

پرسشنامه سبک دفاعی آندرز و همکاران

جنس: سن: وضعیت تاهل: میزان تحصیلات:

پرسشنامه حاضر در برگیرنده عبارت هایی در مورد نگرش شخصی شماست، بدین خاطر پاسخ های درست و غلط در آن وجود ندارد. لطفا میزان موافقت خود را با جمله های زیر با انتخاب یکی از گزینه های مقیاس زیر مشخص نمایید.

9 - کاملا موافقم ...2...3....4 ... 5 ... 6 ... 7 ... 8 ... کاملا مخالفم

1 -

1 - من از کمک کردن به دیگران احساس رضایت می کنم و اگر این فرصت از دست برود غمگین می شوم.
6 5 4 3 2 1
9 8 7

2 - قادرم تا پیداشدن فرصتی مناسب برای حل یک مشکل، آن را از ذهنم بیرون کنم.
6 5 4 3 2 1
9 8 7

3 - از طریق انجام کاری سازنده و خلاق مثل نقاشی یا ساختن وسایل چوبی با اضطرابم کنار می آیم.
6 5 4 3 2 1
9 8 7

4 - قادرم برای هر آن چه که انجام می دهم دلایل خوبی پیدا کنم.
6 5 4 3 2 1
9 8 7

5 - تقریبا به سادگی قادرم خودم را بخندانم.
6 5 4 3 2 1

9 8 7	
6 5 4 3 2 1	6 - مردم تمایل دارند با من بد رفتاری کنند.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	7 - اگر کسی به من حمله کند یا مرا فریب دهد و پولم را سرقت کند ترجیح می دهم به او کمک شود تا این که تنبیه گردد.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	8 - مردم می گویند که من واقعیت های ناخوشایند را نادیده می گیرم، گویی که اصلا وجود نداشته اند.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	9 - من با خطرات به گونه ای برخورد می کنم که گویی سوپر من هستم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	10- به خلط این که می توانم افراد را سرجایشان بنشانم (روی آن ها را کم کنم) به خودم می بالم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	11 - اغلب وقتی چیزی مرا آزار می دهد به طور تکانه ای و غریزی ، بون فکر عمل می کنم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	12 - وقتی اوضاع برایم خوب پیش نمی رود از نظر جسمانی بیمار می شوم و احساس کسالت می کنم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	13 - من شخصی بازدارنده هستم (در برابر دیگران خودم را بیش از حد کنترل می کنم) .
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	14 - من از رویاهایم (خیال پردازی هایم) بیش از زندگی واقعی ام لذت می برم.
9 8 7	

6 5 4 3 2 1 9 8 7	15 - من دارای استعداد های خاصی هستم که به من اجازه می دهد زندگی بی دردسری داشته باشم.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	16 - وقتی که اوضاع بر وفق مرادم پیش نمی رود همیشه دلایل مشخصی وجود دارد.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	17 - آن چه در خیال پردازی هایم انجام می دهم، بیش از کاری است که در زندگی واقعیم انجام می دهم.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	18 - من از هیچ چیز نمی ترسم.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	19 - گاهی فکر می کنم که فرشته ام و گاهی نیز تصور می کنم که شیطان هستم.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	20 - احساس صدمه یا آسیب مرا آشکارا پرخاشگر می کند.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	21 - من همیشه احساس می کنم که یک آشنا، شبیه به یک فرشته نجات ، نگهبان من است.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	22 - تا جایی که می دانم مردم یا خوب هستند یا بد.
6 5 4 3 2 1 9 8 7	23 - اگر ریسم از من عیبجویی کند ممکن است درکارم اشتباهی مرتکب شوم یا کارم را خیلی کند انجام دهم تا عیبجویی پیش را تلافی کنم.
6 5 4 3 2 1	24 - من کسی را می شناسم که کاملا صادق و

9 8 7	درست کار است و می تواند هر کاری را انجام دهد.
6 5 4 3 2 1	25 - اگر احساساتم مزاحم کارم شوند آنها را نادیده بگیرم (بر روی آنها سرپوش بگذارم) .
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	26 - من معمولا می توانم جنبه های مفرح و خنده دار یک وضعیت ناگوار و دردناک را ببینم (در کنار چیزهای دردناک می توانم جنبه های جالبی را نیز دریابم) .
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	27 - وقتی مجبورم کاری را که دوست ندارم انجام دهم ، سردرد می گیرم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	28 - من اغلب با افرادی که حقشان است از دستشان عصبانی باشم، خیلی خوب رفتار می کنم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	29 - دنیا با من سر سازگاری ندارد.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	30 - هرگاه قرار است با مشکل مواجه شوم سعی می کنم راجع به ابعاد (کم و طیف) آن فکر کنم و راه های مقابله با آن را بیابم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	31 - پزشکان هرگز نمی فهمند که ناراحتی من چیست.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	32 - هر جایی که از حقم دفاع می کنم، به خاطر رک بودنم از دیگران عذرخواهی می کنم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	33 - وقتی که افسرده یا مضطرب هستم با غذا

9 8 7	خوردن حالم بهتر می شود.
6 5 4 3 2 1	34 - اغلب به من گفته می شود که احساساتم را نشان نمی دهم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	35 - اگر بتوانم از قبل پیش بینی کنم چه چیزی ناراحتم می کند، بهتر می توانم با آن کنار بیایم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	36 - هر چه هم شکایت و یا گله کنم فرقی نمی کند چون هرگز پاسخ رضایت بخشی دریافت نمی کنم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	37 - در موقعیتهای که تکان دهنده به نظر می رسند اغلب هیچ احساسی ندارم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	38 - برای رهایی از افسردگی و اضطراب به طور افراطی به وظایف و کارهای محوله ام متوسل می شوم.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	39 - در شرایط بحرانی علاقمندم با کسانی دوست شوم که مشکلات یا نیازهایی شبیه من داشته باشند.
9 8 7	
6 5 4 3 2 1	40 - اگر افکار خصمانه ای داشته باشم احساس می کنم لازم است کاری برای جبران آن انجام دهم.
9 8 7	

