

СЕНЗИТИВНОСТА НА ПРОЦЕСИРАЊЕ НА СЕНЗОРНИ ДРАЗБИ И МОДЕЛОТ НА ГОЛЕМИТЕ ПЕТ КАЈ СТУДЕНТИТЕ

Маја Корубин Ќорлука¹

*Институт за психологија, Филозофски факултет во Скопје
Универзитет „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје*

Ангелина Танева Вешоска

Институт за истражување во живојната средина, градежништво и енергетика, Скопје

Кратка содржина

Сензитивност на процесирање на сензорните дразби (СПСД) претставува наследна црта на личноста која се манифестира преку начинот на кој централниот нервен систем ги процесира надворешните и внатрешните сензорни информации. Таа се однесува на осетливоста на индивидуата на различни дразби, нејзините емоционални, когнитивни и бихејвиорални реакции, длабокото когнитивно процесирање на дразбите и емпатичното однесување. Се смета дека индивидуите со висок степен на СПСД имаат висока сензитивност, односно дека се високо сензитивни личности (ВСЛ). Авторката Елејн Арон, која ја истражува оваа црта, термините сензитивност на процесирање на сензорните дразби и високо сензитивна личност ги користи синонимно. Истражувањето ја испитува поврзаноста помеѓу високо сензитивната личност (ВСЛ) и факторите на личност во рамки на Моделот на големите пет: екстраверзија, невротизам, отвореност кон искуство, сложување и совесност. Примерокот е составен од 204 испитаници, студенти од сите четири години на Филозофскиот факултет во Скопје, од кои 124 испитаници се од женски, а 80 од машки пол. За испитување на варијаблите беа користени инструментите: Скала за мерење на високо сензитивна личност и Инвентар за големата петорка. Резултатите покажуваат дека ВСЛ е позитивно поврзана со невротизмот и отвореноста кон искуство, а негативно поврзана со екстраверзијата. И покрај тоа што резултатите од некои претходни истражувања покажуваат статистички значајна поврзаност помеѓу високо сензитивната личност и факторот сложување, во ова истражување не се доби статистички значајна корелација меѓу овие варијабли, како ни помеѓу ВСЛ и факторот совесност. При анализа на разликите во однос на ВСЛ, се покажа дека женските испитаници се посензитивни во однос на машките. Ваквите наоди имаат релевантни импликации за разбирање на врската меѓу сензитивност на процесирање на сензорните дразби и личноста, од каде се предлага проширување на студијата на похетероген примерок.

Клучни зборови: *сензитивност на процесирање на сензорните дразби, високо сензитивна личност, Моделот на големите пет*

¹ maja.korubin@fzf.ukim.edu.mk

Вовед

Концептот сензитивност на процесирање на сензорни дразби (СПСД) го воведуваат психолозите Елејн Арон и Артур Арон (Aron & Aron, 1979), одредувајќи го како црта на темпераментот или на личноста за која е карактеристична зголемена осетливост на централниот нервен систем, подлабока когнитивна обработка на дразбите и повисока емоционална реактивност на суптилни сензорни сигнали. Индивидуите со висок степен на оваа црта се смета дека се „преосетливи“, односно дека поседуваат високо сензитивна личност (ВСЛ). Авторите ги користат синонимно овие два термина: сензитивност на процесирање на сензорни дразби и високо сензитивна личност.

Повеќе истражувања покажуваат дека СПСД е поврзана со високо ниво на стрес, исцрпеност, депресија, анксиозност, нарушувања во спиењето, како и осетливост на негативни влијанија од средината (Ershova et al., 2018), меѓутоа и со пројавување на талент во одредена област, добра интуиција, високо ниво на интегритет и креативност (Smolewska et al., 2006).

И покрај тоа што во рамките на оваа област се спроведени голем број истражувања, сè уште не постои универзално гледиште за природата на оваа црта. Студиите со функционална магнетна резонанца (fMRI студии) покажуваат дека постои врска меѓу СПСД и активација на регионите во мозокот одговорни за процесирање на дразбите од социјалната средина, емпатијата и способноста за рефлексивност (Acevedo et al., 2017). Не помалку значаен е податокот дека СПСД е поврзана со пластичност во однесувањето, како одговор на промените во средината. Оттука, како резултат на позитивното родителство и поволната клима во домот, ваквите индивидуи искусуваат повисоко ниво на социо-емоционална добросостојба. Исто така кај нив се забележал и поголем позитивен ефект од практикување на различни психолошки техники и интервенции (Nonentini et al., 2018).

