

## KULTURÁLIS INTÉZMÉNYEKBE MÉRT FLOW-ÉLMÉNY EGYETEMISTÁK KÖRÉBEN

DOI 10.35402/kek.2023.2.8

### Absztrakt

A kulturális intézmények nemcsak tudást, de élményeket is nyújthatnak a látogatóknak. De mégis hogyan és miként tudnak idomulni egy megváltozott és állandóan mozgásban lévő, közösségi média által uralt társadalomhoz, viszonyokhoz? Ezen kérdésre tud felelni az élménypedagógia és a flow-alapú pedagógiai modell (Dominek 2022a) megjelenése a kulturális intézményi környezetben. A tanulmány bemutatja, hogy a fenti modell alkalmazása nélkül milyen flow-hatást tudnak kiváltani a vizsgált kulturális intézmények a felsőoktatási hallgatók látogatásai során. Az eredmények bemutatását követően a modell alkalmazásának lehetőségeit tárom fel, mely segítséget nyújthat a magasabb flow-értékek elérésére.

### Abstract

Cultural institutions can offer visitors not only knowledge, but also experiences. But how and how can they adapt to a changed and constantly moving society dominated by social media? The emergence of experiential pedagogy and the flow-based pedagogical model (Dominek 2022a) in the cultural institutional environment can answer this question. The study shows what kind of flow effect the examined cultural institutions can have during the visits of higher education students without applying the above model. After presenting the results, I will explore the possibilities of applying the model, which can help to achieve higher flow values.

### Bevezetés

Az élménypedagógia feladata az élményeken, tapasztalati tanuláson keresztül való oktatás. Pedagógiai megközelítésében az élményközpontú tanulás a természetes emberi tanulási formák újrafelfedezését jelenti. Fontos, hogy nevelésünk eszköze maga a személyesen átélhető élmény legyen (Dominek 2021a). Földes Petra az

élménypedagógia pedagógiai megközelítésében az élmény- vagy tevékenységközpontú tanulás-szervezést úgy határozta meg, mint a természetes emberi tanulási formák újrafelfedezését és a szervezett iskolai keretekhez való adaptálását.<sup>1</sup> Véleményem szerint a kulturális szakembereknek (pl. múzeumpedagógusoknak) élmények átadásával kell oktatniuk, mert a múzeumi ismeretanyag sokkal jobban rögzül az élményeken keresztül, mint a passzív befogadás során. A „flow és kultúra” vizsgálatára szükség van, és ez elengedhetetlen ahhoz, hogy jobban megértsük a flow-t és annak az emberi tapasztalatra, motivációra és fejlődésre gyakorolt hatását. *„Csíkszentmihályi szerint a tehetség kibontakoztatásához három alapfeltétel szükséges: a tudás, a motiváció és a fegyelem. Lényeges tehát, hogy a gyerekek velük született képességei valóban kiemelkedőek legyenek, jó iskolákba járjanak, társadalmi, lelki és anyagi tekintetben is megfelelő családi hát térrel rendelkezzenek, de megfigyelései szerint a tehetséges gyerekből mindezeket túl leginkább úgy válhat sikeres felnőtt, ha szereti azt, amit csinál, vagyis bizonyos tevékenységek közben képes flow-állapotba kerülni, sőt elsősorban azért végzi ezeket a tevékenységeket, hogy flow-állapotba kerülhessen.”*<sup>2</sup>

Csíkszentmihályi szerint, akik gyakrabban tapasztalják meg a flow-t, nagyobb valószínűséggel mutattak magasabb önbecsülést és alacsonyabb szorongást, gyakrabban alkalmaztak aktív megküzdési stratégiákat, ritkábban alkalmaznak passzív megküzdési stratégiákat, mint kevésbé autotelikus társaik. Ezek alapján egy folyamatot tudunk leírni, melyben a látogató alkot, teremt, miközben egy újszerű, eredeti és egyben hasznosítható végeredmény jön létre. Ezt a célt szolgálják azok az innovatív eszközök, módszerek, eljárások, amelyek tanórán kívüli alkalmazásával, megfelelő pedagógiai módszertani felkészültséggel, kreativitással, rugalmassággal teljesítményjavulást, sikerélményt, magas fokú motivációt eredményeznek a látogatók

