

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

Relationship between defense mechanisms with experience and express of anger in female university students

A. Javaheri: MA student in psychology

E-mail: abedin.javaheri@gmail.com

S. Ghanbari: PhD in psychology

A.R. Zarandi: MA in psychology

عابدین جواهری: کارشناس ارشد روان‌شناسی

سعید قنبری: دکترای روان‌شناسی

علیرضا زرندی: کارشناس ارشد روان‌شناسی

Abstract

Aim: The aim of this research was to investigate the relationship among defense mechanisms, experience and expression of anger in a college student sample. **Method:** Method of research was correlational and 213 college students were selected using available sampling from Shahid Beheshti University and completed the DSQ Bond et.al (1986) and STAXI-II Spielberger, (1986) scales. For data analysis statistical methods and indexes frequency, mean, standard deviation and regression analysis were used. **Results:** Results showed that mature defense mechanisms have a significant and positive relationship with experience and control of anger and a significant and negative relationship with the expression of anger and some subscales of it such as **expressing** anger verbally, expressing anger physically, angry temperament, and angry reaction. Immature and neurotic defense mechanisms have a significant and negative relationship with experience and control of anger and a significant and positive relationship with expression of anger and some subscales of it. **Conclusion:** People who use mature defense mechanisms can experience their feelings such as anger and because of experiencing this feeling; they can control their anger better. But in the case of immature and neurotic defense mechanisms it is different. In both of the mechanisms people avoid from experiencing of their feelings, but it does not mean that they have lost their feelings and their neglected feeling are set out in the form of behaviors that in some of time it is out of the control. It is therefore important that people trained to use the mature defense mechanisms.

Key words: defense mechanisms, expression of anger, experience of anger

چکیده

هدف: هدف پژوهش تعیین رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی، تجربه و ابراز خشم در یک نمونه دانشجویی بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی و جامعه آماری کلیه دانشجویان دختر مشغول به تحصیل سال ۸۹-۱۳۸۸ دوره کارشناسی دانشگاه شهید بهشتی به تعداد ۴۲۰۰ نفر بود که از میان آن‌ها ۲۱۳ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی باند و همکاران (۱۹۸۳) و نسخه شماره ۲ پرسشنامه بروز خشم زمینه‌ای-خصلتی اسپیلبرگر (۱۹۸۶) را تکمیل کردند. برای تحلیل داده‌ها از فراوانی، میانگین، انحراف معیار، ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد مکانیزم دفاعی رشد یافته با تجربه و مهار خشم رابطه مثبت و با ابراز خشم و برخی زیرمقیاس‌های آن از جمله بروز کلامی و جسمانی خشم، خلق و خو و واکنش خشمگینانه رابطه منفی دارد و مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته و روان آزرده با تجربه و مهار خشم رابطه منفی و با ابراز خشم و زیرمجموعه‌های آن رابطه مثبت دارد. **نتیجه‌گیری:** افرادی که از مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته استفاده می‌کنند می‌توانند احساس‌های خود از جمله خشم را تجربه کنند و به همین خاطر، خشم خود را بهتر می‌توانند مهار می‌کنند. اما افرادی که از مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته و روان آزرده استفاده می‌کنند از تجربه احساس‌های خویش اجتناب می‌کنند که به معنای از بین رفتن آن احساس نیست بلکه این احساس نادیده گرفته شده، به شکل رفتارهایی برون‌ریزی می‌شود که گاهی خارج از کنترل آن‌ها است. بنابراین باید افراد را برای استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته آموزش داد.

کلیدواژه‌ها: ابراز خشم، تجربه خشم، مکانیزم‌های دفاعی

مقدمه

مفهوم مکانیزم‌های دفاعی یکی از مهمترین کمک‌های روان تحلیل‌گری در مطالعه شخصیت است. فروید اولین فردی بود که وجود چند مکانیزم دفاعی را مطرح کرد. در سال ۱۹۳۶ فروید مکانیزم‌های دفاعی را به عنوان کارکردهای ذهنی تعریف کرد که از افراد در برابر اضطراب زیاد ناشی از رویدادهای استرس‌زای بیرونی و حالت‌های مخرب درونی محافظت می‌کند. نقش حفاظتی مکانیزم‌های دفاعی از طریق تعدیل، انحراف یا حذف افکار، احساسات و ادراک‌های استرس‌زا انجام می‌شود (آفر، لاویه، گادلف و آپتر^۱، ۲۰۰۰).

فروید تعدادی مکانیزم دفاعی معرفی کرد و در مورد آن‌ها اظهار داشت که ما به‌ندرت فقط از یکی از این دفاع‌ها استفاده می‌کنیم؛ و معمولاً با استفاده از چندین مکانیزم به‌طور همزمان از خود در برابر اضطراب دفاع می‌کنیم. بین این مکانیزم‌ها مقداری همپوشی وجود دارد. گرچه مکانیزم‌ها از لحاظ جزئیات تفاوت دارند اما دارای دو ویژگی مشترک هستند: تحریف یا انکار واقعیت و فعالیت ناهشیار (کرامر^۲، ۲۰۰۲).

پژوهشگران بر این نکته تأکید کرده‌اند که باید بین مکانیزم‌های دفاعی و راهبردهای مقابله تمایز قائل شد. راهبردهای مقابله نیازمند آگاهی کامل و تصمیم‌گیری برای مدیریت و حل موقعیت مشکل‌آفرین هستند؛ در حالی که مکانیزم‌های دفاعی ناهوشیارانه روی می‌دهند و فقط می‌توانند با حالت هیجانی درونی تداخل کنند و تحریفی از واقعیت به‌وجود آورند. علاوه بر این، راهبردهای مقابله وابسته به موقعیت، درحالی که مکانیزم‌های دفاعی انعکاس‌دهنده خصوصیات نسبتاً پایدار افرادند (زوکالی، موسکاتلو، برنو، باریلا، کامپولو و سانتورو^۳، ۲۰۰۶).

