (مشارکت‌کننده ۴). «من ۵۴ سالمه و یه دونه دختر دارم و یه دونه پسر که هردوشون ازدواج کردن و هرکدوم هم یه جایی زندگی می‌کنن» (مشارکت‌کننده ۷). «دو تا بچه داشتم که هردوشون ازدواج کردن. شوهرم هم سال ۹۴ فوت شد. وقتی اون بود باز خوب بود، ولی از وقتی فوت شده احساس تنهایی بیشتری می‌کنم. تو خونه کسی نیست» (مشارکت‌کننده ۱۰).

**۲-۲. فاصله مکانی:** یکی دیگر از عوامل به وجود آورنده احساس تنهایی، فاصله مکانی فرزندان ازدواج کرده از والدین خود است؛ زیرا دوری و نزدیکی فیزیکی، هم در میزان حمایت و هم در میزان ارائه خدمات و نوع آن مؤثر است. نزدیکی سبب ارتباط حضوری و رودررو و دوری فیزیکی سبب ارتباط کم و از جنس مجازی می‌شود. این منطق طبق نظریه‌های اثر نزدیکی و تماس اجتماعی به این شکل تبیین شده که اگر ما کسی را بشناسیم، سعی در نزدیک شدن فیزیکی به او می‌کنیم. به عبارتی نزدیکی فیزیکی موجب افزایش دوست‌داشته شدن می‌شود؛ چرا که فرصت‌های ارتباطی بر اثر آن افزایش می‌یابد. همچنین هر اندازه نزدیکی فیزیکی بیشتر شود، به همان اندازه افراد اوقات فراغت را با یکدیگر بیشتر خواهند گذراند و به هنگام دشواری‌ها، یاور یکدیگر خواهند بود (فرهنگی، ۱۳۷۴: ۲۳۸). همچنین طبق نظریه حمایت اجتماعی، علاوه بر دوری یا نزدیکی، فراوانی روابط اجتماعی نیز در برقراری حمایت‌ها (عاطفی، مصاحبتی، مشورتی، خدماتی و کاری) تأثیر دارد: «بدونه بچه داشتم اونم رفت کانادا. نزدیک بود خوب بود. می‌دونستم هر موقع بخوام می‌بینمش، اما حالا که رفته دیگه مونسی ندارم. خیلی احساس تنهایی می‌کنم. با خودم می‌گم کاش دو تا بچه داشتم که اگر یکیش رفته بود، اون یکی پیشم می‌موند. ارتباط مجازی هست، ولی چون حساسیت به امواج دارم، نمی‌تونم زیاد استفاده کنم» (مشارکت‌کننده ۱۶). «من دو تا پسر و یه دونه دختر دارم که ازدواج کرده‌ن و پیش ما نیستن. یکی از پسرا آلمان زندگی می‌کنه. یکیش چند خیابون از ما فاصله داره و دخترم راهش نه زیاد دوره و نه زیاد نزدیک. اینایی که نزدیک هستن هفته‌ای یه بار می‌آن خونه‌مون، ولی اونی که آلمانه، شاید دو سال بیار ببینمش» (مشارکت‌کننده ۲). «من دو تا دختر داشتم که هر دو شون ازدواج کردن و انگلیس رفتن. دیگه تو خونه خودم و زنم هستیم. بچه این‌جوریه دیگه. می‌ذاره می‌ره» (مشارکت‌کننده ۱۵).

**۲-۳. سبک‌های فرزندپروری:** یکی از دلایل تنهایی به‌زعم مصاحبه‌شوندگان به سبک‌های فرزندپروری آن‌ها برمی‌گردد. به این معنا که می‌توان رابطه بین والدین و فرزندان را نظام یا شبکه‌ای دانست که در کنش متقابل با یکدیگر هستند. بالبی (۱۹۶۹) فرزندپروری را مجموعه‌ای از رفتارها می‌داند که تعیین‌کننده ارتباطات متقابل والد-فرزند در موقعیت‌های متفاوت و گسترده است. او از سه سبک فرزندپروری مستبد، مقتدر و سهل‌گیر نام می‌برد که می‌توانند هم نقش حمایتی و هم نقش غیرحمایتی به ارمغان آورند. والدین دیکتاتور روابط سرد همراه با کنترل زیاد را به فرزندان خود اعمال می‌کنند، والدین مقتدر کنترل خود را همراه با رابطه گرم و پاسخگویی فرزندان خود دارند و والدین سهل‌گیر انتظارات اندکی از فرزندان خود دارند و هیچ‌گونه کنترل و پاسخگویی هم نسبت به آن‌ها ندارند. واضح است که والدین با سبک تربیتی مقتدر محیطی را برای بیان احساسات و عقاید فرزندان، پذیرندگی، پاسخگویی، شکیبایی و خشنودی نسبت به فرزندان فراهم می‌کنند و از این‌رو در این نوع از خانواده‌ها، ابعاد مختلف انسجام عاطفی (نزدیکی یا صمیمیت در مقابل فاصله)، انسجام توافقی (توافق در مقابل اختلاف عقیده)، انسجام معاشرتی (تلفیق در برابر انزوا) و انسجام هنجاری یا ارزشی (خانواده‌گرایی در مقابل فردگرایی) آن‌گونه که بنستون و همکاران (۲۰۰۲) مطرح می‌کنند، دیده می‌شود؛ درحالی که والدین با سبک‌های تربیتی مستبد و سهل‌گیر نه تنها فرزندان خود را در دوران نوجوانی با چالش‌هایی مثل تنهایی و افسردگی مواجه کرده‌اند، بلکه خود آن‌ها نیز دوران سالمندی را با تنهایی و کمبود روابط عاطفی، معاشرتی و حتی توافقی از سوی فرزندان سپری می‌کنند. در نقل‌قول‌های زیر، این تجربه و تأثیر آن بر روابط عاطفی والدین و فرزندان این‌گونه مطرح شده است: «من چون خودم بی‌پدرمادم بزرگ شدم همه چیز رو خودم تشخیص می‌دادم که انجام بدم یا ندوم. مثلاً آزمایش می‌کردم و می‌دیدم خوبه ادامه می‌دادم. اینه که سعی کردم بچه‌هام هم خودشون خودشون هدایت کنن که البته فکر می‌کنم من هم خطا کردم. بعضاً وقتی اذیت می‌کردن، کتکشون هم می‌زدن. نتیجه این شد که پسرانم باهام رودرواستی داشتن. دخترم هم همین‌طوره. زیاد باهام راحت نیست. مشکلاتشونو بهم نمی‌گن» (مشارکت‌کننده ۵). «ما سعی کردیم بچه‌هامون رو علاقه‌مند به چیزهایی که دوست داشتیم بکنیم، نه اینکه به زور بهشون

