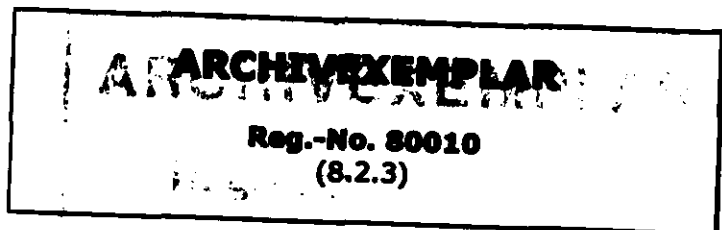


GUTACHTEN

ZUM ERGEBNIS DES IM RAHMEN DER DELPHI - BEFRAGUNG
ERSTELLTEN FRAGEBOGENS ZUM THEMA
FREIZEIT

MÄRZ 1974



ERSTELLT FÜR DIE
BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG, KÖLN
VON
IFEP, INSTITUT FÜR EMPIRISCHE PSYCHOLOGIE, KÖLN

INHALTSVERZEICHNIS

1.	THEMA	Seite	1
2.	ZIELSETZUNG DER UNTERSUCHUNG	Seite	2
3.	DELPHI-BEFRAGUNG	Seite	3
4.	EXPERTENAUSWAHL	Seite	5
5.	ENTWICKLUNG DES LEITFADENS	Seite	7
6.	EXPERTENMEINUNGEN: PROBLEMBEREICHE ZUM THEMA FREIZEIT	Seite	12
6.1	Zielgruppenspezifische Freizeitde- finition	Seite	12
6.2	Bewusstsein für Freizeitprobleme	Seite	16
6.3	Determinationsvariable "Erziehung"	Seite	17
6.4	Sonstige Determinationsvariablen zur Entwicklung des Freizeitverhaltens	Seite	19
6.4.1	Zufriedenheit mit der Arbeit	Seite	19
6.4.2	Familiensituation	Seite	19
6.4.3	Soziale Umwelt	Seite	20
6.4.4	Regionale Bedingungen	Seite	22
7.	EMPFOHLENE KONKRETE MASSNAHMEN ZUR STRUKTURVERBESSERUNG DES FREIZEITANGEBOTS	Seite	24
8.	FRAGEBOGENAUFBAU	Seite	27
8.1	Formale Kriterien	Seite	27
8.2	Inhaltliche Kriterien	Seite	29
8.2.1	Freizeitbereich	Seite	29
8.2.2	Arbeitsbereich	Seite	30
8.2.3	Erziehung	Seite	30
8.2.4	Gesundheit	Seite	30
8.2.5	Ernährung, Genussmittelmissbrauch	Seite	31
8.2.6	Wohnweise	Seite	31
8.2.7	Medienverhalten	Seite	31
8.2.8	Sexualität	Seite	31
8.2.9	Statistik und soziale Variablen	Seite	32
9.	VERWENDUNGSZWECK UND WIRKUNGSWEISE DES FRAGEBOGENS	Seite	33

1. THEMA

Der vorliegende Bericht über die Entwicklung eines Fragebogens zur Erhebung abgesicherter Freizeithalte für individuelle Beratung im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung stellt in kurzer Übersicht Hypothesen, Arbeitsabläufe und gewonnene Ergebnisse dar. Auf verwendete und zusätzliche Materialien wird im Text einzeln hingewiesen.

2. ZIELSETZUNG DER UNTERSUCHUNG

Schaffung eines Fragebogens, welcher

- abgesicherte und vergleichbare Ergebnisse über unterschiedliche Erhebungsräume liefert,
- die gruppenspezifischen Hilfen bei diagnostizierten Freizeitproblemen ermöglicht,
- speziell auf die Probleme sozialer Unterschichten eingeht,
- das Problem Freizeit in seiner Abhängigkeit zu anderen Lebensbereichen, u.a. zum Beruf und zu den ökonomischen Grundlagen, sieht,
- bereits in der Erhebung selbst sinnvolle Anregungen enthält.

Durch eingefügte "Lernfragen" und durch Anregung zur Kreativität in der populären Form eines Spiels und Preisausschreibens wird zusätzlich Aktivierung und Entwicklung von Problembewußtsein erreicht.

Der im Anhang beigefügte Fragebogen stellt die dritte und aus Expertensicht endgültige Fassung dar. Untersucht werden muß noch in einem Pretest, ob beim Ausfüllen keine Verständnisschwierigkeiten, wie zu schwierige Wortwahl, mehrdeutige Aussagen etc., auftreten.

3. DELPHI-BEFragung

Als Grundlage zur Konzeption und Erstellung des Fragebogens diente die Methode der Delphi-Befragung. Dabei werden mehrere Experten unabhängig voneinander zu bestimmten Problembereichen befragt. Ausreichende Übereinstimmung der Expertenmeinungen wird über ein mehrstufiges Gutachtenverfahren erzielt. Hierbei wird eine permanente Erweiterung, Vertiefung und Kontrolle der Hypothesenstruktur erreicht.

Im Rahmen der vorliegenden Untersuchung wurden folgende Einzelschritte unternommen:

1. Entwicklung eines Interviewerleitfadens
2. Intensivinterviews mit Experten anhand des Leitfadens
3. Inhaltsanalytische Auswertung
4. Erstellung eines ersten Gutachtens und Erhebungsinstrumente (ab jetzt: Fragebogen)
5. **Oberarbeitung und Begutachtung des Gutachtens und des Fragebogens durch die Experten**
6. **Oberarbeitung und Begutachtung des auf der Grundlage der Expertenmeinungen revidierten Fragebogens**

- 4 -

7. Abschliessende Expertengutachten

8. Letzte Korrektur

4. EXPERTENAUSWAHL

Die Auswahl der Experten wurde unter dem Gesichtspunkt der jeweiligen Fachkompetenz für den Problembereich "Freizeit" vorgenommen.

Es konnte davon ausgegangen werden, daß seitens der Experten bereits zahlreiche Veröffentlichungen zum Thema Freizeit vorliegen, die zur Hypothesenbildung und damit zur Entwicklung des Interviewerleitfadens dienten.

Im folgenden findet sich eine Darstellung der in die Untersuchung einbezogenen Experten, zusammengestellt nach Fachrichtungen:

Fachrichtung Soziologie:

Professor Dr. E. K. Scheuch, Köln, Direktor des Instituts für vergleichende Sozialforschung

Professor Dr. A. Silbermann, Köln, Direktor der Abteilung Massenkommunikation beim Forschungsinstitut für Soziologie

Dr. H. Renn, Brühl bei Köln

Fachrichtung Psychologie:

Professor Dr.med. et psych. H. Enke, Stuttgart

Dr. Schmitz-Scherzer, Bonn, Akademischer Oberrat im Psychologischen Institut der Universität Bonn

Fachrichtung Medizin, Psychologie:

Professor Dr. W. Schmidt-Kessen, Freiburg,
Institut für Balneologie und Klimaphysiologie
an der Universität Freiburg

Dr. Kock, Lövenich bei Köln, Bundesinstitut für
Sportwissenschaften, Dozent am Sportzentrum der
Universität Hamburg, Abteilung Sportmedizin

Fachrichtung Medien:

H. Mohl, Mainz, ZDF, Redakteur vom "Gesundheits-
magazin Praxis", Redaktion "Gesundheit und Natur"

Fachrichtung Stadtplanung:

Dr. Willebrandt, Beigeordneter der Stadt Herford,
Referat für Freizeit und Kultur.

Die Professoren Enke und Silbermann nehmen nicht an
der ersten Stufe teil, so daß von ihnen kein Interview
vorliegt.

Wir bedauern an dieser Stelle den tragischen Tod von
Dr. Kock, dessen Einsatz und Interesse an diesem Pro-
jekt besonders groß waren.

5. ENTWICKLUNG DES LEITFADENS

Als Befragungsunterlage für die Experten-Tiefeninterviews diente ein von Psychologen des IFEP-Institutes entwickelter Leitfaden, der auf der Basis der Ergebnisse aus Literatur und Forschung der letzten Jahre erstellt wurde und folgende Problemkreise einschließt:

1. SOZIODEMOGRAPHIA

- Zusammenhang zwischen sozioökonomischen und soziokulturellen Daten und individuellem Freizeitverhalten
- Ermittlung unabhängiger und abhängiger Variablen des individuellen Freizeitverhaltens

2. FREIZEITVERHALTEN

- Vergleichende Analyse der tatsächlich ausgeübten Freizeitaktivitäten
- **Möglichkeit der Entwicklung von Variablen für körperlich bzw. seelisch gesundes und/ oder ungesundes Freizeitverhalten**

3. MOTIVE ZUM FREIZEITVERHALTEN UND FREIZEITYPEN

- Existenz von unterscheidbaren Motiven hinsichtlich verschiedener Freizeitaktivitäten

- Benennung möglicher Motivationsstrukturen
- Ermittlung spezifischer Typen des Freizeitverhaltens

4. WISSEN ÜBER FREIZEITMÖGLICHKEITEN

- Ermittlung der Spanne zwischen Wissen und Nutzung von Freizeitmöglichkeiten
- Vorschläge zur optimalen Gestaltung des Kommunikationssystems hinsichtlich vorhandener Freizeiteinrichtungen

5. WUNSCH AN DIE OPTIMALE FREIZEITGESTALTUNG

- Beeinflussungsfaktoren bei der Ausbildung von Wunschvorstellungen
- Vorstellungsideale über verschiedene Wünsche und/ oder Ideale bei der Freizeitgestaltung
- Ermittlung der Diskrepanz zwischen Wunschvorstellungen einerseits und Realisierungsgrad andererseits

6. GRENZBEREICHE DER FREIZEITGESTALTUNG

- Definition von Freizeit

- Einfluß des Freizeitbewußtseins auf den Bereich der antizipierten Freizeittätigkeiten

7. FREIZEIT ALS AUSGLEICH ZUR UMWELTBELASTUNG

- Beziehung zwischen Umweltbelastung und Freizeitverhalten
- Möglichkeiten der Kompensation von Umweltbelastung in der Freizeit

8. DER SELBSTEMPFOUNDENE PHYSISCHE UND PSYCHISCHE STATUS QUO UND OBJEKTIVE GESUNDHEITSKRITERIEN

- Einschätzung der physischen und psychischen Gesundheit
- Maß der Objektivierbarkeit von Aussagen zum persönlichen Gesundheitszustand
- Ermittlung möglicher objektiver Gesundheitskriterien für seelische und körperliche Gesundheit und deren Bedeutung für das Freizeitangebot

9. INFORMATIONEN- UND MEDIENVERHALTEN

- Möglichkeit der Schulung und Steuerung eines freizeitgerechten Verhaltens über Medien
- Ausnutzungsgrad verschiedener Medien hinsichtlich unterschiedlicher Zielsetzungen

10. ORIENTIERUNGSVERHALTEN

- Fragen nach Primär- und/ oder Bezugsgruppen im Hinblick auf den Beeinflussungsgrad bei der Auswahl von Freizeitpartnern und Freizeitaktivitäten
- Bedeutung von Meinungsführern für das Freizeitverhalten innerhalb oder außerhalb der Familie

11. MÖGLICHKEITEN ZUM AUFBAU VON PROBLEMBEWUSSTSEIN

- Frage nach der Existenz von Problembewußtsein im Freizeitbereich
- Wege zur Bewußtseinsmachung hinsichtlich des Freizeitverhaltens
- Möglichkeiten der Bewußtseinsveränderung hinsichtlich des Freizeitverhaltens

12. KREATIVITÄT UND AKTIVIERUNG

- Bewertung von Aktivität und Kreativität im Freizeitverhalten
- Entwicklung von Kriterien zur Förderung von Eigeninitiative

13. HINDERNISSE

- Barrieren (z.B. Ängste, Hemmungen), die einer optimalen Freizeitgestaltung entgegenstehen.

