

Lien entre le soutien social et le stress parental chez les parents séparés

Un portrait à partir de l'*Enquête québécoise sur la parentalité 2022*

Amélie Lavoie

Résumé

La vie des parents comporte de nombreux défis générant leur lot de stress. Le stress parental affecterait non seulement le bien-être des parents, mais également celui des enfants. Par ailleurs, le fait de ressentir le soutien des gens de son entourage serait associé à un moindre stress et à un plus grand bien-être. Si certaines études ont porté sur le lien entre le soutien social et le stress parental chez des groupes de parents spécifiques, notamment les parents ayant un enfant aux besoins particuliers, aucune étude n'a exploré cette question chez les parents séparés en se basant sur des données populationnelles et en tenant compte également de la pression provenant de l'entourage. Or, on peut penser que la coparentalité en contexte de séparation peut comporter de nombreux défis supplémentaires, que l'on pense au partage des responsabilités parentales, à la communication parfois difficile, ou au partage du temps de garde des enfants.

La présente publication a pour objectif de vérifier, au moyen d'analyses multivariées, si les différentes sources de soutien et de pression sociale provenant de l'entourage des parents séparés sont associées au niveau de stress parental lorsqu'on tient compte d'un ensemble de facteurs. Les données sont tirées de l'*Enquête québécoise sur la parentalité 2022* et portent sur un peu moins de 4 500 parents séparés ayant un ou des enfants issus d'une union antérieure.

Les résultats révèlent que les parents qui peuvent souvent ou toujours compter sur leurs parents, ceux qui peuvent compter souvent ou toujours sur les autres membres de leur famille (frères, sœurs, oncles, tantes, etc.) et ceux qui peuvent souvent ou toujours compter sur leurs amis ou collègues en cas de besoin ont une probabilité moindre d'avoir un niveau plus élevé de stress parental que les parents qui ne peuvent que rarement, voire jamais, compter sur ces trois types de sources de soutien. De plus, quand on prend en compte d'autres facteurs, on observe que les parents séparés qui ressentent fréquemment de la pression de la part des membres de la famille (parents, frères, sœurs, tantes, etc.) sont plus susceptibles de vivre davantage de stress parental que les autres.

Introduction

La parentalité, perçue par la plupart des parents comme une expérience positive et enrichissante, peut également être parsemée de défis et être très exigeante en termes de ressources (temps, énergie, argent, etc.). On considère généralement qu'un parent vit du stress lié à son rôle parental lorsque les exigences liées à ce rôle dépassent les ressources dont il dispose pour y faire face (Deater-Deckard 2004). Le stress parental désigne ainsi un ensemble de processus qui conduisent les parents à avoir des réactions négatives dans leurs tentatives d'adaptation aux exigences de la parentalité (Crnic et Ross 2017 ; Deater-Deckard 2004), dont les contraintes spécifiques vont au-delà du stress général (Berry et Jones 1995).

Si plusieurs recherches portent sur le stress parental, c'est qu'il peut non seulement affecter le bien-être des parents, mais également celui des enfants. En effet, certaines études ont montré qu'un stress parental important peut entraîner des répercussions sur la disponibilité affective des parents, sur la qualité de la relation parent-enfants et sur la fréquence des pratiques parentales négatives ou inefficaces qui, par conséquent, augmenteraient les risques de problèmes de comportement et de régulation émotionnelle chez les enfants (Barroso et autres 2018 ; Coulacoglou et Saklofske 2017 ; McQuillan et Bates 2017 ; Crnic et autres 2005).

Différents facteurs peuvent être liés au stress parental, que l'on pense aux caractéristiques des parents (genre, état de santé, personnalité, caractéristiques culturelles, etc.), à celles de leurs enfants (âge, sexe, tempérament, comportement, état de santé, etc.) ou aux facteurs sociaux et contextuels (famille, soutien social, relation coparentale, situation socioéconomique, etc.) (Fang et autres 2024 ; Sartor et autres 2022 ; Anderson 2008).

Ainsi, parmi les facteurs pouvant atténuer le stress parental se trouve le soutien dont bénéficient les parents. En effet, selon plusieurs études, le soutien social est lié au bien-être global des individus, à une meilleure santé physique et mentale ainsi qu'à une plus grande capacité à gérer le stress (Société canadienne de pédiatrie 2021 ; Morelli et autres 2015 ; Taylor 2011 ; Caron et Guay 2005). Le fait de pouvoir compter régulièrement sur son entourage contribuerait à rendre l'expérience parentale plus positive et, par conséquent, favoriserait une relation parent-enfants plus harmonieuse (Rhoad-Drogalis et autres 2020 ; Bigras et autres 2009 ; Lavigueur et autres 2005). Le soutien social dont bénéficient les parents serait d'autant plus bénéfique pour les parents confrontés à d'importants défis, par exemple les parents ayant un enfant avec un problème de santé ou un trouble du développement, ceux vivant dans un contexte de défavorisation (Société canadienne de pédiatrie 2021 ; Lacharité et autres 2015 ; Bigras et autres 2009 ; Lavigueur et autres 2005), les mères de famille monoparentale qui ne peuvent compter sur le soutien d'un conjoint ou d'une conjointe (Zhou et Taylor 2022) ou encore les pères de famille monoparentale qui auraient d'ailleurs un réseau social plus restreint que les pères en couple ou que les mères de famille monoparentale (Chiu et autres 2018 ; Ravenera 2007).



Sofiko14 / Adobe Stock

Le soutien social peut prendre différentes formes (aide financière et matérielle, aide pour effectuer les tâches ménagères ou pour prendre soin des enfants, conseils, écoute, etc.) et peut provenir de différentes sources (parents, famille, amis, etc.).

Le réseau social des parents peut néanmoins revêtir un aspect négatif : l'entourage peut parfois, volontairement ou non, exercer une pression et poser des jugements sur la façon dont les parents s'occupent de leurs enfants. Cette pression et ces jugements peuvent miner le sentiment de compétence des parents et parfois, générer du stress et des conflits au sein des familles (Lacharité et autres 2015).

Si certaines études ont exploré le concept de soutien social en lien avec le bien-être des parents, elles semblent toutefois se concentrer sur certains groupes à risque, comme les parents ayant un enfant handicapé ou un enfant aux besoins particuliers (Geens et Vandenbroeck 2014), et ne prendraient pas en compte l'effet différencié des sources de soutien dont ils peuvent bénéficier (Zhou et Taylor 2022 ; Schiller et autres 2021), de même que les différentes sources de pression sociale qu'ils peuvent ressentir. Ainsi, à notre connaissance, aucune étude n'a exploré cette question spécifiquement chez les parents séparés en se basant sur des données populationnelles et en prenant en compte différents facteurs simultanément.

Or, on peut penser que la coparentalité en contexte de séparation peut comporter de nombreux défis supplémentaires, que l'on pense au partage des responsabilités parentales, à la communication parfois difficile, ou au partage du temps de garde des enfants. S'il est souhaitable que les ex-partenaires entretiennent une relation coparentale de qualité, par exemple qu'ils arrivent à faire équipe et qu'ils s'entendent le plus possible sur l'éducation de leurs enfants, la mésentente parfois vécue peut toutefois générer du stress et des conflits pouvant miner leur expérience parentale et leur bien-être (Charton et autres 2023 ; Pierce et autres 2023 ; Lacharité et autres 2015). Soulignons tout de même que pour plusieurs parents séparés, l'ex-partenaire peut s'avérer être une source de soutien sur laquelle ils peuvent compter en cas de besoin (Stone 2002).



Nathan Anderson / Unsplash

Mentionnons également que les parents séparés se distinguent des autres parents sur plusieurs aspects. Il y a notamment une plus grande proportion de femmes, de parents peu scolarisés et de parents limités au quotidien par un problème de santé. Ils sont aussi plus nombreux en proportion que les autres à avoir au moins un enfant avec un problème de santé ou un trouble du développement, à vivre dans un ménage à faible revenu ou à percevoir leurs revenus comme insuffisants pour répondre aux besoins de base de leur famille (voir le tableau 3).

Objectifs

En s'appuyant sur une analyse de régression logistique, cette publication vise à mieux comprendre les liens entre le stress parental, le soutien social et la pression sociale ressentis par les parents séparés, soit les parents ayant des enfants avec un ou une ex-partenaire¹. Plus précisément, l'objectif principal est de vérifier si les différentes sources de soutien et de pression sociale provenant de l'entourage des parents séparés sont associées au niveau de stress parental lorsqu'on tient compte d'un ensemble de facteurs. On vise également à vérifier si ces liens varient selon le genre ou le temps de garde des enfants.

Aspects méthodologiques

Source des données et population visée

Les données présentées sont tirées de l'*Enquête québécoise sur la parentalité* (EQP) menée par l'ISQ en 2022 pour le compte du ministère de la Famille. Cette enquête a pour objectif principal de dresser un portrait de certains aspects de la vie des parents (stress parental, conciliation travail-famille, utilisation des écrans, défis liés à la parentalité, coparentalité, services utilisés, etc.) et de les mettre en relation pour mieux comprendre ce que vivent les parents.

