

Faith and Psychological Serenity: Strengthening the Mental Health of Young People Through Religiosity

DOI: 10.57642/AJOPSY910

Abdelhalim Cherqui

abdelhalim.cherqui@usmba.ac.ma

Faculty of Letters and Human Sciences Sais, Sidi Mohamed Ben Abdallah University, Fes, Morocco

Received: 14/04/2024

Accepted: 05/06/2024

Published: 30/06/2024

Abstract

This study aims to know to what extent the spiritual (R) dimension (Religiosity) can be adopted as an approach to support the Mental Health (SM) of young people in a modern society full of mental disorders. The number of respondents is 517 people pursuing their studies in Sidi Mohamed Ben Abdallah University; FES; n (250 women: 48.4%, 267 men: 51.6%, aged 17 to 33 years; $SD_{age}=3.68$). Under normal circumstances, a questionnaire was sent, on paper, to the respondents voluntarily, with the adoption of the analysis (SEM). The results revealed that the (R) factor has a statistically significant effect on the (SM) factor. The analysis also showed that the calculation of the estimates, as well as most of the "indicators of good compliance" were statistically significant. Based on these results, the spiritual dimension can be invested in the lives of young people to make them aware of the existence of a meaning of life alongside mental disorders, confronting circumstances with positive emotions in order to improve the quality of life.

Keywords: faith, psychological serenity, structural equation modeling, mental health, religiosity, spiritual

Foi et Sérénité Psychologique: Renforcer la Santé Mentale des Jeunes par la Religiosité

Abdelhalim Cherqui

abdelhalim.cherqui@usmba.ac.ma

Faculté des Lettres et Sciences Humaines Sais, Université Sidi Mohamed Ben Abdallah, Fès, Maroc

Reçu : 14/02/2024

Accepté: 05/06/2024

Publié: 30/06/2024

Résumé

Cette étude vise à savoir dans quelle mesure la dimension (R) spirituelle (Religiosité) peut être adoptée comme approche pour soutenir la Santé Mentale (SM) des jeunes dans une société moderne pleine de troubles mentaux. Le nombre de répondants sont de 517 personnes poursuivant leurs études dans Université Sidi Mohamed Ben Abdallah; FES ; n(250 femmes: 48,4%, 267 hommes: 51,6%, âgés de 17 à 33 ans; $SD_{age}=3,68$). Dans des circonstances normales, un questionnaire a été transmis, sur papier, aux répondants volontairement, avec l'adoption de l'analyse (MES). Les résultats ont révélé que le facteur (R) a un effet statistiquement significatif sur le facteur (SM). L'analyse a également montré que le calcul des estimations, ainsi que la plupart des "indicateurs de bonne conformité" étaient statistiquement significatifs. Sur la base de ces résultats, la dimension spirituelle peut être investie dans la vie des jeunes pour leur faire prendre conscience de l'existence d'un sens de la vie à côté des troubles mentaux, en affrontant les circonstances avec des émotions positives afin d'améliorer la qualité de vie.

Mots-clés : foi, sérénité psychologique, modélisation d'équations structurelles, santé mentale, religiosité, spirituelle

Introduction

Le sujet de cet article étudie l'importance de la religion dans la vie de l'homme moderne en général et la vie des jeunes en particulier. Cette étude s'appuie sur deux volets, l'un lié au cadre théorique et aux études précédentes, et le second volet porte sur une étude de terrain sur un échantillon des étudiants de l'Université de Sidi Mohamed Ben Abdellah à Fès, en collectant des données statistiques et en les traitant à l'aide de méthodes statistiques modernes telles que l'analyse factorielle, l'analyse de trajectoire et la modélisation d'équations structurelles. L'objectif est de surveiller les rôles psychologiques de la religion dans la vie des étudiants en révélant la relation entre la "religion", que nous considérons dans cette étude comme une variable indépendante, avec limitation à certaines variables de croyance et de culte dans cette étude, et entre la "santé mentale" en tant que facteur dépendant.

Certaines personnes prétendent que l'adhésion à une religion expose la vie à la misère dans ce monde, et que la raison de supporter toute cette misère est due à l'au-delà promis... Cependant, d'autres d'entre eux pensent que toutes ces allégations disparaissent rapidement devant l'efficacité des rôles importants de la religion dans la réalité, et son impact positif sur la réalisation de l'équilibre psychologique dans la vie humaine contemporaine.

