

المخططات الانفعالية وعلاقتها بالاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة

م.م. ماجدة غسان فتحي

وحدة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي/ كلية الآداب/ الجامعة المستنصرية

dr.magda.fathy@uomustansiriyah.edu.iq

07721904492

مستخلص البحث:

استهدفت الدراسة الحالية استكشاف طبيعة العلاقة الارتباطية بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة. اذ تشير المخططات الانفعالية إلى الهياكل المعرفية الانفعالية التي يستعملها الأفراد لتقييم الخبرات الانفعالية والاستجابة لها. بينما يشير الاجترار المشترك الى المناقشة المفرطة للمشكلات الشخصية في العلاقات الوثيقة. تم اختيار عينة من 250 طالب وطالبة باستعمال اسلوب أخذ العينات الملائمة من أربع جامعات عراقية. تم جمع البيانات عن طريق الاستبيانات الالكترونية، بما في ذلك مقياس المخططات الانفعالية المتبنى ومقياس الاجترار المشترك المتبنى، وقد تم التحقق من الصدق والثبات لكلا المقياسين. أظهرت النتائج مستويات عالية لكل من المخططات الانفعالية والاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة. كما وتم العثور على ارتباط إيجابي كبير ($r = 0.80$) بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك، فقد كان الطلبة الذين لديهم معتقدات سلبية حول انفعالاتهم أكثر عرضة للانخراط في محادثات متكررة ومشحونة انفعالياً مع أقرانهم. وأظهر تحليل الانحدار أن المخططات الانفعالية تمثل ما يقرب 64٪ من التباين في الاجترار المشترك. مما يؤكد دورها المركزي في تشكيل استراتيجيات تنظيم المشاعر بين الأشخاص. بالإضافة إلى ذلك، وُجدت فروق بين الجنسين في المخططات الانفعالية ولصالح الذكور، بينما لم تلاحظ أي فروق جوهرية بين الجنسين في الاجترار المشترك. تتوافق هذه النتائج مع كل من الإطار النظري لليهي Leahy (2002) وانموذج روز Rose (2002) للاجترار المشترك، مما يشير إلى أن المعتقدات الانفعالية المعرفية غير التكيفية التي تترجم إلى سلوكيات تكيف بين الأشخاص قد تعزز الضيق. تسلط الدراسة الضوء على أهمية التدخلات التي تعيد هيكلة المخططات الانفعالية، وخاصة في البيئات الجامعية، لتقليل الاعتماد على الاستراتيجيات غير التكيفية مثل الاجترار المشترك وتعزيز المعالجة الانفعالية الصحية.

الكلمات المفتاحية: المخططات الانفعالية؛ الاجترار المشترك؛ طلبة الجامعة؛ مقياس ليهي الثاني.

أولاً: مشكلة البحث وأهميته

للانفعالات دور مهم في فهم أفكار ونوايا وسلوكيات الآخرين، كما إنها تسهل اتخاذ القرار، وتحفز ردود الفعل الفورية (Anayurt&Yalçın,2021). وان الأفراد يختلفون في تفسيرهم وتقييمهم للانفعال. ينطوي هذا الاختلاف تحت مفهوم المخططات الانفعالية، إذ تعرف المخططات الانفعالية على أنها "الخطط والمفاهيم والاستراتيجيات التي يستعملها الفرد في تقييم الانفعال وتفسيره والاستجابة له" (Leahy,2002,p.177). وان الأفراد ينقسمون في تعاملهم مع انفعالاتهم إلى نوعين: النوع الأول الذين يستعملون مخططات انفعالية سلبية تشمل (الذنب/العار، السيطرة، الخدر، العقلانية، المدة، الاجترار، واللوم). أما النوع الثاني، فهم الذين يستعملون مخططات انفعالية إيجابية تتضمن (الفهم، التحقق، التمايز، القيم، الإجماع، القبول، التعبير) (Masoudzadeh,2022). بمعنى أوسع، فان المخططات مسؤولة عن هيكلة المعلومات، وتوفير المعنى، وتوجيه السلوك، ويمكن التمييز بين أنواع المخططات عن طريق محتواها. على سبيل المثال، تركز المخططات المعرفية على الإدراك، وترتكز المخططات العلائقية على العلاقات، وترتكز المخططات الانفعالية على الانفعالات (Leahy,2002).

وان الدراسات السابقة تشير إلى إن المخططات الانفعالية ترتبط بالجوانب السلبية من البنى النفسية. إذ ترتبط بالضيق النفسي (Mohammadkhani et al,2022)، واضطرابات ما بعد الصدمة والقلق، والصراعات النفسية، واضطرابات الشخصية (Najafabadi et al,2021). والقلق الاجتماعي (Kozan&Arslan,2022)، والعنف داخل المنزل (Masoudzadeh et al,2022)، والأفكار الانتحارية وسلوك الانتحار (Khaleghi et al,2021). كما وارتبطت سلبا بتقبل الذات، والشفقة على الذات (Faustino et al,2020)، وارتبطت سلبا أيضا بالدعم الاجتماعي (Rezvani&Vaziri,2019).

يتبين من الدراسات السابقة إن المخططات الانفعالية ترتبط مع جوانب سلبية من حياة الشخص النفسية في حال كان تعامله مع الانفعالات سلبيا، والذي من شأنه أن يعد إشكالية تؤدي إلى سوء تكيف الفرد مع بيئته، والذي قد يؤدي إلى زيادة الحاجة إلى الإفصاح لشخص مقرب، وبشكل أكثر تحديدا إلى زيادة رغبة الشخص في مشاركة الأحداث السلبية وما يصاحبها من انفعالات مع المقربين منه. وان زيادة رغبة الفرد في ذلك تعد إشكالية أيضا إذ ما تطرف الشخص فيه وصولا إلى ما يسمى بالاجترار المشترك، الذي يعرف على انه "الإفراط في مناقشة المشكلات الشخصية ضمن علاقة ثنائية، ويتميز بمناقشة نفس المشكلات بشكل متكرر، والتشجيع المتبادل على مناقشة المشكلات، والتكهن بالمشكلات، والتركيز على المشاعر السلبية" (Rose,2002,p.1830).

وان لاجترار المشترك هو "معالجة معرفية يمكن أن تخلق ضعفاً أو تحافظ على تقاوم الفيزيولوجيا المرضية للاضطرابات الانفعالية" (Rose et al,2007). وقد يكون الاجترار المشترك بمثابة أسلوب تكيف مختل يعمل على إدارة المشاعر السلبية. والإدراك والذكريات المرتبطة باستيعاب الأعراض (Rose,2002). فقد أشارت دراسة ستار ودافيلا (2009) Starr and Davila إلى إن الاجترار المشترك يرتبط بالاكتئاب بشكل متزامن (Starr&Davila,2009)، وبينت دراسة ستون وآخرين (2011) Stone et al إن الاجترار المشترك يتنبأ بالاكتئاب (Stone et al, 2011)، وبينت الدراسات إن الأفراد الذين لديهم ميل إلى الاجترار المشترك قد يفتقرون إلى فرص الدعم خارج علاقات الصداقة بسبب الارتباط بين الاجترار المشترك والخلل الوظيفي بين الأقران (Tompkins et al,2011) et al,2011 وأشارت دراسة أخرى إلى انهم يبلغون عن ضغوط أكبر من أقرانهم (Rose et al., 2017). كما وأشارت دراسة كل من ستار وديفلا (2009) Starr&Davila ودراسة تومبكينز وآخرين (2011) Tompkins et al إلى إن الاجترار المشترك تنبأ بعدد أصدقاء اقل، وانخفاض الكفاءة الاجتماعية المدركة (Starr&Davila,2009; Tompkins et al,2011). ودراسة فان زالك وتيلفورس (2017) Van ZalkD and Tillfors بينت أن الاجترار المشترك كان له تأثير إيجابي على العلاقات الشخصية عن طريق تقليل تأثير القلق الاجتماعي على أعراض الاكتئاب بمرور الوقت (Van ZalkD&Tillfors,2017). ومن ثم، فإن الاجترار المشترك هو بمثابة سيف ذو حدين: فمن ناحية، يمكن أن يؤدي إلى زيادة التقارب في العلاقات، كما ويعد آلية وقائية ضد الصعوبات الانفعالية، ولكن من ناحية أخرى، فهو عامل خطر للصعوبات الانفعالية مثل أعراض الاكتئاب (Hankin et al,2010). وما يهم هذا البحث هو الجانب السلبي للاجترار المشترك الذي واجتمعه مع المخططات الانفعالية قد يؤدي إلى سوء التكيف، وزيادة أعراض القلق والاكتئاب. وبذكر الجانب السلبي للاجترار المشترك فهو يرتبط بزيادة الأعراض الداخلية المتزامنة والمحتملة (بما في ذلك أعراض القلق والاكتئاب)

(Rose,2002; Rose,2007; Calmes&Roberts,2008). إن التقاء ارتباطات المخططات الانفعالية والاجترار المشترك مع الاكتئاب والقلق يحملنا على افتراض إن المخططات الانفعالية من المحتمل إن ترتبط مع الاجترار المشترك، كما إن كل من المخططات الانفعالية (السلبية) والاجترار

المشترك متغيرين سلبيين، وفي حال ارتباطهما قد يكونان منبئان بكل من الاكتئاب والقلق وسوء التكيف مع الأوضاع المحيطة، لذلك سعى البحث الحالي إلى استكشاف العلاقة الارتباطية بينهما لزيادة الفهم وإغناء المعرفة. إضافة إلى استكشاف مدى إسهام المخططات الانفعالية في الاجترار المشترك هذا في حال كان هناك ارتباطا قويا بينهما. ونقول من المحتمل لأن الدراسات السابقة لم تبحث العلاقة بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك بشكل مباشر، باستثناء دراسة (2008) Carlucci et al القرية التي أظهرت أن للمخططات "المعرفية" غير التكيفية (السلبية) أثر في الاجترار المشترك. نتيجة لقلة البحوث في هذا الموضوع ولأهميته في زيادة الفهم وتوسيع النظرة عن دور المخططات الانفعالية (الإيجابية والسلبية) في الاجترار المشترك يفترض البحث الحالي إن المخططات الانفعالية السلبية والإيجابية قد ترتبطان بالاجترار المشترك. هذه الفرضية تدعمها دراسة Nazari et al (2023) التي أظهرت نتائجها إن هناك ارتباطا إيجابيا بين المخططات الانفعالية واجترار المشاعر إيجابيا (Nazari et al,2023). وبذلك فان مشكلة البحث بالإمكان تحديدها في محاولة الإجابة على التساؤل الآتي: هل هناك علاقة ارتباطية بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك.

