

الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية

م. م زهراء علي سبع

جامعة سومر / كلية التربية الاساسية

Zahraa.ali@uos.edu.iq

مستخلص البحث:

هدف البحث الى التعرف على المستوى العام من الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية، وتباين مستوى الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء وفقا لسنوات الخبرة. تم اعتماد منهج الحث الوصفي تحقيق اهداف البحث. وشملت العينة الطبقية العشوائية (399) مدرسا للفيزياء. وتم بناء مقياس الوعي الانفعالي مؤلف من (25) فقرة تقريرية رباعية التدرج. واتباع الاساليب الاحصائية المناسبة توصلت الباحثة الى امتلاك مدرسي الفيزياء مستوى عام عالي من الوعي الانفعالي، وتباين الوعي الانفعالي لدى فئات سنوات الخبرة (اكثر من 15 سنة- من 10-15 سنة- من 5-10 سنة) والمستوى المقبول من الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء في فئة سنوات الخبرة (اقل من 5 سنة). وتم استنتاج ان الوعي الانفعالي يتطور شكل افضل عندما تكون الخبرات غنية بالمشيرات البارزة والهامة في حياة المدرس وعمله. وتوصي الباحثة باشتراك مدرسي جميع التخصصات في برامج تطوير الوعي الانفعالي.

الكلمات المفتاحية: الانفعالات - الوعي الانفعالي، مدرسي الفيزياء.

Emotional awareness among middle school physics teachers

Assistant lecturer: Zahraa Ali Saba

Zahraa.ali@uos.edu.iq

Abstract:

The research aimed to identify the general level of emotional awareness among physics teachers for the preparatory stage, and the variation in the level of emotional awareness among physics teachers according to years of experience. The descriptive research method was adopted to achieve the research objectives. The stratified random sample included (399) physics teachers. An emotional awareness scale was constructed, consisting of (25) four-graded report items. By following appropriate statistical methods, the researcher concluded that physics teachers possess a high general level of emotional awareness, and emotional awareness varied among categories of years of experience (more than 15 years - from 10-15 years - from 5-10 years) and the acceptable level of emotional awareness among physics teachers. In the category of years of experience (less than 5 years). It was concluded that emotional awareness develops best when experiences are rich in prominent and important stimuli in the teacher's life and work. The researcher recommends involving teachers of all specializations in programs for developing emotional awareness.

Keywords: emotions - emotional awareness, physics teachers.

مشكلة البحث:

تؤدي الانفعالات دورا هاما في التفاعل البشري، وهي جانب اساس في جميع مستويات السلوك: الاجتماعي والسيكولوجي والفسولوجي. اذ تعد الانفعالات حاجة اجتماعية، فضلا عن كونها قناة للتواصل مع الذات والاخرين، وتؤدي دورا هاما في التفاعل الاجتماعي والتفكير العقلاني، ومصدرا قيما للمعلومات التي تعين على اتخاذ القرارات.

وتعمل الانفعالات الاساسية للانسان على الاستجابة بسرعة وبشكل مناسب للتغيرات في البيئة التي قد تؤثر على رفاهية الفرد. ولذا لا بد ان يكون للفرد القدرة على التحكم في هذه الانفعالات وكيفية التفاعل بشكل بديل من اجل ايجاد توازن بين المطالب الشخصية ومطالب المجتمع. اذ تصبح اليات التحكم المعرفي ذات

اهمية متزايدة مع تقدم العمر. وهذا يتطلب نظرة ثاقبة معينة الى الاداء الانفعالي للفرد؛ وهذا يعني ان الوعي الانفعالي شرط اساس مقبول بشكل عام لتنظيم المشاعر التكيفية.

اذ ان من العوامل الرئيسية التي تسهم بشكل كبير وفاعل في تنمية التفاعل الاجتماعي والتعامل مع الاخرين وتفسير سلوكهم، هي القدرة على الوعي الانفعالي وفهم مشاعر الاخرين وحاجاتهم ورغباتهم، فضلا عن فهم مشاعرهم وانفعالاتهم من خلال رغباتهم وما يحملون من معتقدات (عبدالبديع واحمد، 2022، 6)

ومن منظور التوجهات المعاصرة للتعليم القائم على كفايات المدرس، فانه يعد خبير ومنظم للخبرات وعليه توجيهها وادارتها لتحقيق ما يرسم لها من اهداف. ولذا يقع على عاتق المدرس ان يكون ذا معرفة واسعة في مجال تخصصه الاكاديمي، فضلا عن امتلاكه الى امتلاكه معرفة عامة المجالات العامة؛ وقدرة على السيطرة على انفعالاته، وانفعالات الاخرين الذين يتفاعلون معه، والقدرة على فتح قنوات اتصال مع الذات ومع الاخرين، واداء دور مهم في التفاعل الاجتماعي.

ولكي تتحقق الباحثة من التباين في مستوى الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية، قامت بتوجيه استبيان استطلاعي الى (70) مدرس ومدرسة، وكانت نسبة (40 %) من اجاباتهم تؤكد وجود مشكلة تباين مستويات الوعي الانفعالي لديهم، ومن هنا فان البحث الحالي ينطلق من التساؤل الاتي: هل يوجد تباين في مستويات الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية وفقا لسنوات الخبرة؟ اهمية البحث:

تتخذ الانفعالات موقع الاهمية في حياة الفرد وتؤدي دورا في بناء شخصيته الطبيعية، وتضفي على جوانب الحياة البهجة والمتعة والمعاناة، اذ انها حالة وجدانية داخلية مفاجئة، يرافقها تغيرات فسيولوجية. ومن خصائصها انها عقلية وعملية في ان واحد، وتصف وتنظم السلوك، فضلا عن انها ترتبط بشكل وثيق بالدافعية. وتؤدي الى سلوكيات تختلف في مظاهرها وشدها تبعاً للتباين بين الافراد في ادراكهم للانفعالات (يونس، 2015، 226-233).

