

УДК 159.9

ВОЗМОЖНОСТИ ЛОНГИТУДНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ АЛЕКСИТИМИИ В СТРУКТУРЕ «ПРАКТИЧЕСКИ ЗДОРОВОЙ» ЛИЧНОСТИ

Е.Ю. Брель

Аннотация. В статье представлены материалы эмпирического лонгитюдного исследования взаимосвязи тревожности младших школьников и типа родительского отношения их родителей с выраженностью алекситимии в старшем школьном возрасте. Алекситимия представлена не как изолированная психологическая характеристика, а как ядро алекситимического пространства, формируемого тревожностью, агрессивностью и эмпатией. Материалы исследования могут быть полезны при разработке программ психологического сопровождения, направленных на стабилизацию психического здоровья школьников и снижение рисков соматизации.

Ключевые слова: алекситимия, тревожность, агрессивность, эмпатия, тип родительского отношения, соматизация.

THE POSSIBILITIES OF LONGITUDINAL STUDY OF THE DEVELOPMENT OF ALEXITHYMIA IN THE STRUCTURE OF "PRACTICALLY HEALTHY" PERSONALITY

E. Brel

Abstract. The article presents the materials of empirical longitudinal study of the relationship between anxiety of younger students and the type of parental attitude of their parents with the severity of alexithymia in high school age. Alexithymia is not presented as an isolated psychological characteristic, but as the core of alexithymic space formed by anxiety, aggression and empathy. The research materials can be useful in the development of psychological support programs aimed at stabilizing the mental health of students and reducing the risks of somatization.

Keywords: alexithymia, anxiety, aggressiveness, empathy, type of parental attitude, somatization.

В литературных источниках понятие алекситимии представлено неоднозначно: толкование самого термина, его психологическая природа, причины формирования и классификация [1, 2, 3]. Исследователи отмечают, что выраженная в структуре личности испытуемых алекситимия сопровождается примитивным, упрощенным восприятием своего эмоционального состояния и окружающего мира в целом, неспособностью дифференцировать психологические и физиологические составляющие своего «Я», сложностями в идентификации эмоционального состояния партнера по общению [7, 8]. Мы считаем, что данные проявления алекситимии связаны с ее специфичными психологическими взаимосвязями в структуре личности, создающими основу нарушений психического здоровья и последующего развития психосоматических заболеваний.

В некоторых экспериментальных исследованиях отмечено наличие взаимосвязи между проявлениями алекситимии и высоким уровнем личностной тревожности испытуемых, что позволяет авторам рассматривать алекситимию как приспособительную реакцию индивида на тревогу. При этом отмечают специфику коммуникативного стиля алекситимичных индивидов и их склонность к

упрощению, стереотипизации поведенческих реакций [4].

Данные проявления позволяют нам выделить тревожность как один из основных психологических компонентов алекситимического пространства личности. При этом тревожность выполняет функцию блокирования позитивного восприятия эмоционального внутреннего и внешнего мира, а агрессивность выступает в качестве естественного, в данном случае примитивного способа реагирования на изменения окружающего мира и единственного доступного индивиду способа взаимодействия с ним. Как сдерживающий развитие алекситимии психологический компонент мы выделяем эмпатию, на основе которой в структуре личности формируется способность к эмоциональной идентификации.

У детей алекситимия как личностная характеристика наименее изучена. Определение ее не как изолированной психологической характеристики личности, а как основного ядра особого алекситимического пространства, будет способствовать разработке эффективных моделей психологического сопровождения.

Материалы и методы исследования. Выборка испытуемых - 71 человек (39 мальчиков и 32 девочки). Психодиагностическая

работа была проведена в 2 этапа; временной интервал между первым и вторым этапами исследования составил 6 лет.

1 этап - диагностика уровня тревожности младших школьников по шкале Прихожан А.М. и диагностика типа родительского отношения по опроснику Варга А.Я. и Столина В.В. у родителей испытуемых;

2 этап - психодиагностическое исследование с применением Торонтской алекситимической шкалы (TAS), характерологического опросника Шмишека Г., шкалы тревожности Тейлор Дж., теста-опросника Басса А. и Дарки А., теста-опросника способности к эмпатии Юсупова И.М., опросника Айзенка Г.

Первичные материалы исследования были подвергнуты статистической обработке: корреляционный анализ проведен при вычислении коэффициента ранговой корреляции Спирмена; достоверность различий определяли, вычисляя значение t - критерия Стьюдента.

