

## جوانان و تنهایی به مثابه سبک زندگی: مطالعه‌ای در شهر تهران

الهام رحمت‌آبادی<sup>۱</sup>

سهیلا علیرضائزاد<sup>۲</sup>

حسین ابوالحسن تنهایی<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۲/۲۹

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۳/۱۳

پرسش آغازین این مقاله آن است که دلایل گرایش فزاینده گروه‌هایی از جوانان به تنها زندگی کردن چیست؟ برای پاسخ به این پرسش از روش داده بنیان استفاده شده است. روش گردآوری اطلاعات، انجام مصاحبه نیمه ساخت یافته و کدگذاری و تحلیل مستندات مربوط به روزنگاشته‌های تعدادی از جوانان تنها در شبکه‌های اجتماعی است. روش نمونه‌گیری، نمونه‌گیری هدفمند است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که تمایل به شهرنشینی و سبک زندگی مدرن، زمینه‌های برآمده از فضای عمومی، خانوادگی، اجتماعی-اقتصادی و زمینه‌های ارتباطی در شهر، از مهم‌ترین دلایل زمینه‌ساز برگزیدن تنهایی به مثابه سبک زندگی هستند. نتایج این پژوهش نشان داد با طیف گسترده‌ایی از تنهایی مواجه هستیم که می‌توان آنها را به چهارگونه تنهایی انتخابی، اجباری، ناگهانی و تحمیلی دسته‌بندی کرد. از جمله مهم‌ترین آثار تجربه تنها زندگی کردن بر جوانان می‌توان به هراس‌های ارتباطی، تمایل کم به معاشرت‌های خانوادگی و انواعی از انزوای اجتماعی، جسمی، جنسی، کلامی، فضایی-مکانی اشاره کرد.

از مهم‌ترین ویژگی‌های جوانی، تحرک و تمایل به تغییر و استقلال طلبی است. تهران نیز به مثابه شهری بزرگ از سویی بستر تنوع و تکثر است و فرصت‌های بیشتری در اختیار جوانان قرار می‌دهد و از سوی دیگر، محدودیت‌ها و محرومیت‌های فضایی را به جوانان تحمیل می‌کند که آنان را در شرایطی تناقض‌آمیز (پارادوکسیکال) قرار می‌دهد. عمده جوانان معمولاً پیش از مواجهه، تصویری از آن ندارند. بنابراین از یک طرف، شهر تهران به واسطه گستردگی و وسعت، فرصت دیده نشدن را در اختیار جوانان تنها می‌گذارد و از

۱. دانشجوی دکتری، جامعه‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. دانشیار، جامعه‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، ایران (نویسنده مسئول)

۳. دانشیار، جامعه‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

سوی دیگر، جوانان تنها را به‌طور مدام در معرض داغ‌ننگ و فشار به حریم خصوصی قرار می‌دهد. از همین روی، جوانان با تلاش برای حفظ جدایی‌گزینی، از روابط خویشاوندی پرهیز می‌کنند و از هم‌گزینی به‌مثابه جایگزینی برای روابط اجتماعی سنتی و خانوادگی بهره‌مند می‌گردند.

**واژگان کلیدی:** جوانان، جدایی‌گزینی، تنهایی، سبک زندگی، فضای خصوصی و زندگی شهری



بخش عمده‌ای از تغییرات دنیای مدرن حول مفهوم «شهر» و پی‌آمدهای مترتب بر شهرنشینی سامان یافته است. زیمل بر این باور است که «شهر مدرن یک هویت جامعه‌شناختی است که به نحو فضایی شکل گرفته است.» (باکاک، ۱۳۸۱: ۲۴). فضای کلان‌شهری زمینه‌جدایی‌گزینی ساکنان خود را فراهم می‌کند، زیرا عملاً زندگی در قالب گروه‌های بزرگ خانوادگی را با چالش مواجه می‌کند. از سوی دیگر، جمعیت‌های بزرگ شهری، امکان گم‌شدگی و تنهایی را برای فرد فراهم می‌کند. البته نمی‌توان به سادگی گفت که شهر یگانه علت تنهایی و تنها زندگی کردن است، اما ظاهراً شهرهای بزرگ - در اینجا تهران - بستر مناسبی برای تنهایی و سبک زندگی تنها فراهم می‌کند.<sup>۱</sup> شایان توجه است که در دوره‌های مختلف، دلایل متفاوتی برای مهاجرت و ماندن در تهران وجود داشت. نخستین بار پس از سرشماری ۱۳۳۵ گزارشی تحلیلی جامعه‌شناختی در باره ساختار جمعیت در تهران ارائه شده است که در آن مسئله خانوار تک‌نفره مورد بحث قرار گرفته است. در این گزارش رواج تک‌زیستی تایید شده است (امانی، ۱۳۴۱: ۵۸). براساس این گزارش می‌توان گفت که طرح مسئله خانوار یک‌نفره یا مسئله فرض شدن افرادی که در تهران به تنهایی زندگی می‌کنند، تازگی ندارد. در شرایط کنونی با تغییر در ترکیب جنسی و سنی افرادی که تنها زندگی می‌کنند، مواجهیم. امروزه یکی از مهم‌ترین روندها در مهاجرت، ورود زنان به جریان‌های مهاجرت است (محمودیان، ۱۳۸۸: ۵۲) با توجه به موارد ذکر شده، با افزایش زنان و مردان جوان تنها، احتمال تبدیل شدن تنهایی به یک سبک زندگی در تهران به ذهن متبادر می‌شود.

در نظر زیمل، آزاد شدن فرد از تمامی قید و بندهایی که جامعه سنتی در قالب همبستگی‌های گروهی، بر آزادی فرد می‌نهد، نویدبخش بروز فردیت است؛ اما در عین حال این امکان وجود دارد که این فرد آزاد، خود را در حصار جامعه‌ای ببیند که دائماً به عرصه خودمختاری‌های وی تعرض می‌کند و فشار ساختارهای آن، محسوس است. این فشار ساختاری در حالی اعمال می‌شود که شهر، مبانی تعلقات گروهی، درگیر شدن در نظام تقسیم‌کار پیچیده، دستمایه‌های هویت و تمایز از دیگران را نیز از میان برده است. در چنین وضعیتی، سبک‌های زندگی مدرن، راهی برای بیان خود در رابطه با دیگران و انبوه جمعیتی است که در کلانشهرها زندگی می‌کنند (Cockerham, Rutten & Abel, ۱۹۹۷: ۳۲۳). از جمله سبک‌های زندگی مدرن، «به تنهایی زندگی کردن» است که به مثابه یک پدیده اجتماعی نوظهور، در شهرهای بزرگ

<sup>۱</sup> . تمام کسانی که در این پژوهش مشارکت کردند، فارغ از دلیلی که به واسطه آن در تهران حضور دارند، معتقد بودند هیچ شهری در ایران خصوصیات تهران را برای تنها زندگی کردن ندارد. شاید بیان این نکته زود هنگام باشد، اما نشان از اهمیت خاص شهر تهران برای افراد تنها دارد.

امکان ظهور و بروز یافته است. در گذشته تنهایی امری همگانی نبود و این خصوصیت در گروه‌های اندکی که اغلب از مردم عادی نبودند، دیده می‌شد. اما هم‌اکنون جوانان به طرز فزاینده‌ای گرایش به تنها زندگی کردن دارند. تاخیر در ازدواج و افزایش مجرد (گزارش مرکز آمار مبنی بر نرخ سیزده میلیونی مجرد<sup>۱</sup>) یکی از نشانه‌های جدی افزایش تنهایی به ویژه در سال‌های پساجوانی<sup>۲</sup> است. بخشی از این افراد مجرد، هم‌اکنون به تنهایی زندگی می‌کنند. طی دهه‌های اخیر، به‌ویژه در کلانشهرها تنها زندگی کردن فارغ از دلایلی که موجب آغاز آن است، در دو مقطع سنی نسبتاً پذیرفته شده به نظر می‌رسد:

- نخست در اوایل جوانی که فرد به دلایلی به غیر از ازدواج نظیر ادامه تحصیل و یافتن شغل، خانه و خانواده را ترک می‌کند. این شیوه زندگی عمدتاً به‌مثابه امری موقتی تلقی می‌شود.
- دوم تنها شدن در دوره سالمندی است که به عنوان امری طبیعی تلقی می‌شود.

نکته شایان توجه آن است که علیرغم پذیرش نسبی این دو دوره از تنهایی، کماکان از نظر اجتماعی این شرایط به ویژه برای جوانان (گروه اول) دردناک، خطرناک و غیرمعمول تلقی می‌شود. از این رو، عجیب نیست که به طور سنتی تنهایی خارج از دو دوره ذکر شده غیرمعمول و در حد زیادی غیرقابل قبول به نظر آید. به عبارت دیگر، با گذر از جوانی و طی نکردن مراحل مورد انتظار جامعه، فرد با تقابل جامعه مواجه می‌شود.

برخلاف تجربه برخی از کشورهای مغرب زمین، شهر تهران برای جوانان تنها، فضای ویژه‌ای برای زندگی در نظر نگرفته است. برخلاف شهرهایی که تجارب گسترش تنها زندگی کردن جوانان در آنها با مهاجرت و در جستجوی کار بودن آغاز شده است، در تهران ظهور افراد تنها به نحوی خواسته یا ناخواسته با سیاست‌های شهری همسو بوده و از این رو، از ایزوله و منزوی شدن آنها در یک محله یا منطقه شهری پیشگیری می‌کند. اما از سوی دیگر، پراکندگی افراد تنها در مناطقی از شهر موجب نبود اطلاعات کافی در باره آنان شده و می‌تواند موجب ظهور و بروز دشواری‌های مختلفی برای آنان شود. در این مقاله پرسش این است که دلایل گرایش فزاینده گروه‌هایی از جوانان به تنها زندگی کردن چیست؟ و آنها این شرایط را چگونه تجربه می‌کنند؟

<sup>۱</sup>-<https://www.yjc.ir>

اخبار مربوط به مجرد ۱۳ میلیونی از طریق مرکز آمار اعلام شده، اما در پایگاه داده‌ها مرکز آمار ایران قابل ملاحظه نیست.

<sup>۲</sup>- اخیراً تعریف از دوره جوانی در ایران تغییر کرده و این دوره سنی افزایش یافته است. از این رو، در این پژوهش به گروه سنی بیست تا چهل سال توجه شده است. در گذشته دوره سنی ۱۵ تا ۲۹ سال به عنوان «دوره جوانی» تلقی می‌شد.

