

## رابطه مکانیسم‌های دفاعی با کمال‌گرایی در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان در سال تحصیلی ۹۳-۹۲

نرگس کوشا<sup>۱</sup>، محمد اسماعیل، ابراهیمی<sup>۲</sup>، محمد رضا، ذوقی پایدار<sup>۳</sup>

### چکیده

مقدمه: دگرگونی‌های سریع و پیچیده جوامع انسانی به مرور زمان بر شیوه‌های فرزند پروری انسان‌ها اثری اساسی بر جای گذاشته است و خانواده‌ها اکنون تلاش می‌کنند فرزند خود را از همان کودکی برای بردن گوی سبقت از همسالانشان آماده کنند. این شیوه‌ی تربیتی سبب شده است که فرزندان، زمانی خود را با ارزش بدانند که مورد تأیید والدین خود قرار بگیرند بنابراین می‌کوشند تلاش خود را دوچندان کنند، تا به انتظارات آنان پاسخ مثبت دهند بنابراین والدین، جای خود را به انتظارات بلندپروازانه و دست‌نیافتنی می‌دهد. روش پژوهش: در این پژوهش رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و سبک‌های دلبستگی با کمال‌گرایی در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد همدان مورد بررسی گرفت. هدف اصلی پژوهش حاضر مطالعه

<sup>۱</sup> - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علوم تحقیقات واحد همدان، ایران. [narges.koosha@yahoo.com](mailto:narges.koosha@yahoo.com)

<sup>۲</sup> - عضو هیأت علمی دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان، ایران.

<sup>۳</sup> - عضو هیأت علمی دانشکده علوم انسانی دانشگاه بوعلی‌سینای همدان، همران، ایران.

رابطه مکانیسم‌های دفاعی که شامل سبک‌دفاعی رشدیافته، رشدنیافته و سبک‌دفاعی نوروپیک با کمال‌گرایی مثبت و منفی بود. در این پژوهش ۳۶۰ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه آزاد همدان شرکت کردند. از آزمودنی خواسته شد که پرسشنامه کمال‌گرایی تری - شورت و پرسشنامه مکانیسم‌های دفاعی DSQ40 را تکمیل کنند. یافته‌ها: برای تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری سپس ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد که در کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر بر اساس سبک‌های دفاعی رابطه معناداری وجود دارد. یافته‌ها اینگونه بود که سبک‌دفاعی رشدنیافته بیشترین رابطه را با کمال‌گرایی- مثبت دانشجویان نشان داد. و نیز در میزان کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر بر اساس سبک‌های دفاعی رابطه معناداری وجود دارد. سبک‌دفاعی رشدنیافته بیشترین رابطه را با کمال- گرایی منفی دانشجویان نشان داد. نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت و منفی رابطه وجود دارد.

**واژه‌های کلیدی:** مکانیسم‌های دفاعی، کمال‌گرایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان

## مقدمه

نیروی انگیزشی هر فرد به‌سوی رشد و خودشکوفایی است. همه‌ی ما نیاز داریم که توانایی‌های بالقوه‌ی خود را تا بالاترین اندازه ممکن شکوفا کنیم و به رشدی فراتر از رشد کنونی خود دست‌یابیم. البته رسیدن به کمال و شکوفا ساختن استعدادها و توانایی‌های نهفته و بالقوه‌ی فرد، به‌خودی‌خود بسیار ارزشمند است و در این وادی کمال‌گرایی (perfectionism) امری مثبت و پسندیده است، ولی آنچه می‌تواند خطرناک باشد جنبه‌ی افراطی یا منفی کمال‌گرایی در روان‌شناسی است (مهرابی زاده هنرمند، وردی، ۱۳۸۲، به نقل از ابراهیمی ۱۳۹۰). هاس و پراپاویسیس (Hasse, Prapavessis, 2004) نیز در این رابطه بیان می‌دارند که کمال‌گرایی زمانی یک مشکل است که مانع از پیشرفت شود و زمانی مطلوب و پذیرفتنی است که انگیزه آن تلاش بهنجار برای رسیدن به برتری باشد. بحث در مورد کمال‌گرایی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی و تأثیر آن بر رفتار انسان، سابقه‌ای طولانی دارد (حاجلو، صبحی-قرامکلی و محمدی ۱۳۹۲). فروید (1926)، به نقل از (Beiling., 2001) با توجه به نقش آسیب‌زای کمال‌گرایی، این سازه را تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست‌نیافتنی تعریف نمود. کمال‌گرایی می‌تواند به عنوان یک صفت چند بعدی (استانداردهای شخصی بسیار

