

**ВЗАИМОСВЯЗЬ АЛЕКСИТИМИИ С ИНДИВИДУАЛЬНО-
ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ЛИЧНОСТИ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ**
Юрченко Е.А.

*Юрченко Елена Александровна - студент магистратуры,
Тольяттинский государственный университет,
г. Тольятти*

***Аннотация:** статья посвящена описанию феномена alexithymia в психологической науке. Рассматриваются специфические признаки проявления alexithymia у военнослужащих. Целью исследования стало выявление психологических особенностей характерных для личности с alexithymia. С помощью эмпирического исследования выделены ключевые отличия между группой военнослужащих с alexithymia и без нее.*

***Ключевые слова:** alexithymia, alexithymicity, military personnel, psychological characteristics, personality, feelings, emotions.*

**THE RELATIONSHIP OF ALEXITHYMIA WITH THE INDIVIDUAL
PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PERSONALITY OF MILITARY
PERSONNEL**
Yurchenko E.A.

*Yurchenko Elena Alexandrovna - master's student,
TOLYATTI STATE UNIVERSITY,
TOLYATTI*

***Abstract:** The article is devoted to the description of the phenomenon of alexithymia in psychological science. The specific signs of alexithymia in military personnel are considered. The purpose of the study was to identify the psychological characteristics of a person with alexithymia. Empirical research has highlighted the key differences between a group of military personnel with and without alexithymia.*

***Keywords:** alexithymia, alexithymicity, military personnel, psychological characteristics, personality, feelings, emotions.*

Постановка проблемы.

В современной психологии и психиатрии все больше внимания уделяется изучению такого феномена, как alexithymia. Автором научной концепции данного термина является Питер Сифнеос (1969 г.). Понятие «alexithymia от др.- греч. ἀ- – приставка с отрицательным значением, λέξις – слово, θυμός – чувство, буквально «без слов для чувств» [1].

Феномен alexithymia с момента своего первоначального описания как характерной черты пациентов с психосоматическими заболеваниями [1] претерпевал изменения и на сегодняшний день трансформировался в устойчивый самостоятельный термин, характеризующееся неспособностью распознавать, описывать и различать собственные чувства, а также отличать их от телесных ощущений. Так же alexithymia связана с бедностью фантазии и ориентацией на внешние события [2].

Согласно психиатрическому энциклопедическому словарю Й.А. Стоименова, alexithymia – это затруднения в передаче, психологическом описании своего состояния. Наблюдается при психосоматических заболеваниях, особенно при соматизированных латентных депрессиях [3]. Исследования последних десятилетий демонстрируют, что alexithymia не является исключительно патологическим явлением, но может выступать как фактор, модулирующий различные аспекты психического и физического здоровья, а также влияющий на межличностные отношения и социальную адаптацию [4]. Для alexithymia характерна слабая дифференцировка модальности своих эмоций и эмоций окружающих, не различение телесных и аффективных ощущений [5].

К настоящему времени тематика alexithymia у военнослужащих в отечественной и зарубежной психологической и психиатрической литературе представляет собой слабоизученную область научного знания. Поскольку деятельность военнослужащих сопряжена с экстремальными условиями и стрессом их стабильное, уравновешенное эмоциональное состояние является важным фактором успешной службы. Наличие же alexithymia может оказывать влияние на этот процесс. Знание компонентной структуры alexithymia является основой для разработки научно обоснованных и эффективных программ психологической реабилитации и коррекции, ориентированных на воздействие на ключевые элементы данного феномена [2].

Т.Н. Савченко и Г.М. Головина пишут, что к факторам, способствующим формированию alexithymia у военнослужащих, можно отнести особое воспитание мальчиков в детстве [6].

М.Г. Чухрова говорит связи между уровнем адаптации к воинской службе и алекситимией. Так, алекситимия в условиях воинской службы является личностным фактором, облегчающим социально-психологическую адаптацию [7].

В работах С.М. Шкленник указывается, что для военнослужащих с выраженной алекситимией характерны достоверно более высокие показатели амбициозности, враждебности, дефицита времени, соревновательности и эмоциональной вовлеченности в работу [8].

Воздействие алекситимии проявляется в таких аспектах жизнедеятельности военнослужащих:

– Трудности с самоанализом. Военнослужащий может чувствовать себя напряженным, уставшим или раздраженным, однако не осознавать причин такого состояния.

– Сложности с адаптацией. После возвращения из зоны боевых действий или после завершения службы, военнослужащим бывает непросто адаптироваться к мирной жизни [9]. Если они не умеют обрабатывать пережитый опыт и свои эмоции, это может усугубить процесс адаптации.

– Скрытое напряжение. Вместо переживания эмоций в вербальной форме, индивид с алекситимией склонен к их внутреннему сдерживанию. Что может приводить к накоплению стресса, который со временем может преобразоваться в различные психосоматические проблемы или в психологические расстройства [10].

