

## **Faire famille en temps de pandémie : difficultés et opportunités**

Venard, G.<sup>1</sup>, Mouton, B.<sup>2</sup>, Zimmermann, G.<sup>3</sup>, & Van Petegem, S.<sup>4</sup>

<sup>1</sup>*Psychologue, Doctorante, FAmily and DevelOpment Research Center (FADO), Institut de Psychologie, Université de Lausanne, Suisse*

<sup>2</sup>*Chercheuse Postdoctorale, Centre de recherche de Psychologie du Développement, de la Famille et des Systèmes humains (DéFaSy), Faculté des Sciences Psychologiques et de l'Éducation, Université Libre de Bruxelles, Belgique*

<sup>3</sup>*Professeur, FAmily and DevelOpment Research Center (FADO), Institut de Psychologie, Université de Lausanne, Suisse*

<sup>4</sup>*Chercheur qualifié F.R.S.-FNRS, Centre de recherche de Psychologie du Développement, de la Famille et des Systèmes humains (DéFaSy), Faculté des Sciences Psychologiques et de l'Éducation, Université Libre de Bruxelles, Belgique*

**Notes des auteurs et remerciements.** Cette contribution a été soutenue par Le Fonds National Suisse de la recherche scientifique (FNS n°10001C\_179455) et le Conseil européen de la recherche (European Research Council – numéro de subvention 950289). Nous n'avons aucun conflit d'intérêt à déclarer. Adresse de correspondance: [Gaelle.Venard@unil.ch](mailto:Gaelle.Venard@unil.ch)

## **Faire famille en temps de pandémie : difficultés et opportunités**

### **Résumé**

La vie quotidienne des familles a été bouleversée durant la crise sanitaire liée à la pandémie du COVID-19. Cet article propose une revue de la littérature afin d'observer la manière dont les parents se sont adaptés en fonction de leurs réalités et de leurs ressources tant individuelles que conjugales, familiales ou sociales. Dans un contexte idéologique de « sur-responsabilisation parentale », la pandémie est venue exacerber la pression sociale et les injonctions envers les parents. De nombreuses études indiquent que les parents ont ressenti des niveaux élevés de stress, d'anxiété et d'épuisement, en particulier les figures maternelles qui ont souvent porté la double charge de poursuivre leur activité professionnelle et de garantir l'organisation et le bon fonctionnement de la famille dans ce contexte d'adversité. Dans un tel contexte, les parents se sont trouvés à risque de mettre en place des pratiques de surprotection parentale qui peuvent fragiliser l'autonomie et le bien-être des enfants, notamment des adolescents. Des conséquences positives ont été aussi identifiées chez certains parents, comme une meilleure conciliation entre vie familiale et professionnelle et une coparentalité plus équilibrée. Ainsi, certains parents ont été confrontés à des difficultés durant la pandémie qu'ils ont vécu comme une source de pression supplémentaire, alors que d'autres ont traversé cette crise de manière positive. Leur capacité d'adaptation pourrait s'avérer une ressource précieuse pour les potentielles crises à venir.

The daily life of families has been modified deeply during the COVID-19 pandemic. This article proposes a literature review in order to observe how parents have adapted according to their individual, marital, family and social realities and resources. In a context of a “parental over-responsabilisation” ideology, the pandemic has amplified the social pressure and demands on parents. Numerous studies indicated that parents felt high levels of stress, anxiety and exhaustion, in particular mothers who often had to bear the double burden of their professional activity and family organization in this context of adversity. In such a context, parents were at risk of engaging in overprotective parenting that can undermine children's autonomy and well-being, in particular among adolescents. Positive consequences were also identified among some parents, such as a better work-family balance and a more balanced coparenting. Thus, some parents faced difficulties during the pandemic which they experienced as a source of additional pressure, while others coped positively with the crisis. Their ability to adapt could prove to be a valuable resource for potential future crises.

**Mots clés :** Pandémie, Famille, Adaptation, Parentalité intensive, Pression sociale

Pendant près d'un an et demi, chacune et chacun d'entre nous avons dû faire face à une situation inédite qui a entraîné une réorganisation de notre vie quotidienne. Avec la fermeture intermittente des écoles et des lieux de garde des enfants plus jeunes, les confinements à répétition et l'annulation de nombreuses activités extrascolaires, les familles ont particulièrement été touchées (Cluver et al., 2020 ; Gagné et al., 2021). Les parents ont dû adapter leur quotidien au fil des restrictions et de leurs modifications. Certains ont notamment dû honorer leurs obligations professionnelles tout en assurant la garde de leurs enfants. Ces parents-là – et les mères en particulier – ont dû faire face à une double injonction : assurer les tâches éducatives et de soin de leur enfant tout en travaillant efficacement, et ce, souvent sans pouvoir compter sur l'aide d'un tiers (p.ex. grands-parents). D'autres encore se sont retrouvés sans emploi ou activité temporairement.

