

Création et validation d'un questionnaire de burn-out maternel (2014-2018)

Pourquoi étudier le burnout parental ?

Etre parent procure beaucoup de bonheur mais c'est également source de doutes, de difficultés, de contraintes qui peuvent entraîner un véritable épuisement. Ainsi, de la même façon que les professionnels peuvent vivre épuisement en lien avec leur charge de travail, les parents peuvent eux aussi ressentir une fatigue intense et une lassitude concernant leur rôle parental et les soins aux enfants.

Pourquoi créer une échelle ?

Le burnout parental est un champ d'étude encore nouveau et les premières études sur le sujet se sont appuyées sur des questionnaires existants qui ont été adaptés à la parentalité. Cette étude avait pour objectif d'élaborer et de valider une échelle spécifique de burn-out maternel.

Comment avons-nous procédé ?

Une révision exhaustive de la littérature ainsi que des entretiens avec des mères ont permis de créer un ensemble d'items correspondants aux différentes dimensions du burn-out mises en évidence dans la littérature scientifique.



Les données recueillies auprès de participantes recrutées en ligne ont fait l'objet de deux analyses factorielles qui ont mis en évidence trois facteurs :

- **Manifestations émotivo-comportementales négatives** (Ex : *J'ai du mal à être à l'écoute de mon/mes enfant(s)*)
- **Epuisement physique et émotionnel** (Ex : *Je me demande combien de temps je tiendrai encore avec cet état de fatigue*)
- **Accomplissement parental** (Ex : *J'ai l'impression que je m'en sors moins bien que les autres mères*)

Que savons-nous après l'étude ?

Cette étude a permis de créer et de valider une échelle de burn-out maternel qui puisse être utilisée pour la recherche et la pratique clinique.

Sánchez-Rodríguez, R., Callahan, S., Séjourné, N. (2019). Development and preliminary validation of the Maternal Burnout Scale (MBS) in a French sample of mothers: bifactorial structure, reliability, and validity. *Archives of Women's Mental Health*. doi.org/10.1007/s00737-019-00993-1