

## تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی دانشجویان

نیره‌السادات خیام نکویی<sup>۱\*</sup> و فاطمه رضایی<sup>۲</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی برابر از خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی انجام شد. روش مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد خمینی شهر در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ بود که از بین آن‌ها ۴۰ نفر پس از ارزیابی بالینی اولیه و انتخاب بر اساس ملاک‌های پژوهش، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل به نسبت یکسان گمارده شدند. گروه آزمایش به صورت گروهی به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای دوبار) برنامه آموزش مکانیسم‌های دفاعی (محقق ساخته) را دریافت کردند و گروه کنترل به مدت یک ماه در لیست انتظار قرار گرفت. از پرسشنامه‌های پرخاشگری نواکو، شخصیتی کالیفرنیا و سبک‌های اسنادی استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، در مرحله پس‌آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل، در میانگین نمرات ابراز پرخاشگری و ناسازگاری فردی تفاوت معناداری وجود داشت، ولی تفاوت معناداری در میانگین نمرات سبک‌های اسنادی گروه آزمایش مشاهده نشد. با استناد به یافته‌های این پژوهش پیشنهاد می‌شود که از نتایج برنامه آموزش مکانیسم‌های دفاعی به عنوان مداخله‌ای بومی و جدید در جهت بهبود ابعاد ناسازگاری فردی و تعدیل ابراز خشم دانشجویان، توسط مشاوران و روان‌درمانگران بهره برده شود.

کلیدواژه‌ها: اسناد، خشم، مکانیسم‌های دفاعی، ناسازگاری فردی، مطالعات فرسنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

۱. نویسنده مسئول: کارشناس ارشد روان‌شناسی شخصیت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران. nayerekhayamnekoie@gmail.com

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران.

تاریخ پذیرش: ۰۸-۰۸-۱۳۹۸

تاریخ ارسال: ۲۵-۱۱-۱۳۹۷

DOI: 10.22051/psy.2019.24690.1843

https://psychstudies.alzahra.ac.ir

## مقدمه

برنامه‌ریزان آموزشی، عوامل متعددی را در افزایش بهره‌وری و کارآمدی در دوران تحصیل مؤثر می‌دانند که سازگاری فردی<sup>۱</sup> (لو و لیو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷)، کنترل خشم<sup>۳</sup> (هرگناه و اولسون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۶) و سبک‌های اسناد<sup>۵</sup> (داویس<sup>۶</sup>، ۲۰۱۷)، جزء مهم‌ترین عوامل محسوب می‌شوند. سازگاری فردی عبارت است از مکانیزمی که توسط آن فرد توانایی تعلق به یک گروه را پیدا می‌کند؛ بنابراین، لازمه سازگاری اجتماعی بروز تغییراتی در فرد است (پارسامهر و حدت، ۱۳۹۵). در این رابطه، دستیابی به هدف‌های آموزشی با وجود آشفتگی‌های عاطفی سازشی امری مشکل و غیرممکن است. از سویی سازگاری امروز جوانان اثر توجه‌برانگیزی در سازگاری آتی آن‌ها در نقش‌های شغلی و خانوادگی خواهد داشت (موری، فرسکو، اسپچام و دابسون<sup>۷</sup>، ۲۰۱۷). نتایج مطالعات نشان داده است که در شکل‌گیری سازگاری عوامل مختلفی چون سبک‌های اسنادی (ابراهیم پور و عالیشاهی، ۱۳۹۶) و خشم (جمالی قره قشلاقی، ۱۳۹۴)، مؤثر هستند.

مارتین سلیگمن<sup>۸</sup> در اواسط دهه ۱۹۶۰ با ارائه مفهوم سبک تبیینی<sup>۹</sup>، معتقد بود که تنها فقدان کنترل تحت شرایط درماندگی آموخته شده بر سلامتی ما تأثیر نمی‌گذارد، بلکه عامل تأثیرگذار نحوه توجیه‌کردن فقدان کنترل برای خودمان است (به نقل از شولتز و شولتز<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۶). مطالعات نشان داده‌اند که اگر شکست به عنوان کنترل‌ناپذیر، پایدار و درونی نسبت داده شود، مانعی برای رفتارهای پیشرفت در آینده می‌شود درحالی‌که اگر شکست به عوامل درونی، ناپایدار و قابل کنترل (مانند کمبود تلاش یا راهبرد ضعیف یادگیری) نسبت داده شود، پیامدهای

- 
1. personal adjustment
  2. Lo and Li
  3. anger control
  4. Hergenhahn and Olson
  5. attribution style
  6. Davis
  7. Moore, Fresco, Schumm and Dobson
  8. Seligman
  9. explanatory style
  10. Schultz and Schultz

بهتری برای دستیابی به رفتارهای پیشرفت در آینده خواهد شد (آردن و ترنر<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). با توجه به تحقیقات انجام شده در زمینه اسناد، انتساب‌های کنترل‌پذیر و درونی و پایدار در موفقیت از جمله عواملی است که باعث افزایش سازگاری، عزت‌نفس و درک ارزش خویش می‌شود و فرد می‌تواند با درونی کردن و کنترل‌پذیر و پایدار دانستن آن، هیجان‌های مثبت خود را بالا برده و توانایی سازگاری شخصی‌اش را افزایش دهد (یازیزی و گوین<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷).