اذ يرى الباحثين في ميادين علم النفس ان الانفعالات دافعة لسلوك الفرد وانها وسيلة للتعبير عن المشاعر والانفعالات، ورغم كون الانفعال خبرة انسانية يصعب تحديدها في تعريف الا ان (Otaly & Jenkis) وصفه بانه "حالة الاستعداد للفعل وتحديد الاولويات وتدعيم المخططات وما يصاحبه من تغيرات فسلجية وافعال وتعبيرات"، وبذلك فان الانفعال استجابة تشمل العضوية كلها وتتضمن الاستثارة الفسيولوجية والخبرات الواعية والسلوكيات المعبرة (الريماوي، 2004، 238).

وان للانفعالات ادوارا ووظائف في حياة الفرد مثل تقوية الترابط والعلاقات بين الافراد، وتحسين الصحة النفسية وردود الافعال المعرفية، اذ تتباين الطرائق والاساليب التي يمكن للفرد تنظيم انفعالاته من طريقها. مع مراعاة انها ليست دوما مرغوبة، اذ تختلف وظيفيا عندما تكون من النمط غير المناسب، وعندما تأتي في وقت غير وقتها الملائم او عندما تجري بمستوى غير مألوف، وفي هذا الحال فان الانفعالات تتطلب الوعي بها وتنظيمها (Purnamaningsih, 2017, p. 53).

وتتضمن الكفاءة الاجتماعية والانفعالية القدرة على تحليل انفعالات الفرد، وتطبيق مهارات التكيف الفعالة (اساليب التعامل مع المشاعر السلبية) وتقدير الذات (Rieffe et al., 2007, pp. 1632-1633).

ويساعد الوعي الانفعالي على اصال الرسائل الانفعالية وفهم الرسائل الانفعالية الصادرة عن الاخرين، وتفسير المشاعر والافكار، ومعرفة الاحتياجات، ويتضمن فضلا عن ذلك، معالجة وفك ترميز الرسائل الانفعالية، من طريق تعابير الوجه، ونبرات الصوت، والمظهر الجسدي (Salovey & Mayer, 1990).

ويمثل الوعي الانفعالي جانب اساس من قدرة الفرد على تقويم الانفعالات، وتمييزها لدى الاخرين (Phillips, MacLean, & Allen, 2002, p. 627). وانه يمثل قدرة الفرد على فهم مشاعره والتعبير عنها بتوظيف المفردات اللغوية الايجابية فضلا عن استخدام المفردات الدالة على الانفعال في الوقت المناسب (عبدالبديع واحمد، 2022، 9).

وان الفرد الذي يتمتع بمستوى وعي انفعالي منخفض، تكون قدرته منخفضة فيما يخص الوعي بمشاعره، والاحساس مشاكل الاخرين والتعاطف معهم، فضلا عن قدرته على قراءة افكار الاخرين ومشاعرهم في الايماءات وتعابير الوجه، بما يؤثر بشكل سلبي على مهارات التواصل وتنظيم الانفعالات وادارتها لديه (Waliski & Carlson, 2008, p. 21).
وبتطور الوعي انفعالي يكون الفرد قادرا على فتح قناة اتصال مع ذاته والاخرين، واداء دور هام في التفاعل الاجتماعي (Neyem, Aracena, Collazos, & Alarcón, 2007, p. 231).

لقد استحوذ الوعي الانفعالي على اهتمام مجالات العمل التعاوني المدعوم بالكمبيوتر. ويمكن استخدامه لتقديم الملاحظات للطلاب والمدرسين في بيئات التعلم ولدعم القرار الجماعي في غرف الدروس. ويمكن استخدام الوعي الانفعالي لتوفير معلومات سياقية لفهم افضل للمعلومات المستردة، او كمدخل لانظمة التصفية التعاونية. في الحالة الاخيرة، لا ينصب الاهتمام على التعرف على المشاعر الانسانية والاستجابة لها تلقائيا، ولكن على السماح لافراد المجموعة بان يصبحوا على دراية بمشاعر الاخرين (Neyem et al., 2007, p. 228).

وفي ضوء ما تقدم تلخص الباحثة اهمية البحث الحالي :

1- الدراسة الاولى محليا وعربيا (على حد علم الباحثة) التي تبحث في مستويات الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء.

2- اثراء الاطار النظري لمتغير الوعي الانفعالي .

3- تقديم مقياس للوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء.

هدفا للبحث: يهدف البحث الحالي الى:

1- التعرف عن مستوى الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء.

2- التعرف على مستويات الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء وفقا لمتغير سنوات الخبرة.

حدود البحث: تحدد البحث بالمحددات:

1- الحد البشري: مدرسي مادة الفيزياء في المدارس الاعدادية والثانوية التابعة الى المديرية العامة لتربية محافظة ذي قار.

2- الحد الزماني: الفصل الدراسي الاول من العام الدراسي 2023-2024م.

3- الحد المكاني: المدارس الاعدادية والثانوية التابعة الى المديرية العامة لتربية محافظة ذي قار.

تحديد المصطلحات:

أ- الوعي الانفعالي Emotional Awareness: عرفه كل من:

Sadr (2016) بانه "قدرة الفرد على التأثير في نوع الانفعال لديه، ومتى وكيف يعبر عنه، وتغيير شدة او مدة العمليات السلوكية والحركية التي تكون واعية او غير واعية، من طريق استراتيجيات التنظيم الذاتي" (Sadr, 2016, p. 14).

عبدالبدیع واحمد (2022) انه "قدرة الفرد على فهم انفعالاته ومشاعره، والسيطرة عليها والتعبير عنها بطريقة ايجابية او سلبية (عبدالبدیع واحمد، 2022، 17).

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (Sadr, 2016) نظريا

التعريف الاجرائي للوعي الانفعالي: تعرفه الباحثة اجرائيا بانه "الدرجة الكلية التي يحصل عليها مدرسو مادة الفيزياء نتيجة اجابتهم على مقياس الوعي الذاتي المعد لاغراض هذا البحث.

