

الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الأطفال

الباحثة دينا مبدرمالح أ.م. د ايناس محمد مهدي المهداوي

جامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

mymymhrt@uomustansiriyah.edu.iq

enass.mohamed@uomustansiriyah.edu.iq

مستخلص البحث:

يهدف البحث الحالي الى تعرف الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الأطفال، فضلاً عن التعرف دلالة فروق في الثقة الانفعالية حسب متغير الخدمة، قامت الباحثة تبني مقياس صدام (٢٠١٦) معتمدة على نظرية ليندينفيلد 2014 وتكون المقياس من (46) فقرة موزعة على خمس أبعاد، وتم استخراج خصائص السايكومترية من صدق وثبات ثم الخروج بالصيغة النهائية وتطبيقه على عينة التي بلغ عددها (٤٠٠) معلمة وبعد معالجة احصائياً توصلت الباحثة إلى ما يأتي :

ان معلمات رياض الاطفال يتمتعن بمستوى عال من الثقة الانفعالية، لا توجد فروق في الثقة الانفعالية حسب سنوات الخدمة

قد توصل الى جملة من التوصيات والمقترحات

تدريب المعلمات على مهارات تنظيم الانفعال، كالتنفس العميق، إعادة التقييم المعرفي، والتأمل الواعي.

تقترح الباحثة إجراء الدراسات الاتية :

إجراء دراسة الثقة الانفعالية وعلاقة بالقيادة الفعالة لدى مديرات رياض الاطفال

الكلمات المفتاحية : الثقة الانفعالية – معلمات رياض الأطفال.

اولاً: مشكلة البحث :

الثقة الانفعالية هي أحد المفاهيم النفسية المعقدة المرتبطة بتطوير الفرد لنفسه والتي تتضمن اكتساب مهارات جديدة لجوانب من السلوك، الوصول إلى مرحلة الثقة الانفعالية والقيام بذلك هو امر صعب للغاية (ليندينفيلد، 2014: 1). ان الافراد الذين يتمتعون بخصائص ودرجات منخفضة من الثقة الانفعالية يشكّلوا عقبة أمام محاولات للخروج من الأزمات النفسية التي يتعرضون لها في مختلف مجالات الحياة بالإضافة إلى حدوث مشكلات التوافق الاجتماعي والتربوي والمهني

(المغربي، 2008: 44). كما أن سوء إدارة الانفعالات من قبل الأفراد، وخاصة المكبوتين منهم، بسبب الارتباط بين الجهاز العصبي وجهاز المناعة، يؤدي إلى الضغط على العضلات والقلب ومعظم أجهزة الجسم الأخرى، لذا فإن الثقة الانفعالية تمكن الفرد أن يحافظ على هدوئه عندما يشعر بالتوتر أو عندما يتعرض لضغوط انفعالية ، فإنه يكون قادراً على احتواء شعوره بالإحباط أو الغضب لأنه عندها سوف يفكر بطريقة عقلانية (منطقية)، وهو بهذه الطريقة يستخدم الدماغ الأيمن ويسمح ويفكر من خلال هذه الطريقة وينتقل من معرفة إلى أخرى، ويتصرف بعفوية، ويطلق العنان لنفسه لإثارة الفكاهة والمرح عندما يكون في موقف يسبب التوتر، عندها يتمتع الفرد بقدر أكبر من احترام الذات لأنه لن يسمح لمشاعره بالتحكم في سلوكه دون عقله، وهو على هذا النحو يستطيع تقديم الدعم للآخرين، لأن احتياجاته العاطفية لا تشكل عبئاً عليه يمكنه رؤية الفرص بدلاً من رؤية العقبات التي تكمن أمامه (ليندينفيلد ، 2014: 4-5). تتطلب الثقة مزيجاً من التصورات المعرفية والانفعالية وتعتمد على الخبرة السابقة للفرد كما تتأثر انفعالات الفرد اذا كان ذكر أو أنثى ، والمستوى التعليمي، والمستوى الاقتصادي، والسياق الثقافي والاجتماعي، وكلها أمور تؤثر على ثقته بالجوانب الإيجابية والسلبية (جابر صدام، 2016: 7) فإن مشكلة البحث تتمثل في إجابة عن سؤال التالي:

(ما مستوى الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الأطفال؟)

ثانياً: أهمية البحث:

إن الثقة الانفعالية مطلب أساسي في حياة كل فرد، تتطلب الكثير من المواقف التي نوجهها في حياتنا اليومية ضبط النفس في أقوالنا وأفعالنا، حيث تعتبر انفعالات مرشدة للسلوك البشري بشكل عام، وهي أحد المعايير المهمة التي يمكننا من خلالها الحكم على تصرفات الأفراد، فهناك من يتحكم في ردود أفعاله ويكظم غضبه ويصفح ويسامح، وهناك من يفرج عن انفعالاته استجابة للمواقف التي استفزته، ويمكن القول أن الانفعالات هي سلوكيات أو استجابات متكاملة للكائن الحي لها شكل انفعالي ولها مظاهر فسيولوجية مختلفة، ويجب على الفرد أن يكون مستعداً ويتحكم في انفعالاته لمتفاوتة في الشدة والنوع (السمادوني، 2007: 52). حاول علماء النفس دراسة الانفعالات، فهي أحد أشكال تجارب نمو الإنسان خلال مراحل حياته، ومنفذ لنظرته إلى العالم، وتقدمه في جميع مراحل النمو، كما أنها ترتبط بالأحداث الاجتماعية والنفسية، النمو الأخلاقي، إذ فهم نفسه والآخرين، تنمو لديه القدرة على التواصل بشكل فعال بيئياً واجتماعياً، هناك الكثير من الأدلة العلمية التي تؤكد أهمية الثقة الانفعالية في تنمية شخصية الفرد خلال فترة المراهقة، ودورها الكبير في التكيف النفسي والاجتماعي والتربوي والاستقرار والسلامة النفسية، وتتجلى أهمية الانفعالات كونها جزءاً أساسياً ومهماً في البناء النفسي للإنسان، فهي تميز معالم شخصية الإنسان وتشكل جانباً مؤثراً في قدرته على التفكير والتوجه نحو هدف ما، وتحديد الأسلوب الذي يتكيف مع متغيرات حياته، كذلك معرفة مستوى قدراته وطاقاته (اللامي، 2014: 7). إذ أشار كوبر (Cooper، 1998) إلى سيطرة الفرد على انفعالاته خلال تجربته في مواقف الحياة المختلفة، تكسبه الثقة والإنتاج والتحدي سواء أكان ذلك على مستوى الفرد أم الجماعة (Cooper، 1998: 88). وكذلك تبرز أهمية الثقة الانفعالية في زيادة احترام الذات من خلال تنظيم المشاعر حتى يتصرف الفرد بطرائق لا تتناقض مع قيمه، كذلك يشعر بهويته الشخصية التي تزيد من تركيز الفرد ومن فاعلية ذاكرته وقدرته على التنقل بسهولة بين الفص الأيسر من المخ المسؤول عن المنطق وبين الفص الأيمن المسؤول عن الحدس والعاطفة (ليندنفلد، 2014: 17). إن تعليم الأفراد كيفية تغيير أفكارهم يمكن أن يؤدي في الواقع إلى تغيير في كيمياء الدماغ، ويشار إلى الأساليب التي تحقق تقدماً مفاجئاً في المعرفة والتكنولوجيا على أنها تعديلات سلوكية معرفية لأنها تركز على تغيير الروابط بين ما نفكر فيه وما نفعله (حسين، 2003: 394). كما إن الانفعال والعاطفة يعتبران الشحنة الموجهة للدوافع والمصاحبة لها، فضلاً عن ذلك فإن كل من الانفعال والعاطفة يمثلان مستوى أكثر تعقيداً من الدوافع، لذا ينظر إليهما كتنظيم للدوافع، كما يؤثران بصورة مباشرة على العمليات العقلية والمعرفية للإنسان وعلى تحريك سلوكه أو توجيهه نحو طرق محددة (الفاروي و حسن، 2009: 19).

