

السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال

أ.م.د. لينا عجيل خداداد

جيهان نعمه محمود

الجامعة المستنصرية - كلية التربية الأساسية

lina.aqeel.76@uomustansiriyah.edu.iq

gihan.alkhafajy@gmail.com

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي التعرف على السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال وقد اعتمد البحث على المنهج الوصفي وكانت عينة البحث هي (400) معلمه من معلمات مديريات تربية بغداد /جانب الكرخ (كرخ الاولى_ كرخ الثانية_ كرخ الثالثة) ولغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثتان ببناء مقياس السيطرة العاطفية وبعد اطلاعهن على النظريات والدراسات السابقة الخاصة بموضوع البحث أذ تضمن مقياس السيطرة العاطفية بصيغته النهائية (35) فقرة وقد تحققت الباحثتان من الخصائص السيكو مترية للأداة ، تم التوصل الى النتائج الآتية:
أن معلمات رياض الاطفال يتمتعن بسيطرة عاطفية.
الكلمات المفتاحية: السيطرة العاطفية ، معلمات رياض الاطفال

مشكلة البحث Research Problem:

العاطفة هي القوة الأكثر حضوراً وضغطاً وأحياناً تسبب لنا الألم والحزن ،وبما أنها الاستجابة المحسوسة لموقف معين ،أذا هي تلعب دوراً رئيسياً في ردود أفعالنا ،ومما لا شك فيه فهي تملي علينا مشاعرنا وأفكارنا ونوايانا وأفعالنا مع وجود سلطة عليا على عقولنا ،أما اذا تصرفنا وفق مشاعرنا أو أنواع خاطئة من المشاعر فنحن غالباً نتخذ قرارات تؤثر علينا في وقت لاحق ،فبينما يمكن أن يكون للعواطف دوراً مفيداً في الحياة اليومية ،فإنها يمكن أن تؤثر سلباً على صحة العاطفة والعلاقات الشخصية عندما تخرج عن السيطرة (Ledoux,1995:209_235) فعند حدوث المشاعر السلبية كالغضب والحسد والتشاؤم بالإمكان أن تؤدي إلى فقدان السيطرة بالأخص بعد خروجها بشكل مباشر دون تريث (Horwitz,etal,1991:173_208). بما أن العاطفة مكونا هاما من مكونات الشخصية ،فالإفراد مزودون بمجموعه من العواطف الهامة مثل الغضب والخوف والقلق التي تكون في بدايتها بسيطة ثم تتدرج بالتعقيد لتصبح عواطف قوية بالإمكان السيطرة عليها بمعنى انه كلما ازداد الفرد في تلقي المعلومات وارتقى في عملية التعلم يصبح أكثر قدرة في كيفية التعامل والسيطرة على عواطفه (Goleman,1995:425) . فالصعوبة التي يواجهها الأفراد في كيفية تنظيم عواطفهم والسيطرة عليها له انعكاسات خطيرة في ظهور العديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية مثل العجز في كيفية مواجهة العواطف المختلفة وكيفية التعامل معها بما يتلاءم مع المواقف التي يتعرضون لها وقلة الرغبة في الاستمتاع بالحياة ،بالإضافة الى تعرض الفرد جسدية مختلفة مثل سرعة ضربات القلب وتوتر العضلات والتنفس السريع ،ولها تأثيرها أيضا من الناحية العقلية كفقدان التركيز أو الشعور بالقلق أو الذعر أو الإرهاق أو شعور الفرد بأنه لا يستطيع التحكم في أفكاره ،مما يولد لدى الأفراد ضعف في التفاعل أو التكيف مع المجتمع (Gross,1998:280) .
هل لدى معلمات رياض الاطفال سيطرة عاطفية؟

أهمية البحث : Research Importance :

تعد السيطرة العاطفية جزء مهم في حياتنا للحفاظ على الاستقرار في علاقاتنا وحياتنا الشخصية، ففي مرحلة ما من حياة كل شخص يمكن أن تخرج العواطف عن السيطرة ، سواء كان سببها جدال ، أو فشل مهني أو شخصي ، أو قلق بشأن أحد أفراد أسرته فيمكن أن تؤدي تلك المشاعر الى الندم على الأشياء التي قيلت وفعلت في خضم اللحظة .وليس حتى المشاعر السلبية هي التي لها القدرة على الإيذاء ، فالمشاعر الإيجابية مثل الاثارة والانتصار يمكن أن تكون سلبية في الحدث أو الموقف الخطأ ما لم يتم السيطرة على تلك المشاعر (Zerbe,2002:184-21) ، فالسيطرة العاطفية على الرغم من أنها تبدو وكأنها تقنية نفسية معقدة ، ألا أنها في الواقع عملية عقلية وسلوكية بسيطة يقوم بها الكثير من الأفراد بالفعل ، بوعي ودون وعي (Gross,1998:272) ويمكن لمهارات السيطرة العاطفية أن تعزز الرفاهية على المدى الطويل ، وتحسن الأداء في العمل وتثري العلاقات الشخصية، بل وتؤدي الى صحة عامة أفضل ، بالإضافة الى ذلك تساعد على حل المشكلات ، وتأكيد الذات وأعادة تقييم الموقف ، مما يجعل هذه المشاعر اقل احتمالية للتصعيد وتؤدي الى المواقف المؤسفة ، وبينما تختلف الحالة المزاجية من المشاعر ، تؤثر العواطف على الحالة المزاجية ، وهذا يعني أن السيطرة العاطفية يمكن أن تؤدي الى تحسين الحالة المزاجية وهو ما يمكن أن يزيد التعاطف (Gross,1993:970_986) يشير كالكنز (Calkins,2016) (أن القدرة على التحكم والسيطرة على المشاعر أمر بالغ الأهمية لتحقيق التفاعل والتكيف وبدون مهارات السيطرة العاطفية لا يمكن للأفراد من أقامه علاقات إيجابية مع زملاء العمل، ويشير أيضا الى أن الأشخاص الذين يفتقرون الى المهارات اللازمة للسيطرة على عواطفهم والتعامل معها يكونون أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب والمشكلات المهنية والصحية (Calkins:2016:321).

الأهمية النظرية:

1_ أهمية السيطرة العاطفية بوصفها مدى قدرة الفرد في إدارة عواطفه والتحكم فيها ، أو بشكل أكثر دقة ، ردود أفعال الفرد العاطفية ويتمثل ذلك بالالتزام بالهدوء عند التعامل مع المشكلات اليومية والتفاعل بالقدر المناسب من رد الفعل العاطفي في ضوء الموقف .
2_ أهمية معلمة رياض الاطفال بكونها مربية لطفل ما قبل المدرسة وتسهم بشكل فعال في تنمية شخصية الاطفال من كافة النواحي ، وتساعد في توجيه طاقات الاطفال وميولهم ووضع الانشطة المناسبة لهم.

