

الْحَمْدُ لِلَّهِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ

به نام خدا

عوامل دوری از رفتار جراتمندان در دانش آموزان

مؤلف :

رقیه رئیسی سرتشنیزی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: رئیسی سرشنیزی، رقیه، ۱۳۶۱-

عنوان و نام پدیدآور: عوامل دوری از رفتار جرات‌مندان در دانش‌آموزان مولف رقیه رئیسی سرشنیزی.

مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع‌رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۱۱۳ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۴۲۶-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۹۵-۱۱۳.

Assertiveness in adolescence

موضوع: قاطعیت در نوجوانان

Assertiveness (Psychology) -- Iran

قاطعیت (روانشناسی) -- ایران

Decision making in adolescence

تصمیم‌گیری در نوجوانان

Students -- Psychology

شاگردان -- روان‌شناسی

رده بندی کنگره: BF۷۲۴/۳

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۲۵۰۷۶

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: عوامل دوری از رفتار جرات‌مندان در دانش‌آموزان

مؤلف: رقیه رئیسی سرشنیزی

ناشر: ارسطو (سامانه اطلاع‌رسانی چاپ و نشر ایران)

صفحه‌آرایی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

چاپ: زیرجد

قیمت: ۹۲۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۴۲۶-۳

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



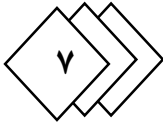
انتشارات ارسطو



[فهرست]

۷ مقدمه
۱۱ تحول در شخصیت
۲۰ احساس تنهایی
۲۵ دیدگاه‌هایی پیرامون احساس تنهایی
۲۶ دیدگاه ویس
۲۷ دیدگاه دیگر محققان
۳۱ تعهد هویت
۳۵ ماهیت و مفهوم هویت
۳۸ شکل‌گیری هویت
۴۳ عوامل موثر بر شکل‌گیری هویت
۴۴ نظریه‌های مربوط به هویت
۴۴ نظریه اریکسون
۴۹ دیدگاه مارسیا
۵۲ دیدگاه بروزنسکی
۵۳ سبک هویت هنجاری
۵۵ سبک هویت سردرگم / اجتنابی
۵۶ سبک هویت اطلاعاتی

۵۷	ارتباط سبک های هویت و تعهد هویت
۶۵	چهار پایگاه اساسی هویت
۶۸	ابراز وجود
۷۵	هدف های جرأت ورزی و ابراز وجود
۷۵	مزایای رفتار جرأتمندانه
۷۶	پیامدهای منفی نداشتن جرأت یا قدرت ابراز وجود
۷۷	عوامل دوری از رفتار جرأتمندانه
۷۸	ابراز وجود در روانشناسی بالینی
۸۲	تحقیقات انجام شده
۹۵	منابع و مآخذ



مقدمه

انسان پیوسته کوشیده است هستی و رویدادهای جهان پیرامون خویش را تعریف کرده و در جستجوی پاسخ پرسش های خویش برآید. تصویری که ما از جهان داریم معمولاً توسط دانش و عقیده ما شکل گرفته است. در این زمینه و در ارتباط با پدیده های پیرامونی خود گاهی پیش می آید که برای دوره ای احساس تنهایی می کنیم، اینکه چرا پدیده ای به نام تنهایی وجود دارد، اساساً یک پرسش هستی شناختی است و درست است که می توان عواملی که در این احساس نقش دارند و یا عوامل اجتماعی که موجب تقویت این احساس می شوند را شناسایی کرد اما هرگز نمی توان چگونگی تجربه این احساس را وزن کرد، اندازه گرفت و یا مقایسه کرد (پرلمن و پیلو، ۱۹۸۲).