<sup>1</sup> Benedek András (szerk.) 2013 „Élménypedagógia” és tudásközvetítés” (Digitális pedagógia 2.0)

<sup>2</sup> Csíkszentmihályi et al. 2011–2. 81. o. In: <http://szepirodalmifigyelo.hu/pdf/2011/11-02-024-gervai-gokhan.pdf> letöltés dátuma: 2022. 12. 02.

körében. Fontos végezetül még megemlíteni az edutainment fogalmát is, mely az angol–amerikai pedagógiai irodalomban legáltalánosabban a tanulási céllal történő szórakoztatást jelenti, mely elsődlegesen arra törekszik, hogy az elsajátítandó ismeretanyagot a hallgatóság számára valamely ismerős szórakoztató formába (televíziós műsor, számítógépes és videojátékok, filmek, zene, weboldalak, multimédiás alkalmazások, szoftver stb.) ágyazottan közvetítsék. A fentiek hogyan jelenhetnek meg a kulturális intézményekben?

### Flow a kulturális intézményekben

A látogatóktól elvárható az állandó figyelem, az önálló gondolkodás és a kreativitás (Dominek 2021b.). Ha ezt kivetítjük a múzeumi világra, akkor Wickens tanulmányából a következőt vonhatjuk le: ha a múzeumban a tanulók mesét hallgatnak, tárgyakat néznek és tevékenységet végeznek, és ezt arra használják fel a múzeumpedagógusok, hogy a cselekményből és a karakterekből a múzeumban található autentikus tárgyakhoz és élményekhez jobban kapcsolódjanak a tanulók, már megjelenik az élmény (Wickens 2012). A „flow és kultúra” vizsgálatára szükség van, és ez elengedhetetlen ahhoz, hogy jobban megértsük a flow-t és annak az emberi tapasztalatra, motivációra és fejlődésre gyakorolt hatását.

A flow kulturális intézményekben történő vizsgálata a személyes életminőség javítási potenciálja miatt vált érdeklődési területté (Nakamura–Csíkszentmihályi 2002a, 2008). Számos tanulmány kimutatta, hogy a flow meg tapasztalása pozitívan kapcsolódik az elkötelezettséghez (Carli et al. 1988; Csíkszentmihályi et al. 1993; Nakamura 1988), az önbecsülés érzéséhez (Adlai–Gail 1994; Wells 1988), a pszichológiai rugalmassághoz (Schmidt 2003), valamint a beteljesülés és az étellel való elégedettség érzéséhez (Asakawa 2004; Bryce–Haworth 2002; Clarke–Haworth 1994; Han 1988; Ishimura–Kodama 2006; Peterson et al. 2005). A múzeumok elsődleges feladata a kulturális javak meghatározott anyagainak folyamatos gyűjtése, nyilvántartása, megőrzése és restaurálása, tudományos feldolgozása és publikálása, kiállításokon és más módon történő bemutatása (Dominek 2020) – a múzeum egy olyan hely, ahol az élménypedagógia elengedhetetlen pillére a múzeumi tanulásnak (Sommer 2011).

Véleményem szerint a kulturális intézmények élménypedagógiai oktatásmódszertanának kialakításához szükséges a flow-alapú pedagógiai modell alkalmazni, melynek segítségével a látogatók magasabb fokon élhetik át a flow-t, és képesek másképp tekinteni utána az intézményekre.

