

Une production de la  
Direction de santé publique

Bulletin visant à rendre plus facile l'accès aux données de surveillance de l'état de santé de la population lavalloise.



## LES DÉFIS DE LA CONCILIATION TRAVAIL-FAMILLE CHEZ LES PARENTS D'ENFANTS DE 0 À 5 ANS

### UN PORTRAIT DE LA SITUATION LAVALLOISE

En 2015, l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) a réalisé l'Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans (EQEPE). Près de 15 000 parents ont participé à l'EQEPE, donnant ainsi accès à des données dans 16 régions du Québec. Les données recueillies permettent de connaître l'expérience des parents de jeunes enfants et de mettre en lumière certaines thématiques liées à la parentalité, jusqu'à présent peu explorées dans une perspective quantitative. Le présent numéro aborde la conciliation travail-famille des parents lavallois, un défi pour un bon nombre d'entre eux.



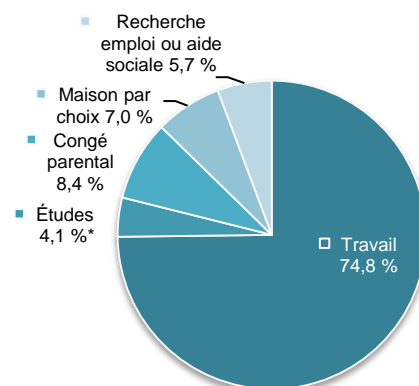
### Emplois et conditions de travail

À Laval, les trois quarts (74,8 %) des parents d'enfants de 0 à 5 ans ont mentionné que leur principale occupation était le travail (figure 1). Les autres parents se répartissent ainsi : congé parental (8,4 %), maison par choix (7,0 %), recherche emploi ou aide sociale (5,7 %) et études (4,1 %).

La proportion de parents ayant un emploi est plus élevée chez les pères (90,4 %) que chez les mères (63,0 %) (données non présentées). Les proportions relatives au statut d'emploi les plus faibles se retrouvent chez les plus jeunes parents (âgés de moins de 30 ans) (56,6 %), les parents qui ne détiennent pas de diplôme d'études secondaires (64,5 %), ainsi que chez les parents immigrants (69,0 %).

FIGURE 1

Répartition (%) des parents d'enfants de 0 à 5 ans selon l'occupation principale au moment de l'enquête, Laval, 2015



\* Précision passable, coefficient de variation entre 15 % et 25 %, interpréter avec prudence.

Note : Aucun écart significatif avec l'ensemble du Québec.

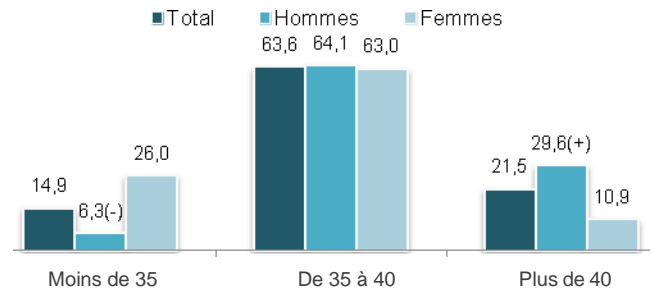
Source : ISQ, Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans, 2015

À Laval, on compte une proportion plus élevée de familles biparentales dont les deux parents travaillent à temps plein (87,0 %) qu'au Québec (81,3 %) (données non présentées). Plus du quart (28,4 %) des parents salariés ont un horaire atypique, soit un horaire irrégulier, de soir, de nuit ou de fin de semaine (données non présentées). Les hommes (31,2 %) sont proportionnellement plus nombreux que les femmes (24,8 %) à avoir un tel horaire.

Quant au nombre d'heures travaillées, environ 64 % des parents ayant un emploi travaillent entre 35 et 40 heures (figure 2). Les pères travaillent généralement un plus grand nombre d'heures que les mères. En fait, près du tiers (29,6 %) des pères lavallois dépassent les 40 heures hebdomadaires, comparativement à 10,9 % des mères.

FIGURE 2

Répartition (%) des parents d'enfants de 0 à 5 ans<sup>†</sup> selon le nombre d'heures généralement travaillées par semaine et selon le sexe, Laval, 2015



<sup>†</sup> Qui occupent un emploi salarié (occupation principale ou non) au moment de l'enquête.

(+), (-) : Valeur significativement plus élevée ou plus faible entre les sexes.

Note : Aucun écart significatif avec l'ensemble du Québec.

Source : ISQ, Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans, 2015.

