

# Newsletter informativ pentru părinți și profesioniști în educația timpurie



## Stresul parental și dezvoltarea emoțională, cognitivă și socială a copiilor

### **Autori:**

Conf. univ. dr. Petruța Rusu

Drd. Cornelia Ilciuc

### **Coordonator proiect:**

Prof. univ. dr. Otilia Clipa

### **Design:**

Elena Flutur, studentă Psihologie, anul II  
Daniela Mihăilescu, studentă Psihologie, anul III

SU-ETIC - Sistem Unitar pentru Educație  
Timpurie Incluzivă și de  
Calitate  
Cod SMIS 333468



Universitatea  
„Ștefan cel Mare”  
din Suceava



SU-ETIC



Cofinanțat de  
Uniunea Europeană



*Împreună, construim excelența în educația timpurie*

**„SISTEM UNITAR PENTRU EDUCAȚIE TIMPURIE INCLUZIVĂ ȘI DE CALITATE”  
(SU-ETIC)**

Proiect cofinanțat de Uniunea Europeană  
din Fondul Social European Plus (FSE+) prin Programul Educație și Ocupare  
2021 - 2027

Prioritatea 5: Îmbunătățirea participării copiilor la educația antepreșcolară și  
preșcolară, obiectivul specific: ESO4

**Cod SMIS : 333468**



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII



Universitatea  
„Ștefan cel Mare”  
din Suceava

---

# Cuprins

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Introducere: De ce contează stresul părinților pentru dezvoltarea copilului?</b> ..... | <b>4</b>  |
| <b>Stresul părinților: o realitate tot mai frecventă</b> .....                            | <b>5</b>  |
| <b>Cum influențează stresul parental dezvoltarea timpurie a copilului?</b> .....          | <b>6</b>  |
| <b>Care sunt sursele de stres ale părinților cu copii mici?</b> .....                     | <b>7</b>  |
| <b>Stresul financiar și stresul legat de relația de cuplu</b> .....                       | <b>8</b>  |
| <b>Cum influențează stresul părinților dezvoltarea copilului?</b> .....                   | <b>9</b>  |
| <b>Ce se schimbă în relația părinte–copil când părintele este stresat?</b> .....          | <b>10</b> |
| <b>Cum influențează stresul modul în care părinții răspund copilului?</b> .....           | <b>11</b> |
| <b>Strategii de diminuare a stresului părinților</b> .....                                | <b>12</b> |
| <b>Gestionarea stresului în cuplu și copingul religios</b> .....                          | <b>13</b> |
| <b>Politici și practici de sprijin în cadrul instituțiilor de educație timpurie</b> ..... | <b>14</b> |
| <b>Programe de educație și consiliere pentru părinți</b> .....                            | <b>15</b> |
| <b>Mesaje–cheie pentru părinți și profesioniști</b> .....                                 | <b>16</b> |
| <b>Bibliografie selectivă</b> .....   | <b>17</b> |

---

Împreună, construim excelența în educația timpurie

---

## Introducere

### De ce contează stresul părinților pentru dezvoltarea copilului?

---



În primii ani de viață, copilul învață că poate avea încredere în părinții săi, învață să comunice, să exploreze mediul, să se joace, să își exprime emoțiile și să relaționeze cu ceilalți. Părinții sunt principala sursă de siguranță, afecțiune și sprijin și îi oferă copilului primele modele de comportament.

Stresul părinților reprezintă un factor de risc pentru dezvoltarea copiilor în primii ani de viață. Oboseala, responsabilitățile zilnice, presiunea financiară, dificultățile de la locul de muncă, tensiunile din cuplu sau lipsa sprijinului pot crește nivelul de stres al părinților.

Un părinte stresat are mai puțină răbdare, poate reacționa mai impulsiv, poate fi mai puțin disponibil emoțional sau poate petrece mai puțin timp de calitate cu copilul. Aceste schimbări afectează atât starea de bine a adultului, cât și modul în care copilul își gestionează emoțiile, comunică, se joacă, învață și relaționează cu ceilalți.