14. DAS OPTIMALE FREIZEITKONZEPT DER EXPERTEN

- Darstellung einer als optimal empfundenen Konzeption zur Freizeitgestaltung seitens der Experten bezogen auf unterschiedliche Zielgruppen.

6. EXPERTENMEINUNGEN: PROBLEMBEREICHE ZUM THEMA FREIZEIT

6.1 ZIELGRUPPENSPEZIFISCHE FREIZEITDEFINITION

Da die Konzipierung des Fragebogens nicht alle Problem-
bereiche, die seitens der Experten angesprochen wurden,
abdecken kann, erscheint es notwendig, darüber hinaus
angesprochene Problemdefinitionen und -lösungen zum
gegenwärtigen Stand der Freizeitsituation aufzuzeigen,
wie sie sich in den Interviews dargestellt haben.

Eine erste wichtige Voraussetzung für die weitere Be-
handlung der vorliegenden Problematik scheint die An-
nahme einer adäquateren Definition von Freizeit zu sein,
als es bisher üblich war. So ist es falsch und irreführend,
den Versuch zu unternehmen, Freizeit zu erfassen mit einer
Liste vorgegebener Tätigkeiten.

Bei der Analyse der Experteninterviews ist zunächst fest-
zustellen, dass eine inhaltliche Definition über richtiges
und gesundes Freizeitverhalten nicht gegeben werden konnte,
in dem Sinne, dass man fertige "Freizeit-Rezepte" anbietet,
die eine interindividuelle Gültigkeit beanspruchen.

Nicht zuletzt ergibt sich eine grosse Schwierigkeit, Defi-
nitionen für "Freizeit" zu finden, aus der Tatsache, dass
sich kein Motivationshintergrund herauskristallisieren lässt,
der auf nur einer einzigen Ebene liegt.

Insgesamt hat die Analyse der Experteninterviews zu diesem
Punkt folgende mögliche Motivationsstrukturen ergeben:

1. Freizeit als individueller Freiraum mit der
Möglichkeit der Selbstentfaltung und gesell-

schaftlicher Gleichberechtigung

2. Freizeit als Kompensation zu Arbeit und Beruf, insgesamt zur nichtveränderbaren Welt (z.B. zum Hausfrauen- und Rentnerleben)
3. Freizeit als Heilmittel für seelische und körperliche Gefährdungen durch Umwelt, Arbeit, Alter etc.
4. Freizeit als gesellschaftspolitischer Raum mit der Möglichkeit der Befreiung von nicht gewollten Zwängen (ökonomisch, bildungsmässig etc.)

Sinnvolle, allgemeingültige Kriterien für eine Freizeitkonzeption lassen sich nicht aus den vorher genannten allgemeinen Motivbereichen erarbeiten; es ist vielmehr nötig, die Bedingungen zu erforschen, unter denen bestimmte Verhaltensweisen ausgeübt werden. Von daher lassen sich allein Grundlagen erarbeiten, die gruppenspezifisch und nicht allgemein gehalten sind, die den Einzelnen nicht in Motivklischees pressen, sondern ihn in seinem Persönlichkeitsbereich und sozialen Kontext erklären können.

Kenntnis der Persönlichkeit - unter Einbeziehung der Anlagen, Dispositionen, Bereitschaften und Eigenschaften,

Anschauungs- und Erlebnisweisen - sowie des jeweiligen sozialen Umfeldes und der Lebenssituation des Einzelnen, sind demnach unabdingbare Voraussetzungen für jede Freizeitkonzeption, die zielgruppenspezifische Hilfen anbieten will und deshalb darauf verzichtet, Werte und Ziele der sog. Ober- und Mittelschicht kritiklos allgemein verbindlich zu machen.

Insgesamt ergeben sich daraus Strukturen von persönlichen Netzwerken, die beispielsweise Aussagen zulassen über vorliegende Kontaktformen derart, dass für verschiedene Lebensbereiche (Politik, Freizeit, Beruf) Menschen spezialisierte Partner haben oder mit dem gleichen Personenkreis verschiedene Dinge durchlebt werden.

Die Aufdeckung derartiger Strukturen gestatten Aussagen über den jeweiligen Grad der Spezialisiertheit bei der Wahl von Freizeittätigkeiten.

Es gilt herauszufinden, wie die Rollen in den einzelnen Zielgruppen konstruiert und wie sie veränderbar sind.

Die Experten gehen davon aus, dass in jeder Zielgruppe unterschiedliche Rollenfixierungen besonders stark und gewichtig sind.

Damit verbunden sind historisch gewachsene Freizeitformen, die auf regionale und berufsmässige Besonderheiten zurückzuführen sind. Bei der Zielgruppenbeschreibung muss auf diese historischen Entwicklungen Rücksicht genommen werden, wenn eine Freizeitkonzeption mehr als nur Legitimation für die Konzeptionierung sein soll.

Damit verbunden sind weitere Kriterien, die auch als

Determinationsvariablen berücksichtigt werden:
Familienkonstellation, Berufs- und Arbeitssituation,
Wohnungssituation, allgemeiner Gesundheitszustand,
Ernährungsgewohnheiten, Genussmittelmissbrauch.

Daraus ergibt sich die Forderung, der Individualität des Freizeitverhaltens stärker Rechnung zu tragen, etwa in Form einer individuellen Beratung durch speziell für den Freizeitbereich ausgebildete Freizeitlehrer bzw. Freizeittherapeuten.

Mit dem Hauptaufgabenbereich der persönlichen Beratung muss untrennbar verbunden sein die Funktion, Hemmungen und Ängste überwinden zu helfen, die den Eintritt in neue, unbekannte Freizeitbereiche erschweren.

Viele Freizeittätigkeiten werden zudem auch deshalb nicht aufgegriffen, weil die Konfrontation mit neuen Bereichen d.h. Bereiche, die für die betreffende Person fremd und nicht erprobt sind, zunächst starke Unsicherheit erzeugt, so dass man aus Angst vor Blamage und "Stümperei" eine bestimmte Tätigkeit gar nicht erst ausübt. Diese Probleme betreffen besonders die Angehörigen der Unterschicht und der unteren Mittelschicht, da hier erfahrungsgemäss die stärksten Ängste und Hemmnisse und damit verbunden geringere Freizeitaktivitäten bestehen.

Problematische Fremdbereiche für die unteren Bevölkerungsschichten sind zum Beispiel alle kulturellen Einrichtungen, wie Theater, Museen, Bibliotheken, insgesamt also Einrichtungen mit "intellektuellem" Anspruch. Daneben besteht eine ausgesprochene Unsicherheit gegenüber "privilegierten" Sportarten, wie Tennis, Reiten, Segeln u.ä.

Bei der Konzeption des Fragebogens wurde die Aktivierung dieser Personengruppen stark in den Vordergrund gestellt. Diese Aktivierung muss, wie umseitig erwähnt, durch Freizeitberater aufgegriffen und durch individuelle Betreuung ergänzt und vertieft werden.

6.2 BEWUSSTSEIN FÜR FREIZEITPROBLEME

Die im vorherigen Abschnitt beschriebene Freizeitdefinition mit ihren Auswirkungen auf unterschiedliche Zielgruppen hat im Grunde eine gravierende Gemeinsamkeit für alle Zielgruppen:

Sie ist keinem voll bewusst.

Dies hat zur Folge, dass Hilfen, gleich, ob planerisch, informatorisch oder beratungsmässig, sich nicht einer Argumentation bedienen können, die die richtige und notwendige Definition der Freizeit beinhaltet.

Da dies nur eine vorübergehende Lösung einer politisch verantwortungsbewussten Freizeitkonzeption sein darf, muss neben aller zielgruppenspezifischer Freizeithilfe (bis hin zum Freizeittherapeuten) umfassendes Freizeitbewusstsein geschaffen werden.

Der Fragebogen enthält deshalb Fragen und Aufgaben, die den Bewusstseitsgrad für Freizeitprobleme ermitteln kann. Auf der Grundlage dieser Ergebnisse können wiederum zielgruppenadäquate Konzeptionen verwirklicht werden.

6.3 DETERMINATIONSVARIABLE "ERZIEHUNG"

Im Sinne einer Prophylaxe zu vernünftigen Freizeitverhalten muss besonders darauf hingewiesen werden, dass der Grundstein für richtiges oder falsches Freizeitverhalten schon im Kleinkindalter gelegt wird.

Es hängt davon ab, welche Interessen im Kind geweckt werden, welche Angebote es im Spiel bekommt und welche Möglichkeiten einer vielseitigen Orientierung seitens der Eltern gegeben werden oder gegeben werden können.

Wenn Kinder im Vorschulalter schon viel Langeweile kennen, werden sie im Erwachsenenalter auch damit zu kämpfen haben, sie werden grosse Schwierigkeiten haben, einen Tag sinnvoll zu strukturieren, was für das Freizeitverhalten massgeblich ist und gelernt werden muss.

So gehört die Grundlegung eines adäquaten Freizeitverhaltens in den Sozialisationsprozess eines Kindes und eines Jugendlichen und muss durch Eltern, Vorschule und Schule gefördert werden. Man sollte nicht weiter dem Irrtum unterliegen, richtiges Freizeitverhalten als etwas anzusehen, das sich "ganz von selbst" entwickelt. Es braucht ebenso Lernhilfen wie die Intelligenzentwicklung oder die soziale Entwicklung des Kindes.

Wichtig ist es deswegen, konkrete Lerninhalte und Programme für die Eltern und den Unterricht an Kindergärten, Vorschulen und Schulen zu entwickeln, und diese - hier wird die Notwendigkeit des Freizeitberaters wieder deutlich - an Lehrer, Erzieher und Eltern weiter zu vermitteln. Ein solcher Lernansatz führt damit auch dazu, dass Eltern und Erzieher durch ihre vermittelnde oder "lehrende" Stellung auch Lernende sind und dadurch ihr Bewusstsein von Freizeitverhalten mit verändert wird.

Solche eben erwähnten Lerninhalte könnten sein, z.B.:

WIE ERZIEHE ICH MEIN KIND ZUR SELBSTÄNDIGKEIT
DIE BEDEUTUNG DES KINDLICHEN SPIELS
FAMILIENGERECHTE FREIZEITGESTALTUNG
FÖRDERUNG VON AKTIVITÄT UND KREATIVITÄT
DIE KINDGERECHTE GESTALTUNG VON LEISTUNGS-
UND FREIZEITBEREICH
GESUNDHEIT UND FREIZEITGESTALTUNG

Dabei stellt sich die Forderung, die Erstellung dieser Programme in interdisziplinärer Forschungsarbeit durchzuführen, insbesondere mit den Fachbereichen Psychologie, Sozialpädagogik, Soziologie und Gesundheitswesen und den zuständigen Behörden auf Bundes-, Landes- und Kommunalebene.

