

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LE SENTIMENT DE CULPABILITÉ PROPRE AU CONFLIT TRAVAIL-
FAMILLE : RESSOURÇANT POUR LES ENFANTS ET ÉPUISANT POUR LES
PARENTS?

THÈSE
PRÉSENTÉE
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE

PAR
ANNIE FOUCREULT

JUILLET 2017

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.03-2015). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

En déposant ce projet de thèse, j'ai l'impression d'être parvenue à la ligne d'arrivée d'un marathon qui a nécessité de la détermination, de l'endurance, de la persévérance et, surtout, de la patience. Par ailleurs, contrairement à un défi sportif qui est effectué essentiellement seul avec soi-même, au terme de cette thèse, je constate à quel point j'ai été accompagnée d'une façon exemplaire tout au long des épreuves et des réussites qui ont teinté mon parcours doctoral. J'aimerais ainsi prendre le temps de reconnaître les qualités exceptionnelles des membres qui composent mon réseau professionnel et personnel et qui m'ont permis de franchir chacune des étapes menant à l'atteinte de ce défi personnel, soit : la réalisation d'une thèse doctorale.

Je souhaite, d'abord, adresser mes sincères remerciements à ma directrice de thèse, Julie Ménard, qui a outrepassé les attentes que j'avais à son égard en me soutenant non seulement dans mon développement professionnel, mais aussi au niveau personnel. Elle a su, par le biais de ses enseignements, de son authenticité, de son intégrité, de son écoute, de son dynamisme et de sa générosité, me faire évoluer vers la professionnelle et la femme que j'aspirais à devenir. Je suis excessivement reconnaissante envers son soutien incomparable et je m'estime choyée d'avoir été prise sous l'aile d'une femme aussi remarquable.

Je désire aussi souligner le soutien d'Ariane Ollier-Malaterre qui m'a permis non seulement d'approfondir mes connaissances sur la conciliation travail-famille, mais qui a su accroître ma détermination en recherche par le biais de son soutien inestimable.

J'aimerais aussi noter la qualité des rétroactions de Sarah-Geneviève Trépanier et Nathalie Houlfort lors de mon examen doctoral qui a permis d'accroître la rigueur scientifique et la portée de ce projet.

Je tiens aussi à reconnaître le soutien de ma mère Carole Choquette, de mon père Alain Foucreault, de mes sœurs et de mes amies dont la présence, les encouragements et les moments de réconfort m'ont permis de mener à terme ce projet. Je voudrais aussi témoigner ma reconnaissance envers Jean-Bernard Charron, cet homme qui a su reconnaître, mettre de l'avant et miser sur mes forces lors des périodes plus difficiles qui ont teinté les derniers milles associés à mon parcours doctoral.

Enfin, j'aimerais conclure en témoignant ma reconnaissance envers ma tante Caroline Choquette dont le vécu a inspiré ce projet de thèse. En espérant que ma façon de raconter son histoire par le biais de mes deux études doctorales puisse sensibiliser les parents à l'envers négatif propre à la culpabilité travail-famille, je dédie cette thèse à ma tante.

DÉDICACE

À ma tante Caroline Choquette qui a inspiré
mon projet de thèse par le biais de
son vécu. À une femme qui s'est
investie corps et âme auprès de sa famille
et de son travail et que la vie m'a enlevée
beaucoup trop tôt.

TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES FIGURES.....	xiii
LISTE DES TABLEAUX.....	xiv
LISTE DES ABRÉVIATIONS.....	xiv
LISTE DES SYMBOLES ET DES UNITÉS	xvi
RÉSUMÉ	xvii
CHAPITRE I INTRODUCTION GÉNÉRALE.....	2
1.1 Problématique	2
1.2 Conflit travail-famille (CTF).....	7
1.2.1 Direction du CTF.....	7
1.2.2 Types de conflit	8
1.3 Culpabilité travail-famille	10
1.3.1 Définition de la culpabilité travail-famille	10
1.3.2 Lien entre le conflit de tension et la culpabilité.....	12
1.3.3 La culpabilité et ses antécédents.....	13
1.3.4 La culpabilité et ses conséquences	13
1.4 Activités récréatives parent-enfant.....	14
1.4.1 Types d'activités parent-enfant	14
1.5 Besoin de récupération.....	16
1.5.1 Définition du besoin de récupération.....	16
1.5.2 La relation entre le conflit de tension TIF et le besoin de récupération	17

1.5.3 L'effet modérateur de la culpabilité sur le besoin de récupération ..	18
1.6 Satisfaction de vie	19
1.6.1 Définition de la satisfaction de vie	19
1.6.2 L'effet médiateur des activités récréatives sur le lien entre le conflit de tension et la satisfaction de vie	20
1.7 L'effet direct du soutien instrumental du conjoint sur la satisfaction de vie	23
1.8 Objectifs et contenu de la thèse.....	25
1.8.1 Objectifs de la thèse.....	25
1.9.1 Hypothèses de l'Étude 1	30
1.9.2 Figure 1. Modèle de l'Étude 1	31
1.9.3 Hypothèses de l'Étude 2	32
1.9.4 Figure 2. Modèle de l'Étude 2	33
CHAPITRE II ARTICLE I	34
Résumé en français de l'Article 1	35
Abstract	37
2.1 Strain-based work-interference-with-family (WIF).....	40
2.2 Work-family guilt.....	43
2.3 The positive side of wfg: parent-child recreational activities	43
2.4. The negative flipside of guilt: parent's daily need for recovery	45
2.5 Method	49
2.5.1 Participants and procedure.....	49
2.5.2 Measures	50
2.6 Results.....	53

2.6.1 Preliminary analyses.....	53
2.6.2 Multilevel confirmatory factor analyses.....	53
2.6.3 Hierarchical linear modeling analyses.....	54
2.7 Discussion	56
2.7.1 Theoretical implications	58
2.7.2. Practical implication.....	59
2.7.3 Strengths, limitations and future research	61
2.8. Conclusion	63
CHAPITRE III ARTICLE II.....	84
Résumé de l'Article 2 en français	85
Abstract	86
3.1 Strain-based work-interference-with-family	90
3.2 Work-family guilt.....	92
3.3 The influence of strain-based WIF and WFG on recreational activities with children.....	93
3.4 Recreational activities as a mediator between strain-based wif and life satisfaction	95
3.5 WFG as a moderator of the indirect relationship between strain-based wif and life satisfaction.....	97
3.6 Spouse instrumental support as a resource fostering life satisfaction.....	100
3.7 Method	101
3.7.1 Participants and procedure.....	101
3.7.2 Measures	102
3.8 Results.....	104

3.8.1 Confirmatory factor analysis	104
3.8.2 Descriptive statistics and bivariate correlations	104
3.8.3 Path analyses	105
3.8.4 Additional analyses	107
3.9 Discussion	107
3.9.1 Theoretical implications	110
3.9.2 Practical implications	112
3.9.3 Strengths, limitations and suggestions for future research.....	114
3.10 Conclusion	116
CHAPITRE IV DISCUSSION GÉNÉRALE	136
4.1 Synthèse des résultats de recherche	136
4.1.1 Synthèse des résultats de l'Article 1	136
4.1.2 Synthèse des résultats de l'Article 2.....	138
4.1.3 Similitudes et différences entre les résultats des deux articles de la thèse	140
4.2 Implications théoriques	141
4.3 Implications pratiques	143
4.3.1 Implications pratiques pour les infirmières	143
4.3.2 Implications pratiques pour les employés issus de secteurs d'emplois variés.....	145
4.4 Considérations méthodologiques	146
4.4.1 Les forces de la recherche	146
4.4.2 Limites de la recherche.....	147

4.5 Pistes de recherches futures	149
4.5.1 Réplication de l'étude.....	149
4.5.2 Nouvelles pistes.....	151
4.6 Plan de transfert des connaissances.....	152
4.7 Conclusion générale	154
APPENDICE A ARTICLE 1 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ET QUESTIONNAIRES	156
Formulaire de consentement	156
Document d'invitation pour les infirmières	160
Questionnaires utilisés	161
Le trait de personnalité névrotique	161
Le conflit de tension au quotidien	162
La culpabilité quotidienne liée au conflit travail-famille	163
Les activités récréatives quotidiennes parent-enfant	164
Le besoin de récupération quotidien.....	165
APPENDICE B ARTICLE 2 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ET QUESTIONNAIRES	166
Formulaire de consentement	166
Document d'invitation pour les participants	170
Questionnaires utilisés	172
Le conflit de tension	172
La culpabilité liée au conflit travail-famille	173
Les activités récréatives parent-enfant	174

Le soutien instrumental du conjoint	175
La satisfaction de vie	176
BIBLIOGRAPHIE COMPLÈTE.....	177

LISTE DES FIGURES

Figure		Page
1.1	Modèle de l'Étude 1.....	31
1.2.	Modèle de l'Étude 2.....	33
2.1	Tested model.....	81
2.2	Interaction effect between strain-based WIF and WFG on recreational activities.....	82
3.3	Interaction effect between strain-based WIF and WFG on need for recovery.....	83
3.1	The proposed model.....	132
3.2	The final model.....	133
3.3	Interaction effect between recreational activities and WFG on life satisfaction.....	134
3.4	Conditional total effects of strain-based WIF on life satisfaction for low and high values of WFG.....	135

LISTE DES TABLEAUX

Tableau		Page
1.1	Means, standard deviations, and intercorrelations between the model variables	79
1.2	Unstandardized coefficients of the multilevel model testing main effects and moderation effects on daily need for recovery.....	80
2.1	Descriptive statistics and correlations.....	131

LISTE DES ABRÉVIATIONS

CFI	<i>Comparative fit index</i>
COR	La théorie de la conservation des ressources (<i>Conservation of resources theory</i>)
CTF	Conflit travail-famille
D-RT	Modèle demandes-ressources liées au travail
JD-R	<i>Job demands-resources model</i>
MCFA	Analyses factorielles confirmatoires multiniveaux (<i>Multilevel confirmatory factor analyses</i>)
MLR	<i>Maximum Likelihood Robust</i>
RMSEA	<i>Root mean square error of approximation</i>
SD	Écart-type (<i>standard deviation</i>)
SE	Erreur standard (<i>standard error</i>)
SRMR	<i>Standardized root mean square residual</i>
TIF	Travail-interférant-avec-la-famille
TLI	<i>Tucker Lewis index</i>
TRd	Test différence chi-carré
VD (DV)	Variable dépendante (<i>independent variable</i>)
VI (IV)	Variable indépendante (<i>dependent variable</i>)
Vmed	Variable médiatrice

Vmod	Variable modératrice
WFG	Culpabilité travail-famille (<i>Work-family guilt</i>)
WIF	Interférence travail-vers-la-famille (<i>work-interference-with-family</i>)

LISTE DES SYMBOLES ET DES UNITÉS

α	Alpha de Cronbach
χ^2	Chi carrée (<i>chi-square</i>)

RÉSUMÉ

Cette thèse se penche sur le rôle de la culpabilité travail-famille, un sentiment désagréable qui survient lorsque le parent considère qu'il ne s'est pas comporté de la façon dont il juge la plus appropriée afin de concilier les demandes de son travail et celles de sa vie familiale (Morgan & King, 2012). L'objectif général de cette thèse est de concilier les résultats contradictoires des études qui ont évalué les retombées associées à ce sentiment. D'une part, Cho et Allen (2012) ont mis de l'avant, au sein de deux études transversales, que la culpabilité travail-famille a une fonction adaptative puisqu'elle encourage les parents qui se sont surinvestis au travail à réparer le tort causé à leur relation parent-enfant en les incitant à effectuer des activités récréatives auprès de leurs enfants après leur journée de travail. D'autre part, les résultats d'autres recherches montrent que cette culpabilité peut engendrer des conséquences préjudiciables chez le parent qui la ressent, dont de la détresse psychologique (p.ex., Glavin, Schieman, & Reid, 2011). Le but de cette thèse est donc de mettre en relief que la culpabilité travail-famille peut à la fois mener à des conséquences positives pour la relation parent-enfant et avoir un envers négatif sur l'état des parents.

Le chapitre II présente les résultats de l'Article 1, soit une étude par journaux de bord effectuée auprès d'infirmières¹. Son premier objectif est d'apporter un soutien empirique supplémentaire aux résultats des deux études exposées dans l'article de Cho et Allen (2012) en vérifiant si le rôle modérateur que joue la culpabilité sur la relation entre le conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille (TIF; *strain-based WIF*; c.-à-d., situations où le stress généré au travail nuit à la performance à la maison) et la quantité perçue d'activités récréatives parent-enfant s'applique aussi à la réalité quotidienne des infirmières qui ont à transiger avec un double devoir de soins (c.-à-d., soins devant être donnés aux patients et aux enfants). En fait, ce double devoir de soins peut, d'une part, permettre aux infirmières de développer des compétences émotionnelles au travail (p.ex., identification et expression appropriées des émotions) qui leur seront utiles au sein de leurs interventions avec leurs enfants. D'autre part, ce double devoir amène aussi les infirmières à dépenser au travail les mêmes ressources émotionnelles que celles nécessaires à la maison (p.ex., empathie), limitant ainsi les ressources disponibles pour s'investir dans leur cellule familiale. Considérant ces deux effets distincts propres au double devoir de soins, il semblait justifié de mettre en lumière si les conséquences adaptatives associées à la culpabilité

¹ Le féminin sera utilisé dans cette thèse, car les femmes constituent plus de 89.1% des effectifs dans cette profession (Ordre des infirmières et infirmier du Québec (OIIQ), 2016).

décrites par Cho et Allen (2012) sur l'investissement du parent auprès de son enfant se présentent de la même façon auprès de cette profession dont les tâches sont majoritairement de nature émotionnelle. Le second objectif de cette étude est de mettre en relief un envers plus sombre à la culpabilité en se basant sur les prémisses de la théorie de la conservation des ressources (Hobföll, 1989). Cette étude visait à vérifier si la culpabilité travail-famille peut contribuer à une augmentation du besoin de récupération des infirmières dans un contexte de conflit de tension TIF. L'intérêt de vérifier les objectifs de la thèse au sein d'une population d'infirmières québécoises est lié au fait que la présence d'une pénurie d'infirmières dans cette province suite aux restructurations du réseau de la santé exige de plus en plus aux infirmières d'en faire plus avec moins (Canadian Nurses Association, 2009; Trépanier, Fernet, & Austin, 2013), ce qui peut nuire à leur niveau d'énergie disponible pour leur vie familiale, accentuer leur sentiment de culpabilité et accroître leur besoin de récupération. Des journaux de bord ont été complétés pendant dix jours par 143 infirmières ayant des enfants de 5 et 10 ans. Les analyses hiérarchiques multiniveaux révèlent que la culpabilité travail-famille a des conséquences exclusivement délétères sur la relation parent-enfant et sur les parents au quotidien, car elle diminue la quantité d'activités récréatives que les infirmières perçoivent effectuer avec leur enfant et elle exacerbe leur besoin de récupération.

Le chapitre III présente les résultats de l'Article 2. L'utilisation d'un devis multi-vagues (*multi-wave*) apporte un éclairage supplémentaire aux résultats de l'Article 1. En effet, cet article met en relief comment les conséquences associées à la culpabilité se déploient dans le temps. Cette étude auprès d'un échantillon de 289 parents d'enfants âgés de 5 à 10 ans investigate si la culpabilité travail-famille au début de l'étude atténue les effets du conflit de tension TIF sur la quantité perçue d'activités récréatives parent-enfant et teinte aussi le niveau satisfaction de vie des parents trois mois plus tard. Cette étude a été effectuée auprès de parents issus de secteurs d'emploi variés (p.ex., secteur public, privé et organismes sans but lucratif), afin de pouvoir généraliser les résultats de la première étude à un plus large ensemble de travailleurs. Dans le but de soutenir les parents qui éprouvent de la culpabilité travail-famille, cette étude vérifie aussi si le soutien instrumental du conjoint (c.-à-d., autant l'homme que la femme au sein du couple) constitue une ressource qui facilite la réponse aux demandes issues du rôle parental et qui, par conséquent, peut avoir des répercussions positives sur la satisfaction de vie. Les résultats des analyses acheminatoires montrent que les conséquences de la culpabilité sont doublement négatives. Cette dernière n'atténue pas la relation négative entre le conflit de tension TIF et les activités récréatives. Les résultats soutiennent plutôt la présence d'une médiation modérée où le conflit de tension TIF diminue la quantité perçue des activités récréatives effectuées par les parents et où la culpabilité atténue la relation positive entre ces activités et la satisfaction de vie. Enfin, les résultats montrent que le soutien du conjoint constitue effectivement une ressource qui peut être utilisée par les

parents afin de répondre efficacement aux demandes issues de la famille et ainsi favoriser leur satisfaction de vie.

La discussion générale présentée au chapitre IV souligne que, en utilisant le modèle différencié demandes-ressources liées au travail (Crawford et al., 2010) et la théorie de la conservation des ressources (Hobföll, 1989), cette thèse a permis de mieux saisir comment la culpabilité travail-famille s'avère nocive à la fois pour la relation parent-enfant que pour les parents. Les retombées théoriques et pratiques de cette thèse sont aussi mises de l'avant, puis des propositions de recherches futures de même que des méthodes de transfert des connaissances sont formulées.

Enfin, la conclusion générale de la thèse met en relief qu'il s'agit des deux premières études qui ont investigué les retombées quotidiennes et à plus long terme (c.-à-d., trois mois plus tard) de la culpabilité à la fois auprès des enfants et des parents. L'apport des méthodes de recherche sur le potentiel de généralisation des résultats auprès des infirmières (étude 1) et des travailleurs issus de secteurs d'emploi variés (étude 2) est discuté au sein de cette section. Pour terminer, le soutien instrumental du conjoint est dépeint comme étant une ressource qui incite les parents à s'investir davantage auprès de leur(s) enfant(s) et qui contribue ainsi à leur satisfaction de vie.

MOT-CLÉS : conflit de tension travail-interférant-avec-la-famille, culpabilité travail-famille, activités récréatives parent-enfant, soutien instrumental du conjoint, satisfaction de vie, besoin de récupération.

CHAPITRE I

INTRODUCTION GÉNÉRALE

Cette introduction vise à positionner le contexte théorique dans lequel s'inscrit la présente thèse. Elle débute en abordant la problématique à l'étude ainsi que les perspectives théoriques liées aux principaux concepts étudiés, soit : le conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille (TIF), la culpabilité travail-famille, les activités récréatives parent-enfant, le besoin de récupération, la satisfaction de vie ainsi que le soutien instrumental du conjoint. Ensuite, les objectifs reliés à chacun des deux articles de thèse sont énoncés. Enfin, le contenu de la thèse est présenté.

1.1 Problématique

En raison des progrès technologiques (p.ex., les téléphones intelligents), d'une augmentation de la charge de travail, de l'accent mis sur la performance et de l'insécurité en emploi, les travailleurs sont de plus en plus enclins à utiliser le temps traditionnellement accordé à la famille afin de répondre à leurs obligations liées au travail (Duxbury & Higgins, 1991; Middleton, 2007). Par ailleurs, la théorie de l'allocation des ressources (Edwards & Rothbard, 2000) soutient que le temps et l'énergie sont des ressources limitées et que les individus se doivent donc de prendre des décisions à l'égard de la façon dont ils désirent utiliser ces dernières, afin de répondre tant à leurs besoins qu'aux demandes provenant de leur travail et de leur vie familiale. Ainsi, en raison d'une telle concurrence entre les demandes et les attentes issues des multiples rôles des individus, ces derniers sont de plus en plus enclins à percevoir une incompatibilité entre leur rôle de travailleur et celui de parent (Duxbury & Higgins, 1991). Cette difficulté à conjuguer les responsabilités liées au travail avec celles de la famille est appelée conflit travail-famille (CTF; Greenhaus & Beutell, 1985).

Le CTF est un problème en croissance dont le coût en absentéisme est estimé à 6 millions de dollars par année pour les organisations canadiennes (Higgins, Duxbury, & Lyons, 2008). Une méta-analyse sur les conséquences associées à ce conflit effectuée par Allen et al. (2000) a d'ailleurs mis en relief que ce dernier peut avoir des retombées négatives tant dans la sphère de vie professionnelle du parent (p.ex., en réduisant son engagement au travail) que dans sa sphère de vie personnelle (p.ex., en diminuant sa satisfaction de vie et l'investissement de temps avec ses enfants). Les résultats de cette méta-analyse montrent l'importance de mieux comprendre les variables qui peuvent influencer les retombées négatives du CTF sur l'individu, sa famille et son travail. Par ailleurs, peu d'études se sont intéressées aux phénomènes survenant dans la sphère de vie familiale qui peuvent agir comme modérateurs des conséquences du CTF (p.ex., Cho, 2010; Cho & Allen, 2012). Cette présente thèse a donc comme visée d'éclairer les chercheurs à cet égard et, plus spécifiquement, de mieux comprendre les situations où le stress généré au travail interfère avec la performance de l'individu dans son rôle de parent, c'est-à-dire le conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille (TIF).

