國際觀專欄(231)孤獨感

李家同

我們常常好奇，為何很多國家的人對足球的興趣如此之大?最近看了一篇文章，講到德國有很多足球迷的問題，原來他們是非常孤獨的人，在工作場所不會感覺到溫暖。他們發現，如果去看足球，旁邊的人都會和他一樣興奮，因此他在看足球的當下，不會感到孤獨。可是問題來了，球賽結束以後，大家散去，他們會感到更加孤獨。因此，球賽對這些人來說，並非良藥，後遺症是很大的。

在德國，也有人替這種孤獨的球迷組成團體，互相傾訴自己的問題，希望經由同類病患的互動，而能不再感到孤獨。

美國衛生部長Surgeon General最近發表了一篇文章，他認為孤獨已經是一個美國人民的病症，這種病嚴重地影響患者的健康，當然也造成社會問題。

在農業社會裡，大概很少人會有孤獨感。農業社會裡的大多家庭人口眾多，家庭與家庭之間也有互相來往的習慣。一旦工業化了，有很多原因造成很多人有孤獨感。在農業社會裡，獨居老人應該是很少的，因為他的後代或者親人仍然會和老人住在一起。可是在工業社會，家庭本來就是小家庭，下一代的工作不見得是在父母居住的地方。因此，獨居老人是一個問題，他們當然也會感覺到孤獨。

在工業社會，年輕人工作時會遭遇到困難，如果他的上司或者同事肯幫他的忙，他就可以撐過去。但是很多公司沒有這種互助文化，以至於有些人會有無助感，進而發展成孤獨感。

就以台灣來講，我們現在常常強調互相競爭，已經不太強調互相友愛了。我們應該知道，還是有很多年輕人在職場上工作不順利，久而久之，就有了孤獨感。我不知道有任何的藥物可以減輕一個人的孤獨感，我相信唯有他感覺到有人關心他們的時候，孤獨感才會消失。我在此向大家共勉，我們應該盡量地關懷和我們一同工作的人以及所有的親友。如果有同事或親友的小孩要進高中或大學，我們應該表示一些關懷。如果有同事或親友的健康有些問題，我們雖然不能像醫生那樣的治療他們，但至少可以表示關懷。如果有人失業，我們應該盡量地安慰他，給他一些建議。

孤獨的確是一個問題，要消滅孤獨感，我們的社會必須是一個互相關心的社會。我們不能以為工業化的社會一定是一個冷漠的社會，我們可以講究競爭，但是也同時應該講究關懷。