

**УРОВНИ АЛЕКСИТИМИИ
У СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ**

© 2021 А. В. Гришина¹, М. В. Косцова², В. А. Быстрыков³

*¹канд. психол. наук, доцент кафедры общей психологии
e-mail: nast_kostsova@mail.ru*

*Севастопольский экономико-гуманитарный институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного
учреждения высшего образования «Крымский федеральный
университет имени В. И. Вернадского» (г. Севастополь)*

*²канд. психол. наук, доцент кафедры психологии
e-mail: mashasev@mail.ru*

*Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Севастопольский государственный университет»
(г. Севастополь)*

*³канд. биол. наук, доцент
e-mail: anna.bustrukova1972@yandex.ru*

*Гуманитарно-педагогическая академия (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного
учреждения высшего образования «Крымский федеральный университет
имени В. И. Вернадского» (г. Ялта)*

В рамках эмпирического исследования выявлено, что наиболее взаимосвязана с алекситимией альтруистическая направленность личности. Также выявлена обратная взаимосвязь между трудностью идентификации чувств и альтруистической, коммуникативной, глорической, практической, пугнической, гностической направленностями личности. Исходя из полученных данных, можно констатировать, что эмоциональная направленность личности как ценностные переживания профилирует алекситимию в период ранней юности.

Ключевые слова: эмоциональная направленность личности (ЭНЛ), типы ЭНЛ: альтруистическая, коммуникативная, глорическая, практическая, пугническая, романтическая, гностическая, эстетическая, гедонистическая, акизитивная; алекситимия, старшеклассники.

LEVELS OF ALEXITYTIMIA IN HIGH SCHOOLS WITH DIFFERENT TYPES OF EMOTIONAL PERSONALITY

© 2021 A. V. Grishina¹, M. V. Kostsova², V. A. Bystryukov³

¹*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor
e-mail: nast_kostsova@mail.ru*

*Sevastopol Economic-Humanitarian Institute (branch of Federal Autonomous educational institution «Crimean Federal University named after V.I. Vernadsky»
(Sevastopol)*

²*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor
e-mail: mashasev@mail.ru*

Psychology Department, Sevastopol State University

*Candidate of Biological Sciences, Associate Professor
e-mail: anna.bustrukova1972@yandex.ru*

*Humanitarian and Pedagogical Academy (branch)
Federal State Autonomous Educational
Institution of Higher Education "V. I. Vernadsky Crimean Federal University" (Yalta)*

In the framework of empirical research, it was revealed that the altruistic orientation of the personality is most interconnected with alexithymia. An inverse relationship was also revealed between the difficulty of identifying feelings and the altruistic, communicative, gloric, praxical, frightening, gnostic orientation of the personality. Based on the data obtained, it can be stated that the emotional orientation of the personality as value experiences prevents alexithymia in the period of early adolescence.

Keywords: emotional direction of personality (EDP), types of EDP: altruistic, communicative, gloric, praxis, strifal, romantic, gnostic, aesthetic, hedonistic, accusative; alexithymia, high school students.

Проблема алекситимии начала изучаться в 70-х гг. XX в. Термин «алекситимия» (с греческого «а» – отсутствие; «lexis» – слово; «thymos» – эмоция) был введен П. Сифнеосом для обозначения ведущего, по его мнению, психического расстройства, лежащего в основе психосоматических заболеваний, – ограниченной способности индивида к восприятию собственных чувств и эмоций, их адекватной вербализации и экспрессивной передаче.

Потребности человека в переживании эмоций отмечали многие психологи (Б.И. Додонов, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.В. Гришина и М.В. Косцова [Гришина 2013; 2017; 2013а; 2018; 2020]). В ходе общения с окружающими людьми и при осуществлении различных видов деятельности в ранней юности происходит эмоциональное развитие, а также постепенно формируется индивидуально-личностная иерархия в рамках эмоциональных предпочтений. Через ценностное отношение к определенным видам эмоциональных переживаний проявляется такая характеристика личности, как эмоциональная направленность. В связи с этим и вышеуказанным мы можем сказать о том, что процесс

социального познания является важным условием для формирования эмоциональной направленности и способности распознавать свои эмоции.

