



*Х. А. Навитка*

*Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, м. Львів, Україна*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3948-3551> – Х. А. Навитка

✉ [n.khrystyna.ldubgd@gmail.com](mailto:n.khrystyna.ldubgd@gmail.com)

## АЛЕКСИТИМІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА КОМУНІКАТИВНІ ЗДІБНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Стаття присвячена дослідженню впливу алекситимії на кристалізацію здатності виразного спілкування у дітей молодшого шкільного віку. Оскільки діти молодшого шкільного віку, який охоплює вікову групу від 6 до 10 років, перебувають у процесі активного розвитку комунікативних навичок і таким чином встановлюється їхня взаємодія з навколишнім світом. Адже початкова школа є періодом, коли діти набувають розширених соціальних навичок, освоюють вміння взаємодіяти з однолітками та дорослими, навчаються виражати свої думки та почуття, а також розуміти емоційні сигнали інших людей. Точне визначення емоцій та їх відповідна інтерпретація є важливою частиною побудови стосунків. Процес соціальної адаптації неможливий, якщо дитина не володіє здатністю тонко розуміти й ідентифікувати як свої емоційні переживання, так і переживання свого співрозмовника. Медіа можуть формувати комунікативні навички за допомогою інструментів, які відповідають розвитку дитини, заохочувати позитивну та коректну соціальну взаємодію та надавати моделі мови та/або жестів, які відповідають рівню розвитку дитини. А вчителі та родини потребують більше ресурсів і сприятливого середовища, де вони зможуть знайти резерви для підтримки та розвитку спілкування дітей.

У статті проаналізовано наукові дослідження, пов'язані з алекситимією та комунікативними навичками молодших школярів, розглянуто роль алекситимії у формуванні способів спілкування, розвитку емоційного інтелекту й ефективної взаємодії з оточенням.

Отримані результати можуть бути корисними при розробці підходів до навчання та виховання дітей у школі з метою формування їх комунікативних навичок і розвитку емоційного інтелекту. Врахування особливостей дітей з алекситимією може допомогти вчителям, психологам і батькам створити сприятливе середовище, спрямоване на підтримку їхнього комунікативного розвитку. Дієві методи та стратегії, засновані на розумінні особливостей таких дітей, можуть сприяти покращенню їх здатності виразного спілкування, розумінню та вираженню емоцій, а також розвитку соціальних навичок.

**Ключові слова:** алекситимія, дефіцит соціальної комунікації, початкова освіта, формування комунікативних навичок.

*Н. А. Navytka*

*Lviv State University of Life Safety, Lviv, Ukraine*

## ALEXITHYMIA AND ITS INFLUENCE ON COMMUNICATION SKILLS OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN

The article is devoted to the study of the influence of alexithymia on the crystallization of the ability of expressive communication among primary school children. Since primary school children, aged from 6 to 10 years, are in the process of active development of their communicative skills, their interaction with the surrounding world is established in this way. After all, primary school is a period when children acquire advanced social skills, master the ability to interact with peers and adults, and learn to express their thoughts and feelings, as well as understand the emotional signals of other people. Accurately identifying emotions and interpreting them appropriately is an important part of building relationships. The process of social adaptation is impossible if a child does not possess the ability to subtly understand and identify both their emotional experiences and their interlocutor's experiences. Media can shape communication skills using developmentally appropriate tools, encourage positive and appropriate social interaction, and provide language and/or gesture patterns that are appropriate for a child's developmental level. Both teachers and families need more resources and a supportive environment where they can find resources to support and develop children's communication.

The article analyzes scientific researches related to alexithymia and younger schoolchildren's communication skills and considers the role of alexithymia in the communication methods formation, emotional intelligence development and effective interaction with others.

The obtained results can be useful for developing approaches to children's education at school to shape their communication skills and develop their emotional intelligence. Taking into account the characteristics of children with alexithymia, teachers, psychologists and parents can create a favorable environment aimed at supporting children's communicative development. Effective methods and strategies based on understanding the characteristics of such children can help improve children's ability for expressive communication, understanding and emotion expressions, as well as for social skills development.