Acest newsletter prezintă principalele surse de stres cu care se confruntă părinții și impactul acestora asupra dezvoltării sociale, emoționale și cognitive a copiilor mici. De asemenea, sunt prezentate resurse, strategii de gestionare a stresului și recomandări practice pentru familii și profesioniști din domeniul educației timpurii, cu scopul de a sprijini starea de bine a părinților și dezvoltarea armonioasă a copiilor.

---

## Ce arată cercetările despre stresul părinților?

---

- Stresul reprezintă o preocupare tot mai importantă la nivel global, procentul persoanelor care raportează niveluri ridicate de stres crescând de la 26% în 2007 la 36% în 2021 (Piao et al., 2024).
- În cazul părinților, nivelurile de stres tind să fie mai ridicate comparativ cu persoanele fără copii, iar **stresul parental este mai accentuat în primii ani de viață ai copilului** (APA, 2024; Koutra et al., 2025).



- Studiile arată că părinții copiilor mici experimentează frecvent niveluri ridicate de stres, cu efecte atât asupra propriei stări de bine, cât și asupra dezvoltării copiilor (Pan et al., 2025; Rusu et al., 2025).
- Stresul parental sever sau cronic a fost asociat cu **dificultăți cognitive, emoționale și sociale la copii**, inclusiv întârzieri cognitive și de limbaj, afectarea funcțiilor executive și un risc crescut pentru probleme de sănătate mintală (Kochanova et al., 2022; Lashani et al., 2024).

---

# Cum influențează stresul parental dezvoltarea timpurie a copilului?



## Importanța primilor ani de viață

- Dezvoltarea timpurie reprezintă o etapă esențială pentru evoluția copilului, deoarece experiențele din primii ani de viață influențează dezvoltarea cognitivă, emoțională, socială și fizică, precum și sănătatea și starea de bine pe termen lung.
- În această perioadă, mediul familial, relațiile și climatul emoțional au un rol important în susținerea sau vulnerabilizarea dezvoltării copilului.



## Rolul părinților în dezvoltarea copiilor

- Părinții au un rol central în dezvoltarea copilului mic deoarece interacțiunile timpurii părinte-copil influențează modul în care acesta se dezvoltă și înțelege lumea din jur.
- Relațiile caracterizate prin disponibilitate emoțională, sensibilitate și sprijin constant contribuie la dezvoltarea cognitivă, socială și emoțională armonioasă a copilului.
- În schimb, stresul parental ridicat și interacțiunile negative pot afecta dezvoltarea timpurie a copilului (Taraban & Shaw, 2018).



## Impactul stresului parental asupra relației părinte - copil

- Stresul parental poate influența dezvoltarea timpurie a copilului prin afectarea relației părinte-copil și a climatului familial (Pan et al., 2025; Rusu et al., 2025).
- Nivelurile ridicate de stres au fost asociate cu dificultăți cognitive, dificultăți emoționale, comportamentale și sociale, inclusiv anxietate, agresivitate și probleme de adaptare la grădiniță (Kochanova et al., 2022; Lashani et al., 2024).
- Aceste efecte pot apărea și prin reducerea timpului de calitate și a implicării părinților în activități precum jocul, lectura și conversația (Booth et al., 2018; Ward & Lee, 2020).

---

## Care sunt sursele de stres ale părinților cu copii mici?

Stresul parental apare atunci când părintele simte că cerințele legate de îngrijirea și educarea copilului depășesc resursele de timp, energie, sprijin sau încredere pe care le are la dispoziție (Abidin, 1990).



### Factori de stres asociați părintelui

- adaptarea la rolul parental
- privarea de somn
- epuizarea fizică
- sănătatea mintală precară
- autoeficacitatea parentală scăzută
- anxietatea și depresia (Le Vigouroux et al., 2022; Richter et al., 2019; Wang & Cheng, 2025).