### A kutatás bemutatása

A kutatás célja annak vizsgálata, hogy felmérésre kerüljön a vizsgált kulturális intézmények saját módszertanuk által kialakított hallgatói látogatókra gyakorolt flow-hatása. A Nemzeti Közzolgálati Egyetem hallgatói szabadon választható óra keretében felvehették „A magyar kultúra felfedezése – Csontváry Program” elnevezésű kurzust, mely során 5 kulturális intézményt látogattak meg és vehettek részt az intézmény által meghirdetett programon. A kutatás arra terjedt ki, hogy az intézmények a tanórán kívül képesek-e a hallgatókat megfelelő, számukra kihívást jelentő feladat elé állítani, akiket ugyanakkor élvezettel töltött el a feladat megoldáshoz vezető folyamat. Ha ezt meg tudják teremteni a kulturális intézmények szakemberei, akkor a hallgatót a flow-csatornába lehet helyezni, így könnyebb a kreativitás fejlesztése is. Fontos, hogy a hallgatók átélhessék ezt az élményt, emiatt az intézményekben a flow-állapot kérdőívvel való visszamérése azt a célt szolgálja, hogy visszacsatolást kaphassunk arról, hogy képesek-e a kulturális intézmények előidézni a flow-állapotot.

A kutatás a 2021/2022-es tanév őszi és a 2021/2022-es tavaszi félévében zajlott. A programban a következő kulturális intézmények vettek részt:

1. Szépművészeti Múzeum vagy a Magyar Nemzeti Galéria,
2. Nemzeti Színház,
3. Magyar Állami Operaház,
4. Fővárosi Nagycirkusz,
5. Óbudai Danubia Zenekar.

A résztvevő intézmények az események előtt felkészítő, míg az események után „lecsengető” előadást tartottak a hallgatóknak, ahol bemutatták, előzetesen mit is kívánnak bemutatni a látogatóknak, illetve miről szól majd az előadás vagy tárlatvezetés, míg a lecsengetőn következtetéseket vonhattak le és kérdéseket tehettek fel a tantárgyat felvett diákok. Minden résztvevő intézmény egy-egy programján kellett megjeleníteniük a hallgatóknak az aláírás megszerzéséhez. A teljesítés egyik feltétele volt, hogy

minden egyes látogatást követő két napon belül ki kellett tölteniük a Flow Állapot Kérdőívet (továbbiakban: FÁK). A kérdőív során a kitöltők 20 állítással találkoztak, melynek során egy ötfokozatú Likert-skála segítségével kellett a válaszukat megadniuk. A 20 ítemes kérdéssor két faktor – vagy esetünkben mutatószám – szerint osztható fel. Az első faktor a *kihívás-készség egyensúlya* témához kapcsolódó jellemzőket méri, melyhez 11 változó tartozik, míg a második faktor az *egybeolvadás az élménnyel* összegző elnevezést viseli, ehhez pedig a maradék 9 változó tartozik. A két faktor mérőszámai úgy alakulnak, hogy mindegyikhez összesített pontszámokat rendelünk a hozzájuk tartozó itemek pontjaiból képezve (1–5), majd ezeket átlagoljuk faktoronként. Így az első faktor esetében a maximálisan elérhető átlagpont 55, míg a második faktornál pedig 45 (a második faktorhoz tartozó kérdések közül kettő, az 5. és a 18. fordított irányú, ezért a pontozás épp ellenkezőleg történik). A pontszámok mellett százalékot is számítunk a két mutatószámból, amely megmutatja, hogy az adott csoport tagjai mennyire kerülnek közel a flow-állapothoz. Természetesen a mutatószámok csak az általunk használt keretrendszeren belül értelmezhetők, hiszen a flow-állapot mérésére nincs egyetemesen elfogadott mérőeszköz, ahogy az is a kutatók személyes meglátásain múlik, hogy milyen átlagértéktől, milyen százalékos aránytól tekintik sikeresnek, elfogadhatónak a visszaérkező adatokat. Magyaródi és munkatársai (2013) szerint az áramlat-élmény két alaptényezője: a személy készségeinek és a helyzet által támasztott kihívásnak az egyensúlya, valamint az élménybe való belemerülés, az azzal való egybeolvadás. Jelen kutatásunkban az általuk kidolgozott 20 ítemes FÁK-ot alkalmaztuk.