استعراض المراجع والدراسات السابقة:

المحور الاول: استعراض المراجع:

الوعي الانفعالي Emotional awareness:

مفهوم الوعي الانفعالي:

يشير مفهوم الوعي الانفعالي الى وعي الفرد بانفعالاته او الاحاسيس الجسمية التي ادت الى الانفعال الذي يشعر به، وربما تحدث المشكلات اذا لم يكن على وعي شديد بالاحاسيس الجسمية (حامد، 2013، 134). ويتضمن ايضا معرفة الفرد بانفعالاته وانفعالات الاخرين من حوله؛ اذ من خلاله يكون يكتسب الفرد قدرا

من العمق والانتساع المعرفي لفهم حالاته الداخلية الانفعالية، والتعبير عنها كالغضب والخوف والسعادة (Barchard, Lane, & Watson, 2010, p. 13).

يعد الوعي الانفعالي مفهوما نفسيا يعبر شكل اساس عن قدرة الفرد على وصف انفعالاته الداخلية وادراكها وتحديدها بدقة وكيفية الاستجابة لها، فضلا عن القدرة على التمييز بين انفعالات الآخرين بما يمكن من الايفاء باحتياجات ظروف الحياة الصعبة والجديدة (الزهراني وعبد الرحمن ، 2019، 608). ويتأثر بتغير المثيرات والاستجابات التي تشمل الخبرة المعرفية (الانفعالات ، والتعبير السلوكي، والجانب الفسيولوجي)، اذ انه بنية معقدة ويتضمن ادارة وتنظيم المكونات (المعرفية، والسلوكية، والثقافية) (Purnamaningsih, 2017, p. 53).

الاساس الفلسفي للوعي الانفعالي:

انشغل الباحثين لعدة عقود بتاصيل توجهات نظرية تفسر وتوثر الوعي الانفعالي، ومن هذه النظريات ابرزها:

1- نظرية Harter & Buddin:

قدم (Harter & Buddin, 1987) في نظريتهما مستويات خمس متتابعة من النمو الانفعالي تبدأ من المستوى الاساس (الصفير)، وتنتهي بالمستوى الاخير (الرابع)، تكمل هذه المستويات بعضها البعض (Cicchetti & Cohen, 2006, p. 247). ويمكن ايجازها:

ا- المستوى الصفير: يتحدد متوسط العمر ضمن هذا المستوى بـ (خمس سنوات وشهران)، يرفض الافراد في هذا العمر ببساطة فكرة وجود انفعالات في ان واحد. ومهما كانت تشابهت الانفعالات لا يمكن للافراد ربطها معا (Harter & Buddin, 1987, p. 388).

ب - المستوى الاول: يتحدد متوسط العمر ضمن هذا المستوى بـ (سبع سنوات وثلاثة اشهر)، اذ يبدأ الافراد في هذا العمر بتطوير مجموعة تمثيلات بالنسبة للانفعالات المتشابهة فقط، وانشاء فئات انفعالية منفصلة (ايجابية، وسلبية) داخل كل فئة، ويوجهوا انفعالاتهم نحو الاهداف المختلفة الانفعالات في كل فئة في ان واحد (Harter & Buddin, 1987, pp. 388-389).

ت- المستوى الثاني: يتحدد متوسط عمر الافراد ضمن هذا المستوى بـ (ثمان سنوات وسبعة اشهر)، يمكن للافراد ضمن هذا المستوى ان يقدموا شعورين متشابهي التكافؤ للاهداف المختلفة في ان واحد، ويرفض الافراد ضمن هذا المستوى وجود وتزامن المشاعر المتعارضة التكافؤ (Harter & Buddin, 1987, p. 389).

ث- المستوى الثالث: يتحدد متوسط عمر الافراد ضمن هذا المستوى بـ (عشر سنوات وشهر)، ويظهر الافراد في هذا المستوى تقدما تطوريا اساسيا، يتمثل بالوعي التام بتزامن المشاعر المتعارضة التكافؤ، وتوجيه هذه المشاعر نحو الاهداف المختلفة، ولذلك تتوجه الانفعالات السلبية نحو الحدث السلبي، والانفعالات الايجابية نحو الحدث الايجابي في الموقف، وقد يكون الهدفان منفصلين في مواقف اخرى وليس متعلقين بالحدث نفسه (Harter, 1999, p. 97).

ج- المستوى الرابع: يتحدد متوسط عمر الافراد ضمن هذا المستوى بـ (احدى عشرة سنة وثلاثة اشهر)، ويصبح الافراد ضمن هذا المستوى قادرين على وصف تعارض مشاعرهم، التي يمكن ان تثار من الهدف نفسه. (Harter & Buddin, 1987, p. 97)

2- نظرية Schwartz & Lane:

يفترض Schwartz & Lane في هذه النظرية: ان الوعي الانفعالي لدى الافراد يتطور نتيجة لتطور نموهم المعرفي، اذ ان النمو المعرفي ينعكس على مستوى الادراك والتفكير بانفسهم وبانفعالاتهم، وبيئتهم المحيطة. وبما ان مستوى التفكير والنمو المعرفي يمر عبر مراحل تطورية، فان الوعي الانفعالي يتطور ايضا مرور الوقت بمراحل متتابعة، هرمية وثابتة، وان كل مرحلة منها يصل اليها الفرد، تظهر معها قدرات جديدة (Lane, Kivley, Du Bois, Shamasundara, & Schwartz, 1995, p. 523).