Изучение феномена алекситимии в образовательном процессе (а именно в процессе обучения в школе) важно, так как нарушения в эмоциональной сфере понижают способность старшеклассников устанавливать разнообразные контакты, мешают их личностному развитию, в целом приводя к социально-психологической дезадаптации. Именно поэтому данная тема является актуальной [Гришина 2020].

Понимание термина «алекситимия» может различаться в зависимости от области принадлежности к той или иной сфере человеческой деятельности, таких как наука, культура, искусство, коммуникация разного уровня и т.п. Чтобы полнее и конкретнее исследовать тему и понятие алекситимии в психологии, нужно выделить те ее сферы, в которых наиболее часто поднимается вопрос о психологических аспектах алекситимии.

Тематика научных работ по проблеме алекситимии в психологии
(контент-анализ статей в РИНЦ)

Сферы психологии, в которых рассматривается проблема ответственности	Количество работ по теме	%
Феномен алекситимии в социальной психологии	3	7,7
Проблема алекситимии в дифференциальной психологии	4	10,25
Проблема алекситимии в клинической психологии	17	43,58
Связь алекситимии с другими личностными характеристиками человека	11	28,2
Нейропсихологический анализ феномена алекситимии у спортсменов	1	2,56
Общие вопросы методологии изучения алекситимии в психологии	3	7,7
Общая сумма	39	100%

В таблице представлена тематика научных статей в разных областях психологии. Было отобрано 39 источников для анализа. Здесь представлены направления научных работ в сфере психологии алекситимии, в которые входят проблема алекситимии в социальной психологии, проблема алекситимии в дифференциальной психологии, в клинической психологии, связь алекситимии с другими личностными характеристиками человека и т.д.

Понятие алекситимии чаще встречается в клинической психологии, где рассматривают связь данного феномена с психосоматической симптоматикой, а также изучают происхождение алекситимии: первична она или вторична, обусловлена генетически или социально. Количество работ по данному вопросу стоит на первом месте (17 работ, 43,58%). Связь алекситимии с другими личностными характеристиками человека также часто встречается в научной психологической литературе (11 работ, 28,2%). По частоте встречаемости на третьем месте стоят работы о проблеме алекситимии в дифференциальной психологии (4 работы, 10,25%). В этой сфере исследуются индивидуальные особенности психики алекситимиков, их темперамент, различие характеров и способностей.

Общие вопросы методологии изучения алекситимии в психологии стоят на четвертом месте (3 работы, 7,7%). Исследователи изучают ее структуру, особенности, типологии, классификации, методологические подходы к пониманию и исследованию этого феномена.

Феномен алекситимии в социальной психологии занимает четвертое место (3 работы, 7,7%). Статьи посвящены изучению межличностных отношений и процессов взаимодействия людей, у которых развит алекситимический радикал.

И последнее место занимает нейропсихологический анализ феномена алекситимии у спортсменов (1 работа, 2,56%). В этой сфере исследуется

распространённость алекситимии среди спортсменов и проводится нейропсихологический анализ межполушарных взаимоотношений у спортсменов с алекситимичными чертами.

Цель работы: эмпирическое исследование взаимосвязи феномена алекситимии и типов эмоциональной направленности (на примере учащихся старших классов).

В рамках научной проблемы была выдвинута гипотеза исследования: предполагается, что существует взаимосвязь между типами эмоциональной направленности и склонностью к алекситимии у учащихся старших классов.

