

## Santé mentale au Québec



# Travail salarié, famille et santé mentale des femmes

## Revue de la littérature

## Paid work, family and women's mental health

Francine Dufort

Volume 10, Number 2, November 1985

Santé mentale et travail

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/030293ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/030293ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (print)

1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Dufort, F. (1985). Travail salarié, famille et santé mentale des femmes : revue de la littérature. *Santé mentale au Québec*, 10(2), 64–72.  
<https://doi.org/10.7202/030293ar>

### Article abstract

In this article, the results of a research on the influence of family and remunerated work on the mental health of women are presented. The impact of the working environment is analysed from the point of view of the characteristics of hiring, of the level of satisfaction at work and of the social support. The impact of the family environment is studied in the areas of shared responsibilities between married people, of the attitudes towards the presence of women in the work force, of single parentage and of family life cycles. Areas of long term and short term researches are proposed.

# Travail salarié, famille et santé mentale des femmes

## Revue de la littérature

Francine Dufort\*

Sont présentés dans cet article, des résultats de recherche portant sur l'influence de la famille et du travail salarié sur la santé mentale des femmes. L'impact de l'environnement au travail est examiné sous l'angle des caractéristiques de l'emploi, de la satisfaction au travail et du soutien social. L'impact de l'environnement familial est abordé dans les thèmes du partage des responsabilités entre les conjoints, des attitudes face à la présence de la femme sur le marché du travail, du monoparentalisme et des cycles de vie familiale. Des pistes de recherche, à explorer à court et à long termes, sont proposées.

Traditionnellement, le travail salarié et la famille étaient considérés comme deux domaines distincts basés sur la séparation sexuelle des rôles: l'homme assurait généralement la subsistance des siens en travaillant à l'extérieur du foyer alors que la femme assumait la majorité des responsabilités domestiques à la maison.

Depuis quelques décades, ces deux sphères d'activités se sont graduellement imbriquées. Situation liée à la présence toujours croissante des femmes sur le marché du travail, particulièrement accentuée chez les mères ayant des enfants d'âge pré-scolaire. Cox *et al.* (1984) soulignent que le phénomène s'est produit indépendamment des changements technologiques et du déclin économique. Le pourcentage des femmes sur le marché du travail n'a cessé d'augmenter malgré la réduction importante du nombre total d'emplois disponibles et l'augmentation du nombre des sans-emploi.

Cependant, ces femmes ont un imposant défi à relever puisque la plupart des emplois qu'elles occupent présentement ont été conçus en fonction d'individus déchargés de la majeure partie des responsabilités domestiques.

Ross *et al.* (1983) affirment que, malgré une tendance vers un partage équitable des tâches et des responsabilités domestiques entre les conjoints, les changements se font très lentement et la femme reste

encore, sinon l'unique, du moins la principale responsable du foyer. Les quelques recherches sur l'interdépendance entre travail, famille et santé mentale menées auprès de populations masculines illustrent bien ce fait. Ce ne sont pas les situations professionnelles et familiales propres aux hommes qui y sont examinées mais plutôt le statut occupationnel de la conjointe. Celle-ci étant implicitement considérée comme la responsable du foyer, le conjoint étant là pour la «soutenir», la seconder. (Keith et Schafer, 1980; Keith *et al.*, 1981; Beutell et Greenhaus, 1982).

Au travail, peu d'aménagements permettent de tenir compte de cette nouvelle réalité sociale qu'est l'inter-influence entre milieu de travail et milieu familial.

Dans cet article, nous présentons les résultats des recherches visant à cerner la relation entre cette situation sociale récente et la santé mentale des femmes. Mentionnons tout d'abord que les recherches portant à la fois sur le travail salarié et sur la famille sont peu nombreuses: à cause de la nouveauté du phénomène à l'étude, mais aussi parce que les deux domaines font traditionnellement l'objet de recherche de disciplines différentes.

Règle générale, seules les recherches publiées après 1980 sont présentées dans cet article; en effet, le phénomène étudié en étant un de transition, les analyses plus anciennes pourraient faire référence à une réalité dépassée à plus d'un égard<sup>1</sup>. Deux sor-

\* L'auteure est chargée de recherche au L.A.R.E.H.S.

tes de recherche sont proposées: celles comparant l'état de santé mentale de deux groupes de femmes — femmes travaillant exclusivement au foyer et femmes employées à l'extérieur du foyer — et celles portant sur les facteurs permettant de comprendre la situation des femmes qui font un travail salarié. L'environnement au travail est examiné sous l'angle des caractéristiques de l'emploi, de la satisfaction au travail et du soutien social. L'environnement familial est abordé dans les thèmes du partage des responsabilités entre les conjoints, des attitudes face à la présence de la femme sur le marché du travail, du monoparentalisme et des cycles de vie familiale.

