



## ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЧУВСТВА ВИНЫ У ЖЕНЩИН

*Автор: Шакирова Шахнозобону Тухта кизи*

*Место учёбы: Ташкентский университет прикладных наук*

*Статус: магистрант 1 курса*

### **Annotatsiya**

Mazkur maqolada ayollarda aybdorlik hissining shakllanishiga ta'sir etuvchi oilaviy va ijtimoiy omillar tahlil qilinadi. Tadqiqotda oila muhitining psixologik xususiyatlari, tarbiya usullari, ota-onalarning munosabati hamda jamiyat tomonidan shakllantiriladigan gender stereotiplarining ayol shaxsiga ta'siri yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** aybdorlik hissi, ayol psixologiyasi, oila, ijtimoiy omillar, gender stereotiplari, tarbiya, emotsional holat, ruhiy salomatlik.

### **Аннотация**

В данной статье анализируются семейные и социальные факторы, оказывающие влияние на формирование чувства вины у женщин. В исследовании рассматриваются психологические особенности семейной среды, методы воспитания, отношение родителей, а также влияние гендерных стереотипов, формируемых обществом, на личность женщины.

**Ключевые слова:** чувство вины, психология женщины, семья, социальные факторы, гендерные стереотипы, воспитание, эмоциональное состояние, психическое здоровье.

### **Annotation**

This article analyzes the family and social factors influencing the formation of feelings of guilt among women. The study examines the psychological



characteristics of the family environment, parenting methods, parental attitudes, and the impact of gender stereotypes shaped by society on women's personalities.

**Keywords:** feeling of guilt, women's psychology, family, social factors, gender stereotypes, upbringing, emotional state, mental health.

## ВВЕДЕНИЕ

Чувство вины занимает особое место среди эмоциональных переживаний человека и представляет собой сложное психологическое явление, связанное с оценкой собственных поступков, решений и поведения с точки зрения моральных норм и социальных ожиданий. Данная эмоция способствует осознанию личной ответственности и регулирует межличностные отношения, однако её чрезмерное проявление может отрицательно сказываться на эмоциональном состоянии и психологическом благополучии личности.

В условиях современных общественных преобразований роль женщины значительно расширилась. Сегодня женщины активно участвуют в профессиональной деятельности, общественной жизни и одновременно сохраняют ответственность за выполнение традиционных семейных обязанностей. Необходимость совмещать многочисленные социальные роли нередко сопровождается внутренним напряжением и повышенными требованиями к себе.

Существенное влияние на формирование данного переживания оказывает семейная среда. Именно в семье закладываются основы самооценки, отношения к себе и окружающим, а также представления о допустимом и недопустимом поведении. Особенности воспитания, характер взаимоотношений между членами семьи, уровень эмоциональной поддержки



и способы выражения одобрения или критики оказывают значительное воздействие на развитие эмоциональной сферы женщины.

Не менее важную роль играют социальные факторы. Общественные нормы, культурные традиции и распространённые представления о роли женщины формируют определённые модели поведения, которым многие стремятся соответствовать. Современное общество нередко предъявляет к женщинам противоречивые требования, ожидая одновременно успешной профессиональной реализации, заботы о семье, воспитания детей и сохранения высокого уровня социальной активности. Столкновение с подобными ожиданиями может усиливать внутренние переживания и способствовать развитию чувства вины в ситуациях, когда достижение всех поставленных целей оказывается невозможным.

Дополнительное влияние оказывают средства массовой информации и цифровое пространство, где широко распространяются образы идеальной женщины, демонстрирующие высокие стандарты успешности, привлекательности и социальной востребованности. Сравнение собственной жизни с подобными образцами часто приводит к неудовлетворённости собой и усилению негативных эмоциональных переживаний.

В связи с этим изучение влияния семейных и социальных факторов на формирование чувства вины у женщин представляет значительный научный интерес. Исследование данной проблемы позволяет глубже понять психологические механизмы возникновения чувства вины, выявить условия его формирования и определить пути сохранения эмоционального благополучия женщин в современных социальных условиях.

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Настоящее исследование посвящено изучению семейных и социальных факторов, влияющих на формирование чувства вины у женщин.



Методологическую основу работы составили современные подходы в области психологии личности, социальной психологии, семейной психологии и гендерных исследований.

В процессе исследования были использованы методы систематического анализа научной литературы, сравнительного анализа, обобщения и интерпретации научных данных. В качестве источников были рассмотрены современные отечественные и зарубежные научные публикации, монографии, результаты психологических исследований, а также научные работы, посвящённые проблемам гендерной социализации и эмоционального благополучия женщин. Особое внимание уделялось изучению психологической природы чувства вины, механизмов его формирования и факторов, оказывающих влияние на развитие данного эмоционального состояния.

