

## СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА И СОЦИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ КАК ПРЕДИКТОРЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЖЕНЩИН ПОСЛЕ РАЗВОДА

Ш.Р.к.Саидвалиева<sup>1</sup>

1. Институт Семейных и гендерных исследований, независимый соискатель, Ташкент, Узбекистан

**Mas'ul muallif:** Саидвалиева Шодия Рихсизхужа кизи, Институт Семейных и гендерных исследований, независимый соискатель, Ташкент, Узбекистан.

**e-mail:**  
Saidvaliyevashodiya7@gmail.com

Accepted: 31 Avgust 2026  
Published: 31 Avgust 2026

**Copyright:** © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

**Iqtibos uchun:** Саидвалиева, Ш. Р. к. СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА И СОЦИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ КАК ПРЕДИКТОРЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЖЕНЩИН ПОСЛЕ РАЗВОДА / Ш. Р. к. Саидвалиева // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — Т. 8, № 1. — В. 309–312.

**Аннотация.** В статье рассматривается роль социальной поддержки и социального давления как значимых предикторов социально-психологической адаптации женщин после развода. Актуальность исследования обусловлена увеличением числа бракоразводных процессов и необходимостью выявления социально-психологических факторов, определяющих успешность адаптации женщин к изменившимся жизненным условиям. Цель исследования заключается в изучении влияния социальной поддержки и социального давления на уровень социально-психологической адаптации женщин после развода. Эмпирическое исследование проведено среди 230 женщин, переживших бракоразводный процесс. В качестве методов исследования использованы авторская анкета социально-психологической адаптации, стандартизированные психодиагностические методики и методы математико-статистической обработки данных с применением корреляционного и регрессионного анализа.

**Ключевые слова:** социальная поддержка, социальное давление, социально-психологическая адаптация, женщины после развода, бракоразводный процесс, психологическое благополучие, психологическое сопровождение, предикторы адаптации, социальная среда, эмпирическое исследование.

### AJRASHISHDAN KEYIN AYOLLARNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK MOSLASHUVIDA IJTIMOYIY QO'LLAB-QUVVATLASH VA IJTIMOYIY BOSIMNING PREDIKTOR SIFATIDAGI ROLI

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada ajrashgandan keyingi davrda ayollarning ijtimoiy-psixologik moslashuvining muhim prediktorlari sifatida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy bosimning o'rni tahlil qilinadi. Tadqiqotning dolzarbligi ajralishlar sonining ortib borayotgani hamda ayollarning o'zgargan hayot sharoitlariga muvaffaqiyatli moslashuvini belgilovchi ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash zarurati bilan izohlanadi. Tadqiqotning maqsadi ajrashgandan keyin ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy bosimning ayollarning ijtimoiy-psixologik moslashuv darajasiga ta'sirini o'rganishdan iborat. Empirik tadqiqot ajrashish jarayonini boshdan kechirgan 230 nafar ayol ishtirokida amalga oshirildi. Tadqiqotda mualliflik so'rovnomasi, standartlashtirilgan psixodagnostik metodikalar hamda korrelyatsion va regressiya tahlillariga asoslangan matematik-statistik ma'lumotlarni qayta ishlash usullaridan foydalanildi.

**Kalit so'zlar:** ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy bosim, ijtimoiy-psixologik moslashuv, ajrashgandan keyingi ayollar, ajralish jarayoni, psixologik farovonlik, psixologik hamrohlik, moslashuv prediktorlari, ijtimoiy muhit, empirik tadqiqot.

### SOCIAL SUPPORT AND SOCIAL PRESSURE AS PREDICTORS OF WOMEN'S SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AFTER DIVORCE

**Abstract.** This article examines the role of social support and social pressure as significant predictors of the socio-psychological adaptation of women after divorce. The relevance of the study is determined by the increasing number of divorce cases and the need to identify the socio-psychological factors that determine women's successful adaptation to changed life circumstances. The aim of the study is to investigate the impact of social support and social pressure on the level of socio-psychological adaptation of women after divorce. The empirical study involved 230 women who had experienced the divorce process. The research employed an author-designed questionnaire on socio-psychological adaptation, standardized psychodiagnostic instruments, and mathematical-statistical data analysis methods, including correlation and regression analyses.