**Keywords:** alexithymia, social communication deficit, primary education, communication skills formation.

**Постановка проблеми.** Провідним фактором у спілкуванні з навколишнім світом є навички комунікації. Для ефективної соціальної комунікації дітей слід зважати на різні аномалії та ексцеси соціальної взаємодії. Деякі з них не прагнуть вступати в контакт зі своїм оточенням і суспільством. При комунікації та кристалізації здатності говорити, висловлювати свої думки (мовленнєвій взаємодії) чільне місце відводиться спільній діяльності дорослого та дитини. Дитина виявляє мовленнєву активність у ситуації спілкування та на вимогу дорослого.

Алекситимія – це труднощі усвідомлення й інтерпретації власних емоційних станів та проявів. Уміння сприйняти почуття іншої людини як власні, здатність до емоційного відгуку є необхідним компонентом спілкування, специфічним засобом взаємопізнання. Можна уявити собі алекситимічну особу як людину, яка не має психологічного мислення, демонструє мінімальний інтерес до гри і має конкретність у мріях і мисленні; як людину з обмеженим усвідомленням емоцій та потягів, а також утилітарним стилем життя, чия поведінка керується правилами, а не внутрішніми почуттями, фантазіями та бажаннями. Даний стан не включено до міжнародної класифікації хвороб, оскільки він вважається не захворюванням, а функціональною особливістю нервової системи [3].

Алекситимія є порушенням розвитку емоційного інтелекту, яке проявляється у важкості вербалізувати, розуміти та відокремлювати емоції від фізичних відчуттів. Причини алекситимії ще не повністю з'ясовані, але деякі попередні дані свідчать про вплив генетичних факторів. Однак також можуть впливати сімейні, соціальні і культурні чинники, такі як стримування емоцій у сім'ї та придушення негативних емоцій у стресових ситуаціях. Особи з алекситимією виявляють обмежені здібності до розуміння та вираження емоцій, що може впливати на їх адаптивність та ефективність у спілкуванні.

Усе вищезгадане підкреслює актуальність дослідження впливу середовища, у якому зростає дитина, на її психічний та фізичний розвиток. На нашу думку, наслідком виховання у сім'ї з позитивним психологічним мікрокліматом є те, що слова, які дитина чула в перші роки дитинства, сприятливо впливають на її психоемоційний стан, і навпаки – несуть негативне емоційне

навантаження у випадку виховання дитини за несприятливих обставин.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Вагомим у розвитку психосоматичної медицини є такий напрям, як концепція алекситимії P. Sifneos та J. Nemiah. Результати інтерв'ювання, проведені дослідниками, показали, що таким пацієнтам важко описувати й ідентифікувати свої почуття. Також відзначено, що такий стан – це наслідок дефіциту розвитку почуттів. Дослідники описали особистісні характеристики хворих на психосоматичні розлади, зокрема такі, як недостатня диференційованість і усвідомленість сфери почуттів та емоцій [12]. P. Sifneos визнав, що у них немає патології конфлікту, як у невротичних пацієнтів, а навпаки, вони демонструють дефіцит у здатності переживати почуття. P. Sifneos ввів термін алекситимія (букв. з грец. «немає слів для почуттів»), що розглядалась як фактор ризику психосоматичних розладів. Алекситимія охоплює порушення афективних і когнітивних функцій і характеризується труднощами розпізнавання та вербалізації почуттів, а також дефіцитом фантазії. У даний час цей термін все частіше можна зустріти в спеціалізованій літературі, яка описує дослідження психосоматичних захворювань [13].

**Метою статті** є розкриття важливості розуміння та вироблення стратегій для формування комунікативних навичок у дітей молодшого шкільного віку, сприяння їх соціальній адаптації та загальному розвитку. Основна увага зосереджується на дослідженні, як алекситимія впливає на процес комунікації у дітей, що перебувають у періоді активного розвитку своїх комунікативних навичок.

#### **Виклад основного матеріалу**

Алекситимія – це явище настільки неоднозначне, що його трактують як: соціокультурне явище, нейрофізіологічну патологію, форму захисного механізму, затримку або зворотні зміни розвитку як когнітивного, так і емоційного інтелекту.

При вираженій алекситимії характерні:

– труднощі в розпізнаванні, описі та вираженні емоцій і почуттів;

– труднощі в розмежуванні почуттів і тілесних відчуттів, схильність описувати емоції з точки зору тілесних відчуттів і поведінкових реакцій;

- порушення здатності до символізації, що виявляється бідністю уяви;
- орієнтованість на зовнішні події, а не на внутрішні переживання [1].