الأهمية التطبيقية :

1_ البحث في أهمية السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال وستخرج الباحثة بنتائج هامة تخدم الدراسات اللاحقة .
2_ يسهم مقياس متغير السيطرة العاطفية في دعم الدراسات المستقبلية من خلال الاستفادة منها .

حدود البحث : Limitations of Research :

1_ الحدود العلمية :السيطرة العاطفية .
2_ الحدود البشرية :معلمات رياض الاطفال .
3_ الحدود المكانية :مديريات محافظة بغداد بجانب الكرخ (الكرخ الاولى _ الكرخ الثانية _ الكرخ الثالثة)
4- الحدود الزمانية :العام الدراسي (2022_2023) .

تحديد المصطلحات : Definition of terms

أولا : السيطرة العاطفية Emotional control

عرفها كل من:

1_ لازاروس وفو ليمان (Lazarus & Folkman, 1984) القدرة على ممارسة التأثير على العاطفة وتعديل المشاعر من خلال استخدام الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية (Lazarus & Folkman, 1984).

2_ كروس (Gross 1999) أحد جوانب تنظيم المشاعر والاستجابات العاطفية وتعد استراتيجية معرفية تعدل أو تغير من الاستجابات العاطفية ، وهي مجموعة من العمليات يحاول الفرد من خلالها التأثير في حجم ونوع العاطفة التي لديه ومحاولة التعبير عنها في تفاعله مع الناس من حوله لأحداث التأثير والسيطرة على الاستجابات العاطفية وتتضمن عدة مجالات (تعديل المشاعر أو الاستجابة ، تعديل الموقف ، اختيار الموقف ، النشر المتعمد ، التغيير المعرفي) (Gross, 1999: 551).

3_ زيمان (Zeman, 2006) القدرة على تحديد وتنظيم المشاعر والاستجابة بشكل مرن، وتشمل كلا من المشاعر الإيجابية والسلبية (Zeman, 2006: 155).

4_ ماير وآخرون (Mayer, et al, 2008) أحد أنواع تنظيم العواطف ، يشير الى محاولات الفرد لأدائه توليد أو تجربة أو التعبير عن عاطفة ما.

5_ كول (Kool, 2009) القدرة على الاستجابة لمتطلبات الخبرة المستمرة مع مجموعة من العواطف بطريقة مقبولة اجتماعيا ومرنه بدرجة كافية للسماح بردود فعل عفوية (Kool, 2009: 4_41).

6_ الدو ونولين (Aldao & Nolen, 2010) عمليات خارجية وجوهرية مسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية (Aldao & Nolen, 2010: 974).

التعريف النظري :

تبنت الباحثة تعريف كروس (Gross, 1999) للسيطرة العاطفية ، وذلك لاعتمادها نظريته أطارا نظريا لبحثها وفي بناء المقياس بوصفها نظرية واضحة وشاملة .

التعريف الاجرائي :

هي الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة عبر أجابته عن فقرات مقياس السيطرة العاطفية المعد لأغراض هذا البحث .

ثالثا/ معلمة رياض الاطفال: Kindergarten Teacher

أنها أحد أهم الكوادر التعليمية التي تمتاز بخصائص شخصية مؤثرة وفعالة في الاطفال تؤدي الى التفاعل معهم وهي من العوامل المهمة في تعليم وتقديم الخبرة للطفل اذ تساعد على التكيف مع المجتمع وتهيئته للتفاعل مع الضغوط والمتغيرات الخارجية للبيئة الى جانب دورها في اعداد وتهيئة الاطفال للالتحاق في النظام المدرسي القادم " (مردان وآخرون، 2004: 228-229).

الفصل الثاني

السيطرة العاطفية : Emotional control

مفهوم السيطرة العاطفية

تعد العاطفة حالة معقدة من الشعور الذي يؤدي الى تغييرات جسدية ونفسية تؤثر على الفكر والسلوك ، فهي ترتبط بمجموعة من الظواهر النفسية ، بما في ذلك تحديد الطباع والشخصيات والمحفزات والمزاج، متضمنة كلا من الاثارة الفسيولوجية والسلوكيات التعبيرية والخبرات والتجارب الواعية (Lazarus,1991:21_52). وتشير العواطف الى الحالات العقلية التي تتولد تلقائيا ، وبالإمكان ان تكون ايجابية او سلبية تؤدي الى أن تخضع العواطف للتحكم المعرفي ، لذا فان استراتيجيات تنظيم العاطفة تعتمد على تفاعل سمات الموقف وخصائص الشخصية للفرد الذي ينظم عواطفه . فتظهر لنا الابحاث النفسية بانه على الرغم من كون العاطفة وظيفية وتطورية قائمة على زيادة فرصنا في البقاء على قيد الحياة ، ألا أنه بالإمكان تنظيمها من اجل دعم الصحة النفسية للفرد ورفاهيته ، فتحقيق الهدف من التحكم بعواطفنا يمكن من التعامل بشكل افضل مع المتطلبات البيئية ، بحيث تكون المشاعر اشارات مهمة تبلغ عن الظروف الخارجية او الحالات الداخلية (Jarymowicz,2002:5_11). وتعرف نظريات علم النفس السيطرة العاطفية بطرق مختلفة ، فالعديد منهم يجادلون بان مظاهر العاطفة وتنظيمها تعد عمليات تفاعلية لا يمكن تمييزها ولا تحدث بطريقة متسلسلة، بل تظهر بالتوازي ولها نفس الوظائف ، وتجنب المواقف التي من المرجح ان تثير مشاعر معينة ، فان غالبية الباحثين يتفقون على أن توليد المشاعر والسيطرة عليها هما ظاهرتان منفصلتان (Larsen&Prizmis,1999:40_57).

