فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۲، شماره ۲۶، پاییز ۱۴۰۳

رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی با بروز اضطراب مرگ در دوران همه‌گیری کرونا در دانشجویان

شهناز آریان مهر[۱]، پریسا پیوندی[۲]، ملکه مشهدی فراهانی[۳]

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی با اضطراب مرگ در دوران پاندمی کووید-۱۹ در دانشجویان بود. روش تحقیق از نوع همبستگی و جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و حجم نمونه با استفاده از فرمول فیدل و تاباچنیک ۲۹۰ نفر محاسبه گردید.که با توجه به‌احتمال حذف برخی از آزمودنی‌ها به دلیل پیش‌پردازش دادها تعداد ۳۲۰ پرسشنامه توزیع و بعد از پیش‌پردازش تعداد ۲۰ نمونه حذف و درنهایت ۳۰۰ آزمودنی موردبررسی قرار گرفتند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش شامل سه پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای لازاروس و فولکمن (۱۹۸۵)، سبک‌های دفاعی اندروز و همکاران (۱۹۹۳) و پرسشنامه اضطراب مرگ تمپلر (۱۹۷۰) بود. فرضیات تحقیق با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون موردبررسی قرار گرفتند. بررسی نتایج همبستگی نشان داد بین‌بین سبک مقابله‌ای مسئله مدار و مکانیزم های دفاعی رشد یافته با اضطراب مرگ دانشجویان همبستگی منفی و بین سبک مقابله‌ای هیجان مدار و مکانیزم های دفاعی رشد نایافته با اضطراب مرگ دانشجویان همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد (pv<0/01). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد ۳۹ درصد تغییرات اضطراب مرگ دانشجویان توسط راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی تبیین گردید و با توجه به نتایج ماتریس ضرایب رگرسیونی بین اضطراب مرگ با راهبردهای مسئله محور و مکانیزم های دفاعی رشد یافته با بتای منفی و ضرایب (۰/۲۱۶-) و (۰/۲۵۵-) و با راهبردهای هیجان محور با بتای مثبت و ضریب (۰/۴۶۷) رابطه وجود داشت (pv<0/01). این یافته‌ها اهمیت توجه به راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی در کاهش اضطراب مرگ را در شرایط بحرانی نظیر پاندمی کرونا تأکید می‌کنند و می‌توانند به طراحی مداخلات روان‌شناختی برای دانشجویان کمک کنند.

واژگان کلیدی: اضطراب مرگ، سبک‌های دفاعی، راهبردهای مقابله‌ای

[۱] کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران
[۲] استادیار، گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران (نویسنده مسئول)
[۳] استادیار، گروه روانشناسی عمومی و بالینی علوم تحقیقات استان البرز، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

مقدمه

بیماری‌های عفونی (یعنی بیماری‌های همه‌گیر مانند آبله، ایدز، آنفولانزا و ابولا) برگرفته از عوامل ناشناخته‌ای هستند که باعث بروز پیامدها و عوارض بسیار قابل‌توجهی برای بشریت شده و هستند (اوزگوگ[1] و همکاران، ۲۰۲۴). در این راستا یکی از بیماری‌هایی که در قرن حاضر شیوع پیدا کرده و همچنان ادامه دارد، بیماری کووید-۱۹[2] می‌باشد. کووید-۱۹ یک بیماری حاد تنفسی[3] است که در ارتباط نزدیک با کرونا ویروس سارس است. علائم اولیه کووید-۱۹ شامل تب، دردهای عضلانی و خستگی می‌باشد (شینگینمورا[4] و همکاران، ۲۰۲۰). این ویروس به دلیل قدرت سرایت بسیار بالا به‌سرعت در کل جهان انتشار پیدا کرد و تقریباً طی زمانی اندک (کمتر از چهار ماه) تمامی کشورهای جهان را آلوده نمود. بر اساس آمار جهانی نرخ ۳/۴ درصدی مرگ برای این بیماری گزارش‌شده است (زانگریلو[5] و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین در ایران نیز تا اول آبان ماه ۱۳۹۹ مجموع بیماران کرونایی در کشور ۵۱۶ هزار و ۸۹۳ نفر گزارش‌شده است (وزارت بهداشت ایران، ۱۳۹۹). این بیماری ترس و نگرانی زیادی برای انسان‌ها در کلیه جوامع به وجود آورده است به‌طوری‌که نظرسنجی موسسه آنگوارید[6] در کانادا نشان داد که بیش از ۶/۲ میلیون نفر از این بیماری نگران بودند. درحالی‌که در زمان نظرسنجی تنها چهار بیمار کانادایی شناسایی‌شده بود (موسسه آنگوارید، ۲۰۲۰). ازجمله مسائلی که به‌عنوان تهدیدی علیه نگرش دانشجویان به زندگی در بحران کرونا محسوب می‌شود، مقوله اضطراب مرگ است. اضطراب واکنشی است در برابر خطری نامعلوم، درونی، مبهم و منشأ آن ناخودآگاه و غیرقابل‌مهار است و عوامل متعددی آن را ایجاد می‌کنند (لی، جاب، ماتیس و گیبسون[7]، ۲۰۲۰). در این میان انواع خاصی از اضطراب بر اساس منشأ آن شناخته و نام‌گذاری شده‌اند که اضطراب مرگ یکی از مهم‌ترین آن‌هاست. کاروالهو[8] (۲۰۱۷) اضطراب مرگ را افکار، ترس‌ها و هیجانات مرتبط به واقعه پایانی زندگی و فراتر از حالت عادی زندگی می‌دانند. واتر[9] (۲۰۱۷) اضطراب مرگ را ترس آگاهانه و ناخودآگاه از مرگ یا مردن می‌دانند. اضطراب مرگ مفهومی پیچیده است که به‌سادگی قابل توضیح نیست و به‌طورکلی شامل مفاهیم ترس از مرگ خود و دیگران است (جهانگیری، ۱۳۹۶). اضطراب مرگ شامل پیش‌بینی مرگ خود ترس از فرآیند مرگ و مردن در مورد افراد مهم زندگی است (زاهدبابلان و برقی، ۱۳۹۶). اضطراب مرگ به‌عنوان یک ترس غیرعادی و بزرگ از مرگ همواره با احساساتی از وحشت از مرگ یا دلهره هنگام فکر به فرایند مردن یا چیزهایی که پس از مرگ رخ می‌دهند، تعریف می‌شود (لوپز-پریز، پینو-جاست و کامپوس[10]، ۲۰۲۰). اضطراب مرگ تهدید قابل‌ملاحظه‌ای برای بهزیستی روانی می‌تواند به شمار رود. این امر به‌ویژه در افراد جوان‌تر واقعیت بیشتری می‌تواند داشته باشد. چراکه ترس از مرگ در این گروه بسیار قوی‌تر از بزرگ‌سالان است (ارسلان، ییلدیریم و آی تک[11]، ۲۰۲۲). جوانان در مقایسه با بزرگ‌سالان با توجه به پیش‌بینی‌های مبهمی که در خصوص مرگ دارند واکنش‌های شدیدتری در مقایسه با بزرگ‌سالان نشان می‌دهند (توزر، کیرکا و اوزورن[12]، ۲۰۲۰). همچنین مطالعات نشان داده است که دختران دانشجو نسبت به پسران دانشجو نمرات بیشتری در تست‌های اضطراب مرگ کسب می‌کنند (چئونگ، ها، تان و لاو[13]، ۲۰۲۰). دختران احتمالاً احساس‌های آزاردهنده مربوط به مرگ‌ومیر را بیشتر می‌پذیرند و پسران بیشتر از آن اجتناب می‌کنند؛ توجیهی که با بیانگری هیجانی بیشتر دختران در طول عمر هماهنگ است (فیتری، آسیه