La population visée par l'EQP est composée des parents qui habitent 14 % du temps ou plus² avec au moins un de leurs enfants de 6 mois à 17 ans. Au total, 19 127 parents d'enfants de 6 mois à 17 ans répartis dans 17 régions administratives du Québec ont rempli le questionnaire³.

Dans cette publication, on s'intéresse à la sous-population de parents qui ont au moins un enfant issu d'une union antérieure (4 493 parents répondants). Cette sous-population représente près du quart (24 %) de l'ensemble des parents. Elle est composée à 71 % de parents de famille monoparentale et à 29 % de parents de famille recomposée (voir la figure 1 pour la description des différents types de famille). D'autres caractéristiques des parents ayant un ou des enfants issus d'une union antérieure sont présentées dans les tableaux et les figures des pages 16 à 19.

Notons que pour alléger la présentation des résultats, nous utiliserons l'expression « parents séparés » pour désigner la population de parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure.



Cultura Allies / Adobe Stock

1. Cette publication est réalisée à la suite d'une présentation faite au [Colloque international multidisciplinaire sur la séparation parentale et la recomposition familiale](#) 2024.
2. C'est l'équivalent, par exemple, d'une fin de semaine sur deux, d'une journée par semaine ou de quatre jours par mois.
3. Pour plus d'information sur l'enquête, consulter le rapport méthodologique : [Enquête québécoise sur la parentalité 2022. Méthodologie de l'enquête](#).

Description de l'indicateur de stress parental

L'échelle utilisée dans l'EQP pour mesurer le stress parental est la *Parental Stress Scale* de Berry et Jones (1995). Cette échelle vise à mesurer certains aspects positifs de la parentalité (la satisfaction parentale) ainsi que de ses aspects négatifs (le stress parental). Dans cette publication, on s'intéresse plus spécifiquement aux 10 items portant sur le stress parental :

- Prendre soin de mes enfants me demande parfois plus de temps et d'énergie que j'ai à donner.
- Je me demande parfois si j'en fais assez pour mes enfants.
- Mes enfants sont la principale source de stress dans ma vie.
- Avoir des enfants me laisse peu de temps et de flexibilité dans la vie.
- Avoir des enfants est un fardeau financier.
- Il est difficile pour moi de trouver un équilibre entre mes différentes responsabilités à cause de mes enfants.
- Le comportement de mes enfants est souvent embarrassant ou stressant pour moi.
- Si c'était à recommencer, je déciderais peut-être de ne pas avoir d'enfants.
- Je me sens dépassé(e) par la responsabilité d'être parent.
- Avoir des enfants signifie avoir trop peu de choix et de contrôle sur ma vie.

Pour construire l'indicateur de stress parental, un score total a d'abord été calculé pour chaque parent, soit la somme des réponses aux 10 items sur une échelle à cinq points (1 = fortement en désaccord ; 2 = en désaccord ; 3 = indécis ; 4 = en accord ; 5 = fortement en accord). La distribution pondérée⁴ des scores totaux a ensuite été divisée en quintile.

Le tableau 1 présente la répartition des parents et des parents séparés selon l'indicateur de stress parental, ainsi que le score total associé à chacune des cinq catégories⁵. Dans la présente publication, l'indicateur a été regroupé en deux catégories, puisqu'on s'intéresse aux parents ayant un niveau de stress parental plus élevé que les autres, soit les parents qui se situent dans le quintile 5 (environ 25 % des parents séparés). Il importe de souligner que comme il s'agit d'un indicateur relatif, on ne peut pas affirmer que ces parents sont très stressés par leur rôle de parent, mais plutôt qu'ils ont un niveau de stress plus élevé que les autres parents.

Tableau 1

Répartition des parents d'enfants de 6 mois à 17 ans et des parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure selon l'indicateur de stress parental, Québec, 2022

	Score total	Ensemble des parents	Parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure
	%		
Quintile 1 : stress plus faible	De 10 à 17	19,9	19,8
Quintile 2	De 18 à 20	16,1	15,8
Quintile 3	De 21 à 23	19,2	19,1
Quintile 4	De 24 à 27	21,3	20,8
Quintile 5 : stress plus élevé	De 28 à 50	23,5	24,5

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

4. Il s'agit de la distribution de l'ensemble des parents ayant participé à l'enquête.

5. Soulignons que si certaines proportions s'éloignent davantage du 20 % que d'autres, c'est que la distribution est discontinue et que certaines valeurs comportent des fréquences plus élevées.

Sélection des facteurs

Soutien social et pression sociale

Dans l'EQP, la dimension du soutien social qui a été mesurée est celle qui fait référence à la disponibilité du soutien en cas de besoin. Ainsi, les parents ont été interrogés sur la fréquence à laquelle ils peuvent compter sur cinq différents types de personnes de leur entourage lorsque leur famille a besoin d'aide : leurs parents, les autres membres de leur famille (frères, sœurs, oncle, tante, etc.), leurs amis ou collègues, leur ex-partenaire et sa famille, les gens du voisinage.

Quant à la pression sociale, les parents devaient indiquer la fréquence à laquelle ils ressentent de la pression de deux types de personnes de leur entourage : leur famille (parents, frères, sœurs, tantes, etc.) et leurs amis ou collègues⁶.

Autres facteurs

Afin de vérifier les liens entre le soutien social, la pression sociale et le stress parental une fois d'autres facteurs pris en compte, d'autres variables disponibles dans l'EQP ont été sélectionnées et incluses dans les analyses. Ces facteurs ont été sélectionnés en fonction des résultats des analyses bivariées révélés dans le rapport de l'*Enquête québécoise sur la parentalité 2022* (Lavoie et Auger 2023) et de leur mise en relation avec le stress parental dans la littérature (Fang et autres 2024; Anderson 2008). Certains de ces facteurs sont décrits dans l'encadré aux pages 13 et 14.

Caractéristiques des parents : genre, âge, lieu de naissance, plus haut diplôme obtenu, présence d'une limitation en lien avec un problème de santé, fréquence à laquelle les parents s'imposent eux-mêmes de la pression concernant la façon de s'occuper de leurs enfants.

Caractéristiques des enfants et de la famille : âge du plus jeune enfant, nombre d'enfants vivant au moins 14 % du temps dans le ménage, le fait d'avoir un enfant avec un problème de santé ou de développement, temps de garde des enfants, type de famille, niveau de revenu du ménage, perception de la suffisance des revenus.

Autres facteurs contextuels : niveau de soutien dont ont besoin les parents pour exercer leur rôle (soutien émotif, aide avec les tâches ménagères, aide avec les enfants), fréquence à laquelle les parents s'entendent avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès des enfants, fréquence à laquelle les parents se sentent critiqués par l'autre parent concernant leur rôle parental.



Ekaterina Pokrovsky / Adobe Stock

6. Les parents ont aussi été interrogés sur la pression qu'ils ressentent de la part de trois autres sources (le personnel éducateur ou enseignant, les professionnels et professionnelles de la santé ou les intervenants sociaux, les médias ou les médias sociaux). Toutefois, comme le soutien provenant de ces sources n'a pas été mesuré, nous n'avons retenu dans les analyses que les deux sources de pression de l'entourage immédiat des parents, soit les membres de la famille et les amis ou les collègues.



Angelov / Adobe Stock

Analyses statistiques

Des analyses bivariées ont d'abord été réalisées afin de vérifier la présence d'association entre l'indicateur de stress parental à deux catégories et les différents facteurs sélectionnés. Tous les facteurs associés significativement au stress parental au seuil de 5 % ont été pris en compte pour le modèle multivarié de régression logistique (voir les tableaux 5 et 6). Ainsi, l'âge des parents, le plus haut diplôme obtenu par les parents, le lieu de naissance, le type de famille et l'âge du plus jeune enfant n'ont pas été retenus après la première étape.

Ensuite, une approche pas-à-pas descendante (*backward elimination*) a permis de déterminer les facteurs à conserver dans le modèle de régression logistique. Cette procédure consiste à inclure tous les facteurs d'intérêt pour ensuite retirer de façon séquentielle ceux qui ne sont pas significatifs au seuil de 5 %. Notons que le genre du parent a été conservé dans le modèle, bien que ce facteur ne soit pas associé significativement à l'indicateur de stress parental. Nous avons aussi fait des vérifications pour nous assurer qu'il n'y avait pas de problèmes importants de multicollinéarité entre les facteurs retenus.

Les résultats du modèle de régression logistique sont présentés sous la forme de rapports de cotes (RC) avec un intervalle de confiance (IC) à 95 %. Les tests statistiques et IC sont obtenus à l'aide de 500 poids d'autoamorçage. Pour chacun des facteurs retenus, une catégorie (indiquée en italique dans les tableaux) sert de groupe de référence (RC = 1,00). Lorsqu'il est accompagné du symbole « † », « †† » ou « ††† », un rapport de cotes supérieur à 1 indique que les parents présentant une caractéristique donnée sont significativement plus susceptibles d'avoir un niveau de stress parental plus élevé que les parents de la catégorie de référence, tandis qu'un rapport de cotes inférieur à 1 indique l'inverse. Par ailleurs, nous avons effectué des tests supplémentaires afin de cerner les différences significatives de cotes entre les catégories autres que la catégorie de référence d'un même facteur. Elles sont identifiées par des lettres.