بالا، انتظارات و انتقادات والدینی، ترس از اشتباهات، سازمان یافتگی و تردید در مورد کارها) توصیف شود (دیویس، ۲۰۰۹). این اعتقاد که وضع اهداف بالا و آمرانه برای یک فرد در زندگی می‌تواند نیرویی مثبت و یا منفی در نظر گرفته شود به شکل‌گیری مفهوم کمال‌گرایی مثبت و منفی منجر شد (کمپل و دی پولا، ۲۰۰۲، فلت و هویت ب، ۲۰۰۲؛ پیرس، ۲۰۰۵؛ اسلنی و همکاران، ۲۰۰۲؛ تری شورت و همکاران، ۱۹۹۵ به نقل از رم، ۲۰۰۵). امروزه شواهد زیادی وجود دو شکل اساسی از کمال‌گرایی را مشخص می‌کند. بعضی محققان اندیشه کمال‌گرایی سالم و ناسالم (استامپ، و پارکر، ۲۰۰۲؛ به نقل از دیویس، ۲۰۰۹)، انواع مثبت و منفی کمال‌گرایی (تری و شورت، انز، اسلد، و دیوی، ۱۹۹۵؛ به نقل از دیویس)، کمال‌گرایی فعال و منفعل (ادکینز، و پارکر، ۱۹۹۶؛ به نقل از دیویس، ۲۰۰۹) را مطرح کردند که به نظر میرسد نقطه مشترک این محققان، اتفاق نظر آن‌ها در مفهوم‌سازی دو ویژگی بهنجار و نابهنجار کمال‌گرایی می‌باشد. بر اساس مشاهدات در مدارس و دانشگاه‌ها و همچنین کلینیک‌های روان‌شناسی، افراد، بخصوص دانشجویان زیادی که علائم بارز کمال‌گرایی را نشان می‌دهند مورد توجه قرار می‌گیرند و با در نظر گرفتن این که کمال‌گرایی مثبت مشکلات ناچیزی را ایجاد می‌کند اما در هنگام مواجهه با یک دانشجو که دارای کمال‌گرایی منفی یا ناسازگار است ما شاهد این هستیم که وضعیت روانی او معمولاً همراه با استرس، اضطراب امتحان، وسواس فکر یا عملی و افسردگی می‌باشد و این وضعیت می‌تواند ضمن ایجاد شکست تحصیلی، سبک شخصیتی روان رنجور و به دنبال آن اختلال شخصیت را پیش‌بینی کند. پژوهش‌های متعددی نیز بر رابطه کمال‌گرایی با بسیاری از اختلالات تأکید نموده‌اند.

وجه دیگر نیز، شیوه‌های دفاعی پایگاه من شخصیت افراد است. مفهوم مکانیسم‌های دفاعی یکی از مهم‌ترین استندهای تحلیل روانی برای مطالعه شخصیت است. فروید اولین فردی بود که به وجود مکانیسم‌های دفاعی پی برد و معتقد بود که مکانیسم‌های دفاعی ابزارهای ناهشیار هستند و می‌توانند تطابقی و یا آسیب‌زا و ناسازگار باشند (Offer, 2000) به عقیده فروید (1994)، به نقل از زیگلر - هیل، چادها و استرمن، - Zeigler - (2008). (Hill,., Chadha., & Osterman,.)، شخص برای رهایی از امیال، تکانه‌ها و افکار ناخوشایند از مکانیسم‌های دفاعی به عنوان ابزاری جهت اصلاح و تحریف واقعیت سود می‌جوید. این دفاع‌ها مانند سیستم ایمنی بدن، اغلب بدون آنکه آگاهی و هوشیاری نسبت به آنها داشته باشیم همواره در حال فعالیت هستند (برد، 2004) (Brad, 2004) جرج وابلنت با استفاده از نیمرخ‌های روانی به دست آمده افراد در مصاحبه‌های و پرسشنامه‌ها، اولین مطالعات بالینی را

در زمینه ی مکانیسم‌های دفاعی انجام داد. او مکانیسم‌های دفاعی را بر روی پیوستاری از دفاع‌های رشد نیافته تا رشد یافته قرارداد و عقیده داشت ، همه افراد صرف نظر از وجود آسیب روانی از آنها استفاده می کنند ( Blaya, Kipper, Heldt., Blaya, Dornelles , Isolan., Bond, & Manfro, 2006). اساساً از مشخصه‌های مهم شخصیتی افراد، نوع (پخته یا ناپخته) و تعدد مکانیسم‌های دفاعی ای می‌باشد که در موقعیت‌های مختلف برای کاهش اضطراب بدان‌ها متوسل می‌شوند. تحقیقات مختلفی پیشتر در این دو حوزه صورت گرفته که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره نمود: بشارت (۱۳۹۱) در مطالعه‌ای که در زمینه نقش واسطه‌ای مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی انجام داد چنین نتیجه گرفت: که رابطه بین ناگویی هیجانی با سبک‌های دلبستگی ایمن منفی و با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا مثبت است و مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی تأثیر واسطه‌ای دارد و نیز سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن از طریق مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، روان‌آزرده و رشد نیافته در دو جهت متضاد تغییرات مربوط به ناگویی هیجانی را پیش‌بینی می‌کند. همین‌طور شافران و همکاران (Shafraan, 2001) بین کمال‌گرایی و احتمال بالای خودکشی رابطه‌یافته‌اند. در تحقیقات نشان داده است که نوجوانانی که در طبقه کمال‌گرایان سالم قرار داشتند سطوح بالاتر سلامت ذهنی و سازگاری روانی را حتی نسبت به غیر کمال‌گرایان نشان می‌دهند (استوئبر ، و چایلدز، 2010, Stoeber & Childs). دیویس (Davies, 2009) در مطالعه‌ای راجع به عوامل موثر رشد کمال‌گرایی نشان داد افرادی که یک سبک دلبستگی ناایمن را فرا میگیرند، ممکن است به صورت ترس از طرد یا رها شدن نشان داده شوند علاوه بر این نشان داده شده کنترل والدینی، منجر به افزایش نگرانی‌های کمال‌گرایانه در طول زمان می شود (Soenens., Luyckx., Vansteenkiste., Lyuten., Duriez & Goossens (2008)).

با این مقدمه پژوهش حاضر در تلاش برای بدست آوردن پاسخ این سوال است که افراد با کمال‌گرایی منفی و مثبت برای رسیدن به معیارهای بالا و احتمالاً تجربه سطح بالای اضطراب از کدام یک از مکانیسم‌های دفاعی برای کاهش اضطراب استفاده می کنند. برای رسیدن به این مهم نمونه موردی دختران دانشگاه آزاد همدان انتخاب شدند.