Parmi le nombre limité de chercheurs qui ont mis en relief des facteurs modérant les effets du conflit de tension TIF, les résultats de Cho et Allen (2012) ont révélé que le sentiment de culpabilité associé au surinvestissement au travail pouvait limiter les effets négatifs de ce conflit sur la relation parent-enfant. Ces auteures ont montré que, dans un contexte de conflit de tension TIF, les personnes qui se sentent coupables ont tendance à faire davantage d'activités récréatives auprès de leurs enfants en périodes hors travail que les parents qui ne se sentent pas coupables. Selon Cho et Allen (2012), ces comportements compensatoires seraient effectués dans le but de réparer la relation parent-enfant que les parents estiment avoir négligée en raison de leur surinvestissement au travail. Ces résultats de recherche sont aussi en adéquation avec d'autres études qui ont examiné les effets de la culpabilité non spécifique au conflit de tension TIF (p.ex., Cohen, Panter, & Turan, 2012; De Hooge, Zeelenberg, &

Breugelmans, 2007; Ketelaar & Au, 2003; Nelissen, Dijker, & De Vries, 2007; Nelissen & Zeelenberg, 2009). En effet, ces dernières ont aussi souligné que ce sentiment possède une fonction adaptative, car il inciterait l'individu à effectuer des actions compensatoires (p.ex., réaliser une action qui fera plaisir à autrui), afin de corriger des comportements qu'il a jugé inadéquats.

Toutefois, les résultats de recherches portant sur les conséquences de la culpabilité sont contradictoires. En fait, d'autres chercheurs ont aussi étudié le sentiment de culpabilité dans un contexte de conflit entre le travail et la famille (p.ex., Glavin, Schieman, & Reid, 2011) ou de manière plus générale (p.ex., Harder, Cutler, & Rockart, 1992; Korabik, 2005; O'Connor, Berry, & Weiss, 1999) et ont montré que celui-ci pouvait aussi être préjudiciable au bien-être des individus, car il peut mener à de la détresse ainsi qu'à différentes formes de problèmes de santé psychologiques. Par ailleurs, à notre connaissance, aucune étude empirique n'a été effectuée afin de concilier les efforts de recherche des études passées et de spécifier dans quelles circonstances la culpabilité s'avère bénéfique ou nuisible à la relation parent-enfant et à l'état psychologique des parents. Un modèle intégrateur des effets positifs et négatifs de la culpabilité travail-famille sur les enfants et les parents apparaît cependant nécessaire.

En effet, une investigation des conséquences de la culpabilité sur les enfants semble justifiée, car les résultats de la revue de la littérature effectuée par Eby et al. (2005) montrent que les pratiques parentales figurent parmi les conséquences liées au conflit de tension TIF qui ont reçu le moins de soutien empirique. Selon ces auteurs, seulement 1,4% des études effectuées entre 1980-2002 ont investigué les retombées du conflit de tension TIF sur les pratiques parentales. Par ailleurs, une étude réalisée par l'Institut de la statistique du Québec (2016) auprès de 14 905 parents montre que 21% de ces parents rapportent avoir «*souvent*» ou «*toujours*» l'impression que les demandes propres à leur travail ont des conséquences importantes sur leur

investissement dans la cellule familiale. Ainsi, en raison de l'ampleur des conséquences du conflit de tension TIF sur l'investissement des parents auprès des enfants, il apparaît important d'étudier des facteurs, tel le sentiment de culpabilité, qui peuvent moduler les retombées négatives propres à ce conflit sur la relation parent-enfant. Or, mis à part les deux études de Cho et Allen (2012) qui ont employé un devis transversal, l'influence du sentiment de culpabilité travail-famille sur l'investissement quotidien et à long terme du parent auprès de son ou ses enfant(s) demeure méconnue. Des devis de recherche intégrant les journaux de bord et un plan multi-vagues apparaissent nécessaires.

Puis, concernant les retombées néfastes de la culpabilité sur les parents, les résultats de plusieurs études ont montré que le conflit de tension TIF nuisait, à court terme (c.-à-d., au quotidien), à la récupération des travailleurs (Demerouti, Taris, & Bakker, 2007; Golden, 2012; Jansen, Kant, Kristensen, & Nijhuis, 2003) et, à long terme, à leur satisfaction de vie (voir méta-analyse de Allen et al., 2001). Par ailleurs, jusqu'à maintenant, l'effet modérateur de la culpabilité travail-famille sur le besoin de récupération quotidien et la satisfaction de vie n'a jamais été investigué. Le modèle différencié demandes-ressources reliées au travail (D-RT) de Crawford, LePine et Rich (2010) offre un cadre théorique rigoureux afin de vérifier cet effet modérateur négatif de la culpabilité. En effet, ce modèle stipule que des demandes, telle la réalisation d'activités parent-enfant, qui sont perçues comme étant un obstacle à l'atteinte de buts valorisés épuisent les travailleurs, alors que les demandes perçues comme un défi personnel favorisent leur satisfaction de vie. Selon ce modèle, la classification d'une demande comme étant un défi ou un obstacle serait tributaire des caractéristiques personnelles des individus (Crawford et al., 2010). La tendance à se sentir coupable pourrait être une de ces caractéristiques qui encouragerait une évaluation négative de la demande à laquelle le travailleur est confronté (c.-à-d., les activités récréatives parent-enfant), nuisant ainsi à son bien-être.

En outre, bien que quelques études aient mis de l'avant que la culpabilité peut avoir des retombées néfastes pour l'individu, les ressources personnelles qui sont à la disposition des travailleurs et qui peuvent limiter ses effets négatifs n'ont pas reçu de soutien empirique. Il est toutefois possible que le soutien instrumental du conjoint en termes de son investissement d'énergie auprès des enfants soit une ressource utile dans un contexte de conflit de tension TIF. En effet, cette aide concrète du conjoint pourrait offrir au parent l'opportunité de se reposer en périodes hors travail (p.ex., en faisant des activités sociales), contribuant ainsi à sa satisfaction de vie (Wood & Repetti, 2004).

Dans un autre ordre d'idées, bien que la fonction adaptative de la culpabilité travail-famille auprès des enfants ait été appuyée par les résultats des deux études de Cho et Allen (2012) auprès d'une population de parents qui participent à des programmes parascolaires et de parents recrutés sur le système de recrutement Amazon Mechanical Turk (Mturk), aucune étude n'a été effectuée afin de vérifier si cet effet pouvait être généralisé à des populations spécifiques de travailleurs, telles les infirmières. L'intérêt d'étudier cette population spécifique est lié au fait que les membres de cette profession ont à conjuguer un double devoir de soins. Ce double devoir de soin viendrait du fait que les attentes et les normes sociétales incitent davantage les femmes que les hommes à être les principales responsables des soins et de l'éducation offerts aux enfants (Patel, Beekhan, Paruk, & Ramgoon, 2008). De plus, étant composée d'une main-d'œuvre majoritairement féminine (Ordre des infirmières et infirmières du Québec, 2016), la profession des infirmières requiert de façon intrinsèque que les femmes prodiguent aussi les soins nécessaires aux patients et qu'elles leur montrent chaleur et empathie (Ward-Griffin et al., 2014). En conséquence, même lorsqu'elles ne sont pas au travail, les infirmières répondent à des demandes similaires à celles de leur profession. Par ailleurs, bien qu'elles puissent ainsi miser sur leurs compétences émotionnelles développées au travail pour être de meilleurs parents, elles continuent ainsi à utiliser les mêmes ressources (p.ex.,

empathie) auprès de leurs enfants que celles nécessaires à l'accomplissement de leurs activités professionnelles (Demerouti, Bakker, Nachreiner, & Schaufeli, 2000; Hobfoll, 1989; Patel et al., 2008). En fonction de la théorie de l'allocation des ressources (Edwards & Rothbard, 2000), il est donc possible qu'elles n'en aient plus suffisamment à investir dans leur relation parent-enfant. Il semble ainsi pertinent, d'une part, de vérifier si les résultats de l'article de Cho et Allen (2012) peuvent être répliqués auprès de cette population qui a à transiger avec un double devoir de soins. D'autre part, il importe d'examiner si cette utilisation continue des mêmes ressources, au travail et à la maison, nuit à la récupération quotidienne de ces infirmières, contribuant ainsi à l'augmentation de leur besoin de récupération au quotidien.

Enfin, puisque l'envers négatif du sentiment de culpabilité sur les parents n'a jamais été vérifié au sein d'études précédentes, il apparaît justifié de vérifier si ce dernier est non seulement présent chez les infirmières, mais également au sein d'un échantillon composé de travailleurs de secteurs d'emplois variés. Cela permettrait ainsi de déterminer si on peut généraliser cet envers négatif de la culpabilité à la population générale.

Les prochaines sections décriront le contexte théorique ainsi que les objectifs spécifiques des deux études qui ont été effectuées afin de répondre aux lacunes empiriques mentionnées précédemment.

1.2 Conflit travail-famille (CTF)

1.2.1 Direction du CTF

La présence d'une concurrence entre les demandes et les attentes issues du travail et de la vie familiale peut amener les travailleurs à ressentir un conflit travail-famille (CTF; Greenhaus & Beutell, 1985). Ce dernier est un conflit au sein duquel les caractéristiques relatives aux rôles professionnel et familial apparaissent comme étant, à certains égards, incompatibles (Greenhaus & Beutell, 1985). Selon

Netemeyer et al. (1996), le CTF est bidirectionnel. Les obligations issues de l'environnement de travail peuvent restreindre les ressources à la disposition de l'individu pour répondre aux demandes provenant de la sphère de vie familiale (c.-à-d., *conflit travail* → *famille*). À l'inverse, les demandes et les pressions propres à l'environnement familial peuvent épuiser les ressources permettant au travailleur de répondre aux attentes de son domaine professionnel (*conflit famille* → *travail*; Netemeyer et al., 1996). Dans le cadre de la présente thèse, seul le phénomène du *conflit du travail* → *famille* sera investigué puisque l'objectif principal des deux articles est de mieux comprendre comment la culpabilité teinte l'influence des exigences liées au travail sur l'investissement du parent dans la sphère de vie familiale.

1.2.2 Types de conflit

Selon Greenhaus et Beutell (1985), le *conflit du travail* → *famille* peut se présenter sous trois formes: (1) le conflit de comportements du travail-interférant-avec-la-famille (TIF; *behavior-based work-interference-with-family (WIF)*) se produit lorsqu'il y a une incompatibilité entre les comportements attendus à l'intérieur de deux rôles (p.ex., un douanier doit limiter l'expression de ses émotions au travail et être empathique à la maison), (2) le conflit de temps TIF (*time-based WIF*) survient lorsque le temps investi dans un rôle restreint le temps disponible pour répondre aux demandes émanant de l'autre rôle et (3) le conflit de tension TIF (*strain-based WIF*) réfère aux situations où le stress généré dans un rôle limite l'énergie nécessaire pour prendre efficacement en charge les responsabilités associées à un autre rôle.

Selon Cho (2010), le conflit de comportements ne serait pas pertinent à l'étude de la culpabilité travail-famille puisque, pour que le parent ressente un sentiment de culpabilité, il doit percevoir qu'il avait un libre choix quant à la nature des actions qu'il a effectuées (Ilies et al., 2007). Les travailleurs ont généralement peu de contrôle sur la nature des tâches (c.-à-d., comportements) qu'ils ont à effectuer, car

celles-ci sont majoritairement déterminées par la nature de leur poste et leur description de poste. Il est donc peu probable qu'ils éprouvent de la culpabilité à cet égard. Par ailleurs, les deux autres types de conflit apparaissent pertinents d'être étudiés lorsqu'on s'intéresse à l'investissement parental. Toutefois, selon les propos de Cho et Allen (2012), seul le conflit de tension est nécessaire d'être étudié lorsqu'on s'intéresse aussi à l'effet modérateur de la culpabilité sur le choix des activités réalisées par les parents auprès de leurs enfants en périodes hors travail. En fait, ces auteures suggèrent que le conflit de temps serait moins pertinent puisque, lorsque les parents en font l'expérience, ils ont à la fois peu de temps à accorder aux activités tant passives (p.ex., regarder la TV) qu'actives (p.ex., faire du sport). Ils rapporteraient tout simplement avoir une quantité insuffisante de temps pour s'investir dans la sphère de vie familiale (Grenhauss & Beutell, 1985). Il est donc peu probable que la culpabilité influence la nature et la fréquence des activités parent-enfant des parents qui ont un niveau élevé de conflit de temps, car ces derniers n'ont tout simplement pas l'opportunité et le luxe de décider de leur niveau de participation dans des activités hors travail. Par opposition, si les parents perçoivent plutôt avoir un niveau élevé de conflit de tension, ils peuvent librement choisir de réduire l'énergie investie dans toutes sortes d'activités. Cependant, ils choisissent généralement de réduire l'énergie qu'ils investissent dans les activités de nature active, car ils perçoivent que ces dernières sont davantage exigeantes et qu'elles les empêchent de récupérer après leurs journées de travail (Cho & Allen, 2012). Par ailleurs, comparativement aux parents qui ne se sentent pas coupables, les parents qui se sentent coupables seraient davantage enclins à investir leur énergie dans des activités actives, en dépit de leur conflit de tension élevé, car ils percevraient cela comme une occasion de réparer le tort causé à leurs enfants. En somme, les propos de Cho et Allen (2012) suggèrent donc que les effets de la culpabilité pourraient davantage se situer au niveau de la gestion de l'énergie hors travail (c.-à-d., le conflit de tension) plutôt qu'au niveau du temps (c.-à-d., le conflit de temps) que les parents investissent

sur les activités récréatives parent-enfant, car ils ont plus de latitude décisionnelle à cet égard.

La prochaine section décrit comment le sentiment de culpabilité travail-famille se développe chez certains parents qui transigent avec des demandes issues à la fois du rôle de parent et de travailleur. Ensuite, les conséquences possibles de ce conflit et de ce sentiment sur les interactions familiales et l'état émotionnel des travailleurs sont présentées.

1.3 Culpabilité travail-famille

1.3.1 Définition de la culpabilité travail-famille

Plusieurs études empiriques ont mis de l'avant que le conflit de tension peut engendrer un large éventail d'émotions, dont l'anxiété (Kinnunen & Mauno, 1998), la fatigue (Kinnunen & Mauno, 1998) et l'hostilité (Judge, Ilies, & Scott, 2006). Par ailleurs, Morgan et King (2012) soutiennent que la culpabilité est le sentiment qui représente le mieux l'expérience affective des personnes qui ont à concilier le travail avec les exigences de la vie familiale. Selon Kubany (1994), la culpabilité est un sentiment de nature désagréable survenant lorsqu'un individu croit qu'il aurait dû agir différemment, et ce, en fonction d'un ensemble de normes qu'il a intériorisé. Morgan et King (2012) ont étudié la culpabilité dans un contexte de CTF et définissent la *culpabilité travail-famille* comme un sentiment vécu lorsqu'une personne ressent un débalancement entre ses rôles de parent et de travailleur et qu'elle priorise l'un de ces rôles tout en reconnaissant qu'elle cause ainsi du tort à autrui. Tel que mentionné par Aykan et Eskin (2005), la culpabilité travail-famille chez les parents a récemment commencé à être étudiée de manière quantitative (p.ex., Glavin et al., 2011; Judge et al., 2006; Livingston & Judge, 2008; McElwain, 2009; Offer & Schneider, 2011), alors qu'elle a été un thème qui est fréquemment ressorti comme étant pertinent au sein des études qualitatives concernant l'interface travail-famille (p.ex., Daily, 2001;

Elvin-Nowak, 1999; Guendouzi, 2006; Napholz, 2000; Seagram & Daniluk, 2002; Simon, 1995). Tout comme le CTF, cette culpabilité est bidirectionnelle (travail→famille ou famille→travail; McElwain, 2009) et la présente thèse investiguera uniquement les situations au sein desquelles ce sentiment est causé par une perception que les exigences du travail nuisent à l'investissement familial (travail→famille).

Selon Baumeister et al. (1994), il importe de bien distinguer ce sentiment de culpabilité de celui de la honte. En effet, la culpabilité réfère à l'évaluation négative qu'un individu effectue quant à un comportement spécifique qu'il a commis et qui cause du tort à autrui, alors que la honte porte sur une évaluation négative et globale que l'individu effectue par rapport à lui-même (Baumeister et al., 1994; Tangney, 1990). Aussi, la culpabilité représenterait une réponse empathique au tort potentiellement causé à autrui, alors que la honte concernerait plutôt une peur liée à un potentiel coût social, soit l'exclusion (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Cermak, & Rosza, 2001). En fonction des différentes opérationnalisations propres à ces deux sentiments, il est attendu que les prédictors et les effets tant personnels, familiaux que professionnels de la honte et de la culpabilité soient distincts.

Dans cet ordre d'idées, l'étude qualitative de Daly (2001) met en relief différents comportements spécifiques (c.-à-d., prédictors) que les parents peuvent effectuer dans la sphère de vie familiale et qui peuvent accentuer leur sentiment de culpabilité, tels que : (1) le surinvestissement au travail, (2) ne pas avoir accordé assez de temps à leurs enfants, (3) avoir utilisé des services de gardiennage, et (4) avoir pris du temps pour répondre à leurs propres besoins de se ressourcer (p.ex., en faisant des activités sociales).

1.3.2 Lien entre le conflit de tension et la culpabilité

Selon McElwain (2009), deux théories permettent de saisir comment un individu peut ressentir un sentiment de culpabilité dans un contexte de tension TIF: la théorie de la conservation des ressources (COR; Hobföll, 1989) et la théorie de l'identité (Burke, 1991).

1.3.2.1 Théorie de la conservation des ressources

D'une part, la théorie COR (Hobföll, 1989) stipule qu'un état affectif négatif (p.ex., culpabilité) peut être éprouvé lorsqu'une personne perçoit que ses ressources (p.ex., son énergie) sont insuffisantes pour répondre adéquatement aux demandes de l'environnement. En fait, ce modèle est fondé sur l'hypothèse que les individus désirent retenir, protéger et consolider leurs ressources, lesquelles représentent tous les objets (p.ex., maison), caractéristiques personnelles (p.ex., estime de soi), conditions (p.ex., être employé) ou autres possessions qui sont valorisées par l'individu. Selon Hobföll (1989), un état affectif négatif serait éprouvé lorsqu'une menace, par exemple un conflit de tension TIF, entraîne la perte réelle/éventuelle d'un élément valorisé ou bien un gain insuffisant de ressources à la suite d'un important investissement. Puis, McElwain (2009) postule que la culpabilité pourrait être un des états affectifs qui serait ressenti lorsque le travailleur éprouve un conflit de tension TIF. En effet, ce travailleur pourrait constater que la quantité de ses ressources en termes d'énergie est inadéquate pour répondre à la fois aux exigences du travail et à celles de la famille et ressentir de la culpabilité à cet effet.

1.3.2.2 Théorie de l'identité

D'autre part, la théorie de l'identité de Burke (1991) suggère que l'individu serait enclin à ressentir un sentiment inconfortable s'il constate qu'il n'est pas à la hauteur de son identité idéale. Selon McElwain (2009), cette théorie peut être utilisée dans un contexte de CTF et représenter les cas où les travailleurs ressentent de la culpabilité

après avoir constaté qu'ils n'arrivent pas à établir un équilibre optimal entre leur travail et leur vie familiale. Autrement dit, un tel déséquilibre travail-famille peut amener les travailleurs à se sentir coupables s'ils perçoivent que, en fonction des idéaux qu'ils ont intériorisés, ils ne répondent pas adéquatement ni à leur identité idéale de travailleur ni à celle de parent.

1.3.3 La culpabilité et ses antécédents

En lien avec les deux théories qui précèdent, Martínez et al. (2011) affirment que le sentiment de culpabilité émerge lorsque quatre facteurs sont présents. En premier lieu, le facteur de *responsabilité* implique que l'individu doit percevoir qu'une personne de son entourage (p.ex., son enfant) souffre et qu'il est responsable de son état. En second lieu, le facteur *investissement personnel* doit être présent. Ainsi, un comportement jugé inadéquat doit avoir été effectué au détriment d'une relation significative pour l'individu. En effet, plus ce dernier est investi personnellement au sein d'une relation (p.ex., une relation parent-enfant), plus l'intensité de la culpabilité ressentie sera élevée. En troisième lieu, le facteur *contrôle* implique que, pour éprouver de la culpabilité, l'individu doit percevoir qu'il a la liberté de décider des actions à entreprendre (p.ex., accorder de l'énergie à son travail plutôt qu'à sa relation parent-enfant). En dernier lieu, pour que la culpabilité soit ressentie, la personne doit percevoir un *échec lié à l'atteinte d'un but* qu'elle considère comme important (p.ex., être un bon parent).

