

– ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ –

УДК 159.923-057.875

А. Е. Афанасьева, Л. Г. Антонова

Исследование алекситимии у студентов

Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова, г. Якутск, Россия

Аннотация. Статья посвящена исследованию алекситимии у студентов. Интерес к данной теме обусловлен тем, что алекситимия достаточно часто встречается среди студентов. Она препятствует развитию личности студентов вследствие того, что у них возникают трудности в осознании и описании своих эмоциональных переживаний и определения их у других людей, отсутствии эмоциональной рефлексии и саморегуляции. Результатом являются проблемы в установлении межличностной, групповой коммуникации, в социально-психологической адаптации, которые отрицательно влияют на эффективность образовательного процесса в целом. Цель данного исследования – изучить особенности проявления алекситимии у студентов. Было установлено, что большая часть испытуемых находится в группе риска, и относится к алекситимическому типу личности. При этом алекситимичный студент робок, не уверен в себе, тревожен, замкнут, у него низкая самооценка, он эмоционально не стабилен, подозрителен, тревожен и беспокоен, любит мечтать. У студентов якутов риск формирования алекситимии выше, чем у студентов других национальностей. Результаты исследования свидетельствуют об актуальности данного исследования, о необходимости проведения своевременных профилактических мер, которые помогут молодым людям успешно адаптироваться в обществе.

Ключевые слова: алекситимия, алекситимичный тип, студенты, юность, якуты, тревожность, низкая самооценка, образовательный процесс.

А. Е. Afanasyeva, L. G. Antonova

Alexithymia in Students

M.K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russia

Abstract. The article is devoted to the research on alexithymia in students. The interest in this topic is caused by the fact that alexithymia is quite common in students. It prevents the development of the personality of students since they have the difficulty in understanding and describing their emotional experiences and interpreting them in other people, as well as the lack of emotional reflection and self-regulation. As a result, they face problems in establishing interpersonal and group communication, in social and psychological adaptation,

АФАНАСЬЕВА Анна Егоровна – к. психол. н., доцент Института психологии, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова.

E-mail: a.e.afanasyeva@mail.ru

АФАНАСЬЕВА Анна Егоровна – candidate of psychological Sciences, Senior Lecturer, Institute of psychology, M.K. Ammosov North-Eastern Federal University.

АНТОНОВА Лидия Гаврильевна – студент 6 курса Института психологии группы ИП-С-КП-13, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова.

E-mail: jasny95@mail.ru

ANTONOVA Lydia Gavrilovna – a 6-year student of the Institute of psychology, M.K. Ammosov North-Eastern Federal University.

which negatively affects the effectiveness of the educational process as a whole. The purpose of this research was to study the peculiarities of the manifestation of alexithymia in students. It was found that most of the subjects were at risk and belonged to the alexithymic type of personality. At the same time, the alexithymic student is timid, not confident, anxious, withdrawn, has low self-esteem, is not emotionally stable, suspicious, anxious and restless, eager to dream. Yakut students have a higher risk of alexithymia formation than students of other ethnicities do. The results of the study indicate its relevance, the need for timely preventive measures that will facilitate successful adaptation of students to society.

Keywords: alexithymia, alexithymic type, students, youth, Yakuts, anxiety, low self-esteem, educational process.

Введение

Рост интереса к проблеме алекситимии со стороны клинических психологов связан с тем, что она наблюдается не только у больных, но обнаруживается и в популяции здоровых [1]. Как показывает анализ литературы по теме исследования, алекситимия – явление, которое достаточно распространено среди студентов.

Алекситимия препятствует развитию личности студентов в силу таких ее проявлений, как: затрудненность осознания и описания своих эмоциональных переживаний и определения их у других людей, отсутствия эмоциональной рефлексии и саморегуляции. Результатом являются проблемы в установлении межличностной, групповой коммуникации, в социально-психологической адаптации. Алекситимия может отрицательно повлиять на эффективность образовательного процесса в целом [2].

Кроме того, Т.Г. Бохан отмечает, что в экстремальных условиях Севера может возникать вторичная «северная» алекситимия как психологическая защита на эмоциональный стресс, экстремальные условия жизнедеятельности. По данным исследования автора, наибольшие трудности в идентификации чувств, трудности с описанием чувств к другим людям, во внешне ориентированного типа мышления испытывают респонденты в группах «Якуты», «Тувинцы», «Алтайцы» [3]. При этом мы не нашли исследований, посвященных изучению особенностей проявления алекситимии у студентов Якутии, что и обуславливает актуальность данного исследования.