اولین مطالعه جامع مکانیزم‌های دفاعی توسط آنا فروید انجام شد. او بیان کرد که هر فردی از مجموعه مشخصی از مکانیزم‌های دفاعی استفاده می‌کند تا اضطراب ناشی از تعارض بین نهاد و فرامن کاهش یابد (آفر و همکاران، ۲۰۰۰). طبق راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی^۴ مکانیزم‌های دفاعی فرایندهای روان‌شناختی خودکاری هستند که از افراد در برابر اضطراب و آگاهی از خطرها و استرس‌زاهای درونی و بیرونی محافظت می‌کنند و افراد اغلب از فرایندهای انجام آن آگاه نیستند. مکانیزم‌هایی که در توسط راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی ذکر شده توسط اندروز^۵ (۱۹۹۳) به ۳ دسته تقسیم شده است: ۱. رشد یافته که شامل والایش،

-
1. Offer, Lavie, Gothelf & Apter
 2. Cramer
 3. Zoccali, Muscatello, Bruno, Barilla, Campolo & Santoro
 4. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)
 5. Andrews

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

شوخ طبیعی، پیش‌بینی و فرونشانی است؛ ۲. روان آزرده که شامل ابطال، نودوستی کاذب، آرمانی‌سازی، واکنش وارونه است؛ و ۳. رشدنایافته که شامل فرافکنی، پرخاشگری منفعلانه، عملی‌سازی، مجزاسازی، نارزنده‌سازی، خیال‌پردازی در خود مانده وار^۱، انکار، جابه‌جایی، تفرق، دوپارگی، دلیل‌تراشی و بدنی‌سازی است (اندرروز، سینگ و بوند^۲، ۲۰۰۰).

بر اساس بعد رشدیافتگی دو الگوی نظری استفاده از مکانیزم‌های دفاعی ارائه شده است. وایلان^۳ ۱۹۷۱ الگویی سلسله‌مراتبی از مکانیزم‌های دفاعی ارائه کرد که شامل چهار لایه عمودی از دفاع‌هایی است که از رشدنایافتگی پایین به رشدیافتگی بالا مرتب شده است و مورد استفاده بزرگسالان قرار می‌گیرد. به عنوان مثال، انکار که نشان‌دهنده یک مکانیزم دفاعی بسیار رشدنایافته است در پایین‌ترین لایه الگو؛ در حالی که مکانیزم‌های دفاعی فرونشانی و والایش در بالاترین سطح رشد یافتگی قرار دارد (آلمان^۴، ۲۰۰۸؛ وایلان^۳، ۲۰۰۰).

از سوی دیگر کرامر (۲۰۰۲)، الگوی تحولی را پیشنهاد کرد. این الگو بر مبنای این عقیده بود که مکانیزم‌های دفاعی متفاوت از دوره‌های تحولی گوناگون و براساس ترتیب زمانی پدیدار می‌شوند. به عنوان مثال بر پایه این الگو دفاع انکار در سال‌های پیش‌دبستانی غالب است و سپس از اهمیت آن کاسته می‌شود درحالی که استفاده از فرافکنی در طول سال‌های میانی کودکی افزایش می‌یابد و در دوره نوجوانی غالب می‌شود.

هر دو الگو حمایت تجربی قابل ملاحظه‌ای دریافت کرده‌اند و مخالف یکدیگر نیستند و در بسیاری جنبه‌ها مکمل یکدیگرند. به عنوان مثال استفاده از دفاع انکار برای یک کودک ۵ ساله طبیعی و متناسب با سن است. در حالی که برای یک بزرگسال رشد نیافته تلقی می‌شود و پیشنهاددهنده مشکلات روان‌شناختی است. وایلان با پیشنهاد سلسله‌مراتب دفاع‌ها بیان کرد که مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته با کارکرد سازگاری بهتر و سلامت بیشتر همراهند؛ در حالی که دفاع‌های رشد نیافته همبستگی منفی با شاخص‌های کارکرد سازگاران دارند. جالب این‌که دفاع‌های روان آزرده، به‌رغم همبستگی با سطح بالایی از آشفتگی و آسیب، هنگام مقایسه با دفاع‌های رشدنایافته، نقش محافظتی در آگاهی شناختی و عاطفی از تعارض‌ها دارند (آفر و همکاران، ۲۰۰۰).

در دهه‌های گذشته به‌رغم پژوهش‌های متعددی که درباره رفتارهای پرخاشگرانه صورت گرفته اما همچنان هیجان خشم توجه کمی را دریافت کرده است. خشم معمولاً به حالتی

1. autistic fantasy
2. Singh & Bond
3. Vaillant
4. Aleman

هیجانی اطلاق می‌شود که شامل احساساتی است که از نظر شدت تغییر می‌کند اما مفهوم پرخاشگری دربردارنده رفتارهای آسیب‌رسان یا تنبیه کننده نسبت به شخص یا موضوع دیگری است (باریو، آلوچا و اسپیلبرگر^۱، ۲۰۰۴). خشم می‌تواند به عنوان یک تجربه هیجانی پیچیده در نظر گرفته شود که هم اجزای جسمی و هم شناختی دارد. اسپیلبرگر بر این نکته تأکید دارد که خشم هم به عنوان حالت هیجانی و هم به عنوان صفت در نظر گرفته شود. حالت خشم شرایط هیجانی قابل تغییری است که شامل دامنه‌ای از احساسات از تنش تا خشم است و معمولاً با نشانه‌های فعال‌سازی دستگاه عصبی خودمختار همراه است. صفت خشم وابسته به بسامد تجربه‌های خشم و مشخص‌کننده آمادگی زمینه‌ای افراد نسبت به خشم است. همچنین اسپیلبرگر بر این نکته تأکید می‌ورزد که افراد از نظر سرکوب یا ابراز خشم خود بسیار متفاوتند (باریو و همکاران، ۲۰۰۴).