الثقة الانفعالية تعد من مهارات التي يجب على معلمة رياض الأطفال إتقانها فإن تمتع لمعلمة لهذه المهارة يجعلها تتعامل مع الأطفال بصورة ايجابية وهنا يتعلم الأطفال عن طريق قدوتهم وهي المعلمة وذلك عندما يرى الطفل معلمته كيف تتعامل مع المواقف التي تحصل في الصف بحزم وهدوء فإنه هنا يتعلم حل النزاعات بهدوء اضافته إلى ان المعلمة التي تسيطر على انفعالاتها امام الطفل تساعد على الشعور بأمان وتقلل الخوف والقلق لديه.

1- الأهمية النظرية :

- أ- تُعد الثقة الانفعالية لدى معلمة رياض الأطفال عنصراً محورياً في بناء بيئة تعليمية صحية داعمة.
- ب- تثري الدراسة الحالية المعرفة الإنسانية والمكتبة العربية بالأطر النظرية التي تناولت متغير الثقة الانفعالية.

2- الأهمية التطبيقية :

- أ- قد تسهم نتائج هذه الدراسة في توعية المعلمات بثقة الانفعالية واهميتها وتأثيرها على الاطفال.
ب- احتياج المعلمات لإجراء مثل هذه الأبحاث على معلمات نظرا لأهمية شعورهن بالثقة الانفعالية.
ثالثاً: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف :

1. الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الأطفال
2. دلالة فروق في الثقة الانفعالية حسب متغير الخدمة

رابعاً: حدود البحث

يتحدد البحث الحالي :

1. الحدود البشرية: معلمات رياض الاطفال
2. الحدود المكانية: الروضات الحكومية بمحافظة واسط
3. الحدود الزمانية: 2024-2025
4. الحدود الموضوعية : الثقة الانفعالية.

خامساً: تحديد المصطلحات

1. الثقة الانفعالية (emotional confidence): يعرفها كل من:

أ- سالوفي وماير (Salovey & Mayer, 1997)

حالة نفسية تسمح للفرد بالتعبير عن مشاعره دون القلق أو الإحراج ، مما يعزز الانفتاح الانفعالي والتواصل الفعال مع الآخرين. " (Salovey & Mayer، 1997 : 167) .

ت- كيلنتر وجروس (Keltner & Gross 1999) :

وعي الشخص بقدرته على التحكم في انفعالاته مع الوعي الذاتي والموازنة بين المتطلبات الداخلية والخارجية (Keltner & Gross، 1999: 471).

ث- الفاروي وحسن (2009) :

الطمأنينة التي يشعر الفرد بها داخل نفسه عندما يعلم أنه يمكن أن يعتمد على قدراته في السيطرة الكاملة على انفعالاته لأنه من المفيد للفرد أن يبقى في ذهنه دائماً صورة لأحد المثل العليا ويعتبر جيداً وأداة قياس مهمة لمدى نجاح الفرد في إدارة انفعالاته وعواطف الآخرين،
(الفاروي وحسن ، 2009 : 84).

ج- ليندينفيلد (Lindenfield ، 2014)

اعتقاد الفرد واعتماده بشكل كامل على قدراته في التحكم بمشاعره والسعي لتحسين الجوانب الوجدانية والسلوكية وتطويرها بما يضمن الاحتفاظ على صورة نموذجية مدركة وعدّها معياراً للحكم على انفعالاته وحسن إدارتها وديمومتها (Lindenfield, 2014: 10).

ح- التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف ليندينفيلد للثقة الانفعالية لاعتماد الباحثة على نظرية ليندينفيلد في البحث الحالي.

خ- التعريف الإجرائي هي الدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلمة خلال اجابتها عن فقرات مقياس الثقة الانفعالية

2.. معلمة رياض الأطفال إنسانه لها خصائص تؤثر وتتفاعل مع الأطفال عند تعليم وتقديم الخبرات لهم وتساعدهم على التوافق مع المجتمع وتهيئتهم للتفاعل مع ضغوط العالم ومتغيراته السريعة إلى جانب أثرها في الأداء الأكاديمي والتهيئة لتعليم النظام في المدرسة (مردان، 2004 : 229)

اطار النظري الثقة الانفعالية

تشكل الثقة الانفعالية جزءاً مهماً وضرورياً من البناء النفسي والانفعالي للإنسان ، ويحدد ميزات شخصيته وقدرته على التفاعل مع مواقف الحياة ، حيث إنه عنصر في الإدارة الانفعال من خلال مواقع الاستيلاء والتوجه نحو الهدف ، وتحديد مستوى القدرات ، وتحديد مقالاته وتوضيحها فإن البناء النفسي الرصين هو مؤشر على الثقة والإدارة المتوازنة للعواطف ، واتخاذ المبادرة والمثابرة التي تعتمد على أحكام الفرد وتوقعاته المتعلقة بمهاراته السلوكية ومدى ما يكفي للتعامل بنجاح مع تحديات الحياة والبيئة تكتسب الشخصية الثقة والتوازن والمرونة الانفعالية (Al -Alawi, 2013: 77). الثقة الانفعالية هي نوع من الوعي بالانفعالات والقدرة على تحمل المسؤولية عن الإجراءات المتعلقة بالعواطف والمشاعر والتعاملات الإيجابية مع العواطف والمشاعر والسعادة ، لأن النساء اللاتي لديهن مستوى عالٍ من الثقة الانفعالية يضعن أهدافاً واقعية ويصبحن قادرات على تحقيق نوع من التوازن بين الانفعال والعقل في التعامل مع القرار (Mobayed, 2003: 26). كدليل على نتائج الصحة العقلية وبعض المهارات الانفعالية والحياة ، عمل العلماء والباحثون بجد لمعرفة التأثيرات والنتائج الإيجابية للثقة الانفعالية ، كوسيلة ومهارات الانفعالية والمعرفة في البحث الاجتماعي والشخصي وعلم النفس الإيجابي، والحديث عن أثرها الإيجابي في رفع مستوى القدرات على القيام بالسلوك الإيجابي والتعامل بفعالية مع متطلبات وتحديات الحياة اليومية من خلال عدة مهارات مثل ترويض المزاج، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات، والتصرف بوعي والتعاطف، والاستماع إلى المشاعر، والتفكير الإبداعي والنقدي، وإدارة العواطف، والتعامل مع الضغوط، والتواصل مع الآخرين، والحكم من خلال الخبرة وأشارت الأدبيات النفسية ونتائج الدراسات السابقة إلى أن المهارات الانفعالية ترتبط بشكل إيجابي بالمهارات المعرفية والسلوكية الفعالة، وتعتبر منبئات قوية للصحة النفسية والسلوك الإيجابي.؟؟؟

