

مقایسه طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجان مثبت-منفی در دانشجویان
ایرانی و افغانستانی: یک مطالعه بین فرهنگی

Comparison of adaptive-maladaptive emotional schemas and positive-negative emotion
regulation in Iranian and Afghan students: Across-cultural study

Dr. Mehdi Rezaei *

Assistant Professor, Department of Psychology,
Faculty of Educational Sciences and Psychology,
University of Birjand, Birjand, Iran.

Mehdi.rezaei15@birjand.ac.ir

Mohammad-Ali Mohammadi

M.A. in Educational Psychology, Department of
Psychology, University of Birjand, Birjand, Iran.

Dr. Hadi Samadieh

Assistant Professor, Department of Psychology,
Faculty of Educational Sciences and Psychology,
University of Birjand, Birjand, Iran.

دکتر مهدی رضایی (نویسنده مسئول)

استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه
بیرجند، بیرجند، ایران.

محمد علی محمدی

کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی
و روانشناسی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران.

دکتر هادی صمدیه

استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه
بیرجند، بیرجند، ایران.

Abstract

This study aimed to compare emotional schemas (adaptive-maladaptive) and emotion regulation strategies (positive-negative) between Iranian and Afghan students. The research method was a causal-comparative. The statistical population included all Iranian and Afghan students at the University of Birjand in the second semester of the academic year 2023-2024. Among them, 220 people (110 Iranian students and 110 Afghan students) were selected through the available sampling method. Research questionnaires included: The cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ; Garnefski et al., 2002) and the Leahy Emotional Schemas Scale (LESS; Leahy, 2002). Multivariate covariance analysis (MANCOVA) was also used to analyze the data. The findings showed that there is a significant difference between the two groups in maladaptive emotional schemas (uncontrollability, rationalism, and rumination) and negative emotion regulation strategies (blaming and catastrophizing) ($p < 0.001$). These results show that emotional schemas and emotional regulation are socio-cultural and are formed in different ways as a result of complex social, historical, linguistic, and psychological interactions in different cultures.

Keywords: Emotion Regulation, Emotional Schema, Afghan, Iran.

چکیده

هدف مطالعه حاضر مقایسه تفاوت طرحواره‌های هیجانی (سازگار-ناسازگار) و راهبردهای تنظیم هیجان (مثبت-منفی) بین دانشجویان ایرانی و افغانستانی بود. روش پژوهش علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری شامل تمام دانشجویان ایرانی و افغانستانی بود که در نیمسال دوم سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ در دانشگاه بیرجند مشغول به تحصیل بودند. از میان آن‌ها تعداد ۲۲۰ نفر (۱۱۰ دانشجوی ایرانی و ۱۱۰ دانشجوی افغانستانی) از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان (CERQ; گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۲) و مقیاس طرحواره‌های هیجانی (LESS; لیپی، ۲۰۰۲) بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از تحلیل کوواریانس چندمتغیره (مانکوا) استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که بین دو گروه در طرحواره‌های هیجانی ناسازگار (کنترل‌ناپذیری، خردگرایی و اندیشناکی) و راهبردهای تنظیم هیجان منفی (سرزنش و تلقی فاجعه‌آمیز) تفاوت معنادار وجود دارد ($p < 0.001$). این نتایج نشان می‌دهد که طرحواره‌های هیجانی و تنظیم هیجان سازه‌های فرهنگی-اجتماعی هستند و به عنوان پیامدی از تعاملات پیچیده اجتماعی، تاریخی، زبانی و روان‌شناختی، در فرهنگ‌های مختلف به شیوه‌های متفاوت شکل می‌گیرند.

واژه‌های کلیدی: تنظیم هیجان، طرحواره‌های هیجانی، افغانستان، ایران.

مقدمه

انسان‌ها، مشابه بسیاری از نخست‌های دیگر به صورت گروهی زندگی می‌کنند و در فرآیندهای اجتماعی شرکت می‌کنند. یکی از مهمترین منابع این فرآیندهای اجتماعی، تجارب هیجانی است. طوری که هیجان و تجارب هیجانی در حدود ۹۰ درصد موارد، موضوع مکالمات روزمره هستند (هینز و بوی^۱، ۲۰۲۳). بنابراین، تجارب هیجانی با غنی‌سازی و معنادار بودن زندگی روزمره رابطه بالایی دارد (کاراگز و رامکیزون^۲، ۲۰۲۳). اساس و زیربنای این تجارب هیجانی را طرحواره‌های هیجانی^۳ (باورهای هیجانی) تشکیل می‌دهند (لیهی^۴، ۲۰۰۲، ۲۰۲۲). طرحواره‌های هیجانی، باورهای فردی و هسته‌ای درباره هیجان‌ها هستند که زمینه را برای بروز و ابراز (تجربه) هیجان خاص مهیا می‌کنند یا فرد از تجربه هیجانی خاص بازداری می‌کنند (لیهی، ۲۰۲۲). طرحواره‌های هیجانی شامل دو دسته‌ی طرحواره‌های سازگار (از قبیل اعتباربخشی، قابل درک بودن، ارزش‌های برتر، توافق، پذیرش و ابراز هیجانی) و طرحواره‌های ناسازگار (مثل احساس گناه، دیدگاه ساده‌انگارانه درباره هیجان، کنترل-ناپذیری، بی‌حسی هیجانی، خردگرایی، تداوم، سرزنش و اندیشناکی) هستند. طرحواره‌های هیجانی سازگار منجر به استفاده از راهبردهای تنظیم هیجانی مثبت (مثل پذیرش شرایط و ارزیابی مثبت) و طرحواره‌های هیجانی ناسازگار منجر به استفاده از راهبردهای تنظیم هیجانی منفی (از قبیل سرزنش خود یا دیگران) می‌شوند. در واقع مدل طرحواره‌های هیجانی^۵ (ESM) (۲۰۱۸، ۲۰۰۲) ادعا می‌کند که تفسیرهای منفی درباره هیجان، توالی استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان منفی را تسریع می‌بخشد و به طور انعطاف‌ناپذیری طرحواره‌های هیجانی ناسازگار را ماندگارتر می‌کند و بالعکس. بنابراین، پرداختن و مطالعه طرحواره‌های هیجانی و پیامدهای تنظیم هیجانی آن از اهمیت بالایی برخوردار است.

در ادبیات پژوهشی، طرحواره‌های هیجانی به طور معمول از طریق نظریه فراشناختی^۶ و لژ^۷ یا نظریه فراهیجان^۸ گاتمن مفهوم‌سازی می‌شوند (لیهی، ۲۰۲۲). به عبارت دیگر، مدل طرحواره‌های هیجانی لیهی (۲۰۱۸، ۲۰۰۲) بر اساس این دو نظریه ارائه شده است. طبق نظریه فراشناختی افراد باورهای نسبتاً پایداری در مورد ماهیت و کیفیت فرآیندهای شناختی خود دارند. چنین باورهایی ممکن است مربوط به فرآیند شناخت یا محتوای خاص افکار باشد. این باورهای فراشناختی، نحوه واکنش فرد به فرآیندهای شناختی را شکل می‌دهند. نظریه فراشناختی برای هیجان‌ها نیز به کار می‌رود، زیرا باورهای هسته‌ای (یعنی طرحواره‌ها) در مورد هیجان‌ها ممکن است نحوه تفسیر، درک و پاسخ یک فرد به تجربیات هیجانی را هدایت کند (لیهی، ۲۰۱۸، ۲۰۲۲). نظریه پردازان دیگر طرحواره‌های هیجانی را از دریچه نظریه فراهیجان مفهوم‌سازی می‌کنند (مثل، لیهی، ۲۰۱۹؛ لیهی و همکاران، ۲۰۱۹). فراهیجان‌ها واکنش‌های ثانویه نسبت به تجربیات هیجانی هستند (لیهی، ۲۰۲۲). به عنوان مثال، فردی که سخنرانی می‌کند ممکن است از سطح اضطراب خود در حین صحبت احساس خجالت کند. مفهوم‌سازی فراهیجان نشان می‌دهد که باورهای مربوط به هیجان‌ها (طرحواره‌ها) در شکل دادن به واکنش‌های ثانویه نسبت به هیجان نقش دارند. با این حال، مفهوم‌سازی فراهیجان به طور خاص بر پیامدهای طرحواره‌های هیجانی برای خودتنظیمی تمرکز می‌کند (کندراتیو و فومین^۹، ۲۰۲۴). علی‌رغم تأکیدهای متفاوت آن‌ها (یعنی فرآیندهای شناختی در مقابل فرآیندهای تجربی)، مفهوم سازی‌های فراشناختی و فراهیجانی تا حد زیادی با هم سازگار هستند. هر دو بر باورهای فردی و تجربه که یک فرد در مورد هیجان‌ها دارد تأکید زیادی دارند؛ نقش اصلی این باورها را در شکل‌دهی پاسخ‌های ثانویه به تجربیات هیجانی در نظر می‌گیرند و معتقد باورهای مثبت و منفی منجر به راهبردهای تنظیمی مثبت و منفی خواهد شد.