6.4 SONSTIGE DETERMINATIONSVARIABLEN ZUR ENTWICKLUNG DES FREIZEITVERHALTENS

Eine ausgesprochen hohe Determinationskraft auf das Freizeitverhalten wird der Art und Weise, wie jemand seine Arbeitszeit verbringt, zugesprochen.

Dabei sind besonders zur berücksichtigende Kriterien:

6.4.1 Zufriedenheit mit der Arbeit

Zufriedenheit mit der Arbeit selbst, mit Vorgesetzten und Arbeitskollegen, Stressanforderungen durch die Arbeit, Grad der Selbstverwirklichung.

Insofern ist es nötig, bisher als freizeitprägende Faktoren anerkannte Kriterien wie Schichtzugehörigkeit und sonstige demographische Daten unbedingt mit der Arbeitssituation in Korrelation zu setzen.

6.4.2 Familiensituation

Eine zweite Determinationsvariable, der hohe Beeinflussungsmomente zugesprochen werden, ist die **Familiensituation oder besser: die sich im Zeitablauf entwickelnde Familienkonstellation.**

Das Lebensstadium, welches vom grössten Angebot einer Vielfalt von Interessenlagen bestimmt ist, fällt in die Zeit der jungen Familie, wenn Kinder im Vorschul- oder schulpflichtigem Alter sind und ausserdem noch enge Verbindungen zum eigenen Elternhaus bestehen.

Hier findet sich der letzte grössere Schub wirklich guter Bekannter; die Kontakte zur Aussenwelt verstärken sich in hohem Masse. Daneben sind gute Ansatzpunkte für eine Freizeitaktivierung in der Teenagerzeit vorhanden, die bestimmt ist durch starkes Interesse und hohe Aufnahmebereitschaft für alles Neue. Vermittlerfunktionen zu sich ausbildenden Leitbildern hat in dieser Zeit die Peergroup inne; damit ist gleichzeitig die Funktion verbunden, bestimmte Tätigkeitsmuster zu aktivieren. Es ist insofern wichtig, Informationen einzuholen über Alter beim Eintritt in die Ehe, Zahl der Kinder (falls vorhanden), sowie Zeiträume zwischen den Geburten, Daten über (Gross-) Eltern und andere mehr. Diesen Forderungen wird im Fragebogen Rechnung getragen.

6.4.3. Soziale Umwelt

Der Einfluss der sozialen Umwelt, eine dritte bedeutende Variable, ist ebenso stark zu bewerten, wie Persönlichkeitsvariablen. Damit ist der Gedanke verbunden, dass den Bestrebungen zur Selbstverwirklichung, zur gewünschten Entfaltung in der Freizeit, oft Barrieren von aussen entgegengesetzt werden, die meist nur mit Hilfe eines Kompromisses zu überwinden sind.

Andererseits kann die Beschaffenheit der sozialen Umwelt dazu beitragen, einem gewünschten Freizeitverhalten die erforderlichen Hilfestellungen zu leisten, die dem Einzelnen, je nach dem Grad seiner

Isoliertheit, mehr oder weniger umfangreich gegeben werden müssen.

Das bedeutet, dass eine möglichst grosse Zahl von Bundesbürgern angesprochen werden muss, dass z.B. die Förderung von Bürgerinitiativen verstärkt betrieben werden sollte. Gerade diese haben die Möglichkeit, in ihren enger umgrenzten Bezirken auf die speziellen Bedürfnisse des betreffenden Bevölkerungsanteils in optimaler Abstimmung mit den Individualbedürfnissen eingehen zu können, um so bereits vorhandene und zusätzlich gewünschte Freizeiteinrichtungen im Rahmen verbesserter Kommunikationsprozesse "an den Mann bringen" zu können.

Eine Freizeitberatung muss davon ausgehen, dass jeder selbst in die Lage versetzt werden muss, zu erkennen, wie "sinnvoll" oder "unsinnig" seine Freizeitbeschäftigung ist. Dabei ist davor zu warnen, von der Ebene des "Bildungsbürgertums" in Form eines "Kulturappeals" die Richtung der Veränderung von aussen her festzulegen. Normen, die man als Zugehöriger einer ganz bestimmten sozialen Schicht **oder eines Tätigkeitsbereiches hat, sind nicht ohne weiteres auf andere Schichten zu übertragen.** Bestimmend für diesen Gesichtspunkt ist der bereits erwähnte Zusammenhang mit der Arbeitsumgebung und der damit korrespondierende Grad der Zufriedenheit, sowie die selbst empfundene allgemeine Lebenszufriedenheit. Erst von daher lassen sich Aussagen über Art und Stärke des "Eingriffs" einer

Freizeitberatung treffen.

Zu vermeiden sind in jedem Falle sichtlich erkennbare pädagogisierende Massnahmen, d.h. solche Massnahmen, hinter denen der erhobene Zeigefinger erkennbar ist, müssen in jedem Falle ersetzt werden durch sachlich-informative Aufklärung. Sie dürfen nicht Ermahnung beinhalten, sondern sollten vielmehr ein Angebot darstellen, welches ausgerichtet sein kann auf den Nutzen und den "Lustgewinn", der mit der Aufnahme bestimmter Tätigkeiten verbunden ist.

Die Anwendung des Fragebogens gewinnt gerade in den unteren Schichten an besonderer Bedeutung. Hier wurden in den letzten Jahren einige Strukturverschiebungen hinsichtlich des Freizeitverhaltens sichtbar, nicht zuletzt wegen der zusätzlich zur Verfügung stehenden freien Zeit. Daneben stehen den Angehörigen der unteren Bevölkerungsschichten einige Freizeitmöglichkeiten offen, die traditional nur höheren Schichten zugänglich waren.

6.4.4 Regionale Bedingungen

Um einen als optimal anzusehenden Ansatz leisten zu können, sind neben aufklärerischen Massnahmen umfassende Strukturverbesserungen hinsichtlich des Freizeitangebotes zu erarbeiten, die von der Grund-

bedingung einer möglichst unentgeltlichen oder zumindest preisgerechten Nutzung ausgehen sollen: Ein bedeutendes Hindernis einer freizeitgemässen Gestaltung der freien Zeit ist nach wie vor der finanzielle Mißstand, der vor allen Dingen die kinderreichen Familien betrifft. Neben sachbezogenen Informationen müssen verstärkt solche angeboten werden, die aufklären über Zusammenhänge von Freizeit und Gesundheit, über Spielmöglichkeiten für die Familie u.ä.

Konkrete Informationen über ortsbedingte Freizeitmöglichkeiten und Veranstaltungen besitzen ihren grössten Wirkungsgrad über die regionale Presse sowie über Broschüren, die von den jeweiligen Kreis- oder Stadtverwaltungen kostenlos und frei Haus weitergegeben werden.

Eine Informationsweitergabe über das Medium Fernsehen erreicht den höchsten Wirkungsgrad nur bei zielgruppenspezifischer Ansprache. Das lässt sich etwa erreichen unter Einbeziehung der Ergebnisse aus **zum Teil bereits vorliegenden Medienanalysen.**

7. EMPFOHLENE KONKRETE MASSNAHMEN ZUR STRUKTUR- VERBESSERUNG DES FREIZEITANGEBOTES

Das vorhandene Freizeitangebot ist gemäss den Stellungnahmen der Experten als ungenügend zu bezeichnen. Zwar sind durchaus Erweiterungen des Angebotes im Laufe der letzten Jahre in Angriff genommen worden und zu einem Teil bereits abgeschlossen (z.B. Kunstmessen, Trimm-Dich-Aktionen, Freizeitzentren im Ruhrgebiet und allgemeine Aufstockung des bereits vorhandenen Angebotes - Schwimmbäder u.ä.).

Dennoch ist immer noch festzustellen, dass einer Wahrnehmung dieser Möglichkeiten eine als elitär anzusehende Grundeinstellung entgegensteht, elitär in dem Sinne, dass

1. die Ausnutzung des Angebotes in vielen Fällen mit einer Vereinsverpflichtung verbunden ist und dass

2. die Benutzung bereits vorhandener Anlagen (wie Schulen, die ausserhalb der regulären Schulzeit und während der Ferien leerstehen; Sportstadien, die ausserhalb von Veranstaltungen geschlossen sind etc.) nur in Verbindung mit der jeweils "adäquaten" Nutzung gestattet ist.

Eine Erweiterung des Freizeitangebotes muss von der jeweils unterschiedlich strukturierten freien Zeit ausgehen, die jemandem zur Verfügung steht.

Für die werktägliche Freizeit, die sich im Durchschnitt auf wenige Nachmittags- und Abendstunden erstreckt, sind Freizeitangebote im "15-Minuten-Umkreis" verstärkt einzuplanen. Darunter sind zu verstehen etwa kleinere Aktivierungs- und Rekreationszentren, die unabhängig von einer Vereinsverpflichtung benutzt werden können.

Hier empfiehlt sich etwa die Benutzung von Turnhallen und Sportanlagen, die abends und an Wochenenden der werktätigen Bevölkerung zur Verfügung gestellt werden.

Es ist davor zu warnen, das Freizeitproblem als Zukunftsproblem zu sehen. Bereits jetzt - insbesondere an Wochenenden - zeigt sich ein starkes Missverhältnis zwischen zur Verfügung stehender freier Zeit einerseits und angebotenen Möglichkeiten, diese freie Zeit sinnvoll auszufüllen, andererseits. Hier ist es notwendig, einer Trennung von Kultur- und Aktivierungsbereich vorzubeugen in **Form von integrierten Freizeitzentren. Multifunktional gestaltete Einrichtungen dieser Art - beispielsweise eine Kombination von Leihbücherei und Schwimmzentrum und Cafeteria - unterstützen sich gegenseitig, decken eine Vielfalt unterschiedlicher Interessenlagen ab, und dienen gleichzeitig dazu, eine grosse Anzahl schwach interessierter Personengruppen zu motivieren.**

- 26 -

Die steril-sakrale Atmosphäre vieler Kultureinrichtungen kann dadurch aufgehoben werden.

Das grössere Angebot an Freizeitmöglichkeiten innerhalb eines integrierten Zentrums gewährleistet eine variable Gestaltung der Freizeit und hat somit positive Rückwirkungen auf den Selbstverwirklichungsgrad des Einzelnen.

8. FRAGEBOGENAUFBAU

Die Auswertung der Experteninterviews ergab, dass ein zuverlässiges Erhebungsinstrument die im folgenden beschriebenen Kriterien erfüllen muss:

8.1 FORMALE KRITERIEN

Die Komplexität des Untersuchungsgegenstandes erlaubt es nicht, einen Fragebogentypus zu entwerfen, der ausschliesslich Fragen mit Antwortvorgaben enthält (sog. "geschlossene Fragen").

Trotz erheblicher Erschwerung bei der Datenverarbeitung wurde an einigen als bedeutend erachteten Punkten der Typ der offenen Frageform eingegliedert.