Dans une très grande majorité de familles, une série d'adaptations ont été nécessaires lors de cette pandémie, adaptations qui ont pris des formes diverses et qui ont touché différents niveaux du système familial : la famille étendue, la famille en tant que système global, la relation dyadique entre parent et enfant et chaque individu au sein de la famille (Weeland et al., 2021). La crise sanitaire a bouleversé des routines quotidiennes et des équilibres souvent implicites au cœur des familles. D'un côté, elle a parfois accentué certains déséquilibres et dysfonctionnements, par exemple en faisant émerger ou augmenter des conflits sous-jacents qui, dans ces huis-clos forcés, ont conduit parfois à des passages à l'acte de violence. Alors que les activités à l'extérieur de la maison (professionnelles, sportives, sociales, etc.) pouvaient servir de contenants à une violence intériorisée chez certains parents ou fratries, le confinement a parfois mené à certains dérapages. La fonction de contenance de la vie à l'extérieur de la famille étant mise à mal, des violences intra-familiales plus nombreuses ont été observées (Humphreys et al., 2020). De l'autre côté, cette rupture d'équilibre a parfois permis une renégociation des priorités et des contributions de chacune et chacun dans d'autres familles, avec des conséquences positives en termes de partage des tâches plus équilibrées. Certains parents ont ainsi pu profiter de ces bouleversements pour passer plus de temps de qualité avec leurs enfants, alors que d'autres ont été confrontés à de nouvelles difficultés (Fegert et al., 2020 ; McRae et al., sous presse). Ces parents ont en commun d'avoir revisité leur rôle de parent et leur parentalité dans sa réalité concrète, ses impasses, ses frustrations et ses satisfactions. Cette exploration a pu notamment être marquée par l'impératif social d'être un parent

« parfait », impératif internalisé par nombre de parents dans notre société contemporaine (Lee et al., 2014 ; Venard et al., 2020).

Nous présentons dans cet article quelques réflexions quant aux adaptations qu'ont dû faire les parents durant la pandémie en prenant en compte le contexte plus large dans lesquelles elles s'inscrivent, en particulier celui de l'idéologie de la parentalité intensive (Hays, 1996). Sur la base des résultats d'études réalisées pendant la crise sanitaire sur les vécus des parents, nous décrirons les différents défis qui découlent de cette idéologie, amplifiés dans le contexte anxiogène de la pandémie. En outre, nous aborderons les différentes adaptations mises en place par les familles, en lien avec leurs facteurs de risque et de résilience, ainsi que les conséquences parfois positives de la crise sanitaire. Une réflexion autour de la temporalité de la crise et des risques postérieurs sera également proposée.

### **Être un parent parfait : une idéologie parentale contemporaine**

Si le siècle passé était celui de l'enfance, Martin (2018) n'hésite pas à parler du XXI<sup>ème</sup> siècle comme étant celui du parent : le parent sur qui repose la charge éducative, la responsabilité de ne pas se tromper tout au long du développement de son enfant et qui doit se montrer digne de recevoir l'amour de son enfant. La conception du "travail" parental a ainsi évolué, et aujourd'hui, on insiste beaucoup sur la nécessité des parents à s'investir dans la parentalité afin de favoriser l'épanouissement et la socialisation de leur enfant et de lui préparer le meilleur avenir possible (Martin & Leloup, 2020). Depuis quelques années déjà, plusieurs études ont du reste mis en évidence le phénomène de l'*intensive parenting ideology* (l'idéologie de la parentalité intensive) dans nos sociétés occidentales contemporaines (p.ex. Hays, 1996 ; Hoffman, 2010). Ce concept désigne l'injonction sociétale généralement véhiculée par les médias (livres, émissions télévisées, réseaux sociaux), mais aussi par les autres parents à être un « parent parfait » (Bernstein & Trigger, 2011). Il s'agirait aujourd'hui pour les parents d'être très investis dans leur rôle parental, en consacrant notamment beaucoup de temps, de ressources financières et d'énergie dans l'éducation de leur enfant (Liss et al., 2013). Cette pression à être un « parent parfait » concernerait également le devoir d'être bien informé et d'appliquer tout ce qui est conseillé pour le développement optimal d'un enfant. L'implication intensive du parent débiterait dès la naissance avec, par exemple, une grande attention portée à la qualité de la nourriture et aux étapes développementales de l'enfant. Puis, cette attention se poursuivrait jusqu'à l'adolescence et même au-delà (p.ex., suivi intensif des performances scolaires, surveillance stricte du temps passé devant les écrans, etc.). Toutefois, la poursuite de cet idéal parental semble constituer une source de pression importante pour de nombreux parents, les