A FÁK tehát az áramlatélmény alapidimenzióit méri. A kérdőív két faktorból áll: a *kihívás-készség egyensúly skálából*, amely a flow-zónába lépés alapvető feltételeire utal, illetve az *egybeolvadás az élménnyel skála*, mely a flow kíséreléseit foglalja össze. A skálák belső megbízhatósága megfelelő ( $\alpha_K-K = 0,92$ ;  $\alpha_E = 0,91$ ). A válaszadó a jelölt tevékenység során általában tapasztalt élményeiről számol be. A kérdőív jelen vizsgálatban a kulturális intézményben átélt élményre vonatkozik.

## Kutatási kérdések

Képesek-e a kulturális intézmények az általuk kialakított módszerek szerint élményt adni a látogatóknak?

Különbözik-e a flow-élmény az őszi és a tavaszi félév során?

A 2021/2022-es tanévben a kérdőívet kitöltők száma összesen  $N=560$ . Az eredményekből kiolvasható a validált FÁK szerint, hogy az őszi félévben a Fővárosi Nagycirkusz előadásán résztvevő hallgatók ( $N = 239$ ) jutottak a legmélyebben a flow-állapotba az előadás során. Az élménnyel való egybeolvadás az SPSS-programból kiolvasható adatok alapján 94% feletti, míg a kihívás-készség egyensúly értéke 90% feletti eredményt hozott.

A fentieket megerősítve a tavaszi félév során szintén a validált FÁK két faktora szerint a Fővárosi Nagycirkusz előadásán résztvevő hallgatók ( $N = 321$ ) jutottak a legmélyebben a flow-állapotba. A két faktor esetében az élménnyel való egybeolvadás faktor azonban itt alacsonyabb eredménnyel zárult az őszi félévhez viszonyítva, mert az SPSS-programból kiolvasható adatok alapján 88% feletti lett az őszi 94%-hoz képest. A kihívás-készség egyensúly értéke ebben a félévben is 90% feletti eredményt hozott, így megállapítható, hogy ez nem változott sem negatív, sem pozitív irányba. A többi intézmény elért %-os értékeit lásd az 1. és 2. számú táblázatokban.

Az 1. kutatási kérdésre, mely szerint „Képesek-e a kulturális intézmények az általuk kialakított módszerek szerint élményt adni a látogatóknak?”, a válasz: minden intézmény esetében az *egybeolvadás az élménnyel* faktornál kimutatható, hogy alacsonyabb %-os eredményt mutatott ki a kutatás, mint a *kihívás-készség egyensúly*. Ez azt jelenti, hogy az intézmények az élményátadásnál kevésbé teljesítenek jól. Kimondhatjuk, hogy a kulturális intézmények képesek arra, hogy a korcsoportok számára megfelelő szintű előadást, kiállítást nyújtson, az élményt is képes egy bizonyos szintig biztosítani, de ez fejlesztésre szorul. A kutatás folytatásaként a flow-alapú pedagógiai modell alapján kidolgozandó módszertani leírásra van szükség, és ezen látogatásokat a FÁK-kal újra mérni szükséges.

A 2. kutatási kérdésre, mely szerint „Különbözik-e a flow-élmény az őszi és a tavaszi félév során?”, a válasz a következő: az 1. és 2. számú táblázat alapján megállapítható, hogy a különbségek a kulturális intézmények tekintetében elenyészők. Ha megvizsgáljuk a táblázatokban hozott eredményeket, megállapítható, hogy mindegyik kulturális intézmény hasonló eredményeket produkált mind a két félév során. (lásd 1. és 2. számú táblázatot).

1. számú táblázat: 2021/2022-es őszi félév

Faktor	Százalék	Intézmény
Kihívás-készség egyensúly	94,07	Fővárosi Nagycirkusz
Egybeolvasás az élménnyel	90,64	Fővárosi Nagycirkusz
Kihívás-készség egyensúly	85,45	Szépművészeti Múzeum/ Magyar Nemzeti Galéria
Egybeolvasás az élménnyel	74,29	Szépművészeti Múzeum/ Magyar Nemzeti Galéria
Kihívás-készség egyensúly	86,2	Magyar Állami Operaház
Egybeolvasás az élménnyel	75,42	Magyar Állami Operaház
Kihívás-készség egyensúly	90,62	Nemzeti Színház
Egybeolvasás az élménnyel	84,67	Nemzeti Színház
Kihívás-készség egyensúly	90,15	Óbudai Danubia Zenekar
Egybeolvasás az élménnyel	80,07	Óbudai Danubia Zenekar