## پیشینه پژوهش

در پیشینه پژوهش، تعداد پژوهش‌هایی که تنهایی را در ارتباط با فضای شهری مطالعه کرده باشد، کمتر از مطالعاتی است که صرفاً در حوزه تنهایی انجام شده است. روانشناسان در توجه به تنهایی گوی سبقت را از جامعه‌شناسان ربوده‌اند، اما آنچه در هر دو رشته (جامعه‌شناسی و روانشناسی) بیشتر مورد توجه بود، «احساس تنهایی» است. در اغلب این مطالعات سالمندان، زنان و بیماران گروه هدف بودند. شایان توجه است که موضوع این مقاله با مفاهیمی نظیر غریبگی، انزوا، طرد و تجرد، درآمیختگی و گاه همپوشانی دارد. همچنین اغلب پژوهش‌های انجام شده مسائل متأثر از فضا را در گروه‌های اجتماعی مختلف ندیده‌اند.

اریک کلینبرگ<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) در کتابش با عنوان «تک‌زیست»<sup>۲</sup> که مطالعه‌ای در جامعه آمریکا است، تأکید می‌کند که با رشد فوق‌العاده و غافلگیرکننده جاذبه تنها زندگی کردن در شهرها مواجه هستیم. او اشاره می‌کند که در گذشته‌های دور، تنهایی بخصوص در دل طبیعت برای بازگشت به خود و خالق مورد توجه بود (Klinenberg, ۲۰۱۲: ۳۳). او معتقد است که رشد روبه افزایش تنها زندگی کردن، برای رسیدن به بلوغ و هویت مستقل مهم است. او به ظهور اشکالی از فردگرایی توجه می‌کند (همان). کلینبرگ معتقد است که امروز بیشتر از ۵۰ درصد افراد بالغ آمریکایی مجرد هستند و حدود ۳۱ میلیون فرد بالغ (یک به هفت) تنها زندگی می‌کنند. البته این آمار، هشت میلیون آمریکایی را که به صورت اختیاری و غیراختیاری در فضاهایی مثل خانه سالمندان و یا مراکز نگهداری<sup>۳</sup> هستند، در بر نمی‌گیرد. کسانی که تنها زندگی می‌کنند ۲۸ درصد خانوار آمریکایی را تشکیل می‌دهند. این واحد تنهایی معاصر<sup>۴</sup> یا همان خانوارهای تک‌نفره در آمریکا، ۱۷ میلیون زن و ۱۴ میلیون مرد را در برمی‌گیرد. پانزده میلیون نفر از این جمعیت، بالغین میان‌سال در سنین ۳۵ تا ۶۴ سال هستند. کلینبرگ همچنین اشاره می‌کند که در سال ۱۹۵۰ این جمعیت، پانصد هزار نفر بودند و حالا به صورت سریع و عجیبی در حال رشد هستند. او تأکید می‌کند که این جمعیت در مناطق کلانشهری، میراث مناطق مختلف کشور برای کلانشهرها هستند (Ibid: ۵). کلینبرگ همچنین معتقد است که علیرغم اهمیت و گستردگی پدیده تنها زندگی کردن، این پدیده کمتر مورد توجه قرار گرفته است. او متذکر می‌شود که در دنیای مدرن در سیکل زندگی هر فرد، احتمالاً دوره‌ای از تنها زندگی کردن دیده

۱- Eric Klinenberg

۲- Going solo

- خشایار دیهیمی در کتاب فلسفه تنهایی نوشته لارس اسونسن نام کتاب را «تک‌روی» ترجمه کرده است.

۳-Nursing home

۴-Contemperari solo doelers

می‌شود. او به این نتیجه مهم دست یافت که افرادی که سبک زندگی تنها را انتخاب می‌کنند، حداقل در یک بازه زمانی پنج ساله در همان شرایط باقی می‌مانند. او با اشاره به ناباوری متذکر می‌شود که «تنها زندگی کردن» از جمله پایدارترین اشکال واحد خانوار است (همان).

در مطالعه‌ای دیگر با عنوان «تنهایی در استرالیا»<sup>۱</sup> که توسط آدرین فرانکلین<sup>۲</sup> و بروس ترانتیر<sup>۳</sup> در سال ۲۰۱۱ انجام شد، این پرسش را مطرح می‌کند که مسکن، تنهایی و سلامت چگونه به هم مرتبط هستند؟ و اگر پیوندی میان مسکن و تنهایی وجود دارد، چگونه ممکن است سیاست‌های اجتماعی مسکن در استرالیا از مطلوبیت بیشتری برخوردار شود و باعث تنهایی نشود؟ در ابتدای این پژوهش تاکید شده است که مفهوم تنهایی به تازگی به عنوان یکی از ویژگی‌های عمومی و اخلاقی در جوامع معاصر مطرح است. فرانکلین و همکارانش متذکر می‌شوند که عملاً شواهدی در دست نیست که نشان دهد سیاست‌های مسکن به صورت مستقیم در «تنها زندگی کردن» موثر بودند، اما استدلال می‌کنند که با اندک شواهد موجود، افزایش احساس تنهایی مربوط به سیاست مسکن در آینده است. در این پژوهش تنهایی حاصل توزیع اجتماعی و فضایی تلقی شده است. به زعم آنان امروزه تنهایی گستره قابل توجهی دارد و به محیط‌زیست انسان‌ساخت (مانند شهرها) بسیار مرتبط است. با توجه به آن که نتایج حاصل از تنهایی معاصر به سلامتی و تندرستی مرتبط است، نمی‌توان به سادگی از شبکه‌های اجتماعی و ارتباطات اجتماعی حاصل از سکونت صرف نظر کرد.

دنیل اچ. پینک<sup>۴</sup> (۲۰۱۱) در کتابی با عنوان «گروه شاغلان آزاد»<sup>۵</sup> مطرح می‌کند که شاغلان کارآفرین و افرادی که به تنهایی یک ایده کاری را پیاده می‌کنند یا به طور کلی به اشکالی از خود اشتغالی<sup>۶</sup> مشغول هستند- در هر شغل و زمینه‌ای که فعال باشند- شبیه به یک «تک‌خوان»<sup>۷</sup> عمل می‌کنند، زیرا توسعه کارشان تنها به فعالیت و تلاش شخصی‌شان بستگی دارد. این شکل از کار کردن با اینکه فرد در خدمت اهداف یک شرکت بزرگ باشد، بسیار متفاوت است. برای مثال، یک الگوی کار و زندگی که در نیویورک متداول است، نشان می‌دهد که افراد تنها-که البته به تنهایی هم بیرون می‌روند- اغلب زمان فراغت‌شان را هم به ادامه کار و حرفه‌شان می‌پردازند. به عنوان نمونه، به یک بار یا کلوب می‌روند، اما باز مشغول انجام کار می‌شوند (مثل کار کردن با لپ تاپ و کتاب خواندن که در کافه‌ها مرسوم است). در شرکت‌های خصوصی هم

---

۱- Loneliness in Australia

۲- Adrian Franklin

۳- Bruce Tranter

۴- Danial H. pink

۵- Free Agent Nation

۶- Self Employment

۷- soloist :a singer or other musician who performs a solo.

The most famous conductors and soloists in the concert halls around the world perform his compositions.

مدیران بیشتر علاقه‌مند به استخدام افراد تنها و مجرد هستند، زیرا این افراد قادرند در هفت روز هفته چیزی حدود ۷۰ ساعت کار کنند. به سفرهای کاری بروند و حتی سفر کاری برای این افراد، کار توأم با فراغت محسوب می‌شود. تجربه مدیران نشان داده است که افراد با این مشخصات به این شکل از کار بسیار علاقه‌مند هستند و با رضایت این شکل و موقعیت کاری را می‌پذیرند. در این شکل از کار، جوانان مجرد حتی حاضرند از ساعت مفرح<sup>۱</sup> (ساعت خوش) خود بگذرند و به کار بپردازند. گاه این شکل از کار اصلاً فرصت پرداختن به ساعت خوش را برایشان میسر نمی‌سازد. دنیل پینک در تجربه شخصی‌اش می‌گوید که چنان مشغول این سبک از زندگی بوده که فرصت ازدواج و بچه‌دار شدن را به تعویق می‌انداخته و همیشه با خودش اینطور می‌اندیشید<sup>۱</sup> که هنوز وقت برای تشکیل خانواده دارد (Danial Pink, ۲۰۱۱).

## چارچوب مفهومی پژوهش

### تنهایی انسان مدرن

گیدنز معتقد است که تجدد تغییراتی ریشه‌ای در کیفیت زندگی روزمره پدید می‌آورد و بر خصوصی‌ترین وجوه تجربیات ما تاثیر می‌نهد (گیدنز، ۱۳۸۲: ۱۶). به نظر می‌رسد تنهایی و تنها زندگی کردن انسان مدرن - در مقایسه با گذشته - تغییر اجتماعی مهمی است. لتیتیا آنه‌پپلا<sup>۲</sup> (۱۹۸۸) می‌گوید: تنهایی شایع‌تر از «سرماخوردگی» است<sup>۳</sup> و تعداد کمی از ما با تنهایی و انزوای اجتماعی غریبه هستیم (Peplau, ۱۹۸۸: ۱۲۸). مگی فرگوسن<sup>۴</sup> (۱۳۹۷) معتقد است: «تنهایی، جذام قرن بیست‌ویکم است که قربانیان خود را ذره‌ذره ذره‌ذره می‌خورد و از میان می‌برد» (فرگوسن، ۱۳۹۷: ۱). لتیتیا آنه‌پپلا معتقد است اولین تجربه ما از تنهایی هنگامی اتفاق می‌افتد که ما اولین جدایی از والدین مان را تجربه می‌کنیم. این امر بعدها با خروج از مدرسه، جدا شدن از گروه دوستان و دیگر حلقه‌های اجتماعی که به آن احساس تعلق داریم، ادامه می‌یابد. عشق و رنج جدایی، از دیگر سویه‌های تجربه تنهایی است. جوان امروزی، خانه را برای دانشگاه یا گرفتن یک کار جدید ترک می‌کند. بدین ترتیب چالش‌های فرد تا زمانی که قادر به ایجاد دوستی‌های نوین و بازسازی شبکه روابط اجتماعی شود، ادامه می‌یابد. آسیب‌پذیری فرد نسبت به تنهایی در طول زندگی تداوم دارد.

---

۱- Happy hour

۲ - Letitia Anne Peplau

۳ - Loneliness is more common than the "common cold."

۴ - Maggie Fergusson

ضمن این که درد ناشی از تنهایی، نشانه‌ای واقعی از اهمیت روابط اجتماعی در زندگی انسان است<sup>۱</sup> (۱۲۸ Peplau, ۱۹۸۸).