Précisons que, puisque le phénomène étudié (avoir un niveau de stress parental plus élevé que les autres) n'est pas rare (c'est le cas d'environ 25 % des parents ayant un enfant issu d'une union antérieure), il n'est pas recommandé d'interpréter un rapport de cotes comme un risque relatif (p. ex. avoir un risque quatre fois plus grand d'avoir un niveau de stress plus élevé que les autres) et donc de le quantifier précisément. Il est plutôt recommandé d'interpréter les rapports de cotes de façon corrélationnelle, c'est-à-dire en considérant que la probabilité pour le parent de se trouver dans la catégorie des parents vivant plus de stress parental que les autres est augmentée ou diminuée par un facteur donné dont l'ampleur n'est pas précisée (Hosmer et Lemeshow 1989). Étant donné la nature transversale de l'étude, les relations révélées par les analyses ne peuvent pas être considérées comme causales. Bien que l'on dispose de plusieurs renseignements permettant de contrôler les effets de confusion potentiels, les différences détectées peuvent être engendrées par des facteurs de confusion non mesurés dans l'enquête.

Résultats

Le tableau 2 présente les résultats du modèle de régression logistique portant sur le lien entre le réseau social des parents séparés (soutien social et pression sociale ressentie) et le stress parental. Il convient toutefois de décrire, dans un premier temps, quelques-uns des résultats portant sur les caractéristiques des parents séparés et des familles.

Il est d'abord intéressant de souligner que le genre ne demeure pas associé au niveau plus élevé de stress parental, une fois les autres facteurs pris en compte. On constate par ailleurs que la probabilité d'avoir un niveau plus élevé de stress parental augmente avec le niveau de limitation dans les activités quotidiennes et dans le rôle de parent en raison d'un problème de santé. Ainsi, les résultats révèlent que par rapport aux parents séparés qui n'ont aucun problème de santé ou qui ne sont pas du tout limités par un tel problème, ceux qui sont assez ou très limités ont une plus grande probabilité de vivre plus de stress parental (RC = 1,98).



Ekaterina Pokrovsky / Adobe Stock

Les résultats indiquent également que les parents séparés qui vivent dans un ménage composé d'au moins trois enfants (RC = 1,50), ceux qui vivent avec au moins un enfant ayant un problème de santé chronique, un trouble du développement, d'apprentissage ou du comportement (RC = 1,44), de même que ceux dont au moins un enfant vit plus de 60 % du temps dans le ménage (RC = 1,29) sont plus susceptibles que les autres d'avoir un niveau de stress parental plus élevé. Les parents qui perçoivent leurs revenus comme insuffisants ou très insuffisants pour répondre aux besoins de base de leur famille ont une plus grande probabilité (RC = 1,30) d'avoir un niveau plus élevé de stress parental que ceux qui les perçoivent comme suffisants ou très suffisants.

Il est aussi intéressant de relever que les parents séparés qui s'entendent parfois (RC = 1,50) et ceux qui ne s'entendent jamais ou rarement (RC = 1,77) avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès de leurs enfants ont une plus forte probabilité de vivre plus de stress parental que les parents qui s'entendent souvent ou toujours avec l'autre parent. Également, on constate que la probabilité de vivre plus de stress parental que les autres augmente avec la fréquence à laquelle les parents séparés s'imposent eux-mêmes de la pression (s'en imposer souvent ou très souvent : RC = 4,40). Enfin, on note que plus les parents ont besoin d'aide dans leur rôle parental (soutien émotif, aide avec les tâches ménagères, aide avec les enfants), plus leur probabilité d'avoir un niveau plus élevé de stress parental que les autres augmente (besoin de soutien élevé : RC = 2,65).

Facteurs liés au soutien et la pression provenant de l'entourage

Une fois l'ensemble des autres facteurs pris en compte, trois des cinq sources de soutien social considérées dans le modèle demeurent significativement liées à la probabilité de vivre plus de stress parental que les autres. En effet, les parents qui ne peuvent jamais ou qui peuvent rarement compter sur leurs propres parents (RC = 1,39), les autres membres de leur famille (frères, sœurs, oncles, tantes, etc.) (RC = 1,48) ou leurs amis ou collègues (RC = 1,52) sont plus susceptibles d'avoir un niveau plus élevé de stress parental que ceux qui peuvent souvent ou toujours compter sur ces trois sources de soutien en cas de besoin.

Quant à la pression sociale ressentie par les parents concernant la façon dont ils s'occupent de leurs enfants, les résultats révèlent que plus les parents ressentent de la pression des membres de leur famille (p. ex. parents, frères, sœurs, cousin, tante, etc.), plus ils sont susceptibles d'avoir un niveau de stress parental plus élevé que les autres (en ressentir souvent ou toujours : RC = 2,39).

Mentionnons enfin que des tests d'interaction ont été faits dans le but d'examiner dans quelle mesure les associations entre les différentes caractéristiques du réseau social des parents (disponibilité des différentes sources de soutien en cas de besoin et pression ressentie de la part des différentes sources) et le niveau de stress parental diffèrent selon le genre ou le temps de garde des enfants. Les résultats de ces tests ne se sont pas avérés significatifs.

Tableau 2

Facteurs associés à un niveau plus élevé de stress parental (modèle de régression logistique), parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022

	Rapport de cote ¹	IC à 95 %
Genre		
Homme	1,00	
Femme	1,05	[0,84 - 1,30]
Niveau de limitation des parents dans leurs activités quotidiennes et dans leur rôle parental en raison d'un problème de santé		
Aucun problème ou pas du tout limité par un problème	1,00	
Un peu limité	1,36 [†]	[1,06 - 1,75]
Assez ou beaucoup limité	1,98 ^{†††}	[1,45 - 2,70]
Nombre d'enfants de 0 à 17 ans		
Un enfant	1,00	
Deux enfants	1,12 ^a	[0,92 - 1,36]
Trois enfants ou plus	1,50 ^{††† a}	[1,18 - 1,90]
Avoir au moins un enfant avec un problème de santé chronique, un trouble du développement, d'apprentissage ou du comportement		
Non	1,00	
Oui	1,44 ^{†††}	[1,20 - 1,73]
Temps de garde des enfants		
Tous les enfants vivent moins de 60 % du temps dans le ménage	1,00	
Au moins un enfant vit plus de 60 % du temps dans le ménage	1,29 [†]	[1,05 - 1,59]
Perception de la suffisance des revenus		
Revenus suffisants ou très suffisants	1,00	
Revenus insuffisants ou très insuffisants	1,30 ^{††}	[1,09 - 1,56]
Fréquence à laquelle les parents s'imposent de la pression		
Jamais ou rarement	1,00	
Parfois	2,68 ^{††† a}	[1,81 - 3,97]
Souvent ou très souvent	4,40 ^{††† a}	[3,03 - 6,40]
Fréquence à laquelle les parents s'entendent avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès des enfants		
Souvent ou toujours	1,00	
Parfois	1,50 ^{†††}	[1,20 - 1,87]
Jamais ou rarement	1,77 ^{†††}	[1,42 - 2,21]
L'autre parent décédé ou absent	1,74 ^{††}	[1,15 - 2,65]
Niveau de besoin de soutien		
Besoin de soutien faible	1,00	
Besoin de soutien modéré	1,66 ^{††† a}	[1,36 - 2,01]
Besoin de soutien élevé	2,65 ^{††† a}	[1,96 - 3,60]

Suite à la page 10

Tableau 2 (suite)

Facteurs associés à un niveau plus élevé de stress parental (modèle de régression logistique), parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022

	Rapport de cote ¹	IC à 95 %
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs parents en cas de besoin		
<i>Souvent ou toujours</i>	1,00	
Parfois	1,05 ^a	[0,80 - 1,36]
Jamais ou rarement ²	1,39 ^{†† a}	[1,10 - 1,75]
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur les autres membres de la famille en cas de besoin		
<i>Souvent ou toujours</i>	1,00	
Parfois	1,45 ^{††}	[1,12 - 1,89]
Jamais ou rarement ²	1,48 ^{††}	[1,14 - 1,92]
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs amis ou collègues en cas de besoin		
<i>Souvent ou toujours</i>	1,00	
Parfois	1,20 ^a	[0,93 - 1,56]
Jamais ou rarement ²	1,52 ^{††† a}	[1,20 - 1,92]
Fréquence à laquelle les parents ressentent de la pression des membres de la famille		
<i>Jamais ou rarement</i>	1,00	
Parfois	1,77 ^{††† a}	[1,46 - 2,16]
Souvent ou toujours	2,39 ^{††† a}	[1,85 - 3,10]

† p < 0,05.

†† p < 0,01.