Les chercheurs peuvent trouver dans le patrimoine intellectuel islamique de nombreuses productions littéraires de nature psychologique, mais elles ne s'élèvent pas au niveau de la science indépendante. Le sujet de « l'âme » est l'un des sujets abordés dans ce patrimoine, ainsi que d'autres concepts qui lui sont associés, comme la tranquillité et le bonheur. Les auteurs de ces littératures considèrent la religion comme l'un des éléments qui ont un impact important sur la vie psychologique de l'homme, comme Al-Kindi, Abu Bakr Al-Razi, Al-Farabi, Ikhwan Al-Safa, Ibn Sina, Ibn Hazm, Al-Ghazali, Ibn Baja, Fakhr Al-Din Al-Razi, Ibn Taymiyyah et Ibn Qayyim Al-Jawziyya... (Najati, 1998). À notre époque, il existe des recommandations sur la nécessité de développer et de satisfaire le besoin de religion afin de prévenir les troubles psychologiques et les déviations de comportement (Abou Soussou, 2003). Ces recommandations peuvent avoir trouvé leur base dans le contenu des textes de la révélation islamique, par exemple, lorsqu'un croyant prie Dieu, son cœur est rassuré (Saint Coran, Arraed : 28), ou puisque le croyant était sincère dans son Islam, a fait du bien dans son travail, Dieu lui a promis une grande récompense, tout comme Il lui a promis que la peur et la tristesse ne le surprendraient pas (Le Saint Coran, Al-Baqarah : 112). Aussi, les croyants qui ont affirmé la Seigneurie et qui Lui ont obéi, sont à l'abri de la peur et du chagrin, et au-dessus de cela, Dieu leur donne de bonnes nouvelles du Paradis (Le Noble Coran, Fussilat : 30)

L'importance de la religion dans la vie humaine

Il existe des études au Maroc sur « l'importance de la religion » dans la vie humaine, comme une étude du chercheur Jarmouni intitulée : « La jeunesse et la transformation des valeurs, attitudes et pratiques religieuses : une étude sociologique à Salé, 2013 », à Université Mohammed V, Faculté des Lettres et des Sciences Humaines de Rabat (Jarmouni, 2014). Dans sa thèse, le chercheur a tenté de suivre certaines études au Maroc, de la seconde moitié du siècle dernier à nos jours, en se concentrant sur "l'importance de la religion dans la vie" comme une variable la plus importante circulant dans ces études (exemple: une étude d'André Adam en 1960 et une autre étude de l'Institut Gallup). Les résultats ont montré la supériorité quantitative des marocains dans l'expression de l'importance de la religion dans leur vie par rapport à un groupe de pays arabo-islamiques, avec des taux dépassant 90 %. Cette variable a également été mentionnée dans le rapport du Centre marocain d'études et de recherches contemporaines dans son cinquième numéro sur "La situation religieuse au Maroc 2016-2017", qui a révélé que les marocains font partie des peuples arabes les plus religieux et les moins laïcs (AL-shamikh, 2018). D'autre part, le "Bureau régional pour les États arabes du

Programme des Nations Unies pour le développement" a publié un rapport sur le développement humain arabe pour l'année 2016 intitulé : "Les jeunes entre insatisfaction et haut niveau d'expression de soi. L'un des points abordés dans le rapport est La jeunesse et la religion". Le rapport a conclu que la religion est une composante importante de la vie quotidienne humaine (Bureau régional pour les États arabes, 2016).

La religion et sa relation avec la motivation, l'extraversion et le névrosisme

Certaines études ont montré le rôle psychologique de la religion, qui se manifeste en motivant les gens et en les poussant à l'activité et à l'effort, comme une étude menée par le chercheur Hassan Ali en 1990 intitulée : "la Religion et la motivation de la réalisation : Une étude psychologique comparative du niveau de motivation à la réalisation". L'étude a été menée sur un échantillon de 132 étudiants de l'Université de Minya en Egypte (Hassan Ali, 1990). En 1978, le chercheur Mustafa Ahmed Tourki a mené une étude sur "la relation entre la religion et le névrosisme, l'extraversion, la confiance en soi, la motivation de la réalisation et la flexibilité chez les étudiants universitaires" au Koweït. Les résultats ont démontré qu'il existe une corrélation directe entre la religion, la confiance en soi et la flexibilité. D'autre part, les données ont prouvé que la religion n'a rien à voir avec le névrosisme et l'extraversion (Al Sanie, 2000).

