

Travail, enfants, argent... en concurrence ?

La durée du travail n'explique pas tous les conflits entre vie personnelle et vie professionnelle

Franck Berthuit, Jean-Luc Volatier

Le bon sens suggère que plus la durée du travail est élevée, plus les actifs sont nombreux à la percevoir comme trop longue. Il faut cependant se méfier des hypothèses « mécanistes » dans la mesure où il y a souvent des décalages entre situations et perceptions. Une récente étude du CRÉDOC montre que la durée du travail joue un rôle certain sur la perception de conflits entre vie privée et vie professionnelle mais qu'elle n'est pas, loin de là, le seul élément. Les incidences de la situation familiale varient selon le sexe et surtout selon la présence d'enfants. Lorsqu'on est père de famille, et toujours pour des durées de travail importantes, il est préférable d'avoir une conjointe active plutôt qu'inactive, les conflits ressentis étant manifestement moins fréquents dans le premier cas. D'autres facteurs, d'ordre psychologique, influent sur le sentiment de bien ou mal gérer son temps, et montrent une tendance à l'accumulation des équilibres ou, au contraire, des déséquilibres. L'avant-projet de loi quinquennale sur l'emploi a rendu d'actualité l'annualisation du temps de travail. Parce qu'elle tient compte de l'ensemble des congés, la durée annuelle de travail est un indicateur plus « complet ». C'est précisément cette durée que nous avons utilisée ici.

Quand on évoque les différentes motivations possibles au souhait d'une réduction du temps de travail, on pense souvent au « stress ». On sous-entend par là que, au-delà d'un certain seuil propre à chacun, l'hyperactivité professionnelle vient faire obstacle à l'épanouissement de la vie personnelle, qu'elle accroît le nombre de conflits entre travail et vie privée.

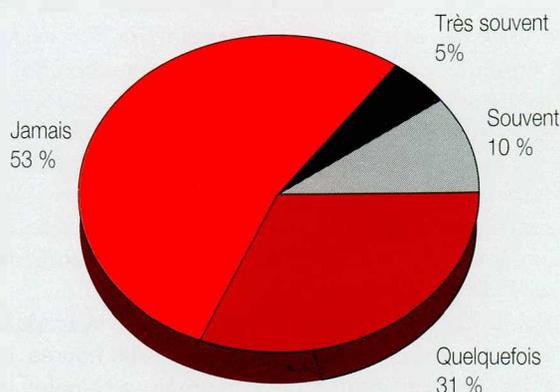
Le stress est d'abord un phénomène d'intensité. Le poids des responsabilités peut entraîner des difficultés à « déconnecter », à laisser les problèmes irrésolus au vestiaire, une fois l'heure de la détente sonnée. C'est aussi un phénomène mécanique. La durée de la journée

n'étant pas élastique, le travail est forcément pris sur le temps consacré à sa famille, ses relations personnelles, ses hobbies, voire sur le temps physiologique (manger, se laver, dormir...). C'est à ce deuxième phénomène et aux conflits qui peuvent en résulter que nous nous sommes intéressés.

Une relation globalement équilibrée entre le travail et la vie privée

Oubliant les réveils difficiles, les actifs perçoivent relativement peu de conflits

Est-ce que votre vie de travail vient en conflit avec votre vie personnelle ou familiale ?



Source CRÉDOC, cumul des années 1989, 1990, 1991

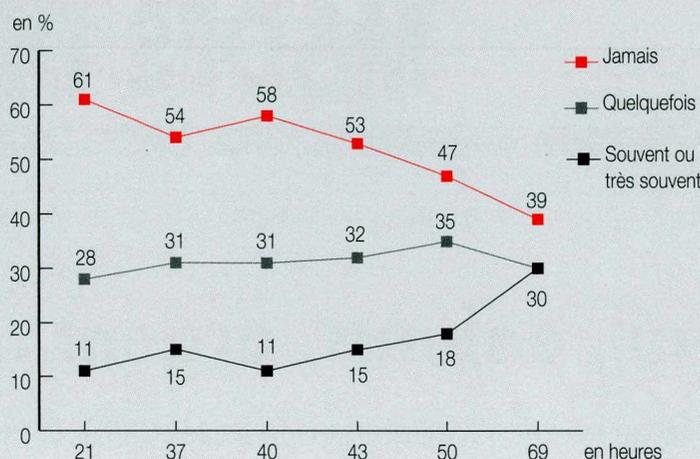
entre leur vie professionnelle et leur vie personnelle. Plus de la moitié d'entre eux (53%) déclarent n'en avoir jamais et un petit tiers (31%) en avoir quelquefois. On imagine aisément que les activités et les souhaits finissent par s'ajuster dans un sens comme dans l'autre, dès lors que des incompatibilités apparaissent. Réduction effective du temps de travail, renoncement à certains objectifs, ou, plus sournoisement, accoutumance à des situations jugées initialement difficiles, la panoplie disponible des adaptations semblent visiblement convenir à la majorité des Français en activité. Cependant, le nombre d'actifs « stressés » n'est pas négligeable. Ils représentent 15% de la population active, soit environ 4 millions de personnes.

