

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.

۹ - کاملاً موافقم ... ۲ ... ۳ ... ۴ ... ۵ ... ۶ ... ۷ ... ۸ ... کاملاً مخالفم - ۱

۱ - من از کمک کردن به دیگران احساس رضایت می کنم و اگر این فرصت از دست برود غمگین می شوم.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۲ - قادرم تا پیداشدن فرصتی مناسب برای حل یک مشکل، آن را از ذهنم بیرون کنم.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۳ - از طریق انجام کاری سازنده و خلاق مثل نقاشی یا ساختن وسایل چوبی با اضطرابم کنار می آیم.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۴ - قادرم برای هر آن چه که انجام می دهم دلایل خوبی پیدا کنم.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۵ - تقریباً به سادگی قادرم خودم را بخندانم.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۶ - مردم تمایل دارند با من بد رفتاری کنند.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۷ - 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.

۷۶۵۴۳۲۱
۹۸

۸ - مردم می گویند که من واقعیت های ناخوشایند را نادیده می گیرم،

۷۶۵۴۳۲۱

۹۸	گویی که اصلا وجود نداشته اند.
۷۶۵۴۳۲۱	۹ - من با خطرات به گونه ای برخورد می کنم که گویی سوپر من هستم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۰ - به خلط این که می توانم افراد را سرجایشان بنشانم (روی آن ها را کم کنم) به خودم می بالم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۱ - اغلب وقتی چیزی مرا آزار می دهد به طور تکانه ای و غریزی ، بون فکر عمل می کنم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۲ - وقتی اوضاع برایم خوب پیش نمی رود از نظر جسمانی بیمار می شوم و احساس کسالت می کنم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۳ - من شخصی بازدارنده هستم (در برابر دیگران خودم را بیش از حد کنترل می کنم) .
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۴ - من از رویاهایم (خیال پردازی هایم) بیش از زندگی واقعی ام لذت می برم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۵ - من دارای استعداد های خاصی هستم که به من اجازه می دهد زندگی بی دردسری داشته باشم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۶ - وقتی که اوضاع بر وفق مرادم پیش نمی رود همیشه دلایل مشخصی وجود دارد.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۷ - آن چه در خیال پردازی هایم انجام می دهم، بیش از کاری است که در زندگی واقعیم انجام می دهم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۸ - من از هیچ چیز نمی ترسم.
۹۸	
۷۶۵۴۳۲۱	۱۹ - گاهی فکر می کنم که فرشته ام و گاهی نیز تصور می کنم که شیطان هستم.
۹۸	

۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۰ - احساس صدمه یا آسیب مرا آشکارا پرخاشگر می کند.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۱ - من همیشه احساس می کنم که یک آشنا، شبیه به یک فرشته نجات ، نگهبان من است.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۲ - تا جایی که می دانم مردم یا خوب هستند یا بد.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۳ - 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.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۴ - من کسی را می شناسم که کاملا صادق و درست کار است و می تواند هر کاری را انجام دهد.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۵ - اگر احساساتم مزاحم کارم شوند آنها را نادیده بگیرم (بر روی آنها سرپوش بگذارم) .
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۶ - 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) .
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۷ - وقتی مجبورم کاری را که دوست ندارم انجام دهم ، سردرد می گیرم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۸ - من اغلب با افرادی که حقشان است از دستشان عصبانی باشم، خیلی خوب رفتار می کنم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۲۹ - دنیا با من سر سازگاری ندارد.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۰ - 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.

۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۱ - پزشکان هرگز نمی فهمند که ناراحتی من چیست.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۲ - هر جایی که از حقم دفاع می کنم، به خاطر رک بودنم از دیگران عذرخواهی می کنم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۳ - وقتی که افسرده یا مضطرب هستم با غذا خوردن حالم بهتر می شود.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۴ - اغلب به من گفته می شود که احساساتم را نشان نمی دهم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۵ - اگر بتوانم از قبل پیش بینی کنم چه چیزی ناراحتم می کند، بهتر می توانم با آن کنار بیایم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۶ - هر چه هم شکایت و یا گله کنم فرقی نمی کند چون هرگز پاسخ رضایت بخشی دریافت نمی کنم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۷ - در موقعیتهای که تکان دهنده به نظر می رسند اغلب هیچ احساسی ندارم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۸ - برای رهایی از افسردگی و اضطراب به طور افراطی به وظایف و کارهای محوله ام متوسل می شوم.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۳۹ - در شرایط بحرانی علاقمندم با کسانی دوست شوم که مشکلات یا نیازهایی شبیه من داشته باشند.
۷۶۵۴۳۲۱ ۹۸	۴۰ - اگر افکار خصمانه ای داشته باشم احساس می کنم لازم است کاری برای جبران آن انجام دهم.