[1] Özgüç
[2] - COVID-19
[3] - Severe Acute Respiratory Syndrome
[4] - Shigemura
[5] - Zangrillo
[6] - Angus Reid Institute
[7] - Lee, Jobe, Mathis & Gibbons
[8] - Carvalho
[9] - Watter
[10] - López-Pérez, Pino-Juste & Campos
[11] - Arslan, Yıldırım & Aytaç
[12] - Tüzer, Kırca & Özveren
[13] - Cheong, Ha, Tan & Low

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

و تکوین[1]، ۲۰۲۰). امامی راد و امیری (۱۳۹۷) نشان دادند راهبردهای مقابله و منبع کنترل نقش مهمی در اضطراب مرگ سالمندان دارند. طالبی و منیرپور (۱۳۹۴) نشان دادند خرده مقیاس‌های مکانیزم های دفاعی رشد یافته، مکانیزم های دفاعی رشد نایافته و مکانیزم های دفاعی نوروتیک پیش‌بینی کننده‌های اضطراب مرگ در بین دانشجویان هستند. بنابراین، به نظر می‌رسد مکانیزم‌های دفاعی افراد سهم بسزایی را در پیش‌بینی اضطراب مرگ آنان ایفا می‌نماید.

مکانیسم‌های دفاعی فرایندهایی دانسته می‌شود که بین واکنش افراد به تعارضات هیجانی و منابع تنیدگی زای بیرونی واسطه می‌شوند.درواقع مکانیسم‌های دفاعی تکانه‌های انگیزشی و نیازها را تنظیم می‌کنند و هدف آن‌ها حفظ احساس امنیت روانی به‌وسیله‌ی ایجاد تحریف شناختی و محدود کردن تجارب هشیار هیجان‌های منفی است (اوکولی[2] و همکاران، ۲۰۲۴). فروید[3] (۱۹۷۶) مکانیسم‌های دفاعی را به‌عنوان کارکردهای ذهنی تعریف می‌کند که از افراد در برابر اضطراب زیاد ناشی از رویدادهای استرس‌زای بیرونی و حالت‌های مخرب درونی محافظت می‌کند بر اساس طبقه‌بندی وایلنت[4](۲۰۰۰) در مورد مکانیسم‌های دفاعی ،۲۰ مکانیسم را به سه سبک دفاعی تقسیم کرده‌اند. مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته شیوه‌های مواجهه انطباقی، بهنجار و کارآمد محسوب می‌شوند درحالی‌که مکانیسم‌های دفاعی روان آزرده و رشد نایافته، شیوه‌های مواجهه‌ای غیر انطباقی و ناکارآمد هستند. پژوهش زارعی و حقایق (۱۳۹۵) نشان داد که بین ابعاد مکانیسم دفاعی با ابعاد بهزیستی ذهنی رابطه‌ی معناداری وجود دارد. افرادی که از سلامت روانی پایینی برخوردارند، نسبت به آن‌هایی که از سلامت روانی بالایی برخوردارند از مکانیسم دفاعی رشد نایافته و روان آزرده بیشتری استفاده می‌کنند (حقیقی و همکاران، ۱۳۹۸)؛ همچنین نتایج پژوهش (وصالی، لاچینی، افشانی و محدودی زمان، ۱۳۹۹) حاکی از این نکته است که بین سبک‌های دفاعی و اضطراب مرگ رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد؛ به عبارتی سبک دفاعی رشد نایافته با اضطراب مرگ رابطه مثبت و هم‌جهت دارد، بدین معنی که با به‌کارگیری سبک‌های دفاعی رشد نایافته میزان اضطراب مرگ افزایش و سبک‌های دفاعی رشد یافته اضطراب مرگ کاهش می‌یابد. احمدی و صفایی راد (۱۴۰۲) نشان دادند که هرچه میزان اضطراب مرگ بالا رود، بیشتر از سبک هیجان محور و هر چه این میزان پایین‌تر آید، از سبک مسئله مدار استفاده می‌کنند مروری بر ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که چندین عامل مؤثر در اضطراب مرگ همچون انسجام من، باورهای مذهبی، همدلی، منبع کنترل و راهبردهای مقابله‌ای [5]در پژوهش‌های مختلف بررسی‌شده است (هاشمی رزینی، باحشمت جویباری و رامشینی، ۱۳۹۶). ازاین‌بین، راهبردهای مقابله‌ای اشاره بهروش‌هایی دارد که اشخاص در آن به بهره‌گیری از منابع سازگاری و راهکارهای مراقبتی، از خود در برابر تأثیرات منفی استرس محافظت می‌کنند (شائو، یانگ، زانگ، دئو و لی[6]، ۲۰۱۹).

راهبردهای مقابله‌ای شامل افکار، احساسات، شیوه‌ها و اعمالی است که در موقعیت‌های مختلف فراخوانده می‌شود تا از فشارهای روانی بکاهد (فردریکسون، ۲۰۰۷؛ نقل ازتقوایی نیا، ۱۳۹۷). فولکمن و لازاروس[7](۱۹۸۴) مقابله را تلاش‌های شناختی و رفتاری فعال فرد می‌دانند که برای اداره کردن خواسته‌های (درونی و بیرونی) طاقت‌فرسای فرد یا خواسته‌هایی به کار می‌رود که فراتر از منابع فرد ارزیابی می‌شود؛ به عبارتی پاسخ‌های مقابله‌ای کوشش‌های فرد برای بازگرداندن تعادل یا حذف اغتشاش است و پیامد آن حل مسئله، تطبیق با مشکل یا فقدان دستیابی به یک‌راه حل است. سبک‌های مقابله‌ای به‌صورت‌های گوناگون طبقه‌بندی‌شده است، ازجمله سبک‌های مقابله‌ای مسئله مدار[8]، هیجان مدار [9]و اجتنابی[10]. سبک‌های مقابله‌ای مسئله مدار و هیجان مدار به ترتیب شیوه‌هایی هستند که بر اساس آن فرد اعمالی را برای کاستن از تنیدگی یا از بین بردن آن انجام می‌دهد

[1] - Fitri, Asih & Takwin
[2] - Okoli
[3] - Freud
[4] - Vaillant
[5] - Coping strategies
[6] - Shao, Yang, Zhang, Du & Lei
[7] - Folkman & Lazarus
[8] - Problem-oriented coping style
[9] - Excitement-oriented coping style
[10] - Avoidance coping style

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

یا به خود متمرکز می‌شود و همهٔ تلاش خود را متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خویش می‌کند. به کار بردن سبک‌های مقابله‌ای اجتنابی مستلزم فعالیت‌ها و تغییرات شناختی باهدف اجتناب از موقعیت تنیدگی زا است (آزادی، اکبری بلوطبنگان، واعظ فر و رحیمی، ۱۳۹۳). گفته می‌شود افراد باکیفیت و رضایت زندگی بالا از راهبرد مسئله مدار استفاده می‌کنند، درنتیجه توانایی بیشتری در مهار فشار روانی دارند، اما توانایی کنترل و مهار فشار روانی در افراد به علت شکست در استفاده درست از راهبرد مسئله مدار،احساس فقدان کنترل زندگی و پریشانی بیش‌ازحد؛ آسیب ایجاد می‌کند؛ بدیهی است که شناسایی ساختار مقابله‌ای افراد خصوصاً در شرایط پاندمی برای درک چگونگی تأثیر استرس بر سلامت و عملکرد انسان ضروری است. چراکه با توجه به خصوصیت بیماری‌زایی ویروس کرونا، سرعت انتشار و همچنین درصد مرگ‌ومیر ناشی از آن ممکن است این بیماری وضعیت بهداشت سلامت روان افراد در سطوح مختلف جامعه در معرض مخاطره قرارداد (بائو، سان، منگ، شی ولو[1]، ۲۰۲۰).

