

# بررسی رابطه به کارگیری انواع مکانیسم‌های دفاعی با اضطراب بیماری کرونا

فریبا تابع بردبار<sup>۱</sup>، منیژه کاوه<sup>۲</sup>

گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، آگروه روان شناسی، دانشگاه شهر کرد، شهرکرد، ایران  
تاریخ وصول: ۱۳۹۹/۰۴/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۰/۲۹

## چکیده:

زمینه و هدف: شیوع بیماری کوید ۱۹ پیامدهای مختلفی در سطح اقتصادی، اجتماعی و روانی دارد. از جمله پیامدهای روان شناختی این بیماری می‌توان به اضطراب اشاره کرد. برخی متغیرهای فردی از جمله مکانیسم‌های دفاعی در ایجاد اضطراب نقش مهمی دارند. بنابراین هدف از این پژوهش مطالعه تعیین و بررسی رابطه به کارگیری انواع مکانیسم‌های دفاعی با اضطراب بیماری کرونا بود.

روش بررسی: این یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد که در سال ۱۳۹۹ انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه افراد ۲۰ تا ۸۰ ساله استان‌های جنوبی کشور بودند که به دلیل شیوع بالای کرونا در استان‌های جنوبی و دسترسی به نمونه‌های چهار استان جنوبی شامل: فارس، خوزستان، چهارمحال و بختیاری و اصفهان انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس و بنا بر رضایت افراد برای همکاری بود. این روش با توجه به محدودیت‌های رفت و آمد به دلیل خطر کرونا انتخاب و پرسشنامه‌های اضطراب بیماری کرونا و مکانیسم‌های دفاعی اندرو، سینگ و باند به صورت مجازی و از طریق شبکه‌های اجتماعی تکمیل نمودند. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون‌های آماری رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که میزان بالای اضطراب کرونا (در بعد جسمانی و روانی) با نمرات بالا در مکانیسم‌های دفاعی روان آزرده و رشد نایافته همبستگی مثبت دارد. همچنین مکانیسم‌های دفاعی به میزان ۵۸ درصد از اضطراب کرونا را پیش‌بینی نمودند. بر اساس ضرایب بتا از میان سه مکانیسم دفاعی بیشترین قدرت تأثیر مثبت و معنی‌داری به لحاظ آماری مرتبط با مکانیسم دفاعی رشد نایافته است ( $\beta=۲۹$ ) و کمترین تأثیر مکانیسم دفاعی روان آزرده بوده است ( $\beta=۲۱$ ) و مکانیسم دفاعی رشد یافته به شیوه منفی ( $\beta=-۲۷$ ) قدرت پیش‌بینی داشته است.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان می‌دهد که استفاده مناسب از مکانیسم‌های دفاعی، یکی از راه‌های حفظ بهداشت روانی است. در مقابله با هر بحرانی جدا از اقدامات بهداشتی، توجه به متغیرهای درون فردی به خصوص در حوزه سبک‌های دفاعی و مقابله‌ای افراد می‌تواند به تدوین پروتکل‌های درمانی کامل‌تر و بومی‌کمک نماید.

واژه‌های کلیدی: مکانیسم دفاعی، اضطراب، ویروس کرونا

\*نویسنده مسئول: فریبا تابع بردبار، تهران، دانشگاه پیام نور، گروه روانشناسی

Email: yasaman72004@yahoo.com

## مقدمه

از جمله حوادث ناگهانی در قرن حاضر شیوع یکباره بیماری کوید ۱۹ و همه‌گیری آن بوده است. کرونا ویروس خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که ممکن است باعث عفونت‌های تنفسی از سرماخوردگی گرفته تا بیماری‌های شدیدتر مانند مرس و سارس شوند. اخیراً این ویروس به نام COVID-19 نام‌گذاری شده است که شیوع آن از دسامبر سال ۲۰۲۰ در یوهان چین آغاز شد (۱). عدم درمان قطعی از طریق دارو و واکسن جامعه جهانی را در وضعیت نامطمئن روانی قرار داده است تا حدی که میزان گزارش اختلالات روانی ناشی از آن بسیار افزایش پیدا کرده است (۲).

اضطراب در مورد COVID-19 شایع است و به نظر می‌رسد بیشتر به علت ناشناخته بودن و ابهام شناختی درباره این ویروس است. ترس از ناشناخته‌ها که می‌تواند ادراک ایمنی را در انسان کاهش دهد همواره برای بشر اضطراب‌زا بوده است. اطلاعات کم علمی درباره COVID-19 همچنان این اضطراب را تشدید می‌کند (۳).

کوید ۱۹ انسان‌های سراسر جهان را با جمعیتی حدود ۸ میلیارد نفر با وضعیتی روبرو ساخت که کمتر کسی نسبت به آن آشنایی داشت، رشد سریع ابتلای این بیماری عفونی و میزان کشندگی بالای آن بسیاری را در وضعیت اسفبار روان شناختی قرار داده است به گونه‌ای که اضطرابی ماندگار حاصل از ترس مرگ خود و دیگران، ترس از

دست دادن شغل، ترس از ابتلا به بیماری و ترس‌های دیگر، فرد را در وضعیت اختلال استرس پس از ضربه‌ای قرار داده است که به نوبه خود منجر به افزایش احساس تنهایی، ناامیدی، افکار و رفتارهای وسواسی شده است (۴ و ۵). این بیماری همچنین منجر به تغییر سبک زندگی گردید که از طریق ایجاد محدودیت‌هایی در تحرک فیزیکی و فعالیت‌های اجتماعی در قالب عناوینی چون قرنطینه و حفظ فاصله اجتماعی، رعایت بهداشت، شستن مرتب دست، ماسک زدن نمود پیدا کرد. کاملاً واضح است که بیماری همه‌گیر COVID-19 نه تنها سلامت جسمی بلکه سلامت روانی و رفتار فردی و جمعی و شیوه زندگی ما را نیز تحت تأثیر قرار داده، اولویت‌ها را تغییر داده و عملکرد سیستم بهداشت و درمان را به چالش کشیده است (۶ و ۵).

