

Znaczenie czasu wolnego w życiu ludzi starszych

Wstęp 4

Rozdział I

Znaczenie aktywności w czasie wolnym w życiu ludzi starszych

- 1.1. Czas wolny oraz jego funkcje6
- 1.2. Postawy życiowe osób starszych 10
- 1.3. Sposoby spędzania czasu wolnego przez osoby starsze.....14
- 1.4. Czas wolny ludzi starszych23

Rozdział II

Metodologia badań własnych

- 2.1. Cel i przedmiot badań 24
- 2.2. Problemy badawcze 26
- 2.3. Metoda, technika i narzędzie badawcze 28
- 2.4. Organizacja i teren badań 31
- 2.5. Charakterystyka próby badawczej 32

Rozdział III

Formy spędzania czasu wolnego przez ludzi starszych w świetle badań własnych.

- 3.1. Czas wolny w dyspozycji osób starszych i jego postrzeganie..... 39
- 3.2. Sposoby i formy spędzania czasu wolnego przez osoby w starszym wieku 42
- 3.3. Aktywność społeczna, kulturalna i intelektualna seniorów w czasie wolnym..... 47
- 3.4. Zakres poczucia samotności towarzyszącej osobom starszym

w czasie wolnym..... 50

3.5. Plany związane z zagospodarowaniem czasu wolnego na
przyszłość..... 58

Podsumowanie. Wnioski z badań 63

Literatura 67

Spis tabel i wykresów 70

Załączniki 72