Forrás: saját szerkesztés

2. számú táblázat: 2021/2022-es tavaszi félév

Faktor	Százalék	Intézmény
Kihívás-készség egyensúly	92,72	Fővárosi Nagycirkusz
Egybeolvasás az élménnyel	88,42	Fővárosi Nagycirkusz
Kihívás-készség egyensúly	87,83	Óbudai Danubia Zenekar
Egybeolvasás az élménnyel	78,15	Óbudai Danubia Zenekar
Kihívás-készség egyensúly	88,78	Magyar Állami Operaház
Egybeolvasás az élménnyel	82,37	Magyar Állami Operaház
Kihívás-készség egyensúly	79,23	Nemzeti Színház
Egybeolvasás az élménnyel	69,93	Nemzeti Színház
Kihívás-készség egyensúly	87,01	Szépművészeti Múzeum/ Magyar Nemzeti Galéria
Egybeolvasás az élménnyel	78,53	Szépművészeti Múzeum/ Magyar Nemzeti Galéria

Forrás: saját szerkesztés

## Konklúzió

A kutatási eredmények alapján megállapítható, hogy a kulturális intézmények képesek a kihívásoknak megfelelő kiállítást, előadást tartani. Ami kiemelendő, az az élményfaktor eredménye, hiszen ezen faktor minél magasabb fokú hatása váltja ki a látogatókban az élvezetet, a látogatók örömeit. Ahhoz, hogy az élmény a látogatókban magasabb fokúvá váljon, szükséges élményekre kialakított módszertan szerint összeállítani és felépíteni a kulturális foglalkozásokat. Ahhoz, hogy ez elérhető legyen, leírásra került a flow-alapú pedagógiai modell, melynek alkalmazása akár a kulturális intézményekben képessé teheti a látogatók élményalapú oktatásba történő bevonását, ami azért is fontos, mert a kulturális szakembereknek lehetőséget teremt a soft skilleket fejleszteni, így többek közt a kreativitást, a kommunikációt, a konfliktuskezelést és az érzékenyítést. Ezen modell a köz- és felsőoktatásban, kulturális intézményekben, illetve minden olyan területen alkalmazható, ahol az élményt és kihívást oktatási módszertanon keresztül kívánja elérni az oktató.

A fentiek azért is fontos eredmények, mert a kreatív szemléletmód hasznossága, a különféle

problémamegoldó módszerek használata és a működőképes ötletek megalkotása, megvalósítása az egyik lényeges terület a kreativitás során. Ha nem ismerjük fel saját autonómiánkat és önkifejezési lehetőségeinket, akkor a kreativitásunk elveszett. Ha a kulturális intézmény képes felbreszteni a kíváncsiságot, akkor képessé válik a látogató átélni a kulturális világa adta élményt, és használni tudja a másként gondolkodás képességét, a kreativitását. A kognitív rugalmasság elérése a hallgatók körében egy innovatív lehetőség, mely segítségével a soft skillek fejleszthetők. Az úgynevezett flow-jelenség felhasználása és beépítése jelentheti a kulcsot az élmények fokozására. Ez a kurzus egyfajta innovatív, új módszertan megalapozását is feltételezi a jövőben. Ennek megfelelően ki kell dolgozni egy új tantervet, melyhez nagyfokú kreativitásra lesz szükség, hogy az adott tantárgyak, amelyek a felsőoktatási intézményen kívül tartanának, képesek legyenek a flow ismeretével és elsajátításával fejleszteni a kurzuson részt vevő hallgatókat. A flow-alapú pedagógiai modell használata a fentiekben nyújt segítséget, melynek tartalmát az alábbiakban mutatom be.