در دوران همه‌گیری کرونا، بسیاری از افراد به‌ویژه دانشجویان با چالش‌های روانی و اضطراب‌های ناشی از این بحران مواجه شدند. این شرایط منجر به افزایش نگرانی‌ها درباره مرگ و از دست دادن شد و اضطراب مرگ به یکی از مسائلی تبدیل شد که در میان دانشجویان به‌شدت احساس می‌شد. راهبردهای مقابله‌ای به‌عنوان شیوه‌هایی برای مدیریت استرس و چالش‌ها شناخته می‌شوند و می‌توانند به افراد کمک کنند تا با شرایط دشوار به نحو بهتری کنار بیایند. از سوی دیگر، سبک‌های دفاعی به شیوه‌های ناخودآگاه و خودکار افراد در برابر تهدیدات روانی اشاره دارند. این متغیرها به‌عنوان عوامل مهمی در مدیریت اضطراب مرگ در شرایط بحرانی مانند پاندمی کرونا شناسایی‌شده‌اند. یافته‌های این پژوهش می‌تواند به ما در درک بهتر نحوه تأثیر این متغیرها بر اضطراب مرگ کمک کند. به‌طور خاص، شناسایی راهبردهای مقابله‌ای مؤثر و سبک‌های دفاعی سالم می‌تواند به کاهش احساس اضطراب و بهبود سلامت روان دانشجویان در این دوران بحرانی منجر شود. این نتایج می‌توانند راهگشای مداخلات روان‌شناختی و حمایتی برای دانشجویان باشند. بااین‌حال، پژوهش حاضر با خلأهایی نیز مواجه است. یکی از این خلأها عدم بررسی تأثیر عوامل جمعیت شناختی و فرهنگی بر این متغیرهاست. عوامل مانند سن، جنسیت، وضعیت اقتصادی و اجتماعی می‌توانند نقش مهمی در نحوه واکنش افراد به اضطراب مرگ و انتخاب راهبردهای مقابله‌ای ایفا کنند. بنابراین، پژوهش‌های آینده با تمرکز بر این ابعاد می‌توانند درک بهتری از تأثیرات متغیرهای مختلف بر اضطراب مرگ و راهبردهای مقابله‌ای در شرایط بحرانی ارائه دهند و به بهبود روش‌های حمایت از دانشجویان در این زمینه کمک کنند. این امر می‌تواند به کاهش اضطراب مرگ و بهبود کیفیت زندگی در دوران بحران‌های مشابه منجر شود. همان‌طور که گفته شد باوجود تحقیقات گسترده متخصصان سلامت و با توجه به تأثیرات انکارناپذیر حاصل از بیماری کووید-۱۹بر سلامت روان و وجود واکنش‌های منحصربه‌فرد افراد در مواجهه با این شرایط تنش‌زا از طریق راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی متفاوت ؛در مورد رابطه اضطراب مرگ با دو مؤلفه نامبرده شده در شرایط حاضر تحقیقی یافت نشد درصورتی‌که بررسی این موضوع می‌تواند اطلاعات متناسبی را با در نظر گرفتن تفاوت افراد، نمایان کند. بنابراین این پژوهش به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا بین راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی با اضطراب مرگ در دانشجویان در دوران پاندمی کووید_۱۹ رابطه وجود دارد؟

روش

این پژوهش ازلحاظ طبقه‌بندی بر مبنای هدف و ازنظر نوع پژوهش کاربردی، ازلحاظ شیوه جمع‌آوری داده‌ها از نوع پژوهش‌های توصیفی (غیرآزمایشی) و ازلحاظ اینکه به بررسی رابطه متغیرها می‌پردازد از نوع پژوهش‌های همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمام دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. به‌منظور برآورد حجم نمونه از فرمول پیشنهادی تاباچنیک و فیدل (۲۰۰۷) استفاده شد. بر اساس فرمول پیشنهادی آنان، حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول $N \geq 50 + 8M$ محاسبه شد. در این فرمول N حجم نمونه و M تعداد متغیرهای مستقل است. بر این اساس با توجه به فرمول پلنت حجم نمونه ۲۹۰ نفر بود که به‌صورت در دسترس از بین دانشجویان انتخاب شد.

ابزارهای پژوهش:

[1] - Bao, Sun, Meng, Shi & Lu

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

الف) پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای: پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای توسط لازاروس وفولکمن (۱۹۸۵)ساخته‌شده است .این پرسشنامه یک آزمون ۶۶ ماده‌ای است که دامنه وسیعی از افکار و اعمالی که افراد هنگام مواجهه با شرایط فشارزای درونی یا بیرونی به کار می‌برند را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این آزمون دارای ۸ خرده مقیاس می‌باشد. در این پرسشنامه خرده مقیاس‌های (مقابله مستقیم، فاصله گرفتن ، طلب حمایت اجتماعی، گریز اجتناب) باهم تحت عنوان سبک‌های مقابله‌ای هیجان مدار و خرده مقیاس‌های (خودکنترلی، حل مسئله برنامه‌ریزی‌شده، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش مسئولیت) باهم تحت عنوان سبک مقابله‌ای مسئله‌دار هستند. مقابله مستقیم دارای ۶ عبارت (۶-۷-۱۷-۲۸-۳۴-۴۶)، فاصله گرفتن دارای ۶ عبارت (۱۲-۱۳-۱۵-۲۱-۴۱-۴۴)،خودکنترلی دارای ۷ عبارت (۱۰-۱۴-۳۵-۴۳-۵۴-۶۲-۶۳)، طلب حمایت اجتماعی دارای ۶ عبارت (۸، ۱۸، ۲۲، ۳۱، ۴۲، ۴۵)، پذیرش مسئولیت دارای۴ عبارت (۹،۲۵،۲۹،۵۱)، گریز_اجتناب دارای ۸ عبارت (۱۱،۱۶، ۳۳، ۴۰، ۴۷، ۵۰، ۵۸، ۵۹)،حل مسئله برنامه‌ریزی‌شده دارای ۶ عبارت (۱، ۲۶، ۳۹، ۴۸، ۴۹، ۵۲) و ارزیابی مجدد مثبت دارای ۷ ماده (۲۰، ۲۳، ۳۰، ۳۶، ۳۸، ۵۶،۶۰)می‌باشد.نمره‌گذاری بر اساس یک مقیاس لیکرت ۴ گزینه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. مقیاس لیکرتی دربرگیرنده عبارات اصلاً استفاده نکرده‌ام(۰)،بعضی‌اوقات استفاده کرده‌ام(۱)،غالباً استفاده می‌کنم(۲) و به میزان زیادی استفاده می‌کنم (۳)می‌باشد. بیشترین مقدار نمره در هر مؤلفه نشانگر غالب بودن آن سبک مقابله‌ای در فرد است. درمجموع نمرات بین ۰ تا۱۹۸ خواهد بود. ۱۶ سؤال انحرافی است و۵۰ سؤال دیگر شیوه مقابله فرد مورد ارزیابی قرار می‌دهد. لازاروس (۱۹۹۳)ثبات درونی راهبردهای مسئله مدار را ۰/۶۶ و راهبردهای هیجان مدار را ۰/۷۹ گزارش کرده است. در پژوهش رستمی (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ کلی آزمون ۰/۸۷ به دست آمد. این پرسشنامه در ایران هنجاریابی شده است و نمونه‌های متشکل از ۷۵۱ زوج میان‌سال آزمون شد و ضریب آلفای کرونباخ مقابله مستقیم، ۰/۷۰؛ فاصله گرفتن، ۰/۶۱؛ خودکنترلی، ۰/۷۱؛ طلب حمایت اجتماعی، ۰/۷۶؛ پذیرش مسئولیت، ۰/۶۶؛ گریز- اجتناب، ۰/۷۲؛ حل مسئله برنامه‌ریزی‌شده، ۰/۶۷؛ و ارزیابی مجدد مثبت، ۰/۷۹ گزارش شد (بروکی میلان، ۱۳۹۳).