La religion et l'anxiété et la dépression

Le chercheur "Snaye" a mentionné certains des résultats atteints par le chercheur Rashad Mousa en 1993, intitulés "L'impact de la religion sur la dépression psychologique". Il a travaillé sur un échantillon de 180 étudiants de l'Université Al-Azhar. Il a été constaté grâce à cette étude, selon "Snaye", que la religion a un effet statistiquement significatif. La nature de l'effet se reflète dans le fait que la religion contribue de manière significative à réduire les symptômes de la dépression (Al Sanie, 2000). Il existe également une étude en 1990, menée par le chercheur, Esaad Al-Banna, intitulée : "Le rôle des supplications dans le traitement de l'anxiété comme l'une des méthodes de psychothérapie religieuse". L'étude a été menée sur un échantillon de vingt étudiantes de la Faculté d'éducation de Mansoura, en Égypte. L'étude a montré le rôle de la religion dans la protection des personnes contre l'anxiété qui perturbe la stabilité psychologique, et a recommandé que ceux qui souffrent d'anxiété puissent être traités grâce à la lecture du Noble Coran et à la persévérance dans les supplications (Al-Banna, 1990).

La religion et la santé mentale et physique

En 1412 A. H , le chercheur Araksoussi a mené une étude intitulée : "L'effet de la relaxation et de la "Roqya" religieuse sur le traitement des hypertension artérielle essentielle, sur un échantillon de 144 patients hypertendus traités à l'hôpital universitaire de Khartoum, les résultats ont montré que le taux d'amélioration était de 11,27 % en faveur de ceux qui ont écouté et utilisé la "Roqya" religieuse (Araksoussi, 1991).

Il existe d'autres études menées sur l'impact de la religion sur la vie humaine dans l'environnement occidental, malgré la tendance à séparer la religion de la vie socialement, politiquement et culturellement, parallèlement à la prédominance de la pensée matérialiste dialectique. À cet égard, on peut présenter les résultats d'une étude réalisée par les chercheurs Frankel et Hewitt en 1944, intitulée : "Religion and happiness among canadian university students : The role of faith groups in the university city". L'échantillon se composait de 299 étudiants de l'Université de Western Ontario, Canada. Les statistiques descriptives de cette étude indiquent que les étudiants qui appartiennent à des groupes religieux chrétiens à

l'Université de Western Ontario sont en meilleure santé, plus heureux et gèrent mieux le stress de la vie quotidienne par rapport au reste des étudiants qui n'ont pas cette affiliation. Ce qui a amené les chercheurs à soutenir l'hypothèse de la théorie sociale en général, qui a affirmé le reflet positif de l'engagement religieux sur les aspects de la santé mentale (Frankel & Hewitt, 1994).

En 1993, le chercheur Heath a mené une étude sur "la religion et les racines personnelles du bonheur". L'échantillon était composé de 80 personnes de l'Université de Haverford. Parmi ses conclusions, il existe une relation positive entre la religion, la santé physique et émotionnelle et le bonheur. Partout où le niveau de religion d'un individu s'améliore, il se guérissent bien, ses émotions positives se développent et il vit heureux (Heath, 1993).

Il y a beaucoup des études ont montré le rôle de la religion dans la vie humaine. Elles ont montré une corrélation positive entre la religion et la santé mentale. Ses rôles variaient pour inclure la santé mentale, motiver positivement les individus à réussir, réduire la dépression, traiter l'anxiété et réduire le trait de névrosisme. Certaines études ont également révélé que la religion islamique a un impact direct et significatif sur la vie humaine.

On peut dire que la religion, en particulier l'islam, qui est la religion de cet échantillon, a des rôles psychologiques: préventif, curatif et constructif dans la vie humaine contemporaine. Mais il y a des observations sur ces études. Il semble qu'elles faisaient aborder le rôle de la religion, soit en le limitant à une partie spécifique, comme l'importance spirituelle dans la vie quotidienne, soit en l'étudiant comme une comparaison entre les religions. Mais le plus important est d'étudier les rôles de la religion en identifiant ses facteurs d'influence d'une part, et d'autre part, en déterminant et en mesurant l'étendue de l'influence de chaque facteur religieux dans un domaine de la vie humaine. La tâche principale de cette recherche est de transcender les points faibles, par l'adoption d'outils de recherche modernes ciblant l'un des facteurs de la religion et son impact sur les émotions positives et négatives qui représentent le domaine de la santé mentale. En tenant compte de l'équilibre dans les éléments de l'outil statistique pour assurer une réponse efficace par les répondants.

Problème de recherche, questions et hypothèses

Le problème de cette étude est de savoir dans quelle mesure le facteur religieux affecte la santé mentale des jeunes à l'époque actuelle. Elle peut être détaillée à travers les questions suivantes : Les jeunes peuvent-ils vivre un état de bien-être émotionnel et une vie heureuse en l'absence d'une sorte de croyance religieuse ou en abandonnant la pratique d'une sorte de culte ? Ont-ils besoin des rôles psychologiques de la religion en tant que services qui les aident à faire face aux défis de l'époque ?