مشاهده این‌که خشم اغلب ناراحتی ذهنی قابل ملاحظه‌ای ایجاد و در کارکردهای شناختی و سازگاری مداخله می‌کند، باعث شده است که پژوهشگران بر تنظیم و مهار خشم تمرکز کنند. با در نظر گرفتن این‌که ممکن است هیجان‌ها به شیوه‌های تقریباً نامحدودی تنظیم شوند؛ گراس^۲ (۲۰۰۲) دو راهبرد تنظیمی ممکن را پیشنهاد کرده است؛ که در دو قسمت متفاوت در فرایندهای تولیدکننده هیجان عمل می‌کنند. ابتدا تنظیم هیجان پیشایند محور که در مراحل بسیار آغازین فرایندهای تولید هیجان فراخوانده می‌شود، در حالی که تنظیم پاسخ محور بعد از آن‌که تمایل پاسخ هیجانی راه‌اندازی شد اتفاق می‌افتد. براساس این فرضیه تنظیم هیجانی که خیلی زود اتفاق می‌افتد به تلاش‌های پیوسته خودتنظیمی نیاز ندارد در حالی که تنظیم پاسخ-محور به خودبازبینی پیوسته و فعالیت خوداصلاحی مداوم نیاز دارد؛ یعنی هزینه کردن پیوسته منابع شناختی. راهبردهای توضیح داده شده ممکن است استفاده از مکانیزم‌های دفاعی را نیز شامل شود.

وایلانث فرض کرد که مکانیزم‌ها دفاعی به‌خصوص آن‌هایی که به‌عنوان رشدیافته مشخص شده‌اند، شاخصی از آسیب‌شناسی روانی هستند. چندین مطالعه تجربی از قبیل پلاچیک و همکاران (۱۹۹۵، به نقل از زوکالی، موسکاتلو، برنو، کدرو، کامپولو، پاندولفو و مدوری^۳، ۲۰۰۷)، از این فرضیه حمایت کرده‌اند. پیشنهاد شده که رابطه دفاع‌ها ممکن است با ابعاد آسیب‌شناسی روانی و اساساً با هیجان‌های منفی بیشتر از نشانگان روان‌پزشکی مشخص باشد. همان‌گونه که

1. Barrio, Aluja, Speilberger

2. Gross

3. Cedro, Pandolfo, Meduri

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

پلاچیک ۱۹۹۵، در نظریه روان تکاملی خود پیشنهاد کرد، دفاع‌ها مبدل‌های هیجان‌ها هستند و به‌خصوص این نظریه پرداز، اضطراب را با فرونشانی، خشم را با جابه‌جایی و افسردگی / غمگینی را با جبران مرتبط می‌دانست (زوکالی و همکاران، ۲۰۰۷).

مطالعه زوکالی و همکاران (۲۰۰۷)، نشان داد که مکانیزم‌های دفاعی و تجربه و ابراز خشم رابطه دارند. در مطالعه آن‌ها کسانی که از مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته‌تری استفاده می‌کردند بهتر می‌توانستند خشم خود را مهار و از ابراز آن جلوگیری کنند. و این رابطه در مورد آن‌هایی که از مکانیزم‌های دفاعی کمتر رشدیافته‌ای مثل فرافکنی استفاده می‌کردند برعکس بود. در مطالعه کرامر (۲۰۰۲)، نیز مشاهده شد که مکانیزم‌های دفاعی و تجربه خشم رابطه دارند. در مطالعه وی مشخص شد که هنگامی که دانشجویان با تجربه خشم مواجه می‌شوند بیشتر از مکانیزم‌های فرافکنی و همانندسازی استفاده می‌کنند.

با توجه به نقش مهمی که شناسایی و ابراز هیجان‌ها و به ویژه هیجان خشم در سلامت روانی افراد ایفا می‌کند بررسی عواملی که در موضوع تجربه هیجان‌ها تأثیرگذارند ضروری به نظر می‌رسد. از طرفی مطالعات پیشین هم نشان داده‌اند که مکانیزم‌های دفاعی می‌توانند نقش مهمی در زمینه هیجان‌ها داشته باشند. از این رو، این مطالعه با هدف تعیین رابطه مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز هیجان خشم براساس این فرض‌ها انجام شد که مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته نقش تسهیل‌کننده در تجربه هیجان خشم دارند و ابراز آن را کاهش می‌دهند و مکانیزم‌های رشد نایافته مانع تجربه هیجان خشم و باعث به عمل در آمدن این هیجان می‌شوند. نکته مهم دیگر این است که این پژوهش نقش مکانیزم‌های دفاعی را در تجربه و ابراز هیجان خشم در یک نمونه غیر بالینی را مطالعه کرده است تا فرضیه‌های زیر را بیازماید:

۱. مکانیزم دفاعی رشد یافته با تجربه خشم و ابراز خشم رابطه دارد.
۲. مکانیزم دفاعی رشد نایافته با تجربه خشم و ابراز خشم رابطه دارد.
۳. مکانیزم دفاعی روان آورده با تجربه خشم و ابراز خشم رابطه دارد.