النظريات التي تناولت السيطرة العاطفية

نظرية جيمس كروس (James Gross)

تناول كروس (Gross) بعناية الطريقة التي يخبر بها الفرد انفعالاته ، وكيف يسيطر عليها ويعبر عنها، حيث أشار الى قابلية الفرد لاستخدام استراتيجيات التأثير في مستويات الاستجابة الانفعالية المتعددة ، وأن نماذج السيطرة على الانفعالات تبحث في ديناميات قائمة على حلقات متداخلة من التغذية الراجعة ، والمتمثلة في كيفية تغيير المفاهيم في السلوك أو الوظيفة المعرفية، وذلك بغرض الحصول على أكبر مستوى من الرضا في الاستجابة الانفعالية ، واقترح كروس أن السيطرة العاطفية تحتوي على أحد مكونات الاستجابة الانفعالية كالخبرة الذاتية والاستجابات السلوكية والردود الفسيولوجية ، وبالتالي فإن زيادة مكونات الاستجابة الانفعالية تدعى التنظيم العاطفي المرتفع ، أما انخفاض هذه المكونات فيدعى التنظيم العاطفي المنخفض ، وأن تنفيذ السيطرة العاطفية يتم من خلال خمسة نقاط رئيسية تتم من خلال عملية توليد الانفعال حيث تتمثل في (اختيار الموقف ، تغيير الموقف ، توزيع الانتباه ، التغيير المعرفي وتغيير إحدى مكونات الاستجابة الانفعالية). (Gross,2007:490) تمثل العواطف أهمية بالغه في حياة كل فرد ، أذ تساعد على مواجهة الظروف الصعبة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية، لذا من المهم أن يكون لدينا القدرة في السيطرة على عواطفنا والتحكم بها للتعامل مع الواقع الذي نعيشه ، ومحاولة توجيه السلوكيات في التعامل مع الآخرين (Gross,1999:272). فالسيطرة العاطفية تشير الى مجموعة من الاستراتيجيات والتنظيمات سواء كانت عفوية أو يشعر بها الفرد، فتعمل على تعديل وتنظيم التجارب والخبرات والتعبيرات العاطفية . ويشير أيضا جيمس كروس (James Gross) الى أن السيطرة العاطفية تمكن الفرد من استخدام مجموعه من القواعد والاساليب التي تؤثر على مستويات الاستجابة العاطفية (Gross,2007:497).

استراتيجيات السيطرة العاطفية :

يرى كروس أن كل فرد لديه نوعين من الاستراتيجيات المستخدمة في السيطرة العاطفية وهما:

أ_ استراتيجية التركيز المسبق :

وتشمل العمليات التي يقوم بها الفرد قبل حدوث الموقف الانفعالي وتوليد الاستجابات الانفعالية بشكل كامل (مثل عند سماع الفرد ان له صديقاً له تحدث عنه في غيابه بطريقة سيئة ، فإنه قبل أظهار الاستجابة الانفعالية يقوم الفرد بتقييم الموقف وربما يشعر بالحزن بدلاً من الشعور بالغضب تجاه صديقه).

وقد ميز كروس بين خمسة أنواع مختلفة لاستراتيجيات التركيز المسبق للسيطرة العاطفية يمكن أن تطبق في مواقف مختلفة في عملية حدوث الانفعال وهي:

1_ اختيار الموقف:

عندما يختار الفرد أن يكون في موقف ويتخذ ما بين موقفين أو أكثر ، يمكن للشخص البقاء في المنزل بدلاً من الذهاب إلى الحفلة ، لأنه في صراع مع شخص سيأتي أيضاً إلى الحفلة.

2_ تعديل الموقف:

إنها حالة يكون فيها للفرد أكثر من مستوى مختلف من المشاعر. قد ينفجر أي شخص يشاهد برنامجاً تلفزيونياً مزعجاً ويغير القناة.

3_ نشر أو توزيع الانتباه :

يشير هذا النوع إلى عملية تغيير الانتباه نحو جانب الموقف ، لذلك قد يغلق الفرد عينيه عندما يشهد عملية إطلاق نار مثيرة .

4_ التغيير المعرفي:

يشير هذا النوع إلى عملية اختيار المعنى المعرفي للحدث أو الموقف. غالباً ما يهدف هذا النوع إلى تنظيم مستوى منخفض من العاطفة وإعادة التقييم المعرفي يعني أن الفرد يعيد تقييم معرفته من أجل استخراج العاطفة المحتملة من تلك الحالة وتقليل التأثير العاطفي لها. على سبيل المثال ، عندما يخسر لاعب التنس، فإنه يلوم الظروف. بالإضافة إلى لومه الذاتي وقدراته الرياضية. (Gross,2003:11_25)

ب_ استراتيجية التركيز على الاستجابة :

وهي العمليات التي يقوم بها الفرد بعد حدوث الاستجابة الانفعالية وعندما يكون الانفعال قائماً للتو ، مثال (عندما يكون الفرد في حفلة ويقابل شخص مالا يحبه ،فأن هذا الشخص يقوم برسم ابتسامه مزيفة على وجهه في حين عدم شعوره بالارتياح تجاهه وقد أشارت دراسة كروس أن استراتيجية التركيز المسبق أكثر توافقاً من استراتيجية التركيز على الاستجابة (John&Gross,2007) .

مناقشة النظريات التي فسرت مفهوم السيطرة العاطفية :

تؤكد نظرية كروس (Gross) على رود الفعل الفسيولوجية كأحد مكونات الاستجابة الانفعالية، ولكنه أضاف لها الخبرة الذاتية والاستجابات السلوكية، وجميعها تعد مكونات للاستجابة الانفعالية ، ويتم ذلك من خلال تمكن الفرد من استخدام مجموعة من الأساليب والقواعد التي تؤثر على مستويات الاستجابة العاطفية .

الدراسات السابقة التي تناولت متغير السيطرة العاطفية:
الدراسات الأجنبية:

دراسة (Allan,2004)

The relationship between emotional control and self-efficacy of primary school teachers

«العلاقة بين السيطرة العاطفية والكفاءة الذاتية لمعلمي المدارس الابتدائية». هدفت الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين السيطرة العاطفية والكفاءة الذاتية للمعلم بالنسبة لمتغير سنوات الخبرة والعمر لعينة من معلمي المدارس العامة جنوب تكساس ، وتم استخدام أداة لقياس السيطرة العاطفية (لماير كاروسالوفي ١٩٩٩) وأداة تدريس الكفاءة واستفتاء الخصائص السكانية استعمل لجمع البيانات، وكان عدد افراد العينة ١٨٠ معلم ابتدائي ، وأشارت النتائج انه توجد علاقة إيجابية بين السيطرة العاطفية والكفاءة الذاتية للمعلم ولم توجد علاقة بين السيطرة العاطفية وسنوات الخبرة الطويلة والعمر.