Индивидуите кои се високо сензитивни манифестираат подлабоки перцепции, мисли и емоции (Aron, 1997). Со цел да ги опише високо сензитивните личности, Елејн Арон зборува за четири карактеристики: длабочина на процесирање, прекумерна стимулација, емоционална реактивност и чувствување на суптилни дразби (engl. depth of processing, overstimulation, emotional reactivity of empathy and sensing the subtle) (Aron, 2000). Арон ја објаснува длабочината на перципирање со тоа што индивидуите со висок СПСД, споредени со другите индивидуи, примаат поголема количина на информации во даден момент и градат покомплексни мрежи меѓу ваквите информации. Оваа способност се манифестира во зголемената креативност и темелност при ангажирање во различни активности. Високо чувствителната личност е повеќе склона кон прекумерна стимулација, односно повеќе склона кон доживување

на стрес предизвикан од бучна средини, хаотично опкружување, сооченост со кратки рокови или работа со поголема група луѓе. Емоционалната реактивност била забележана кај високо чувствителните индивидуи кога гледале слики на луѓе кон кои имале позитивни емоции. Одредени центри во мозокот на овие индивидуи, одговорни за емпатијата, покажале поголема активност во споредба со истите центри кај помалку чувствителните поединци. Најпосле, ваквите индивидуи се почувствителни на суптилни дразби, што значи дека имаат понизок праг на осетливост за дразбите.

Кога станува збор за Моделот на големите пет, тој опфаќа пет широки фактори на личноста: екстраверзија, невротизам, отвореност кон искуство, сложување и совесност. Секој од факторите на личноста претставува континуум помеѓу два екстрема на скалата. Отвореноста за искуство се изразува преку љубопитноста, имагинацијата, желбата и креативноста. Индивидуите со високо ниво на овој фактор обично се истражувачки, отворени за нови идеи и иновации. Совесноста е фактор кој е поврзан со висок степен на самоконтрола при планирање и при организирање на работите, како и ефикасност и промисленост во пристапот кон целите. Индивидуите со висок резултат на овој фактор се организирани, систематични и се насочени кон целта. Сложувањето е поврзано со интерперсоналните способности и подразбира соработка, алтруизам, топлина и основна доверба кон луѓето, но и попустливост, покорност, а често и ставање на себе си под другите. Ваквите индивидуи покажуваат симпатија према другите луѓе и се подготвени да помогнат, но имаат очекување дека и другите луѓе се како нив и ќе им излезат во пресрет кога ќе има потреба од тоа. Екстраверзија е степенот на дружељубивост, позитивна емоционалност и општа активност. Се карактеризира со зборливост и со желба да се биде во друштво со други луѓе. Невротизам се карактеризира со склоност кон доживување негативни емоции и вознемиреност како одговор на стресни фактори. Овој фактор е поврзан со поголем број негативни емоции, меѓу кои и лутина, тага, срам, вина, гадење.

И покрај зголемениот број истражувања поврзани со СПСД, меѓу кои и оние кои ја бараат врската меѓу СПСД и различни црти на личноста, има значајно несогласување меѓу резултатите од истражувањата. Истражувањата покажуваат конзистентни наоди кога станува збор за поврзаноста меѓу невротизмот и отвореноста кон искуство со сензитивноста на процесирање на сензорни дразби (Lionetti et al., 2019; Grimen & Diseth, 2016; Thorarinsdottir, 2018; Tra et al., 2022) односно со растење на овие два фактора на личност расте и сензитивноста кај студентите. Меѓутоа, додека наодите за врската меѓу невротизмот и отвореноста со сензитивноста на процесирање на сензорни дразби се усогласени, состојбата е многу покомплексна кога станува збор за

другите фактори на личноста. Истражувањата покажуваат различни резултати за поврзаноста на сензитивноста со екстраверзијата, сложувањето и со совесноста. Така, одреден број истражувања покажуваат позитивна врска на екстраверзијата со СПСД (Grimen & Diseth, 2016; Thorarinsdottir, 2018; H. Traat al., 2022; E. Aron, 1997), додека помал е бројот на оние истражувања кај кои е најдена поврзаност меѓу сложувањето и совесноста со СПСД (H. Traat al., 2022).