Для доказательства гипотезы были использованы следующие эмпирические методы: опросник «Торонтская алекситимическая шкала» (TAS-20), адаптированный в Московском НИИ Психиатрии (А.Е. Бобров, М.А. Боброва, Р.М. Бэгби, М.Г. Ивашкина, Л.К. Квилти, М.Н. Кривчикова, Е.Н. Мошняга, Н.В. Пузырева, Е.Г. Старостина, Г.Д. Тэйлор, Е.П. Шаврикова); опросник для определения общей эмоциональной направленности личности (методика Б.И. Додонова); ранговая корреляция Спирмена.

Исследование проводилось на базе ГБОУ «СОШ №14 имени И.С. Пьянзина» в течение 2020/2021 учебного года. В исследовании приняли участие 32 учащихся 11 класса. Из них 18 (56%) девушек и 14 (44%) юношей в возрасте от 16 до 18 лет.

По результатам методики Б.И. Додонова можно увидеть общую динамику типов эмоциональной направленности у старшеклассников (рис. 1).

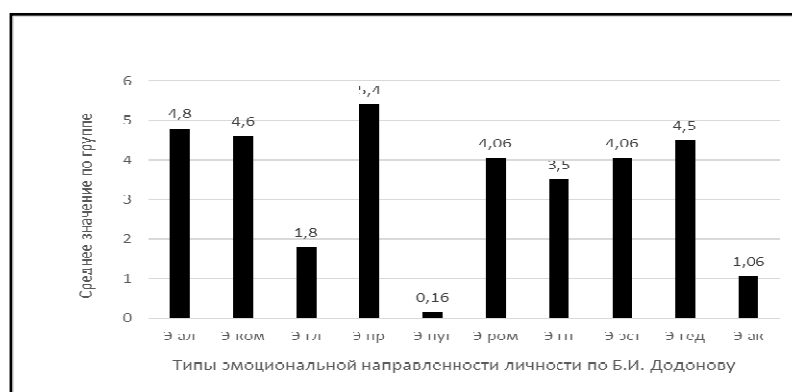


Рис. 1. Среднее значение по диагностике общей эмоциональной направленности личности (методика Б.И. Додонова). Условные обозначения: Э_АЛ – эмоция альтруистическая; Э_КОМ – эмоция коммуникативная; Э_ГЛ – эмоция глорическая; Э_ПР – эмоция практическая; Э_ПУГ – эмоция пугническая; Э_РОМ – эмоция романтическая; Э_ГН – эмоция гностическая; Э_ЭСТ – эмоция эстетическая; Э_ГЕД – эмоция гедонистическая; Э_АК – эмоция акизитивная

Из рисунка 1 видно, что преобладающая эмоция у старшеклассников – практическая. Из этого можно предположить, что старшие школьники склонны больше активно действовать, чем размышлять. Для ранней юности характерна устремленность в будущее. В этот относительно короткий срок необходимо создать жизненный план – решить вопросы, кем быть (профессиональное самоопределение) и каким быть (личностное и моральное самоопределение). Но старшеклассники не просто представляют себе свое будущее в общих чертах, они также настроены достигать поставленной цели, добиваться желаемых результатов.

Довольно высокие результаты у юношей и девушек по шкале альтруистической направленности. Это говорит о том, что направленность на других у испытуемых проявляется ярко. Молодые люди готовы содействовать и помогать друг другу. Также достаточно высокие результаты старшеклассники набрали по шкалам коммуникативной и гедонистической направленности. Из этого можно предположить, что в коллективе молодых людей царят комфортные условия, а также чувства

симпатии, расположения, уважения друг к другу. У старших школьников выражено желание общаться, делиться своими мыслями и переживаниями. Гедонистические эмоции связаны с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте. Это может говорить о том, что испытуемые считают лучшей радостью самые простые вещи: вкусно поесть, сладко поспать и т.п.

