

## ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО БАЛАНСА НА ПРИМЕРЕ АЛЕКСИТИМИИ

*Волох Е.В., Шарейко А.Ю.*

*УО «Белорусский государственный медицинский университет»*

*Минск, Беларусь*

*volakhlena@mail.ru*

*В публикации приводятся результаты оценки распространенности алекситимии среди студентов. Установлена связь развития данного психологического состояния с социальным фактором в части восприятия различных видов поддержки и неблагоприятной внутрисемейной обстановки, а также с уровнем пристрастия к алкоголю.*

*Ключевые слова:* алекситимия; регуляция эмоций; психологическое состояние; социальные факторы; гигиеническая оценка.

## HYGIENIC ASSESSMENT OF PSYCHOEMOTIONAL BALANCE ON THE EXAMPLE OF ALEXITYTIMIA

*Volakh E.V., Shareyko A.Y.*

*Belarusian State Medical University*

*Minsk, Belarus*

*The publication gives the results of an estimate of the prevalence of alexithymia among students. Communication established between the development of this psychological state and the social factor in terms of the perception of various types of support and unfavorable family environment, and also of the level of addiction to alcohol.*

*Key words:* alexithymia; regulation of emotions; psychological state; social factors; hygienic assessment.

Алекситимия, первоначально предложенная П. Е. Сифнеосом (1972) относится к нарушению способности идентифицировать и описывать собственные чувства и эмоций [1]. Данное явление представляет собой комплексный феномен с достаточной частотой встречаемости среди населения, в том числе и молодого [2-5]. При этом неблагоприятным фактором выступает препятствие алекситимии развитию личности молодежи, причиной чему выступают характерные при их обучении затруднения с описанием, пониманием и осознанием эмоциональных состояний как у себя, так и определением данных явлений у окружающих [1, 6].

**Целью** данного исследования является диагностика распространенности алекситимии среди студентов с гигиенических позиций с дальнейшим определением способствующих данному состоянию факторов.

В ходе работы использован анкетно-опросный метод исследования. Выборка представлена 52 студентами 1 курса медико-профилактического факультета в возрастном диапазоне 17-18 лет. Данные получены с использованием следующих опросников: «Торонтская шкала алекситимии» (Г. Д. Тейлор), «Скрининг-анкета выявления пристрастия к алкоголю», «Типовое семейное состояние» (Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий), «Многомерная шкала восприятия социальной поддержки» (Д. Зимет; адаптация

В. М. Ялтонского, Н. А. Сироты). Для статистической обработки данных использован пакет программ Microsoft Excel 2016.

Исходя из результатов диагностики алекситимии, студенты были разделены на 3 группы: 1-ая группа – опрошенные с подтвержденной алекситимией, 2-ая – студенты с промежуточным уровнем, 3-я – респонденты, у которых алекситимия не выявлена. В ходе опроса установлено: каждый шестой студент (17,31%) относится к 1 группе, каждый третий (28,85%) – ко 2 группе, а каждый второй (53,84%) – к 3 группе.

Далее был проведен сравнительный анализ различных уровней психического состояния респондентов во взаимосвязи с отдельными факторами.

Так, оценка пристрастия к алкоголю у обучающейся молодежи дала следующие результаты: отмечен рост частоты встречаемости 3-4 уровня пристрастия к алкоголю от 3-ей группы к 1-ой (от 0% до 66,67% соответственно). Снижение частоты распространенности от 3-ей группы к 1-ой 1-2 уровня пристрастия (от 71,43% до 22,22%) и нулевого уровня (от 28,57% до 11,11% соответственно).

Отмечено, что наиболее значимым источником социальной поддержки у групп респондентов с промежуточным уровнем алекситимии и без ее признаков является семья – 68,25% и 82,25% соответственно (они выше уровня общего интегративного показателя, которые составили для 1-ой группы – 51,92%, 2-ой группы – 62,75%, 3-й группы – 78,25%). Тогда как у 1-ой группы все показатели роли источников поддержки ниже соответствующего интегративного: семья – 19,78%, друзья – 21%, прочие источники – 28,44%.

Установлена связь развития изучаемого психологического состояния с социальным фактором: высокую и среднюю общую неудовлетворенность внутрисемейной обстановкой чаще отмечают респонденты с выявленной алекситимией (11,11% и 22,22% соответственно). Частота встречаемости низкой общей удовлетворенности среди групп снижается от третьей к первой (от 93% у 3-ей группы до 66,67% у 1-ой группы). Аналогично низкой общей неудовлетворенности в семье частота встречаемости низкого уровня нервно-психического напряжения снижается от 3-ей группы к 1-ой (от 92,86% до 33,33% соответственно). При этом частота распространенности высокой нервно-психической напряженности возрастает от респондентов 3-ей группы к 1-ой (от 0% до 11,11% соответственно).

По результатам гигиенической диагностики распространенности алекситимии среди студентов были сделаны следующие выводы:

1) затруднения в осознании и распознавании эмоций отмечены у 17,31% опрошенных студентов-медиков, что составляет 1/6 часть респондентов;

2) наличие алекситимии взаимосвязано с неблагоприятным социальным фактором, в том числе и недостаточной социальной поддержкой;

3) установлена прямая зависимость между развитием алекситимии и уровнем пристрастия респондентов к алкоголю ( $P=0,005$ ,  $p<0,05$ ).

### Список литературы

1. Шувалов, А. В. Изучение феномена алекситимия зарубежными учеными / А. В. Шувалов, О. А. Голодова // Проблемы преподавания профессионально-ориентированного иностранного языка в ВУЗе : материалы Международной научно-практической конференции / Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина ; отв. ред. Е. Е. Сухова; Т. В. Ризина. – Рязань, 2019. – С. 140-141.
2. Афанасьева, А. Е. Исследование алекситимии у студентов / А. Е. Афанасьева, Л. Г. Антонова // Вестник северо-восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Педагогика. психология. философия. – 2011. – № 1 (13). – С. 21-25.
3. Брель, Е. Ю. Психологическая модель алекситимии в ракурсе факторного анализа / Е. Ю. Брель // Сибирский вестн. психиатрии и наркологии. – 2009. – № 1 (52). – С. 93-95.
4. Брель, Е. Ю. Факторная структура алекситимии подростков в норме и при задержке психического развития неорганического генеза / Е. Ю. Брель // Вестн. Красноярского гос. пед. ун-та им. В. П. Астафьева. – 2018. – № 1 (43). – С. 147-154.
5. Брель, Е. Ю. Феномен алекситимии в клинико-психологических исследованиях / Е. Ю. Брель // Сибирский вестн. психиатрии и наркологии. – 2017. – № 4 (97). – С. 74-81.
6. Полянский, А. И. Алекситимия у современной молодежи: особенности проявлений у студентов технических и гуманитарных направлений подготовки / А. И. Полянский, Л. И. Быковская // Горизонты гуманитарного знания. – 2020. – № 2. – С. 77-87.