Р. Fonagy, відомий дослідник у галузі психології та психоаналізу, детально дослідив зв'язок між алекситимією та розвитком емоційної регуляції та взаємодії з іншими. Його робота проливає світло на складну взаємодію між емоційними труднощами та міжособистісним функціонуванням.

Дослідження Р. Fonagy показує, що алекситимія, яка характеризується обмеженою здатністю ідентифікувати та виражати емоції, може значно впливати на процеси емоційної регуляції. Людям з алекситимією може бути важко точно розпізнати та позначити власні емоції, що призводить до труднощів у ефективному управлінні ними та їх вираженні. Це може перешкодити їхній здатності орієнтуватися в соціальних взаємодіях і встановлювати значущі зв'язки з іншими.

Крім того, дослідження Р. Fonagy підкреслює роль досвіду раннього дитинства в розвитку алекситимії. Він наголошує, що неадекватна емоційна налаштованість і чуйність вихователів у період становлення дитини можуть сприяти розвитку алекситимії. Відсутність сприятливого та емоційно налаштованого середовища може перешкодити здатності дитини розвивати багатий емоційний словниковий запас і розуміти свої власні та чужі емоційні переживання.

Робота Р. Fonagy також підкреслює вплив алекситимії на міжособистісні стосунки. Людям з алекситимією може бути важко точно сприймати та реагувати на емоційні сигнали та потреби інших, що призводить до труднощів у встановленні емпатичних зв'язків. Це може сприяти напруженим стосункам, зниженню інтимності та проблемам у підтримці здорових соціальних зв'язків [8].

Що стосується лікування, Р. Fonagy дослідив використання терапії на основі менталізації як ефективного втручання для алекситимії. Ця терапія має на меті підвищити здатність людини до менталізації, яка передбачає розуміння та інтерпретацію власного психічного стану та стану інших, включаючи емоції, думки та наміри. Розвиваючи сильнішу здатність розуміти, люди з алекситимією можуть покращити свої навички емоційної регуляції та покращити міжособистісне функціонування.

Дослідження та клінічна робота Р. Fonagy значно покращили наше розуміння алекситимії та її наслідків для емоційного благополуччя та соціального функціонування. Його висновки підкреслюють важливість раннього втручання, емоційної налаштованості та терапевтичних підходів, які сприяють менталізації для вирішення проблем, пов'язаних з алекситимією.

В алекситимії виділяються кілька груп характерних рис, які впливають на особистість. Серед них розлади афективних та когнітивних функцій, порушення самосвідомості та особливе сприйняття світу. Згідно з результатами різних досліджень, до 64% психосоматичних хворих можуть бути алекситиміками, але не існує чітких причинно-наслідкових зв'язків. Скоріше, алекситимія вважається фактором ризику.

Якщо розглядати алекситимію як соціокультурний феномен, її пов'язують з низьким соціальним статусом, недостатньою освіченістю та відсутністю вміння висловлювати свої почуття словами. Алекситимія не є повною відсутністю емоцій у людини, бо якраз проблема полягає в неможливості висловити їх. З психоаналітичної точки зору, алекситимія розглядається як захисний механізм, який використовується для уникнення нестерпних емоційних станів.

М. Güleç, М. Altıntaş, L. İnanç, С. Bezgin, Е. Kosa, Н. Güleç у статті «Вплив дитячої травми на соматизацію при великому депресивному розладі: роль алекситимії» представили власне дослідження зв'язку алекситимії з дитячою травмою різного характеру. Вчені зробили припущення, що потреба дитини вербалізувати свої емоції могла придушуватись близькими людьми, тому в подальшому їй важко розпізнавати свої почуття [7].

Група дослідників, такі як R. Lane, С. Hsu, D. Locke, С. Ritenbaugh, С. Stonnington, стверджують, що наукові розробки 1970-х років, включаючи концепцію «теорії розуму» або менталізації, роблять необхідним розширення концепції алекситимії [10]. Це дозволяє стверджувати, що труднощі у вербалізації є показником, а не причиною проблеми. С. Vanheule та його колеги [14] також підкреслюють, що алекситимія є індикатором основного процесу.

У сучасній українській психологічній літературі вкрай мало досліджень, присвячених проблемам інтенсивного використання таких технологій, які б могли допомогти батькам робити більше для сприяння ранньому розвитку мови своїх дітей. Це і зумовлює наш інтерес до подальших досліджень у цьому напрямі.

