



NOVEMBRE 2025 – VOL. 15 N° 1

LES ENFANTS DE PARENTS VIVANT AVEC DES TROUBLES DE SANTÉ MENTALE : UNE REVUE NARRATIVE SUR LES IM- PACTS, LES ENJEUX ET LES STRATÉGIES D'INTERVENTION

Sophia Rose LABBÉ^{1, 2*}

¹École de psychologie, Université Laval, Québec, QC, Canada

²Centre de recherche universitaire sur les jeunes et les familles (CRUJeF), Québec, QC, Canada

srlab1@ulaval.ca

Pour citer l'article

Labbé, S. R. (2025). Les enfants de parents vivant avec des troubles de santé mentale : une revue narrative sur les impacts, les enjeux et les stratégies d'intervention. *Psycause : Revue scientifique étudiante de l'École de psychologie de l'Université Laval*, 15(1), 48-55.

Droits d'auteur

© 2025 Labbé. Cet article est distribué en libre accès selon les termes d'une licence Creative Commons Attribution 4.0 International (de type CC-BY 4.0) qui permet l'utilisation du contenu des articles publiés de façon libre, tant que chaque auteur ou autrice du document original à la publication de l'article soit cité(e) et référencé(e) de façon appropriée.

LES ENFANTS DE PARENTS VIVANT AVEC DES TROUBLES DE SANTÉ MENTALE : UNE REVUE NARRATIVE SUR LES IMPACTS, LES ENJEUX ET LES STRATÉGIES D'INTERVENTION

Sophia Rose LABBÉ^{1,2*}

¹École de psychologie, Université Laval, Québec, QC, Canada

²Centre de recherche universitaire sur les jeunes et les familles (CRUJeF), Québec, QC, Canada

srlab1@ulaval.ca

Résumé

Les enfants de parents atteints de troubles de santé mentale font face à des défis importants qui affectent leur développement, leur bien-être et leur santé mentale. Cette revue narrative explore les impacts sur les enfants des troubles de santé mentale chez les parents et propose des stratégies d'intervention adaptées. Les principaux sujets abordés sont la transmission intergénérationnelle de certains troubles de santé mentale, l'impact sur divers aspects du développement des enfants, les facteurs de risque et de protection associés, la stigmatisation et le rôle du soutien familial. Les résultats révèlent que ces enfants courent un risque accru de troubles mentaux souvent liés au stress chronique, à l'instabilité familiale et aux responsabilités disproportionnées qu'ils assument. Des interventions prometteuses émergent, notamment des programmes psychoéducatifs pour les parents, des initiatives communautaires renforçant la résilience des jeunes et des approches éducatives pour réduire la stigmatisation. Cette synthèse met en lumière la nécessité de stratégies d'intervention adaptées pour répondre aux besoins spécifiques de ces enfants et de leurs familles. Elle offre des pistes concrètes pour guider les pratiques cliniques et communautaires, tout en améliorant la compréhension des enjeux liés à cette problématique.

Mots-clés : Troubles mentaux parentaux, transmission intergénérationnelle, santé mentale des enfants, interventions psychoéducatives

Abstract

Children of parents with mental health disorders face significant challenges that affect their development, well-being, and mental health. This narrative review explores the impacts of parental mental health disorders on children and proposes adapted intervention strategies. The main topics addressed include the intergenerational transmission of certain mental health disorders, the impact on various aspects of children's development, associated risk and protective factors, stigma, and the role of family support. The findings indicate that these children are at increased risk of developing mental health disorders, largely due to chronic stress, family instability, and disproportionate responsibilities. Promising interventions include psychoeducational programs targeted at parents, community-based initiatives designed to enhance youth resilience, and educational approaches to reduce stigma. This synthesis highlights the need for customized and long-lasting interventions to meet the specific needs of these children and their families. It offers practical suggestions to improve clinical and community practices while helping to better understand the challenges faced by this vulnerable population.

Keywords: Parental mental illness, intergenerational transmission, children's mental health, psychoeducational interventions

Les troubles de santé mentale chez les parents touchent un grand nombre de familles (Apter et al., 2017; Leijdesdorff et al., 2017). Par définition, un trouble de santé mentale est une altération importante de la pensée ou du comportement qui cause une détresse psychologique ou nuit au fonctionnement (Gouvernement du Québec, 2025). Ces troubles peuvent se manifester sous plusieurs noms : l'anxiété, la dépression ou le trouble bipolaire, n'en sont que quelques-uns. Ces derniers affectent non seulement les individus qui en souffrent, mais également les enfants qui grandissent dans ces environnements marqués par l'instabilité émotionnelle et relationnelle (Rossow et al., 2016; Murphy et al., 2014). Ces enfants sont souvent confrontés à des défis uniques qui peuvent à la fois nuire à leur développement optimal et augmenter leur risque

de développer, à leur tour, un trouble de santé mentale (Karl et al., 2024; Stein et al., 2014). Cette problématique est exacerbée par la stigmatisation et le manque de ressources disponibles pour ces familles (Reupert et al., 2021; Drost et al., 2017).

