УДК 159.923.2-057.875:17.023.34

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-1\(6\)-452-464](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-1(6)-452-464)

Левенець Наталя Володимирівна аспірантка кафедри прикладної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, пл.Свободи,4, м. Харків, 61022, тел.: (057) 707-55-00, <https://orcid.org/0000-0002-8873-7896>

ХАРАКТЕР ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ВІДКРИТОСТІ ОСОБИСТОСТІ З ЕМОЦІЙНИМ КОМПОНЕНТОМ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

Анотація. Стаття присвячена розгляду відкритості особистості в контексті проблеми суб'єктивного благополуччя. Відкритість було розглянуто в трьох проявах: як характерологічна риса, екзистенційна відкритість та відкритість як здатність до отримання задоволення на тілесному рівні. Було запропоновано ідею, що нервово-психічне напруження відображає появу анти-відкритості, бо неможливо сказати глибоке чесне «так» собі та життю в цілому при істотному тілесному та психічному напруженні. Було проведено емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення характеру взаємозв'язків між різними проявами відкритості та емоційним компонентом суб'єктивного благополуччя. Вибірку склали 363 особи віком від 17 до 70 років, з яких 230 жінок та 133 чоловіки. Перевірялася гіпотеза щодо екзистенційної відкритості та нервово-психічного напруження як медіаторів між відкритістю досвіду як характерологічною рисою та проживанням відчуття суб'єктивного благополуччя. Статистична обробка даних проводилась в програмі StatSoft Statistica v7.0 і включала перевірку нормальності розподілу даних, кореляційний аналіз даних, множинний регресійний аналіз і моделювання структурними рівняннями в модулі SEPATH. Було побудовано та перевірено регресійні моделі впливу різних проявів відкритості на показники емоційного дискомфорту, позитивного та негативного афектів. За допомогою структурного моделювання було підтверджено гарну узгодженість з емпіричними даними трьох структурних моделей, в яких екзистенційна відкритість, нервово-психічне напруження та здатність отримувати насолоду є медіаторами між відкритістю досвіду як характерологічною рисою та окремими показниками емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя.

Ключові слова: відкритість досвіду, екзистенційна наповненість, суб'єктивне благополуччя, нервово-психічне напруження, емоційний дискомфорт / комфорт, позитивний афект, негативний афект, здатність отримувати задоволення.

Levenets Natalia Volodumirivna Postgraduate student, Department of Applied Psychology, V.N. Karazin Kharkiv National University, Svobodu Sq. 4, Kharkiv, 61022, tel.: (057) 707-55-00, <https://orcid.org/0000-0002-8873-7896>

THE NATURE OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE OPENNESS OF THE INDIVIDUAL WITH THE EMOTIONAL COMPONENT OF SUBJECT WELL-BEING

Abstract. The article is devoted to the issue of the openness of an individual in the context of the problem of subjective well-being. Openness was considered in three manifestations: as a characteristic feature, as the existential openness and bodily manifestation of the openness. The research hypothesis suggests a mediating role of the existential openness and neuropsychological tension between the openness of experience and the feeling of subjective well-being. The idea was proposed that mental stress reflects the emergence of anti-openness, because it is impossible to say a deep honest "yes" to yourself and life in general with significant physical and mental stress. An empirical study was conducted, which involved 363 people aged 17 to 70 - 230 women and 133 men. Statistical data processing was performed in StatSoft Statistica v7.0 and included validation of data distribution, correlation analysis of data, multiple regression analysis and modeling of structural levels in the SEPATH module (ADFG method was used for estimates work with small selections and when the distribution deviates from normal). The study aimed to identify the nature of the relationship between the various manifestations of the openness and the emotional component of subjective well-being. Regression models have been built and tested that affect various manifestations of openness to indicators of emotional discomfort, positive and negative effects. Using structural modeling, three structural models were calculated that support the hypothesis of the mediating role of existential openness, mental stress, and the ability to enjoy life between the openness of experience as a character trait and the emotional component of subjective well-being.