هر دو نظریه فراشناخت و فراهیجان از طرحواره‌های هیجانی یک دیدگاه تحولی^{۱۰} را برای درک علت‌شناسی طرحواره‌های عاطفی هیجانی بیان می‌کنند. طبق این نظریات، طرحواره‌های هیجانی در پاسخ به تجربیات خاص فرد، به ویژه تجارب دوران کودکی در زمینه روابط بین‌فردی، ایجاد می‌شوند که احتمال دارد از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت باشد (کندراتیو و فومین^{۱۱}، ۲۰۲۴). با این حال، توجه تجربی نسبتاً کمی به پیشبرد این دیدگاه تحولی در فرهنگ‌های مختلف شده است. در عوض، بیشتر تحقیقات در مورد طرحواره‌های هیجانی، بررسی همبستگی‌های روانی-هیجانی را در اولویت قرار داده‌اند. از قبیل ارتباط آن با افسردگی (برانداو^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۴)، اضطراب (لیهی و همکاران، ۲۰۱۹؛ کریمی و همکاران، ۱۴۰۲)، و سواس فکری-عملی (اکیک^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۳) و اختلالات شخصیت (ادواردز^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین، بررسی

1 Hinsz & Bui
 2 Karagoz & Ramkissoon
 3 emotional schemas
 4 Leahy
 5 emotional schemas model
 6 metacognitive theory
 7 Wells
 8 metaemotion theory
 9 Kondratyev & Fomin
 10 developmental
 11 Kondratyev & Fomin
 12 Brandao
 13 Ekici
 14 Edwards

تفاوت‌های فرهنگی در طرحواره‌های هیجانی و متعاقب آن راهبردهای تنظیم هیجانی جهت درک بهتر علت‌شناسی آن مفید خواهد بود. در این راستا، هدف اصلی این مطالعه، تعیین تفاوت‌ها فرهنگی در طرحواره‌های هیجانی و راهبردهای تنظیم هیجانی می‌باشد.

دیدگاه‌های بین‌فرهنگی نشان می‌دهد که طرحواره‌های هیجانی و به تبع آن تنظیم هیجان، سازه‌های فرهنگی-اجتماعی^۱ هستند که به چندین شکل تحت‌تأثیر عوامل فرهنگی-اجتماعی قرار می‌گیرند. اول اینکه، نگرش مثبت (مثل پذیرش هیجان) و منفی (مثل خردگرایی) به هیجان، ارتباط نزدیکی با ارزش‌های فرهنگی فردگرایی (جوامع غربی) و جمع‌گرایی (جوامع شرقی) دارد (کلاین^۲ و همکاران، ۲۰۲۴؛ اسپانک^۳ و همکاران، ۲۰۲۲؛ توسانت^۴ و همکاران، ۲۰۲۳). به عبارت دیگر، هر فرهنگ انتظار خاصی از رفتار و هیجان‌های افراد دارد. برای مثال، بعضی از مطالعات نشان می‌دهد که فرهنگ‌های غربی نمرات بالاتری در ابراز هیجانی می‌گیرند و سرکوب را برای روابط بین‌فردی و خودپنداره مضر می‌دانند. در مقابل، فرهنگ‌های شرقی تمایل بیشتری به سرکوب هیجانی دارند (کراس^۵ و همکاران، ۲۰۲۴؛ آکا^۶ و همکاران، ۲۰۲۳؛ توسانت^۷ و همکاران، ۲۰۲۳). دوم این‌که، باورهای کلیشه‌ای مربوط به جنسیت نیز در شکل دادن به طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجانی نقش اساسی دارند. در فرهنگ‌های شرقی، مردانگی با خودکنترلی هیجانی، خردگرایی و رقابت‌پذیری مشخص می‌شود، در حالی که زنانگی با حساسیت هیجانی، بیانگری و تسلیم بودن مشخص می‌شود (رنر و ماش^۸، ۲۰۱۹؛ رنجبر^۹ و همکاران، ۲۰۲۳). سوم این‌که، فرایند اجتماعی شدن و اصول تعلیم و تربیت ممکن است در فرهنگ‌های مختلف متفاوت باشد. مثلاً فرهنگ‌هایی که نگرش به بدرفتاری با کودک مثبت است، انتظار می‌رود نمرات طرحواره‌های هیجانی ناسازگار و راهبردهای تنظیم هیجان منفی از نوع سازگار و مثبت بیشتر باشد. برای مثال یک مطالعه در ۹ کشور از قاره‌های متفاوت (ایران، ترکیه، آلمان، یونان، چین، پرتغال، شیلی، اروگوئه و آفریقای جنوبی) نشان داد که حساسیت‌های فرهنگی نسبت به بدرفتاری متفاوت است. در این مطالعه مادران هلندی و آفریقای جنوبی به ترتیب بیشترین و کمترین حساسیت را به بدرفتاری داشتند (میثم^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین، انتظار می‌رود حساسیت‌های فرهنگی با تجارب هیجانی مرتبط باشند. چهارم اینکه، تجربیات مشترک دو جامعه مانند فقر، جنگ و مهاجرت می‌تواند در شکل‌گیری طرحواره‌های هیجانی مؤثر باشد. در این راستا، هدف دوم این مطالعه مقایسه بین‌فرهنگی (ایران و افغانستان) در ابعاد و مولفه‌های طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجانی است.