††† p < 0,001.

a Pour une caractéristique donnée, exprime une différence significative au seuil de 0,05 entre les catégories.

1. Un rapport de cotes supérieur à 1 indique que les parents sont plus susceptibles d'avoir un niveau de stress plus élevé que les autres parents, et un rapport de cotes inférieur à 1 indique qu'ils le sont moins. La catégorie de référence (en italique) prend la valeur 1. Les rapports de cotes sont significativement différents de 1 au seuil de † p < 0,05 ; †† p < 0,01 ; ††† p < 0,001.

2. Les parents qui ont mentionné le choix « ne s'applique pas » sont inclus.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Conclusion

Les résultats de la présente étude ont révélé que le soutien et la pression sociale provenant de certaines sources de l'entourage des parents séparés sont associés à leur niveau de stress parental, et ce, même lorsqu'on tient compte d'autres facteurs liés au stress parental. C'est d'abord le cas des membres de la famille. En effet, les parents séparés qui peuvent rarement, voire jamais, compter sur leurs propres parents ou sur les autres membres de leur famille (frères, sœurs, oncles, tantes, etc.) en cas de besoin sont plus susceptibles d'avoir un niveau plus élevé de stress parental que les parents qui peuvent souvent ou toujours compter sur ces deux sources de soutien. Toutefois, nous avons également vu que le fait de ressentir fréquemment de la pression de la part des membres de la famille (parents, frères, sœurs, tantes, etc.) augmente la probabilité de vivre plus de stress parental que les autres. Ainsi, au-delà du soutien que peut offrir la famille et de la pression que s'imposent eux-mêmes les parents, la pression qu'ils ressentent de la part de leur famille est également liée à leur niveau de stress.

Quant au soutien des amis et des collègues, les résultats vont dans le même sens que ceux portant sur la famille : les parents séparés qui peuvent rarement, voire jamais, compter sur eux en cas de besoin ont une plus forte probabilité de vivre plus de stress parental que les parents qui peuvent fréquemment compter sur eux. En revanche, contrairement à la pression des membres de la famille, celle des amis et des collègues ne demeure pas associée au stress parental une fois d'autres facteurs pris en compte. Ces résultats peuvent peut-être s'expliquer en partie par la proximité de la famille, qui est généralement plus grande que celle des amis et des collègues. Relevons à cet effet que les parents, suivis des membres de la famille, semblent être les sources de soutien sur lesquels les parents séparés peuvent compter le plus fréquemment et que la famille semble être une plus grande source de pression sociale que les amis ou les collègues (voir le tableau 4).

Les deux autres sources de soutien mesurées dans l'enquête, soit la disponibilité des gens du voisinage et celle de l'ex-partenaire et de sa famille, ne demeurent pas associées au niveau de stress une fois les autres facteurs pris en compte. Relevons tout de même que le fait de s'entendre souvent ou toujours avec l'autre parent sur la façon d'intervenir auprès de leurs enfants diminue la probabilité d'avoir un niveau de stress parental plus élevé que les autres. Ces résultats tendent ainsi à souligner l'importance d'une coparentalité harmonieuse même après une séparation et vont dans le même sens que ceux d'autres études ayant mis en lien la fréquence des conflits et le bien-être des mères et des pères séparés (Charton et autres 2023 ; Pierce et autres 2023).



Pixel-Shot / Adobe Stock

Par ailleurs, les analyses n'ont pas relevé de différence statistiquement significative entre les mères et les pères en ce qui concerne le niveau de stress parental lorsqu'on tient compte d'un ensemble de facteurs. Ce résultat a également été relevé dans d'autres études sur le sujet (Fang et autres 2024 ; Ponnet et autres 2013 ; Deater-Deckard et Scarr 1996). On peut ainsi penser que les différences observées entre les pères et les mères dans les analyses bivariées sont liées en partie à d'autres facteurs associés au stress parental qui sont rapportés en plus forte proportion par les mères que les pères. Par exemple, les mères sont en proportion plus nombreuses que les pères à s'imposer fréquemment de la pression, à avoir la garde d'au moins un enfant à plus de 60 % du temps ou à avoir un besoin élevé de soutien (Lavoie et Auger 2023), tous des facteurs qui sont associés à un niveau de stress parental plus élevé dans les analyses présentées dans cette publication.

Enfin, comme l'ont montré d'autres études (Sartor et autres 2022 ; Theule et autres 2013), le fait d'avoir un enfant ayant un problème de santé chronique, un trouble du développement, d'apprentissage ou du comportement augmente la probabilité qu'un parent ressente plus de stress parental que les autres parents. Soulignons que ces parents se distinguent des autres sur plusieurs plans, notamment quant aux difficultés liées à la parentalité qu'ils peuvent rencontrer, le niveau de soutien dont ils ont besoin, le manque de temps lié aux exigences de la vie quotidienne, etc. (ISQ 2024), ce qui peut probablement contribuer à augmenter leur niveau de stress. Il n'est donc pas surprenant que les études qui se penchent sur le lien entre le soutien social et le stress parental portent généralement sur des groupes spécifiques de parents, notamment ceux ayant un enfant avec un problème de santé ou de développement (Park et Lee 2022 ; Geens et Vandenbroeck 2014). Il est d'ailleurs intéressant de souligner que les parents séparés sont plus nombreux en proportion que les autres à avoir un enfant ayant un problème de santé ou de développement (voir le tableau 3). Ils sont également plus nombreux en proportion à avoir eux-mêmes un problème de santé ou un trouble chronique qui les limite dans leur rôle de parent, facteur également associé au niveau de stress parental dans la présente étude.

Bien qu'il s'agisse de résultats inédits permettant de mieux comprendre le lien entre le réseau social et le stress parental chez les parents séparés, cette étude comporte tout de même certaines limites. Il s'agit d'abord de données transversales. Ainsi, les relations statistiques détectées dans les analyses ne peuvent pas être interprétées comme des relations causales. Or, certaines études semblent indiquer des liens bidirectionnels entre le soutien social et le bien-être des parents (Racine et autres 2019). De plus, bien que nous ayons effectué un contrôle pour un nombre important de caractéristiques, nous ne pouvons exclure que certains facteurs déterminants soient absents des analyses. En effet, l'inclusion d'autres facteurs, notamment d'autres caractéristiques des enfants (conflits entre les enfants, tempérament, problèmes de comportement, etc.), d'autres aspects de la relation coparentale entre parents séparés ou d'autres variables liées au soutien provenant du réseau formel ou semi-formel (p. ex. professionnels et professionnelles de la santé, organismes communautaires), permettrait sans doute de mieux comprendre les liens entre le soutien social, la pression sociale et le bien-être des parents.

Malgré ces limites inhérentes aux études transversales, ces résultats demeurent pertinents pour quiconque s'intéresse aux bien-être des parents vivant en contexte de séparation parentale. Ils révèlent l'importance du réseau social et soulignent l'intérêt de porter une attention particulière aux différentes sources de soutien sur lesquels les parents peuvent compter en cas de besoin lorsqu'on s'intéresse à leur bien-être. Ils attirent par ailleurs l'attention sur certaines catégories de parents plus à risque, notamment ceux dont le réseau est parfois moins étendu ou encore ceux qui ont des relations moins proximales ou positives avec leur entourage, de sorte qu'ils sentent qu'ils ne peuvent pas compter sur ces personnes en cas de besoin.

Sur le plan de l'intervention, on peut penser que le renforcement du soutien social et la diminution de la pression sociale ressentie par les parents séparés pourraient favoriser leur bien-être et, par conséquent, améliorer leur expérience parentale et ainsi favoriser une meilleure relation avec leurs enfants et l'adoption de meilleures pratiques parentales.

Quelques définitions

Avoir au moins un enfant avec un problème de santé chronique, un trouble du développement, d'apprentissage ou du comportement

Les parents devaient répondre à la question suivante : « Est-ce que l'un ou l'autre de vos enfants a un problème de santé physique ou mentale chronique, un trouble du développement, un trouble d'apprentissage ou un trouble du comportement (qui existe depuis au moins 6 mois ou qui pourrait perdurer 6 mois ou plus) ? Il peut s'agir, par exemple, d'un handicap, d'une incapacité physique, de l'épilepsie, d'un trouble anxieux, d'un trouble du langage, d'un trouble de l'attention (TDA), de la dyslexie, d'un trouble du spectre de l'autisme, etc. ». Notons, en ce sens, qu'aucune précision relative à un diagnostic d'un professionnel de la santé n'a été demandée.

Famille monoparentale

Famille composée d'un seul parent, mère ou père, et d'au moins un enfant.

Famille recomposée

Famille formée d'un couple dont les membres cohabitent et vivent avec au moins un enfant issu d'une union antérieure. Le couple peut avoir ou non des enfants issus de leur union actuelle.