رلوف هورتولانوس<sup>۲</sup> معتقد است شهر به‌عنوان محیط زندگی می‌تواند در ایجاد انزوای اجتماعی نقش بازی کند. برای بسیاری از افراد، مفهوم محله نسبت به گذشته متفاوت است. این ویژگی نه تنها به علت افزایش مشارکت کاری، بلکه همچنین به علت تحرک جغرافیایی بیشتر است. امروزه چنین فرض می‌شود که انزوای اجتماعی پدیده معمول شهرهای بزرگ است، زیرا بزرگ‌ترین تنوع فرهنگی و قومی در آن یافت می‌شود. به علت ناهمگونی سبک زندگی و رسوم، انسان‌ها در محله‌های شهری نسبت به گذشته، ارتباط کم‌تری با یکدیگر دارند (هورتولانوس، ۱۳۹۴: ۲۹). در دهه‌های اخیر ساکنان روستاها برای شرکت در تمام فعالیت‌های اجتماعی (کار، تفریح و سرگرمی) یا استفاده از امکاناتی مانند کتابخانه‌ها یا خدمات مددکاری اجتماعی، مجبور به ترک روستاهای شان شده‌اند. این شرایط آنها را بیشتر به خود متکی کرده و در معرض انزوای اجتماعی بیشتر قرار داده است (همان). بدین ترتیب در شرایط زندگی شهری مدرن، انتظار تنهایی افراد وجود دارد. جوانان نیز که به دلایل مختلف به تنها زندگی کردن در شهر روی می‌آورند، در زمره همین افراد هستند. این گروه از جوانان ممکن است برای تحصیل یا کار وارد تهران شده باشند و یا به دلیل طلاق، مرگ والدین، نبودن بستر مناسب در خانواده و یا مستقل شدن از خانواده، به تنها زندگی کردن روی آورده باشند. اما فارغ از دلایل متفاوت، آنان در یک نقطه با هم اشتراک دارند و آن احتمال گذر از جوانی و ورود به بزرگسالی در تنهایی است.

تعیین زمان پایان دوره جوانی، از تعیین شروع آن که با بلوغ جنسی همراه است، دشوارتر است. تنها بر سر این موضوع توافق وجود دارد که در پایان دوره جوانی، فرد صاحب هویت اجتماعی و شخصی می‌شود. شاخص این هویت، استقلال اقتصادی، پیدا کردن شغل و کسب درآمد است. بنابراین، شاخص اصلی پایان این دوره، دستیابی به استقلال اجتماعی، قدرت پرداخت هزینه زندگی و احتمالاً تشکیل خانواده است (شفرز، ۱۳۸۳: ۲۴). با توجه به یافته‌های این پژوهش، می‌توان جوانانی را در جامعه مشاهده کرد که از نظر سنی در گذر از جوانی هستند، اما کماکان در شرایط اقتصادی و اجتماعی یک فرد در سالیان آغازین جوانی زندگی می‌کنند. ظاهراً از نظر اجتماعی همیشه رقابتی میان بزرگسالان و جوانان وجود دارد. رقابتی که در آن بزرگسالان جوانان را منسوب به نقص و اتمام نیافتگی جوانی می‌دانند و جوانان سعی می‌کنند با کسب

۱ - The pain of loneliness is really a sign of the significance of social ties in human life.

۲- Roelof Hortulanus



قدرت (به خصوص قدرت اقتصادی) و دوام آوردن در آن موقعیت، در گروه بزرگسالان قرار بگیرند. اینجا است که در شرایط سنی مساوی، «سن اجتماعی» تابعی از نزدیکی به قدرت و دوام آوردن در موقعیت بزرگسالی است (بورديو، ۱۳۹۳: ۳۱۸). به همین دلیل بسیاری تلاش می‌کنند تا به سن اجتماعی دست بیابند و با کسب استقلال، به موقعیت خود تعیین ببخشند.

گروه‌های اجتماعی (نظیر جوانان) درگیر رقابت بر سر کنترل میدان‌های اجتماعی معین، از سرمایه‌های اقتصادی و فرهنگی خود- که برای پیش بردن نظم‌نمادین مطلوب خود آن را انباشته‌اند- بهره می‌گیرند، زیرا در این جهان اجتماعی مردم همانقدر که بر مبنای توان تولیدشان مورد قضاوت هستند، از دیدگاه ظرفیت و توان مصرف، و سبک زندگی‌شان نیز مورد قضاوت می‌باشند (بورديو، ۱۳۹۳: ۳۰۹).

### تنهایی به‌مثابه داغ ننگ

گافمن در بررسی‌های مفصل توصیفی و تجربی، موقعیت اجتماعی افرادی را مورد باریک‌بینی قرار می‌دهد که به واسطه ایجاد شکافی میان هویت اجتماعی بالفعل و بالقوه‌شان، قادر به پیروی از هنجارهای متداول جامعه نیستند و در نتیجه مورد پذیرش سایر افراد عادی یا معمولی جامعه قرار نمی‌گیرند. این افراد که به واسطه وجود تفاوت مذکور، اصطلاح «داغ ننگ» بر پیشانی‌شان می‌خورد، دامنه وسیعی از انسان‌ها و مشکلات انسانی را در خود جای می‌دهند (گافمن، ۱۳۸۶: ۷). داغ ننگ در واقع نوع خاصی از رابطه بین صفات و تفکر قالبی یا کلیشه‌ایی است؛ صفاتی که تقریباً در همه مواقع بدنام‌کننده و ننگ‌آور تلفی می‌شوند (همان: ۱۹).

سه نوع نسبتاً متفاوت داغ ننگ را می‌توان نام برد: اولین نوع، زشتی‌ها و معایب مربوط به بدن هستند (انواع بدشکلی‌های جسمانی). نوع دوم، نواقص و کمبودهای مربوط به شخصیت فرد را شامل می‌شود، مثل متقلب، ضعیف‌النفس و سلطه‌پذیر بودن یا احساسات غیرطبیعی، عقاید انعطاف‌ناپذیر و غیرقابل اعتماد داشتن. این صفات با توجه به شواهد موجود به کسانی مربوط می‌شوند که برای مثال دچار اختلالات روانی، زندان، اعتیاد به مواد مخدر، اعتیاد به الکل، همجنس‌خواهی، بیکاری، اقدام به خودکشی، و رفتارهای افراطی سیاسی هستند. نوع سوم، داغ ننگ قومی و قبیله‌ای است که منظور از آن، داغ‌ننگ‌های مربوط به نژاد، ملیت و مذهب است. این گونه داغ‌ننگ‌ها می‌توانند در مسیر نسل‌ها انتقال یابند و تمام اعضای یک خانواده را یکسان آلوده سازند.

فردی که در آمیزش اجتماعی روزمره به آسانی خصلتی را از خود نشان دهد که او را در کانون توجه قرار دهد- به نحوی که اعضای جامعه این فرد را از خود برانند- احتمالاً در وضعیتی قرار می‌گیرد که صفات دیگر او نیز در معرض بی اعتبار شدن است. چنین فردی در معرض داغ ننگ قرار می‌گیرد. تصور بر آن است که فرد داغ خورده انسان کاملی نیست و براین اساس انواع تبعیض‌های مختلف علیه وی اعمال می‌شود و به شکلی کارآمد، فرصت‌های زیستی‌اش کاهش می‌یابد. داغ ننگ دلیلی برای خطرناک تلقی کردن فرد، در اختیار اجتماع اطراف وی می‌گذارد و این امر را معقول جلوه می‌دهد (گافمن، ۱۳۸۶: ۲۰). بدین ترتیب دغدغه اصلی فرد داغ خورده به «پذیرش» اجتماعی مربوط است. افرادی که با فرد داغ خورده مراوداتی دارند اغلب نمی‌توانند آن توجه و احترامی را که جنبه‌های سالم هویت اجتماعی وی مطالبه می‌کند و خود وی نیز انتظار دریافت آن را دارد، به او ارزانی کنند (گافمن، ۱۳۸۶: ۲۴). اگر فرد تنها به ویژه به دلیل تنهایی در معرض داغ ننگ قرار گیرد، تنهایی او عمیقتر و پایدارتر می‌شود.

### تنهایی و هویت موقعیتی<sup>۱</sup>

تنهایی موقتی، تجربه جوانان در هنگام استفاده از فرصت‌های دنیای مدرن است. تنهایی موقتی، نوعی از تنهایی است که به ویژه جوانان جویای شغل و تحصیل با آن مواجه هستند. پس از گذر از تنهایی موقتی و متناسب با طولانی شدن زمان تنهایی، فرد وارد تنهایی موقعیتی می‌شود. تنهایی موقعیتی، هویتی خاص و متناسب با شرایطی که فرد در آن قرار دارد، برای او به ارمغان می‌آورد. هویت موقعیتی زمانی بروز می‌یابد که فرد براساس شرایط و موقعیتی که در آن قرار گرفته است، هویتی برای خود به تصویر می‌کشد. به عنوان مثال، یک بازیگر که یک جنبه از هویت خودش را با پذیرش یک نقش - که براساس قومیت، سبک زندگی و مذهب تعریف شده است - ایفا می‌کند، تلاش می‌نماید یک چنین هویتی از خود ارائه کند. البته این موقعیت است که تعیین می‌کند چه هویتی صحیح، کارآمد یا به درد بخور است (Karan Raj, ۲۰۰۲).<sup>۲۳۳</sup> براین اساس فرد تنها، هویتی متفاوت از همگنان برای خود می‌سازد و آن را باور می‌کند.

### سبک زندگی جوانان در دنیای مدرن

در دنیای امروز جوانان به جای اینکه صرفاً دنباله‌روی سبک‌های زندگی از پیش تعیین شده در نظام اجتماعی باشند، خود تا حدودی انتخاب‌ها و موقعیت‌ها را تعیین می‌کنند. از همین روی، سبک زندگی به- مثابه نوعی انتخاب از میان تعداد کثیری از امکان‌های موجود مطرح می‌شود که در عمل نه تنها از نسل

۱ - Situational Identity

گذشته تحویل گرفته نمی‌شود، بلکه پذیرفته می‌شود. سبک‌های زندگی به صورت عملکردهای روزمره در می‌آیند که در نوع پوشش، خوراک، طرز کار و محیط‌های مطلوب برای ملاقات با دیگران تجسم می‌یابند (گیدنز، ۱۳۸۲: ۱۲۰). البته سبک زندگی فقط نیازهای جاری را بر آورده نمی‌کند، بلکه روایت خاصی را هم که فرد برای هویت شخصی خود برگزیده است در برابر دیگران متجسم می‌سازد (همان). فرهنگ‌های جوانان تجلی استقلال است و به‌عنوان بخشی از فرهنگ عمومی جامعه به همان میزان توسعه یافته و مستقل می‌شود که گروه جوانان، به عنوان گروه سنی و اجتماعی مستقل در جامعه پذیرش می‌شوند (شفرز، ۱۳۸۳: ۱۸۹). اگرچه خرده فرهنگ‌هایی نشأت گرفته از سبک‌های زندگی جوانان هستند که به فرهنگ رسمی پشت کرده‌اند و واکنشی در برابر فرهنگ رسمی محسوب می‌شوند (همان: ۱۹۱). البته این واکنش به این معنا نیست که فرهنگ وسیع‌تر جوانان گسست فاحش از جامعه بزرگسالان دارد، بلکه بر محور پذیرش بعضی مدها، رسم‌ها، تفریحات و سبک‌های زندگی از سوی تعداد زیادی از جوانان است (آتویت و باتامور، ۱۳۹۲: ۶۹۹).