## POSITIONS DIVERGENTES

Selon Kessler et McRae (1982), les chercheurs expliquent différemment les effets du travail salarié sur la santé mentale des femmes responsables du foyer. Certains font référence au phénomène de double tâche et de double rôle. D'autres soutiennent qu'être à la fois active sur le marché du travail et, dans les faits, être souvent l'unique responsable de la tenue du foyer et de l'éducation des enfants entraînent des tâches non pas doubles mais multiples et des rôles nombreux, souvent contradictoires et conflictuels.

Deux positions divergentes émergent donc. Beutell et Greenhaus (1982) maintiennent que le travail entraîne une surcharge et des conflits de rôle engendrant des problèmes de santé mentale, surtout chez les mères de jeunes enfants. Krause (1984), à la suite des travaux de Kessler et McRae (1982) et de Warr et Parry (1982), soutient, au contraire, que le travail à l'extérieur du foyer contribue à atténuer les effets délétères du stress lié à l'éducation des enfants et aux tensions maritales. Dans cette même veine, Cox *et al.* (1984) affirment que le travail de la femme hors foyer permet l'accomplissement de soi, l'autonomie financière et des contacts sociaux variés, facteurs ayant tous un impact positif sur la santé mentale.

La littérature scientifique soutient en même temps l'une et l'autre position. Waldron (1980) souligne que les effets du travail sont à la fois négatifs et positifs mais que, dans l'ensemble, il n'y a pas de consensus pour ce qui est de l'impact global du travail sur la santé physique et mentale de la femme. La raison principale de la diversité des effets est sans

aucun doute liée à la complexité, à la «non-univocité» du phénomène. Les situations de vie au travail et de vie familiale des femmes sont multiples et très variées.

## À QUI VA LA PALME DE LA FEMME «ACCOMPLIE»?

Les recherches comparant l'état de santé mentale des femmes travaillant au foyer aux femmes employées à l'extérieur du foyer, les premières encore trop souvent désignées sous le vocable de «ménagères» et les autres de «travailleuses», donnent des résultats confus, voire contradictoires.

Waldron (1980) mentionne plusieurs raisons pour expliquer cet état de fait. Ses remarques ont surtout trait aux recherches évaluant la santé physique des femmes; mais elles peuvent tout aussi bien s'appliquer aux recherches portant plus spécifiquement sur leur santé mentale.

Tout d'abord, une lacune importante invalide, du moins partiellement, plusieurs études qui ne tiennent pas compte du facteur de sélection voulant que les femmes en santé soient au départ plus susceptibles de se retrouver sur le marché du travail. Si ce facteur de sélection se vérifie, l'écart souvent noté entre la santé des femmes au foyer et celle des employées peut refléter, à la fois, l'impact de l'emploi sur la santé et l'impact de l'état de santé sur le fait de travailler en-dehors du foyer. Il est alors difficile, sans une étude longitudinale, de départager l'importance respective des deux phénomènes.

De plus, ce type de recherches comparatives est fréquemment mené auprès d'échantillons de femmes connaissant des conditions de vie très différentes. Sont parfois placées dans un même groupe des célibataires et des femmes vivant avec un conjoint, des mères et des femmes sans enfant, de même que des femmes de niveaux socio-économiques divers. Ce groupe est ensuite comparé à un autre groupe tout aussi disparate, différent du premier par le statut occupationnel des femmes qui le composent.

Des recherches bien qu'incomplètes, puisque le facteur de sélection n'y est que partiellement contrôlé, laissent pourtant entrevoir que plusieurs facteurs socio-démographiques peuvent brouiller la relation entre le statut occupationnel et la santé.

En France, par exemple, une enquête menée en 1976 auprès de 7 229 femmes indique que les différences à divers indicateurs de santé s'effacent presque entièrement entre les employées et les femmes au foyer, lorsque sont statistiquement contrôlés les facteurs suivants: l'âge, le niveau de scolarité, le genre d'occupation du conjoint et le nombre d'enfants. Selon Jouglé *et al.* (1983), la seule différence qui persiste entre les deux groupes réside dans le fait que les employées rapportent plus fréquemment des états de fatigue, de surcharge de travail, et de nervosité. Cette tendance varie selon le nombre d'enfants et est moindre chez les femmes mariées à des professionnels ou à des cadres supérieurs.

En plus des lacunes méthodologiques qui obligent à s'interroger sur la valeur de certains résultats, les recherches comparant les femmes de statuts occupationnels différents renseignent peu sur le phénomène de l'interdépendance entre famille et travail rémunéré. Les conclusions auxquelles arrivent les chercheurs, si elles ont la qualité d'être prudentes, n'instruisent pas beaucoup sur la situation réelle de l'un ou l'autre groupe de femmes.

