

УДК 159.9.316.6

DOI: 10.34670/AR.2019.44.4.037

## Алекситимия как фактор риска социально-психологической дезадаптации студентов медицинского вуза

**Костина Лариса Александровна**

Кандидат медицинских наук, доцент,  
завкафедрой психологии и педагогики,  
Астраханский государственный медицинский университет,  
414000, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;  
e-mail: kostina\_agma@mail.ru

**Кубекова Алия Салаватовна**

Старший преподаватель кафедры психологии и педагогики,  
Астраханский государственный медицинский университет,  
414000, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;  
e-mail: alya\_kubekova@mail

### Аннотация

Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме социально-психологической адаптации, выявление алекситимии у студентов медицинского ВУЗа и **разработке рекомендаций для психологов, работающих с алекситимиками.** Нами были использованы психодиагностические методы, включающие методику социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд, методику уровня алекситимии «Торонтская алекситимическая шкала» Д. Тэйлора, методы математико-статистического анализа данных, которые включали U-критерий Манна-Уитни, коэффициент корреляции Пирсона. Проведенное комплексное исследование позволило сделать следующий вывод: низкая социально-психологическая адаптированность студентов связана с высокими показателями алекситимии. Полученные результаты могут быть применены в дальнейших исследованиях по выбранной теме, также результаты исследования могут использоваться при чтении лекций по медицинской и клинической психологии в образовательном учреждении.

### Для цитирования в научных исследованиях

Костина Л.А., Кубекова А.С. Алекситимия как фактор риска социально-психологической дезадаптации студентов медицинского вуза // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 4А. С. 56-62. DOI: 10.34670/AR.2019.44.4.037

### Ключевые слова

Студенты медицинского вуза, алекситимия, адаптация, эмоциональная комфортность, эскапизм, интернальность.

## Введение

Актуальность исследования детерминирована тем, что высокое стрессовое напряжение отражается на психоэмоциональном состоянии личности. В юношеском возрасте обучение и общение являются основными видами деятельности [Кубекова, Абдуллаев, 2018]. Молодёжь может испытывать затруднения в выражении эмоций в форме вербального общения [Бисалиев, Кубекова, Сарафрази, 2014]. По мнению многих ученых, количество алекситимиков насчитывает от 5 до 25%, что коррелирует с разными концепциями при исследованиях, т.е. полная выраженность алекситимии или наличие каких-то ее черт. В своих исследованиях авторы выделяют два вида алекситимии – первичную и вторичную [Искусных, Попова, 2016]. Первый вид алекситимии описывается как определённая черта личности, является врожденной и соединена с нарушением внутриутробного развития, последствием родовой травмы и т.д. [Костина, Кубекова, 2018]. Вторичная алекситимия развивается в более позднем возрасте, как следствие действий защитных механизмов личности при действии психологических травм, либо как следствие неврологических изменений [Искусных, 2015].

Алекситимия изучается как один из психологических факторов риска формирования психосоматических патологий, обозначающий низкий уровень способности в выражении эмоций и чувств, а также ограничение в проявлениях воображения [Брель, 2014]. Алекситимия личности является психологическим фактором риска эмоциональной устойчивости и стрессов [Водопьянова, 2009]. Многие исследователи предполагают, что эмоциональное развитие личности зависит от окружающего его социума, и алекситимия имеет скорее психолого-педагогическую, а не физиологическую составляющую [Заводская, 2004]. Предполагается, что алекситимия, которая появилась в результате психоэмоционального напряжения в учебной деятельности, психической травмы или в процессе социального развития, поддается изменениям [Костина, Кубекова, 2014].

Цель исследования заключалась в изучении алекситимии как фактора риска социально-психологической дезадаптации студентов 1, 4, 6 курсов медицинского ВУЗа.

## Материалы и методы исследования

В эмпирическом исследовании приняли участие 1238 студентов 1, 4, 6 курсов Астраханского государственного медицинского университета в возрасте от 18 до 26 лет.

Нами использовались следующие психодиагностические методики: методика социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, которая предназначена для исследования особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности. На основании этой методики фиксируется уровень адаптированности-дезаптированности в структуре межличностных отношений. В опроснике выделяются 7 комплексных факторов: адаптация, принятие других, интернальность, самовосприятие, эмоциональная комфортность, стремление к доминированию, эскапизм. Методика диагностики уровня алекситимии «Торонтская алекситимическая шкала» Д. Тэйлора (методика адаптирована в Санкт-Петербургском институте им. В.М. Бехтерева), которая определяет степень алекситимии, как низкая способность или затрудненность в выражении эмоционального состояния.

Полученные результаты экспериментального исследования представляются показательной выборкой, а также сравнительным подбором стандартизированных методик. Статистическая

обработка полученных данных выполнена с помощью пакета прикладных программ для социально-психологического исследования: SPSS-21.0, и Microsoft Office Excel 2010. Корреляционный анализ осуществлялся с помощью ранговой корреляции Ч. Спирмена.