conduisant à mettre au premier plan leur enfant au détriment parfois de leurs propres besoins. Ces injonctions s'adresseraient en particulier aux figures maternelles, considérées comme la figure parentale éducative principale (Hays, 1996). En effet, en vertu de l'idéologie de la maternité intensive (*intensive mothering ideology*), elles seraient disposées à être de meilleurs parents que leurs homologues masculins (Rouyer, 2011 ; Hays, 1996). Selon cette idéologie, le rôle des figures maternelles consisterait à se dévouer entièrement à leur progéniture quels que soient leurs propres besoins, leurs projets personnels ou encore leur situation professionnelle, en somme, quel que soit le contexte dans lequel la famille se trouve (Damaske, 2013, Walls et al., 2016).

### **La parentalité intensive dans la période anxiogène de la pandémie**

Durant la période de confinement, une multitude de messages (p.ex., conseils pour la structuration de la journée, pour la gestion du temps d'écrans, suivi du programme scolaire etc.) ont été diffusés via les médias et les réseaux sociaux afin de soutenir les parents dans l'organisation de la vie familiale. Malheureusement, il est possible qu'au lieu de soutenir les parents dans leur rôle et de les accompagner dans cette période d'incertitude, ce déluge de conseils n'ait contribué qu'à accentuer la pression ressentie par certains parents (Marchetti et al., 2020). Cette pression peut avoir pour conséquence, chez le parent qui la ressent, une augmentation de l'épuisement, et des niveaux de stress et d'anxiété. Les résultats de l'étude de Marchetti et collègues (2020) menée en Italie indiquent notamment une augmentation de 17% d'épuisement parental lorsque le parent se sent physiquement et psychologiquement au bout de ses ressources et sans énergie. En plus de l'impact psychologique et physique pour le parent, l'épuisement parental (ou *burnout parental*) peut comporter certains risques à long terme sur le bien-être des différents membres de la famille (Roskam & Mikolajczak, 2018). En effet, il se traduit également par une distance émotionnelle du parent vis-à-vis de son enfant. Le parent rencontre alors des difficultés à prendre du plaisir dans l'interaction avec son enfant et à s'investir dans son éducation de façon adaptée. Dans cet état, il peut se sentir triste, coupable et honteux de ne pas être capable de s'impliquer comme auparavant. Cet état peut aussi conduire à des comportements négligents, voire parfois violents vis-à-vis de l'enfant. A cet égard, de nombreuses données récoltées ont pu faire état d'une augmentation des violences intrafamiliales pendant la pandémie (p.ex. Roje Dapic et al., 2020). En outre, l'épuisement parental peut conduire à des tensions au sein du couple conjugal qui peuvent rejaillir sur chacun des parents et les enfants (Roskam & Mikolajczak, 2018).

En plus de l'épuisement parental, il a été démontré que le niveau de stress et de nervosité des parents a particulièrement augmenté durant cette période (Brooks et al., 2020). Selon une

étude suédoise auprès de 2868 parents, près de 25% des parents avaient des niveaux cliniques d'anxiété et de dépression suite au premier confinement (Johnson et al., 2021). Les parents étaient particulièrement stressés comparativement aux autres individus, notamment concernant les mesures sanitaires et la menace de la pandémie omniprésente dans les médias (Lauri Korajlija & Jokic-Begic, 2020). Les mères étaient particulièrement touchées, probablement car elles étaient le plus souvent désignées pour assumer la surcharge de tâches éducatives et ménagères, en plus de leur activité professionnelle. Une étude néo-zélandaise auprès de plus de 150 couples parentaux a ainsi montré que la division des tâches entre les parents pendant le premier confinement suivait la logique de *l'intensive mothering* : tant les mères que les pères ont affirmé que les mères avaient assuré davantage les tâches d'éducation et de gestion de la maison (Waddell et al., 2021).