دراسة (Alma Azarian,2015)

Relationship between psychological Hardiness and Emotional control

«العلاقة بين الصلابة النفسية والسيطرة العاطفية». هدفت الدراسة للتحقق من العلاقة بين الصلابة النفسية بأربعة مؤشرات الاكتئاب والقلق والغضب والتأثير الإيجابي لدى النساء اللاتي تتراوح اعمارهن بين ٢٠ و ٣٥ عاماً ، اما عينة الدراسة فكانت مكونة من شخصاً 70 وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج المسحي في عملية جمع البيانات، وكذلك تم اعداد اداة لقياس السيطرة العاطفية ، ومن خلال تحليل البيانات اظهرت النتائج الى هناك علاقة ارتباطية سلبية بين الصلابة النفسية وثلاثة مكونات للاكتئاب والقلق والغضب ، وان هناك علاقة طردية بين الصلابة النفسية ومؤشر الوجدان الإيجابي (Azarian,2015).

الفصل الثالث

اولاً: منهج البحث : استعملت الباحثة في بحثها الحالي المنهج الوصفي لكونه أنسب المناهج لدراسة العلاقة الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينها من أجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة .

ثانياً: مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث الحالي من معلمات رياض الاطفال من مديريات تربية بغداد جانب الكرخ (الكرخ الاولى _ الكرخ الثانية _ الكرخ الثالثة) للعام الدراسي 2022_2023 والجدول رقم (1) يوضح ذلك.

ت	مديريات تربية بغداد/الكرخ	عدد المعلمات
1	مديرية تربية الكرخ /الاولى	331
2	مديرية تربية الكرخ /الثانية	358
3	مديرية تربية الكرخ /الثالثة	193
	المجموع	882

ثالثاً: عينة البحث:

تمثل عينة البحث جزءاً من مجتمع البحث الأصلي، اذ يفترض بها ان تحمل كل مواصفات ذلك المجتمع، وبالتالي يصبح بالإمكان تعميم نتائجها على المجتمع الذي سحبت منه (محمد، 2012 : 46)

ويتم اختيارها من قبل الباحث باستخدام أساليب مختلفة ، فتمثل خصائص ذلك المجتمع ويتم استخدامها في البحوث لأنها تختصر الوقت والجهد (عبيدات ، 1984 : 102).
وتحقيقاً لأهداف البحث في تفصي متغيرات مستوى السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال ، قامت الباحثة باختيار عينة لبحثها وكما يأتي:
اختيرت عينة المعلمات بالطريقة الطباقية العشوائية من (مديرية تربية بغداد والمتمثلة بالكرخ الاولى، الكرخ الثانية ، الكرخ الثالثة) والبالغ عددهن (400) معلمة كما موضح في الجدول رقم (2) .
جدول (2) أعداد المعلمات (عينة البحث الأساسية ، لمقياسي السيطرة العاطفية)

مديرية تربية محافظة بغداد / الكرخ	عدد الرياض الحكومية	عدد المعلمات
الاولى	33	170
الثانية	30	130
الثالثة	21	100
المجموع		400

رابعاً: أداة البحث وخطوات بنائها:

مقياس السيطرة العاطفية :

أطلعت الباحثة على الإطار النظري والأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بمفهوم السيطرة العاطفية، وبعد إطلاع الباحثة على مقاييس هذه الدراسات فقد وجدت أنها لا تحقق ولا تتلاءم مع أهداف دراستها الحالية كون عينتها معلمات رياض الأطفال وتختلف عن عينات الدراسات السابقة ، لذا ارتأت بناء مقياس للسيطرة العاطفية وفقاً لنظرية كروس (Gross)، وقد اتبعت الباحثة الخطوات الآتية في بناء مقياس السيطرة العاطفية :

1- تحديد متغير السيطرة العاطفية :

تبنت الباحثة التعريف النظري لـ (Gross) للسيطرة العاطفية والتي عرفت على أنها "أحد جوانب تنظيم المشاعر أو الاستجابات العاطفية وتعد استراتيجية معرفية تعدل أو تغير من الاستجابات العاطفية ، وهي مجموعه من العمليات يحاول الفرد من خلالها التأثير في حجم ونوع العاطفة التي لديه ومحاولة التعبير عنها في تفاعله مع الناس من حوله لأحداث التأثير والسيطرة على الاستجابات العاطفية (Gross,1999:551).

2- صياغة فقرات مقياس السيطرة العاطفية : من أجل الحصول على فقرات مقياس السيطرة العاطفية اعتمدت الباحثة في إعداد فقرات المقياس وصياغته على الأدبيات السابقة . وقد تكون المقياس من (35) فقرة موزعة على خمس مجالات بواقع (خمس مجالات) (المجال الاول/8)(المجال الثاني/7) (المجال الثالث/7) (المجال الرابع/7) (المجال الخامس/6)، وعند

2_ صياغة الفقرات تمت مراعاة التعليمات الآتية :

1. سهولة ووضوح التعليمات ، فلا بد أن تكون مفهومة للمستجيب .
 2. ضرورة أن تكون التعليمات المتبعة دقيقة .
 3. ضرورة أن تعطى التعليمات بالتتابع و بشكل مبسط وواضح .
 4. إعطاء فرصة للمستجيب لطرح بعض الأسئلة حول بعض الأمور التي يراها مبهمه بالنسبة له ومحاولة الباحثة تقديم المساعدة وتوضيح القضايا الغامضة .
 5. الابتعاد عن المربوغة الاجتماعية ، ويتم ذلك من خلال قيام الباحث بالابتعاد عن توضيح الغرض من المقياس للمستجيب .
 6. إتاحة الوقت الكافي للمستجيبين لقراءة التعليمات والإجابة عنها. (عوض ، 1998 : 66)
- 3- نوع البدائل وطريقة تصحيح مقياس السيطرة العاطفية :**
- اعتمدت الباحثة طريقة (Likert) في بناء المقياس وتحديد بدائله ، فالمقياس المصمم بهذه الطريقة يمتاز بأنه :
1. يتنبأ بالسلوك وهي من أكثر الطرق شيوعاً واستعمالاً .
 2. تعد من الطرق التي تمتاز بدرجة عالية من الثبات ووجود البدائل المتعددة أمام كل فقرة من الفقرات والتي تتراوح بين الموافقة بشدة والمعارضة بشدة هو الذي يزيد درجة ثباتها .
 3. عند إستجابة المستجيب على كل فقرة في هذه الطريقة فأنها ستمدنا بمعلومات شاملة عن المستجيب
 4. تتيح للمستجيب أن يعبر عن آرائه وأفكاره بحرية نسبة لكل فقرة من فقرات المقياس من خلال اختياره أحد البدائل الموجودة أمام كل فقرة .
 5. تمتاز هذه الطريقة أيضاً بالابتعاد عن التعقيد في تصحيح المقياس فتعطي الدرجات بالطريقة العادية من (5 - 1) في حال كانت البدائل (5) أمام كل فقرة .
 6. تمتاز بالدقة في قياس السمة المراد قياسها . بما أن المقياس اعتمد في تصميمه على طريقة ليكرت (Likert) فقد تم وضع مدرج خماسي أمام كل فقرة من فقرات المقياس وهي : (تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي غالباً ، تنطبق علي احياناً ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق علي ابداء) وتتدرج هذه البدائل في أوزانها حسب اتجاه الفقرات . وتم تصحيح الإستجابات على المقياس بإعطاء درجات كالآتي : تنطبق علي دائماً (5 درجات) ، تنطبق علي غالباً (4 درجات) ، تنطبق علي احياناً (3 درجات) ، تنطبق علي نادراً (2 درجات) ، لا تنطبق علي ابداء (1 درجة) ، هذا بالنسبة للفقرات الإيجابية . أما الفقرات السلبية أعطيت الدرجات لا تنطبق علي ابداء (5 درجة) ، تنطبق علي نادراً (4 درجات) ، تنطبق علي احياناً (3 درجات) ، تنطبق علي غالباً (2 درجات) ، تنطبق علي دائماً (1 درجات) ، وكما هو موضح في الجدول (3) .