متخصصان معتقدند فرد پرخاشگر رفتار پرخاشگرانه را اصولاً در اثر مشاهده دیگران کسب می‌کند و نگرش‌های مطلوبی درباره پرخاشگری در او به‌وجود می‌آید. او راه‌حل‌های پرخاشگرانه را مناسب‌ترین راه‌حل برای حل مشکلات خود انتخاب می‌کند. فردی با سوگیری‌های خصمانه خود، بیشتر از افراد بهنجار، رفتارهای اجتماعی را پرخاشگرانه می‌بیند (حسینیان، بهرنگی، قاسم زاده و تازیکی، ۱۳۹۴). مشاهده این‌که خشم اغلب ناراحتی ذهنی قابل‌ملاحظه‌ای ایجاد و در کارکردهای شناختی و سازگاری مداخله می‌کند، باعث شده است که پژوهشگران بر تنظیم و مهار خشم تمرکز کنند. در این پژوهش نیز پژوهشگران با توجه به نقش پیش‌بین‌کننده مکانیسم‌های دفاعی<sup>۳</sup> در رابطه بین ابراز خشم، سبک‌های اسناد و سازگاری، که تاکنون در مطالعات متعددی، بررسی شده است، با تدوین پروتکل مکانیسم‌های دفاعی، این سؤال را بررسی می‌کنند؛ آیا پروتکل محقق ساخته و بومی شده آموزش مکانیسم‌های دفاعی برابر از خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی دانشجویان تأثیر دارد؟

نتایج مطالعات نشان داده است که مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته با تجربه و مهار خشم رابطه مثبت و با ابراز خشم و برخی زیر مقیاس‌های آن رابطه منفی دارند و مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته و روان‌آزرده با تجربه و مهار خشم رابطه منفی و با ابراز خشم و زیر مجموعه‌های آن رابطه مثبت دارد (استیون، وینبرگر، باربارا و کوکریل<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹؛ شین و کیم<sup>۵</sup>، ۲۰۱۸). طاهر، بهرام‌پور و مجرد (۱۳۹۵) ضمن مطالعه‌ای نشان دادند که بین مکانیسم‌های دفاعی در رفتار سازگارانه دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد. زندمنشی و آزادی (۱۳۹۵) و

- 
1. Urdan and Turner
  2. Yazıcı and Güven
  3. defense mechanisms
  4. Steven, Weinberger, Barbara and Cockrill
  5. Shin and Kim

محمملو و الهی (۱۳۹۴) ضمن مطالعه‌ای به این نتیجه دست یافتند که از میان ابعاد مختلف سبک‌های اسنادی، سبک درونی - بیرونی در موقعیت‌های ناخوشایند با پیشرفت تحصیلی همبستگی منفی و بین سبک اسنادی عام و خاص در موقعیت‌های ناخوشایند با پیشرفت تحصیلی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد.

با بررسی پژوهش‌های پیشین می‌توان دریافت که آموزش مکانیسم‌های دفاعی به صورت یک بسته آموزشی و به‌عنوان متغیر تأثیرگذار بر خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی انجام نشده است و مطالعات قبلی صرفاً پیش‌بینی بوده است. بنابراین، این پژوهش با هدف بررسی تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی دانشجویان انجام شد.

در این پژوهش سؤال‌ها به شکل زیر بررسی شد:

- آیا آموزش مکانیسم‌های دفاعی برابر از خشم (ابعاد: رفتار پرخاشگرانه، فکر پرخاشگرانه و احساس پرخاشگرانه) تأثیر دارد؟

- آیا آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ناسازگاری فردی (ابعاد: اتکا به نفس، درک ارزش خویشتن، آزادی شخصی، احساس وابستگی، تمایلات واپس‌زده و نشانگان عصبی) تأثیر دارد؟

- آیا آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر سبک‌های اسنادی (ابعاد: منبع اسناد، ثبات اسناد و کلی بودن اسناد) تأثیر دارد؟

## روش

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد واحد خمینی شهر در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بودند. روش نمونه‌گیری به این صورت بود که از بین ۴ دانشکده (مهندسی مکانیک، فنی و مهندسی، مهندسی عمران و علوم انسانی) دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، پنج کلاس کاردانی و کارشناسی به صورت تصادفی انتخاب و تست خشم و آزمون ناسازگاری فردی در بین ۴۱۲ نفر از دانشجویان دختر و پسر توزیع شد. پس از جمع‌آوری کامل تست و نمره‌گذاری آن، تعداد ۱۲۳ نفر از دانشجویانی به مصاحبه دعوت

شدند که در تست ابراز خشم نمره ۶۰ به بالا (پرخاشگری متوسط) و در آزمون ناسازگاری فردی نمره ۵۰ به بالا (سازگاری متوسط) کسب کردند. پس از انجام مصاحبه ساختار یافته و ارزیابی‌های صورت گرفته، ۴۰ نفر (۲۳ دختر و ۱۷ پسر) را که دارای پرخاشگری و ناسازگاری شدید بودند به تشخیص روان‌شناس پژوهش انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از: کسب نمره بالاتر از ۶۰ در مقیاس خشم نواکو؛ کسب نمره بالاتر از ۵۰ در آزمون ناسازگاری فردی؛ نداشتن اختلال‌های حاد روان‌شناختی (به تشخیص روان‌شناس)؛ عدم دریافت دارودرمانی یا مداخلات روان‌درمانی به‌صورت همزمان. ملاک خروج نیز شامل: داشتن بیماری جسمی ناتوان‌کننده و عدم رضایت برای شرکت در پژوهش بود. به شرکت‌کنندگان در پژوهش اطمینان خاطر درباره محرمانه ماندن اطلاعات و گزارش داده‌ها به صورت گروهی داده شد، سپس به ابزار دیگر پژوهش (مقیاس سبک‌های اسنادی) در مرحله پیش‌آزمون پاسخ دادند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل به نسبت یکسان گمارده شدند.

ابزارهای استفاده شده در پژوهش عبارت بودند از:

پرسشنامه خشم نواکو<sup>۱</sup> (NAQ): این پرسشنامه (نواکو، ۱۹۸۶) شامل ۳۰ گویه و سه خرده مقیاس رفتار پرخاشگرانه<sup>۲</sup>، فکر پرخاشگرانه<sup>۳</sup> و احساس پرخاشگرانه<sup>۴</sup> است. پاسخ با روش لیکرت چهار گزینه‌ای (هرگز، به ندرت، گاهی اوقات، همیشه) نمره‌گذاری می‌شود که به ترتیب مقادیر ۰ و ۱ و ۲ و ۳ در نظر گرفته شده است. دامنه نمره کل از (۰ تا ۹۰) است نمره بالاتر از میانگین ۶۰ به معنی پرخاشگری زیاد و نمره کمتر از میانگین، پرخاشگری کم خواهد بود (رابینز<sup>۵</sup> و نواکو، ۱۹۹۹). برای این پرسشنامه با نمونه‌ای به تعداد ۱۵۴۶ نفر با دامنه سنی ۹-۸۴ بدون در نظر گرفتن جنسیت آن‌ها، پایایی برابر ۰/۹۶ و روایی همگرایی برابر ۰/۸۶ گزارش شده است (نواکو، ۱۹۹۸). در ایران ملک‌پور، زنگنه و آقابابائی (۱۳۹۱) نشان دادند که پایایی