Оваа комплексност на наодите наведува на тоа дека за подобро да се разберат овие врски потребни се дополнителни и посложени истражувања. Личноста е во основата на голем број различни феномени во психологијата, така што нејзиното разбирање има големо значење. Затоа ова истражување е насочено кон две основни цели: 1) да ја испита поврзаноста на СПСД и петте фактори на личност (невротизизам, екстраверзија, отвореност кон искуство, сложување и совесност); и 2) да испита дали постои разлика во СПСД меѓу студентите и студентките. Се претпоставување дека: 1) со зголемување на невротизизмот, отвореноста кон искуство, совесноста и сложувањето и со намалување на екстраверзијата ќе се зголеми степенот на СПСД; и дека 2) студентките имаат повисоко ниво на СПСД споредени со студентите.

Метод

Примерок и постојанка

Во истражувањето учествуваа 204 испитаници (61% од женски пол), на возраст од 18 до 27 години ($M = 19.92$; $SD = 1.43$). Испитаниците се студенти на сите студиски години во рамките на осум институти на Филозофскиот факултет во Скопје (51% се од Институтот за психологија). Примерокот е пригоден, но хетерогеноста е обезбедена преку избор на испитаници од сите четири години, кои доаѓаат од повеќе градови во Македонија. Сите испитаници, во периодот на истражувањето, имаа статус на студенти.

Собирањето на податоците се спроведе групно, во просториите на Филозофскиот факултет, како и преку електронската платформа Google Forms, во периодот од ноември 2023 до март 2024 година. Сите вклучени студенти во истражувањето се согласија да ги пополнат прашалниците, но не сите ги пополнија целосно (некои од прашалниците имаа неодговорени прашања). Во обработката на податоците беа вклучени резултатите на 204 испитаници, од причина што тестовниот материјал кај 7 испитаници беше нецелосен. Двата инструмента на испитаниците им беа зададени во еден наврат, а целото тестирање траеше најмногу петнаесет минути.

Инструменти

Сензитивноста за процесирање на сензорни дразби беше мерена со Скалата за мерење на високо сензитивна личност (The Highly Sensitive Person Scale) од Елејн Арон и Артур Арон (Aron & Aron, 1979). Скалата се користи за мерење на реактивноста на сетилни дразби (пр. „Дали лесно те преплавуваат силни сетилни дразби?“), како и на високата сензитивност („Дали промените во животот многу те вознемируваат?“). Содржи 27 ставки, а одговорите се даваат со користење на седумстепенa скала на проценка, каде што најнизок резултат што може да се добие е 27, додека највисок е 189. Релијабилноста на скалата за овој примерок изнесува $\alpha = .82$, што е компатибилно со резултатите од други студии (Bhrambhhatt & Makhani, 2023; Ershova et al., 2018).

Петте фактори на личноста, во рамките на Моделот на големите пет, беа мерени со Инвентарот на големите пет (The Big Five Inventory – BFI) чии автори се Џон и Сривастава (John & Srivastava, 1999). Овој инвентар се состои од 44 тврдења кои се одговараат на петстепенa скала која ги мери: екстраверзијата, невротизмот, отвореноста кон искуство, сложувањето и совесноста. Најнискиот резултат на секоја од петте скали е 1, додека највисокиот е 5. Примери за ставки за секоја скала се: „Се гледам себеси како некој кој е полн со енергија.“ (екстраверзија), „Се гледам себеси како некој кој е нерасположен, тажен.“ (невротизам), „Се гледам себеси како некој кој има богата фантазија.“ (отвореност кон искуство), „Се гледам како некој кој им помага и кој е несебичен кон другите“ (сложување) и „Се гледам себеси како некој кој секогаш ги завршува своите обврски.“ (совесност). Коефициентите на внатрешна конзистентност на скалите во ова истражување се: невротизам $\alpha = .79$, екстраверзија $\alpha = .82$, отвореност на искуство $\alpha = .80$, сложување $\alpha = .81$ и совесност $\alpha = .90$. Ваквата внатрешна конзистентност е во согласност со резултатите од други истражувања (Alansari, 2016).

Прашалникот, кој беше зададен на испитаниците, вклучува податоци за возраста, полот и институтот во рамки на Филозофскиот факултет на кој студира.