در خصوص پیامدهای مختلف کرونا پژوهش‌های مختلفی در سراسر جهان صورت گرفته است. به عنوان مثال در پژوهشی که به وسیله وانگ و همکاران بر روی نمونه‌ای بالغ بر ۶۰۰ نفر انجام گرفت نشان داد که سن و جنسیت با میزان اضطراب کرونا در ارتباط هستند، به گونه‌ای که زنان اضطراب بیشتری را گزارش نمودند. همچنین شیوع اختلالات اضطرابی در بین افراد بالای ۴۰ سال بیشتر بوده است، سطح تحصیلات و نوع شغل با افسردگی ارتباط داشت به گونه‌ای که افرادی که دارای مدرک کارشناسی ارشد یا بالاتر بودند در مقایسه با افراد

جمله متغیرهای مهم در گذر از موقعیت‌های ناآشنای استرس‌زا مکانیسم‌های دفاعی هستند (۹ و ۵). شیوه‌های مقابله یا مکانیسم‌های دفاعی به کار رفته در مقابل اضطراب مهم‌تر از ماهیت خود اضطراب است و هرچه در مواجهه با اضطراب، شیوه‌های مناسب‌تری به کار گرفته شود آسیب ناشی از آن کمتر خواهد بود.

مکانیسم‌های دفاعی که اولین بار به وسیله فروید مطرح شدند، راهکارهایی هستند که شخص برای رهایی از امیال، تکانه‌ها و افکار ناخوشایند از سبک‌های دفاعی به عنوان روشی جهت اصلاح و تحریف واقعیت سود می‌جوید. این سبک‌ها می‌توانند سازشی، آسیب‌زا و یا غیرسازشی باشند (۱۰).

اندرو، سیگ و باند سبک‌های دفاعی را بر حسب سه سبک دفاعی رشد یافته، نوروتیک و رشد نیافته متمایز کرده‌اند. سبک‌های دفاعی که مسئولیت حفاظت از من را در مواجهه با شکل‌های مختلف اضطرابی برعهده دارند، بر حسب نوع کنش ممکن است بهنجار یا نابهنجار و کارآمد یا ناکارآمد باشند. سبک‌های دفاعی رشد یافته به منزله شیوه‌های مواجهه انطباقی، بهنجار و کارآمد محسوب می‌شوند، مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشد نیافته، شیوه‌های مواجهه غیرانطباقی و ناکارآمد هستند (۱۱).

مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته در کودکان و بزرگسالان کاربرد دارد، اما از آنجایی که استفاده از آنها منجر به رفتارهای ناپسند و غیر قابل پذیرش اجتماعی می‌گردند، بزرگسالان استفاده از آنها را کنار

دارای مدرک لیسانس، خطر افسردگی بالاتری داشتند (۲).

پژوهشی به وسیله علیزاده فرد و صفارنیا با عنوان پیش‌بینی سلامت روان بر اساس اضطراب و همبستگی اجتماعی ناشی از بیماری کرونا با نمونه‌ای به تعداد ۸۱۶ نفر انجام شد. نتایج نشان داد که اضطراب بیماری کرونا به صورت منفی و همبستگی اجتماعی ناشی از بیماری کرونا به صورت مثبت با سلامت روان همبستگی دارد. همچنین مشخص شد که اضطراب و همبستگی اجتماعی ناشی از بیماری کرونا به ترتیب ۲۴ و ۴۸ درصد از تغییرات سلامت روان را پیش‌بینی می‌کنند (۷).

در تحقیق دیگری که به وسیله استانون و همکاران به صورت نظر سنجی آنلاین در سال ۲۰۲۰ انجام شد، یافته‌ها نشانگر این بودند که بین پریشانی‌های روانی و رفتارهای بهداشتی گروه نمونه ارتباط معنی‌داری وجود دارد. زنان در بسیاری از شاخص‌ها نمرات بالاتری را کسب نمودند. افرادی که در زندگی مشترک نبودند، از نظر اقتصادی در سطح پایین‌تری بودند، سابقه بیماری مزمن داشتند عمدتاً با دامنه سنی ۱۸ تا ۴۵ سال تغییرات منفی در فعالیت بدنی، خواب، سیگار کشیدن و مصرف الکل با افسردگی، اضطراب و علایم استرس بیشتر گزارش نمودند (۸).

وجود انواع مشکلات رفتاری و روانی در حیطه‌های شناختی و عاطفی به عنوان پیامدهای بیماری کرونا محققان را به سمت شناسایی متغیرهای مهم در کاهش این پیامدهای منفی سوق داده است. از

می‌نهند. این دفاع‌ها بزرگسالان را در کنار آمدن بهینه با واقعیت ناتوان می‌سازند. از دید ناظر افرادی که به این دفاع‌ها متوسل می‌شوند، معمولاً بلوغ نیافته و غیر قابل دسترس می‌نمایند. استفاده مداوم از آنها مشکلات جدی را در کنار آمدن با واقعیت پدید می‌آورد. ولی در مکانیسم‌های نوروتیک سطح نوروز گرابی یا روان رنجوری بالا است و در بلند مدت منجر به مشکلاتی در روابط، شغل و کامیابی از زندگی می‌گردند.

این مکانیسم‌ها بخشی قدرتمند از ظرفیت ما را برای حفظ و تعادل حیات روانی تشکیل می‌دهند و بدون وجود آنها ذهن هوشیار نسبت به ورودی‌های هیجانی منفی مانند اضطراب و نگرانی آسیب‌پذیر می‌شود (۱۲). مکانیسم‌های دفاعی، فرآیندهای تنظیم‌کننده خودکاری هستند که برای کاهش ناهماهنگی شناختی و به حداقل رساندن تغییرات ناگهانی در واقعیت درونی و بیرونی از طریق تأثیرگذاری بر چگونگی ادراک حوادث تهدیدکننده وارد عمل می‌شوند (۱۴ و ۱۳). ادراک ما از خود، اهداف و عقاید و احساسات مرتبط با واقعیات درونی و بیرونی به وسیله مکانیسم‌های دفاعی تغییر می‌کند. این دفاع‌ها مانند سیستم ایمنی بدن اغلب بدون آن که از آنها آگاهی و هوشیاری داشته باشیم همواره در حال فعالیت هستند (۱۵). استفاده از مکانیسم‌های ناپخته و غیر انطباقی می‌تواند با آسیب‌پذیری بیشتری همراه باشد و به مزمن‌تر شدن اختلال بینجامد.