Ces enfants, confrontés à des responsabilités disproportionnées et à un stress chronique, présentent un risque accru de développer un trouble de santé mentale. Cela révèle un mécanisme de transmission intergénérationnelle, soit le processus par lequel certaines caractéristiques des individus se transmettent d'une génération à l'autre, de façon consciente ou inconsciente (Apter et al., 2017; Van Santvoort et al., 2014). Malgré la reconnaissance croissante de cette problématique, les défis associés au dépistage, à la prévention et à l'intervention restent impor-

tants (Drost et al., 2017; Seeger et al., 2022). Les impacts des troubles mentaux parentaux sont exacerbés par la stigmatisation, le manque d'accès aux services de soutien et les limites des interventions actuellement disponibles (Reupert et al., 2021; Rossow et al., 2016). Ces obstacles accentuent le fardeau porté par ces enfants et leurs familles, mettant en lumière la nécessité d'élaborer des stratégies d'intervention plus ciblées et adaptées (Havinga et al., 2017; Davies et al., 2022).

Objectifs

L'objectif principal de cette revue narrative est de présenter des associations entre les impacts des troubles de santé mentale des parents sur la santé mentale et le développement des enfants de tous âges. Cette section vise à mettre en lumière les mécanismes de transmission intergénérationnelle et à identifier les principaux impacts psychologiques, émotionnels et cognitifs.

Le deuxième objectif consiste à relever les facteurs de risque et de protection qui influencent la santé mentale de ces enfants. Une attention particulière est portée à la stigmatisation et au rôle du soutien familial, étant donné leur impact important. Cette section met en évidence les variables susceptibles de moduler l'ampleur des effets négatifs sur les enfants.

Le troisième objectif est de répertorier les interventions prometteuses visant à soutenir les enfants et leurs familles. Cette partie de la recension s'intéresse notamment aux programmes de soutien parental, aux interventions communautaires et aux outils numériques visant à favoriser la résilience des enfants. Des pistes intéressantes sont également proposées pour encourager la mise en place d'interventions mieux adaptées et améliorer les stratégies de prévention.

Impacts sur la santé mentale

Risque de troubles mentaux spécifiques chez les enfants

Les enfants de parents ayant un trouble de santé mentale présentent un risque important de développer des troubles spécifiques, reflétant l'impact intergénérationnel des conditions psychologiques familiales (Leijdesdorff et al., 2017; Apter et al., 2017). Les troubles dépressifs sont ceux qui prédominent chez les enfants de parents bipolaires (Apter et al., 2017). Par ailleurs, les enfants de parents anxieux ou dépressifs courent un risque élevé de développer des troubles de l'humeur ou de l'anxiété, atteignant 65 % à l'âge de 35 ans, une prévalence 2 à 3 fois supérieure à celle retrouvée dans la population générale (Havinga et al., 2017). Les enfants de parents ayant un trouble de la personnalité limite font face à des risques accrus de développer ce même trouble, ainsi que des troubles de l'attachement (Rossow et al., 2016). Par ailleurs, l'alcoolisme des parents est associé à des

conséquences négatives sur leurs enfants, notamment des comportements à risque à l'adolescence tels que la consommation de substances, la délinquance et les comportements violents (Rossow et al., 2016). Ces jeunes sont également plus susceptibles de développer des problèmes de santé mentale (Rossow et al., 2016). Les troubles de santé mentale chroniques, notamment la dépression postnatale, augmentent les risques de retards de développement et de psychopathologies chez les enfants, tels que des troubles liés à l'anxiété et à la dépression (Apter et al., 2017).

Effets de la psychopathologie parentale sur les comportements suicidaires

La présence d'antécédents de suicides familiaux constitue un facteur de risque majeur pour le développement de conduites suicidaires chez les adolescents (Apter et al., 2017; Rossow et al., 2016). De plus, la psychopathologie des parents, comme la dépression, la consommation de substances ou les comportements antisociaux, augmente ce risque chez l'enfant (Apter et al., 2017; Rossow et al., 2016). Les environnements familiaux marqués par des abus ou de la violence intensifient également ces vulnérabilités (Apter et al., 2017; Rossow et al., 2016).