اطلاعات و ارتباطات الکترونیکی در دهه اخیر، سبک‌های زندگی جوانان را به شیوه‌های جدید زندگی دیجیتال تبدیل کرده و فرهنگ‌های ویژه جوانان را جهانی<sup>۱</sup> نموده است، اما درک فرهنگ جوانان مستلزم ملاحظات اجتماعی، تاریخی است. روی هم رفته نظریه‌ها حاکی از این هستند که فرهنگ‌های جوانان احتمالاً هنگامی شکل می‌گیرند که حجم جمعیت جوان نسبتاً زیاد باشد. جوامع درگیر تغییرات سریع و کثرت‌گرا بوده و برای ادغام جوانان در نهادهای اصلی جامعه معضلاتی داشته باشند- در نتیجه، عواملی همچون: بیکاری، خانواده‌های گسسته، تحرک بالا، بیگانگی، انزوا، تضادهای طبقاتی و منزلتی در این میان شایان توجه است. هنگامی که اعضای نسل جوان‌تر در شرایطی متفاوت با نسل‌های قبل بزرگ شده باشند و از جامعه متعارف و مرسوم ابراز نارضایتی کنند، ارزش‌ها و سبک زندگی‌هایی مختص به خود خلق می‌کنند (همان: ۷۰۰). هم‌اکنون بخشی از این شرایط منجر به درک خاصی از فضا و نیز حریم خصوصی در نزد جوانان مدرن در مقایسه با دوره‌های پیشین شده است.

### خانه، حریم خصوصی و تنهایی

خانه در فرهنگ ایرانی دارای اهمیت بوده و با حریم خصوصی همپوشانی بسیاری دارد. خانه واحدی فضایی است که برخی از ویژگی‌های عرصه خصوصی را با خود دارد. خانه، فضایی شخصی و یک قلمرو است. علاوه بر این خانه مکانی است برای محفوظ ماندن از عناصر طبیعی و همچنین دخالت دیگران در

عرصه خصوصی. خانه سرپناهی برای فرد و مکانی برای استقرار واحد اجتماعی است (مدنی پور، ۱۳۷۸: ۳۸). خانه، نهادی در بطن جامعه مدرن است که در درون آن الگوهای اولیه روابط اجتماعی شکل گرفته، بازتولید شده و دگرگون می‌شوند. خانه مکانی است که اشخاص در آن هویت خود را باز می‌یابند (همان). پس چنانچه تغییری در این نهاد ایجاد شود، احتمالاً الگوهای روابط اجتماعی را تحت تاثیر قرار خواهد داد. همراه با ظهور «خود فردی شده» در دنیای مدرن، خانه از کانون زندگی اجتماعی به زمینه‌ای برای گسترش زندگی خصوصی فرد و خانواده هسته‌ای تبدیل شد. طراحی خانه بورژوازی معمولی پاریس در قرن هفدهم نشان می‌دهد که فضا به تعداد بیشتری اتاق تقسیم می‌شد. در این دوران، گرچه بیشتر فعالیت‌ها همچنان در اتاقی به نام سالن<sup>۱</sup> انجام می‌گرفت، اما تمایل به ایجاد حریم خصوصی در مواردی مانند جداسازی فضای اسکان خدمتکاران از اربابان بیشتر شد. خانه بورژوازی فضای کار و کسب نبود، بلکه بیشتر شکل سکونتی به خود گرفت. خانه جدید قرن هجدهم نسبت به گذشته خصوصی‌تر بود (مدنی پور، ۱۳۷۸: ۱۰۳).

همراه با تغییر خانه، آداب تغییر کرد تا امکان رهایی فرد از فشارهای جامعه فراهم شود و خانه به مکانی منحصر به فرد برای پناه دادن به خانواده هسته‌ای تبدیل شد. نسل‌های بعدی به جای آنکه در شبکه‌ای که خانواده‌های قرون وسطی را به هم مرتبط می‌ساخت تربیت شوند، در محیط اجتماعی مدرسه پرورش یافتند (همان). در نهایت پیامدهای فرآیند خرد شدن و تکثیر فضا تا جایی ادامه یافت که جامعه نوین برای هر سبک زندگی، فضایی خاص را مشخص می‌کند که در آن فضا انگاره‌های حاکم باید مورد قبول واقع شده و هر فرد باید از مدلی عرفی که جنبه آرمانی دارد، تبعیت کند و هیچ گاه آن را - حتی زیر فشار طرد شدن - رها نسازد (همان). براین اساس نسل جوان نه تنها در داخل خانه‌هایی که با خانواده در آن زندگی می‌کنند، فضایی خصوصی برای تنهایی ساختند، بلکه به تدریج خانه‌هایی مناسب سبک زندگی افراد تنها هم فراهم شد.

## روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش با روش داده بنیان انجام شده است. برای گردآوری اطلاعات از دو منبع استفاده شده است: منبع اول با استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساخت یافته با افرادی که دوره‌های متفاوتی از زندگی با سبک تنها را تجربه کرده‌اند، فراهم شد. منبع دوم نیز به کدگذاری و تجزیه و تحلیل مستندات است که افراد تنها در فضای مجازی به صورت روزنگاشته‌ها تولید کرده‌اند، اختصاص دارد. نمونه‌گیری براساس روش نمونه-گیری هدفمند انجام شد. پس از انجام هر مصاحبه، داده‌ها کدگذاری شدند و مورد تجزیه و تحلیل قرار

<sup>۱</sup>-Salle

کلمه فرانسوی است و در کتاب معادلی برای آن نبود. لذا نگارنده مفهوم سالن را در مقابل آن قرار داده است.

گرفتند. یافته‌های حاصل از کدگذاری هر مصاحبه یا روزنگاشت، با موارد پیشین و نیز مبانی نظری مقایسه و براساس نمونه‌گیری نظری به تیپ‌های جدید مراجعه شد. حجم نمونه در این پژوهش بیست نفر از جوانان<sup>۱</sup> (۲۰ تا ۴۰ سال) ساکن شهر تهران بودند که به تنهایی زندگی می‌کردند. اگرچه دلایل تنها زندگی کردن می‌تواند بسیار متنوع باشد، اما درباره گروهی که مورد پژوهش قرار گرفتند دلایل تنهایی به زمینه‌های ساختاری، خانوادگی، اجتماعی- فرهنگی و زمینه‌های تعاملی شهری مرتبط بود.

جدول ۱: مشخصات مصاحبه شونده‌گان

ردیف	نام	سن	جنس	علت تنها زندگی کردن	تنهایی به سال
۱	سامان	۳۰	مرد	مهاجرت تحصیلی	۱۰
۲	پریسا	۳۹	زن	طلاق	۲۰
۳	وحید	۳۳	مرد	اجبار به ترک منزل	۱۲
۴	میلاذ	۳۳	مرد	اجبار به ترک منزل	۱۶
۵	محمد	۳۰	مرد	مهاجرت تحصیلی	۷
۶	شبنم	۳۷	زن	طلاق	۵
۷	مهدی	۳۰	مرد	مستقل شدن	۴
۸	محمد	۲۲	مرد	مستقل شدن	۸
۹	هانیه	۲۵	زن	طلاق	۶
۱۰	اکرم	۳۴	زن	مهاجرت تحصیلی	۱۴
۱۱	نیما	۲۹	مرد	مستقل شدن	۵
۱۲	حامد	۳۹	مرد	مهاجرت کاری	۱۲
۱۳	یاسمن	۳۳	زن	مهاجرت تحصیلی	۱۰
۱۴	رضا	۳۸	مرد	مهاجرت تحصیلی	۲۰
۱۵	زهرا	۲۷	زن	مهاجرت تحصیلی	۸
۱۶	پیمان	۳۶	مرد	مستقل شدن	۳
۱۷	مهیار	۳۴	مرد	اجبار به ترک منزل	۶
۱۸	آیناز	۳۲	زن	طلاق	۵
۱۹	ارغوان	۳۸	زن	مرگ والدین	۱۵
۲۰	دنیا	۳۵	زن	مهاجرت کاری	۱۰

۱- طی ماه‌های گذشته افزایش سن جوانی به ۱۸ تا ۳۵ سال مطرح شده است. در این پژوهش به دلیل اینکه مسائل ناشی از تنها زندگی کردن به سال-های پسا جوانی تسری پیدا می‌کند، مصاحبه‌شونده‌گان در بازه سنی ۲۰ تا ۴۰ سالگی مورد مصاحبه قرار گرفته‌اند.

در این پژوهش اصول اخلاقی به مثابه یک ضرورت مد نظر قرار گرفت و رعایت شد. با توجه به پیچیدگی موضوع پژوهش، پژوهشگر تلاش کرده است تا با حفظ گمنامی، اسرار و اطلاعات فرد حفظ شود. در رفتار و عملکرد دقت کافی به عمل آمد که شائبه هر گونه قضاوتی از ناحیه پژوهشگر ایجاد نشود. فرد در بیان نظرات خود کاملاً آزاد بود. به پرسش‌های او در آغاز و در خلال مصاحبه به دقت پاسخ داده شد. افراد اطلاعات لازمه در باره پژوهش را در اختیار داشتند و آگاهانه و از سر اختیار برای مشارکت در پژوهش داوطلب شدند. به آنان یادآوری شد که تا آخرین لحظات حق خروج از پژوهش را دارند (علیرضائزاد، ۱۳۹۶). برای اجرای این اصول پس از اولین تماس‌ها با فرد، حق اندیشیدن، تصمیم گرفتن و تماس برای شروع مصاحبه به فرد واگذار شد. برای حفظ اصول اخلاق به موارد زیر توجه ویژه‌ای مبذول شد:

۱. مصاحبه شونده‌گان با شرح موضوع و توضیحات شفاف درباره پژوهش به مصاحبه دعوت شدند. آنان داوطلبانه رضایت خود را برای مشارکت در پژوهش اعلام کردند.
۲. مصاحبه شونده‌گان در روند مصاحبه -که برخی از آنها بیش از چهار ساعت به طول انجامید- کاملاً آسوده و مختار بودند که به هر سوالی که نخواستند، پاسخ ندهند.
۳. هیچ مصاحبه‌ای بدون رضایت مصاحبه شونده‌گان ضبط نشد. حتی در مواردی پس از ساعت‌ها گفتگو، به درخواست آنها ضبط صدا متوقف شد و تنها از گفتگوها یادداشت‌برداری گردید.
۴. در فرآیند ذخیره‌سازی و بهره‌گیری از اطلاعات از کدهای خاصی به جای نام مصاحبه‌شونده‌گان استفاده شد. پژوهشگران متعهد شدند که فرد دیگری به فایل‌های صوتی دسترسی نداشته باشند.
۵. در ابتدای کار به مصاحبه شونده‌گان اطمینان داده شده است که چنانچه پس از مصاحبه پشیمان شدند، تنها کافی است اطلاع دهند تا تمامی فایل‌ها و یادداشت حذف شده و از دستور کار پژوهش خارج شود.
۶. هدف پژوهش و مخاطبان آن با شفافیت برای مصاحبه شونده‌گان توضیح داده شد.
۷. پژوهشگر نهایت تلاش را به کار گرفت تا در طول مصاحبه و در موارد بسیاری قبل یا بعد از مصاحبه با مصاحبه شونده‌گان گفتگو کند و به سوالات آنان ولو سوالات شخصی درباره پژوهشگران با صبر و شکیبایی پاسخ دهد (ازکیا، ۱۳۹۶: ۷۵۸).
۸. تلاش شد تا در نحوه پوشش، نحوه گفتگو، نحوه نشستن و موارد دیگر، پژوهشگر موضعی برتر نسبت به مشارکت‌کننده نداشته باشد (علیرضائزاد، ۱۳۹۷). لازم به ذکر است که پایان مصاحبه‌ها باز<sup>۱</sup> بود و از مشارکت‌کنندگان دعوت شد در صورت تمایل یا نیاز به صحبت دوباره به پژوهشگر

---

<sup>۱</sup> - Open end

مفهوم یا کد اولیه	ایده	داده خام	ردیف
تلاش برای حفظ تنهایی و فضای خصوصی	لذت ناشی از استقلال / قدرت پنهان در جدایی گزینی فضایی	اولین بار دوره لیسانس مواجه شدم با زندگی مستقل	۱



مراجعه کنند. آنان اطلاعات تماس پژوهشگر را در اختیار داشتند و می توانستند در صورت تمایل با او ملاقات یا گفتگو کنند.