1.3.4 La culpabilité et ses conséquences

Les résultats des études portant sur le sentiment de culpabilité sont contradictoires. D'un côté, quelques chercheurs le présentent comme étant adaptatif puisqu'il permettrait à l'individu de reconnaître la transgression morale qu'il a commise et de mettre en place une série d'actions afin de rétablir un équilibre au sein d'une relation valorisée (p.ex., Cohen, Panter, & Turan, 2012; De Hooge, Zeelenberg, &

Breugelmans, 2007; Katelaar & Au, 2003; Nelissen, Dijker, & De Vries, 2007; Nelissen & Zeelenberg, 2009). En guise d'exemple, les résultats de Cho et Allen (2012) ont montré que, dans un contexte de conflit élevé entre le travail et la famille, les parents qui se sentent coupables en raison de leur surinvestissement au travail ont tendance à effectuer davantage d'activités auprès de leurs enfants en périodes hors travail que les parents qui ne se sentent pas coupables. Ils estiment ainsi pouvoir montrer la considération qu'ils ont pour leur enfant et rétablir la qualité de leur relation parent-enfant (Cho & Allen, 2012). Par ailleurs, d'autres chercheurs offrent une perspective plus sombre de la culpabilité et estiment que celle-ci serait préjudiciable au bien-être des individus, car elle peut mener à de la détresse ainsi qu'à différentes formes de problèmes de santé psychologiques (p.ex., Glavin et al., 2011; Harder et al., 1992; McElwain & Korabik, 2005; O'Connor et al., 1999). Par ailleurs, aucune étude n'a jusqu'à maintenant mis de l'avant un modèle intégrateur permettant de mieux comprendre dans quelles circonstances la culpabilité s'avère bénéfique ou néfaste pour la relation parent-enfant et les parents.

La prochaine section présente des retombées positives de la culpabilité qui sont attendues sur la relation parent-enfant (c.-à-d., l'effet modérateur sur les activités récréatives) et elle sera suivie par ses conséquences possiblement néfastes pour les parents.

1.4 Activités récréatives parent-enfant

1.4.1 Types d'activités parent-enfant

Les activités interactives parents-enfants ont été regroupées par Cho et Allen (2012) en trois principales catégories : (1) *les activités passives* qui englobent les activités requérant peu d'effort de la part de l'individu, dont regarder la télévision, (2) *les activités éducatives* qui concernent les interactions bénéfiques à l'apprentissage de l'enfant, comme lire un livre, et (3) *les activités récréatives* qui réfèrent aux

interactions visant le développement de l'enfant tant au plan social, émotionnel que culturel, tel faire du sport.

1.4.2 Le rôle modérateur de la culpabilité travail-famille sur les activités récréatives

Lorsqu'on se penche sur les conséquences de la culpabilité travail-famille sur les pratiques parentales, l'étude des activités récréatives semble tout indiquée. En effet, l'étude de Cho (2010) a montré que la culpabilité possède uniquement un effet modérateur sur ce type d'activités. Selon Cho (2010), la culpabilité aurait peu d'influence sur les activités de nature passives, car en nécessitant un faible investissement de ressources (c.-à-d., énergie), les parents qui ressentent un niveau élevé de conflit de tension TIF vont naturellement être enclins à effectuer ce type d'activités après leur journée de travail. En ce qui a trait aux activités de nature éducative, indépendamment de leur niveau de culpabilité, les parents se sentiraient obligés de prioriser ce type d'activités après leurs journées de travail puisqu'elles sont perçues comme étant nécessaires au développement cognitif de leurs enfants (Cho, 2010). Par opposition, les activités de nature récréative peuvent être considérées comme étant un luxe plus difficile à offrir dans un contexte de conflit de tension TIF. La culpabilité aurait donc une plus grande influence sur ce type d'activités comparativement aux activités éducatives, car les parents possèderaient une latitude décisionnelle plus élevée quant à la quantité d'activités récréatives à effectuer hors des périodes de travail.

En outre, il est aussi probable que la culpabilité ait un effet modérateur plus élevé sur la quantité d'activités récréatives parent-enfant que les autres types d'activités, car cette catégorie d'activités est la plus appréciée par les jeunes enfants. En fait, Leith et Baumeister (1998) ont suggéré que les gens qui se sentent coupables font généralement preuve de plus d'empathie que ceux qui ne se sentent pas coupables et sont donc davantage en mesure de prendre la perspective d'autrui et de déterminer une action qui fera réellement plaisir à la personne qu'ils estiment avoir blessée. De

ce fait, dans un contexte de conflit de tension TIF élevé, les parents qui se sentent coupables auraient donc plus de chances d'effectuer ce type d'activités plutôt qu'un autre afin de faire réellement plaisir à leurs enfants. Selon Cho et Allen (2012), en effectuant de telles activités, les parents qui se sentent coupables chercheraient à montrer la considération qu'ils ont pour leurs enfants pour ainsi réduire leur état émotionnel inconfortable.

Par ailleurs, tel que suggéré par Cho et Allen (2012), il est possible que le fait de se vouer à une quantité importante de ce type d'activités dans un contexte de conflit de tension TIF se fasse au détriment d'une réponse adéquate aux besoins des parents, comme leur besoin de sommeil ou leur besoin d'affiliation sociale, et que cela ait des retombées négatives sur ces derniers. Toutefois, les effets combinés sur les parents de l'exécution de ce type d'activités et du sentiment de culpabilité demeurent inconnus. Les deux prochaines sections présenteront donc deux conséquences probables de la culpabilité sur les parents, soit une augmentation de leur besoin de récupération à court terme et de leur satisfaction de vie à plus long terme.

1.5 Besoin de récupération

1.5.1 Définition du besoin de récupération

Sonnentag et Zijlstra (2006) définissent le besoin de récupération comme étant le sentiment d'urgence que ressent l'individu quant au fait d'être temporairement déchargé de toutes les demandes par rapport à son travail, et ce, afin de favoriser le réapprovisionnement de son réservoir de ressources. Il s'agit d'une réaction à court terme en lien avec des demandes liées au travail (p.ex., surcharge; Van Veldhoven & Broersen, 2003). Lorsque mal géré par le travailleur, ce besoin peut donner lieu à des conséquences négatives sur son travail, telle une diminution de sa concentration (Demerouti et al., 2007), et sur sa santé physique et psychologique, comme la présence de maladies cardiovasculaires, d'une fatigue chronique, d'une réduction de

son bien-être et d'une augmentation de son niveau d'épuisement professionnel (Jansen, Kant, & van den Brandt, 2002; Sluiter, Frings-Dresen, van der Beek, & Meijman, 2001; Zijlstra & Sonnentag, 2006).

1.5.2 La relation entre le conflit de tension TIF et le besoin de récupération

La théorie COR (Hobföll, 1989) présentée précédemment offre un cadre théorique permettant de mieux saisir comment le conflit de tension contribue à accentuer le besoin de récupération du travailleur. En effet, puisque l'individu désire assurer la conservation, la protection et la consolidation de ses ressources, il peut être enclin à ressentir du stress lorsqu'il perçoit que les demandes de son travail engendrent un affaiblissement de ses ressources (Grandey & Cropanzano, 1999). À cet égard, le conflit de tension TIF peut être considéré comme une demande favorisant une réaction de stress chez l'individu puisque celui-ci peut avoir l'impression que ses multiples rôles rivalisent pour obtenir l'énergie dont il dispose (Greenhaus & Beutell, 1985; Demerouti et al., 2007). Par ailleurs, si les demandes de l'environnement familial (p.ex., activités familiales) nécessitent des ressources (p.ex., l'empathie chez les infirmières) similaires à celles employées pour répondre aux tâches liées au travail, l'individu peut éprouver de la difficulté à assurer le réapprovisionnement de ses ressources en périodes hors travail (Bakker & Heuven, 2006). Or, si cette récupération n'a pas lieu, il peut entrer dans une forme de «spirale de la perte» et il peut percevoir qu'il manque de ressources pour faire face aux nouvelles demandes de son environnement de travail, contribuant ainsi à l'augmentation de son besoin de récupération (Sonnentag & Zijlstra, 2006).

Selon les prémisses de cette théorie, les périodes de repos, dont les soirs et les fins de semaine, sont nécessaires afin de permettre à l'individu de mettre en place diverses stratégies qui favorisent la récupération des ressources investies au travail (von Thiele Schwarz, 2011). Parmi ces stratégies, les travailleurs essaieraient généralement de vivre des expériences positives, telles des activités physiques et des activités de

relaxation, qui sont reconnues pour contrer les conséquences délétères du conflit de tension TIF sur leur besoin de récupération (p.ex., Foucreault & Ménard, 2016; Fritz & Sonnentag, 2005, 2006; Fritz, Sonnentag, Spector, & McInroe, 2010; Sonnentag, Binnewies, & Mojza, 2008). Or, tel que décrit dans la prochaine section, les individus ne profiteraient pas toujours de leur temps hors travail afin de vivre de telles expériences positives. Le sentiment de culpabilité pourrait être un facteur influençant l'utilisation du temps hors travail et l'efficacité des activités réalisées durant cette période sur la réduction du besoin de récupération.

1.5.3 L'effet modérateur de la culpabilité sur le besoin de récupération

Les résultats d'une étude conduite par Demerouti et al. (2007) suggèrent que quand une personne estime que son investissement dans un domaine nuit à sa performance dans un autre domaine (c.-à-d., quand elle ressent un conflit de tension élevé), elle sera motivée à mettre en place des stratégies d'auto-régulation qui lui permettront d'acquérir des ressources, de réduire son besoin de récupération et, ultimement, d'accroître sa participation au sein du rôle négligé. En guise d'exemple, afin de faire le plein de son réservoir de ressources (Hobföll, 1989), la personne pourrait décider de consacrer du temps afin de répondre à ses besoins personnels en faisant des cours de yoga plutôt qu'en réalisant des activités avec les membres de sa famille. Toutefois, selon Demerouti et al. (2007), une telle décision pourrait mener à une situation chargée au plan émotif (c.-à-d., favoriser la présence de tensions familiales) puisque les membres de la famille pourraient réclamer une participation plus active du parent au sein de la cellule familiale. Par ailleurs, puisque le sentiment de culpabilité travail-famille est issu de situations au sein desquelles la personne perçoit que ses décisions ont causé du tort à autrui (Korabik & McElwain, 2005), il est possible que certaines personnes éprouvent aussi un sentiment de culpabilité lorsqu'elles songent à apaiser ainsi leur propre besoin de récupération plutôt qu'à miser sur la qualité de leur vie familiale. Dans cet ordre d'idées, tel que mentionné précédemment, le sentiment de

culpabilité est généralement associé au fait de mettre en place une série d'actions afin de corriger une transgression morale perçue et de rétablir un équilibre au sein d'une relation valorisée (p.ex., Cohen, Panter, & Turan, 2012; De Hooge, Zeelenberg, & Breugelmans, 2007). Il est ainsi probable que les personnes qui ressentent de la culpabilité soient, lors de leurs périodes de repos, plus réticentes que celles qui ne se sentent pas coupables à accorder du temps pour répondre à leur propre besoin au détriment de leur famille, accentuant ainsi la relation entre le conflit de tension TIF et le besoin de récupération. D'ailleurs, puisque ce sentiment de culpabilité est reconnu pour drainer les ressources cognitives et émotionnelles des individus en raison de l'anxiété et des ruminations qu'il suscite (Morgan & King, 2012; Niler & Beck, 1989), il est aussi plausible de penser que, l'unique présence de ce sentiment épuisera les ressources du parent et accentuera, dès lors, les effets du conflit de tension TIF sur le besoin de récupération.

En plus des conséquences à court terme sur le besoin de récupération des parents, la culpabilité aurait également des conséquences à long terme sur leur satisfaction de vie. La prochaine section présentera les appuis théoriques et empiriques à cet effet.

1.6 Satisfaction de vie

1.6.1 Définition de la satisfaction de vie

Van Veldhoven et Broersen (2003) soutiennent que, si le travailleur ne parvient pas à combler son besoin de récupération au quotidien, un processus cumulatif de fatigue prendra place et des efforts compensatoires faisant appel à des demandes supplémentaires seront nécessaires afin de répondre adéquatement aux nouvelles demandes reliées à son travail. Selon Demerouti et al. (2000), la réduction de la satisfaction de vie est l'une des principales conséquences résultant d'un contexte, comme celui du conflit de tension TIF, où l'interaction entre les demandes du travail et de la vie familiale des travailleurs ne permet pas la récupération de leur énergie. La

satisfaction de vie est définie comme étant le degré auquel l'individu perçoit que ses différentes expériences (p.ex., son rôle de parent et de travailleur) lui permettent de combler ses besoins physiques/psychologiques et de répondre à ses aspirations personnelles (Rice, 1984).

1.6.2 L'effet médiateur des activités récréatives sur le lien entre le conflit de tension et la satisfaction de vie

La méta-analyse d'Allen et al. (2000) a permis de mettre en relief que plusieurs études appuient empiriquement l'influence négative du conflit de tension TIF sur la satisfaction de vie des travailleurs. Par ailleurs, aucune étude n'a, à notre connaissance, investigué si cette relation pouvait être expliquée par des changements au sein de la cellule familiale, soit la réduction des activités récréatives parent-enfant. Ainsi, il serait pertinent d'examiner si la réduction des activités récréatives parent-enfant à la suite d'un conflit de tension TIF peut avoir des retombées négatives sur le parent qui travaille, soit une réduction de sa satisfaction de vie. En effet, la théorie COR (Hobföll, 1989) soutient que des expériences positives vécues entre les quarts de travail sont cruciales afin de faire le plein de ressources et ainsi éviter l'occurrence de problèmes liés au stress occupationnel, comme une réduction de la satisfaction de vie (Fritz & Sonnentag, 2005, 2006; Grandey & Cropanzano, 1999). Par ailleurs, les parents n'ont pas toujours l'opportunité de vivre de telles expériences positives entre les périodes de travail, car ils ont d'autres responsabilités familiales auxquelles ils doivent répondre, dont leurs tâches ménagères.

Les études portant sur les activités parent-enfant n'ont, cependant, pas réussi à montrer si faire des activités récréatives parent-enfant en périodes hors travail favorise un gain ou une perte de ressources chez les parents travailleurs. Demerouti et al. (2009) estiment que cette lacune empirique pourrait être attribuable aux méthodes d'investigation employées. En effet, les activités parent-enfant ont généralement été analysées conjointement avec d'autres types d'activités (p.ex., tâches ménagères)

faisant partie de la catégorie «activités domestiques» sans distinction pour les activités récréatives avec les enfants. Or, contrairement aux activités récréatives, les tâches ménagères offrent peu d'occasions à l'individu de vivre des expériences positives lui permettant de se ressourcer entre ses quarts de travail. Il s'avère donc nécessaire d'investiguer la contribution unique de la quantité d'activités récréatives parent-enfant sur le niveau de satisfaction de vie des parents.

1.6.3 Effet modérateur de la culpabilité sur la satisfaction de vie selon le modèle différencié demandes-ressources liées au travail

Par ailleurs, le modèle demandes-ressources liées au travail (DR-T; Bakker, Nachreiner, & Schaufeli, 2001) et le modèle différencié demandes-ressources liées au travail (Crawford et al., 2010) suggèrent que la contribution unique des activités récréatives parent-enfant sur le niveau de satisfaction de vie des parents pourrait être tributaire de leur niveau de culpabilité. Ces modèles ont, d'abord, été conçus dans le but d'expliquer les retombées de l'effet d'interaction entre les caractéristiques positives (c.-à-d., les ressources) et négatives du travail (c.-à-d., les demandes) sur les individus. Par ailleurs, puisque les domaines du travail et de la famille sont étroitement liés (Voydanoff, 2005), les processus expliquant l'état psychologique (p.ex., la satisfaction de vie) des travailleurs présentés dans ces modèles peuvent aussi être appliqués au domaine familial. En effet, plusieurs chercheurs ont joint la littérature propre à ces modèles (Crawford et al., 2010; Demerouti et al., 2000) à celle du conflit travail-famille (Bakker, Demerouti & Schaufeli, 2005; Montgomery, Peeters, Schaufeli & Ouden, 2003; Peeters, Montgomery, Bakker & Schaufeli, 2005; Tone Innstrand, Melbye Langballe, Arild Espnes, Falkum & Gjerløy Aasland, 2008) et ont montré, en utilisant le modèle DR-T (Demerouti et al., 2001), que des demandes excessives (p.ex. s'occuper des enfants) et des ressources insuffisantes (p.ex. soutien du conjoint) liées au domaine familial favorisent le développement de problèmes de santé psychologiques chez les travailleurs.

Le modèle différencié demandes-ressources liées au travail (Crawford et al., 2010) a apporté une nuance au modèle DR-T (Demerouti et al., 2001) en suggérant que les demandes de l'environnement (p.ex., les activités récréatives) peuvent être classées comme étant soit des défis ou des obstacles. Les demandes classées comme étant des *défis* sont les demandes qui sont associées à des gains futurs et qui favorisent le développement personnel. Ces demandes seraient associées à des émotions positives ressenties par l'individu. Par opposition, les demandes de type *obstacle* sont celles qui peuvent porter entrave à l'atteinte de buts valorisés ou au développement personnel. Elles favoriseraient plutôt l'augmentation d'émotions négatives et nuisibles à la satisfaction de vie de l'individu (Crawford et al., 2010).

Selon ce modèle (Crawford et al., 2010), comme elle est de nature perceptuelle, une même demande peut être classée comme une demande-défi ou comme une demande-obstacle. Par exemple, avoir un niveau élevé de responsabilité au travail pourrait être une demande classée comme étant un défi. En effet, un individu pourrait constater que cela lui donne plusieurs opportunités d'apprendre. Au contraire, un autre individu pourrait percevoir cette demande comme étant un obstacle, car il pourrait estimer qu'il n'a pas les ressources suffisantes afin d'y répondre.

Tel que proposé par Crawford et al. (2010), bien que certains types de demandes ont tendance à être systématiquement classées comme un défi ou un obstacle en raison de leur nature contraignante ou stimulante (p.ex., la lourdeur administrative = demande obstacle), l'évaluation puis la classification d'une demande comme étant un défi ou bien un obstacle serait majoritairement tributaire des caractéristiques personnelles des individus. Ainsi, le niveau de culpabilité ressenti pourrait être l'une de ces caractéristiques. Plus précisément, il est possible que les activités récréatives soient une demande issue de l'environnement familial qui pourrait être classifiée comme une demande-défi ou une demande-obstacle en fonction de la tendance générale des individus à ressentir de la culpabilité travail-famille. Il en est ainsi puisque, selon les

tenants de la fonction adaptative de la culpabilité, les gens qui se sentent coupables considèrent qu'il est presque obligatoire de poser une action afin de corriger la transgression morale qu'ils estiment avoir causée (Baumeister et al., 1994). Il se peut donc que l'aspect obligatoire propre à ce type d'activités génère de la pression et des émotions négatives qui peuvent favoriser la classification de cette demande comme étant un obstacle plutôt qu'un défi. À l'opposé, pour les parents qui ressentent un faible niveau de culpabilité, les activités récréatives peuvent être effectuées d'une façon autodéterminée et être perçues comme un défi, générant ainsi des émotions positives favorables à leur satisfaction de vie. En somme, il est possible que les personnes qui ressentent un niveau élevé de culpabilité perçoivent le fait de faire des activités récréatives auprès de leurs enfants comme étant une demande-obstacle et que cela nuise davantage à leur satisfaction de vie comparativement aux parents qui ne se sentent pas coupables et qui classifient plutôt ces activités comme une demande-défi. Or, l'effet modérateur de la culpabilité sur l'efficacité des activités récréatives n'a jamais été investigué auparavant.

Dans un autre ordre d'idées, considérant que ce sentiment de culpabilité peut nuire à l'efficacité des activités récréatives sur la satisfaction de vie des parents, il importe aussi de reconnaître la présence des ressources mises à leur disposition qui peuvent avoir pour effet de préserver un niveau élevé de satisfaction de vie dans un contexte de conflit de tension TIF. La prochaine section présente donc le soutien instrumental du conjoint comme étant une ressource qui peut faciliter le processus de récupération hors travail et la satisfaction de vie des parents qui ont à composer avec un conflit de tension TIF (Hobföll, 1989).