Неправильні підходи у вихованні, недостатнє емоційне спілкування дитини з батьками, недорозвинена центральна нервова система, сильні емоційні переживання та психотравми, підвищення темпів життя та його вартості, руйнування традиційних сімейних структур, стрімка зміна соціального та фізичного середовища, частота й інтенсивність емоційних переживань – все це призводить до порушення емоційного стану та здоров'я сучасної людини.

Характерними для таких дітей є стійкий дефіцит

соціальної комунікації та соціальної взаємодії.

Проявами цього є:

– дефіцит соціально-емоційної взаємодії: від відхилення у соціальному вмінні зблизитися та неспроможності вести нормальну розмову до зниження вміння ділитися інтересами, емоціями, афектами та неспроможності ініціювати чи відповідати на соціальну взаємодію;

– дефіцит невербальної комунікації, яка використовується у соціальній взаємодії: від недостатньої цілісності вербальної та невербальної комунікації до порушень зорового контакту і мови тіла або до дефіциту в розумінні та використанні жестів та до повної відсутності міміки і невербальної комунікації;

– дефіцит вміння розвивати, підтримувати та розуміти стосунки: від труднощів у регулюванні поведінки в різних соціальних ситуаціях до труднощів у спільних іграх на уяву і зав'язуванні стосунків та до відсутності інтересу до однолітків.

Частина дітей, які йдуть до школи, «не вміють спілкуватися повними реченнями». Понад чверть дітей, які починають навчання в початковій школі, не можуть спілкуватися повними реченнями, оскільки постійно зростає кількість часу, який вони проводять перед екранами. Під час взаємодії такі діти не використовують відповідні жести, знаки чи слова [9].

Засвоєння шкільної програми разом із однолітками, які добре володіють мовою, також дає можливість розвивати соціальні навички. Діти, які не використовують усне мовлення, а також діти, які лише починають використовувати комунікацію (тобто використовують зрозумілу комунікацію за допомогою жестів, картинок, предметів, але ще не на повністю символічному рівні), повинні отримувати систематичне та комплексне втручання у спілкування. Необхідне втручання до тих пір, поки учень не закінчить школу.

Хоча цілком обґрунтованими є хвилювання батьків і вчителів щодо часу, проведеного дітьми перед екранами гаджетів, все ж сучасні технології також можуть допомогти підвищити обізнаність і зміцнити впевненість батьків у тому, що вони можуть зробити, щоб допомогти ранньому розвитку мови своєї дитини. Медіа можуть розвивати комунікативні навички за допомогою відповідних для розвитку дитини засобів, заохочувати позитивну та шанобливу соціальну взаємодію, надавати словесні та/або жестові моделі відповідно до рівня розвитку дитини. Потрібно більше ресурсів для вчителів і сімей та сприятливе середовище, де вони зможуть знайти резерви для підтримки і розвитку спілкування дітей.

Впевненість дітей у собі та їх ставлення до навчання значною мірою залежать від їхньої здатності ефективно використовувати розмову.

Діти допомагають одне одному в отриманні соціальних навичок. Чим раніше школярі готові до успішного спілкування, тим краще вони будуть підготовлені до всіх аспектів шкільного та соціального життя.

Обговорення і співробітництво в класі відкривають безліч переваг, які формують у дітей комунікативні навички на все життя. Цьому сприяють:

1. Підвищення грамотності. Уроки, спрямовані на формування навичок мовлення і сприйняття на слух за допомогою завдань, встановлених у міжпредметних контекстах і темах, підвищують грамотність і навченість у цілому.

2. Підвищення самооцінки. Навички ефективного спілкування підвищують самооцінку дітей, надаючи їм впевненість у спілкуванні з оточенням, встановлення меж і розвиток почуття власної гідності.

3. Розвиток креативності. Коли діти можуть добре спілкуватися, вони можуть виражати себе й іншими творчими способами. Це дозволяє їм розвивати свою творчу сторону і зміцнювати своє благополуччя.

4. Розвиток уяви. Вербалізація почуттів та ідей дає можливість дітям дати волю і розвинути свою уяву. Їм потрібні правильні мовні та комунікативні навички, щоб розповісти історії, придумувати ігри та досліджувати різні типи ігор. Це життєво важливі навички розвитку.