فرهنگ‌های ایرانی و افغانستانی با وجود این‌که از فرهنگ‌هایی شرقی و جمع‌گرا محسوب می‌شوند، تفاوت‌هایی دارند که شاید بر طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجانی تأثیرگذار باشد. برای مثال، فرهنگ افغانستانی به شدت به کلیشه‌های جنسیتی وابسته می‌باشد (افروز^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۳) و کلیشه‌های جنسیتی می‌تواند ابراز و ادراک هیجانی را تحت‌تأثیر قرار دهد (جانگ‌بلوت و هایم^{۱۲}، ۲۰۲۳؛ رنر و ماش، ۲۰۱۹). از سوی دیگر، مردان افغانستانی بیشتر نقش سنتی جنسیتی و زنان ایران بیشتر نقش جنسیتی دوگانه دارند که تجربه و بروز هیجان را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد (خسروی و همکاران، ۱۴۰۲). بعلاوه، جمعیت افغانستانی تجارب آسیب‌زا را به عنوان یکی از ریشه‌های تحولی طرحواره‌های هیجانی، در حد بسیار بالا (۸۵ درصد) تجربه می‌کنند (سالیم^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین، تجربه یا مشاهده مکرر جنگ و ترور که در افغانستان شایع است، تجربه و ادراک هیجانی را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. در این شرایط، اکثر هیجان‌های مشاهده‌شده یا تجربه‌شده و حتی حالت‌های چهره‌ای خنثی به عنوان خشم و ترس تفسیر می‌شوند. همچنین پذیرش هیجان‌های مثبت در این وضعیت به دشواری انجام می‌گردد و حتی فرد خودش را جهت تجربه‌ی هیجان مثبت سرزنش می‌کند (هوت‌چیسون^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۰). در نهایت، حساسیت‌های فرهنگی نسبت به بدرفتاری در افغانستان پایین است و حتی تنبیه جسمانی (سواستفاده فیزیکی) عمل غیراخلاقی محسوب نمی‌شود (ونتوگل^{۱۵} و همکاران، ۲۰۱۳). به نقل از افروز و همکاران، ۲۰۲۳). هرچه قدر این حساسیت‌ها پایین باشد احتمال تجربه طرحواره‌های و راهبردهای هیجانی ناسازگار بیشتر است (لیهی، ۲۰۲۲).

به صورت کلی، از نظر برخی نظریه‌پردازان از قبیل کراس و همکاران (۲۰۲۴) و لیهی (۲۰۱۸) مطالعه بین‌فرهنگی در زمینه طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجان از اهمیت زیادی برخوردار است و به دلایل مختلف ضرورت دارد: اول این‌که، درک تفاوت‌های بین‌فرهنگی در این حیطه به افزایش تفاهم و برقراری ارتباط مؤثرتر بین افراد از فرهنگ‌های مختلف کمک می‌کند. به عبارت دیگر، شناخت تفاوت‌های فرهنگی در ابراز

1 sociocultural constructs
 2 Klein
 3 Schunk
 4 Toussaint
 5 Kraus
 6 Aka
 7 Toussaint
 8 Renner & Masch
 9 Ranjbar
 10 Mesman
 11 Afroz
 12 Jungblut & Haim
 13 Saleem
 14 Hutchison
 15 Ventevogel

مقایسه طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجان مثبت-منفی در دانشجویان ایرانی و افغانستانی: یک مطالعه بین فرهنگی
Comparison of adaptive-maladaptive emotional schemas and positive-negative emotion regulation in Iranian and ...

(نوعی طرحواره هیجانی) و تنظیم هیجان‌ها می‌تواند در کاهش سوءتفاهم‌ها و تعارضات بین فرهنگی مفید واقع گردد. دوم این‌که، شناخت تنوعات فرهنگی در طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجان می‌تواند در طراحی برنامه‌های مؤثرتر برای ارتقاء سلامت روان مفید باشد. سوم این‌که، در محیط‌های کاری و آموزشی چندفرهنگی، درک تفاوت‌های فرهنگی در این زمینه به افزایش کارایی و بهبود همکاری بین افراد از فرهنگ‌های متفاوت منجر می‌شود. به عبارت دیگر، شناخت طرحواره‌های هیجانی مختلف می‌تواند به طراحی برنامه‌های آموزشی و درمانی بهتر و متناسب با هر فرهنگ کمک کند. در نهایت، مطالعات بین فرهنگی امکان ارزیابی و تحلیل دقیق‌تر مفاهیم و نظریات روانشناسی هیجان را فراهم می‌آورد و می‌تواند به توسعه نظریات کلی و جامع‌تر کمک کند. بنابراین، با توجه به حضور پررنگ اتباع افغانستانی در ایران، مطالعه حاضر با هدف مقایسه طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجانی در دو فرهنگ ایرانی و افغانستانی انجام گرفت.

روش

روش پژوهش حاضر علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری شامل دانشجویان ایرانی (۸۳۰۰ نفر) و افغانستانی (۵۷۰ نفر) در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود که از این تعداد ۲۴۰ نفر (۱۲۰ نفر ایرانی و ۱۲۰ نفر افغانستانی) با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل موارد زیر بود: داشتن حداقل ۱۸ سال سن یا بیشتر برای هر دو گروه، تمایل به شرکت در مطالعه و رضایت آگاهانه کتبی در هر دو گروه، دانشجو بودن برای تمام شرکت‌کنندگان، متولد و بزرگ شده ایران بودن برای دانشجویان ایرانی، متولد و بزرگ شده افغانستان بودن برای دانشجویان ایرانی، سکونت و زندگی در ایران از ۱ تا ۴ سال برای دانشجویان افغانستانی، عدم وجود و سابقه اختلال‌های روان‌شناختی و جسمانی بر حسب خودگزارشی شرکت‌کنندگان و عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی. همچنین، افرادی که در حین تکمیل پرسشنامه‌ها عجله داشته یا به ۵ درصد یا بیشتر سوالات پاسخ نمی‌دادند از مطالعه خارج شدند. جهت رعایت اخلاق پژوهشی علاوه بر رضایت آگاهانه کتبی، اطلاعات هویتی در پرسشنامه‌ها قید نشد و به تمام دانشجویان اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها محرمانه می‌ماند. همچنین دانشجویان در صورت تمایل می‌توانستند از تکمیل پرسشنامه‌ها خودداری کنند. قبل از تجزیه و تحلیل اطلاعات، داده‌های پرت حذف شدند (از هر گروه ۱۰ نفر) و تعداد نمونه به ۲۲۰ نفر کاهش یافت. در نهایت داده‌ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیره (مانکوا) با اصلاح بنفرونی و بوسیله نرم‌افزار SPSS26 انجام گردید.

ابزار سنجش

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان^۱ (CERQ): این پرسشنامه توسط گارنسکی^۲ و همکاران (۲۰۰۲) طراحی شده و ۳۶ گویه دارد که بر اساس مقیاس لیکرت در دامنه هرگز (۱) تا همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه ۹ خرده‌مقیاس دارد و هر ۴ گویه یک خرده‌مقیاس را تشکیل می‌دهد (گارنسکی و همکاران، ۲۰۰۲). خرده‌مقیاس‌ها عبارت‌اند از: سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری، تلقی فاجعه‌آمیز، توسعه چشم‌انداز، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مثبت، پذیرش شرایط و برنامه‌ریزی کردن. برای این پرسشنامه می‌توان دو نمره کلی در راهبردهای تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی بدست آورد. نمرات هر خرده‌مقیاس در دامنه ۴ تا ۲۰ قرار دارد. همسانی درونی این پرسشنامه در دامنه ۰/۶۸ (سرزنش دیگران) تا ۰/۸۳ (نشخوار فکری) گزارش شده است. همچنین ضریب بازآزمایی با فاصله ۵ ماهه ۴۱ (پذیرش) تا ۰/۸۵ (سرزنش خود) بدست آمده است. به علاوه روایی همزمان خرده‌مقیاس‌های منفی و مثبت با پرسشنامه افسردگی بک به ترتیب در دامنه ۰/۳۹ تا ۰/۵۸ و ۰/۴۳ تا ۰/۶۱ - برآورد شده است (گارنسکی و همکاران، ۲۰۰۲). در ایران نیز حسنی (۱۳۸۹) با تأیید ساختار ۹ عاملی، همسانی درونی را برای نمره کل برابر با ۰/۹۲ و برای خرده‌مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۶ (سرزنش خود) تا ۰/۸۸ (سرزنش دیگران) برآورد کردند. بعلاوه، پایایی به روش بازآزمایی با فاصله زمانی ۳ تا ۴ هفته‌ای از ۰/۵۱ (پذیرش) تا ۰/۷۱ (سرزنش دیگران) متغیر بود. همچنین همبستگی درونی گویه‌ها با نمره کل نیز بین ۰/۴۶ تا ۰/۷۵ و معنادار گزارش شد. به علاوه، آن‌ها روایی همزمان آن با پرسشنامه افسردگی بک ۰/۲۵ - (پذیرش) تا ۰/۴۸ (فاجعه‌سازی) برآورد کردند (حسنی، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۹ و برای مولفه‌های ناسازگار و سازگار به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۸۴ بدست آمد.

