

DOMINEK DALMA LILLA PhD

*dominek.dalma.lilla@uni-nke.hu*

nevelésszociológus, docens

(Nemzeti Közszolgálati Egyetem, Társadalmi Kommunikáció Tanszék)

# Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív

The Dominek Learning Flow Questionnaire



## ABSTRACT

Flow or flow theory (Csíkszentmihályi 1975, 1990, 1993), describes an enjoyable experience during which a person fully concentrates on the task at hand. In order to achieve the Flow state, it is necessary to make it very clear what the task to be completed is, and to present clear goals related to the task. During the flow, the person is able to place themselves in a completely changed environment, exclude the outside world and concentrate only on the given task, which is why it can be said that flow is a combination of positive influence and increased concentration. According to Dewey (1913), flow is achieved by providing emotionally and cognitively engaging experiences, with the presence of playfulness and spontaneity, as well as corresponding seriousness and focus. Based on the theory of Dewey and Csíkszentmihályi, I examined whether the students experience the flow in the university class. This is based on the Flow-based pedagogical model (Dominek 2022) and the Dominek Learning Flow Questionnaire (Dominek 2023), with the help of which the learning flow can be measured. In the study, I present Dominek's Learning Flow Questionnaire and its valid results.

## KEYWORDS

learning flow, questionnaire, education, methodology, model

DOI 10.14232/belv.2023.3.10

<https://doi.org/10.14232/belv.2023.3.10>

Cikkre való hivatkozás / How to cite this article:

Dominek Dalma Lilla (2023): Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív. *Belvedere Meridionale* vol. 35. no. 3. pp 154–165.

ISSN 1419-0222 (print)

ISSN 2064-5929 (online, pdf)

(Creative Commons) Nevezd meg! – Így add tovább! 4.0 (CC BY-SA 4.0)

(Creative Commons) Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

www.belvedere-meridionale.hu

## ELMÉLET

Az áramlástelmélet szerint (CSÍKSZENTMIHÁLYI 1975, 1990, 1993) az áramlás közben a személy elveszíti öntudatát, továbbá George Herbertben Mead kifejezése szerint csak az „én” létezik, az „én” nélkül azonban aggódni kell (MEAD 1973). Az időérzék eltorzul, hogy illeszkedjen az élményhez, az órák pedig percek alatt telnek el. Amikor a tapasztalatnak a fenti dimenziói jelen vannak, az ember hajlandó megtenni azt, ami saját érdekében történik anélkül, hogy külső jutalmat várna érte. Tehát a költő élvezi az írás élményét, a lovász élvezi a ló hátán vágatását, vagy éppen az egyetemi oktató örömeit leli a tanításban és mindhárman folytatni fogják ezeket a dolgokat, mert élvezetesek, – még akkor is, ha a hírnév és a gazdagság jutalma nincs jelen.

Amikor a készségek és a kihívások egyensúlyban vannak, a cselekvés teljes mértékben lehetővé teszi az áramlat átélését. Például a képzett zongoraművész, aki előadja a kihívást jelentő darabját, magával ragadó kapcsolatba kerül a környezetével egyetemben. A meglévő készségek automatizmusa magabiztosságot nyújt, azonban ennek eléréséhez alapos odafigyelésre van szükség. Ez a teljes figyelem az áramlás, vagyis amikor az egyén az áramlás érzéseként éli meg önmagát és a környezetet, azaz a tevékenység folytatására irányuló motiváció belsővé válik. A flow azonban más leírás szerint a pozitív hatás és a fokozott koncentráció együttese. Egyes tevékenységek lehet, hogy pozitív hatást váltanak ki, de hamarosan komolytalannak fogják érezni, mert hiányzik belőlük a fókusz és a koncentráció igénye. Másrészt néhány tevékenység intenzív koncentrációt igényel, de hamarosan nyomasztónak és elidegenítőnek érzik, mert mentesek a kellemes érzésektől. DEWEY (1913) az előbbit nevezte „bolondozásnak” és az utóbbit „munkamunkának”. Ezzel szemben optimálisnak írta le, hogy a játékosság és a spontaneitás, valamint az ennek megfelelő komolyság és összpontosítás jelenlétével érzelmileg és kognitívan lebilincselő élmény érhető el, ami nem más, mint a flow.