1.7 L'effet direct du soutien instrumental du conjoint sur la satisfaction de vie

Le modèle D-RT (Demerouti et al., 2000) suggère aussi qu'en plus de s'intéresser aux demandes, telles les activités récréatives, il est aussi important de considérer les ressources à la disposition des travailleurs qui peuvent faciliter leur récupération en

périodes hors travail et ainsi contribuer à leur satisfaction de vie. En fait, ce modèle est orienté vers la pratique et il nous permet d'offrir des stratégies utiles pour les employés et les praticiens. Au sein de la littérature, il a été mis en relief que le soutien social est une ressource qui permet d'atténuer les retombées du stress sur la santé (Cohen & Wills, 1985; House, 1981; LaRocco, House, & French Jr, 1980; Repetti, 1989). Ainsi, il est probable que le soutien social du conjoint constitue une ressource qui permette d'atténuer les conséquences négatives des demandes issues de la sphère de vie familiale (p.ex., les activités récréatives) sur la satisfaction de vie des travailleurs. Selon Parasuraman et al. (1992), deux types de soutien offerts par le conjoint apparaissent pertinent dans un contexte de conflit de tension TIF: (1) le soutien émotionnel, qui réfère au fait de procurer des conseils, de l'empathie, de la protection et de l'amour et (2) le soutien instrumental, qui concerne une aide tangible quant à l'accomplissement des tâches ménagères et des soins donnés aux enfants.

Cohen et Syme (1985) maintiennent que, pour que le soutien social soit efficace contre les conséquences néfastes d'un stresser, il doit fournir une aide qui corresponde directement au besoin du parent. Ainsi, les demandes de l'environnement familial en termes d'activités récréatives auprès des enfants pourraient être perçues comme un stresser par les parents, car elles peuvent épuiser leurs ressources au quotidien. Le soutien instrumental du conjoint en termes d'aide tangible auprès des enfants apparaît, par conséquent, comme étant le type de soutien le plus étroitement lié à ce type de stresser. En effet, la quantité perçue d'activités récréatives que le conjoint effectue auprès de son ou ses enfants constitue un bon exemple de soutien instrumental pouvant être efficace dans un contexte de conflit de tension TIF. Lorsque le conjoint investit ses propres ressources (c.-à-d., son énergie et son temps) auprès des enfants, il peut permettre à l'autre parent de préserver ses ressources personnelles et il lui offre ainsi l'opportunité de se reposer et de faire des activités (p.ex., sociales ou physiques) bénéfiques à sa satisfaction de vie (Hobföll, 1989). L'hypothèse de l'enrichissement travail-famille (Greenhaus & Powell, 2006)

soutient cette affirmation en proposant que le soutien du conjoint peut être une ressource contextuelle qui aide à l'acquisition d'autres ressources, facilitant ainsi le processus de récupération d'avoir lieu (ten Brummelhuis & Bakker, 2012). Ainsi, il est plausible qu'en participant aux activités récréatives auprès des enfants, le conjoint fournisse la ressource « temps » au parent (Wood & Repetti, 2004), permettant ainsi à ce dernier d'investir ce gain de temps dans d'autres activités qui favorisent le plein d'autres ressources (p.ex., faire le plein d'énergie physique par le biais d'activités de relaxation) et, par conséquent, l'augmentation de sa satisfaction de vie.

Il est à noter que le soutien émotionnel du conjoint (Parasuraman et al., 1992) en termes d'empathie offert au parent aurait aussi pu être pertinent d'être investigué comme potentielle ressource contribuant à la satisfaction de vie. En effet, il est plausible de penser que son écoute active permettrait d'apaiser le sentiment de culpabilité ressenti par le parent dans un contexte de conflit de tension TIF. Or, ces comportements du conjoint réalisés auprès du parent seraient essentiellement commis après l'apparition des symptômes de culpabilité, représentant ainsi une intervention de type secondaire (Organisation mondiale de la santé, 1999). Par ailleurs, afin d'offrir des stratégies efficaces pour les parents, il a semblé justifié de leur proposer un soutien qui vise plutôt à favoriser la satisfaction de vie avant l'apparition de ces symptômes négatifs (c.-à-d., une intervention primaire). Ainsi, en s'occupant lui aussi des enfants, le conjoint pourrait offrir un soutien instrumental qui se présenterait comme une intervention primaire qu'il peut offrir au parent, car ce dernier percevrait une réduction de sa charge parentale nuisible à sa satisfaction de vie.

1.8 Objectifs et contenu de la thèse

1.8.1 Objectifs de la thèse

Le but général de cette thèse est de concilier les résultats des études qui soutiennent la fonction adaptative (p.ex., Cohen et al., 2012; De Hooge et al., 2007) de la culpabilité

travail-famille avec les recherches qui dépeignent un envers plus sombre à ce sentiment (p.ex., Glavin et al., 2011). Cette thèse a pour visée précise de vérifier empiriquement un modèle intégrant les retombées tant positives que négatives de la culpabilité travail-famille sur les enfants et les parents et de rendre ainsi compte des deux côtés de la médaille propres à ce sentiment.

Dans un premier temps, afin de saisir comment la culpabilité peut avoir des conséquences positives, cette thèse a tenté de reproduire les résultats des deux études transversales de Cho et Allen (2012) par le biais de deux études qui utilisent des devis de recherche distincts, soit : une étude par journal de bord sur une période de dix jours (Étude 1) et une étude multi-vagues sur une période de trois mois (Étude 2). Ces deux devis ont permis de vérifier si, au quotidien et à long terme, la culpabilité engendre effectivement des comportements compensatoires chez l'individu qui la ressent et si, plus spécifiquement, elle génère une augmentation des activités récréatives effectuées avec son ou ses enfants dans un contexte de conflit de tension TIF élevé. Ces deux études représentent un apport considérable à l'étude transversale de Cho et Allen (2012), car elles permettent de déterminer comment la relation entre la culpabilité travail-famille et les comportements auprès des enfants se déploie dans le temps.

Dans un deuxième temps, cette thèse fournit un apport supplémentaire aux résultats obtenus par Cho et Allen (2012) en évaluant les retombées négatives de ces comportements compensatoires sur l'individu. Pour ce faire, les hypothèses des deux études se basent sur la théorie de la conservation des ressources (Hobföll, 1989) et le modèle différencié demandes-ressources liées au travail de Crawford et al. (2010). Au sein des deux articles, il est examiné si le conflit de tension TIF et les activités récréatives effectuées auprès des enfants constituent des demandes qui exigent des ressources supplémentaires chez les parents qui se sentent coupables, entravant ainsi la récupération des ressources qu'ils ont investies au travail. En fonction des

prémises propres à ces deux modèles, il est également évalué, au sein de l'Article 2, si le soutien instrumental du conjoint s'avère être une ressource qui est à même de favoriser la satisfaction de vie des individus.

Les deux prochains paragraphes décrivent les particularités propres à chacune des deux études constituant cette thèse.

Étude 1. Le premier objectif de la première étude est de valider les résultats de Cho et Allen (2012) en vérifiant, par le biais de journaux de bord complétés au quotidien pendant dix jours, si, lorsque les travailleurs éprouvent un niveau élevé de conflit de tension TIF et qu'ils se sentent coupables, ils s'investissent davantage dans la réalisation d'activités récréatives parent-enfant que lorsqu'ils ne se sentent pas coupables. Le second objectif est de vérifier l'envers de la médaille propre à la culpabilité et d'examiner si cette dernière peut nuire à la gestion efficace des ressources du travailleur et ainsi avoir pour conséquences d'accentuer la relation négative entre leur conflit de tension TIF et leur besoin de récupération au quotidien. Les hypothèses spécifiques sont détaillées à la fin de cette introduction et au sein de ce premier article. Cette étude présente un apport important, car, à notre connaissance, elle est la première à s'intéresser aux retombées quotidiennes de la culpabilité liée au conflit travail-famille à la fois sur les enfants et sur la récupération des parents qui travaillent.

Afin d'apporter un éclairage supplémentaire au sentiment de culpabilité travail-famille, cette étude a été effectuée auprès d'infirmières. En effet, il s'avère pertinent d'étudier les retombées de ce sentiment auprès de cette population spécifique, car il s'agit d'une profession dont le double devoir de soins (c.-à-d., s'occuper à la fois de leurs patients et de leurs enfants; Ward-Griffin et al., 2014) peut avoir une influence considérable sur la façon dont se traduit l'influence de la culpabilité sur les interactions familiales. En effet, en effectuant des tâches similaires auprès de leurs patients et de leurs enfants (Ward-Griffin et al., 2014), les infirmières peuvent avoir

l'opportunité de développer des compétences émotionnelles utiles à leur rôle de parent et, en contrepartie, épuiser les mêmes ressources émotionnelles (p.ex., empathie) qui sont nécessaires pour effectuer des activités récréatives avec leurs enfants. En outre, en raison de la restructuration du milieu de la santé au Québec (p.ex., fusion et fermeture d'établissement), les infirmières ont dernièrement connu une diminution importante du personnel soignant, exigeant ainsi de répondre à plus de demandes liées au travail avec moins de ressources disponibles (Bourbonnais, 2000; Canadian Nurses Association, 2009; Trépanier et al., 2013). Il est ainsi probable que cette pénurie de la main-d'œuvre puisse nuire au niveau d'énergie que les infirmières ont de disponibles pour leur vie familiale, accentuer leur sentiment de culpabilité et accroître leur besoin de récupération.

L'échantillon de cette étude est donc composé de 143 infirmières recrutées auprès de l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec. Afin de participer à l'étude, ces infirmières devaient toutes avoir un conjoint qui vit sous le même toit, car il est reconnu que le soutien du conjoint influence la récupération quotidienne du travailleur (Baruch-Feldman, Brondolo, Ben-Dayana, & Schwartz, 2002). En outre, les infirmières devaient aussi avoir au moins un enfant âgé entre 5 et 10 ans qui ne présente aucun trouble envahissant du développement ou de difficultés d'apprentissage. L'âge des enfants a été restreint, car les activités parentales diffèrent en fonction de l'âge des enfants (Martin, 1975). En effet, une étude réalisée par Dunst et al. (2002) a mis en évidence qu'il y a un effet d'interaction entre le type d'activités (p.ex., sportives ou passives) réalisées auprès d'enfants de niveau préscolaire et l'âge de ces derniers sur la fréquence des activités parent-enfant. Ainsi, pour éviter que l'âge des enfants préscolaires se présente comme une variable confondante qui influence significativement la quantité des activités récréatives parent-enfant indépendamment du sentiment de culpabilité, il apparaissait préférable de ne pas inclure les enfants d'âge préscolaire (c.-à-d., 5 ans et moins) au sein de l'échantillon. De plus, puisque les enfants tendent à être de plus indépendants et à nécessiter moins

de supervision directe de la part de leurs parents lorsqu'ils sont plus âgés (Roeter, Van Der Lippe, & Kluwe, 2009), il a été décidé de restreindre l'échantillon aux enfants âgés de moins de 10 ans. Enfin, les travailleurs dont le ou les enfants présentent une déficience intellectuelle ont été exclus de l'étude, car il est attendu que la nature de leurs activités parent-enfant diffère de celle des autres parents (Greenspan, Wieder, & Simons, 1998). Dans un autre ordre d'idées, il est à noter qu'une majorité de femmes (91,6%) a participé à l'étude, ce qui est en adéquation avec le fait que 90% des membres de cette profession sont des femmes (Ordre des infirmières et infirmiers du Québec, 2016).

Étude 2. La seconde étude investigate comment les retombées de la culpabilité travail-famille sur les enfants et les parents se déploient dans le temps (c.-à-d., sur une séquence temporelle de trois mois). Dans un premier temps, cette étude a comme objectif de répliquer les résultats de Cho et Allen (2012). Dans un deuxième temps, cette étude vise à montrer si, chez les parents qui culpabilisent, les activités récréatives sont classifiées comme une demande de type obstacle et que, par conséquent, elles nuisent à leur satisfaction de vie. En outre, afin d'éclairer les individus et les organisations quant aux stratégies de conciliation travail-famille à mettre en place, l'étude vérifie si le soutien instrumental du conjoint a l'effet d'une ressource qui accentue le niveau de satisfaction de vie des parents. Les hypothèses propres à cette étude sont présentées en détail à la fin de la présente section et dans ce second article.

Cette deuxième étude a été effectuée à l'aide d'un devis multi-vagues comprenant une période de trois mois entre deux temps de mesure. La période de trois mois a été déterminée ainsi afin d'éviter que des changements dans l'environnement de travail (p.ex., restructuration) ou dans la cellule familiale (p.ex., divorce) agissent comme variables confondantes au sein de cette étude et teintent ainsi le niveau de satisfaction de vie des parents (Demerouti, Bakker, & Bulters, 2004). L'échantillon est composé

de participants issus de secteurs d'emplois variés, et ce, afin de favoriser la généralisation des résultats de la thèse à des travailleurs ayant des caractéristiques de travail distinctes (p.ex., charge de travail, niveau d'autonomie, etc.). Les participants sont des parents d'enfants âgés entre 5 et 10 ans qui ont été recrutés avec le soutien du personnel administratif d'écoles primaires, de comités de parents, de camps de jours et d'un ordre professionnel (c.-à-d., les infirmières). L'échantillon final comprend 289 parents, dont une majorité de femmes (81,7%).

Les hypothèses testées dans chacune des deux études sont présentées dans la prochaine section et sont accompagnées de deux graphiques (voir les Figures 1 et 2) représentant les deux modèles soumis à l'épreuve. Les deux prochains chapitres présentent les deux articles qui découlent de la thèse et qui ont été soumis à *European Journal of Work and Organizational Psychology* (Article 1) et *Journal of Occupational Health Psychology* (Article 2).

1.9 Hypothèses testées et figures représentant les modèles

1.9.1 Hypothèses de l'Étude 1

Hypothèse 1. Le conflit de tension TIF quotidien sera négativement lié aux activités récréatives effectuées au quotidien par les infirmières auprès de leurs enfants.

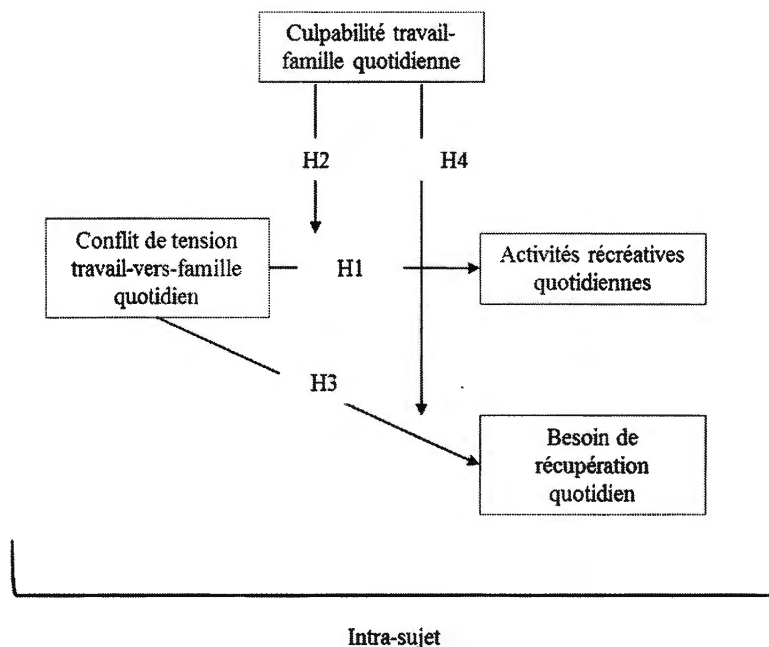
Hypothèse 2. La culpabilité travail-famille modèrera le lien entre le conflit de tension TIF et la quantité perçue des activités récréatives effectuées par les infirmières auprès de leurs enfants au quotidien. La relation négative entre le conflit de tension TIF et la quantité perçue des activités récréatives sera plus faible les jours où les infirmières ressentiront un niveau élevé de culpabilité travail-famille comparativement aux jours où elles rapporteront un faible niveau de culpabilité travail-famille.

Hypothèse 3. Le conflit de tension TIF sera positivement lié au besoin de récupération quotidien des infirmières.

Hypothèse 4. La relation positive entre le conflit de tension TIF et le besoin de récupération quotidien des infirmières sera modérée par la culpabilité travail-famille.

La relation positive entre le conflit de tension TIF et le besoin de récupération quotidien sera plus forte les jours où elles ressentiront un niveau élevé de culpabilité travail-famille comparativement aux jours où elles ressentiront un faible niveau de culpabilité travail-famille.

1.9.2 Figure 1. Modèle de l'Étude 1



1.9.3 Hypothèses de l'Étude 2

Hypothèse 1. Le conflit de tension TIF au temps 1 sera négativement lié la quantité perçue des activités récréatives parent-enfant au temps 2.

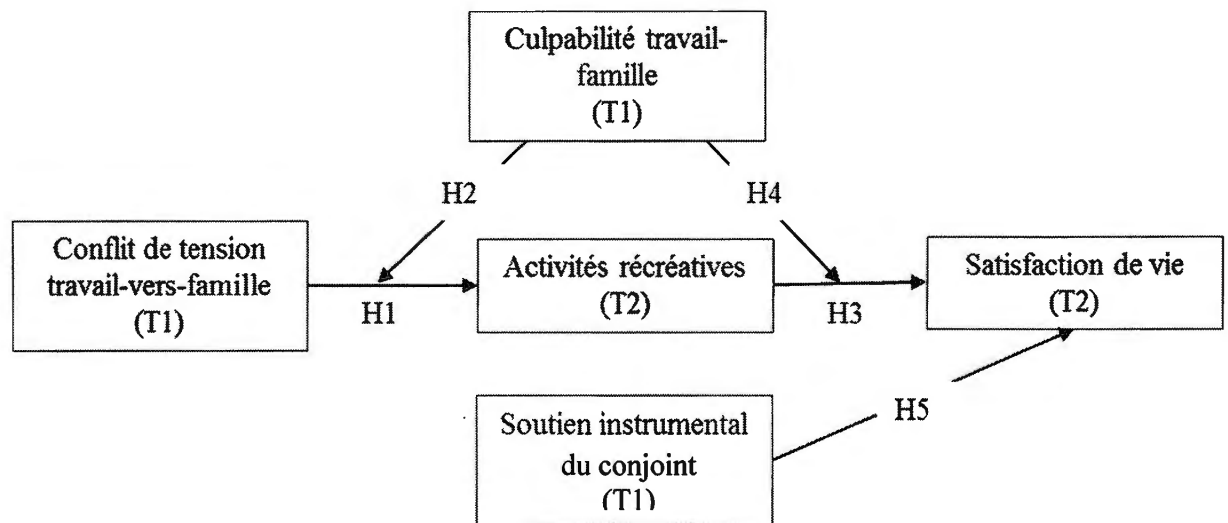
Hypothèse 2. La culpabilité travail-famille au temps 1 modèrera le lien entre le conflit de tension TIF et la quantité perçue des activités récréatives parent-enfant au temps 2. Ainsi, la relation négative entre le conflit de tension TIF et la quantité perçue des activités récréatives sera plus faible chez ceux qui ont un niveau élevé de culpabilité travail-famille comparativement à ceux qui ont un faible niveau de culpabilité travail-famille.

Hypothèse 3. La quantité perçue des activités récréatives effectuées par le participant auprès des enfants au temps 2 médiera la relation entre le conflit de tension TIF au temps 1 et la satisfaction de vie au temps 2.

Hypothèse 4. L'effet indirect du conflit de tension TIF au temps 1 sur la satisfaction de vie au temps 2 par le biais de l'intensité des activités récréatives parent-enfant au temps 2 sera modéré par la culpabilité travail-famille au temps 1. La relation positive entre l'intensité des activités récréatives parent-enfant et la satisfaction de vie sera donc moins forte chez les parents qui ressentent un niveau élevé de culpabilité travail-famille comparativement à ceux qui ressentent un faible niveau de culpabilité.

Hypothèse 5. L'intensité des activités récréatives effectuées par le conjoint auprès des enfants telle que perçue par le participant au temps 1 sera positivement liée à sa satisfaction de vie au temps 2.

1.9.4 Figure 2. Modèle de l'Étude 2



CHAPITRE II

ARTICLE I

Caring at Work and at Home: The Effects of Work-family Guilt on Nurses and their Parent-child Relationship

Annie Foucreault & Julie Ménard

Université du Québec à Montréal

Article soumis à *European Journal of Work and Organizational Psychology*

Foucreault, A., & Ménard, J. (Soumis). Caring at work and at home: the effects of work-family guilt on nurses and their children. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 46 pp.