### Factori de stres asociați copilului

- întâzieri în dezvoltare
- dificultăți emoționale
- probleme comportamentale
- tulburări de neurodezvoltare (DesChamps et al., 2020; Dijk, 2022; Yeom et al., 2023).

### Factori de stres situaționali și contextuali

- statutul socioeconomic (Piao et al., 2024; Wang & Cheng, 2025).
- calitatea redusă a relației de cuplu
- co-parentingul negativ
- suportul social insuficient

---

## Stresul financiar



Atunci când familia se confruntă cu dificultăți financiare, nivelul de stres al părinților poate crește. Acest stres poate afecta atmosfera din familie, relația părinte-copil și modul în care părinții răspund nevoilor copilului (Emmen et al., 2013; Masarik & Conger, 2017; Neppl et al., 2016).

## Stresul în relația de cuplu



Tensiunile din cuplu pot crește în perioada îngrijirii copilului mic, mai ales atunci când părinții sunt oboseți, copleșiți sau au puțin timp pentru ei. Conflictul frecvent dintre părinți pot afecta modul în care aceștia răspund copilului și pot influența dezvoltarea emoțională, comportamentală și cognitivă a acestuia (Epifanio et al., 2015; Masarik & Conger, 2017).

---

## Cum influențează stresul părinților dezvoltarea copilului?



Stresul ridicat al părinților poate influența **starea emoțională și comportamentul copilului, fiind asociat cu anxietate, iritabilitate, dificultăți de atenție, hiperactivitate sau probleme de comportament la vârsta preșcolară** (McDaniel & Radesky, 2018; Koutra et al., 2025).

Stresul părinților poate influența modul în care copiii mici învață, se comportă și relaționează cu cei din jur. Atunci când părinții sunt foarte stresați, pot avea mai puțin timp, energie și răbdare pentru activități precum jocul, lectura sau conversațiile cu copilul, experiențe importante pentru dezvoltarea și adaptarea acestuia (Pan et al., 2025; Ward & Lee, 2020).



**Dificultățile copilului pot crește și mai mult stresul părinților, creând un cerc vicios.**

# Ce se schimbă în relația părinte–copil când părintele este stresat?



## Știați că?

Stresul parental poate afecta dezvoltarea copilului, însă modul în care părintele răspunde nevoilor copilului are un rol esențial. Practicile parentale pozitive pot susține dezvoltarea armonioasă, în timp ce reacțiile frecvente de iritabilitate, critică, respingere sau lipsă de disponibilitate emoțională pot crește riscul unor dificultăți emoționale și comportamentale.

## Parentingul pozitiv

- Părinții stresați sunt mai puțin implicați și disponibili din punct de vedere emoțional, lucru care poate afecta dezvoltarea copiilor care are loc în primii lor ani de viață.
- În momentul în care stresul apare în viața părinților, sensibilitatea față de nevoile copilului scade (Booth et al., 2018), ceea ce poate afecta dezvoltarea atașamentului copilului față de părinți (Madigan et al., 2024).



**Atunci când părinții se confruntă cu un nivel ridicat de stres, pot avea mai puțină răbdare, pot oferi mai puține încurajări și pot petrece mai puțin timp de calitate cu copilul. În timp, acest lucru poate influența dezvoltarea abilităților sociale ale copilului, precum cooperarea, comunicarea, empatia și relaționarea cu ceilalți.**

# Cum influențează stresul modul în care părinții răspund copilului?



## Parentingul negativ

- Când părintele este copleșit, poate deveni mai critic, mai iritabil, mai autoritar sau, dimpotrivă, mai permisiv și mai puțin consecvent.
- În timp, aceste reacții pot influența starea emoțională și comportamentul copilului, crescând riscul de anxietate, agresivitate sau dificultăți de adaptare la vârsta preșcolară (Mak et al., 2020; Carapito et al., 2020).

