

La santé mentale des mères au travail : mieux comprendre pour mieux intervenir

Chantal Saint-Pierre^a, Ph.D.

^a Université du Québec en Outaouais, Québec, Canada

Le cadre conceptuel de Roy permet de postuler que, face aux stressors présents dans l'environnement, la personne a recours à des mécanismes d'adaptation pour maintenir sa santé dont le « fonctionnement selon les rôles ». Ainsi, il a été postulé que le processus d'intégration du mode « fonctionnement selon les rôles » s'avère particulièrement sollicité lorsque les femmes sont confrontées au défi que suscite l'association des rôles de mères et de travailleuses. Les analyses furent effectuées auprès d'un échantillon de 144 mères travailleuses à statut précaire constitué à partir des 1 435 répondantes de l'étude à devis transversal de Pérodeau, Duquette et Bernier (1997). Les tests statistiques ont démontré que l'intégration des rôles joue un rôle protecteur pour la santé mentale. En effet, la détresse psychologique peut être atténuée par la mobilisation d'une stratégie de *coping* appelée « intégration des rôles ». La principale limite de l'étude réside dans la nature de l'échantillon composé exclusivement de travailleuses à statut précaire. Cependant, il est déjà permis de considérer l'intégration des rôles comme une ressource préservant l'équilibre psychologique face au stress engendré par le cumul des rôles de mère et de travailleuse et de dégager quelques pistes d'application clinique en matière de prévention et de promotion de la santé mentale de mères au travail. Ainsi, des interventions infirmières sont recommandées dans but de faciliter l'exercice simultané de ces deux rôles, une réalité vécue par une majorité de femmes contemporaines.

Mots-clés : intégration des rôles, conciliation travail-famille, détresse psychologique, mères au travail, cadre conceptuel de Roy

Introduction

Cette étude¹ a pour but de tester un modèle de l'intégration des rôles, en particulier ceux associés de mère et de travailleuse selon le cadre conceptuel de Roy (Roy & Andrews, 1999). L'échantillon de 705 mères travailleuses à statut précaire est tiré des 1435 répondantes de l'étude de Pérodeau, Duquette et Bernier (1997). L'hypothèse centrale soutient qu'une stratégie d'intégration des rôles exerce un effet protecteur sur la santé mentale des mères au travail lorsqu'elles sont confrontées au stress du débordement travail/maternage. Selon ce que cette étude révèle, les femmes qui cumulent travail et maternage font face aux obligations d'un travail

rémunéré qui leur prend temps, énergie et sollicite un investissement psychologique qui interfère avec l'exercice de leur rôle de mère. En d'autres mots, le travail déborde sur leur maternage en termes de temps, d'énergie et de présence psychologique. Afin de composer avec ces exigences, elles mobilisent une ressource intrinsèque postulée être l'intégration des rôles. C'est-à-dire que les mères qui ont participé à l'étude attribuent un sens aux rôles qu'elles exercent à partir de leur propre interprétation de l'exercice des deux rôles et de l'interprétation symbolique de leurs interactions avec les autres.

Plusieurs infirmières, particulièrement celles oeuvrant dans les organismes en santé communautaire dans le secteur enfance famille ou en santé-sécurité au travail rencontrent fréquemment des femmes confrontées à la réalité

¹ Réalisée lors du doctorat en sciences infirmières

Correspondance : Chantal Saint-Pierre, Ph.D. professeure, Département des sciences infirmières, Université du Québec en Outaouais, C.P. 1250 succursale Hull, Gatineau (Québec), J8X 3X7. Téléphone : (819) 595-3900 poste 2345, Télécopieur : (819) 595-3801 Courriel : Chantal.saint-pierre@uqo.ca

Remerciements très sincères au professeur André Duquette de la Faculté des sciences infirmières de l'Université de Montréal et directeur de la thèse de doctorat

de la combinaison de divers rôles dont ceux de mère et de travailleuse. Elles peuvent observer que, pour certaines, la combinaison de ces rôles se vit avec équilibre et sérénité, alors que pour d'autres, elle semble génératrice de tensions.

Revue des écrits

Depuis plus de trente ans, des disciplines telles la sociologie et la psychologie du travail ont abordé ce phénomène de l'articulation des deux sphères les plus importantes de la vie des gens : celle de la famille et celle du monde du travail. On attribue à la sociologue Kanter (1977) les premiers travaux sur la question. En effet, avant Kanter, ces deux univers étaient considérés comme hermétiquement séparés. Cependant, la plupart de ces études ont mis l'accent sur les obstacles tant individuels qu'organisationnels sans trop examiner les ressources intrinsèques dont disposent les individus en général, et les femmes en particulier, pour vivre harmonieusement l'articulation travail/famille.

Le regard porté par la discipline infirmière sur le rôle de mère s'est très souvent concentré sur la période périnatale proximale (Fawcett, Tulman, & Spedden, 1994; Fawcett & Weiss, 1993; Fisher, 1994; Nuqvist & Sjoden, 1993; Seideman, Watson, Corff, Odle, Haase, & Bowerman, 1997; Short, 1994; Shyu, 2000; Springer, 1996; Tulman & Fawcett, 1990; Vasquez, 1995). Moins d'intérêt fut porté aux phénomènes que l'on pourrait qualifier « d'adaptation distale » au rôle de mère, tout comme celui du maternage vécu sans maternité comme lors d'adoption ou de remariage.