**Keywords:** social support, social pressure, socio-psychological adaptation, women after divorce, divorce process, psychological well-being, psychological support, adaptation predictors, social environment, empirical study.

**Введение.** В последние десятилетия проблема социально-психологической адаптации женщин после развода приобретает особую актуальность в связи с устойчивым ростом числа бракоразводных процессов во многих странах мира.

Развод представляет собой не только юридическое прекращение брака, но и сложное жизненное событие, сопровождающееся изменением социальных ролей, структуры межличностных отношений, привычного образа жизни и системы социальной поддержки. В постразводный период женщина сталкивается с необходимостью адаптации к новым социальным условиям, что требует мобилизации как внутренних психологических ресурсов, так и внешних социальных возможностей.

Современные исследования показывают, что успешность адаптации после развода определяется совокупностью личностных и социальных факторов. При этом всё большее внимание уделяется влиянию социальной среды, поскольку именно качество межличностных отношений, характер взаимодействия с ближайшим окружением и восприятие социальной поддержки способны существенно изменять течение адаптационного процесса. Наряду с этим негативное воздействие социального давления, общественных стереотипов и осуждения со стороны окружающих может осложнять восстановление психологического благополучия и препятствовать успешной интеграции женщины в новые жизненные условия.

Несмотря на значительное количество исследований, посвящённых психологическим последствиям развода, большинство из них сосредоточено преимущественно на эмоциональных состояниях, тревожности, депрессивных проявлениях, стрессе или копинг-стратегиях личности. В то же время вопросы комплексного влияния социальной поддержки и социального давления как взаимосвязанных социальных факторов на процесс социально-психологической адаптации женщин после развода остаются недостаточно изученными. Особенно ограничено число исследований, рассматривающих данные факторы не изолированно, а как статистически значимые предикторы успешности адаптации.

С позиций социальной психологии социальная поддержка рассматривается как важнейший ресурс, обеспечивающий эмоциональную устойчивость, чувство социальной защищённости и сохранение позитивной социальной идентичности личности. Напротив, социальное давление, проявляющееся в форме социальных ожиданий, стигматизации, критики и негативной оценки со стороны окружающих, может выступать фактором социальной дезадаптации, усиливая эмоциональное напряжение и затрудняя процесс восстановления после развода.

Научная значимость настоящего исследования заключается в уточнении роли социальных факторов в формировании социально-психологической адаптации женщин после развода. В отличие от большинства существующих работ, исследование ориентировано на одновременный анализ позитивного ресурса социальной поддержки и негативного влияния социального давления, что позволяет более полно раскрыть механизмы адаптации личности в постразводный период.

Цель исследования — определить роль социальной поддержки и социального давления как предикторов социально-психологической адаптации женщин после развода.

Социально-психологическая адаптация рассматривается современной психологией как динамический процесс взаимодействия личности с социальной средой, обеспечивающий достижение внутреннего психологического равновесия и эффективное функционирование в изменяющихся жизненных обстоятельствах. В ситуации развода адаптация приобретает особую значимость, поскольку сопровождается перестройкой системы социальных отношений, изменением семейных ролей, снижением привычного уровня эмоциональной безопасности и необходимостью поиска новых механизмов психологического и социального функционирования. В связи с этим всё большее внимание исследователей уделяется изучению социальных факторов, способствующих либо препятствующих успешной адаптации женщин после развода.

Одним из наиболее значимых ресурсов адаптации признаётся социальная поддержка, которая определяется как совокупность эмоциональной, информационной, инструментальной и оценочной помощи, получаемой человеком от ближайшего социального окружения. Согласно концепции S. Cobb (1976), социальная поддержка формирует у личности чувство защищённости, принадлежности и уверенности в собственной социальной ценности. Позднее S. Cohen и T. A. Wills (1985) экспериментально подтвердили, что социальная поддержка выполняет буферную функцию, снижая негативное влияние стрессовых жизненных событий на психическое здоровье [1, 2]. По мнению S. House (1981), именно эмоциональная и инструментальная поддержка являются важными условиями сохранения психологического благополучия в кризисных жизненных ситуациях [3].