### Результаты исследования и их обсуждение

В таблице 1 представлены результаты исследования 1238 студентов по методике социально-психологической адаптации (К. Роджерс и Р. Даймонд). Из таблицы 1 очевидно, что высокий уровень адаптации у 42% (145 человек) у студентов первого курса, у студентов 4 курса 42% (199 человек), среди студентов 6-го курса данный показатель выше 46% (196 человек). Низкой адаптацией обладают 7% (23 человека) студентов 1 курса, 8% (37 человек) студентов 4-го курса, 7% (92 человека) студентов 6-го курса. Именно студенты, имеющие низкий уровень адаптации, и составляют группу риска. Были выделены две группы студентов: группа студентов с низкими и высокими показателями социально-психологической адаптации.

**Таблица 1 – Распределение по уровням адаптации (вся выборка)**

Группы	КУРСЫ			Вся выборка
	1 курс	4 курс	6 курс	
1 - высокий уровень адаптации	145 чел. 42%	199 чел. 42%	196 чел. 46%	540 чел. 44%
2 - средний уровень адаптации	175 чел. 51%	236 чел. 50%	195 чел. 46%	606 чел. 49%
3 - низкий уровень адаптации	23 чел. 7%	37 чел. 8%	32 чел. 8%	92 чел. 7%

При рассмотрении интегральных показателей социально-психологической адаптации (таблица 2), было выявлено, что у студентов медицинского вуза в основном средний уровень адаптации у 1-го, 4-го и 6-го. Следует отметить, что наименьшее значение в показателе адаптации было у студентов 4-го курса (63,0%), что может являться отражением высокой нагрузки в процессе обучения именно в этот период или вследствие разочарованности выбранной профессией. Обращают внимание результаты по шкале «стремление к доминированию», у всех трех групп отмечаются высокие показатели, это может свидетельствовать о высоком желании контролировать себя и свою жизнь, возможно, данный показатель связан с высоким уровнем тревожности. Отмечаются также высокие показатели интернальности у трех групп студентов, т.е. преобладание внутреннего контроля над внешним. Таким образом, студенты предполагают, что они самостоятельно несут ответственность при принятии решений, ответственность за собственную жизнь. У студентов первого курса отмечается достоверно высокий показатель эскапизма (ухода от проблем) (14,0%), вероятно, это связано с эмоциональным дискомфортом и дезадаптацией ( $p < 0,05$ ). Показатель «эмоциональная комфортность» (67,0%) достоверно выше у студентов шестого курса ( $p < 0,05$ ).

**Таблица 2 – Результаты диагностики социально-психологической адаптации на всей выборке (сравнение по курсам, средние значения)**

Интегральный показатель	Курс	1 курс	4 курс	6 курс
Адаптация		64±0,61	63±0,49	65±0,59
Приятие себя		76±0,68	73±0,85	74±0,85

Интегральный показатель	Курс		
	1 курс	4 курс	6 курс
Приятие других	62±0,79	58±0,62	62±0,59
Интернальность	62±0,83	64±0,72	63±0,79
Эмоциональная комфортность	66±0,75	66±0,72	67±0,67
Стремление к доминированию	51±0,79	52±0,72	53±0,71
Эскапизм	14±0,29	15±0,35	15±0,43

В таблице 3 представлены результаты психодиагностики студентов медицинского вуза по методике определения уровня алекситимии «Торонтская алекситимическая шкала» (Д. Тэйлора). По результатам тестовой интерпретации (таблица 3) выраженная алекситимия наблюдается у 23% студентов (286 человек), следует отметить, что у студентов 4 курса данный показатель составил наибольший процент (27%) от всей выборки ( $p < 0,05$ ).

В группу риска вошли 34% студентов (417 человек), из них 144 человека – студенты первого курса. Нормальный уровень алекситимии у 43% (535 студентов).

**Таблица 3 – Результаты диагностики алекситимии (сравнение по уровням, количество человек, %)**

Уровни	Курсы			Вся выборка
	1 курс	4 курс	6 курс	
Норма	116 чел. 34%	197 чел. 42%	222 чел. 52%	535 чел. 43%
Группа риска	144 чел. 42%	148 чел. 31%	125 чел. 30%	417 чел. 34%
Выраженная алекситимия	83 чел. 24%	127 чел. 27%	76 чел. 18%	286 чел. 23%

Корреляционный анализ, проведенный для определения взаимосвязей степени алекситимии и интегральных шкал методики диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонд, выявил следующие результаты (таблица 4). Уровень алекситимии имеет значимые при  $p < 0,01$  обратные взаимосвязи средней силы с интегральным фактором адаптации, интегральным фактором самопринятия, интегральным фактором принятия других, интегральным фактором эмоционального комфорта, интегральным фактором интернальности, интегральным фактором стремления к доминированию. С интегральным фактором эскапизма степень алекситимии имеет прямую значимую при  $p < 0,01$  взаимосвязь средней мощности. Это свидетельствует о том, что показатели выраженности алекситимии связаны показателями социально-психологической адаптации.