Dorénavant, la plupart des mères exercent également un rôle dans le monde du travail. Possédant une vie professionnelle, elles choisiront de combiner le rôle de mère à celui de travailleuse. En effet, les femmes contemporaines, en proportion sans cesse croissante, demeurent ou retournent sur le marché du travail alors qu'elles élèvent de jeunes enfants. Au Québec, le taux d'activité des mères d'enfants âgés de moins de 16 ans a doublé en 20 ans, passant de 35,5 % en 1976 à 44,5 % en 1981, puis à 66 % en 1991, pour atteindre 70,3 % en 1997 (Gouvernement du Canada, 2000; Gouvernement du Québec, 1993; Statistique Canada, 1993). De plus, selon les résultats du recensement canadien de 1996, chez près de deux familles biparentales sur trois avec enfants (64 %), les deux parents étaient actifs sur le marché du travail (Gouvernement du Canada, 2000).

Les deux univers du travail et de la famille ont longtemps été considérés comme hermétiquement séparés. Depuis les travaux de la sociologue Kanter (1977) des chercheurs se penchèrent sur la relation entre la sphère publique du monde du

travail et la sphère privée de la vie familiale. Cette relation entre les deux univers fut conceptualisée comme un *conflit*. Le conflit travail/famille constitue un processus par lequel le domaine du travail interfère avec le domaine familial, ce qui produit différentes formes de tensions. Plusieurs études ont mis en évidence que le statut de mère-travailleuse comportait des exigences et des contraintes supplémentaires, qui cependant ne semblaient pas avoir été compensées par une diminution des responsabilités dans la sphère familiale (Bielby & Bielby, 1988; Descarries & Corbeil, 1995; Horschild, 1989; Houston, Cates, & Lelley, 1992; Kane & Sanchez, 1994; Lee, Lentz, Taylor, Mitchell, & Wood, 1994; McBride, 1988; Pleck, 1985; Silver & Goldsheider, 1994; Vandelac, 1985; Wiersma & van den Berg, 1991 etc.).

De plus, il a été démontré que les femmes qui cumulent les rôles d'épouse, de mère et d'employée vivent, en général, plus de détresse que les hommes ayant le même nombre de rôles (Barnett, 1994; Greenhaus, Bebeian, & Mossholder, 1987; Noor, 1995; Repetti, Matthews, & Waldron, 1989; Ross, Rideout, & Carson, 1994; Thoits, 1983; Verbrugge, 1983 etc.).

Au chapitre de la santé mentale, d'après les données de la vaste Enquête Santé Québec, les Québécoises affichent un taux de détresse psychologique plus élevé que les Québécois (23 % contre 17 %), cet écart entre les sexes demeure pour tous les groupes d'âge (Institut de la statistique du Québec, 2001). La détresse psychologique repose sur le postulat de l'existence d'un continuum de santé-maladie mentale : d'une part, il y a les réactions normales de tristesse et de l'autre, les réactions sévères qui se manifestent par une difficulté de fonctionnement selon les chercheurs associés à l'Enquête Santé Québec (Boyer, Prévile, Légaré, & Valois, 1993).

Cadre conceptuel

Roy (Roy & Andrews, 1999; Roy & Roberts, 1981) positionne la santé comme étant une adaptation à un environnement toujours changeant. Ainsi, selon cette perspective, la combinaison des rôles de mère et de travailleuse devient le « stimulus focal » qui sollicite les facultés d'adaptation. Dans le phénomène précis des mères travailleuses, ce stimulus focal solliciterait avec plus d'acuité « le fonctionnement selon les rôles ». Dans son plus récent ouvrage, Roy avance pour la première fois que l'intégration des rôles est l'un des mécanismes par lequel opère le mode d'adaptation « fonctionnement selon les rôles » (Roy & Andrews, 1999). Ainsi, le phénomène du cumul des rôles de mère et de travailleuse a été examiné sous l'angle de l'adaptation en partant notamment du postulat que les individus ne sont

pas passifs mais, au contraire, qu'ils mettent en œuvre des stratégies pour assurer leur mieux-être (Saint-Pierre, 2003).

Méthodologie

L'étude qui a pour but de tester le pouvoir médiateur de l'intégration des rôles, en particulier ceux associés de mère et de travailleuse, a été effectuée auprès d'un échantillon de mères travailleuses à statut précaire ($n = 144$) tiré à partir des participantes ($N = 1435$) à l'étude de Pérodeau, Duquette, Bernier (1997). C'est-à-dire, parmi l'ensemble des participantes de l'étude initiale (Pérodeau et al., 1997) furent sélectionnées au hasard 144 participantes vivant avec au moins un enfant dont l'âge se situait en dessous de 18 ans.