ب) پرسشنامه سبک‌های دفاعی: این پرسشنامه بر اساس الگوی سلسله مراتبی دفاع‌ها توسط اندروز و همکاران در سال ۱۹۹۳ تدوین گردید که شامل ۴۰ سؤال در مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) است و ۲۰ مکانیزم دفاعی را در سه سطح رشد یافته، روان آزرده و رشد نایافته مورد ارزیابی قرار می‌دهد. مقیاس نمره‌گذاری به‌صورت لیکرت می‌باشد که فرد به هر سؤال میزان موافقت خود را در یک مقیاس ۹ درجه‌ای اعلام می‌کند. فرد در هر یک از مکانیزم های دفاعی نمره‌ای بین ۲ تا ۱۸ به دست می‌آورد، در هرکدام از مکانیزم های دفاعی که نمره فرد از ۱۰ بیشتر شود، به معنی استفاده فرد از آن مکانیزم است و در سبک‌های کلی میانگین نمرات فرد در هر سبک مشخص‌شده و با نمره میانگین فرد در سبک‌های دیگر مقایسه می‌شود. فرد دارای سبک دفاعی است که بیشترین میانگین را داشته باشد. این پرسشنامه در کشورهایی چون ژاپن، فرانسه، برزیل، پرتقال و ایران مورد ارزیابی قرارگرفته است. نتایج مطالعات در ژاپن نشان داد که این ابزار دارای روایی هم‌زمان با پرسشنامه شخصی مادزلی است. در فرانسه و برزیل و پرتقال نیز مشخص شد که این پرسشنامه ابزار مفید و سودمندی به شمار رفته و از روایی و اعتبار مطلوبی برخوردار است (بلایا و همکاران ۲۰۰۴). پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ-40) در ایران توسط حیدری نسب موردبررسی و هنجاریابی قرار گرفت. اعتبار پرسشنامه سبک‌های دفاعی نیز از طریق روش باز آزمایی و نیز محاسبه آلفای کرونباخ انجام‌شده است. ضریب اعتبار و آلفا در گروه‌های موردمطالعه به تفکیک در دانش آموزان و دانشجویان و جنسیت گروه نمونه‌گیری و نیز سبک‌های دفاعی نشان می‌دهد که بالاترین آلفای کلی در مردان دانشجو (۰/۸۱) و پایین‌ترین آلفای کل در دانش آموزان دختر (۰/۶۹) مشاهده می‌شود. در سبک‌های دفاعی، بالاترین آلفا مربوط به سبک رشد نایافته (۰/۷۲) و کمترین مربوط به سبک روان آزرده وار می‌گردد (۰/۵۰). براین اساس بالاترین آلفای کرونباخ محاسبه‌شده بین دونیمه‌ی آزمون مربوط به مردان دانشجو و کمترین مربوط به سبک روان آزرده وار می‌شود و این موضوع حاکی از این است که همبستگی‌های مربوط به دو بار اجرای پرسشنامه در گروه‌های موردمطالعه در مقیاس با بحرانی معنادار هستند و بر اساس این یافته‌های مشخص گردید که پرسشنامه سبک‌های دفاعی در گروه‌های موردمطالعه از اعتبار مناسبی برخوردار است.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

ج) پرسشنامه اضطراب مرگ: برای ارزیابی متغیر اضطراب مرگ از پرسش‌نامه تمپلر (۱۹۷۰) استفاده شد که بیشترین کاربرد در این زمینه را دارد. این مقیاس یک پرسش‌نامه خودگزارش‌دهی متشکل از ۱۵ سؤال صحیح و غلط است. دامنه نمره‌ها از صفر تا پانزده است و نمره بالا بیانگر اضطراب مرگ بالاست. درصورتی‌که پاسخ فرد نشان‌دهنده اضطراب باشد نمره یک و درصورتی‌که پاسخ فرد نشان‌دهنده نبود اضطراب باشد نمره صفر به او تعلق می‌گیرد. این پرسشنامه استاندارد بوده و بارها در پژوهش‌های سطح جهان استفاده‌شده و در ایران نیز ترجمه، تحلیل عاملی و اعتبار یابی شده است و همسانی درونی آن در مطالعه رجبی و همکاران (۱۳۸۰) ۰/۷۳گزارش‌شده است. برای تعیین پایایی از روش سنجش پایایی درونی استفاده و ۰/۸۶ گزارش‌شده است. مسعود زاده و همکاران (۱۳۸۷) ضریب همبستگی سؤالات مقیاس اضطراب مرگ را ۰/۹۵ گزارش نمودند.

تجزیه تحلیل داده‌ها در دو سطح توصیفی که شامل شاخص مرکزی (میانگین) و شاخص‌های پراکندگی (واریانس، انحراف معیار) و آمار استنباطی برای بررسی فرضیه‌های پژوهش از آزمون کولمونگروف برای بررسی نرمال بودن داده‌ها و آزمون ضریب همبستگی پیرسون و آزمون تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده شد.

یافته‌ها

به‌منظور توصیف داده‌های حاصله، از شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی مربوط به متغیرهای پژوهش، در قالب جداول ذیل، استفاده‌شده است.

جدول ۱. مقادیر مربوط به شاخص‌های توصیفی اضطراب مرگ، راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی دانشجویان

	تعداد	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار
اضطراب مرگ	۳۰۰	۳	۲۸	۹/۲۳	۴/۲۲
راهبردهای مسئله محور	۳۰۰	۲۳	۷۲	۴۲/۵۳	۱۳/۱۴
راهبردهای هیجان محور	۳۰۰	۰	۳۳	۵/۹۴	۶/۴۱
مکانیزم های دفاعی رشد نایافته	۳۰۰	۲۸	۱۸۰	۸۲/۴۱	۳۱/۶۱
مکانیزم های دفاعی رشد یافته	۳۰۰	۱۲	۶۸	۴۲/۳۱	۱۳/۰۷
مکانیزم های دفاعی روان آزرده	۳۰۰	۱۱	۶۴	۴۰/۰۰	۱۰/۸۳

مقادیر جدول ۱ در مورد متغیرهای اضطراب مرگ، راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی دانشجویان ارائه‌شده است. بررسی نتایج جدول نشان می‌دهد بررسی نتایج جدول نشان می‌دهد میانگین نمره اضطراب مرگ دانشجویان مورد ارزیابی در دوره پاندمی کرونا ۹/۲۳ با حداقل نمره ۳ و حداکثر نمره ۲۸ می‌باشد. میانگین نمره راهبردهای مسئله محور دانشجویان مورد ارزیابی ۴۲/۵۳ با حداقل نمره ۲۳ و حداکثر نمره ۷۲ و میانگین نمره راهبردهای هیجان محور دانشجویان مورد ارزیابی ۵/۹۴ با حداقل نمره ۰ و حداکثر نمره ۳۳ باشد. میانگین نمره مکانیزم های دفاعی رشد نایافته دانشجویان مورد ارزیابی ۸۲/۴۱ با حداقل نمره ۲۸ و حداکثر نمره ۱۸۰، میانگین مکانیزم های دفاعی رشد نایافته دانشجویان مورد ارزیابی ۴۲/۳۱ با حداقل نمره ۱۲ و حداکثر نمره ۶۸ و میانگین نمره مکانیزم های دفاعی رشد روان آزرده دانشجویان مورد ارزیابی ۴۰ با حداقل نمره ۱۱ و حداکثر نمره ۶۴ می‌باشد.