## Quand les exigences du travail se répercutent sur la vie familiale

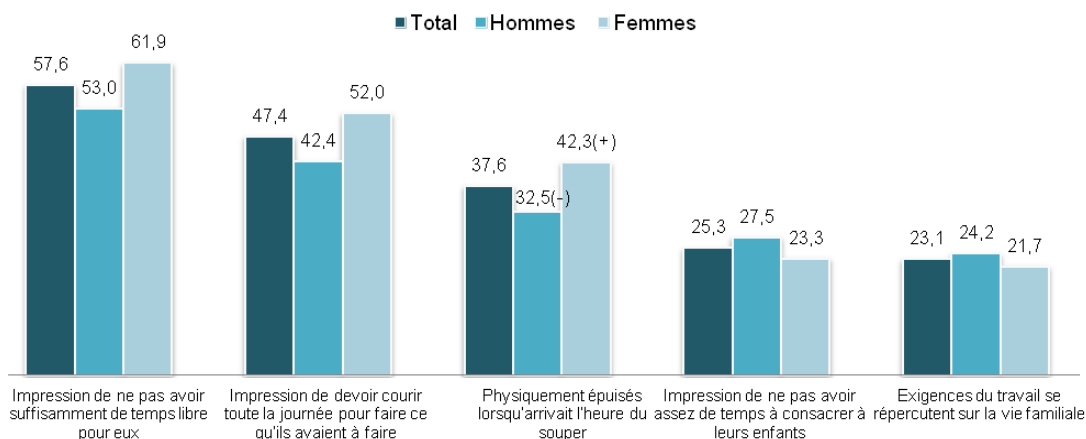
La conciliation travail-famille fait référence à la conjugaison des responsabilités professionnelles et familiales. Il y a conflit lorsque les exigences liées à l'emploi interfèrent avec sa capacité de répondre à ses responsabilités familiales ou l'inverse (Greenhaus et coll., 1985; Lavoie, 2016). L'EQEPE met en lumière cinq conflits vécus par plusieurs parents salariés (figure 3) :

- **57,6 %** ont jamais ou rarement l'impression d'avoir suffisamment de temps libre pour eux.
- **47,4 %** ont souvent ou toujours l'impression de courir toute la journée.
- **37,6 %** ont mentionné être souvent ou toujours épuisés lorsque l'heure du souper arrive.
- **25,3 %** ont confié avoir souvent ou toujours l'impression de manquer de temps pour leurs enfants.
- **23,1 %** ont déclaré que les exigences du travail se répercutent sur leur vie familiale.



FIGURE 3

Proportion (%) des parents d'enfants de 0 à 5 ans<sup>†</sup> ayant vécu fréquemment (souvent ou toujours) certaines situations de conflit travail-famille au cours des 12 derniers mois et selon le sexe, Laval, 2015



<sup>†</sup> Qui occupent un emploi salarié (occupation principale ou non) au moment de l'enquête.

(+), (-) : Valeur significativement plus élevée ou plus faible.

Note : Aucun écart significatif avec l'ensemble du Québec.

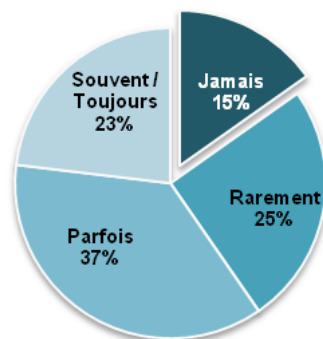
Source : ISQ, Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans, 2015.

Les femmes sont plus susceptibles que les hommes de vivre les trois premiers conflits<sup>1</sup> : impression de ne pas avoir du temps pour soi, impression de courir toute la journée et d'être physiquement épuisé à l'heure du souper (figure 3). À noter que les proportions les plus élevées de conflit travail-famille se retrouvent chez les femmes détenant un diplôme universitaire et les femmes percevant leurs revenus comme insuffisants (Lavoie, 2016). Par contre, les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à avoir l'impression de ne pas consacrer assez de temps à leurs enfants (figure 3).

Le cinquième conflit touche, dans des proportions semblables, les hommes et les femmes (figure 3). En fait, plus d'un parent sur cinq ont confié que les exigences du travail se répercutent souvent ou toujours sur la vie familiale.

À la figure 4, neuf parents sur dix (85,0 %) déclarent que les exigences du travail se répercutent sur leur vie familiale, chacun à des degrés différents, soit 25,0 % rarement, 37,0 % parfois et 23 % souvent ou toujours. Les parents détenant un diplôme universitaire (30,1 %) et ceux percevant leur état de santé comme étant médiocre ou mauvaise (38,4 %) sont plus enclins que les autres à déclarer que le travail affecte souvent ou toujours leur vie familiale (données non présentées).