– Проблемы в общении. Трудности в дифференциации собственных эмоций вызывают трудности в понимании эмоций окружающих [11]. Это может приводить к недопониманию в коллективе, конфликтам, а также к трудностям в построении доверительных отношений с сослуживцами и командирами.

Цель исследования.

Целью проведенного исследования стало выявление психологических особенностей характерных для личности с алекситимией.

Выборка и методы исследования.

Исследование проводилось на базе воинской части в Мурманской области. В нем приняло участие 45 военнослужащих мужского пола. Возрастом от 21 года до 43 лет.

Для проведения эмпирической части исследования были использованы следующие методики: Шестнадцатифакторный личностный опросник Кеттелла (форма С) [12]; торонтская алекситимическая шкала (TAS, адаптация института им. В.М. Бехтерева) [13]; опросник эмоционального интеллекта ЭМИн Д.В. Люсина [14]; опросник алекситимии Бермонда-Ворста [15]. Методы математической статистики представлены коэффициентом ранговой корреляции Спирмена и U - критерием Манна-Уитни. Для обработки данных использовались программы Microsoft Excel и SPSS Statistics.

Результаты проведенного исследования

Анализ результатов проведенного исследования показал, по методике TAS в исследуемой выборке отсутствие алекситимии у 69% военнослужащих (31 человек). Значения, указывающие на возможное наличие алекситимии, были обнаружены у 22% исследуемых (10 человек). Явно выраженная алекситимия диагностирована у 9% выборки (4 человека).

Методика Бермонда-Ворста позволила диагностировать средний уровень алекситимичности у 51 % выборки (23 человека). Высокий уровень алекситимичности был выявлен у 33 % выборки (15 человек).

Соотнесение результатов по вышеизложенным методикам осуществлялось с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Для $n=45$ получены значения $r_s=0.839$. Это указывает, что корреляция статистически значима. Из этого следует сделать вывод о том, что данные полученные по обоим методикам взаимосвязаны и не противоречат друг другу. Благодаря проведению данной корреляции стало возможным выделение двух отдельных групп. Первую составили военнослужащие с алекситимией ($n=14$), вторую – без нее ($n=31$).

Анализ средних показателей по отдельным шкалам методики Бермонда-Ворста. По шкале «эмоциональность» наблюдается не слишком большое расхождение результатов между двумя группами (23,57 и 24,39). «Фантазирование» во второй группе проявляется более выражено (22,1). Высокие показатели в первой группе (26,79) указывают на повышенное проявление алекситимии в фантазировании. Наблюдаются высокие значения по шкале «идентификация собственных эмоциональных состояний» в первой группе военнослужащих (22,71). Во второй значения гораздо ниже (15,26). У респондентов первой группы результаты по шкале «анализа собственных эмоциональных состояний» (24,93) значительно превосходят результаты второй группы (16,97). Низкий показатель по шкале «вербализация» выявлен у респондентов второй группы (18,42). Суммарный показатель у первой группы (27,43) высокий.

Анализ среднего показателя всей выборки по 16-факторному опроснику показали, что самые высокие суммарные показатели в первой (7) и во второй группе (7,52) были выявлены по фактору С (эмоциональная устойчивость). Высокие значения практически в равной мере были выявлены в первой (6,36) и второй (6,32) группах по фактору В (высокий интеллект). Повышенные показатели шкалы фактора Е (доминантность) констатированы в обеих группах (5,93 и 6,23). По фактору MD (адекватность самооценки) выявлены высокие показатели. Для индивидов первой (5,79) и второй (6,94). Так же следует отметить показатели выше среднего по шкале А (общительность) у второй группы (5,97) и значительно более низкие показатели у первой группы (3,64). Анализируя наименьшие показатели, следует выделить фактор М. Исследуемые первая (2,93) и вторая (3,35), группы характеризуются практичностью. Так же сниженным средним показателям можно отнести значения по шкалам Q1 – консервативность (5 и 4,06) и Q2 (4,43 и 4,74) в обеих группах. G фактор, отвечающий за подверженность чувствами в первой группе (4) имеет значения гораздо

ниже, чем во второй (6,39). Различие результатов по фактору I говорит о несентиментальности, в первой группе (2,93). И о мягкости во второй группе (4,74). Прямолинейность, наивность свойственна первой группе (3,64) по фактору N, а второй группе (5,52) – расчетливость, пронизательность, дипломатичность. Военнослужащие с алекситимией (5,63) более ранимы, беспокойны. Респонденты без алекситимии (3,94) более беспечны и самонадеянны, безмятежны (шкала O). Расхождения между группами отмечены по фактору Q3 (самоконтроль) у индивидов первой группы (5,64) и второй группы (7,84). Напряженность (шкала Q4) больше проявляется в первой группе (5,21). Вторую же группу (2,55) напротив – отличает расслабленность.