ثانيا: حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بدراسة مفهومي المخططات الانفعالية، والاجترار المشترك، على طلبة الجامعة للدراستين الصباحية والمسائية للعام الدراسي (2024-2025)، في جامعات العراق.

ثالثا: أهداف البحث: يستهدف البحث الحالي تعرف:

1. المخططات الانفعالية.
2. الفرق في المخططات الانفعالية على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث).
3. الاجترار المشترك.
4. الفرق في الاجترار المشترك على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث).
5. العلاقة الارتباطية بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك.
6. مدى إسهام المخططات الانفعالية في الاجترار المشترك.

رابعا: تحديد المصطلحات

1. المخططات الانفعالية Emotional Schemas

التعريف النظري: "الخطط والمفاهيم والاستراتيجيات التي يستعملها الفرد في تقييم الانفعال وتفسيره والاستجابة له" (Leahy,2002,p.177).

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق إجابته على مقياس المخططات الانفعالية.

2. الاجترار المشترك Co-Rumination

التعريف النظري: "معالجة معرفية يمكن أن تخلق ضعفاً أو تحافظ على تقاوم الفيزيولوجيا المرضية للاضطرابات الانفعالية" (Rose,2002, p.1830).

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق إجابته على مقياس الاجترار المشترك.

الإطار النظري

أولاً: النموذج ما وراء المعرفي للمخططات الانفعالية

Metacognitive schemas of emotions

يركز هذا النموذج على علاقة المخططات الانفعالية بالاكتئاب والقلق. طرحه روبرت ليهي (2002) بناءً على النموذج ما وراء المعرفي لويلز Meta-Cognitive Model of Wells. تتمثل فكرة النموذج ما وراء المعرفي للمخططات الانفعالية في التعرف على قيمة الاهمية الانفعال والتعبير عنه في سياق المعنى الذي يعطيها الشخص للانفعال. فمن البديهي أن يعاني كل شخص من الغضب أو القلق أو الحزن، لكن القليل منهم ستؤدي بهم هذه المشاعر إلى اضطراب انفعالي أو قلق. يقترح ليهي أن المخططات المعرفية حول الانفعالات قد تؤثر على هذا التطور المشؤوم (Leahy, 2002). يرى ليهي إن المخططات هي مركزية لتطوير وهيكلية الأشكال المزمدة في علم النفس المرضي، بما في ذلك اضطرابات الشخصية والاكتئاب. بمعنى أوسع، فهي مسؤولة عن هيكلية المعلومات، وتوفير المعنى، وتوجيه السلوك، ويمكن التمييز بين أنواع المخططات عن طريق محتواها. على سبيل المثال، تركز المخططات المعرفية على الإدراك، وتركز المخططات العلائقية على العلاقات، وتركز المخططات الانفعالية على الانفعالات (Leahy, 2002). ويقترح ليهي ان الأفراد لديهم مخططات مختلفة عن الانفعالات، تعكس هذه المخططات الطرق التي يتم عن طريقها اختبار المشاعر غير السارة وتحديد خطط مناسبة بالإمكان تنفيذها للتعامل مع هذه المشاعر بناءً على ما يعتقدونه (Leahy, 2002). اذ تعكس أبعاد الانفعالات أهمية المعالجة المعرفية للتأثير في خفض الاكتئاب والقلق. وتسمح بالتفكير الإيجابي عن الذات وفهمه. لذلك قد لا يكون مجرد التعبير عن المشاعر كافياً، لكن الدرجة التي يسهل بها التعبير عن الانفعال، كالقبول، والفهم، وتقليل الشعور بالذنب، وزيادة التمايز بين المشاعر، يؤدي إلى التأثير على الاكتئاب والقلق الناتج عن التعامل اللاتكيفي مع الانفعالات ومن ثم تعمل أبعاد الانفعالات (الإيجابية) على خفضه (Leahy, 2002). وقد حدد ليهي (2002) Leahy أربعة عشر بُعداً يمكن عن طريقهم فهم المخططات الانفعالية ستة منها تمثل تعاملًا سلبيًا مع الانفعال وهي (الذنب/العار، السيطرة، الخدر، العقلاني، المدة، الاجترار، واللوم)، من خلالها يتعامل الأفراد مع مشاعرهم على انها تمثل تهديداً، لا إشارات. ويُصدرون أحكاماً قاسية على أنفسهم بسبب مشاعرهم، ويخشون التعبير عنها، ويفتقرون إلى الأدوات أو الدعم اللازم لمعالجة مشاعرهم بشكل بناء. والذي من شأنه أن يزيد من أعراض القلق والاكتئاب. وستة منها تمثل تعامل إيجابي مع الانفعال وهي (الفهم، التحقق، التمايز، القيم، الإجماع، القبول، التعبير)، من خلالها يتعامل الأفراد مع انفعالاتهم على انها ثابتة، ومفهومة بالنسبة لهم ويعتبرون عنها بأمان، ويستعملون انفعالاتهم كموجه للسلوك لا كتهديد. إنهم مرنون وقادرون على الصمود، وقادرون على تجاوز الألم الانفعالي دون أن يحاصروهم. والذي من شأنه أن يقلل من أعراض القلق والاكتئاب. نوضحها بالتفصيل:

- 1 **التحقق Validation**: اعتقاد الفرد بأن مشاعره مقبولة ومفهومة من قبل الآخرين. الشعور بالتحقق يمنح الفرد الأمان الانفعالي، مما يقلل من احتمالية الشعور بالقلق أو الاكتئاب.
- 2 **القيم Values**: مواعمة المشاعر مع الأهداف الشخصية وإضفاء معنى على الخبرات الانفعالية، مما يمكن أن يقلل من الضيق النفسي. عن طريق ربط المشاعر بأهداف الحياة الأسمى، يقل احتمال تعرض الأفراد للقلق أو الاكتئاب لفترات طويلة.
- 3 **العقلانية Rationality**: استعمال الفرد للمنطق للتحكم في استجاباته الانفعالية. تساعد العقلانية على إدارة الحالة الانفعالية بفاعلية أكبر. فهي تقلل من الاندفاع الانفعالي وتساهم في الاستقرار الانفعالي، ومن ثم تخفف من المشكلات الانفعالية.

- 4 الإجماع **Consensus**: إدراك الفرد أن الآخرين يمرون بمشاعر مشابهة، مما يقلل من الشعور بالعزلة. هذا العامل مهم في تقليل الضيق الانفعالي عن طريق تعزيز الشعور بخبرة انفعالية مشتركة. وهو شكل من أشكال التحقق من الصحة وهي عملية يجب أن تقلل من الاكتئاب والقلق.
- 5 **التقبل Acceptance**: إن تقبل المشاعر، بدلاً من تجنبها أو كبتها، يُحسن الصحة النفسية. فالتقبل يُساعد على معالجة المشاعر بطريقة صحية، مما يُقلل من احتمالية الاضطرابات الانفعالية وأعراض الاكتئاب.
- 6 **التعبير Expression**: القدرة على التعبير عن المشاعر بانفتاح، وهي بالغة الأهمية لتنظيم الانفعالات. فالأفراد الذين يُعبّرون عن مشاعرهم بفاعلية أقل عرضة لاستيعاب المشاعر السلبية، والتي قد تؤدي إلى القلق أو الاكتئاب.
- 7 **التحكم Control**: الاعتقاد بقدرة الفرد على إدارة انفعالاته. يرتبط الشعور القوي بالتحكم في الانفعالات بنتائج أفضل للصحة النفسية، حيث يقل احتمال شعور الأفراد بضغط انفعالاتهم.
- 8 **القدرة على الفهم Comprehensibility**: فهم الفرد لمشاعره. يرتبط نقص الفهم الانفعالي بزيادة الارتباك الانفعالي، مما قد يؤدي بدوره إلى ارتفاع مستويات القلق والاكتئاب.
- 9 **الشعور بالذنب/العار Guilt/Shame**: يميل الأفراد الذين يشعرون بالذنب أو العار تجاه انفعالاتهم إلى كبت هذه المشاعر، مما يؤدي إلى الاكتئاب والضيق الانفعالي. تمنع هذه المشاعر التعبير الانفعالي السليم وتساهم في تصور سلبي للذات.
- 10 **النظرة المبسطة للانفعال A simplistic view of emotion**: القدرة على فهم أن الفرد يمكن أن يكون لديه مشاعر متضاربة ومعقدة حول الذات والآخرين، والتي تعد علامة على مستوى عالي من أداء الأنا، والتمايز المعرفي، والتعقيد المعرفي. اما صعوبة تحمل الفرد للمشاعر المتضاربة، والتفكير الأحادي أو المستقطب أو التبسيطي فانه يؤدي إلى استبعاد المشاعر والمعلومات من الوعي، مما يتطلب محاولات مفرطة لاستبعاد بعض المشاعر. وهذا بدوره يمكن أن يحد من مرونته الانفعالية ويزيد من احتمالية القلق أو الاضطراب الانفعالي.
- 11 **الخدر Numbness**: نقص حاد في المشاعر، أو هو القدرة على الانفصال. يحدث الخدر الانفعالي عندما يفصل الأفراد عن مشاعرهم، وغالبًا ما يكون ذلك نتيجة لاستراتيجيات التجنب. يمنع هذا الانفصال المعالجة الانفعالية السليمة ويؤدي إلى ضائقة انفعالية طويلة الأمد.
- 12 **المدة Duration**: الاعتقاد بأن المشاعر السلبية ستستمر إلى أجل غير مسمى. الأفراد الذين يعتقدون أن مشاعرهم ستدوم لفترة طويلة هم أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب، لأنهم يشعرون بأنهم محاصرون في حالتهم الانفعالية.
- 13 **الاجترار Rumination**: الميل إلى الانغماس في الخبرات أو المشاعر السلبية. يُطيل هذا الأسلوب المعرفي أمد الضائقة الانفعالية ويزيد من أعراض القلق والاكتئاب عن طريق منع الحلّ الانفعالي. وهو مرتبط بمزيد من الاكتئاب والقلق.
- 14 **اللوم Blame**: يميل الأفراد الذين يعزون مشاعرهم إلى أسباب خارجية أو يلومون الآخرين على مشاعرهم إلى اتباع استراتيجيات تكيف غير تكيفية. هذا العزو الخارجي يمنع المسؤولية الانفعالية والحل، مما يؤدي إلى ضائقة انفعالية مستمرة (Leahy, 2002).
- ثانياً: نموذج الاجترار المشترك Co-Rumination Model**
- طورت اماندا روز (2002) Amanda Rose أنموذج الاجترار المشترك بناءً على نظرية أنماط الاستجابة للاكتئاب Response Styles Theory Depression، إذ ترى نظرية أنماط الاستجابة للاكتئاب أن الاجترار هو أسلوب استجابة معرفي يتضمن تأمل الفرد لمزاجه بشكل سلبي، والذي من شأنه أن يؤدي إلى زيادة أعراض الاكتئاب، في حين أن الإلهاء وحل المشكلات قد يؤدي إلى انخفاض

