LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL CHEZ LES PARENTS QUÉBÉCOIS

Résultats d'un sondage populationnel

OBSERVATOIRE des tout-petits

RÉSEAU POUR UN QUÉBEC FAMILLE

AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

Regroupement POUR LA Valorisation DE LA Paternité

CARREFOUR ACTION MUNICIPALE ET FAMILLE

Le contenu de cette publication a été rédigé et édité par l'Observatoire des tout-petits, un projet de la Fondation Lucie et André Chagnon.

Les données présentées dans ce document proviennent d'un sondage populationnel réalisé par la firme Léger entre le 8 et le 23 janvier 2018 auprès de 3 006 parents québécois, pour le compte du Réseau pour un Québec famille.

Ce document est accessible en ligne, dans la section Publications du site Internet de l'Observatoire au tout-petits.org/conciliation.

DIRECTION Fannie Dagenais

RECHERCHE, ANALYSE ET RÉDACTION Kathleen Couillard

RÉVISION LINGUISTIQUE Jonathan Aubin

CONCEPTION GRAPHIQUE ET MISE EN PAGE GB Design Studio

GESTIONNAIRE / PRODUCTION GRAPHIQUE ET NUMÉRIQUE Alexandre Gosselin

DIFFUSION Marilou Denault

NOS PLUS SINCÈRES REMERCIEMENTS À TOUS CEUX QUI ONT PARTICIPÉ À LA RÉVISION DE CE DOCUMENT :

Catherine Chouinard,
Avenir d'enfants

Maxime Clément,
Avenir d'enfants

Mathieu Gagné,
La Boite de Comm, Stratégie & Production

Isabelle Lizée,
Carrefour action municipale et famille

Richard Messier,
La Boite de Comm, Stratégie & Production

Marie Rhéaume,
Réseau pour un Québec Famille

Raymond Villeneuve,
Regroupement pour la valorisation de la paternité

Les opinions exprimées dans ce document n'engagent que les auteurs et ne représentent pas nécessairement celles des personnes ou des organisations qui ont participé à la révision.

La reproduction d'extraits est autorisée à des fins non commerciales avec mention de la source. Toute reproduction partielle doit être fidèle au texte utilisé.

POUR CITER CE DOCUMENT :
Observatoire des tout-petits. (2018) *La conciliation famille-travail chez les parents québécois – Résultats d'un sondage populationnel.* Montréal, Québec, Observatoire des tout-petits.

DISTRIBUTION

Observatoire des tout-petits
2001, avenue McGill College, bureau 1000
Montréal (Québec) H3A 1G1
Téléphone : 514 380-2001
info@tout-petits.org

© Fondation Lucie et André Chagnon

Dépôt légal (version imprimée) – 2e trimestre 2018

Dépôt légal (PDF) – 2e trimestre 2018

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN : 978-2-924875-32-2 (version imprimée)
ISBN : 978-2-924875-33-9 (PDF)

TABLE DES MATIÈRES

FAITS SAILLANTS
4

POURQUOI PARLER DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?
5

COMMENT LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL TOUCHE-T-ELLE LES ENFANTS ?
7

QUE SAIT-ON DU TRAVAIL ET DE LA VIE FAMILIALE DES PARENTS QUÉBÉCOIS ?
11

LES PARENTS QUÉBÉCOIS ONT-ILS ACCÈS À DES MESURES DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?
17

COMMENT LES PARENTS QUÉBÉCOIS VIVENT-ILS LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?
21

LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL CHEZ LES PARENTS QUÉBÉCOIS EN UN COUP D'ŒIL
24

LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL CHEZ LES PARENTS DES TOUT-PETITS QUÉBÉCOIS (0 À 5 ANS) EN UN COUP D'ŒIL
26

CONCILIATION DIFFICILE : QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUE ?
29

COMMENT FACILITER LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?
31

CONCLUSION
33

RÉFÉRENCES
34

FAITS SAILLANTS

La littérature scientifique démontre que les parents qui vivent des conflits famille-travail sont moins disponibles, moins chaleureux et plus irritables, ce qui nuit au développement optimal de leur enfant. Des mesures de conciliation famille-travail sont donc indispensables au bien-être des familles.

Une majorité de parents québécois rapportent disposer de mesures de conciliation famille-travail. Malgré tout, 62 % des parents considèrent que la conciliation famille-travail est une source de stress importante pour eux. La situation est particulièrement difficile pour certains groupes de parents, notamment les parents d'enfants de 0 à 5 ans, les femmes, les parents âgés de 18 à 34 ans, les parents nés à l'étranger et ceux qui gagnent moins de 40 000 $.

Le sondage révèle également que les parents se prévalent seulement quelques fois par année de mesures de conciliation famille-travail. Ce sont d'ailleurs 49 % des parents qui n'utilisent pas davantage de mesures de conciliation famille-travail, car ils se débrouillent par d'autres moyens. Cela laisse supposer que les parents québécois se sentent encore mal à l'aise d'utiliser les mesures mises à leur disposition.

En fait, 57 % des parents interrogés trouvent que la société n'est pas accommodante en ce qui concerne la conciliation famille-travail. Pour améliorer la situation des parents québécois, il semble donc que la simple mise en place de mesures de conciliation n'est pas suffisante. La prochaine étape passe peut-être par la valorisation de la conciliation famille-travail.

POURQUOI PARLER DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?

Depuis quelques décennies, la société québécoise s'est profondément transformée. Les femmes sont maintenant de plus en plus nombreuses à être actives sur le marché du travail. Les familles traditionnelles ne sont également plus le seul modèle familial. Enfin, le monde du travail change avec l'essor des nouvelles technologies qui permettent entre autres de travailler à distance, mais qui rendent aussi plus difficile la coupure entre le travail et la vie de famille.

Dans ce contexte, les défis qu'entraîne la conciliation famille-travail prennent de plus en plus de place pour les familles québécoises. On parle de conflits famille-travail lorsque les responsabilités parentales et professionnelles s'opposent et créent des tensions pour le parent.

Dans le but d'en savoir plus sur la façon dont les parents québécois réussissent à concilier famille et travail, la firme Léger a été mandatée pour réaliser un sondage auprès des Québécois âgés de plus de 18 ans, ayant un emploi et étant parents d'au moins un enfant mineur qui habite avec eux. Ce sont ainsi 3 006 Québécois qui se sont prononcés sur les enjeux de la conciliation famille-travail.

COMMENT LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL TOUCHE-T-ELLE LES ENFANTS ?

La petite enfance est une période importante du développement des enfants. C'est entre autres à ce moment que le tout-petit développe ses compétences émotionnelles et sociales. Il apprend ainsi à maîtriser ses émotions et à contrôler ses comportements.

La littérature scientifique démontre l'importance du parent pour faire ces apprentissages. Lorsqu'un parent fait des activités positives avec son enfant, il favorise le développement émotionnel et social du tout-petit.

Cependant, les responsabilités professionnelles peuvent parfois entrer en compétition avec le rôle de parent. On parle alors de conflits famille-travail. Selon certaines études, un niveau de conflits famille-travail élevé diminue la disponibilité psychologique du parent et réduit la probabilité que le parent fasse des activités avec son enfant stimulant son développement (ex. : jouer à un jeu, lire avec son enfant, faire une sortie au parc).