Conséquences sur les circuits cérébraux

Les modifications des réseaux cérébraux, impliqués dans la régulation émotionnelle chez les enfants exposés à un trouble de santé mentale chez leur parent, jouent un rôle central dans la transmission intergénérationnelle (Stein et al., 2014). Souvent observées chez les enfants exposés à des troubles parentaux périnataux, celles-ci se traduisent par une hausse des comportements externalisés, comme l'agressivité ou l'opposition (Stein et al., 2014). Ces altérations augmentent également la vulnérabilité des enfants aux troubles de l'humeur et d'anxiété (Stein et al., 2014; Karl et al., 2024). Ces modifications cérébrales, notamment sur le plan des connexions entre le cortex préfrontal et les structures sous-corticales, augmentent la difficulté de régulation émotionnelle et prédisposent les enfants à une impulsivité accrue, augmentant le risque de troubles de santé mentale (Karl et al., 2024).

Rôle du soutien social et des ressources

Le manque de soutien social exacerbe les difficultés des enfants de parents atteints d'un trouble de santé mentale (Drost et al., 2017). Sans accès à des services professionnels ou à un réseau familial de soutien, ces enfants sont plus susceptibles de développer des symptômes de détresse (Drost et al., 2017). L'accès à des informations appropriées sur les troubles de santé mentale ainsi que la mise en place d'interventions précoces, sont essentiels pour rompre ce cycle intergénérationnel (Stein et al., 2014).

Impacts sur le développement

Répercussions sur le développement socio-émotionnel

La santé mentale fragile des parents est liée au développement socio-émotionnel des enfants. Ces derniers peuvent réagir par un blocage émotionnel ou de l'évitement, exacerbant la détresse des parents (Murphy et al., 2014). Ce cercle vicieux peut limiter les enfants dans l'atteinte des étapes normales de leur développement social et émotionnel (Murphy et al., 2014).

Les troubles de santé mentale chez les parents peuvent affecter la capacité de ceux-ci à répondre aux besoins émotionnels de leurs enfants, compromettant la qualité des interactions parent-enfant (Seeger et al., 2022). Par exemple, le trouble de la personnalité limite (TPL) peut influencer les comportements parentaux. Les parents souffrant de TPL peuvent afficher des comportements marqués par une plus grande hostilité et des difficultés de régulation émotionnelle (Seeger et al., 2022). Le TPL peut également être associé à des comportements permissifs, rejetant ou négligents (Seeger et al., 2022). Ces comportements négatifs perturbent la qualité des interactions parent-enfant, réduisant la sensibilité parentale (Seeger et al., 2022).

Les divers troubles de santé mentale peuvent indirectement entraîner des attachements insécurisés ou désorganisés, lesquels sont associés à des difficultés relationnelles et émotionnelles à long terme (Stein et al., 2014; Seeger et al., 2022). Souvent, ces parents s'évaluent comme étant plus chaleureux que ce que leurs enfants rapportent (Murphy et al., 2014). Cette divergence peut aggraver les tensions familiales et accentuer les difficultés émotionnelles des enfants (Murphy et al., 2014). Ces interactions perturbées, combinées à des comportements parentaux incohérents ou imprévisibles, peuvent également nuire à la capacité des enfants à établir des relations stables à l'âge adulte (Seeger et al., 2022).

De plus, de nombreux enfants assument des responsabilités domestiques importantes, telles que le nettoyage, la préparation des repas, ou encore la supervision de la prise de médicaments d'un parent malade (Dam & Hall, 2016). Ce rôle d'aïdant, parfois inadapté à leur âge, réduit leurs interactions sociales, qui sont pourtant essentielles au développement optimal (Davies et al., 2022).

Altérations cérébrales

Les troubles intérieurisés, comme l'anxiété et la dépression chez les parents, sont associés à des modifications dans la connectivité cérébrale des enfants. Ces altérations affectent

des régions clés impliquées dans la régulation des émotions, telles que les connexions entre le cortex préfrontal et les structures sous-corticales (Karl et al., 2024). Les effets de ces altérations cérébrales varient également selon la nature des troubles: les troubles intérieurisés, comme la dépression, diffèrent des troubles extérieurisés, comme les comportements antisociaux, dans leur impact sur la connectivité cérébrale (Karl et al., 2024).

Effets des troubles mentaux maternels périnataux

Les troubles de santé mentale chez la mère pendant la grossesse, tels que l'anxiété et la dépression, augmentent indirectement les risques de naissance prématurée, de faible poids à la naissance et de retards de développement chez les enfants (Satyanarayana et al., 2011; Stein et al., 2014). Ces impacts précoce peuvent compromettre non seulement le développement physique, mais également les trajectoires émotionnelles et cognitives de l'enfant (Stein et al., 2014). Les interventions précoce pour soutenir la santé mentale des mères pendant cette période critique pourraient atténuer ces effets (Stein et al., 2014).

Événements stressants

Les facteurs de stress extrêmes chez les parents, tels que l'incarcération, la perte d'un proche ou une séparation conjugale, exacerbent indirectement les difficultés développementales des enfants (Turney, 2014). Ces contextes engendrent une accumulation de pressions psychologiques, limitant le développement émotionnel et social des enfants (Turney, 2014). Ces circonstances sont également associées à des retards de développement, des troubles de l'attention, des comportements perturbateurs, ainsi qu'à des absences scolaires fréquentes (Turney, 2014).