روش

پژوهش حاضر از انواع پژوهش‌های همبستگی بود و برای تحلیل داده‌های آن از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل فراوانی، میانگین، انحراف معیار، ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان دختر مشغول به تحصیل سال ۱۳۸۸-۱۳۸۹ دوره کارشناسی دانشگاه شهید بهشتی بودند که تعداد جامعه آماری ۴۲۰۰ نفر بود. دلیل انتخاب دانشجویان دختر این بود که پژوهشگران قصد بررسی نقش جنس را در نتایج پژوهش نداشتند. برای نمونه‌گیری ابتدا یک گروه ۳۰ نفری از جامعه آماری انتخاب شد و پس از استخراج داده‌های

مربوط به پاسخ‌های گروه مزبور و پیش برآورد واریانس، حجم نمونه آماری پژوهش با استفاده از فرمول زیر به دست آمد.

$$n = \frac{NZ^2 \frac{\alpha}{2} \sigma^2}{\varepsilon^2 (N-1) + Z^2 \frac{\alpha}{2} \sigma^2}$$

N = حجم نمونه

$Z_{\frac{\alpha}{2}}$ = سطح اطمینان ۹۵ درصد

σ^2 : واریانس نمونه

ε : سطح خطای مجاز

با جایگذاری اعداد مربوطه در فرمول فوق، حجم نمونه به صورت زیر محاسبه شد:

$$n = \frac{4200 * (1/96)^2 * (0.135)}{(0/05)^2 (4200 - 1) + (1/96)^2 (0.135)} = 207$$

بعد از مشخص شدن تعداد نمونه چهار دانشکده از بین ۱۴ دانشکده انتخاب گردید. سپس پرسشنامه‌ها در این دانشکده‌ها و بین دانشجویان دختر در دسترس (غیرتصادفی) توزیع و جمع-آوری گردید.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه مکانیرم‌های دفاعی^۱. این پرسشنامه نخستین بار در سال ۱۹۸۳ توسط باند و همکاران به منظور بررسی مکانیرم‌های دفاعی در افراد بهنجار تدوین گردید. این پرسشنامه ۸۸ ماده داشت و ۲۴ مکانیرم دفاعی را واری می‌کرد. مبنای ساخت این پرسشنامه براساس الگوی سلسله مراتبی دفاع‌ها است و نسخه ۴۰ سؤالی آن توسط اندروز و همکاران در سال ۱۹۹۳ تدوین شد که ۲۰ مکانیرم دفاعی را در سه سطح رشد یافته، روان آزرده و رشد نیافته می‌سنجد. سوال‌های ۲، ۳، ۴، ۲۵، ۲۶، ۳۰، ۳۵ و ۳۸ سطح رشدیافته، سوال‌های ۷، ۲۱، ۲۴، ۲۸، ۳۲ و ۴۰ سطح روان آزرده و سوال‌های ۱، ۵، ۶، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰

1. Defence Style Questionnaire (DSQ)

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

۲۲، ۲۳، ۲۷، ۲۹، ۳۱، ۳۳، ۳۴، ۳۶، ۳۷ و ۳۹ سطح رشدنایافته را می‌سنجد (سینها و واتسون^۱، ۲۰۰۴). ماده‌های پرسشنامه از یک مقیاس ۹ درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق درجه بندی شده است و هر آزمودنی می‌بایست موافقت خود را با هر یک از عبارات یا سبک‌های دفاعی تعیین کند (حیدری نسب، ۱۳۸۵).

حیدری نسب (۱۳۸۵)، برای هنجاریابی پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی در نمونه غیربالینی ۶۶۶ نفر از دانش‌آموزان را که شامل ۳۱۵ دختر و ۳۵۱ پسر و همچنین ۴۰۱ نفر را که شامل ۲۱۲ زن و ۱۸۹ مرد و در نمونه بالینی که شامل ۷۸ زن و ۴۰ مرد بود مورد مطالعه قرار داد. در مطالعه او آلفای کرونباخ برای سبک رشد یافته ۰/۵۵، سبک روان آزرده ۰/۵۰ و سبک رشد نایافته ۰/۷۲ شد. همچنین آلفای کرونباخ پرسشنامه در دانش‌آموزان ۰/۷۱، در دانشجویان ۰/۷۸ و در جمعیت کل ۰/۷۴ بود. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای سبک رشدیافته، سبک روان آزرده و سبک رشد نایافته به ترتیب ۰/۶۱، ۰/۵۸ و ۰/۶۸ به‌دست آمد.

۲. پرسشنامه بروز خشم وضعی - خصلتی اسپیلبرگر^۲ (نسخه شماره ۲). در این پژوهش از جدیدترین نسخه بازنگری شده این پرسشنامه استفاده شد که ۵۷ سؤال دارد. این پرسشنامه مداد کاغذی و برای گروه سنی ۳۰-۱۶ سال تهیه و توسط فراهانی، فرزاد و مختاری (۱۳۸۷) در نمونه ایرانی دانشجویان هنجاریابی شده است. پرسشنامه شامل شش مقیاس به‌صورت زیر است:

۱. مقیاس حالت خشم ۱۵ ماده دارد که خود شامل سه خرده‌مقیاس زیر است. که هر خرده مقیاس ۵ ماده دارد: سوال های ۱، ۲، ۳، ۶، ۱۰ احساس های خشمگینانه، سوال های ۴، ۹، ۱۲، ۱۳، ۱۵ تمایل به بروز کلامی خشم و سوال های ۵، ۷، ۸، ۱۱، ۱۴ تمایل به بروز جسمانی خشم را می‌سنجد

۲. مقیاس رگه خشم که ۲ ماده آن برای سنجش مستقیم رگه خشم و بقیه شامل دو خرده-مقیاس دیگر است. سوال های ۱۶، ۱۷، ۱۸ و ۲۱ خرده مقیاس، خلق و خوی خشمگینانه، و سوال های ۱۹، ۲۰، ۲۳ و ۲۵ واکنش خشمگینانه را می‌سنجد.