Выявление взаимосвязи между алекситимией и ее составляющими (опросник Бермонда-Ворста) и индивидуально-психологическими характеристиками личности военнослужащих (16-факторный опросник Р. Кеттелла) во всей выборке (n=45) осуществлявшееся с помощью коэффициента Спирмена позволило выявить корреляционные связи с факторами: A (замкнутость-общительность), G (подверженность чувствам-высокая нормативность поведения), I (жестокость-чувствительность), N (прямолинейность-дипломатичность), Q3 (низкий самоконтроль-высокий самоконтроль), Q4 (расслабленность-напряженность).

Примененный U-критерий Манна-Уитни позволил выделить различия между двумя исследуемыми группами. В группе военнослужащих с алекситимией преобладают такие индивидуально-психологические характеристики как: замкнутость, подверженность чувствам, прямолинейность, низкий самоконтроль, напряженность, низкий внутриличностный и межличностный эмоциональный интеллект, неумение управлять своими эмоциями и понимать эмоции окружающих. Для группы военнослужащих без алекситимии специфичны такие персональные характеристики как: общительность, высокая нормативность поведения, дипломатичность, высокий самоконтроль, расслабленность, высокий межличностный и внутриличностный эмоциональный интеллект, хорошо развитое умение управлять своими эмоциями и понимать эмоции окружающих.

Выводы.

Таким образом, произведенный анализ и расчеты полученных данных позволяют подтвердить наличие психологических различий между военнослужащими с алекситимией и без нее. Этому служит доказательство ряда выявленных взаимосвязей по коэффициенту ранговой корреляции Спирмена и различий согласно критерию Манна – Уитни. Перспективы дальнейших исследований видятся в разработке дифференцированных программ по коррекции алекситимичности. Понимание механизмов, лежащих в основе алекситимии, и ее влияния на когнитивные, аффективные и поведенческие процессы открывает перспективы для разработки более эффективных диагностических инструментов и терапевтических стратегий. Диагностика алекситимии у военнослужащих позволяет: замечать признаки трудностей с эмоциональным самовыражением у своих подчиненных, предлагать более подходящие формы поддержки и помощи, учитывая особенности каждого человека.

Список литературы / References

1. Кристал Г., Кристал Дж. Интеграция и самоисцеление. Аффект, травма и алекситимия. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. 425с.
2. Юрченко Е.А. Алекситимия и методы ее диагностики // Молодой ученый. 2025. № 19 (570). С. 125–128.
3. Стоименов Й.А., Стоименова М.Й., Коева П.Й. и др. Психиатрический энциклопедический словарь. Киев: «МАУП», 2003. С. 31. 1200 с.
4. Кафаров Т.А., Алиев Н.А., Алиев З.Н. Изучение алекситимии при шизофрении и некоторых соматических заболеваниях // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова, 2020. Т. 120. С. 37. (4)
5. Горобец Е.А., Есин Р.Г., Вольская Ю.А. Ученые записки Казанского университета // Серия Гуманитарные науки, 2022. Т. 164, кн. 1–2. С. 180–196.
6. Ковалева Ю.А., Горобец Е.А. Особенности вербализации болевых ощущений у пациентов с алекситимическими чертами // Научное наследие В.А. Богородицкого и современный вектор исследований казанской лингвистической школы. Казань, Казанский (Приволжский) федеральный университет). 2016. С. 148–154.
7. Чухрова М.Г., Пилипенко Г.Н. Алекситимия и адаптация личности: монография. Новосибирск: ООО «Альфа Ресурс», 2011. 96 с.
8. Никитин Е.А., Шкленник С.М., Цой В.С. Соотношение агрессивности, алекситимии и типа поведения у военнослужащих // Вестник психотерапии. 2006. № 17(22). С. 73–78.
9. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. Прикладная военная психология. СПб.: Питер. 2006. 480 с.
10. Брель Е.Ю. Алекситимия в норме и патологии: психологическая структура и возможности превенции. Томск, 2018. 39 с.
11. Тухватуллин Б.Т., Алиханова Ф.Н. Военно-профессиональная подготовка курсантов вузов внутренних войск МВД России // Международный научно-исследовательский журнал: материалы II Межвузовской научно-практической конференции. Екатеринбург, 2013. С. 79–82
12. Капустина А.Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла. СПб., 2001. С. 55-81, 96–97.
13. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / под ред. Д.Я. Райгородского. Самара: «Бахрах-М», 2017 г. 672с.

14. *Люсин Д.В.* Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. №4
15. *Дорошева Е.А., Бурова Т.С.* Психометрические характеристики русскоязычной версии опросника алекситимии Б. Бермонда и Г. Ворста (BVAQ) // Сибирский психологический журнал, 2025. №2