### فرضیه‌های پژوهش

الف- بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر رابطه وجود دارد.

ب- بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد.

## روش پژوهش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش عبارت بودند از شش هزار دانشجوی دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان در سال تحصیلی ۹۲-۹۳. بر اساس جدول مورگان ۳۶۰ نفر از دانشجویان با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای از زیر مجموعه دانشکده‌های معماری و هنر، علوم پایه، فنی و مهندسی و انسانی هرکدام سه رشته انتخاب شد: شهرسازی و معماری و طراحی شهری، ژئو فیزیک، ریاضی، فیزیک، عمران، کامپیوتر و مکانیک، روان‌شناسی، حقوق، زبان. از هر رشته سه کلاس و از هر کلاس ۲۰ نفر جهت توزیع پرسشنامه‌ها انتخاب گردید.

## ابزار پژوهش

### پرسشنامه سبک‌های دفاعی DSQ40

پرسشنامه مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه سبک‌های دفاعی DSQ40 می‌باشد. (DSQ40) توسط آندروز و همکاران در سال ۱۹۹۳ تدوین گردید که شامل ۴۰ سؤال بود و ۲۰ مکانیزم دفاعی را در سه سطح رشد یافته، روان‌آزرده و رشد نیافته مورد ارزیابی قرار میداد (Andrews, G., Singh, M., & Bond, M, 2000).

پرسشنامه‌ی سبک‌های دفاعی DSQ40 در ایران توسط حیدری نسب (۱۳۸۵) مورد بررسی و هنجاریابی قرار گرفت. همچنین بشارت و همکاران (۱۳۸۰)، ضریب آلفای کرونباخ را برای هر یک از سبک‌های رشد یافته، رشد نیافته و روان‌آزرده به ترتیب برابر با ۰/۷۳، ۰/۷۴ و ۰/۷۳ و ضریب اعتبار باز آزمایی را با فاصله‌ی ۴ هفته ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند. بر اساس این یافته، مشخص گردید پرسشنامه‌ی سبک‌های دفاعی در گروه‌های مورد مطالعه از اعتبار مناسبی برخوردار است. مقیاس نمره گذاری به صورت لیکرت می‌باشد که فرد به هر سؤال میزان موافقت خود را در یک مقیاس ۹ درجه‌ای اعلام می‌کند و در جدول شماره ۱، سؤال‌های مربوط به هر یک از مکانیزم‌های دفاعی و سبک‌های دفاعی کلی آورده شده است. فرد در هر یک از مکانیزم‌های دفاعی نمره‌ای بین ۲ تا ۱۸ به دست می‌آورد، در هر کدام از مکانیزم‌های دفاعی که نمره‌ی فرد از ۱۰ بیشتر شود به معنی استفاده‌ی فرد از آن مکانیزم است و در سبک‌های کلی میانگین نمرات فرد در هر سبک مشخص شده و با نمره‌ی میانگین فرد در

سبک‌های دیگر مقایسه می‌شود. فرد دارای سبک دفاعی است که بیشترین میانگین را داشته است.

### پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی

این پرسشنامه ۴۰ سوالی توسط تری وشورت ساخته شده که ۲۰ سؤال آن کمال‌گرایی مثبت و ۲۰ سؤال کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد. پرسش‌ها در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت هستند. دامنه نمرات بین بیست تا صد است. نقطه برش برای کمال‌گرایی منفی ۶۹ است. در فرم فارسی این پرسشنامه آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیر مقیاس‌ها در یک نمونه ایرانی ۲۱۲ نفری از دانشجویان به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۷ برای کل آمودنی‌ها توسط بشارت به‌دست آمده است. (به نقل از ابراهیمی، ۱۳۹۰).

سئوال‌ات مربوط به کمال‌گرایی مثبت این موارد می باشند:

۴۰، ۳۷، ۳۵، ۳۴، ۳۲، ۳۰، ۲۹، ۲۸، ۲۵، ۲۴، ۲۳، ۲۱، ۱۹، ۱۸، ۱۶، ۱۴، ۹، ۶، ۳، ۲

سئوال‌ات مربوط به کمال‌گرایی منفی نیز عبارت اند از:

۳۹، ۳۸، ۳۶، ۳۳، ۳۱، ۲۷، ۲۶، ۲۰، ۲۲، ۱۷، ۱۵، ۱۳، ۱۲، ۱۱، ۱۰، ۸، ۷، ۵، ۴، ۱

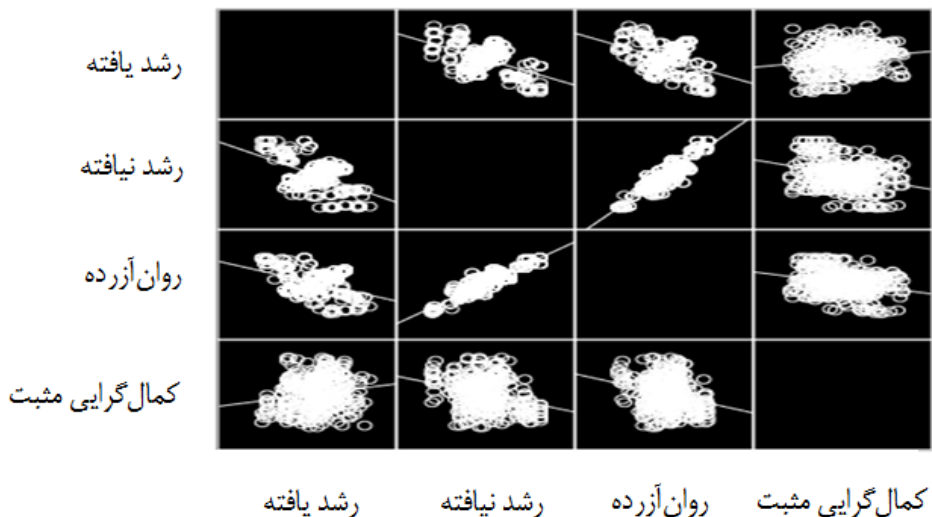
### یافته‌های پژوهش

#### ۱- رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر

برای یافتن رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر در راستای بررسی فرضیه اول تحقیق ابتدا ماتریسی از نمودارهای پراکنش رسم می‌کنیم تا بتوان خطی بودن و جهت روابط را شناسایی کرد. سپس در ادامه ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی شدت و معنی‌داری رابطه آمده است؛

#### الف- ماتریس نمودارهای پراکنش

یکی از روش‌ها برای بررسی این که دو متغیر همبسته هستند یا خیر، استفاده از نمودار پراکنش است. خطی که از میان نقاط گذشته است خط رگرسیون نامیده می‌شود. چنانچه خط یاد شده از سمت چپ به راست صعودی باشد، رابطه مثبت (مستقیم) و اگر از سمت چپ به راست نزولی باشد رابطه منفی (معکوس) است (بریس، ۱۳۸۹، ص ۱۵۰). مقادیر عددی متغیرها نیز از تلاقی محور عمودی و افقی نمودار مشخص می‌گردد.



(نمودار شماره ۱: نمودار پراکنش نمرات سبک‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت)

نمودارهای پراکنش نشان می‌دهند که مسیر خط رگرسیون نمرات سبک دفاعی رشد یافته و کمال‌گرایی مثبت، از چپ به راست رو به بالا و صعودی، ولی مسیر خطوط رگرسیون نمرات سبک‌های دفاعی رشد نیافته و روان‌آزرده با کمال‌گرایی مثبت، از چپ به راست رو به پایین و نزولی است. این امر حاکی از وجود رابطه خطی و مستقیم بین سبک دفاعی رشد یافته با کمال‌گرایی مثبت و وجود روابط خطی و معکوس بین سبک‌های دفاعی رشد نیافته و روان‌آزرده با کمال‌گرایی مثبت است.



ب- ضریب همبستگی پیرسون

(جدول شماره ۲: ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین سبک‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت)

P	r	مکانیسم‌های دفاعی	سبک‌های دفاعی
۰/۰۷۹	-۰/۰۹۳	دلیل تراشی	رشد نیافته
۰/۰۰۲	-۰/۲۴۶**	فراقنی	
۰/۲۶۳	-۰/۰۵۹	انکار	
۰/۰۰۱	-۰/۳۴۲**	همه کار توانی	
۰/۳۸۰	۰/۰۴۶	نا ارزنده سازی	
۰/۰۸۱	-۰/۰۹۲	گذار به عمل	
۰/۹۳۱	-۰/۰۰۵	بدنی سازی	
۰/۷۸۹	-۰/۰۱۴	خیال پردازی اوتیستیک	
۰/۳۴۲	۰/۰۵۰	لایه سازی	
۰/۰۰۱	-۰/۲۱۱**	پر خاشگری منفعلانه	
۰/۰۰۱	-۰/۲۷۴**	جابجایی	
۰/۰۰۱	-۰/۳۰۳**	مجزا سازی	
۰/۰۰۱	-۰/۱۹۱**	کل سبک دفاعی رشد نیافته	رشد یافته
۰/۰۰۱	۰/۲۳۱**	فرو نشانی	
۰/۵۰۲	۰/۰۳۵	والایش	
۰/۰۰۶	۰/۱۷۸**	شوخ طبعی	
۰/۰۱۴	۰/۱۲۹*	پیشاپیش نگری	
۰/۰۳۰	۰/۱۱۴*	کل سبک دفاعی رشد یافته	روان آزرده
۰/۴۱۱	-۰/۰۴۴	دیگر دوستی کاذب	
۰/۰۰۱	-۰/۱۸۲**	تشکل واکنشی	
۰/۰۰۱	-۰/۲۵۹**	عقلانی سازی	
۰/۰۰۱	-۰/۱۸۶**	ابطال	
۰/۰۰۱	-۰/۲۲۶**	کل سبک دفاعی روان آزرده	