با توجه به شیوع، بروز و تداوم بیماری کرونا و عواقب روان شناختی آن، تقدم امر پیشگیری از بیماری‌ها به خصوص در زمینه الزام افراد جامعه به رعایت موارد بهداشتی و تبعیت از درمان‌های تجویز شده و ارتقاء الگوی سلامت در میان اقشار جامعه و با توجه به این که پژوهشی در این حیطه یافت نشده است ضرورت دارد. بیشتر پژوهش‌ها بر اضطراب بیماران تمرکز دارند، اما واقعیت آن است که در زمان همه‌گیری یک بیماری مانند؛ کرونا، ترس از بیماری و ترس از مرگ، در کنار آشفتگی فعالیت‌های روزمره، موجب می‌شود تا افراد سالم نیز با اضطراب بیماری درگیر شوند (۱۶). انجام پژوهش‌هایی از این دست برای کمک به شناسایی عوامل مؤثر بر کاهش اضطراب ناشی از کرونا می‌تواند به تدوین مداخلات پیشگیرانه مؤثرتری بینجامد. لازم به ذکر است که یافته‌های حاصل از این پژوهش برای مشاوران و روان‌شناسان که به طور فزاینده‌ای با مراجعان دارای اضطراب بیماری کرونا مواجهه هستند مفید خواهد بود و شناسایی مکانیسم‌های دفاعی می‌تواند به سلامت روان افراد جامعه در زمان همه‌گیری ویروس کرونا کمک کند، زیرا بیماران مبتلا به اختلالات اضطرابی که مشخصاً از دفاع‌های به نسبت سازش یافته‌تر استفاده می‌کنند، نیازمند مداخلات درمانی مختصری هستند، ولی بیماران نوروتیک که به مراتب دفاع‌های ناپخته‌تری دارند نیازمند مداخلات درمانی پیشرفته‌تری هستند. بنابراین هدف از انجام این

گرفت. پرسشنامه‌ها شامل؛ پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی؛ در این پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی گروه نمونه از قبیل؛ جنس، سن و تحصیلات آزمودنی‌ها مورد بررسی قرار گرفت.

پرسشنامه مقیاس اضطراب بیماری کرونا ویروس (CDAS)<sup>(۱)</sup>، این ابزار به وسیله علی پور، قدمی، و عبدالله‌زاده جهت سنجش اضطراب ناشی از شیوع ویروس کرونا در ایران تهیه و اعتباریابی شده است. نسخه نهایی این ابزار دارای ۱۸ گویه و ۲ مؤلفه است. گویه‌های ۱ تا ۸ علایم روانی و گویه‌های ۹ تا ۱۸ علایم جسمانی را می‌سنجد. پایایی این ابزار با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای عامل اول  $\alpha=0/879$  و برای عامل دوم  $\alpha=0/861$  و برای کل پرسشنامه  $\alpha=0/919$  به دست آمده است. در پژوهش حاضر ضرایب پایایی کل پرسشنامه از طریق همسانی درونی بر اساس آلفای کرونباخ  $0/84$  و برای بعد جسمانی  $0/86$  و بعد روانی  $0/83$  به دست آمد (۱۷).

پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ)<sup>(۲)</sup>، این ابزار رفتار دفاعی را به وسیله ارزیابی تجربی مشتقات هشیار مکانیسم‌های دفاعی در زندگی روزمره مورد سنجش قرار می‌دهد. مبنای ساخت این پرسشنامه الگوی سلسله مراتبی دفاع هاست. در سال ۱۹۸۹ آندروز و همکاران پرسشنامه‌ای را باز تدوین کردند و نسخه هفتاد و دو سوالی را به بازار علمی معرفی

پژوهش تعیین و بررسی رابطه به کارگیری انواع مکانیسم‌های دفاعی با اضطراب بیماری کرونا بود.

## روش بررسی

این یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد که در سال ۱۳۹۹ انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه افراد ۲۰ تا ۸۰ ساله استان‌های جنوبی کشور بودند که به دلیل شیوع بالای کرونا در استان‌های جنوبی و دسترسی به نمونه، چهار استان جنوبی شامل؛ فارس، خوزستان، چهارمحال و بختیاری و اصفهان انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس و بنا بر رضایت افراد برای همکاری بود، گروه نمونه به صورت مجازی و از طریق شبکه‌های اجتماعی در پژوهش شرکت کردند. این روش با توجه به محدودیت‌های رفت و آمد به دلیل خطر کرونا انتخاب شد. در این پژوهش معیار ورود نمونه داشتن سن ۲۰ و حداقل مدرک دیپلم بود و معیار خروج نمونه از پژوهش ناقص بودن پرسشنامه‌ها و ابتلای قبلی فرد به بیماری کرونا بود. از بین پرسشنامه‌های توزیع شده ۴۲۹ نفر (۳۶۲ زن و ۶۳ مرد) با ملاک‌ها انطباق داشتند.

سپس جهت اجرا و جمع‌آوری داده‌ها پس از تهیه نسخه‌های الکترونیکی پرسشنامه‌های مورد نظر و تهیه متن توضیح هدف پژوهش و نکات مربوط به تکمیل پرسشنامه‌ها و توجیه مشارکت کنندگان، لینک پرسشنامه برای افراد مختلف ارسال و درخواست تکمیل و ارجاع پرسشنامه به سایر افراد صورت

1. Corona Disease Anxiety Scale (CDAS)  
2. Defense Styles Questionnaire

تعارضات روانی خود را به شکل نشانه‌های جسمی بروز می‌دهد، لایه‌سازی (فرد اطرافیان خود را به دو گروه عمده خیلی خوب و خیلی بد تقسیم‌بندی می‌کند)، جابه‌جایی (تخلیه احساسات فروخورده بر سر اهدافی با خطر کمتر)، مجزاسازی (فرد جنبه‌های هیجانی فکر یا موضوع را حذف می‌کند یا یک خاطره را با تمام جزئیاتش بدون توجه به حالت هیجانی اساسی همراه آن یادآوری می‌کند) و پرخاشگری منفعلانه (فرد خشم خود نسبت به سایر افراد و موقعیت‌ها را معطوف به خود می‌کند و با رفتارهایی نظیر؛ شکست خوردن‌ها، رفتارهای ابلهانه و تحریک‌آمیز به وضوح باعث آزار رساندن به خویش می‌شود) است. مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته شامل والایش (حل آرزوهای ناکام از طریق فعالیت‌هایی که از نظر اجتماعی مقبول و مورد پذیرش است)، شوخ طبعی (فرد با تأکید بر جنبه‌های جالب و طنزگونه عامل اضطراب‌آمیز با آن کنار می‌آید)، پیشاپیش‌نگری (ملاحظه پیامدهای رفتار خود) و فرونشانی (احتراز از اندیشیدن به مواد اضطراب‌زا و آزاردهنده و منحرف کردن هشیاری به موضوعات دیگر می‌باشد و مکانیسم‌های روان آزرده نیز شامل دیگر دوستی کاذب (خدمت‌رسانی و یاری رساندن به دیگران به طور سازنده که رضایت فردی را به دنبال دارد)،

1. Rationalization
2. Projection
3. Denial
4. Omnipotence
5. Devaluation
6. Autistic Fantasy
7. Somatization

کردند که مکانیسم‌های دفاعی را در سه سطح روان آزرده، رشد یافته و رشد نیافته مورد بررسی قرار دادند که باز هم این نسخه از پرسشنامه موفق عمل نکرد تا در سال ۱۹۹۳ نسخه چهارم سوالی آن دوباره به وسیله آندروز و همکاران منتشر شد که بیست مکانیسم دفاعی را در همان سه سبک دفاعی روان آزرده، رشد یافته و رشد نیافته مورد بررسی قرار می‌داد.

مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته شامل دلیل تراشی<sup>(۱)</sup> (فرد افکار و احساسات و انگیزه‌های خود را نسبت به یک موضوع تغییر می‌دهد و آن‌ها را به افکار و هیجان‌ها و انگیزه‌هایی نسبت می‌دهد که موجه‌تر و مقبول‌ترند. به این ترتیب از اضطراب مربوط به انگیزه و فکر اصلی اجتناب می‌کند)، فرافکنی<sup>(۲)</sup> (فرد احساسات، افکار، آرزوها و تکانه‌های نامقبول خود را به دیگران نسبت می‌دهد)، انکار<sup>(۳)</sup> (فرد جنبه‌ها و بخش‌هایی از واقعیت را که نمی‌تواند به دلیل نامقبول و اضطراب‌آور بودن آن‌ها بپذیرد به شکل ناخودآگاه رد می‌کند، به گونه‌ای که اصلاً وجود آن را انکار می‌کند)، همه کار توانی<sup>(۴)</sup> (رد به گونه‌ای رفتار می‌کند که گویی از یک قدرت، توانایی و یا موهبت ویژه برخوردار بوده و برتر از دیگران است)، نا ارزنده‌سازی<sup>(۵)</sup> (کوچک شمردن و بی اهمیت شمردن مسایل مهم و جدی)، گذار به عمل، خیال پردازی اوتیستیک<sup>(۶)</sup> (نوع شدید خیالبافی است که در آن فرد کاملاً یک زندگی خیالی را برای خود پدید می‌آورد)، بدنی سازی<sup>(۷)</sup> (فرد در این سازوکار دفاعی،

نمونه با دامنه سنی ۳۰ تا ۴۰ سال به تعداد ۱۴۱ نفر (۳۲/۹ درصد) می‌باشد. ۳۶۲ نفر از مشارکت‌کنندگان در این مطالعه را زنان (۸۳/۲ درصد) و ۶۳ نفر را مردان برابر با (۱۴/۸ درصد) را تشکیل داده‌اند. ۲۷۸ نفر از مشارکت‌کنندگان، متاهل (۳۴/۹ درصد) و ۲۷۸ نفر مجرد (۶۵/۱ درصد) می‌باشند. از نظر شغلی اکثریت خانه‌دار با ۱۱۲ نفر (۲۶/۴ درصد) و دانشجو بوده‌اند که برابر با ۱۰۱ نفر (۲۳/۸ درصد) بودند.

همان‌گونه که ملاحظه می‌شود از میان سه مکانیسم دفاعی، سبک رشد نیافته بیشترین میانگین را در میان شرکت‌کنندگان دارد ( $M=52/80$ ). همچنین میانگین اضطراب کرونا برابر با ( $M=14/24$ ) است و از میان دو بعد جسمانی و روانی، بیشترین میانگین متعلق به بعد جسمانی اضطراب کرونا است ( $M=11/30$ ). مقایسه میزان میانگین‌ها در سه بعد نشانگر استفاده بیشتر مشارکت‌کنندگان از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و روان‌آزوده می‌باشد و در این ایام شیوع بیماری ظاهراً مکانیسم دفاعی رشد یافته کمترین میزان استفاده را دارد که به لحاظ منطقی دور از انتظار نیز نبوده است.

همان‌گونه که ملاحظه می‌گردد میان مکانیسم دفاعی رشد یافته با نمره کل اضطراب کرونا ( $r=0/19$ ) و ابعاد جسمانی ( $r=0/17$ ) و روانی کرونا ( $r=0/20$ ) ارتباط منفی، اما معنی‌داری وجود دارد. همچنین میان مکانیسم دفاعی رشد نیافته و میزان اضطراب کرونا در کل ( $r=0/72$ ) و به صورت جزئی در ابعاد جسمانی ( $r=0/52$ ) و روانی ( $r=0/30$ ) همبستگی مثبت و

عقلانی‌سازی (استفاده مفرط از تفکر و منطق انتزاعی- پرهیز از احساسات آزار دهنده با تمرکز بر جنبه‌های عقلانی- انفصال هیجان از اندیشه- نادیده گرفتن جنبه احساسی قضایا و پرداختن به تجزیه و تحلیل شناختی آنها)، تشکل و اکنش (رد احساس و نیت خود را به‌طور اغراق آمیزی عکس آن چیزی که بوده ابراز می‌کند) و ابطال (رد برای رهایی از اضطراب و خنثی کردن عمل یا فکر نادرست خود کارهایی انجام می‌دهد) فرم‌دهی شدند. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هر یک از سبک‌های دفاعی رضایت‌بخش توصیف شده‌اند. اندروز همبستگی بین آزمون و آزمون‌های مجدد را بین ۰/۴۶ تا ۰/۸۶ گزارش نموده است. در پژوهش‌های متعدد دیگر فرم‌های DSQ نیز بر روی گروه‌های متعدد روایی و اعتبار مناسب گزارش شده است (۱۸). اعتبار پرسشنامه در نمونه‌های ایرانی نیز مورد حمایت قرار گرفته است نتایج تحلیل عاملی نیز با تعیین سه عامل نامبرده، روایی سازه نسخه فارسی پرسشنامه مکانیسم‌های دفاعی مورد تأیید قرار داشت (۱۹). در پژوهش حاضر ضرایب پایایی مکانیسم‌های دفاعی از ۰/۸۶ تا ۰/۸۸ در نوسان بود.

داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون‌های آماری رگرسیون تجزیه و تحلیل شدند.