Les recherches basées sur la satisfaction liée au statut occupationnel montrent généralement que les femmes sur le marché du travail sont plus satisfaites que les femmes demeurant au foyer. Ces dernières se sentent moins compétentes, manquent d'estime d'elles-mêmes et subissent le stress lié à la solitude et à l'ennui. Par contre, parmi les femmes au foyer, celles qui restent à la maison par choix sont en meilleure santé mentale (Lewis et Cooper, 1983).

Selon Haw (1982), les résultats de recherche montrent que les femmes mariées et employées se portent en général mieux émotionnellement que les femmes au foyer. Elles sont plus satisfaites de leur vie, s'acceptent mieux et déclarent moins de problèmes psychiatriques; elles vivent toutefois plus de stress.

Warr et Parry (1982) trouvent que pour certains niveaux socio-économiques, les femmes salariées semblent mieux protégées que les femmes au foyer sur des indices de morbidité psychiatriques cliniques, alors qu'ils n'enregistrent pas de pareilles différences lorsque l'état de santé mentale est mesuré par questionnement des sujets (auto-évaluation par les répondantes de leur état de santé).

Les mesures utilisées pour évaluer la santé mentale sont variées et, selon Lewis et Cooper (1983),

de validité parfois douteuse, ce qui rend les résultats de recherche difficilement comparables; ceux présentés ci-haut illustrent ce fait. Les auteurs soulignent de plus que la façon dont les recherches, comparant femmes au foyer et femmes salariées, sont généralement conçues ne permet pas une investigation des mécanismes spécifiques par lesquels le travail rémunéré et la famille influencent la santé mentale. Ces recherches pourraient être menées de manière plus instructive, mais les chercheurs considèrent de moins en moins utile de comparer des femmes placées dans des situations de vie si différentes.

Pour ces raisons, et surtout parce qu'une large proportion de femmes se retrouve sur le marché du travail à un moment ou à un autre de leur vie, les chercheurs, de plus en plus nombreux, s'intéressent plutôt à l'analyse des facteurs susceptibles d'influencer la santé mentale des femmes sur le marché du travail.

Et malgré des hypothèses de travail divergentes reflétant, sinon les préjugés, du moins les perspectives propres à chacun, les recherches partent des postulats suivants: allier emploi et soins domestiques entraîne fréquemment une surcharge de travail et des conflits de rôles. La surcharge de travail est évaluée en dénombrant les heures passées à accomplir ces diverses tâches à l'intérieur et à l'extérieur du foyer. Les conflits des rôles résultent de l'incompatibilité entre les demandes et les responsabilités associées aux rôles suivants: mère, conjointe, employée. En d'autres mots, ces rôles comportent parfois des obligations mutuellement exclusives.

Aux notions de surcharge de travail et de conflit de rôle, les chercheurs se penchent trop peu souvent sur le phénomène d'ambiguïté normative. La femme, et plus particulièrement la mère sur le marché du travail, vit effectivement une phase de transition où les normes sociales liées à ses rôles sont à redéfinir.

La relation entre le travail rémunéré, le travail domestique et la santé mentale dépend de facteurs et de contextes variés. Certaines caractéristiques de l'environnement de travail, des aspects divers du milieu familial et de l'environnement psychosocial sont tour à tour examinés afin d'en déterminer les avantages, aussi bien que les inconvénients, sur la santé mentale.

## L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Une des rares recherches portant sur une caractéristique de l'environnement de travail (Krausz et Freibach, 1983) examine l'impact d'un horaire de travail flexible sur le taux d'absentéisme, sur les réactions psychosomatiques et sur les sentiments de dépression d'employées au sein d'une compagnie d'assurances en Israël. L'horaire de travail, établi sur une base mensuelle, permettait à l'employée d'organiser son temps en profitant d'une période de flottement d'une heure et demi au début et à la fin de la journée de travail.

Les résultats de l'enquête montrent une baisse significative du taux d'absentéisme chez les femmes bénéficiant de cet horaire flexible, mais aucun effet sur leur satisfaction au travail ni sur les mesures de dépression ou de symptômes psychosomatiques. En d'autres mots, comme le soutiennent les chercheurs, les besoins organisationnels, plus que les besoins individuels, furent satisfaits par l'implantation du nouvel horaire de travail. Ainsi, les mères mentionnent que les effets positifs de l'horaire de travail flexible sont vites annulés par les arrangements au foyer, beaucoup plus rigides.

