

УРОВЕНЬ АЛЕКСИТИМИИ КАК ИНДИКАТОР ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

Любавина Кристина Александровна

Студент (специалист)

Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва, Медицинский институт,
Саранск, Россия

E-mail: lubavkristina@gmail.com

Современное высшее образование требует от студентов не только когнитивных ресурсов, но и личностной зрелости, ключевым индикатором которой выступает алекситимия — затруднения в идентификации и вербализации эмоций [1,3]. Цель работы — оценить уровень алекситимии у студентов как индикатор психической устойчивости.

Материал и методы. В исследовании приняло участие 117 студентов Медицинского института ФГБОУ ВО «МГУ им. Н.П. Огарёва» в возрасте 18–21 года: специальности «Лечебное дело» — 74 чел. (девушек — 57% , юношей — 43%), «Педиатрия» — 42 чел. (девушек — 63% , юношей — 37%). Использована Торонтская алекситимическая шкала (TAS-26). Уровни: <62 баллов — отсутствие алекситимии, 62–72 — возможная алекситимии, >72 — явная алекситимии [2].

Результаты. В результате проведенного исследования выделено три кластера: Кластер 1. «Неалекситимический тип» — 88 чел. (75%): характерно распознавание и вербализация эмоций как основа психической устойчивости; Кластер 2. «Промежуточный тип» — 18 чел. (15%): трудности эмоциональной регуляции, усиливающиеся в условиях сессии или личностных кризисов; Кластер 3. «Алекситимический тип» — 11 чел. (10%): значительные сложности в дифференциации чувств и телесных ощущений, что делает этих лиц наиболее уязвимыми перед стрессом. У студентов специальности «Лечебное дело» «Неалекситимический тип» выявлен у 54 чел. (73%), «Промежуточный тип» — у 12 чел. (16%), «Алекситимический тип» — у 8 чел. (11%). У студентов специальности «Педиатрия»: «Неалекситимический тип» — у 34 чел. (79%), «Промежуточный тип» 6 чел. (14%) и Алекситимический тип — 3 чел. (7%) соответственно. Таким образом, существенных различий между специальностями не обнаружено.

Заключение. Уровень алекситимии выступает валидным индикатором психической устойчивости студентов. Большинство опрошенных обладают достаточным эмоциональным ресурсом для совладания со стрессом. Вместе с тем четверть выборки нуждается в адресном внимании психологической службы — от мониторинга эмоционального состояния до включения в тренинги развития эмоционального интеллекта.

Источники и литература

- 1) 1. Нартова-Бочавер С.К., Потапова А.В. Уровень алекситимии как индикатор психологической устойчивости студентов технических и гуманитарных вузов // Психологическая наука и образование. 2012. Т. 17. №3. С. 10–17.
- 2) 2. Ереско Д.Б., Исурина Г.Л., Кайдановская Е.В., и др. Алекситимия и методы ее определения при пограничных нервно-психических расстройствах: Методические рекомендации. СПб.: НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. 25 с.
- 3) 3. Токарева Н.Г. Роль психологических знаний в формировании профессионального портрета врача // Гуманитарные науки (г.Ялта). 2018, №4(44). С. 39-44.