جدول (3)

تدرج تصحيح الاستجابات على بدائل مقياس السيطرة العاطفية

إتجاه الفقرة	تتنطبق عليّ دائماً	تتنطبق عليّ غالباً	تتنطبق عليّ أحياناً	تتنطبق عليّ نادراً	لا تنطبق عليّ أبداً
الإيجابية	5	4	3	2	1
السلبية	1	2	3	4	5

كما وأخذت الباحثة بكافة التعديلات اللغوية التي اقترحتها بعض السادة المحكمين ، فتم إعادة صياغة بعض الفقرات وفقاً لتلك المقترحات ، أما عن بدائل الاستجابة على المقياس ، فقد أبدى جميع المحكمين موافقتهم على عددها وأوزانها ومضمونها .

4 – وضوح وإعداد تعليمات المقياس :

العينة الاستطلاعية الأولى:

تعد تعليمات المقياس الدليل الذي يسترشد به المستجيب عند الإجابة على فقرات المقياس ، لذلك سعت الباحثة إلى أن تكون تعليمات المقياس دقيقة وواضحة بعيدة عن الغموض فطلب من المستجيبة أن تؤثر على أحد البدائل الخمسة لفقرات المقياس والإجابة عنها بكل موضوعية وصدق ، أيضاً بينت الباحثة إلى أنه لا توجد إجابة صحيحة وإجابة خاطئة بقدر ما هو تعبير عن آرائهم الذاتية حول المواقف اليومية وليس هناك داعي لذكر الاسم بالإضافة إلى ذلك أنه لن يطلع على إجابتها أحد سوى الباحثة ، ولغرض التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياس والقدرة على فهم الفقرات وسهولتها وإيجاد الغموض فيها تحديد الوقت ، فقد تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية بلغت (50) معلمة من معلمات رياض الأطفال ، وبعد إجراء هذا التطبيق ومراجعة الاستجابات اتضح ان فقرات المقياس كانت واضحة والزمن المستغرق لاستجاباتهم على المقياس تتراوح بين (15 الى 20) دقيقة .

التحليل المنطقي للفقرات :

تعد صلاحية الفقرة من متطلبات المقياس الجيد، فيشير (ايبيل1972 Eble) (1972) أنه للتأكد من صلاحية فقرات المقياس هو قيام مجموعة من المحكمين بتقرير مدى صلاحيتها في قياس الصفة المراد قياسها (Eble , 1972 : 454) . وللتحقق من مدى صلاحية فقرات مقياس السيطرة العاطفية والبالغ عددها (35) فقرة / الملحق (3) موزعة على مجالات المقياس الخمسة وتعليماته وبدائله ، أذ قامت الباحثة بعرضها على (18) محكم / الملحق (2) ، من المختصين في التربية وعلم النفس ورياض الأطفال والقياس النفسي ، واعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (80%) .

المؤشرات الاحصائية لمقياس السيطرة العاطفية :

ان استخراج المؤشرات الاحصائية للمقياس يعمل على إيضاح مدى قرب توزيع درجات أفراد العينة من التوزيع الطبيعي ، والذي يعد معياراً للحكم على تمثيل العينة للمجتمع المدروس ومن ثم صحة تعميم النتائج ، والجدول (4) يوضح ذلك .

جدول (4)

المؤشرات الاحصائية لمقياس السيطرة العاطفية

المؤشرات الإحصائية	القيمة
الوسط الحسابي	159.135
الوسيط	159.000
المنوال	158.000
الانحراف المعياري	2.383
الالتواء	0.170
التفرطح	0.190
اقل درجة	144
اعلى درجة	167

وعن طريق استخراج المؤشرات الاحصائية لدرجات استجابات عينة البحث ، تبين ان توزيع عينة التحليل الاحصائي تقترب من التوزيع الاعتدالي ، حيث ان تقارب درجات الوسط والوسيط والمنوال يشير الى ان العينة المختارة تمثل المجتمع المأخوذ منه تمثيلا حقيقيا ، وبملاحظة الالتواء نجد ان قيمته صغيرة وفي هذا اشارة الى ان الدرجات التي يتم الحصول عليها من المقياس الحالي هي قريبة من التوزيع الاعتدالي .

الخصائص السايكومترية للمقياس:

♦ التطبيق الاستطلاعي لمقياس السيطرة العاطفية :

التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة التحليل الإحصائي) (عينة البناء): طبقت الباحثة مقياس السيطرة العاطفية على (400) معلمة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية لأغراض تحليل الفقرات وجدول (5) يبين ذلك و لغرض التعرف على خصائص المقياس والتحليل الاحصائي لفقراته، تم تطبيق الخطوات الآتية:

اولا/الصدق Validity:

وهو قدرة المقياس على قياس ما أعد لقياسه (النبهان، 2004: 272) وللتحقق في مقياس السيطرة العاطفية أنواع من الصدق هي :

مؤشرات الصدق الظاهري Indicators of virtual honesty:

يعد هذا الصدق من الخصائص المهمة في بناء الاختبارات والمقاييس فهو من الاجراءات المرغوب فيها في المراحل الاولى من اعداد المقاييس (مجيد، 2013: 93) . وقد قامت الباحثة بايجاد هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقياس على مجموعه من الخبراء والمختصين في القياس والتقويم والبالغ عددهم (18) محكما ، وقد أخذت الباحثة بأرائهم ومقترحاتهم حول مدى صلاحية فقرات المقياس في قياس السيطرة العاطفية لمعلمات رياض الاطفال ، وملحق (4) يوضح ذلك .

