

***Воронина Кристина Алексеевна***

студентка

***Савина Татьяна Сергеевна***

студентка

***Усынина Татьяна Петровна***

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный  
медицинский университет» Минздрава России

г. Оренбург, Оренбургская область

## **ИССЛЕДОВАНИЕ АЛЕКСИТИМИИ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

*Аннотация:* в данной статье представлены результаты исследования, проведенного на базе ГБОУ ВО «ОрГМУ», для определения наличия и уровня алекситимии у студентов факультета клинической психологии. В итоге авторы приходят к заключению о необходимости проведения коррекционно-развивающей работы со студентами с высоким уровнем алекситимии.

*Ключевые слова:* алекситимия, уровни алекситимии, эмоциональная сфера, психосоматические заболевания, вербализация эмоций, эмоциональное здоровье.

В современном мире увеличивается нагрузка в высших учебных заведениях, повышается напряжение. В данных условиях студенты зачастую не уделяют должное внимание эмоциональной стороне жизни. При этом в обществе пытаются закрепить культ рациональности, эмоциональной холодности, зачастую циничности. Негативная оценка дается тем, кто выражает свои эмоции открыто. Эмоции вытесняются из сознания, исключается возможность их переработки и понимания. По данным современных исследований, обеднению эмоций и нарушению эмоционального контакта между людьми способствует широко распространенная в современном мире чрезмерное увлечение интернетом, а именно заменой реального общения виртуальным и погружением в жизнь в сети. Всё это

приводит к нарушениям эмоционального здоровья, что влечет за собой нарушения в психическом, соматическом здоровье, и снижение качества жизни в целом.

Сложившаяся ситуация благотворно влияет на формирование эмоциональной безграмотности, и как следствие развитие алекситимии.

Для выявления уровня алекситимии использовалась торонтская алекситимическая шкала (TAS-26) Г. Тейлора.

Термин «алекситимия» используют для обозначения ведущего психического расстройства, лежащего в основе психосоматических заболеваний – ограниченной способности индивида к восприятию собственных чувств и эмоций, их адекватной вербализации и экспрессивной передаче.

Многие исследователи обращаются к исследованию феномена алекситимии. К их числу относятся П. Сифнеоз, Д. Тэйлор, Ф. Александер, Г. Кристал, А.В. Будневский, В.В. Катинин, Н.С. Курек, О.И. Лышова, Н.Д. Семенова, В. Роттенберг, В.М. Проворотов, Ю.Н. Чернов и другие.

Учитывая специфику медицинского университета, а также то, что наибольшие негативные проявления алекситимии приходятся на подростковый и юношеский возраст проблема алекситимии особо актуальна и мы так же заинтересовались её исследованием.

Цель нашего исследования: определить выраженность алекситимии у студентов факультета клинической психологии Оренбургского государственного медицинского университета.

Задачи исследования: проанализировать теоретические материалы по проблеме исследования; определить уровень алекситимии у студентов медицинского университета.

Эмпирическое исследование проводилось на базе ГБОУ ВО «ОрГМУ» в 2017 году. Выборка исследования составила 24 человека.

Методы исследования: торонтская алекситимическая шкала (TAS-26) Г. Тейлора.

Для определения наличия и уровня алекситимии у испытуемых была использована русифицированная версия Торонтской алекситимической шкалы

(TAS-26). Минимальное количество баллов, которое можно набрать 23, максимальное 130.

О наличии алекситимии у испытуемого свидетельствуют результаты от 74 баллов, 62–73 баллов говорят о попадании тестируемого в зону риска, менее 62 баллов обозначают низкий уровень нарушений.

По данным TAS-26 мы получили следующие данные: 17% студентов имеют высокий уровень алекситимии, следовательно, они испытывают трудности в идентификации и описании своих чувств, они не могут определить различие между телесными ощущениями и эмоциональными состояниями, большее внимание уделяют внешним обстоятельствам, чем внутренним событиям, возможны трудности в межличностном взаимодействии.

37% испытуемых находятся в зоне риска, они характеризуются снижением способности вербализации своих чувств, снижением уровня воображения.

47% респондентов имеют низкий уровень алекситимии, им не свойственно это расстройство.

При этом наименьший уровень алекситимии 42 балла, а наибольший 86 баллов.

Хотелось бы обратить внимание на то, что на многие студенты не твердые ответы на вопросы, отвечали «скорее согласен» или «скорее не согласен».

Интерес представляет распределение ответов на некоторые вопросы. 42% опрошенных при выборе ответа на 7 утверждение «Знать, как решать проблемы, более важно, чем понимать причины этих решений» выбрали вариант «ни то, ни другое», 21% не согласны с утверждением, 37% согласны. При рассмотрении ответов на 21 утверждение, оказалось, что абсолютно все опрошенные считают, что очень важно уметь разбираться в эмоциях других людей. На 3 утверждение «Я хотел бы быть не таким застенчивым» 62% студентов ответили положительно. В 10 утверждении «У меня бывают физические ощущения, которые непонятны даже докторам» вариант «ни то, ни другое» не выбрал никто, 54% ответили утвердительно, 46% отрицательно. Только 8% студентов полагают, что мечты – это трата времени, а 92% не согласились со 2 утверждением «Мечты –

это трата времени». На 22 утверждение «Мне трудно описывать свои чувства по отношению к людям» 38% опрошенных ответили положительно, 16% затрудняются ответить, 46% ответили отрицательно.

По данным исследования можно сделать вывод о затруднениях в эмоциональной сфере у некоторых студентов, о неуверенности в себе и трудностях в вербализации своих эмоций. Положительным моментом является то, что студенты понимают важность эмоций и их адекватного понимания.

Полученные нами данные свидетельствуют о необходимости проведения коррекционно-развивающей работы со студентами с высоким уровнем алекситимии.

### ***Список литературы***

1. Есин Р.Г. Алекситимия – основные направления изучения / Р.Г. Есин, Е.А. Горобец, К.Р. Галиуллин, О.Р. Есин // Журнал неврологии и психиатрии. – 2014. – №12. – С. 148–151.

2. Барабошин А.Т. Алекситимия и психологические защиты: возрастные и гендерные аспекты у пациентов соматического профиля // Психология совладающего поведения. – Кострома, 2010. – С. 76–78.

3. Брель Е.Ю. Проблема изучения алекситимии в психологических исследованиях // Вестник КемГУ. – 2012. – №3. – С. 173–176.

4. Коваль Н.А. Процесс и содержание эмоционального развития / Н.А. Коваль, О.И. Шмырева // Мир психологии. – М. – Воронеж, 2015. – №3 (83).

5. Трунов Д.Г. Виды и механизмы функциональной алекситимии // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2010. – Вып. 2.

6. Николаева В.В. О психологической природе алекситимии // Психология телесности и психосоматика. – 2007 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.gestaltlife.ru/publications/13/view/126>