L'importance et les objectifs de l'étude

L'importance de cette étude réside dans le fait que la psychologie bénéficie de la religion, afin d'adopter une vision psychologique religieuse dans l'approche de la santé mentale. L'objectif de cette étude est de révéler les caractéristiques de cette vision à partir de l'analyse des rôles psychologiques de la religion à travers un échantillon d'étudiants universitaires à Fès, à une époque où de nombreux défis, tels que les pandémies, les catastrophes, chocs et les conséquences de la révolution technologique et de l'information. Cette étude a été menée sur un échantillon d'étudiants universitaires Sidi Mohamed Ben Abdallah à Fes, durant quelques mois de l'année 2021.

Termes de recherche et définitions

Sérénité Psychologique. Dans cette recherche, le terme « sérénité psychologique » fait référence à l'état de calme psychologique qui naît du comportement religieux d'un individu et qui peut lui procurer un sentiment de stabilité et de bien-être. Le but de l'étude est de surveiller les effets psychologiques positifs de la spiritualité en mesurant le degré de sérénité psychologique.

Religiosité. Dans cette recherche, il s'agit de retracer la relation de l'individu avec la religion islamique, qui se manifeste dans sa religiosité en termes d'idéaux émotionnels (croyance au Jour de la Résurrection, au destin et confiance en Dieu...) et au niveau de comportement religieux (supplication, prière, aller à la mosquée, jeûne pendant le Ramadan...).

Méthode

L'échantillon

L'échantillon de recherche était composé de 517 étudiants, avec une distribution aléatoire stratifiée, comme le montrent les données de sexe et d'âge: n(250 femmes: 48,4%, 267 hommes: 51,6%, âgés de 17 à 33 ans; $SD_{age}=3,68$). Tous les répondants sont des étudiants de l'Université de Sidi Mohamed Ben Abdallah à Fès, au Maroc. Ils ont volontairement rempli le questionnaire manuscrit en 2021.

Outils de recherche

Le questionnaire

Il a été adopté comme outil dans cette recherche, en plus de l'utilisation de certains outils statistiques disponibles pour la collecte et le traitement des données. Le modèle hypothétique de cette étude est basé sur deux dimensions :

La première dimension. Le "facteur religieux" (R), qui se compose de cinq éléments qui combinent quelque piliers de la foi et les piliers de l'Islam, c'est comme suit:

- "Je délègue mes affaires à Dieu dans les moments difficiles, et je le supplie de me libérer" (R1).

- "J'obéis beaucoup à Dieu pour me préparer au Jour du Jugement" (R2).

- "Je crois que les choses se passent selon le décret et le destin de Dieu" (R3).

- "Je fais les prières obligatoires dans un groupe" (R4).

- "Je jeûne le Ramadan par foi et par anticipation" (R5)

Ces variables ont été mesurées sur une échelle à cinq rangs pour chaque variable (tout à fait d'accord = 5, pas du tout d'accord = 1), et le coefficient de fiabilité de la dimension religieuse ($\alpha = 0,726$), qui est une bonne valeur.

La deuxième dimension. "la santé mentale" (SM), comprend cinq éléments (Bowling, 1997), qui sont:

- "Je me sens équilibré et calme et je ne m'excite pas rapidement" (SM).

- "Je me sens heureux la plupart du temps" (SM2).

- "Je me sens calme et tranquille" (SM3).

- "Je me sens bien dans l'état dans lequel je suis aujourd'hui" (SM4).

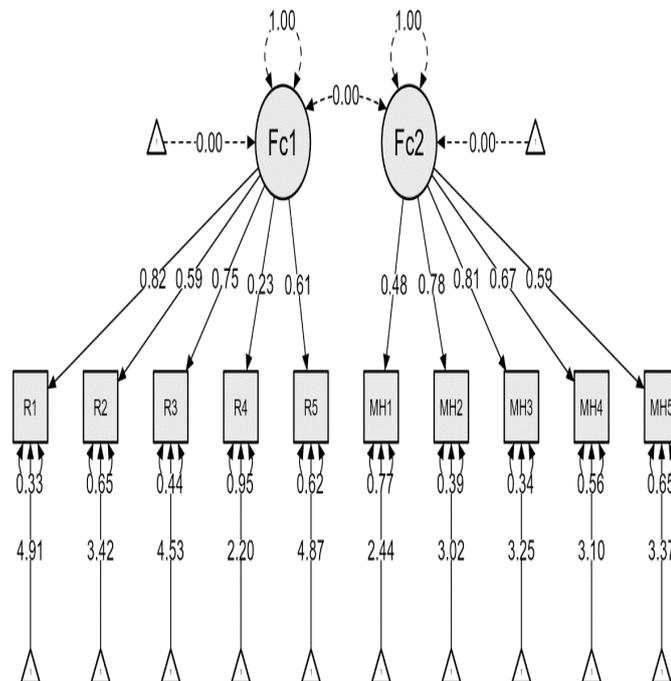
- "Je me sens optimiste et regarde les choses positivement" (SM5).