## یافته‌ها

اطلاعات جمعیت شناختی مربوط به نمونه آماری نشان می‌دهد که بیشترین دامنه سنی افراد

معنی‌داری وجود دارد. مکانیسم دفاعی روان آزرده نیز همبستگی قوی و معنی‌داری با نمره کل اضطراب بیماری کرونا ( $r=0/57$ ) و ابعاد جسمانی ( $r=0/58$ ) و روانی ( $r=0/86$ ) آن دارد به طوری که بالاترین همبستگی معنی‌دار مرتبط مکانیسم دفاعی روان آزرده با بعد روانی اضطراب بیماری کرونا می‌باشد ( $r=0/86$ ).

جهت بررسی این که سهم هر مکانیسم دفاعی در پیش‌بینی اضطراب بیماری کرونا به چه میزان است از روش رگرسیون استفاده شده است. پیش فرض‌های آن مانند نرمال بودن متغیر ملاک، استقلال خطاها و عدم خطی بودن متغیرها مورد بررسی و تأیید قرار گرفت.

این جدول نشان می‌دهد بر اساس میزان F مدل مفروض بر اساس سه مکانیسم دفاعی جهت پیش‌بینی میزان اضطراب کرونا معنی‌دار است ( $p=0/0001$ ). بر اساس میزان  $R^2$  این سه

مکانیسم دفاعی به روی هم ۵۸ درصد از تغییرات در اضطراب بیماری را پیش‌بینی می‌نماید.

ضرایب تأثیر بتا نشان می‌دهد که مکانیسم دفاعی رشد نیافته به میزان ( $\beta=29$ ) درصد از تغییرات در اضطراب بیماری کرونا را پیش‌بینی می‌نماید یعنی به ازای یک واحد تغییر در مکانیسم دفاعی رشد نیافته میزان اضطراب کرونا به اندازه ۰/۲۹ واحد استاندارد تغییر می‌یابد. همچنین ضرایب تأثیر بتا برای مکانیسم دفاعی رشد یافته نشان می‌دهد که به میزان ( $\beta=-27$ ) درصد از تغییرات در اضطراب کرونا قابل پیش‌بینی به وسیله این مکانیسم است، اما به جهت منفی یعنی به ازای یک واحد افزایش در مکانیسم دفاعی رشد یافته میزان اضطراب بیماری کرونا به اندازه ۰/۲۷ واحد استاندارد کاهش می‌یابد. همچنین مکانیسم دفاعی روان آزرده توان پیش‌بینی اضطراب بیماری کرونا داشته است به گونه‌ای که فقط می‌تواند ( $\beta=21$ ) درصد از تغییرات را پیش‌بینی نماید.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره آزمودنی‌ها در متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
سبک دفاعی رشد یافته	۴۰۷	۱/۰۶	۲۵/۵۶
سبک دفاعی رشد نیافته	۴۰۳	۵۲/۸۰	۱۰/۰۱
سبک دفاعی روان آزرده	۴۱۱	۴۵/۲۶	۹/۰۳
نمره کل اضطراب بیماری کرونا	۴۱۸	۱۴/۲۴	۱۰/۲۷
اضطراب جسمانی کرونا	۴۲۲	۱۱/۳۰	۶/۴۷
اضطراب روانی کرونا	۴۲۳	۳/۰۱	۴/۴۵

جدول ۲: میزان همبستگی انواع مکانیسم‌های دفاعی با اضطراب بیماری کرونا

نمره کل اضطراب کرونا	اضطراب جسمانی کرونا	اضطراب روانی کرونا
۰/۱۹**	۰/۱۷**	۰/۲۰**
۰/۲۷**	۰/۲۵**	۰/۳۰**
۰/۵۷**	۰/۵۸**	۰/۶۸**

\*\*  $p < 0/001$

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون مدل پیش بینی نمرات اضطراب کرونا

R	R <sup>2</sup>	مجموع مربعات	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
.۳۳	.۵۸	۵۵۶۰/۱۰۰	۱۸۵۳/۳۶۷	۲۰/۷۹۰	۰/۰۰۰

جدول ۴: ضرایب رگرسیون هم‌زمان نمرات سبک‌های دفاعی در پیش‌بینی اضطراب بیماری کرونا

پیش بین ها	B	B	P	VF
مکانیسم دفاعی رشد نیافته	۰/۲۴	۰/۲۹	۰/۰۰۰۱	۱/۱۲
مکانیسم دفاعی رشد یافته	۰/۲۸	-۰/۲۷	۰/۰۰۰۱	۱/۲۰
مکانیسم دفاعی روان آزوده	۰/۱۷	۰/۲۱	۰/۰۵	۱/۳۰

## بحث

وجود انواع مشکلات رفتاری و روانی در حیطه‌های شناختی و عاطفی به عنوان پیامدهای بیماری کرونا محققین را به سمت شناسایی متغیرهای مهم در کاهش این پیامدهای منفی سوق داده است. از جمله متغیرهای مهم در گذر از موقعیت‌های ناآشنای استرس‌زا مکانیسم‌های دفاعی هست (۹ و ۵). شیوه‌های مقابله یا مکانیسم‌های دفاعی به کار رفته در مقابل اضطراب مهم‌تر از ماهیت خود اضطراب است و هرچه در مواجهه با اضطراب، شیوه‌های مناسب‌تری به کار گرفته شود، آسیب ناشی از آن کمتر خواهد بود. به این صورت که بیماران مبتلا به اختلالات اضطرابی که مشخصاً از دفاع‌های به نسبت سازش یافته‌تر استفاده می‌کنند، نیازمند مداخلات درمانی مختصری هستند، ولی بیماران نوروپیک که به مراتب دفاع‌های ناپخته‌تری دارند نیازمند مداخلات درمانی پیشرفته‌تری هستند. بنابراین با توجه به نقش و اهمیت مکانیسم‌ها در میزان اضطراب، هدف از انجام این

پژوهش تعیین و بررسی رابطه به کارگیری انواع مکانیسم‌های دفاعی با اضطراب بیماری کرونا بود. هر چند که پژوهشگران به دنبال کشف راه‌های درمانی مؤثر برای کوید ۱۹ می‌باشند، اما با وجود درگیری جهانی طولانی مدت تقریباً از دسامبر ۲۰۲۰ طبق نظر سازمان بهداشت جهانی، شیوع کرونا روبه افزایش است و احتمال شیوع موج‌های دوم و سوم وجود خواهد داشت، بنابراین پیامدهای منفی آن در سطوح اجتماعی اقتصادی روانی قابل اجتناب نخواهد بود و لازم است مکانیسم‌های مؤثر روانی در کنترل اضطراب و فشار روانی آن شناسایی گردد تا در پروتکل‌های درمانی مورد استفاده قرار گیرد. این تحقیق با تمرکز بر شناسایی مکانیسم‌های دفاعی مؤثر بر اضطراب بیماری کرونا صورت گرفت. نتایج به دست آمده نشان داد که اکثریت گروه نمونه وجود اضطراب را گزارش نموده‌اند که همراستا با نتایج پژوهش‌ها وانگ و همکاران، استونی و همکاران، علیزاده فرد و صفاری‌نیا است که در تمامی این

