



جوان ها تنها تر از پیرها هستند

براساس یک مطالعه تازه، احساس تنهایی در میان جوانان بیش از کسانی است که وارد دوره بازنشستگی شده اند، و این بخشی از تغییرات عمیقی است که در شیوه زندگی و تعامل ما به وجود آمده است...

براساس یک مطالعه تازه، احساس تنهایی در میان جوانان بیش از کسانی است که وارد دوره بازنشستگی شده اند، و این بخشی از تغییرات عمیقی است که در شیوه زندگی و تعامل ما به وجود آمده است.

"بنیاد بهداشت روانی" در مطالعه خود دریافت که در میان همه گروه های سنی یک نفر از هر ده نفر در بریتانیا احساس تنهایی می کند، وضعیتی که می تواند بر سلامت جسمی فرد اثر بگذارد.

این موسسه خیریه در مطالعه خود بر افت زندگی اجتماعی و تمرکز فزاینده بر کار انگشت می گذارد.

در این مطالعه که با نظرسنجی از 2256 انجام شده آمده است که فناوری می تواند باعث انزوا شود اما همزمان وسیله ای بلامنازع برای برقراری تماس است.

در این گزارش تحت عنوان "جامعه تنها" اختلافات نسلی چشمگیر توصیف می شود.

تقریباً 60 درصد افراد 18 تا 34 ساله که در نظرسنجی شرکت کردند گفتند که گاهی یا اغلب اوقات احساس تنهایی می کنند، در حالی که 35 درصد افراد 55 ساله به بالا احساس تنهایی می کردند.

البته ممکن است که تعریف نسل های مختلف از مساله تنهایی متفاوت باشد. به علاوه، در این مطالعه اختلاف ها میان یک فرد 55 ساله فعال که از بازنشستگی لذت می برد با یک فرد 80 ساله شکننده و تنها را تجزیه و تحلیل نمی کند.

پیشتر در سال جاری مرگ یک زوج در نورثهمپتون شایر، مساله انزوا در پیری را پررنگ کرد. اجساد آنها در خانه شان در وسط سخت ترین زمستان بریتانیا پیدا شد.

ماهیت درحال تغییر خانواده، با فرزندان کمتر که اغلب از خانه می روند، چشم انداز انزوا در پیری را پررنگ تر کرده است. این گزارش می گوید که بالا رفتن طول عمر نیز این مساله را تشدید کرده است.

این گزارش همچنین به وجود اختلافات میان زن و مرد پی برد، به طوری که زنان بیشتری احساس تنهایی و در نتیجه احساس افسردگی بیشتری می کردند.

این مساله نیز در گزارش پررنگ شد که نسبت افرادی که تنها زندگی می کنند، چه مرد چه زن، از 1972 تا 2008 دو برابر شده است.

همزمان بنابه این گزارش فناوری نوین می تواند هم کمک و هم دردسرساز باشد.

در یک سطح، این فناوری به مردم امکان داده است تماس هایی برقرار کنند که در غیر اینصورت نمی کردند، و دوستی های مجازی می تواند به روابط واقعی بدل شود.

اما همچنین این نگرانی وجود دارد که فناوری جایگزین روابط واقعی شود.

تقریباً یک سوم جوانانی که در این نظرسنجی شرکت داشتند گفتند که برای تماس با دوستان و خانواده از طریق اینترنت بیش از حد وقت صرف کردند، در حالی که باید برای دیدار با آنها بیشتر وقت می گذاشتند.

اینکه این وضع تاثیری واقعی بر جسم دارد یا نه روشن نیست، اما گفته شده است که حضور فیزیکی برای ترشح هورمون آکسی تاسین که تصور می شود عامل رابطه میان تماس اجتماعی و قلبی سالم است، لازم است.

بی بی سی