Резултати

Од причина што тестот за испитување на сензитивноста на процесирање на сензорни дразби за првпат се употребува во рамките на емпириско истражување во Република Северна Македонија, најпрвин се испитаа дескриптивните податоци и распределбата на добиените резултати за варијаблите (сензитивност на процесирање на сензорни дразби, екстраверзија, невротизам, отвореност кон искуство, сложување и совесност) (табела 1). Резулта-

тите од тестот Шапиро-Вилк, прикажани во табелата, укажуваат на тоа дека не постои нормално дистрибуирање на резултатите на мерките на сите шест варијабли. Податоците за сите варијабли покажуваат тенденција да се групираат кон повисоките резултати. Ова е посебно изразено кај сензитивноста на процесирање на сензорни дразби ($Sk = -.73$), што може да биде резултат на тоа што голем број од испитаниците во истражувањето се студенти по психологија, кај кои оваа варијабла се претпоставува дека е на повисоко ниво.

Табела 1.

Дескриптивни податоци и распределба на добиени резултати за СПСД и за нејзините фактори на личност

	СПСД	Е	Н	О	Сл.	Со.
<i>N</i>	204	204	204	204	204	204
<i>M</i>	140.37	3.33	3.13	3.64	3.59	3.57
<i>SD</i>	20.20	.77	.96	.69	.59	.82
<i>Sk.</i>	-.73	-.11	-.35	-.49	-.26	-.21
<i>Ku.</i>	1.69	-.60	-.92	-.11	-.52	-.81
<i>W</i>	.95	.98	.95	.97	.97	.96
<i>p</i>	< .001	0.003	< .001	< .001	< .001	< .001
Мин.	72	1.6	1.2	2	2	1.9
Макс.	181	4.9	4.9	5	4.7	4.9

Со цел да се испита поврзаноста меѓу СПСД со секоја од петте фактори на личност во рамки на Моделот на големите пет, беше спроведен Спирманов тест на корелација (табела 2).

Табела 2.

Поврзаност меѓу СПСД и нејзините фактори на личност

Варијабла	СПСД	Е	Н	О	Сл	Со
1. СПСД	—					
2. Е	-.32***	—				
3. Н	.47***	-.42***	—			
4. О	.21**	.03	.09	—		
5. Сл	.03	.12	.26***	.07	—	
6. Со	.05	.11	.06	-.15*	-.16*	—

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Добиените наоди укажуваат на постоење на висока позитивна корелација меѓу сензитивноста на процесирање на сензорни дразби со невротизмот ($r = .47$; $p < .001$) и со отвореноста кон искуство ($r = .21$; $p < .01$), како и висока но негативна корелација на СПСД со екстраверзијата ($r = -.32$; $p < .001$). Резултатите наведуваат на заклучокот дека со зголемување на невротизмот и отвореноста кон искуство, како и со намалување на екстраверзијата се зголемува сензитивноста на процесирање на сензорни дразби. Не беше добиена статистички значајна корелација меѓу СПСД со факторите совесност ($r = .03$; $p > .05$) и сложување ($r = .03$; $p > .05$). Ваквите наоди делумно ја потврдуваат претпоставката 1) со зголемување на невротизмот, отвореноста кон искуство, совесноста и сложувањето и со намалување на екстраверзијата ќе се зголеми степенот на СПСД.

Беше спроведена регресивна анализа во која како предиктори беа вклучени само варијаблите кај кои беше добиена корелација со повисоко ниво на значајност ($p < .01$).

Се доби модел (табела 3) кој е статистички значаен ($F = 24.55$, $p < .001$), $r = .27$. Трите предиктор варијабли се влезени во моделот и имаат значаен придонес кон варијансата. Најголем придонес има факторот невротизам ($\beta = .38$, $t = 5.63$, $p < .001$), а потоа отвореноста кон искуство ($\beta = .18$, $t = 2.99$, $p < .01$), па факторот екстраверзија ($\beta = -.17$, $t = -2.53$, $p < .05$). Варијаблите заедно објаснуваат 27% од варијансата на сензитивноста на процесирање на сензорни дразби.

Ваквите наоди, според Фергусон, укажуваат на висока големина на ефектот (Fergusson, 2009), што значи дека предикторските варијабли имаат значително влијание врз критериумската варијабла, објаснувајќи значаен дел од варијансата.

Табела 3.