تحمیل کنیم؛ مثلاً من دختر بزرگمو تشویق می‌کردم که اگر کتاب بخونی، تخم مرغ شانس می‌خرم. از روش‌های تشویقی استفاده می‌کردیم. به‌خاطر همین دخترامون خیلی موفق و مستقل بار اومدن. دخترام یکیشون مهندسی صنایع داره، دختر دومم دکترای هوش مصنوعی می‌خونه. خودشون علاقمند شدن به درس خوندن. به نظرم روش تربیتی مناسب روشیه که پدر و مادر تحمیل نکنن. مثلاً اجازه می‌دادیم انتخاب‌ها و تنوع‌ها و واریانس‌های مختلف رو ببینن و در نهایت اونی که خودشون دوست دارن دنبال کنن. هم من و هم خانومم این رابطه رو با بچه‌ها حفظ کردیم. مثلاً اگر یه روز زنگ نزنن من گله نمی‌کنم که چرا زنگ نزدی؛ درحالی‌که خیلی پدر و مادرا ناراحت می‌شن. ولی من اعتقاد اینه که بچه‌ها هدیه‌ای هستند که بزرگ می‌شن و می‌رن. باید این آزادی رو داد تا در یه محیط مناسب پرورش پیدا کنن و خودشون مسیر زندگی‌شون رو مشخص کنن. خب الان نتیجه تربیت رو می‌بینیم. با اینکه نیستن و کشور دیگه هستن، اما هر روز واتس‌اپی باهامون تماس می‌گیرن و حالمونو می‌پرسن» (مشارکت‌کننده ۱۵).

### ۳. جبران تنهایی

تنهایی همواره با کنش‌ها و اقداماتی همراه است. هرچند این کنش‌ها با توجه به ویژگی‌های مختلف افراد می‌تواند متفاوت و متنوع باشد، اما در یک دسته‌بندی کلی از تجربه زیسته سالمندان مورد مطالعه می‌توان به اقداماتی نظیر بازآفرینی روابط اجتماعی (رفت‌وآمد با دوستان، اقوام، فرزندان و همسایگان)، ارتباط با خدا، پرداختن به برخی فعالیت‌های اجتماعی و گذراندن اوقات در پارک اشاره کرد.

**۳-۱. بازآفرینی روابط اجتماعی:** حفظ یا بازآفرینی روابط اجتماعی بخشی از کنش مشارکت‌کنندگان به‌منظور رفع تنهایی است. از جمله اقداماتی که بدین منظور انجام می‌دادند عبارت است از رفت‌وآمد و برقراری ارتباط با اقوام، فرزندان و همسایگان: «وقتی کسی خونه نباشه تو خونه موندنم نمی‌آد. یا می‌رم خونه برادرام و خواهرم که نزدیک خونه‌م زندگی می‌کنن یا می‌رم خونه همسایه‌هام. یه روز اگر بیرون نرم، دیوونه می‌شم» (مشارکت‌کننده ۲۰). «بچه‌ها که معمولاً بهمون سر می‌زنن، اما اگر سر نزنن خودم گوشی تلفن رو می‌گیرم دستم و بهشون می‌گم پاشید بیاید» (مشارکت‌کننده ۲). «بچه‌ها چه بیان چه نیان ناراحت نمی‌شم؛ یعنی برام آزاردهنده نیست. منم اتفاقاً وقتی نیستن راحت‌ترم. جاهایی که دلم می‌خواد رو می‌رم. خونه فامیل‌هام می‌رم. ما همیشه اهل مهمونی بودیم و هستیم. در هفته کم کم دو سه مهمونی می‌ریم. تا حالا پیش نیومده هفته‌ای یا ماهی هیچ جا نریم» (مشارکت‌کننده ۱۱).