A flow-alapú pedagógiai modell (Dominek 2022a) egy innovatív oktatási modell, amely

1. ábra: Flow-alapú pedagógiai modell



Forrás: saját szerkesztés

segítséget nyújthat akár a felsőoktatási tanórak, akár a kulturális intézmények oktatási tartalmát megtervezni, oktatási módszereket alkalmazni, kompetenciákat fejleszteni és ezen folyamatot mérni-értékelni (1. ábra).<sup>3</sup>

A modell szerint a kulturális intézményeknek ajánlott a tudáshoz kapcsolódó leíratot – a múzeumi anyag tartalmi oldalából kiindulva pozitív megközelítéssel – kidolgozni, mely leírat nem lesz más, mint az élmény, az újdonság és az izgalom kiváltó alapja.

Ha ehhez a tartalmakat társítjuk, a figyelem és a motiváció elérhető, így ezek segítségével már a múzeumpedagógus képessé válik a kompetenciafejlesztésre. Ez akkor érhető el, ha a látogató biztonságérzete kialakul, és a cselekvésre készítés során a belülről fakadó felfedezés és élmény hatására bekapcsolódik interaktívan a múzeumi órán kialakított játékos közegbe. Egy modell akkor értékes véleményem szerint, ha lehetőséget biztosít a mérésre és értékelésre, emiatt a 1. ábra tartalmazza mindazon vizsgálati rendszereket, amelyekkel mérni képes a múzeumpedagógus a múzeumi órájának eredményességét a modell alkalmazása során.

Alkalmazásának területe: 2020 és 2021-ben végzett kutatásokban (Dominek 2020, Dominek 2021a) a múzeumi oktatás területén, illetve felsőoktatásban is (Dominek–Barnucz 2022b, Dominek–Barnucz–Uricska–Christián 2023) kipróbált és igazolt modellről van szó. A múzeumi oktatás alkalmazásánál megjelölt kutatások tárlatvezetéseket vizsgáltak élménycentrikus és hagyományos módszertanra alapozott szempontból a Természettudományi Múzeumban és a Magyar Nemzeti Galériában. Ezen vizsgálatok azért voltak fontosak, mert a múzeumok tanulási színterek is amellet, hogy az egyik legösszetettebb közgyűjtemények, amelyek nem más, mint közművelődési és tudományos intézmények (Dominek 2011, Dominek 2020).

A múzeumi élménypedagógia gerincét adó múzeumpedagógiai gyakorlatban vannak olyan módszerek, amelyek segítségével a múzeumi térben oktatási tevékenységet folytathatunk. A foglalkozáson résztvevők aktivitásán múlik a játék sikere. Az élményszerzés a múzeumpedagógiai foglalkozások egyik elsődleges megkülönböztető jegye. Az élmény hatására feloldódik a társaság, és a látogató a játékelmény során átélhet egy másfajta világot (Dominek 2011). A múzeumpedagógia a neveléstudomány sajátos területe, említhetjük az

élménypedagógia outdoor irányzatának is (Hahn 1987), abban az értelemben, hogy oktatási intézményen kívül zajlik az oktatás.

## Felhasznált irodalom

- Adlai-Gail, W. 1994 *Exploring the autotelic personality*. Unpublished doctoral dissertation, University of Chicago.
- Asakawa, K. 2004 Flow experience and autotelic personality in Japanese college students: How do they experience challenges in daily life? *Journal of Happiness Studies*, no. 5: 123–154.
- Benedek A. (szerk.) 2013 „Élménypedagógia” és tudásközvetítés” (Digitális pedagógia 2.0).
- Bryce, J., and Haworth, J. Wellbeing and flow in sample of male and female office workers. *Leisure Studies*, no. 21 (2022): 249–263.
- Carli, M., Delle Fave, A., and Massimini, F. 1988 The quality of experience in the flow channels: Comparison of Italian and US students. In M. Csíkszentmihályi and I. S. Csíkszentmihályi, eds. *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness*: 266–306. New York: Cambridge University Press.
- Clarke, S., and Haworth, J. 1994 ‘Flow’ experience in the daily lives of sixth-form college students. *The British Journal of Psychology*, no. 85: 511–523.
- Csíkszentmihályi, M., Rathunde, K., and Whalen, S. 1993 *Talented teenagers: The roots of success & failure*. New York: Cambridge University Press.
- Csíkszentmihályi, Mihály 2008 *Kreativitás. A flow és a felfedezés, avagy a találmányosság pszichológiája*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Csíkszentmihályi, Mihály 2012 A megszólított pszichológia. *Magyar Pszichológiai Szemle* 67. évf., 1. sz. 47–56.
- Dominek Dalma Lilla, Barnucz Nóra, Uricska Erna, Christián László 2023 Experiences of digital education from the perspective of students. Digital language learning and flow-based methods in teaching English for law enforcement. *Információs Társadalom*, megjelenés alatt.
- Dominek, Dalma Lilla 2022a On a Flow-based pedagogical model. The emergence of experience and creativity in education *Eruditio - Educatio* 17. évf., 3. sz. 72–82.