1- تأثير الانفعالات على أجسامنا:

تبدأ استجاباتنا الانفعالية في العمل بمجرد اكتشاف واحد أو أكثر من حواسنا أن هناك شيئاً ما يحدث (سواء أكان داخلياً أو خارجياً) ، والذي قد يؤثر على صلاحنا ، حيث أن هذا الاعتقاد بأن حواسنا جعلت نوعاً من التحفيز في أدمغتنا ، والتي بدورها تبدأ سلسلة معقدة من التغييرات النفسية المصممة لتجعلنا نتحرك ونستجيب بشكل صحيح على سبيل المثال: ترى عيني برتقالية ناضجة - يدي تتحرك بسرعة لأخذ برتقالية قبل أحد تلك الموجودة في الغرفة - القبلية.وضح الرسم التالي الطريقة التي تتخذها ردودنا الانفعالية أثناء مرورها عبر مراكز مختلفة من دماغنا انفعالي الآن، سوف نتعرف على المزيد حول الجزأين ، اللذين يتشكل منه دماغنا الانفعالي، وهو مسؤول إلى حد كبير عن ثقتنا الانفعالية - القشرة الجديدة والبلوزة (Linddfield, 2014: 27)

يقع مركز الفهم المتقدم في نظام القهوة المحاط بجذور الدماغ ، ويتألف من مجموعة معقدة من طبقات الدوائر العصبية ، والتي تم تطويرها من "عقل الأنف" في أسلافنا البدائيين عندما كان الشعور بالرائحة هو الأداة الوحيدة التي يحتاجون إليها لمساعدتهم على التمييز بين ما هو مناسب للأكل وما هو غير مناسب للأكل مع تطور الناس أكثر ، كانوا بحاجة إلى شعور أكثر دقة ، لذلك تم استخدام الطبيعة لهم في القشرة الجديدة - والتي عادة ما تُعرف باسم "دماغ التفكير"

لقد تطورت هذه المادة الرمادية التي تشبه الهلام إلى درجة أنها أصبحت تمدنا بخدمات تحليلية سريعة لاتخاذ القرارات وتكوين الآراء حيث مكنتنا شبكتها المعقدة من الأعصاب من الشعور بمشاعر معينة تجاه الحدث إلى جانب التفكير في أفكار متعمقة عن نوعية الفعل الذي يمكننا الإقدام عليه في المقابل، أنها تمكنا من "السيطرة" على انفعالات الآخرين بحيث تزداد احتمالات أن يعطونا ما نحتاج إليه،

فعلى سبيل المثال، يمكننا أن نصدر ابتسامة جذابة من أجل أن نروق لشخص آخر أو أن نعبر في غضب من أجل غرس الخوف في نفس من يحاول الاعتداء علينا (ليندنفلد، 2014: ٢٨).

2- اللوز ووظيفتها:

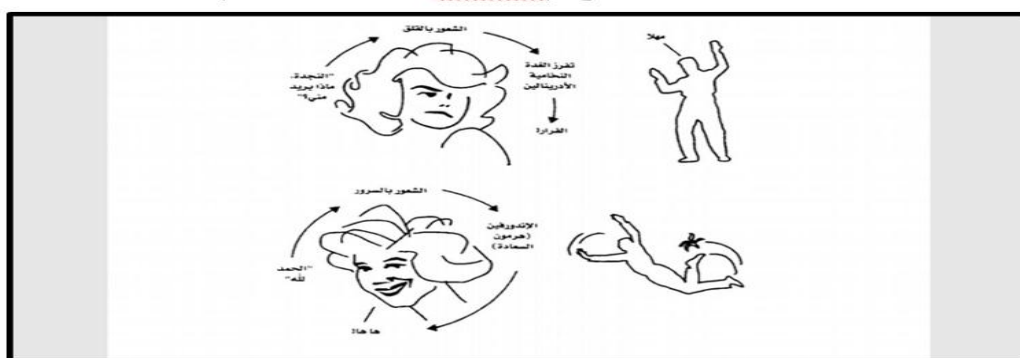
يوجد مركز انفعالي مهم آخر في دماغنا ، ويقع في الفص الأمامي مباشرة فوق جذع الدماغ في قاعدة التشحيم - المركز المسؤول عن حياتنا الانفعالية، يتكون هذا المركز (الذي يسمى اللوزتين) من شبكة من الأعصاب ، ولكن له بنية أبسط في الواقع دماغنا انفعالي البدائي عندما تطورت وظيفتها من أجل تحضير الإنسان بسرعة على رد فعل الكرة أو الهروب عندما يشعر بالخطورة ، ولكن الآن أصبح أكثر ارتباطاً بمركز تفكيرنا والذي يتحكم في أنشطتنا ، معظم الوقت.

بمجرد أن تشعر بحدث رائع ، يحلل مركز التفكير في دماغنا هذا الحدث ويتخذ قراراً بشأن أي من الاستجابات انفعالية التي تناسبه ثم يبدأ في اتخاذ الإجراء المناسب فيما يتعلق بالأجزاء المسؤولة عن الإفرازات الهرمونية المسؤولة عن العضلات من أجل إعداد أجسادنا، على سبيل المثال تشعر عيوننا وأذاننا برجل ذاهب إلينا ، ثم ينزلق على قذيفة موز وتجول على وجه يفكر دماغنا في الحدث ويقرر أن المتعة ستكون الاستجابة انفعالية المناسبة للوضع (البينديفيلد ، 2014: 29).

ترسل إشارة من أجل إفراز بعض الإنذورفين (الذي يُعرف باسم هرمون السعادة ، والذي يحفز بدوره نظام عضلاتنا على العمل لإصدار ابتسامة، أو لحلقنا ليصدر ضحكة، مثلا تشعر أعيننا وأذاننا برجل يعدو نحونا يلوح بيده ليجذب انتبهنا، تفكر قشرة دماغنا الجديدة في المشهد وتقرر أنه من المرجح أن يكون هذا الرجل يقصد إيذاءنا وتقرر أن الفلق سيكون الاستجابة المناسبة، ترسل القشرة الجديدة رسالة إلى اللوزة التي تنشط الغدة النخامية لتفرز القليل من الأدرينالين لتحويل تدفق الدم بعيدا عن الجلد ليعذي القلب وتجعله يدق بسرعة أكبر لتحصل عضلاتنا على المزيد من الطاقة.