ضروری است که به یکی دیگر از راه‌های بازآفرینی روابط اجتماعی در دنیای مدرن امروز اشاره کرد. امروزه به مدد فضای مجازی و اینترنت، بخشی از بازآفرینی روابط اجتماعی از طریق شبکه‌های اجتماعی مثل اینستاگرام، واتس‌اپ، تلگرام و اپلیکیشن‌هایی از این دست میسر شده است. مهم‌ترین ویژگی این شبکه‌های اجتماعی تهیه عکس و فیلم و صحبت آنلاین با مخاطب است. این شیوه برقراری ارتباط نه‌تنها برای والدین و فرزندان که در یک محیط زندگی می‌کنند بسیار مفید است، بلکه برای والدین و فرزندان که فرسنگ‌ها از هم دور هستند نیز بسیار مفید و مؤثر است. بسیاری از والدین به این دلایل از بروز محدودیت در این اپلیکیشن‌ها و فیلترشدن آن‌ها بسیار نگران هستند؛ زیرا به‌زعم آن‌ها بهترین راه برقراری ارتباط است: «درسته بچه‌ها انگلیس زندگی می‌کنن، اما هر روز از طریق شبکه‌های اجتماعی باهاشون در ارتباطیم. عکس خونه‌شونو، عکس اتاق‌هاشونو نشونمون می‌دن. از هر کاری که اون روز کردن بهمون خبر می‌دن» (مشارکت‌کننده ۱۵). هم پسر هم دخترم آلمان زندگی می‌کنن. اول دخترم رفت بعد پسرم اونجا تشکیل زندگی دادن و موندن. ما هم با تلگرام و واتس‌اپ باهاشون در ارتباطیم. من که زیاد از سر در نمی‌آرم. بیشتر خانومم باهاشون صحبت می‌کنه و بلده چطور با این برنامه‌ها کار کنه. اون می‌گیره می‌ده منم باهاشون صحبت می‌کنم (مشارکت‌کننده ۱۳).

**۳-۲. ارتباط با خدا:** همه افراد با تغییرات و رویدادهای خوشایند و ناخوشایند روبه‌رو می‌شوند که زندگی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افراد در برابر رویدادهای تنش‌زا واکنش‌های گوناگونی از خود نشان می‌دهند؛ یعنی در برابر رویداد تنش‌زای واحد، برخی

گرفتار اختلالات و خیم روانی و جسمی می‌شوند؛ درحالی‌که برخی دیگر در برابر همان رویداد نه‌تنها دچار هیچ اختلالی نمی‌شوند، بلکه چنین رویدادی را فرصتی خواستنی برای چالش و کوشش به‌شمار می‌آورند. ارتباط با خدا یکی از شیوه‌هایی است که والدین سالمند به‌منظور کاهش اضطراب، درد و ناراحتی به‌کار می‌برند. کوئینگ معتقد است بسیاری از افراد در هنگام سالمندی به مذهب برمی‌گردند تا در مقابله با مباحث وجودی از آن کمک بگیرند و به آینده امیدوار شوند. همچنین ممکن است از مذهب برای یافتن معنای زندگی یا کاهش رنج‌هایی که با افت سلامتی آن‌ها پیش می‌آید، استفاده کنند (کوئینگ، ۱۹۹۷: ۳۶۷). تجربیات زیسته سالمندان مورد مطالعه در این مطالعه نیز حاکی از این است که ارتباط با خدا یکی از راه‌های والدین سالمند برای کنارآمدن با تنهایی ناشی از آشیانه خالی است: «تو خونه نماز می‌خونم، صلوات می‌فرستم. با خدا صحبت می‌کنم، می‌گم راضی‌ام به رضای تو. حتماً این‌طوری صلاح دیده که تنها باشم» (مشارکت‌کننده ۱۷). «مسجد می‌رم، نماز می‌خونم، صلوات می‌فرستم. کار دیگه‌ای از دستم برنی‌آد که انجام بدم. روزمو با صلوات فرستادن می‌گذروم. چی بهتر از این؟ وقتی هم بینم دلتنگی و تنهایی بهم فشار می‌آره چادرم رو برمی‌دارم می‌رم امام‌زاده زید که نزدیک خونه‌مونه» (مشارکت‌کننده ۱۸).

**۳-۳. پرداختن به فعالیت‌های اجتماعی:** برخی از والدین خلاً ناشی از ازدواج فرزندان و رفتن آن‌ها از خانه را با پرداختن به برخی فعالیت‌های اجتماعی پر می‌کنند. برای این دسته از افراد، فعال بودن و سرگرم ساختن خود به هر نحوی سبب می‌شود آندوه ناشی از تنهایی از بین برود یا تا حدود زیادی از میزان آن کاسته شود. این مضمون در اظهارات مشارکت‌کنندگان این‌طور نمایان شد: «بچه‌ها بودن سرکار می‌رفتم، اما الان که هم بچه‌ها نیستند و هم اینکه شوهرم سال ۹۴ فوت کرد و بیشتر تنها شدم فعالیت‌م رو تو محیط بیرون بیشتر کردم. قبلاً مدیر ان‌جی‌او بودم. الان هم تو بعضی از ان‌جی‌اوها فعالیت می‌کنم. علاوه بر این هر سه‌شنبه هم به دعوت دوستانم، مؤسسه اون‌ها می‌رم و مشاوره می‌دم. سعی کرده‌م تنهایی خونه و خودمو با بیرون رفتن و سرکار رفتن و فعالیت کردن پر کنم» (مشارکت‌کننده ۱۰). «سعی می‌کنم خودمو با قالی‌بافی مشغول کنم. از مدت‌ها قبل وقتی دیدم تو خونه تنها هستم قالی‌بافی رو شروع کردم و ادامه دادم و الان حتی کارگاهی هم با خانم‌های دیگه داریم که اونجا هم قالی می‌بافیم و هم شوخی می‌کنیم و صحبت می‌کنیم. خیلی هم خوش می‌گذره» (مشارکت‌کننده ۱۴).