Ces variables ont été mesurées sur une échelle à cinq rangs (tout à fait d'accord = 5, pas du tout d'accord = 1). Le coefficient de fiabilité dans ce domaine est ($\alpha = 0,80$), ce qui est un coefficient statistiquement très significatif.

Les dimensions ont été triées en effectuant une analyse factorielle de tous les éléments à l'aide de la méthode "Analyse en composantes principales", et l'analyse a révélé des indicateurs importants, dont la valeur de $KMO = 80,35\%$, qui est également une valeur statistiquement significative ($sig = 0,000$) dans le test sphérique de Bartlett. Ainsi, il a été découvert par l'analyse factorielle confirmatoire (AFC), qu'il existe en réalité deux facteurs prédéterminés sous la forme de deux dimensions dans cette étude. Il est observé à travers le Tableau (voir figure 1).

Figure 1

Les facteurs d'étude ont été triés à l'aide d'une analyse factorielle confirmatoire, utilisant le programme statistique JASP, mettant en évidence les chargements de chaque élément sur son facteur latent d'origine : le facteur associé à la Religiosité (Fc1 avec ses variables : R1, R2, R3, R4 et R5) et le facteur associé à la Santé Mentale (Fc2 avec ses éléments : SM1, SM2, SM3, SM4 et SM5). Les valeurs de chargements indiquées dans le tableau sont des estimations standards



Les données montrent qu'il existe deux variables qui peuvent être considérées comme des variables latentes (VLs = Fc1+Fc2). Les deux facteurs comprennent également des sous-variables observables ou mesurées (VMs), et il est à noter qu'il y a une forte contribution de ces variables au niveau de chaque facteur. Il est possible d'aller plus loin dans l'investissement de ces données en effectuant diverses analyses statistiques, dont l'analyse selon la modélisation des équations structurelles (MES). La structure de cette modélisation est constituée d'un facteur indépendant appelé "facteur religieux" (R), ainsi que d'un autre facteur de la catégorie des variables dépendantes liées au domaine de la "santé mentale" (SM). Afin de simplifier les caractéristiques de cette modélisation pour connaître le degré d'influence du facteur indépendant (R) sur le facteur dépendant (SM).

Résultats et discussion

Estimations de régression

Les résultats extraits (sortie) de l'option de calcul des estimations, en particulier les "poids de régression" (voir Tableau 1) montrent qu'il existe une relation d'influence positive entre le facteur religieux "(R) et le facteur dépendant "santé mentale" (SM). Il y a aussi une contribution claire des variables dépendantes (R1, R2, R3, R4 et R5) au "facteur religieux" (R). Une clarté similaire est également observée dans la contribution des variables dépendantes (SM1, SM2, SM3, SM4 et SM5) au domaine de la "santé mentale" (SM). Cela souligne que les deux dimensions agissent comme deux facteurs subtils, dont l'un peut être considéré comme indépendant et l'autre dépendant. La preuve de cette affirmation sont les données de la colonne des valeurs de signification (valeur P), en particulier celles marquées de trois petites étoiles, ce qui confirme la signification statistique élevée de ces résultats au niveau de signification de $p=0,001$.

Tableau 1

Estimations de régression pour les chargements du facteur latent indépendant lié à la religiosité (Facteur1 avec ses variables : R1, R2, R3, R4 et R5) et le facteur latent dépendant lié à la santé mentale (Facteur2 avec ses éléments : SM1, SM2, SM3, SM4 et SM5). Valeurs de poids de régression indiqués dans le tableau sont des estimations standards qui sont statistiquement significatives au niveau de signification $P < .001$

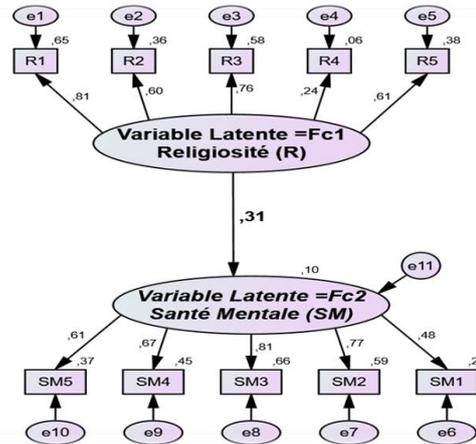
95% Confidence Interval							
Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	Lower	Upper
Factor 1	R1	0.70824	0.03624	19.54259	< .001	0.63721	0.77927
	R2	0.61052	0.04521	13.50501	< .001	0.52191	0.69912
	R3	0.72227	0.03971	18.18993	< .001	0.64445	0.80010
	R4	0.25704	0.05158	4.98385	< .001	0.15596	0.35813
	R5	0.55396	0.03953	14.01534	< .001	0.47649	0.63142
Factor 2	MH1	0.58363	0.05502	10.60742	< .001	0.47579	0.69147
	MH2	0.79775	0.04237	18.82933	< .001	0.71472	0.88079
	MH3	0.82236	0.04057	20.27073	< .001	0.74285	0.90187
	MH4	0.75324	0.04809	15.66289	< .001	0.65898	0.84750
	MH5	0.65200	0.04680	13.93165	< .001	0.56027	0.74372

