

**Особенности вербализации внутреннего опыта людей с алекситимией**

**Диярова Сабина Тимуровна**

*Студент (бакалавр)*

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в  
г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

*E-mail: sabinadiyarova@gmail.com*

Болезни, причинами которых, в том числе, являются психологические факторы, называются психосоматическими. В настоящее время их количество резко возрастает. Одним из симптомов, предвещающих появление психосоматических заболеваний, с точки зрения многих исследователей [1, 2, 3, 7, 8], признается алекситимия. У людей с данной симптоматикой нет слов для описания чувств, это люди, которые практически не способны к рефлексии, они в своем описании внутреннего опыта переживаний опираются на факты.

В нашей работе мы предприняли попытку исследовать особенности вербализации внутреннего опыта здоровых людей с алекситимией. Вместе с тем, исходя из того, что разные профессии предъявляют различные требования к их представителям в области коммуникативной компетентности, мы предположили, что наличие или отсутствие алекситимии может быть решающей причиной выбора того или иного рода деятельности. Согласно данной логике, у людей, профессии которых относятся к категориям «человек-человек» и «человек-техника», будет больше всего заметна разница в уровне вербализации внутреннего опыта. Таким образом, наша цель заключалась в том, чтобы исследовать особенности вербализации внутреннего опыта у представителей двух разных профессиональных групп. Предположение заключалось в том, что:

1. Люди с алекситимией, скорее всего, будут употреблять меньше вариантов частей речи, меньшее количество слов-метафор, слов, описывающих телесные ощущения и психические состояния, при вербализации внутреннего опыта по сравнению с теми людьми, кто не обладает алекситимией;

2. Среди представителей профессии категории «человек-человек», будет меньший процент алекситимиков, чем среди представителей профессии категории «человек-техника».

Теоретическую основу нашей работы составляли работы: Былкиной Н.Д., Тхостова А.Ш, Елшанского С.П., Гаранян Н.Г., Ерьсько В.Б., Карвасарского Б.Д., Нагорной А.В., Николаевой В.В., Кагана В.Е., Калитеевской Е.Р., Старостиной Е.Г., Тэйлор Г.Д., Проворотов В.М., Чернов Ю.Н., Лышова О.В., Будневский А.В. и др. А также работы зарубежных психологов: De Gucht V., Heiser W., Krystal R, Sifneos P.E., Black G., Black R., Von Rad, Borens R., Kellner R., Mc Dougall, Neill, Sandifer.

В работе использованы следующие методики:

1. 20-пунктовая Торонтская шкала алекситимии в русскоязычной версии (Toronto Alexithymia Scale или TAS-20R), которую разработали Старостина Е.Г., Тэйлор Г., Бэгби М., Бобров А.Е., Паркер Г [5, 8].

2. Психосемантическая методика «выбор дескрипторов интрацептивных ощущений» (ВДИО), разработанная Тхостовым А.Ш., Елшанским С.П. и соавт., которая применяется для исследования особенностей вербализации и индивидуальных систем значений внутреннего опыта и восприятия. Данная методика была разработана на основе теста «классификация ощущений» [6].

По итогам проведенного исследования, мы открыли следующие особенности и сделали следующие выводы:

1. Феномен алекситимии встречается чаще у людей, работающих в сфере «человек-техника», чем у людей, работающих в сфере «человек-человек»;

2. Люди с алекситимией (в соответствии с результатами, полученными с помощью Торонтской шкалы TAS-20R) делают большее количество выборов частей речи, слов - метафор, слов, описывающих телесные ощущения и психические состояния и чувства, чем люди без алекситимии (подобные и следующие ниже результаты, как нам известно, противоречат самой природе данного симптома);

Результаты нашего исследования также обозначили специфические особенности вербализации внутреннего опыта людей с алекситимией и без нее, например, люди с алекситимией делают большее количество выборов существительных, глаголов и прилагательных, чем люди без алекситимии, однако выбирают меньшее количество наречий и причастий, при выражении отрицательных чувств.

Помимо этого, мы выявили, что существует разница в количестве и качестве употребления частей речи, слов-метафор, слов, описывающих телесные ощущения и психические состояния и чувства. Возможно, существуют также различия у людей с алекситимией и без нее в ситуации употребления конкретных и диффузных слов, высокочастотных, среднечастотных и низкочастотных слов.

Хотелось бы обратить внимание на результаты, противоречащие предложенной гипотезе о том, что люди с алекситимией будут употреблять меньшее количество слов-метафор, слов, описывающих телесные ощущения и психические состояния, при вербализации внутреннего опыта по сравнению с теми людьми, кто не обладает алекситимией. Возможно, данный результат связан с тем, что методики, одна из которых сопряжена с психосемантическим подходом, а другая - как любой опросник, направлена в большей степени на когнитивную сферу, измеряют разные стороны данного феномена, а потому полученные результаты не могут быть соотнесены друг с другом, в принципе.

Вместе с тем, исходя из того, что выявлены различия встречаемости феномена алекситимии у людей, уже работающих в сферах «человек-человек» и «человек-техника», мы можем предположить, что данный симптом становится решающим в жизни молодых людей на этапе профессионального самоопределения, когда они стоят перед выбором будущей профессии. В случае, если наши данные подтвердятся, можно будет утверждать, что наличие или отсутствие алекситимии определенно влияет на выбор профессии.

Мы полагаем, что данный аспект феномена алекситимии пока мало изучен, вместе с тем, полученные в нашем исследовании результаты указывают на артефакты, которые, скорее всего, связаны с несовершенством методического аппарата, направленного на выявление искомого симптома.

### Источники и литература

- 1) Былкина Н.Д. Алекситимия (аналитический обзор зарубежных исследований) // Вести. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1995. № 1. С. 56—64.
- 2) Гараян Н. Г. Концепция алекситимии / Н. Г. Гараян, А. Б. Холмогорова // Журнал социальной и клинической психиатрии. — 2003. — № 1. — С. 128—145.
- 3) Ерьско В.Б. Алекситимия и методы ее определения при пограничных психосоматических расстройствах // Пособие для психологов и врачей. — СПб.: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В.М.Бехтерева, 2005.

- 4) Нагорная А.В. Вербализация интероцептивных ощущений: синтаксический уровень // [http://elibrary.ru/project\\_free\\_access.asp](http://elibrary.ru/project_free_access.asp) от 22.03.2014г.
- 5) Старостина Е.Г., Тэйлор Г.Д. и соавт. Надежность и факториальная валидность русской версии 20-пунктовой торонтской шкалы алекситимии // Социальная и клиническая психиатрия. – Выпуск №3 / том 22 / 2012. - УДК 616.89-008.435–07.
- 6) Тхостов А.Ш., Елшанский С.П. Методическое пособие по применению теста «Выбор дескрипторов интрацептивных ощущений» для исследования особенностей вербализации внутреннего опыта. // М., 2003. – 24 с.
- 7) Bach M., de Zwaan M., Ascari D. et al. Alexithymia: Relationship 21. To personality disorders. 1994. Vol. 35. P. 22.239–243.
- 8) Barby M., Parker J.D.A., Taylor G.J. The twenty-item Toronto Alexithymia Scale-I. Item selection and cross-validation of the factor structure // J. Psychosom. Res. 1994. Vol. 38. P. 23-31.

#### **Слова благодарности**

Хочу выразить благодарность своему научному руководителю, Бабаджановой Н.Р., за профессиональную и моральную поддержку. А так же, составу преподавателей, помогающих мне в постижении науки.