تلك الأعراض. أما روز فقد افترضت أن الاجترار ليس دائما منفردا، فعادةً ما يرتبط طلب الدعم من الآخرين بالسعادة الانفعالية. كما وتفترض إن التفكير في المشكلات يمكن أن يؤخذ إلى حد التطرف غير القادر على التكيف المتمثل بالاجترار المشترك (Rose,2002). والتي عرفته على انه "الإفراط في مناقشة المشكلات الشخصية ضمن علاقة ثنائية، ويتميز بمناقشة نفس المشكلات بشكل متكرر، والتشجيع المتبادل على مناقشة المشكلات، والتكهن بالمشكلات، والتركيز على المشاعر السلبية" (Rose, 2002, p. 1830). وتضرب جذور الاجترار المشترك في مراحل الطفولة. إذ أجرت روز (2002) دراسات في سياق صداقات الأطفال والمراهقين، لتطوير مفهوم الاجترار المشترك وإثبات صحة الافتراضات، وقد أشارت نتائجها إلى إن العمر الدقيق الذي يتمتع فيه الأطفال بالمهارات المعرفية والاجتماعية اللازمة للتفكير المشترك غير محدد، ومع ذلك، فقد تم تقييم الاجترار المشترك لدى الأطفال الذين لا تتجاوز أعمارهم 8 سنوات (روز، 2002). كما تم إجراء معظم الأبحاث حول الاجترار المشترك في الصداقات مع الشباب من مرحلة الطفولة المتوسطة إلى مرحلة المراهقة المتوسطة. كما وركزت روز على مرحلة المراهقة لما لها من أهمية خاصة حيث يصبح الأصدقاء مصادر مركزية للدعم الاجتماعي خلال هذه الفترة التنموية.

كما وأشارت روز (2022) إلى إن بنية الاجترار المشترك مرتبطة مع بنية الاجترار ولكنهما ليسا بنيتا زائدة عن الحاجة. وان هذا الافتراض له ما يدعمه من دراسات فقد أظهرت نتائجها التي أجريت على الشباب من مرحلة الطفولة المتوسطة إلى مرحلة المراهقة المتوسطة إلى وجود علاقات بين الاجترار والاجترار المشترك (Rose,2002; Jose et al,2012; Felton et al,2019; Stone&Gibb,2015). كما ودعمت دراسة كلامس وروبرتس (2008) التي أجرت تحليل العوامل، التمييز بين البنيتا (Calmes&Roberts,2008). في حين أظهرت دراسات أخرى إن الاجترار يتنبأ بالاجترار المشترك لاحقا ولكن ليس العكس، وفي دراسات أخرى، تنبأ الاجترار المشترك باجترار لاحق ولكن ليس العكس

(Felton et al,2019; Stone&Gibb,2015).

وعلى الرغم من سلبيات الاجترار المشترك، إلا أن بعض الأشخاص يستمرون فيه، إذ تشير روز (2021) إلى أن الفوائد الاجتماعية هي التي تعزز هذا الاستمرار. منها ارتباط الاجترار المشترك إيجابا بجودة العلاقة. ودعمت دراسة روز وآخرين (2014) هذا الافتراض إذ أشارت نتائجها إلى إن تحدث الأصدقاء الذين يتشاركون في التفكير عن المشكلات بطرق تعزز بعضها بعضا وتوسع نطاق المحادثة. وارتبطت الاستجابات الإيجابية والمتفاعلة أيضاً بشعور الأصدقاء بالقرب من بعضهم البعض (Rose et al,2016). ونظراً لأن الاجترار المشترك ينطوي على الإفصاح، فإنه يترتب على ذلك أن الاجترار يرتبط أيضاً بالحصول على صداقات وثيقة. إذ يعد الإفصاح سمة أساسية من سمات صداقات الأطفال ويزداد خلال فترة المراهقة (Rose&Rudolph,2006). إذ يزيد الإفصاح عن المشكلات الثقة بين الأصدقاء ويتيح للآخرين تقديم الدعم. كما ويرتبط الإفصاح بالحصول على صداقات وثيقة عالية الجودة (Rose et al,2016). وأشارت روز (2002) إلى أن الاجترار المشترك يتكون من ثمانية مكونات وهي كالآتي: 1. مناقشة المشكلات بشكل متكرر، 2. مناقشة المشكلات بدلاً من الأنشطة الأخرى، 3. تشجيع الصديق على مواصلة مناقشة المشكلات، والتشجيع من الصديق الاستمرار في مناقشة المشكلات. 4. مناقشة نفس المشكلة بشكل متكرر، 5. التخمين حول أسباب المشكلات، 6. التخمين حول عواقب المشكلات، 7. التخمين حول أجزاء أخرى من المشكلة، 8. التركيز على الجوانب السلبية للمشاعر. وان ميل الأفراد إلى الاجترار المشترك يختلف بشكل كبير على وفق الجنس، العمر، وطبيعة العلاقة:

1. **الجنس:** تتخربط الإناث في الاجترار المشترك أكثر من الذكور. هذا الافتراض له ما يدعمه من دراسات إذ أظهرت نتائجها إن الفتيات ينخرطن في الاجترار المشترك مع نفس الجنس أكثر من انخراط الفتيان في الاجترار المشترك مع نفس الجنس (Borowski&Zeman,2018; Felton et al,2019; Hankin et al,2010; Jose et al,2012; Rose et al,2014; Stone et al,2011).

2. **العمر:** يزداد الاجترار المشترك لدى الأشخاص عند تفاعلهم مع الأصدقاء من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى مرحلة المراهقة المتوسطة (Rose, 2002; Rose et al., 2017)، ففي مرحلة المراهقة تظهر ضغوطات فريدة ويصبح الأصدقاء مصادر مركزية للدم (Furman&Rose,2015) كما وأظهرت نتائج الدراسات التي أجريت على الأطفال والمراهقين وجود تفاعل بين العمر والجنس، وان الاجترار المشترك يزداد بين الفتيات مع تقدم العمر، في حين يظل الاجترار المشترك ثابتا أو قد ينخفض مع التقدم في العمر بين الأولاد. ونتيجة لذلك، كانت الفروق بين الجنسين أقوى لدى المراهقين منها لدى الأطفال بمعنى يزداد الاجترار المشترك كلما تقدم الفرد بالعمر، وقد ينخفض أو يبقى ثابتا لدى الذكور على العكس من الإناث (Rose, 2002; Rose et al.,2007; Smith&Rose,2011).

3. **طبيعة العلاقة:** يحدث الاجترار المشترك في مجموعة من العلاقات، فقد أظهرت الدراسات التي استهدفت التحقق من انخراط الأشخاص في الاجترار المشترك وتبين انه يشمل الأصدقاء من نفس الجنس، والجنس الأخر. والشركاء الرومانسيين، والأزواج، وزملاء العمل، والإباء، والأشقاء (Ames-Sikora et al, 2017; Barstead et al,2013; Calmes&Roberts,2008). وفي سياق تفاعل نوع الصداقة والجنس أظهرت الدراسات في هذا الصدد إن النساء يتشاركن في الاجترار المشترك مع الأصدقاء من نفس الجنس أكثر من الرجال، ولم تكن هناك فروق تذكر بين الجنسين في الصداقات والعلاقات الرومانسية. كما وأظهرت النتائج إن الرجال ينخرطون في الاجترار المشترك مع الأصدقاء من نفس الجنس أكثر من الجنس الأخر، مما يؤدي إلى تناقص الفرق بين الرجال والنساء في الاجترار المشترك. ولم تكن هناك اختلافات تذكر بين الجنسين في دراسات الصداقات والعلاقات الرومانسية بين البالغين (Afifi et al,2015; Ames-Sikora et al,2017; Calmes&Roberts,2008).