Alors que les recherches effectuées auprès de populations masculines montrent une relation entre des caractéristiques de l'emploi occupé et la santé mentale, ce rapport est presque totalement ignoré dans les recherches menées auprès des femmes. Haw (1982) souligne d'ailleurs que pour chaque recherche portant sur le stress au travail chez les femmes, six sont menées auprès des hommes. Les interrelations entre travail, famille et santé mentale sont étudiées en négligeant systématiquement les caractéristiques de l'emploi des femmes. Seuls les thèmes de surcharge et de conflit entre travail et famille sont généralement abordés.

La sous-utilisation des habiletés et des compétences, les faibles chances d'avancement, l'absence de pouvoir décisionnel caractérisent les emplois déteus par une large proportion de femmes; sans parler des horaires de travail rigides, des faibles salaires et de la nature souvent ingrate des tâches à accomplir. Ces facteurs ont été identifiés comme des sources de stress chez les travailleurs; ils méritent d'être étudiés chez les travailleuses, et ceci en rapport avec le milieu familial dans lequel elles évoluent.

En plus d'ignorer les caractéristiques de l'emploi, les recherches portant sur l'impact du travail rémunéré et de la famille, selon Haw (1982), mettent trop d'emphase sur la faible satisfaction que les femmes semblent tirer du travail à l'extérieur du foyer.

Une enquête rapportée par D'Arcy *et al.* (1984) jette un éclairage intéressant sur le sujet. L'enquête, menée en Saskatchewan, permettait de comparer la satisfaction au travail et la santé mentale d'hommes et de femmes, en tenant compte de leur perception de l'autonomie, des possibilités d'avancement et des pressions associées à leur emploi.

Ainsi, même si les femmes se sentent moins autonomes et déclarent moins de chances d'avancement et moins de pression au travail que les hommes, elles se disent aussi satisfaites que ceux-ci de leur travail; cependant elles rapportent plus de problèmes psychiatriques. Par contre, lorsque les perceptions des caractéristiques de l'emploi sont maintenues constantes dans les deux groupes par un contrôle statistique, les femmes tirent plus de satisfaction de leur travail que les hommes. Et les différences sexuelles liées au nombre de symptômes psychiatriques disparaissent.

À tout le moins, les résultats de cette recherche montrent l'importance de se pencher sur les caractéristiques de l'emploi qui influencent la satisfaction au travail et la santé mentale des travailleuses.

Welch et Booth (1977) mettent eux aussi en relief un aspect important de la situation des femmes sur le marché du travail: la relation entre l'entrée récente d'une femme sur le marché du travail et son état de santé mentale.

En effet, les mères ayant des enfants à la maison, qui sont depuis moins d'un an sur le marché du travail, ressentent plus de détresse psychologique, consomment plus d'alcool, de sédatifs ou d'hypnotiques que les femmes occupant un emploi depuis plus d'un an.

La petite taille de l'échantillon des nouvelles travailleuses ( $n=28$ ) ne permet pas de tirer des conclusions hâtives pour le moment, mais les données indiquent une tendance selon laquelle l'entrée sur le marché du travail comporte une période d'adaptation exigeante.

Cette période de transition, «critique» semble-t-il, est plus facilement surmontable dans un environnement de travail sympathique à la présence des fem-

mes, où les employeurs sont sensibilisés aux préoccupations des mères et où les collègues soutiennent les débutantes dans leurs nouvelles fonctions. C'est du moins ce qu'avancent Cox *et al.* (1984) lorsqu'ils affirment que le soutien social est aussi un aspect de l'environnement au travail dont l'impact rapporté par House (1981) démontre déjà son influence positive sur l'adaptation des travailleurs au stress.

## L'ENVIRONNEMENT FAMILIAL ET PSYCHOSOCIAL

### Soutien mutuel entre conjoints

Jusqu'à ce jour, c'est dans le cadre familial que l'impact du soutien social a été analysé. Les études ont surtout porté sur le partage des tâches et des responsabilités domestiques entre les conjoints, sur les attitudes de ceux-ci face au travail de la femme à l'extérieur du foyer et sur l'implication professionnelle de chacun.

En ce qui a trait au partage des responsabilités, deux points sont à examiner: comment doit-on évaluer la participation des conjoints et quels aspects de cette participation offrent des avantages à la travailleuse en termes de santé mentale?

Mentionnons d'abord, comme il fallait s'y attendre, que la satisfaction associée au partage des tâches domestiques diffère sensiblement chez les hommes et chez les femmes. Une enquête conduite par Luukonen-Gronow et Stolte-Heiskanen (1983), auprès d'un groupe de professionnelles et de leurs conjoints, montre que 58 % de ces femmes (contre seulement 7 % des conjoints) sont insatisfaites du partage des tâches quotidiennes.