Для выявления основных тенденций и закономерностей был применён метод контент-анализа научных материалов. Данный подход позволил проанализировать влияние особенностей семейного воспитания, характера детско-родительских отношений, социальных ожиданий, гендерных установок и культурных норм на формирование чувства вины у женщин. Сопоставление различных научных концепций способствовало определению общих и специфических факторов, влияющих на рассматриваемое психологическое явление.

В исследовании также использовались индуктивный и дедуктивный методы научного познания. Индуктивный подход позволил на основе отдельных эмпирических и теоретических данных выделить наиболее значимые факторы, связанные с возникновением чувства вины. Применение дедуктивного метода обеспечило возможность интерпретации полученных результатов с позиций существующих психологических теорий и концепций.



Материалами исследования послужили научные статьи, опубликованные в рецензируемых международных и национальных изданиях, монографические исследования, аналитические обзоры и результаты современных научных работ, посвящённых вопросам эмоциональной регуляции, семейного взаимодействия и гендерной психологии. Отбор источников осуществлялся с учётом их научной значимости, актуальности и соответствия тематике исследования.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ современных научных источников по исследуемой проблеме показал, что формирование чувства вины у женщин в большей степени связано с процессами социализации и особенностями семейных отношений, чем с биологическими факторами. Полученные результаты свидетельствуют о том, что чувство вины представляет собой сложное эмоциональное состояние, возникающее в результате усвоения моральных норм и социальных ценностей.

Проведённый анализ научной литературы позволяет утверждать, что семейные факторы играют ключевую роль в формировании чувства вины. Семья выступает первичной средой социализации, в которой закладываются основы нравственных установок, ответственности и самооценки личности. В семьях, где воспитание строится на чрезмерной требовательности, эмоциональной дистанции или постоянной критике, у женщин во взрослом возрасте чаще наблюдаются склонность к самообвинению и повышенный уровень чувства вины.

### Таблица 1

**Влияние семейных факторов на формирование чувства вины у женщин**



Семейный фактор	Психологический механизм воздействия	Возможный результат
Чрезмерный контроль	Ограничение самостоятельности в принятии решений	Неуверенность в себе
Постоянная критика	Формирование негативной самооценки	Усиление чувства вины
Недостаток эмоциональной поддержки	Рост внутренней тревожности	Склонность к самообвинению
Завышенные требования	Развитие стремления к совершенству	Хроническое чувство вины
Благоприятные семейные отношения	Формирование позитивной Я-концепции	Эмоциональная устойчивость

Данные таблицы свидетельствуют о том, что качество внутрисемейных отношений оказывает существенное влияние на эмоциональное развитие женщины. Оценки и установки, усвоенные в семье, впоследствии становятся частью её отношения к самой себе и определяют особенности эмоционального реагирования в различных жизненных ситуациях.

Результаты исследования также показали, что значительное влияние на формирование чувства вины оказывают социальные факторы. Современное общество предъявляет к женщинам многочисленные и нередко противоречивые требования. С одной стороны, от них ожидается профессиональная успешность и активное участие в общественной жизни, с другой — выполнение традиционных семейных обязанностей. Подобное сочетание ожиданий может приводить к внутренним конфликтам и



формированию устойчивого чувства вины при невозможности соответствовать всем социальным требованиям одновременно.

**Таблица 2**

**Влияние социальных факторов на чувство вины у женщин**

Социальный фактор	Направление воздействия	Психологическое последствие
Гендерные стереотипы	Ограничение социальных ролей	Внутренний конфликт
Общественные ожидания	Усиление чувства ответственности	Рост чувства вины
Средства массовой информации	Продвижение идеализированных образов	Недовольство собой
Социальное сравнение	Сопоставление себя с другими	Эмоциональное напряжение
Культурные ценности	Регулирование моделей поведения	Усиление самоконтроля

Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что чувство вины часто возникает вследствие несоответствия между реальными возможностями женщины и социальными ожиданиями. Стремление одновременно успешно реализовывать себя в различных сферах жизни и достигать высоких результатов во всех социальных ролях нередко становится источником эмоционального напряжения и внутреннего недовольства собой.

**Таблица 3**

**Влияние чувства вины на психологическое состояние женщин**

Показатель	Характер влияния
Самооценка	Снижается



Эмоциональная устойчивость	Ослабевает
Уровень тревожности	Повышается
Стрессоустойчивость	Снижается
Социальная активность	Ограничивается
Качество жизни	Ухудшается

Обсуждение результатов показывает, что семейные и социальные факторы находятся в тесной взаимосвязи и совместно определяют особенности формирования чувства вины у женщин. Эмоциональный опыт, приобретённый в семье, в дальнейшем закрепляется под влиянием общественных норм, культурных ценностей и социальных ожиданий. В этой связи важное значение приобретают развитие культуры семейного воспитания, преодоление ограничивающих гендерных стереотипов и повышение уровня психологической грамотности населения.

