

## Échelle de flow en contexte éducatif v.2 (EduFlow-2)

Lisez attentivement chaque phrase et répondez, sur l'échelle située en face, en entourant un nombre correspondant le mieux à ce que vous pensez 1 = pas du tout d'accord à 7 = tout à fait d'accord.

pas du tout d'accord	très peu d'accord	un peu d'accord	Moyennement d'accord	Assez d'accord	Fortement d'accord	tout à fait d'accord
1	2	3	4	5	6	7

[strongly disagree] <-----> [totally agree]

En général, quand je suis dans une activité (formation en ligne, travail en classe ou devoirs à la maison...) à contextualiser en fonction de l'activité... [During a learning activity...]

01 D1a	Je me sens capable de faire face aux exigences élevées de la situation	1 2 3 4 5 6 7
02 D2a	Je suis totalement absorbé-e par ce que je fais	1 2 3 4 5 6 7
03 D3a	Je ne suis pas préoccupé-e par ce que les autres pourraient penser de moi	1 2 3 4 5 6 7
04 D4a	J'ai le sentiment de vivre un moment enthousiasmant	1 2 3 4 5 6 7
05 D1b	Je sens que je contrôle parfaitement mes actions	1 2 3 4 5 6 7
06 D2c	Je ne vois pas le temps passer	1 2 3 4 5 6 7
07 D3b	Je ne suis pas préoccupé-e par le jugement des autres	1 2 3 4 5 6 7
08 D4b	Cette activité me procure beaucoup de bien-être	1 2 3 4 5 6 7
09 D1c	A chaque étape, je sais ce que je dois faire	1 2 3 4 5 6 7
10 D2b	Je suis profondément concentré-e sur ce que je fais	1 2 3 4 5 6 7
11 D3c	Je ne suis pas inquiet-e de ce que les autres peuvent penser de moi	1 2 3 4 5 6 7
12 D4c	Quand j'évoque ces activités, je ressens une émotion que j'ai envie de partager	1 2 3 4 5 6 7

- FlowD1 : Contrôle cognitif/Cognitive control
- FlowD2 : Immersion et altération de la perception du temps/Immersion and Time transformation
- FlowD3 : Absence de préoccupation à propos du soi/Loss of self-consciousness
- FlowD4 : Expérience autotélique (Bien-être procuré par l'activité)/Autotelic experience (well-being provided by the activity)

Note : FlowD1+FlowD2+FlowD3 = Absorption cognitive/Cognitive absorption

**Merci d'utiliser cette référence pour citer l'échelle de flow en éducation v.2 (EduFlow-2)**

Heutte, J., Fenouillet, F., Martin-Krumm, C., Gute, G., Raes, A. Gute, D., Bachelet, R. & Csikszentmihalyi, M. (2021). Optimal Experience in Adult Learning: Conception and Validation of the Flow in Education Scale (EduFlow-2) *Frontiers in Psychology, section Educational Psychology, 12*, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.828027>

## Echelle de flow en éducation v.2 [*Flow in Education scale v.2*] (EduFlow-2)

FlowD1a	Je me sens capable de faire face aux exigences élevées de la situation. <i>[I trust my ability to meet the high demands of the situation.]</i>
FlowD1b	Je sens que je contrôle parfaitement mes actions. <i>[I feel completely in control of my actions.]</i>
FlowD1c	A chaque étape, je sais ce que je dois faire <i>[At each step, I know exactly what I have to do.]</i>
FlowD2a	Je suis totalement absorbé-e par ce que je fais. <i>[I am wholly absorbed in what I am doing.]</i>
FlowD2b	Je suis profondément concentré-e sur ce que je fais <i>[I am deeply focused on what I am doing.]</i>
FlowD2c	Je ne vois pas le temps passer. <i>[I am losing track of time.]</i>
FlowD3a	Je ne suis pas préoccupé-e par ce que les autres pourraient penser de moi. <i>[I don't care about what others may think of me.]</i>
FlowD3b	Je ne suis pas préoccupé-e par le jugement des autres. <i>[I am not concerned about the judgement of others.]</i>
FlowD3c	Je ne suis pas inquiet-e de ce que les autres peuvent penser de moi. <i>[I am not worried about what others might think of me.]</i>
FlowD4a	J'ai le sentiment de vivre un moment enthousiasmant. <i>[I have the feeling I am living a very exciting experience.]</i>
FlowD4b	Cette activité me procure beaucoup de bien-être. <i>[This activity brings me a sense of well-being.]</i>
FlowD4c	Quand j'évoque cette activité, je ressens une émotion que j'ai envie de partager. <i>[When I talk about this activity, I feel such a deep emotion that I want to share it.]</i>

- FlowD1 : Contrôle cognitif/Cognitive control
- FlowD2 : Immersion et altération de la perception du temps/Immersion and Time transformation
- FlowD3 : Absence de préoccupation à propos du soi/Loss of self-consciousness
- FlowD4 : Expérience autotélique (Bien-être procuré par l'activité)/Autotelic experience (well-being provided by the activity)

Note : FlowD1+FlowD2+FlowD3 = Absorption cognitive/Cognitive absorption

**Please use this reference to cite the *Flow in Education scale v.2* (EduFlow-2)**

Heutte, J., Fenouillet, F., Martin-Krumm, C., Gute, G., Raes, A. Gute, D., Bachelet, R. & Csikszentmihalyi, M. (2021). Optimal Experience in Adult Learning: Conception and Validation of the Flow in Education Scale (EduFlow-2) *Frontiers in Psychology, section Educational Psychology, 12, 1-12.*  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.828027>