۳. سوال های ۲۶، ۳۰، ۳۴، ۳۸، ۴۲، ۴۶، ۵۰ و ۵۴ مهار بیرونی خشم،

۴. سوال های ۲۸، ۳۲، ۳۶، ۴۰، ۴۴، ۴۸، ۵۲ و ۵۶ مهار درونی خشم.

۵. سوال های ۲۷، ۳۱، ۳۵، ۳۹، ۴۳، ۴۷، ۵۱ و ۵۵ بروز بیرونی خشم و

۶. سوال های ۲۹، ۳۳، ۳۷، ۴۱، ۴۵، ۴۹، ۵۳، ۵۷ بروز درونی خشم را می‌سنجد.

1. Sinha & Watson

2. State-Trait Anger Expression Inventory. (STAXI-II)

آزمودنی‌ها در مقیاسی ۴ درجه‌ای از «به هیچ وجه» = نمره ۱ تا «خیلی زیاد» = نمره ۴ به این پرسشنامه پاسخ می‌دهند. در مورد روایی و اعتبار این پرسشنامه نتایج تحلیل‌ها نشان داد که ضرایب آلفای حالت خشم، صفت خشم، احساس‌های خشمگینانه، تمایل به بروز کلامی خشم، تمایل به بروز جسمانی خشم، خلق و خوی خشمگینانه، واکنش خشمگینانه، بروز بیرونی و درونی خشم و مهار بیرونی و درونی خشم به ترتیب ۰/۹۳، ۰/۸۷، ۰/۸۵، ۰/۸۷، ۰/۸۸، ۰/۸۳، ۰/۷۰، ۰/۶۷، ۰/۲۰، ۰/۸۰ و ۰/۸۹ است. همسانی درونی بالا بین مقیاس‌ها و خرده‌مقیاس‌های خشم و ارتباط مثبت آن با سایر مقیاس‌های خشم و خصومت حاکی از روایی مناسب آن است (اسپیلبرگر، ۱۹۹۹، به نقل از فراهانی، فرزاد و مختاری، ۱۳۸۷). در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونیباخ برای خشم وضعی، خشم خصلتی، احساس‌های خشمگینانه، تمایل به بروز کلامی خشم، تمایل به بروز جسمانی خشم، خلق و خوی خشمگینانه، واکنش خشمگینانه، بروز بیرونی و درونی خشم و مهار بیرونی و درونی خشم به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۵، ۰/۷۹، ۰/۸۳، ۰/۸۰، ۰/۸۳، ۰/۷۴، ۰/۶۹، ۰/۲۵، ۰/۷۹ و ۰/۸۵ به دست آمد.

یافته‌ها

در این پژوهش ۲۰۷ دانشجوی شرکت داشتند. جدول شماره ۱ داده‌های توصیفی مربوط به دانشکده‌ها را نشان می‌دهد.

جدول ۱. توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب دانشکده

درصد	فراوانی	دانشکده
۲۲/۰۷	۴۷	ادبیات
۲۴/۰۱	۵۰	علوم تربیتی
۲۷/۰۵	۵۶	علوم ریاضی
۲۶/۰۸	۵۴	علوم زمین
۱۰۰	۲۰۷	جمع

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود دانشکده‌ها تقریباً سهم یکسانی در نمونه پژوهش داشتند و میانگین سنی دانشجویان در این پژوهش ۲۱/۴ بود.

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
حالت خشم	۲۴/۵	۸/۷
خشم خصلتی	۲۷	۷/۲
بروز بیرونی خشم	۱۸/۸	۳/۵
بروز درونی خشم	۲۲/۱	۳/۸
کنترل بیرونی خشم	۲۶/۳	۴/۵
کنترل درونی خشم	۲۵/۸	۴
احساس های خشمگینانه	۱۰/۶	۳/۶
تمایل به بروز کلامی خشم	۷/۹	۳/۳
تمایل به بروز جسمانی خشم	۷/۲	۳/۵
خلق و خوی خشمگینانه	۹/۱	۲/۷
واکنش خشمگینانه	۱۱/۳	۲/۹
مکانیزم دفاعی رشد یافته	۵/۳۴	۱/۴۱
مکانیزم دفاعی رشد نیافته	۳/۵۳	۱/۵۳
مکانیزم دفاعی روان آزرده	۴/۴۷	۱/۱۵

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه را نشان می دهد. نتایج ضریب همبستگی در جدول‌های زیر ارائه شده است. در همه جدول‌ها * سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ و ** کمتر از ۰/۰۱ را نشان می دهد.