إجراءات البحث

أولاً: منهجية البحث: المنهج المُتبع في هذا البحث هو المنهج الوصفي (الارتباطي).
ثانياً: مجتمع وعينة البحث: بلغت عينة البحث 250 طالب وطالبة من طلبة الجامعة، تم اختيارها بطريقة اخذ العينات العشوائية الملائمة Random convenience sampling method من مجتمع البحث المتكون من طلبة: (الجامعة المستنصرية، جامعة بغداد، جامعة القادسية، جامعة واسط). تم تحديد حجم العينة بناءً على المعايير التي اقترحها (1995) Nunnally and Bernstein، والتي توصي بما يتراوح بين 6 و 10 مشاركين لكل فقرة على المقياس (Bernstein&Nunnally,1995). اجري البحث باستعمال الاستبيانات إلكترونية عن طريق مستندات جوجل Google Docs، مما يضمن امكانية وصول الاستبيانات الى أكبر عدد ممكن من الطلبة. أرسل المستجيبين استجاباتهم مرة واحدة فقط، مع إلزامهم بإكمال الاجابة على جميع الفقرات قبل الإرسال. وللحفاظ على سلامة العينة، اقتصر الوصول إلى الاستبيان على الأفراد الذين يستخدمون حسابات البريد الإلكتروني الأكاديمية.

ثالثاً: ااداتا البحث

1. مقياس المخططات الانفعالية الثاني المختصر Leahy Emotional Schema Scale-II: تبنت الباحثة النسخة العربية من مقياس المخططات الانفعالية المترجم والمُطبق على طلبة الجامعات العراقية في دراسة منفصلة أجرتها الباحثة (Fathy&Mandoob,2025)، وهو مقياس تقرير ذاتي يتكون من 28 فقرة يتم تقييمها على مقياس ليكرت من ستة بدائل، من "1 غير صحيح تماماً بالنسبة لي" إلى "6 صحيح تماماً بالنسبة لي"، والذي يغطي العوامل الاربعة عشر من المقياس، اذ يتكون كل عامل من فقرتين، والفقرات (4،6،14،15،19،24،25،26) تصحح عكسياً، ينتج عن المقياس درجة كلية تتراوح من 28-140، تشير الدرجات العالية إلى هيمنة المخططات غير التكيفية، مثل التأمل أو اللوم، مما يشير إلى المجالات التي تتطلب تدخلاً علاجياً. وقد بلغ معامل الفا (0.82) (Fathy&Mandoob,2025). اما معامل الفا في الدراسة الحالية (0.94).

2. مقياس الاجترار المشترك Co-Rumination Scale: تبنت الباحثة النسخة العربية من مقياس الاجترار المشترك المترجم من قبل هادي (2022) والمطبق على طلبة الجامعات العراقية. وهو مقياس تقرير ذاتي يتكون من 23 فقرة لتقييم الاجترار المشترك (هادي، 2022). تُقيم كل فقرة على مقياس ليكرت من 5 نقاط، يتراوح من (1 غير صحيح إطلاقاً) إلى (5 صحيح تماماً). بلغ معامل الفا في الدراسة الحالية 0.97 وان الفقرات (1، 2، 12، 16) تصحح عكسياً، وان اعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي (115) واقل درجة (23).

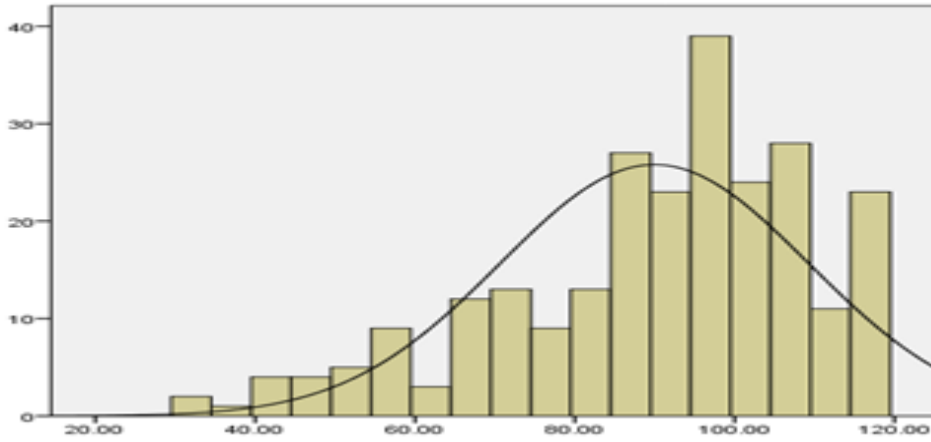
رابعاً: الوسائل الإحصائية المستعملة

اشتملت الأساليب الإحصائية على كلِّ من معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية، الاختبار التائي لعينة واحد لتعرف كل من المخططات الانفعالية، والاجترار المشترك، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف الفرق بين الذكور والاناث، معادلة الفا لكرونباخ لحساب الثبات لمتغيرات البحث، تم استخراجهن باستعمال الحقيبة الاحصائية (SPSS)، باستثناء الاختبار التائي لاختبار دلالة معامل ارتباط بيرسون فقد تم تطبيقها يدوياً. كما وتم تقييم الثبات باستعمال معامل ألفا لكرونباخ والثبات بطريقة إعادة الاختبار عن طريق استخراج معامل ارتباط بيرسون بين الاختبارين بعد 28 يوماً من التطبيق الاوّل.

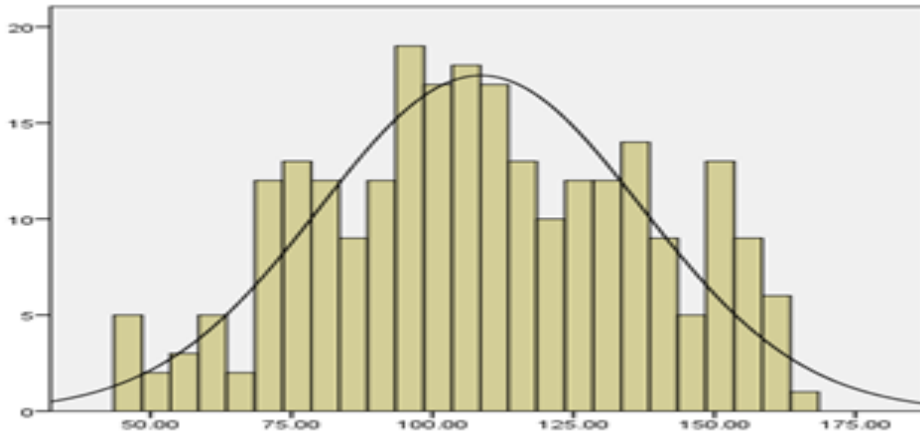
نتائج البحث

أولاً: الصدق الظاهري Face validity: تم التحقق من هذا النوع من الصدق عن طريق عرض فقرات كل من مقياس المخططات الانفعالية ومقياس الاجترار المشترك، على مجموعة من المختصين في ميدان علم النفس¹، وذلك للتأكد من ملائمة فقرات المقياس لتطبيقها على عينة البحث، وان فقرات المقياس تقيس فعلاً ما وضعت لقياسه.

ثانياً: المؤشرات الإحصائية Statistics indicators: بعد جمع البيانات تم التحقق من مؤشرات الإحصائية لتحديد ما اذا كانت استجابات العينة موزعة توزيعاً طبيعياً، ام غير طبيعي، حتى يتم تحديد نوع الوسائل المستعملة. أظهرت النتائج ان الاستجابات موزعة توزيعاً قريباً من الطبيعي كما هو موضح في شكل (1) و(2) وجدول (1)، لذلك سوف يتم استعمال الوسائل الاحصائية المعلمية. كما ولم يتم اهمال أي استبيان. اذ شكل الذكور 55% بواقع (138) مشارك والاناث شكلن 45% بواقع (112) مشاركة. وكان جميع المشاركين طلاباً جامعيين في مرحلة الدراسة



شكل (1) التوزيع الطبيعي لمقياس المخططات الانفعالية



شكل (2) التوزيع الطبيعي لمقياس الاجترار المشترك

جدول 1: المؤشرات الإحصائية لمقاييس المخططات الانفعالية والاجترار المشترك

المقياس	الوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	الالتواء	التفرطح	اقل درجة	اعلى درجة
المخططات الانفعالية	108.56	107.50	92.00	28.54	-0.03	-0.71	46.00	168
الاجترار المشترك	89.96	94.50	115.00	19.32	-0.08	0.24	32.00	115

ثالثاً: تحليل الفقرات **Items Analysis**: بعد تطبيق المقاييس على عينة البحث. أجري التحليل الاحصائي لكل من فقرات مقياس المخططات الانفعالية وفقرات مقياس الاجترار المشترك. وان من أهم أساليب تحليل الفقرات أسلوب المجموعتين الطرفيتين، وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وكالاتي:

جدول 2: معاملات تمييز فقرات مقياس المخططات الانفعالية بأسلوب المجموعتين الطرفيتين.