Одинаковый результат старшеклассники набрали по шкалам романтической и эстетической направленности. Можно предположить, что молодые люди не склонны к прагматизму. Они, напротив, проявляют стремление ко всему необыкновенному и таинственному, что, в свою очередь, почти всегда включает в себя ожидание. Это может быть связано с ожиданием скорой сдачи ЕГЭ, которое окажет решающее влияние на судьбу каждого учащегося, а также с последующим поступлением в высшее учебное заведение. В эстетических эмоциях можно выделить такую разновидность, как лирические переживания, которые могут проявляться в светлой грусти в связи с окончанием школы. За 11 лет учебного процесса данное учебное заведение успело стать для многих школьников вторым домом и вызывать чувство чего-то родного, близкого. После поступления в высшее учебное заведение у молодых людей останутся только воспоминания о давнем.

У испытуемых гностические эмоции выражены не ярко. Это говорит о том, что старшеклассники не испытывают потребности в получении любой новой информации, не испытывают удовольствия от получения знаний. Чтобы вернуть желание учиться, необходимо проводить коллективные интеллектуальные игры.

Согласно представленным результатам, глорическая и акизитивная эмоции выражены у испытуемых слабо. Это может говорить о том, что старшие школьники не имеют ярко выраженной потребности в славе, в самоутверждении, а также у них отсутствует интерес к накоплению, «коллекционированию» вещей, выходящему за пределы практической нужды в них.

Низкие результаты по шкале пугнической направленности говорят о том, что у старшеклассников ярко выражена потребность в безопасности. Это связано с тем, что наиболее уязвимыми к социальным, психологическим и прочим угрозам безопасности выступают лица, обладающие минимальными адаптивными способностями, неадекватной системой ценностей, неразвитыми навыками рефлексии реальности, что не позволяет им с должной эффективностью отвечать на возникающие перед ними вызовы. В полной мере обозначенные характеристики относятся к личности старшеклассников. Поэтому они осторожны, не жаждут острых ощущений и не готовы рисковать.

По методике «Торонтская алекситимическая шкала» (TAS-20) была выделена следующая динамика у старшеклассников по уровню развития способностей к распознаванию, дифференцированию и выражению эмоциональных переживаний и телесных ощущений (см. рис. 2).

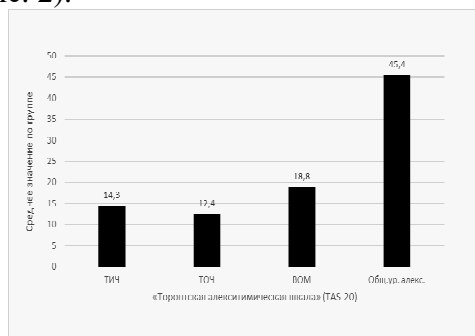


Рис. 2. Средние значения по диагностике «Торонтская алекситимическая шкала» (TAS-20). Условные обозначения: ТИЧ – трудность идентификации чувств; ТОЧ – трудность с описанием чувств; ВОМ – внешне-ориентированное мышление; ОБЩ_УР_АЛЕКС – общий уровень алекситимии

Из диаграммы видно, что значения всех компонентов алекситимии находятся на среднем уровне в диапазоне от 12,4 до 18,8. Общий уровень также средний (45,4). Это свидетельствует о том, что по данной методике не были выявлены испытуемые, которые могли бы быть отнесены к группе выраженных «алекситимиков». У большинства испытуемых алекситимии нет, это означает, что у респондентов наблюдаются наиболее гармоничные отношения с собой и окружающим миром. Понимание собственных эмоциональных состояний не является для них проблемой.

Также имеются испытуемые, которые попадают в так называемую «среднюю» зону. Они не относятся к явным «алекситимикам», но у них наблюдаются проблемы с выражением эмоций; им присущи определенные конфликты в отношении себя и окружающего мира. Они тяготеют к общению с людьми, окружающими их, нуждаются в их поддержке, внимании и заботе, однако испытывают трудности в осознании собственных чувств и последующем их выражении в контакте с другими. Все это создает атмосферу внутренней напряженности, что находит выражение в ощущении общего эмоционального дискомфорта.