جدول ۲. همبستگی بین اضطراب مرگ با راهبردهای مقابله‌ای دانشجویان

راهبردهای مقابله‌ای	تعداد	همبستگی	سطح معنی‌داری
مسئله محور	۳۰۰	-۰/۲۰۱**	۰/۰۰۱
هیجان محور	۳۰۰	۰/۵۲۸**	۰/۰۰۱

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

نتایج جدول همبستگی ۲ نشان می‌دهد که بین سبک مقابله‌ای مسئله مدار با اضطراب مرگ دانشجویان همبستگی منفی و معنی‌داری با اطمینان ۹۹ درصد و بین سبک مقابله‌ای هیجان مدار با اضطراب مرگ دانشجویان همبستگی مثبت و معنی‌داری با اطمینان ۹۹ درصد وجود دارد.

جدول ۳. همبستگی بین اضطراب مرگ با ابعاد سبک‌های دفاعی دانشجویان

سبک‌های دفاعی	تعداد	همبستگی پیرسون	سطح معنی‌داری
مکانیزم های دفاعی رشد نایافته	۳۰۰	۰/۱۵۳**	۰/۰۰۸
مکانیزم های دفاعی رشد یافته	۳۰۰	-۰/۳۷۱**	۰/۰۰۱
مکانیزم های دفاعی روان آزرده	۳۰۰	۰/۰۷۵	۰/۱۹۶

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

نتایج جدول همبستگی ۳ نشان می‌دهد که بین اضطراب مرگ با مکانیزم های دفاعی رشد نایافته همبستگی مثبت و معنی‌داری با اطمینان ۹۹ درصد و بین مکانیزم های دفاعی رشد یافته با اضطراب مرگ همبستگی منفی و معنی‌داری با اطمینان ۹۹ درصد وجود دارد. اما بین مکانیزم های دفاعی روان آزرده با اضطراب مرگ در دانشجویان مورد ارزیابی همبستگی معنی‌داری وجود نداشت.

جدول ۴. واریانس تبیین شده رگرسیونی تأثیر راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی بر اضطراب مرگ دانشجویان

مدل	R	R^2 (ضریب تبیین)	R^2 تعدیل‌شده	خطای معیار برآورد
۱	۰/۶۳	۰/۳۹	۰/۳۸	۳/۳۰

متغیر وابسته(ملاک): اضطراب مرگ

متغیر مستقل (پیش‌بین): راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی

پیش از بررسی تأثیر متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته نرم‌افزار ابتدا در قالب یک ترکیب خطی از متغیرهای مستقل رابطه آن‌ها را با متغیر وابسته اضطراب مرگ به دست می‌آورد. که مقدار آن ۰/۶۳ می‌باشد که با توجه به چهار دسته کسل ۲۰۱۰ در دسته سوم یعنی روابط ضعیف قرار می‌گیرد(مرادی و میر الماسی، ۱۳۹۸).

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره به روش هم‌زمان برای تبیین اضطراب مرگ دانشجویان بر اساس میزان راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی

متغیر ملاک	شاخص آماری	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری(P)
اضطراب مرگ	رگرسیون	۲۱۱۳/۲۱	۵	۴۲۲/۶۴	۳۸/۶۷	۰/۰۰۱
	باقیمانده	۳۲۱۳/۲۱	۲۹۴	۱۰/۹۲		
	مجموع	۵۳۲۶/۴۳	۲۹۹			

متغیر مستقل (پیش‌بین): راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی

تحلیل واریانس به معنای تحلیل تغییرات است و هر تغییری منشأ و منابع مخصوص به خود را در تحلیل واریانس دارد در آزمون مدل رگرسیونی این تغییرات ناشی از دو منبع رگرسیون‌ها و خطاهای باقی‌مانده است که در طی محاسباتی بر اساس این دو منبع از مجموع مجذورات هرکدام شاخصی پدید می‌آید که شاخص F یا شاخص فیشر خوانده می‌شود. بر اساس نظر برخی از محققین این شاخص تا حدی می‌تواند جایگزین شاخص‌های برازش در مدل‌سازی معادلات ساختاری گردد.(مرادی و میر الماسی،

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

۱۳۹۸) با توجه به معناداری F یا شاخص فیشر در سطح اطمینان ۹۹ درصد می‌توان بیان کرد که متغیر وابسته باکیفیت مناسبی توسط متغیرهای مستقل خود در مدل رگرسیونی پیش‌بینی رفتار می‌شود. به عبارتی بر اساس این کیفیت‌سنجی می‌توان گفت مدل از وضعیت برازش مناسبی برخوردار است (pv<0/01).

جدول ۶. ضرایب رگرسیونی متغیرهای مورد ارزیابی تبیین اضطراب مرگ بر اساس راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی دانشجویان

مدل ۱	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	سطح معنی‌داری
	B	Std. Error	Beta		
راهبرد¬های مسئله محور	۰/۰۶۹	۰/۰۱۵	-۰/۲۱۶	-۴/۷۲	۰/۰۰۱
راهبرد¬های هیجان محور	۰/۳۰۷	۰/۰۳۱	۰/۴۶۷	۹/۹۵	۰/۰۰۱
مکانیزم های دفاعی رشد نایافته	۰/۰۰۶	۰/۰۰۷	۰/۰۴۴	۰/۸۹۴	۰/۳۷۲
مکانیزم های دفاعی رشد یافته	-۰/۰۸۲	۰/۰۱۵	-۰/۲۵۵	-۵/۳۲	۰/۰۰۱
مکانیزم های دفاعی روان آزرده	۰/۰۲۹	۰/۰۱۹	۰/۰۷۴	۱/۵۳	۰/۱۲۶