L'hypothèse centrale soutenue est qu'une stratégie d'intégration des rôles exerce un effet protecteur sur la santé mentale des mères au travail lorsqu'elles sont confrontées au stress du débordement travail/maternage. La santé y est abordée sous l'angle du processus plutôt que de la considérer comme un état. Selon Roy (Roy & Andrews, 1999), la « santé processus » signifie l'effort fourni par l'individu pour atteindre son potentiel maximum d'adaptation. Il est avancé que l'intégration des rôles devient le mécanisme qui contribue à une meilleure adaptation, à une meilleure santé.

Les cinq postulats directement dérivés du modèle de l'adaptation de Roy (Roy & Andrews, 1999) ont conduit à la formulation des hypothèses de recherche.

1. La mère travailleuse à statut précaire est un système d'adaptation de nature holistique.
2. La mère travailleuse à statut précaire est en constante interaction avec un environnement changeant.
3. Pour répondre positivement aux changements issus de son environnement, la mère travailleuse à statut précaire doit s'adapter.
4. Pour faire face à cet univers changeant, la mère travailleuse à statut précaire utilise, entre autres, un mécanisme acquis qui est l'intégration des rôles.
5. L'intégration des rôles de mère et de travailleuse constitue le mécanisme par lequel s'opère l'adaptation.

Ainsi, on a voulu connaître les relations entre le stress causé par le cumul des rôles de mère et de travailleuse à statut précaire, l'intégration des rôles et la détresse psychologique.

Hypothèse 1. Il existe une relation négative et significative entre le « débordement travail/maternage » et « l'intégration des rôles ».

Hypothèse 2. Il existe une relation, négative et significative entre « l'intégration des rôles » et « la détresse psychologique ».

Hypothèse 3. Il existe une relation, positive et significative entre le « débordement travail/maternage » et « la détresse psychologique ».

Hypothèse 4. L'intégration des rôles exerce un effet médiateur entre le « débordement travail/maternage » et « la détresse psychologique ».

Les outils de mesure

La mesure du débordement travail/maternage est composée de cinq (5) items, issus des 20 items du « *Work Spillover Scale* » (Small et Riley, 1990) qui se rapportent spécifiquement à la mesure de l'effet négatif (débordement) du travail sur le rôle de parental. On doit à Lachance (1998), la traduction française validée de l'instrument. Inspirés principalement par les travaux de Crouter (1984), de Kanter (1977) et de Piotrkoski (1979), Small et Riley (1990) ont retenu trois (3) processus distincts d'interférence négative du travail sur la vie familiale. Le premier processus implique le conflit (débordement) de temps; dans la simple logique que le temps passé au travail réduit celui disponible pour le rôle de parent dans la sphère familiale. Un deuxième processus de conflit (de débordement) du rôle de travailleur sur la vie familiale est l'emprise psychologique. C'est-à-dire, que la personne peut devenir mentalement absorbée par des tracas du travail, réduisant ainsi la disponibilité psychologique requise pour l'exercice de son rôle de parent dans la sphère privée. Finalement, le défi physique et psychologique que comporte le fait d'exercer un travail rémunéré peut drainer les réserves d'énergie disponibles et engendrer de la fatigue. Il y a ainsi une baisse de l'énergie disponible pour le rôle parental exercé dans l'univers familial. En d'autres mots, que la personne peut être trop fatiguée pour jouer pleinement ce rôle dans la famille.

En plus de trois (3) items spécifiques correspondant aux trois (3) différents processus de débordement, l'outil comporte deux (2) items de nature générale sur le débordement qu'exerce le travail sur le rôle parental; l'un énoncé positivement et l'autre négativement. Les répondants doivent indiquer leur niveau d'accord avec chacun des énoncés à l'aide d'une échelle de type Likert allant de 1=fortement en désaccord à 5=fortement en accord. Des analyses effectuées auprès de l'échantillon de notre étude rapportent

un alpha de 0,85 pour les cinq (5) items mesurant le « débordement travail/maternage ».

La mesure de l'intégration des rôles de mère et de travailleuse résulte d'une synthèse quantitative de concept (Walker et Avant, 1995) effectuée à partir de 12 énoncés élaborés par Tessier, Beaudry et Savoie (1992) utilisés par Pérodeau et al. (1997). La synthèse quantitative de concept fut réalisée à partir d'un échantillon de 705 mères constitué à partir des 1435 répondantes de l'étude de Pérodeau et al (1997) qui déclaraient vivre avec au moins un enfant dont l'âge se situait en dessous de 18 ans. Des analyses factorielles ont permis de dégager huit (8) items pouvant être sémantiquement et mathématiquement considérés comme des indicateurs empiriques du concept d'intégration des rôles de mère et travailleuse. Chacun des items est associé à une échelle de type Likert allant de 1 à 6. Un alpha de Cronbach de 0,82, atteste de la cohérence interne de cette mesure.