De plus, les conflits famille-travail affectent directement les pratiques parentales. En effet, les parents qui vivent de tels conflits sont susceptibles d'être plus irritables, moins chaleureux et moins constants avec leurs enfants.

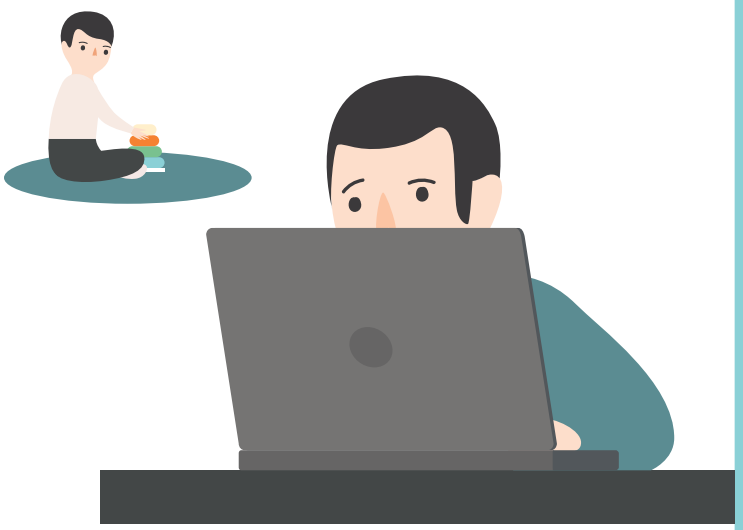
Les parents qui rapportent des niveaux élevés de conflits famille-travail sont plus à risque de :

- crier, élever la voix ou se mettre en colère au moins une fois par jour ;
- perdre patience au moins quelques fois par semaine lorsque leurs enfants demandent de l'attention ;
- avoir un sentiment d'efficacité et de satisfaction parentale faible.

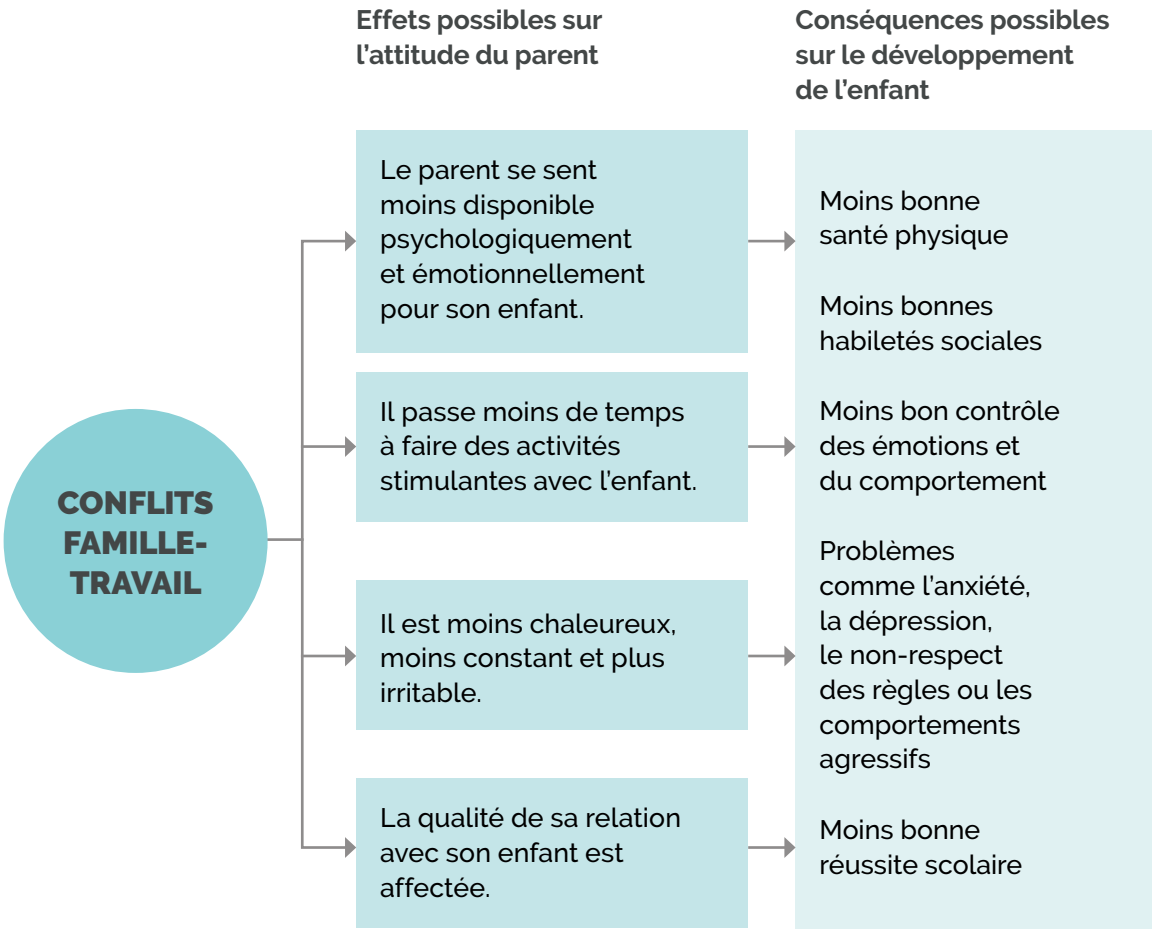
Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans 2015

Les parents qui rapportent un niveau élevé de conflits famille-travail sont moins nombreux à jouer avec leurs enfants au moins une fois par jour.

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



Par ailleurs, des études ont démontré que les effets négatifs des conflits famille-travail sur les pratiques parentales peuvent avoir des répercussions sur le développement de l'enfant.



Les conflits famille-travail peuvent donc nuire au développement optimal de l'enfant, aussi bien sur les plans social et comportemental que physique ou éducatif. Les répercussions seraient encore plus grandes lorsque les deux parents vivent de tels conflits.

Au contraire, un travail stimulant peut avoir un effet positif sur la vie familiale. Les parents qui rapportent avoir un travail qui les aide à se sentir complets et compétents sont plus constants dans leurs pratiques parentales et sont plus chaleureux.

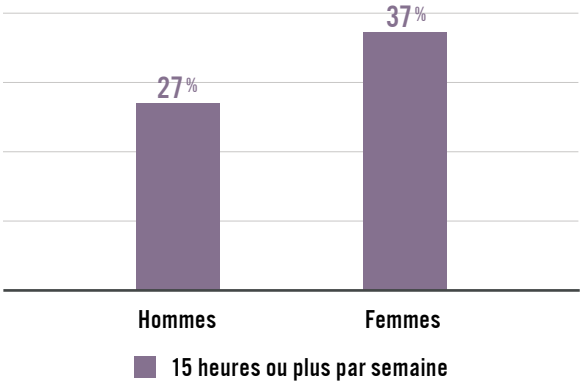
Les parents qui rapportent avoir un travail qui les aide à se sentir complets et compétents sont plus constants dans leurs pratiques parentales et sont plus chaleureux.

QUE SAIT-ON DU TRAVAIL ET DE LA VIE FAMILIALE DES PARENTS QUÉBÉCOIS ?

