

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	<b>5</b>
<b>Inhaltsverzeichnis</b> .....	<b>6</b>
<b>Einsamkeiten und Gesellungen</b> .....	<b>9</b>
Die alltägliche Einsamkeit.....	9
Einsamkeiten in der Literatur.....	12
Die philosophische Einsamkeit.....	22
Zur Einsamkeit in den Religionen.....	35
Einsamkeit in christlicher Tradition.....	38
Einsamkeit infolge politischer Intrigen und Wirren.....	47
Weltliche Abgeschiedenheit als Wahl.....	52
Anmerkungen zu psychiatrischen und psychologischen Auffassungen.....	57
Einige Folgerungen.....	66
Literatur.....	72
<b>Ein zweiter Blick auf Einsamkeit in der Psychologie</b> .....	<b>89</b>
Einsamkeit in der Psychologie: ein Definitions- und Abgrenzungsversuch.....	89
Einsamkeit: Chronifizierung, Prävalenz und Erklärungsansätze.....	94
Einsamkeit und Gesundheit – alles nur halb so schlimm?.....	103
Einsamkeit und mentale Gesundheit.....	106
Einsamkeit und Schlafprobleme.....	108
Einsamkeit und Gesundheitsverhalten.....	109
Einsamkeit und physiologische, neuroendokrine sowie immunsuppressive Effekte.....	110
Einsamkeit und psychische Gesundheit in Zeiten der COVID-19-Pandemie..	112
Die COVID-19-Pandemie: ein paar Fakten.....	112
Einsamkeit in der COVID-19-Pandemie.....	116
Mentale Gesundheit in der COVID-19-Pandemie.....	119
Narzissmus im Kontext von Einsamkeit und der COVID-19-Pandemie.....	123
Narzissmus – eine Begriffsbestimmung.....	124
Grandioser Narzissmus und Einsamkeit.....	128
Narzissmus, Pandemiemaßnahmen und Einsamkeit.....	130
Fragestellungen und Hypothesen.....	135

Methode.....	137
Stichprobenbeschreibung und Prozedur.....	137
Messungen.....	138
Ergebnisse.....	141
Einsamkeit und Wohlbefinden 2019 und 2020 .....	141
Grandioser Narzissmus, Gesundheitsverhalten und Einsamkeit .....	145
Diskussion .....	150
Einsamkeit und Wohlbefinden in der Pandemie .....	151
Narzissmus, Befolgen der Pandemiemaßnahmen und Einsamkeit.....	154
Interventionen bei Einsamkeit.....	157
Literatur .....	163
<b>Zu den Autoren.....</b>	<b>175</b>