

*Аболяев Даниил Дмитриевич*

студент

ФГБОУ ВО «МИРЭА – Российский технологический университет»

г. Москва

DOI 10.31483/r-155181

## **ЛИЧНОСТЬ КАК ОТКРЫТАЯ СИСТЕМА: ИНТЕГРАТИВНЫЙ АНАЛИЗ ФАКТОРОВ И МЕХАНИЗМОВ ФОРМИРОВАНИЯ**

***Аннотация:** в статье представлен комплексный анализ того, как формируется личность в психологии. Автор систематизирует классические и современные взгляды на то, что влияет на становление человека, как проходят этапы развития и каковы основные механизмы этого процесса. Рассматриваются различные подходы: психодинамический, диспозициональный, бихевиоральный, гуманистический и другие. Отдельное внимание уделено роли биологических, социальных и культурных факторов. В работе также описаны такие механизмы, как идентификация, саморегуляция, преодоление кризисов и формирование жизненной истории.*

***Ключевые слова:** психология личности, формирование личности, развитие личности, идентичность.*

Каждый человек уникален – у нас разный характер, привычки, мечты и реакции на одни и те же события. Эта уникальность и называется личностью. Но как она формируется? Зависит ли всё от детства или мы меняемся всю жизнь?

Понимание процесса формирования личности важно для родителей, учителей, психологов и для каждого из нас – чтобы лучше понимать себя, свои сильные и слабые стороны и расти как личность.

### *1. Основные теории личности.*

Учёные смотрят на личность по-разному, и каждая теория предлагает свой взгляд на то, почему мы становимся такими, какие есть.

*Роль детства и бессознательного (психодинамический подход).*

Согласно этой теории, основа личности закладывается в детстве, а нашим поведением во многом управляют бессознательные желания и конфликты. Например, Зигмунд Фрейд считал, что наши детские переживания сильно влияют на взрослую жизнь. Эрик Эриксон добавил, что развитие личности происходит всю жизнь через кризисы – подростковый, кризис середины жизни и другие.

*Личность как набор черт (диспозиционный подход).*

Здесь личность описывается как комбинация устойчивых черт, например, общительности, добросовестности, тревожности. Самая известная модель – «Большая пятёрка», которая включает открытость, добросовестность, экстраверсию, доброжелательность и нейротизм.

*Влияние опыта и окружения (бихевиорально-когнитивный подход).*

Согласно этому взгляду, мы во многом – результат нашего опыта и того, чему мы научились. Поведение, которое поощряется, закрепляется, а поведение, которое наказывается, исчезает. Мы также учимся, наблюдая за другими.

*Стремление к росту (гуманистический подход).*

Здесь главная идея в том, что человек стремится к самореализации, росту и поиску смысла. Абрахам Маслоу считал, что мы можем полностью раскрыться, только удовлетворив базовые потребности, а Карл Роджерс говорил о важности безусловного принятия для развития здоровой личности.

*Влияние общества и культуры (культурно-деятельностный подход).*

Согласно этой теории, личность формируется через общение, деятельность и усвоение культурных норм. Мы перенимаем у окружающих не только знания, но и способы думать, ценности и правила.

## *2. Что влияет на формирование личности?*

Наш характер – это смесь разных факторов, которые можно разделить на четыре группы.

*Биологические факторы* – то, что дано от природы: гены, темперамент, особенности работы мозга и нервной системы.

*Социальные факторы* – влияние семьи, друзей, школы, работы. Например, стиль воспитания, отношения со сверстниками, социально-экономические условия.

*Культурно-исторические факторы* – ценности культуры, в которой мы живём, и особенности времени. Например, в западных культурах ценится индивидуализм, а в восточных – коллективизм.

*Событийные факторы* – важные жизненные события, которые меняют нас: переезд, встреча с любимым человеком, потеря работы, болезнь, творческий прорыв.

### 3. Как происходит формирование личности?

Есть несколько психологических механизмов, через которые это происходит.

*Идентификация и интериоризация* – мы неосознанно копируем тех, кто нам нравится, и со временем внешние правила становятся нашими внутренними убеждениями.

*Формирование «Я-концепции»* – это наш образ себя, который складывается из знаний о себе, самооценки и поведения.

*Саморегуляция* – способность управлять своим поведением и эмоциями, заставлять себя делать важное, даже если не хочется.

*Проживание кризисов* – развитие часто происходит через трудности и конфликты, которые заставляют нас пересматривать свои ценности и находить новые решения.