Résumé en français de l'Article 1

Le double devoir de soins (p.ex., soins devant être donnés aux patients et aux enfants) caractérisant la profession des infirmières peut entraîner un sentiment de culpabilité chez ces dernières si elles perçoivent que les tensions issues de leur sphère de vie professionnelle les empêchent de répondre adéquatement à leur rôle de parent. Les résultats des études portant sur les retombées de la culpabilité travail-famille sont contradictoires. Cette étude vise à concilier ces résultats en identifiant quand la culpabilité s'avère adaptative ou nuisible pour les infirmières et leurs enfants. Les analyses hiérarchiques multiniveaux de cette étude par journaux de bord effectuée durant dix jours auprès de 143 infirmières (1226 observations) révèlent que la culpabilité travail-famille a des conséquences négatives et ne serait pas adaptative autant pour la relation parent-enfant que pour les infirmières. D'une part, ce sentiment n'a pas montré d'effet bénéfique pour la relation parent-enfant, car les jours où les infirmières ont éprouvé des niveaux élevés de conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille (TIF) et de culpabilité travail-famille, elles ont rapporté avoir perçue effectuer une quantité moindre d'activités récréatives auprès de leurs enfants que les jours où elles ont ressenti peu de conflit de tension TIF et de culpabilité travail-famille. D'autre part, la culpabilité travail-famille a aussi entravé la réduction du besoin de récupération quotidien des infirmières. Les jours où ces dernières ont rapporté avoir ressenti des niveaux élevés de conflit de tension TIF et de culpabilité travail-famille, elles ont rapporté avoir un niveau plus élevé de besoin de récupération que les jours où ces états émotionnels étaient faibles. Cette étude contribue à la littérature sur le débordement (*spillover*) du travail sur la vie familiale en montrant que la culpabilité travail-famille accentue le débordement négatif des tensions vécues au travail sur les interactions parent-enfant et le besoin de récupération. Des stratégies individuelles et organisationnelles visant à aider les infirmières à répondre à leur double devoir de soins sont offertes.

Mots-clés: Infirmières, conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille, culpabilité travail-famille, activités récréatives parent-enfant, besoin de récupération

Abstract

The double duty caregiving (i.e., care that must be provided to patients and children) that characterizes the nursing profession may lead to guilt feelings among nurses if they perceive that the tensions from their work impede their ability to respond adequately to their parental role. This study aims to reconcile the contradictory results of previous investigations of the impact of work-family guilt (WFG) by identifying when guilt proves to be adaptive or harmful for nurses and their parent-child relationship. Hierarchical linear modeling analyses based on daily diaries completed for ten days by 143 nurses (1226 data points) show that WFG has negative consequences and is not adaptive for either parents or their parent-child relationship. On the one hand, WFG was not beneficial for the parent-child relationship, since on days when nurses experienced high levels of strain-based work-interference-with-family (WIF) and WFG, they reported engaging in a lower perceived amount of recreational activities with their children than on days when they felt little strain-based WIF and WFG. On the other hand, WFG also impaired nurses' daily reduction of their need for recovery. On days when they reported experiencing high levels of strain-based WIF and WFG, they reported a higher level of need for recovery than when these emotional states were weak. This study contributes to the literature on the work-family negative spillover phenomenon by showing that WFG accentuates the negative spillover of tensions experienced at work on parent-child interactions and daily need for recovery. Individual and organizational strategies to support nurses in dealing with their double duty caregiving are suggested.

Keywords: nurses, strain-based work-interfering-with-family, work-family guilt, parent-child recreational activities, need for recovery

Caring at Work and at Home: The Consequences of Work-Family Guilt on Nurses and their Parent-child Relationship

The literature on the work-family interface has broadened our understanding of the situation specific to nurses² in recent years (Cortese, Colombo, & Ghislieri, 2010; Russo & Buonocore, 2012; Simon, Kümmerling, & Hasselhorn, 2013). Among the findings, it has been shown that nurses tend to experience an intensification of their need for daily recovery (i.e., a feeling of fatigue related to work) due to the increasing difficulty of effectively reconciling demands from their professional sphere of life and those from their family environment (Rotenberg et al., 2011; Sluiter, De Croon, Meijman, & Frings-Dresen, 2003). The double duty caregiving that characterizes the reality of nurses' lives is an antecedent of their need for recovery (Ward-Griffin et al., 2014). Double duty caregiving is consistent with the social role theory (Eagly, 1987), and suggests that social expectations and norms encourage women rather than men to be the primarily responsible for children's care and education (Patel, Beekhan, Paruk, & Ramgoon, 2008). Similarly, the nursing profession, in which women constitute the majority of the workforce (Ordre des infirmières et infirmiers du Québec, 2016), also requires them to provide necessary care to patients, while demonstrating warmth and empathy (Ward-Griffin et al., 2014). As a result, even when they are not at work, nurses respond to demands that resemble those of their profession and thus hinder their daily recovery as they continue to draw upon the same resources (e.g., empathy) required to accomplish their professional activities (Demerouti, Bakker, Nachreiner, & Schaufeli, 2000; Hobföll, 1989; Patel et al., 2008).

According to resource drain theory (Edwards & Rothbard, 2000), the individual's resources (e.g., emotional resources) constitute a reservoir with a limited capacity.

² Feminine nouns and pronouns are used in this article, since over 89.1% of the members of this profession are women (Ordre des infirmières et infirmiers du Québec, 2016).

Nurses may experience strain-based work-interference-with-family (WIF), when the strain resulting from their work-related duty reduces their level of resources (e.g., energy) needed for their participation in the family role (Greenhaus & Beutell, 1985). In such context of strain-based WIF, nurses must decide how they wish to use their remaining resources such as energy to meet the demands for care coming from both their professional and familial environments (Edwards & Rothbard, 2000). When they choose to devote their resources to providing the care required by their patients, they may experience work-family guilt (WFG), a feeling felt when workers invest resources at work to the detriment of their family role (Korabik & McElwain, 2005). They may in fact perceive this investment at work as a moral transgression of their parental role, since care is dispensed to the detriment of a satisfying parental investment as well as time spent on recreational activities with their children (Repetti, 1994).

The findings of studies on guilt feelings are contradictory. On the one hand, researchers have suggested that guilt has an adaptive function: it incites individuals to engage in compensatory behaviors to correct other perceived behavioral shortcomings (e.g., Cohen, Panter, & Turan, 2012; De Hooze, Zeelenberg, & Breugelmans, 2007; Katelaar & Au, 2003; Nelissen, Dijker, & De Vries, 2007; Nelissen & Zeelenberg, 2009). In two transversal studies conducted among parents recruited in 11 after-school programs (study 1) and with the online recruitment service of Amazon Mechanical Turk (Mturk; study 2), Cho and Allen (2012) showed that parents who experience a high level of WFG have a tendency to engage in more recreational activities with their children after their workday than those who experience a low level of WFG. These results have never been observed on a daily basis in a population whose main function at work (i.e., caring for patients) largely exhausts the emotional resources necessary for parental investment, such as nurses (Bakker & Heuven, 2006). The present study will thus aim to fill this empirical gap through daily diaries completed by nurses.

On the other hand, some researchers have examined the darker side of guilt and have suggested that it can have deleterious consequences on the individual (e.g., reduced well-being, psychological distress; Glavin, Schieman, & Reid, 2011; Harder, Cutler, & Rockart, 1992; Korabik & McElwain, 2005; O'Connor, Berry, Weiss, & Gilbert, 2002). However, no study has delved into the daily consequences associated with guilt in the specific experience of nurses, who must juggle double duty caregiving. Based on the conservation of resources theory (Hobföll, 1989), the present study will thus verify whether guilt can have detrimental consequences on nurses' daily need for recovery.

The aim of the present study is thus to bring together findings on the work-family interface (e.g., Greenhaus & Beutell, 1985) and those on the emotions linked to work (e.g., Weiss & Cropanzano, 1996), in order to show whether WFG is beneficial or detrimental to parent-child relationship and the lives of working parents. Using a daily-diary approach among a sample of nurses, this study also aims to broaden understanding of the daily experience of a population with a double duty caregiving (Yildirim & Ayca, 2008).

The following section defines the strain-based WIF and situates it in the context specific to nurses. The components of guilt are then described and linked to strain-based WIF. Finally, the anticipated consequences of WFG on parental investment and the daily need for recovery among nurses are presented and justified theoretically.

2.1 Strain-based Work-Interference-with-Family (WIF)

Since the mid-1980s, the nursing profession has been characterized by increasing demands in the work environment and increasing health problems linked to stress (Jennings, 2008; Rhnima, Wils, Pousa, & Frigon, 2014). Several disturbing aspects of nurses' working conditions have been underlined in the literature, including the aging workforce (Rhnima et al., 2014), shortage of nursing staff (Rhnima et al., 2014),

increasing ratio of number of patients per nurse (Patel et al., 2008), unpredictable working hours (Simon et al., 2013), heavy workload associated with the introduction of sophisticated new technologies (Demerouti et al., 2000) and budget cuts (Demerouti et al., 2000). Research findings show that these upheavals in the sphere of their professional life undermine the ability of nurses to balance their responsibilities adequately and can lead them to experience work-family conflict (Patel et al., 2008; Rhnima et al., 2014).

Work-family conflict refers to the perception that demands arising from professional and familial roles cannot be harmonized, and, as a result, turn out to be incompatible (Greenhaus & Beutell, 1985). According to the job demands-resources model (JD-R), these demands refer to all physical, emotional or cognitive elements that require effort to be accomplished (Bakker & Demerouti, 2007). Resources are those elements (e.g., autonomy support) that lower the psychological and physical costs associated with these demands and that have the effect of fostering the individual's growth as well as attainment of his or her personal objectives (Bakker & Demerouti, 2007). The conflictual relationship between work demands and resources, as well as those of family life, is bidirectional (Netemeyer, Boles, & McMurrian, 1996). By investing resources to respond to demands from their patients, nurses deplete the resources available for engaging in pleasant activities with their children (work-interference-with-family; WIF). Reciprocally, nurses' involvement with their children reduces the energy they have available for their patients (family-interference-with-work; FIW; Netemeyer, Boles, & McMurrian, 1996). Since the present study focuses on the consequences of WFG that are experienced in the family domain (i.e., their parental investment and recovery during off-job time), this conflict will only be examined from the perspective of work interfering with family life (i.e., WIF).

Following an in-depth look at the literature, Greenhaus & Beutell (1985) proposed a conceptualization of work-family conflict that comprises three forms. *Strain-based*

WIF refers to moments in which the fatigue and anxiety generated by a role impede the individual's performance in another role. *Time-based WIF* concerns situations in which a person's multiple roles compete for the time available. *Behavior-based WIF* refers to the incompatibility between behaviors expected in one role and those associated with another. Several authors have suggested that strain-based WIF is the most relevant to assess in order to show both the positive and negative consequences of WFG (Cho, 2010; Cho & Allen, 2012; Ilies et al., 2007; Martínez, Carrasco, Aza, Blanco, & Espinar, 2011). In fact, to experience WFG, individuals must perceive themselves as having free choice in regard to the behaviors they exhibit (Ilies et al., 2007). Concerning behavior-based WIF, expectations about how nurses should behave are inherent in the culture of their workplace and they thus have minimal power to influence these (Scott-Findlay & Golden-Biddle, 2005). With respect to time-based WIF, when nurses felt a high level of this conflict, they have little control over the kinds of activities they choose to do with their children, such as passive (e.g., watching television) or active ones (e.g., playing sport), as they simply do not have enough leisure time available for their children after their workdays (Cho & Allen, 2012). Nurses who feel a high level of strain-based WIF do, however, possess decision latitude regarding how they use their energy, and how they wish to invest it after work. They are therefore likely to feel guilty about the energy they decide to apply to take care of their needs or to do passive activities instead of recreational activities with their children (Cho & Allen, 2012). This feeling of guilt may, in turn, increase their tendency to invest themselves in active instead of passive activities (Cho & Allen, 2012). For this reason, only strain-based WIF will be evaluated here. The origin of this type of guilt feeling and its main components are described in the following section.

2.2 Work-Family Guilt

Researchers have suggested that work-family guilt (WFG) is an emotion that emerges from a perception of failure of an individual's capacity to respond to a moral or a social norm associated with his or her multiple roles (Livingston & Judge, 2008; Simon, 1995), among them nurses' double duty caregiving (West, Boughton, & Byrnes, 2009). According to Tangney (1990), a person will feel guilty if the three following conditions are met: (1) he or she perceives that he or she has not invested enough energy in a role, (2) he or she considers that his or her personal standards according to how to perform in a role are violated, (3) he or she believes that his or her behavior has disappointed another important individual. Based on these three conditions and according to McElwain and Korabik (2005), in a context of strain-based WIF, individuals will feel guilty if they are confronted with an imbalance in their roles as a parent and employee and believe that they must choose between them even while recognizing that this violates their "good mother/father" standards and also harm their children. Strain-based WIF and WFG thus appear to be two different constructs as one parent dealing with a high level of strain-based WIF might not necessarily report a high level of WFG if he or she does not perceive that the three conditions described by Tangney (1990) are met.

Some positive consequences of WFG can be anticipated for children of these nurses (i.e., increase in recreational activities). These are described in the next section, followed by the flipside of WFG for nurses (i.e., increase in need for recovery).

2.3 The Positive Side of WFG: Parent-child Recreational Activities

Cho and Allen (2012) analyzed the motivational component associated with WFG and stressed that it has an adaptive function for the parent-child relationship. These authors showed that WFG can attenuate the negative relationship between strain-based WIF and the frequency of parent-child activities which can be explained by the

work-family negative spillover phenomenon (Pleck, 1977). According to Pleck (1977), the stress experienced at work has a tendency to spill over into the family domain, thus limiting the energy available to family members (Repetti & Wood, 1997). In order to recover the energy invested in work, employees have a tendency to favor passive activities (e.g., watching television), which limits the frequency with which they engage in active activities that can help nourish their parent-child relationship (Ilies et al., 2007; Repetti, 1994; Wahler & Dumas, 1989). In such a context of tensions between work and family life, WFG is considered beneficial for children, since it encourages parents who feel guilty to invest more in their family than those who do not feel guilty (Cho & Allen, 2012). These parents believe that continuing to invest their energy reserves in their children reflects the consideration they have for them, thus reducing the unpleasant tensions associated with their WFG (Cho & Allen, 2012). In the present diary study, it is expected that the results obtained in Cho and Allen's studies (2012) also apply in the specific context of nurses, who could be encouraged to try to calm their daily WFG by responding to the needs of their children after work, even if this requires resources similar to those invested at work (Ward-Griffin et al., 2014).

In this regard, Cho and Allen (2012) defined three types of interactive parent-child activities: *passive* (i.e., behaviors that require little effort, such as watching television), *educational* (i.e., behaviors designed to stimulate the child's intellectual growth, such as reading a book) and *recreational* (i.e., behaviors that allow the child to develop on cultural, social, emotional and affective levels, such as playing a sport). In the present study, only recreational activities will be measured. According to the results of Cho's study (2010), WFG plays a moderating role only on the relationship between strain-based WIF and recreational activities. This author suggests that WFG does not accentuate the frequency of parents' passive activities when their strain-based WIF is high. Since they require little personal effort, parents more easily opt for passive activities during off-job time, rather than activities that require expending

more energy. WFG also does not modulate the effects of strain-based WIF on educational activities. During off-job time, parents tend to prioritize this type of activity over others, because of the perception that they are essential to children's cognitive development (Cho, 2010). Parent-child recreational activities are considered a luxury difficult to afford, and are often neglected by parents experiencing a high level of strain-based WIF and little WFG (Cho, 2010).

Compared to parents who report little WFG, those who feel guilty tend to be more motivated to engage in recreational activities in order to repair the harm they believe they have caused to their parent-child relationship (Cho & Allen, 2012). Since recreational activities are those most appreciated by children 5 to 10 years of age, it is expected that on days when nurses experience a high level of strain-based WIF and feel guilty about this, they will report having engaged in a higher perceived amount of recreational activities than on days when they felt little strain-based WIF and WFG. As a result, the present study will examine the following hypotheses:

Hypothesis 1. Daily strain-based WIF will be negatively linked to daily perceived amount of recreational activities engaged in by nurses with their children.

Hypothesis 2. Daily WFG will moderate the link between daily strain-based WIF and daily perceived amount of recreational activities engaged in by nurses with their children. The negative relationship between strain-based WIF and the perceived amount of recreational activities will be weaker on days when nurses experience a high level of WFG than on days when they report a low level of WFG.

2.4. The Negative Flipside of Guilt: Parent's Daily Need for Recovery

While Cho's (2010) and Cho and Allen's (2012) studies present WFG as being adaptive and beneficial for the parent-child relationship, some researchers reveal a

darker side of this guilt (e.g., Glavin et al., 2011; Harder et al., 1992; Korabik & McElwain, 2005; Korabik, McElwain, & Lero, 2009; O'Connor, Berry, & Weiss, 1999). They suggest that WFG is prejudicial to the individual's well-being, since it can lead to distress as well as to different types of psychological problems. As recommended by Cho and Allen (2012), the present study addresses this negative flipside of WFG. It is expected that WFG will have negative effects on nurses' health by accentuating the deleterious consequences of their strain-based WIF on their daily need recovery.

Before verifying the moderating role of guilt, it is important to examine whether the positive relationship between strain-based WIF and the need for recovery, as presented in previous studies (Demerouti, Taris, & Bakker, 2007; Jansen, Kant, Kristensen, & Nijhuis, 2003), also applies to the reality of nurses with young children (i.e., 5 to 10 years old). Need for recovery is defined as an employee's urgent feeling that he or she must be temporarily relieved of any demands in order to be able to recover the resources he or she has invested in work (Sonnentag & Zijlstra, 2006). The persistence of such a need is deleterious to the individual over the long term, since it can contribute to an increase in health problems, both physical and psychological, such as chronic fatigue, burnout and cardiovascular illness (Jansen, Kant, & van den Brandt, 2002; Sluiter, Frings-Dresen, van der Beek, & Meijman, 2001).

The COR theory (Hobföll, 1989) helps to clarify how environmental demands (e.g., those arising from the professional and family spheres) are likely to increase nurses' need for recovery. According to Hobföll (1989), the individual values the conservation, protection and consolidation of new resources. There are three types of these resources: emotional (e.g., empathy), physical (e.g., energy) or cognitive (e.g., concentration; Hobföll, 1989). Individuals experience a stress reaction each time they are confronted with a loss, a threat of loss or an insufficient gain in resources. Both

the work and home environment foster these stress reactions since the demands that arise out of each (e.g., caring for patients and children) require individuals to invest resources in order to respond adequately (Grandey & Cropanzano, 1999). As far as the specific context of nurses is concerned, both caring for patients and family responsibilities requires the use of the same type of emotional resources (e.g., empathy; Bakker & Heuven, 2006). In using the same resources at work and at home, nurses can experience difficulty replenishing resources, and a type of "loss spiral" can set in (Hobföll, 1989). Affected individuals can thus lack resources to compensate for those they have expended, which can accentuate the need for recovery they feel when they have to respond to their usual work demands (Sonnentag & Zijlstra, 2006). Thus, based on the assumptions of the COR theory (Hobföll, 1989), the following hypothesis will be verified among nurses:

Hypothesis 3. Daily strain-based WIF will be positively linked to nurses' daily need for recovery.

Work-family guilt involves an inherent sense of failure concerning performance in one life domain (Borelli, Nelson, River, Birken, & Moss-Racusin, 2016; Glavin et al., 2011; Harder et al., 1992; Korabik & McElwain, 2005; O'Connor et al., 2002). According to COR theory (Hobföll, 1989), over the long term, this sense of failure can be very costly (Borelli et al., 2016) and can increase workers' daily need for recovery as it is associated with high levels of rumination and anxiety that deplete emotional and cognitive resources (Morgan & King, 2012; Niler & Beck, 1989). Furthermore, Demerouti et al. (2007) also suggested that when parents believe that their investment in a domain hampers their performance in another area, they will be motivated to use self-regulation strategies that will facilitate the acquisition of new resources, reduce their need for recovery and, ultimately, increase their participation in the neglected role. Although in such situations, it may be more appropriate that parents carry out activities that meet their own needs and that enable recovery

experiences after work (e.g., relaxation, psychological detachment, Sonnentag, 2001), people who feel guilty may be more inclined to invest time and energy insistently in their children in order to lower their sense of failure in their parental role (Cho, 2010; Cho & Allen, 2012; Seagram & Daniluk, 2002). So, instead of attempting to respond efficiently to the demands that they face (i.e., reducing the negative impacts of strain-based WIF through recovery experiences; Sonnentag, 2001), when nurses feel guilty, they may instead expend their resources in order to decrease their guilt feelings, i.e., engaging in behaviors that aim to preserve the quality of their parent-child relationship. They may thus not seek strategies that would allow them to limit the spill over of tensions from work into the family life. Consequently, it is expected that, on days when nurses report to a high level of strain-based WIF and feel guilty about it, they will not expend their resources efficiently to reduce their strain-based WIF, and thus add to their need for recovery. Moreover, since guilt feelings are known to drain individuals' cognitive and emotional resources because of the anxiety and ruminations they provoke (Morgan & King, 2012, Niler & Beck, 1989), it is also expected that the sole presence of these feelings will deplete parents' resources and will therefore accentuate the effects of their strain-based WIF on their need for recovery. The following hypothesis will thus be examined:

Hypothesis 4. The positive relation between daily strain-based WIF and nurses' daily need for recovery will be moderated by WFG. The positive relationship between strain-based WIF and need for recovery will be stronger on days when nurses experience a high level of WFG than on days when they report a low level of WFG.