جدول ۲: نمونه کدگذاری باز

۲	بعد لیسانس سرکار می رفتم و مستقل زندگی کردم	شغل و درآمد با توانایی تنها زندگی کردن در ارتباط است	اهمیت شرایط شغلی و درآمدی در جدایی گزینی
۳	عادت کرده بودم به تنها بودم بعد از دوره لیسانس	تنهایی به مثابه سبک زندگی	تنهایی انتخابی و سبک زندگی انتخابی
۴	عادت کرده بودم برای تصمیم گیری مستقل عمل کنم	استقلال تصمیم گیری / مزیت های تنهایی	سبک زندگی استقلال طلبانه
۵	بعدم فاصله محل کارم تا خونه پدری م دور بود	بهانه برای تنها بودن	تلاش برای حفظ تنهایی و فضای خصوصی
۶	اولین مواجهم با تنهایی و استقلال و یک دفعه آزادی بدست آوردن خیلی خوب بود	تنهایی به مثابه آزادی / تنهایی به مثابه سبک زندگی	تنهایی به مثابه فرصت
۷	چهار سال اول کمی سخت بود	مسائل و مشکلاتی که در تنهایی با آن مواجهند	دشواری های مرتبط با مسئولیت پذیری و نقش پذیری
۸	تنهایی بخش تغذیه اش خیلی سخته	مسائل و مشکلاتی که در تنهایی با آن مواجهند	دشواری های مرتبط با مسئولیت پذیری و نقش پذیری
۹	خدماتی که از پدر و مادر می گیری و یکهو قطع می شه	قطع خدمات والدین / فرد باز اجتماعی می شود برای سبک زندگی تنها	دشواری های مرتبط با مسئولیت پذیری و نقش پذیری
۱۰	رفتم فوق لیسانس، شرایطم سخت تر شد	مسائل و مشکلاتی که در تنهایی با آن مواجهند	دشواری های مرتبط با مسئولیت پذیری و نقش پذیری
۱۱	مادرم هم تنهاست، ولی برنگشتم پیشش	بچه ها تنهایی را پر نمی کنند و به دنبال بازآفرینی / خلق فضای خصوصی ند	فرزندان به دنبال خلق فضای خصوصی خود هستند

## یافته های پژوهش

### انواع تنهایی

یافته های این پژوهش نشان از پیچیدگی مفهوم تنهایی دارند؛ به عبارت دیگر، با انواع تنهایی در بین جوانان مواجه هستیم. جوانان انواع تنهایی را به مثابه سبک زندگی تجربه می کنند؛ اما تجربه تنهایی، موقعیت ثابتی نیست، زیرا تنهایی یک موقعیت ترکیبی است و انواع تنهایی قابل تبدیل به یکدیگر هستند. از این رو، جوانی که تنهایی را انتخاب کرد، ممکن است در طول زمان مجبور به ادامه سبک زندگی تنها شود.

تنهایی با مفاهیمی نظیر مجرد بسیار نزدیک است، زیرا مرزهای خیلی شفافی از تفاوت بین تنهایی و مجرد در اذهان عمومی وجود ندارد. به همین دلیل خیلی از کسانی که مجرد هستند، مجرد را هم معنای تنهایی می دانند و ابراز می کنند تنها هستند، چون با کسی در رابطه نزدیک و صمیمی نیستند. عمده مردانی که ازدواج کرده و طلاق گرفته اند نیز خودشان را مجرد می دانند، زیرا ظاهراً جامعه مفهوم بیوگی را فقط



برای زنان استفاده می‌کند. البته برخی هم چون با کسی که در رابطه هستند نسبت رسمی ندارند، خود را مجرد می‌دانند. این اشکال نگرستن به تنهایی و مجرد در افرادی که تنها زندگی می‌کنند هم وجود دارد. در برخی موارد فرد با فاصله<sup>۱</sup> در رابطه عاطفی با کسی است؛ به این معنا که دو نفر باهم رابطه دارند، اما در یک‌جا زندگی نمی‌کنند. این فاصله مکانی دور یا نزدیک هم به مجرد و تنهایی تعبیر می‌شود حتی اگر روابط عاطفی و جنسی برقرار باشد. در واقع، «زوج نیمه‌مجزا یا مجزا» به لحاظ مکانی نیز خود را در زمره مجردان می‌دانند- این رابطه در شرایطی برقرار است که افراد به صورت رسمی با هم ازدواج نکرده‌اند.

با توجه به میزان و نحوه عاملیت<sup>۲</sup> فردی (که نشانگر ظرفیت فرد برای کنش اجتماعی مستقل است)، انواع تنهایی به شرح زیر است:

تنهایی انتخابی: کسانی که تنها زندگی کردن را انتخاب کرده‌اند.

دنیا ۳۵ ساله، ۱۰ سال است تنها زندگی می‌کند. او می‌گوید:

«بعد از اتمام درسم به‌خاطر کار کردن اوادم تهران. اگر شهر خودمون می‌موندم نمی‌تونستم توی رشته خودم کار کنم... خیلی از اقوام مخالفت کردن و سعی کردن نزارن من بیام، اما من انتخابم رو کرده بودم.»  
تنهایی اجباری: کسانی که ناگزیر از تنها زندگی کردن شدند. در این شرایط خانواده مبدا برای ادامه ماندن، مساعد نیست. در واقع، ساخت خانواده به فرد برای جدایی‌گزینی فشار می‌آورد. در تنهایی اجباری، فرد به طور کامل از خانواده منفک نمی‌شود و در بازه‌های زمانی متفاوت، به اشکال مختلفی به آن برمی‌گردد.  
مهیار ۳۴ ساله، ۶ سال است تنها زندگی می‌کند. او می‌گوید:

"تنهایی من اجباریه. چاره‌ای نبود. بعد از فوت مادرم، پدرم گفت می‌خوام زن بگیرم و باید از این خونه بری. یه جورهایی اصلا راه نداشت بمونم. اما بعد چند سال که مستقل شدم و کار و زندگی دارم، همو می‌بینیم. اگرچه هیچ وقت نمی‌تونم دوستش داشته باشم و کارهاش یادم نمی‌ره."  
وحید ۳۳ ساله، ۱۲ سال است تنها زندگی می‌کند. او می‌گوید:

«مادرم گفت باید از خونه بری. توی خونه همش دعوا و کتک‌کاری بود. خیلی از خاطره‌هام مثل یه زخم کوچیک بود که بزرگ شدم تازه متوجه شون شدم. تنها زندگی کردن مثل شنا کردن توی اقیانوس می‌مونه. من تونستم از پس خودم بر بیام. بعدش به مادرم کمک کردم طلاق بگیره و مستقل بشه. مادرم رو فرستادم دانشگاه. الان داره فوق‌لیسانس می‌خونه...»

تنهایی ناگهانی: تنهایی است که به دلیلی نظیر مرگ والدین یا همسر اتفاق می‌افتد و فرد هیچ راه‌گریز یا انتخابی در برابر آن ندارد. ارغوان ۳۶ ساله، ۱۵ سال است تنها زندگی می‌کند. او می‌گوید:

۱ . long distance relationship

۲ - Agency: Purposeful action

«سال‌ها قبل پدرم فوت کرده بود. بیست و دو- سه ساله بودم که مادرم هم فوت کرد. زندگیه دیگه قابل پیش‌بینی نیست. من نقشی توش نداشتم. من تلاش کردم تنها زندگی کردن رو یاد بگیرم.»  
تنهایی تحمیلی: تنهایی است که از سوی دیگری به فرد تحمیل شده و فرد ناچار به پذیرش است. در تنهایی تحمیلی شرایط خانواده مبداء الزاما نامساعد نیست. تفاوت تنهایی اجباری با تنهایی تحمیلی در نوعی از انتخاب نهفته است. در تنهایی اجباری سوبه‌هایی از انتخاب وجود دارد، اما در تنهایی تحمیلی گزینه دیگری محتمل نیست. در تنهایی تحمیلی فرد به طور کامل از وضعیت قبلی منفک می‌شود و در آینده هیچ شکل از ارتباط با خانواده قبلی شکل نمی‌گیرد. در واقع، فرد نوعی از گسست کامل روابط اجتماعی و عاطفی را تجربه می‌کند.

شب‌م ۳۷ ساله، ۵ سال است تنها زندگی می‌کند. او می‌گوید:

«زندگی خیلی خوبی داشتیم. من عاشق همسرم بودم. همه چیز داشتیم. هیچی کم نبود. اتفاقاتی افتاد که من توی شرایط پذیرفتن تنهایی قرار گرفتم. همسرم نخواست به زندگی با من ادامه بده. دیگه به خونه برنگشت.»