جدول ۳. ضرایب همبستگی پیرسون بین سبک‌های دفاعی و مقیاس های خشم

متغیرها	مکانیزم دفاعی رشد یافته	مکانیزم دفاعی رشد نیافته	مکانیزم دفاعی روان آزرده
خشم وضعی	-۰/۱۴	۰/۱۸	۰/۲۲*
خشم خصلتی	-۰/۲۶*	۰/۳۸**	۰/۴۰**
بروز بیرونی خشم	-۰/۴۴*	۰/۳۶**	۰/۳۲**
بروز درونی خشم	-۰/۳۹*	۰/۱۹	۰/۲۶*
کنترل بیرونی خشم	۰/۳۵**	-۰/۳۳**	-۰/۲۹*
کنترل درونی خشم	-۰/۳۱*	-۰/۲۹**	-۰/۳۱
احساس های خشمگینانه	-۰/۲۱	۰/۴۴*	۰/۴۳*
تمایل به بروز کلامی خشم	-۰/۲۹*	-۰/۴۰**	۰/۳۱*
تمایل به بروز جسمانی خشم	-۰/۴۲**	۰/۲۲	۰/۲۸*
خلق و خوی خشمگینانه	-۰/۳۳*	۰/۳۷*	۰/۳۲**
واکنش خشمگینانه	-۰/۲۸*	-۰/۴۰**	۰/۳۸**

همان‌طور که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد هر سه متغیر مکانیزم دفاعی رشدیافته، مکانیزم دفاعی رشد نیافته و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده به ترتیب وارد معادله رگرسیون شدند نتایج نشان داد که متغیر مکانیزم دفاعی رشدیافته می‌تواند ۱۹ درصد از تغییرات واریانس تجربه خشم را پیش‌بینی نماید. با وارد شدن متغیر مکانیزم دفاعی رشد نیافته، ضریب تبیین به ۲۳ درصد و با ورود متغیر مکانیزم دفاعی روان‌آزرده ضریب تبیین به ۲۸ درصد افزایش یافت که این میزان افزایش معنادار بود. مکانیزم دفاعی رشد نیافته و روان‌آزرده پیش‌بینی‌کننده منفی معنادار و مکانیزم دفاعی رشد یافته، پیش‌بینی‌کننده مثبت معنادار برای تجربه خشم بودند.

برای بررسی این که کدام مکانیزم‌های دفاعی سطح تجربه و ابراز خشم را در بین دانشجویان پیش‌بینی می‌کند از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده و در جدول‌های شماره ۴ و ۵ ارائه شد. در این تحلیل مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته، رشد نیافته و روان‌آزرده به طور همزمان به عنوان متغیرهای پیش‌بین و تجربه و ابراز خشم به عنوان متغیرهای ملاک وارد معادله رگرسیون گردیدند.

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام مکانیزم‌های دفاعی بر تجربه خشم

متغیرها	B	SEB	β	R^2	R^2	تغییر
مکانیزم دفاعی رشد یافته	۰/۵۸	۳/۵۷	۰/۴۳	۰/۱۹	۰/۱۱	گام ۱
مکانیزم دفاعی رشد نیافته	-۰/۱۹	۳/۴۹	-۰/۲۶	۰/۲۳	۰/۰۷	گام ۲
مکانیزم دفاعی روان‌آزرده	-۰/۲۱	۳/۴۰	-۰/۲۱	۰/۲۸	۰/۰۸	گام ۳

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام مکانیزم‌های دفاعی بر ابراز خشم

متغیرها	B	SEB	β	R^2	R^2	تغییر
مکانیزم دفاعی رشد یافته	-۰/۵۵	۳/۵۵	-۰/۳۹	۰/۲۰	۰/۰۹	گام ۱
مکانیزم دفاعی رشد نیافته	۰/۱۷	۳/۴۴	-۰/۲۲	۰/۲۴	۰/۱۲	گام ۲
مکانیزم دفاعی روان‌آزرده	۰/۲۰	۳/۳۵	-۰/۲۵	۰/۲۷	۰/۱۴	گام ۳

جدول ۴ و ۵ تحلیل متغیرهای مکانیزم دفاعی رشدیافته، مکانیزم دفاعی رشد نیافته و مکانیزم دفاعی روان‌آزرده، به عنوان متغیرهای پیش‌بین و ابراز خشم به عنوان متغیر ملاک را نشان می‌دهد که وارد معادله رگرسیون شدند. طبق نتایج جدول ۵ متغیر مکانیزم دفاعی رشدیافته ۲۰ درصد از تغییرات واریانس ابراز خشم را می‌تواند پیش‌بینی نماید. با اضافه شدن متغیر مکانیزم دفاعی رشد نیافته، ضریب تبیین به ۲۴ درصد و با ورود متغیر مکانیزم دفاعی

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

روان آزرده ضریب تبیین به ۲۷ درصد افزایش یافت که این میزان افزایش معنادار بود. مکانیزم دفاعی رشدیافته، پیش‌بینی کننده مثبت معنادار و مکانیزم‌های دفاعی رشدنا یافته و روان آزرده پیش‌بینی کننده منفی معنادار برای ابراز خشم بود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه مکانیزم‌های دفاعی و تجربه و ابراز خشم بود. نتایج پژوهش از این فرضیه کلی حمایت می‌کند که مکانیزم‌های دفاعی با تجربه خشم و ابراز خشم رابطه دارد. افرادی که از مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته استفاده می‌کنند قادر به تجربه احساس‌هایشان از جمله تجربه خشم هستند و به‌خاطر تجربه این احساس، خشم خود را نیز بهتر می‌توانند مهار کنند. از سوی دیگر این یافته در مورد مکانیزم‌های دفاعی رشد نایافته و روان آزرده برعکس است. در این دو نوع مکانیزم افراد از تجربه احساس‌های خویش اجتناب می‌کنند اما این به معنای از بین رفتن آن احساس نیست و احساس نادیده گرفته شده، خود را در قالب رفتارهایی نشان می‌دهد که در برخی مواقع خارج از کنترل است.