(لینڈینفیلڈ، ۲۰۱۴: ۳۰)

يوضح شكل (1) تحليل الموقف في دماغنا



نظرية ليند ينفيلد في الثقة الانفعالية (Lindenfeld Theory In Emotional Confidence)

الثقة الانفعالية هي مفهوم قصير يستخدم لوصف مكونات محددة نشعر بها بداخلنا عندما ندرك أنه يمكننا الاعتماد على قدراتنا لنتمكن من التحكم في مشاعرنا بشكل كامل، ومن المفيد عند تغيير بعض جوانب أنفسنا أو سلوكنا أن نلتقط صورة القدوة المثالية في أذهاننا هذا النموذج إن المثل الأعلى الذي يضعه الفرد في ذهنه هو أداة ملهمة ومفيدة في تغيير سلوكنا نحو الأفضل (ليندنفلد، 2014: 7).

مجالات ليندينفيلد في الثقة الانفعالية :

أولا : ترويض الطبع Taming the Temperament:

يرى الطبع كمصطلح يستخدم لوصف استعداد الفرد ل انفعالات أو حالات مزاجية معينة، فهو يمثل مشاعرنا التي اعتدنا عليها طوال حياتنا، وأصبحت عنصرا أساسيا في حياتنا جزء لا يتجزأ من شخصياتنا، ويمكن القول أنها جاءت لتوجيه سلوكنا وتوجهاتنا (ليندينفيلد، 2014: 25).

ثانياً: تهدئة الحساسية الانفعالية Sooth Emotional

تُعرف الحساسية العاطفية بأنها تأثير الشخص على المواقف الطبيعية ، والتي قد لا تتعب منها ، ويمكن تفسيرها بواسطة الكلمة أو العرض أو الحركة بتفسير أكثر مما يستحق بطريقة مبالغ فيها، والشخص الحساس لديه مهارة تلقي (التقاط) مشاعر الآخرين وتفسير رسائلهم الانفعالية غير اللفظية ، حيث يتميز بمهارة كبيرة في قدرتها على شرح التواصل الصادر عن ذلك ، وخاصة تلك المتعلقة بالمشاعر والعواطف لذلك نشعر بالارتباك الانفعالي الناتج عن الجروح السابقة والمواقف الانفعالية التي نتج عنها مشاعر سلبية ، والتي من شأنها أن تسبب لنا في سلوكنا كنتائج لتسربنا الحالي أضعف ، ومن المرجح أن يزداد خوفنا ، والذي بدوره سيؤثر على فرصنا الجيدة التي تعزز ثقتنا الانفعالية ، ونخاطر أيضاً بعدم قدرتنا على الشعور بمشاعر إيجابية مثل الفرح والحماس أو الحب أو التعاطف ، لذلك نعلم انفعالنا المكبوتة وطبيعتنا ومحاولة تنفيس هذه المشاعر التي أثارها هذه الأعراق الانفعالية والهدوء ، من خلال البحث عن تعويض عن أنفسنا. خارجي بطريقة بناءة ، حيث سيساعدنا على التغلب على والددة هذه الجروح وتفريغها بحزم خلف ظهورنا ، حتى نتمكن من استعادة ثقتنا الانفعالية وبدء حياة جديدة للاستمرار في عجلة الحساسية الانفعالية ، تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر (الجبوري، 2020: 199-200).

ثالثاً: تسخير العادات Harnessing Habits

تعني قدرة الفرد على استعادة السيطرة والتحكم بانفعالاته ومشاعره الشديدة التي تكون متكررة وتقف عائقاً في طريق توازن انفعالاته أو في طريق الشخصية التي تطمح أن تكون عليها من خلال تغيير أو تعديل هذه العادات لصالح الفرد، ومن أمثلة هذه العادات الغضب والخوف والحسد والغيرة و اللامبالاة والأناية (Lindenfeld, 2014: 142).

خطوات لترويض هذه العادات وتسخيرها لصالحنا كما يلي:

القبول: وهو التعبير عن مشاعرنا حتى لو شعرنا بالخجل من حالتنا الانفعالية وتقبلها لأن إنكار مشاعرنا ما هو إلا وسيلة دفاع مؤقتة

تحكم: إنه يتحكم في استجابتنا انفعالية ، إن عملية التحكم في انفعالنا تنتج حالة من الهدوء داخلنا.

التسخير: تتضمن هذه الخطوة ترويض العادات التي تؤدي إلى فقدان السيطرة على انفعالاتنا.

استمتع: الاستمتاع بالجانب انفعالي من نفسك، على سبيل المثال، أن تجد نفسك بانفعال أفضل بكثير من عدم الشعور بأي شيء (الفرماني والحسن، 2009: 174).

رابعاً: استدامة الثقة الانفعالية

إنه يمثل قدرة الفرد على ممارسة الأساليب الأساسية للسيطرة على انفعالاته بشكل دائم وانتظام ، من أجل أن يكون قادراً على استخدام مهارات المعرفة انفعالية مع حساسية أكبر وأقل صلابة في الحكم على ردود أفعاله أو ما يقدمه في تقييم وتطوير الذات و الثقة انفعالية في الآخرين (جابر صدام ، 42: 2016).

خطوات لتعزيز الثقة الانفعالية :

اقترحت ليندينفيلد سبع مراحل يمكن للفرد من خلالها تعزيز ثقته انفعالية ، وهو قادر على النجاح في التغلب على أزماته الانفعالية وإعطاء قوة إضافية لثقته انفعالية، وهي بالترتيب

المرحلة الأولى / الاستكشاف: الهدف من هذه المرحلة هو استخدام عقلنا الواعي لفهم ما حدث لكل أزمة انفعالية.

المرحلة الثانية/ التعبير: يجب التعبير عن هذه المشاعر والانفعال ، وإن كان ذلك إلى حد كبير على الأقل ، بطريقة طبيعية وأمنة "ضمن حدود سيطرتنا عليها.

المرحلة الثالثة/ الهدوء: نسمح لأنفسنا بالتعافي من اضرار الأزمات والصدمات انفعالية والتعبير لشخص يفهمنا ويحترم مشاعرنا.

المرحلة الرابعة/ التعويض: إجراء الإصلاحات المناسبة على ثقتنا الانفعالية التي اهتزت بالظروف والأزمات التي تعرضنا لها في الفترات السابقة.

المرحلة الخامسة/ المنظور: فهم أسباب الحدث، وكيف يحدث، من أجل الاستفادة من التجارب السابقة في كيفية التعامل مع الأنشطة المستقبلية.

المرحلة السادسة/ التوجيه: نوجه الآخرين معتمدين على تجاربنا الانفعالية السابقة،
(ليندينفيلد، 2014: 25).