- 
1. Novaco Anger Questionnaire
  2. aggressive behavior
  3. aggressive thinking
  4. feeling aggressive
  5. Robins

این آزمون با روش آلفا برابر با ۰/۸۶ با روش بازآزمایی برابر با ۰/۷۳ است؛ و ضریب روایی همگرای آن با آزمون پرخاشگری باس و پری<sup>۱</sup>، ۰/۷۸ است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۸۹ و ابعاد رفتار پرخاشگرانه، فکر پرخاشگرانه، احساس پرخاشگرانه به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۷ و ۰/۸۳ به دست آمد.

**پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا<sup>۲</sup> (CTP):** پرسشنامه را ثورپ، کلارک و تیگز<sup>۳</sup> (۱۹۳۹؛ به نقل از خدایاری فرد، رحیمی نژاد و عابدینی، ۱۳۸۶) به منظور سنجش سازگاری‌های مختلف زندگی در ۲ بعد سازش فردی و اجتماعی ساخته‌اند و دارای ۱۸۰ گویه<sup>۲</sup> گزینهای و ۱۲ خرده مقیاس است که در این پژوهش از خرده مقیاس‌های سازگاری فردی (اتکا به نفس، درک ارزش خویشتن، آزادی شخصی، احساس وابستگی، تمایلات واپس زده و نشانگان عصبی) استفاده شده است و هریک ۱۵ گویه دارد. امتیاز مربوط به هر ۶ خرده مقیاس با هم جمع شده و نمره کل سازگاری فردی به دست می‌آید. در پژوهش خدایاری فرد و همکاران (۱۳۹۶) با استفاده از محاسبه ضریب آلفای کرونباخ بررسی شده و برابر با ۰/۹۸ به دست آمد. در این پژوهش فقط از آزمون سازگاری فردی پرسشنامه شخصیت کالیفرنیا استفاده شد که ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های اتکا به نفس، درک ارزش خویشتن، آزادی شخصی، احساس وابستگی، تمایلات واپس زده و نشانگان عصبی به ترتیب برابر با ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۹۱، ۰/۸۸، ۰/۸۷ و ۰/۸۶ و برای کل آزمون سازگاری فردی ۰/۹۰ به دست آمد. شایان ذکر هست که این آزمون به صورت معکوس نمره‌گذاری شد.

**مقیاس سبک‌های اسنادی<sup>۴</sup> (ASQ):** پرسشنامه سلیمگن و همکاران (۱۹۸۲) دارای ۱۲ موقعیت فرضی است که شش موقعیت مثبت و شش موقعیت منفی ۴۸ گویه‌ای دارد (برای هر موقعیت ۴ گویه). در راهنمای این آزمون از فرد خواسته می‌شود که تصور کند در آن موقعیت قرار دارد و درباره علت اصلی آن موقعیت تصمیم بگیرد و سپس به گویه‌ها در یک طیف هفت درجه‌ای پاسخ دهد. اسلامی شهر بابکی (۱۳۶۹) در پژوهشی میزان آلفای کرونباخ برای

- 
1. Buss and Perry
  2. California Test Personality
  3. Thorpe, Clarck and Tieg
  4. Attributional Style Questionnaire

تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و ... ..... ۱۲۹

موقعیت شکست درونی ۰/۷۵، موقعیت شکست پایدار ۰/۴۳، موقعیت شکست کلی ۰/۷۳،  
 موقعیت موفقیت درونی ۰/۷۴، موقعیت موفقیت پایدار ۰/۵۶، موقعیت موفقیت کلی ۰/۷۶  
 گزارش کرد. روایی پرسشنامه را با استفاده از تحلیل عامل به دست آورد که در عامل اول یعنی  
 سبک اسنادی مثبت بارهای عاملی گویه‌ها بین ۰/۵۵ - ۰/۶۷ و در عامل دوم یعنی سبک‌های  
 اسنادی منفی از ۰/۴۰ - ۰/۶۸ نوسان داشتند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای  
 عامل سبک اسنادی مثبت بین ۰/۶۷ - ۰/۷۱ و در عامل سبک‌های اسنادی منفی بین ۰/۵۳ -  
 ۰/۷۰ به دست آمد.

**روش اجرا:** ابتدا پیش‌آزمون‌ها اجرا شد، سپس گروه آزمایش به صورت گروهی به مدت ۸  
 جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، هفته‌ای دوبار برنامه آموزش مکانیسم‌های دفاعی (محقق ساخته) را مطابق با  
 جدول ۱ دریافت کردند؛ گروه کنترل به مدت یک ماه در لیست انتظار قرار گرفت. به منظور  
 تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد.