### **La surprotection parentale et la diminution de liberté**

Ces différents éléments ont pu alimenter des phénomènes de surprotection parentale chez les parents particulièrement anxieux et sensibles à la pression sociale d'être un parent parfait. La surprotection parentale se définit par un degré de protection disproportionné par rapport au niveau développemental de l'enfant (Thomasgard et al., 1995). Par exemple, le parent surprotecteur a tendance à vouloir protéger son enfant des moindres dangers ou contrariétés, à résoudre ses conflits relationnels à sa place et à réagir démesurément lorsqu'il rencontre des difficultés (Brenning et al., 2017). Cette manière d'agir a, en général, pour effet d'entraver l'autonomie de l'enfant et de l'empêcher de développer les compétences nécessaires pour faire face aux difficultés de la vie quotidienne (Holmbeck et al., 2002). Les enfants surprotégés présentent ainsi davantage de troubles somatiques (p.ex., maux de ventre), de manifestations anxieuses ou dépressives et de troubles du comportement (Van Petegem et al., 2020). Plusieurs travaux indiquent aujourd'hui que les parents anxieux ou inquiets sont ceux qui ont le plus tendance à manifester des comportements surprotecteurs (Segrin et al., 2013 ; Venard et al., soumis). Le climat anxiogène qui régnait lors du premier confinement a considérablement pu contribuer à cette anxiété et ces inquiétudes. En effet, les mesures strictes d'hygiène et de distanciation sociale, les avis d'experts (parfois contradictoires) sur la gestion de la pandémie ainsi que la diffusion massive d'images et d'informations inquiétantes ont ponctué notre quotidien durant plusieurs mois. Il a également été longtemps question du rôle des enfants dans la propagation du virus et du bienfondé du retour en classes des élèves. Parallèlement, les études sur le premier confinement ont montré que certains parents ont augmenté leurs pratiques éducatives autoritaires tout en réduisant leur soutien à l'autonomie – en tout cas de manière temporaire (Bülow et al., 2021). Toutefois, dans les circonstances de la pandémie, certains

comportements qui pouvaient être qualifiés de surprotecteurs dans des conditions dites « normales », ont pu être considérés comme adaptés (p.ex. interdiction de sortie du domicile, de voir des amis), en particulier en raison de la menace réelle que constituait le virus. Ces limitations de liberté n'ont pas été vécues systématiquement comme des entraves à l'autonomie par les adolescents qui en comprenaient la nécessité. Néanmoins, nous ne pouvons pas exclure que l'anxiété de l'enfant et du parent perdurent, amenant le parent à maintenir un comportement surprotecteur au-delà du confinement au détriment du besoin d'exploration et d'autonomie de l'enfant, et de son développement psychosocial.

### **Facteurs de risque et de résilience multiples dans une situation unique**

La pression sociale et le stress générés par la crise sanitaire ont pu venir s'ajouter à un certain nombre de difficultés d'ajustement préexistantes des familles. Les études sur le premier confinement ont pu mettre en évidence l'importance des facteurs tels que le statut socio-économique, la monoparentalité, les problèmes de santé mentale des parents ou des enfants, qui ont, directement ou indirectement, contribué à exacerber les effets négatifs de la pandémie (Weeland et al., 2021). Le statut socio-économique a notamment eu un impact important sur la qualité de vie des familles pendant la crise sanitaire. La superficie de l'habitation, l'accès aux objets connectés (p.ex. ordinateur personnel), la possibilité de télétravailler dans un espace calme, ou encore l'accès à un jardin ou à un parc, ont été déterminants pour l'adaptation des familles dans ce contexte inédit. Ainsi, les familles habitant dans un espace urbain précaire ont eu davantage de stress que d'autres familles. Il en a été de même pour les familles dont les parents sont séparés, les familles monoparentales ou encore recomposées, ainsi que pour les familles nombreuses et avec des enfants en bas-âge (Johnson et al., 2021). Selon l'hypothèse dite de cumul de risques (Conger & Conger, 2002), les parents confrontés à un stress aigu ayant déjà des difficultés initiales peuvent entrer dans un cercle vicieux. En effet, si les exigences de la situation dépassent leurs ressources, des difficultés de santé mentale (anxiété, dépression) et de tensions familiales se renforcent mutuellement.

En plus de ces facteurs de risque, quelques études se sont également intéressées aux facteurs de résilience qui permettent de comprendre pourquoi certaines familles ont moins souffert durant la pandémie. Le soutien social perçu par les parents a notamment pu jouer un rôle protecteur contre ces difficultés (Ren et al., 2020), en particulier le soutien par le partenaire lorsque la coopération entre les deux parents (ou coparentalité) était positive (McRae et al., sous presse). De plus, lorsque les parents avaient une identité parentale forte (perception claire et autonome de qui l'on est en tant que parent, et de la parentalité comme ayant de la valeur en soi), ils semblaient mieux armés pour affronter ces difficultés (Schrooyen et al., 2021). Ce

résultat s'expliquerait par le fait que les parents qui ont une perception claire de leurs objectifs en tant que parents ressentent moins de doutes sur leur rôle parental et ont moins tendance à la rumination lors de prise de décisions au sujet de leur enfant (Schrooyen et al., 2021). Ainsi, durant la pandémie, cette identité parentale forte et positive ressentie par certains parents les a protégés des effets négatifs du stress.