فوائد الثقة الانفعالية:

1. شعور أفضل بالهوية الشخصية: لأنك ستكون أكثر استقراراً في أفعالك وردود أفعالك
 2. القدرة على استخدام عقلك بشكل أكثر فعالية: نظراً لأنك ستزيد من تركيزك ، وفعالية ذاكرتك وقدرتك على التحرك بسهولة بين الفص الأيسر للدماغ ، والمسؤولة عن المنطق ، والفص الأيمن المسؤول عن الحدس وانفعال
 3. حافظ على دوافعك: نظراً لأنك ستتمكن من إثارة مشاعر إيجابية تحافظ على اهتمامك بأهدافك وتمكنت من التحكم في المشاعر السلبية ومنعها من التسلسل إلى طموحك عندما تواجه أي عقبات.
 4. توفير الوقت: لأنك ستتمكن من اتخاذ القرارات بشكل أسرع والبدء في العمل بشكل أسرع من خلال القضاء على القلق والذعر غير الضروريين.
 5. اتخاذ قرارات أفضل: لأنك ستكون على دراية بتأثير مشاعرك على قوتك العقلية.
 6. قدرة أكبر على العمل بمفرده : لأنك لن تخاف من الوحدة وستتعلم كيفية الاستمرار في شحن نفسك بمشاعر إيجابية.
 7. تذوق التغيير: لأنك ستتمكن من التحكم في المشاعر التي لا مفر منها ، والتي ترافقك من خلال التحولات المرغوبة وغير المرغوب فيها.
 8. صحة بدنية أفضل: نظراً لأن أعصابك ونظام المناعة الخاص بك مرتبطة ولأن التوتر المكبوت الناتج عن المشاعر التي لم تسيطر عليها بشكل صحيح يزيد من التوتر في عضلاتك وقلبك ومعظم أعضاء جسمك (ليندينفيلد، 2014: 17) وقد تم اعتماد على هذا نظرية كونها تم تبني مقياس المعد على هذه النظرية
- لم تجر دراسات سابقة تناولت هذا موضوع تحديداً على عينة معلمات وخصوصي معلمات رياض الأطفال

منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً : منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لتحقيق هدف البحث وهو احد مناهج البحث العلمي المستعملة في البحوث التربوية والنفسية ويعتمد المنهج الوصفي على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وتعبيراً كمياً بمعنى أن هذا المنهج يساعد الباحث في الوصول إلى تطوير الواقع الذي يقوم بدراسته فعملية جمع المعلومات وتنظيمها تساعد الباحث في الوصول إلى تطوير هذا الواقع (عبيدات وآخرون، 1993: 73)

ثانياً: مجتمع البحث :
 ويتمثل مجتمع البحث جميع معلمات رياض الاطفال ، ممن يعملن في رياض الاطفال في محافظة واسط ، للعام الدراسي (2024/2025)

الجدول (١)

مجتمع البحث

عدد معلمات	عدد رياض	مديرية العامة لتربية واسط
٢٩٠	١٥	قضاء الكوت
٧٧	٦	ناحية حي
١٧	٣	قضاء بدر
٢٦	٣	قضاء الصويرة
٥٣	٤	قضاء العزيزية
١٨	٢	زبيدية
٣٢	٥	قضاء نعمانية
٢٨	٣	الموفقية
١٥	١	الاحرار
٥٥٦	٤٢	مجموع

ثالثاً: عينة البحث:
 بلغ افراد عينة البحث من (400) معلمة اختيروا بالأسلوب العشوائي من المجتمع الأصلي
رابعاً: أداة البحث
الثقة الانفعالية:

الجدول (٢)

عينة البحث

عدد معلمات	عدد رياض	مديرية العامة لتربية واسط
٢٧١	١٣	قضاء الكوت
٣٢	٥	قضاء نعمانية
٥٣	٤	قضاء العزيزية
٢٦	٣	قضاء الصويرة
١٨	٢	الزبيدية
٤٠٠	٢٧	مجموع

من أجل تحقيق أهداف البحث يتطلب ذلك توفر مقياس يتصف بالصدق والثبات والموضوعية من أجل قياس الثقة الانفعالية وبعد اطلاع الباحثة على الادبيات والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم الثقة الانفعالية ، تبنت الباحثة مقياس صدام (2016) المعتمد في بناؤه على نظرية ليندينفيلد (2016) الذي يتكون من 46 فقرة .

الخصائص السايكومترية لمقياس الثقة الانفعالية :

1.الصدق:

تحقق الباحثة من صدق المقياس الثقة الانفعالية من خلال الآتي :

أ.صدق الظاهري :

بعد أن تم صياغة فقرات مقياس الثقة الانفعالية ومن أجل استخراج الصدق الظاهري لفقرات المقياس قامت الباحثة بعرض فقرات المقياس والبالغ عددها (46) على مجموعة من المحكمين في مجال العلوم التربوية والنفسية وقسم رياض الأطفال والقياس التربوي وبلغ عددهم (15) ، مع التعريف المتغير وابعاده (ترويض الطبع، وتهذئة الحساسية الانفعالية، تسخير العادات، ديمونة الثقة الانفعالية) ذلك لإصدار حكم الخبراء عليها وبيان مدى ملائمة التعريف لمتغير البحث الحالي وصلاحيه الفقرات، كإضافة فقرات أو تعديلها أو استبعاد الفقرات غير المفهومة والفقرات التي لا ترتبط بأهداف المقياس، والتي لا تحصل على نسبة مناسبة من اتفاق المحكمين قدم الخبراء آرائهم وتوجيهاتهم حول فقرات المقياس التي اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق معيارا لصلاحيه فقرات المقياس، وقد تم استبعاد خمس فقرات من أبعاد كما موضح وبذلك أصبح عدد فقرات (٤٠) فقرة وسيتم تحليلها احصائيا لحساب قوتها التمييزية ومعاملات صدقها وثباتها.

ب. صدق البناء

قامت الباحثة باستخراج صدق البناء بمؤشري معامل التمييز الفقرات، وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية، كما يأتي :

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الثقة الانفعالية :

1- معامل تمييز الفقرة : ولحساب معامل تمييز الفقرات لمقياس الثقة الانفعالية طبقت الباحثة الاداة على عينة حجمها (400) معلمة في رياض الاطفال، وبعدها حسبت الدرجة الكلية لكل استمارة ثم تم ترتيبها من اعلى درجة الى ادنى درجة ، بعدها حددت نسبة (27 %) من الدرجات تسمى المجموعة العليا وحجمها (108) و (27 %) من الدرجات تسمى المجموعة الدنيا وحجمها (108)، ثم استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات المقياس ولهذا تكون الفقرة مميزة اذ كانت قيمتها التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية وكما هو موضح في الجدول الاتي :