В исследованиях G. D. Zimet и соавторов (1988) показано, что субъективно воспринимаемая поддержка семьи, друзей и значимых других тесно связана с более высоким уровнем психологического благополучия, стрессоустойчивости и успешной социальной адаптации [4]. Современные исследования также свидетельствуют, что наличие устойчивой системы социальной поддержки способствует повышению самооэффективности личности, развитию конструктивных копинг-стратегий и снижению риска формирования хронической социальной дезадаптации после развода.

Наряду с социальной поддержкой существенное влияние на процесс адаптации оказывает социальное давление, понимаемое как совокупность внешних социальных ожиданий, нормативных требований, критики, стигматизации и негативных оценок со стороны ближайшего окружения. После развода женщины нередко сталкиваются с осуждением, навешиванием социальных ярлыков, изменением характера взаимоотношений с родственниками, друзьями и коллегами, что усиливает эмоциональное напряжение и ограничивает возможности социальной интеграции.

Исследования Е. Goffman (1963), посвящённые феномену социальной стигматизации, показали, что негативное общественное отношение к человеку способно существенно снижать самооценку, чувство социальной принадлежности и психологическое благополучие личности [5]. В дальнейшем теория стигматизации получила развитие в работах В. G. Link и J. C. Phelan (2001), которые рассматривают стигму как социальный процесс, сопровождающийся дискриминацией, социальной изоляцией и ограничением жизненных возможностей [6]. В условиях развода подобные механизмы могут значительно осложнять социально-психологическую адаптацию женщин, усиливая тревожность, чувство одиночества и неуверенности в будущем.

Несмотря на значительное количество исследований, посвящённых проблемам адаптации после развода, анализ научной литературы показывает, что социальная поддержка и социальное давление преимущественно изучаются как самостоятельные феномены. В значительно меньшей степени исследованы их взаимосвязь и сравнительная прогностическая роль в формировании социально-психологической адаптации женщин после развода. Кроме того, большинство существующих исследований выполнено в условиях западных обществ, тогда как особенности влияния данных факторов в социокультурном контексте Узбекистана практически не получили комплексного эмпирического освещения.

Таким образом, существующий научный пробел обуславливает необходимость исследования социальной поддержки и социального давления как взаимосвязанных предикторов социально-психологической адаптации женщин после развода. Такой подход позволяет не только выявить факторы риска и ресурсы успешной адаптации, но и определить направления совершенствования программ психологического сопровождения женщин в постразводный период.

Эмпирическое исследование было проведено среди женщин, переживших бракоразводный процесс. Общий объем выборки составил 230 респондентов, проживающих в различных регионах Республики Узбекистан. В исследование включались женщины, официально расторгнувшие брак и находящиеся на различных этапах постразводной адаптации. Возраст участников варьировал от 22 до 55 лет, что позволило охватить различные возрастные категории и повысить репрезентативность выборки.

Исследование основывалось на комплексном подходе к изучению социально-психологической адаптации личности и было направлено на выявление влияния социальной поддержки и социального давления на успешность адаптационного процесса после развода.

Для решения поставленных исследовательских задач использовался комплекс взаимодополняющих психодиагностических методик:

авторская анкета социально-психологической адаптации женщин после развода, разработанная для оценки особенностей восприятия социальной поддержки, выраженности социального давления и субъективной успешности адаптации;

методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (в адаптации А. К. Осницкого);

многомерная шкала воспринимаемой социальной поддержки (MSPSS) G. Zimet и соавт.;

дополнительные социально-демографические показатели, отражающие возраст, уровень образования, занятость, продолжительность брака, время после развода и наличие детей.

Полученные эмпирические данные были обработаны с использованием статистического пакета IBM SPSS Statistics. На первом этапе исследования осуществлялся анализ описательных статистик, позволивший определить основные характеристики исследуемых переменных. Далее проводился корреляционный анализ Пирсона для выявления взаимосвязей между показателями социальной поддержки, социального давления и социально-психологической адаптации. Для определения вклада исследуемых факторов в формирование успешной адаптации был применён множественный линейный регрессионный анализ, позволивший оценить предикторную значимость социальной поддержки и социального давления.

Применение комплекса психодиагностических и статистических методов обеспечило возможность всестороннего анализа влияния социальных факторов на процесс социально-психологической адаптации женщин после развода и позволило получить эмпирически обоснованные выводы.