Facteurs de risque

Impact sur la qualité de vie des enfants

La qualité de vie des enfants peut être compromise par les troubles de santé mentale des parents. Les études montrent qu'elle diminue à mesure que les enfants avancent en âge et se voit aggravée par la prise de responsabilités accrues, l'offre de soins émotionnels et les répercussions négatives liées au soutien apporté au parent malade à domicile (Kallander et al., 2021). Ces éléments augmentent la charge psychologique et impactent leur capacité d'adaptation (Kallander et al., 2021). Les enfants souffrent également de l'absence de leur parent lors d'hospitalisations et ces périodes intensifient leurs inquiétudes sur la santé et la sécurité du parent (Dam & Hall, 2016).

Culpabilité et isolement

Les jeunes enfants interprètent souvent les mauvais jours de leurs parents comme une conséquence de leurs propres actions, ce qui les pousse à se blâmer eux-mêmes. Cette culpabilité peut engendrer une faible estime de soi et un sentiment d'infériorité (Dam & Hall, 2016). Même lorsque le parent semble bien aller, l'enfant continue de ressentir de l'inquiétude face à la possibilité d'une rechute (Dam & Hall, 2016).

Par ailleurs, les enfants se retrouvent fréquemment seuls avec leurs pensées et émotions, en l'absence de soutien émotionnel ou explicatif. Cette solitude alimente leur peur pour l'avenir et intensifie leur sentiment d'isolement (Dam & Hall, 2016).

Les enfants peuvent se préoccuper de la sécurité de leur parent au point de renoncer à sortir avec des amis. Ils craignent constamment une rechute ou un suicide parental (Dam & Hall, 2016). Certains enfants s'inquiètent d'être placés en famille d'accueil ou de développer eux-mêmes un trouble mental (Dam & Hall, 2016). Leur manque de connaissances amplifie leurs difficultés à comprendre, à reconnaître et à gérer la maladie de leurs parents (Dam & Hall, 2016).

Dynamique familiale dysfonctionnelle

Les environnements familiaux marqués par des conflits, de la négligence ou des styles parentaux autoritaires exposent les enfants à un risque accru de troubles anxieux, dépressifs et comportementaux (Ani, 2024). Le retrait social des parents ayant une schizophrénie, par exemple, limite les opportunités pour les enfants de chercher du soutien supplémentaire (Murphy et al., 2014). Ce retrait aggrave leur sentiment d'isolement et leur charge émotionnelle (Murphy et al., 2014). De plus, la famille élargie peut être moins disponible émotionnellement pour l'enfant en raison de sa propre réaction face au diagnostic du parent (Murphy et al., 2014).

Stigmatisation et intimidation

La stigmatisation liée au trouble de santé mentale des parents exacerbe l'isolement social des enfants (Dam & Hall, 2016). Ils peuvent subir des attitudes discriminatoires de la part de leur entourage social, y compris des voisins et des camarades de classe, et peuvent même faire face à de l'intimidation scolaire (Dam & Hall, 2016). Cette dynamique alimente un cercle vicieux d'exclusion sociale, où les enfants se sentent incompris, honteux ou coupables des comportements de leurs parents (Reupert et al., 2021). Par conséquent, ils évitent de demander de l'aide ou de partager leur expérience, aggravant ainsi leur isolement (Drost et al., 2017; Davies et al., 2022). La stigmatisation constitue une barrière importante à l'accès aux services de soutien pour les enfants : ces derniers ont peur d'être jugés ou

retirés de leur famille, ce qui les empêche de chercher de l'aide (Davies et al., 2022). Cette stigmatisation est souvent renforcée par des attitudes familiales silencieuses ou la dissimulation du trouble: une dynamique intergénérationnelle qui affecte durablement leur développement émotionnel et social (Reupert et al., 2021).

Cumul des risques

Le cumul de facteurs tels qu'une faible situation socio-économique, les hospitalisations répétées des parents, ou l'absence de soutien familial, accentue les probabilités de troubles de santé mentale sévères chez les enfants (Apter et al., 2017). La pauvreté et la faible éducation des parents sont des facteurs aggravants, augmentant de deux à trois fois le risque de troubles de santé mentale chez les enfants issus de familles à faibles revenus (Apter et al., 2017). Une comorbidité des troubles de santé mentale, une chronicité de ceux-ci, et le sexe féminin de l'enfant augmentent également les risques pour ces derniers (Leijdesdorff et al., 2017).

