

**Краткая форма Пертского опросника алекситимии:
бланк опросника и интерпретация результатов**

The Russian translation of the Perth Alexithymia Questionnaire-Short Form (PAQ-S):

copy of questionnaire and scoring instructions

Paweł Larionow

Kazimierz Wielki University (Poland)

e-mail: pavel@ukw.edu.pl

David A. Preece

The University of Western Australia (Australia)

e-mail: david.preece@curtin.edu.au

Olga Khokhlova

Middlesex University Dubai (United Arab Emirates)

e-mail: o.khokhlova@mdx.ac.ae

Maria V. Iakovleva

Saint Petersburg State University (Russia)

e-mail: m.v.yakovleva@spbu.ru

В настоящее время проводится психометрическое исследование русскоязычной версии Краткой формы Пертского опросника алекситимии. В свою очередь, психометрическое исследование русскоязычной версии Пертского опросника алекситимии было нами уже опубликовано (Larionow и др., 2023).

Larionow P., Preece D. A., Khokhlova O. Yu., Iakovleva M. V. (2023). Assessing Alexithymia: Psychometric Properties of the Russian Version of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Clinical Psychology and Special Education*, 12(1), 43–65. <https://doi.org/10.17759/cpse.2023120103>

Краткая форма Пертского опросника алекситимии (русскоязычная версия: Ларионов и др., 2023)
 The Perth Alexithymia Questionnaire-Short Form (Preece и др., 2018)

Этот опросник позволяет исследовать то, как Вы воспринимаете и переживаете свои эмоции. Пожалуйста, оцените следующие утверждения в зависимости от того, **насколько Вы согласны или не согласны с тем, что данное утверждение верно по отношению к Вам**. Обведите кружком один ответ для каждого утверждения.

В одних утверждениях упоминаются негативные или неприятные эмоции, то есть такие эмоции, как печаль, гнев или страх. В других утверждениях упоминаются позитивные или приятные эмоции, то есть такие эмоции, как счастье, веселье или радостное возбуждение.

		Совершенно не согласен(на)	Ни согласен(на), ни не согласен(на)	Совершенно согласен(на)
1	Когда я чувствую себя <i>плохо</i> (испытываю неприятные эмоции), я не могу найти подходящие слова, чтобы описать эти чувства.	1	2	3	4	5	6	7
2	Когда я чувствую себя <i>плохо</i> , я не могу определить, грущу ли я, злюсь или боюсь.	1	2	3	4	5	6	7
3	Я склонен(на) игнорировать свои чувства.	1	2	3	4	5	6	7
4	Когда я чувствую себя <i>хорошо</i> (испытываю приятные эмоции), я не могу найти подходящие слова, чтобы описать эти чувства.	1	2	3	4	5	6	7
5	Когда я чувствую себя <i>хорошо</i> , я не могу определить, счастлив(а) ли я, взволнован(а) или весел(а).	1	2	3	4	5	6	7
6	Я не обращаю внимания на свои эмоции.	1	2	3	4	5	6	7

Что такое алекситимия?

Алекситимия — это многомерный конструкт, состоящий из трех компонентов: трудности с идентификацией (определением) собственных чувств (англ. *difficulty identifying one's own feelings*; DIF), трудности с описанием чувств (англ. *difficulty describing feelings*; DDF) и внешне-ориентированный стиль мышления (англ. *externally orientated thinking style*; EOT), при котором человек не склонен концентрировать свое внимание на своих эмоциях. Другими словами, людям с высоким уровнем алекситимии трудно сосредоточить внимание на своем эмоциональном состоянии (EOT) и определить, какое это состояние (DIF, DDF; Preece и др., 2017; Sifneos, 1973). Как представляет модель внимания-оценки алекситимии (англ. *attention-appraisal model of alexithymia*; Preece и др., 2017), общий уровень алекситимии у людей отражает уровень развития их эмоциональных схем (т.е. когнитивных структур, используемых для интерпретации информации об эмоциях) и степень, в которой они избегают фокусирования на своих эмоциональных состояниях. Существуют убедительные доказательства того, что алекситимия является относительно стабильной чертой, хотя уровень алекситимии может колебаться с течением времени, например, когда люди находятся в состоянии дистресса, или как ответ на целенаправленное психологическое вмешательство (Luminet и др., 2001).

Краткая форма Пертского опросника алекситимии (*The Perth Alexithymia Questionnaire-Short Form*, PAQ-S) — это самоотчетный опросник алекситимии для взрослых и подростков, состоящий из 6 утверждений (Preece и др., 2023). PAQ-S является сокращенной версией 24-пунктового Пертского опросника алекситимии (Larionow и др., 2023; Preece и др., 2018). PAQ-S был разработан для быстрой и надежной оценки алекситимии в исследовательских и клинических условиях. PAQ-S включает в себя утверждения, касающиеся всех компонентов алекситимии (DIF, DDF и EOT) по отношению как к отрицательным, так и положительным эмоциям, отражая многомерность конструкта алекситимии. В отличие от полного 24-пунктового опросника PAQ, который позволяет рассчитать баллы по каждому из компонентов алекситимии, PAQ-S включает лишь общий балл. В настоящее время проводится психометрическое исследование русскоязычной версии PAQ-S. В свою очередь, психометрическое исследование русскоязычной версии PAQ было представлено в статье (Larionow и др., 2023).