Un accroissement modéré des conflits avec la durée du travail

Répondant à l'intuition immédiate, les conflits entre vie professionnelle et vie personnelle ou familiale s'accroissent quand la durée de travail augmente. Mais on peut être frappé par la relative faiblesse du nombre d'actifs « stressés » parmi les gros travailleurs. Un dixième des actifs reconnaissent accomplir plus de 2 600 heures dans l'année, soit en moyenne près de 70 heures par semaine travaillée. Ce sont principalement des exploitants agricoles, des artisans, commerçants et chefs d'entreprise. Seuls 30% avouent avoir souvent des problèmes à gérer leurs vies professionnelles et privées alors que 39% n'ont jamais aucun conflit de ce type.

Si l'on porte notre regard vers les groupes des « petits » travailleurs, les résultats continuent à satisfaire au bon sens tout en laissant subsister une part d'étonnement : les conflits sont moindres mais concernent une population encore non négligeable. Ainsi, 15% des actifs travaillent moins de 1 400 heures par an, soit une moyenne de 21 heures par semaine travaillée (pour les deux tiers, il s'agit d'actifs à temps partiel). Bien entendu, ils sont plus nombreux que dans l'ensemble de la population active (61%) à déclarer n'avoir jamais de conflit entre leur vie professionnelle et leur vie personnelle ou familiale. 11% vi-

Les conflits entre vie professionnelle et vie privée selon le nombre moyen d'heures travaillées par semaine



Source CREDOC, cumul des années 1989, 1990, 1991

vent néanmoins souvent ou très souvent ce genre de difficulté. Dans le domaine de la durée du travail, il y a donc bien adaptation des perceptions aux conditions de vie. Le nombre de « stressés » n'augmente pas de façon régulière avec la quantité d'heures travaillées; elle croît dans des proportions assez faibles.

Les femmes actives davantage « stressées » quand elles ont des enfants...

Sans tenir compte de la durée de travail, la perception de conflits entre la vie professionnelle et la vie personnelle ou familiale est un peu plus fréquente chez les mères de famille (19% ont souvent ou très souvent de telles difficultés) que chez les pères de famille (16%) et surtout chez les hommes (14%) et les femmes (13%) sans enfants. En fait, ces écarts sont plus importants quand on raisonne à durée de travail donnée. En effet, les femmes actives avec enfants ont des durées de travail plus faibles, car elles arrivent quand même assez souvent à trouver un travail adapté à leurs charges de famille (l'enseignement ou le travail à temps partiel en particulier).

Ainsi, pour la tranche horaire annuelle 1 750-1 800 heures, qui correspond à 39 heures par semaine avec 5 semaines de vacances, les femmes avec enfants sont

deux fois plus nombreuses à souffrir de conflits réguliers vie professionnelle-vie privée que les femmes sans enfants (22% contre 9%).

...ce qui n'est pas le cas des pères actifs...

Les tensions supplémentaires liées à la présence d'un ou plusieurs enfants n'apparaissent pas chez les pères actifs. Ce phénomène est tout à fait conforme à ce que l'on connaît par ailleurs du partage des tâches dans le couple. Les femmes investissent en effet beaucoup plus que les hommes dans les soins et l'éducation de leurs enfants, souvent au détriment de leur carrière professionnelle. Elles choisissent plus souvent un travail dont le lieu est proche de leur domicile et pour certaines professions, leur évolution de carrière est moins avantageuse que celles des femmes sans enfants. Ce phénomène n'apparaît pas pour les hommes. En effet, qu'ils aient ou non des enfants, les hommes ne sont guère confrontés à ces dilemmes.