### **La crise sanitaire : un déclencheur de changements positifs ?**

De nombreuses études ont globalement mis en évidence les effets négatifs de la pandémie sur la santé mentale et le bien-être des parents. Cependant, il est important de nuancer le caractère général de ces conséquences négatives. Par exemple, certains parents ont témoigné avoir bénéficié de cette crise pour passer plus de temps de qualité avec leurs enfants (Weeland et al., 2021). La réduction de la charge de travail chez certains parents a en effet permis d'être davantage à la maison, auprès des enfants, dans une disponibilité parfois inédite (Günther-Bel et al. 2020 ; Donker et al., 2020). Ils ont pu bénéficier de plus de temps de jeu, de balade, ou de créativité partagée. Pour celles et ceux qui ont continué à travailler, les conditions de travail à domicile ont souvent permis une plus grande flexibilité et une liberté parfois nouvelle dans l'organisation de la journée. Certains y ont également trouvé une meilleure adaptation à leurs besoins individuels (par ex. marcher le matin ou sur le temps de midi, faire des pauses, seul·e ou avec un proche, etc.) et parentaux (Schrooyen et al., 2021). De la même manière, bien que la crise ait particulièrement affecté la vie quotidienne des figures maternelles, certains pères ont notamment exprimé qu'ils avaient découvert ou redécouvert la vie quotidienne en compagnie de leur·s enfant·s pendant la journée (Weeland et al., 2021). En partageant davantage avec la mère les tâches éducatives, certains ont pu s'investir à un plus haut degré dans l'éducation de leur·s enfant·s et réduire ainsi le niveau de stress parental des mères (McRae et al., sous presse ; Peltz et al., 2020).

### **Difficulté de se projeter lors du deuxième confinement**

A l'heure actuelle, les études disponibles sur les conséquences des diverses mesures qui ont suivi le premier confinement sont rares. A la différence du premier confinement qui a été global en incluant la fermeture des écoles et des crèches, les suivants ont varié entre pays, régions, voire même établissements scolaires. A titre d'exemple, en Belgique, les modalités d'enseignement sont devenues hybrides pour les adolescent·e·s au lycée. Ils suivaient les cours sous la forme de quelques jours à la maison / quelques jours en l'école (consécutifs ou non dans la semaine), ou d'une semaine complète à la maison suivie d'une semaine complète à l'école. En Suisse, les cours ont été maintenus à tous les âges mais les activités extra-scolaires étaient extrêmement limitées.



Sur la base d'observations cliniques, plusieurs phénomènes ont été décrits (Josse, 2020). Par exemple, un épuisement psychique et physique a été observé chez certains parents qui avaient déjà épuisé leurs ressources pour faire face au stress ressenti lors du premier confinement. Certains facteurs de stress restaient d'actualité, comme la cohabitation parfois tendue entre les différents membres de la famille, qui se trouvait ainsi prolongée dans le temps. Les projets repoussés lors de la première période ont également souvent été à nouveau remis à plus tard. La difficulté à se projeter dans un futur stable et prévisible est donc devenue une source de stress. L'incertitude, l'impossibilité de rêver aux prochaines vacances, aux prochains voyages, aux prochains moments de retrouvailles avec la famille éloignée ou les proches a plongé certaines familles dans une morosité importante. Cette morosité a pu contribuer à un ralentissement physique et psychique, tant chez les parents que chez les enfants, en particulier les adolescents. L'anxiété autour de la maladie a sans doute diminué au fil du temps, mais elle a pu faire place à d'autres sources d'anxiété telles que l'avenir personnel de l'adolescent, les préoccupations concernant de possibles difficultés économiques, des projections sombres sur l'impact réchauffement climatique, etc. Compte tenu de ces éléments, nous faisons l'hypothèse que cette période a été particulièrement difficile pour les adolescents en quête d'autonomie au moment de se décider pour leur avenir, et pour qui les relations avec les pairs sont particulièrement importantes durant cette période développementale (Claes, 2004).

### **Être parent depuis la crise sanitaire : quels effets à long terme ?**

Finalement, la crise sanitaire pourrait mettre les familles sous pression à plus long terme aussi, au-delà des périodes de confinement. Premièrement, les différentes mesures sanitaires ont eu un impact sur l'économie mondiale et l'anxiété qui y est associée (Fetzer et al., 2020), ce qui pourrait avoir des implications sur les dynamiques familiales en accentuant les inégalités économiques. Certaines recherches ont, en effet, mis en exergue que les parents vivant dans un pays à fortes inégalités salariales pouvaient avoir des tendances surprotectrices envers leur enfant (p.ex. Doepke & Zilibotti, 2019). Par exemple, aux États-Unis, pour accéder aux universités réputées très onéreuses et sélectives, les parents n'hésiteraient pas à pousser leurs enfants à travailler sans relâche afin qu'ils soient sélectionnés ou qu'ils obtiennent éventuellement une bourse (Lukianoff & Haidt, 2018). Cette inclination à s'impliquer excessivement dans la vie de l'enfant est apparue dès les années quatre-vingt, au moment où les inégalités économiques devenaient plus saillantes. Les parents seraient ainsi progressivement devenus particulièrement soucieux de la réussite scolaire de leur enfant, se considérant comme de plus en plus responsables de l'avenir de ce dernier (Doepke & Zilibotti, 2019). Selon Neyrand (2014, p. 142), nous évoluons aujourd'hui dans un contexte de "sur-