در مورد رابطه زیرمجموعه‌های پرسشنامه بروز خشم وضعی - خصلتی و مکانیزم‌های دفاعی نتایج این مطالعه نشان داد که زیرمجموعه‌های خشم خصلتی، بروز بیرونی خشم، بروز درونی خشم، کنترل درونی خشم، تمایل به بروز کلامی خشم، تمایل به بروز جسمانی خشم، خلق و خوی خشمگینانه و واکنش خشمگینانه رابطه منفی با مکانیزم دفاعی رشدیافته دارد در حالی که زیرمجموعه مهار بیرونی خشم رابطه مثبت با مکانیزم دفاعی رشد یافته دارد. رابطه بین مکانیزم دفاعی رشد نایافته و زیرمجموعه‌های خشم خصلتی، بروز بیرونی خشم، احساس‌های خشمگینانه و خلق و خوی خشمگینانه مثبت و رابطه مهار بیرونی و درونی خشم، واکنش خشمگینانه و تمایل به بروز کلامی خشم منفی بود. مکانیزم دفاعی روان آزرده نیز به غیر از مهار درونی و کنترل بیرونی خشم که رابطه منفی با آن‌ها داشت، با بقیه زیرمجموعه‌ها دارای رابطه مثبت بود. اکثر دفاع‌هایی که دارای کارکرد بهنجارند، دربرگیرنده تعدیل، تحریف و یا پیش‌بینی احساسات و افکار هستند. مکانیزم‌های دفاعی برونی‌سازی براساس مکانیزم جایجایی تمایل دارد که منبع تعارض را به خارج از افراد تغییر دهد (چارلز، اسپیلبرگر و رایس^۱، ۲۰۰۶).

همان‌گونه که توسط جونی، گراس و سوکولوسکا^۲ (۲۰۰۶) گزارش شده است جابه‌جایی یک مکانیزم دفاعی پایه است که در آن «من»^۳ موضوع جدیدی را جایگزین موضوعی تهدیدکننده

1. Charles & Reheiser

2. Juni & Sokolowska

3. ego

می‌کند. نشان جابه‌جایی عدم تحریف تکانه اصلی با راهبرد دفاعی است که فقط در جایگزینی موضوع ریشه دارد. فرافکنی می‌تواند با سرزنش دفاعی شخص دیگر به عنوان منبع خشم این احساس خشم را نگهدارد. با این فرض که مکانیزم‌های دفاعی برونی سازی با فرونشانی احساس خشم همراه نیستند، بلکه برعکس با جایگزینی منبع بیرونی همراهند، این پیشنهاد مطرح می‌شود که فرافکنی و جابجایی احساس خشم را تعدیل نمی‌کند، زیرا برای آن که اثر مختل‌کننده هیجانی کاهش یابد، باید شخص آن را احساس و تجربه کند. برعکس مکانیزم‌های دفاعی درونی سازی، افراد را از کاهش آگاهی از هیجان‌های مختل‌کننده محافظت می‌کند. همان‌گونه که پیش‌تر نشان داده شد مکانیزم‌های فرافکنی و جابجایی باید ابراز رفتار پرخاشگرانه را افزایش دهد، درحالی که مکانیزم‌های دفاعی عقلانی‌سازی، مجزاسازی، و مکانیزم‌های رشدیافته باید آن را افزایش دهد.

مکانیزم دفاعی عملی‌سازی مانع تجزیه و تحلیل تهدید وارده به «من» می‌شود و مستقیماً عاطفه و هیجان را تبدیل به عمل می‌کند. نکته کلیدی در این دفاع عمل و کنش است که مانع واپس‌زنی‌های عاطفی و شناختی می‌شود. در این دفاع فرد احساس خویش را تجربه نمی‌کند اما آن را مستقیم به صورت رفتاری بروز می‌دهد. در مکانیزم واکنش و ارونه فرد برای اجتناب از هیجان ناراحت‌کننده با هیجانی غیرواقعی و متضاد واکنش نشان می‌دهد (باریو و همکاران، ۲۰۰۴).

در چهار مطالعه مشخص شد که در مکانیزم جداسازی، افراد جداسازی عمیقی بین پاسخ‌های هیجانی و خودمختار به استرس‌ها نشان می‌دهند. در این چهار مطالعه آن‌هایی که مکانیزم دفاعی غالبشان جداسازی بود در مقایسه با آن‌هایی که کمتر از این مکانیزم استفاده می‌کردند پاسخ‌های هیجانی کمتری به استرس نشان دادند در حالی که واکنش‌های خودمختار آن‌ها متفاوت از واکنش‌های افراد استفاده‌کننده از سایر مکانیزم‌های دفاعی نبود و حتی بالاتر از آن‌ها نیز بود و این باعث پیدایش علائم جسمانی و جسمانی‌سازی بیشتر در آن‌ها می‌شد (کرامر و جونز^۱، ۲۰۰۷؛ گراودال و ساندال^۲، ۲۰۰۶؛ یو، کامورو-پرموزیک و هانجو^۳، ۲۰۰۸؛ تیدنز^۴، ۲۰۰۱).