Keywords: openness of experience, existential content, subjective well-being, nervous and mental tension, emotional comfort, positive affect, negative affect, hedonic tone.

Постановка проблеми. Останнім часом сучасне життя стимулює нас до того, щоб бути відкритими до оточуючого світу. Ми живемо в рамках глобальної мережі Інтернет, інтеграції нашої приватної інформації до великої кількості онлайн сервісів, наші уподобання та інтереси щільно відстежуються та зберігаються у Великих Даних. З низки соціальних мереж ми дізнаємося про останні події, новини, думки та емоційні моменти життя наших знайомих, малознайомих та взагалі незнайомих нам людей в подробицях і фотографіях. Психологи радять бути більш відкритими до своїх почуттів, думок та бажань.

Але чи дійсно це допомагає нам відчувати себе більш щасливими? Якщо так, то яким саме чином особиста відкритість сприяє підвищенню суб'єктивного благополуччя людини?

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У загальнолюдському сенсі відкритість (нім. *offenheit*, англ. *openness*, франц. *ouverture*) розуміється як відвертість, прямота, щира чесність, дружня довірливість. Мамченко А.А. провела трансдисциплінарне дослідження [1], засноване на постнекласичній тринітарній інформаційній методології, в якому показала, що під відкритістю мають на увазі доволі різні речі. Наприклад, відкритість як публічність; відкритість як здатність сприймати нове; відкритість як готовність до діалогу, комунікації; відкритість як здатність обміну енергією та інформацією, відкритість як принципова незавершеність тощо. Вона також спробувала ввести в науковий обіг метадисциплінарне поняття відкритості як “проникність меж між суб'єктом та діяльністю”.

Про відкритість як сутнісну характеристику особистості почав говорити в першій половині ХХ століття німецький філософ Арнольд Гелен, який вважав, що відкритість – це необхідний компонент цілісності людини, тому що людина не може відбутися поза можливості перетворювати світ для повноцінного існування [2]. Цю ідею розділяв інший німецький філософ-екзистенціаліст Мартін Гайдеггер, який зосереджував свою роботу в сферах феноменології та герменевтики. Він вважав, що відкритість – це апріорна «фундаментальна структура» людського буття як «буття-в-світі», «турботи» і «спів-буття з іншими» [3, с.41,118,137]. На підґрунті цих філософських основ в рамках психології сформулювалося два незалежних погляди на відкритість:

- відкритість досвіду як на характерологічна риса особистості;
- екзистенційна відкритість як форма буття особистості;

Хоча в психології про відкритість – в контексті внутрішнього світу людини – говорив ще З.Фрейд, вперше відкритість досвіду було виокремлено як характерологічну рису особистості в рамках моделі «Велика п'ятірка». Ця модель була розроблена в 1980-х роках Л. Голдбергом в межах психолексичного підходу, закладеного дослідженнями Г.Олпорта, Р. Кеттелла та їх послідовників [4]. Особистість розглядається як така, що складається з п'яти незалежних, сильних та стабільних рис (диспозицій), обумовлених біологічними особливостями індивіда. Ґрунтовну роботу щодо виміру рис "Великої п'ятірки" провели дослідники П. Коста та Р. Мак-Крей, В. Норман. В рамках цього підходу під відкритістю розуміється схвальне сприйняття мистецтва, емоцій, пригод, незвичайних ідей, цікавість та різноманітність досвіду [5]. В книзі “Я, знову я та ми. Психологія особистості та благополуччя” Брайан Літл [6] проаналізував, як саме пов'язана відкритість як риса особистості з відчуттям благополуччя. Однак важливо враховувати, що при цьому автори розглядали відкритість як елемент креативності, тому дослідження, в певному сенсі, звелось до вивчення зв'язку між креативністю та суб'єктивним благополуччям.

