

# Inhalt

---

---

I. Lebensqualität in der modernen  
Industriegesellschaft

---

II. Dimensionen der Lebensqualität

---

III. Freizeit und Lebensqualität  
in Deutschland

---

IV. Empfehlungen zur Verbesserung  
der Lebensqualität in der Freizeit

---

---

**1. Ein Schlüsselbegriff der politischen und wissenschaftlichen Diskussion**

---

**2. Lebensqualität in der Freizeit**

---

**1. Die individuelle Komponente.  
Widersprüchliches auf der Gefühlsebene**

---

**2. Die soziale Komponente.  
Was zum persönlichen Wohlbefinden gehört**

---

**3. Lebensqualität als Arbeitszufriedenheit**

3.1 Arbeitsfreude als Voraussetzung für mehr Lebenszufriedenheit

3.2 Wenn das subjektive Freizeiterleben zum Auslöser für Arbeitsunzufriedenheit wird

---

**4. Lebensqualität als Freizeit Zufriedenheit**

4.1 Was zum Wohlfühlen in der Freizeit gehört

4.2 Was Lebensqualität in der Freizeit bedeutet

4.3 Die Freizeitwirklichkeit:

Mehr Erlebniskonsum als Lebenserfüllung

---

**1. Die ungleiche Verteilung der Lebenszufriedenheit**

---

**2. Hauptursachen für Unzufriedenheit und Verdrossenheit**

---

**1. Handlungsbedarfe und Handlungsansätze aus Sicht der Bevölkerung**

---

**2. Gestaltung freizeitorientierter Erlebnis- und Erfahrungsräume**

---

**3. Schaffung einer freizeitorientierten Verkehrsinfrastruktur**

---

**4. Neudefinition der Stadt als Freizeitbereich**

---

---

## V. Analysen und Perspektiven einer neuen Freizeitkultur

---

## Anhang

---

---

**1. Von der »Hochkultur für wenige« zur  
»Freizeitkultur für viele«**

**2. Die Freizeitkultur als Brücke zwischen  
E- und U-Bereich**

**3. Unterschiedliches Kulturerleben  
im Westen und Osten**

**4. Freizeitkulturelle Zukunftspotentiale**

**5. Resümee**

**1. Forschungsansatz und Beschreibung  
der Vorgehensweise**

**2. Grundlagenliteratur**