**۳-۴. کنش مبتنی بر مبادله:** این مضمون اشاره به والدینی دارد که از طریق «رویکرد مبادله» درصددند در خانه تنها نمانند. این والدین سعی می‌کنند از طریق ارائه خدمات و حمایت‌های مالی، از خدمات و حمایت‌های عاطفی فرزندان برخوردار شوند. این شیوه رفع تنهایی در نقل‌قول‌های زیر به این شکل نمایان شد: «من یه خونه‌ای تو خیابان جمالزاده دارم که می‌آن توش فیلم بازی می‌کنن. از این خونه قدیمی‌ها. این‌ها می‌آن اونجا اگر کثیف شده باشه بهش می‌رسن. عوضش منم به این‌ها می‌رسم. مثلاً اگر برای خرید خونه پول کم داشته باشن می‌دم. مشکلاتی داشته باشن، اگه از دستم بریاد کمک می‌کنم. اصلاً پسر سرخ پول نیست، همه‌ش عاطفه‌ست، اما خب وقتی می‌خواست خونه بخره ۸۰-۹۰ میلیون پول لازم داشت که من دادم و رفت خرید. اگه اون راحت باشه، من راحتیم دیگه. اگر مستأجر باشه و مکافات بکشه، مکافاتش برای من هم هست» (مشارکت‌کننده ۲). «یه خونه چهارواحده داریم که خودم تو یه واحد زندگی می‌کنم، پسر هم تو یکی شون. یه دونه مستأجر هم دارم. پسر کوچیکه‌م وقتی ازدواج کرد همون طبقه پایین ما نشست. باباش می‌گفت بهتره این پیش ما زندگی کنه، بهمون کمک کنه. یه موقع دکتری بیمارستانی می‌خوایم بریم بیره» (مشارکت‌کننده ۲۰). «من دو تا نوه دارم. هر دفعه هم یکی شون به دنیا اومده، چند سال رفته‌م خونه‌شون موندم تا بزرگشون کنم. همون کارهایی که یه زمانی برای خودشون تو بچگی می‌کردم، حالا برای بچه‌شون انجام می‌دم. عوضش دیگه تنها نیستم و هر کاری داشته باشم دخترم و شوهرش برام انجام می‌دن» (مشارکت‌کننده ۱۹). «من راننده لودر بودم. تقریباً وضع مالیم خوبه. یه مجتمع

دارم که دو واحدشو به پسر ام دادم. گفتم وقتی دارم چرا بچه‌هام برن بیرون؟! به هر کدوم یه آپارتمان دادم. عوضش اونا هم بهمون کمک می‌کنن. چون من پیر شدم و دیگه نمی‌تونم رانندگی کنم، می‌آن من و مادرشون رو سوار می‌کنن، هر جا بخوایم می‌برن. کمکمون می‌کنن، نمی‌ذارن تنها باشیم» (مشارکت‌کننده ۱۲).

طبق نظریه مبادله، تبادل می‌تواند سه شکل به خود بگیرد. رایج‌ترین شکل آن تبادل تأخیری<sup>۱</sup> است. والدین روی فرزندانشان زمانی که آن‌ها جوان هستند سرمایه‌گذاری می‌کنند و زمانی که والدین پیر می‌شوند، فرزندان با دادن توجه و حمایت، این سرمایه‌گذاری را به آن‌ها باز می‌گردانند. شکل دوم تبادل، زمانی اتفاق می‌افتد که فرزندان به والدین پیرشان حمایت ارائه می‌دهند به این منظور که هنگامی که والدینشان فوت شدند، پول یا دارایی دریافت کنند. این مهم در ادبیات اقتصادی روی ارضیه مطالعه شده است. این نوع از تبادل، تبادل آینده‌ای<sup>۲</sup> نامیده می‌شود؛ و البته این نوع دیگری از تبادل تأخیری است. تنها تفاوت آن‌ها در این است که فرزندان ابتدا حمایت ارائه می‌دهند تا والدین در مورد اینکه آیا آن‌ها حمایتی که انتظار دارند را دریافت می‌کنند یا خیر تردید نکنند. شکل سوم و نیز رایج تبادل، مبادله مستقیم است. این شکل از تبادل، زمانی اتفاق می‌افتد که والدین و فرزندان کالاهای متفاوتی را کمابیش در یک زمان ردوبدل می‌کنند؛ یک نمونه می‌تواند تبادل خدمات و حمایت اجتماعی باشد؛ برای مثال، والدین در برابر ملاقات‌ها و توجهاتی که از فرزندانشان می‌گیرند، از نوه‌ها مراقبت می‌کنند (کالمین، ۲۰۰۵).

## بحث و نتیجه‌گیری

تنهایی دوران سالمندی را می‌توان از ابعاد اجتناب‌ناپذیر زندگی فردی در جهان امروز دانست؛ زیرا افزایش طول عمر، افزایش امید به زندگی، تغییرات ساختاری-کارکردی خانواده و تحولات چرخه زندگی زمینه‌ساز بروز ناخواسته این پدیده شده است. به‌طور مسلم، کیفیت تجربه تنهایی فقط یک امر فردی و روان‌شناختی نیست و از شرایط اقتصادی، اجتماعی، نهادی و هنجاری جوامع بسیار متأثر است. به همین علت، مطالعه تجربه زیسته از تنهایی در سالمندی با توجه به تحولات جمعیت‌شناختی در جامعه امروز، از ضرورت‌های پژوهشی و سیاست‌گذاری است که بنا به این ضرورت در این مطالعه نیز این مهم مورد توجه قرار گرفت و از طریق مطالعه پدیدارشناسی، مسئله تنهایی و ادراک والدین سالمند از آن بررسی شد. در یک سطح، حاصل این مطالعه دستیابی به تنوعی از ادراکات سالمندان از تنهایی بود. ادراکاتی نظیر تقدیرگرایانه، رضایتمندانه، منجرانه و متضاد که از میان آن‌ها ادراک تقدیرگرایانه و لذت‌گرایانه در پژوهش حاضر با مضامین استخراج‌شده از پژوهش علی‌کرمی و همکارانش در سال ۱۳۹۸ همخوانی داشت.