responsabilisation parentale" qui consiste à assigner principalement aux figures parentales la responsabilité éducative de leurs enfants, tout en évacuant "dans le même mouvement la responsabilité sociale, institutionnelle et pluridimensionnelle de l'éducation". Cette évolution ne serait pas sans lien avec ce que cet auteur décrit comme la dérive néolibérale dont se rendent coupables nos sociétés (Neyrand, 2014). Aujourd'hui, l'économie mondiale apparaissant comme plus incertaine que jamais, cette situation pourrait amener certains parents à adopter des comportements plus surprotecteurs et rendre les enfants plus anxieux. En effet, ils s'inquièteraient davantage de la réussite économique de leur progéniture et s'investiraient alors d'autant plus pour assurer leur avenir, au détriment de leur propre santé et celle de leur enfant (Doepke & Zilibotti, 2019 ; Venard et al., soumis).

En outre, nous supposons que globalement les relations sociales ont été particulièrement affectées. En effet, nous pouvons remarquer que les relations au-delà de la famille nucléaire ont été perturbées, affectant toutes les classes d'âges. C'est par exemple le cas des grands-parents qui n'ont pas pu recevoir de visite de leur famille. Ce contexte a pu mener à des situations particulièrement dramatiques, voire parfois traumatisantes en ce qui concerne les derniers moments partagés avec les grands-parents et le vécu de deuil qui n'a pu être ni partagé ni ritualisé (Hernández-Fernández & Meneses-Falcón, 2021). Il semble important de réfléchir autour de ce manque qui ne pourra difficilement être rattrapé et à quel point certaines personnes ont pu être traumatisées (Josse, 2020). En outre, comme mentionné précédemment, les adolescents dont les relations avec les pairs sont primordiales durant cette période développementale ont vu leur vie sociale particulièrement impactée durant la crise. Il semble important de s'interroger sur l'impact que cette réduction de liens sociaux a pu avoir sur long terme pour cette population.

### **Conclusion : faire face aux crises en tant que famille**

La crise sanitaire a monopolisé toutes les énergies et attentions des familles pendant plusieurs mois. Les questionnements sur d'autres sources d'inquiétude, d'autres crises à venir, comme celle associée aux changements climatiques (IPCC, 2021), ont quelque peu été mis de côté face à l'urgence de résoudre prioritairement la crise sanitaire. Les préoccupations environnementales suscitent aujourd'hui un niveau élevé d'éco-anxiété chez les jeunes, comme en attestent les résultats de plusieurs études récentes (p.ex. Hickman et al., 2021). Toutefois, la crise sanitaire, au-delà de ses conséquences négatives sur nombre de parents, n'a-t-elle pas aussi illustré les multiples formes de résilience parentale face à une situation d'adversité inédite ? En effet, les parents ont pu se plier à certaines règles extrêmement strictes en acceptant l'urgence de la cause, ce qui en a amené certains à réévaluer le sens de leur activité professionnelle et leur

engagement familial. Ces ressources pourraient s'avérer fort utiles dans le contexte d'autres crises qui solliciteront les capacités d'adaptation de tout un chacun et des parents en particulier.