n=۳۶۰ \* p<۰/۰۵ و \*\* p<۰/۰۱

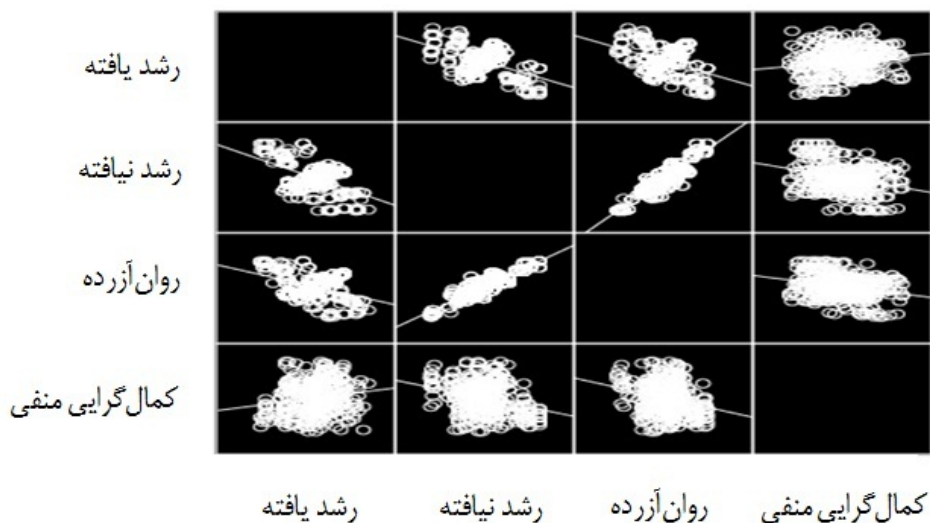
اطلاعات جدول نشان می‌دهد که ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد نیافته" و "کمال‌گرایی مثبت" رابطه‌ای منفی به‌اندازه  $0/19$  - نشان می‌دهد. با توجه به این که سطح معنی‌داری همبستگی به‌دست‌آمده کمتر از  $0/01$  است ( $p < 0/01$ ,  $r = -0/191$ )، رابطه معنی‌دار بوده و می‌توان گفت که هر چه میزان کل "سبک دفاعی رشد نیافته" در دانشجویان دختر بالاتر باشد میزان "کمال‌گرایی مثبت" در آنان کمتر است. از بین مکانیسم‌های سبک دفاعی رشد نیافته نیز به ترتیب "همه کار توانی"، "مجزا سازی"، "جابجایی"، "فراکنی" و "پرخاشگری منفعلانه"، قوی‌ترین روابط منفی و معنی‌دار را با کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر دارند. بنابراین می‌توان گفت هر چه میزان مکانیسم‌های دفاعی "همه کار توانی"، "جابجایی"، "فراکنی" و "پرخاشگری منفعلانه" در دانشجویان بالاتر باشد، میزان کمال‌گرایی مثبت آن‌ها کمتر است.

همچنین با توجه به اطلاعات جدول، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد یافته" و "کمال‌گرایی مثبت" رابطه‌ای مثبت به‌اندازه  $0/11$  نشان می‌دهد. با توجه به این که سطح معنی‌داری همبستگی به‌دست‌آمده کمتر از  $0/05$  است ( $p < 0/05$ ,  $r = 0/114$ )، رابطه معنی‌دار بوده و می‌توان گفت که هر چه میزان کل "سبک دفاعی رشد یافته" در دانشجویان دختر بالاتر باشد میزان "کمال‌گرایی مثبت" نیز در آن‌ها بیشتر است. از بین مکانیسم‌های سبک دفاعی رشد یافته نیز به ترتیب "فرونشانی"، "شوخ طبعی"، و "پیشاپیش نگری"، قوی‌ترین روابط مثبت و معنی‌دار را با کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر دارند. بنابراین می‌توان گفت هر چه میزان مکانیسم‌های دفاعی "فرونشانی"، "شوخ طبعی" و "پیشاپیش نگری" در دانشجویان بالاتر باشد، میزان کمال‌گرایی مثبت نیز در آن‌ها بیشتر است. سرانجام همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی روان‌آزرده" و "کمال‌گرایی مثبت" رابطه‌ای منفی به‌اندازه  $0/23$  - نشان می‌دهد. با توجه به این که سطح معنی‌داری همبستگی به‌دست‌آمده کمتر از  $0/01$  است ( $p < 0/01$ ,  $r = -0/226$ )، رابطه معنی‌دار بوده و می‌توان گفت که هر چه میزان کل "سبک دفاعی روان‌آزرده" در دانشجویان دختر بالاتر باشد میزان "کمال‌گرایی مثبت" در آن‌ها کمتر است. از بین مکانیسم‌های سبک دفاعی روان‌آزرده نیز به ترتیب "عقلانی سازی"، "ابطال"، و "تشکل واکنشی"، قوی‌ترین روابط منفی و معنی‌دار را با کمال‌گرایی مثبت دانشجویان دختر دارند. بنابراین می‌توان گفت هر چه میزان مکانیسم‌های دفاعی "عقلانی سازی"، "ابطال" و "تشکل واکنشی" در دانشجویان بالاتر باشد، میزان کمال‌گرایی مثبت در آن‌ها کمتر است.

۲- رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر

الف- ماتریس نمودارهای پراکنش

در جهت بررسی فرضیه دوم که هدف ما پیدا کردن رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر می باشد داده‌های آماری مورد تحلیل قرار گرفت. خلاصه نتایج در نمودار... قابل مشاهده می باشد.



(نمودار شماره ۲: نمودار پراکنش نمرات سبک‌های دفاعی و کمال‌گرایی منفی)

نمودارهای پراکنش نشان می‌دهند که مسیر خط رگرسیون نمرات سبک دفاعی رشد یافته و کمال‌گرایی منفی، از چپ به راست رو به پایین و نزولی، ولی مسیر خطوط رگرسیون نمرات سبک‌های دفاعی رشد نیافته و روان آززده با کمال‌گرایی منفی، از چپ به راست رو به بالا و صعودی است. این امر حاکی از وجود رابطه خطی و معکوس بین سبک دفاعی رشد یافته با کمال‌گرایی منفی و وجود روابط خطی و مستقیم بین سبک‌های دفاعی رشد نیافته و روان آززده با کمال‌گرایی منفی است.