پژوهش‌های وجود اضطراب بالا در مشارکت کنندگان گزارش شده بود. نتایج ضرایب هبستگی نیز نشان داد که با افزایش میزان اضطراب بیماری کرونا میزان استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناپخته نظیر روان آزوده و غیر سازشی افزایش یافته است. از سوی دیگر میزان استفاده از مکانیسم‌های رشد یافته در حد بسیار پایینی بوده است که نیاز به مداخلات روان شناختی را بیش از پیش مشهود می‌سازد.

با توجه به نتایج، مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته بیشترین تأثیر معنی‌دار در پیش‌بینی اضطراب بیماری کرونا را داشته‌اند. پژوهش حاضر هم‌سو با یافته‌های حقیقی و همکاران است (۲۲).

مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته شامل انکار، دلیل تراشی، فراقنی، همه کار توانی، نارزنده‌سازی، گذار به عمل، خیال پردازی اوتیستیک، جسمانی سازی، لایه سازی، مجزا سازی، جا به جایی و پرخاشگری منفعلانه است، از جمله این دسته دفاع‌ها می‌توان به انکار اشاره کرد؛ انکار و نفی واقعیت، رفتار، کردار و عامل اضطراب‌زا و عدم پذیرش واقعیت و رد رویدادها با گذر زمان، از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته است.

همچنین مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته دیگر جسمانی‌سازی یا هدایت اضطراب به مشغولیت ذهنی با شکایت از یک مشکل جسمانی برای منحرف ساختن توجه از مسایل روانی آزار دهنده است که فرد را از مواجهه درست با مسئله باز می‌دارد یا در پرخاشگری منفعلانه فرد خشم خود نسبت به سایر

موقعیت‌ها را معطوف به خود می‌کند و با رفتارهای ابلهانه به وضوح باعث آزار رساندن به خویش می‌شود.

در اصل مکانیسم‌های ناپخته یا رشد نیافته خود به عنوان علایم هشدار دهنده در حوزه سلامت روانی مطرح می‌باشند که اغلب با اجتناب و فرار از پذیرش موقعیت است (۲۰). سبک‌های دفاعی نابالغ باعث به وجود آمدن تنش و اضطراب در زندگی می‌شوند. در تبیین این مطلب می‌توان گفت که وجود ساختار شخصیتی ناپخته و استفاده از سبک‌ها و روش‌های مقابله‌ای نامناسب برای حل مسئله باعث می‌شود که این افراد دچار مشکلات متعددی در زندگی روزمره خود شوند. این مشکلات و زمینه افزایش استرس، اضطراب و سایر هیجانات حل نشده را فراهم می‌کند.

دفاع‌های کمتر سازگارانه با سلامت روانی ضعیف‌تر و مشکلات بیشتر و حتی افسردگی در ارتباط هستند (۲۱ و ۹). استفاده از این مکانیسم‌ها در دراز مدت نه تنها منجر به ایجاد آرامش نشده است بلکه باعث رخوت سستی و خلق پایین نیز می‌شود. این نوع از مکانیسم‌ها با داشتن عناصری چون انکار و اجتناب از واقعیت مانع مواجهه واقعی با بیماری خواهند شد و پیامدهای منفی آن را افزایش خواهد داد. طبق پژوهش‌های انجام شده به موازات شیوع یک بیماری و مواجهه درازمدت، افراد از مکانیسم‌های ناپخته روانی استفاده می‌نمایند. به عقیده بلایا و همکاران تمایل به استفاده از این مکانیسم‌ها خود

پژوهشگران به اهمیت شوخ طبعی و نقش آن در سلامت روان و کاهش اضطراب و افسردگی اشاره کرده‌اند. پژوهش‌های متعدد نشان داده است که شوخ طبعی به عنوان ساز و کاری در برابر استرس، تنیدگی، اضطراب و افسردگی عمل می‌کند. پژوهشگران متعددی دریافتند که افراد با شوخ طبعی بالا دارای بهزیستی روانی بالایی هستند و شوخی را به عنوان وسیله‌ای استفاده می‌کنند تا بر احساسات منفی خود غلبه کنند (۲۴ و ۲۵).

فرونشانی نیز جز دفاع‌های رشد یافته است و به معنی بازداري ارادی و هشيار از ورود افکار، احساسات، تجارب و خاطرات خاص به سطح هشيار است. در اصل به مفهوم احتراز از اندیشیدن به مواد اضطراب‌زا و آزاردهنده و منحرف کردن هشياری به موضوعات دیگر است و به این طریق می‌تواند با اضطراب بیماری کرونا ارتباط منفی داشته باشد.

هم‌چنین مکانیسم دفاعی روان آزرده یا نوروتیک توان پیش بینی اضطراب بیماری کرونا دارد، هر چند از بین انواع مکانیسم‌ها کمترین میزان تأثیر را داشته است، ولی می‌تواند درصدی از تغییرات اضطراب بیماری کرونا را پیش‌بینی نماید. از جمله انواع این مکانیسم‌ها می‌توان به تشکل واکنش، ابطال، دوستی کاذب و عقلانی‌سازی اشاره کرد. تشکل واکنش یا واکنش‌سازی که نوعی تظاهر و وانمود کردن و رد احساس خود و نشان دادن و ابراز آن به‌طور اغراق‌آمیزی عکس آن است. در عقلانی‌سازی (استفاده مفرط از تفکر و منطق انتزاعی همراه با

نشانگر نوعی اختلال روانی در افراد خواهد بود که لازم است ضمن ایجاد آگاهی در افراد نسبت به اصلاح آن اقدام کرد.

از سوی دیگر مکانیسم‌های رشد یافته به شیوه منفی در پیش‌بینی اضطراب بیماری کرونا نقش داشته است. مکانیسم‌های رشد یافته شامل؛ والایش، شوخ‌طبعی، پیشاپیش‌نگری و فرونشانی هستند. هم‌سو با پژوهش حاضر ویلنت نیز اشاره نموده که مکانیسم‌ها و سبک‌های دفاعی سازش یافته، با پیامدهای سلامت روانی در ارتباط است (۲۳).

