



Comportements maternels et sommeil chez l'enfant

Stéphanie Bordeleau, Gabrielle Lalonde & Annie Bernier

Département de psychologie, Université de Montréal



Résumé

L'objectif de la présente étude est d'examiner les liens prospectifs entre la qualité des comportements maternels et le sommeil de l'enfant. À partir d'observations réalisées auprès de 60 dyades mère-enfant à 12 et 15 mois, trois comportements maternels ont été évalués : la *sensibilité maternelle*, l'*orientation mentale* et le *soutien maternel à l'autonomie*. À 3 et 4 ans, les mères ont complété un agenda du sommeil de leur enfant durant trois jours et trois nuits consécutives. Trois paramètres de sommeil sont dérivés de la moyenne des données de ces agendas : la durée moyenne du sommeil total sur 24h, le pourcentage de sommeil de nuit, et le nombre moyen d'éveils nocturnes. En contrôlant pour la fréquentation de la garderie et le statut socio-économique, les résultats indiquent un lien entre la qualité des comportements maternels et le pourcentage de sommeil ayant lieu la nuit (r varie entre .27 et .31, $p < .05$). Les résultats indiquent que les mères qui présentent des comportements maternels de qualité supérieure ont des enfants qui dorment moins le jour et plus la nuit, ce qui indique une meilleure régulation du rythme circadien (Halpern et al., 1995). Les résultats convergent avec ceux d'études récentes (Bell & Belsky, 2008; Priddis, 2009) et appuient la proposition selon laquelle la qualité de la relation parent-enfant aurait un impact sur la régulation des rythmes du sommeil (Sadeh et al., 2010).

Introduction

Importance du sommeil chez l'enfant
Lien entre sommeil et :

- Problèmes intériorisés et extériorisés (Gregory et al., 2004)
- Fonctions exécutives (Beebe et al., 2004; Sadeh et al., 2002)
- Attention et concentration (Chervin et al., 1997)
- Indices de santé physique (e.g., poids; Taveras, et al., 2008)
- Langage (Dearing et al., 2001)

Plusieurs études ont montré un lien entre les comportements parentaux lors de la routine du coucher et la qualité du sommeil de l'enfant (Sadeh et al., 2010).

Toutefois, bien qu'il est proposé que les comportements parentaux durant la journée pourraient agir comme régulateur externe des rythmes biologiques de l'enfant (Schore, 2002), tel que le sommeil, peu d'études se sont penchées sur le sujet.

Certaines études ont trouvé le lien positif attendu entre la sensibilité maternelle et le sommeil des enfants (Bell & Belsky, 2008; Priddis, 2009), d'autres ont noté une relation négative (Dearing et al., 2001; Schwichtenberg & Poehlmann, 2009) et une n'a pas trouvé de lien (Scher, 2001).

Cette disparité entre les résultats est possiblement due à l'hétérogénéité des méthodologies employées ainsi que l'absence de consensus sur les variables de sommeil à étudier.

Buts et hypothèses

Buts : L'objectif de la présente étude est d'examiner les liens prospectifs entre la qualité des comportements maternels et le sommeil de l'enfant et ce, de façon longitudinale et prospective.

Hypothèse : Des comportements maternels de meilleure qualité à 12 et 15 mois seront associés à une meilleure régulation du sommeil à 3-4 ans.

Participants

- N= 60 dyades mère-enfant
- M = 31 ans à la naissance de l'enfant ($ÉT = 4,6$)
- M = 15 ans de scolarité de la mère ($ÉT = 2,5$)
- M = 60 000 – 79 000\$ / an
- Critères d'exclusion : enfant prématuré, enfant présentant un retard de développement diagnostiqué

Procédure et instruments

Comportements maternels

12 mois

Sensibilité maternelle (SM)

- ★ la qualité des interactions entre la mère et son enfant
 - Tri-de-cartes des comportements maternels (Pederson & Moran, 1995)
 - Codifiée à partir des observations réalisées durant une visite à la maison de 90 minutes

Orientation mentale de la mère (OM)

- ★ la propension de la mère à commenter les états mentaux de son enfant
 - Système de codification de Meins et al. (2002)
 - Codifiée à partir d'une séquence de jeux libres de 10 minutes

15 mois

Soutien à l'autonomie (SA)

- ★ Jusqu'à quel point la mère utilise des stratégies adaptées pour soutenir l'autonomie chez son enfant
 - Mesuré lors d'une tâche de résolution de problème
 - Une adaptation de la grille de codification de Grolnick et al. (1984)

Sommeil de l'enfant

3 et 4 ans

- La mère complète un agenda du sommeil durant 3 jours et 3 nuits consécutives.
- 3 paramètres sont dérivés de l'agenda du sommeil
- La moyenne des paramètres de sommeil à 3 et 4 ans est utilisée

Résultats

Tableau 1

Corrélations partielles entre les comportements maternels et le sommeil de l'enfant

	Sommeil total (24h)	Ratio sommeil nuit / total	Éveils nocturnes
Sensibilité maternelle	-.05	.27*	-.01
Orientation mentale	-.01	.31*	-.04
Soutien à l'autonomie	-.09	.27*	.10

