

LES STRATÉGIES PARENTALES ET L'AIDE DE L'ENTOURAGE POUR COMPOSER AVEC LE STRESS

Louis Richer, Lise Lachance, Karine N. Tremblay et Alain Côté

Prendre soin d'un enfant ayant une déficience intellectuelle est exigeant. Les ressources parentales pour gérer le stress sont variées, mais la contribution des stratégies d'adaptation et du soutien social ne fait pas l'unanimité. Cette recherche s'intéresse au point de vue de parents quant aux moyens utilisés et au soutien reçu pour s'adapter au stress, et à recueillir leurs recommandations. L'analyse du contenu de quatre groupes focalisés révèle l'importance de la planification, de l'établissement de priorités et du répit. Les personnes les mieux placées pour les comprendre sont celles vivant la même réalité. L'entourage peut aider par son soutien moral, du gardiennage et en situation d'urgence. Les parents recommandent de se regrouper, de demander de l'aide et de revendiquer. L'aide offerte spontanément est appréciée.

PARENTAL STRATEGIES AND SOCIAL SUPPORT TO COPE WITH STRESS

Taking care of a child with an intellectual disability is demanding. Parental resources to cope with stress are various, but study results on coping strategies and social support are inconsistent. This research gathers parents' point of view on their coping strategies and on social support they received to cope with stress. Their recommendations are also considered. Content analysis of four focus groups reveals the importance of planification, the establishment of priorities and respite. The best persons to understand them are the ones that live the same reality. Relatives and friends can help by their moral support, taking care of the child and help during emergencies. The parents recommend to regroup themselves, to ask for help and to claim for services. Spontaneous help offers are appreciate.