Из диаграммы видно, что преобладающим компонентом алекситимии является внешне-ориентированное мышление (ВОМ). Это говорит о том, что в личностном профиле испытуемых преобладают черты, направленные скорее на реализацию социальной роли. Их преобладающий образ жизни – действие. Тип мышления в целом «конкретный», «механистический», содержание мыслей характеризуется бедностью фантазий.

Такой компонент алекситимии, как трудность идентификации чувств (ТИЧ), имеет средний уровень значимости для испытуемых. Это говорит о том, что у старших школьников в целом нет сложностей с распознаванием и описанием собственного эмоционального состояния и эмоционального состояния других людей.

Наименее характерен для юношей и девушек такой компонент алекситимии, как трудность описания чувств (ТОЧ). Это говорит о том, что старшие школьники в состоянии подобрать адекватные языковые средства для описания своего внутреннего опыта.

Испытуемым, попавшим в «среднюю» зону, важно не допустить развития алекситимии в будущем. Для этого стоит проводить профилактические меры: развивать свои творческие способности, включаться в коммуникативный чувственный яркий мир людей, взаимодействовать с ними, откликаясь на их эмоции.

Согласно выдвинутой гипотезе, было выявлено, что существует взаимосвязь между типами эмоциональной направленности личности и склонностью к алекситимии у старшеклассников.

По результатам корреляционного анализа был выявлен достоверный уровень корреляции между следующими переменными (при $p \leq 0,05$):

- между трудностью идентификации чувств (ТИЧ) и альтруистической эмоцией ($-0,34$). Направленность на других у испытуемых формируется в противовес нераспознаванию эмоций и чувств. Это свидетельствует о том, что чем больше молодые люди делятся, содействуют и помогают друг другу, тем меньше трудностей в идентификации чувств они испытывают;

- между ТИЧ и коммуникативной эмоцией ($-0,24$). Можно заметить, что коммуникативная направленность у испытуемых формируется в противовес нераспознаванию эмоций и чувств. Чем больше у старших школьников выражено желание общаться, делиться своими мыслями и переживаниями, тем меньше трудностей в идентификации чувств они испытывают;

– между ТИЧ и глорической эмоцией (–0,23). Глорическая направленность у испытуемых формируется в противовес нераспознаванию эмоций и чувств. Чем сильнее у старших школьников выражена потребность в славе, в самоутверждении, тем слабее их трудности в идентификации чувств;

– между ТИЧ и практической эмоцией (–0,33). Таким образом, можно заметить, что практическая направленность у испытуемых формируется в противовес нераспознаванию эмоций и чувств. Если старшие школьники будут более активно действовать, чем размышлять, тем меньше трудностей в идентификации чувств они будут испытывать;

– между ТИЧ и пугливой эмоцией (–0,37). Пугливая направленность у испытуемых формируется в противовес нераспознаванию эмоций и чувств. Чем чаще молодые люди будут испытывать эмоции, связанные с потребностью рисковать, преодолевать опасности, тем реже они будут испытывать затруднения в идентификации чувств;

– между ТИЧ и гностической эмоцией (–0,25). Таким образом, можно заметить, что гностическая направленность у испытуемых формируется в противовес нераспознаванию эмоций и чувств. Чем выраженнее будет потребность испытуемых в получении удовольствия от процесса познания неизвестного, тем меньше трудностей в идентификации чувств они будут испытывать;

– между ТИЧ и аккизитивной эмоцией (0,36). Это говорит о том, что аккизитивная направленность у испытуемых формируется прямо пропорционально нераспознаванию эмоций и чувств. Накопительство вещей возникает из-за того, что у человека есть непроработанное чувство (например, тревога), то есть это чувство человек не осознает. Чтобы преодолеть это, человек использует накопительство как способ совладения с эмоциями, которые он не идентифицирует. Таким образом, можно заключить, что чем ниже у молодых людей потребность в накоплении (коллекционировании) вещей, выходящем за пределы практической нужды в них, тем меньше трудностей в идентификации чувств они испытывают;