Hierbei hat der Befragte die Möglichkeit, seine Antwort selbständig, nach eigenen Vorstellungen und eigenem Wissensstand zu formulieren. Diese Vorgehensweise allein gestattet es, Vorurteile und Einstellungsmechanismen sichtbar zu machen. Es wurde weiterhin ein neuer Fragetyp angewandt, der im weiteren Verlauf als "Lernfrage" bezeichnet ist. Die Verwendung der Lernfrage ist für solche Fälle vorgesehen, die bei den Befragten einerseits Informations- und Lerneffekte, andererseits auch einen moti-

vierenden Nebeneffekt bei der Arbeit mit dem Fragebogen erzielen sollen.

Dabei muss allerdings berücksichtigt werden, dass die Beantwortung solcher Fragen nicht für statistische Zwecke im wissenschaftlichen Sinne verwertet werden darf, da die Möglichkeit einer als sozial erwünscht angesehenen Beantwortung seitens der Befragten gegeben ist.

Ferner wurden die entsprechenden "Lösungen" gesammelt an den Schluss gestellt, um einen unmittelbaren Ausstrahlungseffekt auf die Beantwortung der folgenden Fragen zu vermeiden. Um die Grösse des möglicherweise auftretenden Fehlers bestimmen zu können, sind für den Pretest unterschiedliche Fragebogentypen vorgesehen, derart, dass einer Befragtengruppe ein mit Lernfragen vorgesehener Fragebogen vorgelegt wird und eine entsprechende andere Befragtengruppe einen Fragebogen ohne diesen Inhalt erhält.

Im Gesamtaufbau des Fragebogens wurden die im folgenden dargestellten Arten von Fragetypen verwendet. Dabei richtete sich die Auswahl des Fragetypus nach dem jeweiligen Ziel und Vorstellungsinhalt eines Fragenkomplexes:

- o geschlossene Fragen
- o offene Fragen
- o Alternativfragen
- o Auswahlfragen
- o Rangordnungsverfahren
- o Intensitätsskalen

- o Soziometrische Fragen
- o Projektive Fragen
- o Polaritätsfragen
- o Lernfragen

8.2 INHALTLICHE KRITERIEN

Die inhaltliche Ausformung dessen, was Freizeit ist, ist je nach Befragtentyp sehr unterschiedlich und kann nicht durch Auswahl aus einer Anzahl von vornherein vorgegebener Kategorien gewährleistet werden. Eine inhaltliche Festlegung des Freizeitbegriffs ist nur durch eine individuell gegebene Definition von Freizeit innerhalb einer offenen Fragestellung zu erreichen.

Die Summe der Themenkreise, die als übergeordnete Hypothesenstruktur den Aufbau des Fragenkomplexes bestimmen, sowie deren Operationalisierungen soll im folgenden kurz dargestellt werden:

8.2.1...Freizeitbereich

- Freizeitmöglichkeiten
- Freizeitaktivitäten
- Freizeitwünsche
- Verfügbarkeit von Freizeitpartnern
- Verfügbarkeit von freier Zeit
- Kreativität
- Spiel (Erwachsene) und Freizeit

8.2.2. Arbeitsbereich

Selbständigkeit der Arbeit
Verhältnis zu Kollegen und
Vorgesetzten
Zufriedenheit mit der Arbeit
Belastungen durch die Arbeit
Wöchentliche Arbeitszeit
Einstellung zur Arbeitstätigkeit
Emotionale Verflechtungen des
Arbeitsbereiches mit dem Frei-
zeitbereich

8.2.3. Erziehung

Beurteilung des Spielverhaltens
bei (eigenen) Kindern
Häufigkeit der Kontakte mit Kindern

8.2.4. Gesundheit

Selbsteinschätzung des allgemeinen
Gesundheitszustandes
Häufigkeit des Arztbesuches
Sportliche Betätigung und körper-
liche Ertüchtigung
Häufigkeit von registrierten Schwäche-
zuständen bei körperlichen Anspannungen
Belastungen durch die Arbeit und Umwelt-
einflüsse
Schlafgewohnheiten

8.2.5. Ernährung, Genussmittelmissbrauch

Einstellung zum Essen
Alkoholkonsum
Zigarettenkonsum

8.2.6. Wohnweise

Wohnungsgrösse
Miet- bzw. Eigentumsverhältnis
Wohnlage
Wohnungsausstattung

8.2.7. Medienverhalten

Mediengewohnheiten
Medienorientierung

8.2.8. Sexualität

Einstellung zur Sexualität
Sexualität als Dimension der Freizeit

8.2.9 Statistik und soziale Variablen

Geschlecht

Alter

Schulbildung

Einkommen

Beruf

Familienstand

Arbeitstyp

Anzahl der Kinder

Haushaltsgrösse

Wohngrösse

9. VERWENDUNGSZWECK UND WIRKUNGSWEISE DES FRAGEBOGENS

Durch den Einsatz des Fragebogens bietet sich die Möglichkeit:

1. mittels Grundauszählung wissenschaftlich abgesichertes, statistisches Material über das Freizeitverhalten der bundesdeutschen Bevölkerung zu erlangen, wenn die Datenerhebung nach forschersich eindeutigem Kriterien erfolgt;
2. durch Korrelationen aller Daten (z.B. Alter, Geschlecht, Benutzung von Freizeiteinrichtungen, Wünsche hinsichtlich Freizeitaktivitäten und -möglichkeiten, Berufs- und sonstige Lebenssituation), quantitative sowie qualitative Aussagen über Strukturen des Komplexitätsgrades innerhalb des Freizeitbereiches zu erlangen;
3. durch gesonderte gruppenspezifische Auswertungen Freizeitkonzeptionen zu entwickeln;
4. durch regionale Auswertungen regionale und gruppenspezifische Planungs- und Aufklärungskonzeptionen zu entwickeln.

Mit dem Fragebogen ist weiterhin ein Instrument geschaffen, welches nicht allein der Datensammlung dient, sondern auch durch seine Motivations-elemente als freizeitmotivierend und -fördernd angesehen werden kann: Bereits die "Arbeit" am Fragebogen versetzt den Befragten in die Lage, durch Schaffung eines gewissen Masses an Problembewusstsein hinsichtlich Freizeit, selbständig bereits erste Korrekturen an seinem Freizeitverhalten anzusetzen. Dabei ist insbesondere bei den unteren Bevölkerungsschichten, wie bereits beschrieben (Kapitel 6), der Einsatz des Freizeithelfers unbedingt notwendig, um die ersten Anstöße, die durch den Fragebogen gegeben werden, nicht im Sande versickern zu lassen, sondern weiter zu fördern und sinnvoll zu erweitern.

Da sich gezeigt hat, dass für die Freizeit neben der Schaffung eines zielorientierten Freizeitbewusstseins besonders regionale Angebots- und Informationsstrukturen das Verhalten bestimmen, **schlagen wir vor, die Auswertung immer regional vorzunehmen und konkrete Konzeptionen auf regionaler Basis zu entwickeln.**

Der Einsatz des Fragebogens, der sowohl unter wissenschaftlich verwertbaren sowie - eventuell davon gesondert - unter PR-Kriterien erfolgen sollte, muss noch im einzelnen erarbeitet werden.

FRAGEBOGEN - FREIZEIT

Dies ist das maschinengeschriebene
Manuskript. Der endgültige test-
reife Fragebogen muß noch grafisch
gestaltet werden.

ALLE ANGABEN WERDEN STRENG VERTRAULICH UND ANONYM BEHANDELT

1.) Wenn man Sie fragt, was ist "Freizeit", was würden Sie antworten? Wie würden Sie den Begriff "Freizeit" erläutern?

2.) Zählen Sie doch mal stichwortartig auf, was Sie tun, wenn Sie Ihre tägliche Arbeit (Berufsarbeit, Hausfrauentätigkeit, o.ä.) hinter sich gebracht haben!

3.) Wie würden Sie wirklich am liebsten Ihre Freizeit verbringen? Überlegen Sie einmal ganz genau, welche drei Hauptwünsche Sie haben!

--	--	--

Was hindert Sie daran, diese Wünsche zu verwirklichen?

--	--	--

Welche Möglichkeiten sehen Sie diese Schwierigkeiten aus der Welt zu schaffen und Ihre Freizeitwünsche zu verwirklichen?

--	--	--

4.) Ordnen Sie die angegebenen Begriffe bitte danach ein, was für Sie

- am wichtigsten = 1
- am zweitwichtigsten = 2
- am dritt wichtigsten = 3

ist, und tragen Sie die gewählte Ziffer in das jeweilige Kästchen ein.

Beruf

Freizeit

Familie/Partner

5.) Im folgenden bitten wir Sie, die Freizeiteinrichtungen an Ihrem Wohnort zu beurteilen. Geben Sie hierbei Ihr Urteil für j e d e der angegebenen Einrichtungen ab.

	Nicht vorhanden		Verhanden		
	vermisse ich nicht	vermis ich sehr	aber nicht in aus- reicher- der Zahl	in aus- reicher- Zahl	kann ich nicht beurtei- len, weiß ich nicht
1. Hallenbad	1	2	3	4	5
2. Freibad	1	2	3	4	5
3. Tennisplatz	1	2	3	4	5
4. Multifunktionshalle	1	2	3	4	5
5. Eisstadion	1	2	3	4	5
6. Reitstadel	1	2	3	4	5
7. Leichtathletik- bahnen	1	2	3	4	5
8. Turnhalle	1	2	3	4	5
9. Gymnastikhalle	1	2	3	4	5
10. Sauna	1	2	3	4	5
11. Jugendzentrum	1	2	3	4	5
12. Museum	1	2	3	4	5
13. Theater/Oper	1	2	3	4	5
14. Kino	1	2	3	4	5
15. Gastwirtschaften	1	2	3	4	5
16. Parkanlagen	1	2	3	4	5
17. Sportplätze	1	2	3	4	5

	Nicht vorhanden		Vorhanden			
	vermisst ich nicht	vermisst ich sehr	aber nicht in aus- reichen- der Zahl	in aus- reichen- der Zahl	kann ich nicht urteil- en, weiß ich nicht	
18.	Freizeit- und Kulturzentren	1	2	3	4	5
19.	Volkshochschule und andere bil- dungseinrichtungen	1	2	3	4	5
20.	Diskotheken, Tanzlokale	1	2	3	4	5
21.	Gelassenheiten zum Wassersport Rudern, Segeln	1	2	3	4	5
22.	Konzerthalle	1	2	3	4	5
23.	Kunsthalle	1	2	3	4	5
24.	Artenvielfaltgebiete	1	2	3	4	5
25.	Wohnraumbau- zeitraum	1	2	3	4	5
26.	Fischereiverband	1	2	3	4	5
27.	Erholungs- gebiete	1	2	3	4	5
28.	Freizeitanlagen	1	2	3	4	5
29.	Bücherei	1	2	3	4	5
30.	Sporthaus	1	2	3	4	5
31.	Vereine allgemein	1	2	3	4	5
32.	Politische Parteien	1	2	3	4	5
33.	Hegel-/Bowling- Bahn	1	2	3	4	5
34.	Ellipse	1	2	3	4	5
35.	Öffentliche Bücherei	1	2	3	4	5
36.	Spielplätze	1	2	3	4	5
37.	Nachbarschafts- clubs, u.ä.	1	2	3	4	5
38.	Schleimerlokale	1	2	3	4	5
39.	Zoologische Gärten	1	2	3	4	5
40.	Ausflugslokale, Ausstellungen	1	2	3	4	5
41.	Golf	1	2	3	4	5
42.	Wälder	1	2	3	4	5