نوجوان نوعی احساس تنهایی داشته و همین امر موجب می شود که با خود بگوید هیچکس فکر و احساس مرا ندارد. نتیجه چنین احساسی موجب احساس رضایت از خود در نوجوان است. در ابتدای بلوغ نوجوان به درستی نمی داند که کیست و از زندگی چه می خواهد. برای اینکه او بتواند به وحدت هویت خویش برسد، زمان لازم دارد. این زمان فاصله ای میان آغاز بلوغ تا شروع زندگی شغلی و پایان تحصیلات یا زمان ازدواج و آغاز

¹ . Perlman & Peplau



زندگی خانوادگی است. این زمان در گروههای مختلف اجتماعی و فرهنگ‌های مختلف کم و زیاد می‌شود. در این راستا، و در ارتباط با احساس تنهایی، متغیری که از اهمیت برخوردار است، مساله هویت و تعهد به هویت در زمان احساس تنهایی است. اهمیت موضوع «هویت» و بحرانهای ناشی از بی‌هویتی و به تبع آن تعهد هویت یکی از مسائل بسیار مهم در جامعه شناخته می‌شود. تعهد هویت، یکی از مهمترین مسائل و چالش‌های پیش روی جوامع در حال توسعه در طی فرآیند جهانی شدن و جهانی سازی خواهد بود و پرداختن به این مقوله در ارتباط با احساس تنهایی ضرورتی اجتناب ناپذیر می‌نماید (همان منبع).

همچنین، نوع ابراز وجود فرد در زمان احساس تنهایی متغیر دیگری است که پرداختن به آن از اهمیت بسزایی برخوردار است. در شرایطی که فرد ابراز وجود سالم و مثبتی دارد، بر اساس یک منطق و دلیل از موضع خود دفاع می‌کند. و علاوه بر اینکه به حقوق دیگران احترام می‌گذارد، از حقوق خود نیز دفاع می‌کند و نمی‌گذارد فدای خواسته‌های دیگران شود. چنین فردی درباره زندگی خودش تصمیم می‌گیرد، برای تصمیم‌گیری بهتر از دیگران کمک می‌خواهد، ولی تصمیم‌هایی را خودش می‌گیرد، به میل خود شغلش را انتخاب می‌کند. ابراز وجود کردن میزان برابری انسان‌ها را افزایش می‌دهد و به فرد امکان می‌دهد تا به سود خود



اقدام کند و بدون اضطراب روی پای خود بایستد و احساسات خود را صادقانه و خیلی راحت ابراز کند (برگونو و شیخ، ۲۰۰۴).

از سویی، ابراز وجود به معنی احترام گذاشتن به خود و دیگران است. یعنی این که عقاید، افکار، باورها و احساسات ما و دیگر افراد از نظر اهمیت برابرند. به نوعی همه ما مستحق دریافت احترام از طرف دیگران هستیم و این در صورتی محقق است که فرد برای خود حرمت قائل باشد و به عقاید و آرمان های خود ایمان داشته باشد (هرمزی نژاد و همکاران، ۱۳۷۹). عدم احترام به عقاید خود و دیگران می تواند فرد را با چالش روبرو نموده مشکلات عدیده ای را برای وی بوجود آورد. از جمله پیامد های احترام به عقاید خود و دیگران، خود کم بینی است. این مساله سبب می شود تا فرد در مقابل دیگران ارزش های وجود خود را ناچیز دانسته و به تبع آن در جمع احساس کمبود نموده و برای فرار از این مشکل جمع را ترک نموده و در نتیجه تنها شود. لذا در این راستا، تنها شدن حس تنهایی را به دنبال داشته و در اذای آن ناراحتی های فراوانی را تحت تاثیر این حس تجربه خواهد نمود که اثرات مخربی بر شخصیت فرد می گذارد (همان منبع).

¹ . Berguno, Leroux, McAinish & Shaikh

تعامل با افراد دیگر از نیازهای اصلی انسان به عنوان موجودی اجتماعی به ویژه در بین دانشجویان است. تحقیقات نشان می دهد که تجربه تنهایی مسئله ای جهانی است که همه انسانها کم و بیش آن را تجربه کرده اند. افراد در همه فرهنگها، نژادها، طبقات اجتماعی، سنین و زمانها احساس تنهایی را تجربه می کنند. با این حال در متون علمی و تحقیقاتی روان شناسی به این سازه کمتر توجه شده است (همان منبع). احساس تنهایی تجربه ناخوشایند مانند تفکر فرد مبنی بر متمایز بودن از دیگران است که با مشکلات رفتاری قابل مشاهده مانند اندوه، عصبانیت و افسردگی و بحران هویت و نداشتن قاطعیت همراه بوده و ناهماهنگی بین انتظارات و آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می دهد و در رفتارهای نظیر اجتناب از ارتباط با دیگران نمود می یابد (الهاگین، ۲۰۰۴). به عقیده ی دان و بایدوز (۲۰۰۷)، احساس تنهایی یکی از مشکلات شایع دوران جوانی است که می تواند روابط اجتماعی فرد را نامتعادل سازد و او را درگیر مشکلات عاطفی و روانی- اجتماعی نماید. این اتفاق می تواند مشکلاتی اساسی را در آینده پدید آورد. بنابراین، اگر فرد احساس تنهایی نماید، به تبع آن و به دلیل اینکه نمی تواند با دیگران ارتباط برقرار نماید دچار افسردگی شده و افسردگی پیامدهایی از جمله افکار خود کشی را به دنبال خواهد داشت (رایت، ۲۰۰۵).