Для проверки выдвинутой гипотезы о влиянии социальной поддержки и социального давления на успешность социально-психологической адаптации женщин после развода был проведён множественный линейный регрессионный анализ. В качестве зависимой переменной выступал общий показатель социально-психологической адаптации, тогда как независимыми переменными являлись показатели социальной поддержки и социального давления. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Регрессионная модель влияния социальной поддержки и социального давления на уровень социально-психологической адаптации женщин после развода

| Предиктор             | $\beta$ | t     | p      |
|-----------------------|---------|-------|--------|
| Социальная поддержка  | 0,52    | 7,84  | <0,001 |
| Социальное давление   | -0,39   | -5,97 | <0,001 |
| R <sup>2</sup> модели | 0,48    |       |        |

Анализ результатов показал, что предложенная регрессионная модель является статистически значимой и объясняет существенную долю вариативности социально-психологической адаптации женщин после развода ( $R^2 = 0,48$ ). Это свидетельствует о том, что почти половина изменений уровня адаптации обусловлена влиянием исследуемых социальных факторов.

Наиболее выраженное положительное влияние на успешность адаптации оказывает социальная поддержка ( $\beta = 0,52$ ;  $p < 0,001$ ). Полученный результат позволяет утверждать, что повышение уровня эмоциональной, информационной и инструментальной поддержки со стороны семьи, друзей и ближайшего социального окружения способствует более эффективному преодолению последствий развода, укреплению психологической устойчивости и успешной социальной интеграции женщин.

Вместе с тем установлено статистически значимое отрицательное влияние социального давления на уровень социально-психологической адаптации ( $\beta = -0,39$ ;  $p < 0,001$ ). Усиление социального осуждения, негативных общественных ожиданий, критики и стигматизации сопровождается снижением адаптационных возможностей личности, ухудшением эмоционального состояния и затруднением процесса восстановления после развода.

Полученные результаты подтверждают выдвинутую гипотезу исследования и позволяют рассматривать социальную поддержку и социальное давление как значимые социально-психологические предикторы адаптации женщин после развода. При этом положительное влияние социальной поддержки оказалось более выраженным по сравнению с отрицательным воздействием социального давления, что свидетельствует о высокой компенсаторной роли поддерживающего социального окружения в процессе постразводной адаптации.

Проведённое исследование позволило установить, что социальная поддержка и социальное давление являются статистически значимыми предикторами социально-психологической адаптации женщин после развода. Полученные результаты подтверждают, что характер социального окружения оказывает существенное влияние на успешность преодоления последствий бракоразводного процесса и последующей социальной интеграции личности.

Установлено, что высокий уровень социальной поддержки способствует повышению адаптационных возможностей женщин, укреплению их психологической устойчивости и сохранению субъективного благополучия. В свою очередь, выраженное социальное давление, проявляющееся в форме общественного осуждения, стигматизации и негативных социальных ожиданий, оказывает отрицательное влияние на процесс адаптации, снижая эффективность психологического восстановления после развода.

Научная новизна исследования заключается в рассмотрении социальной поддержки и социального давления не как самостоятельных социальных феноменов, а как взаимосвязанных предикторов социально-психологической адаптации женщин после развода. Такой подход позволяет расширить представления о механизмах постразводной адаптации и уточнить роль социальных факторов в обеспечении психологического благополучия личности.

Практическая значимость полученных результатов состоит в возможности их использования при разработке программ психологического сопровождения женщин после развода, направленных на усиление ресурсов социальной поддержки, снижение негативного влияния социального давления и повышение эффективности социально-психологической адаптации.

#### **Список использованной литературы**

- [1] Cobb S. Social support as a moderator of life stress // Psychosomatic Medicine. – 1976. – Vol. 38, No. 5. – P. 300-314.
- [2] Cohen S., Wills T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis // Psychological Bulletin. – 1985. – Vol. 98, No. 2. – P. 310-357.
- [3] House J. S. Work Stress and Social Support. – Reading, MA: Addison-Wesley, 1981. – 156 p.
- [4] Zimet G. D., Dahlem N. W., Zimet S. G., Farley G. K. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support // Journal of Personality Assessment. – 1988. – Vol. 52, No. 1. – P. 30-41.
- [5] Goffman E. Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1963. – 147 p.
- [6] Link B. G., Phelan J. C. Conceptualizing stigma // Annual Review of Sociology. – 2001. – Vol. 27. – P. 363-385.