Использование и интерпретация результатов

PAQ-S позволяет рассчитать общий балл алекситимии. Баллы по каждому утверждению PAQ-S могут варьироваться от 1 до 7, как указано на 7-балльной шкале Лайкерта. Баллы за утверждения следует суммировать для расчета общего балла шкалы. Сумма баллов может варьироваться от 6 до 42. Более высокие баллы указывают на более высокий уровень алекситимии.

Литература

- Larionow P., Preece D. A., Khokhlova O. Yu., Iakovleva M. V. (2023). Assessing Alexithymia: Psychometric Properties of the Russian Version of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Clinical Psychology and Special Education*, 12(1), 43–65. <https://doi.org/10.17759/cpse.2023120103>
- Luminet, O., Bagby, R. M., Taylor, G. J. (2001). An evaluation of the absolute and relative stability of alexithymia in patients with major depression. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 70, 254–260. <https://doi.org/10.1159/000056263>
- Preece, D. A., Mehta, A., Petrova, K., Sikka, P., Bjureberg, J., Chen, W., Becerra, R., Allan, A., Robinson, K., Gross, J. J. (2023). The Perth Alexithymia Questionnaire-Short Form (PAQ-S): A 6-item measure of alexithymia. *Journal of Affective Disorders*, 325, 493–501. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.036>
- Preece, D., Becerra, R., Allan, A., Robinson, K., Dandy, J. (2017). Establishing the theoretical components of alexithymia via factor analysis: Introduction and validation of the attention-appraisal model of alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 119, 341–352. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.003>
- Preece, D., Becerra, R., Robinson, K., Dandy, J., Allan, A. (2018). The psychometric assessment of alexithymia: Development and validation of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 132, 32–44. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.011>
- Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of 'alexithymic' characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 22, 255–262. <https://doi.org/10.1159/000286529>

Дополнительная литература

- Ларионов, П. М. (2021). Ключевые проблемы исследования алекситимии и ее взаимосвязь с когнитивными стратегиями регуляции эмоций, эластичностью копинга и эмоциональными нарушениями. *Консультативная психология и психотерапия*, 29(1), 44–65. <https://doi.org/10.17759/cpp.2021290104>
- Becerra, R., Baeza, C. G., Fernandez, A. M., Preece, D. A. (2021). Assessing Alexithymia: Psychometric Properties of the Perth Alexithymia Questionnaire in a Spanish-Speaking Sample. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 710398. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.710398>
- Chan, J., Becerra, R., Weinborn, M., Preece, D. (2022). Assessing Alexithymia across Asian and Western Cultures: Psychometric Properties of the Perth Alexithymia Questionnaire and Toronto Alexithymia Scale-20 in Singaporean and Australian Samples. *Journal of Personality Assessment*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/00223891.2022.2095641>

- Larionow, P., Preece, D. A., Mudło-Głagolska, K. (2022). Assessing alexithymia across negative and positive emotions: Psychometric properties of the Polish version of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Frontiers in Psychiatry, 13*, 1047191. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1047191>
- Preece, D. A., Becerra, R., Allan, A., Robinson, K., Chen, W., Hasking, P., Gross, J. J. (2020). Assessing alexithymia: Psychometric properties of the Perth Alexithymia Questionnaire and 20-item Toronto Alexithymia Scale in United States adults. *Personality and Individual Differences, 166*, 110138. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110138>
- Preece, D. A., Becerra, R., Boyes, M. E., Northcott, C., McGillivray, L., Hasking, P. A. (2020). Do self-report measures of alexithymia measure alexithymia or general psychological distress? A factor analytic examination across five samples. *Personality and Individual Differences, 155*, 109721. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109721>
- Preece, D. A., Becerra, R., Robinson, K., Allan, A., Boyes, M., Chen, W., Hasking, P., Gross, J. J. (2020). What is alexithymia? Using factor analysis to establish its latent structure and relationship with fantasizing and emotional reactivity. *Journal of Personality, 88*(6), 1162–1176. <https://doi.org/10.1111/jopy.12563>
- Preece, D. A., Mehta, A., Becerra, R., Chen, W., Allan, A., Robinson, K., Boyes, M., Hasking, P., Gross, J. J. (2022). Why is alexithymia a risk factor for affective disorder symptoms? The role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders, 296*, 337–341. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.09.085>