– между трудностью описания чувств (ТОЧ) и альтруистической эмоцией (–0,44). Альтруистическая направленность у испытуемых формируется в противовес неумению вербализировать эмоции и чувства. Это говорит о том, что чем больше молодые люди содействуют и помогают друг другу, тем меньше трудностей в описании чувств они испытывают;

– между ТОЧ и коммуникативной эмоцией (–0,4). Коммуникативная направленность у испытуемых формируется в противовес неумению вербализировать эмоции и чувства. Чем больше у старших школьников выражено желание общаться, делиться своими мыслями и переживаниями, тем меньше трудностей в описании чувств они испытывают;

Такая картина говорит нам о том, что альтруистическая, романтическая, гностическая и эстетическая направленности у испытуемых формируются в противовес внешне-ориентированному мышлению. Таким образом, можно заключить, что чем больше молодые люди будут делиться друг с другом, содействовать и помогать друг другу, чем чаще будут проявлять стремление ко всему необыкновенному и таинственному, чем быстрее начнут получать удовольствие от процесса приобретения знаний, чем ярче будут воспринимать прекрасное, тем реже они будут ощущать свое как бы отстраненное присутствие во внешнем мире.

Взаимосвязь между общим уровнем алекситимии и альтруистической эмоцией (–0,52). Таким образом, можно заметить, что направленность на других у испытуемых формируется в противовес общего показателя алекситимии. Это говорит о том, что чем

больше молодые люди делятся, содействуют и помогают друг другу, тем ниже общий показатель алекситимии.

Таким образом, гипотеза научного исследования была доказана частично, так как не все типы эмоциональной направленности личности вошли в корреляционный анализ. Выявлено, что наиболее взаимосвязана с алекситимией альтруистическая направленность личности. Также выявлена обратная взаимосвязь между трудностью идентификации чувств и альтруистической, коммуникативной, глорической, практической, пугнической, гностической направленностями личности.

Исходя из полученных данных, можно констатировать, что эмоциональная направленность личности как ценностные переживания профилактирует алекситимию в период ранней юности.

Библиографический список

Гришина А.В. Экспериментальная модель развития эмоциональной направленности личности в процессе профессионального самоопределения студентов вуза (на примере исследования обучающихся техническим специальностям) // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2013. Т. 6. № 2. С. 98–103.

Гришина А.В. Взаимосвязь между эмоциональной направленности обучающихся в вузе и компонентами профессионального самоопределения / А.В. Гришина, М.В. Косцова, Л.В. Чунихина // Проблемы современного педагогического образования. 2017. № 56-1. С. 315–322.

Гришина А.В. Развитие эмоциональной направленности личности студентов в процессе их профессионального самоопределения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2013. 22 с.

Гришина А.В. Развитие «познавательного» компонента эмоциональной направленности студентов вуза / А.В. Гришина, М.В. Косцова // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2018. № 1(45). С. 241–246. URL: https://api-mag.kursksu.ru/api/v1/get_pdf/2486/ (дата обращения: 13.08.2021).

Гришина А.В. Взаимосвязь эмоциональной направленности личности и копинг-стратегии у старшеклассников / А.В. Гришина, Н.А. Костеньков // Осознание Культуры – залог обновления общества. Перспективы развития современного общества: материалы XXI Всероссийской научно-практической конференции, Севастополь, 10–11 апреля 2020 года / сост. В.В. Головин. Севастополь: Общество с ограниченной ответственностью «Рибест», 2020. С. 292–296.

Ryabaya E., Shevchuk A., Grishina A. The phenomenon of alexithymia with different levels empathy among university students // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies. 2020. С. 434–438.