ويرى Schwartz & Lane ان القدرات التي تظهر مع مراحل تطور النمو المعرفي، عبارة عن تراكيب تتطور في بناء عقلي، وتشكل جزء اساس من مستوى لاحق يمكن ان يصل اليه الفرد. وان بداية الوعي الانفعالي عبارة عن تراكيب معرفية لانماط سلوكية تتطور وتتغير نتيجة لتطور التغير العقلي للفرد، وتزايد خراته، وكما وصل الفرد الى مستوى اعلى من القدرات المعرفية، وتطور برفقتها وعي الفرد بنفسه وحالاته الانفعالية. وفقا لذلك فان بلوغ الفرد مستوى معين من الوعي الانفعالي، يعد درجة من التكامل والتمايز لمستويات تفكيره، كما ويتاثر الوعي الانفعالي بمستوى نمو الفرد، وخبراته البيئية؛ لان توافق هذه العوامل يسهل على الفرد الوصول باستقرار ودون اي صعوبات او معوقات لمستوى معين من الوعي الانفعالي؛ وبذلك فان مرور الفرد بسلسلة التحولات البنائية، قد تطور من قدراته، ونشا من تفكيره وخبرته الانفعالية معاً، وانتقل به من مستوى الى مستوى تطوري اعلى (Lane, Quinlan, (Schwartz, Walker, & Zeitlin, 1990, p. 124).

انواع الوعي الانفعالي:

بشكل اساس يمكن تحديد نوعان للوعي الانفعالي، هما:

- 1- الوعي الانفعالي الذاتي: يتصل الوعي بالذات بشكل وثيق مع الطرائق والاساليب التي نعرف منها سلوكيات الاخرين التي تسبب تصرفاتنا تجاههم وتحدد سلوكنا الاجتماعي بشكل عام. اذ ان الفرد ذي الوعي العالي بذاته يعرف جيداً كيف يوجه معايير، وقيمه وافكاره، وافعاله واقواله، فضلاً عن ان هذه المعرفة تمكنه من معرفة نقاط ضعفه وقوته وتحيزاته وكيف تؤثر في انطباعاته الاولية (دويتى، 2007، 41-42).
- 2- الوعي بانفعالات الاخرين: يتمثل الوعي بانفعالات الاخرين بقدرة الفرد على مواجهة الانفعالات وادارة وتنظيم الخبرات الانفعالية استجابة لانفعالات الاخرين، فضلاً عن انه يتضمن الوعي وفهم الانفعالات وتقبلها، والتحكم بالدوافع وتغيير الاستجابات الانفعالية لتحقيق اهدافه (Gratz & Roemer, 2004, p. 45).

ابعاد الوعي الانفعالي:

تتفق (مكي، حسين، وعباس، 2018) مع (Rieffe et al., 2008) على ان الوعي الانفعالي يتشكل من عدة ابعاد هي:

- 3- تمييز الانفعالات: يتمثل هذا البعد بالقدرة على وصف وتحديد الفرد لانفعالاته، تحت اي نوع من الانفعالات المختلفة.
 - 4- المشاركة اللفظية للانفعالات: يتمثل هذا البعد بالقدرة على تعبير الفرد عن انفعالاته، او ما يشعر به من الانفعالات تجاه الاخرين.
 - 5- عدم اخفاء الانفعالات: يتمثل هذا البعد بالرغبة في اظهار الفرد لانفعالاته للاخرين من اجل التعاطف معهم، او الشكوى اليهم، او ابداء انزعاجه منهم.
 - 6- الوعي الجسدي: يتمثل هذا البعد بوعي الفرد بالاعراض الجسمية المتعلقة بالحالات الانفعالية التي تستدعيها.
 - 7- العناية بمشاعر الاخرين: يتمثل هذا البعد في رغبة الفرد في معرفة ومشاركة الاخرين انفعالاتهم.
 - 8- تحليل الانفعالات: يتمثل هذا البعد في معرفة الفرد بالاسباب التي ادت الى الشعور بانفعالاته.
- (Rieffe et al., 2008, p. 758) (مكي، حسين، وعباس، 2018، 315-316)

المحور الثاني: الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة التي تناولت الوعي الانفعالي:

- 1- دراسة (Rieffe et al., 2007):

اسم وسنة الدراسة	(Rieffe et al., 2007)
هدف الدراسة	التعرف على التطور الانفعالي
ادوات الدراسة	الاستبانة
عينة الدراسة	692

اهم النتائج	توصلوا الى تطور الوعي الانفعالي لدى المراهقين الذين بعمر (17) سنة اكثر من الافراد الذين تحت هذا السن
-------------	--

2- دراسة (صادق & محمود، 2022):

اسم وسنة الدراسة	(صادق & محمود، 2022)
هدف الدراسة	التعرف على قياس نقص مستوى الوعي الانفعالي لدى طلاب المرحلة الاعدادية
ادوات الدراسة	مقياس الوعي الانفعالي
عينة الدراسة	600 طالب
اهم النتائج	نقص الوعي الانفعالي لدى طلاب المرحلة الاعدادية

منهج البحث واجراءاته:

اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي في البحث الحالي اذ يعد، طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وحصر النتائج التي يتم التوصل اليها على اشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها (المحمودي، 2019، 46)

مجتمع البحث وعينته:

تعد عملية تحديد مجتمع البحث من الخطوات المنهجية والرئيسية في البحوث التربوية وتتطلب دقة بالغة في تحديدها اذ يتوقف عليها اجراء الدراسة كاملة وتصميم ادواتها وكفاية نتائجها (العجروش، 2015، 95). وتمثل مجتمع البحث الحالي بمدرسي الفيزياء في المدارس الاعدادية والثانوية التابعة الى مديرية العامة لتربية محافظة ذي قار للعام الدراسي (2023-2024)، البالغ عددهم (3973) مدرسا ومدرسة. كما يوضح جدول (1).

جدول (1)

توصيف مجتمع البحث

ت	مستوى الخبرة	عدد افراد العينة
1	اكثر من 15 سنة	1000
2	من 10-15 سنة	950
3	من 5-10 سنوات	1500
4	اقل من 5 سنوات	523
	المجموع	3,973

- عينة البحث:

ولجمع المعلومات بدقة يلجأ الباحثون الى عينات يتم اختيارها بعناية من المجتمع، فاذا كانت وحدات العينة تمثل بدقة خصائص المجتمع الاصلي، فان التعميمات التي ترتكز على البيانات المستمدة منها قابلة للتطبيق على المجموعة كلها (داوود، 2006، 15). وقد تم اختيار عينة احث الحالي باسلوب المعاينة العشوائية الطبقية والتي بلغ حجمها (399) والتي تمثل نسبة 10% من المجتمع الاصلي. وكما موضح في جدول (2).

