

Sommaire

Approche sociologique, théologique et psychologique 11

L'émergence d'un phénomène nouveau 11

Les racines de ce phénomène 15

La solitude 28

Les circonstances qui conduisent à la solitude 31

La solitude subie 31

La solitude choisie 33

La solitude existentielle 35

La solitude relationnelle 37

Besoins et frustrations des solobataires 41

La gestion de l'espace 41

Les moments forts de la vie comme révélateurs
de solitude 50

La relation aux autres 52

Le désir d'enfant 58

Les pièges 60

Les besoins et les frustrations des solobataires 64

Le solobataire et les silences de Dieu 79

Vers l'épanouissement personnel	91
1. L'individuation	92
Vos relations personnelles	95
Votre autonomie	96
L'estime de soi	96
Le souci des autres	97
2. Les signes de reconnaissance	97
Comment récolter des signes de reconnaissance	103
Témoignage d'une solobataire	109
Bibliographie	115