Pour mesurer la "détresse psychologique", souvent appelée "démoralisation", l'outil privilégié a été la version réduite en 14 items de l'échelle de détresse psychologique utilisée par Santé Québec lors de la vaste enquête sur la santé des québécois et des québécoises. Cette échelle est la version canadienne française du "Psychiatric Symptoms Index" adaptée pour être utilisée en mode auto-administré. Elle est connue par l'acronyme IDPESQ, c'est-à-dire "Indice de détresse psychologique de l'enquête Santé Québec". Cette échelle réduite mesure un ensemble de symptômes correspondant au concept de démoralisation ou de détresse psychologique répartis en quatre (4) manifestation de symptômes : 1) la dépression, 2) l'anxiété, 3)

Résultats

Le Tableau 1 rapporte le résultat d'une analyse de régression entre la variable indépendante débordement travail/maternage et l'intégration des rôles considéré cette fois comme variable

Tableau 1

Régression de la variable indépendante « débordement travail/maternage » sur la variable dépendante « intégration des rôles » (N = 144)

Variable	B	ÉT B	Bêta	ÉT Bêta	T	p
Débordement travail/maternage	-0,27	0,09	-0,29	0,10	2,98	0,003

Note. $R^2 = 0,15$, R^2 ajusté = 0,12, $F(5,138) = 4,85$, $p < 0,0004$, $ÉT$ estimé = 0,94

l'irritabilité et 4), les problèmes d'ordre cognitifs. Cette version abrégée conserve cependant une fiabilité respectable avec un coefficient de consistance interne de 0,93 pour l'ensemble des 14 items et des coefficients de 0,88, 0,79, 0,86 et de 0,91 respectivement pour les sous-échelles de dépression (6 items), d'anxiété (2 items), d'irritabilité (4 items) et de problèmes cognitifs (2 items) (Saint-Pierre, 2003).

Les quatre hypothèses énoncées plus haut illustrent en réalité un effet médiateur dans un schéma causal (Bennett, 2000). C'est-à-dire que le lien entre la variable indépendante, débordement travail/maternage (VI) et la variable dépendante, détresse psychologique (VD) est atténué par l'introduction d'une variable qui joue le rôle de médiateur, ici l'intégration des rôles (VM) comme le démontre la figure 1.

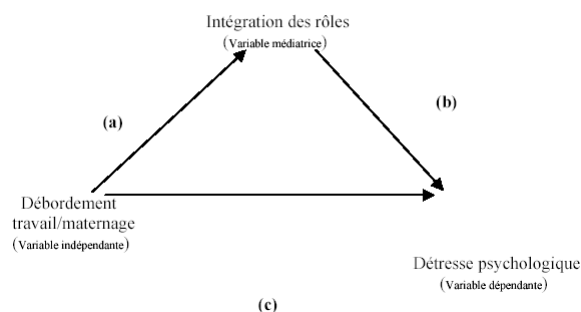


Figure 1 – Rôle médiateur de l'intégration des rôles

dépendante; il s'agit du lien (a) de la Figure 1 ($\beta = -0,29$). Ce résultat confirme l'hypothèse 1, puisque plus le débordement augmente plus la faculté d'intégration des rôle s'avère mobilisée.

Quant au Tableau 2, on y rapporte les résultats de l'analyse de régression de l'intégration des rôles considérée comme variable indépendante cette fois et la détresse psychologique agissant comme variable

dépendante; il s'agit donc du poids mathématique du lien (b) de la Figure 1 ($\beta = -0,35$). L'hypothèse 2 se trouve confirmée car plus l'intégration des rôles augmente plus la détresse psychologique diminue.

Tableau 2

Régression de la variable indépendante « intégration des rôles » sur la variable dépendante « détresse psychologique » ($n = 144$)

Variable	B	ÉT B	Bêta	ÉT Bêta	T (144)	p
Intégration des rôles	-0,24	0,06	-0,35	0,08	-4,38	0,000

Note. $R^2 = 0,12$, R^2 ajusté = 0,11, $F(1,142) = 19,209$, $p < 0,00002$, $ÉT$ estimé = 0,66

Toujours en se référant à la Figure 1, le Tableau 3 rapporte les résultats l'analyse de régression entre le débordement travail/maternage comme variable indépendante alors que la détresse psychologique est ici variable dépendante; il s'agit donc du poids mathématique du lien (c) ($\beta = 0,25$). Ceci signifie que plus le débordement travail/maternage se manifeste plus la détresse psychologique augmente ce qui vient confirmer l'hypothèse 3. Ces analyses de régression font ressortir que l'intégration des rôles peut être correctement interprétée comme une

variable médiatrice entre le stressor focal débordement travail/maternage et la détresse psychologique. En effet, l'hypothèse 4 est confirmée car l'effet du stressor focal débordement travail/maternage sur la détresse psychologique se trouve fortement réduit quand on introduit dans le modèle la variable intégration des rôles, ce qui donne bien à cette dernière un statut de variable médiatrice, β passant 0,25 à 0,20 ($p = 0,005$ à $p = 0,03$).

Tableau 3

Régression de la variable indépendante « débordement travail/maternage » sur la variable dépendante « détresse psychologique »

Variable	B	ÉT B	Bêta	ÉT Bêta	T (144)	p
Débordement travail/maternage	0,16	0,06	0,25	0,09	-2,87	0,005

Note. $R^2 = 0,30$, R^2 ajusté = 0,28, $F(5,138) = 11,821$, $p < 0,000$, $ÉT$ estimé = 0,60

Selon les principes statistiques, une variable peut être qualifiée de médiatrice lorsque son introduction dans le schéma triangulaire, comme celui de la Figure 1 ci-dessus, fait idéalement disparaître l'effet du lien (c) ou presque. Ce qu'on observe au tableau 4, est que le lien (c) reste tout de même assez puissant lors de l'introduction de la variable médiatrice (intégration des rôles) au modèle comprenant déjà la variable indépendante (débordement travail/maternage). Tout de même, on peut conclure à un effet modérément médiateur.