Цель исследования – выявить особенности проявления алекситимии у студентов.

Объект исследования – студенты в возрасте от 16 до 25 лет.

Предмет исследования – особенности проявления алекситимии у студентов.

Методы исследования:

- эмпирические методы: для измерения и оценки алекситимии выбрана Торонтская алекситимическая шкала (TAS), для изучения личностных особенностей студентов – «16-факторный личностный опросник» Р. Кеттелла;

- методы статистической обработки результатов SPSS: описательная статистика, сравнительный анализ с помощью критериев Краскела-Уоллиса и Манна-Уитни, корреляционный анализ по критерию Спирмена.

В исследовании приняли участие 129 студентов различных вузов и ссузов Якутска в возрасте от 16 лет до 25 лет.

Личностные особенности студентов с различным уровнем выраженности алекситимии

Нами была определена степень выраженности алекситимии у испытуемых (табл. 1).

Таблица 1

Результаты, полученные по торонтской алекситимической шкале

Степень выраженности алекситимии	Количество испытуемых	% от общего
Неалекситимический тип личности	38	29
Группа риска	52	41
Алекситимический тип личности	38	29

Таким образом, большая часть выборки (70%) находится либо в группе риска, либо у них сформирована алекситимия.

Далее мы сравнили личностные особенности студентов, полученные с помощью опросника Кеттелла, с высоким и низким уровнем алекситимии, используя U-критерий Манна-Уитни (табл. 2).

Таблица 2

Личностные особенности студентов с высоким и низким уровнем алекситимии

	Алекситимия	Средний ранг	Асимп. значение
Фактор А общительность	высокий уровень	29	0,00
	низкий уровень	47	
Фактор С эмоциональная стабильность	высокий уровень	30	0,001
	низкий уровень	46	
Фактор Н смелость	высокий уровень	32	0,02
	низкий уровень	44	
Фактор MD самооценка	высокий уровень	33	0,04
	низкий уровень	43	
Фактор М мечтательность	высокий уровень	43	0,03
	низкий уровень	33	
Фактор О тревожность	высокий уровень	45	0,05
	низкий уровень	31	
Фактор Q4 напряженность	высокий уровень	45	0,007
	низкий уровень	31	

Таким образом, мы видим, что:

1) неалекситимичный тип демонстрирует самоуверенность, общительность, эмоциональную устойчивость и предприимчивость;

2). алекситимичные студенты тревожные, беспокойные, любят мечтать.

Для проверки взаимосвязи алекситимии и личностных особенностей студентов между результатами, полученными по опросникам «TAS» и «16-факторный личностный опросник», был проведен корреляционный анализ с помощью t-критерия Спирмена. Результаты по значимым корреляционным связям представлены в таблице 3.

Таблица 3

Взаимосвязь алекситимии и личностных особенностей

Личностные особенности	Алекситимия	Sig.(2-tailed)
MD Самооценка	-,232**	,008
Фактор А Общительность	-,377**	,108
Фактор С Эмоциональная стабильность	-,311**	,000
Фактор Н Смелость	-,239	,006
Фактор L Подозрительность	,183*	,038
Фактор М Мечтательность	,211**	,016
Фактор О Тревожность	,303**	,000
Фактор Q4 Фрустрированность	,275**	,002

Из полученных данных мы видим, что чем более алекситимичен студент, тем ниже у него самооценка, он замкнут, эмоционально не стабилен, робок, подозрителен, тревожен и беспокоен, при этом склонен к фантазированию.

Описанные результаты подтверждают данные, полученные в ходе теоретического анализа проблемы, о трудностях в установлении контакта с окружающими, тревожности у алекситимического типа людей. При этом в литературе описаны такие алекситимичные проявления, как не способность фантазировать, решать креативные задачи, плохо развитое воображение [4]. В нашем случае алекситимия прямо связана с мечтательностью. Скорее всего, это можно объяснить тем, что мы рассматриваем алекситимию как особенность коммуникативного стиля, характерного для Якутии, а именно сдержанность в общении, в проявлении эмоции, а не как невротический симптом. И здесь фантазирование выступает как защитный механизм на фрустрирующие студентов ситуации, их тревожность, замкнутость и прочие характеристики.

Особенности проявления алекситимии у студентов разных национальностей

Мы предположили, что у студентов-якутов риск формирования алекситимии выше, чем у студентов других национальностей.