5. Виховання незалежного мислення. Розмовляючи з дітьми, запитуючи їх думки і заохочуючи їх до обговорення своїх ідей, можна підвищити їхню здатність мислити незалежно. Варто пропонувати учням ділитися своїми думками, це підштовхує їх до формування власної думки та набуття впевненості в собі.

6. Підвищення навичок вирішення проблем. Спілкування є ключем до практичного вирішення проблеми. Володіючи міцними комунікативними навиками, діти знаходять рішення і вивчають різні способи спільної роботи для подолання труднощів.

7. Розвиток міцних відносин. Спілкування допомагає розвивати і підтримувати відносини з оточенням, таким чином, спонукаючи їх відчувати підтримку та впевненість.

Вважаємо, що для розвитку навичок спілкування у дітей, потрібно допомогти їм розширювати і використовувати словниковий запас, який є ефективним інструментом виявлення власних думок і почуттів. Тому не варто боятися використовувати складні слова чи терміни в розмові з дітьми. Таким чином вони можуть дізнатися, що вони означають і як їх використовувати. Ефективним також є використання скоромовок і рифм, що розширює їх словниковий запас і розвиває впевненість у собі.

Важливо щоб діти розуміли значення нових слів, які вони вивчають та використовували їх. Великий словниковий запас допоможе дітям стати впевненими в собі, самовиражатися (адже діти, які можуть виразити себе в усній і письмовій формі, більш впевнені в собі); ефективно співпрацювати (налагоджувати зв'язки, працювати в гармонії та вирішувати конфлікти); розвивати емпатію (широкий словниковий запас підвищує емоційний інтелект і спонукає дітей думати глибше, що призводить до більшої емпатії); швидше обробляти інформацію; встановлювати кордони, будувати позитивні стосунки та досягати своїх цілей у житті.

**Висновки.** Дослідження показує, що алекситимія має значний вплив на здатність виразного спілкування у дітей молодшого шкільного віку. Діти з алекситимією часто проявляють дефіцит соціальної комунікації та взаємодії, що може ускладнювати їхні стосунки з оточенням. Однак, обговорення і співробітництво в класному середовищі можуть мати велике значення для розвитку комунікативних навичок у дітей. Застосування ефективних методів і стратегій, таких як навчання емоційному розпізнаванню та активне слухання, може сприяти покращенню комунікативних здібностей дітей з алекситимією.

Ці висновки можуть мати практичне значення для розробки програм та підходів до навчання та виховання, спрямованих на формування комунікативних здібностей і розвиток емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку. Визначено, що у молодшому шкільному віці розширюється коло спілкування, збільшується соціальний простір, який охоплює не тільки школу і сім'ю, але й різні соціальні інституції, такі як медіа і заклади позашкільної освіти, де основними завданнями є вільний розвиток особистості та становлення її соціально-громадського досвіду. Діти набувають первинних професійних навичок та вмінь, необхідних для їхньої соціалізації та подальшого самопізнання.

Подальшого вивчення потребують проблеми застосування обраних нами рекомендацій в рамках шкільного навчання, а також проблема поєднання традиційних та інноваційних технологій навчання дітей навичкам комунікації.

#### **Список літератури:**

1. Навитка Х. Особливості алекситимії у осіб із надлишковою вагою: Магістерська робота: (053 «Психологія»). Львів: УКУ, 2022. 100 с. URL: <https://er.ucu.edu.ua/handle/1/3142>
2. Шеремета А. І. Вплив алекситимії на психічний розвиток особистості. Хмельницький, 2020. 134 с. URL : [https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2021/10/stattia-burkovska\\_2020.pdf#page=134](https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2021/10/stattia-burkovska_2020.pdf#page=134)

3. Шеленкова Н. Л. Поняття алекситимії. Умань, 2017. [dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/7114/1/PONYaTTYa\\_ALEKSY%60TY%60MIYI.pdf](https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/7114/1/PONYaTTYa_ALEKSY%60TY%60MIYI.pdf)

4. Максименко С. Д., Соловієнко В.О., Загальна психологія : навч. посібник. 3-тє вид. Київ. : Центр учбової літератури, 2000. 272 с. URL : [http://univer.nuczu.edu.ua/tmp\\_metod/875/Maksimenko\\_S.D.\\_Zagal%27na\\_psihologiya.pdf](http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._Zagal%27na_psihologiya.pdf)

