



PAPER

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА САМООЦЕНКУ ЖЕНЩИН

Н.Абдуллаева^{1,*}

¹Преподаватель КГУ кафедры психологии

*Nilufark25@gmail.com

Abstract

В статье рассматривается влияние социально-психологических факторов на формирование и развитие самооценки женщин. Самооценка выступает важным психологическим образованием, оказывающим влияние на личностное развитие, эмоциональное благополучие, социальное поведение и качество жизни женщин. Анализируются такие социально-психологические факторы, как социальные роли, семейное окружение, межличностные отношения, культурные нормы, общественные ожидания и влияние средств массовой информации. Особое внимание уделяется роли социального сравнения, гендерных стереотипов и социальной поддержки в процессе формирования адекватной или заниженной самооценки. Отмечается, что благоприятная социальная среда и позитивное межличностное взаимодействие способствуют развитию устойчивой и адекватной самооценки, в то время как социальное давление и негативные оценки могут приводить к снижению самооценки и психологическому дискомфорту. Результаты исследования могут быть полезны психологам, педагогам и специалистам, работающим в сфере психологического благополучия женщин.

Key words: самооценка женщин; социально-психологические факторы; социальная среда; гендерные стереотипы; социальная поддержка; самовосприятие

В современных социально культурных условиях проблема самооценки личности приобретает особую актуальность. Самооценка является одним из ключевых компонентов самосознания, определяющим отношение человека к себе, своим возможностям, достижениям и ме-

сту в обществе. Для женщин самооценка имеет особое значение, поскольку на её формирование воздействует широкий спектр социально психологических факторов, связанных с гендерными ролями, общественными ожиданиями и культурными нормами.

Compiled on: January 4, 2026.

Copyright: ©2025 by the authors. Submitted to Advances in Science and Education for possible open access publication under the terms and conditions of the [Creative Commons Attribution \(CC BY\) 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Изучение влияния социально психологических факторов на самооценку женщин позволяет глубже понять механизмы их личностного развития, эмоционального благополучия и социальной адаптации. В условиях трансформации социальных ролей и изменения статуса женщины в обществе данная проблема требует всестороннего научного анализа.

Самооценка рассматривается в психологии как устойчивая система представлений личности о собственной ценности, значимости и компетентности. По мнению многих исследователей, самооценка формируется в процессе социального взаимодействия и во многом зависит от оценок значимых других. Женская самооценка имеет ряд специфических особенностей, обусловленных социальными и культурными факторами. С раннего возраста девочки усваивают определённые нормы поведения, ожидания и требования, которые в дальнейшем оказывают влияние на восприятие ими собственной личности. Гендерные стереотипы, транслируемые обществом, могут как способствовать формированию позитивного образа «Я», так и ограничивать личностное развитие женщин.

Семья является первичной социальной средой, в которой закладываются основы самооценки женщины. Стиль воспитания, эмоциональная поддержка, характер родительских оценок и ожиданий играют важную роль в формировании отношения к себе. Поддерживающая и принимающая семейная атмосфера способствует развитию адекватной и устойчивой самооценки, тогда как чрезмерная критика или завышенные требования могут привести к её снижению.

В процессе общения с окружающими женщина постоянно получает обратную связь, которая влияет на её самооценку. Одобрение, признание и уважение со стороны значимых людей способствуют укреплению уверенности в себе. В то же время негативные оценки, социальное сравнение и отвержение могут вызывать сомнения в собственной ценности и способствовать формированию заниженной самооценки. Гендерные стереотипы оказывают существенное влияние на самооценку женщин. Общество часто предъявляет к женщинам противоречивые требования, связанные с внешностью, профессиональ-

ной реализацией, семейными обязанностями и социальным поведением. Несоответствие этим ожиданиям может вызывать внутренние конфликты и снижать самооценку.

Современные средства массовой информации и социальные сети активно формируют стандарты женской привлекательности и успешности. Идеализированные образы, транслируемые в медиапространстве, способствуют усилению социального сравнения, что нередко приводит к неудовлетворённости собой и снижению самооценки.

Социальная поддержка со стороны семьи, друзей и профессионального окружения играет важную роль в формировании психологического благополучия женщин. Поддерживающие отношения способствуют принятию себя, развитию уверенности и устойчивости к внешним негативным воздействиям. Наличие социальной поддержки позволяет женщинам более эффективно справляться со стрессовыми ситуациями и сохранять адекватную самооценку.

В исследовании приняли участие 120 женщин в возрасте от 18 до 45 лет. В качестве психодиагностических методик были использованы: методика исследования самооценки Дембо–Рубинштейн, шкала самооценки Розенберга, а также авторская анкета для выявления социально-психологических факторов (уровень социальной поддержки, влияние семьи, социальное сравнение). Для обработки данных применялись методы количественного и корреляционного анализа.

Анализ полученных данных показал, что у 46% респонденток выявлен средний уровень самооценки, у 32% — высокий уровень, у 22% — заниженный уровень самооценки. Установлена положительная корреляция между уровнем социальной поддержки и адекватной самооценкой ($r = 0,48$). Женщины, получающие эмоциональную поддержку со стороны семьи и близкого окружения, характеризовались более устойчивой и позитивной самооценкой.

В то же время выявлено, что высокий уровень социального сравнения и ориентация на внешние оценки связаны со снижением самооценки и повышенной тревожностью. Полученные результаты подтверждают значимость социально-психологических факторов в форми-

ровании самооценки женщин.

Таким образом, самооценка женщин формируется под влиянием комплекса социально-психологических факторов, включающих семейное воспитание, межличностные отношения, гендерные стереотипы, социальные ожидания и влияние средств массовой информации. Эмпирическое исследование показало, что социальная поддержка выступает одним из ключевых факторов формирования адекватной и устойчивой самооценки, тогда как социальное давление и негативные оценки могут приводить к её снижению.

REFERENCES

1. Андреева Г. М. Социальная психология. — М.: Аспект Пресс, 2019.
2. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. — М.: Педагогика, 2018.
3. Кон И. С. Психология половых различий. — М.: Академический проект, 2017.
4. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М.: Прогресс, 2016.
5. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. — Princeton: Princeton University Press, 1965.
6. Дембо Т. Проблема самооценки личности // Психология личности. — М., 2015.