 Figure 1 near here

2.5 Method

2.5.1 Participants and Procedure

The Quebec Nursing Association collaborated on this project by providing researchers with the email addresses of nurses who had expressed interest in participating in scientific studies. An email was sent to them, with information about the general aim of the project and a link to the study on the website host *SurveyMonkey*. The criteria for inclusion were as follows: (1) over 18 year old, (2) have access to the internet at home, in order to be able to complete the electronic daily diaries at the end of the evening, (3) have a spouse (or life partner) residing in the home, since that person's support can influence their daily recovery (Baruch-Feldman, Brondolo, Ben-Dayana, & Schwartz, 2002), and (4) have at least one child between the ages of 5 and 10 residing in the home and presenting no pervasive disorder or learning disability. The latter criterion was included since the nature and the frequency of parental activities varies as a function of the child's age (e.g., parents do less physical activities with preschool children than older ones; Dunst, Hamby, Trivette, Raab, & Bruder, 2002; Martin, 1975) and capacities (Greenspan, Wieder, & Simons, 1998). Parental investment and supervision also tends to decline with older children (Roeter, Van Der Lippe, & Kluwe, 2009).

In total, 179 nurses completed the first questionnaire and daily diaries. It should be noted that 36 nurses were withdrawn from the final sample, since they had not completed a sufficient number of daily diaries (i.e., at least 6 out of 10) or did not meet the study criteria. The final sample was composed of 143 nurses who had completed a total of 1226 (out of 1430) daily diaries. Little's MCAR test (Little, 1988) indicates that the data missing from the daily diaries were entirely random: $\chi^2 = 2059.27$ ($df = 2096$, $p = .712$). The sample was composed of a majority of women (91.6%) who were married (53.28%) and had an undergraduate university degree (55.9%). Nurses were, on average, 36.98 years old ($SD = 4.72$). They worked, on

average, 35.53 hours per week ($SD = 5.19$). Close to the majority of participants had two children (49%) and 97.2% had sole custody of their children.

Prior to conducting the study, The Institutional Review Board of the authors' University approved the project. The hypotheses were verified with a daily-diary approach over a period of ten days. Nurses were asked to first complete an initial questionnaire that included a consent form, sociodemographic questions and control variables. In the initial questionnaire, they were advised that the study guarantees that their answers will remain confidential and that participation was voluntary. They were also informed that each daily diary they completed would represent an additional chance to win in a drawing (3 X \$100). At the end of the questionnaire, nurses were asked to indicate the next ten days during which they expected to work and have custody of their children, so that the daily diaries could be programmed to the periods specified. These daily diaries were to be completed in the evening, before going to sleep. This method was used to verify the consequences of daily variations in WFG in the real context of occurrence (Reis & Gable, 2000). The ten-day study period was determined as a function of Sheble and Wildemuth (2009), who suggest that this period is sufficient to produce a stable estimate that is generalizable to an individual's daily life.

2.5.2 Measures

2.5.2.1 Initial Questionnaire

Based on the results of previous studies on strain-based WIF and need for recovery, the following variables were measured in order to verify their relationships with the variables in the tested model: the parent's gender (Byron, 2005; Grandey & Cropanzano, 1999), the parent's age (Korabik & McElwain, 2005; Nevill & Damico, 1975), marital status (Byron, 2005; Grandey & Cropanzano, 1999), number of work hours per week (Sluiter, 1999) nature of child custody (Kossek, Noe, & DeMarr,

1999) and number of children (Grandey & Cropanzano, 1999; Wood & Repetti, 2004). The trait of neuroticism was also measured, considering that individuals who score high on neuroticism report more negative affect (e.g., need for recovery) in the evening than those who score lower (Wang, Repetti, & Campos, 2011). The neuroticism sub-scale from the Zuckerman-Khulman Personality Questionnaire (ZKPQ), as translated into French by Aluja et al. (2006), was used to test for this trait. Participants were asked to indicate to what degree each of ten items corresponded (e.g., “I often worry about things that other people think are unimportant.”) to their own experience, on a scale of 1 (*totally agree*) to 5 (*totally disagree*). Cronbach’s alpha of the present study ($\alpha = .88$) is similar to that of the French validation ($\alpha = .80$).

2.5.2.2. *Daily Diary*

Daily strain-based WIF. In order to measure strain-based WIF, the subscale used by Carlson et al. (2000), as translated into French by Leduc et al. (2016), was used. The instructions for the scale were modified to ask participants to indicate to what degree each of the statements (3 items; e.g., “Today, when I got home, I was so emotionally drained from work that it prevented me from contributing to my family.”) described how they felt that day on a Likert scale from 1 (*totally disagree*) to 5 (*totally agree*). Cronbach’s alphas varied from .81 to .95 across the ten measurement times and are similar to those of the original scale ($\alpha = .84$; Carlson et al., 2000).

Daily work-family guilt. The short version of the sub-scale of McElwain's (2008) Work-Family Guilt Scale (WFGS) was used to measure daily WFG. This sub-scale was adapted so that the items would refer to the participant’s experience during the course of each day of the study (e.g., “Today” was added in the instruction of the sub-scale and each statement used the perfect tense). Nurses were to indicate, on a scale from 1 (*strongly disagree*) to 6 (*strongly agree*), to what degree they experienced the emotions presented to them (4 items; e.g., “Today, I felt guilty for not showing as

much interest to my child(ren) as I wish.”). For the purpose of this study, this sub-scale was translated from English into French by back translation (Brislin, 1970; Vallerand, 1989). The psychometric properties of this translation (Cronbach’s alphas varying from .89 to .94 for the ten measurement times) are comparable to those of the original study ($\alpha = .91$).

Daily recreational activities. The recreational activities sub-scale from the Parent-Child Interactive Behaviors Measure (Cho & Allen, 2012) was used to evaluate the activities nurses engaged in with their children. This sub-scale was also translated from English into French by back translation (Brislin, 1970; Vallerand, 1989). The items were modified to ask nurses to report the perceived amount of each parent-child activity they engaged in after their workday (5 items; e.g., “After my workday, I played outside with my child”). Cho and Allen’s (2012) original sub-scale uses a seven-point Likert scale to measure the actual frequency with which parents engaged in recreational activities over the last month (1 = *never*; 7 = *25 times or more in the past 4 weeks*). The present study instead used a five-point Likert scale to measure the perceived amount of the parent’s daily recreational activities (0 = *not at all*; 4 = *frequently*). This change was made in order to take into account individuals’ interiorized norms regarding the amount of recreational activities they consider ideal to engage in with their children after their workday (Yang, Chen, Choi, & Zou, 2000). In fact, according to his or her personal norms, a parent might be dissatisfied with the idea of engaging twice a day with his or her child(ren) while another parent could be satisfied with this daily engagement. Cronbach’s alphas obtained for the ten days of the study (alphas varying from .65 to .78) differ from that of the original version ($\alpha = .92$; Cho & Allen, 2012). This observed difference in internal consistency could be attributed to the sensitivity of the measure to daily variations (Cranford et al., 2006). It is indeed expected that the nature of recreational activities engaged in by parents varies as a function of the day of the week (e.g., going to the zoo with one’s child) or the weather (e.g., playing outside with one’s child).

Daily need for recovery. Nurses' need for recovery was evaluated using the acute fatigue subscale of the Occupational Fatigue, Exhaustion, Recovery scale (OFER15; Winwood, Lushington, & Winnefield, 2006) translated into French by Laberge et al. (2007). Participants were asked to indicate their level of agreement with each statement (5 items; e.g., "After my workday, I had little energy left.") on a seven-point Likert scale from 0 (*strongly disagree*) to 6 (*strongly agree*). The Cronbach's alphas obtained for the ten measurement times of the study (alphas varying from .84 to .92) are similar to those of the French translation ($\alpha = .76$).

2.6 Results

2.6.1 Preliminary Analyses

Table 1 presents the means, standard deviations and correlations obtained using SPSS v.23 software (IBM Corp., 2015). Spearman's correlation coefficients were used for ordinal data (i.e., gender, marital status and child custody) and Pearson's correlation coefficients were used for all other correlations consisting of interval variables. The scores from the ten measurement times for variables at Level 1 were aggregated to create correlations including both Level 1 and Level 2 variables. Among the control variables measured, only neuroticism was positively linked to need for recovery ($\beta = .52$, $p < .001$). Subsequent analyses thus controlled only for the effects of this variable on the daily need for recovery.

Table 1 near here

2.6.2 Multilevel Confirmatory Factor Analyses

Multilevel confirmatory factor analyses (MCFA) were performed in order to verify that the measurement model includes four factors. The variance of one item from

each of the latent variables was fixed at 1.0 (Wang & Wang, 2012). Based on the recommendations of Kenny (2014), the fit indices for the four-factor model are at an acceptable interval ($\chi^2(272) = 10406.77$; RMSEA = .06; CFI = .92; TLI = .90; SRMR = .06) and show that the model corresponds better to the data than a three-factor model whose strain-based WIF items were paired with those of WFG ($\chi^2(272) = 10406.78$; RMSEA = .08; CFI = .81; TLI = .78; SRMR = .07) or a three-factor model whose need for recovery items were paired with those of strain-based WIF ($\chi^2(272) = 10406.78$; RMSEA = .09; CFI = .77; TLI = .73; SRMR = .08). As well, a chi-square difference test using MLR (Maximum Likelihood Robust) following Bryant and Satorra (2012) and Asparouhov and Muthén (2010) indicates that the model is superior to a three-factor model in which the three strain-based WIF items were combined with those of WFG (TRd : 55748.15***, 6 d.f.) or need for recovery (TRd : 375.48***, 6 d.f.).

2.6.3 Hierarchical Linear Modeling Analyses

All hypotheses were verified simultaneously using hierarchical linear modeling analyses in Mplus software (Muthén & Muthén, 2012). These analyses were used since they make it possible to account for the dependence of daily measures nested within individuals (Bryk & Raudenbush, 1992; Field, 2009). The hierarchical structure of the study includes two levels: repeated measures for ten days (Level 1; within-individual; $n = 1226$) and day-level data nested within the person-level data (Level 2; between-individual; $n = 143$). Since Maas and Hox (2003) suggest that at least 30 persons are required on the highest level of the hierarchical structure, the sample in the present study was sufficiently large ($n = 143$) to proceed with analyses with satisfactory statistical power. Following the recommendations of Ohly et al. (2010), the model's variables were centered on the person mean, since they were all measured at the within-individual level. The neuroticism variable evaluated at the between-individual level was centered on the grand mean.

 Table 2 near here

Intraclass correlations (ICC) at Level 1 of daily recreational activities and need for recovery were .27 and .12 respectively. This indicates that a substantial proportion of the total variance of these outcome variables is related to day-to-day variation. Two models were created and are shown in Table 2. Model 1 estimated the main effects at Level 1 of strain-based WIF and WFG on daily recreational activities and need for recovery. In this model, neuroticism was added as a Level 2 control variable predicting need for recovery. Supporting Hypotheses 1 and 3, daily strain-based WIF was negatively related to daily recreational activities ($\gamma = -.27, p < .001$) and positively related to need for recovery ($\gamma = .59, p < .001$). As well, WFG was negatively related to daily recreational activities ($\gamma = -.26, p < .001$) and positively related to need for recovery ($\gamma = .23, p < .001$).

In Model 2, the interaction term of daily strain-based WIF X daily WFG was added in order to test Hypothesis 2 predicting recreational activities and Hypothesis 4 predicting need for recovery. Results of Model 2 are presented in Figure 1. The interaction between daily strain-based WIF and daily WFG significantly predicted daily recreational activities ($\gamma = .26, p = .006$) and need for recovery ($\gamma = -.21, p = .002$). These interactions are presented in Figure 2 and Figure 3. Contrary to Hypothesis 2, simple slope tests showed that the relationship between strain-based WIF and recreational activities was negative and significant when WFG was low (simple slope: $\gamma = -.22, SE = .04, p < .001$) and high (simple slope: $\gamma = -.14, SE = .03, p < .001$). For the relationship between strain-based WIF and need for recovery, simple slope tests gave support to Hypothesis 4 and showed that this relationship was positive and significant when WFG was low (simple slope: $\gamma = .87, SE = .07, p < .001$) and high (simple slope: $\gamma = .71, SE = .06, p < .001$).

 Figures 1, 2 and 3 near here

2.7 Discussion

This daily diary study aimed to reconcile the contradictory results of studies on WFG by situating them in the everyday experience of nurses. Contradicting support for the adaptive function of guilt (e.g., Cohen et al., 2012; De Hooge et al., 2007; Katelaar & Au, 2003; Nelissen et al., 2007; Nelissen & Zeelenberg, 2009), the results obtained from this sample of 143 nurses show that their experience of WFG on a daily basis is essentially negative, both for their parent-child relationship and the reduction of their daily need recovery during off-job time. In fact, the present study does not support the findings of Cho (2010) and Cho and Allen (2012), which suggested that WFG is beneficial for parent-child relationship since it motivates parents experiencing it to engage in more recreational activities with their child. On the contrary, independently of their level of strain-based WIF, when nurses reported a high level of WFG, they also reported a lower perceived amount of parent-child recreational activities than on days when they reported feeling little WFG.

Also, Figure 2 shows that the negative relationship between strain-based WIF and parent-child recreational activities was weaker on days when individuals reported a high level of WFG than on days they reported a lower level of this feeling. This may be related to the fact that guilt feelings are strongly related to interiorized standards about how to fulfill a role (Tangney, 1990). Thus, as the society increasingly asks parents to perform at work and at home (Seagram & Daniluk, 2002), when individuals feel guilty, they may find it very difficult to reach these high societal and personal standards and may thus always be dissatisfied with the quantity of activities they do with their children, independently of their level of strain-based WIF. In other words, when individuals experience a high level of WFG, this feeling seems to take

precedence on their strain-based WIF in order to explain their perception of their investment with their children. This result gives support to Aycan and Eskin's (2005) study that has shown that guilt feelings are related to a lower satisfaction with time spent with children.

Furthermore, the results displayed in Figure 2 also show that the level of WFG had less influence on the perceived amount of parent-child recreational activities on days when nurses experienced a high level of strain-based WIF than on days when they felt a low level of strain-based WIF. This result is in line with the allocation of resources theory (Edwards & Rothbard, 2000) which stated that, when an individual has invested a high amount of his or her resources (e.g., energy) in a role, there are fewer resources left for his or her participation in another role. Thus, when nurses felt that their work has drained their energy reservoir (i.e., high level of strain-based WIF), they may simply no longer had enough of this resource left for parent-child activities, explaining why their level of participation in family life was low regardless of their level of WFG. In a context of high levels of strain-based WIF, this conflict thus seems to have precedence on WFG in order to explain nurses' investment with their children. Results of the present study therefore do not support the efficacy of WFG in accentuating the perceived amount of recreational activities that nurses engage in with their children, but rather show that it tends to diminish it.

In order to provide additional support to research recognizing the negative flipside of guilt (e.g., Glavin et al., 2011; Harder et al., 1992; Korabik & McElwain, 2005; O'Connor, Berry et al., 2002), this study also examined the relationship of this emotion with nurses' daily need for recovery. The results displayed in Figure 3 show that, independently of their level of strain-based WIF, on days when nurses felt a high level of WFG, they had a greater need for recovery than on days when they experienced a low level of WFG. However, contrarily to Hypothesis 4 about the moderating effect of WFG on nurses' daily need for recovery, strain-based WIF had a

lower influence on the level of nurses' daily need for recovery when their level of WFG was high (i.e., the beta of this simple slope was smaller than when WFG was low). This may be related to the fact that, when nurses felt a high level of guilt, they also dealt with anxiety and ruminations that can significantly reduce their personal resources and thus explaining their high level of daily need for recovery, independently of their level of strain-based WIF (Morgan & King, 2012; Niler & Beck, 1989). Furthermore, Figure 3 also shows that the effect of WFG on daily need for recovery is higher when strain-based WIF is low, suggesting that WFG can more strongly influence the loss of resources (i.e., the increase in need for recovery) among those who still believe that they have energy left after having performed their work-related activities (i.e., those who reported a lower level of strain-based WIF). In contrast, in a context of high levels of strain-based WIF, it would be the latter who will better explain nurses' daily need for recovery. The results thus show that nurses who struggle to balance the daily demands of their double duty caregiving fail to benefit from the adaptive function of WFG; instead, the latter hinders their daily recovery. WFG is therefore just as harmful to the parent-child relationship as it is to the parent.

2.7.1 Theoretical Implications

The main scientific contribution resulting from this article is the empirical examination of a model that integrates consequences of WFG that are both positive (i.e., parental investment in recreational activities with their children) and negative (i.e., need for recovery). Studying the daily consequences of WFG using daily diaries completed by nurses makes it possible to highlight the fact that this emotion does not facilitate the acquisition of new resources, either for nurses or their parent-child relationship. WFG seems rather to accentuate the work-family negative spillover phenomenon (Pleck, 1977) by increasing the negative consequences of tensions linked to work on parent-child interactions and on recovery during off-job time.

When nurses feel guilty, practicing their profession does not allow them to acquire any new resources (e.g., emotional skills) that could benefit them in their parental role. In fact, nurses who feel a high level of WFG do not seem to experience work-family enrichment, i.e., a perception that experiences in a role (e.g., work) improve the quality of life in another role (e.g., family; Greenhaus & Powell, 2006). On the contrary, when nurses experience WFG, they seem instead to invest less energy in their parent-child relationship and in behaviors (i.e., recovery experiences; Sonnentag, 2001) that may help to reduce the negative effects of strain-based WIF on their need for recovery. The study's results thus contradict those obtained in Cho and Allen's (2012) studies by showing that the daily effect of WFG is essentially harmful. However, future research should try to investigate if these conflicting results are related to the different methods of investigation used in these studies (i.e., diary vs. transversal designs). Perhaps investigating the influence of WFG on a daily basis does not allow a sufficient setback for nurses in order to understand its effects on parental investment.

2.7.2. Practical Implication

Since the present study suggests that WFG is harmful to both the quality of parent-child interactions and nurses' daily recovery, it is essential to also propose strategies to reduce this emotional stressor. Furthermore, in addition to the consequences of WFG in the family domain that have been highlighted in the present study (i.e., perceived amount of recreational activities and need for recovery between work shifts), other studies have suggested that WFG could also have negative consequences for organizations/hospitals. Research on emotional contagion (Hatfield, Cacioppo, & Rapson, 1994) indeed suggests that employees who experience guilt tend to "contaminate" their colleagues and patients, and can thereby negatively influence their psychological well-being. Therefore, in order to limit the negative

individual and organizational consequences of WFG, both nurses and organizations/hospitals should adopt strategies to reduce it.

On an individual level, one strategy to reduce WFG that could be helpful to nurses draws upon work-family enrichment theory (Greenhaus & Powell, 2006) and the differentiated job demands-resources model (Crawford et al., 2010). These approaches suggest that nurses would benefit from shifting their perspective on their role as parent, to view their investment at work not as a hindrance stressor (Crawford et al., 2010) that negatively affects the family domain, but rather as an investment that can be beneficial and enriching for their parental role. Thus, nurses can apply a strategy of cognitive reformulation, recognized as effective for quieting the cognitive dissonance (Festinger, 1957) and WFG experienced when parents engage in behaviors (e.g., overinvesting in work) that are in conflict with their personal values (i.e., degree of importance ascribed to the sphere of family life; Johnston & Swanson, 2007). Nurses could in fact adopt a perspective of work-family enrichment (Greenhaus & Powell, 2006), and acknowledge that their investment at work enriches their emotional competences and self-esteem, for example, which are beneficial to their well-being and role as parent. By adopting this idea that work generates resources and that it can be beneficial to invest one's resources there, nurses could reduce the WFG they associate with the energy they expend at work.

Regarding strategies on the organizational level, several researchers have suggested that the causal factors of strain-based WIF must be addressed directly in order to reduce its negative consequences for nurses and their parent-child relationship. For example, it has been suggested that organizations institute changes in nurses' working conditions, by reducing their irregular work shifts (Farquharson et al., 2012; Yildirim & Aycan, 2008), increasing the flexibility of their schedule (Ward-Griffin et al., 2014), encouraging a compressed work week (Grzywacz, Frone, Brewer, & Kovner, 2006) or by offering on-site child care (Fujimoto, Kotani, & Suzuki, 2008). Although

these practices and organizational programs aimed at reducing strain-based WIF can have beneficial indirect consequences for the emotional state (e.g., guilt) of nurses, they may be difficult to implement in different nursing work environment. Nurses' shortage (Canadian Nurses Association, 2009) is a salient societal problem which may impede the implementation of these practices and programs as nurses are required to respond to increased work-related demands with fewer available resources (e.g., supervisory support). As it seems difficult to reduce nurses' work-related demands in the current societal context, organizations could instead try to implement strategies aimed at reducing family-related demands. As nurses reported feeling guilty for the harm they believed they did to their children by not investing enough energy in leisure activities with them, organizations could ensure that children still have access to these activities during their parents' absence due to work. In doing so, they may reduce the pressure that nurses put on themselves in order to find time for these kinds of activities after work. For instance, organizations could provide a summer day camp for their employees' children or establish partnership with programs that offer extracurricular activities close to the workplace (Labor Advisory Board and the Workforce, 2001).