صدق البناء Construction sincerity:

يعد صدق البناء أكثر أنواع الصدق قبولا وقد أوضح عدد كبير من المختصين أنه يتناسب مع جوهر مفهوم أبيل للصدق في قياس ما وضعت لأجل قياسه (Ebie, 1972: 410)، ففي هذا النوع من الصدق يتم تحليل الدرجات استنادا الى البناء النفسي للسمه المراد قياسها أو في ضوء مفهوم نفسي معين ، أي أنه عبارة عن المدى الذي يمكن أن يقرر بموجبه أن للمقياس بناء نظريا محددا أو خاصية معينة ،

وكما أشارت أنستا نزي أنه عندما لا يتوفر محك خارجي فأن أفضل محك داخلي هي الدرجة الكلية للمقياس (Anastasi,1976:206).
وقد تحقق ذلك النوع من خلال أيجاد :
1_ القوة التمييزية بطريقة المجموعتين المتطرفتين .
2_ أيجاد العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس.
3_ أيجاد العلاقة بين درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس .
وتم تحقيق هذا النوع من الصدق عن طريق إيجاد العلاقة الارتباطية بين:
درجات كل فقرة بدرجات المقياس الكلي: استعمل معامل ارتباط بيرسون، لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس بدرجات المقياس الكلي، إذ ظهرت ان جميع فقرات المقياس دالة إحصائياً، إذ تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.289 - 0.686) وهو مؤشر جيد على صدق البناء لمقياس السيطرة العاطفية، كما موضح بجدول (5).

جدول (5)

معامل ارتباط درجات كل فقرة بدرجات المقياس الكلي

تسلسل الفقرة	قيمة الارتباط	معامل تسلسل الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1	0.343 *	19	0.481 *
2	0.299 *	20	0.589 *
3	0.289 *	21	0.299 *
4	0.536 *	22	0.591 *
5	0.334 *	23	0.459 *
6	0.318 *	24	0.405 *
7	0.577 *	25	0.345 *
8	0.466 *	26	0.458 *
9	0.421 *	27	0.541 *
10	0.356 *	28	0.396 *
11	0.686 *	29	0.471 *
12	0.346 *	30	0.289 *
13	0.452 *	31	0.523 *
14	0.342 *	32	0.305 *
15	0.437 *	33	0.421 *
16	0.584 *	34	0.505 *
17	0.456 *	35	0.621 *
18	0.337 *		

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05

القوة التمييزية لفقرات المقياس:

يقصد بالقوة التمييزية قدرة الفقرة على التمييز بين استجابات الافراد اللذين حصلوا على درجة عالية في المقياس وبين اللذين حصلوا على درجة واطنة فيه ،وتعد القوة التمييزية العالية من صفات الفقرة الجيدة . وبهدف استخراج القوة التمييزية اتبعت الباحثة اسلوب المجموعتين الطرفيتين ، حيث تم ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها المفحوصين من اجابتهم على المقياس ترتيبا تنازليا من اعلى درجة الى الادنى وتم تعيين نسبة 27% من الاستثمارات الحاصلة على اعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا و 27% من الاستثمارات الحاصلة على ادنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الاستثمارات لكل مجموعة (108) اي ان عدد الاستثمارات التي اخضعت للتحليل الاحصائي لحساب القوة التمييزية بلغ (216) استثمار ، ولمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا تم استخدام اختبار (t - test) لعينتين مستقلتين، وجد ان القيمة التائية المحسوبة تراوحت بين (2.659 – 7.335) وبمستوى دلالة اقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05) وبدرجة حرية (214) وبقيمة حرجة (1.96) وبذلك فان جميع الفقرات دالة إحصائيا اي مميزة واصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (35) فقرة كما في جدول رقم (6)

جدول (6)

القوة التمييزية لفقرات مقياس السيطرة العاطفية

القيمة التائية (t-test)	الدالة الإحصائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
6.380	دالة	0.676	3.861	0.689	4.454	1
2.659	دالة	0.924	3.120	1.018	3.472	2
3.027	دالة	1.061	4.426	0.642	4.787	3
7.335	دالة	0.719	3.685	0.709	4.398	4
4.891	دالة	0.738	3.843	0.736	4.333	5
5.325	دالة	0.738	3.843	0.718	4.370	6
5.395	دالة	0.809	3.944	0.729	4.509	7
5.366	دالة	0.671	3.787	0.795	4.324	8
4.412	دالة	0.956	2.759	0.926	3.324	9
4.007	دالة	0.981	3.167	0.884	3.676	10
6.138	دالة	0.663	3.833	0.711	4.407	11
4.082	دالة	0.492	4.602	0.366	4.843	12
3.265	دالة	0.768	4.371	0.547	4.667	13
3.870	دالة	0.951	4.556	0.369	4.935	14
4.403	دالة	0.932	4.519	0.314	4.935	15

دالة	4.675	0.725	3.917	0.759	4.389	16
دالة	3.961	0.825	3.954	0.718	4.371	17
دالة	4.150	1.001	3.167	0.899	3.704	18
دالة	6.565	0.699	3.917	0.604	4.501	19
دالة	4.379	0.841	4.611	0.165	4.972	20
دالة	3.452	1.098	4.306	0.715	4.741	21
دالة	4.735	0.689	4.028	0.689	4.472	22
دالة	3.789	0.488	4.621	0.366	4.843	23
دالة	3.413	0.877	4.657	0.211	4.954	24
دالة	3.312	1.071	3.259	0.884	3.676	25
دالة	4.751	0.695	3.944	0.737	4.407	26
دالة	3.766	0.773	4.001	0.707	4.379	27
دالة	4.281	0.773	4.011	0.686	4.426	28
دالة	4.535	0.808	4.102	0.687	4.565	29
دالة	3.288	1.057	2.879	0.926	3.324	30
دالة	3.044	1.066	3.278	0.893	3.685	31
دالة	6.009	0.693	3.879	0.688	4.444	32
دالة	3.766	0.749	4.001	0.733	4.379	33
دالة	4.201	0.815	4.093	0.703	4.528	34
دالة	3.601	0.955	4.176	0.685	4.583	35

علاقة مجالات السيطرة العاطفية فيما بينها :
لحساب العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون وكما موضح بالجدول (7) .

