

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>1. Forschungsstand und Theoriebildung zur Einsamkeit.....</b>	<b>13</b>
<b>1.1 Einsamkeit: Bedeutung, Begriff, Erleben, Theorie.....</b>	<b>13</b>
1.1.1 Zur Bedeutung des Problems Einsamkeit .....	13
1.1.2 Der Begriff „Einsamkeit“ .....	18
1.1.3 Einsamkeit – „state“ oder „trait“? .....	28
1.1.4 Dimensionen der Einsamkeit.....	32
1.1.5 Verbreitung der Einsamkeit, Risikogruppen.....	35
1.1.6 Emotionale Aspekte des Einsamkeitserlebens.....	50
1.1.7 Einsamkeit und sozialer Rückhalt .....	53
1.1.8 Entstehungsbedingungen der Einsamkeit.....	59
1.1.9 Theoretische Ansätze zur Einsamkeit.....	64
<b>1.2 Diagnostik der Einsamkeit.....</b>	<b>71</b>
1.2.1 Unidimensionale Meßverfahren.....	71
1.2.2 Multidimensionale Meßverfahren.....	75
<b>1.3 Persönlichkeits-, Einstellungs- und Verhaltenskorrelate der Einsamkeit .....</b>	<b>78</b>
1.3.1 Selbstbild, Neurotizismus, Extraversion, psychologisches Geschlecht.....	78
1.3.2 Soziale Angst, Schüchternheit .....	82
1.3.3 Attributionen und Kontrollüberzeugungen.....	84
1.3.4 Einstellungen zu anderen Menschen und zur sonstigen Umwelt.....	87
1.3.5 Religiöse Überzeugungen .....	88
1.3.6 Soziale Fertigkeiten .....	90
<b>1.4 Einsamkeit und körperliches Befinden/Erkrankung .....</b>	<b>98</b>
<b>1.5 Einsamkeit und psychische Gestörtheit .....</b>	<b>107</b>
1.5.1 Angst .....	108
1.5.2 Aggressivität .....	110
1.5.3 Depression/Depressivität .....	111
1.5.4 Schizophrenie und Borderline-Persönlichkeitsstörung .....	114
1.5.5 Alkoholismus .....	118

<b>1.6</b>	<b>Einsamkeit und Bewältigungsreaktionen .....</b>	<b>120</b>
<b>1.7</b>	<b>Psychotherapie der Einsamkeit.....</b>	<b>125</b>
1.7.1	Zur Therapiebedürftigkeit der Einsamkeit .....	125
1.7.2	Nichtspezifisch-indirekte Therapie der Einsamkeit .....	126
1.7.3	Überlegungen und Ansätze zur Psychotherapie der Einsamkeit .....	128
1.7.4	Empirische Studien über therapeutische Ansätze und Programme .....	134
<b>2.</b>	<b>Eigene empirische Untersuchungen.....</b>	<b>141</b>
<b>2.1</b>	<b>Intentionen und methodische Aspekte der Untersuchungen.....</b>	<b>141</b>
<b>2.2</b>	<b>Gefühlsmäßiges Erleben und Begriff der Einsamkeit.....</b>	<b>150</b>
2.2.1	Das Gefühlsspektrum der Einsamkeit.....	150
2.2.2	Einsamkeit und Beeinträchtigung des subjektiven Wohlbefindens .....	155
2.2.3	Zur Verschiedenheit von „Einsamkeit“ und „Alleinsein“ .....	156
2.2.4	Einsamkeit: Vergleich zwischen Deutschen und Iranern in Deutschland .	159
<b>2.3</b>	<b>Entwicklung zweier Einsamkeitsskalen .....</b>	<b>161</b>
2.3.1	Eindimensionale Messung: Die Hamburger Einsamkeitsskala (HES) .....	161
2.3.1.1	Zur Skala und ihrer Übersetzung.....	161
2.3.1.2	Reliabilitätsprüfung und Charakteristiken bei diversen Stichproben .....	162
2.3.1.3	Validität der Hamburger Einsamkeitsskala.....	167
2.3.2	Mehrdimensionale Messung: Der Multidimensionale Einsamkeits- fragebogen (MEF) .....	174
2.3.2.1	Erstellung der ersten Fragebogenversion.....	174
2.3.2.2	Empirische Testung und Weiterentwicklung.....	175
2.3.2.3	Verteilungskennwerte und Reliabilitäten der MEF-Skalen.....	181
2.3.2.4	Validität des Multidimensionalen Einsamkeitsfragebogens .....	186
<b>2.4</b>	<b>Ätiologische Aspekte der Einsamkeit .....</b>	<b>196</b>
2.4.1	Einsamkeit und Elternbeziehung in der Imagination .....	196
2.4.2	Einsamkeit und Bindungsstile .....	201
<b>2.5</b>	<b>Einsamkeit und Kognitionen .....</b>	<b>205</b>
2.5.1	Kognitionen im Erleben der Einsamkeit .....	205
2.5.2	Einsamkeit und Selbstkommunikation.....	207
2.5.3	Das Selbstbild Einsamer in der Imagination.....	211