مقیاس طرحواره‌های هیجانی لیهی^۳ (LESS): نسخه اصلی مقیاس طرحواره‌های هیجانی که توسط لیهی (۲۰۰۲) ساخته شده است، باروهای هیجانی را در قالب ۵۰ گویه و در یک مقیاس ۶ درجه‌ای (۱=درباره من کاملاً اشتباه است، ۶=درباره من درست است) می‌سنجد (لیهی، ۲۰۰۲). این مقیاس دارای ۱۴ مولفه به شرح زیر می‌باشد: اعتباربخشی، قابل درک بودن هیجان، احساس گناه، دیدگاه ساده‌انگازانه درباره هیجان،

1 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)

2 Garnefski

3 Leahy Emotional Schemas Scale (LESS)

ارزش‌های برتر، کنترل‌ناپذیری، بی‌حسی هیجانی (در نسخه فارسی حذف شده است، خردگرایی، تداوم (در نسخه فارسی حذف شده است)، توافق، پذیرش^۱، ابراز هیجانی، سرزنش، اندیشناکی و خودآگاهی هیجانی (در نسخه فارسی اضافه شده است). در این مقیاس علاوه بر نمرات مربوط به مولفه‌ها، دو نمره طرحواره‌های هیجانی ناسازگار و سازگار بدست می‌آید (لیهی، ۲۰۰۲). لیهی (۲۰۰۲) روایی همگرایی طرحواره‌های هیجانی ناسازگار با پرسشنامه‌های اضطراب و افسردگی یک به ترتیب ۰/۴۴ و ۰/۶۵ برآورد شده است. همچنین لیهی (۲۰۰۲) آلفای کرونباخ را برای نمره کل ۰/۸۱ گزارش کرده است. نسخه ایرانی این مقیاس ۳۷ گویه دارد (خانزاده و همکاران، ۱۳۹۲). خانزاده و همکاران (۱۳۹۲) پایایی آن را به روش بازآزمایی با فاصله دو هفته برای نمره کل مقیاس ۰/۷۸ و برای زیرمقیاس‌ها در دامنه بین ۰/۵۶ تا ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند. همچنین آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۲ و برای زیرمقیاس‌ها در دامنه ۰/۵۹ تا ۰/۷۳ گزارش شده است (خانزاده و همکاران، ۱۳۹۲). بعلاوه همبستگی درونی مقیاس از ۰/۵۹ (گویه ۲۴) تا ۰/۹۱ (گویه‌های ۳۹ و ۴۱) متغیر بود. همچنین روایی همگرایی آن با زیر مقیاس‌های پرسشنامه مشکلات تنظیم هیجانی^۲ در دامنه ۰/۱۱ (p<۰/۰۵) تا ۰/۶۱ گزارش گردیده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۷ و برای مولفه‌های ناسازگار و سازگار به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۰ بدست آمد.

یافته‌ها

در این مطالعه ابتدا داده‌های جمعیت شناختی مورد تحلیل و مقایسه قرار گرفت. در این راستا، فراوانی مردان و زنان به ترتیب برای دانشجویان ایرانی ۷۱ (۶۴/۳۵٪) و ۳۹ (۳۵/۵٪) نفر و برای دانشجویان افغانستانی ۱۰۱ (۹۱/۸ درصد) و ۹ نفر (۸/۲ درصد) بود. به لحاظ جنسیت بین دو گروه تفاوت معنادار بود ($X^2_{(1)}=23/98, p<0/001$). میانگین و انحراف استاندارد سنی برای دانشجویان ایرانی $24/68 \pm 2/49$ و برای دانشجویان افغانستانی $28/0 \pm 6/85$ بود که افغانستانی‌ها به طور معناداری مسن‌تر بودند ($t_{(218)}=4/77, p<0/001$). از نظر مذهب، تعداد دانشجویان ایرانی شیعه و سنی به ترتیب برابر با ۱۰۳ (۹۳/۶٪) و ۷ (۶/۴٪) نفر و برای دانشجویان افغانستانی به ترتیب برابر با ۹۰ (۸۱/۸٪) و ۲۰ (۱۸/۲٪) نفر بودند که بین دو گروه تفاوت معناداری وجود داشت ($X^2_{(1)}=7/13, p<0/008$). بر اساس وضعیت تأهل، اکثر دانشجویان مجرد بودند. در دانشجویان ایرانی به ترتیب ۹۷ (۸۸/۲٪) و ۱۳ (۱۱/۸٪) نفر مجرد و متأهل بودند. در حالیکه، به ترتیب ۸۷ (۷۹/۱٪) و ۲۳ (۲۰/۹٪) نفر از دانشجویان افغانستانی مجرد و متأهل بودند ($X^2_{(1)}=3/13, p<0/068$). به لحاظ وضعیت اشتغال، فقط ۹ (۸/۲٪) نفر از ایرانی‌ها شاغل بودند. ولی ۱۰۰ درصد (۱۱۰ نفر) افغانستانی‌ها شاغل بودند ($X^2_{(1)}=9/38, p<0/002$). از نظر سطح تحصیلات نیز بیشترین فراوانی مربوط به مقطع تحصیلی کارشناسی ارشد بود که در بین آنها ۴۶ (۴۱/۸٪) دانشجوی ایرانی و ۶۵ (۵۸/۶٪) دانشجوی افغانستانی بودند و به لحاظ تفاوت آماری نیز معنادار بود ($X^2_{(3)}=10/19, p<0/006$). بنابراین، این مطالعه متغیرهای جمعیت‌شناختی جنسیت، سن، مذهب، وضعیت اشتغال و سطح تحصیلات به عنوان همپراش (متغیر کنترل) وارد تحلیل شدند. در گام دوم تحلیل، یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه بررسی شد که در جدول شماره ۱ گزارش شده‌اند. جدول ۱ ضرایب همبستگی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار تنظیم شناختی و طرحواره‌های هیجانی به تفکیک گروه‌ها

متغیر	دانشجویان ایرانی	دانشجویان افغانستانی	کل نمونه
	میانگین \pm انحراف استاندارد	میانگین \pm انحراف استاندارد	میانگین \pm انحراف استاندارد
سرزنش خود	۱۱/۶۰ \pm ۳/۳۶	۱۴/۳۵ \pm ۳/۸۵	۱۲/۹۸ \pm ۳/۸۶
پذیرش شرایط	۱۱/۶۱ \pm ۳/۰۶	۱۱/۵۰ \pm ۲/۵۶	۱۱/۰۶ \pm ۲/۸۵
نشخوار فکری	۱۲/۴۱ \pm ۳/۰۸	۱۲/۸۵ \pm ۳/۳۲	۱۲/۶۳ \pm ۳/۲۰
تمرکز مجدد مثبت	۱۰/۷۶ \pm ۲/۹۴	۱۰/۴۳ \pm ۳/۲۷	۱۰/۶۰ \pm ۳/۱۰
برنامه‌ریزی کردن	۱۰/۸۹ \pm ۲/۴۳	۱۰/۱۷ \pm ۲/۴۰	۱۰/۵۳ \pm ۲/۴۳
ارزیابی مثبت	۱۳/۷۹ \pm ۳/۶۰	۱۲/۸۹ \pm ۲/۹۴	۱۳/۳۴ \pm ۳/۳۱
توسعه چشم‌انداز	۱۱/۶۶ \pm ۲/۵۶	۱۱/۲۰ \pm ۳/۰۶	۱۱/۴۳ \pm ۲/۱۳

1 Acceptance

2 Difficulties in Emotional Regulation Scale

مقایسه طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجان مثبت-منفی در دانشجویان ایرانی و افغانستانی: یک مطالعه بین فرهنگی
Comparison of adaptive-maladaptive emotional schemas and positive-negative emotion regulation in Iranian and ...