Ainsi, il n'y a pas des disparitions complètes de l'effet d'une variable indépendante en présence de la variable médiatrice ajoutée à la liste de la ou des variables indépendantes, mais seulement une atténuation. Dans ces cas, selon Baron et Kenny (1986), nous serions alors éventuellement en présence de plusieurs variables médiatrices ce qui est tout à fait conforme au modèle conceptuel de Roy qui évoque l'action simultanée de plusieurs modes d'adaptation.

Tableau 4
Régression multiple des variables indépendantes « débordement travail/maternage » et « intégration des rôles » et sur la « détresse psychologique »

Variables (n = 144)	B	ÉT B	Bêta	ÉT Bêta	T (144)	p
Intégration des rôles	-0,14	0,05	-0,20	0,08	-2,65	0,009
Débordement travail/enfant	0,13	0,06	0,20	0,09	2,20	0,03

Note. $R^2 = 0,34$, R^2 ajusté = 0,31 $F(6,137) = 11,447$, $p < 0,000$, $ÉT$ estimé = 0,58

Selon ce que cette étude révèle, les mères, dans ce cas-ci, travailleuses à statut précaire font face aux obligations d'un travail rémunéré atypique qui leur prend temps, énergie et sollicite un investissement psychologique qui vient interférer avec l'exercice du rôle de mère. En d'autres mots, le travail déborde sur leur maternage (variable indépendante) en termes de temps, d'énergie et de présence psychologique et afin de composer avec ces exigences et prévenir la détresse psychologique (variable dépendante) elles mobilisent une ressource intrinsèque postulée être l'intégration des rôles (variable médiatrice).

Discussion

À partir des conclusions de cette recherche, il est permis d'effectuer un voyage prospectif sur les applications réalistes et réalisables pour la pratique infirmière. Selon le modèle de l'adaptation de Roy, le point de mire (focus) de l'intervention infirmière est d'agir sur les stimuli qui influencent les comportements dans un effort d'accroître l'adaptation (Boston Based Adaptation Research in Nursing Society, 1999; Roy & Andrews, 1999), et, idéalement, en particulier le stimulus focal. Dans cette ligne de pensée, il devient très intéressant d'anticiper que des infirmières et des infirmiers puissent développer des interventions ciblant des femmes qui cumulent les rôles de mère et de travailleuse.

Examinons d'abord les possibilités d'intervention infirmière sous l'angle de la prévention primaire. Un retour sur les indicateurs de débordement travail/maternage, donc sur le stimulus focal, permet de réaffirmer que le stresser opère selon trois (3) processus : le débordement d'énergie, le débordement psychologique et le débordement de temps (Small & Riley, 1990). Les interventions infirmières pourraient viser une stratégie à niveaux multiples selon le modèle écologique utilisé en promotion de

la santé (Green, Richard, & Potvin, 1996; Sallis & Owen, 1997). La stratégie de niveaux multiples privilégie des actions concertées, articulées et synergiques de promotion qui ont pour cible l'individu, le groupe, l'organisation, la communauté jusqu'au niveau politique.

D'abord, il apparaît pertinent de développer des interventions pour aider la mère en emploi à simplement identifier quelle forme et quel degré de débordement elle vit. Est-ce le manque de temps qui est en cause ? ou est-ce le manque d'énergie pour cumuler les deux rôles ? ou est-ce plutôt le fait d'être envahie par des préoccupations issues du travail lorsqu'elle se retrouve en présence de ses enfants ? ou peut-être est-ce les trois formes de débordement à la fois qui l'assaillent ? Cette première étape d'identification effectuée, la mère pourrait être invitée à dégager des moyens pour endiguer le débordement. En ce qui concerne le temps, elle pourrait être invitée à prendre conscience de sa gestion du temps. Pour prévenir le débordement d'énergie, on pourrait l'inviter à intégrer des activités qui préservent le degré d'énergie (bonne alimentation, respiration, relaxation etc.). Pour contrer le débordement psychologique, on pourrait lui apprendre des techniques de visualisation afin de se libérer l'esprit des préoccupations issues du travail lorsqu'elle effectue la transition vers l'univers privé où sont présents les enfants. De plus, les indicateurs d'intégration des rôles pourraient servir de base à des interventions sur la perception de soi dans l'exercice simultané des rôles de mère et de travailleuse. Est-ce que cette personne se voit positivement dans l'exercice simultané de ces rôles ? Donne-t-elle un sens à cette réalité qui est sienne de mère-travailleuse ?

