

Inhaltsverzeichnis

I. Grundlegendes	1
1. Vorwort und einleitende Worte.....	1
2. Alleinsein, Einsamkeit und soziale Isolation	3
2.1 Das soziale Netz	4
2.2 Alleinsein und/oder Einsamsein?	5
2.2.1 Positives Alleinsein	7
2.2.2 Negatives Einsamsein	8
2.2.2.1 Soziale Isolation.....	8
2.2.2.1.1 Gründe und Gefahren, in soziale Isolation zu geraten	9
2.2.2.1.2 Auswirkungen sozialer Isolation	10
2.2.2.1.2.1 Reaktionen sozial isolierter Personen	10
2.2.2.1.2.2 Suizidalität	13
2.3 Zusammenfassend: Unterscheidung nach objektiven und subjektiven Kriterien...	15
II. Alleinsein, Einsamkeit und soziale Isolation literarischer Figuren	17
1. Ausgangssituationen.....	19
2. Auswirkungen des Alleinseins	25
2.1 Der Verlust	25
2.1.1 Suchdrang und Reaktionen auf den erlittenen Verlust.....	30
2.1.1.1 Aufsuchen von bekannten und vertrauten Orten.....	35
2.2 Positives Alleinsein oder negatives Einsamsein?	36
2.3 Reaktionen	44
2.3.1 Furcht, Angst, Panik und Paranoia.....	44
2.3.2 Hoffnungslosigkeit, Resignation und Suizidalität.....	53
2.3.3 Veränderungen der Figuren	59
3. Das Leben mit dem Alleinsein: (Über-)Lebensstrategien	61
3.1 Bekämpfen der Schutzlosigkeit.....	62
3.1.1 Bewaffnung.....	62
3.1.2 Aufrechterhalten und Herstellen von Strukturen.....	66
3.1.2.1 Festhalten an Datum und Zeit	70

3.2 Selbstversorgungsstrategien.....	71
3.2.1 Körperliche Beschwerden.....	74
3.3 Füllen der ‚leeren‘ Zeit.....	74
3.3.1 Schreiben.....	75
3.3.2 Lesen.....	77
3.3.3 Nachdenken und die Funktion von Erinnerungen.....	79
3.3.4 Musik.....	80
3.3.5 Kartenspiel.....	81
3.3.6 Zielvorgaben und selbstauferlegte Aufgaben.....	82
3.3.7 Religiosität und Glaube.....	82
3.3.8 Sorge um Lebewesen.....	83
3.4 Interaktion und Kommunikation im ‚leeren‘ Feld.....	85
3.4.1 Vermischung von Realität und Fantasie.....	86
3.4.2 Die Natur als Lebewesen und Gegenüber.....	91
3.4.3 Selbstbeobachtung und -analyse.....	93
3.4.4 Auftreten einer zweiten Figur.....	95
3.4.5 Tiere als soziales Netz.....	98
3.4.5.1 Ein treuer Begleiter: Der Jagdhund Luchs.....	101
3.4.5.2 Eine Nährmutter: Die Kuh Bella.....	103
3.4.5.3 Eine Partnerin: Die Katze.....	104
4. Ergebnisse eines Lebens in Isolation: Resignation oder Neuanfang.....	105
4.1 Hoffungslosigkeit, Selbstaufgabe und Suizidhandlung.....	106
4.2 Befreiung aus der Einsamkeit: Der Weg zum (positiven) Alleinsein.....	110
III. Fazit und Abschluss.....	113
IV. Literaturverzeichnis.....	116
1. Primärtexte.....	116
2. Sekundärliteratur.....	116