Facteurs de protection

Influence des compétences sociales et du soutien social

Les compétences sociales auto-rapportées par les enfants, telles que leur capacité à interagir avec leurs pairs, sont associées à des effets positifs sur leur bien-être (Kallander et al., 2021). Le fait d'être un garçon, l'implication d'autres adultes pour assumer les responsabilités du parent malade, ainsi que la prestation de soins pour ce parent, contribuent également à des résultats positifs perçus par les enfants (Kallander et al., 2021). De plus, des environnements familiaux positifs, caractérisés par une communication ouverte, de la chaleur émotionnelle et des relations parentales saines, permettent de réduire le risque de troubles mentaux chez les enfants et renforcent leur régulation émotionnelle, leur résilience et leur stabilité psychologique (Ani, 2024; Havinga et al., 2017). Le soutien social joue un rôle de protection essentiel face aux défis engendrés par la maladie mentale parentale: il peut prendre la forme d'un soutien émotionnel, en contribuant à réduire le stress parental, d'un soutien informatif, par le biais de conseils pratiques fournis par des intervenants, ou d'un soutien instrumental, via une assistance concrète dans les responsabilités quotidiennes (Seeger et al., 2022).

Importance de l'information et de l'éducation

Les enfants informés sur les troubles de santé mentale de leurs parents sont mieux préparés à y faire face. Recevoir des informations claires leur permet de mieux comprendre et d'anticiper les comportements liés à la maladie, ce qui

aide à réduire l'intensité des émotions douloureuses, le sentiment d'isolement et à accroître leur sentiment de proximité dans leurs relations familiales (Dam & Hall, 2016). La capacité des enfants à comprendre la maladie est ainsi perçue comme un facteur de protection majeur, les aidant à normaliser leur expérience familiale (Drost et al., 2017).

Renforcement des forces personnelles et de la résilience des enfants

Certains enfants développent des qualités personnelles remarquables en réponse au trouble de santé mentale de leur parent. Ces forces incluent l'indépendance, la maturité et la tolérance. Les enfants qui surmontent ces défis développent des compétences d'adaptation importantes et une résilience face à l'adversité, ce qui leur permet de mieux naviguer dans d'autres sphères de leur vie (Drost et al., 2017). Ils sont également en mesure de reconnaître les signes de rechute parentale, de prendre des mesures préventives et d'assumer des responsabilités familiales lorsque nécessaire (Drost et al., 2017).

Interventions prometteuses

Impact du traitement parental sur la santé mentale des enfants

Le traitement des troubles de santé mentale chez les parents a un impact direct sur la santé mentale des enfants. Les recherches soulignent que des relations parent-enfant sécurisantes favorisent la stabilité émotionnelle et le bien-être des enfants. En promouvant un environnement familial équilibré et en soutenant les parents dans leur rôle, les risques de troubles chez les enfants peuvent être significativement réduits (Ani, 2024; Havinga et al., 2017).

Interventions pour le parent

Les interventions basées sur la famille, telles que la thérapie familiale et les programmes de compétences parentales, ont démontré leur efficacité pour améliorer les dynamiques familiales et atténuer les effets négatifs des environnements dysfonctionnels (Ani, 2024). Ces interventions sont essentielles pour réduire les facteurs de risque associés aux troubles de santé mentale chez les enfants et pour favoriser un développement positif (Ani, 2024).

Dans le cadre des soins cliniques, il est également essentiel que le personnel de santé, en particulier les psychiatres travaillant avec des adultes atteints de troubles de santé mentale, accorde une attention accrue aux rôles parentaux positifs de ces individus. Reconnaître et soutenir ces rôles peut améliorer la dynamique parent-enfant et atténuer les effets négatifs sur la famille (Murphy et al., 2014).

Les interventions doivent également commencer dès que possible après le diagnostic d'un trouble de santé mentale chez le parent pour limiter le risque d'évitement au sein de la famille (Murphy et al., 2014). Les professionnels de la santé et des services sociaux doivent proposer des évaluations et des interventions appropriées pour répondre aux besoins des enfants et des parents : cela inclut la révision des stratégies de communication pour encourager une expression ouverte des besoins et des expériences des enfants et des parents (Murphy et al., 2014).

Les programmes de prévention, comme les interventions précocees axées sur les dyades parent-enfant et le soutien parental intensif, montrent des résultats prometteurs pour réduire les impacts négatifs de ces troubles chez les parents (Apter et al., 2017). De plus, des interventions préventives qui informent les enfants sur la maladie de leur parent et leur fournissent un soutien psychosocial peuvent réduire de 40 % leur risque de développer des troubles mentaux (Leijdesdorff et al., 2017).

Des initiatives spécifiques, telles que la thérapie cognitivo-comportementale pour les mères souffrant de dépression ou d'anxiété pendant la grossesse, permettent également de réduire les risques pour les enfants et de favoriser une relation d'attachement plus sécurisante (Stein et al., 2014). Par ailleurs, des programmes comme la parentalité consciente « Mindful Parenting » présentent des résultats significatifs en matière de réduction du stress parental et des comportements inadaptés chez les enfants : ceux-ci enseignent des techniques de pleine conscience, permettant aux parents de mieux gérer leurs réactions émotionnelles et d'adopter des pratiques parentales plus positives (Bogels et al., 2014).