**Таблица 4 – Результаты корреляционного анализа между интегральным показателем адаптации и алекситимией**

Показатели	Вся выборка	1 курс	4 курс	6 курс
Коэффициент корреляции, r	-0,356	-0,375	-0,395	-0,385
Уровень значимости, p	0,001	0,001	0,001	0,001

Корреляционный анализ показал, что высокие показатели алекситимии имеет не только обратную взаимосвязь со всеми параметрами социально-психологической адаптации

(самопринятие, принятие других, степень эмоционального комфорта, степень интернальности, стремление к доминированию), но и достоверно влияет отрицательным образом на процессы социально-психологической адаптации ( $p < 0,05$ ).

Для студентов с высокими показателями алекситимии желательно разрабатывать специальные программы для улучшения и оптимизации процесса социально-психологической адаптации. Обычные тренинговые программы могут оказаться в данном случае не настолько неэффективными. Необходимо принимать во внимание определенные качества личности алекситимиков при разработке и реализации подобных тренинговых программ. Личность с высокими показателями алекситимии может быть благополучна и гармонична, но, для этого необходимо комплексное психологическое сопровождение, включающая в себя несколько этапов работы:

1 этап – диагностический. Данный этап осуществляется через психодиагностику студентов.

2 этап – проведение групповых тренингов, включающих в себя несколько модулей (тренинг коммуникативных навыков, развитие невербальных средств общения и т.д.). Коррекция в условиях групповых занятий также должна включать в себя аутогенную тренировку, различные релаксирующие приемы.

3 этап – повторная диагностика алекситимии теми же методиками.

4 этап – качественная и количественная обработка результатов для их дальнейшего теоретического и практического использования в психологическом сопровождении.

## Выводы

Таким образом, одним из основных факторов риска развития социально-психологической дезадаптации у студентов медицинского вуза являются алекситимия. Корреляционный анализ показал, что между компонентами социально-психологической адаптации и алекситимией существует взаимосвязь. Алекситимия достоверно влияет негативным образом на процесс социально-психологической адаптации. Студенты с высоким уровнем алекситимии проходят процесс социально-психологической адаптации труднее, что, в свою очередь, имеет отрицательное влияние на учебную деятельность. В связи с чем, появляется вопрос о необходимости реализации комплекса мероприятий, который включает комплексную диагностику алекситимических проявлений, а также работу по профилактике рассматриваемого явления.

## Библиография

1. Бисалиев Р.В., Кубекова А.С., Сарафрази Т.Т. Психологические аспекты агрессии и агрессивного поведения: современное состояние проблемы // Современные проблемы науки и образования. 2014. N 2. С. 591.
2. Брель Е.Ю. Проблема изучения алекситимии в психологических исследованиях // Вестник КемГУ. 2012, N 3. С. 173-176.
3. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. СПб.: Питер, 2009. 225 с.
4. Заводская, О.В. Исследование вербальной и невербальной экспрессии студентов посредством свободных ассоциаций / Сборник трудов Котласского филиала Архангельского государственного технического университета «Наука. Север. Малый город» // О.В. Заводская, А.Н. Быстров, А.В. Павлова. Архангельск-Котлас: Изд-во АГТУ, 2004. С. 34-76.
5. Искусных А.Ю. Алекситимия. Причины и риски возникновения расстройства // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии, 15 июня, Новосибирск: СибАК, 2015; N 6 (52). С. 59-68.
6. Искусных А.Ю., Попова Л.И. Алекситимия у студентов. Распространенность, причины и последствия // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии, 12 сентября, Новосибирск: СибАК, 2016, N 9(66). С. 61-65.

7. Костина Л.А., Великанова Л.П., Фоменко О.И. К вопросу адаптации студентов в вузе // Здоровье населения - основа процветания России Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2014. С. 138-141.
8. Костина Л.А., Кубекова А.С. Феноменология аутоагрессивного поведения в студенческой среде // Психологическое и педагогическое сопровождение студентов вуза в современном социокультурном пространстве Материалы научно-практической конференции с международным участием. Посвящается 100-летию образования «Астраханского государственного медицинского университета». 2018. С. 119-122.
9. Кубекова А.С., Абдуллаев С.С. Анализ моделей психологического сопровождения иностранных студентов // Психологическое и педагогическое сопровождение студентов вуза в современном социокультурном пространстве Материалы научно-практической конференции с международным участием. Посвящается 100-летию образования «Астраханского государственного медицинского университета». г. Астрахань, 2018. С. 126-130.
10. Фоменко О.И., Костина Л.А., Туровская Е.В. Технологии поддержки здоровья студентов медицинского вуза // Современные тенденции развития клинической психологии Материалы научно-практической конференции с международным участием. 2016. С. 105-109.