Таблица 1. - Распределение выявленных типов родительского отношения

	Симбиоз	Авторитарная гиперсоциализация	Маленький неудачник
Матери	26 чел. - 36,6%	22 чел. - 31,0%	23 чел. - 32,4%
Отцы	5 чел. - 8,9%	24 чел. - 42,9%	27 чел. - 48,2%

Обращает на себя внимание, что матери значительно чаще отцов демонстрируют симбиотические отношения с ребенком, тогда как отцы склонны либо занимать жесткую гиперсоциализирующую позицию, либо относиться к ребенку как к несамостоятельному, неприспособленному, социально и личностно незрелому. Отец стремится строго контролировать действия ребенка, что резко снижает возможность доверительных, принимающих отношений. Чаще всего эту воспитательную позицию связывают с неосознаваемым желанием родителя приписать ребенку личную и социальную несостоятельность, которая стимулирует формирование гиперпекающего стиля взаимодействия. Результатом может стать дестабилизация эмоционального состояния ребенка, развитие у него невротических симптомов [5, 6].

На втором этапе работы участники исследования обучались в старших классах (возраст 15 - 17 лет).

Тестирование испытуемых по Торонтской алекситимической шкале выявило, что алекситимия выражена в структуре личности 25,4% испытуемых случаев (в 30,8% у мальчиков и в 12,5% у девочек). Эти данные подтверждены при определении статистически

Результаты считали статистически значимыми при $p < 0,05$.

Результаты исследования и обсуждение. На первом этапе работы проведение психодиагностики по шкале тревожности А.М.Прихожан у учащихся начальных классов позволило нам зафиксировать наиболее высокие показатели межличностной (68,6% испытуемых) и учебной тревожности (66,9% испытуемых). Статистически достоверных различий между мальчиками и девочками не выявлено.

При определении ведущего типа родительского отношения к ребенку мы не выявили ни у матерей ни у отцов таких типов родительского отношения как «Принятие - отвержение» и «Кооперация». Остальные результаты приведены в таблице 1. Важно заметить, что в исследовании участвовали 56 детей из полных, и 15 - из неполных семей (в этих случаях представлены только данные матерей).

достоверных различий между мальчиками и девочками ($t = 2,34, p < 0,05$).

При диагностике уровня тревожности по шкале Дж. Тейлор, мы зафиксировали высокие показатели у 43,7% испытуемых. Интересно сравнение этих показателей с данными по тревожности, полученными по шкале А.М. Прихожан в младшем школьном возрасте. Если шкала А.М. Прихожан позволяет нам фиксировать балл по определенному виду тревожности (учебной, самооценочной и межличностной), то шкала Дж. Тейлор определяет личностную тревожность, т.е. устойчивую характеристику испытуемого, оказывающую влияние на всю деятельность в целом, а не только на отдельные ее виды. Полученные данные позволяют выявить тенденцию трансформации отдельных видов тревожности в устойчивую характеристику, а также ее закрепление в структуре личности. Это подтверждают и материалы корреляционного анализа, устанавливающие статистически достоверную взаимосвязь между самооценочной тревожностью в младшем школьном и личностной тревожностью в старшем школьном возрасте ($r = 0,28$ при $p = 0,0049$).

При анализе результатов диагностики по характерологическому опроснику Шмишека Г. зафиксированы высокие показатели по шкалам гипертимности и экзальтированности (в 88,7% и

47,9% соответственно). Мы связываем это со спецификой эмоционального развития в старшем подростковом и юношеском возрастах. Явная акцентуация по эмотивному типу больше выражена у девочек (у 27 из 31 испытуемой), что объясняется наибольшей сензитивностью девочек, их выраженной способностью к сопереживанию и сочувствию.

Обращают на себя внимание достаточно высокие показатели по циклоидности, возбудимости и тревожности (явные акцентуации по этим типам выявлены у 32,4%, 28,2% и 22,5% испытуемых соответственно).

При определении достоверных различий между юношами и девушками мы выявили большую выраженность эмотивности и экзальтированности у девушек ($t = 2,94$ и $t = 2,68$ соответственно).

При диагностике испытуемых по шкале агрессивности А.Басса и А.Дарки мы зафиксировали, что превышающий нормативное значение индекс враждебности зафиксирован у 41 испытуемого (57,7%), а превышающий нормативное значение индекс агрессивности - у 28 человек (39,4%). При этом среди мальчиков большее количество испытуемых, чем среди девочек, продемонстрировали высокие показатели и по враждебности, и по агрессивности (38,5% и 28,1% соответственно). Что касается показателей, зафиксированных ниже нормативного значения, то мы не трактуем их как позитивный результат. Если предположить, что агрессия выполняет ряд адаптивных функций организма, то низкие ее показатели можно рассматривать как снижение адаптивных способностей. Кроме того, по аналогии с диагностикой тревожности, мы считаем, что низкие результаты по этим шкалам свидетельствуют не столько о реально слабых проявлениях враждебности и агрессивности в поведении индивида, сколько о весьма сильных защитных механизмах или выраженной «социальной желательности» у испытуемого, которые искажают результаты тестирования.