۱۳/۸۴ ± ۳/۶۷	۱۴/۷۴ ± ۳/۴۵	۱۲/۹۴ ± ۳/۶۸	تلقی فاجعه‌آمیز
۹/۲۶ ± ۲/۷۱	۹/۶۵ ± ۲/۷۱	۸/۸۷ ± ۲/۶۶	سرزنش دیگران
۵/۷۱ ± ۱/۶۳	۵/۵۳ ± ۱/۲۷	۵/۹۰ ± ۱/۹۱	اعتباربخشی
۶/۹۰ ± ۲/۳۹	۶/۷۲ ± ۲/۵۳	۷/۰۸ ± ۲/۲۴	قابل درک بودن
۸/۶۶ ± ۲/۴۸	۸/۷۱ ± ۲/۶۴	۸/۶۰ ± ۲/۵۱	احساس گناه
۶/۹۸ ± ۲/۰۰	۷/۲۲ ± ۱/۹۵	۶/۷۳ ± ۲/۰۳	دیدگاه ساده‌انگارانه درباره هیجان
۱۰/۲۰ ± ۲/۱۶	۱۰/۳۹ ± ۲/۱۸	۱۰/۰۱ ± ۲/۱۴	ارزش‌های برتر
۸/۲۱ ± ۲/۸۶	۹/۰۵ ± ۲/۷۱	۷/۰۵ ± ۲/۷۱	کنترل ناپذیری
۱۴/۸۸ ± ۲/۷۷	۱۵/۴۴ ± ۲/۹۳	۱۴/۳۱ ± ۲/۴۹	خردگرایی
۴/۹۷ ± ۱/۹۸	۴/۷۰ ± ۱/۹۷	۵/۲۵ ± ۱/۹۶	توافق
۹/۸۶ ± ۲/۲۱	۹/۸۰ ± ۲/۳۵	۹/۹۱ ± ۲/۰۶	پذیرش
۶/۸۳ ± ۱/۷۵	۶/۷۰ ± ۱/۷۵	۶/۹۵ ± ۱/۷۲	ابراز هیجانی
۶/۴۱ ± ۱/۹۶	۶/۱۹ ± ۱/۹۳	۶/۶۴ ± ۱/۹۸	سرزنش
۱۳/۶۴ ± ۲/۷۹	۱۴/۳۱ ± ۲/۸۵	۱۲/۹۶ ± ۲/۵۸	اندیشناکی
۱۱/۲۸ ± ۳/۱۵	۱۱/۰۷ ± ۳/۰۷	۱۱/۴۹ ± ۳/۲۴	خودآگاهی هیجانی
۴۵/۸۸ ± ۶/۹۵	۴۴/۹۰ ± ۷/۴۲	۴۶/۸۶ ± ۶/۳۲	طرحواره هیجانی سازگار
۳۶/۹۴ ± ۵/۹۴	۳۸/۵ ± ۶/۱۲	۳۵/۸۵ ± ۵/۵۸	طرحواره هیجانی ناسازگار
۴۳/۰۳ ± ۷/۲۳	۴۴/۱۶ ± ۷/۴۲	۴۱/۹۰ ± ۷/۵۲	تنظیم هیجان مثبت
۶۲/۶۶ ± ۱۰/۷۷	۶۰/۶۱ ± ۱۰/۱۴	۶۴/۷۱ ± ۱۱/۰۳	تنظیم هیجان منفی

همانطوری که جدول ۱ نشان می‌دهد در اکثر طرحواره‌ها و تنظیم هیجانی سازگار و مثبت دانشجویان ایرانی نمرات بالاتری کسب کردند. در حالی که دانشجویان افغانستانی در اکثر طرحواره‌ها و تنظیم هیجانی ناسازگار و منفی نمرات بالاتری داشتند. در گام سوم داده از طریق دو تحلیل مجزای کوواریانس چندمتغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. اولین مانکوا برای تعیین تفاوت بین گروهی در نمرات طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجانی مثبت-منفی انجام گرفت. دومین تحلیل نیز برای تعیین تفاوت بین گروهی در مولفه‌های طرحواره‌ها و تنظیم هیجانی انجام پذیرفت. به این منظور، مفروضه‌های توزیع نرمال از طریق چولگی و کشیدگی واریس شد که تمام متغیرهای پژوهش در هر دو گروه در دامنه ۲- تا ۲+ قرار داشتند. همچنین آزمون بارتلت نشان داد متغیرهای همبستگی کافی برای تحلیل را دارند ($X^2_{(352)} = 14/1793, p < 0/01$). آزمون لوین نیز نشان داد که همگنی واریانس‌ها فقط برای سه متغیر تمرکز مجدد مثبت، توسعه چشم‌انداز، و اعتباربخشی رعایت نشده ($p < 0/05$). همچنین همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس برای تحلیل مولفه‌های طرحواره‌های و تنظیم هیجانی رعایت نشد ($F = 1/91, p < 0/0001$; $F = 541/19, p < 0/0001$)؛ ولی برای تحلیل نمرات کلی طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجانی مثبت-منفی رعایت شد ($F = 1/24, p = 0/257$; $F = 12/69, p < 0/0001$). البته آزمون مانکوا برای این تخطی‌ها مقاوم بوده و همچنین می‌توان برای جبران از سطح آلفای گیرانه‌تر ($p < 0/025$) و شاخص اثر پیلایی (به جای لامبدای ویلکز) استفاده کرد. در نهایت، بررسی مفروضه شیب رگرسیون نشان داد که تعامل معناداری بین متغیرهای کنترل (همپراش) و عضویت گروهی وجود ندارد ($p > 0/05$). نتایج حاصل از اولین مانکوا با کنترل متغیرهای جنسیت، سن، مذهب، وضعیت اشتغال و سطح تحصیلات نشان داد که بین دو گروه در ترکیب خطی متغیرهای طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجانی مثبت-منفی، تفاوت معناداری وجود دارد ($\eta^2 = 0/12$). استفاده شد (جدول شماره ۲).

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره برای طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجانی مثبت-منفی

منابع	متغیر وابسته	درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
	طرحواره هیجانی سازگار	۱	۲۱۲/۰۷	۲۱۲/۰۷	۴/۴۵	۰/۰۳۶	۰/۰۲
عضویت گروهی	طرحواره هیجانی ناسازگار	۱	۲۶۱/۸۱	۲۶۱/۸۱	۷/۶۲	۰/۰۰۶	۰/۰۳
	تنظیم هیجانی مثبت	۱	۲۸۱/۸۳	۲۸۱/۸۳	۵/۰۴	۰/۰۲۶	۰/۰۲
	تنظیم هیجانی منفی	۱	۹۲۴/۵۵	۹۲۴/۵۵	۸/۲۲	۰/۰۰۵	۰/۰۴
	طرحواره هیجانی سازگار	۲۱۳	۱۰۳۷۰/۸۵	۴۷/۵۷			
	طرحواره هیجانی ناسازگار	۲۱۳	۷۴۸۳/۵۳	۳۴/۳۲			
خطا	تنظیم هیجانی منفی	۲۱۳	۱۲۱۹۶/۹۵	۵۵/۹۵			
	تنظیم هیجانی منفی	۲۱۳	۲۴۴۹۴/۲۲	۱۱۲/۳۶			

همانطوری که جدول ۲ نشان می‌دهد براساس آزمون F بین دو گروه در تمام متغیرها تفاوت معنادار است؛ اما با اصلاح بنفرونی ($p < 0.012$)، فقط دو متغیر طرحواره هیجانی ناسازگار ($F = 7.62, p < 0.005, \eta^2 = 0.04$) و تنظیم هیجانی منفی ($F = 8.22, p < 0.005, \eta^2 = 0.03$) معنادار باقی ماند.