Egyesek számára a munka fáradtság, mert komoly koncentrációt igényel, és nem kísérik pozitív érzelmek, míg a szabadidőben zajló bolondozás jó hangulatot teremt, de a fókusz hiánya miatt hosszan nem tartható fenn. Míg mások a munkát és a szabadidőt egyaránt élvezik, és valójában nem tudnak különbséget tenni a hozzájuk fűződő érzelmek között. azokat.

Dewey és Csíkszentmihályi elméletéből kiindulva azt vizsgáltam, hogy a tanórán elérhető-e a hallgatók körében a tanulási flow. Ennek alapjául szolgál a Flow alapú pedagógiai modell (DOMINEK 2022), mely alapján elkészítettem az általam tartott tanórákhoz tartozó tananyagokat, melyek a Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív segítségével mérhetővé váltak. A tanulási flow alatt az értem, hogy a tanórai élmény során a hallgatók izgalom-növelő folyamatokat élnek át, észlelik a kihívások és készségek illeszkedését, mely egy olyan tevékenység, amelyben kihívások vannak, és a készségek dominálnak. Így a kihívások és készségek szinkronja lehetővé teszi

a mély állapot érintettségét, míg a túlzott vagy alulizgatottság buktatói (azaz a szorongás, illetve az unalom) elkerülhetők.