متغیر وابسته: اضطراب مرگ

همان‌طور که در جدول ۶ مشاهده شد سبک‌های دفاعی و راهبردهای مقابله‌ای می‌تواند اضطراب مرگ دانشجویان را پیش‌بینی کند و با توجه به ضریب تبیین جدول R^2 می‌توان گفت که این متغیرها می‌توانند ۳۹ درصد از واریانس اضطراب مرگ دانشجویان را تبیین کنند. نتایج جدول ضرایب رگرسیونی نشان می‌دهد بین اضطراب مرگ با راهبردهای مسئله محور و مکانیزم های دفاعی رشد یافته با بتای منفی و ضرایب (۰/۲۱۶) و (۰/۲۵۵) و با متغیر راهبردهای هیجان محور با بتای مثبت و ضریب (۰/۴۶۷) رابطه وجود دارد (pv<0/01).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی با بروز اضطراب مرگ در دوران همه‌گیری کرونا در دانشجویان انجام شد. نتایج تحقیق نشان داد بین اضطراب مرگ با راهبرد مقابله‌ای مسئله مدار همبستگی مثبت و با راهبرد مقابله‌ای هیجان مدار رابطه منفی وجود دارد. نتایج حاصل با نتایج تابع بردبار و کاوه (۱۳۹۹)، احمدی سرخکلائی و همکاران (۱۳۹۸)، تقوایی نیا (۱۳۹۷)، وصالی و همکاران (۱۳۹۹) گروسمن و همکاران (۲۰۲۰)، فرناندز (۲۰۲۰) و بسیاری از محققین دیگر همسو می‌باشد. تابع بردبار و کاوه (۱۳۹۹) در تحقیق خود در این خصوص بیان کرد میزان بالای اضطراب مرگ (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 مرگ را پیش‌بینی نمودند. نتایج حاصل از این تحقیقات در کل نشان‌دهنده رابطه‌ی سبک‌های دفاعی و اضطراب مرگ در افراد می‌باشد هرچند این روابط تحقیقات در زمان‌های قبل از همه‌گیری بیماری کرونا مورد ارزیابی قرارگرفته بود بااین‌وجود به نظر می‌رسد سبک‌های یا راهبردهای مقابله‌ای به‌طور معنی‌داری اضطراب مرگ را پیش‌بینی می‌کنند و مکانیزم دفاعی رشد یافته با اضطراب مرگ رابطه‌ی معکوس وجود دارد و بین مکانیزم دفاعی رشد نایافته رابطه مثبت و معناداری با اضطراب مرگ وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره به روش هم‌زمان نشان داد که مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته، نورتیک و رشد نایافته درمجموع 81.1 درصد از واریانس اضطراب مرگ را پیش‌بینی کردند. خرده مقیاس‌های مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته، مکانیزم‌های دفاعی رشد نایافته و مکانیزم‌های دفاعی نوروتیک پیش‌بینی کننده‌های اضطراب مرگ در بین دانشجویان هستند .بنابراین، به نظر می‌رسد مکانیزم‌های دفاعی افراد سهم بسزایی را در پیش‌بینی اضطراب مرگ آنان ایفا می‌نماید. در تبیین نتایج این تحقیق می‌توان گفت این روابط نشان می‌دهد دانشجویان که از راهبردهای مقابله‌ای مسئله مدار استفاده می‌کنند دارای اضطراب کرونا کمتری نسبت به دانشجویانی می‌باشند که از راهبردهای هیجان مدار استفاده می‌کنند. هرچند تحقیق حاصل با نتایج بسیاری از تحقیقات صورت گرفته رد خصوص راهبردهای مقابله‌ای

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

و اضطراب مرگ مطابقت دارد بااین‌وجود در بررسی تطابق و یا عدم تطابق این تحقیقات با تحقیقات همسو و غیرهمسو با توجه به جدید بودن موضوع اضطراب مرگ افراد در دوران کرونا تحقیقات کاملاً همسو با تحقیق بسیار محدودیت وجود داشت و پیرامون متغیرهای موردمطالعه پژوهش کاملاً مرتبط بسیار محدود صورت گرفته است و مطالعات کمتر به پیامدها و نقش بحث اپیدمی بیماری کرونا بر اضطراب مرگ و عوامل تأثیرگذار بر کاهش و یا افزایش آن پرداخته‌شده است که این مسئله باعث شده که مقایسه نتایج تحقیق با سایر تحقیقات قبلی کمی مشکل شود. بنابراین سعی کردید با مطالعاتی که به‌نوعی با متغیرها در ارتباط هستند مقایسه شود. درواقع شیوع بیماری کرونا در سال ۲۰۲۰ و ترس از ابتلا به این ویروس باعث تعطیلی بسیاری از مراکز، نهادها، دانشگاه و مدارس و غیره شده است و راه‌کارهای سازمان بهداشت جهانی برای قطع زنجیره انتقال شامل رعایت فاصله با افراد، کار و یادگیری از راه دور، محدودیت در استفاده از خدمات غیرضروری، محدودیت سفر در بعد ملی و بین‌المللی، ماندن در خانه و غیره باعث مختل شدن شرایط زندگی عادی افراد گردید بطوریکه فرناندز (۲۰۲۰) در این خصوص بیان کرد خانواده یکی از نهادهایی است که از پاندمی این ویروس تأثیر بسیار زیادی پذیرفته است، به‌عنوان‌مثال مشکلات اقتصادی تحمیل‌شده بر خانواده‌ها، باعث نگرانی‌های جدی در خانواده‌ها شده است همچنین گروسمن و همکاران (۲۰۲۰) در این خصوص بیان کردند بسیاری از افراد پس از مواجه با کرونا دچار واکنش‌های روحی و روانی شدیدی می‌شوند به‌طوری‌که یکی از این حس‌هایی که پس از مواجه با کرونا دارند، حس مرگ قریب‌الوقوع و نزدیک بودن به مرگ است تا آنجا که امروزه اضطراب مرگ را به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های مهم روان‌شناختی مطرح در بسیاری از بیماران بیان می‌کنند. لذا استفاده از راهبردهای مقابله‌ای در کاهش این اضطراب به‌عنوان یک عامل مؤثر در تحقیق حاضر مدنظر قرار گرفت. نیک هواه (۱۳۹۷) در این خصوص بیان کرد راهبردهای مقابله‌ای درواقع تلاش‌های شناختی و رفتاری است که افراد در موارد تنیدگی زا برای کنار آمدن با مسائل و مشکلات خود به کار می‌برند و نقش اساسی و تعیین‌کننده در سلامت جسمانی و روانی آن‌ها ایفا می‌کند. در کل می‌توان گفت استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مؤثر همچون راهبردهای مسئله مدار باعث می‌شوند که واکنش فرد به سطوح بالای تنیدگی کاهش یابد و آثار زیان‌بار آن تعدیل شود. تنیدگی و حتی شدت آن به‌خودی‌خود بد و سازش نایافته نیست، بلکه مهم چگونگی مقابله با این شرایط است. لذا، راهبردهای که فرد برای مقابله انتخاب می‌کند جزئی از نیمرخ آسیب‌پذیری محسوب می‌شوند. اتخاذ خط‌مشی و راهبردهای نامناسب همچون راهبردهای هیجان مدار در مواجهه با عوامل تنیدگی زا می‌تواند موجب تشدید مشکلات شود درحالی‌که به‌کارگیری راهبرد صحیح مقابله می‌تواند نتایج مثبتی در پی داشته باشد. نیک‌خواه (۱۳۹۷) همچنین در این خصوص بیان کرد اتخاذ خط‌مشی و راهبردهای نامناسب در مواجهه با عوامل تنیدگی زا می‌تواند موجب تشدید مشکلات شود درحالی‌که به‌کارگیری راهبرد صحیح مقابله می‌تواند نتایج مثبتی در پی داشته باشد .