<sup>3</sup> Dominek Dalma Lilla saját modellje.

- Dominek Dalma Lilla, Barnucz Nóra 2022b The Educational Methodology of Flow at the University of Public Service. *Practice and theory in systems of education*, 17. évf., 1. sz. 1–7.
- Dominek, Dalma Lilla 2021a Élményalapú környezeti nevelés a természettudományi múzeumokban. Szegedi Egyetemi Kiadó – Belvedere Meridionale, Szeged.
- Dominek, Dalma Lilla 2021b A FLOW mint a pozitív pszichológia jelenléte az oktatásban. *Eruditio - Educatio*, 16. évf., 4. sz. 72–82.
- Dominek, Dalma Lilla 2021c Creativity in higher education through the flow channel. In: *Belvedere Meridionale* 33 évf., 4. sz. 5–12.
- Dominek, Dalma Lilla 2020 *Flow, avagy játékos kommunikáció a múzeumokban*. Szegedi Egyetemi Kiadó – Belvedere Meridionale, Szeged.
- Dominek, Dalma Lilla 2011 A Magyar- és a Bakonyi Természettudományi Múzeum. In: *Társadalmi nem és oktatás*. Szerk. Kéri Katalin, Pécs.
- Hahn, Kurt 1987 *Erinnerungen, Gedanken, Aufforderungen*. (mit wichtigen Beiträgen von Werner Esser, Erich E. Geißler, Hildegard Hamm-Brücher, Golo Mann). Hrsg. Jörg Ziegenspeck. Neubauer, Lüneburg.
- Han, S. 1988 The relationship between life satisfaction and flow in elderly Korean immigrants. In M. Csikszentmihalyi and I. S. Csikszentmihalyi, eds. *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness*: 138–149. New York: Cambridge University Press.
- Ishimura, I., and Kodama, M. 2006 Dimensions of flow experience in Japanese college students: Relation between flow experience and mental health. *Journal of Health Psychology*, no. 13: 23–34.
- Nakamura, J. 1988 Optimal experience and the uses of talent. In M. Csikszentmihalyi and I. S. Csikszentmihalyi, eds. *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness*: 319–326. New York: Cambridge University Press.
- Nakamura, J., and Csikszentmihályi, M. 2002a The concept of flow. In C. R. Snyder and S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (89–105). New York: Oxford University Press.
- Nakamura, J., and Csikszentmihályi, M. 2008 Flow theory and research. In C. R. Snyder and S. J. Lopez, eds. *Handbook of positive psychology* (2008: 2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N., and Seligman, M. E. P. 2005 Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, no. 6: 25–41.
- Schmidt, J. 2003 Correlates of reduced misconduct among adolescents facing adversity. *Journal of Youth and Adolescence*, no. 32: 439–452.
- Sommer, E. 2011 Introduction, *Journal of Museum Education*, no. 36:2, 129–135
- Wickens, K. Allison 2012 Museums and Community: The Benefits of Working Together. *Journal of Museum Education*, 37. évf., 1. sz. 91–100.
- Wells, A. J. 1988 Self-esteem and optimal experience. In M. Csikszentmihályi and I. S. Csikszentmihályi eds. *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness*: 327–341. New York, Cambridge University Press.