باتوجه به اینکه تنهایی در طول زمان تغییر می‌کند و بسیار محتمل است که تنهایی در دوره‌ای از زندگی رخ بدهد، انواع دیگری از تنهایی برحسب دوره‌های زمانی و میزان پایداری شناسایی شدند که عبارت‌اند از:

۱. تنهایی ناپایدار (دوره‌ای): تنهایی که فقط در یک دوره کوتاه مدت اتفاق می‌افتد و پس از آن یا فرد به خانواده مبدا باز می‌گردد یا اینکه ازدواج می‌کند و در هر صورت دیگر به تنها زندگی کردن ادامه نمی‌دهد. افرادی که برای دوره تحصیلی یا آموزشی یا سفر برای مدتی مشخص تنها زندگی می‌کنند، از این جمله هستند. این نوع از تنهایی در جوانان بیشتر دیده می‌شود.
۲. تنهایی پایدار: شرایط تنهایی در فرد تثبیت شده و به نظر نمی‌رسد که فعلا قصد یا امکان خروج از وضعیت را داشته باشد. کسانی که به قصد مستقل شدن تصمیم دارند تا زمان نامشخص تنها زندگی کنند، در این گونه از تنهایی دسته‌بندی می‌شوند.
۳. تنهایی موقعیتی<sup>۱</sup>: تغییراتی که در زندگی پدید می‌آید نظیر مرگ اعضای خانواده یا زمانی که رابطه-ای عاشقانه پایان می‌گیرد، می‌تواند منجر به ایجاد تنهایی موقعیتی شود (Leung, ۲۰۱۲: ۲۴۳-اسونسن، ۱۳۹۷: ۳۳). امروزه، شاهد ظهور این نوع از تنهایی در جوانان هستیم.
۴. تنهایی مزمن: وضعیتی است که در آن فرد تنها از اینکه روابط کافی با دیگران ندارد، دائما رنج می‌برد (همان). به عنوان مثال، در تنهایی مزمن جوان شانس برای خروج از وضعیت ندارد یا امیدی

<sup>۱</sup>- بخشی از مفاهیم از منابع مذکور وام گرفته شده‌اند، اما در ادامه با توجه به نتایج پژوهش به آنها افزوده شده است.

به خروج از این وضعیت ندارد. تنهایی مزمن می‌تواند در دوران پساجوانی و به مثابه حاصل تنهایی در دوره جوانی ایجاد شود.

### عوامل زمینه‌ای ایجاد تنهایی

برخی از عللی که موجب می‌شود جوانان به تنها زندگی کردن روی بیاورند، عبارت‌اند از زمینه‌های ساختاری، خانوادگی و اجتماعی-اقتصادی. شایان توجه است که این زمینه‌ها با توجه به انواع تنهایی، متفاوت هستند. دلایل در تنهایی ماندن به عواملی از قبیل هراس و بدبینی، از دست دادن موقعیت‌ها و فاصله با هنجارهای اجتماعی مربوط است. این دلایل می‌تواند فرد را از تغییر شرایط ناتوان سازد. شایان توجه است که ضعیف شدن شبکه روابط خویشاوندی و امکان مرگ زود هنگام والدین یا همسر می‌تواند زمینه‌ساز تنهایی تحمیلی باشد.

### تنهایی انتخابی و زمینه‌های برآمده از فضای عمومی

در تنهایی انتخابی، عمده‌ترین دلایلی که باعث انتخاب سبک «تنهایی زندگی کردن» می‌شود، زمینه‌های برآمده از فضای عمومی است. این زمینه به درک و تجربه جوانان از فضای عمومی مربوط است. زندگی شهری، عالی‌ترین مکان برای تحرک و آمیزش‌های اجتماعی است و فضای عمومی دسترسی به تمام نهادها بیرون از نهاد خانواده را پیش‌روی فرد قرار می‌دهد. از همین رهگذر است که جوانان درک و دریافت جدیدی از روابط اجتماعی را تجربه می‌کنند. فضایی که در مقابل آنان روزهایی به سوی بروز یا سانسور خود را قرار می‌دهد. جوانان در خلال مراحل ویژه‌ای دست به انتخاب تنهایی می‌زنند که به شرح زیر قابل بیان است:

۱. عدم امکان خودافشایی<sup>۱</sup> و به تنها تبدیل شدن: در این تجربه جوان یا امکان و تمایل به خودافشایی و سهم کردن دیگران در تجارب شخصی و عرصه خصوصی‌اش را ندارد یا اینکه قادر به خود-افشایی است، اما کسی را ندارد که درباره خودش با او صحبت کند. این فرایند موجب می‌شود که جوان به فردی تنها تبدیل شود.
۲. سکوت و انزواگزینی: در این مرحله نه جوان تمایل به صحبت کردن و شنیده شدن دارد و نه کسی در پی خروج او از انزواگزینی است. در این موقعیت عمدتاً فرد سکوت می‌کند و خود را سانسور می‌نماید.
۳. عاملیت ناکارآمد: در این شرایط، جوان عاملیت خود را زیر سلطه و تسلیم قدرت‌های کلان بازمی‌شناسد. جوان تصور می‌کند که فرصت و حقی برای انتخاب‌های مختلف در زندگی ندارد. او

<sup>۱</sup> - Self-disclosure

فرایند ارتباطی است که در آن فرد اطلاعاتی در مورد خودش را به دیگری می‌گوید.

عمدتا باور دارد که قادر به ایجاد تغییر در جهان اجتماعی پیرامون خود نیست و خود را ناکارآمد می‌پندارد.

۴. فقدان فضای متکثر برای بروز خود و ظهور سبک‌های زندگی: در این موقعیت جوان برای باور است که تفاوت‌های شخصی از سوی جامعه پذیرفته شده نیست و فضاهای متنوعی برای بروز خود و انواع سبک‌های زندگی اجتماعی وجود ندارد. در این موقعیت استقلال و آزادی طلبی دو موضوع اصلی هستند. در این شرایط او تصور می‌کند که از سوی ساختار اجتماعی به همسویی و هم‌شکلی در فضاهای عمومی و حذف فضای خصوصی تشویق می‌شود و هیچ‌گونه انتخابی پیش روی ندارد.

۵. هراس و بدبینی به روابط اجتماعی: ماحصل آگاهی سیال اجتماعی و تجارب شخصی موجب می‌شود تا جوان نسبت به روابط اجتماعی بدبین باشد و بسیار محتاطانه وارد فضای رابطه شود. او عمدتاً به دلیل پیش‌داوری قادر به خروج از فرآیند بدبینی نسبت به هر شکل از روابط اجتماعی نیست. مواضع دوگانه اطرافیان (اطرافیان از یک سو تنهایی او را می‌ستایند و او را فردی آزاد تلقی می‌کنند و از سوی دیگر به انتقاد از شرایط زندگی او می‌پردازند. نسبت به فرد تنها، نیز در بروز ترس و نگهداشت جوان در شرایط هراس و بدبینی موثرند. به نظر می‌رسد فرد قادر به یافتن راهی به سوی روابط اجتماعی پایدار نیست.

#### تنهایی انتخابی و دلایل اجتماعی - اقتصادی

در تنهایی انتخابی خواست و عاملیت جوان در ورود به سبک زندگی تنها بسیار موثر است. تنها زندگی کردن جوانان دلایل مختلفی دارد و نباید چنین پنداشت که همه آن دلایل به شکلی به مسائل خانواده و یا نابسامانی‌های آن منتسب است. از این رو، مجموعه دلایل زیر در شکل‌گیری این سبک زندگی تاثیرگذار است:

۱. استقلال طلبی جوانان: یکی از عمده‌ترین دلایل جوانان برای تنها زندگی کردن استقلال طلبی آنان است که معمولاً در خلال یک فرآیند تدریجی (جدایی‌گزینی در اتاق شخصی، سکونت در ساختمان خانوادگی، سکونت در محله خانواده و غیره) و با این هدف که خانواده به آن شرایط عادت کنند، انجام می‌شود.

۲. مهاجرت برای تحصیل زمینه‌ساز تنهایی: بخش عظیمی از جمعیت تهران را مهاجران تشکیل می‌دهند. یکی از گروه‌های مهاجر، جوانانی هستند که به دلیل تحصیل به تهران آمده و سپس به دلایل مختلف در تهران باقی مانده و به تنهایی زندگی می‌کنند.

۳. مهاجرت برای کار زمینه‌ساز تنهایی: اشتغال، یکی دیگر از دلایل مهاجرت به تهران است. کیفیت اشتغال در تهران بسیار متفاوت است. یکی از گروه‌هایی که برای اشتغال به تهران مهاجرت می‌کنند،

متخصصان با مهارت و دانش هستند که شغلی متناسب با رشته آنها و همچنین امکان پیشرفت در شهرستان‌ها فراهم نیست. این افراد بین تداوم زندگی حرفه‌ای یا زندگی با خانواده، اولی را انتخاب و در تهران به تنهایی زندگی می‌کنند.

### تنهایی اجباری و زمینه خانوادگی

بین تنهایی اجباری و زمینه خانوادگی ارتباط تنگاتنگی وجود دارد. این پژوهش دلایل زیر را در این باره نشان داده است:

۱. فروپاشی خانواده مبدا (فوت یا طلاق والدین): با توجه به نتایج مصاحبه‌ها، برخی از جوانان به دلیل فوت یا طلاق والدین، ناگزیر از زندگی به تنهایی هستند. این تنهایی «اجباری» است. در گذشته معمولاً شبکه خویشاوندی می‌پذیرفت که این بازماندگان را تا زمان ازدواج در خود پذیرا باشد، اما هم‌اکنون این گرایش کمتر دیده می‌شود.
۲. نامساعد بودن شرایط خانواده نخستین برای ادامه زندگی: در این شرایط خانواده توانایی لازم برای حفظ و نگهداری فرزندان را ندارد و آنها را به اشکال مختلف به خروج از خانه تشویق یا ملزم می‌کند.
۳. جدایی از خانواده به قصد رهایی از مشکلات خانواده: در این شرایط خانواده بستر آسیب است و به همین سبب فرد تصمیم می‌گیرد برای رهایی از مسائل خانواده و ارتقای سطح زندگی خود، از آنان جدا شود.
۴. آفرینش سبک‌های نوین زندگی و عدم مطابقت با انتظارات والدین: با تغییرات اجتماعی رخ داده در سن ازدواج، شکل استقلال‌یابی تغییر کرده است و حالا دیگر فقط به واسطه ازدواج نیست که فرزندان از خانواده برای دوره‌ای یا برای همیشه جدا می‌شوند. در بسیاری از موارد، عدم مطابقت با انتظارات والدین موجب آفرینش سبک‌های جدید زندگی است. این شرایط موجب افزایش تمایل جوان به جدایی‌گزینی فضایی می‌شود. عدم مطابقت با انتظارات والدین پهن دامنه است و شامل موارد بسیاری می‌شود. والدین با توجه به خاستگاه سنتی خانواده، هر کنشی از سوی فرد را با ذربین نقد، مورد قضاوت قرار دهند. فاصله نسلی موجب کناره‌گزینی جوان از خانواده می‌شود.
۵. تعمیق فاصله میان نسلی: وجود فاصله عمیق میان نسلی بین والدین و فرزندان موجب می‌شود که فرد و خانواده قادر به بیان و پذیرش خواست‌ها و نظرات‌شان نشوند. جداگزینی فضایی عمیق‌تر شده و تنهایی به مثابه سبک زندگی آغاز شود.
۶. دیده نشدن و شنیده نشدن از سوی والدین: گاهی فرد اولویت اول والدین نیست یا به دلیل وجود دغدغه‌های متفاوت در خانواده، از سوی خانواده دیده و شنیده نمی‌شود نظیر جوانی که برادری با بیماری صعب‌العلاج داشت و ناگزیر به ترک خانواده شد.