ب- ضریب همبستگی پیرسون

(جدول شماره ۳: ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین سبک‌های دفاعی و کمال‌گرایی منفی)

P	r	مکانیسم‌های دفاعی	سبک‌های دفاعی
۰/۷۳۶	۰/۰۱۸	دلیل تراشی	رشد نیافته
۰/۰۰۱	۰/۲۰۴**	فرافکنی	
۰/۰۵۰	۰/۱۰۳	انکار	
۰/۰۰۱	۰/۲۸۱**	همه کار توانی	
۰/۰۷۳	۰/۰۹۵	نا ارزنده سازی	
۰/۵۴۱	۰/۰۳۲	گذار به عمل	
۰/۴۷۸	۰/۰۳۷	بدنی سازی	
۰/۶۹۸	۰/۰۲۱	خیال پردازی اوتیستیک	
۰/۹۵۶	۰/۰۰۳	لایه سازی	
۰/۰۰۹	۰/۱۳۸**	پرخاشگری منفعلانه	
۰/۰۰۱	۰/۱۷۹**	جابجایی	
۰/۰۰۱	۰/۱۹۷**	مجزا سازی	
۰/۰۱۷	۰/۱۲۶**	کل سبک دفاعی رشد نیافته	رشد یافته
۰/۰۰۱	-۰/۲۵۲**	فرو نشانی	
۰/۲۸۹	-۰/۰۵۶	والایش	
۰/۰۰۱	-۰/۱۸۷**	شوخ طبعی	
۰/۴۱۹	-۰/۰۴۳	پیشاپیش نگری	
۰/۰۰۲	-۰/۱۶۳**	کل سبک دفاعی رشد یافته	روان آزرده
۰/۹۹۲	-۰/۰۰۱	دیگر دوستی کاذب	
۰/۰۰۲	۰/۱۶۰**	تشکل واکنشی	
۰/۰۰۱	۰/۱۹۴**	عقلانی سازی	
۰/۰۱۷	۰/۱۲۶*	ابطال	
۰/۰۰۲	۰/۱۶۲**	کل سبک دفاعی روان آزرده	

\* $p < 0/05$  و \*\* $p < 0/01$  n=۳۶۰

اطلاعات جدول نشان می‌دهد که ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد نایافته" و "کمال‌گرایی منفی" رابطه‌ای مثبت به اندازه  $0/13$  نشان می‌دهد. با توجه به این که سطح معنی‌داری همبستگی به دست آمده کمتر از  $0/05$  است ( $T=0/126, p<0/05$ )، رابطه معنی‌دار بوده و می‌توان گفت که هر چه میزان کل "سبک دفاعی رشد نایافته" در دانشجویان دختر بالاتر باشد میزان "کمال‌گرایی منفی" نیز در آن‌ها بیشتر است. از بین مکانیسم‌های سبک دفاعی رشد نایافته نیز به ترتیب "همه کار توانی"، "فرافکنی"، "مجزا سازی"، "جابجایی" و "پرخاشگری منفعلانه"، قوی‌ترین روابط مثبت و معنی‌دار را با کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر دارند. بنابراین می‌توان گفت هر چه میزان مکانیسم‌های دفاعی "همه‌کار-توانی"، "جابجایی"، "فرافکنی" و "پرخاشگری منفعلانه" در دانشجویان بالاتر باشد، میزان کمال‌گرایی منفی آن‌ها نیز بیشتر است. همچنین با توجه به اطلاعات جدول، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد یافته" و "کمال‌گرایی منفی" رابطه‌ای منفی به اندازه  $0/16$ - نشان می‌دهد. با توجه به این که سطح معنی‌داری همبستگی به دست آمده کمتر از  $0/05$  است ( $T=-0/163, p<0/05$ )، رابطه معنی‌دار بوده و می‌توان گفت که هر چه میزان کل "سبک دفاعی رشد یافته" در دانشجویان دختر بالاتر باشد میزان "کمال‌گرایی منفی" در آن‌ها کمتر است. از بین مکانیسم‌های سبک دفاعی رشد یافته نیز به ترتیب "فرونشانی" ( $T=-0/252, p<0/01$ ) و "شوخی طبعی"، ( $T=-0/187, p<0/01$ )، قوی‌ترین روابط منفی و معنی‌دار را با کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر دارند. بنابراین می‌توان گفت هر چه میزان مکانیسم‌های دفاعی "فرونشانی" و "شوخی طبعی" در دانشجویان بالاتر باشد، میزان کمال‌گرایی منفی در آن‌ها کمتر است. سرانجام همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی روان آزرده" و "کمال‌گرایی منفی" رابطه‌ای مثبت به اندازه  $0/16$  نشان می‌دهد. با توجه به این که سطح معنی‌داری همبستگی به دست آمده کمتر از  $0/01$  است ( $T=0/162, p<0/01$ )، رابطه معنی‌دار بوده و می‌توان گفت که هر چه میزان کل "سبک دفاعی روان آزرده" در دانشجویان دختر بالاتر باشد میزان "کمال‌گرایی منفی" نیز در آن‌ها بیشتر است. از بین مکانیسم‌های سبک دفاعی روان آزرده نیز به ترتیب "عقلانی سازی"، "تشکل واکنشی"، و "ابطال"، قوی‌ترین روابط مستقیم و معنی‌دار را با کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر دارند. بنابراین می‌توان گفت هر چه میزان مکانیسم‌های دفاعی "عقلانی سازی"، "ابطال" و "تشکل واکنشی" در دانشجویان بالاتر باشد، میزان کمال‌گرایی منفی آن‌ها نیز بیشتر است.

## بحث و نتیجه گیری

در تحقیق حاضر هدف ما تعیین رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت و منفی در دانشجویان دختر بود. در همین راستا دانشگاه آزاد همدان به عنوان نمونه موردی پژوهش انتخاب گردید و دانشجویان دختر در آن به عنوان نمونه آماری مورد بررسی قرار گرفتند. به منظور ساده‌سازی و فهم بهتر نتایج کلیت تحقیق به دو قسمت کمال‌گرایی مثبت و منفی در دانشجویان تقسیم بندی شد.