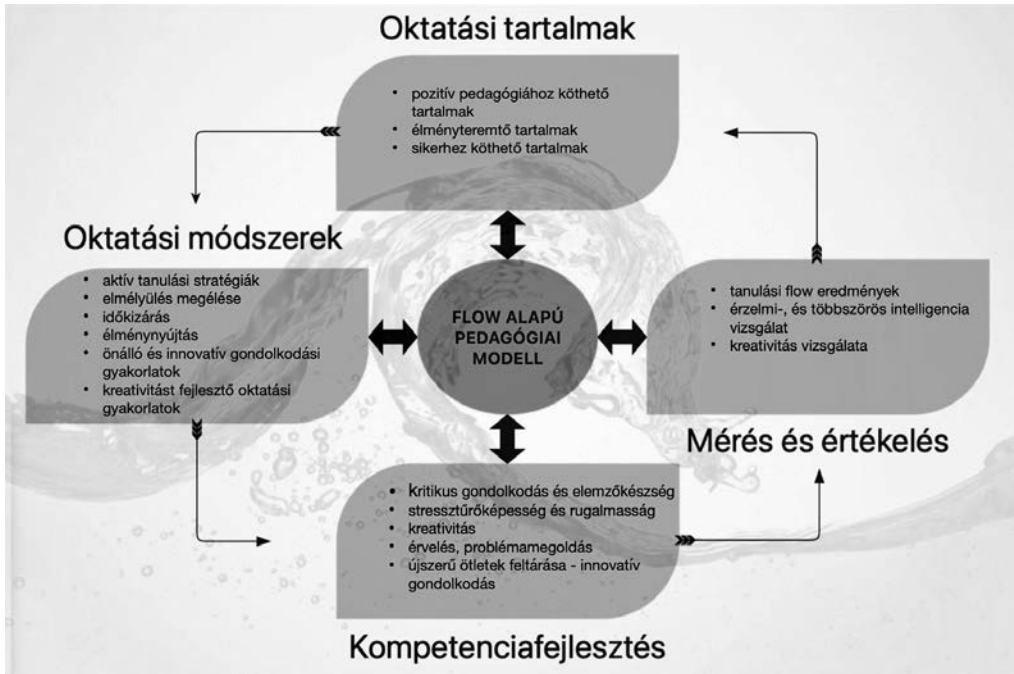
## **A FLOW ÉLMÉNY AZ OKTATÁSBAN**

A flow a hallgatók körében az érdeklődés fenntartásával, a folyamatos aktív bevonódással, valamint a csoportos és egyéni kreativitással hozható létre (DOMINEK 2021a), ezért nem hagyhatjuk figyelmen kívül az elméleti vonatkozások vizsgálatát sem. Az oktatásban a tanulásra fordított idő közvetlenül összefügg a motiváció kérdésével. Ez az állítás kombinálható a viselkedéstudomány behaviorista megközelítésével, melynek egyik eredménye a Maslow-féle motivációs piramis. A motiváció az áramlási csatornába való belépés egyik mozgatórugója is, ami az egyének viselkedésének és tevékenységének ösztönzését jelenti. Motivált állapotban könnyebben átlátjuk a célt, így a hallgatók lelkesebbé teszik saját feladataik elvégzését, vagy motivált hallgatókká válhatnak a felsőoktatásban (BARNUCZ 2020). Ám a cél elérésekor a motivált viselkedés leáll, vagyis a hallgató egy nagyobb feladat után megáll és megpihen, majd új célt helyez előtérbe új motivációval.

Csikszentmihályi Mihály szerint az „áramlatot” átélők annyira belemerülnek tevékenységükbe, hogy erőfeszítés nélkül, spontánna válnak, és a tevékenység a „tökéletes élmény” örömét nyújtja. Ezért nevezik ezt az élményt „áramlásnak” (CSIKSZENTMIHÁLYI 2001). Az emberek többsége a flow vagy az élmény elérését külső körülményektől várja, ezért azt gondoljuk, hogy céljaink is önmagunkból valósulnak meg. Ha kihívásokat keresünk, megtapasztalhatjuk a pillanatot. A flow – Csikszentmihályi szerint – csak akkor valósítható meg, ha az ilyen kihívások megtapasztalása új vágyakat generál. Az élményekre fókuszáló kutatások megállapították, hogy az elmekontroll elérésének sokféle módja van, de van egy közös probléma: átélhető a felfedezés öröme, ami növeli a tanulók teljesítőképességét, és ennek eredményeként egy összetettebb állapot érhető el. Csikszentmihályi szerint a flow akkor következik be, ha az oktató által kiadott feladat vagy más néven kihívás megfelelő nehézségű a hallgatóknak és olyan élményt nyújt számukra, amire nem is számítanak (DOMINEK 2020; DOMINEK 2021b).

Ahhoz azonban, hogy a Z generáció figyelme állandó legyen, fontos számukra, hogy a tanóra menetébe bevonásra kerüljenek, és olyan feladatokat kaphassanak, melyek az önálló gondolkodást és a kreativitást is előtérbe helyezi (Dominek 2021c; Jancsák *et.al.* 2023; Csástyu-Vámosi-Vámosiné 2023). Így jött létre a Flow alapú pedagógiai modell (Dominek 2022), melynek megalkotásánál a szerző többek között a hallgatók képességeinek fejlesztését, az ehhez szükséges módszereket és eredmények mérhetőségét írja le. A szakirodalom alapján tehát azt feltételezem, hogy azáltal, ha a tanórákon az élményalapú oktatásszemléletet helyezük előtérbe, akkor az oktatók képesek valódi élményt nyújtani, ezáltal a hallgatókat a flow csatornába juttatni. Ezen megállapításhoz azonban szükséges a Flow alapú pedagógiai modellt alkalmazni, melynek segítségével a hallgatók átélhetik a flowt és képesek másképp tekinteni utána a tanórára. A Flow alapú pedagógiai modellt több területen is alkalmaztam, elsőként a 2020-ban és 2021-ben végzett kutatások során (DOMINEK 2020, DOMINEK 2021b) a múzeumi oktatás területén, később pedig egyéb tanórai kutatásokhoz (DOMINEK 2023a, DOMINEK *et. al.* 2023b). Ezek alapján tehát egy kipróbált és

igazolt modellről van szó. Ahhoz, hogy a tanulási flow eredmények mérhetővé válhassanak, a szerző megalkotta a Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőívet, mely részletes bemutatására a tanulmány további részében kerül sor.