Fréquence à laquelle les parents s'entendent avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès des enfants

Indicateur créé à partir d'une seule question portant sur la fréquence à laquelle les parents s'entendent avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès des enfants. Notons toutefois que certains parents, soit ceux dont l'ex-partenaire est décédé ou absent, n'avaient pas à répondre à la question. Ainsi, pour limiter la non-réponse et éviter d'exclure ces parents du modèle de régression logistique, les valeurs manquantes ont été traitées comme une catégorie à part entière (« L'autre parent décédé ou absent »). Cependant, les résultats de cette catégorie ne sont pas discutés dans le texte.

Niveau de besoin de soutien des parents

Un indicateur a été créé à partir des trois questions portant sur la fréquence à laquelle les parents ont eu besoin de certains types de soutien au cours des 12 mois précédant l'enquête (soutien émotif; soutien pour certaines tâches comme les repas, le ménage, les courses; aide pour s'occuper des enfants). Pour créer cet indicateur, les choix de réponse « quelquefois par mois » et « une fois par semaine ou plus » ont d'abord été regroupés pour chacune des trois questions : on parlera alors de « besoin de soutien fréquent ». Ensuite, le nombre d'items pour lesquels les parents ont dit avoir eu fréquemment besoin de soutien (au moins quelques fois par mois) a été calculé. L'indicateur a été divisé en trois catégories :

- besoin de soutien faible : aucun type de besoin fréquent ;
- besoin de soutien modéré : un ou deux types de besoin fréquents ;
- besoin de soutien élevé : trois types de besoin fréquents.

Niveau de limitation des parents dans leurs activités quotidiennes et dans leur rôle parental en raison d'un problème de santé

Les parents devaient répondre à la question suivante : « Avez-vous une incapacité, un problème de santé physique ou mentale, une maladie ou un trouble chronique (c'est-à-dire une incapacité, un problème de santé, une maladie ou un trouble qui existe depuis au moins 6 mois ou qui pourrait perdurer 6 mois ou plus) ? ». Notons, en ce sens, qu'aucune précision relative à un diagnostic d'un professionnel de la santé n'a été demandée. Les parents ayant un tel problème devaient ensuite indiquer si ce problème les limite un peu, assez ou beaucoup dans leurs activités quotidiennes et dans leur rôle de parent.

Suite à la page 14

Niveau de revenu du ménage

L'indicateur de revenu utilisé dans cette publication est un indicateur basé sur la mesure de faible revenu (MFR), une mesure relative qui est déterminée à l'aide du revenu avant impôt de tous les membres d'un ménage et du nombre de personnes qui composent ce ménage. La MFR correspond à un pourcentage fixe (50 %) du revenu ménager médian qui est ajusté en fonction du nombre de personnes dans le ménage.

L'indicateur de revenu du ménage utilisé dans cette publication est généralement divisé en trois catégories :

1. Ménage à faible revenu : le revenu est sous le seuil de la mesure de faible revenu ;
2. Ménage à revenu moyen-faible : le revenu est égal ou supérieur au seuil de la mesure de faible revenu, mais inférieur à deux fois le seuil ;
3. Ménage à revenu moyen-élevé (le revenu est égal ou supérieur au double du seuil, mais inférieur à trois fois le seuil) ou à revenu élevé (le revenu est égal ou supérieur à trois fois le seuil).

Perception de la suffisance des revenus

Les parents devaient indiquer s'ils considéraient leurs revenus comme très suffisants, suffisants, insuffisants ou très insuffisants pour répondre aux besoins de base de votre famille (logement, alimentation et habillement). L'indicateur a été regroupé en deux catégories :

1. Revenus suffisants ou très suffisants ;
2. Revenus insuffisants ou très insuffisants.

Temps de garde des enfants

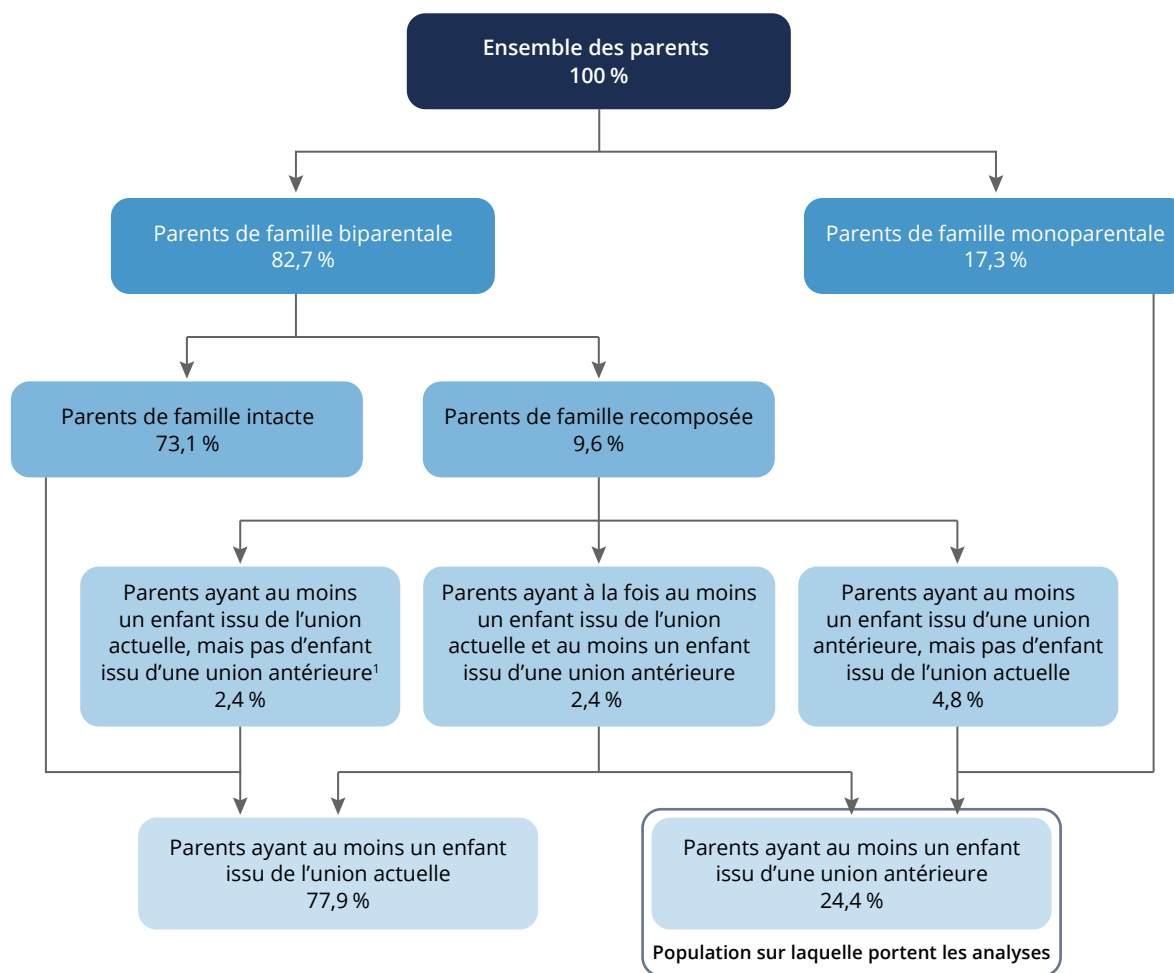
Les parents devaient indiquer, pour chaque enfant de la famille, si celui-ci vit avec eux à temps plein ; plus de 60 % à moins de 100 % du temps ; entre 40 % et 60 % du temps ; entre 14 % et moins de 40 % du temps. L'indicateur utilisé dans les analyses présentées dans cette publication permet de regrouper les parents en deux catégories :

1. Au moins un enfant vit plus de 60 % du temps dans le ménage ;
2. Tous les enfants vivent moins de 60 % du temps dans le ménage.

Contenu complémentaire

Figure 1

Types de familles



1. Ces parents vivent dans une famille recomposée en raison du fait que leur conjoint ou conjointe a au moins un enfant issu d'une précédente union.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Tableau 3

Caractéristiques des parents et des familles selon le fait d'avoir ou non au moins un enfant issu d'une union antérieure, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans, Québec, 2022

	Ne pas avoir d'enfant issu d'une union antérieure	Avoir au moins un enfant issu d'une union antérieure
	%	
Genre		
Homme	50,0	39,7 ⁻
Femme	50,0	60,3 ⁺
Âge		
29 ans ou moins	6,6	6,3
30 à 39 ans	39,0	33,9 ⁻
40 à 49 ans	42,3	46,8 ⁺
50 ans ou plus	12,1	13,0
Lieu de naissance		
Canada	70,0	80,9 ⁺
Extérieur du Canada	30,0	19,1 ⁻
Plus haut diplôme obtenu		
Aucun diplôme	5,7	9,7 ⁺
Diplôme de niveau secondaire	23,9	33,6 ⁺
Diplôme de niveau collégial	20,5	22,9 ⁺
Diplôme de niveau universitaire	49,9	33,8 ⁻
Niveau de limitation des parents dans leurs activités quotidiennes et dans leur rôle parental en raison d'un problème de santé		
Aucun problème ou pas du tout limité	88,1	82,3 ⁻
Un peu limité	8,2	10,8 ⁺
Assez ou beaucoup limité	3,7	6,8 ⁺
Fréquence à laquelle les parents s'imposent de la pression		
Jamais ou rarement	22,7	18,2 ⁻
Parfois	31,1	29,3
Souvent ou très souvent	46,2	52,5 ⁺
Nombre d'enfants de 0 à 17 ans		
Un enfant	32,2	41,3 ⁺
Deux enfants	47,1	37,5 ⁻
Trois enfants ou plus	20,7	21,2
Âge du plus jeune enfant		
0 à 5 ans	47,3	27,2 ⁻
6 à 11 ans	31,4	39,7 ⁺
12 à 17 ans	21,3	33,1 ⁺