نتایج حاصل از دومین مانکوا نیز نشان داد که با کنترل متغیرهای جنسیت، سن، مذهب، وضعیت اشتغال و سطح تحصیلات نشان داد که بین دو گروه در ترکیب خطی مولفه‌های طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار (۱۳ مولفه) و تنظیم هیجانی مثبت-منفی (۹ مولفه)، تفاوت معناداری وجود دارد ($F_{(22, 192)} = 3.92, p < 0.001, \eta^2 = 0.31$)، برای پیگیری اینکه تفاوت بین گروهی در کدام مولفه‌های است، از تحلیل کوواریانس تک‌متغیره استفاده شد (جدول شماره ۳).

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره برای مولفه‌های طرحواره‌ها و تنظیم هیجانی

منابع	متغیر وابسته	درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
	کنترل‌ناپذیری	۱	۲۰۳/۲۶	۲۰۳/۲۶	۲۷/۹۹	۰/۰۰۰۱	۰/۱۱
عضویت گروهی	خردگرایی	۱	۸۷/۷۱	۸۷/۷۱	۱۲/۳۱	۰/۰۰۱	۰/۰۵
	اندیشناکی	۱	۱۰۴/۳۴	۱۰۴/۳۴	۱۴/۰۴	۰/۰۰۰۱	۰/۰۶
	سرزنش خود	۱	۲۵۷/۷۷	۲۵۷/۷۷	۱۹/۸۴	۰/۰۰۰۱	۰/۰۸
	فاجعه‌آمیزی	۱	۱۷۶/۹۸	۱۷۶/۹۸	۱۳/۷۰	۰/۰۰۰۱	۰/۰۶
	کنترل‌ناپذیری	۲۱۳	۱۵۴۶/۷۹	۷/۲۶			
	خردگرایی	۲۱۳	۱۵۳۰/۱۳	۷/۱۸			
خطا	اندیشناکی	۲۱۳	۱۵۸۲/۵۵	۷/۴۳			
	سرزنش خود	۲۱۳	۲۷۶۶/۷۲	۱۲/۹۸			
	فاجعه‌آمیزی	۲۱۳	۲۷۴۱/۷۲	۱۲/۸۷			

نکته: فقط مولفه‌های معنادار (با اصلاح بنفرونی؛ $p < 0.002 = 0.05 + 22$) در داخل جدول گنجانده شدند.

همانطوری که جدول شماره ۳ نشان می‌دهد تفاوت بین گروهی فقط در ۳ مولفه طرحواره‌های ناسازگار (کنترل‌ناپذیری، خردگرایی و اندیشناکی) و ۲ مولفه تنظیم هیجان منفی (سرزنش خود و تلقی فاجعه‌آمیزی) معنادار است. به عبارت دیگر، دانشجویان افغانستانی در مقایسه با دانشجویان ایرانی در ابعاد کنترل‌ناپذیری، خردگرایی، اندیشناکی، سرزنش خود و تلقی فاجعه‌آمیزی به طور معناداری نمرات بالاتری داشتند.

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف مقایسه طرحواره‌های هیجانی (سازگار-ناسازگار) و تنظیم هیجان (مثبت-منفی) در دانشجویان ایرانی و افغانستانی انجام گرفت. نتایج حاصل از آن نشان داد که بین دانشجویان ایرانی و افغانستانی در طرحواره‌ها و تنظیم هیجانی سازگار و مثبت تفاوت معناداری

مقایسه طرحواره‌های هیجانی سازگار-ناسازگار و تنظیم هیجان مثبت-منفی در دانشجویان ایرانی و افغانستانی: یک مطالعه بین فرهنگی
Comparison of adaptive-maladaptive emotional schemas and positive-negative emotion regulation in Iranian and ...

وجود ندارد؛ ولی دانشجویان افغانستانی در طرحواره‌های هیجانی ناسازگار (کنترل‌ناپذیری، خردگرایی و اندیشناکی) و تنظیم هیجانی منفی (سرزنش خود و تلقی فاجعه‌آمیزی) به طور معناداری نمرات بالاتری کسب کردند.

در خصوص تفاوت معنادار در طرحواره‌های هیجانی ناسازگار (کنترل‌ناپذیری، خردگرایی و اندیشناکی) بین دانشجویان ایرانی و افغانستانی تا کنون هیچ مطالعه‌ای این دو فرهنگ را مقایسه نکرده است و امکان مقایسه دقیق یافته‌ها وجود ندارد؛ اما این یافته با مطالعات بین‌فرهنگی از قبیل کلاینو همکاران (۲۰۲۴)، کراوس و همکاران (۲۰۲۴)، آکا و همکاران (۲۰۲۳)، توسانت و همکاران (۲۰۲۳)، رنر و ماش (۲۰۱۹) و رنجبر و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین تفاوت بین دانشجویان ایرانی و افغانستانی در طرحواره‌های هیجانی ناسازگار (کنترل‌ناپذیری، خردگرایی و اندیشناکی) چندین علت احتمالی وجود دارد. اول این که نگرش‌های تربیتی و والدگری به عنوان عوامل موثر در فرایند اجتماعی شدن هیجان، در فرهنگ ایرانی و افغانستانی متفاوت بوده (خسروی و همکاران، ۱۴۰۲) و یکی از ریشه‌های تحولی طرحواره‌های هیجانی، والدگری و نگرش والدین به واکنش‌های هیجانی کودکان است (لیهی، ۲۰۲۲). برای مثال، موسوی و همکاران (۲۰۲۰) در یک مطالعه بین‌فرهنگی، نشان دادند مادران افغانستانی به رعایت ادب و احترام به بزرگسالان (توسط کودکان) بیش از مادران ایرانی تأکید دارند که زمینه را برای خردگرایی و عدم ابراز هیجان‌ها (بویژه هیجان‌های منفی) مهیا می‌کند. دوم این که، فرهنگ افغانستانی به شدت به کلیشه‌های جنسیتی وابسته است (افروز^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). کلیشه‌های جنسیتی از مردان رفتار منطقی‌تر و از زنان رفتاری هیجانی‌تر انتظار دارند. به عبارت دیگر، کلیشه‌ی مرد منطقی^۲ و زن هیجانی^۳ باورهای هیجانی را تحت‌تأثیر قرار داده و از مردان خردگرایی (عقلانیت) بیشتری انتظار دارد. از آنجا که مردان افغانستانی (غالب نمونه در مطالعه حاضر) بیشتر نقش سنتی جنسیتی دارند (خسروی و همکاران، ۱۴۰۲) باور بیشتری برای خردگرایی خواهند داشت. سوم این که، حساسیت‌های فرهنگی در افغانستان نسبت به بدرفتاری (بویژه بدرفتاری هیجانی؛ مثل برچسب‌زنی، مسخره‌کردن، تحقیر) به عنوان یکی دیگر از ریشه‌های تحولی طرحواره‌های هیجانی ناسازگار کمتر است (سالم و همکاران، ۲۰۲۱). به عبارت دیگر، در فرایند شکل‌گیری دلبستگی در دوران کودکی، اصول پایه‌ای باورهای هیجانی از طریق پاسخ‌دهی والد نسبت به هیجان‌های کودک تشکیل می‌شوند. اگر واکنش‌های والد سبب تقویت این طرحواره کودک گردد که «احساسات من برای دیگران معنا و مفهوم ندارد و باید آن‌ها را کنترل کنم» کودک در نهایت طرحواره‌های ناسازگار جهت کنترل و عدم ابراز (خردگرایی) خواهد ساخت. از آنجا تلاش برای کنترل هیجان معمولاً نتیجه عکس دارد، باورهای کنترل‌ناپذیری هیجان تشکیل می‌شوند (لیهی ۲۰۱۸).