Flow alapú pedagógiai modell (Dominek 2022)

## DOMINEK-FÉLE TANULÁSI FLOW KÉRDŐÍV BEMUTATÁSA

A Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív (DTFK) kifejlesztése során áttekintettük a flow szakirodalmát, feltártuk a korábban használt mérőeszközöket, és az azokhoz kapcsolódó itembankokat. (WEBSTER – TREVINO - RYNA 1993; GHANI – DESHPAMDE 1994; NOVAK – HOFFMANN 1997; OLÁH 1999, 2005; CHEN 2006, MAGYARÓDI 2013). Az itembankok áttekintése után, illetve a duplikációk megszüntetését követően a Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív megalkotása következett, így született meg egy 16 ítemes, ötfokozatú Likert-skálás mérőeszköz (1: egyáltalán nem jellemző; 2: nem jellemző; 3: semleges; 4: jellemző; 5: nagyon jellemző).

## ELSŐ VIZSGÁLAT

A mérőeszköz tesztelésére empirikus vizsgálatot végeztünk a Nemzeti Közszolgálati Egyetem (továbbiakban: NKE) hallgatói számára tartott egyetemi tanórákon, melynek során összesen 44 fő hallgató töltötte ki a kérdőívet. Az itemszelekció során a faktorok leíró statisztikáját és megbízhatóságához pedig feltáró faktorelemzést végeztünk, ahol a skálák elkülönülésének

ellenőrzése volt a cél. A tételek két faktorba rendeződtek így egy 16 itemes, kétfaktoros modellhez jutottunk. A kérdőívet különböző típusú tanórák mérésénél alkalmaztuk (N=48), majd ismételt feltáró faktoranalízissel teszteltük a kérdőív struktúráját. Az adatok vizsgálatához SPSS statisztikai programot használtunk. A fentiek alapján a kérdőív vizsgálatánál feltáró faktorelemzéseket végeztünk annak érdekében, hogy kialakítsunk egy megbízható mérőeszközt a tanulási flow mérésére.

A tanulmány bemutatja a 16 itemes Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív (DTFK) skáláinak leíró statisztikáit és megbízhatósági mutatóit. Az eredmények azt jelzik, hogy a két faktor reliabilitásmutatói pszichometriai szempontból megfelelőek voltak („Egyensúly” skála: CraK–K = 0,878.; „Elmélyülés” skála: CraE = 0,764) (ld. 1. és 2. táblázat).

#### Reliability Statistics – Elmélyülés faktor

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,764	,711	8

1. táblázat

#### Reliability Statistics – Egyensúly faktor

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,878	,857	8

2. táblázat

A Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív két faktora között erős, szignifikáns együttjárás volt megfigyelhető ( $r = 0,786$ ,  $p < 0,001$ ) (3. táblázat).

#### Correlations

		ELM	EGY
Spearman's rho	ELM	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	,786**
		N	,000
EGY	ELM	Correlation Coefficient	44
		Sig. (2-tailed)	,786**
		N	,000
	EGY	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000
		N	44

3. táblázat\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

A két faktor esetében és összességében is elvégeztük a szükséges leíró statisztikai adatok bemutatását. Ezek alapján a mintában szereplő válaszadók átlagosan magasabb pontszámot értek

el az elmélyülés faktor esetében, mint az egyensúly faktornál, ugyanakkor az egyensúly faktor válaszaik eredményeztek magasabb szórásértéket. Ezen felül a kitöltők átlagosan 55,681 pontot értek el összesen. (ld. 4. tábla)