بخش اول شامل تعیین رابطه بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی مثبت در دانشجویان دختر می باشد نتایج این فرضیه را تأیید می‌کنند. اطلاعات جدول ، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشدیافته" و "کمال‌گرایی مثبت" رابطه‌ای مثبت را نشان می‌دهد. همچنین با توجه به اطلاعات جدول نشان می‌دهد که ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد نیافته" و "کمال‌گرایی مثبت" رابطه‌ای منفی نشان می‌دهد. سرانجام همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی روان آزوده" و "کمال‌گرایی مثبت" رابطه‌ای منفی نشان می‌دهد. کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی می‌باشد که نقش مهمی در سازش‌یافتگی افراد ایفا می‌کند. نتایج فرضیه فوق با پژوهش بشارت (۱۳۸۴) همسو می‌باشد. در دهه‌های اخیر ویژگی کمال‌گرایی توجه زیادی را به خود جلب کرده و محققان به پژوهش‌های زیادی در مورد آن پرداخته‌اند و یافته‌های ارزشمندی را مطرح نموده‌اند. طبق نتایج بدست آمده و با توجه به تعاریف، گرایش به کامل بودن ممکن است به گونه‌های مختلفی که مورد پسند اجتماع است نمایان شود: از قبیل نظم و ترتیب، پاکیزگی و پشتکار، شایستگی، سخاوت، مهارت در کارهای علمی و هنری، عملکردهای گوناگون و امثال آن. همچنین یکی از مولفه‌های مهم شخصیتی کاربرد مکانیسم‌های دفاعی می باشد. مفهوم مکانیسم‌های دفاعی یکی از مهم‌ترین استندهای تحلیل روانی برای مطالعه شخصیت است. در صورت کمال‌گرایی مثبت، مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته افزایش می یابد .

بخش دوم شامل تعیین: بین مکانیسم‌های دفاعی و کمال‌گرایی منفی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد.

این فرضیه با توجه به داده‌ها مورد تایید قرار گرفت. اطلاعات جدول نشان می‌دهد که ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد نیافته" و "کمال‌گرایی منفی" رابطه‌ای مثبت نشان می‌دهد. همچنین با توجه به اطلاعات جدول ، ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی رشد یافته" و "کمال‌گرایی منفی" رابطه‌ای منفی نشان می‌دهد. سرانجام

طبق جدول ضریب همبستگی پیرسون بین "کل سبک دفاعی روان آزوده" و "کمال‌گرایی منفی" رابطه‌ای مثبت نشان می‌دهد. فرضیه فوق با پژوهش بشارت (۱۳۸۴) همسو می‌باشد. با توجه به این که اضطراب یک علامت خطر است، مبنی بر این که جریان بر وفق مراد نیست و نیز اضطراب فرد را آگاه می‌کند که خود مورد تهدید است و اگر کاری صورت نگیرد ممکن است از هم پاشیده شود. خود برای خنثی یا کم کردن اضطراب (تهدید) باید تعارض میان خواسته‌های نهاد و سخت-گیری فراخود (اخلاقیات) را کاهش دهد. بدین ترتیب مکانیسم‌های دفاعی به عنوان ابزاری برای کاهش اضطراب و تنش ناشی از خواسته‌های نهاد و دستورات فراخود اطراف خود مورد استفاده قرار می‌گیرند. اساس مشاهدات فروید (۱۹۷۵) درباره‌ی نظریه‌ی «فراخود» به این ترتیب است: برخی روان رنجورها پایبند قوانین اخلاقی و دینی شدید هستند، بدین معنی که محرک اصلی در زندگی آن‌ها خوشبختی نیست بلکه، تکامل و برتری یافتن است. زندگی آن‌ها را یک سلسله «حتمأها و بایدها» تشکیل می‌دهد. آنها باید در هر کاری به حد کمال برسند و به بهترین گونه آن را انجام دهند و گرنه خشنود نخواهند شد. اگر این گونه افراد نتوانند به آرمان‌های خودساخته و بسیار دشوار اخلاقی خود برسند اضطراب و احساس تقصیر به آنها دست خواهد داد. بیمارانی که گرفتار چنگال‌های این چشم‌داشت‌ها هستند، نه‌تنها برای این که اکنون توفیق رسیدن به آرمان‌های اخلاقی خود را ندارند، بلکه برای شکست‌هایی نیز که در گذشته در این راه نصیب آنها شده است، خود را سرزنش می‌کنند. .

با توجه به مطالب فوق‌الذکر تبیین‌های بدست آمده اینگونه است که :

۱- کمال‌گرایی مثبت، انتظارات واقع‌گرایانه با توجه به توانایی‌های فرد ایجاد می‌کند که باعث می‌شود فرد به خود معیارهای سخت و غیر قابل دسترسی را تحمیل نکند. و نیز مکانیسم‌های دفاعی پخته باعث می‌شود که فرد به صورت جامعه‌پسندانه‌تر و واقع‌گرایانه‌تر با محدودیت‌های خود برخورد نماید. به عنوان مثال: شوخ طبعی عبارت است از فراهم کردن امکان ابراز آشکار افکار و احساسات، بدون ایجاد ناراحتی برای خود و دیگران، این نوع دفاع تحمل و در عین حال تمرکز بر آنچه که بسیار ناراحت‌کننده است را فراهم می‌سازد. این دفاع با بذله‌گویی که در واقع نوعی جابه‌جایی جهت‌گرای از مسایل هیجانی است، متفاوت می‌باشد (کری، ۱۹۳۷). ۲- افراد دارای کمال‌گرایی منفی با داشتن معیارهای بسیار بالا و دست نیافتنی و الزام ذهنی برای رسیدن به آنها و احتمالاً ناکامی‌های متعدد دچار اضطراب و سرخوردگی میشوند در نتیجه برای کاهش اضطراب از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و روان آزوده استفاده می‌کنند .

