

# Gliederung

## VORWORT

0. EINFÜHRUNG UND ÜBERBLICK.....	1
----------------------------------	---

## THEORETISCHER TEIL

### KAPITEL I: EINSAMKEITSFORSCHUNG IM ÜBERBLICK

1. <u>Vorbemerkung</u> .....	6
2. <u>Zur Konzeption von Einsamkeit</u> .....	8
2.1. Begriffsbestimmung.....	8
2.2. Allgemeine Charakterisierung.....	10
2.3. Abgrenzung von ähnlichen Konstrukten.....	12
3. <u>Die Definition von Einsamkeit</u> .....	14
3.1. Das Konzept des sozialen Defizits.....	14
3.2. Der subjektive Aspekt der Einsamkeit.....	16
3.3. Der emotionale Aspekt der Einsamkeit.....	18
4. <u>Exkurs: Einsamkeit aus emotionspsychologischer Perspektive</u> .....	19
4.1. Ist Einsamkeit eine Emotion?.....	19
4.2. Emotionale Komponenten der Einsamkeit.....	23
4.2.1. Die neurophysiologische Komponente.....	23
4.2.2. Die expressiv-motorische Komponente.....	24
4.2.3. Die motivationale Komponente.....	24
4.2.4. Die Komponente der kognitiven Einschätzung.....	25
4.2.5. Die subjektive Gefühlskomponente.....	27
4.3. Einsamkeit als Zustand versus Einsamkeit als Dis- position.....	29

4.3.1. Die State/trait-Unterscheidung in der Emotions- psychologie.....	29
4.3.2. Implikationen der State/trait-Unterscheidung für die Einsamkeitsforschung.....	30
4.3.3. Probleme der State/trait-Unterscheidung.....	33
<u>5. Bedingungsfaktoren von Einsamkeit.....</u>	<u>35</u>
5.1. Aktuell auslösende Bedingungen.....	35
5.2. Prädisponierende und aufrechterhaltende Faktoren.....	37
<u>6. Skalen zur Erfassung von Einsamkeit.....</u>	<u>38</u>
6.1. Ein- und mehrdimensionale Ansätze.....	38
6.2. Die "UCLA Loneliness Scale" (ULS).....	40
<u>7. Theoretische Erklärungsansätze der Einsamkeitsforschung.....</u>	<u>41</u>
7.1. Zum Stand der Theorienbildung in der Einsamkeitsforschung.....	41
7.2. Einige ausgewählte Modelle und Forschungsergebnisse...	42
7.2.1. Das attributionstheoretische Diskrepanz-Modell von PEPLAU & PERLMAN.....	42
7.2.1.1. Einschätzungsprozesse.....	43
7.2.1.2. Attributionsprozesse.....	44
7.2.1.3. Die Bewältigung von Einsamkeit: Folgerungen aus dem kognitiven Diskrepanz-Modell.....	47
7.2.1.4. Anmerkungen zum Ansatz von PEPLAU & PERLMAN.....	49
7.2.2. Die kognitiv-behaviorale Theorie von YOUNG.....	50
7.2.3. Der Beziehungskompetenz-Ansatz von JONES.....	52
7.2.4. Ansatzpunkte zur Integration kognitiver Theorien der Einsamkeit.....	54

## **KAPITEL II: THEORIEN DER SELBSTAUFMERKSAMKEIT**

<u>1. Theorien der Selbstaufmerksamkeit im Überblick.....</u>	<u>57</u>
<u>2. Die Theorie der "Objektiven Selbstaufmerksamkeit" (TOSA).....</u>	<u>60</u>
2.1. Einordnung der Theorie in die Sozialpsychologie und Grundaussagen.....	60
2.2. Grundlegende Konzepte der TOSA.....	62
2.2.1. Dichotome Aufmerksamkeitsverteilung.....	62
2.2.2. Das "Selbst" in der TOSA.....	62
2.2.3. Das "Salienz"-Konzept.....	64
2.3. Anregungsbedingungen von Selbstaufmerksamkeit.....	65
2.3.1. Experimentelle Auslösung der OSA.....	65
2.3.2. Selbstaufmerksamkeit im natürlichen Lebenskontext.....	66
2.4. Die Konsequenzen von Selbstaufmerksamkeit.....	66
2.4.1. Selbstbewertung - Selbstkritik.....	66
2.4.2. Motivational-behaviorale Konsequenzen.....	67
2.4.3. Gefühlsintensivierungs-Hypothese.....	68
2.4.4. Selbstaufmerksamkeit und Attributionstendenzen.....	68
<u>3. Die "Self-Consciousness"-Theorie von BUSS (1980).....</u>	<u>69</u>
3.1. Persönlichkeitspsychologische Annahmen.....	69
3.2. Formen der Selbstaufmerksamkeit.....	70
3.2.1. Private Selbstaufmerksamkeit (PSA).....	70
3.2.2. Öffentliche Selbstaufmerksamkeit (ÖFSA).....	72
3.2.3. Soziale Ängstlichkeit.....	74
3.2.4. Die "Self-Consciousness Scale" (SCS).....	74
3.3. Das Zusammenwirken von "states" / "traits" und privater und öffentlicher Selbstaufmerksamkeit.....	76
3.4. Theorie der "Objektiven Selbstaufmerksamkeit" und "Self-Consciousness"-Theorie im Vergleich.....	77

