

УДК 159.9

ВОЗМОЖНОСТИ ИССЛЕДОВАНИЯ АЛЕКСИТИМИИ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ МЕТОДОМ КОНТЕНТ-АНАЛИЗА ТЕКСТА

Е.Ю. Брель

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования специфики текстов у испытуемых с различной степенью выраженности алекситимии. Выявлено, что лексические единицы в текстах высокоалекситимичных респондентов обладают выраженной психологической специфичностью. Полученные результаты могут быть использованы при разработке программ психокоррекционных мероприятий, направленных на повышение уровня психологической безопасности.

Ключевые слова: алекситимия, психическое здоровье, контент-анализ текста, психологическая безопасность.

THE POSSIBILITY OF ALEXITHYMIA RESEARCH METHOD CONTENT ANALYSIS OF THE TEXT

E. Brel

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the specificity of texts in subjects with varying degrees of alexithymia. It is revealed that the lexical units in the texts of highly lexical respondents have a pronounced psychological specificity. The obtained results can be used in the development of programs of psycho-corrective measures aimed at improving the level of psychological security.

Keywords: alexithymia, mental health, text content analysis, psychological security.

Актуальность исследований алекситимии обусловлена широкой распространенностью данного психологического нарушения не только среди больных, но и среди здоровых людей, его отрицательным влиянием на здоровье и психологическую безопасность человека. Баева И.А. отмечает наличие взаимосвязи психологической безопасности с психическим здоровьем участников образовательного процесса [1, 2]. Психологическая безопасность личности проявляется в ее способности сохранять сопротивляемость в среде, в том числе психотравмирующим воздействиям, что отражается в переживании собственной защищенности [5].

Клинические и психологические исследования алекситимии не позволяют однозначно трактовать само понятие, не раскрывают ее природы и механизмов формирования. Авторы относят алекситимию к неспецифическим факторам риска развития психосоматических заболеваний, исследуя её, в основном, в структуре личности пациентов с выраженными психосоматическими заболеваниями, когда психологический статус индивида может быть изменен в результате объективного страдания. Такой подход позволяет нам перевести изучение алекситимии в плоскость психологических исследований [3].

Общая выборка испытуемых составила 384 человека в возрасте от 12 до 20 лет. Анализ

медицинских карт и беседа с классными руководителями школьников и кураторами студенческих групп позволили нам зафиксировать у респондентов отсутствие хронических соматических заболеваний. По результатам самоотчетов все испытуемые оценили свое состояние как «хорошее» и «вполне удовлетворительное». Исходя из этого, мы относим их к категории «практически здоровых».

Психодиагностическое исследование проведено с помощью Торонтской алекситимической шкалы (TAS), контент-анализа текстов мини сочинений на тему: «Что чувствует человек, когда он не может говорить о своих чувствах?». При тестировании по Торонтской алекситимической шкале получены данные, представленные в таблицах 1,2. Как видно из таблиц, у юношей показатели по алекситимии более высокие, чем у девушек, как по общей выборке (41,4% и 32,5% соответственно), так и по возрастным интервалам. Особенно это различие очевидно в интервале от 12 до 15 лет, где показатели выраженности алекситимии у юношей более чем в два раза выше, чем у девушек (29,4% и 13,1%). В возрастном интервале 16 – 20 лет у девушек результаты более высокие по сравнению с юношами, с разницей в 7% (19,9% и 12,9% соответственно).

Таблица 1. - Уровень алекситимии по Торонтской алекситимической шкале

	По всей выборке	Юноши	Девушки
Выражена Алекситимия	141 чел. (36,7%)	75 чел. (41,4%)	66 чел. (32,5%)
Промежуточная группа	130 чел. (33,9%)	57 чел. (31,5%)	73 чел. (36,0%)
Не выражена Алекситимия	113 чел. (29,4%)	49 чел. (27,1%)	64 чел. (31,5%)

Таблица 2. - Уровень алекситимии в различных возрастных интервалах

	Возрастной интервал 12 – 15 лет			Возрастной интервал 16 – 20 лет		
	Всего	Юноши	Девушки	Всего	Юноши	Девушки
Выражена Алекситимия	65 чел. 42,5%	45 чел. 29,4%	20 чел. 13,1%	76 чел. 32,9%	30 чел. 12,9%	46 чел. 19,9%
Промежуточная группа	43 чел. 28,1%	26 чел. 16,9%	17 чел. 11,2%	87 чел. 37,7%	31 чел. 13,4%	56 чел. 24,3%
Не выражена Алекситимия	45 чел. 29,4%	25 чел. 16,3%	20 чел. 13,1%	68 чел. 29,4%	24 чел. 10,4%	44 чел. 19,1%

Общая тенденция к большей выраженности алекситимии у юношей подтверждена при определении статистически достоверных различий (при средних значениях 69,26 у юношей и 67,19 у девушек $t = 2,1$).

Далее, в произвольно подобранной выборке из участвующих в исследовании респондентов был проведен контент – анализ текстов мини сочинений на тему: «Что чувствует человек, когда он не может говорить о своих чувствах?». Основными критериями анализа текстов выступали:

1. Лексические единицы (слова и суждения), обозначающие чувства и эмоции.
2. Лексические единицы, обозначающие рефлексивные и эмпатические компоненты переживания.
3. Лексические единицы, обозначающие соматические компоненты состояния.
4. Лексические единицы, указывающие на способ совладания с ситуацией.

Кроме того, по каждому из критериев анализировали наличие или отсутствие признака, частоту встречаемости, позитивную или негативную окрашенность.