Разом з тим, на нашу думку, відкритість є ширшим поняттям, ніж тільки риса особистості або креативність, і може розглядатися в різних напрямках: відкритість до себе або до світу; відкритість до минулого, теперішнього чи майбутнього, відкритість до своїх тілесних відчуттів та оточення, відкритість до Життя та чогось більшого. Таке розуміння відкритості пропонує екзистенційний підхід. Так, Богданова визначає, що “екзистенційна відкритість – це здатність індивіда об'єктивно й правдиво сприймати, осознавати та інтерпретувати реальні події та свої власні переживання” [7]. А.Ленгле в своїй теорії екзистенційного аналізу запропонував ідею, що людина повинна відкритися чотирьом фундаментальним мотиваціям, тобто сказати глибоке “да” чотирьом аспектам життя особистості [8]:

- 1) Чи маю я право бути в цьому світі?
- 2) Чи подобається мені життя?
- 3) Чи можу я бути собою?
- 4) Що я повинен робити?

Однак, відкритість по відношенню до дійсності – це щось насправді трудно досяжне. Також, неможливо сказати, що відкритість – це завжди однозначне благо. Реальне життя потребує від людини самовідданості, безперервних зусиль, зустрічі з болісними переживаннями та відкриттями. Тому людині притаманне яскраво виражене прагнення відволіктися від дійсності. “Життя незмінно виявляє шляхи для того, щоб обійти її, сховатися від неї або знайти для неї якусь заміну. ... У незліченних ситуаціях, протягом усього свого життя, людина постійно виявляється перед необхідністю вибирати між проникненням вглиб реальності та зреченням від реальності” [9].

Наше попереднє дослідження показало, що екзистенційна наповненість є важливим предиктором емоційного та когнітивного компонентів суб'єктивного благополуччя [10]. При цьому було встановлено, що інтегральний показник екзистенційної наповненості сам по собі має більше значення для суб'єктивного благополуччя, ніж всі окремі чотири мотивації разом – він пояснює 63% дисперсії емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя, та 50% дисперсії задоволеності життям. Хоча це було пілотажне дослідження на невеликій виборці студентської молоді, його результати вказували на перспективність поглибленого вивчення ролі екзистенційної наповненості в забезпеченні суб'єктивного благополуччя.

Екзистенційний підхід є дійсно глибоко розвиненим та охоплює основні сфери людського буття, але він майже не торкається тілесного аспекту. На нашу думку, важливим є врахування того, як відкритість проявляється на рівні тілесності людини. Ми розмірковуємо, що відкритість досвіду, як риса особистості, може підсилювати нервово-психічне напруження людини, бо це передбачає життя у високому ступені невизначеності, що сприяє народженню тривоги. А нервово-психічне напруження – це, якраз, психічний стан, обумовлений передбаченням несприятливого для суб'єкта розвитку подій, що супроводжується відчуттям загального дискомфорту, тривоги, страху [11]. В

той же час, відкритість досвіду може приносити нові враження та задоволення, які ми теж переживаємо через тіло, і для того, щоб відчуття були приємні, важливо розслабитись, щоб відкритися для нового тілесного досвіду. Як писав Станіславський, неможливо пережити тонкі хвилюючі спогади про перший поцілунок, або відчути гладкість натурального шовку на своїй шкірі, коли ви тримаєте на вазі ніжку роялю [12]. Тож відкритість досвіду як характерологічна риса може впливати на тілесність двояко?

В той же час, екзистенційна наповненість можлива, на нашу думку, за умови доволі розслабленого тіла, бо вона потребує говорити глибоко, відверте та однозначне «да» життю, такому, як воно є, спираючись на внутрішню фундаментальну довіру до світу, на власні цінності і віру, що я зможу вপরитись з цим життям якнайкраще.

В рамках нашого дослідження ми розглядаємо відкритість в широкому сенсі як здатність встановлювати емоційний контакт, зв'язок, здатність формувати відносини з будь-чим: з собою, іншими людьми, подіями в житті, з власним тілом, з Богом. В цій роботі ми звертаємося до різних проявів відкритості – як риси характеру, як якості функціонування на тілесному рівні, як екзистенційної наповненості – та досліджуємо їх вклад у формування відчуття суб'єктивного благополуччя особистості.