La faisabilité de ces interventions, comme le démontre le faible taux d'abandon, souligne leur pertinence dans les contextes de soins en santé mentale. Ces programmes renforcent les compétences parentales, améliorant ainsi les relations parent-enfant (Bogels et al., 2014). Les parents signalent une amélioration de leurs compétences parentales, notamment dans la coparentalité et la gestion des comportements des enfants (Bogels et al., 2014). Cette amélioration se traduit par une diminution des pratiques parentales coercitives (Bogels et al., 2014).

Interventions pour l'enfant

Des initiatives de clavardage en ligne offrent également un soutien crucial à ces enfants. Ces plateformes favorisent l'échange d'expériences, réduisent l'isolement social et offrent des ressources éducatives adaptées. Elles permettent aux jeunes d'accéder à des soutiens anonymes, renforçant ainsi leur résilience et leur sentiment de compétence (Drost et al., 2017). Les jeunes ayant participé à des interventions en ligne ont également montré une augmentation

de leurs intentions de recherche d'aide (Davies et al., 2022). De plus, le partage d'expériences communes sur les forums facilite le développement de compétences émotionnelles et sociales, favorisant leur adaptation face aux défis qu'ils rencontrent (Davies et al., 2022).

Les enfants ayant participé aux groupes de soutien ont présenté une réduction des pensées de culpabilité, de honte et de solitude (van Santvoort et al., 2014). Ils ont indiqué qu'ils cherchaient plus de soutien social après leur participation au groupe : celui-ci provenait d'amis, de membres de la famille ou d'autres sources, ce qui a contribué à réduire leur isolement social (van Santvoort et al., 2014).

Conclusions sur les interventions prometteuses

Les interventions doivent inclure une combinaison de stratégies préventives, de soutien parental, d'approches centrées sur la famille et de ressources éducatives pour répondre aux besoins complexes des familles. La prévention précoce est essentielle, car elle réduit les risques de transmission intergénérationnelle des troubles mentaux (Murphy et al., 2014). Les interventions doivent inclure l'éducation des parents pour les aider à communiquer efficacement avec leurs enfants (Bogels et al., 2014). Les écoles peuvent jouer un rôle essentiel en identifiant les enfants touchés par la maladie mentale parentale et en fournissant des ressources éducatives adaptées (van Santvoort et al., 2014). Les outils numériques, tels que les plateformes en ligne, doivent être utilisés pour fournir des soutiens anonymes et accessibles aux jeunes qui peuvent être réticents à demander de l'aide en personne (Drost et al., 2017).

Discussion

Les principaux constats de cette recension révèlent que les enfants de parents ayant un trouble de santé mentale courent un risque accru de développer des troubles pour diverses raisons. En effet, ils éprouvent souvent de la culpabilité, de l'anxiété et un sentiment d'isolement, nourri par l'absence de soutien émotionnel (Dam & Hall, 2016). Les dynamiques familiales conflictuelles, négligentes ou marquées par le retrait parental accentuent également leur détresse et nuit à leur développement socio-émotionnel (Ani, 2024; Murphy et al., 2014). Les altérations des circuits cérébraux chez ces enfants sont particulièrement préoccupantes, car elles jouent un rôle central dans la transmission intergénérationnelle (Stein et al., 2014; Karl et al., 2024). Ces constats appuient les résultats des études antérieures, tout en renforçant la nécessité d'interventions précoces et adaptées.

Les enfants de parents atteints de troubles de santé mentale sont également exposés à divers comportements à risque.

Par exemple, l'alcoolisme parental est associé à une augmentation de comportements déviants à l'adolescence, tels que la consommation de substances ou la violence (Rossow et al., 2016). De plus, les enfants ayant été exposés à des antécédents familiaux de suicide présentent un risque accru de conduites suicidaires (Apter et al., 2017). Enfin, ceux dont les parents souffrent de schizophrénie, de bipolarité, de troubles de l'humeur ou de la personnalité sont plus susceptibles de développer ces troubles au cours de leur vie (Havinga et al., 2017; Apter et al., 2017; Rossow et al., 2016).

Une attention particulière a été portée sur les facteurs de risque tels que la stigmatisation, l'isolement et la dynamique familiale dysfonctionnelle (Reupert et al., 2021; Drost et al., 2017). La stigmatisation aggrave l'isolement social des enfants et les empêche de demander de l'aide, un phénomène particulièrement préoccupant au vu des risques accrus de troubles anxieux, dépressifs et comportementaux (Reupert et al., 2021). Ce constat met en évidence la nécessité de programmes de sensibilisation visant à réduire la stigmatisation sociale et à promouvoir des environnements scolaires inclusifs.