¹ Elhageen

² Dun & Bydoz

³ Write



تحول در شخصیت

یکی از مراحل ایجاد تحول در شخصیت فراگیران، گذر از مرحله دانش آموزی و ورود به دانشگاه است. در این تحول، فراگیر وارد مرحله جدیدی از زندگی می شود و در محیطی جدید با ویژگی های خاص خود قرار می گیرد. اگر در دبیرستان، با هموعان خود در ارتباط بوده است، در این مرحله باید پذیرنده جنس مخالف، شرایط جدید تحصیل، آزادی های و خود اتکایی بیشتر، نیز باشد. این مساله برای دانشجویان می تواند تنیدگی های خاص خود را به همراه داشته باشد. بنابراین، در چنین فضایی دانشجویان با چالشهای فرهنگی، روانی و تحصیلی بسیاری به ویژه در خوابگاه ها روبرو هستند. از جمله عواملی که دانشجویان را تحت تاثیر قرار می دهد می توان به پذیرفتن نقشهای جدید، تقاضاهای تحصیلی، مشکلات مالی، کاهش اعتماد به نفس، احساس غربت، نقص در مهارتهای مطالعه، کم جرات بودن در هنگام تعاملات اجتماعی، اختلال در کسب هویت، اضطراب و تنش زیاد اشاره کرد (پرلمن و پپلو، ۱۹۸۲).

یکی از عواملی که تحت تاثیر جو دانشگاه، فرد ممکن است با آن روبرو شود، احساس تنهایی است. احساس تنهایی وضعیت پیچیده شناختی و انگیزشی و هیجانی خاصی است که با اشتغالات فراوان ذهنی در مورد محیط و شرایط همراهی دارد و معمولاً با خلق افسرده و نشانه های مختلف روان تنی تجربه می شود. احساس تنهایی تجربه ناخوشایندی است که در

پاسخ به نارساییهای کمی یا کیفی در روابط اجتماعی ظاهر می شود (همان، ۱۹۸۱). این احساس در روانشناسی سابقه ای کوتاه دارد. اما در فلسفه، ادبیات و مذهب آثار بسیاری را می توان یافت که به آن پرداخته اند (کرواس - پالو، ۲۰۰۸).

در تعریف احساس تنهایی، سه مولفه اصلی را می توان بازشناسی نمود: نخست مولفه اجتماعی احساس تنهایی که احتمالاً بارزترین و مهمترین بعد احساس تنهایی است، چرا که این احساس به روشنی منعکس کننده نارسایی روابط اجتماعی ارضا کننده است. با این حال نمی توان احساس تنهایی را معادل انزوای اجتماعی در نظر گرفت یا به عبارت دیگر باید بین انزوا طلبی و احساس تنهایی تمایز قائل شد. تلاش برای تفکیک احساس تنهایی از انزوا طلبی به دومین مولفه احساس تنهایی منتهی می شود. احساس تنهایی احساسی فاعلی است که لزوماً با واقعیت بیرونی همسان نیست. به عبارتی، در حالی که برخی از افراد روابط اجتماعی محدودی دارند، احساس تنهایی را تجربه نمی کنند. اما برخی دیگر با وجود برخورداری از شبکه روابط اجتماعی نسبتاً گسترده، از احساسهای ناخوشایند تنهایی رنج می برند (همان منبع).