## Accesul copiilor la dispozitive electronice

- Tehnologia ca mecanism de coping: Părinții stresați folosesc tehnologia pentru a compensa lipsa de timp și energie (Brauchli et al., 2024; Tombeau Cost et al., 2020).
- Consecințe asupra dezvoltării: Depășirea unui timp de utilizare de aproximativ o oră pe zi atrage riscuri majore: hiperactivitate, impulsivitate, dificultăți de autoreglare și lipsuri în abilitățile socio-emoționale (Lakicevic et al., 2025; Takahashi et al., 2023).
- Mecanismul rezultat: Stresul parental poate influența apariția comportamentelor dificile ale copiilor, creând astfel un cerc vicios: părintele stresat renunță la reguli, copilul folosește excesiv ecranele, astfel problemele de atenție și agresivitatea intensificându-se (Jusiené et al., 2025).



# Strategii de diminuare a stresului părinților

## Strategii și resurse individuale și familiale

### Copingul individual și reglarea emoțională

Studiul realizat de Rusu et al., (2019) susține faptul că strategiile cognitive de reglare emoțională precum refocalizarea pe planificare, reevaluarea pozitivă, refocalizare pozitivă și punerea în perspectivă sunt asociate de sprijinul ridicat în rândul cuplurilor din România.



Refocalizarea pozitivă - presupune concentrarea asupra unor gânduri plăcute în detrimentul gândurilor focusate pe situația stresantă

Refocalizarea prin planificare - se referă la redirectionarea gândurilor către găsirea unor soluții, modalități de rezolvare a problemei întâmpinate.

Reevaluarea pozitivă - implică reinterpretarea evenimentelor printr-o manieră pozitivă

Punerea în perspectivă - constă în adoptarea unei perspective obiective prin reducerea severității resimțite inițial cu ajutorul raportării evenimentului stresant la alte experiențe dificile

Atunci când părinții își pot regla propriile stări în momente critice (epuizare fizică, crize emoționale ale copilului), ei devin mai receptivi și mai prezenți în interacțiunea cu cel mic. Mai mult, această echilibrare interioară influențează pozitiv calitatea interacțiunii de cuplu, prin promovarea unui coparenting bazat pe cooperare și sprijin reciproc.



# Gestionarea Stresului în Cuplu

Tranziția către rolul de părinte este o etapă intensă, marcată adesea de creșterea presiunii emoționale. În acest context, copingul diadic (Bodenmann et al., 2011) devine mecanismul principal prin care cuplul procesează stresul. Acesta include comunicarea deschisă, sprijinul emoțional și strategii comune de rezolvare a problemelor.

Forme principale de coping diadic pozitiv (Bodenmann, 1995):

**Supportiv:** Un partener îl sprijină pe celălalt prin ascultare activă, validare emoțională și ajutor concret în sarcinile zilnice.

**Comun:** Ambii parteneri colaborează simetric, împărtășind aceleași sentimente și căutând soluții împreună pentru a proteja stabilitatea cuplului.

**Delegat:** Unul dintre parteneri preia temporar responsabilitățile celuilalt pentru a-i diminua povara și a-i permite să se recupereze.



# Copingul religios

Studiul realizat în România (Rusu et al., 2015) subliniază conceptul de sacralizare a căsniciei. Atunci când partenerii privesc relația lor ca având o semnificație divină, aceștia raportează un nivel mai ridicat de satisfacție maritală și stare de bine.

- *Empatie și solidaritate:* Partenerii devin mai implicați unul față de celălalt.
- *Coping diadic suportiv:* Capacitatea crescută de a gestiona împreună stresul cotidian.
- *Climat familial stabil:* O viziune spirituală comună acționează ca un scut împotriva tensiunilor, favorizând o dezvoltare armonioasă a copilului.



- Cercetările recente confirmă că succesul relației de cuplu influențează direct comportamentul copiilor.
- Reducerea stresului matern: Studiile longitudinale (Reindl et al., 2024) arată că mamele care își comunică deschis dificultățile și primesc sprijin de la parteneri resimt o scădere progresivă a stresului.
- Efecte asupra copilului: Atunci când sprijinul în îngrijirea copilului este insuficient, stresul parental crește, ceea ce poate duce la probleme de comportament la preșcolari (Zhu et al., 2024).