При аналізі суб'єктивного благополуччя ми спираємося на модель Е.Дінера [13], яка поєднує емоційний (чи є у моєму житті позитивний емоційний баланс?) та когнітивний (чи задоволений я своїм життям в цілому?) компоненти. В межах цієї статті ми фокусуємо увагу на емоційному компоненті суб'єктивного благополуччя.

Мета статті: вивчити внесок різних проявів відкритості в переживання особистістю свого благополуччя та розробити структурні моделі, що розкривають особливості впливів відкритості на емоційний компонент суб'єктивного благополуччя.

Завдання дослідження:

- Вивчити характер взаємозв'язку показників відкритості особистості та емоційного компонента суб'єктивного благополуччя;
- Побудувати регресійні моделі впливу різних проявів відкритості на емоційний компонент суб'єктивного благополуччя;
- Розробити та перевірити структурні моделі, що розкривають особливості впливів відкритості на різні показники емоційного компонента суб'єктивного благополуччя;

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що екзистенційна наповненість, здатність отримувати задоволення та нервово-психічне напруження виконують роль медіатора між відкритістю досвіду як рисою характеру та емоційним компонентом суб'єктивного благополуччя.

Виклад основного матеріалу статті. Для вирішення поставлених задач було проведене емпіричне дослідження. Вибірка складалась з 363 осіб, віком від 17 до 70 років, з яких 230 жінок та 133 чоловіки. Окремо був проведений

порівняльний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні між двома групами – жінками та чоловіками, який не виявив між цими групами значущої статистичної різниці у показниках використаних психодіагностичних методик, що дозволило розглядати вибірку як гомогенну при подальшому статистичному аналізі.

Методи дослідження.

Для визначення різних проявів відкритості особистості використовувались 3 методики:

- Для визначення відкритості як характерологічної риси особистості був використаний опитувальник NEO-FFI (NEO Five Factor Inventory) в адаптації В.Е. Орела, А.А. Рукавишнікова, І.Г. Сеніна та Т.А.Мартіна, а саме – шкала “Відкритість досвіду”. Цей опитувальник є скороченою версією опитувальника NEO-PI-R П. Коста и Р. МакКре.

- Для визначення екзистенційної відкритості було використано “Тест екзистенційних мотивацій” (ТЕМ) А. Ленгле та П. Едхарда в адаптації В.Б. Шумського та Є.М. Осіна. В статистичному аналізі використовувався загальний показник екзистенційної наповненості;

- Для визначення тілесного прояву відкритості була застосована “Шкала оцінки здатності пережити приємні відчуття” Р.П.Снета та М.Гамільтона. Також ми використали “Опитувальник нервово-психічного напруження” Т.А.Немчина, який побудовано за принципами самозвіту тілесних та психічних проявів та дискомфорту, що дозволяє отримати більш об'єктивну картину того, які тілесні прояви супроводжують стани відкритості.

- Для визначення показників емоційного компонента суб'єктивного благополуччя використовувались «Шкала суб'єктивного благополуччя» Г. Перуе-Баду, адаптована М.В.Соколовою, та “Шкала позитивного та негативного афекту (ШПАНА) в версії Є.М.Осіна.

Статистична обробка даних проводилась в програмі StatSoft Statistica v7.0 і включала перевірку нормальності розподілу даних, кореляційний аналіз даних, множинний регресійний аналіз і моделювання структурними рівняннями в модулі SEPATH (для оцінки компонентів був використаний метод ADFG – «асимптоматично вільний від припущень щодо форми розподілу», рекомендований при роботі з малими вибірками та при відхиленнях розподілу від нормального).

Результати дослідження.

Аналіз характеру розподілу даних показав розбіжності з нормальним розподілом, тому при проведенні кореляційного аналізу був використаний метод рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу, проведеного для виявлення особливостей взаємозв'язків між різними проявами відкритості та показниками емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя, представлені в табл. 1.