Достоверно значимые различия между мальчиками и девочками по шкалам опросника А. Басса и А.Дарки выявлены по физической агрессии ($t = 3,65$), подозрительности ($t = 2,0$), индексам враждебности ($t = 2,04$) и агрессивности ($t = 2,06$).

При определении способности испытуемых к эмпатии по методике Юсупова И.М. выявлено, что в основном в выборке представлены средние показатели по всем шкалам. Самые низкие показатели получены по шкалам «Эмпатия с животными» и «Эмпатия с героями художественных произведений». Кроме того,

только у троих испытуемых (4,2%) выявлен высокий общий показатель эмпатии. Достоверно значимые различия между мальчиками и девочками выявлены только по шкале «Эмпатия с героями художественных произведений»: у девочек она статистически достоверно выше ($t = 3,15$).

Проведение корреляционного анализа по выборке в целом позволило выделить три четких блока взаимосвязей алекситимии с изучаемыми показателями: взаимосвязь алекситимии с тревожными характеристиками; взаимосвязь алекситимии с эмпатийными способностями и эмотивностью; взаимосвязь алекситимии с агрессивными и враждебными реакциями.

При психологической интерпретации первого блока взаимосвязей «Алекситимия - тревожность» мы рассматриваем тревожность, зафиксированную у младших школьников, как состояние, а не как свойство личности испытуемых. Однако, лонгитюдный характер нашего исследования позволяет говорить о ее трансформации в устойчивую личностную характеристику, о чем свидетельствуют положительные коррелянты с уровнем личностной тревожности по шкале Тейлор Дж., акцентуацией тревожного типа по Шмишеку Г. и высокими показателями нейротизма по Айзенку Г. Обращает на себя внимание наличие взаимосвязи между детской тревожностью и отношением папы к ребенку по типу «Маленький неудачник». По нашему мнению, именно этот показатель можно интерпретировать как один из пусковых механизмов становления устойчивых тревожных характеристик личности, которые, в свою очередь, провоцируют развитие алекситимии. Наличие положительных коррелянтов между алекситимией и тревожностью ($r = 0,34$), алекситимией и нейротизмом ($r = 0,36$), алекситимией и отношением папы к ребенку по типу «Маленький неудачник» ($r = 0,39$) подтверждают наше предположение.

Второй блок выявленных взаимосвязей позволяет нам говорить о схожей психологической природе диады «Алекситимия - эмпатия» ($r = -0,51$). Обратная зависимость этих характеристик подчеркивает разную психологическую сущность данных феноменов: если эмпатия - это способность к сопереживанию, состраданию и умение распознавать как свое эмоциональное состояние, так и состояние партнера по общению, то алекситимия - это отсутствие таких способностей и невозможность дифференцировать эмоциональные и физиологические ощущения. Особый интерес

представляют выявленные обратные взаимосвязи отдельных проявлений эмпатии с детской тревожностью. Так, эмпатия с родителями и эмпатия с детьми у старшеклассников коррелирует с высокой межличностной и самооценочной тревожностью в младшем школьном возрасте ($r = -0,29$ и $r = -0,36$ соответственно). Высокая тревожность в данном случае блокирует развитие эмпатийных способностей, так как широкий спектр негативных ощущений, неизбежно сопровождающих тревогу, препятствует эмоциональной идентификации с партнером по общению, необходимой при эмпатийном взаимодействии.

В связи с этим мы считаем закономерными представленными в третьем блоке взаимосвязи алекситимии с агрессивными и враждебными реакциями. В этом случае деструктивное поведение мы рассматриваем как проявление недифференцированного аффекта, характерного для алекситимической личности. Высокая личностная тревожность, с одной стороны, и невозможность позитивного эмоционального реагирования, с другой, приводят к формированию и закреплению особого стиля поведения, которому свойственны различные виды агрессивности и враждебности. Следует заметить, что отдельные виды агрессивных и враждебных реакций старшеклассников связаны с высоким уровнем их тревожности в младшем школьном возрасте.

