

Діни сенімнің жеке тұлғаның психологиялық саулығына әсері

ЖАРИЯЛАНДЫ
25.03.2026

СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/187861/>

Ануар Бақбол

Эдвайзер: **Мұқан Нұрзат**

Ғылыми жетекші: **Абдуллаев Н.К.**

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті

Қазіргі заманда адамдардың өмірі өте жылдам өтіп жатыр. Күнделікті жұмыс, оқу, түрлі мәселелер адамның жүйкесіне әсер етеді. Көп адамдар күйзеліске түсіп, уайымдап, шаршап жүреді. Осындай кезде адамның ішкі жан дүниесінің тыныш болуы өте маңызды. Діни сенім осы тыныштықты табуға көмектесетін маңызды құралдардың бірі.

Діни сенім дегеніміз – адамның Құдайға сенуі. Бұл сенім адамның ойына, сезіміне және өмірге деген көзқарасына үлкен әсер етеді. Адам дін арқылы өзін, өмірді және айналасындағы адамдарды жақсырақ түсіне бастайды. Діни сенім адамға ішкі тыныштық сыйлайды. Адам дұға оқығанда немесе құлшылық жасағанда, оның көңілі жайланып, уайымы азаяды. Әсіресе қиын кезеңдерде бұл өте маңызды. Адам өзін жалғыз сезінбей жеңілдеп қалады. Өмірде әртүрлі қиындықтар кездеседі. Кейде адам бәрінен үмітін үзіп кетуі мүмкін. Осындай сәттерде сенім адамға күш береді. Ол болашаққа үмітпен қарап, бәрі жақсы болатынына сенеді. Бұл оның психологиялық тұрғыдан мықты болуына көмектеседі. Діни сенім адамның өмірдің мәнін түсінуіне жол ашады. Адам не үшін өмір сүріп жатқанын ойлана бастайды. Бұл оған дұрыс мақсат қоюға және өз жолын табуға көмектеседі. Өмірдің мәнін түсінген адам өзін сенімді әрі тұрақты сезінеді.

Сонымен қатар, дін адамды жақсы қасиеттерге тәрбиелейді. Мейірімділік, сабырлылық, кешірімділік сияқты қасиеттер адамның мінезін қалыптастырады. Адам басқа адамдарға көмектесуге ұмтылады. Бұл оның ішкі дүниесін байытып, өзін бақытты сезінуіне әсер етеді. Діни сенім адамның өзін-өзі бақылауына да ықпал етеді. Адам жаман әдеттерден аулақ болуға тырысады, өз іс-әрекетіне жауапкершілікпен қарайды. Мұндай

мінез-құлық психологиялық саулықты нығайтады. Дін адамдарды бір-біріне жақындатады. Діни орындарға барған адамдар бір-бірімен танысып, араласады. Олар бір-біріне қолдау көрсетеді. Бұл жалғыздық сезімін азайтып, адамға жылулық сыйлайды. Сонымен бірге, діни сенім адамға үміт береді. Қандай қиын жағдай болса да, адам болашақтан жақсылық күтеді. Бұл оның өмірге деген қызығушылығын арттырады. Дінді дұрыс түсінбеу адамдар арасында түсініспеушілікке әкелуі ықтимал. Кейбір адамдар өзін тым кінәлі сезініп, артық уайымға беріледі. Ал кейде шектен тыс сенім адамның өмірінің басқа салаларына кері әсер етуі мүмкін. Сондықтан діни сенімді дұрыс түсіну өте маңызды. Оны саналы түрде қабылдау адамның өмірін жеңілдетеді.

Қорытындылай келе, діни сенім адамның психологиялық саулығына үлкен әсер ететін маңызды фактор екені анық. Адам өмірінде түрлі қиындықтар мен күйзелістер жиі кездеседі. Осындай сәттерде діни сенім адамға ішкі тірек болып, оған күш пен үміт береді. Сенімі бар адам өмірдегі қиындықтарды жеңіл қабылдайды. Бұл психологиялық тұрғыдан өте маңызды, себебі ішкі тыныштық адамның жалпы өмір сапасына тікелей әсер етеді. Тыныш әрі сенімді адам кез келген жағдайға дұрыс көзқараспен қарай алады. Дұрыс бағытталған сенім адамды рухани тұрғыдан дамытып қана қоймай, оның өмірін мағыналы әрі бақытты етеді. Сондықтан әр адам өз сенімін дұрыс түсініп, оны өмірінде орнымен қолдана білсе, оның психологиялық жағдайы да тұрақты әрі жақсы болады.

ҚМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.