جدول (2)

توزيع عينة البحث النهائية

ت	مستوى الخبرة	عدد افراد العينة
1	اكثر من 15 سنة	100
2	من 10-15 سنة	95
3	من 5-10 سنوات	150
4	اقل من 5 سنوات	54
	المجموع	399



اداة البحث:

- ولغرض تحقيق اهداف البحث من طريق جمع المعلومات عن متغير البحث في العينة، قامت الباحثة ببناء اداة الحث المتمثلة بمقياس الوعي الانفعالي، وفقا للخطوات:
- 1- تحديد الهدف من المقياس: تمثل الهدف من بناء مقياس الوعي الانفعالي بقياس مستوى الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية وفقا لسنوات الخبرة.
 - 2- تحديد طبيعة مقياس الوعي الانفعالي: اطلعت الباحثة على الادبيات والدراسات التي تناولت نظريات الوعي الانفعالي مثل (Harter & Buddin, 1987) و (Lane et al., 1990) ودراسات (حامد، 2013) و(مكي، حسين، & عباس، 2018) و (Rieffe et al., 2008)، وفي ضوءها تحددت طبيعة المقياس وعدد فقراته التي تحددت بـ (28) فقرة تقريرية.
 - 3- صياغة فقرات المقياس: في ضوء التعريفات النظرية وطبيعة متغير الوعي الانفعالي صاغت الباحثة الفقرات التقريرية الرباعية بالتدرج (ينطبق علي دائما، ينطبق علي غالبا، ينطبق علي احيانا، لا ينطبق علي ابدأ) والتي تاخذ الدرجات (1-2-3-4) في الفقرات ذات المعنى الايجابي و الدرجات (1-2-3-4) في الفقرات ذات المعنى السلبي.
 - 4- وضع تعليمات الاجابة عن فقرات المقياس: وضعت الباحثة التعليمات التي توضح لعينة البحث كيفية الاجابة عن فقرات المقياس.
 - 5- وضع تعليمات تصحيح الاجابات عن فقرات المقياس: وضعت الباحثة التعليمات الخاصة بتصحيح الاستجابات عن فقرات المقياس.
 - 6- سلامة فقرات المقياس (الصدق الظاهري): ان الصدق الظاهري يعبر عن قياس الوجه الظاهري لاداة القياس، اذ يشير الى ملائمة المقياس لما وضع لقياسه، ويتم تحقيقه من خلال اراء المحكمين وذوي الاختصاص (العجيلي، 2011، 12). بهدف التحقق من صلاحية فقرات المقياس وسلامة صياغتها وملائمتها لهدف بناء المقياس، قدمت الباحثة الفقرات الى المحكمين في مجالات طرائق التدريس العامة وطرائق تدريس العلوم وطرائق تدريس الفيزياء والقياس والتقويم وعلم النفس التربوي، وتحديد قبول او رفض او تعديل الفقرة في ضوء ملاحظاتهم، وباعتماد توافق الراء وفقا لنسبة 80% عدلت بعض الفقرات تعديلا طفيفا وحذف ثلاث فقرات، اذ اصبح المقياس مؤلف من (25) فقرة.
- الصيغة الاولى لمقياس الوعي الانفعالي:**
- تألف المقياس بصورته الاولى من (25) فقرة يحصل المستجيب على درجة (200) درجة كاعلى درجة و(25) درجة كادنى درجة وبمتوسط فرضي (112.5) درجة.
- التطبيق الاستطلاعي الاول: لغرض التحقق من وضوح تعليمات الاجابة عن فقرات المقياس وسلامة الصياغة اللغوية، طبقت الباحثة المقياس على عينة عشوائية مؤلفة من (30) مدرس و مدرسة يوم الخميس الموافق 2023/10/12. فضلا عن تحديد الزمن اللازم للاجابة. و من طريق الاخذ بملاحظات المختبرين، وحساب متوسط زمن اجابة جميع المختبرين تحدد الزمن اللازم للاجابة عن المقياس (30) دقيقة.
- التطبيق الاستطلاعي الثاني لمقياس الوعي الانفعالي: في ضوء اجراءات التطبيق الاستطلاعي الاول لمقياس الوعي الانفعالي، اجري تطبيقه استطلاعيا على عينة مؤلفة من (200) مدرس من عينة البحث، يوم الثلاثاء الموافق 2023 /11/7، وذلك بهدف التحقق من المؤشرات الخاصة بالمقياس، والتحقق من الخصائص السيكومترية:
- ا- صدق مقياس الوعي الانفعالي: يعد الصدق خصيصة سيكومترية هامة لادوات الاختبار النفسية والتربوية، فصدق المقياس يتعلق بالهدف من بناء المقياس وبالقرار الذي يتخذ وفقا للدرجات المتحصلة من تطبيقه (علام، 2000، 186). وقد تحققت الباحثة من مؤشرات صدق البناء الاجراءات:
 - مؤشر القوة التمييزية لفقرات مقياس الوعي الانفعالي:
- تعبر القوة التمييزية عن قدرة الفقرة على التمييز بين المختبرين الذين يحققون اعلى مستوى في الاجابة عن الفقرة والذين يحققون ادنى مستوى في الاجابة عن الفقرة، اي تمييز الفقرة للفروق الفردية بين المختبرين (كوافحة، 2010، 150). وللتحقق من مؤشرات القوة التمييزية اعتمدت الباحثة درجات المجموعتين

الطرفيتين التي تمثل اذ تتمثل العليا بـ 27% من الافراد الذين حققوا مستوى اعلى في الاجابة وتبلغ (54) مدرس، وتتمثل الدنيا بـ 27% من الافراد الذين حققوا مستوى ادنى في الاجابة وتبلغ (54) مدرس. وباعتماد معادلة (t-test) لعينتين مستقلتين متساويتين للتحقق من قيم مؤشر القوة التمييزية، تراوحت القيم المحسوبة بين (10.62 - 2.81) وهي اكبر من الجدولية (1.98) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (106)، اي ان جميعها دالة، ومؤشرات القوة التمييزية مقبولة. جدول (3).