Aujourd'hui, être parent signifie avoir plusieurs responsabilités : faire l'épicerie, le ménage et le lavage, tondre le gazon, préparer les repas, prendre soin des enfants, jouer avec eux et les aider dans leurs devoirs. Cela implique aussi de se déplacer, que ce soit pour se rendre au travail, pour aller chercher les enfants à la garderie ou à l'école ou pour se rendre à différentes activités. Enfin, à tout cela s'ajoutent les responsabilités professionnelles. Comment les parents québécois organisent-ils leur temps pour répondre à ces différentes priorités ?

TEMPS CONSACRÉ AUX TÂCHES DOMESTIQUES

(épicerie, lavage, gazon, déneigement, ménage, repas, lavage des fenêtres, etc.)



13 heures
par semaine, en moyenne
ENSEMBLE DES PARENTS

En général, les femmes sont plus nombreuses que les hommes à consacrer plus de 15 heures par semaine aux tâches domestiques.

TEMPS CONSACRÉ AUX SOINS DES ENFANTS

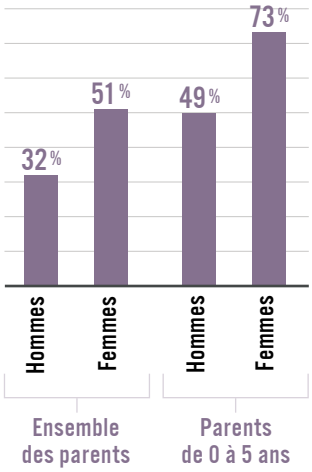
(les nourrir, leur donner des soins d'hygiène, jouer avec eux, les accompagner dans leurs activités, les aider dans leurs devoirs, etc.)

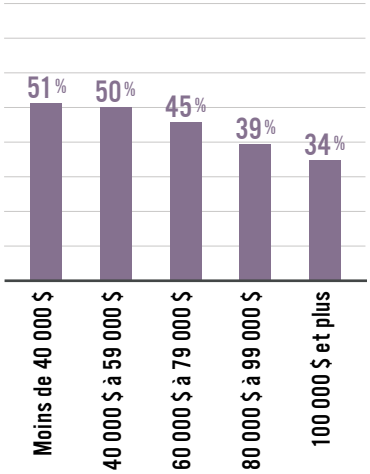
16 heures
par semaine, en moyenne
ENSEMBLE DES PARENTS

21 heures
par semaine, en moyenne
PARENTS D'ENFANTS DE 0 À 5 ANS

Comme pour les tâches domestiques, un écart existe entre la proportion d'hommes et de femmes qui consacrent plus de 15 heures par semaine aux soins des enfants. Cet écart est toutefois plus important chez les parents qui ont des enfants de 0 à 5 ans. Par ailleurs, la proportion de parents consacrant plus de 15 heures par semaine aux soins des enfants diminue à mesure que le revenu augmente.

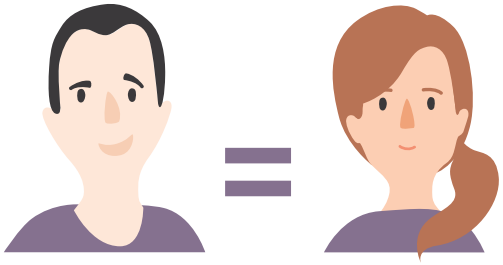
PROPORTION DE PARENTS CONSACRANT PLUS DE 15 HEURES PAR SEMAINE AUX SOINS DES ENFANTS





La proportion de parents consacrant plus de 15 heures par semaine aux soins des enfants est également plus élevée chez les parents d'enfants de 0 à 5 ans vivant seuls (78 %).

PARTAGE DES RESPONSABILITÉS ENTRE PARENTS



61 % des répondants au sondage rapportent que les **tâches domestiques** sont réparties de façon égale entre leur conjoint et eux.

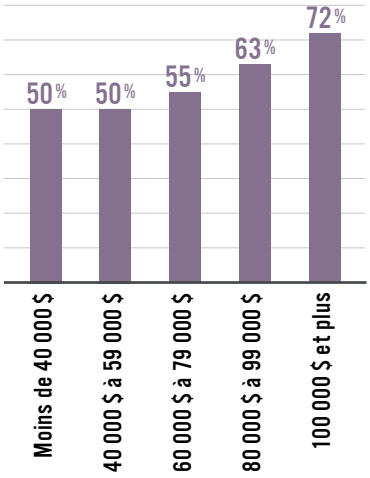
56 % des répondants au sondage disent que les **soins aux enfants** sont répartis de façon égale au sein de leur couple.

La perception du partage des responsabilités est toutefois un peu différente selon le sexe des répondants.

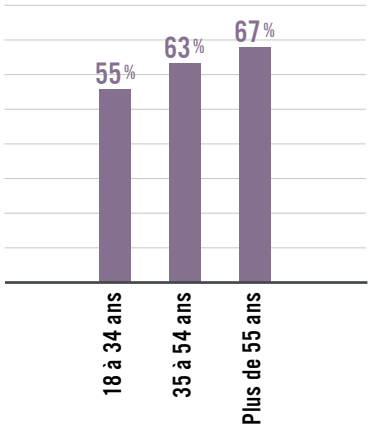
Les **tâches domestiques** sont partagées également entre moi et mon conjoint ou ma conjointe.	Hommes : 69 % Femmes : 52 %
Les **soins aux enfants** sont partagés également entre moi et mon conjoint ou ma conjointe.	Hommes : 64 % Femmes : 47 %

Par ailleurs, la proportion de répondants qui rapportent un partage égal des tâches domestiques et des soins aux enfants varie selon le revenu et l'âge.

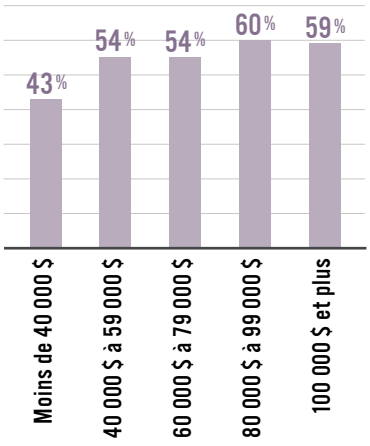
PARTAGE ÉGAL DES TÂCHES DOMESTIQUES SELON LE REVENU



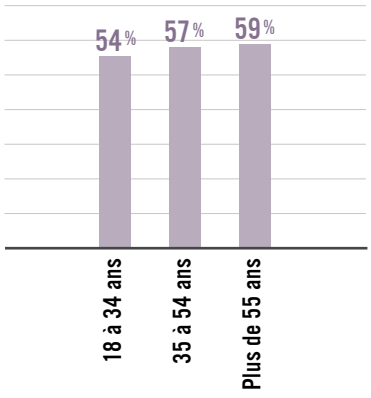
PARTAGE ÉGAL DES TÂCHES DOMESTIQUES SELON L'ÂGE



PARTAGE ÉGAL DES SOINS DES ENFANTS SELON LE REVENU



PARTAGE ÉGAL DES SOINS DES ENFANTS SELON L'ÂGE



PRÉPOCCUPATIONS EN MATIÈRE DE VIE FAMILIALE

Selon le sondage, les parents québécois ont plusieurs préoccupations concernant leur vie familiale.

- Ils souhaitent avoir plus de temps à consacrer à leur famille.
- Ils veulent être en mesure d'effectuer toutes les tâches entourant les soins aux enfants ou aux proches en perte d'autonomie, sans trop courir.