5. Berardis D., et al. Alexithymia and its relationships with body checking and body image in a non-clinical female sample. *Eating Behaviors* (Pergamon). 2006. Vol. 8. Iss. 3. P. 296–304. URL : [www.researchgate.net/publication/6231872\\_Alexithymia\\_and\\_its\\_relationships\\_with\\_body\\_checking\\_and\\_body\\_image\\_in\\_a\\_non-clinical\\_female\\_sample](http://www.researchgate.net/publication/6231872_Alexithymia_and_its_relationships_with_body_checking_and_body_image_in_a_non-clinical_female_sample)

6. Casagrande M., Boncompagni I., Forte G., Guarino A., Favieri F. Emotion and overeating behavior: effects of alexithymia and emotional regulation on overweight and obesity. 2019. URL : <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-019-00767-9>

7. Güleç M. Y., Altıntaş M., İnanç L., Bezgin Ç. H., Koca E. K., Güleç H. Effects of childhood trauma on somatization in major depressive disorder: The role of alexithymia. *Journal of Affective Disorders*. 2013. N 146 (1). P. 137–141. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S016503271200496X>

8. Fonagy P., Gergely G., Jurist E. L. *Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self* (1st ed.). Routledge. 2002. URL : <https://doi.org/10.4324/97804294716438>

9. Kearns J., Towles-Reeves E., Kleinert H., Kleinert J., Kleinekracht T. M. Characteristics of and implications for students participating in alternate assessments based on alternate academic achievement standards. *Journal of Special Education*. 2011. N 45 (1). P. 3–14. URL : [https://www.researchgate.net/publication/249834127\\_Characteristics\\_of\\_and\\_Implications\\_for\\_Students\\_Participating\\_in\\_Alternate\\_Assessments\\_Based\\_on\\_Alternate\\_Academic\\_Achievement\\_Standards](https://www.researchgate.net/publication/249834127_Characteristics_of_and_Implications_for_Students_Participating_in_Alternate_Assessments_Based_on_Alternate_Academic_Achievement_Standards)

10. Lane R. D., Hsu C.-H., Locke D. E., Ritenbaugh C., Stonnington C. M. Role of theory of mind in emotional awareness and alexithymia: Implications for conceptualization and measurement. *Disorders review: the Journal of the Eating Disorders Association*. 2015. 23 (6). P. 504–508. URL : <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1053810015000331?via%3Dihub>

11. McClelland M. M., Morrison F. J., Holmes D. L. Children at risk for early academic problems: The role of learning related social skills. *Early Childhood Research Quarterly*. 2000. N 15. P. 307–329. URL : [http://dx.doi.org/10.1016/S0885-2006\(00\)00069-7](http://dx.doi.org/10.1016/S0885-2006(00)00069-7)

12. Nemiah J. C., Sifneos P. E. Psychosomatic illness: a problem in communication. *Psychotherapy and psychosomatics*. 1970. N 18 (1–6). P. 154–160.

URL : <https://karger.com/ppp/article-abstract/18/1-6/154/280223/Psychosomatic-Illness-A-Problem-in-Communication?redirectedFrom=fulltext>

13. Sifneos P. E. Alexithymia, Clinical Issues, Politics and Crime. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2000. N69, 113-116.: <https://doi.org/10.1159/000012377>

14. Vanheule S., Meganck R., Desmet M. Alexithymia, social detachment and cognitive processing. *Psychiatry Research*. 2011. N 190 (1). P. 49–51. [doi.org/10.1016/j.psychres.2010.06.032](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2010.06.032)

#### References:

1. Navytka Kh. (2022) Osoblyvosti aleksytymii u osob iz nadlyshkovoio vahoio: Mahisterska robota: (053 «Psycholohiia») [Peculiarities of alexithymia among overweight people: Master's thesis: (053 «Psychology»)]. Lviv: UKU. URL: <https://er.ucu.edu.ua/handle/1/3142>

2. Sheremeta, A. I. (2020) Vplyv aleksytymii na psykhychnyi rozvytok osobystosti [The influence of alexithymia on the mental development of the personality]. *Khmelnitskyi*. URL: [https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2021/10/stattia-burkovska\\_2020.pdf#page=134](https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2021/10/stattia-burkovska_2020.pdf#page=134)