جدول ۱: محتوای جلسات آموزش مکانیسم‌های دفاعی

اهداف	محتوا	تغییر رفتار مورد انتظار	تکالیف منزل
۱ معارفه و بیان قوانین جلسات و بررسی ساختار هوشیاری	آشنایی افراد با هم و با درمانگر، بیان اهداف جلسات و شرایط برنامه، قوانین گروه و بیان ساختار روان انسان از رویکرد روانکاوی.	تمرکز بر آگاهی از احساسات در لحظه کنونی	یادداشت موضوعات و مسائلی که آن‌ها را به خشم وا می‌دارد.
۲ آموزش ساختار شخصیت انسان	تعریف سیستم روانی از نظر فروید، تبیین ارتباط بین سطوح شخصیت.	درک ارتباط بین سطوح شخصیت	ثبت نمونه‌هایی از رفتارها ی هشیارو ناهشیاری با توجه به یادگیری‌های قبلی
۳ آموزش دو مکانیسم دفاعی مهم از نظر روان‌کاوی فروید (سرکوبی و فرافکنی)	مکانیسم دفاعی چیست؟ آموزش مکانیسم‌های دفاعی سرکوبی و فرافکنی با ذکر مثال.	آگاهی از موانع استفاده از مکانیسم‌های دفاعی سرکوبی و فرافکنی	ثبت موارد استفاده از مکانیسم سرکوبی و فرافکنی در رفتار خود
۴ ادامه آموزش مکانیسم‌های دفاعی	آموزش سایر مکانیسم‌های دفاعی (دلیل تراشی، درون فکنی، جابه جایی، تثبیت، برون‌فکنی، بازگشت، واکنش‌سازی، انکار، جبران، تبدیل، همانندسازی، تصعید، تجربه).	آگاهی از نتایج مثبت و منفی مکانیسم‌های مورد استفاده	موارد استفاده از مکانیسم درون فکنی و دلیل تراشی و... را در رفتار خود پیدا و یادداشت کنند.

اهداف	محتوا	تغییر رفتار مورد انتظار	تکالیف منزل
۵ آشنایی با خاصیت مکانیسم‌های دفاعی	بررسی نقش مکانیسم‌های دفاعی در شخصیت انسان.	درک ارتباط بین سطوح شخصیت	ثبت احساساتی که بعد از استفاده از مکانیسم‌دفاعی در آن‌ها بوجود می‌آید.
۶ تجزیه و تحلیل مکانیسم‌های دفاعی در سیستم روانی من	تحلیل سیستم روانی (سیستم روانی من از چه مکانیسمی یا مکانیسم‌هایی استفاده می‌کند؟)، تبیین چهار سطح از سازوکارهای دفاعی.	سازگاری بیشتر با انتخاب مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته	ثبت نوع مکانیسم‌های دفاعی که استفاده می‌کنند.
۷ آموزش الگوهای فرزندپروری	بررسی نقش سبک‌های فرزندپروری در شکل‌گیری شخصیت و ارتباط آن با شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی،	آگاهی از نقش الگوهای فرزندپروری در شکل‌گیری مکانیسم‌دفاعی.	پیدا کردن الگوهای فرزندپروری در خانواده
۸ جمع‌بندی و اجرای پس‌آزمون‌ها	مرور و جمع‌بندی، پرداختن به نکات کلیدی دوره، تمرین مهارت‌های آموزش داده شده، تأکید بر تمرین و به‌کارگیری آن‌ها در زندگی روزمره، اجرای مجدد ابزارها و اعلام پایان جلسات.	افزایش سازگاری، باور به تلاش به جای احساس ناکامی و کاهش پرخاشگری	تمرین تمام تکنیک‌های مؤثر

### یافته‌ها

آماره‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه در جدول ۲ ارائه شده است. قبل از ارائه نتایج تحلیل آمون کوواریانس، پیش فرض‌های آزمون‌های پارامتریک سنجیده شد. نتایج آزمون لوین برای بررسی تساوی واریانس گروه‌ها در متغیرهای ابراز خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی و ابعاد آن‌ها نشان داد، سطح معناداری به دست آمده در متغیرهای وابسته پژوهش بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است. بنابراین، با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان قضاوت کرد که گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر پراکندگی نمرات خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی و ابعاد آن‌ها در مرحله پیش‌آزمون یکسان هستند. همچنین نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف به منظور بررسی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای وابسته پژوهش نشان داد، شرط نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای وابسته در مرحله پس‌آزمون رعایت شده است ( $P > 0/05$ ). در ادامه نتایج آزمون فرض همگنی شیب رگرسیون نشان داد، داده‌ها از فرضیه



تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و ... ..... ۱۳۱

همگنی شیب رگرسیون در سطح ( $P > 0/05$ ) پشتیبانی می‌کنند. به منظور بررسی تفاوت میانگین نمرات گروه‌های آزمایش و کنترل از آزمون لامبدای ویکلز استفاده شد که نتایج نشان داد، آزمون لامبدای ویکلز با مقداری برابر با  $F = 6/75$  و  $0/41$  با حذف اثر متغیرهای همپراش، تفاوت در اثربخشی دوره درمانی، حداقل در یکی از متغیرهای وابسته پژوهش معنادار است ( $p < 0/01$ ).

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه و دو مرحله پیش‌آزمون- پس‌آزمون به همراه پیش‌فرض‌های نرمال بودن داده‌ها