همچنین نتایج تحقیق نشان داد بین مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته با میزان اضطراب مرگ دانشجویان رابطه منفی و بین مکانیسم‌های دفاعی رشد نایافته با اضطراب مرگ رابطه مثبت وجود دارد. نتایج حاصل در با نتایج وصالی و همکاران (۱۳۹۹)، طالبی و همکاران (۱۳۹۴)، تقوی همکاران (۱۳۹۷) مطابقت دارد. وصالی و همکاران (۱۳۹۹) حاکی از این نکته است که بین سبک‌های دفاعی و اضطراب مرگ رابطه معنی‌داری وجود دارد؛به عبارتی سبک دفاعی رشد نایافته با اضطراب مرگ رابطه‌ی مثبت و هم‌جهت دارد، بدین معنی که با به‌کارگیری سبک‌های دفاعی رشد نایافته میزان اضطراب مرگ افزایش و سبک‌های دفاعی رشد یافته اضطراب مرگ کاهش می‌یابد. شیانگ و همکاران (۲۰۲۰) در این خصوص بیان کردند بیماری‌های همه‌گیر مشابه ،نگرانی‌های جدی مانند ترس از مرگ در میان بیماران ایجاد کرده است و احساس تنهایی و خشم می‌تواند در میان عموم مردم گسترش یابد. در تبیین نتایج فوق می‌توان بیان کرد که شیوع بیماری ویروس کرونا باعث شده مردم بسیاری از کشورها در خانه و یا در یک مرکز قرنطینه بمانند.عدم قطعیت پیشرفت اپیدمی و مدت‌زمان آن باعث فشار روانی بیشتر بر عموم می‌شود.دلیل احتمالی این مشکلات روانی ممکن است مربوط به نگرانی از ابتلا به بیماری و ترس از کنترل بیماری باشد. لذا بنا بر نظر هارت (۲۰۱۴) مکانیسم‌های دفاعی سازش یافته در افراد تکانه‌های انگیزشی و نیازها را تنظیم می‌کنند و هدف آن‌ها حفظ احساس امنیت روانی به‌وسیله‌ی ایجاد تحریف شناختی و محدود کردن تجارب هشیار هیجان‌های منفی است. همچنین در تبیین این یافته می‌توان گفت راهبردهای مقابله‌ای مسئله مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کنند که بر اساس آن فرد

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

اعمالی را که باید برای کاهش یا از بین بردن یک عامل استرس‌زا مثل جست‌وجوی اطلاعات بیشتر درباره‌ی مسئله، تغییر ساختار مسئله ازنظر روان‌شناختی و اولویت دادن به گام‌هایی برای کانون توجه قرار دادن مسئله استفاده می‌کند اما برعکس، راهبردهای مقابله‌ای هیجان مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کند که بر اساس آن، فرد بر خود متمرکزشده و در جهت مقابله با شرایط پراسترس گریه کردن، عصبانی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای عیب جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی استفاده می‌کند. لذا فشارهای ناشی از شیوع بیماری کرونا از یک‌سو سلامت جسمانی و روانی فرد را به طرق مختلف تحت تأثیر قرار می‌دهد و از سوی دیگر زمان کمتری را برای باهم بودن و در کنار خانواده و اجتماع بودن بدون استرس داشته باشند لذا میزان اضطراب مرگ در صورت داشتن راهبردهای مقابله‌ای هیجان مدار و همچنین سبک‌های دفاعی رشد نایافته افزایش یابد درحالی‌که وجود راهبردهای مقابله‌ای مسئله مدار و مکانیسم دفاعی رشد یافته باعث کاهش اضطراب در افراد می‌گردد.

از محدودیت‌های پژوهش شامل این موارد بود: ابزار مورداستفاده در این تحقیق پرسشنامه بود و استفاده از یک ابزار به‌تنهایی همچون پرسشنامه ممکن است نتواند نتایج را به‌درستی منعکس کند. با توجه به اینکه موضوع پیش‌بینی، اضطراب مرگ بر اساس راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های دفاعی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شهر کرج بود. این تحقیق ازلحاظ موضوع، جامعه، مکان و زمان مورد ارزیابی محدود به بررسی دانشجویان ازلحاظ متغیرهای مذکور و در شهر کرج و ازلحاظ زمانی در سال ۱۴۰۱ بود. لذا در تعمیم نتایج به سایر گروه‌ها و سال‌ها بایستی بااحتیاط صورت پذیرد. به دلیل شیوع بیماری کرونا محدودیت پژوهشگر در دسترسی به افراد جامعه مورد ارزیابی و کسب همکاری آن‌ها در انجام تحقیق با محدودیت روبرو بود. بنابراین پیشنهاد می‌گردد با توجه به تأثیر مثبت سبک‌های دفاعی رشد یافته در کاهش اضطراب مرگ در دوران کرونا و اثر منفی سبک رسد نایافته، اهمیت نقش سبک‌های مذکور بیش‌ازپیش موردتوجه قرار گیرد. با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود، برای کاهش اضطراب مرگ دانشجویان، کارگاه‌ها و جلسه‌های راهنمایی و حتی مشاوره گروهی و فردی تشکیل شود و در آن آموزش‌های لازم در رابطه با بهبود سبک‌های دفاعی و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مناسب در جهت کاهش اضطراب مرگ در دوران کرونا ارائه شود. پیشنهاد می‌گردد با توجه به رابطه مثبت راهبردهای مقابله‌ای هیجان مدار و رابطه منفی راهبردهای مقابله‌ای مسئله مدار با اضطراب مرگ دانشجویان آموزش‌های لازم در رابطه با حذف و یا کاهش استفاده از سبک‌های مقابله‌ای هیجان مدار و استفاده از سبک‌های مقابله‌ای مسئله مدار در زمان ایجاد استرس و یا اضطراب ناشی از مخاطراتی همچون اپیدمی ویروس کرونا به دانشجویان ارائه شود.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

منابع

احمدی سرخکلائی، انیسه؛ سنگانی، علیرضا؛ آقاجانی، سارا و عبداللهی، زهرا. (۱۳۹۸). پیش‌بینی وسواس مرتبط با مرگ بر اساس مکانیزم های دفاعی رشد یافته در زنان مبتلابه سرطان پستان. *هشتمین همایش ملی راهکارهای ارتقای سلامت و چالش‌ها (با محوریت سرطان).*

احمدی، پریسا و صفایی را، ایرج. (۱۴۰۲). پیش‌بینی اضطراب مرگ بر اساس احساس تنهایی و راهبردهای مقابله‌ای در سالمندان. *سومین همایش ملی پژوهش‌های نوین در روانشناسی و علوم رفتاری، تهران.*

آزادی، م. م.، اکبری بلوطبنگان، آ.، واعظ فر، س. و رحیمی، م. (۱۳۹۳). نقش سبک‌های مقابله‌ای و خودکارآمدی در استرس شغلی پرستاران شاغل در بیمارستان، فصلنامه علمی ـپژوهشی انجمن علمی پرستاری ایران۲(۲)،۲۲-۳۲.

امامی راد، امیرمحمد و امیری، حسن. (۱۳۹۷). رابطه سلامت معنوی و معنایابی در زندگی با اضطراب مرگ در سالمندان. *فصلنامه روانشناسی پیری*، ۴ (۳)، ۲۵۱-۲۶۱.

تابع بردبار، فریبا و کاوه، منیژه. (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین رفتار خوردن آشفته با طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب در دختران نوجوان. روانشناسی افراد استثنایی، ۱ (۵)، ۴۷-۳۰.

تقوایی نیا، ع. (۱۳۹۷). نقش تعدیل‌کننده سبک‌های مقابله‌ای در رابطه‌ی بین سبک‌های دل‌بستگی با وسواس مرگ سالمندان. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۱۴(۵۶)، ۴۶۱-۴۷۳.