بنابراین احساس تنهایی مستلزم ادراک یا ارزیابی فرد از روابط اجتماعی خویش و مقایسه وضعیت کنونی با وضعیت مطلوب و آرمانی مورد نظر اوست. از دیدگاه برخی از صاحب نظران

¹ Kerlvus & Pulo



این مقایسه و نحوه ادراک روابط اجتماعی علت بروز احساس تنهایی است (هینریچ و گالون، ۲۰۰۶).

سومین مولفه دربرگیرنده ویژگیهای عاطفی و هیجانی احساس تنهایی است. در اکثر تعریف های ارائه شده درباره احساس تنهایی، از احساس ناخوشایند و هیجانهای منفی سخن به میان آمده است که اغلب افراد از آن می گریزند. با این حال برخی از پژوهشگران به جای آنکه احساس تنهایی را صرفاً یک هیجان منفی تلقی کنند آن را تداعی کننده پاره ای هیجانهای منفی مانند اضطراب، افسردگی، دوست داشتنی نبودن و... می دانند (رایت، ۲۰۰۵).

براین اساس احساس تنهایی گذرگاهی برای هجوم آوردن احساس های منفی دیگری است که اغلب افراد می کوشند به صورت هشیار و ناهشیار از آنها اجتناب کنند. براساس گزارش انجمن سلامتی دانشجویان در آمریکا، دو هفته اول ورود به دانشگاه زمان بسیار بحرانی برای فرآیند سازگاری دانشجویان است. دانشجویانی که دچار احساس تنهایی می شوند نارضایتی بیشتری از تحصیل در دانشگاه دارند و مشکلات تحصیلی و احتمال ترک تحصیل در آنها ۳ برابر جمعیت عادی می باشد (آدلف و همکاران، ۲۰۰۱).

¹ Hinrich & Gulton

² Adulph

بسیاری از محققان معتقدند بیشتر دانشجویانی که دچار احساس تنهایی می شوند در زمینه تعاملات اجتماعی به خصوص برقراری تماس و دریافت حمایت دچار ضعف بوده و باشیوه ای جراتمندان عمل نمی کنند. این دسته در هنگام مواجهه با عوامل تنش زا دچار تنش و اضطراب زیادی شده و قدرت تفکروسازگاری را به شکل سازنده و مفید از دست می دهند و در نتیجه در محیط جدید بسیار منفعلانه عمل می کنند (برت، ۱۹۹۳).

مساله ای که در اینجا مطرح است این است که چه عواملی می تواند با احساس تنهایی در ارتباط باشد. از جمله متغیرهایی که می تواند با احساس تنهایی در ارتباط باشد، می توان به تعهد هویت و ابراز وجود اشاره کرد. (ناصری، ۱۳۹۰؛ حجازی و همکاران، ۱۳۸۶ و برونسکی و کوک، ۲۰۰۵).

تعهد هویت به هویت پایدار فرد در قبال تغییر و تحولات بوجود آمده در پیرامون فرد به دلیل ورود به محیطی جدید اشاره دارد و سخن از این است که با ورود فرد به محیط جدید آیا هویت پایدار کنونی اش را حفظ می نماید یا با توجه به شرایط جدید در پی شکل دهی هویتی جدید است. همچنین، مساله ابراز وجود به این موضوع اشاره دارد که آیا جرأت بروز شخصیت خود در شرایط جدید را دارد؟ یا به عبارتی، فرد با قرار گرفتن در محیط جدید و

¹ Berth

شرایط جدید، این جرات را دارد که موقعیت های جدید را در خود هضم نماید و با آن کنار بیاید؟.

با توجه به توضیحات فوق، در ارتباط با ابراز وجود می توان گفت، ابراز وجود، کارکردی فردی است که به سازگاری در تعامل اجتماعی کمک می کند، بنابراین، کنش ناموفق در ابراز وجود بر اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیتی می افزاید. افزایش ابراز وجود موجب افزایش رفتارهای جرات ورزانه و اعتماد به نفس دانشجویان می شود. بنابراین ابراز وجود عملکردی است که دارای جنبه های شناختی، هیجانی و رفتاری است و نمایانگر توانمندی فرد در برخورد موثر با خواسته های محیطی می باشد. فردی که دارای جرات ورزی مناسب است نه تنها در مواجهه با مشکلات و عوامل تنش زا رویارویی بهتری دارد، بلکه به جهت رفتار موفقیت آمیز در برخورد با این عوامل، ارزیابی شناختی مثبت تری از خود داشته و به تبع آن هیجانها و عواطف مثبت تری را نیز تجربه می نماید (پویرزلی، ۲۰۰۲).