متغیر / گروه	آزمایش		کنترل		کاهش استرس	تاریخ	نمره	متغیر تاریخی
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون				
ابراز خشم	۴۳/۲۵	۳۴/۷۵	۴۵/۵۵	۴۵/۵	۰/۱۶	۰/۹۴	۰/۱۰	میانگین
انحراف معیار	۱۳/۶۹	۱۲/۴۰	۹/۳۸	۹/۳۰	۰/۱۴	۰/۴۶	۰/۲۰	انحراف معیار
رفتار	۱۴/۳۵	۱۱/۱۵	۱۵/۸۰	۱۵/۷۵	۰/۱۵	۲/۶۲	۰/۲۰	میانگین
پرخاشگرانه	۶/۴۲	۶/۵۱	۵/۷۲	۵/۶۹	۰/۱۶	۰/۹۸	۰/۱۹	انحراف معیار
فکر پرخاشگرانه	۹/۴۵	۶/۸۵	۱۰/۳۰	۱۰/۴	۰/۱۱	۱/۵۲	۰/۲۰	میانگین
انحراف معیار	۳/۱۸	۲/۷۷	۲/۸۸	۲/۸۱	۰/۱۳	۰/۱۸	۰/۲۰	انحراف معیار
احساس	۱۹/۴۵	۱۶/۷۵	۱۹/۵۲	۱۹/۴۵	۰/۱۱	۰/۱۳	۰/۲۰	میانگین
پرخاشگرانه	۶/۳۱	۵/۲۵	۳/۴۵	۳/۴۲	۰/۰۹	۳/۳۴	۰/۲۰	انحراف معیار
ناسازگاری	۵۲/۱۰	۴۶/۰۵	۴۷/۱۰	۴۷/۳۵	۰/۲۲	۰/۰۹	۰/۰۵	میانگین
فردی	۷/۱۱	۷/۳۳	۷/۰۴	۷/۳۱	۰/۱۰	۰/۶۶	۰/۲۰	انحراف معیار
اعتماد به نفس	۹/۴۵	۸/۹۵	۸/۹۰	۵/۸۵	۰/۱۳	۰/۲۸	۰/۲۰	میانگین
انحراف معیار	۱/۹۵	۱/۳۹	۱/۵۸	۱/۴۶	۰/۱۳	۰/۰۴	۰/۲۰	انحراف معیار
درک ارزش	۸/۹۵	۹/۱۵	۸/۸۵	۹	۰/۱۰	۰/۰۱	۰/۲۰	میانگین
خویش	۱/۹۵	۸/۵۲	۱/۹۵	۲/۰۷	۰/۱۲	۱/۷۹	۰/۲۰	انحراف معیار
آزادی شخصی	۹	۷/۹۵	۸/۲۵	۸/۲۸	۰/۱۹	۱/۹۰	۰/۰۵	میانگین
انحراف معیار	۹/۹۱	۱/۱۴	۱/۵۸	۱/۴۱	۰/۱۳	۲/۲۳	۰/۲۰	انحراف معیار
وابستگی	۸/۹۰	۸/۳۵	۸	۷/۹۵	۰/۰۹	۰/۲۴	۰/۲۰	میانگین
انحراف معیار	۱/۳۷	۱/۷۵	۱/۳۷	۱/۴۶	۰/۲۱	۰/۲۵	۰/۰۵	انحراف معیار
تمایلات واپس	۷/۹۵	۵/۵۰	۶/۸۰	۶/۸۵	۰/۱۷	۱/۵۳	۰/۱۳	میانگین
زده	۲/۹۴	۲/۵۴	۲/۱۹	۲/۲۳	۰/۱۴	۰/۹۴	۰/۲۰	انحراف معیار
نشانه‌گان عصبی	۷/۸۵	۶/۱۵	۶/۳۰	۶/۴۵	۰/۱۹	۰/۴۶	۰/۰۵	میانگین
انحراف معیار	۲/۸۸	۲/۸۵	۲/۴۰	۲/۶۱	۰/۱۵	۲/۶۲	۰/۲۰	انحراف معیار
سبک اسناد	۴/۸۵	۵/۱۳	۴/۹۵	۵/۰۴	۰/۱۷	۰/۹۸	۰/۱۱	میانگین

متغیر / گروه	آزمایش				کنترل		معنی داری	متغیر / گروه
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون		
مثبت	انحراف معیار	۱/۰۳	۰/۹۹	۱/۱۸	۱/۱۱	۰/۲۲	۰/۲۰	۱/۵۲
اسناد درونی	میانگین	۵	۵/۱۲	۵/۰۴	۵/۰۶	۰/۶۷	۰/۱۷	۰/۱۸
مثبت	انحراف معیار	۱/۳۸	۱/۵۱	۱/۱۲	۱/۲۱	۰/۷۱	۰/۱۲	۰/۱۳
اسناد پایدار	میانگین	۵/۴۱	۵/۵	۵/۳۸	۵/۳۳	۰/۰۷	۰/۰۵	۳/۳۴
مثبت	انحراف معیار	۱/۲۱	۱/۱۸	۰/۸۹	۰/۸۹	۰/۹۲	۰/۲۰	۰/۰۹
اسناد کلی مثبت	میانگین	۴/۱۵	۴/۷۵	۴/۸۴	۴/۷۸	۰/۴۲	۰/۲۰	۰/۶۶
انحراف معیار	۱/۰۴	۱/۴۹	۱/۳۲	۱/۲۹	۰/۶۰	۰/۲۸	۰/۲۰	۰/۲۸
سبک اسناد	میانگین	۴/۰۸	۳/۹۹	۳/۷۳	۳/۷۳	۰/۸۲	۰/۲۰	۰/۰۴
منفی	انحراف معیار	۰/۶۸	۰/۶۲	۰/۹۲	۰/۹۵	۰/۹۱	۰/۲۰	۰/۰۱
اسناد درونی	میانگین	۳/۶۴	۳/۶	۳/۳۹	۳/۳۴	۰/۱۸	۰/۱۸	۱/۷۹
منفی	انحراف معیار	۱/۰۸	۱/۰۳	۰/۹۳	۰/۸۵	۰/۱۷	۰/۲۰	۱/۹۰
اسناد پایدار	میانگین	۴/۰۷	۳/۶۵	۳/۸۲	۳/۷۱	۰/۱۴	۰/۲۰	۲/۲۳
منفی	انحراف معیار	۱/۱۷	۱/۲۲	۱/۱۱	۱/۰۵	۰/۶۲	۰/۱۹	۰/۲۴
اسناد کلی منفی	میانگین	۴/۷۰	۴/۵۵	۳/۷۹	۳/۷۸	۰/۶۱	۰/۲۰	۰/۲۵
انحراف معیار	۳/۷۹	۱/۰۹	۴/۱۷	۱/۲۴	۰/۱۶	۱/۵۳	۰/۲۰	۱/۵۳

در بررسی سؤال اول پژوهش، از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است. همانگونه که نتایج نشان می‌دهد با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین میانگین نمرات ابراز خشم در مرحله پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ( $P > 0.001$ ).

تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و ... ..... ۱۳۳

جدول ۳: نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به‌منظور بررسی تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابعاد ابراز خشم

متغیر پیش‌آزمون	ارزش F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	میزان تأثیر آماری	توان آماری
رفتار پرخاشگرانه	۲۶/۳۴	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۷۰	۱/۰۰
فکر پرخاشگرانه	۲۹/۹۴	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۷۳	۱/۰۰
احساس پرخاشگرانه	۲۲/۴۷	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۶۷	۱/۰۰
گروه	۱۸/۶۴	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۶۵	۱/۰۰

در بررسی سؤال دوم پژوهش، از تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است. همان‌گونه که نتایج نشان می‌دهد با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین میانگین نمرات ناسازگاری فردی در مرحله پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری دارد ( $P > 0/001$ ).