Toutes proportions gardées, certains groupes de parents ont des préoccupations qui leur sont propres.

- Les hommes cherchent à couper les liens avec le travail lorsqu'ils sont à la maison pour offrir à leurs proches du temps de qualité.
- Les femmes, pour leur part, aimeraient pouvoir s'absenter pour des raisons familiales sans surcharger leurs collègues de travail.
- Les parents d'enfants de 0 à 5 ans visent à harmoniser leur horaire avec celui du service de garde ou de l'école.

ACCÈS AUX SERVICES

Plusieurs parents sont insatisfaits de l'horaire de certains services publics.

- 71 % des parents considèrent que les heures de rendez-vous avec les **médecins des cliniques médicales et de services de santé** sont mal adaptées.
- 65 % des répondants estiment que les heures d'ouverture des **cliniques sans rendez-vous** sont mal adaptées.
- 32 % des parents considèrent que le fonctionnement des **services publics et des services communautaires** est mal adapté aux besoins des familles en matière de conciliation famille-travail.

Par contre :

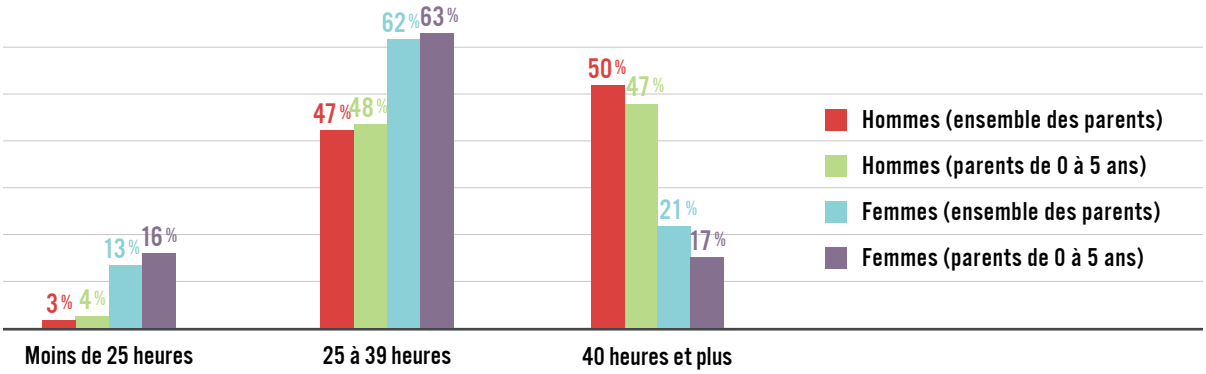
- 60 % des parents considèrent que l'**horaire des services de garde** à la petite enfance est bien adapté aux besoins des familles ;
- 55 % trouvent que l'**horaire des écoles** est bien adapté également, mais cette proportion tombe à 47 % lorsqu'il est question du **calendrier scolaire** (nombre de jours d'école et de journées pédagogiques).

TEMPS CONSACRÉ AU TRAVAIL

37 heures
par semaine, en moyenne
ENSEMBLE DES PARENTS

35 heures
par semaine, en moyenne
PARENTS D'ENFANTS DE 0 À 5 ANS

La majorité des femmes interrogées travaille entre 25 et 39 heures par semaine, alors que 50 % des hommes travaillent plus de 40 heures par semaine. Les parents d'enfants de 0 à 5 ans sont moins nombreux à travailler plus de 40 heures par semaine. C'est aussi le cas des femmes, peu importe l'âge de leurs enfants.



TÂCHES PROFESSIONNELLES EN DEHORS DE L'HORAIRE DE TRAVAIL

Le sondage révèle que 48 % des parents réalisent chaque semaine des tâches professionnelles en dehors de leur horaire de travail habituel (ex. : répondre à un appel, écrire un courriel, effectuer des heures supplémentaires, etc.). Cette proportion est plus importante chez les hommes (52 %) et chez les parents gagnant plus de 100 000 $ par année (55 %). Elle est toutefois légèrement inférieure chez les parents d'enfants de 0 à 5 ans (45 %).

LE TRANSPORT

En moyenne, les parents québécois consacrent 63 minutes chaque jour au transport.

Ce sont 44 % des parents qui consacrent plus d'une heure par jour au transport.

LES PARENTS QUÉBÉCOIS ONT-ILS ACCÈS À DES MESURES DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?

Pour jongler avec toutes ces responsabilités, des mesures de conciliation famille-travail sont indispensables. Les parents québécois peuvent-ils compter sur de telles mesures ?

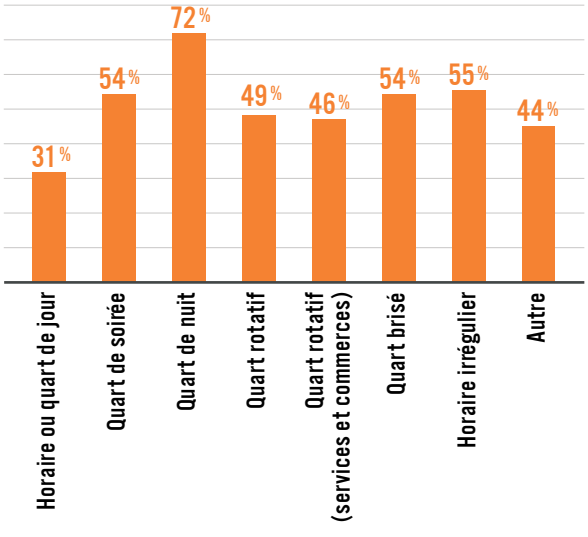
MESURES DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL (CFT)

La majorité des parents québécois disent qu'il existe des mesures de conciliation famille-travail dans leur milieu professionnel.

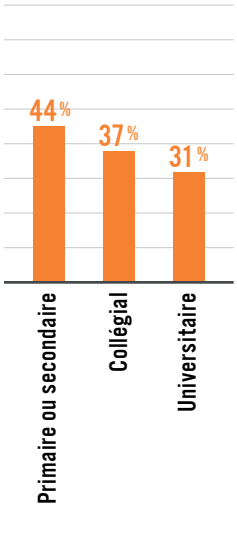
36 % **des parents interrogés affirment cependant qu'il n'y a pas, à leur connaissance, de telles mesures dans leur lieu de travail.**

Cette proportion est beaucoup plus élevée chez les parents avec des horaires atypiques et chez les parents moins scolarisés.

