

# Les traumatismes cumulatifs en enfance, le stress parental et les capacités du soi



Les résultats présentés proviennent d'une étude réalisée avec un échantillon de 421 couples québécois ayant récemment eu un nouvel enfant.

## Trauma cumulatif en enfance

Les différentes formes de traumatismes interpersonnels (p. ex., violence, négligence, intimidation, etc.) vécues dans l'enfance ont des répercussions à l'âge adulte.



Les traumatismes en enfance surviennent rarement de façon isolée. Les parents ont rapporté une moyenne de 2,6 types de traumatismes différents dans leur enfance.

## Stress parental

L'écart perçu entre les ressources du parent et les demandes de son enfant.

Plusieurs facteurs contribuent à un stress particulièrement élevé lors des premiers mois suivant la naissance de l'enfant, notamment les tâches supplémentaires et le sommeil réduit.



## Capacités du soi



### Rapport interpersonnel

Capacité à former et maintenir des relations significatives qui ne sont pas ancrées dans le conflit



### Régulation émotionnelle

Gérer ses émotions intenses et négatives sans avoir recours à des stratégies inadéquates



### Cohésion identitaire

Se connaître, se comprendre et pouvoir conserver une identité stable à travers le temps

Les traumatismes cumulatifs en enfance sont liés à plus de difficultés au niveau des capacités du soi.

## Quel est l'effet des traumatismes cumulatifs sur le stress parental?



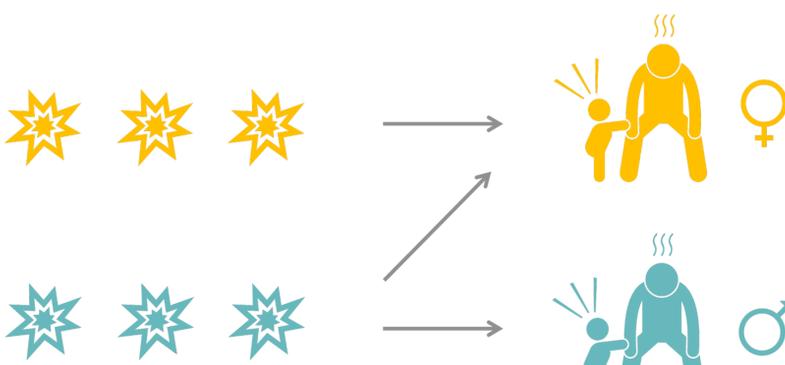
Plus un parent a vécu un nombre élevé de types de traumatismes interpersonnels dans son enfance, plus son niveau de stress parental est élevé.

## Quel est le rôle des capacités du soi?



Une régulation émotionnelle et une cohésion identitaire moins élevées sont associées à plus de stress parental chez les survivants de trauma.

## Comment les parents s'inter-influencent au sein de leur relation de couple?



Le stress parental des mères est autant affecté par leurs propres expériences de traumatismes cumulatifs que par les expériences de traumatismes cumulatifs de leur conjoint

## Explications possibles



L'addition du rôle de parent aux autres rôles déjà présents dans la vie pourrait exacerber des difficultés identitaires déjà présentes chez des survivants de traumatismes.

Les parents survivants de trauma pourraient être plus sensibles aux stimuli menaçants, et donc plus vulnérables au stress lors d'une période où l'enfant s'exprime souvent par des cris et des pleurs.



Il est possible que les mères soient particulièrement affectées par les traumatismes cumulatifs de leur conjoint parce qu'elles dépendent davantage de lui suite à l'accouchement.

## Pour en savoir plus

Consultez l'article complet

Rassart, C. A., Paradis, A., Bergeron, S., & Godbout, N. (2022). Cumulative childhood interpersonal trauma and parenting stress: The role of self-capacities disturbances among couples welcoming a newborn. *Child Abuse & Neglect*, 129, 105638.

Pour citer cette capsule:

Rassart, C. A., Drapeau-Lamothe, M., Paradis, A., & Godbout, N. (2022, juin). Capsule scientifique #5 : Les traumatismes cumulatifs en enfance, le stress parental et les capacités du soi. *Projet Couples Parentaux*, Université du Québec à Montréal, Montréal, QC, Canada. [Disponible en ligne.](#)