Il est également permis de penser à la possibilité que ces interventions infirmières puissent faire l'objet de programmes visant des groupes de mères-travailleuses chez différents

employeurs. L'infirmière en santé au travail pourrait mettre sur pied des activités de groupe comportant des éléments destinés à inculquer des notions de gestion du temps ciblant ainsi le débordement de temps. Pour contrer le débordement d'énergie, l'infirmière offrirait des techniques afin de maintenir le niveau d'énergie acceptable tout au long de la journée (relaxation, yoga, respiration). Finalement, tentant de contrer le troisième processus de débordement, des techniques pour rompre avec les préoccupations issues de la sphère du travail, lorsqu'elles interagissent avec leurs enfants, seraient introduites (visualisation, technique de communication, etc.).

Les interventions auprès des mères à risque dans les programmes spécifiques des divers CLSC (ex. adolescentes enceintes) pourraient bénéficier de ces connaissances car ces jeunes mamans doivent presque toujours intégrer travail scolaire et maternage.

Au plan des collectivités, la mise sur pied de groupes de soutien et d'entraide aux mères en emploi pourrait être instaurée. Ces groupes de soutien cibleraient des activités d'échange sur les moyens privilégiés par certaines pour s'adapter au cumul de rôles.

Au niveau des employeurs, il importe de leur faire connaître l'importance de la fierté que retire les mères en emploi de l'exercice simultané des deux rôles. Ainsi, les employeurs seraient exhortés à maintenir ou à mettre en œuvre des politiques et des pratiques « ami des familles » (family friendly policies).

Au niveau des politiques, il conviendrait d'exhorter les décideurs à ne plus considérer emploi et famille comme deux mondes séparés. D'après les résultats de cette recherche, il est permis d'avancer que les mères en emploi considèrent l'exercice simultané des deux rôles comme très positif sur le plan personnel et que cela contribue à protéger leur intégrité psychique face au stress engendré par le débordement travail/maternage qui peut parfois se manifester.

En ce qui concerne la prévention secondaire, les infirmières qui rencontrent des mères/travailleuses en détresse dans leur pratique, particulièrement celles qui exercent dans le secteur enfance/famille des centres locaux de services communautaires (CLSC) et en santé au travail, pourraient intégrer nos résultats dans leur pratique. Ce nouvel éclairage sur la détresse psychologique associée au débordement travail/maternage pourrait également faire partie des protocoles insanté CLSC au chapitre de la santé mentale. Les infirmiers et les infirmières pourraient maintenant être en mesure d'investiguer le débordement travail/maternage comme facteur contributif au déséquilibre affectif des mères en emploi. Le temps, l'énergie et l'emprise psychologique du

travail pourront être évalués et des stratégies appropriées à chacun des processus de débordement pourront être mises de l'avant. Surtout, les actions de ces infirmières et infirmiers pourront converger vers un soutien aux ressources d'adaptation que déploient les mères en emploi, en particulier celle de l'intégration des rôles.

En résumé, cette étude permet aux professionnels de la santé que sont les infirmières en exercice de pouvoir poser un regard nouveau sur l'exercice simultané des rôles de mère et de travailleuse. De par leur rôle central et de premier plan auprès des individus, des familles, des groupes et des collectivités, elles pourront à la lumière de ces résultats devenir plus vigilantes dans la prévention de la détresse des mères au travail et plus réceptive à la compréhension de leur réalité. Osons même ajouter que le réseau de la santé, dont les employés sont majoritairement de sexe féminin, puisse devenir le lieu privilégié d'implantation de programme de promotion de la santé des mères-travailleuses par le développement de stratégies visant l'intégration des rôles.

Conclusion

Inspirée des travaux de Roy (Roy et Andrews, 1999), cette étude a dégagé que l'intégration des rôles se manifeste comme l'expression d'une ressource psychologique qui assure l'adaptation aux demandes issues de l'exercice simultané du rôle de travailleuse et de mère. L'intégration des rôles (mère et travailleuse) exerce un effet médiateur, donc protecteur, pour prémunir des manifestations d'inadaptation comme la détresse psychologique. Conformément à la définition opérationnelle de l'intégration des rôles, il a été démontré qu'une mère-travailleuse qui se perçoit comme non dissociée entre les rôles de mère et de travailleuse éprouve plus de facilité à composer avec les demandes en temps, en énergie et en ressources psychologiques du travail lorsqu'elle exerce son maternage. Elle se protège ainsi de l'effet pernicieux du débordement travail/famille sur la santé mentale, un effet qu'ont observé différents auteurs. Cette interprétation suggère que la perception qu'une mère-travailleuse possède de l'exercice simultané de ces deux rôles détient le pouvoir d'influencer ses sentiments. Plus précisément, le fait d'attribuer un sens par une interprétation personnelle et symbolique (fierté, valorisation, reconnaissance) basée sur ses valeurs génère un sentiment d'équilibre. Cette recherche s'inscrit également dans la lignée des études de Meleis et de ses collaboratrices (Douglas Meleis et Paul, 1997; Hall, Stevens et Meleis, 1992; Jones, Jaceldo, Lee, Zhang et Meleis, 2001; Kim et Rew, 1994; Meleis, 1996; Meleis, Norbeck et Laffrey, 1989a; Meleis,

Norbeck, Laffrey, Solomon et Miller, 1989b; Stevens et Meleis, 1991) qui ont démontré qu'en dépit des exigences, à plusieurs égards, les femmes trouvent satisfaisant de cumuler les rôles de mères et de travailleuses. À l'avenir, comme il a été démontré, la faculté d'intégration des rôles que semblerait posséder les femmes pour faire face aux exigences des rôles associés de mère et de travailleuse ne devra plus être ignorée ni par la communauté scientifique, ni par la communauté de pratique.