در سطحی دیگر از یافته‌های تحقیق، علل تنهایی والدین سالمند مورد توجه قرار گرفت که اموری نظیر ازدواج، فوت همسر، شیوه فرزندپروری و فاصله مکانی از سوی مصاحبه‌شوندگان مطرح شد. از میان علل نامبرده، ازدواج فرزندان و دوری فیزیکی از آن جهت حائز اهمیت است که هم در میزان ارائه حمایت و خدمات و هم در نوع آن تأثیرگذار هستند. نزدیکی سبب ارتباط حضوری و دوری فیزیکی سبب ارتباط کم و از جنس مجازی می‌شود. این منطق طبق نظریه‌های اثر نزدیکی و تماس اجتماعی به این شکل تبیین شده که اگر ما کسی را بشناسیم، سعی در نزدیک شدن فیزیکی به او می‌کنیم. به عبارتی نزدیکی فیزیکی موجب افزایش دوست‌داشته شدن می‌شود؛ چرا که فرصت‌های ارتباطی بر اثر آن افزایش می‌یابد. همچنین هر اندازه نزدیکی فیزیکی بیشتر شود، به همان اندازه آن‌ها فراغت را با یکدیگر بیشتر خواهند گذراند و به هنگام دشواری‌ها، در کنار یکدیگر خواهند بود. همچنین طبق نظریه حمایت اجتماعی،

علاوه بر دوری یا نزدیکی، فراوانی روابط اجتماعی نیز در برقراری عاطفی، مصاحبتی، مشورتی، خدماتی و کاری تأثیر دارد. همچنین این دو مضمون (ازدواج فرزندان و فوت همسر) با یافته‌های پژوهش ایمان‌زاده و علیپور (۱۳۹۶) همسویی دارد. اما بخش سوم یافته‌های این مطالعه حاکی از کنشگری سالمندان برای رفع تنهایی ناشی از آشیانه خالی بود. اموری نظیر بازتولید روابط اجتماعی، پرداختن به برخی فعالیت‌های اجتماعی، کنش مبتنی بر مبادله و ارتباط با خدا نشان‌دهنده کنشگری فعالانه سالمندان در مواجهه با تنهایی است؛ چیزی که با باور رایج مبنی بر کنشگری منفعلانه در دوران سالمندی در تضاد است. این یافته نشان داد سالمندان همواره برای رفع تنهایی دست به اقدامات مختلفی می‌زنند که با توجه به سطح توان جسمی، اقتصادی و تحصیلاتی می‌تواند متفاوت باشد؛ برای مثال سالمندانی که از وضعیت اقتصادی مناسب برخوردارند، از مبادله یا نوعی بده‌بستان استفاده می‌کنند؛ یعنی ارائه خدمات از سوی والدین و دریافت حمایت از سوی فرزندان؛ یا سالمندانی که از تحصیلاتی برخوردار هستند، اوقات خود را با مشارکت در برخی فعالیت‌ها نظیر فعالیت‌های داوطلبانه در سازمان‌های مردم‌نهاد می‌گذرانند. همچنین ارتباط با خدا به‌منظور رفع تنهایی ثابت کرد که اگرچه به نظر می‌آید با راهکارهای علوم نوین متفاوت باشد، در بستر فرهنگ دینی و اسلامی قطعاً می‌تواند بهترین و مطلوب‌ترین راهکار باشد. امری که با پژوهش بیدول و اسکستند (۱۹۹۶) و کیم (۱۹۹۹) که ارتباط با مبدأ هستی را اساسی‌ترین راهکار احساس تنهایی می‌دانند، همسو است. به‌طور خلاصه، یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد اکثر شرکت‌کنندگان این مطالعه -افراد با فرزندان کم یا زیاد و زنان و مردان- احساس تنهایی را تجربه کرده‌اند، اما نوع ادراک آن‌ها از تنهایی با توجه به ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی‌شان متفاوت است. هرچند در این مطالعه مشخص شد عامل جنسیت چندان در نوع ادراک و نگرش افراد تأثیری ندارد. همچنین یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد تنهایی سالمندان و رفع آن نیازمند اتخاذ راهبردهای حمایتی از سوی اعضای خانواده، مراقبان سلامت و سیاست‌گذاران است.