۷. درک متفاوت والدین و فرزندان از فرصت‌های اجتماعی: در برخی موارد جوان درمی‌یابد که با عمل به خواست والدین، فرصت‌های زیست اجتماعی را از دست می‌دهد. لذا تلاش می‌کند با خروج از خانواده و فاصله گرفتن یا مرزبندی با خانواده، به فرصت‌های اجتماعی یا انتخاب‌های شخصی خود تعیین بخشد.

### تنهایی تحمیلی و زمینه‌های ارتباطی در شهر

گذشته از مرگ ناگهانی وابستگان درجه یک، عوامل دیگری نیز در ایجاد تنهایی تحمیلی موثرند:

۱. تحقیر و طرد «دیگری» و اعتماد لغزنده: در زندگی شهری اعتماد به دیگری بسیار دشوار است. از همین روی لغزنده بودن اعتماد، امری تکرار شونده و رایج است. تجربه گونه‌های تحقیر و طرد اجتماعی در جوان، همچون تیغ دولبه عمل می‌کند؛ به این معنا که فرد پس از تجربه تحقیر و طرد اجتماعی اعتماد به «دیگری» را از دست می‌دهد و روابط اجتماعی او مخدوش می‌شود. در این شرایط روابط اجتماعی به نوع «کوتاه مدت» تغییر می‌کند و اعتماد در فرد به پدیده‌ای لغزنده و ناپایدار بدل می‌شود. جوان قدرت برقراری و حفظ رابطه اجتماعی بلند مدت را از دست می‌دهد. جوان می‌پندارد که شفافیت در روابط اجتماعی و راه دادن دیگری به عرصه خصوصی کاری بیهوده است و فرآیندی که خود تجربه کرده است را درباره دیگران اعمال می‌کند. او اقدام به تحقیر و طرد افرادی که در ارتباط با او قرار دارند، می‌کند. فرد جوان این عملکرد را به مثابه یک سیاست‌گذاری در روابط اجتماعی - اعم از شبکه روابط اجتماعی و خانوادگی - به کار می‌گیرد. شایان ذکر است که این شرایط یک فرآیند پیچیده اجتماعی را در پشت سر دارد.
۲. عدم احساس تعلق به جامعه: در این شرایط فرد تعلق خاطری به جهان اجتماعی پیرامون خود - جامعه و جهان زیست‌های روزمره - ندارد. او عمدتاً ارتباطات حداقلی برقرار می‌کند و نسبت به دنیای پیرامون بی‌تفاوت است.
۳. تجربه تعرض به فضای خصوصی: اساساً تجربه فضای خصوصی با شهرنشینی و تغییرات خانواده و تحول الگوی سکونت درهم تنیده است، زیرا زندگی شهری به مرور بر مبنای خروج کار از خانه و کوچک شدن خانواده همراه بود. در روند این تغییرات شکل خانه و مفهوم فضا تغییر کرد و شهر فضاهای کوچک‌تر و خصوصی‌تر را پیش روی فرد قرار داد. در این شرایط اگرچه خانه از روابط گسترده و فضاهای بزرگ تهی شد، اما فضای خصوصی و حریم شخصی اهمیت یافت. تجربه زیسته فرد مملو از در هم شکستن فضای خصوصی او توسط دیگران است. از همین روی تلاش می‌کند به طور مداوم از فضای خصوصی خود با کاستن از روابط و تعاملات اجتماعی حفاظت کند. زنان تنهایی که از سوی همکاران و همسایگان مورد تعرض قرار می‌گیرند، از این جمله‌اند.

۴. طلاق: در گذشته دختران و پسران پس از طلاق به خانه پدری باز می‌گشتند و اغلب این احتمال را مفروض می‌دانستند که ممکن است موفق به ازدواج مجدد و تشکیل خانواده بشوند. اما در دهه اخیر با رشد طلاق و گسترش شهرهای بزرگی چون تهران بسیاری از دختران نزد والدین باز نمی‌گردند و ترجیح می‌دهند مستقل زندگی کنند، زیرا از سویی فاصله‌های فضایی - مکانی در شهر به آنها فرصت می‌دهد تا مدت‌ها طلاق را پنهان کنند و به تدریج هم خود و هم خانواده، تنهایی را بپذیرند. از سوی دیگر، برای مردان تصور تنوع و تکرر و فزونی فرصت‌ها موجب می‌شود تا برای حفظ تنهایی تلاش نمایند و از ازدواج مجدد نیز چندان استقبال نکنند.

### روابط اجتماعی جوانان تنها

به طور سنتی تنهایی به معنای فقدان رابطه اجتماعی تعریف می‌شود، اما این پژوهش نشان می‌دهد که علیرغم کاهش معنادار روابط اجتماعی فرد تنها، او فاقد ارتباطات اجتماعی نیست، بلکه شکل‌بندی این روابط دگرگون می‌شود. شکل‌بندی روابط جوان تنها، به شرح زیر قابل بیان است:

- ارتباط کمتر با خانواده: تنها زندگی کردن به معنای قطع رابطه نیست، اما ارتباط با خانواده و شبکه خویشاوندی بسیار کاهش می‌یابد. کاهش این ارتباط به معنای عدم تلاش خانواده برای کنترل آنان - به ویژه با توجه به جنسیت جوان تنها- نیست. هراس و گریز از روابط خانوادگی در این جوانان تا بدان حد شدید است که ضرورت ارتباط با خانواده همسر از جمله ترس‌هایی است که آنان به طوری جدی بدان می‌اندیشند.
- ارتباط بیشتر با دوستان: جوانان تنها ارتباط با گروه دوستان را جایگزین روابط خانوادگی می‌کنند؛ بدان معنا که اولویت اول روابط با دوستان است. در ارتباط با گروه دوستان جوانان تنها از دو ویژگی جدایی‌گزینی و هم‌گزینی به طور هم‌زمان بهره می‌برند؛ بدان معنا که رغبتی به شریک شدن فضای زندگی خود با دوستانشان ندارند، اما ارتباط تعریف شده و مشخصی را با این گروه، در مقایسه با سایر گروه‌های اجتماعی ارجحیت می‌دهند.
- ارتباط محدود و حداقلی با محله: از آنجا که همسایگان، اهالی محله و کسبه درباره زندگی «جوانان تنها» کنجکاو هستند، این جوانان اغلب تلاش می‌کنند با کمترین ارتباط با محله، تنهایی‌شان را پنهان کنند.
- ارتباط محدود و حداقلی با همکاران: تجربه و احتمال انواع مختلف سوءاستفاده در محل کار و از سوی همکاران موجب می‌شود تا جوانان تنها از نزدیک شدن به همکاران خود اجتناب کنند. امکان سوء استفاده از محل زندگی جوان تنها به عنوان «مکان خوش‌گذرانی» به ویژه از سوی مردان و همچنین تمایل به برقراری ارتباط مردان همکار با دختران تنها موجب فاصله گرفتن آنان از

همکاران می‌شود. این شرایط موجب می‌شود که هر دو جنس در معرض داغ ننگ یا انگ خوردن در محل کار قرار بگیرند.

- حضور حداکثری و طولانی مدت در فضای مجازی: جوانان مصاحبه شونده زمان زیادی را برای ارتباطات اجتماعی در فضای مجازی صرف می‌کنند. کیفیت و نحوه استفاده از فضای مجازی بحث گسترده‌ای است که در این مقال نمی‌گنجد.
- تمایل به حضور در انبوه جمعیت فضای شهری بدون برقراری ارتباط واقعی: تمایل به حضور در فضای شهری و تعدیل تنهایی از طریق حضور در انبوه جمعیت بدون برقراری ارتباط کلامی یا جسمی با افراد از روش‌هایی است که جوانان تنها، فشار حجم تنهایی را بر خود، کاهش می‌دهند.

### پیامدهای تنها زندگی کردن جوانان

به‌طور حتم تنها زندگی کردن پیامدهای مثبت و منفی زیادی برای جوانان به‌همراه دارد. علیرغم افزایش جوانانی که به تنهایی زندگی می‌کنند یا تمایل به جدا شدن از خانواده دارند، نتایج پژوهش حاکی است که می‌توان پیامدهای چندی را به ویژه در باره تنهایی طولانی مدت برشمرد:

- طولانی شدن تنهایی و عدم ازدواج می‌تواند منجر به ایجاد روابط گسترده، اما ناپایدار شود.
  - تسری و ادامه تنهایی به سال‌های پساجوانی می‌تواند منجر به تبدیل تنهایی انتخابی به تنهایی اجباری و سپس تنهایی مزمن شود. ورود فرد به تنهایی مزمن، امکان خروج از این وضعیت را به حداقل کاهش می‌دهد.
  - طولانی شدن دوران تنهایی ضمن تعمیق هراس و بدبینی، معمولاً منجر به ظهور دوره‌های افسردگی و تعمیق انزوا گزینی در بین آنان می‌شود؛ به طوری که تعدادی از افرادی که در این شرایط قرار گرفته‌اند اعلام کردند که مایل به خودکشی هستند یا به آن می‌اندیشند.
- نتایج این پژوهش نشان می‌دهد وقتی تنهایی از امری موقتی به امری موقعیتی و در نهایت تنهایی مزمن بدل شود، رخدادی غیرمعمول، از نظر فرهنگی در جامعه رخ داده است.

### جمع‌بندی و نتیجه‌گیری

تنهایی، مسئله مهمی است که در دوره مدرن و طی سال‌های اخیر بیش از هر زمان دیگری مورد توجه قرار گرفته است. در بسیاری از کشورهای توسعه یافته تلاش می‌شود برای این گروه‌های اجتماعی - که از منظر جمعیت‌شناسی کمیت قابل ملاحظه‌ایی را شامل می‌شوند - برنامه‌ریزی و سیاستگذاری انجام می‌شود.

تعریف تنهایی ساده نیست، زیرا تنهایی فقط یک مفهوم نیست. تنهایی تعریفی وسیع و لغزنده دارد و گاه با مفاهیمی نظیر انزوا یا غریبه‌گی دارای همپوشانی است. تنهایی یک موقعیت ترکیبی است که فرد به اشکال مختلفی آن را تجربه می‌کند؛ موقعیتی که زمان‌مند و مکان‌مند است. وابستگی به زمان و مکان موجب



می‌شود تا جوانان بیش از گروه‌های دیگر اجتماعی در معرض تنهایی قرار گیرند. تنهایی جوانان می‌تواند اختیاری، اجباری، تحمیلی و مزمن باشد، اما نکته مهم آن است که اگر به مرحله پسا جوانی تداوم یابد، معمولاً از حالت اختیاری به اجباری و سپس مزمن تغییر ماهیت می‌دهد. در این شرایط فرد قادر به خروج از شرایط تنهایی نیست و در آن اسیر می‌شود.