Références

- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social-psychological research : Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Barnett, R. C. (1994). Home-to-work spillover revisited : A study of full-time employed women in dual-earner couples. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 647-657.
- Bennett, J. A. (2000). Mediator and moderator variables in nursing research : Conceptual and statistical differences. *Research in Nursing & Health*, 23, 415-420.
- Bielby, D. D., & Bielby, W. T. (1988). She works hard for the money : Household responsibilities and the allocation of work effort. *American Journal of Sociology*, 93, 1031-1059.
- Boston Based Adaptation Research in Nursing Society. (1999). *Roy adaptation-based research : 25 years of contributions to nursing science*. Indianapolis, IN : Sigma Theta Tau International. Auteur.
- Boyer, R., Prévaille, M., Légaré, G., & Valois, P. (1993). La détresse psychologique dans la population du Québec non institutionnalisée : Résultats normatifs de l'enquête Santé Québec. *Revue Canadienne de Psychiatrie*, 38, 1-5.
- Crouter, A. C. (1984). Spillover from family to work : The neglected side of the work-family interface. *Human Relations*, 37, 425-442.
- Descarries, F., & Corbeil, C. (1995). *Famille et travail : double statut...Double enjeu pour les mères en emploi*. Montréal : Institut de recherche et d'études féministes.
- Douglas, M. K., Meleis, A. I., & Paul, S. M. (1997). Auxiliary nurses in Mexico : impact of multiple roles on their health. *Health Care for Women International*, 18, 355-367.
- Fawcett, J., Tulman, L., & Spedden, J. P. (1994). Response to vaginal birth after cesarean (VBAC). *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 23, 253-259.
- Fawcett, J., & Weiss, M. E. (1993). Cross-cultural adaptation to caesarean birth. *Western Journal of Nursing Research*, 15, 282-297.
- Fisher, M. D. (1994). Identified needs of parents in a pediatric intensive care unit. *Critical Care Nurse*, 14, 82-90.
- Gouvernement du Canada. (2000). *Statistique Canada. Femmes au Canada 2000 : Rapport statistique fondé sur le sexe*. Ottawa : Auteur.
- Gouvernement du Québec. (1993). *Un avenir à partager... La politique en matière de condition féminine : femmes des années 1990 : portrait statistique*. Québec : Ministère de la condition féminine. Auteur.
- Green, L.W., Richard, L. & Potvin, L. (1996). Ecological foundations of health promotion, *American Journal of Health Promotion*, 10, 220-281
- Greenhaus, J. H., Bedeian, A. G., & Mossholder, K. W. (1987). Work experiences, and feeling of personnel and family well-being. *Journal of Vocational Behavior*, 76, 200-215.
- Hall, J. M., Stevens, P. E., & Meleis, A. I. (1992). Developing the construct of role integration: a narrative analysis of women clerical workers' daily lives. *Research in Nursing & Health*, 15, 447-457.
- Horschild, A. (1989). *The second shift : Working parents and the revolution at home*. New York: Viking Penguin Inc.
- Houston, B. K., Cates, D. S., & Kelly, K. E. (1992). Job stress, psychosocial strain, and physical health problems in women employed full-time outside the home and homemakers. *Women & Health*, 19, 1-26.
- Institut de la statistique du Québec. (2001). *Enquête sociale et de santé, 1998*. Québec : Auteur.
- Jones, P.S.; Jaceldo, K. B.; Lee, J. R.; Zhang, X. E. & Meleis, A. I. (2001). Role integration and perceived health in Asian American women caregivers. *Research in Nursing & Health*, 24, 133-144.
- Kane, E. W., & Sanchez, L. (1994). Family status and criticism of gender inequality at home and at work. *Social Forces*, 72, 1079-1102.
- Kanter, R. M. (1977). *Work and family in the United States : A critical review and agenda for research and policy*. New York: Russell Sage Foundation.
- Kim, S., & Rew, L. (1994). Ethnic identity, role integration, quality of life, and depression in Korean-American women. *Archives of Psychiatric Nursing*, 8, 348-356.
- Lachance, L. (1998). *Vers un modèle explicatif des conflits entre le travail et la vie familiale selon le sexe, le stade de carrière et le cycle de vie*. Thèse de doctorat inédite, Université de Montréal.
- Lee, K. A., Lentz, M. J., Taylor, D. L., Mitchell, E.