## منابع

- آزاد ارمکی، تقی، کوششی، مجید، و پروائی، شیوا (۱۴۰۰). رهیافت انتقادی به کالایی‌شدن سلامت و طردشدگی سالمندان تهیدست. *فصلنامه مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۱۰(۱)، ۱۷۵-۲۱۲. [10.22059/JISR.2020.279953.857](https://doi.org/10.22059/JISR.2020.279953.857)
- ایمان‌زاده، علی و علیپور، سربیه (۱۳۹۶). واکاوی تجربیات زنان سالمند از احساس تنهایی: مطالعه‌ای پدیدارشناختی. *مجله روان‌شناسی پیری*، ۳(۱)، ۳۱-۴۳. <https://jap.razi.ac.ir/>
- اینگلهارت، رونالد و وزلز، کریستین (۱۳۸۹). *نوسازی، تغییر فرهنگی و دموکراسی*. ترجمه یعقوب احمدی. تهران: کویر.
- اعزاز، شهلا (۱۳۸۷). *جامعه‌شناسی خانواده با تأکید بر نقش، ساختار و کارکرد خانواده در دوران معاصر*. تهران: روشنگران و مطالعات زنان.
- باستانی، سوسن و ذکریای سراجی، فاطمه (۱۳۹۱). تفاوت‌های جنسیتی در سالمندی: شبکه‌ها و حمایت‌های اجتماعی. *مسائل اجتماعی ایران*، ۳(۱)، ۳۳-۵۸. <https://civilica.com/doc/1190254>
- باستانی، سوسن، رهنما، فاطمه و قاضی‌نژاد، مریم (۱۳۹۲). طرد اجتماعی مورد مطالعه: طرد عینی و ذهنی سالمندان شهر تهران. *فصلنامه مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۲(۴)، ۵۹۹-۶۲۶. [10.22059/JISR.2013.52292](https://doi.org/10.22059/JISR.2013.52292)
- بیکر، ترز، ال. (۱۳۸۹). *نحوه انجام تحقیقات اجتماعی*. ترجمه هوشنگ نایی. تهران: نشرنی.
- خوش‌بیانی آرنی، فاطمه و بابایی‌فرد، اسداله (۱۴۰۱). عوامل مؤثر بر طرد اجتماعی سالمندان در شهرهای کاشان و آران بیدگل. *فصلنامه رفاه اجتماعی*، ۲۲(۸۴)، ۳۰۱-۳۳۷. <http://refahj.uswr.ac.ir/>
- ذکایی، محمدسعید (۱۳۹۹). *هنر انجام پژوهش کیفی از مسئله‌یابی تا نگارش*. تهران: آگه.

- زنجیران، شایسته، کیانی، لیلا، زارع، مریم و شایقیان، زینب (۱۳۹۴). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر احساس تنهایی زنان سالمند مقیم سرای سالمندان. *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶(۳)، ۶۰-۶۷. <https://jsr-p.isfahan.iau.ir>
- سفیری، خدیجه، کمالی، افسانه و ملا، زهرا (۱۳۹۹). بررسی روابط انسجام کارکردی، ارزشی و ساختار خانواده از منظر فرزندان ازدواج‌کرده تهرانی. *مطالعات اجتماعی ایران*، ۱۴(۱)، ۹۳-۶۶. [10.1001.1.20083653.1399.14.1.3.1](https://doi.org/10.1001.1.20083653.1399.14.1.3.1)
- صادقی، مسعود و باوزین، فاطمه (۱۳۹۸). احساس تنهایی در سالمندان: نقش بهزیستی ذهنی، سرمایه روان‌شناختی و هوش معنوی. *روان‌شناسی پیری*، ۵(۱)، ۴۱-۵۱. [10.22126/JAP.2019.1125](https://doi.org/10.22126/JAP.2019.1125)
- صادقی فسایی، سهیلا و خادمی، عاطفه (۱۳۹۲). روایت زنان سالمند از زندگی در دنیای مدرن. *نامه انجمن جمعیت‌شناسی ایران*، ۱۵(۸)، ۱۲۳-۱۴۰. [10.5964/pch.v5i1.142](https://doi.org/10.5964/pch.v5i1.142)
- ضرغامی، حسین و محمودیان، حسین (۱۳۹۵). مهاجرت فرزندان و احساس تنهایی والدین سالمند روستایی. *فصلنامه روان‌شناسی سلامت*، ۵(۱۹)، ۹۹-۱۱۶. [/https://hpj.journals.pnu.ac.ir](https://hpj.journals.pnu.ac.ir)
- علی‌کرمی، کریم، ملکی، امیر، عبداللهیان، حمید و رضائی، مهدی (۱۳۹۸). تجربه زیسته تنهایی در بین زنان سالمند شهر بوکان. *مطالعات راهبردی زنان*، ۲۱(۸۳)، ۷-۳۰. [10.22095/JWSS.2019.100355](https://doi.org/10.22095/JWSS.2019.100355)
- فرهنگی، علی اکبر (۱۳۷۴). *ارتباطات انسانی*، تهران، خدمات فرهنگی رسا
- فاتحی‌زاده، مریم، بهجتی اردکانی، فاطمه و نصرافهانی، احمدرضا (۱۳۸۴). بررسی تأثیر عوامل خانوادگی در پایین‌بودن آمار طلاق در شهرهای یزد، اردکان و میبد. *مطالعات تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی*، ۶(۱)، ۱۱۷-۱۳۵. <https://doi.org/10.22067/ijap.v6i1.6780>
- کریمی، زینب (۱۳۸۶). بررسی عوامل جامعه‌شناختی و جمعیت‌شناختی مؤثر بر حمایت بین‌نسلی (فرزندان-والدین)، مطالعه موردی: شهر ورامین-استان تهران. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد جمعیت‌شناسی*. دانشگاه تهران. دانشکده علوم اجتماعی.
- لیبی، محمدمهدی (۱۳۹۳). *خانواده در قرن بیست‌ویک از نگاه جامعه‌شناسان ایرانی و غربی*. تهران: علم.
- میردریکوند، فضل‌اله، پناهی، هادی و حسینی رمقانی، نسرین السادات (۱۳۹۵). احساس تنهایی در سالمندان: نقش مهارت‌های ارتباطی، حمایت اجتماعی و ناتوانی عملکردی. *مجله روان‌شناسی پیری*، ۲(۲)، ۱۰۳-۱۱۳. [/https://jap.razi.ac.ir](https://jap.razi.ac.ir)
- هروی کریموی، مجیده، رژه، ناهید، فروغان، مهشید و منتظری، علی (۱۳۹۰). بررسی میزان سوء رفتار توسط اعضای خانواده نسبت به سالمندان عضو کانون‌های جهاندیدگان شهر تهران، *مجله سالمندی ایران*، ۶(۴)، ۳۷-۵۰. [/ http://salmandj.uswr.ac.ir/article](http://salmandj.uswr.ac.ir/article)
- Azad Armaki, T., Koosheshi, M., & Parvaei, Sh. (2021). Critical Approach to Commodification of health and exclusion of the poor elderly, *Quarterly of Social and Studies Research in Iran*, 10(1), 175-212. (In Persian) [10.22059/JISR.2020.279953.857](https://doi.org/10.22059/JISR.2020.279953.857)
- Ali Karami, K., Maleki, A., Abdollahian, H., & Rezaei, M. (2019). Experience of living alone among elderly women in Boukan. *Quarterly Journal of Women and Family Socio Cultural Council, Womens Strategic Studies*, 21(83), 7-30. (In Persian) [10.22095/JWSS.2019.100355](https://doi.org/10.22095/JWSS.2019.100355)
- Khoshbayani Arani, F., & Babaiefard, A. (2022). Factors affecting the social exclusion of the elderly in Kashan and Aran and Bidgol. *Social Welfare Quarterly*, 22(84), 211-230. (In Persian) <http://refahj.uswr.ac.ir/>
- Bastani, S., & Zakaria Seraji, F. (2012). Gender differences in aging: networks and social support. *Journal of Social Problems of Iran*, 1, 33-58. (In Persain) doi: <https://civilica.com/doc/1190254>
- Bastani, S., Rahnama, F., & Ghazinejad, M. (2013). The social exclusion study: objective and mental exclusion of the elderly in Tehran. *Quarterly Journal of Social Studies and Research in Iran*, 4, 599-626. [10.22059/JISR.2013.52292](https://doi.org/10.22059/JISR.2013.52292)

