

Carmen Alborch

Allein sind wir stark

Solas

*Wie unabhängige Frauen
das Leben
selbstbewußt meistern*

Aus dem Spanischen von
Michaela Meßner

Oesch Verlag

Inhalt

Allein leben und allein sein ist nicht dasselbe	
Anmerkungen zum Thema	11
Die vielen Gesichter der Einsamkeit	15
Was aber ist Einsamkeit?	16
Ohne Beziehungen gibt es keine Erfüllung	22
Einsamkeit und Liebe.	26
Einsamkeit und Familie.	31
Die Einsamkeit der Frauen.	37
Das Phänomen Ehelosigkeit	40
Historische Modelle.	43
Frauen brechen mit der Tradition.	50
Jungfrau und Vampirin.	63
Licht- und Schattenseiten des 20. Jahrhunderts	68
Von Virginia Woolf zur <i>rive gauche</i>	71
Die <i>gar gönne</i> : kurzer Rock und kurze Haare	80
Vom Kampf um Rechte zum <i>honte sweet home</i>	83
Der Bruch mit den Stereotypen.	94

Inhalt

Single-Frauen und Single-Männer	
Eine neue soziale Kategorie.	103
Ein kultureller Wandel.	103
Weibliche <i>lone Tangers</i>	109
Dornröschen und der Prinz.	120
Die alleinstehende Frau von heute.	128
Der Rückschlag.	132
Unsere wunden Punkte.	143
Trennung und was danach kommt	147
Die Gründe.	147
Die Verlassenen.	154
Trennung in beiderseitigem Einverständnis	160
Die schwierige Übergangsphase.	161
Die Arbeit als Übergangsritus.	167
Freundschaft zwischen Frauen:	
ein gutes Mittel gegen die Einsamkeit	177
Alleinsein als positive Erfahrung.	191
Der Blick nach innen.	191
Und die Gefühle?.	196
Wo liegt das Problem?.	201
Den Geist öffnen.	213
Jugend, Schönheit und Selbstachtung.	217
Die Spielregeln.	223
Das Dilemma der Weiblichkeit.	230
Die Sexualität der Single-Frauen.	238
Von der Liebe fürs Leben zu alternativen	
Beziehungen.	252
Beziehungen mit jüngeren Männern.	257
Liebe im Verborgenen.	259
Intensive Beziehungen ohne Verbindlichkeit . .	261

Inhalt

Vom Dilemma, sich für oder gegen die Mutterschaft zu entscheiden	262
Der eigene Raum.	269
Angst vor den Zahlen.	274
Der öffentliche Bereich.	275
Die Mühen des Alleinseins.	281
Bibliographie.	287