# Politici și practici de sprijin în cadrul instituțiilor de educație timpurie

## Promovarea serviciilor de consiliere a părinților în grădinițe și creșe

### 1. Facilitarea Accesului la Consiliere

- **Informarea** părinților despre beneficiile consilierii și ale sprijinului psihologic.
- **Programări** simple și rapide, inclusiv prin telefon sau online.
- **Identificarea timpurie** a dificultăților emoționale sau comportamentale ale copilului.
- **Orientarea părinților către specialiști** înainte ca stresul să devină copleșitor pentru familie.



### 2. Grupuri de sprijin pentru Familii

Modelul „Family Club Denmark”  
(Pontoppidan et al., 2020):

- Structură: Maxim 9 familii, 12 întâlniri bilunare, durată de 2-3 ore.
- Program mixt: Servirea mesei împreună, urmată de activități specifice:
- Pentru copii: **Jocuri de dezvoltare socio-emoțională.**
- Pentru părinți: **Discuții ghidate** despre parenting și managementul stresului în cuplu.
- Activități comune: Exerciții de relaxare și comunicare pentru întărirea legăturii afective.



### 3. Activități și grupuri de sprijin pentru copii

- Problemele de comportament ale copiilor sunt influențate de nivelul de stres al părinților (Kwon et al., 2022). Prin urmare, sprijinirea copilului este, indirect, un act de sprijin pentru părinte.
- Cluburi de educație socio-emoțională: Crearea unor spații unde copiii învață să-și recunoască și să-și gestioneze emoțiile (Ștefan et al., 2015).



# Programe de educație și consiliere pentru părinți

## 1. Resurse pentru Diminuarea Stresului

Efectele stresului asupra relației părinte-copil pot fi diminuate atunci când familia beneficiază de resurse de sprijin, precum:

- sprijin social din partea familiei extinse, prietenilor sau comunității;
- colaborare între părinți în îngrijirea copilului;
- resurse materiale suficiente;
- strategii adaptative de gestionare a stresului.



## 3. Impactul asupra Comportamentului Copilului

Există o relație între stresul adultului și comportamentul copilului (Kwon et al., 2022). Astfel, prin îmbunătățirea calității interacțiunilor și reducerea practicilor parentale punitive, programele de educație reușesc indirect să diminueze problemele emoționale ale copiilor, creând o stare de bine în familie.



## 2. Obiectivele și Conținutul Programelor

**Autoeficacitatea:** Creșterea încrederii părinților în capacitatea de a gestiona provocările. (Opie et al., 2024)

**Abilități de Cuplu:** Îmbunătățirea comunicării stresului și a sprijinului reciproc (CCET), (Șiean et al., 2024)

**Sensibilitate Parentală:** Înțelegerea nevoilor fizice și emoționale ale copiilor sub 3 ani. (Jeong et al., 2021)

**Interacțiune Părinte-Copil:** Înlocuirea practicilor negative cu comportamente eficiente. (Zeegers et al., 2019)

## 4. Digitalizarea Suportului Parental

- O schimbare majoră în ultimii ani este trecerea către programele digitale. Acestea oferă flexibilitate totală, permițând părinților să acceseze oricând diferite resurse.
- Eficiență dovedită: O metaanaliză care a investigat eficiența a 38 de programe digitale (Mackinnon et al., 2022) a demonstrat că părinții cu copii între 1 și 5 ani care au utilizat aceste platforme au raportat o scădere semnificativă a stresului și o îmbunătățire a sănătății mintale, sugerând faptul că aceste programe pot fi alternative eficiente.



