

## **Zusammenfassung**

Von dem Phänomen ausgehend, daß Ältere ( $\geq 50$  Jahre) trotz allgemein hoher gesundheitsbezogener Wertschätzung von Bewegungs- und Sportaktivitäten (BSpA) sich an diesen in sehr unterschiedlicher Weise selbst aktiv beteiligen, wird die problemorientierte Fragestellung abgeleitet, worin diese Diskrepanz begründet ist und wie sie erklärt werden kann. Es wird die Annahme formuliert, daß komplexe – in Bedeutung und Wechselwirkung noch weitgehend ungeklärte – personale und umweltbezogene Prozesse, für die bisher noch kein theoretischer Ordnungsrahmen existiert, dafür verantwortlich sind, ob und wie BSpA in den subjektiven Gesundheitstheorien Älterer repräsentiert sind und ob, in welchem Maße, auf welche Art und Weise, wozu und warum Ältere bewegungs- und sportaktiv werden. Zur Bearbeitung der Problemstellung wird eine theoretische Rahmenkonzeption entwickelt, welche – auf konzeptionellen Überlegungen von Faltermaier (1994) fußend – ein eigenes heuristisches Modell begründet, das als theoretischer Ordnungsrahmen der umfassenden Sichtung, Einordnung und Auswertung relevanter Forschungsliteratur dient. Durch eine integrative Analyse, in die gleichermaßen quantitative und qualitative Befunde sowie gerontologische und gesundheitspsychologische Grundlagen einfließen, werden komplexe personale und umweltbezogene Prozesse – physische, psychophysische, psychische, psychosoziale, Lebensstil- sowie geschlechtsbezogene, biographische, soziale, ökologische und historisch-epochale – evident. Es zeigt sich, daß die faktische Situation des dominierenden *disengagement* von BSpA im Alternsprozeß primär umweltbezogene und erst sekundär personbezogene Ursachen hat. Externale Einflüsse erweisen sich bei der überwiegenden Mehrheit der Älteren in Bezug auf die Zuwendung zu und Ausübung von BSpA als entscheidende Voraussetzung und Basis für internale, BSpA-Verankerung fördernde Prozesse. Gesundheitspolitische Implikationen werden abgeleitet, die zur Forderung nach konzeptionellen Veränderungen im Gesundheitswesen veranlassen, welche BSpA in allen vier Säulen des Gesundheitssystems (Prävention, Kuration, Rehabilitation und Pflege) ein stärkeres Gewicht einräumen. Schließlich werden ein Fazit der integrativen Analyse sowie Konsequenzen als Empfehlungen für die empirische Forschung und geragogisch-programmbezogene Empfehlungen formuliert.

## **Abstract**

Starting from the phenomenon that the elderly (age  $\geq 50$  years), although highly appreciating physical activities and sports, participate in them quite differently, the objective is deduced to examine the reasons and explanations for this discrepancy. The assumption is made, that complex personal and environmental processes being fairly unexplained regarding their significance and interactions as well as lacking any existing theoretical framework are responsible for the representations of physical activities and sports in the subjective health-theories of the elderly meaning in particular whether, how and why the elderly engage in physical activities and sports. To work on the objective, a conceptual framework is developed which is based on conceptual considerations of Faltermaier (1994) creating an own heuristic model that serves as a theoretical framework for searching, structuring, and analysing relevant scientific literature. Applying an integrative analysis which comprises results of quantitative and qualitative research as well as gerontological and health-psychological basics, complex personal and environmental processes emerge: physical, psychophysical, psychological, psychosocial, lifestyle- and gender-related, biographical, social, ecological, and historical processes. It appears that the actual situation of prevailing disengagement from physical activities and sports in the aging process is primarily due to environmental reasons and only secondarily to personal ones. For the clear majority of the elderly external influences are the essential precondition and basis for internal, the maintenance of physical activities and sports supporting processes. Health-political implications are drawn demanding conceptual changes in the German health-system conceding physical activities and sports a greater significance in all four pillars of the health-system (prevention, cure, rehabilitation and care). Finally, the main results of the integrative analysis are summed up resulting in recommendations for empirical research and for the development of practical programmes for the elderly.