

# La spiritualité en temps de pandémie

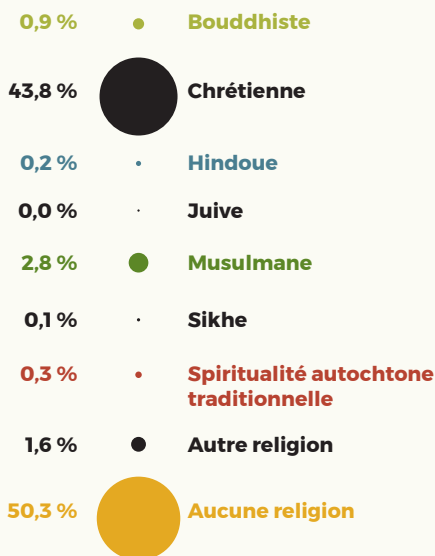
Nous avons sondé au printemps 2020, les étudiants et les employés de l'ensemble des constituantes du Réseau de l'Université du Québec à propos des conséquences de la pandémie sur leur santé globale. Voici un portrait de la qualité de vie spirituelle des **2 754 répondants**.

## APPARTENANCE RELIGIEUSE

La proportion de personnes ayant déclaré une appartenance religieuse est égale à celle des participants n'en ayant pas déclaré.

Près de **90 %** des répondants ayant déclaré une appartenance religieuse se définissent comme chrétiens.

**50 %** des participants se déclarent athées ou agnostiques, tandis que **44 %** indiquent être chrétiens.



### LES FACTEURS QUI AFFECTENT LA QUALITÉ DE VIE SPIRITUELLE

La qualité de vie spirituelle est significativement plus élevée chez les participants qui ont l'une ou l'autre des caractéristiques suivantes :

- sont plus âgés
- appartiennent à une religion
- se considèrent racisés
- ont une santé mentale florissante

### LA QUALITÉ DE VIE SPIRITUELLE COMME FACTEUR DE PROTECTION

L'état de santé mentale des répondants est très nettement influencé de façon positive par la qualité de vie spirituelle : plus la qualité de vie spirituelle est bonne, plus les répondants semblent présenter un bon état de santé mentale.

## PORTRAIT DE LA QUALITÉ DE VIE SPIRITUELLE

La qualité de vie spirituelle est un concept qui comprend les croyances personnelles, la spiritualité et la religion.

Pour l'ensemble des répondants, on constate une qualité de vie spirituelle très modérée (**2.92/5**). Mais ce portrait est contrasté avec certaines dimensions qui sont élevées, tandis que d'autres sont moyennes ou faibles.

Ainsi, la foi et la connexion à une force ou à un être spirituel contribuaient peu à la qualité de vie des répondants alors que la capacité à s'émerveiller, l'espoir et le sens de la vie y contribuaient fortement au printemps 2020.