3. Shelenkova, N.L. (2017). Poniattia aleksytymii [The concept of alexithymia]. URL: [https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/7114/1/PONYaTTYa\\_ALEKSY%60TY%60MIYI.pdf](https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/7114/1/PONYaTTYa_ALEKSY%60TY%60MIYI.pdf)

4. Maksimenko S. D., Solovienko V. O. (2000) *Zahalna psykholohiia: navch. Posibnyk* [General psychology: teaching manual]. 3rd edition. Kyiv: Center for Educational Literature. URL: [http://univer.nuczu.edu.ua/tmp\\_metod/875/Maksimenko\\_S.D.\\_Zagal%27na\\_psihologiya.pdf](http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._Zagal%27na_psihologiya.pdf)

5. Berardis D., et al (2006). Alexithymia and its relationships with body checking and body image in a non-clinical female sample. *Eating Behaviors* (Pergamon). Vol. 8. Issue 3. P. 296–304. URL : [https://www.researchgate.net/publication/6231872\\_Alexithymia\\_and\\_its\\_relationships\\_with\\_body\\_checking\\_and\\_body\\_image\\_in\\_a\\_non-clinical\\_female\\_sample](https://www.researchgate.net/publication/6231872_Alexithymia_and_its_relationships_with_body_checking_and_body_image_in_a_non-clinical_female_sample)

6. Casagrande M., Boncompagni I., Forte G., Guarino A., Favieri F. (2019) Emotion and overeating behavior: effects of alexithymia and emotional regulation on overweight and obesity. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-019-00767-9>

7. Güleç, M. Y., Altıntaş, M., İnanc, L., Bezgin, Ç. H., Koca, E. K., Güleç, H. (2013). Effects of childhood trauma on somatization in major depressive disorder: The role of alexithymia. *Journal of Affective Disorders*, 146 (1), 137-141. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S016503271200496X>

8. Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L. (Eds.). (2002). *Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self* (1st ed.). Routledge. URL : <https://doi.org/10.4324/97804294716438>

9. Kearns J., Towles-Reeves E., Kleinert H., Kleinert J., KleineKraich T. M. (2011). Characteristics of and implications for students participating in alternate assessments based on alternate academic achievement standards. *Journal of Special Education*. N 45 (1). P. 3–14. [https://www.researchgate.net/publication/249834127\\_Characteristics\\_of\\_and\\_Implications\\_for\\_Students\\_Participating\\_in\\_Alternate\\_Assessments\\_Based\\_on\\_Alternate\\_Academic\\_Achievement\\_Standards](https://www.researchgate.net/publication/249834127_Characteristics_of_and_Implications_for_Students_Participating_in_Alternate_Assessments_Based_on_Alternate_Academic_Achievement_Standards)

10. Lane R. D., Hsu C.-H., Locke D. E., Ritenbaugh C., Stonnington C. M. (2015) Role of theory of mind in emotional awareness and alexithymia: Implications for conceptualization and measurement. *Disorders review: the Journal of the Eating Disorders Association*. 23 (6). P. 504–508. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1053810015000331?via%3Dihub>

11. McClelland M. M., Morrison F. J., Holmes D. L. (2000). Children at risk for early academic problems: The role of learning related social skills. *Early Childhood Research Quarterly*. N 15. P. 307–329. URL: [http://dx.doi.org/10.1016/S0885-2006\(00\)00069-7](http://dx.doi.org/10.1016/S0885-2006(00)00069-7)

12. Nemiah J. C., Sifneos P. E. (1970). Psychosomatic illness: a problem in communication. *Psychotherapy and psychosomatics*. N 18 (1–6). P. 154–160. URL: <https://karger.com/ppp/article-abstract/18/1-6/154/280223/Psychosomatic-Illness-A-Problem-in-Communication?redirectedFrom=fulltext>

13. Sifneos P. E. (2000). Alexithymia, Clinical Issues, Politics and Crime. *Psychotherapy and Psychosomatics*. N 69, 113-116. URL : <https://doi.org/10.1159/000012377>

14. Vanheule S., Meganck R., Desmet M. (2011). Alexithymia, social detachment and cognitive processing. *Psychiatry Research*. N 190 (1). P. 49–51. URL : <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2010.06.032>

© X. A. Навитка 2023.

**Оглядова стаття.**

Надійшла до редакції 12.04.2023.

Прийнято до публікації 16.05.2023.