6.) Und wie häufig besuchen Sie diese verschiedenen Freizeiteinrichtungen an Ihrem Wohnort im Laufe des letzten Jahres benutzt? Machen Sie Ihre Angaben bitte für jede der angegebenen Einrichtungen.

	sehr oft	oft	manchmal	selten	nie
1. Hallenbad	1	2	3	4	5
2. Freibad	1	2	3	4	5
3. Tennisplatz	1	2	3	4	5
4. Minigolfanlage	1	2	3	4	5
5. Discotanz	1	2	3	4	5
6. Reitschule	1	2	3	4	5
7. Leichtathletik- bahn	1	2	3	4	5
8. Turnhalle	1	2	3	4	5
9. Gymnastikhalle	1	2	3	4	5
10. Sauna	1	2	3	4	5
11. Judo- und Judo-Club	1	2	3	4	5
12. Judo-Club	1	2	3	4	5
13. Judo-Club, Ober	1	2	3	4	5
14. Judo	1	2	3	4	5
15. Gasföhrerfahrten	1	2	3	4	5
16. Fahrschule	1	2	3	4	5
17. Spielplätze	1	2	3	4	5
18. Freizeit- und Kulturzentrum	1	2	3	4	5
19. Volkshochschule und andere Bil- dungsrichtungen	1	2	3	4	5
20. Diskotheken, Tanzkale	1	2	3	4	5
21. Gelegenheiten zur Wassersport Rudern, Segeln	1	2	3	4	5
22. Konzerte	1	2	3	4	5
23. Tanzclubs	1	2	3	4	5
24. Altersheimpunkte	1	2	3	4	5
25. Wandernach- zentrum	1	2	3	4	5
26. Fitness-Center	1	2	3	4	5
27. Trimm-Dich-Anlage	1	2	3	4	5
28. Fußballplatz	1	2	3	4	5
29. Fußballstadion	1	2	3	4	5
30. Sportplatz allger.	1	2	3	4	5
31. Vereine allger.	1	2	3	4	5
32. politische Parteien	1	2	3	4	5
33. Kegel- und Bowlingbahn	1	2	3	4	5
34. Billard	1	2	3	4	5

	sehr oft	oft	manchmal	selten	nie
35. Öffentliche Bücherei	1	2	3	4	5
36. Spielballen	1	2	3	4	5
37. Wachtels, Cataretz	1	2	3	4	5
38. Schlierenrichtale	1	2	3	4	5
39. Zoologische Gärten	1	2	3	4	5
40. Ausflugslokale, Ausstellungen	1	2	3	4	5
41. Golf	1	2	3	4	5
42. Wälder	1	2	3	4	5

7a) Welche der in der letzten Frage genannten Freizeiteinrichtungen ist für Sie die wichtigste, die zweitwichtigste und die drittwichtigste?

Verwenden Sie bitte die Kennziffern, die vor den einzelnen Freizeiteinrichtungen angegeben sind.

Die wichtigste Freizeiteinrichtung für mich ist:

Die zweitwichtigste Freizeiteinrichtung für mich ist:

Die drittwichtigste Freizeiteinrichtung für mich ist:

Nr.

Nr.

Nr.

7b) In welcher Zeit erreichen Sie diese Freizeiteinrichtungen (durchschnittlich in Minuten)?

Min.

Min.

Min.

7c) Und wie erreichen Sie diese Freizeiteinrichtungen gewöhnlich?

zu Fuß	1
Auto	2
Fahrrad	3
öffentl. Verkehrsm.	4
sonstige	5

zu Fuß	1
Auto	2
Fahrrad	3
öffentl. Verkehrsm.	4
sonstige	5

zu Fuß	1
Auto	2
Fahrrad	3
öffentl. Verkehrsm.	4
sonstige	5

8.) Wir haben hier eine Reihe von Tätigkeiten aufgeführt, die man in der Freizeit ausüben kann.

Bitte geben Sie an, welche dieser Tätigkeiten Ihrer Meinung nach als Freizeitbetätigung

- sehr sinnvoll
- sinnvoll
- weniger sinnvoll
- nicht sinnvoll

sind. Geben Sie Ihr Urteil bitte für jede der angegebenen Tätigkeiten ab.

	sehr sinnvoll	sinnvoll	weniger sinnvoll	nicht sinnvoll
Fasten oder Wachen				
an politischen Veranstaltungen teilnehmen				
Freunde und Bekannte besuchen oder zu sich selbst einladen				
(allgemeinkundliche) Vorträge besuchen				
Skat spielen				
sich mit Kollegen über berufliche Probleme unterhalten				
Theater/Konzerte besuchen				
bei anderen kleinere Reparaturen usw. gegen Bezahlung durchführen				
zu Hause essen oder trinken				
sexuelle Betätigung				
flippern (an Spielautomaten spielen)				
nach Feierabend einem zweiten Beruf nachgehen				
Groschenhefte lesen				
Fernsehen				
an beruflichen Umschulungslehrgängen teilnehmen				
bei Sportveranstaltungen zuschauen				
Reparaturen am eigenen Wagen oder Haus durchführen.				

	sehr sinn- voll	sinn- voll	weniger sinn- voll	nicht sinn- voll
lernen				
in wirtschaften oder Restaurants gehen				
(aktiv) Sport treiben				
ausruhen				
kirchliche Veranstaltungen besuchen				
Ausflüge				
tanzen				
sich bader (Körperpflege)				
sich mit Kindern be- schäftigen				
spazieren gehen				
Bücher lesen				
einkaufen				
sich mit Familienangehöri- gen unterhalten				
Zeitung lesen				
Kinder besuchen				
schlafen				
sich mit Nachbarn unter- halten				
Veranstaltungen von Berufsorganisationen besuchen				
Stadtbummel				
Gartenarbeit				
Wandern				

9.) Wozu sollte Ihrer Meinung nach die Freizeit auf jeden Fall ver-
wendet werden, und wozu sollte sie eigentlich nicht verwendet
werden? Beurteilen Sie bitte jede Aussage!

	auf jeden Fall	eigent- lich nicht
um sich körperlich und geistig zu entspannen	1	2
um neue Erfahrungen und Eindrücke zu sammeln	1	2
um sich schöpferisch zu betätigen	1	2
um sich beruflich fortzubilden oder umzuschulen	1	2
um eine bessere Allgemeinbildung zu erwerben	1	2

10.) Wie verbringen Sie einmal an Ihre freie Zeit an Wochentagen, am Samstag
 und am Sonntag; denken: Wie oft verbringen Sie wo Ihre freie
 Zeit

<u>während der Woche</u>	immer	meistens	seltener
zu Hause	1	2	3
außerhalb des Hauses	1	2	3

<u>am Samstag</u>	immer	meistens	seltener
zu Hause	1	2	3
außerhalb des Hauses	1	2	3

<u>am Sonntag</u>	immer	meistens	seltener
zu Hause	1	2	3
außerhalb des Hauses	1	2	3

11.) Mit wem verbringen Sie am liebsten Ihre freie Zeit?

- | | | | |
|---------------------|--------------------------|--|-------------------------------------|
| mit Bekannten | <input type="checkbox"/> | mit Gleichaltrigen | <input type="checkbox"/> |
| mit Freunden | <input type="checkbox"/> | mit Jüngeren | <input type="checkbox"/> |
| mit der Familie | <input type="checkbox"/> | mit Älteren | <input checked="" type="checkbox"/> |
| mit Verwandten | <input type="checkbox"/> | mit Menschen, die mir ein
Vorbild sind | <input type="checkbox"/> |
| mit Arbeitskollegen | <input type="checkbox"/> | mit Menschen, denen ich
ein Vorbild bin | <input type="checkbox"/> |
| alleine | <input type="checkbox"/> | | |

Und mit wem macht es Ihnen den geringsten Spaß Ihre Freizeit zu verbringen?

mit Bekannten	<input type="checkbox"/>	mit Gleichaltrigen	<input type="checkbox"/>
mit Freunden	<input type="checkbox"/>	mit Jüngeren	<input type="checkbox"/>
mit der Familie	<input type="checkbox"/>	mit Älteren	<input type="checkbox"/>
mit Verwandten	<input type="checkbox"/>	mit Menschen, die mir ein Vorbild sind	<input type="checkbox"/>
mit Arbeitskollegen	<input type="checkbox"/>	mit Menschen, denen ich ein Vorbild bin	<input type="checkbox"/>
alleine	<input type="checkbox"/>		

sonstige: _____

12.) Haben Sie einen Bekanntenkreis (Freundschaftsgruppe), in dem Sie regelmäßig Ihre Freizeit verbringen?

ja	1
nein	0

wenn nein:

Würden Sie gerne einem solchen Bekanntenkreis angehören?

ja	1
nein	2
ist mir egal	2

Wenn ja:

Wenn Sie sich in Ihrem Bekanntenkreis darüber unterhalten, was man in der Freizeit gemeinsam unternehmen soll, wie verlaufen solche Unterhaltungen dann meistens?

Kreuzen Sie bitte das an, was für Sie zutrifft!

die anderen übernehmen immer meine Vorschläge	
die anderen übernehmen häufig meine Vorschläge	
alle Vorschläge finden gleichzeitige Beachtung	
ich schicke mich häufig den Vorschlägen anderer an	
ich schicke mich immer den Vorschlägen anderer an	
ich beteilige mich fast nie an solchen Unterhaltungen	

13.) Im folgenden sehen Sie eine Liste von möglichen Beschäftigungsarten, die man in seiner freien Zeit machen kann.

Kreuzen Sie bitte bei jeder Beschäftigung an, wie oft Sie dieser Beschäftigung in Ihrer Freizeit nachgehen.

	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
Fernsehen	1	2	3	4	5
Radio hören	1	2	3	4	5
Schreibblätter führen	1	2	3	4	5
Zeitungen, Zeitschriften lesen	1	2	3	4	5
ins Kino gehen	1	2	3	4	5
Bücher lesen	1	2	3	4	5
Besuch von Oper, Museum, Konzert, Vorträgen	1	2	3	4	5
Beschäftigung mit Familie, Kinder, Partner	1	2	3	4	5
Rezepte machen oder aufpassen	1	2	3	4	5
zum Baden ausgehen	1	2	3	4	5
tanzen gehen	1	2	3	4	5
Besuch von Gaststätten, Cafés	1	2	3	4	5
Gartenarbeit	1	2	3	4	5
Besuch von Sportveranstaltungen	1	2	3	4	5
Hobby (Sammeln, Malen, Basteln, Fotografieren, Handarbeit)	1	2	3	4	5
Kartenspiele/Schach	1	2	3	4	5
Gedächtnisspiele, Kreuzworträtsel	1	2	3	4	5
Sonstige Spiele	1	2	3	4	5
Ausruhen	1	2	3	4	5
Spazieren gehen	1	2	3	4	5
Schaufensterbummel	1	2	3	4	5
Spazierfahrten mit dem Auto	1	2	3	4	5
Wandern	1	2	3	4	5
Berufliche Weiterbildung	1	2	3	4	5
Teilnahme an sozialen und politischen Veranstaltungen, Parteien	1	2	3	4	5
Teilnahme an Vereinen und sonstigen Organisationen	1	2	3	4	5

14a) Haben Sie genügend Freizeit?