Analyse par modélisation d'équation structurelle (MES)

Nous observons à travers la Figure 2, lorsque le facteur religieux (R) change d'une valeur unitaire, dans le sens ascendant, le facteur de santé mentale (SM) change positivement de 31 % dans le même sens.

Figure 2

Diagramme schématique de la modélisation des équations structurelles (MES) extrait par "Amos", montrant le coefficient d'influence du facteur indépendant : Religiosité (R) sur le facteur dépendant : Santé Mentale (SM). Il montre également les valeurs des chargements des items sur leurs facteurs, en normalisant tous les coefficients avec des estimations standard



Valeurs des indicateurs de bon ajustement

Ces résultats montrent en fait qu'il existe une relation d'influence entre la variable indépendante (R) et la variable dépendante (SM). Les résultats de cette étude ont montré des valeurs qui, en général, semblent élevées au niveau du poids de régression standard, ainsi que des indicateurs de bon ajustement (Bentler, 1990), ((Browne & Cudeck, 1992); comme le montre le tableau 2.

Tableau 2

Valeurs des indices d'adéquation qui expriment la compatibilité des résultats de l'étude avec le modèle hypothétique proposé au cœur du problème de recherche. La bonne conformité de ces valeurs se manifeste par le fait qu'elles dépassent 90 %, comme c'est le cas dans les sciences humaines

Index	Value
Comparative Fit Index (CFI)	0.93878
Tucker-Lewis Index (TLI)	0.91898
Bentler-Bonett Non-normed Fit Index (NNFI)	0.91898
Bentler-Bonett Normed Fit Index (NFI)	0.91851
Parsimony Normed Fit Index (PNFI)	0.69399
Bollen's Relative Fit Index (RFI)	0.89215
Bollen's Incremental Fit Index (IFI)	0.93923
Relative Noncentrality Index (RNI)	0.93878

Les résultats indiquent que plus les répondants déléguaient leur commandement à Dieu, croyaient que tout se passait selon sa volonté et croyaient qu'il y avait un jour de compte pour chaque action, plus il se sentait rassuré et satisfait de la situation dans laquelle il se trouve. Autrement dit, la dimension de la croyance a un effet clarifiant sur le niveau d'amélioration de la santé mentale. Le croyant sait que tout le bien est entre les mains de Dieu. Il sait aussi que Dieu est le révélateur de sa douleur, de son mystère et de son illusion. Il est le

donateur de sa bonté et de sa générosité, il ne révèle pas de mal et ne donne de bien qu'à Allah (Le Saint Coran, Al-Anaam, p. 17).