Du point de vue des facteurs de protection, les résultats mettent en évidence le rôle crucial du soutien social. Qu'il soit familial, scolaire ou communautaire, ce soutien agit comme protecteur face aux défis engendrés par le trouble des parents (Seeger et al., 2022). Les enfants qui en bénéficient montrent une résilience accrue, une meilleure régulation émotionnelle et un sentiment de compétence sociale renforcé (Kallander et al., 2021; Ani, 2024). Ces conclusions confirment la pertinence des interventions axées sur le renforcement des réseaux de soutien social et sur l'amélioration des compétences d'adaptation des enfants.

Les interventions prometteuses identifiées incluent les programmes de soutien parental, les approches psychoéducatives et les outils numériques. Les résultats montrent que les groupes de soutien en ligne et les forums de clavardage offrent un espace d'échange et de soutien anonyme aux enfants, leur permettant de partager leurs expériences et de briser le sentiment d'isolement (Drost et al., 2017; Davies et al., 2022). Les programmes de parentalité consciente ont également démontré leur efficacité pour améliorer les pratiques parentales et favoriser un environnement familial plus stable (Bogels et al., 2014).

Malgré ces constats, certaines limites de la littérature doivent être soulignées. Tout d'abord, plusieurs études incluent des échantillons restreints ou des méthodologies hétérogènes, ce qui limite la généralisation des résultats. De plus, les aspects culturels et socioéconomiques ne sont pas toujours pris en compte, ce qui pourrait influencer la pertinence des interventions dans certains contextes. Enfin, certaines interventions nécessiteraient un suivi à long terme afin de mesurer leur impact réel sur le développement de l'enfant.

Ces constats suggèrent des recherches futures plus approfondies sur les facteurs protecteurs et les stratégies d'intervention. Les études longitudinales seraient nécessaires pour mieux comprendre la durabilité des impacts des interventions et l'évolution des enfants à mesure qu'ils grandissent. Il serait également pertinent d'explorer les approches culturellement adaptées pour tenir compte des spécificités de ces familles.

Conclusion

Cette recension des écrits met en lumière les effets des troubles mentaux parentaux sur la santé mentale et le développement des enfants. Les mécanismes de transmission intergénérationnelle, tels que l'impact des comportements parentaux et l'effet modérateur du soutien social, jouent un rôle central (Seeger et al., 2022). Les enfants confrontés à ces contextes sont plus susceptibles de développer diverses psychopathologies.

Les programmes de soutien parental et les interventions ciblées sur les comportements parentaux se sont avérés efficaces pour réduire les symptômes chez les enfants et améliorer les relations parent-enfant (Santvoort et al., 2014). Sur le plan clinique, il est crucial d'adopter des approches préventives et adaptées aux besoins des familles.

Les recherches futures doivent explorer l'efficacité des interventions à travers divers contextes culturels et socio-économiques. L'adoption de programmes à long terme, qui prennent en compte la diversité des situations familiales, est essentielle pour favoriser un développement sain et stable des enfants (Stein et al., 2014).

En conclusion, il est impératif de renforcer les systèmes de soutien pour les familles touchées, d'intégrer des approches systémiques et de promouvoir des interventions précoce. Les écoles doivent continuer de jouer un rôle proactif en identifiant les enfants à risque et en leur offrant des ressources adaptées (Turney, 2014). Ces mesures visent à limiter les effets négatifs sur les enfants et à favoriser leur épanouissement dans un environnement plus stable et protecteur.