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة t المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	5.67	0.72	3.04	1.22	15.25	دالة
2	4.80	1.32	1.82	1.17	13.89	دالة
3	3.95	1.67	2.04	1.41	7.19	دالة
4	4.92	1.21	1.79	1.15	15.43	دالة
5	3.79	1.65	1.48	0.90	10.10	دالة
6	4.77	1.26	1.79	1.15	14.36	دالة
7	4.98	1.48	1.92	1.18	13.28	دالة
8	4.39	1.66	1.36	0.91	13.14	دالة
9	5.61	0.77	3.17	1.40	12.56	دالة
10	5.45	1.04	4.07	1.30	6.81	دالة
11	5.55	0.81	4.42	1.22	6.33	دالة
12	5.48	1.04	3.02	1.30	12.12	دالة
13	5.66	0.70	3.04	1.32	14.42	دالة
14	5.67	0.72	2.98	1.17	16.06	دالة
15	5.63	0.73	2.63	0.92	20.92	دالة
16	5.48	0.99	2.38	1.42	14.69	دالة
17	3.75	1.61	1.50	1.01	9.72	دالة
18	4.63	1.30	1.61	1.04	14.66	دالة
19	5.02	1.31	1.94	1.18	14.39	دالة
20	4.42	1.68	1.41	1.05	12.49	دالة
21	5.63	0.66	3.13	1.38	13.44	دالة
22	5.55	0.72	4.02	1.29	8.52	دالة
23	5.67	0.65	4.47	1.21	7.19	دالة
24	5.57	0.85	3.02	1.30	13.46	دالة
25	5.60	0.71	3.04	1.32	14.04	دالة
26	5.61	0.79	2.94	1.13	15.97	دالة
27	5.63	0.71	2.61	0.94	21.00	دالة
28	5.47	0.98	2.35	1.44	14.71	دالة

1- التمييز: تم استعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين لغرض استخراج الفرق بين متوسطات المجموعتين (العليا، والدنيا) لكل من مقياس المخططات الانفعالية ومقياس الاجترار المشترك، وتطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفرق في المتوسطات المحسوبة لكل فقرة في المجموعتين لكلا المقياسين، وأظهرت النتائج أن جميع فقرات المقياسين مميزة عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (160) وقيمة جدولية (2.58) وجدول (2) و (3) يوضحان ذلك، لذلك لم يتم حذف أي فقرة وبقي مقياس المخططات الانفعالية يتألف من (28) فقرة. ومقياس الاجترار المشترك يتألف من (23) فقرة.

1. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لكل من فقرات مقياس المخططات الانفعالية وفقرات مقياس الاجترار المشترك، وبعد اختبار قيم معاملات الارتباط بالاختبار التائي تبين أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (134) وقيمة جدولية (2.58) كما هو موضح في جدول (4) و(5). لذلك لم يتم حذف أي فقرة وبقي مقياس المخططات الانفعالية يتألف من (28) فقرة. ومقياس الاجترار المشترك يتألف من (23) فقرة.

جدول 3: معاملات تمييز فقرات مقياس الاجترار المشترك بإسلوب المجموعتين الطرفيتين.

النتيجة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة	12.66	1.00	3.26	0.32	4.88	1
دالة	10.84	1.00	3.50	0.32	4.88	2
دالة	17.10	1.00	2.63	0.40	4.88	3
دالة	21.10	0.81	2.57	0.35	4.85	4
دالة	16.89	0.89	2.70	0.49	4.80	5
دالة	19.98	0.78	2.50	0.50	4.75	6
دالة	13.96	1.06	2.07	0.95	4.50	7
دالة	11.52	1.02	3.38	0.32	4.88	8
دالة	11.74	0.87	3.55	0.32	4.88	9
دالة	18.94	0.91	2.57	0.40	4.88	10
دالة	20.17	0.82	2.66	0.35	4.85	11
دالة	15.49	0.95	2.77	0.49	4.80	12
دالة	20.11	0.78	2.48	0.50	4.75	13
دالة	12.96	1.14	2.16	0.95	4.50	14
دالة	12.19	1.03	3.27	0.32	4.88	15
دالة	11.83	0.85	3.57	0.32	4.88	16
دالة	18.12	0.94	2.61	0.40	4.88	17
دالة	17.00	0.97	2.70	0.35	4.85	18
دالة	16.50	0.93	2.69	0.49	4.80	19
دالة	20.47	0.76	2.48	0.50	4.75	20
دالة	13.14	1.11	2.16	0.95	4.50	21
دالة	17.55	0.97	2.63	0.40	4.88	22
دالة	17.24	0.96	2.70	0.35	4.85	23

رابعاً: الاختبار التائي لعينة واحدة **One-sample t-test**: تم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة لكل من مقياسي المخططات الانفعالية، والاجترار المشترك، لغرض تعرف كل منهما، إذ ظهر ان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على مقياس المخططات الانفعالية قد بلغ (108.56) وبانحراف معياري قدره (28.54). وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (84). يتبين ان القيمة التائية المحسوبة أكبر من الجدولية، عند درجة حرية (249) ومستوى دلالة (0.05). كما واطهرت النتائج ان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على مقياس الاجترار المشترك قد بلغ (89.96) وبانحراف معياري قدره (19.32). وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (69). يتبين ان القيمة التائية المحسوبة أكبر من الجدولية، عند درجة حرية (249) ومستوى دلالة (0.05). وجدول (6) يوضح ذلك.

خامساً: الثبات **Reliability**: تم استخراج لثبات بطريقتين. أولاً، الاتساق الداخلي Internal Consistency، تم قياس الاتساق الداخلي لكل مقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha لتقدير درجة توافق الفقرات في قياس الأبعاد المختلفة. بلغ معامل الفا لمقياس المخططات الانفعالية (0.94). بينما بلغ معامل الفا لمقياس الاجترار المشترك (0.97). على وفق هذه الطريقة يعد الثبات جيداً مقارنة بالدراسات السابقة.

جدول 4: معاملات ارتباط فقرات مقياس المخططات الانفعالية بالدرجة الكلية للمقياس والقيمة التائية.

ت	معامل الارتباط	قيمة t	النتيجة	ت	معامل الارتباط	قيمة t	النتيجة
1	0.72	16.33	دالة	15	0.73	16.82	دالة
2	0.64	13.11	دالة	16	0.67	14.21	دالة
3	0.48	8.61	دالة	17	0.58	11.21	دالة
4	0.68	14.60	دالة	18	0.70	15.43	دالة
5	0.59	11.50	دالة	19	0.64	13.11	دالة
6	0.67	14.21	دالة	20	0.67	14.21	دالة
7	0.62	12.44	دالة	21	0.62	12.44	دالة
8	0.69	15.01	دالة	22	0.52	9.58	دالة
9	0.61	12.12	دالة	23	0.46	8.15	دالة
10	0.47	8.38	دالة	24	0.63	12.77	دالة
11	0.40	6.87	دالة	25	0.71	15.87	دالة
12	0.58	11.21	دالة	26	0.70	15.43	دالة
13	0.70	15.43	دالة	27	0.74	17.32	دالة
14	0.73	16.82	دالة	28	0.67	14.21	دالة

ثانياً، تم تطبيق طريقة إعادة الاختبار Test-Retest Reliability على عينة مكونة من (50) بعد فترة زمنية بلغت 28 يوماً. تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الأولية ودرجات إعادة الاختبار، حيث أظهرت النتائج ان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمقياس المخططات الانفعالية قد بلغ (0.87). بينما معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمقياس الاجترار المشترك قد بلغ (0.91). على وفق هذه الطريقة يعد الثبات جيداً مقارنة بالدراسات السابقة.

جدول 5: معاملات ارتباط فقرات مقياس الاجترار المشترك بالدرجة الكلية للمقياس والقيمة التائية.

ت	معامل الارتباط	قيمة t	النتيجة	ت	معامل الارتباط	قيمة t	النتيجة
1	0.70	15.43	دالة	13	0.82	22.56	دالة
2	0.71	15.87	دالة	14	0.69	15.01	دالة
3	0.84	24.38	دالة	15	0.72	16.33	دالة
4	0.86	26.54	دالة	16	0.70	15.43	دالة
5	0.78	19.62	دالة	17	0.83	23.43	دالة
6	0.81	21.75	دالة	18	0.84	24.38	دالة
7	0.71	15.87	دالة	19	0.76	18.41	دالة
8	0.73	16.82	دالة	20	0.81	21.75	دالة
9	0.73	16.82	دالة	21	0.70	15.43	دالة
10	0.83	23.43	دالة	22	0.83	23.43	دالة
11	0.87	27.78	دالة	23	0.85	25.41	دالة
12	0.74	17.32	دالة				

سادساً: الاختبار التائي للعينات المستقلة Independent-Samples T-Test

تم استعمال الاختبار التائي للعينات المستقلة، لغرض تعرف الفرق بين الذكور والاناث لاستجابات عينة البحث على مقياسي المخططات الانفعالية والاجترار المشترك، اذ تطلب ذلك تقسيم عينة البحث الى (138) ذكور و(112) اناث.

واظهرت النتائج ان الوسط الحسابي قد بلغ (112.54) والانحراف المعياري (30.00) لدرجات الذكور على مقياس المخططات الانفعالية، بينما بلغ الوسط الحسابي (103.66) والانحراف المعياري (25.93)، لدرجات الاناث على نفس المقياس، وقيمة تائية محسوبة (2.46). مما يعني وجود فرق ذي دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (248) وقيمة تائية جدولية (1.61) بين الذكور والاناث على مقياس المخططات الانفعالية ولصالح الذكور. وجدول (7) يوضح ذلك. اما مقياس الاجترار المشترك فقد اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي قد بلغ (91.73) والانحراف

جدول 6: الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياسي المخططات الانفعالية والاجترار المشترك

المقياس	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة t	النتيجة
المخططات الانفعالية	108.56	84	28.54	13.60	دالة
الاجترار المشترك	89.96	69	19.32	17.15	دالة

المعياري بلغ (20.93) لدرجات الذكور، بينما بلغ الوسط الحسابي (87.77) والانحراف المعياري بلغ (16.974) لدرجات الاناث على نفس المقياس. وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.617). مما يعني عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (248) وقيمة تائية جدولية (1.61)، بين الذكور والاناث على مقياس الاجترار المشترك. وجدول (7) يوضح ذلك.