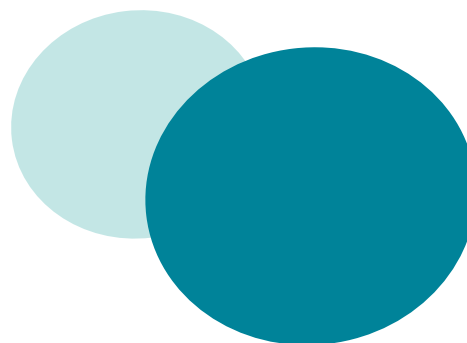
FIGURE 4  
Répartition (%) des parents d'enfants de 0 à 5 ans<sup>†</sup> selon la fréquence à laquelle les exigences du travail se répercutent sur la vie familiale, Laval, 2015



<sup>†</sup> Qui occupent un emploi salarié (occupation principale ou non) au moment de l'enquête.

Note : Aucun écart significatif avec l'ensemble du Québec.

Source : ISQ, Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans, 2015.



## Conflits travail-famille... pas sans conséquence

À partir de l'EQEPE, les données tant québécoises que lavalloises permettent de constater de nombreuses associations entre une conciliation travail-famille difficile et certains aspects de vie des parents. Comparativement aux parents qui vivent un niveau faible de conflit travail-famille, les parents qui présentent un niveau élevé de conflit sont plus susceptibles de déclarer :

- un niveau élevé de stress et de pression;
- une perception de sa santé comme étant mauvaise ou médiocre;
- un sentiment d'efficacité parentale plus faible;
- un sentiment de compétence parentale plus faible;
- un sentiment de satisfaction parentale plus faible.

De plus, ces mêmes parents sont plus enclins à adopter quotidiennement certaines pratiques, telles que crier, élever la voix ou se mettre en colère contre leurs jeunes enfants. Une analyse des données québécoises effectuée par l'ISQ a démontré que, parmi les parents qui vivent à la fois un conflit travail-famille difficile et une expérience parentale (exemples : stress, pression, sentiment d'efficacité, de compétence ou de satisfaction), les femmes sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes.

<sup>1</sup> À l'exception du troisième conflit (figure 3), les écarts entre les sexes ne se révèlent pas statistiquement significatifs. Cela s'explique probablement par la petite taille de l'échantillon lavallois, puisque les données québécoises qui sont similaires confirment un écart entre les sexes pour les quatre premiers conflits.

## Des mesures permettant une meilleure conciliation travail-famille

Parmi les parents lavallois d'enfants de 0 à 5 ans qui occupent un emploi salarié, 76,9 % ont accès à au moins une mesure de conciliation travail-famille et près du quart (23,1 %) n'y ont pas accès (figure 5). La plupart ont accès à une ou deux mesures. Quelques privilégiés ont accès à trois et même quatre types de mesure de conciliation.

Les deux mesures de conciliation travail-famille les plus courantes sont l'horaire de travail flexible (56,9 %) et les congés payés pour raisons familiales (56,2 %) (figure 6). Dans de moindres proportions, d'autres mesures sont également disponibles : la possibilité d'effectuer du travail à domicile (22,7 %), ainsi que la possibilité d'aménager ou de réduire son temps de travail (22,6 %).

L'ISQ (Lavoie, 2016) confirme que les mesures de conciliation travail-famille sont plus accessibles pour les femmes que pour les hommes. Néanmoins, les parents ayant le plus de chances d'avoir accès à des mesures de conciliation dans leur milieu de travail sont ceux :

- Détenant des études postsecondaires, mais plus particulièrement un diplôme universitaire (85,2 % ont accès à une ou des mesures);
- Percevant leur état de santé comme excellente (83,3 %).

Quant aux parents les moins susceptibles d'avoir accès à des mesures de conciliation :

- Ils sont âgés de moins de 30 ans (73,0 %);
- Ils ne détiennent pas de diplôme d'études secondaires (65,3 %);
- Ils perçoivent leurs revenus insuffisants (66,3 %).

D'autres facteurs ont été explorés, tels que le lieu de naissance du parent et la structure familiale, mais les données n'ont démontré aucune différence significative entre ces variables et le fait d'avoir accès à des mesures de conciliation travail-famille.