4. <u>Das Modell von CARVER &amp; SCHEIER (1981)</u> .....	78
4.1. Verhaltensregulation und Selbstaufmerksamkeit.....	78
4.2. Organisierende Funktionen des Selbst.....	80
4.3. Kognitive, behaviorale und affektive Konsequenzen bei Unterbrechung der Selbstregulation.....	80
4.3.1. Kognitive Konsequenzen.....	81
4.3.2. Behaviorale Konsequenzen: "Disengagement".....	81
4.3.3. Affektive Konsequenzen.....	84
4.3.4. Kurze Einschätzung und Vergleich zu DUVAL & WICKLUND.....	85
5. <u>Selbstaufmerksamkeit und Selbstschemata</u> .....	86
5.1. Bezugsrahmen "Soziale Kognitionsforschung".....	88
5.2. Selbstkonzeptforschung im Rahmen sozialer Kognitionsforschung.....	89
5.2.1. Das Selbst als kognitive Struktur: Selbstschemata.....	90
5.2.2. Das Selbst als "Prozeß": Aktivierte Selbstschemata.....	93
5.3. Der "Self-Reference"-Effekt (SRE).....	93
5.3.1. Das Modell der Verarbeitungsebenen als heuristische Methode der Selbstkonzeptforschung.....	94
5.3.2. Inhaltliche und emotionale Aspekte von Selbst- schemata und deren Einfluß auf den SRE.....	98
5.4. Selbstaufmerksamkeit und Selbstschemata.....	100
5.4.1. Grundlegende Annahmen.....	100
5.4.2. Ausgewählte Arbeiten zum Zusammenhang zwischen Selbstschemata und Selbstaufmerksamkeit.....	101
5.5. Zusammenfassung.....	104

**KAPITEL III: DER ZUSAMMENHANG ZWISCHEN  
SELBSTAUFMERKSAMKEIT UND EINSAMKEIT:  
THEORETISCHE UND EMPIRISCHE ASPEKTE**

<u>1. Philosophisch-existentielle Aspekte</u> .....	105
<u>2. Ausgewählte Befunde der Einsamkeitsforschung im Lichte von Selbstaufmerksamkeitstheorien</u> .....	107
2.1. Emotionale und kognitive Aspekte.....	107
2.2. Soziales Erleben und Verhalten.....	109
2.3. Bewältigungsstrategien.....	110
<u>3. Empirische Befunde über den Zusammenhang zwischen Selbstaufmerksamkeit und Einsamkeit</u> .....	111
<u>4. Zusammenfassung</u> .....	120

**EMPIRISCHER TEIL**

<b>KAPITEL IV: SCHWERPUNKTE, FRAGESTELLUNGEN UND HYPOTHESEN DER VORLIEGENDEN UNTERSUCHUNGEN</b> .....	123
---	-----

**KAPITEL V: DARSTELLUNG DER EIGENEN UNTERSUCHUNGEN**

<u>1. Untersuchung I</u> .....	131
1.1. Methoden.....	131
1.1.1. Stichprobe.....	131
1.1.2. Ablauf der Untersuchung.....	132
1.1.3. Fragebögen.....	133
1.1.3.1. Deutsche Version der revidierten	

"UCLA Loneliness Scale" (ULS) von RUSSELL et al. (1980).....	133
1.1.3.2. Deutsche Version der "Self-Consciousness Scale" (SCS) von FENIGSTEIN et al. (1975).....	133
1.1.3.3. Deutsche Version des Beck-Depressions- inventars (BDI). ....	134
1.1.3.4. Persönliche Daten.....	135
1.1.4. Statistische Auswertung.....	135
1.2. Ergebnisse.....	136
1.2.1. Statistische Kennwerte der erhobenen Variablen.....	136
1.2.2. Geschlechtsunterschiede.....	136
1.2.3. Einfluß des Alters.....	137
1.2.4. Einfluß der Wohnsituation.....	137
1.2.5. Korrelationsberechnungen.....	138
1.2.6. Diskussion und Präzisierung der Befunde.....	141
<u>2. Untersuchung II</u> .....	143
2.1. Methoden.....	143
2.1.1. Stichprobe.....	143
2.1.2. Ablauf der Untersuchung.....	144
2.1.3. Fragebögen.....	145
2.1.3.1. Verbesserte deutsche Version der ULS.....	145
2.1.3.2. SCS.....	145
2.1.3.3. Kurzversion des BDI.....	145
2.1.3.4. "Inventar zur Selbstkommunikation für Erwachsene" (ISE) von TÖNNIES (1982).....	145
2.1.3.5. Fragebogen zur Erfassung von Kausal- attributionen in sozialen Erfolgs- und Mißerfolgssituationen.....	146
2.1.3.6. Sonstige Verfahren.....	148
2.1.3.7. Persönliche Daten.....	148
2.1.4. Statistische Auswertung.....	148
2.2. Ergebnisse.....	148
2.2.1. Statistische Beschreibung der erhobenen Variablen.....	148