Il y a aussi divergence entre l'évaluation faite par l'homme de sa participation aux tâches domestiques et la perception qu'a la femme de cette même participation. Gross et Arvey (1977) notent que l'homme est généralement plus généreux dans son appréciation que ne l'est sa compagne. Les chercheurs proposent donc de prendre des mesures objectives de la participation des conjoints. Haw (1982) souligne pourtant que l'évaluation subjective faite par la femme reste essentielle à la compréhension du phénomène. Lewis et Cooper (1983) soutiennent pour leur part qu'une situation de surcharge réelle peut ne pas être perçue comme stressante et a donc peu

de chance d'être modifiée, ce qui peut avoir des conséquences graves sur la santé des femmes concernées. Le débat demeure ouvert.

Une analyse de la participation du conjoint perçue par la femme, effectuée auprès d'un échantillon représentatif de la population américaine, a identifié deux dimensions de cette participation: les soins prodigués aux enfants et les tâches domestiques non liées à l'éducation des enfants. Les résultats de l'enquête (Kessler et McRae, 1982) montrent que seule la participation du conjoint aux soins accordés aux enfants contribue au bien-être psychologique de la travailleuse. Sa participation aux autres tâches ne semble pas avoir un impact significatif sur le bien-être de la femme. En plus d'enlever un fardeau à la femme, le partage des responsabilités liées à l'éducation des enfants atténue le sentiment de culpabilité ressenti par les mères qui, en travaillant à l'extérieur du foyer, ont trop souvent l'impression de négliger les leurs.

Le soutien mutuel entre conjoints est aussi analysé en fonction de leurs attitudes face à la présence de la femme sur le marché du travail et en fonction de leur implication professionnelle respective.

Krause (1984), examinant comment le travail des femmes à l'extérieur du foyer atténue le stress provenant des tensions maritales, soutient que la concordance entre les attitudes des deux conjoints est un déterminant important du bien-être psychologique des femmes. Il démontre en effet que les femmes ayant une vision non traditionnelle des rôles sexuels, mais percevant que leur conjoint possède une vision traditionnelle, sont plus susceptibles de souffrir de symptômes de dépression que les femmes endossant des attitudes comparables à celles de leur conjoint. Cependant, Krause trouve que le travail à l'extérieur du foyer atténue les effets délétères des orientations conflictuelles des conjoints, car ces conflits sont associés à plus de dépressions surtout chez les femmes restant au foyer, les autres ayant effectivement plus d'occasion, en étant sur le marché du travail, d'accomplir des activités moins traditionnelles en accord avec leurs attentes.

Une enquête conduite par Beutell et Greenhauss (1982) auprès des couples mariés montre que l'importance accordée au travail par l'un et l'autre des conjoints influence l'intensité des conflits vécus par les travailleuses. Les femmes qui sont autant impli-

quées professionnellement que leur conjoint vivent moins de conflits que les femmes dont l'implication est soit plus faible soit plus forte que celle du conjoint. Les partenaires également impliqués au travail ont une compréhension mutuelle des aspirations, valeurs, préoccupations de l'autre et arrivent plus facilement à un soutien mutuel, à des arrangements satisfaisant les deux parties.

Cependant, les familles où les enfants sont nombreux et où le conjoint est très impliqué dans son travail offrent un environnement social peu favorable aux femmes sur le marché du travail. C'est du moins une conclusion à laquelle arrivent Beutell et Greenhaus (1982), notant que l'interaction entre ces deux facteurs influence le nombre de conflits vécus par les travailleuses.

### **Composition et cycles de la famille**

Deux autres caractéristiques de la vie familiale sont analysées en fonction de leur impact sur le bien-être des femmes sur le marché du travail: le biparentalisme par opposition au monoparentalisme et les cycles de vie familiale.

Keith et Schafer (1982) montrent que le taux de dépression est plus élevé chez les mères travailleuses sans conjoint que chez celles avec conjoint. Même si l'on ne peut déterminer la raison précise de cet écart, les chercheurs soulignent que ce sont des facteurs différents qui expliquent la dépression dans chacun des deux groupes.

Chez les mères seules, celles qui ont l'occasion de travailler de nombreuses heures, et d'augmenter ainsi leurs revenus, sont moins déprimées que d'autres qui travaillent moins. Chez les femmes vivant en couple, travailler de longues heures en dehors du foyer est au contraire associé à plus de dépression.

Chez les mères sans conjoint, les tensions entre le travail et la famille contribuent pour une bonne part à la dépression, tandis que chez les femmes avec conjoint, c'est l'insatisfaction liée aux tâches domestiques qui contribue le plus largement à la dépression, ces tâches prenant probablement plus d'importance lorsque les deux sont présents.