SELON L'HORAIRE DE TRAVAIL



SELON LE NIVEAU DE SCOLARITÉ



Pas de mesures CFT

Lorsqu'on interroge les parents sur les mesures de conciliation famille-travail auxquelles ils ont accès, les principales sont :

la flexibilité des horaires de travail (49 % y ont accès)

la flexibilité dans le choix des vacances (44 % y ont accès)

la banque d'heures ou temps accumulé (35 % y ont accès)

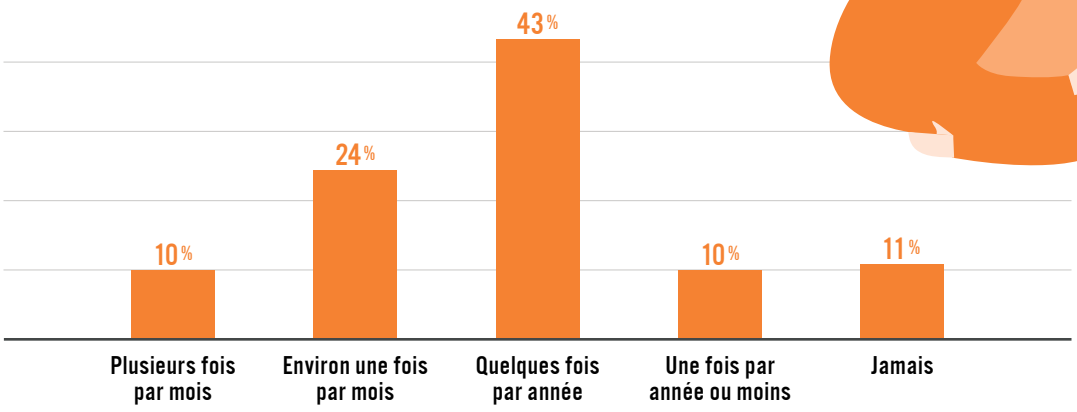
les congés payés pour responsabilités familiales (35 % y ont accès)

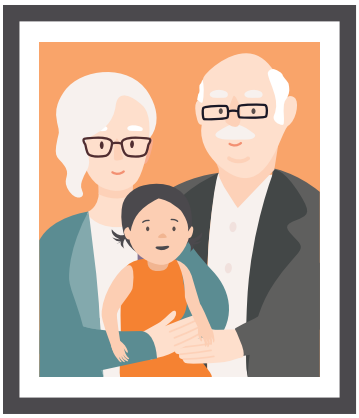
UTILISATION DES MESURES DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL

Les mesures les plus utilisées par les parents dans la dernière année sont :

- la flexibilité des horaires de travail (52 % des parents) ;
- la flexibilité dans le choix des vacances (42 % des parents) ;
- les congés payés pour responsabilités familiales (34 % des parents).

La plupart des parents québécois utilisent toutefois des mesures de conciliation famille-travail seulement quelques fois par année ou moins.





49 % **des parents n'utilisent pas davantage de mesures de conciliation famille-travail, car ils se débrouillent par d'autres moyens.**

RAISONS POUR NE PAS UTILISER DAVANTAGE DE MESURES DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL

Lorsqu'on demande aux parents pourquoi ils n'utilisent pas davantage ces mesures, voici les principales raisons évoquées :

- Ils se débrouillent par d'autres moyens, par exemple en demandant l'aide de leurs proches (49 % des parents).
- La nature de leur travail ne le permet pas (26 % des parents).
- C'est généralement l'autre parent qui en fait la demande (15 % des parents).
- Ils craignent le jugement de leur supérieur (15 % des parents).
- Les politiques de l'entreprise ne le permettent pas (14 % des parents).

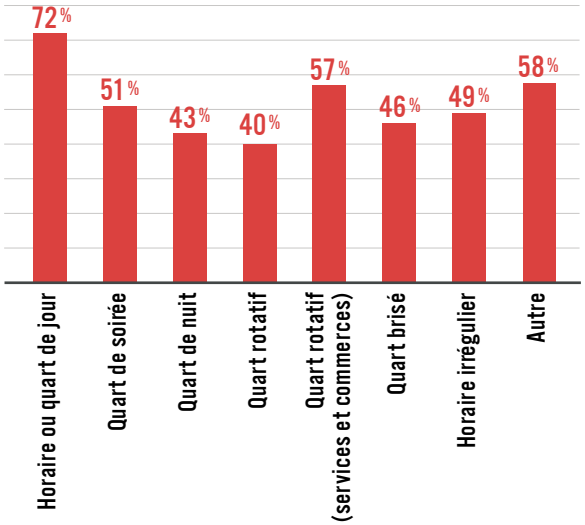
10 %

En 2015, le ministère de la Famille a mené un sondage auprès de 7 958 employeurs. **Seulement 10 % des employeurs interrogés disaient n'offrir aucune mesure de conciliation famille-travail.** Selon le sondage, les mesures les plus fréquemment offertes par les employeurs sont la flexibilité des horaires de travail, la flexibilité dans le choix des vacances et les banques d'heures ou temps accumulé.

COMMENT LES PARENTS QUÉBÉCOIS VIVENT-ILS LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?

Selon le sondage, 67 % des parents québécois considèrent que leur entreprise se montre flexible en ce qui concerne la conciliation famille-travail. Cette proportion varie selon le type d'horaire et le revenu.

SELON L'HORAIRE DE TRAVAIL



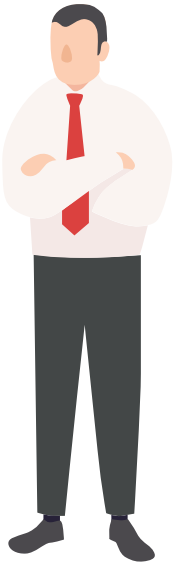
SELON LE REVENU

Cependant, **43 % des parents trouvent la conciliation famille-travail difficile.** Cette proportion monte à 51 % chez les parents d'enfants de 0 à 5 ans. Par ailleurs, la difficulté à concilier travail et famille est plus grande chez certains parents :

- ceux qui travaillent plus de 15 heures par semaine ;
- ceux qui passent entre 150 et 180 minutes par jour dans le transport ;
- ceux qui ont entre 18 et 34 ans ;
- ceux qui sont nés à l'étranger ;
- ceux qui ont un revenu inférieur à 40 000 $ par année.

UNE SOCIÉTÉ PEU ACCOMMODANTE

57 % des parents interrogés trouvent que la société n'est pas accommodante pour la conciliation famille-travail. Cette proportion monte à 61 % chez les femmes.