Suite à la page 17

Tableau 3 (suite)

Caractéristiques des parents et des familles selon le fait d'avoir ou non au moins un enfant issu d'une union antérieure, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans, Québec, 2022

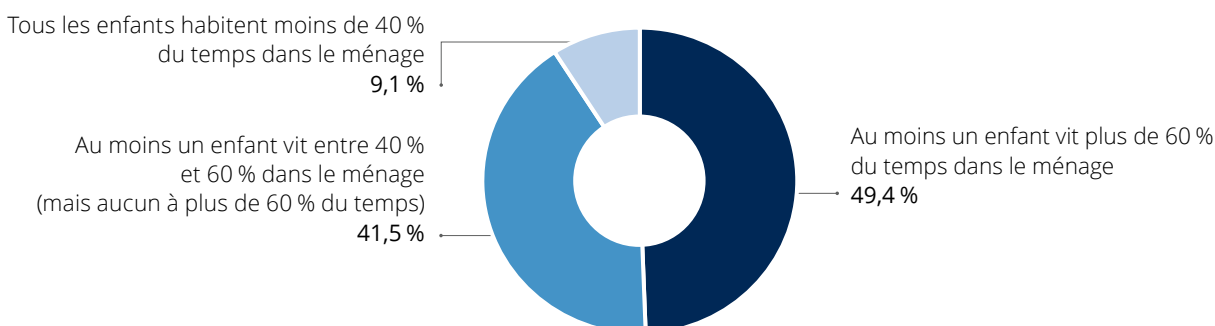
	Ne pas avoir d'enfant issu d'une union antérieure	Avoir au moins un enfant issu d'une union antérieure
	%	
Avoir au moins un enfant avec un problème de santé chronique, un trouble du développement, d'apprentissage ou du comportement		
Oui	20,0	33,1 ⁺
Non	80,0	66,9 ⁻
Perception de la suffisance des revenus		
Insuffisants ou très insuffisants	22,7	39,1 ⁺
Suffisants ou très suffisants	77,3	60,9 ⁻
Niveau de revenu du ménage		
Faible revenu	12,1	30,7 ⁺
Revenu moyen-faible	33,1	40,5 ⁺
Revenu moyen-élevé ou élevé	54,7	28,7 ⁻

+/- Proportion significativement plus élevée (+) ou plus faible (-) chez les parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure que chez les autres parents, au seuil de 0,01.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Figure 2

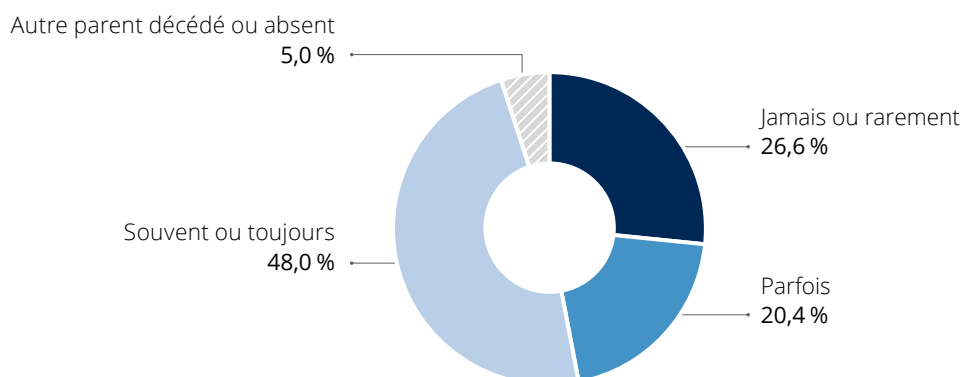
Temps de garde des enfants vivant dans le ménage, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022



Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Figure 3

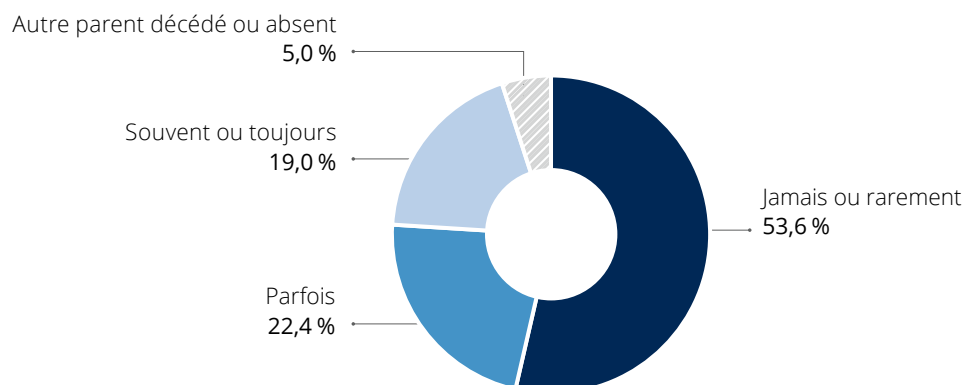
Fréquence à laquelle les parents s'entendent avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès des enfants, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022



Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Figure 4

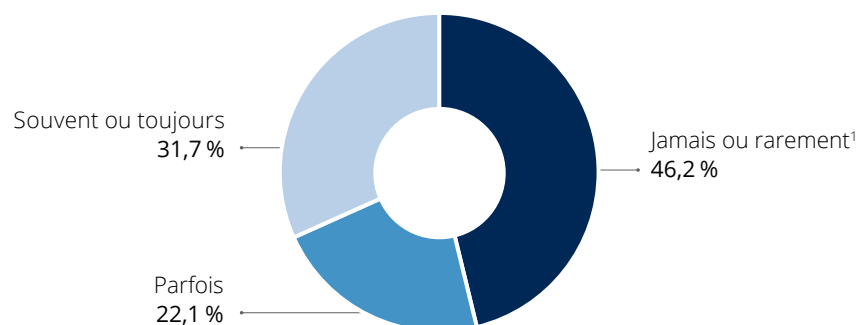
Fréquence à laquelle les parents se sentent critiqués par leur ex-partenaire concernant leur rôle parental, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022



Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Figure 5

Fréquence à laquelle les parents peuvent compter sur leur ex-partenaire ou sa famille en cas de besoin, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022



1. Les parents qui ont mentionné le choix « ne s'applique pas » et les parents qui ont indiqué que leur ex-partenaire est décédé ou absent sont inclus.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Tableau 4

Indicateurs liés au soutien social et à la pression sociale selon le fait d'avoir ou non un enfant issu d'une union antérieure, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans, Québec, 2022

	Ne pas avoir d'enfant issu d'une union antérieure	Avoir au moins un enfant issu d'une union antérieure
	%	
Niveau du besoin de soutien		
Besoin de soutien faible	55,0	48,1 –
Besoin de soutien modéré	36,7	42,1 +
Besoin de soutien élevé	8,3	9,8 +
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs parents en cas de besoin		
Jamais ou rarement ¹	39,7	35,2 –
Parfois	15,2	13,6
Souvent ou toujours	45,1	51,1 +
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur les autres membres de la famille en cas de besoin		
Jamais ou rarement ¹	45,4	42,9 –
Parfois	24,0	22,7
Souvent ou toujours	30,5	34,4 +
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs amis ou collègues en cas de besoin		
Jamais ou rarement ¹	49,2	45,7 –
Parfois	28,2	27,2
Souvent ou toujours	22,6	27,1 +
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur les gens du voisinage en cas de besoin		
Jamais ou rarement ¹	67,8	74,8 +
Parfois	19,3	15,3 –
Souvent ou toujours	12,9	9,9 –
Fréquence à laquelle les parents ressentent de la pression des membres de leur famille		
Jamais ou rarement	48,1	54,6 +
Parfois	34,4	30,6 –
Souvent ou toujours	17,5	14,8 –
Fréquence à laquelle les parents ressentent de la pression de leurs amis ou collègues		
Jamais ou rarement	73,0	70,8
Parfois	20,6	21,3
Souvent ou toujours	6,5	7,9 +

+/- Proportion significativement plus élevée (+) ou plus faible (-) chez les parents ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure que chez les autres parents, au seuil de 0,01.