Таблиця 1

**Матриця кореляцій показників відкритості особистості
із показниками емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя**

Показники	Екзистенційна наповненість	Відкритість досвіду	Здатність отримувати задоволення	Нервово-психічне напруження
Позитивний афект	0,59*	0,19*	0,30*	-0,46*
Негативний афект	-0,52*	-0,06	-0,31*	0,55*
Емоційний дискомфорт	-0,75*	-0,16	-0,38*	0,57*

*Примітка: кореляційні зв'язки є значущими на рівні $p < 0,05$

Можна побачити, що позитивний афект прямо корелює з усіма показниками відкритості: з екзистенційною наповненістю (0,59), здатністю отримувати задоволення (0,30), відкритістю досвіду (0,19) та від'ємним чином пов'язаний з нервово-психічним напруженням (-0,46).

Негативний афект, навпаки, позитивно корелює з нервово-психічним напруженням (0,55) та зворотнім чином корелює з екзистенційною наповненістю (-0,52) і шкалою задоволень (-0,31). Також ми бачимо цікавий момент, що відкритість досвіду взагалі не впливає на негативний афект, тобто люди, які мають відкритість як особистісну рису, відчувають негативні емоції так само, як і більш консервативні люди.

Що стосується методики “Шкала суб'єктивного благополуччя”, більш високі показники вказують на більш виражений емоційний дискомфорт (тому в таблиці показник цієї шкали поданий як «емоційний дискомфорт»). Емоційний дискомфорт від'ємно корелює з усіма видами відкритості: з екзистенційною наповненістю (-0,76), шкалою задоволень (-0,39), відкритістю досвіду (-0,18) та взаємно підсилюється нервово-психічним напруженням (0,57). Тобто, чим більш відкрита людина, тим більше емоційного суб'єктивного комфорту вона відчуває.

Множинний регресійний аналіз. Враховуючи результати кореляційного аналізу, нами було побудовано та перевірено три регресійні моделі окремо для кожного показника суб'єктивного благополуччя (рівень емоційного дискомфорту, позитивний афект та негативний афект), в яких предикторами виступали екзистенційна наповненість, відкритість досвіду, шкала задоволення та нервово-психічне напруження (табл.2).

Таблиця 2

Результати регресійного аналізу

Показник СБ (залежна змінна)	Показ- ники регрес- ійної моделі	Предиктори суб'єктивного благополуччя				R ²	Скорес- гований R ²	F (4,36)	p
		Екзистен- ційна наповнен- ість	Відкри- тість досвіду	Здатність отримувати задоволення	Нервово- психічне напруження				
Модель 1 Емоційний дискомфорт	Beta	-0,58	0,01	-0,07	0,26	0,61	0,60	139,2	0,0 000
	t	-13,00	0,35	-1,78	6,47				
	p-level	0,0000	0,728	0,077	0,0000				
Модель 2 Позитивний афект	Beta	0,45	0,06	0,03	-0,22	0,39	0,38	56,57	0,0 000
	t	7,99	1,42	0,51	-4,43				
	p-level	0,0000	0,156	0,607	0,0000				
Модель 3 Негативний афект	Beta	-0,30	0,05	-0,13	0,34	0,37	0,37	52,85	0,0 000
	t	-5,24	1,07	-2,68	6,73				
	p-level	0,0000	0,283	0,008	0,0000				

Як відображено в табл.2, перша модель, в якій залежною змінною виступав показник емоційного дискомфорту, є найбільш впливовою. Вона пояснює 60% дисперсії відчуття суб'єктивного благополуччя нашої вибірки. Їй поступаються модель, в якій показником суб'єктивного благополуччя виступав позитивний афект (38% дисперсії) і модель, що показує вплив різних проявів відкритості на негативний афект (пояснює 37% мінливості негативного афекту).

Результати моделі 1 свідчать, що відкритість досвіду та здатність проживати задоволення прямим чином не впливають на суб'єктивне почуття щастя людей – Beta-коефіцієнти 0,01 та -0,07 відповідно. Стає зрозумілим, що вплив відкритості досвіду на показник емоційного дискомфорту відбувається через екзистенційну наповненість та нервово-психічне напруження, які діють на суб'єктивне благополуччя протилежним чином: екзистенційна наповненість сильно зменшує емоційний дискомфорт (-0,58), а нервово-психічне напруження, навпаки, збільшує (0,26).