جدول (7) العلاقة بين مجالات المقياس والدرجة الكلية

المجال الاول	المجال الثاني	المجال الثالث	المجال الرابع	المجال الخامس
تعديل المشاعر او الاستجابة	تعديل الموقف	اختيار الموقف	النشر المتعمد	التغيير المعرفي
ت	ت	ت	ت	ت
قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط
1	1	1	1	1
0,342	0,762	0,524	0,718	0,661
2	2	2	2	2
0,521	0,532	0,638	0,725	0,986
3	3	3	3	3
0,413	0,891	0,582	0,774	0,504
4	4	4	4	4
0,814	0,501	0,688	0,633	0,477
5	5	5	5	5
0,532	0,417	0,677	0,582	0,386
6	6	6	6	6
0,661	0,622	0,658	0,516	0,731
7	7	7	7	7
,729	0,867	0,435	0,533	
8				
0,565				

يعرف الثبات بأنه الاتساق والدقة في أداء الفرد ويعني أيضاً الاتساق في النتائج عبر الزمن ، ويعود الاختبار ثباتاً عندما نحصل على النتائج نفسها عند إعادة تطبيقه على الأفراد أنفسهم وفي نفس الظروف (ابراهيم ، 2000 : 42) وقد تم إستخراج الثبات لمقياس السيطرة العاطفية بإتباع طرائق عدة منها :

طريقة إعادة الاختبار Test - Retest Method :

هذه الطريقة تقيس الاتساق الخارجي للفقرات ويسمى معامل الثبات الناتج بمعامل الاستقرار ، ويعني ذلك استقرار نتائج الاختبار من خلال المدة بين التطبيق الأول والثاني للاختبار (الشايب ، 2009 : 106) ولحساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار تم تطبيق مقياس السيطرة العاطفية على عينة من معلمات رياض الأطفال بلغ عددها (100) معلمة في رياض الأطفال من مديريات تربية / الكرخ ، وبفاصل زمني قدره (14) يوماً على التطبيق الأول وتحت ظروف مشابهة لظروف التطبيق الأول ، قامت الباحثة بإعادة التطبيق ، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والثاني إذ بلغ معامل الثبات (0.78) درجة.

معامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي Alpha Cronbach :

تعتمد هذه الطريقة على تحقيق معامل اتساق داخلي لبنية المقياس في أداء الفرد من فقرة إلى أخرى فوجد كرونباخ أن هذا المعامل يعد مؤشراً للتكافؤ فهو يعطي قيمة تقديرية مناسبة لمعامل التكافؤ ، كما بين أن هذا المعامل يشير إلى الخاصية الداخلية التي يتمتع بها الاختبار والتي تنشأ من العلاقة الإحصائية بين الفقرات كما تشير هذه الخاصية إلى أن الاختبار متجانس وهذا يعني أن جميع الفقرات تقيس متغيراً عاماً واحداً (Travers ، 152 ، 1969) ولغرض معرفة مدى الاتساق بين فقرات المقياس قامت الباحثة باستخدام معادلة ألفا كرونباخ على عينة الثبات الأنفة بالذكر ، حيث بلغت قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ (0,865) . إذا اعتمدت الباحثة معادلة (الفا – كرونباخ) لاستخراج ثبات مقياس

السيطرة العاطفية، فكانت قيمة معامل الثبات (0.819) وهو معامل ثبات جيد إذ أشار العيسوي (1985) إلى أن معامل الثبات الذي يتراوح بين (0.70-0.90) هو مؤشر جيد لثبات الاختبار، وبعد إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس السيطرة العاطفية، أصبح المقياس بصورته النهائية جاهزاً للتطبيق على عينة البحث، وبدرجة كلية قدرها (175) درجة (العيسوي، 1985 : 63).

وصف المقياس بصورته النهائية :-

بعد إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس السيطرة العاطفية، أصبح المقياس بصورته النهائية جاهزاً للتطبيق على عينة البحث ويتكون المقياس من (35) فقرة موزعه (5) مجالات وامام كل فقرة (5) بدائل وهي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علياً ابداً)، وان اعلى درجة للمقياس بلغت (175) درجة واقل درجة للمقياس بلغت (35) درجة بمتوسط فرضي بلغ (105) درجة.

الفصل الرابع

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها، على وفق أهدافه، وتفسير تلك النتائج ومناقشتها، ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات في ضوء تلك النتائج وكما يأتي:

اولاً / عرض النتائج :

الهدف الاول : التعرف على السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال :
بعد تطبيق مقياس السيطرة العاطفية على عينة البحث الاساسية البالغة (400)، أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس السيطرة العاطفية قد بلغ (158.975) درجة وبانحراف معياري قدره (2.511) درجة، أما المتوسط الفرضي بلغ (105) درجة، ولغرض معرفة دلالة الفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمقياس تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (430.009) درجة، وعند مقايستها مع القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (399) ظهر أنها ذات دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي للعينة. والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية للعينة على مقياس السيطرة العاطفية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
400	158.975	2.511	105	430.000	1.96	0.000

يتضح من الجدول (1) أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (430.009) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمقياس وهذا الفرق لصالح متوسط درجات العينة مما يدل ذلك أن معلمات رياض الاطفال يتميزن او لديهن القدرة على السيطرة العاطفية.

ثانيا : تفسير النتائج :

الهدف الاول/ التعرف على السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال:

اظهرت نتيجة الهدف الاول ان معلمات رياض الاطفال لديهن سيطرة عاطفية وهذا يعود الى ان السيطرة العاطفية تمثل أحد جوانب تنظيم المشاعر والاستجابات العاطفية ، وتعد استراتيجية معرفية تعدل أو تغير من الاستجابات العاطفية ، وهي مجموعة من العمليات يحاول الفرد من خلالها التأثير في حجم ونوع العاطفة التي لديه ومحاولة التعبير عنها في تفاعله مع الناس ، وان النتيجة التي توصلت اليها الباحثة تتفق مع نتائج دراسة (Allan, 2004) ودراسة (Alma Azarian,2015).