جدول (3)

قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و (t-test) لعينتين مستقلتين متساويتين للكشف عن مؤشرات القوة التمييزية لفقرات مقياس الوعي الانفعالي

الفقرة	المجموع	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدالة عند 0.05	الفقرة	المجموع	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدالة عند 0.05
1	عليا	2.94	0.596	5.12	دالة	14	عليا	2.54	0.693	3.20	دالة
	دنيا	2.19	0.913				دنيا	2.15	0.563		
2	عليا	2.93	0.544	3.67	دالة	15	عليا	2.87	0.584	7.64	دالة
	دنيا	2.52	0.606				دنيا	1.85	0.787		
3	عليا	2.89	0.572	4.01	دالة	16	عليا	2.89	0.502	4.66	دالة
	دنيا	2.37	0.760				دنيا	2.22	0.925		
4	عليا	2.83	0.637	4.88	دالة	17	عليا	2.70	0.633	5.36	دالة
	دنيا	2.15	0.810				دنيا	2.00	0.727		
5	عليا	3.02	0.532	4.25	دالة	18	عليا	3.04	0.868	5.71	دالة
	دنيا	2.44	0.839				دنيا	2.04	0.951		
6	عليا	2.96	0.548	3.59	دالة	19	عليا	2.70	1.143	5.06	دالة
	دنيا	2.48	0.818				دنيا	1.74	0.805		
7	عليا	3.13	0.953	5.83	دالة	20	عليا	3.33	0.824	10.6	دالة
	دنيا	2.11	0.861				دنيا	1.74	0.732		2
8	عليا	2.52	0.926	2.81	دالة	21	عليا	2.98	0.858	6.70	دالة
	دنيا	1.98	1.055				دنيا	2.04	0.582		
9	عليا	2.15	0.711	3.32	دالة	22	عليا	3.46	0.770	10.0	دالة
	دنيا	1.74	0.556				دنيا	2.07	0.669		1
10	عليا	2.33	0.752	4.64	دالة	23	عليا	2.48	0.863	5.52	دالة
	دنيا	1.65	0.781				دنيا	1.70	0.571		
11	عليا	2.59	0.942	4.39	دالة	24	عليا	2.63	0.808	3.92	دالة



		0.812	2.02	دنيا				1.027	1.76	دنيا	
دالة	4.50	0.745	2.54	عليا	25	دالة	5.95	0.875	3.09	عليا	12
		0.708	1.91	دنيا				0.839	2.11	دنيا	
						دالة	3.88	0.805	2.65	عليا	13
								0.879	2.02	دنيا	

- ارتباط درجة كل الفقرة الكلية للمقياس:

يمكن التحقق من الصدق المنطقي (صدق البناء) لاداة القياس من طريق الكشف عن علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للاداة (الخفاجي وحמיד، 2015، 108). وتم التحقق من علاقة درجة كل فقرة الدرجة الكلية للمقياس من طريق حساب قيم معامل ارتباط بيرسون اعتماد درجات العينة الاحصائية (200) مدرس، كما تم التحقق من قيم (t-test) لدلالة معامل الارتباط جدول (4). اذ تراوحت قيم معامل ارتباط بين (0.55-0.23) وتراوحت قيم (t-test) المحسوبة بين (9.17-3.34) وهي اكبر من الجدولية (1.984) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (198)، اي ان جميعها دالة، وبذلك يتحقق مؤشر صدق البناء.

جدول (4)

قيم معاملات الارتباط و (t-test) لدلالة معامل الارتباط

الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة ت المحسوبة	الدالة عند 0.05	الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة ت المحسوبة	الدالة عند 0.05
1	0.35	5.26	دالة	14	0.23	3.34	دالة
2	0.30	4.39	دالة	15	0.45	7.05	دالة
3	0.27	3.93	دالة	16	0.38	5.78	دالة
4	0.32	4.69	دالة	17	0.36	5.36	دالة
5	0.30	4.34	دالة	18	0.35	5.21	دالة
6	0.29	4.25	دالة	19	0.38	5.83	دالة
7	0.37	5.53	دالة	20	0.55	9.17	دالة
8	0.24	3.45	دالة	21	0.46	7.29	دالة
9	0.26	3.85	دالة	22	0.53	8.79	دالة
10	0.32	4.82	دالة	23	0.36	5.40	دالة
11	0.34	5.09	دالة	24	0.32	4.77	دالة
12	0.45	7.11	دالة	25	0.32	4.69	دالة
13	0.29	4.22	دالة				

ب- ثبات مقياس الوعي الانفعالي: تم استخدام معادلة معامل الثبات (كرومباخ الفا). وقد ظهرت قيمة المحسوبة (0.830)، اي ان المقياس له معامل ثبات عالي. الصيغة النهائية لمقياس الوعي الانفعالي: يتألف المقياس بصيغته النهائية من (25) فقرة تقريرية رباعية التدرج، واعلى درجة مستحقة في المقياس (200) وادنى درجة مستحقة في المقياس (25) درجة وبمتوسط فرضي (112.5).

التطبيق النهائي لمقياس الوعي الانفعالي: للحصول على البيانات المناسبة للتحليل الاحصائي ووضع التفسيرات

بدأت الباحثة تطبيق الصيغة النهائية للمقياس على عينة طبقية عشوائية قوامها (399) مدرس لمادة الفيزياء للمرحلة الاعدادية يوم الاحد 2024/1/14.

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها:

اولا: عرض النتائج:

1- عرض النتائج المتعلقة بالهدف الاول: تم التحقق من النتائج المتعلقة بالهدف الاول الذي ينص على "التعرف عن مستوى الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء". من طريق حساب المتوسط المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي. جدول (5).