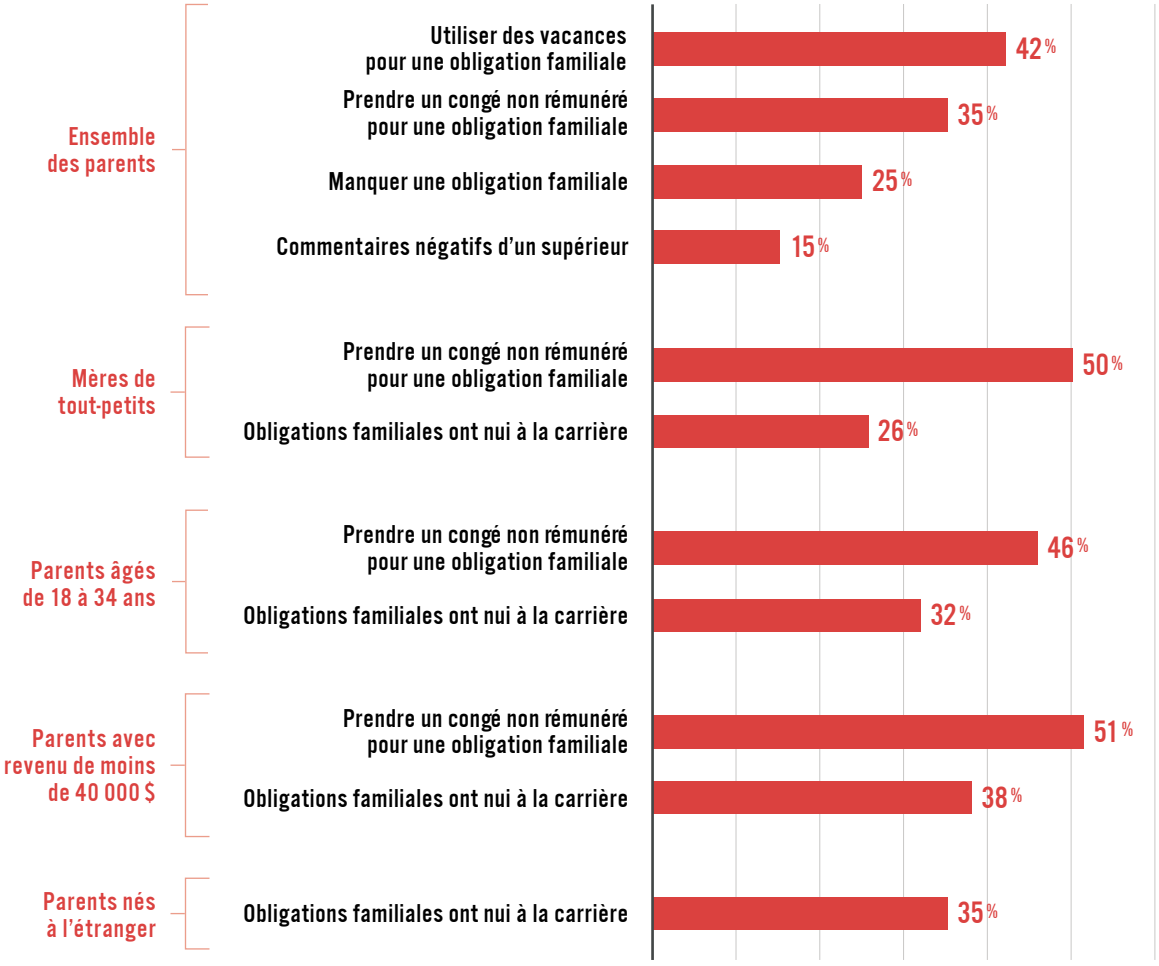
En fait, la conciliation famille-travail est une **source importante de stress pour des parents québécois**. Cette proportion monte à 66 % chez les parents d'enfants de 0 à 5 ans. La conciliation famille-travail est une source de stress en particulier chez les parents suivants :

62 %

- les femmes ;
- les parents qui passent entre 60 et 180 minutes par jour dans le transport ;
- ceux dont le travail déborde sur la vie de famille chaque semaine ;
- ceux qui ont un diplôme universitaire ;
- ceux qui ont un revenu inférieur à 40 000 $ par année.

DES EFFETS NÉGATIFS LIÉS AUX ENJEUX DE CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL

Une proportion non négligeable de parents ont d'ailleurs vécu des conséquences négatives liées à la conciliation famille-travail.



RÉDUCTION DE SALAIRE OU CHANGER D'EMPLOI

L'enquête révèle d'ailleurs que :

37 % des parents accepteraient une réduction de salaire en échange de meilleures mesures de conciliation famille-travail. Cette proportion augmente à :

- 41 % chez les diplômés universitaires ;
- 42 % chez les mères ;
- 43 % chez les parents d'enfants de 0 à 5 ans ;
- 43 % chez les 18 à 34 ans ;
- 45 % chez les parents qui travaillent plus de 35 heures par semaine ;
- 46 % chez les parents nés à l'extérieur du Canada.

55 % des parents seraient prêts à changer d'emploi si on leur offrait de meilleures mesures de conciliation famille-travail. Cette proportion augmente à :

- 60 % chez les mères ;
- 65 % chez les parents d'enfants de 0 à 5 ans ;
- 68 % chez les parents de 18 à 34 ans ;
- 70 % chez les parents nés à l'extérieur du Canada ;
- 73 % chez ceux qui gagnent moins de 40 000 $ par année.

LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL CHEZ LES PARENTS QUÉBÉCOIS EN UN COUP D'ŒIL

LES PARENTS QUÉBÉCOIS CONSACRENT...

13 heures par semaine aux **tâches domestiques**

16 heures par semaine aux **soins des enfants**

37 heures par semaine au **travail**

63 minutes par jour au **transport**

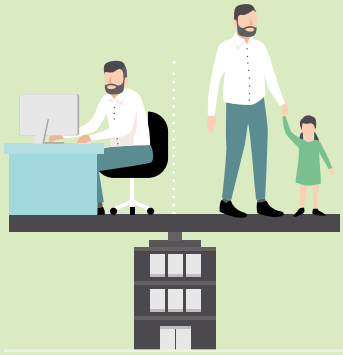
ILS ONT ACCÈS PRINCIPALEMENT AUX MESURES SUIVANTES :

La flexibilité des horaires de travail

La flexibilité dans le choix des vacances

La banque d'heures ou temps accumulé

Les congés payés pour responsabilités familiales



67 % des parents québécois considèrent que leur **entreprise se montre flexible** en ce qui concerne la conciliation famille-travail.

64 % des parents québécois utilisent des mesures de conciliation famille-travail **seulement quelques fois par année** ou moins.

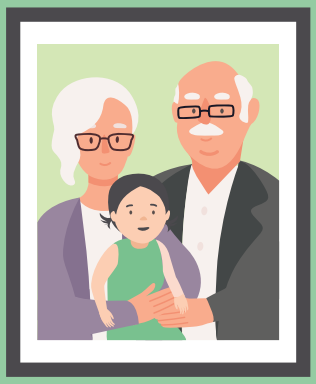
57 % des parents interrogés trouvent que **la société n'est pas accommodante** pour la conciliation famille-travail.

36 % des parents québécois disent qu'**il n'existe pas, à leur connaissance, de mesures de conciliation famille-travail** dans leur milieu de travail.

43 % des parents trouvent la **conciliation famille-travail difficile**.

La conciliation famille-travail est une source de stress importante pour **62 %** des parents.

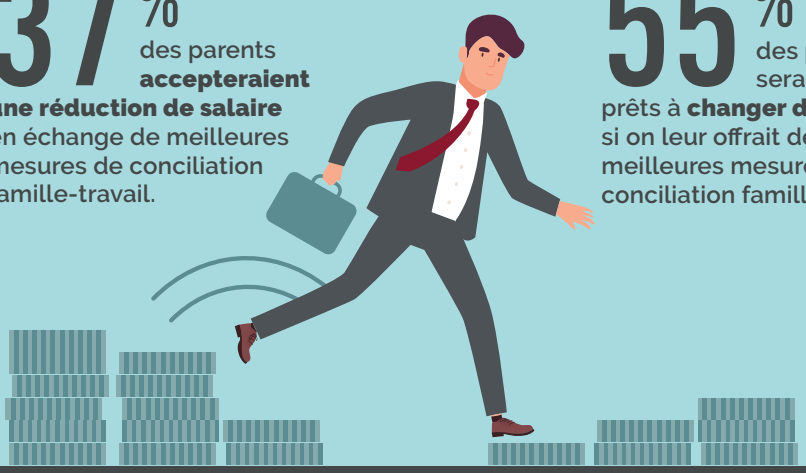
49 % des parents n'utilisent pas davantage de mesures de conciliation famille-travail, car ils se **débrouillent par d'autres moyens**.