Références

- Ani, N. C. (2024). The Impact of Family Dynamics on Children's Mental Health: Systematic Review. *Nigerian Journal of Arts and Humanities (NJAH)*, 4(2), 87–97.
- Apter, G., Bobin, A., Genet, M. C., Gratier, M., & Devouche, E. (2017). Update on Mental Health of Infants and Children of Parents Affected With Mental Health Issues. *Current psychiatry reports*, 19(10), 72. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0820-8>
- Bogels, S. M., Hellemans, J., van Deursen, S., Römer, M., & van der Meulen, R. (2014). Mindful parenting in mental health care: Effectiveness and mediating mechanisms. *Mindfulness*, 5(6), 566–579. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0209-7>
- Dam, K., & Hall, E. O. (2016). Navigating in an unpredictable daily life: a metasynthesis on children's experiences living with a parent with severe mental illness. *Scandinavian journal of caring sciences*, 30(3), 442–457. <https://doi.org/10.1111/scs.12285>
- Davies, G., Deane, F. P., Williams, V., & Giles, C. (2022). Barriers, facilitators and interventions to support help-seeking amongst young people living in families impacted by parental mental illness: A systematized review. *Early intervention in psychiatry*, 16(5), 469–480. <https://doi.org/10.1111/eip.13194>
- Drost, L. M. (2017). Survivalkid(s): Online support for adolescents and young adults with a mentally ill family member. <https://hdl.handle.net/11245.1/f296bd3f-9df9-4a2d-88d2-8117cc908ce1>
- Gouvernement du Québec. (2025). À propos des troubles mentaux. Québec.ca. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux/a-propos-troubles-mentaux>
- Havinga, P. J., Boschloo, L., Bloemen, A. J., Nauta, M. H., de Vries, S. O., Penninx, B. W., Schoevers, R. A., & Hartman, C. A. (2017). Doomed for Disorder? High Incidence of Mood and Anxiety Disorders in Offspring of Depressed and Anxious Patients: A Prospective Cohort Study. *The Journal of clinical psychiatry*, 78(1), e8–e17. <https://doi.org/10.4088/JCP.15m09936>
- Kallander, E. K., Weimand, B. M., Hanssen-Bauer, K., Van Roy, B., & Ruud, T. (2021). Factors associated with quality of life for children affected by parental illness or substance abuse. *Scandinavian journal of caring sciences*, 35(2), 405–419. <https://doi.org/10.1111/scs.12868>
- Karl, V., Beck, D., Eilertsen, E., Morawetz, C., Wiker, T., Aksnes, E. R., Norbom, L. B., Ferschmann, L., MacSweeney, N., Voldsbekk, I., Andreassen, O. A., Westlye, L. T., Gee, D. G., Engen, H., & Tamnes, C. K. (2024). Associations between parental psychopathology and youth functional emotion regulation brain networks. *Developmental cognitive neuroscience*, 70, 101476. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2024.101476>
- Leijdesdorff, S., van Doesum, K., Popma, A., Klaassen, R., & van Amelsvoort, T. (2017). Prevalence of psychopathology in children of parents with mental illness and/or addiction: an up to date narrative review. *Current opinion in psychiatry*, 30(4), 312–317. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000341>
- Murphy, G., Peters, K., Wilkes, L., & Jackson, D. (2014). A Dynamic Cycle of Familial Mental Illness. *Issues in mental health nursing*, 35(12), 948–953. <https://doi.org/10.3109/01612840.2014.927543>

- Reupert, A., Gladstone, B., Helena Hine, R., Yates, S., McGaw, V., Charles, G., Drost, L., & Foster, K. (2021). Stigma in relation to families living with parental mental illness: An integrative review. *International journal of mental health nursing*, 30(1), 6–26. <https://doi.org/10.1111/inm.12820>
- Rosso, I., Felix, L., Keating, P., & McCambridge, J. (2016). Parental drinking and adverse outcomes in children: A scoping review of cohort studies. *Drug and alcohol review*, 35(4), 397–405. <https://doi.org/10.1111/dar.12319>
- van Santvoort, F., Hosman, C. M., van Doesum, K. T., & Janssens, J. M. (2014). Effectiveness of preventive support groups for children of mentally ill or addicted parents: a randomized controlled trial. *European child & adolescent psychiatry*, 23(6), 473–484. <https://doi.org/10.1007/s00787-013-0476-9>
- Satyanarayana, V. A., Lukose, A., & Srinivasan, K. (2011). Maternal mental health in pregnancy and child behavior.
- Indian journal of psychiatry, 53(4), 351–361. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.91911>
- Seeger, F. R., Neukel, C., Williams, K., Wenigmann, M., Fleck, L., Georg, A. K., Bermpohl, F., Taubner, S., Kaess, M., & Herpertz, S. C. (2022). Parental Mental Illness, Borderline Personality Disorder, and Parenting Behavior: The Moderating Role of Social Support. *Current psychiatry reports*, 24(11), 591–601. <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01367-8>
- Stein, A., Pearson, R. M., Goodman, S. H., Rapa, E., Rahman, A., McCallum, M., Howard, L. M., & Pariante, C. M. (2014). Effects of perinatal mental disorders on the fetus and child. *Lancet* (London, England), 384(9956), 1800–1819. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61277-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61277-0)
- Turney K. (2014). Stress proliferation across generations? Examining the relationship between parental incarceration and childhood health. *Journal of health and social behavior*, 55(3), 302–319. <https://doi.org/10.1177/0022146514544173>

Pour citer l'article

Labbé, S. R. (2025). Les enfants de parents vivant avec des troubles de santé mentale : une revue narrative sur les impacts, les enjeux et les stratégies d'intervention. *Psycause : Revue scientifique étudiante de l'École de psychologie de l'Université Laval*, 15(1), 48-55.

Droits d'auteur

© 2025 Labbé. Cet article est distribué en libre accès selon les termes d'une licence Creative Commons Attribution 4.0 International (de type CC-BY 4.0) qui permet l'utilisation du contenu des articles publiés de façon libre, tant que chaque auteur ou autrice du document original à la publication de l'article soit cité(e) et référencé(e) de façon appropriée.