Лонгитюдный характер нашего исследования позволяет объективизировать взгляд на психологическую природу алекситимии. В рамках адаптационного подхода можно рассматривать алекситимию как реакцию на социально обусловленную тревогу, формируемую у ребенка микросоциальным окружением. Поскольку состояние тревожности сопровождается широким спектром негативно окрашенных эмоций и чувств, она вносит определенную дисгармонию в эмоциональное состояние ребенка. В результате становится невозможным для него идентифицировать чувства, объективно отнести их к какой-либо конкретной ситуации. Это связано и со специфичностью тревоги как состояния: тревога, в отличие от страха, носит ненаправленный характер и не привязана к конкретному объекту.

Тракуя тревожность как переживание широкого спектра негативных ощущений (беспокойство, внутреннее напряжение, неуверенность в правильности своего поведения и т. д.), можно предположить, что на фоне этого

состояния остальные эмоциональные ощущения блокируются. С этим и связано формирование алекситимии как устойчивой характеристики в структуре личности. При этом эмпатийные способности не могут развиваться, поскольку человек неадекватно оценивает свои переживания и переживания своего партнера.

Такое понимание алекситимии, на наш взгляд, может быть вписано и в теорию социального научения. Микросоциальное окружение ребенка формирует тревожное состояние, при этом, не формируя навык его адекватного отреагирования. При отсутствии в семейной среде ориентации на чувства, игнорирование специфики эмоционального состояния ребенка обуславливают его действия в рамках примитивных стратегий поведения. Оценка таких действий как негативных и не единственно возможных в этом случае не может производиться, поскольку неумение оценить свои собственные эмоции блокирует и оценку эмоционального состояния партнеров по взаимодействию.

Исследования агрессивности в рамках теории социального научения обращают пристальное внимание на наличие взаимосвязи изучаемых характеристик с отношением отца к ребенку по типу «Маленький неудачник». Отец может быть актуальным образцом успешной социализации, в случае отношения по указанному типу он не оставляет ребенку возможности соответствовать его социальным качествам, поскольку считает его просто не способным на это. В результате можно говорить о возможном нарушении процесса социализации ребенка. Кроме того, в этой ситуации также не идет речь об адекватной оценке родителем чувств и эмоционального состояния ребенка, что еще в большей мере дисгармонизирует его способность к эмоциональной идентификации.

В результате ребенок становится просто эмоционально некомпетентным: его эмоциональное развитие обусловлено тревожными характеристиками, он не может адекватно оценивать собственные эмоции относительно конкретной ситуации, не способен к открытому, эмпатичному взаимодействию с окружающим миром. Соответственно, его действия базируются на самых простых и доступных поведенческих стратегиях.

Исходя из этого, программа психологической помощи должна строиться на профилактических мероприятиях, предвосхищающих развитие алекситимии как устойчивой личностной характеристики.

Литература:

1. Брель Е.Ю., Стоянова И.Я. Феномен алекситимии в клиничко-психологических исследованиях/ Е.Ю. Брель, И.Я. Стоянова // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2017. – № 4. (97). – С.74-81.
2. Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б. Концепция алекситимии / Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова // Социально-психиатрический журнал. – 2003. – Т. 13, – № 1. – С.128-145.
3. Искусных А.Ю. Алекситимия. Причины и риски возникновения расстройства // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии /Сб. - ст. по материалам ЛШ междунар. науч.-практ. конф. № 6 (52). Новосибирск: Изд. «СибАК», 2015. – С.59-68.
4. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект, травма и алекситимия. – М.: Ин-т общегуманитар. исслед., 2006. – 800 с.
5. Лебединский В.В. Нарушение психологического развития у детей. – М.: Изд-во МГУ. – 1985. – 167с.
6. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов. - М.: Изд – во МГУ. - 1988. – 200 с.
7. Nemiah J. C. Alexithymia: a view of the psychosomatic process / J.C. Nemiah, H. Freyberger, P. E. Sifneos // Modern Trends in Psychosomatic Medicine / ed. by Oscar W. Hill. – London; Boston: Butterworths, 1976. – Vol. 3. – P.430-439.
8. Taylor, G.J. Recent developments in alexithymia theory and research. Canadian journal of psychiatry / G.J. Taylor // Revue canadienne de psychiatrie. – 2000. – Vol. 45 (2). – P.134-142.

Сведения об авторе:

Брель Елена Юрьевна (г. Томск, Россия), кандидат психологических наук, доцент, старший научный сотрудник лаборатории когнитивных исследований и психогенетики, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Национальный исследовательский Томский государственный университет», e-mail: brelelena@mail.ru

Data about the author:

E. Brel (Tomsk, Russia), candidate of psychological sciences, associate professor, senior researcher of the laboratory for cognitive studies and psychogenetics, Federal state Autonomous educational institution of higher education "National research Tomsk state University", e-mail: brelelena@mail.ru