• پرسشنامه سبک های دفاعی

معرفی پرسشنامه:

پرسشنامه سبک های دفاعی (DSQ-40) توسط آندرز و همکاران در سال 1993 تنظیم شد. این پرسشنامه براساس پرسشنامه اولیه باند و همکاران که در 1983 تهیه شده بود تحول یافت. 20 مکانیزم دفاعی را در 3 عامل رشد یافته، رشد نیافته و روان آزرده وار از یکدیگر مورد بازشناسی و تفکیک قرار داده است .

• تعریف مفهومی :

مکانیزم های دفاعی همچون بسیاری از مفاهیم روان تحلیل گری، مفهومی مبهم و ناشناخته به نظر می رسد و این ابهام و رازآلودگی تردید را در مورد حضور و یا تاثیر آن در کنش های روانی آدمی دامن زده است و آنچه که این ابهام را می گستراند جایگاه آن است چرا که از فروید تا روانشناسان من همگی بر اهمیت گستره ی ناهشیاری در پدیدآیی و ظهور این مکانیزم ها تاکید داشته و برآن پای می فشردند (کوپر، 1998، بوکوک 2002 و پروین، 2005).

مکانیزم های دفاعی در پی فزون خواهی بن و تکانه های ناهشیار و ناخواستنی اش به راه می افتند و هدف آنها کاهش اضطراب برآمده از چنین جنبشی و یا مهار آن و یا برآوردن تمنای بن به طریق مدارا می باشد (فروید، 1938؛ میلر، 2002)

• تعریف عملیاتی:

در این پژوهش منظور از نمره استاندارد سبک های دفاعی نمره ای است که فرد به سوالات 40 گویه ای پرسشنامه می دهد .

• روش نمره گذاری پرسشنامه:

مقیاس نمره گذاری به صورت لیکرت می باشد که فرد به هر سوال میزان موافقت خود را در یک مقیاس 9 درجه ای اعلام می کند.

کاملاً موافق.....کاملاً مخالف
9.....1

• تفسیر پرسشنامه :

در جدول شماره 1 سوال های مربوط به هریک از مکانیزم های دفاعی و سبک های دفاعی کلی آورده شده است.

فرد در هر یک از مکانیزم های دفاعی نمره ای بین 2 تا 18 به دست می آورد، در هرکدام از مکانیزم های دفاعی که نمره فرد از 10 بیشتر شود، به معنی استفاده فرد از آن مکانیزم است و در سبک های کلی میانگین نمرات فرد در هر سبک مشخص شده و با نمره میانگین فرد در سبک های دیگر مقایسه می شود. فرد دارای سبک دفاعی است که بیشترین میانگین را داشته باشد.

جدول 1- سبک ها و مکانیزم های دفاعی و سوال های آنها

شماره سوال	مکانیزم دفاعی	سبک های دفاعی
4-16	دلیل تراشی	رشد نیافته
6-29	فراافکنی	
8-18	انکار	
9-15	همه کار توانی	
10-13	نارزنده سازی	
11-20	گذرا به عمل	
12-27	بدنی سازی	
14-17	خیال پردازی اوتیستیک	
19-22	لایه سازی	
23-36	پرخاشگری منفعلانه	
31-33	جابجایی	

34-37	مجزاسازی	رشد یافته
	نمره کل:	
2-25	فرونشانی	
3-38	والایش	
5-26	شوخ طبعی	
30-35	پیشاپیش نگری	
	نمره کل:	روان آزرده
1-39	دیگر دوستی کاذب	
7-28	تشکل واکنشی	
21-24	عقلانی سازی	
32-40	ابطال	
	نمره کل:	

• پایایی و روایی پرسشنامه :

این پرسشنامه در کشورهای چون ژاپن، فرانسه ، برزیل ، پرتقال وایران مورد ارزیابی قرارگرفته است. نتایج مطالعات در ژاپن نشان داد که این ابزار دارای روایی همزمان با پرسشنامه شخصی مادزلی است . در فرانسه و برزیل و پرتقال نیز مشخص شد که این پرسشنامه ابزار مفید و سودمندی به شمار رفته و از روایی و اعتبار

مطلوبی برخوردار است. (بونساک و همکاران ، 1998 بلایا و همکاران

2004، به نقل از فتحی آشتیانی 1388)

پرسشنامه سبک های دفاعی در ایران نیز توسط حیدری نسب

(1385) مورد بررسی و هنجاریابی قرار گرفت. مراحل هنجاریابی به

طور کلی بعد از برگرداندن پرسشنامه به زبان فارسی و رفع نواقص آن

به لحاظ ادبی دو بخش روایی و اعتبار پیگیری شد. بنابر یافته های

مربوط به روایی محتوایی ، روایی همزمان و روایی سازه ، مشخص شد

که این پرسشنامه همانند نسخه اصلی از روایی مطلوبی برخوردار

است (حیدری نسب ، 1385، به نقل از فتحی آشتیانی 1388)

• منبع:

1. فتحی آشتیانی ، علی ، آزمون های روان شناختی - ارزشیابی

شخصیت و سلامت روان، انتشارات بعثت -1388.

2. حیدری نسب، لیلا. شعیری، محمدرضا(1390) ساخت عاملی

پرسشنامه سبک های دفاعی در نمونه های غیربالینی ایرانی