- Baker, T. L. (2010). *Doing social research*. Translated by: H. Naebi. Tehran: Ney Publications. (In Persian)
- Bengtson, V. L., Giarrusso, R., Mabry, J. B., & Silverstien, M. (2002). Solidarity, Conflict, and ambivalence: Complementary or competing perspectives on intergenerational relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 24(64), 568-576. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00568.x>
- Berg-Weger, M., & Morley, J. E. (2020). Loneliness in old age: an unaddressed health problem. *Journal of Health Aging*, 24(3), 243-245. <https://doi.org/10.1080/03601277.2017.1420005>.
- Bozhenko, E. (2011). Adult Child-Parent relationships: on the problem of classification, procedia. *Social and Behavioral Sciences*, 30(20), 1625–1629. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.315>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Book.
- Bougea, M., & Despoti, A. (2020). Empty-nest-related psychosocial stress: conceptual issues, future directions in economic crisis. *Psychiatrik*, 30(4), 330-340. doi: [10.22365/jpsych.2019.304.329](https://doi.org/10.22365/jpsych.2019.304.329).
- Bondevik, M., & Skogstad, A. (1996). Loneliness among the oldest old, a comparison between residents living in nursing homes and residents living in the community. *The International Journal of Aging and Development*, 43(3), 181-197. doi: [10.2190/9C14-NHUX-XOPL-GA5J](https://doi.org/10.2190/9C14-NHUX-XOPL-GA5J).
- Braun, V., & Clark, V. (2006). Using Tematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Carmona, C. F., Dias Couto, V. V., & Scorsolini-Comin, F. (2014). The experience of loneliness and the social support to elderly women. *Psicologia em Estudo, Maringá*, 19(4), 130-141. <https://doi.org/10.1590/1413-73722395510>
- De Valming, R., Haveman-Nies, A., Veer, P., & de Groot, L. C. (2010). Evaluation design for a complex intervention program targeting lonliness in non-institutionalized elderly Dutch people. *Biomed Central Public Health*, 10(1), 552. <http://doi:10.1186/1471-2458-10-552>.
- Ezazi, Sh. (2008). *The sociology of the family with emphasis on the role, structure and function of the family in contemporary era*. Tehran: Roshangaran Publication. (In Persian)
- Fatehizadeh, M., Behjati Ardakani, F., & Nasr, A. R. (2005). Studying the effect of familial factors on law divorce statistics in Yazd, Ardakan & Meibod. *Educational and Psychological Studies of Ferdowsi University*, 6(1), 117-135. (In Persian). <https://doi.org/10.22067/ijap.v6i1.6780>
- Farhangi, A., (1995). *Human Communiation*, Tehran, Cultural Services of Rasa
- Guthmuller, S. (2022). Loneliness among older adults in Europe: the relative importance of early and later life conditions, *PLoS ONE*, 17(5), e0267562. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267562>.
- Gong, G., & Mao, J. (2016). Health-related quality of life among Chinese patients with rheumatoid arthritis: the predictive roles of fatigue, functional disability, self-efficacy, and social support. *Nursing Research*, 65(1), 55-67. DOI: [10.1097/NNR.0000000000000137](https://doi.org/10.1097/NNR.0000000000000137)
- Hartnett, C., Furstenberg, F., Birditt, K. S., & Fingerman, K. L. (2012). Parental support during young adulthood: Why does assistance decline with age? *Journal of Family Issues*, 34(7), 975-1007. <https://doi.org/10.1177/0192513X124546>
- Heravi Karimoei M, Reje N, Foroughan M, Montazeri A. (2012). Elderly Abuse Rates Within Family Among Members of Senior Social Clubs in Tehran. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* (4) :37-50(In Persian). <http://salmandj.uswr.ac.ir/article>
- Heshmati, S., & Chipidza, W. (2021). Family relationships and adolescent loneliness: an application of social network analysis in family studies. *Journal of Family Psychology*, 8(2), 182-191. <https://doi.org/10.1037/fam0000660>
- Kalmijn, M. (2005). *Intergenerational solidarity: a review of three theories and their evidence*. RoutledgeKapadia, F., Levy, M., Griffin-Tomas, M., Greene, R. E., Halkitis, S. N., Urbina, A., &



