

Est-ce que le manque de soutien et d'attention que j'ai vécu en enfance nuit à mon sentiment d'être un bon parent ?



Le sentiment d'efficacité parentale

Plusieurs parents craignent de ne pas être à la hauteur et ont des difficultés à se percevoir comme **efficaces ou compétents** comme parents. Ces questionnements réfèrent au **sentiment d'efficacité parentale**, c'est-à-dire à la **confiance du parent** à répondre aux besoins de son enfant.

Avoir vécu de la négligence psychologique en enfance pourrait être lié à un plus faible sentiment d'efficacité parentale.

Qu'est-ce que la négligence psychologique ?

Un parent qui...

- Ne donne pas assez de soutien et d'attention à son enfant
- A du mal à comprendre son enfant et ses besoins
- N'est pas là quand l'enfant a besoin de lui ou semble ne pas l'aimer
- Ignore l'enfant et ne lui adresse pas la parole

Notre équipe a mené une étude auprès de **871 couples parentaux** afin d'examiner le lien entre la négligence psychologique et un faible sentiment d'efficacité parentale.



Expériences de négligence psychologique de la mère

Expériences de négligence psychologique du père

Faible sentiment d'efficacité parentale chez la mère

Faible sentiment d'efficacité parentale chez le père

Nos résultats suggèrent qu'un vécu de **négligence psychologique** est lié à un plus **faible sentiment d'efficacité parentale** chez ce **même parent et son co-parent**.

Pour en savoir plus, consultez l'article :

Villeneuve, É., Paradis, A., Lassance, L., Hébert, M., Daspe, M-È., et Godbout, N. (2024). Psychological neglect and the sense of parental competence in parent couples: Mindfulness as an underlying mechanism. *Journal of Family Violence*. doi:10.1007/s10896-024-00769-x

Pour citer cette infographie : Villeneuve, É., Paradis, A. et Godbout, N. *Est-ce que le manque de soutien et d'attention que j'ai vécu en enfance nuit à mon sentiment d'être un bon parent ?* Projet Couples Parentaux. Université du Québec à Montréal, QC, Canada.