جدول ۴: نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به‌منظور بررسی تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابعاد ناسازگاری فردی

متغیر پیش‌آزمون	ارزش F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	میزان تأثیر آماری	توان آماری
اعتماد به نفس	۷/۳۱	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۱	۰/۹۹
درک ارزش خویش	۵/۷۵	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۵۶	۰/۹۸
آزادی شخصی	۴/۴۹	۶	۲۷	۰/۰۰۳	۰/۵۰	۰/۹۵
وابستگی	۱/۲۴	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۷۱	۱/۰۰
تمایلات واپس زده	۲۴/۱۴	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴	۱/۰۰
نشانیگان عصبی	۵/۰۶	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۵۳	۰/۹۷
گروه	۹/۹۲	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۸	۱/۰۰

در بررسی سؤال سوم پژوهش، از آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شد. همان‌گونه که نتایج نشان می‌دهد با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین میانگین نمرات سبک‌های اسنادی در مرحله پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود ندارد ( $p > 0/05$ ).

جدول ۵: نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به‌منظور بررسی تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر سبک‌های اسنادی

متغیر پیش‌آزمون	ارزش F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	میزان تأثیر	توان آماری
اسناد درونی مثبت	۰/۲۲	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۷۷	۱/۰۰
اسناد پایدار مثبت	۰/۵۶	۶	۲۷	۰/۰۱	۰/۴۴	۰/۸۹
اسناد کلی مثبت	۰/۳۶	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳	۰/۹۹
اسناد درونی منفی	۰/۲۴	۶	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۷۵	۱/۰۰
اسناد پایدار منفی	۰/۴۳	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۵۶	۰/۹۹
اسناد کلی منفی	۰/۲۶	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۷۳	۱/۰۰
گروه	۰/۷۶	۶	۲۷	۰/۲۴۹	۰/۲۳	۰/۴۵

### بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و سبک‌های اسنادی انجام شد.

در بررسی سؤال اول پژوهش، نتایج نشان داد که آموزش مکانیسم‌های دفاعی، با توجه به میانگین نمرات متغیر ابراز خشم و ابعاد آن در افراد گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب کاهش ابراز خشم گروه آزمایش شده است. این یافته همسو با نتایج مطالعات استیون و همکاران (۲۰۱۹) و شیم و کیم (۲۰۱۸)، است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که افرادی که از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته استفاده می‌کنند قادر به تجربه احساس‌هایشان از جمله تجربه خشم هستند و به خاطر تجربه این احساس، خشم خود را نیز بهتر می‌توانند مهار کنند. از سوی دیگر مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و روان‌آزرده بر عکس این موضوع است. در این دو مکانیسم 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 (استیون و همکاران، ۲۰۱۹). از دید درمانگر از جلسه چهارم به بعد شناخت دانشجویان نسبت به مکانیسم‌های دفاعی سبب آگاهی آن‌ها از علت خشم و ابراز خشم آن‌ها شد، به طوری که آن‌ها به تدریج تا جلسه آخر اظهار می‌کردند که هر گاه خشمگین می‌شوند به مکانیسم‌های دفاعی می‌اندیشند که قبل از آن در طی روز استفاده

کرده‌اند. درمانگر باور دارد که دانستن مکانیسم‌های دفاعی مورد استفاده، آن‌ها را تحت تأثیر قرار داد از جلسه پنجم به بعد اکثر آن‌ها به اثر آموزش بر روی استفاده از این مکانیسم‌ها اشاره می‌کردند و هنگامی که در جلسه هفتم، نقش سبک‌های فرزندپروری و محیط زندگی و عوامل شکل‌گیری مطرح شد، بیشتر به دلایل رفتاری خود آگاه شدند. درمانگر معتقد است بین استفاده از مکانیسم‌های دفاعی و ابراز آن‌ها و خشم و ابراز خشم رابطه تنگاتنگی وجود دارد و هنگامی که افراد از مکانیسم‌های دفاعی آگاه شوند و از ناهشیار آن‌ها به هشیار بیاورند و بدانند به چه علت از مکانیسم دفاعی غیر مؤثری استفاده می‌کنند که خشم آن‌ها را افزایش می‌دهد، به‌طور مؤثری می‌توانند خشم خود را کنترل کنند و این تغییر می‌تواند نتیجه این یافته را تبیین کند.

در بررسی سؤال دوم پژوهش، نتایج نشان داد که آموزش مکانیسم‌های دفاعی، با توجه به میانگین نمرات متغیر ناسازگاری فردی و ابعاد آن در افراد گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب کاهش ناسازگاری فردی گروه آزمایش شده است. این یافته همسو با نتایج مطالعه طاهر و همکاران (۱۳۹۵) است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که سازگاری نشانه آگاهی و توانایی فرد است درحقیقت رشد اعم از جسمی، ذهنی، عاطفی، اجتماعی و اخلاقی یک سلسله تغییرات کمی و کیفی است که در طی زندگی به صورت منظم و به هم پیوسته در هر موجود زنده وجود دارد که به‌منظور هدفی معین در جهت تعامل و سازگاری با محیط به وقوع می‌پیوندد و هر قدر ارگانیسم پیچیده‌تر و تکامل یافته‌تر باشد زمان لازم برای رسیدن به کمال رشد، طولانی‌تر خواهد بود (موری و همکاران، ۲۰۱۷). آزادی شخصی، تمایلات واپس‌زده و نشانگان عصبی از ابعاد ناسازگاری فردی بودند که مکانیسم‌های دفاعی نقش معنادار بر آن‌ها داشت؛ زیرا استفاده از مکانیسم‌های دفاعی سبب واپس رانده شدن تعارضات و تعدیل آن‌ها می‌شود که این اتفاق آزادی شخصی فرد را بالا می‌برد و تمایلات واپس‌زده با استفاده از مکانیسم‌های دفاعی تعدیل یافته و با استفاده از عوامل غیرارادی کاهش می‌یابد که همان مکانیسم‌های دفاعی هستند. پژوهشگر معتقد است هنگامی که دانشجویان از مکانیسم‌های دفاعی ناهشیاری آگاه شدند که روزانه و به صورت مرتب از آن استفاده می‌کنند، توانستند به‌طور مؤثری آن‌ها را با مکانیسم‌های دفاعی مؤثر و کارآمد جایگزین کنند و در نتیجه سازگاری بهتری با خود و محیط اطرافشان نشان دادند؛ در نتیجه سازگاری فردی آن‌ها نسبت