FIGURE 5

Répartition (%) des parents d'enfants de 0 à 5 ans<sup>†</sup> selon le nombre de mesures de conciliation travail-famille accessibles dans leur milieu de travail, Laval, 2015

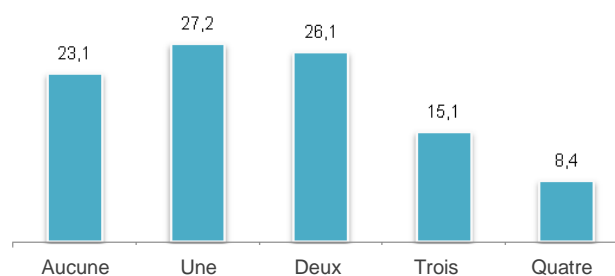
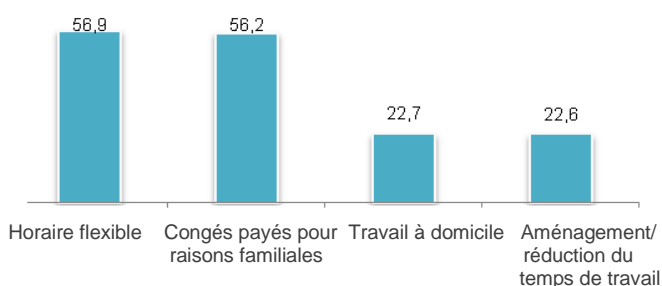


FIGURE 6

Proportion (%) des parents d'enfants de 0 à 5 ans<sup>†</sup> selon le type de mesures de conciliation travail-famille accessibles dans leur milieu de travail, Laval, 2015



<sup>†</sup> Qui occupent un emploi salarié (occupation principale ou non) au moment de l'enquête.

Note : Aucun écart significatif avec l'ensemble du Québec.

Source : ISQ, Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans, 2015



## Les mesures de conciliation travail-famille : des impacts positifs sur l'expérience parentale

Selon Lavoie (2016), il apparaît que les parents travaillant plus de 40 heures par semaine, ceux qui n'ont pas accès à un horaire de travail flexible ainsi que ceux n'ayant pas accès à des congés payés pour raisons familiales sont plus à risque de ressentir un niveau élevé de conflit travail-famille.

De plus, les proportions de parents déclarant avoir vécu un niveau de stress élevé au cours des 12 derniers mois diminuent à mesure que le nombre de mesures accessibles augmente.

Ajoutons à ceci que les proportions de parents déclarant un fort sentiment d'efficacité parentale augmente à mesure que le nombre de mesures accessibles augmente. L'inverse est aussi observé

chez les parents déclarant un sentiment plus faible d'efficacité parentale. Par contre, les données ne permettent pas d'établir de liens entre le fait d'avoir accès ou non à des mesures de conciliation travail-famille et le sentiment de satisfaction parentale, ainsi que le sentiment de compétence parentale.

Le soutien social joue également un rôle essentiel dans une meilleure gestion travail-famille. En effet, les données permettent de confirmer que le soutien du conjoint ou de l'entourage, la répartition équitable des tâches domestiques ou familiales, sont associés à une meilleure conciliation travail-famille.

### En conclusion

Tant à Laval qu'au Québec, la conciliation travail-famille est un défi qui touche l'ensemble des parents qui occupent un emploi. Pour la grande majorité (85,0 %) d'entre eux les exigences liées à l'emploi interfèrent avec leur capacité de répondre à leurs responsabilités familiales, et ce, à des divers degrés. L'EQEPE démontre certains liens entre la conciliation travail-famille et la santé des parents. De plus, les données permettent d'établir une relation d'association entre la conciliation travail-famille et l'expérience parentale.

Sans prétendre répondre à tous les conflits travail-famille, il appert évident que l'accès à des mesures de conciliation est bénéfique pour les familles. Ces mesures augmentent les chances des parents de présenter un niveau de stress plus faible et de vivre un sentiment d'efficacité parentale plus élevé. Il s'avère donc primordial d'assouplir les contraintes associées au monde du travail et de diminuer les inégalités sociales face à l'accès à ces mesures.

### Bibliographie

GREENHAUS, J., et N. J. Beutell (1985). « Sources of Conflict Between Work and Family Roles », *Academy of Management Review*, vol. 10, no. 1, p. 76-88.  
LAVOIE, A. (2016). Les défis de la conciliation travail-famille chez les parents salariés. Un portrait à partir de l'Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans 2015, Québec, Institut de la statistique du Québec, 59 p.

**Le bulletin Sélections Santé Laval est un bulletin d'information de la Direction de santé publique du CISSS de Laval.**

### Rédaction

Céline Dufour, agente de planification, de programmation et de recherche

### Édition et révision linguistique

Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques

### Le bulletin vous intéresse?

Abonnez-vous gratuitement en visitant le site **Web Laval en santé** au [www.lavalensante.com](http://www.lavalensante.com), section *Accès rapide*, rubrique *Documentation*.

© Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval  
Direction de santé publique  
ISSN 1710-8284 (Imprimé)  
ISSN 1710-8292 (En ligne : [www.lavalensante.com](http://www.lavalensante.com))

La reproduction partielle ou complète du document à des fins personnelles et non commerciales est permise, uniquement sur le territoire du Québec et à condition d'en mentionner la source.

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval  
Québec