... sauf quand leurs horaires sont élevés et leur femme inactive

Cependant, quand leur durée annuelle de travail est élevée, les pères de famille

Distinguer les conflits réguliers des conflits occasionnels

En fait, l'existence de tensions dans l'emploi du temps n'est pas forcément synonyme de mauvaise qualité de vie. Tout dépend de l'intensité et de la fréquence de ces tensions. Par exemple, parmi les actifs déclarant plus de 1 900 heures de travail par an, ceux qui estiment subir « quelquefois » des conflits vie professionnelle-vie privée ne manifestent pas de troubles particuliers et leur mode de vie ne semble pas si désagréable. Ce sont plus souvent des cadres ou professions libérales avec enfants qui ont aussi une vie extra-professionnelle et extra-familiale animée : ils participent assez souvent à plusieurs associations ou fréquentent cinémas et équipements sportifs. On est bien loin du portrait-type de l'« actif stressé en permanence » qui est plutôt, au contraire, une femme active avec enfants ayant des difficultés budgétaires et psychologiques.

dont la femme reste au foyer déclarent plus fréquemment subir des tensions que les hommes sans enfants. Ils s'affirment même plus souvent « stressés » que les pères de famille dont la femme est active. Comme si l'inactivité professionnelle de la femme renforçait le poids du pôle « domestique » constitué de la mère de famille et de ses enfants. Il est vrai que les mères de famille sans emploi ont, à âge égal, davantage d'enfants que les mères actives. Mais ce « stress » du père actif avec femme au foyer ne concerne finalement que peu d'individus car il n'apparaît qu'au-delà de 2 100 heures de travail annuelles déclarées.

Tensions égales pour les hommes et les femmes sans enfants

Le surcroît de conflits perçus par les femmes semble presque uniquement dû à la prise en charge des enfants. Sauf peut-être dans le cas d'horaires très élevés (supérieurs à 2 100 heures annuelles de travail) les femmes actives sans enfants ne perçoivent pas davantage de conflits vie professionnelle-vie privée que les hommes actifs dans la même situation.

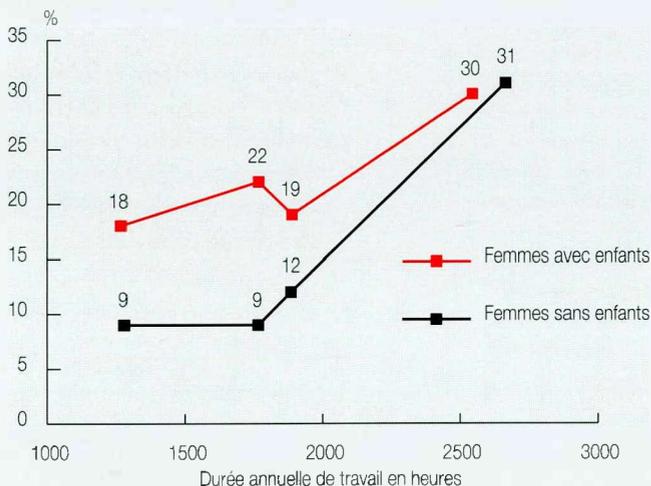
En l'absence d'enfants, les occupations domestiques ou ménagères ne créent pas de différence de perception de conflits travail-vie privée entre hommes et femmes.

La situation familiale et la durée de travail n'expliquent pas tout...

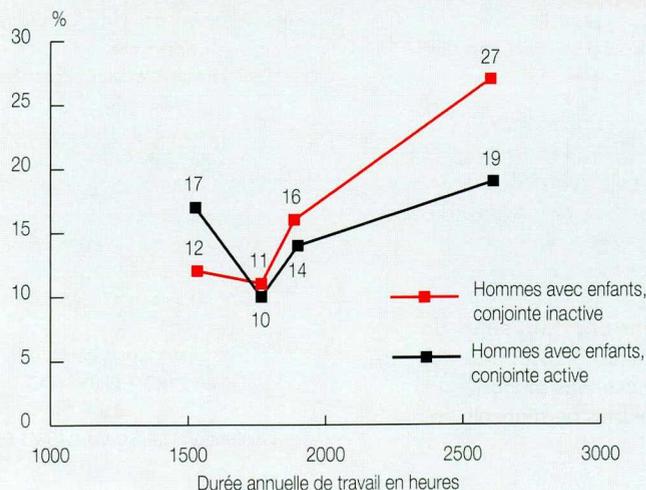
Les liens entre la perception de conflits vie professionnelle-vie privée et la durée de travail ou la situation familiale sont donc finalement assez distendus. Par exemple, 78% des actifs qui travaillent plus de 1 900 heures par an déclarent subir des conflits « quelquefois » ou « jamais ».

À l'opposé, on trouve aussi des actifs qui travaillent moins de 1 750 heures par an mais qui affirment pourtant subir des conflits.

Part des femmes actives qui perçoivent des conflits vie personnelle/vie professionnelle, selon leur situation familiale et leur durée annuelle de travail



Part des hommes actifs qui perçoivent des conflits vie personnelle/vie professionnelle, selon leur situation familiale et leur durée annuelle de travail



...car les tensions sont aussi associées aux déséquilibres financiers et psychologiques

La maîtrise de l'emploi du temps des actifs va souvent de pair avec celle de leur budget familial ou de leur équilibre psychologique personnel.