جدول 7: الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لاستجابات الذكور والاناث على مقياسي المخططات الانفعالية والاجترار المشترك

النتيجة	قيمة t	الاناث، عددهم 112		الذكور، عددهم 138		المقياس
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة	2.46	25.93	103.66	30.00	112.54	المخططات الانفعالية
غير دالة	1.61	16.97	87.77	20.93	91.73	الاجترار المشترك

سابعاً: الارتباطات **Correlations**: باستعمال معامل ارتباط بيرسون ظهر ان الارتباط بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك (0.80). وبعد اختبار دلالة معامل الارتباط، تبين ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (20.99). وعند مقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (1.61) عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (248) تبين ان العلاقة دالة لان القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية.

ثامناً: الانحدار الخطي **Linear regression**: باستعمال تحليل الانحدار المتعدد بطريقة الادخال Enter، تم ادخال المتغير المستقل (المخططات الانفعالية)، لحساب قوة اسهامه بالمتغير التابع (الاجترار المشترك) ونتيجة التحليلات الإحصائية، بينت أن مربع معامل الارتباط المتعدد المعدل (R²) قد بلغ (0.64)، وتشير هذه النتيجة إلى أن نسبة التباين المقدره (64%) تقريبا من التباين الكلي الحاصل في المتغير التابع (الاجترار المشترك) ترجع إلى المتغير المستقل (المخططات الانفعالية) وجدول (8) يوضح ذلك. ولاختبار هذه النتيجة، تم استعمال تحليل التباين لاختبار قيمة (R²)، فاذا كانت القيم الفائية دالة فان المتغير المستقل له اسهام في المتغير التابع وجدول (9) يوضح ذلك.

جدول 8: معاملات الارتباط المتعدد

المتغير المستقل	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد R ²	مربع معامل الارتباط المتعدد المعدل R ²	معامل الخطأ المعياري للتقدير
المخططات الانفعالية	0.80	0.64	0.64	11.58138

جدول 9: تحليل التباين والقيمة الفائية للمتغير المستقل (المخططات الانفعالية)

النتيجة	القيمة الفائية الجدولية	القيمة الفائية المحسوبة	متوسط المربعات MS	درجات الحرية d.f	مجموع المربعات S.S	مصدر التباين	المتغير المستقل
دالة		445.416	59742.869	1	59742.869	الانحدار	المخططات الانفعالية
			134.128	248	33263.807	المتبقي	
				249	93006.676	الكلي	

يتبين من الجدول أعلاه ان القيمة الفائية المحسوبة البالغة (445.416) دالة لأنها أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (6.76)، وهذا يعني ان المخططات الانفعالية تُسهم في الاجترار المشترك بنسبة (64%). ولذلك تم تحويل قيم معاملات الانحدار المتعدد للمتغير المستقل والخطأ المعياري إلى معاملات الانحدار المعيارية Beta المقابلة للمتغير المستقل (لمعرفة نوع التأثير)، وباستعمال نتائج المعالجة الإحصائية يمكن معرفة مدى قدرة المتغير المستقل (المخططات الانفعالية) على التأثير بالمتغير التابع (الاجترار المشترك). و جدول (10) يوضح ذلك.

جدول 10: معاملات انحدار المتغيرات المستقلة في النظر في العواقب المستقبلية

المنبئ	معامل الانحدار B المعيارى غير	الخطأ المعيارى Std.Error	معامل الانحدار المعيارى Beta	قيمة t المحسوبة	النتيجة
الحد الثابت	31.049	2.886	-----	10.759	دالة
المخططات الانفعالية	0.543	0.026	0.81	21.105	دالة

يتبين من الجدول اعلاه أن قيمة معامل الانحدار المعيارى Beta لإسهام المتغير المستقل (المخططات الانفعالية) قد بلغت (0.81)، بقيمة تائية المحسوبة (21.105) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01).

مناقشة النتائج وتفسيرها

استهدفت هذه الدراسة الكشف عن طبيعة العلاقة بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة، مع تعرف الفروق بين الجنسين، واستكشاف مدى اسهام المخططات الانفعالية في الاجترار المشترك. بينت النتائج، دليلاً قوياً على أن المخططات الانفعالية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالاجترار المشترك وتنبأ به لدى طلبة الجامعة. وبشكل أكثر تفصيلاً كانت النتائج كالآتي:

أولاً: تعرف المخططات الانفعالية لدى طلبة الجامعة.

كشفت النتائج عن أن الوسط الحسابى للعينة أعلى من الوسط الفرضى، وهذا يدل على هيمنة المخططات الانفعالية غير التكيفية على طريقة معالجة المشاعر والانفعالات، مثل الاجترار، الشعور بالذنب، العار، اللوم، عدم تقبل المشاعر، الاعتقاد بأنها ستدوم لمدة طويلة، وأنه لا يمكن السيطرة عليها، وإنها ما يختبره الفرد هو فريد من نوعه ولا يشاركه فيه أحد، ولن يتقبل أحد مشاعره وانفعالاته. وبما أن ليهي (2002) قد أشار إلى أن المخططات الانفعالية غير التكيفية نابعة من المخططات المعرفية بالأساس، بمعنى أنها نمط معرفى أو اسلوب يتبعه الانسان مع مشاعره راجع إلى اختياره أو تبنيه لطريقة تفكير معينة، فهذا يعني أن طلبة الجامعة يتعاملون من المشاعر والانفعالات من منطلقات معرفية اشكالية، لذلك يلجؤون إلى المخططات الانفعالية غير التكيفية. ولا يقف الأمر عند هذا الحد، فتبنى هكذا نوع من المخططات للتعامل مع الانفعالات ينبئ بعواقب وخيمة أهمها عديدا من الاضطرابات النفسية. ومن الاسباب التي تكمن خلف هذا النوع من المخططات دون غيره المعايير الثقافية، إذ تتباين الثقافات في مسألة تأكيدها على تقبل أو عدم تقبل بعض المخططات، فعلى سبيل المثال قد تسمح وتشجع بعض الثقافات على التعبير عن الانفعالات، في حين تثبط ثقافات أخرى ذلك وتعدّه أمراً غير مقبولاً، بل تشجع على كبت الانفعالات وعدم الافصاح عنها لما يترتب عليها من مشكلات. بالإضافة إلى ذلك تؤثر التنشئة الاجتماعية والخبرة الانفعالية السابقة على الانسان وتحمله على تبني هكذا نوع من المخططات، على عكس آخر نُشئ في بيئة أخرى، وتعرض لخبرات انفعالية مغايرة (Edwards et al., 2021). وان هذه النتيجة تتوافق مع دراسة فوستينو وآخرون (2020) ومحمدخاني وآخرون (2022)،

(Faustino et al,2020; Mohammadkhani et al,2022)

ثانيا: تعرف الفرق في المخططات الانفعالية على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث) لدى طلبة الجامعة.

أظهرت النتائج فرقا ذا دلالة إحصائية في درجات افراد العينة على مقياس المخططات الانفعالية بين الذكور والإناث، حيث سجل الذكور درجات أعلى. تتناقض هذه النتيجة مع العديد من الدراسات السابقة (Garside&Klimes-Dougan,2002)، والتي تشير إلى أن النساء يملن إلى الإبلاغ عن شدة انفعالية أعلى وتنشئة انفعالية أكبر. ومع ذلك، قد تعكس النتائج الحالية تأثيرات ثقافية في السياق العراقي-العربي، حيث تميل تنشئة الذكور في الغالب إلى جعلهم يتعاملون مع انفعالاتهم بشكل صارم، مما يؤدي بطبيعة الحال إلى تبني مخططات انفعالية غير تكيفية مثل القمع والتبرير والتحكم، هذه النتائج تُعزز الحاجة إلى دراسة المخططات الانفعالية ليس فقط من منظور جنساني، ولكن أيضاً ضمن إطار ثقافي، حيث تتباين معايير التعبير والإفصاح والتنظيم الانفعالي.

ثالثا: تعرف الاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة.

سجلت استجابات افراد العينة وسط حسابي أعلى بكثير من الوسط الفرضي على مقياس الاجترار المشترك، مما يعكس ميلا كبيرا لدى طلبة الجامعة للانخراط في مناقشات متكررة ومكثفة حول المشكلات الشخصية والمشاعر السلبية مع أقرانهم. ويمكن ان تفسر هذه النتيجة في ضوء نظرية روز (2002) للاجترار المشترك، والتي تشير إلى أن ارتفاع درجات الطلبة على مقياس الاجترار المشترك ربما يرجع إلى الحاجة للانتماء إلى الأقران والمعالجة الانفعالية المشتركة خلال سنوات الجامعة (Rose,2002). بهذا المعنى، قد يكون الاجترار المشترك آلية تكيف غير تكيفية، ليس بسبب فعل الإفصاح نفسه، ولكن بسبب طبيعته المتكررة، والتركيز على المشكلة، واستمرار الشحنة الانفعالية المصاحبة له. فعلى وفق روز (2002) فان مثل هذه التفاعلات، مع أنها تعزز التقارب، قد تُبقي على المشكلات الانفعالية أو تُفاقمها (Rose,2002).

رابعا: تعرف الفرق في الاجترار المشترك على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث) لدى طلبة الجامعة.