## Références

- Bernstein, G., & Trigger, Z. (2011). Over-parenting. *U.C. Davis Law Review*, 44(4), 1221-1280. <https://lawreview.law.ucdavis.edu/issues/44/4/articles/Bernstein.pdf>
- Brenning, K.M., Soenens, B., Van Petegem, S., & Kins, E. (2017). Searching for the roots of overprotective parenting in emerging adulthood: Investigating the link with parental attachment representations using an actor partner interdependence model (APIM). *Journal of Child and Family Studies*, 26(8), 2299-2310. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0744-2>
- Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, P.S., & Greenberg, N. (2020) The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bülöw, A., Keijsers, L., Boele, S., Van Roekel, E., & Denissen, J. J. A. (2021). Parenting adolescents in times of a pandemic: Changes in relationship quality, autonomy support, and parental control? *Developmental Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/dev0001208>
- Claes, M. (2004). Les relations entre parents et adolescents : un bref bilan des travaux actuels. *L'orientation scolaire et professionnelle*, 33(2), 205-226. <https://doi.org/10.4000/osp.2137>
- Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., ... & McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *Lancet*, 395(10231), e64. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30736-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30736-4)
- Conger, R. D., & Conger, K. J. (2002). Resilience in Midwestern families: Selected findings from the first decade of a prospective, longitudinal study. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 361-373. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00361.x>
- Damaske, S. (2013). Work, family, and accounts of mothers' lives using discourse to navigate intensive mothering ideals. *Sociology Compass*, 7(6), 436-444. <https://doi.org/10.1111/soc4.12043>
- Doepke, M., & Zilibotti, F. (2019). *Love, money & parenting: How economics explains the way we raise our kids*. Princeton University Press.
- Donker, M. D., Mastrotheodoros, S., & Branje, S. (2021). Development of parent adolescent relationships during the COVID-19 pandemic: The role of stress and coping. *Developmental Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/dev0001212>
- Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P. L., & Clemens, V. (2020). Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 14, 1-11. <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00329-3>
- Fetzer, T., Hensel, L., Hermle, J., & Roth, C. (2020). Coronavirus perceptions and economic anxiety. *The review of economics and statistics*, 1-36. [https://doi.org/10.1162/rest\\_a\\_00946](https://doi.org/10.1162/rest_a_00946)
- Gagné, M.-H., Piché, G., Clément, M.-È., & Villatte, A. (2021). Families in confinement: A pre-post COVID-19 study. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/cfp0000179>
- Günther-Bel, C., Vilaregut, A., Carratala, E., Torras-Garat, S., & Pérez-Testor, C. (2020). A mixed-method study of individual, couple, and parental functioning during the state-

- regulated COVID-19 lockdown in Spain. *Family process*, 59(3), 1060-1079.  
<https://doi.org/10.1111/famp.12585>
- Hays, S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. Yale University Press.
- Hernandez-Fernandez, C. & Meneses-Falcon, C. (2021). I can't believe they are dead. Death and Mourning in the absence of goodbyes during the COVID-19 pandemic. *Health & Social Care in the Community*. Advance online publication.  
<https://doi.org/10.1111/hsc.13530>
- Hickman, C. (2020). We need to (find a way to) talk about... Eco-anxiety. *Journal of Social Work Practice*, 34(4), 411-424. <https://doi.org/10.1080/02650533.2020.1844166>
- Hoffman, D.M. (2010) Risky Investments: Parenting and the production of the 'resilient child'. *Health, Risk and Society*, 12(4), 385–394.  
<https://doi.org/10.1080/13698571003789716>
- Holmbeck, G. N., Johnson, S. Z., Wills, K. E., McKernon, W., & Rose, B. (2002). Observed and perceived parental overprotection in relation to psychosocial adjustment in preadolescents with a physical disability: The mediational role of behavioral autonomy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(1), 96-110.  
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.70.1.96>
- Humphreys, K. L., Myint, M. T., & Zeanah, C. H. (2020). Increased risk for family violence during the COVID-19 pandemic. *Pediatrics*, 146(1), e20200982.  
<https://doi.org/10.1542/peds.2020-0982>
- IPCC, 2021: Summary for Policymakers. In: Climate Change 2021: The Physical science basis. contribution of working group I to the sixth assessment report of the intergovernmental panel on climate change [MassonDelmotte, V., P. Zhai, A. Pirani, S.L. Connors, C. Péan, S. Berger, N. Caud, Y. Chen, L. Goldfarb, M.I. Gomis, M. Huang, K. Leitzell, E. Lonnoy, J.B.R. Matthews, T.K. Maycock, T. Waterfield, O. Yelekçi, R. Yu, and B. Zhou (eds.)]. Cambridge University Press.
- Johnson, M. S., Skjerdingsstad, N., Ebrahimi, O. V., Hoffart, A., & Johnson, S. U. (2020, December 13). Parenting in a pandemic: Parental stress during the physical distancing intervention following the onset of the COVID-19 outbreak. Retrieved from <https://doi.org/10.31234/osf.io/3nsd>
- Josse, E. (2020, April). Ces adolescents qui bravent le confinement. Pistes de réflexion. Retrieved from [www.resilience-psy.com](http://www.resilience-psy.com)
- Lauri Korajilija, A., & Jokic-Begic, N. (2020). COVID-19 : Concerns and behaviours in Croatia. *British Journal of Health Psychology*, 25(4), 849-855. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12425>
- Lee, E., Bristow, J., Faircloth C., & Macvarish, J. (2014). *Parenting culture studies*. Springer.
- Liss, M., Schiffrin, H. H., Mackintosh, V. H., Miles-McLean, H., & Erchull, M. J. (2013). Development and validation of a quantitative measure of intensive parenting attitudes. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 621-636.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-012-9616-y>
- Lukianoff, G., & Haidt, J. (2018). *The coddling of the American mind: How good intentions and bad ideas are setting up a generation for failure*. Penguin Books.
- Marchetti, D., Fontanesi, L., Mazza, C., Di Giandomenico, S., Roma, P., & Verrocchio, M. C. (2020). Parenting-related exhaustion during the Italian COVID-19 lockdown. *Journal of Pediatric Psychology*, 45(10), 1114-1123. <https://doi.org/10.1002/ijop.12755>
- Martin, C. (2018, 12 décembre). Bien-être des enfants et parentalité. [YouTube]. Consulté sur. <https://www.youtube.com/watch?v=VOy6vkERdIk>