D'un point de vue psychologique, il est possible de réfléchir à certaines des situations associées à la foi et à son impact sur la réalité des gens, comme l'ont fait certains chercheurs (Cyrułnik, 2017). Par exemple, considérons le cas d'une personne qui s'isole des soucis de la vie quotidienne, dans le dernier tiers de la nuit, où elle se retrouve sous la garde de Dieu, lui demandant de répondre, de donner et de pardonner, ou selon Le Prophète a dit (Al-Bukhari, 1422). La même chose est dite à propos de la dimension du culte. Selon les interrogateurs, que chaque fois quiconque jeûne le Ramadan dans la foi, en recherchant la récompense de Dieu et il a accompli ses prières dans une congrégation, plus souvent sa conversion s'est transformée en plaisir, tranquillité et satisfaction de la vie. Avec la mention d'une remarque nécessaire, et le lecteur peut l'enregistrer, qui est la faiblesse de l'indicateur de prière par rapport au reste des variables du facteur religieux. Si la valeur de cette variable était élevée, nous obtiendrions probablement les valeurs de régression, les indicateurs de bonne conformité ont une signification statistique élevée. Cela semble être un résultat important. Mais la raison de ce résultat est due au fait que le mois de Ramadan occupe une place particulière dans le cœur des jeunes par rapport à d'autres actes de culte tels que la prière. Vous pouvez trouver un jeune homme jeûnant alors qu'il ne prie pas, et le contraire n'est pas vrai, sauf pour une licence légale religieuse. En outre, l'ordre religieux exige l'exécution de la prière tout le temps par rapport au jeûne du Ramadan un mois de chaque année. Malgré les difficultés causées par la poursuite de l'adoration de la prière, une personne a vraiment besoin d'accomplir une adoration caractérisée par la permanence, car cela implique un soin constant de la dimension psychologique, qui oscille entre les émotions positives et les sentiments négatifs. La prière en général est basée sur l'acte de "supplication", qui permet à une personne de se connecter avec Dieu et de compter sur lui dans les affaires de toute sa vie. Et surtout, la prière a un rôle psychologique thérapeutique. Un musulman l'exécute cinq fois par jour, et il ne fait aucun doute qu'il trouvera dans ses prières le plaisir de monologuer et de supplier Allah en cas de besoin, puis il sera rassuré et heureux. Il n'est pas étonnant que la prière soit le pilier de la religion islamique (Al-Tirmidhi, 1996). Les avantages de la prière sont également liés à l'élément d'appréciation que Dieu donne à ceux qui prient constamment d'une manière qui peut dépasser l'appréciation sociale habituelle (Bustani, 1988). Le rôle de la Prière apparaît également lorsqu'elle est exécutée dans un cadre collectif, comme la prière du vendredi précédée du Sermon, qui a un grand impact sur le cœur d'un large public de ceux qui sont venus volontairement, vêtus de leurs plus beaux vêtements et parfumés, et sont tenus d'écouter et de ne jamais parler. N'est-ce pas l'une des meilleures formes de thérapie de groupe à travers le monde?

La même chose peut être dite à propos des prières non obligatoires, telles que Taraweeh, Fêtes al-Fitr et Al-Adha. Au cours de ces prières, le Musulman demande à Allah de le guider vers le Chemin Droit «(Saint Coran, Fatiha : 5). L'individu est également intégré dans la société par l'intimité. Cela atténue son sentiment de solitude (chaouqui, 2007). Par conséquent, Allah a ordonné aux croyants de prêter toute leur attention à la prière et de s'y fier «(le Saint Coran, Al-Baqara : 153) Le jeûne est également un pilier important des cinq piliers de l'islam, tels que son importance et son impact sur les membres de l'échantillon étudié. Allah a désigné le mois de Ramadan avec un grand statut, car c'est le mois du pardon, de la miséricorde et de la récompense (Al Bayhaqî, 2008). Et les conditions des gens changent au mois de ramadan dans le culte et les habitudes. Il ne fait aucun doute que les personnes interrogées remarquent que lorsque les gens s'intéressent davantage à la religion (beaucoup de prières, une révolution coranique, beaucoup d'aller à la mosquée...). Ils notent également en parallèle les préparations de la famille (nourriture, boisson, mobilier, vêtements, parfums... Tout cela, bien sûr, reflète la célébration du mois sacré. Par conséquent, les

indicateurs de l'étude étaient élevés en ce qui concerne cette variable du facteur religion, qui incarne un modèle de pratique physique qui se reflète sur la santé mentale. C'est-à-dire que la personne à jeun s'entraîne à reporter l'impulsion biologique la plus forte (faim, soif) dans le système de vie humain. Ainsi, l'individu coexiste avec la privation et l'acceptation de la logique de la réalité, tant que la vie n'est pas un paradis dans lequel tout ce qu'une personne veut est réalisé. L'un des rôles du jeûne psychologique est donc de rendre une personne capable de garder espoir et d'éviter la frustration. Il s'agit d'un rôle psychologique préventif du jeûne au niveau de la réalisation d'un équilibre dans la santé mentale de l'individu (Abou Soussou, 2003). Le jeûne donne également à une personne une auto-résistance à la satisfaction des désirs du corps. C'est-à-dire, nettoyer l'âme et la libérer des caprices (Al-Bukhari, 1422).

Conclusion

Il existe de nombreux domaines de la santé mentale qui sont influencés positivement par le facteur spirituel. Il s'agit notamment de stimuler l'individu à l'optimisme, à la positivité, à l'auto-résilience, à la confiance en soi, à la satisfaction de la vie et à élever les indicateurs de joie, en échange de la réduction des signes de traitement du névrosisme, de la dépression et de l'anxiété. Les résultats de cette étude confirment de nombreux résultats reçus dans le cadre d'études précédentes, en mettant en évidence la forte signification statistique de l'influence du facteur religieux (R) sur la santé mentale (SM) des étudiants. L'analyse a également montré les arguments de cette étude, tels que le calcul des estimations standard, ainsi que des indicateurs de bonne conformité, qui en général étaient bons. Ces arguments de nature appliquée démontrent la validité du modèle hypothétique de cette étude.