والایش یا تصعید حل مسائل از طریق فعالیت‌هایی که از نظر اجتماعی مقبول و مورد پذیرش است و عنوان یکی از راهبردهای مثبت در مواجهه با تعارض‌ها است. این مکانیسم از بهترین تغییر شکل‌های مسائل روانی است.

مکانیسم دفاعی پیشاپیش‌نگری با پیش‌بینی رویدادهای احتمالی آینده و در نظر گرفتن واکنش‌ها و راه‌حل‌های واقع‌گرایانه و جایگزین، هم‌چنین برنامه‌ریزی برای آینده یا ملاحظه پیامدهای رفتار خود به فرد کمک می‌کند تا با اضطراب‌های خود به شیوه منطقی‌تری کنار بیاید و از اضطراب خود می‌کاهد.

شوخ طبعی نیز جزء بالغانه‌ترین مکانیسم‌های دفاعی و روش‌های مقابله است. در شوخ طبعی فرد با تأکید بر جنبه‌های جالب و طنزگونه عامل اضطراب‌آمیز با آن کنار می‌آید. شوخ طبعی از ساز و کارهای دفاعی بسیار خوب، بالغ و سالم است.

نادیده گرفتن جنبه احساسی قضایا صورت می‌گیرد. دیگر دوستی کاذب نیز باعث تخلیه انگیزه‌های غیرقابل قبول از طریق ابراز نگرانی درباره دیگران می‌شود و به نوعی شامل؛ انکار، منطقی‌سازی و در بعضی مواقع شناسایی فرافکنی است.

پژوهش‌ها نشان می‌دهند به میزانی که رفتارهای انطباقی مثبت کاهش یابد اضطراب درونی افزایش خواهد یافت. مکانیسم‌های رشدیافته که عمدتاً مبتنی بر حل مسئله هستند می‌توانند در تدوین شیوه‌های پیشگیرانه از عود بیماری بسیار مهم باشند (۲۱). همان‌گونه که گفته شد دفاع‌های سازگارانه‌تر با روابط بهتر و رضایت‌مندی بیشتری از زندگی همراه خواهد بود. افرادی که سعی می‌کنند شرایط بیماری را بپذیرند و نگاه واقع بینانه‌ای داشته باشند بدون شک از راهبردهای پیشگراانه توصیه شده نیز استفاده خواهند کرد، این مکانیسم احساس تسلط و کنترل را افزایش خواهد داد. در این پژوهش نشان داده شد که میزان کمتر مکانیسم‌های رشد یافته با اضطراب بیشتری همراه بوده است که در اکثر تحقیقات مطرح شده مورد تأیید قرار گرفته است.

در مجموع لازم به ذکر است که استفاده به جا و مناسب از مکانیسم‌های دفاعی، یکی از راه‌های حفظ بهداشت روانی است. ظرفیت‌های روانی شبیه صندوقی است که مکانیسم‌های دفاعی در آن ذخیره شده‌اند، هرچقدر افراد از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و نوروپیک بیشتر استفاده کنند، توانمندی روانی خود را در درازمدت از دست خواهند داد و بر

اثر یک فشار روانی ساده دچار مشکلات روانی و اجتماعی خواهند شد. به عبارتی، مقاومت خود را در برابر مشکلات از دست خواهند داد. افراد مبتلا به اختلالات روانی احتمالاً این مکانیسم‌ها را مصرانه‌تر و نومیانه‌تر با کنترل کمتر از افراد بهنجار به کار می‌برند، بنابراین استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و نوروپیک سبب جدایی وی از واقعیت و نزدیک شدن به بیماری روانی خواهد شد.

هر تحقیقی به موازات نتایج کاربردی و درمانی مفید با محدودیت‌هایی روبه رو خواهد بود. از آنجا که واکنش‌های رفتاری مردم در جوامع گوناگون متأثر از متغیرهای فرهنگی اقتصادی و سیاسی خواهد بود، لذا پیشنهاد می‌گردد جهت شناسایی بهتر و عمیق‌تر چرایی رفتار انسان‌ها در شرایط مختلف از روش پژوهش‌های کیفی نظیر مصاحبه در کنار بررسی‌های کمی سود برد. عدم دسترسی واقعی به گروه نمونه، پاسخ دهی صادقانه آزمودنی‌ها را مورد تردید قرار می‌دهد، لذا در تعمیم این نتایج با توجه به شیوه‌ی گردآوری اطلاعات و روش نمونه‌گیری باید جوانب احتیاط را رعایت کرد. با توجه به پاندومیک بودن این بیماری و طولانی مدت بودن آن بررسی بیشتری در خصوص شیوه‌های مقابله‌ی روانی با آن صورت گیرد تا از شیوع موج‌های بعدی که بسیار وابسته به واکنش مردم نسبت به مسایل بهداشتی است، جلوگیری شود.

## نتیجه گیری

بر اساس نتایج به دست از این پژوهش می‌توان اذعان داشت که لازم است مشاوران و روان‌شناسان در مواجهه با اضطراب بیماری کرونا، مکانیسم‌های دفاعی افراد را مورد توجه قرار دهند و در نظر داشته باشند شناسایی مکانیسم‌های دفاعی و آگاه نمودن افراد از این مکانیسم‌ها و جهت دادن آنها به استفاده از مکانیسم‌های دفاعی پخته‌تر و رشد یافته‌تر می‌تواند به سلامت روان افراد جامعه در زمان همه‌گیری ویروس کرونا کمک کند.

## تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از مقاله تحقیقاتی می باشد و با کد اخلاق IR.PNU.REC.1399.077 می‌باشد، زیر نظر دانشگاه پیام نور انجام شد. بدین وسیله از تمامی مشارکت کنندگان پژوهش و تمامی کسانی که ما را در انجام تحقیق حاضر یاری دارند، سپاس‌گذاری خود را اعلام می‌کنیم.