		Statistics		
		ELM	EGY	ÖSSZ
N	Valid	44	44	44
	Missing	4	4	4
Mean		25,8636	29,8182	55,6818
Median		30,0000	37,0000	68,0000
Mode		30,00	40,00	86,00
Std. Deviation		14,31472	16,64300	29,60812
Range		52,00	50,00	96,00
Minimum		,00	,00	,00
Maximum		52,00	50,00	96,00

4. táblázat

Az elvégzett megbízhatósági vizsgálatok rámutattak arra, hogy melyek azok a kérdések, amelyek eltávolításával javulhatnak a megbízhatósági mutatók. Az elmélyülés faktor esetében ez a 12. kérdés volt (5. táblázat), az egyensúly faktor esetében pedig a 11. kérdés (6. táblázat).

#### Item-Total Statistics – Elmélyülés faktor

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
4. Nagy érdeklődéssel voltam a tanóra iránt.	24,05	33,021	,790	,854	,668
12. <i>Anyira befeledkeztem a dolgaimba, hogy észre sem vettem, hogy a tanóra fele már eltelt.</i>	22,64	51,865	-,111	,362	,799
13. Teljesen kikapcsolódtam a tanórai feladatok során.	23,75	42,564	,370	,296	,754
15. A figyelmemet teljes mértékben lekötötte a kiadott feladat/ok.	23,11	47,917	,138	,314	,783

1. Rendszeresen néztem az órát, hogy vajon mennyi idő van még hátra a tanórából.	23,93	35,553	,666	,672	,697
2. Tudomást vettem a körülöttem zajló nem tanórához kapcsolódó dolgokról a tanóra alatt.	23,91	43,666	,260	,221	,775
3. Eszembe jutottak magánéleti vagy egyéb problémáim a tanóra során is.	24,05	36,696	,647	,709	,703
6. Unatkoztam a tanóra alatt.	24,05	33,068	,769	,844	,672

5. táblázat

## Item-Total Statistics – Egyensúly faktor

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
7. Előfordult, hogy egy nagyobb feladat elvégzése után örömet éreztem a tanórán.	22,00	49,767	,820	,759	,843
9. Úgy éreztem meg tudok felelni az órai követelményeknek.	22,20	47,376	,896	,871	,833
10. Megfelelő motivációval rendelkeztem az órai feladat/ok elvégzéséhez.	22,30	49,422	,842	,835	,840
16. Tisztában voltam a tanórai feladat/okkal.	22,45	47,230	,894	,864	,833
5. Könnyen kikönnentem a tanóra menetéből.	22,14	51,469	,689	,642	,858
8. Erőfeszítést igényelt a tanórai feladat/ok elvégzése.	22,30	56,073	,587	,446	,868

14. A feladat/okat nagyon nehéznek éreztem.	21,27	61,784	,302	,533	,893
11. Nem értettem a kiadott tanórai feladat/okat.	20,98	68,395	-,005	,493	,909

6. táblázat

## MÁSODIK VIZSGÁLAT

A magasabb megbízhatóság érdekében egy második mérést is végeztünk, ahol két kérdést (egy-egy kérdés faktoranként – ld. 5. és 6. táblázat) kivettünk a kérdőívől, így egy 14 ítemes kérdőívet kaptunk, melyből 8 pozitív, 6 negatív irányú kérdést tartalmazott az eredeti 16 ítemes 8 pozitív és 8 negatív irányú kérdésekkel szemben. A mérőeszköz tesztelésére ugyanúgy, mint az első körös tesztelésnél empirikus vizsgálatot végeztünk az egyetemi tanórákon NKE-s hallgatók körében (N=50), melynek során összesen 49 fő hallgató töltötte ki a 14 ítemes kérdőívet. Az adatokat SPSS statisztikai programmal mértük. A fentiek alapján a kérdőív vizsgálatánál ismét feltáró faktorelemzéseket végeztünk annak érdekében, hogy kialakítsunk egy megbízható mérőeszközt a tanulási flow mérésére.