- Halkitis, P. N. (2016). Perceived social support and mental health states in a clinic-based sample of older HIV positive adults. *Journal of HIV/AIDS & Social Services*, 15(4), 417-427. <https://doi.org/10.1080/15381501.2016.1212295>
- Kong, F., Ding, K., & Zhao, J. (2015). The relationships among gratitude, self-esteem, social support and life satisfaction among undergradu students. *Journal of Happiness Studies*, 16(2), 477-489. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9519-2>
- Kim, O. (1999). Predictors of loneliness in elderly Korean immigrant women living in the United States of America. *Journal of Advanced Nursing*, 29(5), 1082-1088. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1999.00993.x>
- Koenig, H. G., Weiner, D. K., Peterson, B. L., & Meador K. G. (1997). Coping in the nursing home, a bio psychosocial model. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 27(4), 365-376. doi: [10.2190/M2D6-5YDG-M1DD-A958](https://doi.org/10.2190/M2D6-5YDG-M1DD-A958).
- Imanzadeh, A., & Alipoor, S. (2017). Examining the elderly women's experiences of loneliness: a phenomenological study. *Journal of Aging Psychology*, 3(1), 31-43. (In Persian). <https://jap.razi.ac.ir/>
- Ingelhart, R., & Welzel, C. (2010). *Modernization, cultural change and democracy*, Translated by: Y. Ahmadi. Tehran: Kavir. (In Persian)
- Karimi, Z. (2007). Study of sociological and demographic factors affecting intergenerational support (children-parents), a case study of Varamin City-Tehran province. *Master Thesis*. Demography. University of Tehran. Social Sciences. (In Persian)
- Labibi, M. M. (2014). *Family in the 21<sup>st</sup> Century from the Perspective of Iranian and Western Sociologists*. Tehran: Elm. (In Persian)
- Laditka, J. N., & Laditka, S. B. (2001). Adult children helping older parents: variations in likelihood and hours by gender, race, and family role. *Research on Ageing*, 23(4), 429-456. <https://doi.org/10.1177/0164027501234003>
- Milkie, M. A., Blerman, A., & Schieman, S. (2008). How adult children influence older parents' mental health: integrating stress – process and life – course perspectives. *Social Psychology Quarterly*, 71(1), 86- 105. <https://doi.org/10.1177/019027250807100109>
- Mirdrikvand, F., Panahi, H., & Hosseini Ramghani, N. (2016). Loneliness of The Elderly: The Role of Communication Skills, Social Support and Functional disability. *Psychology of Ageing*, 2(5), 103-113. (In Persian). <https://jap.razi.ac.ir/>
- Panayiotou, G., Panteli, M., & Theodorou, M. (2016). Predictors of loneliness in a sample of college men and women in Cyprus: the role of anxiety and social skills. *Psychology, Community & Health*, 71(1), 16-20. <https://doi.org/10.5964/pch.v5i1.142>
- Safiri, Kh., Kamali, A., & Molla, Z. (2016). Study of functional cohesion, value and family structure relationships from the perspective of Tehrani married children. *Quarterly of Social and Studies Research in Iran*, 14(1), 66-93. (In Persian). [20.1001.1.20083653.1399.14.1.3.1](https://doi.org/10.1001.1.20083653.1399.14.1.3.1)
- Sadeghi, M., & Bawzin, F. (2019). Feeling lonely in the elderly: the role of mental well-being, psychological capital and spiritual intelligence. *Psychology of Ageing*, 5(1), 41-51. (In Persian). <https://www.sid.ir/files/server/jf/13000513980104>
- Sadeghi Fasaee, S., & Khademi, A. (2013). Elderly women's narrative of life in the modern world. *Journal of Population Association of Iran*, 15, 123-140. (In Persian). DOI: [10.5964/pch.v5i1.142](https://doi.org/10.5964/pch.v5i1.142)
- Saito, Y., Ma, S., Chiu, Ch., & Chan, A. (2021). Loneliness and health experience among older adults: a longitudinal population-based study. *Journal of the American Geriatrics Society*, 14(3), 1-11. <https://doi.org/10.1111/jgs.17343>

- Ward, R., Deane, G., & Spritzer, R. G. (2014). Life-Course changes and parent-adult child contact. *Research on Aging, 36*(5), 568- 602. doi: [10.1177/0164027513510325](https://doi.org/10.1177/0164027513510325)
- Zokaei, M. S. (2015). *The art of qualitative research from problem finding to writing*. Tehran: Agah. (In Persian)
- Zanjeiran, Sh., Kiani, L., Zare, M., & Shayeghian, Z. (2015). The effectiveness of group logotherapy on the sense of loneliness of elderly women resident in nursing home. *Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology, 16*(3), 60-67. (In Persian). <https://jsr-p.isfahan.iau.ir>
- Zarghami, H., & Mahmoudian, H. (2016). Children out-migration and loneliness feeling in rural older parents. *Health Psychology Quarterly, 5*(19), 99-116. (In Persian). <https://hpj.journals.pnu.ac.ir/>