Регресивна анализа на невротизмот, екстраверзијата и отвореноста кон искуство како предиктори на СПСД

Модел	<i>b</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
N	7.92	1.40	.38	5.63	< .001
E	-4.46	1.76	-.17	-2.53	.012
O	5.30	1.77	.18	2.99	.003

Согласно добиените резултати, најдени се статистички значајни разлики на варијаблата СПСД во однос на полот ($t(202) = 4.92$; $p < .001$), од каде што произлегува дека студентките имаат повисоко ниво на сензитивност на процесирање на сензорни дразби, споредени со студентите, со што целосно се потврдува втората хипотеза.

Дискусија

Сензитивност на процесирање на сензорни дразби, односно високо сензитивна личност, се термини кои за прв пат ги користи Елен Арон. Според нејзината теорија, ваквата личност се карактеризира со подлабока обработка на информации, интензивна емоционална реактивност и висока сензитивност на сензорни дразби од околината. Овие лица полесно се возбудуваат кога се изложени на стресни ситуации и потребни им се подолги периоди на одмор со цел да се справат со преоптоварувањето од околината. Сензитивност ги прави емпатични и длабоко рефлексивни, но и подложни на анксиозност кога се изложени на ситуации со интензивни стимулации (Aron, 1997).

Целта на истражувањето беше да се провери дали постои поврзаност меѓу високо сензитивната личност и Моделот на големите пет, како и дали студентките имаат повисок степен на СПСД од студентите. Првата хипотеза делумно се потврди, во делот кој предвиде позитивна поврзаност меѓу СПСД со невротизмот и отвореноста кон искуство, како и негативна поврзаност на оваа варијабла со факторот екстраверзија.

Кога станува збор за поврзаноста меѓу СПСД и невротизмот, добиените наоди кореспондираат со оние од претходните истражувања (Lionetti at al., 2019; Grimen & Diseth, 2016; Thorarinsdottir, 2018; Tra at al., 2022). Сензитивноста на процесирање на сензорни дразби и невротизмот делат некои заеднички карактеристики. Високо сензитивните индивидуи, како и оние кои се карактеризираат со висок степен на невротизам, реагираат претпазливо и промислено во присуство на нови дразби (Smolewska at al., 2006). Бидејќи ВСЛ се повеќе свесни за опкружувањето и нивниот нервен систем полесно се возбудува, би се очекувало ВСЛ да реагираат на ваков начин. Меѓутоа, претпазливото и воздржано однесување не подразбира дека сензитивните луѓе се плашливи по правило или се со висок степен на невротизам (Aron & Aron, 1997). Елен Арон нагласува дека возбудата кај сензитивните индивидуи не треба да се поистоветува со стравот. Според неа, стравот предизвикува возбуда, но тоа го прават и други емоции како радоста, љубопитноста, лутината (Арон, 2021). Исто, невротизмот кај индивидуите предвидува почесто доживување на негативни емоции, како тага, лутина, вознемиреност. Истражувањата покажуваат дека ваквите емоции често се присутни и кај високо сензитивните индивидуи (Yano, Kase, & Oishi, 2019). Едно објаснување за зачестеноста на овие емоции кај ВСИ е тоа дека тие лесно се преплавени од она што се случува во средината, како и од сопствените емоции и мисли. Надворешните фактори и средината повеќе влијаат кај овие индивидуи. Опкружени со негативна средина, која не е стимулативна и поддржувачка, би се очекувало ваквите индивидуи полесно да доживуваат негативни емоции.

Слично на невротизмот, добиените наоди за поврзаноста на отвореноста кон искуство и СПСД исто така се во согласност со оние од литературата (Lionetti et al., 2019; Grimen & Diseth, 2016; Thorarinsdottir, 2018; H.Tra et al., 2022). Да се биде отворен кон искуство начелно значи да се биде отворен за нови предизвици, да се истражуваат нови концепти и да се согледуваат нови перспективи. Со оглед на тоа што ВСИ го искусуваат светот на интензивен и на динамичен начин и манифестираат високо почитување на убавината што ги опкружува (Арон, 2021), би се очекувало овие индивидуи да се поотворени и кон искуствата во средината што ги опкружува.

Додека резултатите за поврзаноста, сензитивноста на процесирање на сензорни дразби со невротизмот и отвореноста кон искуство кореспондираат во повеќето истражувања, резултатите за поврзаноста на сензитивноста со факторот екстраверзија се повеќе контрадикторни. Така, резултатите на одреден број истражувања се во согласност со оние добиени во ова истражување, односно покажуваат статистички значајна и негативна врска на екстраверзијата со СПСД (Grimen & Diseth, 2016; Thorarinsdottir, 2018; Tra et al., 2022; Aron, 1997). Меѓутоа, постојат истражувања каде што не е најдена ваква поврзаност (Bhrambhett & Makhani, 2023; Lionetti et al., 2019).