В моделі 2 ми спостерігаємо схожу картину щодо прямого впливу на позитивний афект екзистенційної наповненості (0,45) та зворотного впливу нервово-психічного напруження (-0,22). Тоді як відкритість досвіду та

здатність переживати задоволення не мають будь-якого значущого впливу (0,06 та 0,03 відповідно).

В моделі 3 ми бачимо дещо інакшу картину. Найсильнішим предиктором негативного афекту є нервово-психічне напруження (0,34), а екзистенційна наповненість та шкала задоволень впливають від'ємним чином (-0,29 та -0,13 відповідно). Тобто в цій моделі ми маємо три значущих предиктори, на відміну від двох предикторів в перших двох моделях.

Регресійні моделі свідчать на користь нашої гіпотези щодо медіаторної ролі екзистенційної наповненості, нервово-психічного напруження та проживання задоволення між відкритістю особистості та емоційним комфортом.

Структурне моделювання. На підставі результатів кореляційного та регресійного аналізу були побудовані та перевірені структурні моделі для різних показників емоційної компоненти суб'єктивного благополуччя. В Моделі 1 в якості залежної змінної був використаний показник емоційного дискомфорту, отриманий за Шкалою суб'єктивного благополуччя.

Рис. 1. Структурна модель, що описує зв'язки між відкритістю досвіду, екзистенційною наповненістю, здатністю отримувати задоволення, нервово-психічним напруженням та емоційним дискомфортом.

Модель 1 має дуже високі показники придатності: $\chi^2/df=0,94/2$; $p=0,62$; $RMSEA = 0,000$; $GFI 0,999$; $AGFI 0,99$. Тож ми бачимо, що відкритість досвіду не впливає прямо на рівень емоційного дискомфорту, а тільки через

екзистенційну наповненість, яка знижує емоційний дискомфорт (-0,58) та нервово-психічне напруження, що сприяє його підвищенню (0,26). Здатність отримувати задоволення не має прямого впливу на суб'єктивне благополуччя, але в той же час підвищує екзистенційну наповненість (0,44), яка, в свою чергу, знижує рівень емоційного дискомфорту (-0,58).

Для пояснення впливів відкритості на позитивний афект особистості було побудовано модель 2.

Рис. 2. Структурна модель, що описує зв'язки між відкритістю досвіду, екзистенційною наповненістю, здатністю отримувати задоволення, нервово-психічним напруженням та позитивним афектом особистості

Модель 2 дає дуже схожі результати з моделлю 1 з трішки меншими показниками впливу. Але загальна картина зберігається. Ми так само бачимо медіаторну роль екзистенційної наповненості, шкали задоволення та нервово-психічного напруження між відкритістю досвіду як риси особистості та позитивними почуттями. Ми бачимо, що, коли людина нервується, це зменшує її позитивні почуття (-0,19), а відчуття екзистенційної наповненості заспокоює людину (-0,59). Модель 2 має високі показники придатності: $\chi^2/df=0,52/3$; $p=0,21$; $RMSEA = 0,037$; $GFI 0,99$; $AGFI 0,97$.

Ми також побудували структурну модель 3, в якій перевірили гіпотезу відносно медіаторної ролі екзистенційної визначеності, здатності проживати задоволення та рівня нервово-психічного напруження між відкритістю досвіду та негативним афектом особистості. Модель 3 з показниками впливу представлена на рисунку 3.

Рис. 3. Структурна модель, що описує зв'язки між відкритістю досвіду, екзистенційною наповненістю, здатністю отримувати задоволення, нервово-психічним напруженням та негативним афектом особистості

Модель 3 має дуже високі показники придатності $\chi^2/df=1,93/2$; $p=0,38$; $RMSEA = 0,000$; $GFI 0,998$; $AGFI 0,98$. В цієї моделі ми бачимо схожу картину з моделями 1 та 2, з тією різницею, що здатність відчувати задоволення трошки зменшує негативні відчуття людини (-0,12). Нервово-психічне напруження підвищує негативний афект (0,35), тоді як екзистенційна наповненість зменшує і нервово-психічне напруження (-0,59), і негативний афект (-0,29).