ثالثا: الاستنتاجات Conclusions :

1_ إن معلمات رياض الأطفال يتميزن بالسيطرة العاطفية وهذا يعود الى ان السيطرة العاطفية هي عمليات خارجية وجوهرية مسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية

رابعاً: التوصيات Suggestions :

استناداً إلى ما توصلت إليه الباحثة من نتائج توصي بالآتي :

- 1_ تنمية وتطوير قدرة المعلمات في السيطرة العاطفية من قبل الجهات المختصة بذلك ومحاولة دعمهن على التحكم والسيطرة مع الاشخاص الموجودين من حولهن.
- 2_ اهتمام وسائل الإعلام ومنظمات دعم المرأة لمعلمات لرياض الاطفال من خلال تعزيز الصفات الايجابية المتعلقة بقدرتهن في السيطرة على عواطفهن .

خامساً: المقترحات Recommendations :

- 1- إجراء دراسة في تنمية السيطرة العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال.
- 2- إجراء دراسة تستهدف طبيعة العلاقة بين السيطرة العاطفية وبعض المتغيرات كالكفاءة الذاتية ، التنظيم الذاتي ، المرونة المعرفية ، الضغوط النفسية لدى معلمات الرياض .

المصادر:

- العيسوي ، عبد الرحمن محمد ،(1985): القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية.
- _الشايب ، عبد الحافظ (2009): أسس البحث التربوي ، ط1 دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان الأردن.
- _عوض ، عباس محمود (1998)، القياس النفسي بين النظرية والتطبيق ، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة ، مصر .
- _مجيد ، سوسن شاكر (٢٠١٣) : أسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية ، جامعة بغداد ، كلية التربية .

Reference :

- Aldoa , Algzaieri, H, Goldinp and maladaptire emotion regulation strategies :interactive effects, 28,382_399.
- ,A.(2013):The future of emotion regulation research :capturing context sci.8,155_172
- American psychiatric Association: Diagnostic and statis tical munal of mental Disorders, 4 th edition Washington ,Dc, American psychiatric Association , 1994, 1453_1476.

- Anastasia, A. (1976): Psychology Testing New York, Mcmillon on publishing.
- Asif Amin 2018. Gratitude & self-esteem among college students Virtual University of Pakistan Department of Psychology.
- Azrian, Alma (2015) : Reiation ship between psychological Hardiness and Emotional control Index :A communicative Approach, Journal of medical Research &Heaith sciences, 5,5 (s):216_221.
- Buruck ,G. Dor fel, D, Kugler, J, &Brom,s .s.,(2016):Enhancing well _being at work . The role of emation regulation skill as personal resources. Journal of occupational Healthy psychology 21,480_493.
- Bard, p .(1973):The on to genesis of one physiology ,physiologist, Annual Review of physiology, 35(1),1_16.
- Cannon, W. B. (1927); The James-Lange theory of emotions: A critical examination and an * alternative theory. The American Journal of psychology. 39(1/4), 106-124..
- Cota, S, & Morgan, L.M. (2002): Alongitudinal analysis of the association between emotion regulation, Job stisfaction, Journal of Organizational Behavior, 23, 947-962.
- Dror, o. E. (2013): The Cannon - Band Thalamic Theory of Emotions, ABrief Genealogy and Reappraisal. Emotion Review, 6(1), 13-20
- Ebel, R.L.(1972).Essential of Educational measurement ,2nd ,New Jersey,prentice_Hill,Inc, Englewood cliffis .163.
- Ekman, p (1992) :Anargument for basic emotions . cognition and Emotion ,6,169_200-
- Freud ,s (1953) :the interpretation of dreams, In J.strachey, The standard edition (viols 4_5)London England: Hog arth.
-S: The ego and id (1955); in the Standard Edition of the complete psychological works of sigmund Freud, vol 17 edited by Strackey J. London, Hogarth, pp 1-66.
-s(1957)inhibitions , symptoms, and anxiety" in The standard Edition of the Complete psychological works of Sigmund freud.
- Goleman, D. (1995): Emotional intelligence. New York, NY, England Bantam Books, Inc.
- Gross & Munoz R. E. (1995): Emotion f Regulation and mental health. Clinical psychology Science and practive vol 2, Pp 151-164.
-, J.J. (1999). Emotion regulation: past. present, and future. Cognition & Emotions 13 (5),531_573. .

- Gross, J.J. (2002): Emotion regulation: Affective, Cognitive, and social consequences. *psychophysiology*, 39, 281-291..
- j. j. (1998): The emerging field of emotion regulation : An-
- J. James (1998) :The emerging field of emotion regulation :An integrative. *Review of general psychology* ,2,271_299.
- Harre ,R(1995) :Emotion and memory The second cognitive revolution .In A.P. Griffiths university press..
- Horowitz MJ, Fridhandler B, Stinson C:person Schemas and emotion. *J Am Psychoanal Ass* 1991 (suppl., Affect: psychanalytic perspectives). 173-208.
- James & Lange (1927): Theory of Emotions: A Critical Examination and an Alternative Theroy." *The American Journal of psychology*.39.106-124.
- Jarymowicz M. (2002) : on the benefits from research on implicit affective information processing . *polish psychol Bull*. 33, 5-11.
- Killen, A, & Macaskill, A. (2015); using gratitude intervention to enhance we well-being in older adults, *Journal of Happiness studies*, 16 (4), 947-964. as al.
- Lang p .J : The motivational organization of emotion : affect-reflex connections, in *Emotions: Essays on Emotion Theory*, edited by van Goozen SHM, Lawrence Erlbaum(1994,pp 61_93).
-,p. J. (1994). The varieties of emotional experience: ameditation on Jelm Lange theory :*Psychological Reviews* 101 (2), 211.
- Ledoux JE: Emotion : clues from the brain. *Annu Rev psychol* 1995, 46:209-235.
- Mayer JD, Salovey P, Caruso DR. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? *American Psychologist*. 2008, 63 503-517.
- Zerbe U, editors (2002) :Managing emotions in the workplace. Armonk, NY: M.E. Sharpe, pp. 184-211.

Emotional control of kindergarten teachers

Jehan Nehme Mahmoud

Asst.Prof.Dr. Lina Aqil Khaddad

Al-Mustansiriya University / College of Basic Education

gihan.alkhafajy@gmail.com lina.aqeel.76@uomustansiriyah.edu.iq

Abstract :

The aim of the current research is to identify the emotional control of kindergarten teachers. The research relied on the descriptive approach, and the research sample was (400) teachers from the directorates of education in Baghdad / Karkh side (Karkh the first _ Karkh the second _ Karkh the third). After examining the theories and previous studies on the subject of the research, the emotional control scale in its final form included (35) items. The two researchers verified the psychometric characteristics of the tool. The following results were reached:

Kindergarten teachers have emotional control

Keywords: emotional control, kindergarten teachers