*Создание своей истории* – мы постоянно осмысливаем свою жизнь, связывая события в логичную цепь, чтобы понять, кто мы и куда идём.

### 4. Современный взгляд и практическое применение.

Сегодня психологи сходятся во мнении, что:

- личность пластична и может меняться в любом возрасте;
- развитие длится всю жизнь;
- все факторы (гены, среда, личный выбор) взаимосвязаны;
- человек – не пассивный объект, а активный автор своей жизни.

*Практическое применение:*

– *воспитание детей* – важно не «лепить» идеального ребёнка, а создавать условия для его развития, учитывая его особенности;

– *самопознание и личный рост* – понимание механизмов формирования личности помогает работать над собой, развивать самооценку, саморегуляцию и переосмысливать свой жизненный путь;

– *образование* – важно учитывать индивидуальные особенности учеников и развивать не только знания, но и «мягкие навыки», такие как работа в команде, эмпатия, креативность.

### 5. *Личность как открытая система: вызовы и перспективы.*

В свете современных научных данных, представленных в предыдущих разделах, становится очевидным, что личность невозможно свести к простой сумме врожденных черт или набору приобретенных привычек. Сегодня в психологии утверждается взгляд на личность как на открытую, динамическую систему, которая находится в постоянном взаимодействии с окружающим миром. Это означает, что она не существует изолированно, а непрерывно обменивается информацией, энергией и смыслами с социальной, культурной и природной средой.

Такой подход позволяет по-новому взглянуть на механизмы изменений, описанные в третьем разделе. Формирование личности – это не линейный процесс, где детство жестко предопределяет взрослость, а скорее серия адаптивных перестроек. Каждый раз, сталкиваясь с новым вызовом, эта система стремится к восстановлению равновесия, но делает это через усложнение своей структуры. Мы не просто преодолеваем кризисы, как писал Эрик Эриксон, – мы качественно меняем способы нашего мышления, эмоционального реагирования и взаимодействия с реальностью.

Современные исследования в области нейропластичности подтверждают этот тезис: наш мозг сохраняет способность образовывать новые нейронные связи на протяжении всей жизни. Каждый новый опыт, осознанное действие или отказ от привычного паттерна поведения буквально «переписывает» нейронную карту. Таким образом, идея о том, что «личность пластична и может меняться в

любом возрасте», получает не только психологическое, но и физиологическое обоснование.

Однако открытость системы порождает и новые вызовы. В эпоху информационной перегрузки личность сталкивается с риском размывания идентичности. Когда человек одновременно существует в нескольких цифровых мирах, усваивает противоречивые ценности из разных культурных источников и испытывает давление социальных сетей, механизм «формирования жизненной истории» значительно усложняется. В этих условиях на первый план выходит способность к рефлексии – умению останавливаться, анализировать, чей голос звучит внутри нас в данный момент и какое направление развития является для нас подлинным.

Перспективы изучения личности лежат на стыке нескольких дисциплин. Интеграция психологии с нейронауками, генетикой, а также с цифровыми технологиями позволяет перейти от статичных моделей к динамическому прогнозированию изменений. Будущие исследования, вероятно, будут сосредоточены не столько на споре о том, что важнее – биология или среда, сколько на поиске ответа на вопрос: как именно личность конструирует собственную уникальность, используя ограничения своего организма и возможности своей культуры?

Таким образом, личность в XXI веке понимается не как застывший результат воспитания, а как непрерывный процесс самопроектирования. Это накладывает на человека особую ответственность: если мы являемся «главными конструкторами» своего проекта, то осознанный выбор стратегий саморегуляции, ценностных ориентиров и круга общения становится главным инструментом нашего развития.

#### *Заключение.*

Формирование личности – это не гонка с финишем в 18 лет, а пожизненное путешествие. Мы одновременно и путешественник, и автор своего маршрута. Нам даны стартовые условия, но как ими распорядиться – во многом наш выбор.

Понимание этого процесса даёт силу: оно освобождает от мысли, что «я такой, и ничего не изменить», и помогает осознать, что наша личность – это живой, растущий проект, в котором мы – главные конструкторы.

***Список литературы***

1. Грин Р. 48 законов власти / Р. Грин. – М., 2000.
2. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М., 2005.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М., 1977. EDN YPTEQM
4. Леонтьев Д.А. Психология смысла / Д.А. Леонтьев. – М., 2007. EDN QXQUUJ
5. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб., 2014.