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) عينة واحدة لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي في الوعي الانفعالي

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	الدلالة عند 0.05
المستوى العام للوعي الانفعالي	399	168.73	29.91	112.50	398	37.547	1.962	دالة لصالح المتوسط الحسابي

ويتضح من الجدول (5) ان المتوسط الحسابي للعينة بلغ (168.73) بانحراف معياري (29.91)، وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة تبين ان القيمة المحسوبة (37.547) اكبر من الجدولية (1.962) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (398). وهي دالة لصالح المتوسط الحسابي للعينة، وذلك فان مدرسي الفيزياء لديهم مستوى عال من الوعي الانفعالي.

2- عرض النتائج المتعلقة بالهدف الثاني: تم التحقق من النتائج المتعلقة بالهدف الثاني التعرف على مستويات الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء وفقا لسنوات الخبرة". وتم التحقق من هذا الهدف من طريق حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية والمتوسط الفرضي، جدول (6).

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) عينة واحدة لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي في الوعي الانفعالي وفقا لسنوات الخبرة

مستوى الخبرة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	الدلالة عند 0.05
اكثر من 15 سنة	100	186.8	11.75	112.50	99	63.25	1.99	دالة لصالح المتوسط الحسابي
من 15-10 سنة	95	178.8	17.42		94	37.13	1.99	دالة لصالح المتوسط الحسابي
من 10-5 سنة	150	170.4	21.13		149	33.57	1.984	دالة لصالح المتوسط الحسابي

غير دالة	2.02	0.02	53		25.38	112.5	54	أقل من 5 سنة
----------	------	------	----	--	-------	-------	----	-----------------

ويتضح من الجدول (6):

1- ان المتوسط الحسابي لعينة مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية الذين تمتد خبرتهم الى اكثر من 15 سنة، بلغ (186.8) بانحراف معياري قدره (11.75) وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة تبين ان القيمة المحسوبة بلغت (63.25) وهي اكبر من القيمة الجدولية (1.99) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (99)، وهي دالة لصالح المتوسط الحسابي، اي ان مدرسي الفيزياء الذين تمتد خبرتهم الى اكثر من 15 سنة لديهم مستوى عال من الوعي الانفعالي.

2- ان المتوسط الحسابي لعينة مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية الذين تمتد خبرتهم من 10 - 15 سنة، بلغ (178.8) بانحراف معياري قدره (17.42) وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة تبين ان القيمة المحسوبة بلغت (37.13) وهي اكبر من القيمة الجدولية (1.99) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (99)، وهي دالة لصالح المتوسط الحسابي، اي ان مدرسي الفيزياء الذين تمتد خبرتهم من 10 - 15 سنة لديهم مستوى مرتفع من الوعي الانفعالي.

3- ان المتوسط الحسابي لعينة مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية الذين تمتد خبرتهم من 5-10 سنة، بلغ (170.43) بانحراف معياري قدره (21.13) وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة تبين ان القيمة المحسوبة بلغت (33.577) وهي اكبر من القيمة الجدولية (1.984) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (149)، وهي دالة لصالح المتوسط الحسابي، اي ان مدرسي الفيزياء الذين تمتد خبرتهم من 5-10 سنة لديهم مستوى مرتفع من الوعي الانفعالي.

4- ان المتوسط الحسابي لعينة مدرسي الفيزياء للمرحلة الاعدادية الذين خبرتهم اقل من 5 سنة، بلغ (112.5) بانحراف معياري قدره (25.38) وباستخدام معادلة (t-test) لعينة واحدة تبين ان القيمة المحسوبة بلغت (0.02) وهي اصغر من القيمة الجدولية (2.02) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (53)، وهي غير دالة، اي ان مدرسي الفيزياء الذين خبرتهم اقل من 5 سنة لديهم مستوى مقبول من الوعي الانفعالي.

مناقشة النتائج وتفسيرها:

تتفق نتائج الهدفين الاول والثاني، مع ما قدمه (Harter & Buddin, 1987) و (Lane et al., 1990) في نظرياتهم، اذ اشاروا الى ان الوعي الانفعالي لدى الافراد يتطور نتيجة لتطور نموهم المعرفي، اذ ان النمو المعرفي ينعكس على مستوى الادراك والتفكير بانفسهم وبانفعالاتهم، وبيئتهم المحيطة. وبما ان مستوى التفكير والنمو المعرفي يمر عبر مراحل تطورية، فان الوعي الانفعالي يتطور ايضا مرور الوقت بمرحلة متتابعة، هرمية وثابتة، وان كل مرحلة منها يصل اليها الفرد، تظهر معها قدرات جديدة. وتتفق النتائج ايضا مع نتائج دراسة (Rieffe et al., 2007) التي توصلت الى تطور الوعي الانفعالي لدى الافراد الذين بعمر (17) سنة اكثر من الافراد الذين تحت هذا السن.

ويمكن ان تفسر الباحثة المستوى العالي من الوعي الانفعالي لدى المدرسين في فئات سنوات الخبرة (اكثر من 15 سنة- من 10-15 سنة- من 5-10 سنة) والمستوى المقبول من الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء في فئة سنوات الخبرة (اقل من 5 سنة) اذ ان مستويات الوعي الانفعالي تدرجت من اعلى مستوى لدى مدرسي الفيزياء الذين تمتد خبرتهم الى اكثر من 15 سنة، ومن ثم بمستوى عالي ولكن اقل من الفئة السابقة لدى مدرسي الفيزياء الذين تمتد خبرتهم من 10-15 سنة، ومن ثم بمستوى عالي ولكن اقل من الفئتين السابقتين لدى مدرسي الفيزياء الذين تمتد خبرتهم من 5-10 سنة، الى المستوى المقبول من الوعي الانفعالي لدى مدرسي الفيزياء الذين خبرتهم اقل من 5 سنوات. في ان التباين في المستويات ناتج عن طبيعة الخبرات والتجارب التي يتاثر بها المدرس خلال سنوات خدمته والموضوعات التي درسها لطلبته والدورات التي تدريبية التي اشترك فيها، والتفاعل الاجتماعي بين المدرس وطلبته وبينه وبين زملائه، والدور الذي يتخذه في المجتمع وصفه قائدا اجتماعيا ومربيا للأجيال.