در ارتباط با تفاوت معنادار بین دانشجویان ایرانی و افغانستانی در تنظیم هیجان منفی (سرزنش خود و تلقی فاجعه‌آمیزی) نیز هیچ مطالعه‌ای این دو فرهنگ را مقایسه نکرده است. بنابراین، امکان مقایسه دقیق یافته‌ها مقدور نیست. البته مطالعات مشابه، تفاوت‌های فرهنگی در تنظیم هیجان را گزارش کرده‌اند که با مطالعه حاضر همسو هستند، مثل مطالعات کراوس و همکاران، (۲۰۲۴)، آکا و همکاران (۲۰۲۳)، کلاین و همکاران (۲۰۲۴)، افروز و همکاران (۲۰۲۳)، علیمی و همکاران (۲۰۲۳) و خسروی و همکاران (۱۴۰۲). در تبیین این یافته می‌توان گفت بدرفتاری با کودکان در افغانستان شیوع بالایی دارد که باعث می‌شود کودک علت تنبیه را به نواقص درونی نسبت داده و خود را به علت داشتن نقص و شرم سرزنش کند (سالم و همکاران، ۲۰۲۱). بعلاوه، تجربه مکرر جنگ و ترور در افغانستان در فاجعه‌سازی رویدادها و هیجانات تجربه شده موثر بوده و می‌تواند تسهیل‌گر خودسرزنش‌گری شود (هوت‌چیسون و همکاران، ۲۰۱۰). همچنین طبق مدل طرحواره‌های هیجانی (ESM)، طرحواره‌های هیجانی ناسازگار (مثل اندیشناکی) که در افغانستانی‌ها بیشتر بود، فرد را به سوی اتخاذ راهبردهای تنظیم هیجان منفی (از قبیل فاجعه‌سازی و سرزنش) هدایت می‌کند (لیهی، ۲۰۱۸، ۲۰۲۲). به عبارت دیگر، باور به تأمل و تعمق (اندیشناکی) درباره واکنش‌ها و تجارب هیجانی، فرد را از تجربه اصیل هیجان باز داشته و او را وادار می‌کند از تجارب هیجانی خاص اجتناب کند. از سوی دیگر، تلاش برای اجتناب و حتی کنترل هیجان معمولاً نتیجه عکس می‌دهد (لیهی، ۲۰۲۲). در واقع تلاش بیشتر برای کنترل، منجر به کنترل‌ناپذیری و در نهایت اندیشناکی بیشتر خواهد شد. به صورت کلی، این مطالعه نشان می‌دهد که طبق مدل‌های فراشناختی و فراهیجانی، حداقل طرحواره‌های هیجانی ناسازگار و به تبع آن تنظیم هیجان منفی از ساختارهای فرهنگی-اجتماعی تأثیر می‌پذیرند (لیهی، ۲۰۲۲). به صورت کلی، تفاوت‌های موجود در راهبردهای تنظیم هیجان در فرهنگ‌های ایران و افغانستان می‌تواند ناشی از عوامل کلیدی زیر باشد: دو فرهنگ ایرانی و افغانستانی ارزش‌های خاص خود را دارد که می‌تواند بر روی چگونگی ابراز و تنظیم هیجان‌ها تأثیر بگذارد. برای مثال، ممکن است در ایران نسبت به افغانستان به ابراز هیجان‌های شخصی تأکید بیشتری داشته باشند (خسروی همکاران، ۱۴۰۲). بعلاوه، دو فرهنگ ذکر شده معیارهای اجتماعی متفاوتی در برخورد با هیجان‌ها دارند. برای مثال، ابراز هیجان‌های منفی مانند خشم ممکن است در افغانستان غیرقابل قبول باشد و یا در فرهنگ افغانستانی هیجان به عنوان نشانه ضعف دیده می‌شود (افروز و همکاران، ۲۰۲۳). در نهایت نحوه اجتماعی‌سازی افراد در دوران کودکی تأثیر زیادی بر راهبردهای تنظیم هیجان دارد.

1 Afrouz
2 rational man
3 Emotional woman

آموزش‌هایی که در خانواده، مدرسه و جامعه ارائه می‌شود، می‌تواند روش‌های خاصی را برای مقابله با احساسات شکل دهد (لیپی، ۲۰۱۸). از آنجا که بین دو فرهنگ ایرانی و افغانستانی در آموزش و اجتماعی‌سازی تفاوت وجود دارد، انتظار می‌رود این تفاوت‌ها در راهبردهای تنظیم هیجان نیز احراز شوند.

به طور کلی، نتایج این مطالعه نشان داد که بین دو فرهنگ ایران و افغانستان (حداقل در سطح دانشجویی) در طرحواره‌های ناسازگار (کنترل‌ناپذیری، خردگرایی و اندیشناکی) و تنظیم هیجانی منفی (سرزنش خود و تلقی فاجعه‌آمیزی) تفاوت وجود دارد. در واقع، تفاوت‌های فرهنگی در طرحواره‌ها و راهبردهای تنظیم هیجان نشان‌دهنده تنوع عمیق در شیوه‌های ابراز و مدیریت هیجان‌ها در میان جوامع مختلف است. این تفاوت‌ها ممکن است تحت تأثیر عوامل مختلفی چون ارزش‌های فرهنگی، معیارهای اجتماعی، تجربیات تاریخی و فرایندهای اجتماعی‌سازی شکل بگیرند. در نهایت، آگاهی از این تفاوت‌های فرهنگی می‌تواند به بهبود تعاملات بین‌فرهنگی، کاهش سوء تفاهم‌ها و تقویت روابط انسانی کمک کند. این آگاهی می‌تواند به افراد کمک کند تا به طور بهتری با یکدیگر ارتباط برقرار کرده و از تنوع فرهنگی به عنوان منبعی غنی برای یادگیری و رشد بهره‌برداری کنند.

از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: اول این که، علاوه بر نمونه‌گیری دردسترس، تعداد مردان نسبت زنان بیشتر بود. هرچند این نقص ناشی از کم بودن دانشجویان زن افغانستانی در دانشگاه بیرجند بود، ولی تعمیم نتایج را با محدودیت رو به رو می‌سازد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی از جنسیت‌های برابر در نمونه‌ها استفاده شود. دوم این که، هر دو گروه از دانشجویان از فرهنگ‌های جمع‌گرا انتخاب شدند که احتمال دارد شباهت فرهنگی بالایی داشته باشند. لذا پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی فرهنگ‌های فردگرا و جمع‌گرا مقایسه شوند. سوم این که، در این مطالعه ارتباط سلامت روان با طرحواره‌ها و تنظیم هیجانی در دو فرهنگ واریسی نشد. با توجه نتایج بعضی از پژوهش‌ها احتمال دارد یک راهبرد با طرحواره در فرهنگ‌های مختلف رابطه یکسانی با سلامت روان نداشته باشد. بنابراین، پیشنهاد می‌گردد ارتباط آن‌ها با سلامت روان در فرهنگ‌های مختلف واریسی گردد.