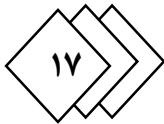
بنابراین، سوالی که در این جا مطرح می گردد این است که آیا متغیر روانشناختی ابراز وجود در فرد می تواند بر احساس تنهایی دانشجو در موقعیت جدیدی که در آن قرار گرفته است غلبه نماید. زیرا اگر فرد جرات لازم برای بروز خود را نداشته باشد، یا به عبارتی احساس

خود کم بینی نماید، در برقرار ارتباط با محیط و دیگران دچار مشکل شده و در نتیجه تنها و منزوی خواهد شد. نکته ای که در اینجا و در ارتباط با موضوع تحقیق لازم است به آن اشاره نمایم این است که افراد در ابراز وجود خود در موقعیت های معین مشکل دارند (هاشمی، ۱۳۸۳). ابراز وجود به انسان احساس خود کارآمدی و کنترل درونی می بخشد و این احساسات نیز در روابط متقابل با دیگران، اعتماد به نفس و عزت نفس را تقویت می کند و مانع از بروز احساس تنهایی می شود (پاییزی، ۲۰۰۶).

از سویی دیگر، تعهد هویت یکی از متغیرهای روانشناختی است که دانشجویان در آغاز ورود به دانشگاه تحت تاثیر آن قرار دارند (برمن و همکاران، ۲۰۰۲). به عقیده اریکسون (۱۹۶۳) هویت، احساس نسبتاً پایداری از یگانگی خود است. این بدان معنا است که، علیرغم تغییر رفتارها، افکار و احساسات، برداشت فرد از خود همواره مشابه است. این احساس که «ما چه کسی هستیم» باید با نگرشی که دیگران از ما دارند، نسبتاً همخوان باشد. در این راستا به رغم نسبی گرایی و پیچیدگی هویت افراد در حال رشد، افراد آگاهانه ارزش هایی را انتخاب می کنند و مسئولیت انتخاب خود را می پذیرند. لذا، پابندی به هویت خود در اینجا، تعهد هویت نامیده می شود. به عبارتی، فرد در مواجهه با شرایط جدید و ارزش

¹ Bermann

² Erikson



های جدید نسبت به هویت خود پایبند می ماند. از این رو، اریکسون (۱۹۶۳) نتیجه دستیابی به هویت استوار را ایجاد تعهد نسبت به ارزشها و اهداف می داند. بنابراین تعهد به عنوان پیامد هویت در نظر گرفته می شود (برمن و همکاران، ۲۰۰۲).

به عقیده اریکسون دوران نوجوانی دوره ی هویت یابی است و هویت عبارت است از "یک احساس نسبتاً پایدار از یگانگی خود". براساس نظریه اریکسون در سال (۱۹۶۸)، هویت احساسی عینی از تمامیت درونی را فراهم می آورد و به عنوان بافت تفسیرگری عمل می کند که در آن به پرسشهایی درباره مقصود و معنی زندگی پاسخ داده می شود. درحالی که نوجوانان با اطمینان از خود درک کنند که از دیگران متمایز و جداست، در حد معقولی دارای ثبات رای و یکپارچگی است، در طول زمان تداوم دارد، و خود را شبیه به آن تصویری بداند که دیگران از او دارند، به احساس هویت کاملی از خود دست می یابد. برزونسکی براساس دیدگاه روانی - اجتماعی هویت اریکسون، وضعیت های هویت نظریه مارسیا، فرآیند اکتشاف (رفتار حل مساله معطوف به گردآوری اطلاعات درباره خود و محیط با هدف تصمیمی گیری برای انتخابهای مختلف زندگی) و تعهد (پیوستن و پذیرفتن مجموعه خاصی از اهداف ارزشها و باورها)، مدلی فرآیند محور از هویت ارائه داده است (برزونسکی و فراری، ۱۹۹۶).