الجدول (3)
معامل تمييز فقرات مقياس الثقة الانفعالية

القيمة الثانية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
8.163	0.918	4.185	0.300	4.944	1
9.799	1.181	3.074	0.990	4.527	2
13.384	0.941	3.453	0.448	4.796	3
0.612	1.251	2.203	1.758	2.953	4
9.158	1.081	3.768	0.538	4.833	5
6.933	1.054	3.500	1.045	4.490	6
12.203	0.948	3.583	0.483	4.833	7
10.755	1.255	3.675	0.496	4.842	8
10.453	1.255	3.111	0.838	4.629	9
13.283	1.000	3.268	0.569	4.740	10
12.052	1.072	3.166	0.723	4.666	11
13.876	1.028	3.268	0.532	4.814	12
15.980	0.931	3.361	0.326	4.879	13
13.052	1.020	3.379	0.514	4.814	14
10.097	1.057	3.759	0.434	4.870	15
1.218	0.999	3.463	0.785	4.713	16
6.781	1.240	2.777	1.478	4.037	17
10.307	1.053	3.740	0.480	4.888	18
7.891	0.992	4.120	0.338	4.916	9
8.236	1.080	3.638	0.778	4.694	19
8.714	0.945	3.944	0.526	4.851	21
13.363	0.931	3.463	0.532	4.842	22
12.376	0.892	3.768	0.364	4.916	23
16.157	0.925	3.324	0.364	4.870	24
9.277	1.060	3.842	0.499	4.888	25
12.922	0.910	3.555	0.508	4.851	26
11.356	1.021	3.675	0.388	4.870	27
14.077	0.928	3.416	0.496	4.842	28
14.568	0.970	3.546	0.230	4.944	29
11.456	0.961	3.518	0.616	4.777	30
11.105	0.960	3.648	0.555	4.833	31
9.762	1.109	3.722	0.513	4.870	32

13.418	1.062	3.463	0.349	4.907	33
13.124	0.945	3.611	0.399	4.907	34
13.081	0.933	3.629	0.399	4.907	35
13.353	0.915	3.240	0.613	4.657	36
11.369	0.920	3.740	0.428	4.851	37
12.872	0.860	3.685	0.382	4.851	38
11.122	0.920	3.777	0.480	4.888	39
7.896	0.887	4.129	0.460	4.888	40

القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (214) تساوي (1,96) يتضح من الجدول (1) ان جميع القيم التائية المحسوبة لكل فقرة من فقرات المقياس ذات دلالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) مما يشير ذلك الى قدرة فقرات المقياس على التمييز بين افراد المجموعتين المختلفين في الصفة المقاسة.

2- ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

هو مؤشر يُستخدم في التحليل الإحصائي للمقاييس النفسية والتربوية لقياس مدى اتساق الفقرة مع المقياس ككل. يُعبر عن هذا الارتباط بمعامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية، حيث تشير القيم المرتفعة لهذا المعامل إلى أن الفقرة تقيس نفس البعد الذي يقيسه المقياس بشكل عام، مما يعزز من صدق الفقرة وفعاليتها في المقياس (النعيمة، 2005: ٤٠) تم حساب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس من خلال استخدام الباحثة لمعامل ارتباط بيرسون حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (4)

الجدول (4)

قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

قيم معامل الارتباط	تسلسل الفقرات	قيم معامل الارتباط	تسلسل الفقرات	قيم معامل الارتباط	تسلسل الفقرات	قيم معامل الارتباط	تسلسل الفقرات
0.655	31	0.584	21	0.628	11	0.436	1
0.684	32	0.635	22	0.694	12	0.592	2
0.649	33	0.692	23	0.639	13	0.625	3
0.732	34	0.784	24	0.656	14	0.46	4
0.692	35	0.671	25	0.595	15	0.542	5
0.553	36	0.676	26	0.523	16	0.529	6
0.675	37	0.704	27	0.472	17	0.574	7
0.686	38	0.606	28	0.533	18	0.533	8
0.676	39	0.735	29	0.510	19	0.628	9
0.629	40	0.613	30	0.544	20	0.593	10

قيمة معامل الارتباط الحرجة عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (398) تساوي (0,098) يتضح من الجدول (12) ان جميع قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية ذات دلالة احصائية عندما تم مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (0,098) وهذا يشير ان كل فقرة من فقرات المقياس متسقة مع الدرجة الكلية في قياس نفس المفهوم

2. الثبات

لغرض ايجاد ثبات مقياس الثقة الانفعالية اتبعت الباحثة الطريقتين الاتيتين

أ- طريقة الاعداد

وزعت الباحثة المقياس على (50) معلمة مع اخذ اسمائهن وبعد فترة اسبوعين طبقت المقياس ع نفس العينة، ولحساب الثبات بهذه الطريقة استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني لعينة الثبات البالغ حجمها (50) طالبة حيث بلغ معامل الثبات المحسوب (0.840) وهو معامل ثبات مقبول.

ب – الفاكرونباخ

هي واحدة من الطرق الإحصائية المستخدمة لقياس أداة البحث (الاتساق) ، مثل الاستبيانات والاختبارات النفسية والتعليمية. يعكس هذا الاختبار مدى تجانس الفقرات في المقياس ، حيث تتراوح قيمتها بين 0 و 1 ، وكلما اقتربت القيمة 1 ، يشير هذا إلى درجة عالية من الاستقرار الداخلي. (عبيدات، 2010 : ١٥٦) ولحساب الثبات استخدمت الباحثة معادلة الفا كرونباخ حيث بلغ معامل الثبات المحسوب وفقا لهذه الطريقة (0.833) وهو معامل ثبات مقبول.

المؤشرات الاحصائية لمقياس الثقة الانفعالية :

تم حساب مؤشرات الاحصائية لمقياس الثقة الانفعالية للتعرف على مدى قرب درجات التحليل الاحصائي من التوزيع الاعتدالي.

مقياس الثقة الانفعالية بصيغته النهائية

تبنت الباحثة مقياس جابر صدام (2016) المعتمد في بناؤه على نظرية ليندينفيلد (٢٠١٦) الذي عرف الثقة الانفعالية بانها: (اعتقاد الفرد بقدراته في التحكم بمشاعره واعتماده بشكل كامل عليها والسعي الى تحسين الجوانب الوجدانية والسلوكية وتطويرها بما يضمن الاحتفاظ بصورة نموذجية مدركة وعدها معيارا للحكم على انفعالاته وحسن إدارتها وديمومتها) (ليندينفيلد، 2014: ١٠) ، ويتكون المقياس من (40) فقرة امام كل فقرة خمسة بدائل للإجابة وهي (تنطبق علي دائما – تنطبق علي غالبا – تنطبق علي أحيانا-تنطبق علي نادرا – لا تنطبق علي ابدا) تأخذ الدرجات عند التصحيح (1-2-3-4-5) لل فقرات الإيجابية والعكس لل فقرات السلبية على التوالي، كانت اعلى درجة (200) اقل درجة (٤٠) ومتوسط الفرضي (120) وبعد أن تحققت من الخصائص السايكومترية له اصبح جاهز للتطبيق على العينة البحث الاساسية البالغ حجمها (٠٠) من معلمات رياض الأطفال في محافظة واسط.

عرض النتائج وتفسيرها

1.تعرف على الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الاطفال .