* $p < .05$

➢ En contrôlant pour le statut socioéconomique de la famille et le fait que l'enfant va à la garderie ou non

Tableau 2

Régression multiple

	R ²	ΔR ²	F	β
Étape 1	.19		6.50**	
SSE				0.14
Garderie				-0.42**
Étape 2	.29	.10	4.39**	
SM				0.13
OM				0.17
SA				0.17

** $p < .01$

➢ VD = Ratio du sommeil de nuit/total

Discussion

➢ Les résultats indiquent que les mères qui présentent des comportements maternels de qualité supérieure ont des enfants qui dorment moins le jour et plus la nuit, ce qui indique une meilleure régulation du rythme circadien (Halpern et al., 1995).

➢ Les résultats convergent avec ceux d'études récentes (Bell & Belsky, 2008; Priddis, 2009).

➢ Ils appuient la proposition selon laquelle la qualité de la relation parent-enfant aurait un impact sur la régulation des rythmes du sommeil (Sadeh et al., 2010).

➢ Le fait que les trois comportements maternels ne sont plus significatifs lorsqu'ils sont dans la même régression suggère que ce serait peut-être la qualité globale des comportements maternels qui serait importante pour le sommeil de l'enfant, plutôt qu'un comportement spécifique.

Limites

- Taille échantillonnale limitée
- Devis corrélationnel
- Mesure de la perception du sommeil par la mère.
- Comportements parentaux de la mère seulement

Implications

Sur le plan de la recherche:

➢ Faire des recherches sur le sommeil qui incluent plusieurs comportements maternels (et paternels?)

➢ Utiliser la variable de ratio du sommeil de nuit sur le sommeil total dans les études sur le sommeil des enfants, vu sa pertinence développementale

Sur le plan clinique:

➢ Promouvoir la qualité des interactions parent-enfant chez les enfants qui ont des difficultés de sommeil

Références

- Beebe, D.W., Wells, C.T., Jeffries, J., Chini, B., Kalra, M., & Amin, R. (2004). Neuropsychological effects of pediatric obstructive sleep apnea. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 10, 962-975.
- Bell, B.G. & Belsky, J. (2008). Parents, parenting, and children's sleep problems: Exploring reciprocal effects. *British Journal of Developmental Psychology*, 26, 579-593.
- Chervin, R. D., Dillon, J. E., Bassetti, C., Canoczy, D., & Pituch, K. (1997). Symptoms of sleep disorders, inattention, and hyperactivity in children. *Sleep*, 20, 1185-1192.
- Dearing, E., McCartney, K., Marshall, N. L., & Warner, R. M. (2001). Parental reports of children's sleep and wakefulness: Longitudinal associations with cognitive and language outcomes. *Infant Behavior & Development*, 24, 151-170.
- Gregory, A. A., Eley, T. C., O'Connor, T. G., & Plomin, R. (2004). Etiologies of associations between childhood sleep and behavioral problems in a large twin sample. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43(6), 744-751.
- Grolnick, W., Frodi, A., & Bridges, L. (1984). Maternal control style and the mastery motivation of one-year-olds. *Infant Mental Health Journal*, 5, 72-82.
- Halpern, L. F., MacLean, W. E., & Baumeister, A. A. (1995). Infant sleep-wake characteristics: relation to neurological status and the prediction of developmental outcome. *Developmental Review*, 15, 255-291.
- Meins, E., Fernyhough, C., Wainwright, R., Das Gupta, M., Fradley, E., & Tuckey, M. (2002). Maternal mind-mindedness and attachment security as predictors of theory of mind understanding. *Child Development*, 73(6), 1715-1726.
- Pederson, D. R., & Moran, G. (1995). A categorical description of attachment relationships in the home and its relation to Q-sort measures of infant-mother interaction. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 60, 111-132.
- Priddis, L. E. (2009). Tuned in parenting and infant sleep patterns. *Early Child Development and Care*, 179(3), 259-269.
- Sadeh, A., Gruber, R., & Raviv, A. (2002). Sleep, neurobehavioral functioning, and behavior problems in school-age children. *Child Development*, 73(2), 405-417.
- Sadeh, A., Tikotzky, L., & Scher, A. (2010). Parenting and infant sleep. *Sleep Medicine Reviews*, 14, 89-96.
- Scher, A. (2001). Mother-child interaction and sleep regulation in one-year-olds. *Infant Mental Health Journal*, 22, 515.
- Schwichtenberg, A. J. M., & Poehlmann, J. (2009). A Transactional Model of Sleep-Wake Regulation in Infants Born Preterm or Low Birthweight. *Journal of Pediatric Psychology*, 34(8), 837-849.
- Schore, A. (2002). The neurobiology of attachment and early personality organization. *Journal of Prenatal & Perinatal Psychology & Health*, 16, 249-263.
- Taveras, E. M., Rifas-Shiman, S. L., Oken, E., Gunderson, E. P., & Gillman, M. W. (2008). Short sleep duration in infancy and risk of childhood overweight. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* 162(4), 305-311.