

Échelle de stress parental

Composante mesurée:

- Tente de mesurer les niveaux de stress subis par les parents.
- Prend en compte les aspects positifs et négatifs de la parentalité.

Pourquoi ce résultat est-il important ?

Des niveaux plus élevés de stress parental sont liés à :

- des niveaux inférieurs de sensibilité parentale à l'égard de l'enfant
- un comportement moins bon de l'enfant
- Qualité moindre de la relation parent - enfant.

En particulier, fournit des preuves liées au travail des centres pour enfants pour "améliorer les compétences parentales"

Détails de l'outil :

- Développé par Berry et Jones (1995) comme alternative au Parenting Stress Index (101 items).
- Fournit une mesure qui prend en compte les aspects positifs de l'éducation des enfants ainsi que les aspects négatifs, "stressants", sur lesquels on se concentre traditionnellement.

Format de l'outil :

- Échelle d'auto-évaluation à 18 items - les éléments représentent les thèmes positifs (par exemple, les avantages émotionnels, le développement personnel) et négatifs (exigences en matière de ressources, restrictions) de la parentalité.
Les personnes interrogées sont d'accord ou pas d'accord avec leur relation typique avec leur(s) enfant(s)
Échelle en 5 points ; pas du tout d'accord, pas d'accord, indécis, d'accord, tout à fait d'accord.

Utilisation de l'outil :

Qu'est-ce que l'outil peut aider à évaluer ?

- L'évolution du niveau de stress des parents pour les parents/responsables d'enfants qui ont bénéficié d'un soutien ciblé, tel que le soutien familial, les cours sur la parentalité et le soutien individuel à la parentalité.
- les résultats des services ou des domaines de travail axés sur l'amélioration de la capacité parentale des parents/responsables.

Administration pratique :

- Auto-administré ou peut être administré sous forme d'entretien.
- L'échelle est relativement courte et facile à administrer - elle peut être remplie en moins de 10 minutes.
- Peut être utilisée comme mesure avant et après.

Cotation de l'outil :

Nous voulons qu'un score faible signifie un niveau de stress faible, et qu'un score élevé signifie un niveau de stress élevé.

Échelle de stress parental

Les affirmations suivantes décrivent les sentiments et les perceptions concernant l'expérience d'être parent. Pensez à chacun des éléments en fonction de la façon dont votre relation avec votre ou vos enfants se déroule habituellement. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord ou non avec les énoncés suivants en inscrivant le nombre approprié dans l'espace prévu à cet effet.

1 = Pas du tout d'accord 2 = Pas d'accord 3 = Indécis 4 = D'accord 5 = Tout à fait d'accord

1	Je suis heureux dans mon rôle de parent.	1 2 3 4 5
2	Il n'y a rien ou presque que je ne ferais pas pour mon (mes) enfant(s) si c'était nécessaire.	1 2 3 4 5
3	S'occuper de mon (mes) enfant(s) me prend parfois plus de temps et d'énergie que je n'en ai à donner.	1 2 3 4 5
4	Je m'inquiète parfois de savoir si j'en fais assez pour mon (mes) enfant(s).	1 2 3 4 5
5	Je me sens proche de mon (mes) enfant(s).	1 2 3 4 5
6	J'aime passer du temps avec mon (mes) enfant(s).	1 2 3 4 5
7	Mon (mes) enfant(s) est (sont) une source importante d'affection pour moi.	1 2 3 4 5
8	Le fait d'avoir un (des) enfant(s) me donne une vision plus sûre et optimiste de l'avenir.	1 2 3 4 5
9	Mon (mes) enfant(s) est (sont) la principale source de stress dans ma vie.	1 2 3 4 5
10	Le fait d'avoir un ou des enfants me laisse peu de temps et de flexibilité dans ma vie.	1 2 3 4 5
11	Avoir un (des) enfant(s) a été un fardeau financier.	1 2 3 4 5
12	Il est difficile d'équilibrer les différentes responsabilités à cause de mon (mes) enfant(s).	1 2 3 4 5
13	Le comportement de mon (mes) enfant(s) est souvent embarrassant ou stressant pour moi.	1 2 3 4 5
14	Si c'était à refaire, je déciderais de ne pas avoir d'enfant(s).	1 2 3 4 5
15	Je me sens dépassé(e) par la responsabilité d'être parent.	1 2 3 4 5
16	Avoir un (des) enfant(s) a signifié avoir trop peu de choix et de contrôle sur ma vie.	1 2 3 4 5
17	Je suis satisfait(e) en tant que parent	1 2 3 4 5
18	Je trouve mon (mes) enfant(s) agréable(s)	1 2 3 4 5

Échelle de stress parental

Cotation

Pour calculer le score de stress parental, les items 1, 2, 5, 6, 7, 8, 17 et 18 doivent être inversés comme suit : (1=5) (2=4) (3=3) (4=2) (5=1). Les scores des items sont ensuite additionnés.

Cotation de l'outil :

Nous voulons qu'un score faible signifie un niveau de stress faible et qu'un score élevé signifie un niveau de stress élevé.

- Les scores globaux possibles sur l'échelle vont de 18 à 90.
- Plus le score est élevé, plus le niveau de stress parental mesuré est élevé.

Utilisez un tableau simple pour montrer les résultats avant et après afin de déterminer si une intervention a eu un effet positif.

- Comparaison des résultats individuels avant/après ou des scores globaux longitudinaux de l'échelle de stress parental.
- La comparaison des scores moyens avant et après pour les groupes (parents/soignants ayant accès à l'intervention particulière/aux sessions de groupe, au service ou à la prestation).

Références : Berry, JD, & Jones, W,H, (1995) The Parental Stress Scale : initial psychometric evidence. Journal of Social and Personal Relationships, 12, 463 –