أظهرت النتائج بأنه ليس هناك فرقا ذا دلالة إحصائية في درجات افراد العينة على مقياس الاجترار المشترك بين الذكور والإناث. وعلى الرغم من ان الدراسات السابقة تشير إلى هيمنة الاجترار المشترك لدى الإناث أكثر منه لدى الذكور، إلا ان نتائج البحث الحالي قد خالفت هذه النتائج. وقد يعود سبب الاختلاف إلى عوامل ثقافية مرتبطة بالسياق الثقافي العربي-العراقي، فإذا أردنا ان نقارب ما بين الجنسين في مستويات الاجترار المشترك كما هو حاصل في نتائج البحث الحالي، يمكن القول ان الذكور لديهم حرية أكبر في التعبير عن انفعالاتهم واجترارها مع أقرانهم بسبب غياب العواقب المترتبة على ذلك، في حين يغلب على الإناث الحذر والشك فيما يتعلق باجترار خبراتهن الانفعالية مع الآخرين، وحتى صديقاتهن المقربات بسبب العواقب السلبية المترتبة على الإفصاح عن خبراتهن للأخرين، من منظورهن الخاص. وهذا ما يفسر التقارب بين مستويات الاجترار المشترك بين الذكور والإناث. بمعنى آخر ان مستوى الاجترار المشترك يزداد لدى الذكور بسبب انفتاحهم مع أقرانهم، ويقف لدى الإناث بسبب حذرهن وقمعهن الانفعالي. وتدعم هذه النتيجة دراسة عودة (2021) التي اشارت نتائجها إلى ان طالبات الجامعة لديهن قمع انفعالي عالي (عودة،2021). وكانت نتائج البحث الحالي مختلفة عن نتائج دراسة كل من (Felton et al,2019; Hankin et al,2010) التي وجدت باستمرار أن الإناث ينخرطن في الاجترار المشترك أكثر من الذكور، وخاصة في الصداقات بين الجنسين.

خامسا: تعرف العلاقة الارتباطية بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة. تمثلت أهم نتائج الدراسة في وجود ارتباط إيجابي قوي ($r= 0.80$) بين المخططات الانفعالية والاجترار المشترك. تؤكد هذه العلاقة أن الكيفية التي يفسر بها الأفراد الانفعالات ويستجيبون، لها تأثير مباشر على كيفية معالجتهم لها والتعبير عنها بين الأشخاص. فالطلبة الذين يعانون من مخططات انفعالية غير تكيفية - مثل أولئك الذين يعتقدون أن انفعالاتهم طويلة الامد أو مخزية أو يصعب التحكم بها هم أكثر عرضة للسعي إلى التحقق من خلال الإفراط في الحديث عن المشكلات المرتبطة بهذه الانفعالات، بمعنى الانخراط في الاجترار المشترك. ودراسة غانم (2019) دعمت نتيجة البحث الحالي فقد اشارت الى ان الطلبة لديهم اتجاهات سلبية منخفضة نحو التعبير الانفعالي (غانم، 2019) مما يعني انهم أكثر استعدادا لمشاركة انفعالاتهم مع الآخرين سواء من نفس الجنس او الجنس المغاير. وتوسع الدراسة الحالية هذه النتائج من خلال ربط المخططات الانفعالية بشكل مباشر بالسلوك الانفعالي بين الأشخاص، مما يشير إلى مسار يتم من خلاله تحويل المعتقدات الانفعالية الداخلية إلى عادات علائقية. تُعزز هذه النتائج الإطار المعرفي لمعالجة الانفعالات الذي اقترحه ليهي (2002)، والذي أكد على أن المخططات الانفعالية تعمل كمرشحات لتفسير الخبرات الانفعالية والتعامل معها. تؤثر المخططات الانفعالية على ما إذا كانت المشاعر تُعد مقبولة أو مُهددة، قابلة للتحكم أو طاعية، طبيعية أو مُخزية. هذه المعتقدات، عندما تكون جامدة أو مُشوّهة، تُهيئ الأفراد لاستعمال استراتيجيات شخصية غير تكيفية، مثل الاجترار المُشترك، للتعامل مع الانزعاج الناجم عن الانفعال. وبالمثل، يشير نموذج روز (2002) للاجترار المشترك، المستمد من نظرية أنماط الاستجابة للاكتئاب، إلى أن الإفراط في الحديث عن المشكلات، وخاصةً مع الأقران المقربين، قد يخدم غرضين: الانتماء والتوافق. وقد دعمت هذه الدراسة هذه الطبيعة المزدوجة، التي تؤكد قدرة الاجترار المشترك على تعزيز التقارب مع زيادة العبء الانفعالي في الوقت نفسه، خاصةً عند وجود أنماط انفعالية غير تكيفية.

سادسا: تعرف مدى إسهام المخططات الانفعالية في الاجترار المشترك لدى طلبة الجامعة. أظهر تحليل الانحدار أن المخططات الانفعالية مسؤولة عن 64% من التباين في الاجترار المشترك، وهي مساهمة عالية بشكل ملحوظ. هذا يؤكد أن المخططات الانفعالية ليست مرتبطة فقط بسلوك الاجترار المشترك، بل تُعد أيضاً من المؤشرات الرئيسية لحدوثه. كما تدعم افتراض ليهي (2002) القائل أن معتقدات الأفراد حول انفعالاتهم (مخططاتهم عنها) تُشكل سلوكياتهم. وبشكل أكثر تحديداً، يبدو أن المخططات غير التكيفية، كاللوم، والمدة (أي الاعتقاد بأن الانفعالات ستستمر إلى أجل غير مسمى)، تُعزّي الميل إلى مناقشة المشكلات الانفعالية مراراً وتكراراً دون حل (أي الاجترار المشترك). ويمكن ان يفسر هذا الاسهام من منظور ليهي (2002) على أن المخططات الانفعالية أساسية في تشكيل استراتيجيات التكيف الاجتماعي والانفعالي. عملياً، قد يعتمد الطلبة الذين يجدون صعوبة في تنظيم خبراتهم الانفعالية معرفياً بشكل أكبر على الاجترار المشترك كمنفذ للانفعالات غير المعالجة.

التوصيات والمقترحات

بناءً على نتائج البحث توصي الباحثة بالآتي:

1. على وزارة التعليم العالي والبحث العلمي إدخال برامج المهارات الانفعالية كجزء من المناهج الجامعية أو الأنشطة اللاصفية.
2. على إدارة الجامعات التوجيه بإنشاء وحدات مختصة بالصحة الانفعالية داخل الجامعات، تقدم استشارات فردية وجماعية حول كيفية التعامل مع الانفعالات والضغط الانفعالية.

3. على المختصين تصميم برامج إرشادية تركز على إعادة هيكلة المخططات الانفعالية غير التكيفية، مثل الاعتقادات حول عدم السيطرة على المشاعر أو الشعور بالخجل من الانفعال.
 4. إقامة ورش عمل لتدريب الطلبة على استراتيجيات صحية لتنظيم الانفعالات (مثل: القبول، الفهم، التمايز) بدلاً من اللجوء للاجترار المشترك كألية تنفيس.
 5. على أساتذة الجامعة تنمية وعي الطلبة بمخاطر الاجترار المشترك على الصحة النفسية، خصوصاً في المحيط الجامعي الذي يشجع على التفاعل الاجتماعي المكثف.
 6. على الطلبة أن يتعرفوا على أنماطهم في التعامل مع المشاعر، وأن يميزوا بين التعبير الصحي والاجترار المشترك الضار.
 7. على الطلبة تعلم مهارات التنظيم الانفعالي، مثل إعادة تفسير المواقف السلبية، إدارة الأفكار الكارثية، تقبل المشاعر دون تضخيمها أو إنكارها.
 8. يتوجب على الطلبة تحديد حدود صحية للعلاقات بمعنى معرفة متى يكون الإفصاح عن المشكلات مفيداً ومتى يتحول إلى اجترار ضار يفاقم الحالة النفسية.
 9. الانخراط في أنشطة بديلة مثل الرياضة، الفنون، والأنشطة الاجتماعية الإيجابية التي تدعم الصحة النفسية وتقلل من الميل للاجترار.
- بناءً على نتائج الدراسة الحالية، تقترح الباحثة الآتي:

1. توسيع العينة لتشمل مشاركين من خلفيات ثقافية ومراحل حياتية متنوعة (مثل المراهقين، والبالغين، العاملين، وكبار السن).
2. دراسة مقارنة المخططات الانفعالية على وفق استراتيجيات التنظيم التكيفية (مثل: إعادة التقييم، والقبول). وغير التكيفية (مثل: الكبت، والاجترار).
3. دراسة العلاقة بين المخططات الانفعالية واحد المفاهيم الآتية (الاحترق الأكاديمي، أنماط التعلق، التعبير الانفعالي، المرونة).
4. تطبيق نفس الدراسة على مجموعات سكانية سريرية لاستكشاف كيفية تفاعل المخططات الانفعالية والاجترار المشترك في سياق الاضطرابات النفسية المشخصة.
5. دراسة العلاقة الارتباطية بين الاجترار المشترك واحد المفاهيم الآتية (العدوى الانفعالية، جودة الصداقة، أساليب التعامل مع المشكلات).

المصادر

1. عودة، كهرمان هادي. (2021). القمع الانفعالي في ظل جائحة كورونا لدى طالبات كلية التربية للبنات. *Journal of the College of Basic Education*, 2(SI), 891-909.
2. غانم، ستار جبار. (2019). الخوف من الشفقة وعلاقته بالاتجاه نحو التعبير الانفعالي لدى طلبة الجامعة. *Journal of the College of Basic Education*, 25(103), 359-436.
3. هادي، زينب محمد. (2022). الاجترار المشترك وعلاقته بجودة الصداقة لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير، جامعة بغداد، العراق.
4. Afifi, T., Davis, S., Merrill, A. F., Coveleski, S., Denes, A., & Afifi, W. (2015). In the wake of the great recession: Economic uncertainty, communication, and biological stress responses in families. *Human Communication Research*, 41(2), 268-302.
5. Ames-Sikora, A. M., Donohue, M. R., & Tully, E. C. (2017). Nonlinear associations between co-rumination and both social support and depression symptoms. *The Journal of psychology*, 151(6), 597-612.

6. Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K. W., & Ming, X. (2022). Academic stress and mental well-being in college students: Correlations, affected groups, and COVID-19. *Frontiers in psychology*, 13, 886344.
7. Barstead, M. G., Bouchard, L. C., & Shih, J. H. (2013). Understanding gender differences in co-rumination and confidant choice in young adults. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(7), 791-808.
8. Calmes, C. A., & Roberts, J. E. (2008). Rumination in interpersonal relationships: Does Co-rumination explain gender differences in emotional distress and relationship satisfaction among college students? *Cognitive Therapy and Research*, 32(4), 577–590. <https://doi.org/10.1007/s10608-008-9200-3>
9. Carlucci, L., D'Ambrosio, I., Innamorati, M., Saggino, A., & Balsamo, M. (2018). Co-rumination, anxiety, and maladaptive cognitive schemas: When friendship can hurt. *Psychology Research and Behavior Management*, 11, Article 133-144. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S144907>
10. Edwards, E. R., Liu, Y., Ruiz, D., Brosowsky, N. P., & Wupperman, P. (2021). Maladaptive emotional schemas and emotional functioning: Evaluation of an integrated model across two independent samples. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 39, 428-455.
11. Fathy, M. G., & Mandoob, K. J. (2025). Arabic Version of the Leahy Emotional Schemas Scale-II. *Iranian Journal of Psychiatry*, 20(1), 77-92.
12. Faustino, B., & Vasco, A. B. (2021). Emotional schemas mediate the relationship between emotion regulation and symptomatology. *Current Psychology*, 1-7.
13. Faustino, B., Vasco, A. B., Silva, A. N., & Marques, T. (2020). Relationships between emotional schemas, mindfulness, self-compassion and unconditional self-acceptance on the regulation of psychological needs. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 23(2).
14. Felton, J. W., Cole, D. A., Havewala, M., Kurdziel, G., & Brown, V. (2019). Talking together, thinking alone: Relations among co-rumination, peer relationships, and rumination. *Journal of youth and adolescence*, 48, 731-743.
15. Furman, W., & Rose, A. J. (2015). Friendships, romantic relationships, and peer relationships. *Handbook of child psychology and developmental science*, 3, 932-974.
16. Garside, R. B., & Klimes-Dougan, B. (2002). Socialization of discrete negative emotions: Gender differences and links with psychological distress. *Sex roles*, 47, 115-128.
17. Hankin, B. L., Stone, L., & Wright, P. A. (2010). Corumination, interpersonal stress generation, and internalizing symptoms: Accumulating effects and transactional influences in a multiwave study of adolescents. *Development and psychopathology*, 22(1), 217-235.
18. Khaleghi, M., Leahy, R. L., Akbari, E., Nasab, N. S., & Bastami, M. (2021). Emotional schemas contribute to suicide behavior and self-harm: Toward finding

- suicidal emotional schemas (SEs). *International journal of cognitive therapy*, 14, 485-496.
19. KOZAN, H. İ. Ö., & ARSLAN, C. (2022). Social Anxiety among College Students: Predictive Roles of Attachment Insecurity and Emotional Schemas. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 9(1), 22-31.
20. Masoudzadeh, A., Alami, S., Rajeh, Y. N., Taheri, E., & Sadeghi, H. (2022). The role of relationship emotional schemas and personality dimensions on domestic violence in people referred to a forensics center in Iran. *Iranian journal of psychiatry*, 17(1), 44.
21. Mohammadkhani, S., Foroutan, A., Akbari, M., & Shahbahrami, M. (2022). Emotional schemas and psychological distress: Mediating role of resilience and cognitive flexibility. *Iranian Journal of Psychiatry*, 17(3), 284.
22. Nazari, F., Gharraee, B., & Zahedi Tajrishi, K. (2023). Mediating role of Emotion Dysregulation, Experiential Avoidance, and Rumination in the relationship of Emotional Schemas with Obsessive-Compulsive Disorder Symptoms. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 28(4), 466-479.
23. Nunnally, J and Bernstein, J. *Teoría psicométrica*. México : McGraw-Hill, 1995.
24. Rezvani, F., Vaziri, S., & Lotfi Kashani, F. (2019). Structural equation modelling of infertility stress based on emotional schemas, marital conflict, self-compassion, social support as a mediation. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 7(4), 74-83.
25. Rodebaugh, T. L., Lim, M. H., Shumaker, E. A., Levinson, C. A., & Thompson, T. (2015). Social anxiety and friendship quality over time. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44(6), 502-511.
26. Rose A. J., Glick G. C., Smith R. L., Schwartz-Mette R. A., Borowski S. K. (2017). Co-rumination exacerbates stress generation among adolescents with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 45(5), 985-995.
27. Rose, A. J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child development*, 73(6), 1830-1843.
28. Rose, A. J., & Rudolph, K. D. (2006). A review of sex differences in peer relationship processes: potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological bulletin*, 132(1), 98.
29. Rose, A. J., Carlson, W., & Waller, E. M. (2007). Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: considering the socioemotional trade-offs of co-rumination. *Developmental psychology*, 43(4), 1019.
30. Smith, R. L., & Rose, A. J. (2011). The “cost of caring” in youths' friendships: Considering associations among social perspective taking, co-rumination, and empathetic distress. *Developmental psychology*, 47(6), 1792.

31. Spindel, J. S., Simonds, L. M., & Avery, R. E. (2017). The relationship between co-rumination and internalizing problems: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(2), 512-527.
32. Starr L. R., Davila J. (2009). Clarifying co-rumination: Associations with internalizing symptoms and romantic involvement among adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 32(1), 19-37.
33. Starr L. R., Davila J. (2009). Clarifying co-rumination: Associations with internalizing symptoms and romantic involvement among adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 32(1), 19-37.
34. Starr, L. R., & Davila, J. (2009). Clarifying co-rumination: Associations with internalizing symptoms and romantic involvement among adolescent girls. *Journal of adolescence*, 32(1), 19-37.
35. Stone, L. B., Hankin, B. L., Gibb, B. E., & Abela, J. R. (2011). Co-rumination predicts the onset of depressive disorders during adolescence. *Journal of abnormal psychology*, 120(3), 752.
36. Stone, L. B., Silk, J. S., Lewis, G., Banta, M. C., & Bylsma, L. M. (2022). Adolescent girls' intrapersonal and interpersonal parasympathetic regulation during peer support is moderated by trait and state co-rumination. *Developmental psychobiology*, 64(1), e22232.
37. Tompkins T. L., Hockett A. R., Abraibesh N., Witt J. L. (2011). A closer look at co-rumination: Gender, coping, peer functioning and internalizing/externalizing problems. *Journal of Adolescence*, 34(5), 801-811.
38. Van Zalk, N., & Tillfors, M. (2017). Co-rumination buffers the link between social anxiety and depressive symptoms in early adolescence. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 11(1), 1-12.

الهوامش

- (1) ا. د سعد عبد الزهرة الحصناوي/ قسم علم النفس/ كلية الآداب/ الجامعة المستنصرية.
ا. د خديجة حيدر الموسوي/ قسم علم النفس/ كلية الآداب/ الجامعة المستنصرية.
ا. د عباس حسن رويح/ قسم علم النفس/ كلية الآداب/ الجامعة المستنصرية.
ا. د محمد جاسم الجيزاني/ قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي/ كلية التربية الأساسية/ الجامعة المستنصرية.
ا. م. د قصي جابر أم معين / قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي/ كلية التربية الأساسية/ الجامعة المستنصرية.



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

The Relationship Between Emotional Schemas and Co-Rumination Among University Students

Asst. Lecturer Magda Ghassan Fathy

/ Psychological Counseling and Educational Guidance Unit /

College of Arts / Al-Mustansiriya University

dr.magda.fathy@uomustansiriyah.edu.iq

07721904492

Abstract

This study aimed to explore the relationship between emotional schemas and co-rumination among university students. Emotional schemas refer to the cognitive-affective structures individuals use to evaluate and respond to emotional experiences, while co-rumination refers to the excessive discussion of personal problems within close relationships. A sample of 250 students was selected using convenience sampling from four Iraqi universities. Data were collected via electronic questionnaires, including an adopted Emotional Schemas Scale and Co-Rumination Scale, both validated for reliability and validity. Results showed high levels of both emotional schemas and co-rumination among students. A significant positive correlation ($r = 0.80$) was found between emotional schemas and co-rumination; students with negative beliefs about their emotions were more likely to engage in frequent, emotionally intense conversations with peers. Regression analysis indicated that emotional schemas accounted for about 64% of the variance in co-rumination, emphasizing their central role in shaping interpersonal emotion regulation strategies. Additionally, gender differences were found in emotional schemas favoring males, while no significant gender differences appeared in co-rumination. These findings align with Leahy's theoretical framework (2002) and Rose's model of co-rumination (2002), suggesting that maladaptive emotional-cognitive beliefs, when reflected in interpersonal coping behaviors, may heighten emotional distress. The study highlights the importance of interventions aimed at restructuring emotional schemas, particularly within university settings, to reduce reliance on maladaptive strategies like co-rumination and enhance healthy emotional processing.

Keywords: Emotional Schemas; Co-Rumination; University Students; Leahy Emotional Schemas Scale-II.