## Mesaje-cheie pentru părinți și profesioniști

- Copiii au nevoie de siguranță, afecțiune, răbdare, limite clare și timp de calitate petrecut împreună cu adulții semnificativi.
- Atunci când părinții se confruntă cu un nivel ridicat de stres, pot deveni mai puțin disponibili emoțional, pot avea mai puțină răbdare și pot răspunde mai greu nevoilor copilului. În timp, aceste schimbări pot influența dezvoltarea emoțională, socială și cognitivă a copilului.
- Stresul parental afectează copilul mai ales prin modul în care influențează parentingul. Părinții foarte stresați pot petrece mai puțin timp de calitate cu copilul și pot manifesta mai frecvent reacții negative, precum iritabilitate, critică sau lipsă de consecvență.
- Sprijinirea părinților este o componentă importantă a educației timpurii. Părinții care primesc informații, resurse și sprijin adecvat pot gestiona mai bine stresul și pot construi relații mai bune cu copiii lor.
- Profesioniștii din educația timpurie pot avea un rol important în acest proces, prin comunicare empatică, orientarea familiilor către servicii de consiliere și promovarea unor practici parentale pozitive.

**Fiecare copil are nevoie de părinți calmi și sensibili, care îl văd, îl ascultă, îl sprijină și cred în el 😊**

---

## Bibliografie selectivă

- Abidin, R. R. (1990). Introduction to the Special issue: The Stresses of Parenting. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 298–301. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1904\\_1](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1904_1)
- Abidin, R. R. (1992). The Determinants of Parenting Behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407–412. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104\\_12](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12)
- Allen, T. D., & Finkelstein, L. M. (2014). Work–family conflict among members of full-time dual-earner couples: An examination of family life stage, gender, and age. *Journal of Occupational Health Psychology*, 19(3), 376–384. <https://doi.org/10.1037/a0036941>
- Anthony, L. G., Anthony, B. J., Glanville, D. N., Naiman, D. Q., Waanders, C., & Shaffer, S. (2005). The relationships between parenting stress, parenting behaviour and preschoolers' social competence and behaviour problems in the classroom. *Infant and Child Development*, 14(2), 133–154. <https://doi.org/10.1002/icd.385>
- APA. (2023, October). Stress of parents compared to other adults. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2023/infographics/infographic-parents-other-adults>
- APA. (2024, July 12). What advice do psychologists have to offer on how parents can manage stress and burnout? <https://www.apa.org/topics/stress/parental-burnout>
- Badovinac, S. D., Pillai Riddell, R., Deneault, A.-A., Martin, J., Bureau, J.-F., & O'Neill, M. C. (2021). Associations Between Early Childhood Parent–Child Attachment and Internalizing/Externalizing Symptoms: A Systematic Review and Narrative Synthesis. *Marriage & Family Review*, 57(7), 573–620. <https://doi.org/10.1080/01494929.2021.1879984>
- Baker, B. L., McIntyre, L. L., Blacher, J., Crnic, K., Edelbrock, C., & Low, C. (2003). Pre-school children with and without developmental delay: Behaviour problems and parenting stress over time. *Journal of Intellectual Disability Research*, 47(4–5), 217–230. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2788.2003.00484.x>
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1–103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Belsky, J. (1984). The Determinants of Parenting: A Process Model. *Child Development*, 55(1), 83. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Bodenmann, G. (1995). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology / Schweizerische Zeitschrift Für Psychologie / Revue Suisse de Psychologie*, 54(1), 34–49.
- Booth, A. T., Macdonald, J. A., & Youssef, G. J. (2018). Contextual stress and maternal sensitivity: A meta-analytic review of stress associations with the Maternal Behavior Q-Sort in observational studies. *Developmental Review*, 48, 145–177. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.02.002>
- Borgmann, L.-S., Rattay, P., & Lampert, T. (2020). Longitudinal Analysis of Work-to-Family Conflict and Self-Reported General Health among Working Parents in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), Article 11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113966>
- Brauchli, V., Sticca, F., Edelsbrunner, P., Von Wyl, A., & Lannen, P. (2024). Are screen media the new pacifiers? The role of parenting stress and parental attitudes for children's screen time in early childhood. *Computers in Human Behavior*, 152, 108057. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.108057>
- Carapito, E., Ribeiro, M. T., Pereira, A. I., & Roberto, M. S. (2020). Parenting stress and preschoolers' socio-emotional adjustment: The mediating role of parenting styles in parent–child dyads. *Journal of Family Studies*, 26(4), 594–610. <https://doi.org/10.1080/13229400.2018.1442737>
- Castagna, A., Butti, N., Cordolcini, L., Innocenti, M. S., & Montirosso, R. (2024). Severity of developmental delay and parenting behavior in toddlers with neurodevelopmental disabilities. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1306227>
- Chen, H., Sun, Y., Luo, S., Ma, Y., Li, C., Xiao, Y., Zhang, Y., Lin, S., & Jia, Y. (2025). Association of Screen Content With Early Development Among Preschoolers in Shanghai: 7-Day Monitoring Study With Auto Intelligent Technology. *Journal of Medical Internet Research*, 27(1), e65343. <https://doi.org/10.2196/65343>
- De Stasio, S., Boldrini, F., Ragni, B., & Gentile, S. (2020). Predictive Factors of Toddlers' Sleep and Parental Stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), Article 7. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072494>
- Deneault, A.-A., Duschinsky, R., van IJzendoorn, M. H., Roisman, G. I., Ly, A., Fearon, R. M. P., & Madigan, S. (2023). Does child-mother attachment predict and mediate language and cognitive outcomes? A series of meta-analyses. *Developmental Review*, 70, 101093. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2023.101093>
- Dennis, M. L., Neece, C. L., & Fenning, R. M. (2018). Investigating the Influence of Parenting Stress on Child Behavior Problems in Children with Developmental Delay: The Role of Parent-Child Relational Factors. *Advances in Neurodevelopmental Disorders*, 2(2), 129–141. <https://doi.org/10.1007/s41252-017-0044-2>