1	Ja
2	Nein
3	Weiss ich nicht

14b) Kreuzen Sie bitte an, welche der folgenden Aussagen auf Sie zutrifft (zutreffen)?

Ich möchte mehr freie Zeit in der Woche	<input type="checkbox"/>
Ich möchte mehr freie Zeit am Samstag	<input type="checkbox"/>
Ich möchte mehr freie Zeit am Sonntag	<input type="checkbox"/>
Ich möchte mehr Ferien-, bzw. Urlaubszeit	<input type="checkbox"/>
Es ist mir gleichgültig, wieviel freie Zeit ich habe	<input type="checkbox"/>
wenn ich zuviel freie Zeit habe, langweile ich mich	<input type="checkbox"/>

15.) Wie gut fühlen Sie sich über die bestehenden Freizeitmöglichkeiten und Freizeiteinrichtungen informiert?

- Ich fühle mich sehr gut informiert
- Ich fühle mich genügend informiert
- Ich fühle mich nicht ausreichend informiert
- Ich fühle mich garnicht informiert
- Ich weiß selbst, was ich in meiner Freizeit mache und brauche keine Information

Welche Möglichkeiten sehen Sie, sich über Freizeitmöglichkeiten zu informieren?

Wenn Sie wissen wollen, welche Möglichkeiten wir Ihnen vorschlagen, sehen Sie bitte am Schluß des Fragebogens nach!
Seite 36 Nr. 1.

16.) Hätten Sie Interesse, sich an der Planung von Freizeiteinrichtungen zu beteiligen?

JA



In welcher Form würden Sie sich beteiligen?

NEIN



Warum nicht?

17.) Stellen Sie sich einmal vor, Sie könnten sich mit jemandem über Freizeit unterhalten, Welche der folgenden Personengruppen würden Sie als Gesprächspartner auswählen? Sie haben mehrere Antwortmöglichkeiten!

- | | | | |
|--------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Filmstars | <input type="checkbox"/> | Freunde | <input type="checkbox"/> |
| Sportler | <input type="checkbox"/> | Bekannte | <input type="checkbox"/> |
| Mediziner | <input type="checkbox"/> | Verwandte | <input type="checkbox"/> |
| Psychologen | <input type="checkbox"/> | Nachbarn | <input type="checkbox"/> |
| Theologen | <input type="checkbox"/> | eher junge Menschen | <input type="checkbox"/> |
| Künstler | <input type="checkbox"/> | eher alte Menschen | <input type="checkbox"/> |
| Politiker | <input type="checkbox"/> | Alter spielt keine Rolle | <input type="checkbox"/> |
| Journalisten | <input type="checkbox"/> | | |
| Soziologen | <input type="checkbox"/> | | |
| Stadtplaner | <input type="checkbox"/> | | |

Sonstige: _____

18.) Empfinden Sie so etwas wie Langeweile in Ihrer Freizeit?

- ja, sehr oft
- ja, oft
- ja, manchmal
- ja, aber selten
- nein, nie

19a) In wie starkem Maße fühlen Sie sich in Ihrer Freizeit ausgefüllt?

- Ich fühle mich nie ausgefüllt
- Ich fühle mich oft nicht ausgefüllt
- Ich fühle mich ausgefüllt
- Ich weiß nicht

Überlegen Sie mal zusammen mit Freunden und Bekannten, woran das liegen könnte. Andere könnten die gleichen Schwierigkeiten haben. Im Gespräch lassen sich solche Probleme am leichtesten lösen.

19b) Macht es Ihnen Freude, was Sie in Ihrer Freizeit tun?

ja, immer	1
ja, oft	2
ja, meistens	3
ja, aber selten	4
nein, macht mir keine Freude	5



Könnten Sie das bitte begründen!

19c) Können Sie ganz alleine darüber bestimmen, was Sie in Ihrer freien Zeit tun?

ja, immer	1
ja, oft	2
ja, meistens	3
ja, aber selten	4
nein, nie	5

Könnten Sie das bitte begründen?

19d) Mit wem verabreden Sie meistens, was Sie tun?

20.) Schätzen Sie mal: Wieviel Jahre seines Lebens verbringt der deutsche Bundesbürger vor dem Fernsehapparat?

bis 1/2 Jahr	1
1/2 bis 2 Jahre	2
2 bis 4 Jahre	3
4 bis 7 Jahre	4
7 bis 10 Jahre	5
10 bis 12 Jahre	6

Die Lösung finden Sie am Schluß. Entscheiden Sie sich bitte vorher für eine der angegebenen Möglichkeiten. Seite 36 Nr. 2.

21.) Überlegen Sie einmal, was Sie tun würden, wenn für einige Monate alle deutschen Fernsehanstalten streiken würden?

Wenn Ihnen innerhalb von 3 Minuten fünfzehn Möglichkeiten einfallen, die Ihnen auch Spaß machen würden, brauchen Sie sich um Ihre Freizeit nicht so viele Sorgen zu machen wie andere.

- | | |
|----------|-----------|
| 1. _____ | 9. _____ |
| 2. _____ | 10. _____ |
| 3. _____ | 11. _____ |
| 4. _____ | 12. _____ |
| 5. _____ | 13. _____ |
| 6. _____ | 14. _____ |
| 7. _____ | 15. _____ |
| 8. _____ | |

Fragen Sie jetzt mal in Ihrer Familie nach, was denen einfällt.

22.) Wie sieht es bei Ihnen mit Gymnastik oder Sport aus? Treiben Sie regelmäßig Gymnastik oder Sport?

ja, ich treibe regelmäßig einige Minuten Gymnastik oder Sport

ja, ich treibe manchmal einige Minuten Gymnastik oder Sport

nein, ich treibe kaum Gymnastik oder Sport

nein, ich treibe so gut wie nie Gymnastik oder Sport

Wußten Sie eigentlich schon, daß nur 5 Minuten intensive Gymnastik oder Sport an jedem Tag ausreichen, damit Sie Ihr Herz und Ihren Kreislauf genügend trainieren. Täglich einmal richtig Schwitzen durch körperliche Bewegung ist besonders wichtig.

23a) Wie beurteilen Sie Ihren Schlaf?

trifft zu

trifft nicht zu

Ich schlafe meistens gut ein und durch

	trifft zu	trifft nicht zu
Ich schlafe gut ein, aber nicht durch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich schlafe meistens schlecht ein, aber durch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich schlafe meistens schlecht ein, und nicht durch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich muß meistens Tabletten nehmen, um gut einzuschlafen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich schlafe trotz Tabletten schlecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23b) Wieviel Stunden schlafen Sie durchschnittlich?

unter 5 Stunden	<input type="checkbox"/>
bis unter 6 Stunden	<input type="checkbox"/>
bis unter 7 Stunden	<input type="checkbox"/>
bis unter 8 Stunden	<input type="checkbox"/>
bis unter 9 Stunden	<input type="checkbox"/>
bis unter 10 Stunden	<input type="checkbox"/>
10 Stunden und länger	<input type="checkbox"/>

Jeder Mensch hat ein unterschiedliches Schlafbedürfnis. Bei Erwachsenen in der Regel 7-8 Stunden. Aber auch, wenn Sie 6 Stunden fest schlafen und morgens frisch sind, kann das für Sie genügen.

23c) Gibt es Belastungen in Ihrer Umwelt, die Ihr Wohlbefinden besonders beeinträchtigen? Kreuzen Sie bitte nur zwei Möglichkeiten an!

Lärm	<input type="checkbox"/>
Schlechte Luft	<input type="checkbox"/>
Situation in der Familie	<input type="checkbox"/>
Situation am Arbeitsplatz	<input type="checkbox"/>

Heiß, seelische Anspannung

Überfüllte Straßen

sonstige Belastungen: _____

Die nächste Grünfläche ist sicher zu Fuß zu erreichen. Damit entgehen Sie für einige Zeit den Umweltbelastungen, denen Sie sonst ausgesetzt sind.

24.) Inwieweit treffen die folgenden Begriffe auf Ihre freie Zeit zu? Geben Sie auch hier Ihr Urteil für jeden der angegebenen Begriffe!

	trifft genau auf mich zu	trifft manch- mal auf mich zu	trifft meist nicht auf mich zu	trifft nie auf mich zu
Abenteuer	1	2	3	4
Information	1	2	3	4
Einfluss	1	2	3	4
Selbstverwirklichung	1	2	3	4
Geselligkeit	1	2	3	4
Phantasie	1	2	3	4
Unterhaltung	1	2	3	4
Interesse	1	2	3	4
Hilfsam	1	2	3	4
Langeweile	1	2	3	4
Aktivität	1	2	3	4
Passivität	1	2	3	4
Gesundheit	1	2	3	4
Freiheit	1	2	3	4
Eindruck machen	1	2	3	4
Zwang	1	2	3	4
Individualist bzw. Einzelgänger	1	2	3	4
Spaß	1	2	3	4

25a) Haben Sie Kinder?

Ja
 Nein

→ Wie verhalten sich Ihre Kinder gewöhnlich beim Spielen?

- | | | | | |
|----------------------------|---|------|--------------------------------------|----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 2 | Eher lebhaft | oder | eher gelangweilt | <input type="checkbox"/> 1 |
| <input type="checkbox"/> 1 | Braucht viel Spielzeug | oder | kann auch mit wenigen Dingen spielen | <input type="checkbox"/> 2 |
| <input type="checkbox"/> 1 | Spielt nur für sich alleine | oder | spielt viel mit anderen | <input type="checkbox"/> 2 |
| <input type="checkbox"/> 2 | Kann sich länger mit etwas beschäftigen | oder | hat nach kurzer Zeit keine Lust mehr | <input type="checkbox"/> 1 |
| <input type="checkbox"/> 1 | Tut das, was andere vor-machen | oder | erfindet oft eigene Spiele | <input type="checkbox"/> 2 |

Wenn Sie geantwortet haben, sehen Sie bitte auf Seite 36 nach.

25b) Wie oft spielen Sie mit Ihren Kindern?

- sehr oft
- oft
- manchmal
- selten
- nie

Sollten Sie manchmal, selten oder nie angekreuzt haben, dann

- machen Sie die Spiele Ihrer Kinder nach!
- erfinden Sie neue Spiele!
- kehren Sie mal die Spielregeln alter Spiele um!

Sie glauben garnicht, wieviel Spaß das macht, Ihnen selbst und Ihren Kindern.

Setzen Sie sich mit Ihren Kindern, Freunden und Bekannten zusammen und erfinden Sie ein neues Spiel.

Schicken Sie uns dieses Spiel mit dem Fragebogen zu.

Das beste Spiel wird prämiert!

Die folgenden Fragen sind nur von Berufstätigen auszufüllen.

Alle anderen bitten wir bei Frage 39 weiter zu machen.

Wenn Sie berufstätig sind:

26.) Welches Maß an Selbständigkeit steckt in Ihrer Arbeit?