Recommandations

Les résultats de cette étude, en plus des précédents, sont considérés comme une valeur ajoutée qui devrait être accumulée dans le cadre de la recherche scientifique académique. Ce n'est pas difficile pour la psychologie, qui a convergé, épistémologiquement, avec diverses sciences naturelles et humaines.

On espère que de nombreuses recherches seront préparées à l'avenir pour révéler de nombreux secrets liés à l'impact de la religion sur la vie humaine à cette époque, l'ère des événements accélérés, des pandémies, des épidémies, des chocs et de la complexité de la vie dans le monde de la science et de la digitalisation.

Références

- Abou Soussou, S. M. (2003). *Introduction à la psychologie à la lumière du Coran et de la Sunna* (3e éd.). Le Caire: Dar Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al Bayhaqî, A. B. (2008). *Alsunan alkubraa* (1re éd., Vol. 4). Le Caire: Dar Al-Hadith.
- Al Sanie, S. (2000). *Religiosité et santé mentale* (1re éd., Vol. 1–564). Université islamique Imam Muhammad Ibn Saoud: Département général de la culture et de l'édition.
- Al-Banna, E. A. (1990). *Le rôle des supplications et du dhikr dans le traitement de l'anxiété comme l'une des méthodes de la psychothérapie religieuse : Une étude expérimentale*. Documents de recherche de la sixième conférence annuelle de psychologie présenté à Association égyptienne d'études psychologiques et Département de psychologie de l'éducation, Almanssoura, Égypte. Almanssoura, Égypte.
- Al-Bukhari, M. (1422). *Sahih al-Bukhari* (1re éd., Vol. 1; M. Z. Ben Nacer, Trad.). Beyrouth: La Maison de Taouq Najat.
- AL-shamikh, A. (2018, juillet 23). Un rapport surveille la participation à la religiosité et met en garde contre le démantèlement de l'islam marocain. Consulté 13 mai 2024, à l'adresse *Hespress website*: <https://www.hespress.com>
- Al-Tirmidhi, M. ibn I. (1996). *Aljamie Alkabir* (1re éd., Vol. 1; A. M. Bashar, Trad.). Beyrouth: Dar Al-Gharb al-Islami.
- Araksoussi, M. A. K. (1991). *L'effet de la relaxation et de l'élévation religieuse dans le traitement de la pression artérielle essentielle*. Université de Khartoum.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Bowling, A. (1997). *Measuring Health : A Review of Quality of Life Measurement Scales*. Open University Press.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative Ways of Assessing Model Fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230-258.
- Bureau régional pour les États arabes. (2016). Rapport Arabe sur le Développement Humain 2016. Programme des Nations Unies pour le développement. New York. Consulté à l'adresse <https://www.un.org/ar/esa/ahdr/ahdr16.shtml>
- Bustani, M. (1988). *Études en Psychologie islamique* (1re éd., Vol. 2). Beyrouth: Dar Al-Balaghah for printing, publishing and distribution.
- chaouqui, A. I. (2007). *Âme, psyché, esprit e consort* (3e éd.). Egypte: La Renaissance égyptienne Pour l'impression, l'édition et la distribution.
- Cherqui, A. (2014). *Psychologie religieuse : Son concept, ses domaines et la nature de son approche* (Mémoire de maîtrise inédit). Université Sidi Mohamed Ben Abdallah, Fès.
- Cherqui, A. (2021). *la religiosité et son impact sur la qualité de vie : Etude de terrain* (Thèse de doctorat inédite). Université Sidi Mohamed Ben Abdallah, Fès.
- Cyrulnik, B. (2017). *Psychothérapie de Dieu*. Paris: Odile Jacob.
- Frankel, B. G., & Hewitt, W. E. (1994). Religion and well-being among Canadian university students : The role of faith groups on campus. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33(1), 62-73. <https://doi.org/10.2307/1386637>
- Hassan Ali, H. I. (1990). *Religion et motivation à la réussite : Une étude psychologique comparative du niveau de motivation à la réussite*. Consulté 13 mai 2024, à l'adresse website: <https://almuslimalmuaser.org/1990/01/29>
- Heath, D. H. (1993). Personality Roots of Well-Being, Religiosity, and Its Handmaiden : Virtue. *Journal of Religion and Health*, 32(4), 237-251.
- Jarmouni, R. (2014, juillet 3). Religiosité entre tendance descriptive et ambition explicative. Consulté 13 mai 2024, à l'adresse *Hespress website*: www.hespress.com
- Najati, M. O. (1998). *Études psychologiques des savants musulmans* (1re éd.). Le Caire: Dar Al-Shorouk.