И покрај претпоставките, не беа добиени статистички значајни корелации на СПСД со сложувањето и со совесноста, што покажува дека сензитивноста не е поврзана со тоа дали индивидуите се соработливи, алтруисти, дали градат топли релации кон другите базирани на доверба, но, исто така, дали манифестираат покорност и дали се ставаат себеси на пониско скалило во однос на другите луѓе. Сензитивноста не зависи ни од тоа дали личноста се карактеризира со висок степен на самоконтрола, со ефикасност и со промисленост во пристапот кон целите.

Според наодите од регресивната анализа факторите невротизам, отвореност на искуство и екстраверзија се значајни предиктори за тоа колку е некој чувствителен на сензорни дразби и кои влијаат врз манифестирање на сензитивноста на различни начини. Меѓутоа, самата сензитивност може да биде комплексен феномен кој вклучува различни биолошки, когнитивни и емоционални процеси, кои е потребно дополнително да се истражат.

Согласно со резултатите од истражувањето, женските испитаници покажуваат повисоки вредности на скалата за СПСД од машките испитаници, што е повторно во согласност со наодите и на други автори (Bhrambhett & Makhani, 2023). Сепак, потребна е дополнителна подлабока анализа на ваквите наоди, земајќи ги предвид биолошките диспозиции, влијанието на социјално-културните фактори, како и оние кои потекнуваат од примарното опкружување.

Имајќи предвид дека ова е прво истражување за поврзаноста на сензитивноста на процесирање на сензорни дразби со факторите на личност во Северна Македонија, потребно е подетално да се испитаат ваквите односи, како и врската на СПСД со срединските влијанија.

Од голема важност е развивање на свесност за разликите во восприемањето на дразбите и во функционирањето на ВСЛ. Со оглед на тоа што однесувањето на индивидуата е под влијание на различни фактори од средината: изложеност на силна светлина, бучна средина, голем број луѓе, поголема количина кофеин, ВСЛ можат да го организираат своето секојдневие на начин кој ќе им предизвикува најмала количина стрес или преоптоварување на сетилата од надворешните дразби. Понекогаш ваквите индивидуи го менаџираат овој процес на несвесен начин, меѓутоа, во одредени ситуации е потребно свесно да се направат промени во средината и во начинот на кој се извршуваат секојдневните активности, со цел да се приспособи на индивидуалните потреби. ВСЛ се сензитивни на детали од средината кои често другите не ги забележуваат. Ваквата сензитивност во некои ситуации предизвикува потешкотии, меѓутоа, имајќи ја предвид нивната поголема способност за рефлексја и за интуитивност, сензитивноста во одредени ситуации може да претставува предност. Свесноста за начинот на кој функционираат, ќе им помогне подобро да се запознаат и да се прифатат себеси, но и да ги запознаат позитивните аспекти на високата сензитивност и да ги користат во секојдневие.

Со оглед на тоа дека високо сензитивните личности сочинуваат 20% од општата популација (Aron, 1997), пожелно е и другите луѓе да го разберат начинот на кој функционираат ваквите индивидуи. Потребно е ширење на свесноста за индивидуалните разлики во однос на цртата сензитивност на процесирање на сензорни дразби меѓу пошироката популација, како и разобличување на погрешните сфаќања и предрасуди поврзани со ваквите личности.

Најпосле, психолозите и психотерапевтите кои работат со високо сензитивни индивидуи е потребно да бидат свесни за специфичните потреби на овие индивидуи. Сознанијата за ВСЛ, базирани на емпириски истражувања, може да водат до развој на поефективни стратегии за справување со стрес, анксиозност и други предизвици, притоа почитувајќи го нивниот единствен и различен начин на процесирање информации. На тој начин, се овозможува поинклузивен пристап во психотерапијата, кој би ја зголемил добросостојбата и адаптираноста на високо сензитивните личности во различни контексти.