منابع

- حسینی، ج. (۱۳۸۹). خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان. *فصلنامه روانشناسی بالینی*، ۱۱، ۹۲-۱۱۹.
- خانزاده، م.، ادریسی، ف.، محمدخوانی، ش.، و سعیدیان، م. (۱۳۹۲). بررسی ساختار عاملی و مشخصات روانسنجی مقیاس طرحواره‌های هیجانی بر روی دانشجویان. *فصلنامه روانشناسی بالینی*، ۳(۷)، ۷۳-۸۴. <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2031>
- خسروی، ز.، موسوی، ف.، خاوری، ز. و خاوری، م. (۲۰۲۳). مطالعه‌ی بین‌فرهنگی نگرش به نقش‌های جنسیتی، ارزش‌های والدینی و فرسودگی در والدین ایرانی و مهاجران افغان. *زن در فرهنگ و هنر*، ۱۵(۳)، ۴۰۱-۴۲۹. <https://doi.org/10.22059/jwica.2022.351319.1861>
- کریمی، م.، نیمانی، م. و بشرپور، س. (۲۰۲۴). الگوی روابط ساختاری طرحواره‌های هیجانی و همجوشی شناختی با علائم اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان با تأکید بر نقش میانجی حساسیت اضطرابی: یک مطالعه توصیفی. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۲۲(۱۲)، ۱۳۱۴-۱۲۹۷. <http://journal.rums.ac.ir/article-1-7133-fa.html>
- Afrouz, R., Crisp, B. R., & Taket, A. (2023). Afghan women perceptions of gender roles, possibilities and barriers to change after settlement in Australia: A qualitative study. *Qualitative Social Work*, 22(3), 569-586. <https://doi.org/10.1177/14733250221076730>
- Aka, B. T. (2023). Cultural dimensions of emotion regulation. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(3), 441-450. <https://doi.org/https://doi.org/10.18863/pgy.1103621>
- Alemi, Q., Panter-Brick, C., Oriya, S., Ahmady, M., Alimi, A. Q., Faiz, H., Hakim, N., Hashemi, S. A. S., Manaly, M. A., & Naseri, R. (2023). Afghan mental health and psychosocial well-being: thematic review of four decades of research and interventions. *BJPsych open*, 9(4), e125. <https://doi.org/https://doi.org/10.1192/bjo.2023.502>
- Brandão, T., Brites, R., Hipólito, J., & Nunes, O. (2023). Perceived emotional invalidation, emotion regulation, depression, and attachment in adults: A moderated-mediation analysis. *Current Psychology*, 42(18), 15773-15781. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12144-022-02809-5>
- Edwards, E., Leahy, R., & Snyder, S. (2023). Patterns of emotional schema endorsement and personality disorder symptoms among outpatient psychotherapy clients. *Motivation and Emotion*, 47(3), 412-422. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11031-022-10000-3>
- Edwards, E. R., & Wupperman, P. (2019). Research on emotional schemas: A review of findings and challenges. *Clinical Psychologist*, 23(1), 3-14. <https://doi.org/10.1111/cp.12171>
- Ekici, E., Ugurlu, M., Yigman, F., Safak, Y., & Ozdel, K. (2023). How much are they predictive for obsessive-compulsive symptom dimensions: beliefs, emotions, emotional schemas? *Current Psychology*, 42(33), 29481-29498. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12144-022-03969-0>
- Fischer, A. H., Kret, M. E., & Broekens, J. (2018). Gender differences in emotion perception and self-reported emotional intelligence: A test of the emotion sensitivity hypothesis. *PloS one*, 13(1), e0190712. <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190712>

- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2002). Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Leiderdorp, The Netherlands: DATEC*, 23(3), 141-149. <https://doi.org/https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.3.141>
- Hinsz, V. B & Bui, L. (2023). Socially shared affect: Shared affect, affect sharing, and affective processing in groups. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/gdn0000207>
- Jungblut, M., & Haim, M. (2023). Visual gender stereotyping in campaign communication: evidence on female and male candidate imagery in 28 countries. *Communication Research*, 50(5), 561-583. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0093650221102333>
- Karagöz, D., & Ramkissoon, H. (2023). Nostalgic emotions, meaning in life, subjective well-being and revisit intentions. *Tourism Management Perspectives*, 48, 101159. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.tmp.2023.101159>
- Klein, N. D., Bravo, A. J., Conway, C. C., Keough, M. T., Pilatti, A., & Mezquita, L. (2024). Individualism, collectivism, and emotion regulation: a cross-cultural examination among young adults from seven countries. *Current Psychology*, 43(31), 26007-26018. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12144-024-06226-8>
- Kondratyev, D. A & Fomin, A. E. (2024). META-EMOTIONS: CONCEPT, STRUCTURE AND APPROACHES TO STUDY. *Russian Journal of Education and Psychology*, 15(2), 178-202. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.05.001>
- Kraus, B., Liew, K., Kitayama, S., & Uchida, Y. (2024). The impact of culture on emotion suppression: Insights from an electrophysiological study of emotion regulation in Japan. *Biological Psychology*, 187, 108767. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2024.108767>
- Leahy, R. L. (۲۰۰۲). A model of emotional schemas. *Cognitive and behavioral practice*, 9(3), 177-190. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1077-7229\(02\)80048-7](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1077-7229(02)80048-7)
- Leahy, R. L. (2018). *Emotional schema therapy: Distinctive features*. Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9780203711095>
- Leahy, R. L. (2019). Introduction: Emotional schemas and emotional schema therapy. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12(1), 1-4. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s41811-018-0038-5>
- Leahy, R. L. (2022). Emotional Schemas. *Cognitive and behavioral practice*, 29(3), 575-580. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2022.02.004>
- Leahy, R. L., Wupperman, P., Edwards, E., Shivaji, S., & Molina, N. (2019). Metacognition and emotional schemas: Effects on depression and anxiety. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12, 25-37. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s41811-018-0035-8>
- Mesman, J., Branger, M., Woudstra, M.-L., Emmen, R., Asanjarani, F., Carcamo, R., Hsiao, C., Mels, C., Selcuk, B., & Soares, I. (۲۰۲۰). Crossing boundaries: A pilot study of maternal attitudes about child maltreatment in nine countries. *Child abuse & neglect*, 99, 104257. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104257>
- Mousavi, P. S. S., Mazaheri, M. A., Aslafi, T., Khalighi, F., & Poorganji, M. (2020). Attachment And culture: mother's perception of attachment related components and beliefs in Iran, Iraq and Afghanistan. *Early Child Development and Care*, 190(11), 1778-1790. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/03004479.2020.1818159>
- Ranjbar, S., Mazidi, M., Gross, J. J., Preece, D., Zarei, M., Azizi, A., Mirshafiei, M., & Becerra, R. (2023). Examining the cross cultural validity and measurement invariance of the Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ) in Iran and the USA. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 45(3), 755-766. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10862-023-10068-2>
- Renner, A.-M., & Masch, L. (2019). Emotional woman-rational man? Gender stereotypical emotional expressivity of German politicians in news broadcasts. *Communications*, 44(1), 81-103. <https://doi.org/https://doi.org/10.1515/commun-2017-0048>
- Saleem, S. M., Shoib, S., Dazhanyar, A. R., & Chandradasa, M. (2021). Afghanistan: decades of collective trauma, ongoing humanitarian crises, Taliban rulers, and mental health of the displaced population. *Asian journal of psychiatry*, 65, 102854. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102854>
- Schunk, F., Trommsdorff, G., & König-Teshnizi, D. (2022). Regulation of positive and negative emotions across cultures: does culture moderate associations between emotion regulation and mental health? *Cognition and Emotion*, 36(2), 352-363. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1997924>
- Toussaint, L., Lee, J. A., Hyun, M. H., Shields, G. S., & Slavich, G. M. (2023). Forgiveness, rumination, and depression in the United States and Korea: A cross-cultural mediation study. *Journal of Clinical Psychology*, 79(1), 143-157. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/jclp.23376>
- Ventevogel, P., & Faiz, H. (2018). Mental disorder or emotional distress? How psychiatric surveys in Afghanistan ignore the role of gender, culture and context. *Intervention Journal of Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Affected Areas*, 16(3), 20.214-7. https://doi.org/https://doi.org/10.4103/INTV.INTV_60_18