

Mihaly Csikszentmihalyi
Das flow-Erlebnis
Jenseits von Angst und Langeweile:
im Hin aufgehen

In deutscher Sprache herausgegeben
und mit einer Einführung von
Hans Aebli

Aus dem Amerikanischen
übersetzt von
Urs Aeschbacher

Klett-Cotta

Inhalt

Zur Einführung ...	7
Vorwort ...	11
1 Freude und intrinsische Motivation ...	19
2 Was macht Aktivitäten (be-)lohnend? ...	34
3 Die Struktur autotelischer Aktivitäten ...	46
4 Ein theoretisches Modell der Freude am Tun ...	58
5 Freude an Spielen: Schach ...	82
6 »Intensives Spiel« und das /Zow-Erlebnis beim Klettern im Fels ...	103
7 Messung des ./Zow-Erlebens beim Rock-Tanzen . . .	136
8 Freude an der Arbeit . . .	159
9 Auswirkungen des Entzuges von <i>flow</i> ...	181
10 Politik der Freude ...	203
Anhang ...	237
Literatur . . .	244
Stichwortregister ...	251