جهانگیری، مهدی. (۱۳۹۶). پیش‌بینی اضطراب مرگ بر اساس جهت‌گیری مذهبی و احساس تنهایی در سالمندان شهر اراک. نشریه سالمند شناسی، دوره۱، شماره۴، ۶۶-۵۸.

حقیقی،م.، یاوریان،ر.، معروفی، د .و سهرابی،ف. (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین سلامت روان و مکانیسم‌های دفاعی در دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، ماهنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، ۱۷(۲)، ۱۱۱-۱۱۹.

زارعی، علی‌رضا و حقایق، سید عباس. (۱۳۹۵). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس مکانیزم های دفاعی و راهبردهای انطباقی در بیماران مبتلابه سندرم نقص ایمنی اکتسابی. *فصلنامه روانشناسی سلامت*، ۱ (۲)، ۱۵-۲.

زاهدبابلان، عادل؛ برقی، شیدا .(۱۳۹۶). مقایسه اضطراب مرگ، احساس تنهایی و دل‌بستگی به خدا، در بین بیماران سرطانی، بیماران قلبی و افراد سالم. روان‌شناسی و دین، سال دهم. شماره دوم. پیاپی ۳۸.

طالبی، غلامرضا و منیرپور، نادر. (۱۳۹۴). پیش‌بینی مکانیزم های دفاعی بر اساس روابط موضوعی در دانشجویان. *کنفرانس بین‌المللی رویکردهای نوین در علوم انسانی، تهران.*

نیک‌خواه، مرتضی .(۱۳۹۷). روش‌های برخورد با استرس‌های زندگی. تهران: انتشارات جوانه.

هاشمی رزینی، هادی؛ باحشمت‌جویباری، شهاب؛ رامشینی؛ مریم .(۱۳۹۶). بررسی ارتباط راهبردهای مقابله و منبع کنترل با اضطراب مرگ در سالمندان. مقاله پژوهشی، دوره ۱۲، شماره۲، ۴۴-۳۴.

وصالی، هاله؛ لاچینی، عزیز؛ افشانی، رضا و محدودی زمان، مرتضی. (۱۳۹۹). رابطه سبک‌های دفاعی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با اضطراب مرگ در سالمندان. *نشریه اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی*، ۱۴ (۵۵)، ۲۶-۱۷.

Arslan, G., Yıldırım, M., & Aytaç, M. (2022). Subjective vitality and loneliness explain how coronavirus anxiety increases rumination among college students. *Death studies*, *46*(5), 1042-1051.

Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *The lancet*, *395*(10224), e37-e38.

Carvalho, F. P. (2017). Pesticides, environment, and food safety. *Food and energy security*, *6*(2), 48-60.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

Cheong, C. Y., Ha, N. H. L., Tan, L. L. C., & Low, J. A. (2020). Attitudes towards the dying and death anxiety in acute care nurses–can a workshop make any difference? A mixed-methods evaluation. *Palliative & supportive care*, *18*(2), 164-169.

Fernandes. N. (2020). Economic effects of coronavirus outbreak (COVID-19) on the world economy. Available at SSRN 3557504.

Fitri, R. A., Asih, S. R., & Takwin, B. (2020). Social curiosity as a way to overcome death anxiety: perspective of terror management theory. *Heliyon*, *6*(3).

Grossman, C. H., Brooker, J., Michael, N., & Kissane, D. (2020). Death anxiety interventions in patients with advanced cancer: A systematic review. *Palliative medicine*, *32*(1), 172-184.

Lee, S. A., Jobe, M. C., Mathis, A. A., & Gibbons, J. A. (2020). Incremental validity of coronaphobia: Coronavirus anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. *Journal of anxiety disorders*, *74*, 102268.

López-Pérez, M. E., Pino-Juste, M., & Campos, A. (2020). Viveza, control de imagen, y actitudes ante la muerte en adolescentes y adultos. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, *7*(2), 127-135.

Okoli, U. I., Obi, O. C., Adewusi, A. O., & Abrahams, T. O. (2024). Machine learning in cybersecurity: A review of threat detection and defense mechanisms. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, *21*(1), 2286-2295.

Özgüç, S., Kaplan Serin, E., & Tanriverdi, D. (2024). Death anxiety associated with coronavirus (COVID-19) disease: A systematic review and meta-analysis. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, *88*(3), 823-856.

Shao, J., Yang, H., Zhang, Q., Du, W., & Lei, H. (2019). Commonalities and differences in psychological adjustment to chronic illnesses among older adults: a comparative study based on the stress and coping paradigm. *International journal of behavioral medicine*, *26*, 143-153.

Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and clinical neurosciences*, *74*(4), 281.

Tüzer, H., Kırca, K., & Özveren, H. (2020). Investigation of nursing students' attitudes towards death and their perceptions of spirituality and spiritual care. *Journal of religion and health*, *59*, 2177-2190.

Watter, S. B. (2017). Scrutinizing. *Grey Room*, (66), 32-69.

Zangrillo, A., Beretta, L., Scandroglio, A. M., Monti, G., Fominskiy, E., Colombo, S., ... & COVID-BioB Study Group. (2020). Characteristics, treatment, outcomes and cause of death of invasively ventilated patients with COVID-19 ARDS in Milan, Italy. *Critical Care and Resuscitation*, *22*(3), 200-211.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۲، شماره ۲۶، پاییز ۱۴۰۳

The Relationship between Coping Strategies and Defense Styles with Death Anxiety During the COVID- ۱۹Pandemic in Students

Shahnaz Aryanmehr[1], Parisa Peyvandi[2], Malakeh Mashhadi Farahani[3]

Abstract

The aim of the present study was to determine the relationship between coping strategies and defense styles with death anxiety during the COVID- ۱۹pandemic among students. The research method was correlational, and the statistical population included all students of Islamic Azad University in Karaj for the academic year ۲۰۲۱-۲۰۲۲. The sample was selected using a convenience sampling method, and the sample size was calculated to be ۲۹۰individuals using the Fidel and Tabachnick formula. Considering the possibility of excluding some participants due to data preprocessing, ۳۲۰questionnaires were distributed, and after preprocessing, ۲۰samples were removed, resulting in a final sample of ۳۰۰participants. The data collection tools included three questionnaires: the Lazarus and Folkman Coping Strategies Questionnaire (۱۹۸۵), the Andrews Defense Styles Questionnaire (۱۹۹۳), and the Templer Death Anxiety Scale (۱۹۷۰). The research hypotheses were examined using Pearson correlation tests and regression analysis. The results of the correlation analysis indicated a negative correlation between problem-focused coping styles and mature defense mechanisms with students' death anxiety, while a positive and significant correlation was found between emotion-focused coping styles and immature defense mechanisms with students' death anxiety ($p < ۰.۰۱$). The regression analysis results showed that ۳۹of the variance in students' death anxiety was explained by coping strategies and defense styles. According to the results of the regression coefficient matrix, there was a negative relationship between death anxiety with problem-focused strategies and mature defense mechanisms, with beta coefficients of (-۰.۲۱۶) and (-۰.۲۵۵), and a positive relationship with emotion-focused strategies, with a beta coefficient of (۰.۴۶۷) ($p < ۰.۰۱$). These findings emphasize the importance of considering coping strategies and defense styles in reducing death anxiety during critical situations such as the COVID- ۱۹ pandemic and can contribute to the design of psychological interventions for students.

Keywords: Death Anxiety, Defense Styles, Coping Strategies

[1] Master's Degree in Personality Psychology, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran

[2] Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran (Corresponding Author)

[3] Assistant Professor, Department of General and Clinical Psychology, Alborz Science and Research Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]