### **Alexitimia as a risk factor of social and psychological disadaptation of medical university students**

**Larisa A. Kostina**

PhD in Medicine, Docent,  
Head of the Department of psychology and pedagogy,  
Astrakhan State Medical University,  
414000, 121, Bakinskaya st., Astrakhan, Russian Federation;  
e-mail: kostina\_agma@mail.ru

**Aliya S. Kubekova**

Senior Lecturer at the Department of psychology and pedagogy,  
Astrakhan State Medical University,  
414000, 121, Bakinskaya st., Astrakhan, Russian Federation;  
e-mail: alya\_kubekova@mail

#### **Abstract**

The article is devoted to the actual problem of alexithymia and socio-psychological adaptation of students of the medical university, as well as the working-out of recommendations for psychologists working with alexithymics. To assess the research of alexithymia and socio-psychological adaptation in students of a medical university, we used a number of psychodiagnostic tools, including the method of socio-psychological adaptation by K. Rogers and R. Diamond, the method of the level of alexithymia "Toronto Alexitimic Scale" by D. Taylor. Mathematico-statistical methods of data processing, including Mann-Whitney U-test, Pierson's correlation analysis, were used in the work. The complex research carried out made it possible to draw the following conclusion: a low socio-psychological adaptation of a person is associated with high rates of alexithymia. Practical significance consists in developing the recommendations by psychologists working with alexithymics. Results can be used in further research on this topic, as well as the results of the study can be used in lecture and psycho-preventive work in educational institutions.

**For citation**

Kostina L.A., Kubekova A.S. (2019) Aleksitimiya kak faktor riska sotsial'no-psikhologicheskoy dezadaptatsii studentov meditsinskogo vuza [Alexitimia as a risk factor of social and psychological disadaptation of medical university students]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 8 (4A), pp. 56-62. DOI: 10.34670/AR.2019.44.4.037

**Keywords**

Students of the medical university, alexithymia, socio-psychological adaptation, emotional comfortable, escapism, internality.

**References**

1. Bisaliev R.V., Kubekova A.S., Sarafrazi T.T. Psychological aspects of aggression and aggressive behavior: the current state of the problem // Modern problems of science and education. 2014. N 2.P. 591.
2. Brel E.Yu. The problem of the study of alexithymia in psychological research // Bulletin of KemSU. 2012, N 3. S. 173-176.
3. Vodopyanova N.E. Psychodiagnostics of stress / N.E. Vodopyanova. St. Petersburg: Peter, 2009.225 s.
4. Zavodskaya, O.V. The study of verbal and non-verbal expression of students through free associations / Proceedings of the Kotlas branch of the Arkhangelsk State Technical University "Science. North. Small City" // O.V. Zavodskaya, A.N. Bystrov, A.V. Pavlova. Arkhangelsk-Kotlas: Publishing House of ASTU, 2004.P. 34-76.
5. Skillful A.Yew. Alexithymia. Causes and risks of the disorder // Person, family and society: issues of pedagogy and psychology, June 15, Novosibirsk: SibAK, 2015; N 6 (52). S. 59-68.
6. Skilled A.Yu., Popova L.I. Alexithymia in students. Prevalence, causes and consequences // Personality, family and society: issues of pedagogy and psychology, September 12, Novosibirsk: SibAK, 2016, N 9 (66). S. 61-65.
7. Kostina L.A., Velikanova L.P., Fomenko O.I. On the issue of students' adaptation at the university // Health of the population - the basis of Russia's prosperity Materials of the VIII All-Russian scientific-practical conference with international participation. 2014.S. 138-141.
8. Kostina L.A., Kubekova A.S. Phenomenology of auto-aggressive behavior in the student environment // Psychological and pedagogical support of university students in the modern socio-cultural space Materials of a scientific and practical conference with international participation. Dedicated to the 100th anniversary of the founding of the Astrakhan State Medical University. 2018.S. 119-122.
9. Kubekova A.S., Abdullaev S.S. Analysis of models of psychological support of foreign students // Psychological and pedagogical support of university students in the modern socio-cultural space Materials of a scientific and practical conference with international participation. Dedicated to the 100th anniversary of the founding of the Astrakhan State Medical University. Astrakhan, 2018.S. 126-130.
10. Fomenko O.I., Kostina L.A., Turovskaya E.V. Health Support Technologies for Medical University Students // Modern Trends in the Development of Clinical Psychology Materials of a scientific and practical conference with international participation. 2016.S. 105-109.