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| sehr selbständig | <input type="checkbox"/> |
| selbständig | <input type="checkbox"/> |
| unselbständig | <input type="checkbox"/> |
| sehr unselbständig | <input type="checkbox"/> |

27.) Wie verhält sich Ihr Vorgesetzter Ihnen gegenüber? Verhält er sich Ihnen gegenüber autoritär oder behandelt er Sie kollegial?

- | | |
|----------------|--------------------------|
| sehr autoritär | <input type="checkbox"/> |
| autoritär | <input type="checkbox"/> |
| kollegial | <input type="checkbox"/> |
| sehr kollegial | <input type="checkbox"/> |

28.) Wie beurteilen Sie den Umgang mit Ihrem Vorgesetzten? Ist er im großen und ganzen gesehen eher ein freundlicher oder ein unfreundlicher Mensch?

- sehr freundlich
- freundlich
- unfreundlich
- sehr unfreundlich

29.) Wie interessant finden Sie Ihre berufliche Tätigkeit?

- sehr interessant
- interessant
- es geht
- uninteressant
- sehr uninteressant

30.) Bietet Ihnen Ihre Arbeit genug Abwechslung oder ist sie eher eintönig?

- sehr abwechslungsreich
- abwechslungsreich
- mittelmäßig
- eintönig
- sehr eintönig

31.) Wie anspruchsvoll ist Ihre Meinung nach Ihre berufliche Tätigkeit?

- sehr anspruchsvoll
- anspruchsvoll
- mittelmäßig
- anspruchlos
- sehr anspruchslos

32a) Glauben Sie, daß Ihre berufliche Tätigkeit gute Chancen für Ihr Fortkommen bietet?

- sehr chancenreich
- chancenreich
- es geht
- chancenlos
- sehr chancenlos

32b) Als wie erfolgreich sehen Sie persönlich Ihre Arbeit?

- sehr erfolgreich
- erfolgreich
- mittelmäßig
- erfolglos
- sehr erfolglos

33a) Wie ist Ihre berufliche Betätigung am besten beschrieben?

- ich arbeite meistens alleine
- ich arbeite meistens mit anderen zusammen, habe aber keinen eigenen Aufgabenbereich
- ich arbeite meistens mit anderen zusammen an einer Aufgabe (Teamarbeit)

33b) Fragen Sie bei Ihrer beruflichen Betätigung Ihre Arbeitskollegen um Rat?

- häufig
- manchmal
- selten
- nie

33.) Werden Sie bei Ihrer beruflichen Betätigung von Ihren Arbeitskollegen um Rat gefragt?


- häufig
- manchmal
- selten
- nie

34.) Wenn Sie an Ihre Kollegen am Arbeitsplatz denken: wie kommen Sie im großen und ganzen mit ihnen zurecht?

ich komme im großen und ganzen <u>sehr gut</u> mit meinen Kollegen zurecht	<input type="checkbox"/>
ich komme im großen und ganzen <u>gut</u> mit meinen Kollegen zurecht	<input type="checkbox"/>
ich habe <u>manchmal</u> Schwierigkeiten im Umgang mit meinen Kollegen	<input type="checkbox"/>
ich habe <u>oft</u> Schwierigkeiten im Umgang mit meinen Kollegen	<input type="checkbox"/>
ich komme mit meinen Kollegen <u>überhaupt nicht</u> zurecht	<input type="checkbox"/>
ich kümmere mich nicht um meine Kollegen	<input type="checkbox"/>

35.) Wie stark empfinden Sie die Belastungen durch Ihre Arbeit?

- 1 **sehr stark**
 - 2 **stark**
 - 3 **mittelmäßig**
 - 4 **gering**
 - 5 **gar nicht**
- | |
|--|
| |
| |
| |
| |

Sie gehören zu dem Teil der Bevölkerung, die sich  starken Belastungen am Arbeitsplatz ausgesetzt fühlt. Immerhin sind das fast 80 % aller Arbeitnehmer. Umso wichtiger wird es für Sie, sich Gedanken über eine gesunde und entspannende Freizeit zu machen.

Schreiben Sie mal alle Verbesserungsvorschläge auf, die Ihnen gerade jetzt einfallen:

36.) Sie finden auf dieser Seite verschiedene Gesichtspunkte über berufliche Tätigkeiten, die für den einen wichtig, für den anderen unwichtig sind. Wir bitten Sie, Ihre persönliche Meinung in die entsprechenden Kästchen unter Verwendung der Ziffern 1 bis 4 einzutragen.

Dabei bedeuten:

- 1 = sehr wichtig
- 2 = ziemlich wichtig
- 3 = weniger wichtig
- 4 = unwichtig

Eine berufliche Tätigkeit, die man längere Zeit gerne auszuüben bereit ist, sollte vor allem sicherstellen, daß.....

man eine gezielte Fernstudien einbringen kann	
gute künstlerische Fähigkeiten vorhanden sind	
man als Mensch anerkannt wird	
die persönliche Leistung anerkannt wird	
man im Alter gut versorgt ist	
man schon früh ziemlich viel Geld verdienen kann	
die Arbeit prinzipiell zufriedenstellend ist	
man zu ehrgeizigem Arbeiten angefordert wird	
nicht ständig neue Probleme gelöst werden müssen	
die Arbeit abwechslungsreich ist	
man nicht für alles Mögliche verantwortlich ist	
man selbst Verantwortung übernehmen kann	
die Tätigkeit gesellschaftliches Ansehen verleiht	
Kollegen und Vorgesetzte die persönliche Leistung anerkennen	
man gute Allgemeinbildung erwerben und anwenden kann	
man wertvolle Spezialkenntnisse erwerben und anwenden kann	

37.) Welche der folgenden Ansichten treffen für Ihre berufliche Tätigkeit zu?

Für meine berufliche Tätigkeit gilt, daß.....	trifft zu	trifft nicht zu
man eine festgelegte Berufsposition erhalten kann.		
die Aufstiegsmöglichkeiten gut sind		
man als Mensch anerkannt wird		
die persönliche Leistung anerkannt wird		
man im Alter gut versorgt ist		
man schon früh ziemlich viel Geld verdienen kann		
man eine persönlich befriedigende Arbeit finden kann		
man zu besonderen Arbeiten angefordert ist		
man nicht selten neue Probleme lösen kann		
man nicht für alles Mögliche verantwortlich ist		
man selbst Verantwortung übernehmen kann die Tätigkeit gesellschaftliches Ansehen verleiht		
Kollegen und Vorgesetzte die persönliche Leistung anerkennen		
man gute Allgemeinbildung erwerben und anwenden kann		
man wertvolle Spezialkenntnisse erwerben und anwenden kann		

38a) Wieviel Stunden beträgt im Durchschnitt Ihre wöchentliche Arbeitszeit (einschließlich Überstunden)

- bis 20 Stunden
- über 20 bis 30 Stunden
- über 30 bis 40 Stunden
- über 40 bis 50 Stunden
- über 50 Stunden u.mehr

38.) Wieviel Zeit verwenden Sie täglich für den Weg zur Arbeits-
stelle und von der Arbeitsstelle?

- unter 10 Minuten
- 10 Minuten bis unter 20 Minuten
- 20 Minuten bis unter 40 Minuten
- 40 Minuten bis unter 1 Stunde
- 1 Stunde bis unter 1 1/2 Stunden
- 1 1/2 Stunden bis 2 Stunden
- 2 Stunden und mehr

38c) Wie erreichen Sie normalerweise Ihren Arbeitsplatz?

- zu Fuß
- mit dem eigenen PKW
- werde mit dem PKW von Bekannten
abgeholt
- mit dem Fahrrad
- mit der Straßenbahn, Omnibus
- mit der Bundesbahn
- Moped, Motorrad, Mofa

39.) Wieviel Stunden freier Zeit stehen Ihnen so im Durchschnitt
an einem normalen Werktag (Montag bis Freitag) zur Ver-
fügung?

- bis 2 Stunden
- 2-4 Stunden
- 5-6 Stunden
- 7-8 Stunden
- 8-10 Stunden
- über 10 Stunden
- gar keine freie Zeit

40.) Über wieviel Stunden an freier Zeit verfügen Sie im Durchschnitt an einem Samstag?

- bis 4 Stunden
- 5-8 Stunden
- 9-12 Stunden
- über 12 Stunden

41.) Und wieviel Stunden an freier Zeit haben Sie im Durchschnitt an einem Sonntag?

- bis 4 Stunden
- 5-8 Stunden
- 9-12 Stunden
- über 12 Stunden

42.) Falls Sie am Wochenende arbeiten, wieviel Stunden arbeiten Sie durchschnittlich

.... am Samstag? _____ Stunden

.... am Sonntag? _____ Stunden

Gesamt: _____ Stunden

43.) Wir haben im folgenden eine Reihe von Aussagen über die Beziehung von Freizeit und Sexualität. Beurteilen Sie bitte jede Aussage danach, ob sie für Sie zutrifft oder ob Sie sie ablehnen!

	trifft zu	lehne ich ab
Sexualität ist eine Sache, die jeden einzelnen nur persönlich angeht		
Sexualität hat mit Freizeit gar nichts zu tun		
Es sollte mehr Freizeitmöglichkeiten geben, derart, daß man intime Beziehungen leichter knüpfen kann		
In seiner Freizeit sollte jeder machen können, wozu er Lust hat. Dabei spielt auch die Sexualität eine Rolle		
Sexualität spielt in der Freizeit eine wichtige Rolle		
Intime Beziehungen muß man genauso als Freizeitbeschäftigung betrachten wie Sport treiben, Ausruhen u.ä.		

44.) Wohnweise

a) Wie wohnen Sie?

- 1 im Einfamilienhaus
- 2 in einer Etagenwohnung im Hochhaus
- 3 in einer Etagenwohnung im Mehrfamilienhaus
- 4 im 1-Zimmer-Appartement,

b) Wohnen Sie dort als.....

- 1 Untermieter
- 2 Hauptmieter
- 3 Eigentümer

c) Wieviele Zimmer hat Ihre Wohnung (Ihr Haus) ausschließlich Küche, Bad, WC?

_____ Zimmer

d) Wieviel qm hat Ihre Wohnung ungefähr?

- | | | |
|---|----------------------|--------------------------|
| 1 | unter 20 qm | <input type="checkbox"/> |
| 2 | 20 bis unter 40 qm | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 40 bis unter 60 qm | <input type="checkbox"/> |
| 4 | 60 bis unter 80 qm | <input type="checkbox"/> |
| 5 | 80 bis unter 100 qm | <input type="checkbox"/> |
| 6 | 100 bis unter 150 qm | <input type="checkbox"/> |
| 7 | 150 qm und mehr | <input type="checkbox"/> |

e) Haben Sie zur Verfügung?

- | | | |
|----|--------------------------------|--------------------------|
| 1 | Diele | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Küche | <input type="checkbox"/> |
| 3 | getrennten Wohn- u. Schlafraum | <input type="checkbox"/> |
| 4 | Bad | <input type="checkbox"/> |
| 5 | getrenntes WC | <input type="checkbox"/> |
| 6 | Duschecke | <input type="checkbox"/> |
| 7 | Balkon, Loggia | <input type="checkbox"/> |
| 8 | Terrasse | <input type="checkbox"/> |
| 9 | Garten | <input type="checkbox"/> |
| 10 | Kellerräume | <input type="checkbox"/> |
| 11 | Hobbyraum | <input type="checkbox"/> |
| 12 | Garage | <input type="checkbox"/> |
| 13 | Sonstiges _____ | <input type="checkbox"/> |

f) Glauben Sie, dass jedes Familienmitglied ein eigenes Zimmer haben sollte?