Az eredmények azt mutatták, hogy a megbízhatóság gyengült a kérdésszám csökkentésével. Ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy a Chronbach alfa megbízhatósági mutatószáma érzékeny a kérdésszám csökkenésére, ami szintén indokoltabbá tette az eredeti mérőeszköz alkalmazását. Az eredmények azt jelzik, hogy a két faktor reliabilitásmutatói pszichometriai aspektusból csökkentek a 16 ítemeshez képest, bár így is megfelelőnek mondhatók. („Egyensúly” skála: CraK–K = 0,795.; „Elmélyülés” skála: CraE = 0,739) (ld.7. és 8. táblázat).

### Reliability Statistics – Elmélyülés faktor

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,795	,805	7

7. táblázat

### Reliability Statistics – Egyensúly faktor

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,737	,739	7

8. táblázat

Nem elhanyagolható szempont a faktorok közti korrelációs kapcsolat alakulása sem, ezen a téren pedig szintén csökkenés volt tapasztalható. Ezt az jelzi, hogy a 16 ítemes kérdőív esetében az első vizsgálat során 0,786-os értéket kaptunk, míg a második vizsgálat során a 14 ítemes kérdőív vonatkozásában már csak 0,673-os erősségű kapcsolat volt tapasztalható.



**Correlations**

			ELM	EGY
Spearman's rho	ELM	Correlation Coefficient	1,000	,673**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	40	40
	EGY	Correlation Coefficient	,673**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	40	40

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*9. táblázat*

A két faktor esetében és összességében is elvégeztük a szükséges leíró statisztikai adatok bemutatását. Ezek alapján a mintában szereplő válaszadók átlagosan magasabb pontszámot értek el az elmélyülés faktor esetében, mint az egyensúly faktornál, ugyanakkor az egyensúly faktor válaszai eredményeztek magasabb szórásértéket. Ezen felül a kitöltők átlagosan 74,0816 pontot értek el összesen. (ld. 10. tábla)

**Statistics**

		ELM	EGY	ÖSSZ
N	Valid	49	49	49
	Missing	1	1	1
Mean		35,6327	38,4490	74,0816
Median		34,0000	40,0000	72,0000
Mode		28,00	28,00 <sup>a</sup>	56,00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		11,92807	10,38641	20,12030
Range		46,00	44,00	80,00
Minimum		10,00	12,00	26,00
Maximum		56,00	56,00	106,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

*10. táblázat*

Az adatelemzés után megállapításra került, hogy a megbízhatóság a kérdésszám csökkentésével nem javult az elvártak szerint, ráadásul az egyensúly faktor esetében számottevő visszaesés is történt, így végezetül visszatértünk az eredeti, 16 ítemes mérőeszközhöz.

## TOVÁBBLÉPÉS

Mivel a 21. században a munkaerőpiacon megjelenő pozíciók ellátásához a kommunikációs kompetenciák fejlesztése elengedhetetlen, ezért ennek fejlesztése érdekében innovatív jó gyakorlatokra épülő kutatást valósítunk meg az NKE Államtudományi és Nemzetközi Tanulmányok Kar kommunikációt tanuló hallgatói körében. A kutatás célja a hallgatók aktuális szakmai kommunikációs szintjének felmérése és annak fejlesztése a kommunikációs órák keretében. Az általunk vizsgálni kívánt módszer továbbra is a Flow alapú pedagógiai modell (Dominek 2022) tanórai alkalmazása, mellyel célunk a hallgatók figyelmének megragadása, és ezáltal a tanóra menetébe történő bevonása, melyhez interaktív feladatok alkalmazásával a hallgatók problémamegoldó és kommunikációs képessége kiválóan fejleszthető, valamint az interaktivitásnak köszönhetően lehetőség van a hallgatói felfedezés tanórai megtapasztalására is. A kutatás megkezdődött a 2023/2024-es akadémiai évben, melynek a mérőeszköze az itt bemutatott Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív.

## KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Köszönettel tartozom Ceglédi Szabolcs kutatónak, elemzőnek a kérdőív adatainak SPSS-ben történő számításáért. Köszönöm az NKE Tudománystratégiai Osztály támogatását, továbbá az NKE kollégáinak, hogy a tesztelésben segítettek.

## IRODALOM

BARNUCZ Nóra (2022): Digitális pedagógia alkalmazásának lehetőségei a rendészeti szaknyelvi órán. *Magyar Rendészet* 22. évf. 2.sz. 183–196.

CHEN, HSIANG (2006): Flow on the net-detecting web users's positive affect and their flow states. *Computers in Human Behavior* 22. évf. 2. sz. 221–233

CSÁSTYU LILLA – VÁMOSI TAMÁS – VÁMOSINÉ ROVÓ GYÖNGYVÉR (2023): A munkaerőpiaci elvárások, a pályaeorientáció és a kreativitás összefüggései. *Új munkaügyi Szemle* 4. évf. 3. sz. 67–73.

CSÍKSZENTMIHÁLYI, MIHÁLY (1975): *Beyond Boredom and Anxiety. Experiencing flow in Work and Play*. San Francisco, Jossey-Bass Publishers

CSÍKSZENTMIHÁLYI, MIHÁLY (1990): Flow: The Psychology of Optimal Experience.” *Journal of Leisure Research* vol. 24. no. 1.sz. 93–94.

CSÍKSZENTMIHÁLYI, MIHÁLY (1993): Activity and Happiness. *Journal of Occupational Science* vol. 1. no. 1. 38–42.

CSÍKSZENTMIHÁLYI MIHÁLY (2001): *Flow - Az áramlat - A tökéletes élmény pszichológiája*. Budapest, Akadémiai Kiadó.

DEWEY, JOHN (1913): *Interest and effort in education*. New York: Houghton Mifflin

- DOMINEK DALMA LILLA (2023a): Kulturális intézményekben mért flow-élmény egyetemisták körében. *Kultúra és Közösség* 14. évf. 2.sz. 51–57.
- DOMINEK DALMA LILLA – BARNUCZ NÓRA – URICSKA ERNA – CHRISTIÁN LÁSZLÓ (2023b): Experiences of digital education from the perspective of students. Digital language learning and flow-based methods in teaching English for law enforcement. *Információs Társadalom* vol. 23. no. 2. 9–24.
- DOMINEK DALMA LILLA (2022): On a Flow-based pedagogical model The emergence of experience and creativity in education. *Eruditio – Educatio* vol. 17. no. 3. 72–82.
- DOMINEK DALMA LILLA (2020): *Flow, avagy játékos kommunikáció a múzeumokban*. Szeged, Szegedi Egyetemi Kiadó – Belvedere Meridionale,.
- DOMINEK DALMA LILLA (2021a): Creativity in higher education through the flow channel. *Belvedere Meridionale* 33 évf.,4. szám 5-12.
- DOMINEK DALMA LILLA (2021b): Élményalapú környezeti nevelés a természettudományi múzeumokban. Szegedi Egyetemi Kiadó - Belvedere Meridionale, Szeged.
- DOMINEK DALMA LILLA (2021c): A FLOW, mint a pozitív pszichológia jelenléte az oktatásban. *Eruditio – Educatio* 16. évf. 4. sz.72–82.
- GHANI, JAWAID. A. – DESHPANDE, STATISH P. (1994): Task characteristics and the experience of optimal flow in human-computer interaction. *The Journal of Psychology* vol. 128. no. 4. 381–391.
- JANCSÁK, CSABA [et.al.] (2023): History: Testis temporum, lux veritatis, vita memoriae. Research and development of history lessons that process video life story interviews. Results and theses. *Belvedere Meridionale* vol. 35. no. 1. pp. 171–186. DOI 10.14232/belv.2023.1.12.
- MAGYARÓDI Tímea [et.al.] (2013): Egy újonnan kidolgozott Flow Állapot Kérdőív kimunkálásának és pszichometriai jellemzőinek bemutatása. *Pszichológia* 33. évf. 1.sz. 15-36
- MEAD, GEORGE HERBERT (1973): *A pszichikum az én és a társadalom*. Budapest, Gondolat Kiadó
- NOVAK, THOMAS. P. – HOFFMANN, DONNA. L. (1997): *Measuring the Flow Experience Among Web Users*. Paper Presented at the Interval Research Corporation, Project 2000, Vanderbilt University.
- OLÁH ATTILA (1999): A tökéletes élmény megteremtését serkentő személyiségtényezők serdülőkorban. *Iskolakultúra* 9. évf. 6-7.sz. 15–27.
- OLÁH ATTILA (2005): *Az optimális élmény mérésének lehetőségei: Egy új szituáció-specifikus Flow Kérdőív tesztkönyve*. Budapest, HI PRESS.
- WEBSTER, JANE – TREVINO, LINDA KLEBE – RYAN, LISA (1993): The dimensionality and correlates of flow in human-computer interactions. *Computers in Human Behavior* vol. 4. no. 9. 411–426.