Les résultats de cette recherche sont intéressants en ce qu'ils démontrent qu'une caractéristique précise de l'environnement familial (le monoparentalisme par opposition au biparentalisme) change subs-

tantiellement la configuration des relations entre différents facteurs et la santé mentale.

D'autre part, Hall (1975) souligne que les mères qui travaillent ont des conditions de vie et des conflits très différents selon les étapes de croissance de la famille. Les cycles de vie de leur famille, plus que leur propre âge, affectent les femmes dans la perception qu'elles ont des pressions et des conflits associés à leurs rôles de mère et d'employée.

Reiss (1983) examina ce phénomène en relation avec trois cycles de vie familiale et nota pour sa part que chez les mères employées, les tensions associées aux rôles ne diminuent que lorsque les enfants quittent le foyer. Dans cette même veine, Gore et Mangione (1983) soutiennent que l'écart entre l'état de santé mentale des hommes et l'état de santé mentale des femmes est particulièrement marqué dans les familles où il y a de jeunes enfants. Cette situation familiale apparaissant spécialement stressante pour les femmes, celles-ci rapportent généralement plus de symptômes psychologiques que les hommes.

### **Le contexte psychosocial**

Les tensions associées à différents cycles de vie familiale en relation avec les tensions liées à divers cycles de vie professionnelle restent à analyser en fonction des stratégies d'adaptation utilisées par les femmes pour affronter ces situations conflictuelles. Hall (1975) identifie pour sa part trois types de stratégies. La première stratégie exige de la femme qu'elle négocie de nouvelles définitions des rôles sociaux. Une autre stratégie amène la femme à changer ses propres attitudes et perceptions face aux rôles sociaux. La troisième stratégie est une tentative pour s'adapter à tous les rôles et elle entraîne presque inévitablement la surcharge.

Le recours fréquent à ce dernier type de stratégies, peu efficaces et contraignantes, n'est pas étranger au contexte socio-culturel dans lequel les femmes évoluent. Berkowitz et Perkins (1984) maintiennent que le stress vécu par les femmes occupant un emploi ne peut être compris qu'en fonction du climat psychosocial où les rôles sont exercés. Les femmes d'aujourd'hui doivent faire face au mythe de la «super femme» mère idéale, employée exemplaire, conjointe attentive, femme accomplie... Bien que plusieurs auteurs mentionnent cet aspect socio-culturel comme un facteur déterminant dans

la relation entre le jeu des rôles multiples et la santé mentale, les recherches ne portent pas encore assez sur le sujet.

## UNE PROBLÉMATIQUE DE RECHERCHE À BÂTIR

Les recherches portant sur la famille, le travail rémunéré et la santé mentale doivent s'inscrire dans deux perspectives: l'une à court terme, l'autre à plus long terme.

Présentement, les femmes sont placées dans une situation sociale de transition à la fois exigeante et stimulante: exigeante par la surcharge de travail assumée, les conflits de rôles et les ambiguïtés normatives que cette situation entraîne, stimulante par l'évolution qu'elle annonce et par les possibilités d'accomplissement de soi et d'autonomie qu'elle procure d'ores et déjà à certaines. Ce phénomène transitoire est capital; il ne peut se faire sans être stressant et émotionnellement dérangeant. Dès maintenant des recherches doivent donc être entreprises pour répondre aux questions que cette transition suscite et pour pallier aux lacunes des études antérieures.

Ces recherches doivent:

- étudier prioritairement l'impact des emplois occupés par une large proportion de femmes sur le marché du travail, secrétariat et autres emplois de bureau et de services, jusque-là négligés par les chercheurs;
- tenir compte de l'influence sur la santé mentale des caractéristiques des emplois occupés par les femmes: horaires de travail, rémunération, degré d'autonomie, possibilités de promotion, etc.;
- évaluer la qualité et la quantité des ressources accessibles et nécessaires à l'accomplissement des tâches domestiques et à l'éducation des enfants;
- analyser l'insatisfaction des femmes au travail dans le but d'en déterminer les causes, non dans l'esprit de trouver des raisons pour les retourner à leurs casseroles (qu'elles n'ont de toute façon pas abandonnées!);
- s'intéresser d'abord aux femmes placées dans des situations familiales réputées exigeantes: familles monoparentales, familles composées d'enfants d'âge scolaire et pré-scolaire<sup>2</sup>;

— considérer les travailleuses non pas comme un groupe particulièrement vulnérable, ou à risque, mais comme des groupes pour lesquels il faut tenir compte de dimensions supplémentaires. Bien que présentement les attentes sociales soient différentes pour les hommes et pour les femmes, les réponses de ces dernières aux exigences de l'emploi sont très semblables à celles des hommes.