## REFERENCES

- 1.WHO: coronavirus disease 2019 (COVID-19) situation report – 23. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2020. [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200212-sitrep-20200223-ov.pdf?sfvrsn=20200241e20200219fb20200278\\_20200212](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200212-sitrep-20200223-ov.pdf?sfvrsn=20200241e20200219fb20200278_20200212) [Last accessed on 20 September, 2020].
- 2.Wang Y, Di Y, Ye J, Wei W. Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine* 2021; 26(1): 13-22.
- 3.Bajema KL, Oster AM, McGovern OL, et al. Persons Evaluated for 2019 Novel Coronavirus — United States, January 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep* 2020; 69: 166–70.
- 4.Rubin G, Wessely S. The psychological effects of quarantining a city. *BMJ(Clinical research ed)* 2020; 368: 313.
- 5.Zarghami M. Psychiatric aspects of coronavirus (2019-ncov) infection. *Iran J Psychiatry Behav Sci* 2020; 14(1): e102957.
- 6.Fiorillo A, Gorwood P. The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *European Psychiatry* 2020; 63(1): 32.
- 7.Alizadeh Fard S, Saffarinia M. The prediction of mental health based on the anxiety and the social cohesion that caused by Coronavirus. *Quarterly Social Psychology Research* 2020; 9(36): 129-141.
- 8.Stanton R, Khalesi S, Williams SL, Alley SJ, Thwaite TL, Fenning AS, Vandelanotte C. Depression, anxiety and stress during covid-19: associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in australian adults. *Int J Environ Res Public Health* 2020; 17: 4065.
- 9.Martino G, Caputo A, Bellone F, Quattropiani MC, Vicario CM. Going beyond the visible in type 2 diabetes mellitus: defense mechanisms and their associations with depression and health-related quality of life. *Front Psychol* 2020; 11: 267.
- 10.Shahidi S, Azad-Falah P, Khedmat H. The comparison of defense mechanisms and styles in patients with Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) and healthy people. *Journal of Research in Psychological Health* 2008; 3(7): 65-74.
- 11.Andrews G, Singh M, Bond M. The defense style questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease* 1993; 181(4): 246-56.
- 12.Hamidi F. A comparative study of defense mechanisms and mental health of students by gender. *J Cultural Educ Women Fam* 2012; 7(20): 111-30.
- 13.Vaillant GE. The historical origins and future potential of Sigmund Freud's concept of the mechanisms of defense. *International Review of Psycho-analysis* 1992; 19(1): 35–50.
- 14.Vaillant GE. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology* 1994; 103(1): 44-50.
- 15.Bowins B. Psychological defense mechanisms: A new perspective. *American Journal of Psychoanalysis* 2004; 64(1):1-26.
- 16.Fischhoff B. Speaking of psychology: coronavirus anxiety. In: <https://www.apa.org/research/action/speaking-of-psychology/coronavirus-anxiety>.
- 17.Alipour A, Ghadami A, Alipour Z, Abdollahzadeh H. Preliminary validation of the corona disease anxiety scale (cdas) in the iranian sample. *Quarterly Journal of Health Psychology* 2020; 8(32): 163-75.
- 18.Bond M. Empirical studies of defense style: relationships with psychopathology and change. *Harvard Review of Psychiatry* 2004; 12(5): 263–78.
- 19.Heidari Nasab L, Mansouri M, Azadfallah P, Shaieeri M. Validity and reliability of defensive style questionnaire (dsq-40) in iranian samples. *CPAP* 2007; 1(22): 11-27.
- 20.Grebot E, Paty B, Girarddephanix N. Relationships between defense mechanisms and coping strategies, facing exam anxiety performance. *Encephale* 2006; 32(3 Pt 1): 315–24.
- 21.Blaya C, Dornelles M, Blaya R, Kipper L, Heldt E, Isolan L, et al. Do defense mechanisms vary according to the psychiatric disorder? *Braz J Psychiatr* 2006; 28(3): 179–183.

22. Haghghi M, Yavarian R, Maarofi D, Sohrabi, F. The relationship between mental health and defense mechanism bachelor students Urmia University of medical Sciences. *Nurs Midwifery J* 2019; 17(2): 111-9.
23. Vaillant GE, Adaptive maternal mechanisms: Their role in a positive psychology. *Am Psychol* 2000; 55: 89-98.
24. Stieger S, Formann AK, Burger C. Humor styles and their relationship to explicit and implicit self-esteem. *Personality and Individual Differences* 2011; 50(5): 747-50.
25. Yue X, Hao X, Goldman G. Humor Styles, Dispositional Optimism and Mental Health: A Study Among 800 Undergraduates in Hong Kong and China. *Educational Research Journal* 2010; 25(1): 125-57.

# Investigating the Relationship between Various Defense Mechanisms and Coronavirus Anxiety

Tabe Bordbar F<sup>1\*</sup>, Kaveh M<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran, <sup>2</sup>Departments of Psychology, Shahrekord University, Shahrekord, Iran

Received: 13 July 2020 Accepted: 18 Jan 2021

## Abstract

**Background & aim:** The prevalence of Covid 19 disease has different consequences in economic, social and psychological levels. Anxiety is one of the psychological consequences of this disease. Some individual variables, such as defense mechanisms has important role in anxiety. Therefore, the aim of the present study was to determine and investigate the relationship between the use of various defense mechanisms and the anxiety of corona virus.

**Methods:** The present descriptive correlational study was conducted in 2020. The statistical population of the study was selected from all people aged 20 to 80 years in the southern provinces of the country, including Fars, Khuzestan, Chaharmahal and Bakhtiari and Isfahan. Sampling method was available and based on the consent of individuals for cooperation. This method was selected due to Covid 19 disease limitations. The anxiety questionnaires and Andrews singh and Bond defense mechanisms were completed virtually through social networks. The collected data were analyzed using multiple regression tests.

**Results:** The results revealed that high levels of Coronavirus anxiety (in physical and mental dimensions) were positively correlated with high scores in psychologically disturbed and underdeveloped defense mechanisms. Defense mechanisms furthermore predicted 58% of Coronavirus anxiety. Based on beta coefficients, among the three defense mechanisms, the highest positive and statistically significant effect power was not statistically related to the defense mechanism ( $\beta=29$ ) and the lowest effect was the psychologically disturbed defense mechanism ( $\beta=21$ ) and the defense mechanism was developed. It had a negative predictive power( $\beta= -27$ ).

**Conclusion:** The results disclosed that proper use of defense mechanisms is one of the ways to maintain mental health and in dealing with any crisis, apart from health measures, attention to intrapersonal variables, especially in the field of defense styles and confrontations, can help to develop more complete and indigenous treatment protocols.

**Keywords:** Defense Mechanism, Coronavirus, Anxiety

---

**Corresponding author:** Tabe Bordbar F, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.  
**Email:** yasaman72004@yahoo.com

**Please cite this article as follows:**

Tabe Bordbar F, Kaveh M. Investigating the Relationship between Various Defense Mechanisms and Coronavirus Anxiety. Armaghane-danesh 2020; 25(Corona Special Letter): 921-936.