للتحقق من الهدف الحالي استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمقياس حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول

(6)

الجدول(6)نتائج الاختبار التائي لتعرف الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الاطفال

المفهوم	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
						المحسوبة	الجدولية	
الثقة الانفعالية	400	166,54	19,965	120	399	46,627	1,96	دال

يظهر من النتائج الموضحة في الجدول (6) ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (46,627) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) وهذا يعني وجود فرق بين متوسط درجات عينة البحث والمتوسط الفرصي للمقياس وهذا الفرق لصالح متوسط درجات العينة، أن الثقة الانفعالية تنبع من قدرة الفرد على ضبط مشاعره والتفاعل معها بوعي ومرونة، فطبيعة عمل معلمات رياض الأطفال، بما فيها من تعامل يومي مع الأطفال ، يتطلب من المعلمة ترويض طباعها الانفعالية، وتهئية حساسيتها تجاه السلوكيات المثيرة للمشاعر، وتسخير عاداتها الانفعالية السلبية كالغضب أو القلق لتصبح أدوات إيجابية تدعم تواصلها الفعال، كما أن تكرار التجارب التربوية في البيئة الصفية يسهم في استدامة هذا التوازن الانفعالي، مما يجعل المعلمة أكثر قدرة على اتخاذ قرارات هادئة وتحمل الضغوط الانفعالية، وهو ما يعكس تطبيقاً عملياً لمجالات النظرية الأربعة: ترويض الطبع، تهئية الحساسية، تسخير العادات، واستدامة الثقة، وبالتالي يُعد عمل معلمات رياض الأطفال محقراً مباشراً لبناء وتطوير الثقة الانفعالية.

2. دلالة فروق الثقة الانفعالية لدى معلمات رياض الأطفال حسب سنوات الخدمة
 للتحقق من الهدف الحالي حسبت الباحثة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير مدة الخدمة لدى معلمات رياض الاطفال حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول الاتي:
 الجدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير مدة الخدمة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	مدة الخدمة
٢٢,٢٨٧	١٦٨,١٧٦	١٨١	اقل من ٥
١٨,١٥٢	١٦٢,٨٨٨	٨١	من ٥ -الى قل من ١٠
٢٠,٥٨٥	١٦٦,٠٨٧	٤٦	من ١٠ الى اقل من ١٥
١٥,٧٧٠	١٦٦,٧٩٣	٩٢	١٥ فأكثر
١٩,٩٦٥	١٦٦,٥٤٧	٤٠٠	Total

ولحساب الفرق بين المتوسطات استخدمت الباحثة تحليل التباين الاحادي لمعرفة دلالة الفرق في الثقة الانفعالية لدى معلمات الرياض وفقاً لمدة الخدمة حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (8)

الجدول (٨)

نتائج تحليل التباين الاحادي لمعرفة دلالة الفرق في الثقة الانفعالية لدى معلمات الرياض وفقا لمدة الخدمة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	١٥٨٠,٠٢٧	٣	٥٢٦,٦٧٦	١,٣٢٤	٢,٦٢	دال
داخل المجموعات	١٥٧٤٧٧,٠٧١	٣٩٦	٣٩٧,٦٦٩			
لمجموع الكلي	١٥٩٠٥٧,٠٩٨	٣٩٩				

يتضح من النتائج الموضحة في الجدول (8) ليس هناك فروق في الثقة الانفعالية بين معلمات رياض الاطفال وفقا لمتغير مدة الخدمة حيث كانت القيمة الفائية المحسوبة اقل من القيمة الفائية الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجتي حرية (3 - 396) لان الثقة تتشكل من خلال السمات الشخصية، والاستعدادات الوراثية، والعادات الانفعالية المكتسبة في مراحل مبكرة من الحياة، أكثر من ارتباطها بطول مدة العمل، وبما أن معلمات رياض الأطفال – بغض النظر عن سنوات خبرتهن – يخضعن لنفس متطلبات العمل الانفعالية من تهيئة الحساسية، وضبط الانفعالات، وتكرار التعامل مع مواقف انفعالية متشابهة يوميا، فإن الفروقات المرتبطة بالخبرة قد لا تكون كافية لإحداث تغيرات جوهرية في مستوى الثقة الانفعالية. كما أن نظرية ليندفلد تُشير إلى أن العقل اللاواعي والانفعالات المخترنة في الطبع والعادات الشخصية تلعب دوراً أقوى من مجرد مرور الوقت، لذا فإن استمرار المعلمة في بيئة العمل نفسها دون تغيير نوعي في مهاراتها أو ممارستها الانفعالية، قد لا يؤدي بالضرورة إلى ارتفاع مستوى الثقة الانفعالية مع زيادة سنوات الخدمة.

ثانياً: الإستنتاجات

1. ان معلمات رياض الاطفال يمتلكن ثقة الانفعالية، لأن طبيعة عملهن تتطلب التعامل اليومي مع الأطفال، مما يعزز قدرتهن على ضبط مشاعرهن، والتحكم في انفعالاتهن، والتصرف بهدوء في المواقف المختلفة. كما أن الخبرة والتفاعل المستمر مع التحديات يساعدهن على تطوير هذه الثقة بمرور الوقت.

ثالثاً: التوصيات

1. تدريب المعلمات على مهارات تنظيم الانفعال، كالتنفس العميق، إعادة التقييم المعرفي، والتأمل الواعي.
2. إدماج مهارات الذكاء الانفعالي في البرامج التدريبية الأساسية لمعلمي رياض الأطفال، بما يعزز قدرتهن على احتواء مشاعر الأطفال والتعامل مع المواقف التربوية انسجاماً.
3. الاعتراف بالإنجازات المهنية مهما كانت بسيطة، لما لها من أثر إيجابي على تعزيز الثقة بالنفس والانفعالات الإيجابية.

رابعاً : المقترحات:

تقترح الباحثة إجراء الدراسات الاتية :

- 1- إجراء دراسة الثقة الانفعالية وعلاقة بالقيادة الفعالة لدى مديرات رياض الاطفال

إجراء دراسة الثقة الانفعالية وعلاقة بالرضا الوظيفي لدى معلمات رياض الأطفال

1- المصادر العربية

- أنستازي، آن، وأوربين، سوزانا (2010): "الاختبارات النفسية" (ترجمة: د. عبدالله زيدان السرطاوي ود. كمال التابعي مرسى). دار الفكر العربي، القاهرة،
- البياني، نجاح حاتم حسون (٢٠١٥): التنظيم العاطفي والهوية الأخلاقية وعلاقتها بالتفكير النفعي لدى معلمات المرحلة الابتدائية، رسالة دكتوراه، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.
- جابر، علي سكر، وصادم، رؤى مديح (٢٠١٦): الثقة الانفعالية لدى طلبة الجامعة مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية – جامعة بابل، العراق ٢٩، ٢٠٤٥٢، ٥٠٢.
- الجبوري، مهدي عبد الرزاق حسن (٢٠٢٣): الثقة الانفعالية لدى طلبة الجامعة، مجله كلية التربية الاساسية-جامعة ذي قار
- السمادوني، السيد إبراهيم (2007): الذكاء الوجداني (أسسه – تطبيقات – تنميته)، 1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- عامر، طارق عبد الرؤوف (2008): معلمة رياض الاطفال ط1 مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة
- العلوي مجتبى (2001): قراءات في الذكاء الانفعالي ط1، لبنان – بيروت دار النهضة العربية للنشر.
- الفرماوي، حمدي علي و حسن، وليد رضوان (2009): الميثة إنفعالية ط دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- اللامي، أحمد فاضل عباس (2014): علاقة إدارة الانفعالات بالأنماط القيادية لدى مدري ومديرات المدارس الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية / الجامعة المستنصرية.
- لكبيسي، وهيب مجيد (٢٠١٠): الاحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية، بغداد، مؤسسة المرتضى للكتاب العراقي.
- محمد زياد حمدان (1999): "التقويم والقياس في التربية وعلم النفس". دار التربية الحديثة، القاهرة، ص 213.
- مردان، نجم الدين علي وآخرون (٢٠٠٤): المرجع التربوي العربي للتربية والثقافة والعلوم، ادارة برامج التربية.
- مغربي، عمر عبد الله مصطفى (٢٠٠٨): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة الانفعالية لدى عينة من معلمي المرحلة الثانوية بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية.