- 
- DesChamps, T. D., Ibañez, L. V., Edmunds, S. R., Dick, C. C., & Stone, W. L. (2020). Parenting stress in caregivers of young children with ASD concerns prior to a formal diagnosis. *Autism Research*, 13(1), 82–92. <https://doi.org/10.1002/aur.2213>
  - Dijk, W. V., De Moor, M. H. M., Oosterman, M., Huizink, A. C., & Matvienko-Sikar, K. (2022). Longitudinal relations between parenting stress and child internalizing and externalizing behaviors: Testing within-person changes, bidirectionality and mediating mechanisms. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16, 942363. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.942363>
  - Dillenseger, L., Burger, M. J., & Munier, F. (2023). Part-time Parental Leave and Life Satisfaction: Evidence from the Netherlands. *Applied Research in Quality of Life*, 18(6), 3019–3041. <https://doi.org/10.1007/s11482-023-10218-4>
  - Emmen, R. A. G., Malda, M., Mesman, J., Van IJzendoorn, M. H., Prevoe, M. J. L., & Yeniad, N. (2013). Socioeconomic status and parenting in ethnic minority families: Testing a minority family stress model. *Journal of Family Psychology*, 27(6), 896–904. <https://doi.org/10.1037/a0034693>
  - Epifanio, M. S., Genna, V., De Luca, C., Roccella, M., & La Grutta, S. (2015). Paternal and Maternal Transition to Parenthood: The Risk of Postpartum Depression and Parenting Stress. *Pediatric Reports*, 7(2), 5872. <https://doi.org/10.4081/pr.2015.5872>
  - Frone, M. R. (2003). Work-family balance. In *Handbook of occupational health psychology* (pp. 143–162). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10474-007>
  - Gadot, L., Segev, E., & Fine, M. (2025). Work-Family Conflict, Parental Stress, and Work Centrality Among Parents of 0–4-Year-Old Children with Neurodevelopmental Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. <https://doi.org/10.1007/s10803-025-06889-7>
  - Groh, A. M., Fearon, R. M. P., van IJzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Roisman, G. I. (2017). Attachment in the Early Life Course: Meta-Analytic Evidence for Its Role in Socioemotional Development. *Child Development Perspectives*, 11(1), 70–76. <https://doi.org/10.1111/cdep.12213>
  - Hattangadi, N., Cost, K. T., Birken, C. S., Borkhoff, C. M., Maguire, J. L., Sztatmari, P., & Charach, A. (2020). Parenting stress during infancy is a risk factor for mental health problems in 3-year-old children. *BMC Public Health*, 20(1), 1726. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09861-5>
  - Ilciuc, C., & Rusu, P. P. (2025). Implicațiile stresului parental asupra dezvoltării emoționale, cognitive și sociale a copiilor în primii ani de viață. În O. Clipa (Coord.), *Repere psihologice și pedagogice în educația timpurie: Reflecții și aplicații* (pp. 11–36). TREI.
  - Jeong, J., Franchett, E. E., Ramos de Oliveira, C. V., Rehmani, K., & Yousafzai, A. K. (2021). Parenting interventions to promote early child development in the first three years of life: A global systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 18(5), e1003602. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>