در مکانیزم دلیل‌تراشی، واقعیت‌ها اجازه ورود به هشیاری پیدا می‌کنند اما ارتباط آن‌ها با شخص کاهش یافته و یا از بین می‌رود. در واقع این دفاع نوعی جداسازی عاطفه از شناخت نیز

-
1. Jones
 2. Gravdal & Sandal
 3. Yu, Chamorro-Premuzic, Honjo
 4. Tiedens

رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی با تجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر

هست. هرچند فرد واقعیت جسمانی رویداد را به اشتباه تفسیر نمی‌کند اما با هیجان مناسبی واکنش نشان نمی‌دهد. در واقع هیجان پذیری با تبیین‌های منطقی و عقلانی کاملاً سرکوب می‌شود (سینها و واتسون، ۲۰۰۴).

در نهایت می‌توان این‌گونه نتیجه گرفت که مکانیزم‌های دفاعی مختلف به شیوه‌های گوناگونی بر تجربه خشم و ابراز خشم افراد تأثیر می‌گذارند که تأثیر بعضی از این مکانیزم‌ها مثبت و سازنده و تأثیر تعدادی دیگر منفی و مخرب و برای سلامت روانی شخص مضر است. تلویحاتی که می‌تواند این نتایج داشته باشد، توجه به نقش مکانیزم‌های دفاعی در تجربه هیجان‌های منفی و سلامت روان از سوی مشاوران و متخصصان در موضوع بهداشت روان است. با کمک به مراجعین جهت تحول و رشد مکانیزم‌های دفاعی مورد استفاده شان می‌توان این امیدواری را داشت که آن‌ها بهتر بتوانند با این هیجان منفی مواجه شوند و با آن کنار بیایند.

منابع

حیدری‌نسب، لیلیا. (۱۳۸۵). مقایسه مکانیزم‌های دفاعی در نمونه‌های بالینی و غیربالینی براساس هنجاریابی و یافته‌های مبتنی بر روان‌سنجی پرسشنامه ایرانی سبک‌های دفاعی *DSQ*. رساله دکتری رشته روان‌شناسی عمومی. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه تربیت مدرس.

شولتز، دوآن و شولتز، سیدنی آلن شولتز. (۱۳۸۸). *نظریه‌های شخصیت*. ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: نشر ویرایش.

فراهانی، محمد نقی، فرزاد، ولی‌الله، و مختاری، فاطمه. (۱۳۸۷). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه بروز خشم حالتی - صفتی اسپیلبرگر (فرم شماره ۲). *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی*. ۳۸(۴): ۱۶۵-۱۸۸.

- Aleman. K. (2008). Object relation quality, alexithymia, and defense mechanisms of drug abusers with antisocial personality disorder. *Social Behavior and Personality*. 35 (10): 1335-1352.
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (2000). The defense style questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 18(4): 246-56.
- Barrio.V., Aluja.A., & Spielberger. C. (2004). Anger assessment with the STAXI-CA: Psychometric properties of a new instrument for children and adolescents. *Personality and Individual Differences*, 37: 227-244.
- Charles. D., Spielberger. C., Reheiser. E. (2006). Psychological defense mechanisms, motivation and the use of tobacco. *Personality and Individual Differences*. 41:1033-1043
- Cramer. P. (2002). Defense Mechanisms, Behavior, and Affect in Young Adulthood. *Journal of Personality*. 70: 103-126.

- Cramer. P., & Jones. C. (2007). Defense mechanisms predict diverential lifespan change in Self-control and Self-acceptance. *Journal of Research in Personality*, 41: 841–855.
- Gravdal, L., & Sandal, G. M. (2006). The two-factor model of social desirability: Relation to coping and defense, and implication for health. *Personality and Individual Differences*, 40: 1051–1061.
- Gross. J. (2002). The Emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3): 271-299.
- Juni. S., Gross. J., & Sokolowska.J. (2006). Academic cheating as a function of defense mechanisms and object relations. *Psychological Reports*, 8(3): 627-639.
- Offer. R., Lavie. R., Gothelf. D., & Apter. A. (2000). Defense Mechanisms, Negative Emotions, and Psychopathology in Adolescent Inpatients. *Comprehensive Psychiatry*, 41(1): 35-41.
- Sinha, B. K., Watson, D. C. (2004). Personality disorder cluster and defense style questionnaire. *Psychology and Psychotherapy Theory, Research and Practice*, 77: 55-60
- Tiedens, L. Z. (2001). The effect of anger on the hostile inferences of aggressive and non aggressive people: Specific emotions, cognitive processing and chronic accessibility. *Motivation and Emotion*, 25: 233–251.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a psychology. *American psychologist*, 55: 89-98.
- Yu. Y., Chamorro-Premuzic. T., & Honjo. S. (2008). Personality and defense mechanisms in late adulthood. *Journal of Aging and Health*, 20(5): 526-544
- Zoccali, R., Bellinghieri, G., Mallamace, A., Muscatello, M. R., Bruno, A., Santoro, D. (2006a). Defense mechanisms in hemodialysis-dependent patients. *Clinical Nephrology*, 65(2):119–123.
- Zoccali.R., Muscatello. M., Bruno. A., Barilla. G., Campolo. D., Meduri. M. Familiari. L., Bonica. M., Consolo. P., & Scaffidi. M. (2007). Anger and ego-defence mechanisms in non-psychiatric patients with irritable bowel syndrome. *Digestive and Liver Disease*, 38:195–201
- Zoccali.R., Muscatello. M., Bruno. A., Cedro. C., Campolo. D., Pandolfo. G., & Meduri. M. (2007). The role of defense mechanisms in the modulation of anger experience and expression: Gender differences and influence on self-report measures. *Personality and Individual Differences*, 43:1426–1436.