به قبل در سطح بالاتری با محیط قرار گرفت و این می‌تواند نتیجه این فرضیه را تأیید کند. در بررسی سؤال سوم پژوهش، نتایج نشان داد که آموزش مکانیسم‌های دفاعی، با توجه به میانگین نمرات متغیر سبک‌های اسنادی در افراد گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب کاهش سبک‌های اسنادی گروه آزمایش نشده است. این یافته با نتایج مطالعات زند منشی و آزادی (۱۳۹۵) و محمدلو و همکاران (۱۳۹۴)؛ همسو نیست. یافته‌های پژوهش‌های پیشین بیان‌کننده رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و سبک‌های اسنادی بوده است. از نظر پژوهشگران از آنجایی که در این پژوهش تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر سبک‌های اسناد دانشجویان رد شده است، علت این یافته ممکن است به دلیل تعداد زیاد سؤال‌های پرسشنامه، افراد نمونه در پاسخ دادن به پرسشنامه‌ها دقت لازم را نداشته‌اند و بدین ترتیب نتایج به دست آمده پژوهش را تحت تأثیر خود قرار داده است.

در این پژوهش اثرات برنامه آموزشی در فواصل زمانی مختلف پیگیری نشده است. در مجموع پیشنهاد می‌شود با توجه به یافته‌های این مطالعه، مشاوران در مدارس و مراکز مشاوره و خدمات روان‌درمانی دوره‌های آموزش مکانیسم‌های دفاعی را برای تعدیل ابراز خشم و ناسازگاری فردی دانش‌آموزان و دانشجویان برگزار کنند.

### تقدیر و تشکر

در پایان بر خود لازم می‌دانیم تا از کلیه دانشجویانی که به‌عنوان شرکت‌کننده در اجرای این پژوهش ما را یاری کردند، نهایت قدردانی را به‌عمل آوریم.

### منابع

ابراهیم‌پور، قدسیه و عالی‌شاهی، مریم (۱۳۹۶). مقایسه سبک‌های اسنادی و سازگاری اجتماعی در دانشجویان. سومین کنفرانس دانش و فناوری علوم تربیتی، مطالعات اجتماعی و روان‌شناسی ایران، تهران.

اسلامی شهر بابکی، حیدر (۱۳۶۹). بررسی رابطه بین سبک تبیین و افسردگی در بیماران افسرده یک قطبی و دو قطبی و مقایسه آن با افراد بهنجار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، انستیتو روان‌پزشکی تهران.

تأثیر آموزش مکانیسم‌های دفاعی بر ابراز خشم، ناسازگاری فردی و ... ..... ۱۳۷

پارسامهر، مهربان و حدت، الهه (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان. فصلنامه توسعه اجتماعی، ۱۱(۲): ۹۴-۶۵.  
جمالی قره‌قشلاقی، الهه (۱۳۹۴). بررسی رابطه هوش اجتماعی با کنترل پرخاشگری و افزایش سازگاری فردی در بین دانشجویان علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه.

حسینیان، سیمین، بهرنگی، محمدرضا، قاسم‌زاده، سوگند و تازیکی، طیبه (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران بر سازگاری اجتماعی، پرخاشگری و پیشرفت تحصیلی فرزندان. *مجله اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۲(۱): ۲۵-۹.  
خدایاری فرد، محمد، رحیمی نژاد، عباس و عابدینی، یاسمین (۱۳۸۶). بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری اجتماعی دانشجویان شاهد و غیر شاهد. *مجله علوم اجتماعی و انسانی*، ۲۶(۳): ۴۲-۲۵.

زندمنشی، یاسر و آزادی، شهذخت (۱۳۹۵). بررسی رابطه سبک‌های اسنادی و مکانیسم‌های دفاعی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر دبیرستان‌های شهر یاسوج. چهارمین همایش علمی - پژوهشی علوم تربیتی و روان‌شناسی، آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران، تهران. طاهر، محبوبه، بهرام‌پور، فاطمه و مجرد، آرزو (۱۳۹۵). نقش مکانیسم‌های دفاعی در رفتار سازگاران دانشجویان. *نخستین همایش جامع بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی ایران، تهران*.

محمملو، مریم و الهی، طاهره (۱۳۹۴). بررسی نقش عوامل پنج‌گانه شخصیتی در پیش‌بینی سبک‌های اسناد، نقش تعدیل‌کننده: جنسیت. *دومین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی، تهران، ایران*.  
ملک‌پور، مختار، زنگنه، ساره و آقابائی، سارا (۱۳۹۱). ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه خشم ناکو در شهر اصفهان. *فصلنامه پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۲(۱): ۸-۱.