2.7.3 Strengths, Limitations and Future Research

The results of this study are based on a rigorous research design. The use of daily diaries made it possible to observe nurses' daily emotions in their real context of occurrence, and to better understand the consequences of within-person variations on parent-child interactions and recovery during off-job time. The external validity of the present study is reinforced by the fact that measures were administered several times (i.e., ten measurement occasions) among a high number of employees ($n = 143$) belonging to the same profession (Pelham & Blanton, 2012).

These results must be interpreted as a function of the limits inherent to the methodology that was used. A first limitation concerns the changes made to the

measurement of recreational activities, which do not make it possible to identify the real time nurses devoted to these activities and which could explain discrepancies with the results of studies by Cho (2010) and Cho and Allen (2012). As noted above, the changes made (i.e., use of a scale of perceived amount of recreational activities rather than a scale of actual frequency) were intended to account for nurses' interiorized social norms in regard to parental investment. Moreover, society and organizations increasingly incite working parents to interiorize standards related to parental investment that are difficult to attain (Seagram & Daniluk, 2002). Since guilt feelings are strongly linked to interiorization of social norms and a perception of moral transgression of these norms (Baumeister, Stillwell, & Heatherton, 1994), it is possible that nurses who regularly feel guilty about their strain-based WIF are those who are dissatisfied with their investment in their children. In other words, it is possible that nurses' perceived amount of their recreational activities with their children is tainted by their guilt feelings. As well, the results of this study do not make it possible to determine whether, when nurses are feeling guilty, they actually engaged in fewer activities with their children than when they have a lower level of this feeling. Based on the study's findings, it is also not possible to ascertain the quality of nurses' time with their children. In future studies, it would be important to also consider the actual duration (in minutes) and the quality of recreational activities that nurses engage in with their children. This will help us to evaluate if nurses are more prone to trade quantity for quality time (and vice-versa) when they are feeling guilty (Sayer, Bianchi, & Robinson, 2004). In order to reduce the common-method bias, this measure could be taken from a third person, such as the spouse (Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003).

A second limitation concerns a possible self-selection bias (Braver & Bay, 1992). Nurses experiencing a high level of strain-based WIF may have been underrepresented in the sample, since the daily diaries design required dedicated involvement on their part, which can be difficult to handle for individuals who

generally have a heavy workload. However, according to Judge et al. (2006), the probability that the general level of strain-based WIF experienced by nurses influenced the results of this study is weak, since the model only examined the relations observed at the within-person level, and the type of analyses used (i.e., hierarchical linear modeling analyses) made it possible to control for this variance between individuals.

Finally, this study only investigated the effect of WFG in a population of nurses. However, other professions such as social workers (Oktay, 1992), elementary school teachers (Isenbarger & Zembylas, 2006) and therapists (Akroyd, Caison, & Adams, 2002) also involve that individuals invest at work the same type of emotional resources than those needed in their parental role. Accordingly, researchers are encouraged to replicate the study's findings among other populations that are striving to balance their work and family within double duty caregiving.

2.8. Conclusion

This study sheds new light on WFG by showing that aspects of its daily consequences are exclusively negative for nurses and their parent-child relationship. The results highlight the fact that WFG harms the parent-child relationship and nurses' recovery, since it constrains their ability to benefit effectively from resources (e.g., emotional skills) that they may acquire at work in order to better respond to the demands of their family domain. According to the study's results, WFG impairs the ability of nurses to respond to their double duty caregiving and researchers are encouraged to find efficient strategies to reduce this emotional stressor.

References

- Akroyd, D., Caison, A., & Adams, R. D. (2002). Burnout in radiation therapists: the predictive value of selected stressors. *International Journal of Radiation Oncology*Biological*Physics*, 52(3), 816-821. doi: 10.1016/S0360-3016(01)02688-8
- Aluja, A., Rossier, J. m., García, L. F., Angleitner, A., Kuhlman, M., & Zuckerman, M. (2006). A cross-cultural shortened form of the ZKPQ (ZKPQ-50-cc) adapted to English, French, German, and Spanish languages. *Personality and Individual Differences*, 41(4), 619-628. doi: 10.1016/j.paid.2006.03.001
- Asparouhov, T., & Muthén, B. (2010). Computing the strictly positive Satorra-Bentler chi-square test in Mplus. *Mplus Web Notes*, 12.
- Aycan, Z., & Eskin, M. (2005). Relative contributions of childcare, spousal support, and organizational support in reducing work–family conflict for men and women: The case of Turkey. *Sex roles*, 53(7), 453-471. doi : 10.1007/s11199-005-7134-8
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309-328. doi: 10.1108/02683940710733115
- Bakker, A. B., & Heuven, E. (2006). Emotional dissonance, burnout, and in-role performance among nurses and police officers. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 423-440. doi: 10.1037/1072-5245.13.4.423
- Baruch-Feldman, C., Brondolo, E., Ben-Dayana, D., & Schwartz, J. (2002). Sources of social support and burnout, job satisfaction, and productivity. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7(1), 84-93. doi: 10.1037/1076-8998.7.1.84

- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: an interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115(2), 243-267. doi: 10.1037/0033-2909.115.2.243
- Braver, S. L., & Bay, R. C. (1992). Assessing and compensating for self-selection bias (non-representativeness) of the family research sample. *Journal of Marriage and the Family*, 925-939. doi: 10.2307/353173
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1(3), 185-216. doi: 10.1177/135910457000100301
- Bryant, F. B., & Satorra, A. (2012). Principles and practice of scaled difference chi-square testing. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 19(3), 372-398. doi: 10.1080/10705511.2012.687671
- Bryk, A. S., & Raudenbush, S. W. (1992). *Hierarchical linear models: Applications and data analysis methods*. Newbury Park, CA: Sage.
- Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *Journal of Vocational Behavior*, 67(2), 169-198. doi: 10.1016/j.jvb.2004.08.009
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., & Williams, L. J. (2000). Construction and initial validation of a multidimensional measure of work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 249-276. doi:10.1006/jvbe.1999.1713
- Cho, E. (2010). *Examining the relationship between work-to-family conflict and parenting behavior*. Tampa, FL: University of South Florida.
- Cho, E., & Allen, T. D. (2012). Relationship between work interference with family and parent-child interactive behavior: Can guilt help? *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 276-287. doi: 10.1016/j.jvb.2011.12.002

- Cohen, T. R., Panter, A. T., & Turan, N. (2012). Guilt proneness and moral character. *Current Directions in Psychological Science*, 21(5), 355-359. doi: 10.1177/0963721412454874
- Cortese, C. G., Colombo, L., & Ghislieri, C. (2010). Determinants of nurses' job satisfaction: the role of work-family conflict, job demand, emotional charge and social support. *Journal of Nursing Management*, 18(1), 35-43. doi: 10.1111/j.1365-2834.2009.01064
- Cranford, J. A., Shrout, P. E., Iida, M., Rafaeli, E., Yip, T., & Bolger, N. (2006). A procedure for evaluating sensitivity to within-person change: can mood measures in diary studies detect change reliably? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(7), 917-929. doi: 10.1177/0146167206287721
- Crawford, E. R., LePine, J. A., & Rich, B. L. (2010). Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test. *Journal of Applied Psychology*, 95(5), 834-848. doi: 10.1037/a0019364
- De Hooge, I. E., Zeelenberg, M., & Breugelmans, S. M. (2007). Moral sentiments and cooperation: Differential influences of shame and guilt. *Cognition and Emotion*, 21(5), 1025-1042. doi: 10.1080/02699930600980874
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2000). A model of burnout and life satisfaction amongst nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 32(2), 454-464. doi: 10.1046/j.1365-2648.2000.01496.x
- Demerouti, E., Taris, T. W., & Bakker, A. B. (2007). Need for recovery, home-work interference and performance: Is lack of concentration the link? *Journal of Vocational Behavior*, 71(2), 204-220. doi: 10.1016/j.jvb.2007.06.002.

- Dunst, C. J., Hamby, D., Trivette, C. M., Raab, M., & Bruder, M. B. (2002). Young children's participation in everyday family and community activity. *Psychological Reports, 91*(3), 875-897. doi: 10.2466/pr0.2002.91.3.875
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role analysis*. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.
- Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of Management Review, 25*(1), 178-199. doi: 10.2307/259269
- Farquharson, B., Allan, J., Johnston, D., Johnston, M., Choudhary, C., & Jones, M. (2012). Stress amongst nurses working in a healthcare telephone-advice service: Relationship with job satisfaction, intention to leave, sickness absence, and performance. *Journal of Advanced Nursing, 68*(7), 1624-1635. doi: 10.1111/j.1365-2648.2012.06006.x
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL: Row, Peterson.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. London, UK: Sage publications.
- Foucreault, A., & Ménard, J. (under review). Work-family guilt: its effects on children's and parents' resources. *Journal of Occupational Health Psychology, 43* pp.
- Fujimoto, T., Kotani, S., & Suzuki, R. (2008). Work-family conflict of nurses in Japan. *Journal of Clinical Nursing, 17*(24), 3286-3295. doi: 10.1111/j.1365-2702.2008.02643.x
- Grandey, A. A., & Cropanzano, R. (1999). The conservation of resources model applied to work-family conflict and strain. *Journal of Vocational Behavior, 54*(2), 350-370. doi: 10.1006/jvbe.1998.1666

- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. doi: 10.5465/AMR.1985.4277352
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *The Academy of Management Review*, 31(1), 72-92. doi: 10.2307/20159186
- Greenspan, S. I., Wieder, S., & Simons, R. (1998). *The child with special needs: Encouraging intellectual and emotional growth*. Boston: Addison-Wesley/Addison Wesley Longman.
- Grzywacz, J. G., Frone, M. R., Brewer, C. S., & Kovner, C. T. (2006). Quantifying work-family conflict among registered nurses. *Research in Nursing and Health*, 29(5), 414-426. doi: 10.1002/nur
- Harder, D. W., Cutler, L., & Rockart, L. (1992). Assessment of shame and guilt and their relationships to psychopathology. *Journal of Personality Assessment*, 59(3), 584-604. doi: 10.1207/s15327752jpa5903_12
- Hatfield, E., Cacioppo, J., & Rapson, R. (1994). *Emotional contagion*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Hobföll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524. doi: 10.1037/0003-066X.44.3.513
- Hochschild, A. R. (1997). *The time bind: When work becomes home and home becomes work*. New York, NY: Henry Holt.

- Hoffman, M. L. (1982). Development of prosocial motivation: Empathy and guilt. In N. Eisenberg (Ed.), *The development of prosocial behaviour* (pp. 281-313). New York, NY: Academic.
- IBM Corp. (2015). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0*. Armonk, NY: IBM Corp. .
- Ilies, R., Schwind, K. M., Wagner, D. T., Johnson, M. D., DeRue, D. S., & Ilgen, D. R. (2007). When can employees have a family life? The effects of daily workload and affect on work-family conflict and social behaviors at home. *Journal of Applied Psychology*, 92(5), 1368-1379. doi: 10.1037/0021-9010.92.5.1368
- Jansen, N. W. H., Kant, I., Kristensen, T. S., & Nijhuis, F. J. (2003). Antecedents and consequences of work-family conflict: A prospective cohort study. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 45(5), 479-491. doi: 10.1097/01.jom.0000063626.37065.e8
- Jansen, N. W. H., Kant, I., van Amelsvoort, L., Nijhuis, F., & van den Brandt, P. (2003). Need for recovery from work: evaluating short-term effects of working hours, patterns and schedules. *Ergonomics*, 46(7), 664-680. doi: 10.1080/0014013031000085662
- Jansen, N. W. H., Kant, I., & van den Brandt, P. A. (2002). Need for recovery in the working population: description and associations with fatigue and psychological distress. *International Journal of Behavioral Medicine*, 9(4), 322-340. doi: 10.1207/S15327558IJBM0904_03
- Jennings, B. M. (2008). Work stress and burnout among nurses: Role of the work environment and working conditions. In R. G. Hughes (Ed.), *Patient safety*

- and quality: an evidence-based handbook for nurses* (pp. 137-158). Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality (US).
- Johnston, D. D., & Swanson, D. H. (2007). Cognitive acrobatics in the construction of worker-mother identity. *Sex Roles*, 57(447-459). doi: 10.1007/s11199-007-9267-4
- Judge, T. A., Ilies, R., & Scott, B. A. (2006). Work–family conflict and emotions: Effects at work and at home. *Personnel Psychology*, 59(4), 779-814. doi: 10.1111/j.1744-6570.2006.00054.x
- Katelaar, T., & Au, W. T. (2003). The effects of guilt on the behavior of uncooperative individuals in repeated social bargaining games: An affect-as-information interpretation of the role of emotion in social interaction. *Cognition and Emotion*, 17, 429-453.
- Kenny, D. A. (2014). Measuring model fit. Retrieved from <http://davidakenny.net/cm/fit.htm>
- Ketelaar, T., & Tung Au, W. (2003). The effects of feelings of guilt on the behaviour of uncooperative individuals in repeated social bargaining games: An affect-as-information interpretation of the role of emotion in social interaction. *Cognition & Emotion*, 17(3), 429-453. doi: 10.1080/02699930143000662.
- Korabik, K. & McElwain, A. (2005). Work–family guilt. In M. Pitt-Catsoupes & E. E. Kossek (Eds.), *Work and Family Encyclopedia Online*. Chestnut Hill, MA: Sloan Work and Family Research Network.
- Korabik, K. (2015). The intersection of gender and work–family guilt. In M. J. Mills (Ed.), *Gender and the Work-Family Experience* (pp. 141-157). London, UK: Springer.

- Korabik, K., McElwain, A., & Lero, D. S. (2009). *Does work-family guilt mediate relationships between work-family conflict and outcome variables?* Paper presented at the Work, Stress and Health Conference, Puerto Rico
- Kossek, E. E., Noe, R. A., & DeMarr, B. J. (1999). Work-family role synthesis: Individual and organizational determinants. *International Journal of Conflict Management*, 10(2), 102-129. doi: 10.1108/eb022820
- Kreiner, G. E., Hollensbe, E. C., & Sheep, M. L. (2009). Balancing borders and bridges: Negotiating the work-home interface via boundary work tactics. *Academy of Management Journal*, 52(4), 704-730. doi: 10.5465/AMJ.2009.43669916
- Laberge, L., Ledoux, É., Perron, M., Bourdouxhe, M., Gaudreault, M., Laberge, M., . . . Veillette, S. (2007). *Reliability of the French version of the Occupational Fatigue Exhaustion Recovery (OFER) scale in college students with part-time jobs*. Paper presented at the 3e congrès de la Société canadienne de sommeil, Canada, Montréal.
- Labor Advisory Board and the workforce (Conseil consultatif du travail et de la main-d'œuvre) (2001). *Concilier travail et famille: un défi pour les milieux de travail. Plan d'action*. Ville de Québec: Gouvernement du Québec.
- Leduc, C., Houltfort, N., & Bourdeau, S. (2016). Work-life balance: The good and the bad of boundary management. *International Journal of Psychological Studies*, 8(1), 133-147. doi: 10.5539/ijps.v8n1p133
- Leith, K. P., & Baumeister, R. F. (1998). Empathy, shame, guilt, and narratives of interpersonal conflicts: guilt-prone people are better at perspective taking. *Journal of Personality*, 66(1), 1-37. doi: 10.1111/1467-6494.00001

- Little, R. J. (1988). A test of missing completely at random for multivariate data with missing values. *Journal of the American Statistical Association*, 83(404), 1198-1202. doi: 10.1080/01621459.1988.10478722
- Livingston, B. A., & Judge, T. A. (2008). Emotional responses to work-family conflict: An examination of gender role orientation among working men and women. *Journal of Applied Psychology*, 93(1), 207-216. doi: 10.1037/0021-9010.93.1.207
- Martin, B. (1975). Parent-child relations. In I. F. D. Horowitz (Ed.), *Review of child development research* (Vol. 4, pp. 463-540). Chicago, IL: University of Chicago.
- Martínez, P., Carrasco, M. J., Aza, G., Blanco, A., & Espinar, I. (2011). Family gender role and guilt in Spanish dual-earner families. *Sex Roles*, 65(11-12), 813-826. doi: 10.1007/s11199-011-0031-4
- McElwain, A. K. (2008). *An examination of the reliability and validity of the Work-Family Guilt Scale*. University of Guelph, Guelph, Ontario, Canada.
- Morgan, W. B., & King, E. B. (2012). The association between work-family guilt and pro-and anti-social work behavior. *Journal of Social Issues*, 68(4), 684-703. doi: 10.1111/j.1540-4560.2012.01771.x
- Muthén, B. O., & Muthén, L. K. (2012). *Mplus user's guide : Seventh Edition*. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.
- Nelissen, R., Dijker, A., & De Vries, N. (2007). Emotions and goals: Assessing relations between values and emotions. *Cognition and Emotion*, 21(4), 902-911. doi: 10.1080/02699930600861330

- Nelissen, R., & Zeelenberg, M. (2009). When guilt evokes self-punishment: evidence for the existence of a Dobby Effect. *Emotion*, 9(1), 118-122. doi: 10.1037/a0014540
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work–family conflict and family–work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 400-410. doi: 10.1037/0021-9010.81.4.400
- Nevill, D., & Damico, S. (1975). Family size and role conflict in women. *The Journal of Psychology*, 89(2), 267-270. doi: 10.1080/00223980.1975.9915761
- Niler, E. R., & Beck, S. J. (1989). The relationship among guilt, dysphoria, anxiety and obsessions in a normal population. *Behaviour Research and Therapy*, 27(3), 213-220. doi:10.1016/0005-7967(89)90039-9
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders*, 71(1), 19-27. doi: 10.1016/S0165-0327(01)00408-6
- Ohly, S., Sonnentag, S., Niessen, C., & Zapf, D. (2010). Diary studies in organizational research: An introduction and some practical recommendations. *Journal of Personnel Psychology*, 9(2), 79-93. doi: 10.1027/1866-5888/a000009
- Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ). (2016). Portrait sommaire de l'effectif infirmier du Québec 2015-2016. Retrieved from <http://www.oiiq.org/sites/default/files/Portrait-sommaire-2015-2016.pdf>.
- Oktay, J. S. (1992). Burnout in hospital social workers who work with AIDS patients. *Social Work*, 37(5), 432-439. doi: 10.1093/sw/37.5.432

- Patel, C. J., Beekhan, A., Paruk, Z., & Ramgoon, S. (2008). Work-family conflict, job satisfaction and spousal support: An exploratory study of nurses' experience. *Curationis*, 31(1), 38-44. doi: 10.4102/curationis.v31i1.906
- Pelham, B. W., & Blanton, H. (2012). *Conducting research in psychology: Measuring the weight of smoke*. Belmont, CA: Cengage Learning.
- Pleck, J. H. (1977). The work-family role system. *Social Problems*, 24, 417-427. doi: 10.1525/sp.1977.24.4.03a00040
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879-903. doi: 10.1037/0021-9010.88.5.879
- Reis, H. T., & Gable, S. L. (2000). Event-sampling and other methods for studying everyday experience. In H. T. Reis & C. M. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (pp. 190-222). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Repetti, R. L. (1994). Short-term and long-term processes linking job stressors to father-child interaction. *Social Development*, 3(1), 1-15. doi: 10.1111/j.1467-9507.1994.tb00020.x
- Repetti, R. L., & Wood, J. (1997). Effects of daily stress at work on mothers' interactions with preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 11(1), 90-110. doi: 10.1037/0893-3200.11.1.90
- Rhnama, A., Wils, T., Pousa, C. E., & Frigon, M. (2014). Conflits travail-famille et intention de quitter dans le domaine de la santé. *Relations*

industrielles/Industrial Relations, 69(3), 477-500. doi: 10.4102/curationis.v31i1.906

Roeters, A., Van Der Lippe, T., & Kluwer, E. S. (2009). Parental work demands and the frequency of child-related routine and interactive activities. *Journal of Marriage and Family*, 71(5), 1193-1204. doi: 10.1111/j.1741-3737.2009.00663.x

Rotenberg, L., Griep, R. H., Pessanha, J., Gomes, L., Portela, L. F., & Fonseca, M. d. J. M. (2011). Housework and recovery from work among nursing teams: a gender perspective. *NEW SOLUTIONS: A Journal of Environmental and Occupational Health Policy*, 20(4), 497-510. doi: 10.2190/NS.20.4.g