Обговорення результатів дослідження.

Таким чином, можна побачити, що люди, які мають відкритість досвіду як характерологічну рису, майже не стають більш благополучними завдяки їй. І це звучить доволі оптимістично, бо інакше можна було б стверджувати, що хтось народився більш схильним відчувати щастя з пелюшок. Наші дані вказують, що для цього повинні бути якісь додаткові умови. Тож, екзистенційна відкритість, здатність переживати приємні відчуття та нервово-психічне напруження виконують медіаторну роль між відкритістю досвіду та суб'єктивним благополуччям. В такому разі екзистенційна відкритість стає сильним предиктором емоційного комфорту, а нервово-психічне напруження (як анти-відкритість) – предиктором емоційного дискомфорту.

Дуже цікаві результати були отримані стосовно Шкали оцінки здатності переживати приємні відчуття. Логічно було б припустити, що задоволення, які переживає людина завдяки своїм органам відчуття, добавляють в її життя приємних почуттів, радості та відчуття щастя. Але дані нашого дослідження не підтверджують це припущення і показують, що «прості» приємні переживання

не впливають безпосередньо на позитивний афект та відчуття емоційного комфорту. Хоча при цьому отриманні задоволення зменшують негативний афект. Тобто, людина переживає менше негативних емоцій, якщо в її житті присутні задоволення, але для стійкого збільшення позитивних емоцій цього недостатньо.

Важливо оговорити, що в встановлені результати стосуються лише емоційного компонента суб'єктивного благополуччя.

Висновки і перспективи подальших розвідок.

Дослідження висвітило наступні аспекти:

1. Відкритість досвіду як характерологічна риса особистості майже не впливає на рівень її емоційного комфорту. Це означає, що відчуття переживання благополуччя не визначається вродженою схильністю до відкритості досвіду як біологічною особливістю.

2. Екзистенційна наповненість є міцним предиктором емоційного комфорту та позитивних емоцій.

3. Екзистенційна наповненість, здатність переживати приємні відчуття та рівень нервово-психічного напруження виконують медіаторну роль між відкритістю досвіду та всіма показниками емоційної компоненти суб'єктивного благополуччя.

4. Здатність переживати приємні відчуття прямим чином не впливає на рівень позитивних емоцій та рівень емоційного комфорту в цілому, але зменшує рівень негативного афекту.

Перспективи подальшого дослідження визначаються питанням щодо характеру ефектів різних проявів відкритості особистості на когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя.

Література:

1. Мамченко А.А. Трансдисциплінарне дослідження поняття «Открытость». *Ценности и смыслы*. 2015. №3 (37), С.14-34
2. Гелен А. О систематике антропологии. / Пер. с нем. А. Филиппов. *Проблема человека в западной философии*. М.: Прогресс, 1988. С. 152 – 201.
3. Хайдеггер М. Бытие и Время / Пер. с нем. В.В. Библихина. М.: Ad Marginem, 1997. 451 с.
4. URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Велика_п%27ятірка_\(психологія\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Велика_п%27ятірка_(психологія)) . Дата звернення: 12.01.2022.
5. Воронкова Я.Ю., Радюк О.М., Басинская И.В. «Большая пятёрка», или пятифакторная модель личности. Смысл, функции и значение разных отраслей практической психологии в современном обществе: сборник научных трудов. Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2017. С.39-45
6. Литтл Б. Я, опять я и мы. Психология личности и благополучия. Попурри, 2015. 418 с.
7. Богданова В. О. Философские практики обретения экзистенциальной открытости: компаративистский анализ восточных и западных методик. *Социум и власть*. 2018. № 4 (72), С. 100—109.
8. Лэнгле А. Фундаментальные мотивации экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии. *Экзистенциальный анализ*. Бюллетень. Москва, 2009. №1. С. 9-31.
9. Ясперс К.Т. Общая психопатология. Азбука-Аттикус, 2020. 1920 с.

