

Inhalt

9 Dinner for One

**21 Es fängt an:
Die vereinzelte Gesellschaft**

53 Einsamkeit, die Unbekannte

64 Einsamkeit in der Kunst

70 Einsamkeit in Psychologie und Medizin

77 Wie wir Einsamkeit bewerten

81 Warum wir Einsamkeit völlig neu begreifen müssen

95 Von politischen Maßnahmen zur Enttabuisierung

99 Es wird ernst: Unverbundenheit macht krank

131 Generation Lost

141 Zwischen Praktikum und Selbstsedierung

144 Traurige Statistiken: Mehr Likes als Freunde

150 Ursachenforschung und erste Strategieansätze

162 Perspektivwechsel

168 Willkommen im flexiblen Kapitalismus

187 Von Triaden und nützlichen Unverbundenheiten

193 Tugenden bremsen, also: bitte löschen!

197 Der Way Out

205 Gefragt: Digitale Mündigkeit

- 223 Die Chancen der Digitalität
- 239 Der Neo-Konformismus in sozialen Netzwerken
- 248 Das soziale Dilemma
- 258 Willkommen im technologischen Totalitarismus

277 Die Stadt: Ein Käfig voller Solisten

- 293 Wir sind jetzt alle Edward-Hopper-Gemälde
- 308 Alles außer Nähe: Die Gentrifizierung des Gefühls
- 329 Zu Fuß durch die Stadt:
 Eine Reise in die Psychogeographie
- 338 Der Glasgow-Effekt und der Weg
 zu offenen Lösungen

351 Verlassen und vernachlässigt: Land leben

- 361 Deutschlands Osten: Eine Geschichte der Brüche
- 368 Der Verlust sozialer Orte
 und die Vision der »Third Places«
- 383 Von der Magie der Tanke lernen

393 Die Alten kommen: Die silberne Nation

- 399 Kein Kaffee, kein Kuchen, kein Theater:
 Die Hilflosigkeit der Erfolgsgesellschaft
- 404 No Country for Old Men:
 Warum wir einen Sinneswandel brauchen
- 414 Das Zeitalter der Postdemographie:
 Teilhabe für alle

**423 Es geht anders: Wie gelingt die
 beziehungsfähige Gesellschaft?**

443 Danksagung

445 Literaturverzeichnis