2.2.2. Einfluß des Alters.....	149
2.2.3. Einfluß von Beziehungen zum anderen Geschlecht.....	150
2.2.4. Einfluß der "Dienstzeit".....	150
2.2.5. Einfluß der Schulbildung.....	153
2.2.6. Korrelationsberechnungen.....	153
2.2.7. Diskussion und Präzisierung der Befunde.....	155
2.2.7.1. Einfluß des Alters.....	155
2.2.7.2. Einfluß von Beziehungen zum anderen Geschlecht.....	155
2.2.7.3. Einfluß der "Dienstzeit".....	156
2.2.7.4. Die Merkmalszusammenhänge.....	157
<u>3. Untersuchung III</u> .....	159
3.1. Methoden.....	160
3.1.1. Stichprobe.....	160
3.1.2. Ablauf der Untersuchung.....	161
3.1.3. Fragebögen.....	161
3.1.3.1. ULS.....	161
3.1.3.2. SCS.....	161
3.1.3.3. "Inventar zur Selbstkommunikation" (ISE).....	161
3.1.3.4. Fragebogen zur Erfassung von Kausal- attributionen in sozialen Erfolgs- und Mißerfolgssituationen.....	161
3.1.3.5. "Self-Focus Sentence Completion" (SFSC)- Verfahren von EXNER (1973).....	161
3.1.3.6. Persönliche Daten.....	163
3.2. Ergebnisse.....	164
3.2.1. Variablenbeschreibung.....	164
3.2.2. Unterschiede zwischen verschiedenen Gruppierungen.....	165
3.2.3. Unterschiede zwischen "Einsamen" und "Nichteinsamen".....	165
3.3. Diskussion und Präzisierung der Befunde.....	167
<u>4. Zusammenfassung und Diskussion der Fragebogenuntersuchungen</u> .....	168

4.1. Bewertung der Hypothesen.....	168
4.2. Implikationen weiterer Befunde.....	172
4.2.1. Selbstaufmerksamkeit, Einsamkeit und Depression.....	172
4.2.2. Selbstaufmerksamkeit, Einsamkeit und die wahrgenommenen Ursachen für sozialen Mißerfolg.....	174

**KAPITEL VI: ZUR DIFFERENTIELLEN AKTIVIERBARKEIT  
SPEZIFISCHER SELBST- UND PERSONENSCHEMATA  
BEI EINSAMKEIT**

<u>1. Methodischer Ausgangspunkt und Fragestellung.....</u>	177
<u>2. EXPERIMENT 1.....</u>	181
2.1. Methoden.....	182
2.1.1. Gruppenbildung: Einsame versus Nichteinsame.....	182
2.1.2. Instruktionen, Testmaterial und Versuchsplan.....	182
2.1.2.1. Instruktionen.....	182
2.1.2.2. Die Adjektivliste.....	184
2.1.2.3. Versuchsplan.....	186
2.2. Ergebnisse.....	187
2.2.1. Überprüfung der Voraussetzungen der Varianzanalyse.....	187
2.2.2. Ergebnisse der Varianzanalyse.....	188
2.2.3. Diskussion und weitere Analyse der Befunde.....	191
<u>3. EXPERIMENT 2.....</u>	194
3.1. Methoden.....	196
3.1.1. Gruppenbildung.....	196

3.1.2. Versuchsaufbau und -ablauf: Modifikationen gegenüber EXPERIMENT 1.....	196
3.2. Ergebnisse der Varianzanalyse.....	197
3.3. Diskussion und weitere Analyse der Befunde.....	200
<u>4. Zusammenfassende Diskussion der Experimente.....</u>	<u>203</u>

**KAPITEL VII: ZUSAMMENFASSENDER DISKUSSION UND  
WEITERFÜHRENDER ÜBERLEGUNGEN**

<u>1. Eine verlaufsorientierte Analyse der Funktionen von Selbstaufmerksamkeit und Selbstschemata in der Entstehung und Aufrechterhaltung von Gefühlen der Einsamkeit.....</u>	<u>209</u>
<u>2. Implikationen für den therapeutischen Umgang mit Problemen der Einsamkeit.....</u>	<u>215</u>

<b>LITERATURVERZEICHNIS.....</b>	<b>219</b>
----------------------------------	------------

**TABELLEN- UND ABBILDUNGSVERZEICHNIS**

**ANHANG**