---

<b>2.6</b>	<b>Einsamkeit und Verhalten .....</b>	<b>214</b>
<b>2.7</b>	<b>Einsamkeitsbewältigung .....</b>	<b>217</b>
2.7.1	Dimensionalität und Bedeutung von Kognitionen zur Einsamkeitsbewältigung.....	217
2.7.2	Dimensionalität und Bedeutung von Verhaltensweisen zur Einsamkeitsbewältigung .....	219
<b>2.8</b>	<b>Einsamkeit, Depressivität und körperliches Befinden .....</b>	<b>226</b>
2.8.1	Zur Beziehung zwischen Einsamkeit und Depressivität .....	226
2.8.2	Einsamkeit und körperliches Befinden/Erkrankung .....	229
2.8.2.1	Das Spektrum körperlicher Beschwerden bei Einsamkeit.....	229
2.8.2.2	Einsamkeit und chronische Krankheit.....	231
2.8.2.3	Einsamkeit und körperliches Befinden bei Arbeitslosen.....	232
2.8.2.4	Einsamkeit und Gesundheitsbewußtsein.....	234
2.8.2.5	Die Bedeutung der Depressivität für den Zusammenhang zwischen Einsamkeit und körperlichen Beschwerden .....	235
2.8.3	Bulimie und Einsamkeit .....	236
<b>2.9</b>	<b>Zur Einsamkeit von Psychatriepatienten .....</b>	<b>241</b>
<b>2.10</b>	<b>Kurzgruppentherapie gegen Einsamkeit.....</b>	<b>250</b>
2.10.1	Beschreibung des gruppentherapeutischen Vorgehens.....	250
2.10.2	Einsamkeit und Gruppenprozeßerfahrungen.....	253
2.10.3	Effektnachweis .....	256
<b>2.11</b>	<b>Zusammenfassung: die Hauptergebnisse .....</b>	<b>267</b>
<b>3.</b>	<b>Schlußfolgerungen .....</b>	<b>275</b>
3.1	Thesen zu einer Theorie der Einsamkeit .....	275
3.2	Ausführungen zur Theorie.....	277
3.3	Anregungen für Forschung und Praxis .....	283
3.3.1	Anregungen für die Forschung.....	283
3.3.2	Anregungen für die Praxis der Klinischen Psychologie .....	284
<b>4.</b>	<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>290</b>

<b>Anhang.....</b>	<b>319</b>
Personenstichproben (Übersicht).....	321
Tests und Übungsmaterial .....	324
Äußerungen von Einsamen und Nichteinsamen zum Einsamkeitserleben .....	336
<b>Personenregister.....</b>	<b>339</b>
<b>Sachwortregister.....</b>	<b>347</b>