## پیشنهادات :

- ۱- برگزاری جلسات آموزشی جهت استفاده از مکانیسم‌های پخته‌تر و سازگارتر برای دانشجویان.
- ۲- تشکیل کارگاه‌های آموزشی برای دانشجویان با موضوع کمال‌گرایی و بررسی ابعاد منفی آن.

## محدودیت‌ها :

- ۱- عدم اشتیاق تعداد زیادی از آزمودنی‌ها برای تکمیل پرسشنامه که ناشی از تجربه‌های قبلی آنان از تحقیقات انجام شده می‌باشد، که به عنوان یک متغیر مداخله‌گر می‌تواند نتایج تحقیق را تحت تأثیر قرار دهد. محقق سعی نمود برای رفع این مشکل دانشجویان را تشویق به پاسخ‌گویی نماید و در عوض نتایج تحقیق بطور فردی در اختیار آن‌ها قرار گیرد.
- ۲- این پژوهش فقط بر روی دانشجویان دختر انجام شده و نتایج آن برای گروه‌های سنی دیگر و دانشجویان پسر قابل تعمیم نیست .

## منابع

### الف) فارسی

۱. ابراهیمی، محمداسماعیل. (۱۳۹۰). تدوین و ارائه مدل تحلیلی در مورد رابطه کمال‌گرایی با سبک دلبستگی، عقاید غیرمنطقی و عزت‌نفس در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد-همدان. رساله دکتری، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد واحد همدان.
۲. بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۴). بررسی رابطه‌ی کمال‌گرایی مثبت و منفی و مکانیسم‌های دفاعی. مجله پژوهش‌های روانشناختی، ۸ (۲۱)، ۲۱-۷.
۳. بشارت، محمدعلی (۱۳۹۱). فصلنامه روانشناسی کاربردی، سال ششم، ۱، ۲۲-۷.
۴. حاجلو، نادر. صبحی قراملکی، ناصر. محمدی، عیسی. (۱۳۹۲). تاثیر کمال‌گرایی بر روی غرور و عزت‌نفس، مجله علوم رفتاری، ۷، ۲، ۲.
۵. حیدری نسب، لایلا. (۱۳۸۵)، مقایسه مکانیزم‌های دفاعی در نمونه‌های بالینی بر اساس هنجاریابی و یافته‌های مبتنی بر روان‌سنجی پرسشنامه ایرانی سبک‌های دفاعی (DSQ) رساله دکتری. دانشکده دانشگاه تربیت مدرس.



۶. مهربایی زاده هنرمند، مهناز، وردی، مینا. (۱۳۸۲). کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی. نشر اهواز

۷. [fa.wikipedia.org](http://fa.wikipedia.org) / دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان

### ب) انگلیسی

1. Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (2000). The defense style questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 18(4), 246-56
2. Beiling, P, J, Israeli, A, L, and Antony, M, M, (2001). Is perfectionism good, bad or both, personality and Individual Differences, 36, 1373,-1383.
3. Blaya,c., Dornelles, M., Blaya, R., Kipper, L.,Heldt, E., Isolan, L., Bond, M., & Manfro, G. G. (2006). " Do defense mechanisms vary according to the Psychiatric disorder"? *Defense mechanism and Psychiatric disorder* , 28(3): 179-83.
4. Brad, B.(2004). " psychological Defense Mechanisms: A new perspective ". *American Journal of Psychoanalysis*, 64(1): 1-26.
5. Davies, K . L. (2009). " Factors influencing the development of perfectionism". *A Thesis presented to the Faculty of California State University Chico*, 15-40.
6. Davies, K.L. (2009)." Factors influencing the development of perfectionism". *A Thesis presented to the Faculty California State University Chico*, 15- 40.
7. Hasse, A. M., Prapavessis, H. (2004). Assessing the factor structure of positive & negative perfectionism.*journal of personality and individual differences*,36,1725-1740.
8. Offer, R. Levie,R., Gothelf,D., Apter, A(2000)."Defense Mechanisms, Negative Emotions, and Psychopathology in Adolescent Inpatients". *Comprehensive Psychiatry*, 41: 35-41.
9. Ram , A. (2005). "The Relationship of Positive and Negative Perfectionsim to Academic Achievement, Achievement Motivation, and Well-Being in Tertiary Students". *A Thesis Submitted in Partial Fulfilment of The Requirements for The Degree of Master of Arts in Psychology in The University of Canterbury*, 1-2.
10. Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical psychology Review*, 21, 866-906.

11. Stoeber & Childs. J. H. (2010), "Perfectionism. In.R.J.R.Levesque(Ed)". Encyclopedia of Adolescence, New York : Springer.
12. Soenens, B., Luyckx, K., Vansteenkiste, M., Lyuten, P ., Duriez, B & Goossens, L. (2008).Maladaptive perfectionism as an intervening variable between psychological control andadolescent depressive symptoms: A three-wave longitudinal study. *Journal of Family Psychology*,22,465-474.
13. Zeigler-Hill, V., Chadha, S., & Osterman, L. (2008)." Psychological defens and self-esteem instability: Is Defens style associated with unstable self- esteem"? *Journal of Research in personality*,42:348-364