2- المصادر الاجنبية: of Professional Studies

- Cooper, R, (1998): Appling Emotional Intelligence in the work place Training and development, vol. 51 Issue 12
- Lindenfield Gael. (2014): Emotional Confidence E3HarpeThoron'sThoron'sHarpoLondon
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990): Emotional Intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 9(3), 185-211.
- McCarthy, D. (2007): Teaching Self - Advocacy to Students with Disabilities. Retrieved from <http://Disabilities.About Campus>, 12 (5), 10-16

ملحق رقم 1

مقياس الثقة الانفعالية بصورته النهائية
 الجامعة المستنصرية
 كلية التربية الاساسية
 قسم رياض الاطفال
 الدراسات العليا / ماجستير
 عزيزتي المعلمة.....
 تحية طيبة :-

فيما يأتي مجموعة من العبارات التي تصف حالاتك يمكن أن توجد أو لا توجد لدى أي فرد، يرجى منك قراءتها بإمعان، ثم اختيار البديل الذي يناسبك من بدائلها ، وذلك بوضع علامة (✓) في الحقل المقابل للفقرة والذي يمثل البديل المناسب، علماً بأن إجابتك سوف تعامل بسرية تامة ولن يطلع عليها أحد سوى الباحث وسوف تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط، كما انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، بل عليك أن تجيب بما يتفق مع ما تشعر به. مع جزيل الشكر والتقدير لتعاونكم

الباحثة دينا مبدر

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	انا سريعة الغضب			✓		

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	بأمكنني التحكم بردود افعالي امام الاطفال في الصف					
2	أمارس التمارين الرياضية للتخلص من مشاعر التوتر					
3	أتمكن بشكل منتظم من مواجهة حالات التوتر الانفعالي					
4	أفكر بطريقة غير عقلانية عندما أشعر بالاكتئاب					
5	أبقى هادئة عندما أتعرض للنقد من قبل مديرة الروضة					
6	أشعر بالخجل عندما يجاملني أحدهم					
7	أتحكم بمسار تفكيري عند مواقف الانفعال					
8	أأخذ من نجاحات زميلاتي المعلمات مصدرا ملهما لمواجهة المواقف الانفعالية					
9	أبتعد عن الاطعمة والمشروبات التي تسبب لي التوتر					
10	أأخذ من امكانية استكشاف الطبيعة الدقيقة للانفعالات السلبية					
11	أأخذ من التعبير عن مشاعري التي تؤدي إلى الألم					

وقائع المؤتمر العلمي لكلية التربية الأساسية في مجال العلوم الانسانية
والتربوية والنفسية وتحت شعار
(الاتجاهات الحديثة للعلوم الانسانية والتربوية والنفسية في التنمية المستدامة)
يومي الاثنين و الثلاثاء 2019/5/25

12	استثمر دعم وتشجيع زميلاتي لي لاخترال معاناتي				
13	أمتلك اسلوبي الخاص لتسخير استجاباتي التلقائية في المواقف المختلفة				
14	أمتلك معرفة مناسبة في مسببات الاضرار التي تؤدي إلى الألم				
15	استفيد من تجاربي الانفعالية السابقة والحالية في تصويب الاخطاء				
16	بإمكانني ترك مسببات الألم خلفي				
17	اتخذ من انفعالاتي مسوغا للهروب من الموقف الذي وضعت فيه				
18	بإمكانني ابداء مشاعر المودة نحو المعلمات والاطفال لكسب ودهم				
19	أنزعج من الأخبار المؤلمة				
20	أحزن بشدة عند مواجهة المواقف المحبطة				
21	ابدي المساعدة والتفهم لزميلاتي في المواقف الضاغطة				
22	أفكر في كيفية تغيير معتقداتي المعرفية غير الصحيحة				
23	أراجع نمط حياتي وأجري تغييرات بحيث أكون أقل عرضة للعادات السيئة				
24	أجد نفسي مستعدة لمواجهة المشكلات الانفعالية				
25	أود أن أكون الشخص الذي أريد أن أكون				
26	أتمكن من التحكم في انفعالاتي غير المرغوبة				
27	أفضل اتخاذ سلوك ايجابي بدلا من الاستمرار عاجزة ومستسلمة لمجرى انفعالاتي				
28	بإمكانني التأثير على زميلاتي من خلا إظهار انفعالاتي الايجابية				
29	بإمكانني احتواء انفعالاتي التي تعيق أداء مهامي العلمية				
30	لدي القدرة على اكتشاف مشاعر زميلاتي حول موقف ما				
31	استخدم معرفتي ومهاراتي بحساسية أكثر لمواجهة انفعالات الاطفال				
32	أتجنب الحكم السريع على انفعالات الاطفال الخاطئة				
33	أشارك مع زميلاتي خبراتي الانفعالية بصورة غير جارحة				
34	امتلك الصورة النموزجية التي اقتدي بها كي أحافظ على ثقتي بانفعالاتي				
35	أتمتع بالايجابية بكل انفعال اشعر به او يشعر به الآخرون				
36	أواجه زميلاتي بما اعتقده حول مشاعرهن				
37	بإمكانني التغلب على الصعاب مهما كانت كبيرة				
38	اتعامل مع أي الموقف الانفعالي بحسب ما يقتضيه الموقف				
39	اواصل عملي بهمة ونشاط رغم وجود التوتر الانفعالي				
40	أتحلى بالصبر مع الاطفال اذا لم أحقق نتائج سريعة وفق ما خططت له في الدرس				

Emotional confidence among kindergarten teachers

Abstract

This study aims to examine emotional confidence among kindergarten teachers. To achieve this goal, the researcher used the descriptive research method. The study population consisted of kindergarten teachers in Wasit Governorate. A sample of 400 teachers was selected using a stratified random sampling method with proportional distribution.

To measure emotional confidence, the researcher adopted the Jaber Saddam Scale (2016), based on Lindenfeld's (2014) theory. The scale consisted of 40 items. The psychometric properties of the scale's items were verified through discriminatory power and the correlation coefficient between the items and the total score. The validity and reliability of the scale were also confirmed, with the test-retest reliability coefficient reaching 0.840, while the Cronbach's alpha coefficient reached 0.833.

For statistical analysis, the researcher used Pearson's correlation coefficient, a one-sample t-test, a two-sample independent test, and Cronbach's alpha equation. The study results revealed that participants demonstrated a high level of self-advocacy.

Keywords: Emotional confidence – Kindergarten teachers.