

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	1
<b>Abbildungsverzeichnis</b>	3
<b>Tabellenverzeichnis</b>	4
<b>Vorwort</b>	6
<b>Einleitung</b>	8
<b>1 DIE ROLLE DER FREIZEIT IN ERWERBSTÄTIGKEIT UND RUHESTAND</b>	16
1.1 Zeit und Leben	17
1.2 Keine Zeit für Freizeit? Die Freizeit der Erwerbstätigen	20
1.3 Jede Menge Freizeit? Die Freizeit der Ruheständler	22
1.4 Die neue Freizeit im Ruhestand - ein kritisches Lebensereignis?	23
<b>2 FREIZEITTHEORETISCHE GRUNDLAGEN</b>	32
2.1 Der negative Freizeitbegriff	32
2.2 Der positive Freizeitbegriff	34
2.3 Der Wandel des Freizeitwertes	42
2.4 Freizeitfunktionen und der Freizeitansatz nach Opaschowski	49
2.4.1 Die Funktion der Freizeit	49
2.4.2 Freizeit als kultureller Lebensstil - ein Ansatz	52
2.5 Freizeitfunktionen und der emanzipatorische Ansatz der Freizeit nach Nahrstedt	57
2.5.1 Die Funktion der Freizeit	57
2.5.2 Der emanzipatorische Ansatz der Freizeit	60
2.6 Gegenüberstellung der Ansätze von Opaschowski und Nahrstedt	63
2.7 Die Freizeit und die 'Nicht-Freizeit'	65
<b>3 FREIZEIT UND WEITERBILDUNG</b>	67
3.1 Weiterbildung und organisiertes Lernen	67
3.2 'Freizeitindividuelle Weiterbildung' und Ruhestand	74
3.3 'Freizeitindividuelle Weiterbildung' in der Erwerbstätigkeit	81
3.4 Zusammenfassung	83
<b>4 FRAGESTELLUNGEN UND HYPOTHESEN</b>	85

4.1 Hypothesen	86
<b>5 PLANUNGSGRUNDLAGE UND FORSCHUNGS- INSTRUMENT</b>	91
5.1 Planungsgrundlage	91
5.2 Forschungsinstrument	91
5.3 Entwicklung und Konstruktion des Fragebogeninventars	92
5.4 Rekrutierung der Stichprobe	95
5.5 Rücklauf	96
5.6 Stichprobenbeschreibung	97
<b>6 UNTERSUCHUNGSERGEBNISSE</b>	100
6.1 Die Vorbereitung auf den Ruhestand	100
6.2 Einstellung zur Lebensphase Ruhestand	102
6.3 Soziale Kontakte und Haushaltsorganisation	107
6.3.1 Soziale Kontakte	107
6.3.2 Haushaltsorganisation, die Aufteilung der alltäglichen Hausarbeiten	110
6.4 Freizeit	115
6.4.1 Beteiligung am gesellschaftlich-kulturellen Leben	115
6.5 Weiterbildung	131
6.6 Tagesablauf der Ruheständler und Erwerbstätigen	136
<b>7 FREIZEITWERTE VON RUHESTÄNDLERN UND ERWERBSTÄTIGEN</b>	149
7.1 Semantische Determination des Freizeitwertebegriffes	149
7.2 Vom Konzept des Wertewandels zur Ermittlung und Erklärung des Freizeitwertebereiches	153
7.3 Statistische Ermittlung der Freizeitwerte von Ruheständlern und Erwerbstätigen	155
7.4 Statistische Ermittlung der Freizeitwertegruppen von Ruheständlern und Erwerbstätigen	159
7.5 Statistische Erklärung der Freizeitwertegruppen von Ruheständlern und Erwerbstätigen	163
<b>8 ZUSAMMENFASSUNG UND AUSBLICK</b>	173
Literatur	183

<b>Anhang 1: Indoor/Outdoor - Freizeitverhalten von Ruheständlern und Erwerbstätigen</b>	195
<b>Anhang 2: Fragebogen</b>	203

## **ABBILDUNGSVERZEICHNIS**

Abb. 1: Die Bedürfnispyramide unterscheidet fünf Bedürfnisarten	45
Abb. 2: Stichprobenbeschreibung	97
Abb. 3: Schulausbildung	98
Abb. 4: Wie läßt sich der Übergang in den Ruhestand Ihrer Meinung nach am besten bewältigen?	100
Abb. 5: Einstellung zu Seniorenprogrammen	120
Abb. 6: Warum Weiterbildungsangebote nicht wahrgenommen werden	135
Abb. 7: Häufigkeit der ausgefüllten Tagesabläufe	136
Abb. 8: Präferenzen - Freizeitwerte - Werteraum	152
Abb. 9: Ruheständler - Freizeitgruppen	161
Abb. 10: Erwerbstätige - Freizeitgruppen	162