1. Les parents qui ont mentionné le choix « ne s'applique pas » sont inclus.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Tableau 5

Proportion de parents ayant un niveau de stress parental plus élevé selon certaines caractéristiques des parents et des familles, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022

	%
Total	24,5
Genre	
Homme	18,8 ^a
Femme	28,3 ^a
Âge	
29 ans ou moins	26,7
30 à 39 ans	26,2
40 à 49 ans	23,7
50 ans ou plus	22,1
Lieu de naissance	
Canada	23,8
Extérieur du Canada	27,7
Plus haut diplôme obtenu	
Aucun diplôme	21,8
Diplôme de niveau secondaire	24,9
Diplôme de niveau collégial	24,5
Diplôme de niveau universitaire	24,9
Niveau de limitation des parents dans leurs activités quotidiennes et dans leur rôle parental en raison d'un problème de santé	
Aucun problème ou pas du tout limité	21,2 ^a
Un peu limité	33,4 ^a
Assez ou beaucoup limité	51,4 ^a
Type de famille	
Monoparentale	25,3
Recomposée	22,7
Nombre d'enfants de 0 à 17 ans	
Un enfant	22,6 ^a
Deux enfants	24,2 ^b
Trois enfants ou plus	28,7 ^{a,b}
Âge du plus jeune enfant	
0 à 5 ans	25,1
6 à 11 ans	26,5 ^a
12 à 17 ans	21,6 ^a
Avoir au moins un enfant avec un problème de santé chronique, un trouble du développement, d'apprentissage ou du comportement	
Oui	33,7 ^a
Non	20,0 ^a

Suite à la page 21

Tableau 5 (suite)

Proportion de parents ayant un niveau de stress parental plus élevé selon certaines caractéristiques des parents et des familles, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022

	%
Temps de garde des enfants	
Au moins un enfant vit plus de 60 % du temps dans le ménage	29,4 ^a
Tous les enfants vivent moins de 60 % du temps dans le ménage	19,9 ^a
Perception de la suffisance des revenus	
Insuffisants ou très insuffisants	32,1 ^a
Suffisants ou très suffisants	19,7 ^a
Niveau de revenu du ménage	
Faible revenu	29,6 ^a
Revenu moyen-faible	23,8 ^a
Revenu moyen-élevé ou élevé	20,1 ^a
Fréquence à laquelle les parents s'imposent de la pression	
Jamais ou rarement	6,5 ^{* a}
Parfois	19,2 ^a
Souvent ou très souvent	33,6 ^a
Fréquence à laquelle les parents s'entendent avec leur ex-partenaire sur la façon d'intervenir auprès des enfants	
Jamais ou rarement	32,6 ^{a,b}
Parfois	27,9 ^{a,c}
Souvent ou toujours	17,6 ^{b,c,d}
Autre parent décédé ou absent	34,7 ^d
Fréquence à laquelle les parents se sentent critiqués par l'autre parent concernant leur rôle parental	
Jamais ou rarement ¹	20,9 ^a
Parfois	26,6 ^a
Souvent ou toujours	33,2 ^a
Niveau du besoin de soutien	
Besoin de soutien faible	15,7 ^a
Besoin de soutien modéré	29,5 ^a
Besoin de soutien élevé	46,8 ^a

* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

a-d Pour une caractéristique donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions au seuil de 0,05.

1. Les parents dont l'autre parent est décédé ou absent sont inclus dans cette catégorie.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Tableau 6

Proportion de parents ayant un niveau de stress parental plus élevé selon certains indicateurs liés au soutien social et à la pression sociale, parents d'enfants de 6 mois à 17 ans ayant au moins un enfant issu d'une union antérieure, Québec, 2022

	%
Total	24,5
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs propres parents en cas de besoin	
Jamais ou rarement ¹	29,8 ^a
Parfois	26,3 ^b
Souvent ou toujours	20,5 ^{a,b}
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur les autres membres de la famille en cas de besoin	
Jamais ou rarement ¹	29,6 ^a
Parfois	26,1 ^b
Souvent ou toujours	17,2 ^{a,b}
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs amis ou collègues en cas de besoin	
Jamais ou rarement ¹	29,9 ^a
Parfois	23,0 ^a
Souvent ou toujours	17,0 ^a
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leurs voisins en cas de besoin	
Jamais ou rarement ¹	26,0 ^{a,b}
Parfois	20,4 ^a
Souvent ou toujours	19,6 ^b
Fréquence à laquelle ils peuvent compter sur leur ex-partenaire ou sa famille en cas de besoin	
Jamais ou rarement ²	30,0 ^{a,b}
Parfois	21,0 ^a
Souvent ou toujours	19,1 ^b
Fréquence à laquelle les parents ressentent de la pression des membres de leur famille	
Jamais ou rarement	15,3 ^a
Parfois	31,4 ^a
Souvent ou très souvent	43,7 ^a
Fréquence à laquelle les parents ressentent de la pression de leurs amis ou collègues	
Jamais ou rarement	21,6 ^{a,b}
Parfois	30,3 ^a
Souvent ou très souvent	34,8 ^b

a-b Pour une caractéristique donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions au seuil de 0,05.

1. Les parents qui ont mentionné le choix « ne s'applique pas » sont inclus.

2. Les parents qui ont mentionné le choix « ne s'applique pas » et les parents qui ont indiqué que leur ex-partenaire est décédé ou absent sont inclus.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la parentalité 2022*.

Bibliographie

- ANDERSON, L. S. (2008). "Predictors of Parenting Stress in a Diverse Sample of Parents of Early Adolescents in High-Risk Communities", *Nursing Research*, [En ligne], vol. 57, n° 5, septembre, p. 340-350. doi : [10.1097/01.NNR.0000313502.92227.87](https://doi.org/10.1097/01.NNR.0000313502.92227.87). (Consulté le 11 septembre 2024).
- BARROSO, N. E., et autres (2018). "Parenting Stress through the Lens of Different Clinical Groups: a Systematic Review & Meta-Analysis", *Journal of Abnormal Child Psychology*, [En ligne], vol. 46, n° 3, avril, p. 449-461. doi : [10.1007/s10802-017-0313-6](https://doi.org/10.1007/s10802-017-0313-6). (Consulté le 10 octobre 2024).
- BERRY, J. O., et W. H. JONES (1995). "The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence", *Journal of Social and Personal Relationships*, [En ligne], vol. 12, n° 3, août, p. 463-472. doi : [10.1177/0265407595123009](https://doi.org/10.1177/0265407595123009). (Consulté le 11 octobre 2024).
- BIGRAS, N., et autres (2009). « Stress parental, soutien social, comportements de l'enfant et fréquentation des services de garde », *Enfances, Familles, Générations*, [En ligne], vol. 10, p. 44. doi : [10.7202/037517ar](https://doi.org/10.7202/037517ar). (Consulté le 11 septembre 2024).
- CHARTON, L., et autres (2023). « Le bien-être des mères après une séparation », dans SAINT-JACQUES, M.-C., et autres, *La séparation parentale et la recomposition familiale dans la société québécoise : les premiers moments*, [En ligne], Québec, Presses de l'Université Laval, p. 173-220. [www.pulaval.com/libreaccs/9782766300105.pdf] (Consulté le 10 septembre 2024).
- CHIU, M. et autres (2018). "Mortality in single fathers compared with single mothers and partnered parents: a population-based cohort study", *The Lancet Public Health*, [En ligne], vol. 3, n° 3, doi : [10.1016/S2468-2667\(18\)30003-3](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(18)30003-3) (Consulté le 12 septembre 2024).
- COULACOGLOU, C., et D. H. SAKLOFSKE (2017). "Chapter 8 - The Assessment of Family, Parenting, and Child Outcomes", dans COULACOGLOU, C., et D. H. SAKLOFSKE, *Psychometrics and Psychological Assessment*, San Diego, Academic Press, p. 187-222.
- CRNIC, K., et E. ROSS (2017). "Chapter 11. Parenting Stress and Parental Efficacy", dans DEATER-DECKARD, K., et R. PANNETON, *Parental Stress and Early Child Development : Adaptive and Maladaptive Outcomes*, [En ligne], 1^{ère} éd., [s. l.], Springer Cham, p. 263-284. doi : [10.1007/978-3-319-55376-4_11](https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4_11). (Consulté le 10 octobre 2024)
- CRNIC, K. A., C. GAZE et C. HOFFMAN (2005). "Cumulative parenting stress across the preschool period: relations to maternal parenting and child behaviour at age 5", *Infant and Child Development*, [En ligne], vol. 14, n° 2, juin, p. 117-132. doi : [10.1002/icd.384](https://doi.org/10.1002/icd.384). (Consulté le 10 octobre 2024).
- DEATER-DECKARD, K. (2004). Parenting stress, [En ligne], New Haven, Connecticut, Yale University Press, 208 p. doi : [10.12987/yale/9780300103939.001.0001](https://doi.org/10.12987/yale/9780300103939.001.0001). (Consulté le 10 octobre 2024).
- DEATER-DECKARD, K., et S. SCARR (1996). "Parenting stress among dual-earner mothers and fathers: Are there gender differences?", *Journal of Family Psychology*, [En ligne], vol. 10, n° 1, p. 45-59. doi : [10.1037/0893-3200.10.1.45](https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.1.45). (Consulté le 9 octobre 2024).
- FANG, Y., et autres (2024). "Parent, child, and situational factors associated with parenting stress : a systematic review", *European Child and Adolescent Psychiatry*, [En ligne], vol. 33, p. 1687-1705. doi : [10.1007/s00787-022-02027-1](https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1). (Consulté le 11 octobre 2024).
- GEENS, N., et M. VANDENBROECK (2014). "The (ab)sense of a concept of social support in parenting research: a social work perspective", *Child & Family Social Work*, [En ligne], vol. 19, n° 4, octobre, p. 491-500. doi : [10.1111/cfs.12048](https://doi.org/10.1111/cfs.12048). (Consulté le 11 octobre 2024).
- HOSMER, D. W., et S. LEMESHOW (1989). Applied Logistic Regression, New York, Wiley, 307 p.
- INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC (2024). « L'expérience parentale au Québec en 2022. Une analyse comparative selon le fait d'avoir ou non au moins un enfant avec un problème de santé ou de développement » [En ligne], L'Institut, Québec, 35 p. [statistique.quebec.ca/fr/fichier/experience-parentale-2022-enfant-probleme-sante-developpement.pdf] (Consulté le 11 octobre 2024).