Литература

- Aron, E. N. (2010). *Psychotherapy and the highly sensitive person*. Routledge.
- Aron, E.N., Aron, A., Davies, K.M. (2005). Adult shyness: the interaction of temperamental sensitivity and an adverse childhood environment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 181–97.
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). *Highly sensitive person*. Harmony.
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345–368.
- Benham, G. (2006). The highly sensitive person: stress and physical symptom reports. *Personality and Individual Differences*, 40, 1433–40.
- Canli, T., Amin, Z., Haas, B., Omura, K., Constable, R.T. (2004). A double dissociation between mood states and personality traits in the anterior cingulate. *Behavioral Neuroscience*, 118, 897–904.
- Carver, C.S., White, T.L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: the BIS/BAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319–33.
- Costa, P.T., McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Doucet, C., Stelmack, R.M. (1997). Movement time differentiates extraverts from introverts. *Personality and Individual Differences*, 23, 775–86.
- Ershova, R. V., Yarmotz, E. V., Koryagina, T. M., Semeniak, I. V., Shlyakhta, D. A., & Tarnow, E. (2018). A psychometric evaluation of the highly sensitive person scale: the components of sensory-processing sensitivity. *Electronic Journal of General Management*, 15 (6), 1-7.
- Grimen, H. L., & Diseth, A. (2016). Sensory processing sensitivity: Factors of the highly sensitive person scale and their relationships personality and subjective health complaints. *Comprehensive Psychology*, 5, 1-10.
- Hofmann, S.G., Bitran, S. (2007). Sensory-processing sensitivity in social anxiety disorder: relationship to harm avoidance and diagnostic subtypes. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 944–54.
- Jagiellowicz, J., Xiaomeng X.,1 Arthur Aron, Aron, E., Cao, G., Feng, T., & Weng, X. (2011). The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6, 38-47.

- Lioneti, F., Pastore, M., Moscardino, U., Nocentin, A., Pluess, K., & Pluess, M. (2019). Sensory processing sensitivity and its association with personality traits and affect: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 18, 138-152.
- Liss, M., Timmel, L., Baxley, K., Killingsworth, P. (2005). Sensory processing sensitivity and its relation to parental bonding, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 39, 1429-39.
- Matthews, J., Deary, I.J., & Whiteman, M.C. (2003). *Personality Traits*. University Press.
- Popkins, N.C. (1998). The five-factor model: Emergence of a taxonomic model for personality psycholog.
- Tra, H. V., Volden, F., & Watten, R. G. (2022). High sensitivity: Factor structure of the highly sensitive person scale and personality traits in a high and low sensitivity group. *Nordic Psychology*.
- Wolf, M., van Doorn, G.S., Weissing, F.J. (2008). Evolutionary emergence of responsive and unresponsive personalities. *Proceedings of the National Academy of Sciences, USA*, 105, 15825-30.

SENSORY PROCESSING SENSITIVITY AND THE BIG FIVE MODEL AMONG STUDENTS

Maja Korubin Kjorluka
Angelina Taneva Veshoska

Abstract

Sensory processing sensitivity (SPS) is a hereditary personality trait which manifests itself in the way in which the central nervous system is processing external and internal sensory information. This character trait refers to the level of sensitivity that an individual manifests because of different stimuli, his/her emotional, cognitive and behavioral reactions, as well as the deep cognitive processing of stimuli and empathic behavior. The individuals with a high level of SPS trait are considered to have high sensitivity or are highly sensitive person (HSP). The author Elaine Aron who has been researching this character trait, is using both terms interchangeably - Sensory processing sensitivity and highly sensitive person.

The research is examining the connection between highly sensitive person (HSP) and personality traits within The Big Five Model: extraversion, neuroticism, openness to experiences, agreeableness, and conscientiousness. The sample consists of 204 participants, students from all four years at the Faculty of Philosophy in Skopje, of which 124 females and 80 males. For researching the variables, the following instruments have been used: Highly sensitive person scale and Big Five Inventory. The research results show that HSP is positively correlated with neuroticism, extroversion, and openness to experiences. Even though some previous studies have shown statistically significant correlation between HSP and the agreeableness trait, this research has not produced statistically significant correlation between these two variables, neither a correlation between HSP and conscientiousness trait. When analyzing the differences in relation to HSP, it was shown that women are more sensitive than men.

These findings have relevant implications for the understanding of relationship between sensory processing sensitivity and personality among students. Hence, it is suggested to extend the study to a more heterogeneous sample.

Keywords: *sensory processing sensitivity, highly sensitive person, The Big Five Model*