• پرسشنامه سبک های دفاعی

معرفی پرسشنامه:

پرسشنامه سبک های دفاعی (DSQ-40) توسط آندرز و همکاران در سال ۱۹۹۳ تنظیم شد. این پرسشنامه براساس پرسشنامه اولیه باند و همکاران که در ۱۹۸۳ تهیه شده بود تحول یافت. ۲۰ مکانیزم دفاعی را در ۳ 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، ۱۹۹۸، بوکوک ۲۰۰۲ و پروین، ۲۰۰۵).

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، ۱۹۳۸؛ میلر، ۲۰۰۲)

• تعریف عملیاتی:

در این پژوهش منظور از نمره استاندارد سبک های دفاعی نمره ای است که فرد به سوالات ۴۰ 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 ۹ درجه ای اعلام می کند.

کاملاً موافق.....کاملاً مخالف
۹.....۱

• تفسیر پرسشنامه :

در جدول شماره ۱ سوال های مربوط به هر یک از مکانیزم های دفاعی و سبک های دفاعی کلی آورده شده است.

فرد در هر یک از مکانیزم های دفاعی نمره ای بین ۲ تا ۱۸ به دست می آورد، در هر کدام از مکانیزم های دفاعی که نمره فرد از ۱۰ 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 ۱- سبک ها و مکانیزم های دفاعی و سوال های آنها

شماره سوال	مکانیزم دفاعی	سبک های دفاعی
۴-۱۶	دلیل تراشی	رشد نیافته
۶-۲۹	فراافکنی	
۸-۱۸	انکار	
۹-۱۵	همه کار توانی	
۱۰-۱۳	نارزنده سازی	
۱۱-۲۰	گذرا به عمل	
۱۲-۲۷	بدنی سازی	
۱۴-۱۷	خیال پردازی اوتیستیک	
۱۹-۲۲	لایه سازی	
۲۳-۳۶	پرخاشگری منفعلانه	
۳۱-۳۳	جابجایی	
۳۴-۳۷	مجزاسازی	
	نمره کل:	
۲-۲۵	فرونشانی	رشد یافته
۳-۳۸	والایش	
۵-۲۶	شوخ طبعی	
۳۰-۳۵	پیشاپیش نگری	
	نمره کل:	
۱-۳۹	دیگر دوستی کاذب	روان آزوده
۷-۲۸	تشکل واکنشی	
۲۱-۲۴	عقلانی سازی	

۳۲-۴۰	ابطال
	نمره کل:

• پایایی و روایی پرسشنامه :

این پرسشنامه در کشورهای چون ژاپن، فرانسه، برزیل، پرتغال و ایران مورد ارزیابی قرار گرفته است. نتایج مطالعات در ژاپن نشان داد که این ابزار دارای روایی همزمان با پرسشنامه شخصی مادزلی است. در فرانسه و برزیل و پرتغال نیز مشخص شد که این پرسشنامه ابزار مفید و سودمندی به شمار رفته و از روایی و اعتبار مطلوبی برخوردار است. بونساک و همکاران، ۱۹۹۸، بلایا و همکاران ۲۰۰۴، به نقل از فتحی آشتیانی (۱۳۸۸) پرسشنامه سبک های دفاعی در ایران نیز توسط حیدری نسب (۱۳۸۵) 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، ۱۳۸۵، به نقل از فتحی آشتیانی ۱۳۸۸)

• منبع:

۱. فتحی آشتیانی، علی، آزمون های روان شناختی - ارزشیابی شخصیت و سلامت روان، انتشارات بعثت -۱۳۸۸.

۲. حیدری نسب، لیلا. شعیری، محمدرضا (۱۳۹۰) ساخت عاملی پرسشنامه سبک های دفاعی در نمونه های غیربالینی ایرانی

WWW.2080.IR