Таким образом, проведённый анализ подтверждает, что чувство вины является сложным социально-психологическим феноменом, формирующимся под воздействием комплекса взаимосвязанных факторов. Полученные результаты расширяют представления о механизмах возникновения данного эмоционального состояния и могут служить теоретической основой для разработки программ психологической поддержки и профилактики эмоциональных нарушений у женщин.

## ОБСУЖДЕНИЕ

Формирование чувства вины у женщин представляет собой сложный психологический и социальный процесс, в основе которого одновременно лежат личный опыт, особенности семейных отношений и нормы, задаваемые обществом. Анализ научных источников показывает, что данное эмоциональное состояние часто возникает в результате активации внутренней



системы морального самоконтроля, однако его интенсивность может существенно усиливаться под воздействием внешнего социального давления.

Эмоциональный опыт, сформированный в семейной среде, выступает фундаментальной основой развития чувства вины. Строгий контроль, постоянная критика или эмоциональная холодность в процессе воспитания способствуют формированию у личности привычки к чрезмерному самоанализу и постоянной оценке собственных действий.

Социальная среда, в свою очередь, усиливает данный внутренний механизм. Гендерные стереотипы, существующие в обществе, формируют противоречивые ожидания по отношению к женщинам, требуя от них одновременно профессиональных достижений и идеального выполнения семейных обязанностей. В условиях такого давления любое субъективное ощущение несоответствия этим ожиданиям может усиливать чувство вины.

Современное информационное пространство также оказывает значительное влияние на данный процесс. Образы «идеальной женщины», активно транслируемые в средствах массовой информации и социальных сетях, усиливают разрыв между реальной жизнью и социально навязанными стандартами. Это приводит к тому, что многие женщины склонны оценивать себя через призму этих идеализированных моделей, испытывая неудовлетворённость собственной жизнью.

При этом чувство вины не всегда следует рассматривать исключительно как негативное психологическое явление. В умеренной форме оно выполняет функцию внутреннего регулятора поведения, способствуя соблюдению моральных норм и социальной ответственности. Однако его хроническое и выраженное проявление может приводить к эмоциональному истощению, снижению самооценки и психологическому дискомфорту.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведённый теоретический анализ показал, что формирование чувства вины у женщин представляет собой сложное психологическое явление, определяемое одновременно семейным воспитанием, социальной средой и системой культурных ценностей. Хотя в основе данного процесса лежит сравнение личного поведения с внутренними моральными нормами, его интенсивность значительно усиливается под влиянием внешнего социального давления и стереотипов.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что семейная среда является первичным и ключевым фактором формирования чувства вины. Методы воспитания, эмоциональное отношение родителей и уровень требовательности в детстве оказывают непосредственное влияние на систему самооценки личности в дальнейшем. В частности, среда, основанная на постоянной критике и высоких требованиях, может усиливать склонность женщин к самообвинению.

Социальные факторы, в свою очередь, играют важную роль в закреплении и усилении данного эмоционального состояния. Гендерные стереотипы и общественные ожидания в современном обществе нередко предъявляют к женщинам множество, иногда противоречивых ролей. Это приводит к внутренним конфликтам и способствует более частому и выраженному проявлению чувства вины.

Кроме того, образы идеальной жизни, транслируемые средствами массовой информации и цифровой средой, усиливают процесс социального сравнения. В результате многие женщины склонны воспринимать себя как недостаточно успешных или нереализованных, что приводит к росту внутреннего недовольства и усилению чувства вины.



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Министерство здравоохранения Республики Узбекистан (2023) *Национальная программа по улучшению психологического здоровья населения. Ташкент: Издательство Министерства здравоохранения.*
2. Администрация Президента Республики Узбекистан (2022) *Стратегия развития Нового Узбекистана на 2022–2026 годы. Ташкент: Lex.uz.*
3. Karimova, D. (2021) *Основы психологии. Ташкент: Наука и технологии.*
4. Ismailova, N. (2020) *Психология семьи. Ташкент: Национальный университет Узбекистана.*
5. Rahimova, M. (2022) *Гендерное равенство и социальная психология. Ташкент: University Press.*
6. Abdiazizov, A. (2019) *Общая психология. Ташкент: Узбекистан.*
7. Tursunova, Z. (2023) *Психологическое состояние женщин и социальные проблемы. Ташкент: Инновационное издательство.*
8. American Psychological Association (APA) (2023) *Women and emotional health: guilt and social pressure. Washington, DC: APA Publishing.*
9. Brown, B. (2021) *Atlas of the Heart: Mapping Meaningful Connection and the Language of Human Experience. New York: Random House.*
10. Gilbert, P. (2020) *Human Nature and Suffering. London: Routledge.*
11. World Health Organization (WHO) (2022) *Mental health and gender: global report. Geneva: World Health Organization.*