- الاستنتاجات: في ضوء النتائج توصلت اليها الباحثة توصلت الى استنتاج:
- 1- ان مرور مدرس الفيزياء خرات وتجار عملية يزيد من مستوى وعيه الانفعالي.
 - 2- يتطور الوعي الانفعالي شكل افضل عندما تكون الخبرات غنية بالمتغيرات البارزة والهامة في حياة المدرس وعمله.
- التوصيات: في ضوء نتائج البحث اوصت الباحثة باشتراك مدرسي جميع التخصصات في رامج تطوير الوعي الانفعالي.
- المصادر:
- حامد، نهال لطفي (2013). النموذج البنائي للتجهيز الانفعالي والذاكرة الانفعالية والوعي الانفعالي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بالاسماعيلية(25).
- الخفاجي، رائد ادريس محمود وحמיד، عبدالله مجيد. (2015). الوسائل الحصائية فب البحوث التربوية والنفسية مفهومها- اهميتها- تطبيقاتها باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS. العراق. دار دجلة.
- داوود، عزيز (2006): مناهج البحث العلمي، دار اسامة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- دويتي، جوين (2007): تنمية الذكاء العاطفي من الروضة الى الصف الثامن، مركز القطان للبحث والتطوير، رام الله .
- الريماوي، محمد عودة واخرون (2004): علم النفس العام، دار المسيرة، عمان، الاردن.
- الزهراني و عبدالرحمن (2019): التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالي والصلابة النفسية كمنبئات بقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الجامعية ،مجلة كلية التربية، الجزء (1)، العدد (182).
- صادق، سالم نوري، ومحمود، اياد طالب (2022). الوعي الانفعالي لدى طلاب المرحلة الاعدادية. عبدالبديع، راندا ربيع، & احمد، عبير غانم (2022). فاعلية برنامج تدريبي لتحسين بعض المهارات المعرفية والوعي الانفعالي لدى الاطفال ذوي صعوبات التعلم الانفعالية. مجلة كلية التربية جامعة طنطا، 87(3)، 695-637.
- العجرش، حيدر حاتم فالح (2015): منهج البحث العلمي في التربية ، ط1، دار الصادق الثقافية ، العراق
- العجيلي، صباح حسين واخرون (2011): مبادئ القياس والتقويم التربوي ، ط3، دار الصادق ، بابل .
- علام، صلاح الدين محمود (2000): القياس والتقويم التربوي والنفسي، دار الفكر العربي، القاهرة .
- كوافحة، تيسير مفلح (2010). القياس والتقويم واساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة (ط. 3). دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- المحمودي، محمد سرحان علي (2019): مناهج البحث العلمي ، ط3، دار الكتب ، صنعاء .
- مكي، شيماء احمد، حسين، خيرى احمد، وعباس، مدحت الطاف (2018). الخصائص السيكومترية لمقياس الوعي الانفعالي لدى طلاب الجامعة بمحافظة اسوان. مجلة كلية التربية، 33(33)، 326-313.
- يونس، محمد محمود (2015). سيكولوجية الدافعية والانفعال. دار المسيرة. عمان.
- Barchard, K. A., Lane, R. D., & Watson, B. D. (2010). *Emotional awareness: Computer and hand scoring of an open-ended test*. Paper presented at the American Psychological Association Convention, San Diego, CA, USA, August.
- Cicchetti, D., & Cohen, D. J. (2006). *Developmental psychopathology, Volume 3: Risk, disorder, and adaptation* (Vol. 3): John Wiley & Sons.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology behavioral assessment*, 26(1), 41-54 .

- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*. New York: Guilford Publications.
- Harter, S., & Buddin, B. J. (1987). Children's understanding of the simultaneity of two emotions: A five-stage developmental acquisition sequence. *Developmental psychology*, 23(3), 388 .
- Lane, R. D., Kivley, L. S., Du Bois, M. A., Shamasundara, P., & Schwartz, G. E. (1995). Levels of emotional awareness and the degree of right hemispheric dominance in the perception of facial emotion. *Neuropsychologia*, 33(5), 525-538 .
- Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A., & Zeitlin, S. B. J. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(1-2), 124-134 .
- Neyem, A., Aracena, C., Collazos, C. A., & Alarcón, R. J. I. R. c. d. i. (2007). DISEÑANDO DISPOSITIVOS CON AWARENESS EMOCIONAL: LO QUE UNO VE ES LO QUE UNO SIENTE. *Revista Colombiana de Psicología*, 15(3), 227-235 .
- Phillips, L. H., MacLean, R. D., & Allen, R. (2002). Age and the understanding of emotions: Neuropsychological and sociocognitive perspectives. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences Social Sciences*, 57(6), P-526P530 .
- Purnamaningsih, E. H. (2017). Personality and emotion regulation strategies. *International Journal of Psychological Research*, 10(1), 53-60 .
- Rieffe, C., Oosterveld, P., Miers, A. C., Terwogt, M. M., Ly, V. J. P., & Differences, I. (2008). Emotion awareness and internalising symptoms in children and adolescents: The Emotion Awareness Questionnaire revised. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(8), 756-761 .
- Rieffe, C., Terwogt, M. M., Bosch, J. D., Frank Kneepkens, C., Douwes, A. C., Jellesma, F. C. J. C., & Emotion. (2007). Interaction between emotions and somatic complaints in children who did or did not seek medical care. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21(8), 1630-1646 .
- Sadr, M. M. (2016). The role of personality traits predicting emotion regulation strategies. *International Academic Journal of Humanities*, 24-13, (4)3 .
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition personality*, 9(3), 185-211 .
- Waliski, A. D., & Carlson, L. A. (2008). Group work with preschool children: Effect on emotional awareness and behavior. *The Journal for Specialists in Group Work*, 33(1), 3-21 .