- LACHARITÉ, C., et autres (2015). *Penser la parentalité au Québec : un modèle théorique et un cadre conceptuel pour l'initiative Perspectives parents*, [En ligne], Les cahiers du CEIDEF, décembre, Trois-Rivières, Centre d'études interdisciplinaires sur le développement de l'enfant et la famille (CEIDEF), 40 p. [oraprdnt.uqtr.quebec.ca/portail/docs/FWG/GSC/Publication/1535/17/15405/1/619744/4/00004608544_LesCahiersDuCEIDEF_vol_4.pdf] (Consulté le 15 septembre 2024).
- LAVIGUEUR, S., et autres (2005). « Le soutien parental offert par les membres du réseau social : le point de vue des mères en situation de vulnérabilité », *Santé mentale au Québec*, [En ligne], vol. 30, n° 2, automne, p. 139-163. doi : [10.7202/012143ar](https://doi.org/10.7202/012143ar). (Consulté le 6 septembre 2024).
- LAVOIE, A., et A. AUGER (2023). Être parent au Québec en 2022. Un portrait à partir de l'Enquête sur la parentalité 2022, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 336 p. [statistique.quebec.ca/fr/fichier/etre-parent-quebec-2022.pdf] (Consulté le 20 octobre 2024).
- MCQUILLAN, M. E., et J. E. BATES (2017). "Parental Stress and Child Temperament", dans DEATER-DECKARD, K., et R. PANNETON, *Parental Stress and Early Child Development : Adaptive and Maladaptive Outcomes*, [s. l.], Springer International Publishing, p. 75-106.
- PARK, G. A., et O.N. Lee (2022). "The Moderating Effect of Social Support on Parental Stress and Depression in Mothers of Children with Disabilities", *Occupational Therapy International*, [En ligne], vol. 2022, n° 1, 8 p. doi : [10.1155/2022/5162954](https://doi.org/10.1155/2022/5162954). (Consulté le 10 octobre 2024).
- PIERCE, T., et autres (2023). « Portrait de la santé et du bien-être des pères séparés », dans SAINT-JACQUES, M.-C., et autres, *La séparation parentale et la recomposition familiale dans la société québécoise : les premiers moments*, [En ligne], Québec, Presses de l'Université Laval, p. 195-248. [www.pulaval.com/libreaccs/9782766300105.pdf] (Consulté le 10 octobre 2024).
- PONNET, K., et autres (2013), "Parenting stress and marital relationship as determinants of mothers' and fathers' parenting", *Personal Relationships*, [En ligne], vol. 20, n° 2, p. 259-276. doi : [10.1111/j.1475-6811.2012.01404.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01404.x). (Consulté le 10 octobre 2024).
- RACINE, N., et autres (2019). "Dynamic and bidirectional associations between maternal stress, anxiety, and social support: The critical role of partner and family support", *Journal of Affective Disorders*, [En ligne], vol. 252, p. 19-24. doi : [10.1016/j.jad.2019.03.083](https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.03.083). (Consulté le 10 novembre 2024).
- RAVANERA, Z. (2007). "Informal Networks Social Capital of Fathers: What Does the Social Engagement Survey Tell US", *Social Indicators Research*, [En ligne], vol. 83, septembre, p. 351-373. doi : [10.1007/s11205-006-9053-7](https://doi.org/10.1007/s11205-006-9053-7). (Consulté le 6 octobre 2024).
- RHOAD-DROGALIS, A., et autres (2020). "Neighborhood Influences on Perceived Social Support and Parenting Behaviors", *Maternal and Child Health Journal*, [En ligne], vol. 24, n° 2, février, p. 250-258. doi : [10.1007/s10995-019-02861-x](https://doi.org/10.1007/s10995-019-02861-x). (Consulté le 6 octobre 2024).
- SARTOR, T, S. LANGE et T. HEINRICH (2022). "Cumulative Stress of Single Mothers - An Exploration of Potential Risk Factors", *The Family Journal*, [En ligne], vol. 31, n° 1, juin, p. 88-94. doi : [10.1177/10664807221104134](https://doi.org/10.1177/10664807221104134). (Consulté le 14 octobre 2024).
- SCHILLER, V. F., D. S. DORSTYN, et A.M. TAYLOR (2021). "The Protective Role of Social Support Sources and Types Against Depression in Caregivers: A Meta-Analysis", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, [En ligne], vol. 51, p. 1304-1315. doi : [10.1007/s10803-020-04601-5](https://doi.org/10.1007/s10803-020-04601-5). (Consulté le 6 octobre 2024).
- SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PÉDIATRIE (2021). *L'isolement, le stress des parents et les jeunes enfants : l'urgence d'améliorer la connectivité sociale*, [En ligne], [s. l.], Société canadienne de pédiatrie, Commission de la santé mentale du Canada, 4 p. [cps.ca/uploads/strategic-priorities/2021_june_8_issue_brief_isolation_FR.pdf] (Consulté le 9 octobre 2024).
- STONE, G. (2002). "Nonresidential Father Postdivorce Well-Being: The Role of Social Supports", *Journal of Divorce & Remarriage*, [En ligne], vol. 36, n° 3-4, p. 139-150. doi : [10.1300/J087v36n03_08](https://doi.org/10.1300/J087v36n03_08). (Consulté le 6 octobre 2024).
- THEULE, J. et autres (2013). "Parenting Stress in Families of Children With ADHD: A Meta-Analysis", *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, [En ligne], vol. 21, n° 1, p. 3-17. doi : [10.1177/1063426610387433](https://doi.org/10.1177/1063426610387433). (Consulté le 7 octobre 2024).
- ZHOU, X., et Z. E. TAYLOR (2022). "Differentiating the impact of family and friend social support for single mothers on parenting and internalizing symptoms", *Journal of Affective Disorders Reports*, [En ligne], vol. 8, avril. doi : [10.1016/j.jadr.2022.100319](https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100319). (Consulté le 14 octobre 2024).

Autres publications d'intérêt concernant l'Enquête québécoise sur la parentalité 2022 (EQP)

[Être parent au Québec en 2022. Un portrait à partir de l'Enquête québécoise sur la parentalité 2022.](#)

[Enquête québécoise sur la parentalité 2022. Méthodologie de l'enquête.](#)

[L'expérience parentale au Québec en 2022. Une analyse comparative selon le fait d'avoir ou non au moins un enfant avec un problème de santé ou de développement.](#)

Notice bibliographique suggérée

LAVOIE, Amélie. (2025). *Lien entre le soutien social et le stress parental chez les parents séparés. Un portrait à partir de l'Enquête québécoise sur la parentalité 2022*, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 25 p. [statistique.quebec.ca/fr/fichier/lien-soutien-social-stress-parents-separes-eqp-2022.pdf].

Ce bulletin a été réalisé à l'Institut de la statistique du Québec par :

Amélie Lavoie

Direction des enquêtes et des indicateurs sociaux :

Nathalie Audet, directrice

Avec la contribution de :

Amélie Groleau et Maxime Boucher

Révision linguistique et édition :

Direction de la diffusion et des communications

Pour plus de renseignements :

Centre d'information et de documentation
Institut de la statistique du Québec
200, chemin Sainte-Foy, 3^e étage
Québec (Québec) G1R 5T4

Téléphone :
418 691-2401
1 800 463-4090 (Canada et États-Unis)

Courriel : cjd@stat.gouv.qc.ca

Site Web : statistique.quebec.ca

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec
1^{er} trimestre 2025
ISBN 978-2-555-00407-8 (en ligne)

© Gouvernement du Québec
Institut de la statistique du Québec, 2025

Toute reproduction autre qu'à des fins de consultation personnelle est interdite sans l'autorisation du gouvernement du Québec.
statistique.quebec.ca/fr/institut/nous-joindre/droits-auteur-permission-reproduction