Ainsi, les actifs qui arrivent à concilier des horaires de travail élevés avec leur vie privée souffrent moins souvent de

nervosité et déclarent plus fréquemment ne pas s'imposer de restrictions sur un ou plusieurs postes de leur budget.

Pour leur part, les actifs qui souffrent de tensions au niveau de leur emploi du temps tout en déclarant des horaires de travail limités subissent plus fréquemment des troubles psychologiques (nervosité, état dépressif). On voit finalement que si les entreprises et la société ont intérêt à ce que les actifs puissent se consacrer à leur activité professionnelle en toute sérénité, les circonstances générant des tensions sont diverses, de même que les solutions à mettre en œuvre. ■

41 heures et 16 minutes par semaine

Les actifs déclarent travailler en moyenne 41 h 16 min par semaine, soit, compte tenu du nombre de semaines de congés qu'ils prennent dans l'année, 1 851 heures par an. Les indépendants (artisans, commerçants, chefs d'entreprise, professions libérales...) déclarent 53 h 13 min hebdomadaires, contre 38 h 27 min pour les salariés. Les « 39 heures » effectives ne concernent, en fait, qu'une minorité de salariés (35%). Enfin, les actifs à temps plein déclarent travailler 43 h 48 min par semaine et ceux à temps partiel 23 h 18 min. Un actif consacre en moyenne 7 h 44 min à son activité professionnelle par jour travaillé : les indépendants y consacraient 8 h 41 min et les salariés 7 h 31 min.

Le nombre moyen d'heures de travail déclarées selon la catégorie socio-professionnelle

	Par an	Par semaine
Exploitant agricole	2 591	58 h 25
Artisan, commerçant, chef d'entreprise	2 457	53 h 44
Cadre supérieur	1 717	38 h 32
Profession intermédiaire	1 688	37 h 57
Employé	1 638	36 h 33
Ouvrier	1 806	40 h 12
Ensemble des actifs	1 851	41 h 16

Source CRÉDOC, cumul des années 1989, 1990, 1991

Bien sûr, les données déclarées sont exactes aux erreurs près que font les actifs enquêtés. L'estimation de la durée de travail effective peut être, selon les cas, sur ou sous-évaluée. La comparaison avec d'autres sources montre cependant une relative stabilité des données déclarées. L'INSEE a réalisé en 1988 une enquête nationale sur le temps de travail auprès des personnes exerçant une activité professionnelle effective (hors exploitants agricoles). Les non-salariés déclaraient 8 h 55 min de travail par jour contre 7 h 38 min pour les salariés.

Les déclarations des entreprises au ministère du Travail donnent une moyenne de 1 765 heures en 1990. Il s'agit d'une enquête réalisée au début de l'année 1991 auprès des entreprises de plus de 10 salariés des secteurs de l'industrie, du commerce et des services hors agriculture, administrations et services publics. L'enquête concerne les salariés permanents travaillant à temps complet mais pas en équipe.

Pour en savoir plus

Les temps de travail utilisés sont les durées déclarées par les actifs à temps plein et à temps partiel en situation de travail au moment de l'enquête « Aspirations et Conditions de vie », réalisée en fin de chaque année depuis 1978. L'exploitation réalisée ici porte sur les trois vagues d'enquêtes de fin 1989, fin 1990 et fin 1991. L'échantillon total traité est donc de 6 022 individus et, plus précisément pour ce qui nous intéresse ici, de 2 957 actifs. Les résultats présentés ici sont extraits d'un rapport du CRÉDOC « Durée du travail et conflits entre vie personnelle et vie professionnelle », F. Berthuit, J.-L. Volatier, Cahier de recherche n° 45, avril 1993, prix : 80 F + 15 F de port.

Un dossier spécial de la DARES, du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Formation professionnelle porte sur « La durée annuelle et l'aménagement du temps de travail en 1990 », DSTE n° 85-86, décembre 1992.

CRÉDOC
Consommation et Modes de Vie
●
Publication du Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC)

●
Directeur de la publication : Robert Rochefort

●
Rédacteur en chef : Yvon Rendu

●
Relations publiques : Brigitte Ezvan

●
142, rue du Chevaleret, 75013 Paris
Tél. : (1) 40 77 85 00

●
Diffusion par abonnement uniquement 180 francs par an
Environ 10 numéros

●
Commission paritaire n° 2193 - AD/PC/DC

●
Réalisation : La Souris : 45 21 09 61