Davis, C. A. (2017). Examining a hierarchical linear regression model of overgeneral memory: methodological issues, CaR-FA-X model mechanisms, and memory encoding as represented by cognitive attributional style. Master's Thesis and Graduate Research, San Jose State University. [http://scholarworks.sjsu.edu/etd\\_theses/4871](http://scholarworks.sjsu.edu/etd_theses/4871)

Ebrahimpour, G. and Alishahi, M. (2017). Comparison of documentary styles and social adjustment in students. *Third Conference on Science and Technology of*

- Science, Social Studies and Psychology of Iran, Tehran (Text in Persian).*
- Eslami Shahr Babaki, H. (1990). *The relationship between explanatory style and depression in unipolar and bipolar depressed patients and comparison with normal subjects*. Master's Degree in Clinical Psychology, Tehran Psychiatric Institute (Text in Persian).
- Hergenhahn, B. and Olson, M. (2016). *An introduction to theories of personality* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Hoseinian, S., Behrangi, M., Ghasemzadeh, S. and Taziki, T. (2016). Effectiveness of communication skills training of mothers on social adjustment, aggression and academic achievement of their children. *Journal of New thoughts on Education*, 12(1): 9-25 (Text in Persian).
- Jamaliqareqeshlagi, G. (2015). *Investigating the relationship between social intelligence with aggression control and increasing personal adaptation among humanities students of islamic azad university of urmia branch in the academic year 2014-2015*. Unpublished Master Thesis in Psychology, Islamic Azad University, Urmia Branch.
- Khodayari Fard, M., Rahimi Nejad, A. and Abedini, Y. (2007). Investigating the factors affecting social adjustment of controlled and non-controlled students. *Journal of Social and Human Sciences*, 26(3): 42-25. (Text in Persian).
- Lo, B.C.Y. and Liu, J.C.C. (2017). Executive control in depressive rumination: Backwar inhibition and non-inhibitory switching performance in a modified mixed antisaccade task. *Frontiers in Psychology Journal*, 8(14): 1-36.
- Malekpour, M., Zangeneh, S. and Aghababaei, S. (2012). A study of the psychometric properties of novaco anger questionnaire (short form) in isfahan city. *The Journal of Cognitive and Behavioral Science*, 2(1): 1-7. (Text in Persian).
- Mohammadlo, M. and Elahi, T. (2015). Investigating the role of five personality factors in prognosis of document styles, moderating role: gender. *Second International Conference on Psychology, Life Science and Life Style*, Tehran, Iran (Text in Persian).
- Moore, M.T., Fresco, D.M., Schumm, J.A. and Dobson, K.S. (2017). Change in explanatory flexibility and explanatory style in cognitive therapy and its components. *Journal of Cognitive Therapy and Research*, 41(4): 519 – 529.
- Novaco, R.W. (1998). *Anger and Trauma: conceptualization, Assessment and Treatment*. New York: Springer-Verlag.
- Novaco, R.W. (2002). *Handbook of offender assessment and treatment*. London: Wiley.
- Parsamehr, M. and Heddat, E. (2017). The relationship between emotional intelligence and social adjustment among student. *Quarterly Journal of Social Development*, 11(2): 65-94. (Text in Persian).



- Robins, S. and Novaco, R.W. (2000). *Anger control as a health promotional mechanism*. In D. I. Mostofsky & D. H. Barlow (Eds). *The management of stress and Anxiety in medical Disorders*. (PP. 361-377). Needham. Heights, MA. Allyn & Bacon.
- Schultz, D.P. and Schultz, S.E. (2016). *Theories of personality*: Cengage Learning.
- Seligman M, E, P, Peterson C, Kaslow N.J, Tannenbaum R.L, Allog L.B, Abramson L.Y. (1998). Attributional style and depressive symptoms among children. *Journal of Abnormal psychology*, 83(2): 235-238.
- Shen, D. W. and kim, L. M. (2018). Cisplatin resistance: a cellular self-defense mechanism resulting from multiple epigenetic and genetic changes. *Journal of Pharmacological reviews*, 64(3): 706-721.
- Steven, E. Weinberger., Barbara A. Cockrill and Jess, Mandel.(2019). Lung Defense Mechanisms. *Principles of Pulmonary Medicine* (Seventh Edition), 22(1): 285-296.
- Taher, M., Bahrampour, F. and Mojarad, A. (2016). The role of defense mechanisms in adaptive behavior of students. The First Comprehensive International Conference on Psychology, *Social Sciences Tehran*, Tehran, Iran. (Text in Persian).
- Yazıcı, S. and Güven, S. (2017). Development and validation of a Citizenship Attributional Style Questionnaire. *The Social Science Journal*, 54(4): 403-410.
- Zandmonshi, Y. and Azadi, S. (2016). The relationship between documentary styles and defense mechanisms with academic performance of high school students in Yasuj. *Fourth Scientific Conference - Research in Psychology and Psychology, Social and Cultural Dangers in Iran*, Tehran (Text in Persian).



Abstracts .....

Psychological Studies  
Faculty of Education and Psychology,  
Alzahra University

Vol.15, No.3  
Autumn 2019

---

**The Effect of Defense Mechanisms Training on Anger  
Expression, Individual Incompatibility and Attributional  
Styles in University Students**

---

Nayyerehalsadat Khayyam Nekouei\*<sup>1</sup> and Fatemeh Rezaei<sup>2</sup>

**Abstract**

The present study was conducted to investigate effect of defense mechanisms training on anger expression, individual incompatibility and attributional styles among university students. The research design was based on a semi-experimental with pre-test-post-test approach and control group. The research population consisted of all students of Islamic Azad University of Khomeinishahr during academic year 2017-2018. After initial clinical assessment and based on research criteria, a total of 40 students were selected and randomly assigned in an experimental and a control group with 20 each. The experimental group received defense mechanisms training program for eight- 90 mins group sessions, twice weekly. The control group was put in the waiting list for one month. Novako's aggression questionnaire (NAQ), California Test Personality (CTP), and Attributional Style questionnaire were used in pre-test and post-test. In order to analyze the research data, multivariate analysis of covariance (MANCOVA) was used. The findings showed that after controlling the effect of pre-test, significant differences were observed in post-test between experimental and control groups in the mean scores of aggression expression and individual incompatibility, but no significant difference was observed in the mean score of attributional styles of experimental group. According to the findings of this study, it is suggested that the results of defense mechanisms training program are used by counselors and psychotherapists as a new local intervention to improve individual incompatibility aspects and adjust the students' anger expression.

**Keywords:** Anger, attribution, defense mechanisms, individual incompatibility.

---

1.\*Corresponding author: Personality Psychology, Khomeinishahr University, Isfahan, Iran. nayerekhayamnekoie@gmail.com.

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Khomeinishahr Azad University, Isfahan, Iran.

Submit Date:2019-02-14      Accept Date:2019-10-30

DOI: 10.22051/psy.2019.24690.1843

<https://psychstudies.alzahra.ac.ir>