48 % des parents réalisent des **tâches professionnelles en dehors de leur horaire** de travail habituel chaque semaine.

26 % des parents disent que leurs obligations familiales ont **nui à leur carrière**.

37 % des parents **accepteraient une réduction de salaire** en échange de meilleures mesures de conciliation famille-travail.



55 % des parents seraient prêts à **changer d'emploi** si on leur offrait de meilleures mesures de conciliation famille-travail.

LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL CHEZ LES PARENTS DES TOUT-PETITS QUÉBÉCOIS (0 À 5 ANS) EN UN COUP D'ŒIL

LES PARENTS DES TOUT-PETITS QUÉBÉCOIS CONSACRENT...

14 heures par semaine aux **tâches domestiques**

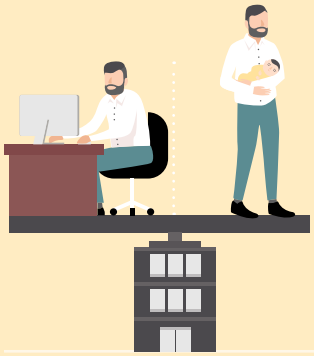
21 heures par semaine aux **soins des enfants**

35 heures par semaine au **travail**

65 minutes par jour au **transport**

ILS ONT ACCÈS PRINCIPALEMENT AUX MESURES SUIVANTES :

- **La flexibilité des horaires de travail**
- **La flexibilité dans le choix des vacances**
- **La banque d'heures ou temps accumulé**
- **Les congés payés pour responsabilités familiales**



64 % des parents des tout-petits québécois considèrent que leur **entreprise se montre flexible** en ce qui concerne la conciliation famille-travail.

60 % des parents des tout-petits québécois utilisent des mesures de conciliation famille-travail **seulement quelques fois par année** ou moins.

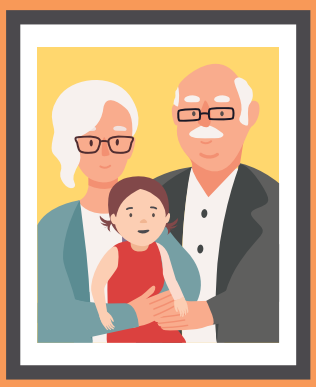
59 % des parents de tout-petits interrogés trouvent que **la société n'est pas accommodante** pour la conciliation famille-travail.

37 % des parents des tout-petits québécois disent qu'**il n'existe pas, à leur connaissance, de mesures de conciliation famille-travail** dans leur milieu de travail.

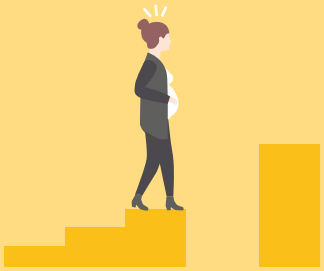
51 % des parents de tout-petits trouvent la **conciliation famille-travail difficile**.

La conciliation famille-travail est une source de stress importante pour **66 %** des parents de tout-petits.

53 % des parents de tout-petits n'utilisent pas davantage de mesures de conciliation famille-travail, car ils se **débrouillent par d'autres moyens**.

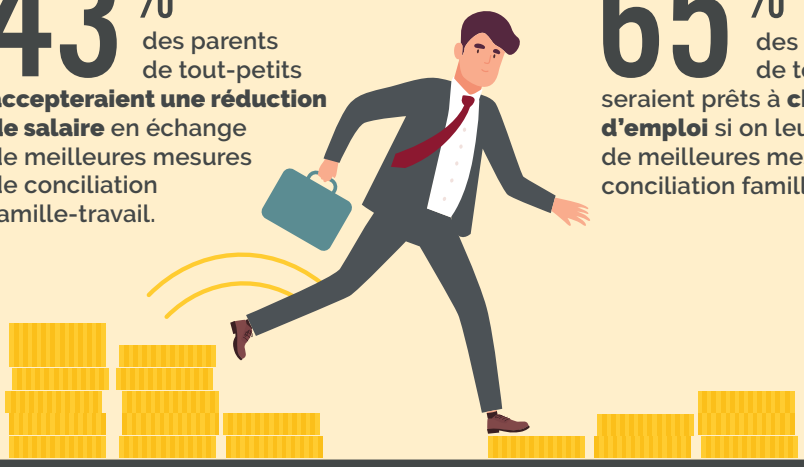


45 % des parents de tout-petits réalisent des **tâches professionnelles en dehors de leur horaire** de travail habituel chaque semaine.



30 % des parents de tout-petits disent que leurs obligations familiales ont **nui à leur carrière**.

43 % des parents de tout-petits **accepteraient une réduction de salaire** en échange de meilleures mesures de conciliation famille-travail.



65 % des parents de tout-petits seraient prêts à **changer d'emploi** si on leur offrait de meilleures mesures de conciliation famille-travail.

CONCILIATION DIFFICILE : QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUE ?

Voici quelques facteurs associés au fait de ressentir un niveau élevé de conflits famille-travail, selon l'Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans 2015.

CARACTÉRISTIQUES DES PARENTS

- **Le sexe du parent**
  Les mères sont plus à risque que les pères de vivre des conflits famille-travail.
- **La scolarité**
  Les parents qui détiennent un diplôme universitaire rapportent davantage de conflits famille-travail.
- **La pression que le parent s'impose à propos de l'éducation des enfants**
  Les parents qui s'imposent beaucoup de pression concernant la façon de s'occuper des enfants sont nettement plus à risque de vivre des problèmes de conciliation famille-travail.

CARACTÉRISTIQUES DE LA FAMILLE

- **Le nombre d'enfants dans la famille**
  Avoir plus de deux enfants est associé à un niveau plus élevé de conflits famille-travail.
- **Conjoint en emploi**
  La conciliation famille-travail est plus difficile lorsque les deux conjoints travaillent.
- **Partage des tâches pour les soins et l'éducation des enfants**
  Les parents très satisfaits du partage des tâches avec leur conjoint ont un niveau moins élevé de conflits famille-travail.
- **Soutien social**
  Les parents qui disposent de moins de trois sources de soutien fréquemment disponibles sont plus susceptibles de vivre des difficultés de conciliation famille-travail.

CARACTÉRISTIQUES DE L'EMPLOI

- **Nombre d'heures travaillées**
  Le niveau de conflits famille-travail augmente chez les parents qui travaillent 35 heures ou plus par semaine.
- **Mesures de conciliation disponibles**
  Les parents qui ont accès à un horaire flexible ou à des congés payés pour raisons familiales bénéficient d'une meilleure conciliation famille-travail.

COMMENT FACILITER LA CONCILIATION FAMILLE-TRAVAIL ?

Les résultats du sondage mettent en lumière certaines pistes pour favoriser une meilleure conciliation famille-travail pour les parents québécois.

- S'assurer que tous les parents québécois peuvent bénéficier de mesures de conciliation famille-travail, peu importe leur horaire de travail ou leur niveau de scolarité.
- Valoriser l'utilisation des mesures de conciliation famille-travail pour que tous les parents se sentent à l'aise de les utiliser.
- Prendre en considération l'effet du temps consacré au transport sur la conciliation famille-travail.
- Revoir l'horaire de certains services, en particulier les soins de santé, pour qu'il soit mieux adapté aux besoins des familles.