Изучение текстов показало, что у всех испытуемых количественные единицы представлены примерно в одинаковом объеме. Это позволило проводить анализ текстов в сравнении групп в зависимости от степени выраженности алекситимии.

Содержательные характеристики значительно отличаются в группах с низкой, средней и высоко выраженной алекситимией. Так в группе индивидов с невыраженной алекситимией наиболее часто (в 55 случаях) встречаемое слово «Я» (варианты словоформы: «моя», «себе»,

«сама») отражает выраженную личностную направленность индивида в обозначенной ситуации. Чаще всего, эта словоформа употребляется в тандеме со словами «чувства» и «эмоции» (14 и 5 случаев соответственно). Однако, несмотря на четкую инструкцию («Когда человек не может говорить») в текстах встречаются слова «выговориться», «поделиться», «посоветоваться», «высказать». Кроме того, присутствуют и конкретные участники ситуации: мама, подруга, родители, друзья, то есть значимые люди из микросоциального окружения. В текстах прослеживается явная деятельностная направленность, выраженная словами «стараюсь», «начинаю», «готова», «потребность», «анализировать», «дела». Обращает на себя внимание использование этой группой респондентов слов «пламя», «природа», «музыка», «бумага», «гармония», что, на наш взгляд, отражает гармоничность предполагаемых действий в данной ситуации.

В группе испытуемых со средним уровнем алекситимии варианты словоформы «Я» встречаются значительно реже (10 случаев), также как и слова «эмоции» и «чувства» (4 и 1 случай соответственно). Почти каждый раз они употребляются в словосочетании с определением «неприятные». При описании собственного состояния использованы слова: «разочарование», «подавление», «растерянность», «разбитость», «обида», «ужас», «тоска». В текстах этих респондентов только один раз встречается и слово «поговорить», отсутствуют ссылки на людей из микросоциального окружения. Деятельностная направленность поступков выражается принципиально иными словами: от

нейтральных «движения», «гулять», «заходить», «отвлечься» до ярко эмоционально окрашенных «страдать», «разгрузить», «выплеснуть вулканом наружу», «энергия», «извергнуться», «травмировать», «расплакаться». Важно присутствие некоторой апатии и пассивности, которая выражена словами «принять ванну», «лечь», «отдохнуть», «переночевать», «теплое одеяло».

В группе испытуемых с высокой степенью выраженности алекситимии тексты отличает еще менее выраженная личная направленность (словоформа «Я» встречается только в 5 случаях), ссылки на микросоциальное окружение отсутствуют. При этом возрастает количество употребления слова «люди» в сочетании со словами «потеря», «предательство», «проблемы». Ссылка непосредственно на чувства присутствует только в двух случаях, зато широко представлена гамма возможно переживаемых чувств: «страх», «боязнь», «безразличие», «безысходность», «жалость», «тревога», «неудобство», «непонимание», «опустошенность», «обида», «апатия», «отчаяние», «гнев», «ярость». Деятельностные характеристики описаны при помощи реже нейтральных по эмоциональной нагрузке слов «движения», «хожу», «бегаю», «занимаюсь спортом», «мою полы, посуду», чаще ярких «рыдать», «затмить», «зарядить», «избавиться», «нетерпение», «злить», «разбить стену».

В отличие от предыдущих групп в текстах прослеживается указание на появление

соматической симптоматики: «боль», «ломота», «ком в горле», «общая усталость», «таблетки», «успокоительное». Использование этих слов принципиально отличает содержание текстов этой группы от описанных выше.

Важно, что полученные результаты строго соотносятся с описанными в литературе структурными компонентами психологической безопасности [4]. При высокой выраженности алекситимии в текстах отражено нарушение аффективного компонента психологической безопасности (яркая негативная окраска собственных действий и состояния), когнитивного (восприятие описываемой ситуации как небезопасной и угрожающей) и поведенческого (описание неконструктивных реакций и действий).

Таким образом, анализ текстов позволяет зафиксировать принципиальные отличия в интерпретации собственного состояния индивида в ситуации невозможности говорить о чувствах в группах с разной степенью выраженности алекситимии. Яркие описательные характеристики, используемые алекситимиками в текстах, дают возможность не отождествлять алекситимию только с отсутствием слов для описания своего состояния, что, на наш взгляд, упрощает понимание феномена. Важна содержательная сторона характеристик, их выраженная негативная окраска и смещение в сторону описания «болезненных симптомов», которые часто используют люди с соматическими заболеваниями.

Литература:

1. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды: теоретические основы и технологии создания: Автореф. дис. докт. психол. наук. СПб., 2002. - 48 с.
2. Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности М.; СПб.: Нестор-История, 2011. - 272 с.
3. Брель Е.Ю., Стоянова И.Я. Феномен алекситимии в клинико-психологических исследованиях // Сибирский вестник психиатрии и

наркологии. - 2017. - №4 (97). - С. 74-82.

4. Бубнова О.В., Куликова О.В. Психологическая безопасность личности как условие социальной адаптации молодых специалистов // Современные проблемы науки и образования. - 2015. - №1. - С. 20-29.

5. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В., Стоянова И.Я., Терехина О.В., Шухлова Ю.А. Социальная тревога в подростковом и юношеском возрасте в контексте психологической безопасности // Вопросы психологии. - 2016. - № 6. - С. 63-75.

Сведения об авторе:

Брель Елена Юрьевна (г. Томск, Россия), кандидат психологических наук, доцент, старший научный сотрудник лаборатории когнитивных исследований и психогенетики, ФГАОУ ВО «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, National research Tomsk state University, e-mail: brelelena@mail.ru