## 1. SZ. MELLÉKLET

### Dominek-féle Tanulási Flow Kérdőív (DTFK)

Tantárgy neve melyet értékel:

Értékelés éve és szemesztere:

Az alábbi állításoknál a tanóra során elvégzendő feladataira gondoljon. A skálán jelölje értelemszerűen, hogy milyen gyakran fordul elő Önnel a megadott állítás. Kérem, jelöljön meg egy megfelelő választ minden felsorolt elem számára:

*1 – Egyáltalán nem jellemző – 5- Nagyon jellemző*

1. Rendszeresen néztem az órát, hogy vajon mennyi idő van még hátra a tanórából. \* 1 2 3 4 5
2. Tudomást vettem a körülöttem zajló nem tanórához kapcsolódó dolgokról a tanóra alatt. \* 1 2 3 4 5
3. Eszembe jutottak magánéleti vagy egyéb problémáim a tanóra során is. \* 1 2 3 4 5
4. Nagy érdeklődéssel voltam a tanóra iránt. 1 2 3 4 5
5. Könnyen kizökkentem a tanóráról. \* 1 2 3 4 5
6. Unatkoztam a tanóra alatt. \* 1 2 3 4 5
7. Előfordult, hogy egy nagyobb feladat elvégzése után örömet éreztem a tanórán. 1 2 3 4 5
8. Erőfeszítést igényelt a tanórai feladat/ok elvégzése. \* 1 2 3 4 5
9. Úgy éreztem meg tudok felelni az órai követelményeknek. 1 2 3 4 5
10. Megfelelő motivációval rendelkeztem az órai feladat/ok elvégzéséhez. 1 2 3 4 5
11. Nem értettem a kiadott tanórai feladatokat. \* 1 2 3 4 5
12. Annyira belefeledkeztem a dolgaimba, hogy észre sem vettem, hogy a tanóra fele már eltelt. 1 2 3 4 5
13. Teljesen kikapcsolódtam a tanórai feladatok során. 1 2 3 4 5
14. A feladat/okat nagyon nehéznek éreztem. \* 1 2 3 4 5
15. A figyelmemet teljes mértékben lekötötte a kiadott feladat/ok. 1 2 3 4 5
16. Tisztában voltam a tanórai feladat/okkal. 1 2 3 4 5

\* fordított tétel