LA NORME CONCILIATION TRAVAIL-FAMILLE

En 2010, le Bureau de normalisation du Québec a publié la première édition de la norme BNQ 9700-820 qui spécifie les exigences à respecter en matière de bonnes pratiques de conciliation travail-famille. Cette norme a été élaborée à l'initiative du ministère de la Famille pour favoriser l'intégration de la conciliation famille-travail à la gestion des ressources humaines dans les milieux de travail.

Pour recevoir cette certification, les entreprises doivent obligatoirement :

- avoir une politique de gestion interne de l'organisation ;
- s'engager envers la conciliation travail-famille ;
- favoriser l'accessibilité de la conciliation pour les femmes et les hommes ;
- communiquer les engagements de la direction ;
- désigner une personne responsable des enjeux de conciliation travail-famille ;
- s'assurer du respect des lois et des règlements relatifs au travail ;
- mettre en place un comité de conciliation travail-famille.

Quatre niveaux de certification peuvent être atteints selon le nombre d'exigences particulières supplémentaires auxquelles l'organisation se conforme. Voici quelques exemples de mesures qui peuvent être mises en place :

- formation sur la conciliation travail-famille ;
- adaptation de l'organisation du travail (ex. : rotation d'emploi, échange d'horaires de travail, partage des compétences, groupes multidisciplinaires, équipes volantes) ;
- aménagement du temps de travail (ex. : réduction du temps de travail, horaire de travail adapté, semaine de travail comprimée) ;
- congés de maternité, de paternité ou parentaux qui vont au-delà des seuils minimaux prescrits dans les lois et règlements, tout en les respectant ;
- flexibilité dans le choix du lieu de travail (ex. : travail à domicile) ;
- services ou biens offerts dans les lieux de travail (ex. : aide ou soutien financier pour la garde d'enfants, remboursement de frais de garde).

La conciliation famille-travail n'est pas un luxe, c'est une nécessité. C'est le bien-être de nos enfants qui en dépend.

CONCLUSION

La conciliation famille-travail est importante, non seulement pour le bien-être des parents, mais aussi pour le développement des tout-petits.

Selon les résultats du sondage, la conciliation famille-travail est une grande source de stress pour 62 % des parents québécois. D'ailleurs, même si la plupart des parents disposent de mesures de conciliation famille-travail dans leur milieu, plusieurs semblent hésiter à les utiliser. Sans compter que certains groupes de travailleurs n'y ont toujours pas accès.

Loin d'être un luxe, les mesures de conciliation famille-travail sont une nécessité. C'est le bien-être de nos enfants qui en dépend. Veillons à ce que toujours plus de parents puissent en bénéficier et encourageons-les à les utiliser.

RÉFÉRENCES

BOULET, Maude. « La satisfaction de l'équilibre famille-travail comme gage de la santé mentale », Institut de la statistique du Québec, *Données sociodémographiques en bref*, vol. 18, nº 2, février 2014, p. 7.

BUREAU DE NORMALISATION DU QUÉBEC. *La norme Conciliation travail-famille : une initiative unique au monde !* En ligne : bnq.qc.ca/images/pdf/ressources_humaines/9700-820_document_information_description.PDF

BUREAU DE NORMALISATION DU QUÉBEC. *Conciliation travail-famille : norme BNQ 9700-820*. En ligne : bnq.qc.ca/fr/normalisation/sante-au-travail/conciliation-travail-famille.html.

COOKLIN, A. R., et autres. "Mothers' work-family conflict and enrichment: Associations with parenting quality and couple relationship", *Child : care, health and development*, vol. 41, nº 2, 2014, p. 266-277.

COOKLIN, A. R., et autres. "Fathers at Work: Work-Family Conflict, Work-Family Enrichment and Parenting in an Australian Cohort", *Journal of Family Issues*, vol. 37, nº 11, 2014.

FERREIRA, T., et autres. "Trajectories of Parental Engagement in Early Childhood Among Dual-Earner Families: Effects of Child Self-Control", *Developmental Psychology*, vol. 54, nº 4, 2017, p. 731-743.

LAVOIE, Amélie. *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, 2016, 59 p.

LÉGER. Sondage panquébécois sur la conciliation famille-travail, 2018.

MATIAS, M., et autres. "Work-family conflict, psychological availability, and child emotion regulation: Spillover and crossover in dual-earner families", *Personal Relationships*, vol. 24, nº 3, 2017, p. 623-639.

STRAZDINS, L., et autres. "Combining work and family: Rewards or risks for children's mental health?", *Social Science & Medicine*, vol. 87, 2013, p. 99-107.

VIEIRA, J. M., et autres. "Parents' work-family experiences and children's problem behaviors: The mediating role of the parent-child relationship", *Journal of Family Psychology*, vol. 30, nº 4, 2016, p. 419-430.

DES OUTILS ET DES RESSOURCES SONT À VOTRE DISPOSITION POUR VOUS SOUTENIR DANS LA MISE EN PLACE D'ACTIONS CONCRÈTES :

Ce dossier a été rédigé par l'Observatoire des tout-petits, avec la collaboration du Réseau pour un Québec Famille, d'Avenir d'enfants, du Regroupement pour la valorisation de la paternité et du Carrefour Action Municipale et Famille.

OBSERVATOIRE des tout-petits

Un site Web où vous trouverez les données les plus récentes et rigoureuses dont nous disposons sur le bien-être et le développement des enfants âgés de 0 à 5 ans.

tout-petits.org

Une **vidéo** de sensibilisation est disponible sur

tout-petits.org/conciliation

AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

L'initiative Perspectives parents vous offre un portrait des parents ayant de jeunes enfants : expérience parentale, relations avec les services et conciliation famille-travail.

avenirdenfants.org/parent

RÉSEAU POUR UN QUÉBEC FAMILLE

Le Réseau pour un Québec Famille regroupe les principales organisations nationales soucieuses de la situation des familles québécoises et provenant des secteurs communautaire, municipal, éducation, santé et services sociaux, syndicaux, économie sociale. Nos membres représentent plus de 4 000 organisations présentes dans toutes les régions du Québec. Le Réseau pour un Québec Famille se veut la voix des familles québécoises en faveur de politiques publiques adaptées à leurs nouvelles réalités.

quebecfamille.org

Regroupement POUR LA Valorisation DE LA Paternité

Le Regroupement pour la Valorisation de la Paternité fait la promotion de l'engagement paternel dans une perspective familiale, pour le bien-être des enfants, afin de favoriser une parentalité plus égalitaire.

rvpaternite.org

CARREFOUR ACTION MUNICIPALE ET FAMILLE

La municipalité, un partenaire de la famille. Plus de 800 municipalités ont adopté des politiques familiales municipales en soutien aux rôles parentaux.

carrefourmunicipal.qc.ca/politique-familiale-municipale/

OBSERVATOIRE
des tout-petits

VEILLER POUR ÉVEILLER

L'Observatoire des tout-petits a pour mission de contribuer à placer le développement et le bien-être des tout-petits au cœur des priorités de la société québécoise. Pour y parvenir, l'Observatoire regroupe les données les plus rigoureuses concernant les 0-5 ans, les communique et suscite le dialogue autour des actions collectives nécessaires dans ce domaine.

Fondation Lucie
et André Chagnon

© Fondation Lucie et André Chagnon, 2018