  - Jiang, Q., Wang, D., Yang, Z., & Choi, J.-K. (2023). Bidirectional relationships between parenting stress and child behavior problems in multi-stressed, single-mother families: A cross-lagged panel model. *Family Process*, 62(2), 671–686. <https://doi.org/10.1111/famp.12796>
  - Jiang, Z., Liang, X., Wang, Z., Lin, Y., & Zhang, L. (2023). Intrusive parenting in early childhood: A review and meta-analysis. *PsyCh Journal*, 12(3), 335–354. <https://doi.org/10.1002/pchj.637>
  - Jusienė, R., Breidokienė, R., Baukienė, E., & Rakickienė, L. (2025). Emotional Reactivity and Behavioral Problems in Preschoolers: The Interplay of Parental Stress, Media-Related Coping, and Child Screen Time. *Children*, 12(2), Article 2. <https://doi.org/10.3390/children12020188>
  - Kaur, N., Gupta, M., Kiran, T., Malhi, P., & Grover, S. (2024). Behavioral Problems Associated with Digital Screen Exposure in Children Aged 2–5 Years: Cross-sectional Study. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 20(3), 249–263. <https://doi.org/10.1177/09731342241236364>
  - Khalsa, A. S., Andridge, R., Keim, S. A., Zvara, B. J., & Anderson, S. E. (2024). Screen Time, Outdoor Play, and Sleep Routines in Early Childhood: Longitudinal Associations with Parenting Stress during Toddler to Preschool Years. *Journal of Pediatric Health Care*, 38(6), 794–803. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2024.07.003>
  - Kochanova, K., Pittman, L. D., & McNeela, L. (2022). Parenting Stress and Child Externalizing and Internalizing Problems Among Low-Income Families: Exploring Transactional Associations. *Child Psychiatry & Human Development*, 53(1), 76–88. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01115-0>
  - Koutra, K., Mouatsou, C., Margetaki, K., Mavroeides, G., Kampouri, M., & Chatzi, L. (2025). From Early Stress to Adolescent Struggles: How Maternal Parenting Stress Shapes the Trajectories of Internalizing, Externalizing, and ADHD Symptoms. *Pediatric Reports*, 17(4), Article 4. <https://doi.org/10.3390/pediatric17040076>
  - Kwon, S., O'Neill, M. E., & Foster, C. C. (2022). The Associations of Child's Clinical Conditions and Behavioral Problems with Parenting Stress among Families of Preschool-Aged Children: 2018–2019 National Survey of Child Health. *Children*, 9(2), 241. <https://doi.org/10.3390/children9020241>
  - Lakicevic, N., Manojlovic, M., Chichinina, E., Drid, P., & Zinchenko, Y. (2025). Screen time exposure and executive functions in preschool children. *Scientific Reports*, 15, 1839. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-79290-6>
  - Lashani, E., Larsen, I. G., Kanske, P., Rosendahl, J., Blasberg, J. U., & Engert, V. (2024). Witnessing their mother's acute and prolonged stress affects executive functioning in children. *Communications Psychology*, 2(1), 98
-