- Martin, C. & Leloup, X. (2020). La parentalisation du social. *Lien Social et Politiques*, (85), 5–18. <https://doi.org/10.7202/1073739ar>
- McRae, C. S., Overall, N. C., Henderson, A. M. E., Low, R. S. T., & Chang, V. T. (in press). Parents' distress and poor parenting during a COVID-19 lockdown: The buffering effects of partner support and cooperative coparenting. *Developmental Psychology*.
- Neyrand, G. (2014). Visée sécuritaire et managériale, ou soutien et accompagnement des parents : les paradoxes d'une gestion néolibérale de la famille. In : C. Martin (Ed.), « *Être un bon parent* » : une injonction contemporaine (pp. 137-150). Presses de l'EHESP.
- Peltz, J. S., Crasta, D., Daks, J., & Rogge, R. D. (2020, December 21). Shocks to the system: The influence of COVID-19-related stressors on coparental and family functioning. Retrieved from <https://doi.org/10.31219/osf.io/93hk4>
- Ren, J., Xingkai, L., Chen, S., Suiqing, C., Nie, Y. (2020). The influence of factors such as parenting stress and social support on the state anxiety in parents of special needs children during the COVID-19 epidemic. *Frontiers in Psychology*. 11(565393). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.565393>
- Rouyer, V. (2011). Dialectique du genre et de la parentalité. Dans Welzer-Lang, D. & Zaouche Gaudron, C. (2011). *Masculinités : état des lieux*. Érès. <https://doi.org/10.3917/eres.welze.2011.01>
- Roje Dapic, M., Buljan Flander, G., & Prijatelj, K. (2020). Children behind closed doors due to COVID-19 isolation : abuse, neglect and domestic violence. *Archives of Psychiatry Research*, 56(2), 181-192. <https://doi.org/10.20471/dec.2020.56.02.06>
- Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2018). *Le burn-out parental: Comprendre, diagnostiquer et prendre en charge*. De Boeck Supérieur.
- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., & Montgomery, N. (2013). Parent and child traits associated with overparenting. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(6), 569-595. <https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.6.569>
- Schrooyen, C., Soenens, B., Waterschoot, J., Vermote, B., Morbée, S., Beyers, W., Brenning, K., Dieleman, L., Van der Kaap-Deeder, J., & Vansteenkiste, M. (2021). Parental identity as a resource for parental adaptation during the COVID-19 lockdown. *Journal of Family Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/fam0000895>
- Thomasgard, M., Metz, W. P., Edelbrock, C., & Shonkoff, J. P. (1995). Parent-child relationship disorders: I. Parental overprotection and the development of the Parent Protection Scale. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 16(4), 244-250. <https://doi.org/10.1097/00004703-199508000-00006>
- Venard, G., Van Petegem, S., & Pina Brito, V. (2020, 19 octobre). *Parents sous pression pour devenir parfaits*. REISO: Revue d'information sociale. <https://www.reiso.org/document/6533>
- Venard, G., Pina Brito, V., Eeckhout, P., Zimmermann, G., & Van Petegem, S. (soumis) Quand le parent veut trop bien faire : état de la littérature sur le phénomène de surprotection parentale. *Psychologie française*.
- Van Petegem, S., Antonietti, J.-P., Eira Nunes, C., Kins, E., & Soenens, B. (2020). The relationship between maternal overprotection, adolescent internalizing and externalizing problems, and psychological need frustration: A multi-informant study using response surface analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 162-177. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01126-8>

- Waddell, N., Overall, N. C., Chang, V. T., & Hammond, M. D. (2021). Gendered division of labor during a nationwide COVID-19 lockdown: Implications for relationship problems and satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(6), 1759-1781. <https://doi.org/10.1177/0265407521996476>
- Walls, J. K., Helms, H. M., & Grzywacz, J. G. (2016). Intensive mothering beliefs among full-time employed mothers of infants. *Journal of Family Issues*, 37(2), 245-269. <https://doi.org/10.1177/0192513X13519254>
- Weeland, J., Keijsers, L., & Branje, S. (2021). Introduction to the Special Issue: Parenting and Family Dynamics in Times of the COVID-19 Pandemic. *Developmental Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/dev0001252>