10. Левенець Н. В. Екзистенційні чинники суб'єктивного благополуччя у студентської молоді. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія: «Психологія»*. 2021. № 70, С. 15-22.
11. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения. Ленинград, 1988. 168 с.
12. Станиславский К.С. Работа актера над собой. М.: Искусство, 1989. 511 с.
13. Diener E. The science of well-being: the collected works. *Series: Social Indicators Research Series*. 2009. № 37. P. 274

References:

1. Mamchenko, A.A. (2015). Transdisciplinarnoe issledovanie ponjatija «Otkrytost'» [Transdisciplinary study of the concept of "Openness"]. *Cennosti i smysly - Values and meanings*, 3 (37), 14-34 [in Ukrainian].
2. Gelen, A. (1988). O sistematike antropologii [On the systematics of anthropolog]. *Problema cheloveka v zapadnoj filosofii - The problem of man in Western philosophy*, 152 – 201 [in Russian].
3. Hajdegger, M. (1997). *Bytie i Vremja [Being and Time]*. M.: Ad Marginem [in Russian].
4. Velika p'jatirka (psihologija) [Great P'yatirka (Psychology)]. *uk.wikipedia.org*. Retrived from [https://uk.wikipedia.org/wiki/Velika_p%27jatirka_\(psihologija\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Velika_p%27jatirka_(psihologija)) [in Ukrainian].
5. Voronkova, Ja.Ju., Radjuk, O.M., Basinskaja, I.V. (2017). «Bol'shaja pjatërka», ili pjatifikatornaja model' lichnosti. *Smysl, funkcii i znachenie raznyh otraslej prakticheskoy psihologii v sovremennom obshhestve [The Big Five or Five Factor Model of Personality. The meaning, functions and significance of various branches of practical psychology in modern society]*. Habarovsk: Izd-vo Tihooken. gos. un-ta [in Russian].
6. Littl, B. (2015). *Ja, opjat' ja i my. Psihologija lichnosti i blagopoluchija [Me, me again and us. Psychology of personality and well-being]*. Popurri [in Russian].
7. Bogdanova, V. O. (2018). Filosofskie praktiki obretenija jekzistencial'noj otkrytosti: komparativistskij analiz vostochnyh i zapadnyh metodik [Philosophical practices of gaining existential openness: a comparative analysis of Eastern and Western methods]. *Socium i vlast' - Society and power*, 4 (72), 100—109 [in Russian].
8. Ljengle, A. (2009). Fundamental'nye motivacii jekzistencii kak dejstvennaja struktura jekzistencial'no-analiticheskoy terapii. Jekzistencial'nyj analiz [Fundamental motivations of existence as an effective structure of existential-analytical therapy. Existential analysis]. *Bjulljuten' - Bulletin*, 1, 9-31 [in Russian].
9. Jaspers, K.T. (2020). *Obshhaja psihopatologija [General psychopathology]*. Azbuka-Attikus [in Russian].
10. Levenec', N. V. (2021). Ekzistencijni chinniki sub'ektivnogo blagopoluchchja u students'koi molodi [Existential officials of subjective well-being in student youth]. *Visnik Harkivs'kogo nacional'nogo universitetu imeni V.N. Karazina. Serija: «Psihologija» - Bulletin of Kharkiv National University named after V.N. Karazin. Series: "Psychology"*, 70, 15-22 [in Ukrainian].
11. Nemchin, T.A. (1988). *Sostojanija nervno-psihicheskogo naprjazhenija [States of neuropsychic stress]*. Leningrad [in Russian].
12. Stanislavskij, K.S. (1989). *Rabota aktera nad soboj [An actor's work on himself]*. M.: Iskustvo [in Russian].
13. Diener E. The science of well-being: the collected works. *Series: Social Indicators Research Series*. 2009. № 37. P. 274