از سوی دیگر، وابستگی به مکان موجب می‌شود تا افراد تنها مایل به زندگی کردن در شهرهای بزرگ باشند. انبوه جمعیت، ضعف پیوندهای محله‌ای، گسترده‌گی مکانی و فاصله بین محل کار و زندگی موجب می‌شود تا جوان تنها بتواند تنهایی خود را پنهان کند و از نگاه نقاد اجتماع و داغ ننگ بگریزد. اگرچه در نقطه مقابل شهر، محله و همسایگان به‌مثابه اجتماع کوچک‌تر جوانان تنها را رها نمی‌کنند و به حضور آنان حساس هستند. این اجتماعات به‌طور مداوم بر نظارت، نگهداری یا کنترل آنان اهتمام می‌ورزند. در چنین شرایطی جوانان تنها باید با روایتی مورد پسند جامعه، هویت خود را بازتعریف کنند.

جامعه با دختران جوان تنها و پسران جوان تنها به گونه‌های متفاوتی مواجه می‌شود، اما تلاش برای حفظ حریم خصوصی مسئله‌ای مشترک است که جوانان برای حفظ آن تلاش می‌کنند. از جمله مهمترین کنش آنان برای حفظ حریم خصوصی، گزینش روابط اجتماعی است. جدایی‌گزینی و هم‌گزینی از جمله سیاست‌هایی است که جوانان تنها برای حفظ حریم خصوصی خود اتخاذ می‌کنند.

اگر چه مشکلات و نابسامانی‌های خانوادگی، گسترش طلاق و ضعیف شدن روابط خویشاوندی از جمله عوامل موثر بر تنهایی جوانان است، اما تلقی آنان از زندگی مدرن، استقلال طلبی، تحصیلات تخصصی و تمایل به تجربه شیوه‌های جدید زندگی نیز در این زمینه بسیار تاثیرگذارند. براین اساس می‌توان گفت که اگر چه سابقه تنها زندگی کردن در تهران به چندین دهه پیش بازمی‌گردد، اما پذیرفتنی است که دلایل تنها زندگی کردن در بین جوانان دگرگون شده است و دیگر مهاجرت به عنوان تنها دلیل اصلی مطرح نیست. ضمن اینکه زنان جوان گروهی هستند که به مهاجران و البته گروه‌هایی که تنها زندگی می‌کنند، افزوده شده‌اند.

در تهران برخلاف بسیاری از شهرهای بزرگ جهان که سابقه مهاجرت و تنها زندگی کردن بسیار رایج است و از منظر فضایی به آنها اندیشیده و برای‌شان برنامه‌ریزی می‌شود، به سکونت‌گاه‌های مجزا برای جوانان تنها اندیشیده نشده است. تجربه حرکت اتاق خانه که کلینبرگ (۲۰۱۲) در مطالعاتش به آن اشاره کرده است، در تهران مشاهده نمی‌شود. به عبارت دیگر، افراد تنها در شهر تهران به بخش‌های خاصی از شهر رانده نشده‌اند. این امر شدت تنهایی را در تهران کاهش داده و امکان برقرار ارتباط با محله را برای جوانان تنها فراهم می‌کند. براین اساس اگر چه هم‌گزینی و جدایی‌گزینی به‌مثابه سبک زندگی جوانان تنها در تهران مطرح است و سطح روابط اجتماعی آنان را تعریف می‌کند، اما در عین حال این جوانان در تهران پراکنده هستند و همین مسئله موجب شده است تا مسائل آنان به روشنی مشاهده نشود. از سوی دیگر، این

پراکندگی از رشد فرهنگ‌های مربوط به جوانان، گسترش فضاهای اختصاصی برای این گروه‌ها و ایزوله شدن آنان جلوگیری کرده است. در مقابل درگیری و برخوردهای متقابل آنان را با سایر مردم بیشتر کرده است.

اگرچه تهران به‌عنوان پایتخت ایران، بستر تحولات مهم و مدرن است، اما عدم بسترسازی برای تنها زندگی کردن جوانان می‌تواند حاکی از عدم توان پذیرش ظهور این پدیده باشد. به عبارت دیگر، عملاً جوانان بسیاری در تهران تنها زندگی می‌کنند؛ اما هنوز سبک زندگی تنها از سوی جوانان پنهان می‌شود، زیرا این سبک زندگی می‌تواند به‌مثابه داغ ننگ تلقی شود. تنها زندگی کردن جوانان در تهران - به ویژه هنگامی که خانواده در همان شهر زندگی می‌کنند - علی‌رغم به همراه آوردن سطحی از استقلال نسبی، به معنای حذف کامل فشار و کنترل خانواده، ساختمان و محله بر آنان نیست. تنها زندگی کردن جوانان در شهر تهران موجب شده آنان با درجاتی از انزوای جسمی، جنسی، کلامی و فضایی - مکانی مواجه باشند و نمونه‌هایی از محرومیت‌های اجتماعی و فقر فرصت‌ها را تجربه کنند.

کارکرد و عملکرد تهران به‌مثابه یک شهر بزرگ نیز دوگانه است، زیرا از سویی امکان‌های فضایی و ارتباطی بسیار متنوعی را در دسترس جوان قرار می‌دهد، اما از سوی دیگر، جوانان تنها را با محدودیت‌های فضایی و ارتباطی مواجه می‌کند. بدین ترتیب تهران افراد تنها را در دل خود پنهان کرده است. آنان همه جا حاضر هستند، اما در عین حال به قدر کافی دیده نمی‌شوند. بر همین اساس عجیب نیست که تنها زندگی کردن، جوانان را در شرایط و موقعیت‌هایی قرار می‌دهد که دچار انواعی از هراس می‌شوند؛ بدین معنا که علی‌رغم جوان بودن در تنهایی از مواردی نظیر مرگ، بیماری، عدم امنیت و غیره می‌هراسند.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## منابع

- ازکیا، مصطفی؛ احمدرش، رشید و پارتازیان، کامبیز. (۱۳۹۶). روش های تحقیق کیفی از نظریه تا عمل. جلد دوم، چاپ اول، تهران: انتشارات کیهان
- اسونسن، لارس. (۱۳۹۷). فلسفه تنهایی. خشایار دیهیمی. تهران: نشر نو
- آوتویت، ویلیام و باتامور، تام. (۱۳۹۲). فرهنگ علوم اجتماعی. حسن چاوشیان. چاپ اول، تهران: نشر نی
- باکاک، روبرت. (۱۳۸۱). مصرف. خسرو صبری. تهران: انتشارات شیرازه
- بوردیو، پی.یر. (۱۳۹۳). تمایز حسن چاوشیان. چاپ سوم، تهران: نشر ثالث
- شفرز، برنارد. (۱۳۸۳). مبانی جامعه شناسی جوانان. کرامت الله راسخ. تهران: نشرنی
- علیرضانژاد، سهیلا. (۱۳۹۶). اصول اخلاقی در پژوهش های اجتماعی. گرمسار: انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی
- گافمن، اروینگ. (۱۳۸۶). داغ ننگ. مسعود کیانپور. چاپ اول، تهران: نشر مرکز
- گیدنز، آنتونی. (۱۳۸۲). تجدد و تشخیص. چاپ دوم، تهران: نشرنی
- فاضلی، محمد. (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی (چاپ اول). تهران: نشر صبح صادق
- فرگوسن، مگی. (۲۰۱۸). «تنهایی، مثل اعتیاد، بی صدا و نامرئی و مرگ بار است». محمد معماریان. تهران:سایت ترجمان <http://tarjomaan.com/neveshtar/۸۹۶۶/> اردیبهشت ۹۷
- مدنی پور، علی. (۱۳۸۷). فضاهای عمومی و خصوصی شهر. فرشاد نوریان. چاپ اول، تهران: انتشارات شرکت پردازش و برنامه ریزی شهری
- هورتولانوس، رلوف و همکاران. (۱۳۹۴). انزوای اجتماعی در جامعه مدرن. تهران: انتشارات جامعه شناسان
- Eleanor, Wilkinson. (۲۰۱۴). **“Single people’s geographies of home: intimacy and friendship beyond ‘the family’”**. Environment and Planning, Volume ۴۶, pages ۲۴۵۲ – ۲۴۶۸.
- Karan, Raj. ( ). **Dictionary of Sociology**. Published by K.S.Paperbacks. New Delhi- ۱۱۰۰۰۲
- Klinenberg, E. (۲۰۱۲). **Going solo: the extraordinary rise and surprising appeal of living alone**. New york: Penguin press
- Leung, Louis. (۲۰۰۲). **“Loneliness, Self-Disclosure”**. CYBER PSYCHOLOGY & BEHAVIOR, Volume ۵, Number ۳.

- Peplau, Letitia Anne. (۱۹۸۸). **“Loneliness: New Directions in Research”**. the ۳rd National Conference on Psychiatric Nursing, Montreal, Quebec, Canada.
- Qi Wang, Edward L. Fink, & Deborah A. Cai. (۲۰۰۸). **“Loneliness, Gender, and Parasocial Interaction: A Uses and Gratifications Approach”**. Communication Quarterly, Vol. ۵۶, pp. ۸۷-۱۰۹.
- Rubinstein, Carin & Shaver, Phillip & Peplau, Letita Anne. (۱۹۷۹). **“Loneliness”**. Uman Nature.



# City and Youth Experience of Living Alone: A Study in Tehran

**Elham Rahmat Abadi**

Ph.D. Student in Sociology, Faculty of Social Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

**Soheila Alireza Nejad**

Ph.D., Associate Professor in Sociology, Faculty of Social Sciences, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

**Hossein Abolhassan Tanhaei**

Ph.D., Associate Professor in Sociology, Faculty of Social Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

*Received: 19 May 2019*

*Accepted: 3 Jun. 2019*

The initial question of this article is what the reasons of youth increasing tendency for living alone are? To answer the question, a mixed of two methods, Grounded Theory and Netnography, have been designed simultaneously implemented in this research. The way of data collecting in grounded theory is through semi-structured interviews and in netnography is via the qualitative content analysis of lonely people's diary. The research participants have been chosen through purposeful sampling and netnography's applied cyberspace users who shared their solitude experiences and diary reports in tweeter. The research findings showed that structural, family, socio-economic and interactive fields arising out of modern period are the most important reasons of choosing being alone as a life style. The result of this research showed that we have been faced with a wide range of solitude which can be divided into four categories: selective, compulsory, sudden and imposed. Communicative fears, low willingness to engage with relatives and different types of isolation including: social, physical, sexual, verbal, spatial and locative are among the important effects of experiencing living alone. They are exposed to stigma in social site and to retain their privacy, they use spatial segregation and Conciliation.

**Key Words:** Youth, Spatial Segregation, Solitude, Life Style, Situational Identity, Private Space and Urban Life



پښتونستان ښار  
پښتونستان ښار  
پښتونستان ښار