Для решения данной задачи мы разделили группу на 3 подгруппы: якуты – 69%, русские – 21%, представители других национальностей – 10%. Далее мы провели сравнительный анализ данных, полученных по опроснику TAS, с помощью критерия Краскела-Уоллиса. Значимые различия представлены на рис 1.

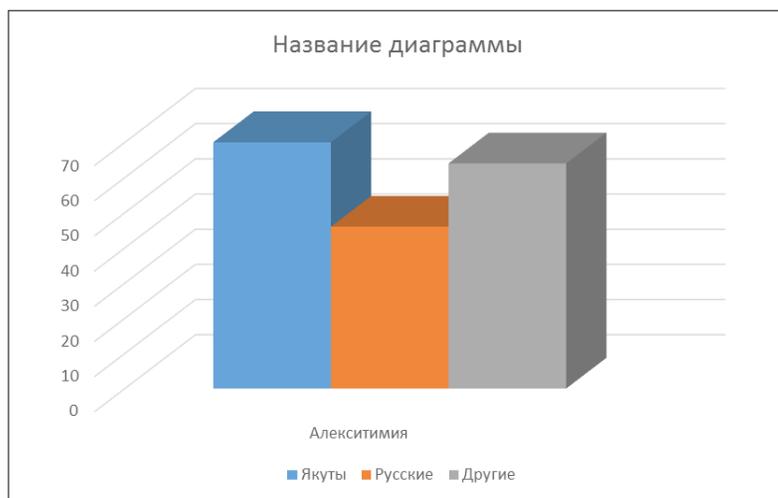


Рис. 1. Средние значения уровня выраженности алекситимии у студентов разных национальностей

Как мы видим, наиболее алекситимичны якуты ($p=0,02$), менее всех склонны к развитию алекситимии русские студенты.

Таким образом, полученные данные подтверждают результаты исследования Т.Г. Бохан о культурной обусловленности алекситимии у народов Сибири, в частности, у якутов [3].

Заключение

Проведенное исследование позволяет сделать вывод о том, что:

1) алекситимичный студент робок, не уверен в себе, тревожен, замкнут, у него низкая самооценка, он эмоционально не стабилен, подозрителен, тревожен и беспокоен, при этом любит мечтать;

2) у студентов-якутов риск формирования алекситимии выше, чем у студентов других национальностей.

Литература

1. Белоусова К.П. Распространенность алекситимии у студентов-медиков из Карелии и Мурманской области // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2010. – №5. – С. 84-86.
2. Никулина Д.С. Психолого-педагогические условия преодоления алекситимии у студентов вузов: диссертация ... кандидата психологических наук: 19.00.07. – Таганрог, 2005. – 207 с.
3. Бохан Т.Г., Счастный Е.Д., Терехина О.В., Хомутова Т.О., Танабасова У.В., Галажинская О.Н. Культурная обусловленность алекситимии как фактор риска нарушения психического здоровья (на примере традиционных народов Сибири) // Интернет-журнал «Мир науки». – 2016. – Т. 4. – № 6.
4. Брель Е.Ю. Алекситимия в норме и патологии: психологическая структура и возможности профилактики: диссертация ... доктора Психологических наук: 19.00.04 / Брель Елена Юрьевна; [Место защиты: ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет»]. – 2018. – 341 с.

References

1. Belousova K.P. Rasprostranennost' aleksitimii u studentov-medikov iz Karelii i Murmanskoi oblasti // Zhurnal nevrologii i psikhiatrii im. S.S. Korsakova. – 2010. – №5. – S. 84-86.
2. Nikulina D.S. Psikhologo-pedagogicheskie usloviia preodoleniia aleksitimii u studentov vuzov: dissertatsiia ... kandidata psikhologicheskikh nauk: 19.00.07. – Taganrog, 2005. – 207 s.
3. Bokhan T.G., Schastnyi E.D., Terekhina O.V., Khomutova T.O., Tanabasova U.V., Galazhinskaia O.N. Kul'turnaia obuslovlennost' aleksitimii kak faktora riska narusheniia psikhicheskogo zdorov'ia (na primere traditsionnykh narodov Sibiri) // Internet-zhurnal "Mir nauki". – 2016. – T. 4. – № 6.
4. Brel' E.Iu. Aleksitimiia v norme i patologii: psikhologicheskaiia struktura i vozmozhnosti preventsii: dissertatsiia ... doktora Psikhologicheskikh nauk: 19.00.04 / Brel' Elena Iur'evna; [Mesto zashchity: FGAOU VO "Natsional'nyi issledovatel'skii Tomskii gosudarstvennyi universitet"]. – 2018. – 341 s.