Ja

Nein

Welche der folgenden Begründungen lehnen Sie am stärksten ab?

Warum halten Sie das für notwendig?

45.) Sie können mehrere Möglichkeiten ankreuzen!

1. damit man ungestört ist, damit man sich ab und zu mal zurückziehen kann
2. weil es modern ist
3. weil jeder seinen eigenen Bereich braucht
4. weil jeder mit seinen Problemen mit sich bleiben soll
5. damit weniger Streit unter den Familienmitgliedern entsteht
6. damit jeder Einzelne seinen eigenen Lebensstil nachgehen kann

Wenn Sie sich entschieden haben, sehen Sie am Schluß nach, was wir da vorschlagen. Seite 37 Nr. 4.

46.) Wie schätzen Sie Ihren eigenen allgemeinen Gesundheitszustand ein?

- Sehr gut, ich fühle mich körperlich und geistig fit
- Gut, ich fühle mich wohl
- mal so, mal so
- läßt zu wünschen übrig, ich fühle mich körperlich nicht auf der Höhe
- Sehr schlecht, ich bin krank

47a) Wieviel Zigaretten rauchen Sie pro Tag?

kein Tab. Konsum	1
1-10 Zigaretten täglich	2
11-20 Zigaretten täglich	3
21-30 Zigaretten täglich	4
mehr als 30 Zigaretten täglich	5
raucht nur Pfeife	6
raucht nur Zigarren	7
raucht sowohl Pfeife als auch Zigarren	8

47b) Rauchen Sie (Pfeife und/oder Zigarren)?

seltener, etwa 1-2 mal pro Monat	1
gelegentlich, etwa 1-3 mal pro Woche	2
häufiger (etwa jeden Tag 1 mal)	3
sehr häufiger (mehr als pro Tag)	4

48a) Sind Sie Leistungssportler oder trainieren Sie wie ein Leistungssportler?

ja	1
nein	2

48b) Was unternehmen Sie um Ihr gesundheitliches Wohlbefinden zu erhalten oder zu verbessern? Kreuzen Sie bei jeder Möglichkeit an, ob Sie das fast jeden Tag, ein- bis dreimal pro Woche oder seltener machen oder nie.

	fast jeden Tag	1-3 mal pro Woche	seltener	nie
Schwimmen	1	2	3	4
einen langen Spaziergang machen	1	2	3	4
einige Minuten Gymnastik	1	2	3	4
Fahrrad fahren	1	2	3	4
Tanzen gehen	1	2	3	4

	fast jeden Tag	1-2 mal pro Woche	gelegentlich	nie
zwischen durch einige Kniebeugen machen	1	2	3	4
Reinigungsarbeiten	1	2	3	4
im Garten arbeiten	1	2	3	4
Hausarbeiten, Besorgungen machen	1	2	3	4
Mit Kindern spielen	1	2	3	4
längere Fußwege zur Arbeit, zum Einkaufen zur Schule machen	1	2	3	4
sich auf irgendeine hier nicht erwähnte Art körperlich tüchtig anstrengen	1	2	3	4
Zur Arbeit gehen	1	2	3	4

49.) In welchem Maße nehmen Sie die aufgeführten Getränke zu sich. Bitte geben Sie jeweils den Durchschnittsverbrauch pro Woche an. Zu Ihrer Arbeitserleichterung haben wir die Mengenangaben mit Kennzahlen versehen, die Sie also nur noch zu übertragen brauchen.

Bier/ Misch-Mix-Getränke	
Fruchtsäfte/Limonaden/Cola	
Mineralwasser	
Wasser	
Wein	

Für die oben aufgeführten 5 Getränkearten verwenden Sie bitte diese Kennzahlen:

1	bis zu 1/2 l pro Woche
2	1/2 bis zu 1 l pro Woche
3	1 bis zu 2 l pro Woche
4	2 bis zu 5 l pro Woche
5	mehr als 5 l pro Woche
6	entfällt

Für die nachfolgenden Getränkearten verwenden Sie bitte die unten aufgeführten Kennzahlen:

Schnaps/Weinbrand/Whisky	
Liköre	

1	1-5 Schnapsflaschen pro Woche
2	6-10 Schnapsflaschen pro Woche
3	11-15 Schnapsflaschen pro Woche
4	16-20 Schnapsflaschen pro Woche
5	21-25 Schnapsflaschen pro Woche
6	26 und mehr Schnapsflaschen pro Woche
7	erklärt

50.) Beurteilen Sie bitte die nachfolgenden Aussagen danach, wie stark jede dieser Einstellungen zum Essen auf Sie zutrifft

	trifft zu	trifft manchmal zu	trifft meist nicht zu	trifft überhaupt nicht zu
gut essen	1	2	3	4
bequemlich essen	1	2	3	4
abwechslungsreich essen	1	2	3	4
essen, was einem Spaß macht	1	2	3	4
alles mal ausprobieren	1	2	3	4
viel essen	1	2	3	4
gesund essen	1	2	3	4
essen ist für mich Nebensache	1	2	3	4
kraftig, fett essen	1	2	3	4
leicht, fettarm, "Rohkostessen"	1	2	3	4
nicht zu viel und nicht zu wenig essen, in der richtigen "angemessenen" Zusammensetzung	1	2	3	4

51a) Passiert es Ihnen, daß Sie bei einer verhältnismäßig geringen Anstrengung (z.B. Treppensteigen, der Straßenbahn nachlaufen) außer Atem geraten?

- ja, das passiert mir sehr oft
- ja, das passiert mir oft
- ja, das passiert mir manchmal
- ja, aber das passiert mir selten
- nein, das passiert mir nie

Falls Sie eine der drei ersten Möglichkeiten ankreuzt haben: Tun Sie etwas dagegen, treiben Sie Sport, trainieren Sie Ihren Körper.

Wußten Sie eigentlich schon, daß ein großer Prozentsatz Krankheiten in unserer Gesellschaft auf eine ungesunde Lebensweise zurückzuführen sind?

Sie könnten also manches durch gesundes Verhalten vermeiden.

Und nun zum Abschluß noch einige Fragen zur Statistik:

1. Geschlecht

- männlich
- weiblich

2. Alter

- bis 21 Jahre
- über 21 bis 30 Jahre
- über 30 bis 40 Jahre
- über 40 bis 50 Jahre
- über 50 bis 65 Jahre
- über 65 Jahre

3. Ausbildungsstand

Volksschulabschluss	1	Facharbeiter (o. Arzchi.)	6
Lehre ohne Abschluss	2	Handwerksmeister	7
Lehre mit Abschluss	3	Gymnasius (o. Hochschul)	8
real- u. Mittelschule ohne Abschluss	4	Arbeiter	9
Mittlere Reife	5	Beamter	10
		Akademiker	11

4. In welche dieser Einkommensgruppe gehört Ihrer Meinung nach Ihr Haushalt, wenn Sie alle Verdienste der in Ihrem Haushalt lebenden Personen zusammennehmen? (monatlich netto)

- bis 400 DM
- über 400 bis 700 DM
- über 700 bis 1.000 DM
- über 1.000 bis 1.200 DM
- über 1.200 bis 1.600 DM
- über 1.600 bis 2.000 DM
- über 2.000 bis 2.500 DM
- über 2.500 bis 3.000 DM
- über 3.000 DM

5a. Beruf

Facharbeiter(in)	1	freiberufl./selbständig	6
Lehrling/Schüler/Student	2	Landwirt(in)	7
Arbeiter(in)	3	rentner/Pensionär(in)	8
Angestellte(r)	4	Hausfrau	9
Beamter u. Behördenangest.	5	ohne Beruf	10

5b. Wir möchten jetzt von Ihnen wissen, welcher der beschriebenen Personengruppe Sie sich zuordnen (nur eine Gruppe)!

Vorwiegend körperlich arbeitender Erwachsener z.B. Maurer, Zimmermann, Hausfrau, Verkäuferin

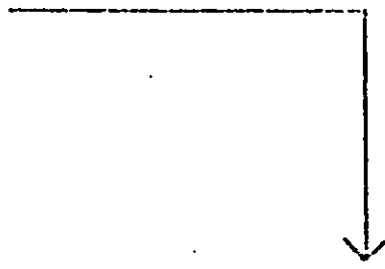
Vorwiegend geistig arbeitender Erwachsener mit nervlicher oder geistiger Anspannung und geringer körperlicher Bewegung, z.B. Busfahrer, Schreibtischlerufe, denen der tägliche Stress nicht fehlt

Erwachsene ohne körperliche und nervliche Anspannung z.B. Rentner, sitzende, ruhige Tätigkeit

Kinder und Heranwachsende zwischen 3-15 Jahren

6. Familienstand

- verheiratet
- ledig
- verwitwet
- geschieden



Seit wieviel Jahren?

7. Anzahl der Kinder

Kinder

8. Anzahl der Personen im Haushalt

Personen

Wohnort

Größe des Wohnortes

Nr. 1

Antwort zu Frage 15

Wußten Sie eigentlich schon, daß Sie über Telefon erfahren können, welche Freizeitmöglichkeiten Ihnen Ihre Stadt bzw. die nächstliegende Stadt bietet!

Cider:

Schließen Sie sich mit Bekannten und Freunden zusammen. Schreiben Sie mal an Ihren Stadtverordneten und verlangen Sie gute Informationen über Ihre Freizeitmöglichkeiten!

Nr. 2

Antwort zu Frage 20

Sollten Sie eine der Ziffern 1 bis 4 angekreuzt haben, dann unterschätzen Sie die "Fernsehwt" der Bundesbürger. Man hat nämlich ermittelt, daß er ca. 5-10 Jahre seines Lebens vor dem Fernsehapparat verbringt.

Rechnen Sie mal nach, wie das bei Ihnen aussieht!

Denken Sie mal darüber nach, ob das Ihrem Lebensideal entspricht und was man mit dieser Zeit alles machen kann.

Nr. 3

Antwort zu Frage 25 a

Wenn Sie mehrere "Zweier" angekreuzt haben, können Sie sich über das Spielverhalten Ihres Kindes freuen.

Wußten Sie, wie wichtig für ein späteres gesundes und ausgeglichenes Freizeitverhalten es ist, daß bereits im Kleinkindalter der Grundstein für ein richtiges Freizeitverhalten gelegt wird? Es kommt darauf an, beim Kind vielseitige Interessen zu wecken und ihm Möglichkeiten einer umfassenden Orientierung zu geben. Und das sollte durch die Eltern gemacht werden.

Nr. 4

Antwort zu Frage 45

Richtige Lösungen: 1, 3, 5, und 6

Sollten Sie Punkt 2 und/ oder 4 angekreuzt haben, überlegen Sie, warum das falsch ist.

Damit wäre der Fragebogen endgültig abgeschlossen.
Wir danken für Ihre Mühe und Ihr Interesse. .