Comme les hommes, la majorité des femmes travaille d'abord par besoin financier et, comme tout travailleur, elles sont en droit d'exiger des conditions de travail adéquates. Dès maintenant des innovations doivent être encouragées et généralisées, des programmes doivent être implantés et évalués: instauration d'horaires de travail flexibles répondant aux besoins des mères, accès accru à des services de garde adéquats en milieu de travail, etc.

Les relations à l'intérieur de plusieurs familles se modifient pour glisser du type complémentaire vers le type parallèle, où les deux conjoints sont à la fois titulaires d'un emploi rémunéré et responsables du foyer et de l'éducation des enfants. La compréhension de l'impact de l'emploi sur la santé mentale sera donc de plus en plus indissociable des obligations liées au statut familial et à la façon dont cette situation socio-culturelle sera intégrée. Dans une perspective à long terme, les chercheurs se doivent alors de développer des modèles théoriques autour desquels les recherches pourront mieux s'articuler. Un souci d'intégration conceptuelle, jusqu'à présent absent dans ce domaine, doit animer les chercheurs. De grandes lignes peuvent être d'ores et déjà tirées des recherches portant sur les cycles de vie familiale, le soutien social, le stress au travail, les stratégies d'adaptation et, à partir des théories, sur les rôles sociaux et les changements d'attitudes.

De plus, il est important que le travail salarié et la famille soient analysés comme des processus plutôt que comme des simples structures différentes. Examiner le degré de convergence entre les normes au travail et les normes familiales, plutôt que de continuer de tolérer une dichotomie, voire même une opposition entre les deux sphères, suscitera des questions beaucoup plus enrichissantes que celles énoncées jusqu'ici.

Pour qu'elles puissent amener à des résultats concluants, ces recherches devront se faire dans le ca-



dre d'enquêtes longitudinales et devront éviter ce que Haw (1982) nomme «le piège de la trivialité». En effet, les recherches portant sur la santé mentale analysent parfois l'impact de facteurs si étroitement liés à ce concept qu'elles mènent inévitablement à la circularité. Comment départager, par exemple, l'influence de la satisfaction au travail sur la santé mentale alors qu'on sait pertinemment que l'évaluation de cette insatisfaction est déjà teintée par l'état de santé mentale?

Verbrugge (1983), à la suite d'une enquête menée auprès d'un important échantillon de femmes et d'hommes, soutient que les employées ont de meilleurs profils de santé que les femmes au foyer et que les chômeuses. Verbrugge ajoute que cumuler des rôles sociaux semble bénéfique pour la santé physique, mais cela jusqu'à un certain point, les femmes occupant de nombreux rôles sociaux n'étant pas en meilleure santé que celles qui en occupent trop peu. Cette constatation (que pourrait lui envier La Palice) pouvant, sans trop grand risque d'erreur, s'appliquer à la santé mentale, il est maintenant grandement temps de passer à une autre étape de la réflexion et de l'action. Nous pouvons dès maintenant cesser de nous convaincre que les femmes sont à leur place sur le marché du travail, pour nous pencher sur la compréhension des processus impliqués dans cette réalité sociale. Sous quelles conditions les rôles multiples sont-ils bénéfiques, dans quelles circonstances sont-ils délétères?

## NOTES

1. Les travaux examinés sont des synthèses récentes de recherche, ou des résultats provenant d'enquêtes menées auprès d'échantillons, parfois représentatifs, de populations américaine ou autre. Leur taille est suffisamment grande pour pouvoir tirer des conclusions non équivoques. Un point important doit être d'emblée souligné. Une absence de théorisation caractérise encore ce domaine de recherche, les données étant peu fouillées et l'approche pragmatique y régnant. Pour l'instant, les chercheurs posent diverses questions qu'aucune théorie ne permet de lier entre elles; les résultats rapportés tracent plus souvent des pistes de recherche à explorer que des conclusions fermes sur les relations entre famille, travail et santé mentale.
2. Bien qu'il soit souhaitable de comprendre le phénomène social à l'étude afin de généraliser les résultats des recherches à toutes les situations vécues par les femmes, cette compréhension ne peut se faire qu'en étudiant des groupes de femmes homogènes quant à l'emploi occupé et aux conditions de vie familiales, sociales et économiques (Jennings *et al.*, 1984). Sans cela, trop de facteurs peuvent confondre le jeu des relations entre travail, famille et santé mentale.