¹ Marcia

² Berizonsky & Ferary

دستیابی به هویت به عنوان توانایی تجربه‌ی خود به صورت چیزی پیوسته و یکپارچه در طی زمان و عمل براساس آن و رسیدن به تعریفی خاص و منحصر به فرد از خود از تکالیف اصلی دوران نوجوانی به شمار می‌رود (مارسیا ۱۹۹۳، آرچر و واترمن، ۱۹۹۰) اما در جوامع امروزی به دلیل پیچیدگی زندگی الزامات ناشی از دوره‌های تحصیل طولانی‌تر و مشکلات استقلال اقتصادی در آغاز زندگی شغلی دوره‌ی نوجوانی طولانی‌تر شده است. به این دلیل دست‌یابی به استقلال اقتصادی دیرتر حاصل شده و جدایی از والدین و تشکیل زندگی مستقل با تاخیر زیادی همراه است رسیدن به استقلال در ۱۸ الی ۲۰ سالگی و در موارد نسبتاً زیادی در ۲۰ الی ۲۵ سالگی امکان‌پذیر می‌شود (لطف آبادی، ۱۳۸۴) به همین دلیل پایان دوره‌ی نوجوانی معمولاً مصادف با زمان ورود فرد به دانشگاه است. بنابراین دانشجویان نه تنها باید با چالش‌ها و مشکلات مربوط به جداسدن از خانواده تطابق با محیط اجتماعی و انتظارات تحصیلی جدید مواجه شوند بلکه تکلیف تکمیل هویت را نیز به اتمام رسانند (برزونسکی و همکاران، ۲۰۰۳). پژوهش‌ها نشان داده است در پایان دوره‌ی متوسطه و سالهای آغازین دانشگاه هنوز تکلیف تکمیل هویت به سرانجام نرسیده است (واترمن ۱۹۹۹، کالسرنر و پیستولی، ۲۰۰۳).

 1 Archer

2. Whaterman

3 Kalsner , L. & M. C. Pistole



در این راستا مساله را می توان اینگونه تبیین نمود که دانشجو با قرار گرفتن در موقعیت جدید تعادل روانشناختی خود را از دست داده و به تبع آن هویت وی نیز دچار دگرگونی می گردد. عدم پایداری و تعهد به هویت پیشین سبب می شود دانشجو نتواند در جهت سازگاری با شرایط جدید هویت خود را در جهت کنار آمدن با شرایط جدید انطباق داده و در نتیجه وجود شکاف بین ثبات و پایداری هویت فرد و برقرار ارتباط با دیگران موجب می شود فرد احساس تنهایی نماید (همان منبع).

بنابراین، از جمله مشکلات احتمالی که ممکن است موجبات این احساس تنهایی را بوجود آورد مساله تعهد هویت در دانشجویان است. این بدان معنا است که احتمال دارد احساس تنهایی ناشی از اختلال در کسب هویت باشد. (اریکسون، ۱۹۶۸؛ نقل از ماریس، ۲۰۰۱)

¹. Muris



احساس تنهایی

از جمله بحران های مهم دوران نوجوانی که سازگاری فرد با محیط را دچار مشکل می کند، احساس تنهایی است. الهاگین (۲۰۰۴) احساس تنهایی را این گونه تعریف می کند: تنهایی، تجربه فردی ناخوشایندی مانند تفکر فرد مبنی بر متمایز بودن از دیگران است که با مشکلات رفتاری قابل مشاهده مانند غمگینی، عصبانیت، و افسردگی همراه بوده و ناهمخوانی بین توقعات و آرزوهای فرد با امکان دستیابی او به این آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می دهد و به صورت رفتارهایی نظیر اجتناب از تماس با دیگران مشخص می گردد (الهاگین، ۲۰۰۴).

الهاگین، احساس تنهایی را احساس ناخوشایندی می داند که در نتیجه ی کاستی در شبکه ی روابط اجتماعی فرد به صورت کمی و کیفی و عدم دسترسی به روابط نزدیک و مطلوب با دیگران به وجود می آید. احساس تنهایی ویژگی های عاطفی و هیجانی است. در قریب به اکثر تعریفهای ارائه شده درباره احساس تنهایی از احساس ناخوشایند و هیجانهای منفی سخن به میان آمده است که اغلب افراد از آنها می گریزند. با این حال برخی از پژوهشگران به جای