- S., & Wood, N. F. (1994). Fatigue as a response to environmental demands in women's lives. *Image : Journal of Nursing Scholarship*, 26, 149-154.
- McBride, A. B. (1988). Mental health effects of women's multiple roles. *Image : Journal of Nursing Scholarship*, 20, 41-47.
- Meleis, A. I. (1996). *Women's health & empowerment : Reflections, research, reality*. Allocution d'ouverture prononcée lors de la conférence annuelle de l'Association canadienne des écoles de sciences infirmières – région de l'Atlantique. Antigonish, NS.
- Meleis, A. I., Norbeck, J. S., & Laffrey, S. (1989a). Role integration and health among female clerical workers. *Research in Nursing and Health*, 12, 355-364.
- Meleis, A. I., Norbeck, J. S., Laffrey, S., Solomon, M., & Miller, L. (1989b). Stress, satisfaction, and coping: a study of women clerical workers. *Health Care for Women International*, 10, 319-334.
- Noor, N. M. (1995). Work and family roles in relation to women's well-being : A longitudinal study. *British Journal of Social Psychology*, 34, 87-106.
- Nyqvist, K. H., & Sjoden, P. O. (1993). Advice concerning breastfeeding from mothers of infants admitted to a neonatal intensive care unit : The Roy adaptation model as a conceptual structure. *Journal of Advanced Nursing*, 18, 54-63.
- Pérodeau, G., Duquette, A., & Bernier, D. (1997). [Stratégies d'adaptation psychosociales de femmes vivant la précarité occupationnelle et financière]. Données brutes non publiées.
- Piotrkowski, C. S. (1979). *Work and family system*. New York : Free Press.
- Pleck, J. H. (1985). *Working wives/working husbands*. Thousand Oaks : Sage.
- Repetti, R. L., Matthews, K. A., & Waldron, I. (1989). Employment and women's health. *American Psychologist*, 44, 1394-1401.
- Ross, M. M., Rideout, E., & Carson, M. (1994). Nurses' work: Balancing personal and professional caregiving careers. *Canadian Journal of Nursing Research*, 26, 43-59.
- Roy, C., & Andrews, H. A. (1999). *The Roy Adaptation Model*. (2^e éd.). Stamford, CT : Appleton & Lange.
- Roy, C., & Roberts, S. L. (1981). *Theory construction in nursing : An adaptation model*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall.
- Saint-Pierre, C. (2003). *Élaboration et validation d'un modèle prédictif de l'adaptation aux rôles associés de mère et de travailleuse à statut précaire*. Thèse de doctorat non publiée. Université de Montréal.
- Sallis, J.F., & Owen, N. (1997). Ecological models. Dans K. Glanz, F.M. Lewis, & B.K. Rimer (Éds) *Health behavior and health education : Theory, research and practice*. (2^e éd.) (pp 403-424). San Francisco, CA : Jossey-Bass
- Seideman, R. Y., Watson, M. A., Corff, K. E., Odle, P., Haase, J., & Bowerman, J. L. (1997). Parents stress and coping in NICU and PICU. *Journal of Pediatric Nursing*, 12, 169-177.
- Shyu, Y. I. (2000). Role tuning between caregiver and care receiver during discharge transition : An illustration of role function mode in Roy's Adaptation Model. *Nursing Science Quarterly*, 13, 323-331.
- Silver, H., & Goldscheider, F. (1994). Flexible work and housework : Work and family constraints on women's domestic labor. *Social Forces*, 72, 1103-1119.
- Small, A. S., & Riley, D. (1990). Toward a multidimensional assessment of work spillover into family life. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 51-61.
- Springer, D. (1996). Birth plans : The effect of anxiety in pregnant women. *International Journal of Childbirth Education*, 11, 20-25.
- Statistique Canada (1993). *Les femmes sur le marché du travail*. (2^e éd.). Ottawa : Gouvernement du Canada. Ottawa : Auteur.
- Stevens, P. E., & Meleis, A. I. (1991). Maternal role of clerical workers : A feminist analysis. *Social Sciences and Medicine*, 32, 1425-1433.
- Stohs, J.H. (1994). Alternative ethics in employed women's household labor. *Journal of Family Issues*, 15, 550-561.
- Tessier, R., Beaudry, J., & Savoie, G. J. (1992). *Influence des facteurs psycho-sociaux associés au double statut de mères-travailleuses sur leur santé physique et leur bien-être psychologique*. Laboratoire de recherche en écologie humaine et sociale : Université du Québec à Montréal.
- Thoits, P. (1983). Multiple identities and psychological well-being : A reformulation and test of social isolation hypothesis. *American Sociological Review*, 48, 174-187.
- Tulman, L., & Fawcett, J. (1990). Maternal employment following childbirth. *Research in Nursing and Health*, 13, 181-188.
- Vandelac, L. (1985). *Du travail et de l'amour : Les dessous de la production domestique*. Montréal : Saint-Martin.
- Vasquez, E. (1995). Creating paths : Living with a very-low-birth-weight infant. *Journal of Obstetric and Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 24, 619-624.
- Verbrugge, L. M. (1983). Multiple roles and physical health of women and men. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 16-30.
- Walker, L. D., & Avant, K. C. (1995). *Strategies for*

theory construction in nursing. Appleton & Lange.
Wiersma, U.J., & van den Berg, P. (1991). Work-home role conflict, family climate, and

domestic responsibilities among men and women in dual-earner families. *Journal of Applied Social Psychology*, 21, 1207-1217.