## RÉFÉRENCES

- BERKOWITZ, A.D., PERKINS, H.W., 1984, Stress among farm women: work and family as interacting systems, *Journal of Marriage and the Family*, 46, n° 1, 161-166.
- BEUTELL, N.J., GREENHAUS, J.H., 1982, Interrole conflict among married women: the influence of husband and wife characteristics on conflict and coping behavior, *Journal of Vocational Behavior*, 21, 99-110.
- CHERRY, N., 1984, Women and work stress: evidence from the 1946 birth cohort., *Ergonomics*, 27, n° 5, 519-526.
- COX, S., COX, T., STEVENTON, J., 1984, Women at work: summary and overview, *Ergonomics*, 27, n° 5, 597-605.
- D'ARCY, C., SYROTIUK, J., SIDDIQUE, C.M., 1984, Perceived job attributes, job satisfaction, and psychological distress: a comparison of working men and women, *Human Relation*, 37, n° 8, 603-611.
- GROSS, R.H. ARVEY, R.D., 1977, Marital satisfaction, job satisfaction, and task distribution in the homemaker job, *Journal of Vocational Behavior*, 11, 1-13.
- GORE, S., MANGIONE, T.W., 1983, Social roles, sex roles and psychological distress: additive and interactive models of sex differences, *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 300-312.
- GUTER, B.A., NAKAMURA, C.Y., NEIVA, V.F., 1981, The interdependence of work and family roles, *Journal of Occupational Behavior*, 2, 1-16.
- HALL, D.T., 1975, Pressures from work, self, and home in the life stages of married women, *Journal of Vocational Behavior*, 6, 121-132.
- HAW, M.A., 1982, Women, work and stress: a review and agenda for the future, *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 132-144.
- HOUSE, J.S., 1981, *Work Stress and Social Support*, Addison-Wesley series on occupational stress, University of Michigan.
- JENNINGS, S., MAZAIK, C., MCKINLAY, S., 1984, Women at work: an investigation of the association between health and employment status in middle-aged women, *Social Science and Medicine*, 19, n° 4, 423-431.
- JOUGLA, E., BOUVIER-COLLE, M.H., MAGUIN, P., DIAZ-VALDES, R., MINVIELLE, D., 1983, Health and employment of a female population in an urban area, *International Journal of Epidemiology*, 12, n° 1, 67-76.
- KEITH, P.M., GOUDY, W.J., POWERS, E.A., 1981, Employment characteristics and psychological well-being of men in two-job families, *Psychological Reports*, 49, 975-978.
- KEITH, P.M., SCHAFER, R.B., 1980, Depression in one and two-job families, *Psychological Reports*, 47, 669-670.
- KEITH, P.M., SCHAFER, R.B., 1982, A comparison of depression among employed single-parent and married women, *The Journal of Psychology*, 110, 239-247.
- KESSLER, R.C., McRAE, J.A., 1982, The effect of wives' employment on the mental health of married men and women, *American Sociological Review*, 47, 216-227.
- KRAUSE, N., 1984, Employment outside the home and women's psychological well-being, *Social Psychiatry*, 19, 41-48.
- KRAUSZ, M., FREIBACH, N., 1983, Effects of flexible working time for employed women upon satisfaction, strains, and absenteeism, *Journal of Occupational Psychology*, 56, 155-159.
- LEWIS, S., COOPER, C.L., 1983, The stress of combining occupational and parental roles: a review of the literature, *Bulletin of the British Psychological Society*, 36, 341-345.
- LUUKONEN-GRONOW, T., STOLTE-HEISKANEN, V., 1983, Myths and realities of role incompatibility of women

- scientists, *Acta Sociologica*, 26, n° 3-4, 267-280.
- REISS, M.A., 1983, *The Role Strain, Job Satisfaction, and Career Experiences of Working Mothers in Academia at Various Stages of the Family Life Cycle*, Thèse de doctorat.
- ROSS, C.E., MIROWSKY, J., HUBER, J., 1983, Dividing work, sharing work, and in-between: marriage patterns and depression, *American Sociological Review*, 48, 809-823.
- VERBRUGGE, L.M., 1983, Multiple roles and physical health of women and men, *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 16-30.
- WALDRON, I., 1980, Employment and women's health: an analysis of causal relationships, *International Journal of Health Services*, 10, n° 3, 435-455.
- WARR, P., PARRY, G., 1982, Paid employment and women's psychological well-being, *Psychological Bulletin*, 91, n° 3, 498-516.

- WELCH, S., BOOTH, A., 1977, Employment and health among married women with children, *Sex Role*, 3, n° 4, 385-397.

## SUMMARY

In this article, the results of a research on the influence of family and remunerated work on the mental health of women are presented. The impact of the working environment is analysed from the point of view of the characteristics of hiring, of the level of satisfaction at work and of the social support. The impact of the family environment is studied in the areas of shared responsibilities between married people, of the attitudes towards the presence of women in the work force, of single parentage and of family life cycles. Areas of long term and short term researches are proposed.