

INHALTSVERZEICHNIS

1. Forschungsstand und Theoriebildung zur Einsamkeit.....	13
1.1 Einsamkeit: Bedeutung, Begriff, Erleben, Theorie.....	13
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
1.2 Diagnostik der Einsamkeit.....	71
1.2.1 Unidimensionale Meßverfahren.....	71
1.2.2 Multidimensionale Meßverfahren.....	75
1.3 Persönlichkeits-, Einstellungs- und Verhaltenskorrelate der Einsamkeit	78
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
1.4 Einsamkeit und körperliches Befinden/Erkrankung	98
1.5 Einsamkeit und psychische Gestörtheit	107
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

1.6	Einsamkeit und Bewältigungsreaktionen	120
1.7	Psychotherapie der Einsamkeit.....	125
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
2.	Eigene empirische Untersuchungen.....	141
2.1	Intentionen und methodische Aspekte der Untersuchungen.....	141
2.2	Gefühlsmäßiges Erleben und Begriff der Einsamkeit.....	150
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
2.3	Entwicklung zweier Einsamkeitsskalen	161
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
2.4	Ätiologische Aspekte der Einsamkeit	196
2.4.1	Einsamkeit und Elternbeziehung in der Imagination	196
2.4.2	Einsamkeit und Bindungsstile	201
2.5	Einsamkeit und Kognitionen	205
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

2.6	Einsamkeit und Verhalten	214
2.7	Einsamkeitsbewältigung	217
2.7.1	Dimensionalität und Bedeutung von Kognitionen zur Einsamkeitsbewältigung.....	217
2.7.2	Dimensionalität und Bedeutung von Verhaltensweisen zur Einsamkeitsbewältigung	219
2.8	Einsamkeit, Depressivität und körperliches Befinden	226
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
2.9	Zur Einsamkeit von Psychatriepatienten	241
2.10	Kurzgruppentherapie gegen Einsamkeit.....	250
2.10.1	Beschreibung des gruppentherapeutischen Vorgehens.....	250
2.10.2	Einsamkeit und Gruppenprozeßerfahrungen.....	253
2.10.3	Effektnachweis	256
2.11	Zusammenfassung: die Hauptergebnisse	267
3.	Schlußfolgerungen	275
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
4.	Literaturverzeichnis.....	290

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