Russo, M., & Buonocore, F. (2012). The relationship between work-family enrichment and nurse turnover. *Journal of Managerial Psychology*, 27(3), 216-236. doi: 10.1108/02683941211205790

Sayer, L. C., Bianchi, S. M., & Robinson, J. P. (2004). Are parents investing less in children? trends in mothers' and fathers' time with children. *American Journal of Sociology*, 110(1), 1-43. doi: 10.1086/386270

Scott-Findlay, S., & Golden-Biddle, K. (2005). Understanding how organizational culture shapes research use. *Journal of Nursing Administration*, 35(7-8), 359-365. doi: 10.1097/00005110-200507000-00008

Seagram, S., & Daniluk, J. C. (2002). "It goes with the territory" The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children. *Women & Therapy*, 25(1), 61-88. doi: 10.1300/J015v25n01_04

- Sheble, L., & Wildemuth, B. (2009). Research dairies. In B. Wildemuth (Ed.), *Applications of social research methods to questions in information and library science* (pp. 211-221). Santa Barbara, CA: Libraries Unlimited.
- Simon, M., Kümmerling, A., & Hasselhorn, H.-M. (2013). Work-home conflict in the European nursing profession. *International Journal of Occupational and Environmental Health*, 10(4), 384-391. doi: 10.1179/oeh.2004.10.4.384
- Simon, R. W. (1995). Gender, multiple roles, role meaning, and mental health. *Journal of Health and Social behavior*, 182-194. doi: 10.2307/2137224
- Sluiter, J. K. (1999). The influence of work characteristics on the need for recovery and experienced health: a study on coach drivers. *Ergonomics*, 42(4), 573-583. doi: 10.1080/001401399185487
- Sluiter, J. K., De Croon, E., Meijman, T., & Frings-Dresen, M. (2003). Need for recovery from work related fatigue and its role in the development and prediction of subjective health complaints. *Occupational and Environmental Medicine*, 60(suppl 1), i62-i70. doi: 10.1136/oem.60.suppl_1.i62
- Sluiter, J. K., Frings-Dresen, M. H. W., van der Beek, A. J., & Meijman, T. F. (2001). The relation between work-induced neuroendocrine reactivity and recovery, subjective need for recovery, and health status. *Journal of Psychosomatic Research*, 50(1), 29-37. doi: 10.1016/S0022-3999(00)00213-0
- Sonnentag, S. (2001). Work, recovery activities, and individual well-being: A diary study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6(3), 196-210. doi: 10.1037/1076-8998.6.3.196

- Sonnentag, S. (2003). Recovery, work engagement, and proactive behavior: A new look at the interface between nonwork and work. *Journal of Applied Psychology*, 88(3), 518-528. doi: 10.1037/0021-9010.88.3.518
- Sonnentag, S., & Zijlstra, F. R. (2006). Job characteristics and off-job activities as predictors of need for recovery, well-being, and fatigue. *Journal of Applied Psychology*, 91(2), 330-350. doi: 10.1037/0021-9010.91.2.330
- Vallerand, R. J. (1989). Vers une méthodologie de validation trans-culturelle de questionnaires psychologiques: Implications pour la recherche en langue française. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 30(4), 662-680. doi: 10.1037/h0079856
- Wahler, R. G., & Dumas, J. E. (1989). Attentional problems in dysfunctional mother-child interactions: An interbehavioral model. *Psychological Bulletin*, 105(1), 116-130. doi: 10.1037/0033-2909.105.1.116
- Wang, J., & Wang, X. (2012). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. United Kingdom: John Wiley & Sons.
- Wang, S. W., Repetti, R. L., & Campos, B. (2011). Job stress and family social behavior: the moderating role of neuroticism. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(4), 441-456. doi: 10.1037/a0025100
- Ward-Griffin, C., Brown, J. B., St-Amant, O., Sutherland, N., Martin-Matthews, A., & Keefe, J., & Kerr, M. . (2014). Nurses negotiating professional–familial care boundaries striving for balance within double duty caregiving. *Journal of Family Nursing*, 21(1), 57-85. doi: 10.1177/1074840714562645
- Ward-Griffin, C., St-Amant, O., & Brown, J. B. (2011). Compassion fatigue within double duty caregiving: Nurse-daughters caring for elderly parents. *OJIN: The*

Online Journal of Issues in Nursing, 16(1), Manuscript 4. doi: 10.3912/OJIN.Vol6No01Man04

- Weiss, H. M., & Cropanzano, R. (1996). Affective events theory: A theoretical discussion of the structure, causes and consequences of affective experiences at work. In B. M. Staw & L. L. Cummings (Eds.), *Research in organizational behavior: An annual series of analytical essays and critical reviews* (Vol. 18, pp. 1-174). US: Elsevier Science/JAI Press.
- West, S., Boughton, M., & Byrnes, M. (2009). Juggling multiple temporalities: the shift work story of mid-life nurses. *Journal of Nursing Management*, 17(1), 110-119. doi: 10.1111/j.1365-2834.2008.00920.x
- Winwood, P. C., Lushington, K., & Winefield, A. H. (2006). Further development and validation of the Occupational Fatigue Exhaustion Recovery (OFER) scale. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 48(4), 381-389. doi: 10.1097/01.jom.0000194164.14081.06
- Wood, J. J., & Repetti, R. L. W. (2004). What gets dad involved? A longitudinal study of change in parental child caregiving involvement. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 237-249. doi: 10.1037/0893-3200.18.1.237
- Yang, N., Chen, C. C., Choi, J., & Zou, Y. (2000). Sources of work-family conflict: A Sino-U.S. comparison of the effects of work and family demands. *Academy of Management Journal*, 43, 113-123. doi: 10.2307/1556390
- Yildirim, D., & Aycan, Z. (2008). Nurses' work demands and work-family conflict: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45(9), 1366-1378. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2007.10.010.

Table 1

Means, Standard Deviations, and Intercorrelations between the Model Variables

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Gender	1.92	.28	–										
2. Age	36.98	4.72	-.19*	–									
3. Marital status	2.48	.65	.07	-.13	–								
4. Hours work/week	35.53	5.19	-.21*	.10	-.06	–							
5. N. Children	2.34	.85	-.15	.13	-.08	-.03	–						
6. Child custody	1.04	.26	.05	-.09	.02	.14	-.08	–					
7. Neuroticism	2.17	.60	.19*	-.18*	-.16	-.02	-.04	.04	–				
8. Strain-based WIF	2.31	.77	.06	-.04	-.15	.08	-.06	.00	.45**	–	.70***	-.30***	.76***
9. WFG	2.96	1.02	-.03	-.04	-.02	.18*	-.05	.04	.41**	.76***	–	-.26***	.63***
10. Recreational activities	.62	.42	.10	-.13	.12	-.04	-.01	.16	-.15	-.20*	-.10	–	-.28***
11. Need for recovery	3.93	1.16	.10	-.12	-.12	.03	-.05	.03	.52***	.88***	.71***	-.17*	–

Note. * = $p < .05$; ** = $p < .01$; *** = $p < .001$; Gender : 1 = Men, 2 = Women; Marital status = 1 = Single, 2 = Married, 3 = Common law, 4 = Separated, 5 = Divorced, 6 = Widower; Child custody: 1 = Full time, 2 = Every two weeks, 3 = Other; WIF = Work-interference-with-family; WFG = Work-family guilt; Correlations below the diagonal are at the person-level (average across 10 days; Level 2; $n = 143$); Correlations above the diagonal are at the day-level (Level 1; $n = 1226$).

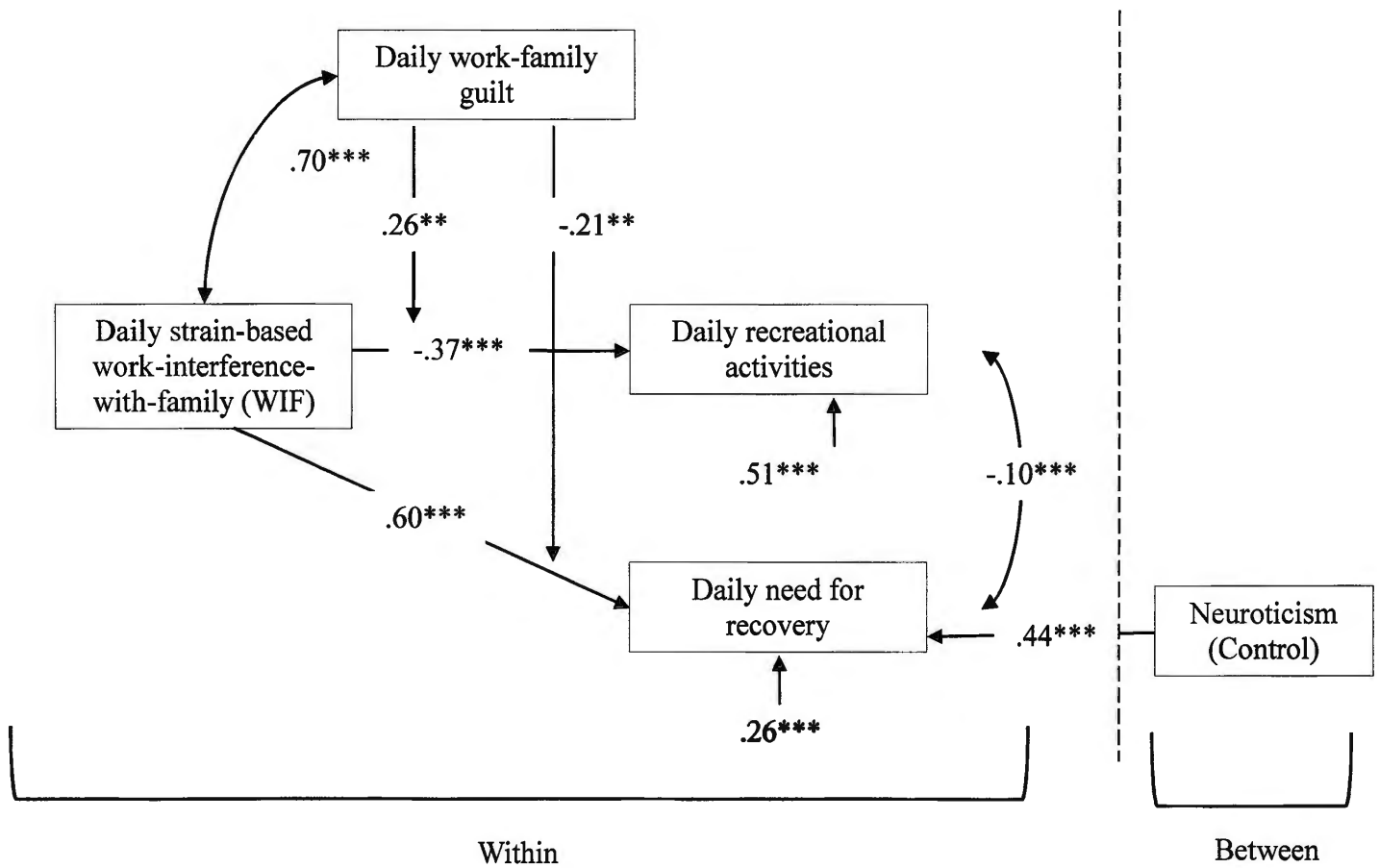
Table 2

Unstandardized Coefficients of Multilevel Model Testing Main Effects and Moderation Effects on Daily Need for Recovery

	Model 1				Model 2			
	Recreational activities		Need for recovery		Recreational activities		Need for recovery	
	γ	<i>SE</i>	γ	<i>SE</i>	γ	<i>SE</i>	γ	<i>SE</i>
Main effects								
Daily strain-WIF	-.27***	.04	.59***	.04	-.37***	.05	.60***	.03
Daily WFG	-.26***	.05	.24***	.04	-.34***	.05	.30***	.04
Interaction effects								
Daily strain-based WIF X Daily WFG					.27**	.09	-.21**	.002
Variance component								
Intercept			2.66***	.25			1.91***	.39
Neuroticism			.44***	.09			.44***	.09
Residual			.40***	.03			.26***	.05

Note. ** $p < .01$; *** $p < .001$; n at Level 1 = 1226; n at Level 2 = 143; γ = Unstandardized coefficients; *SE* = Standard errors; WIF = Work-interference-with-family; WFG = Work-family guilt.

Figure 1. Tested model



Note. $^{**}p < .01$; $^{***}p < .001$.

Figure 2. Interaction effect between strain-based WIF and WFG on recreational activities

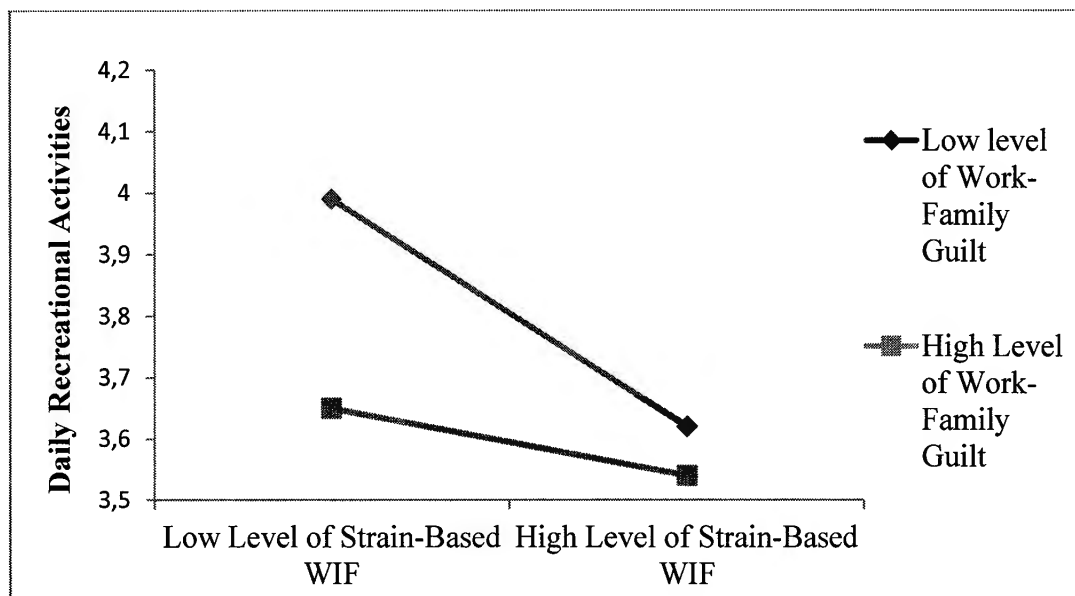
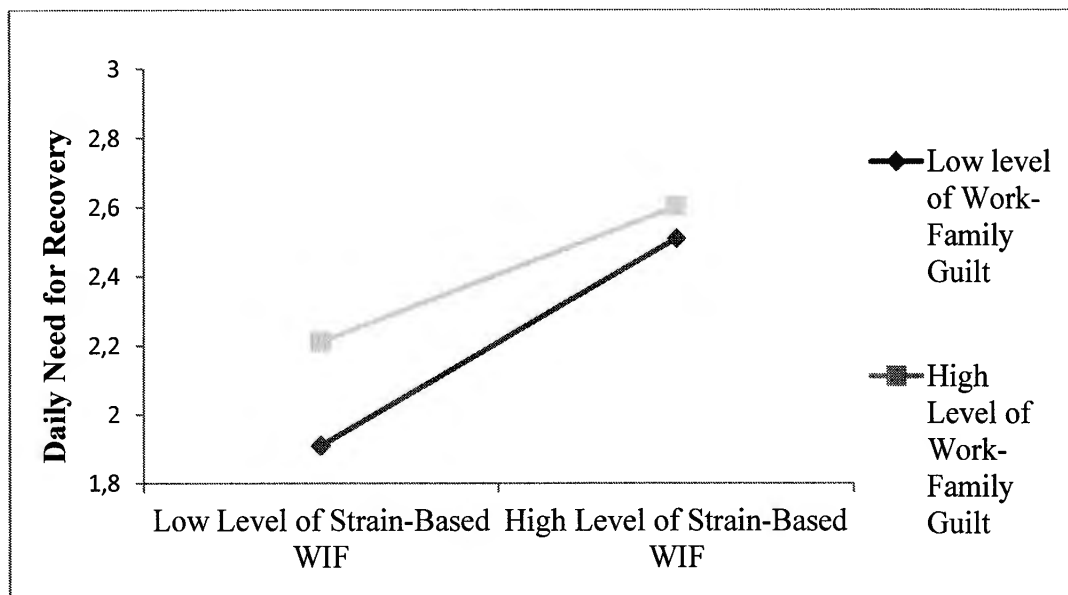


Figure 3. Interaction effect between strain-based WIF and WFG on need for recovery



CHAPITRE III

ARTICLE II

Work-family guilt, a double-edge sword? Its influence on parent-child activities and
parents' life satisfaction

Annie Foucreault & Julie Ménard

Université du Québec à Montréal

Article soumis à *Journal of Occupational Health Psychology*

Foucreault, A., & Ménard, J. (1^{ière} révision). Work-family guilt, a double-edge sword? Its influence on parent-child activities and parents' life satisfaction. *Journal of Occupational Health Psychology*, 53 pp.

Résumé de l'Article 2 en français

La culpabilité travail-famille est généralement décrite comme étant adaptative, car elle inciterait les parents qui travaillent à effectuer davantage d'activités récréatives auprès de leurs enfants durant leur temps libre. Par contre, bien qu'elle puisse être adaptative pour la relation parent-enfant, elle ne l'est peut-être pas pour les parents. La présente étude vise à mettre en relief un envers plus sombre de la culpabilité travail-famille en montrant qu'elle peut avoir des retombées négatives à long terme sur la satisfaction de vie des parents. Cette étude a aussi pour objectif de déterminer le rôle du soutien instrumental du conjoint sur la satisfaction de vie des parents. Une étude multi-vagues sur une période de trois mois a été effectuée auprès d'un échantillon de 289 parents d'enfants âgés entre 5 et 10 ans. Les analyses acheminatoires révèlent une médiation modérée qui contredit les tenants de la fonction adaptative de la culpabilité travail-famille. La culpabilité n'a pas bénéficié aux enfants en atténuant la relation négative entre le conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille et les activités récréatives, alors qu'elle a nui aux parents en réduisant la relation positive entre ces activités et leur satisfaction de vie. Les résultats indiquent aussi que le soutien instrumental du conjoint est une ressource qui motive les parents à s'investir davantage auprès de leurs enfants, contribuant ainsi à une augmentation de leur satisfaction de vie. Le soutien du conjoint semble être une stratégie efficace pour contrer les conséquences délétères de la culpabilité sur la satisfaction de vie des parents qui travaillent.

Mots-clés : conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille, culpabilité travail-famille, activités récréatives parent-enfant, soutien instrumental du conjoint, satisfaction de vie

Abstract

Work-family guilt (WFG) is generally perceived as adaptive, since it has been found to encourage working parents to engage in more recreational activities with their children in their free time. However, while it may be adaptive for the parent-child relationship, the same may not be true for parents. The present study aims to highlight a darker side of WFG, by showing that it can have negative effects on parents' life satisfaction. This study also aims to determine the role of spouse instrumental support on parents' life satisfaction. A multi-wave study was conducted over a three-month period among a sample of 289 working parents with children between the ages of 5 and 10 years old. Path analyses show a moderated mediation that contradicts the views of the proponents of the adaptive function of WFG. WFG did not benefit the parent-child relationship by attenuating the negative relationship between strain-based work-interference-with-family (WIF) and recreational activities, while it was detrimental for parents by reducing the positive relationship between these activities and their life satisfaction. Results also show that spouse instrumental support is a resource that motivates parents to invest more in their children, thereby contributing to an increase in their own life satisfaction. Relying on spouse support seems to be an effective strategy to counter the deleterious effect of WFG on the life satisfaction of working parents.

Keywords: strain-based work-interference-with-family, work-family guilt, parent-child recreational activities, spouse instrumental support, life satisfaction

Work-family guilt, a double-edge sword? Its influence on parent-child activities and parents' life satisfaction

The difficulty of reconciling work and family roles is a contemporary problem that costs Canadian businesses an estimated \$6 to \$10 million per year in absenteeism (Duxbury, 2005). According to Duxbury and Higgins (1991), due to an increase in workload, job insecurity and pressure to continuously improve performance, individuals tend to invest more and more resources in order to meet work-related demands. Furthermore, according to resource drain theory (Edwards & Rothbard, 2000) individuals have a limited quantity of resources. Employees must therefore make decisions about how to manage their reservoir of resources in order to meet personal needs as well as those of their environment (Edwards & Rothbard, 2000). To meet job-related demands, individuals may choose to devote more energy to work, to the detriment of engaging in pleasant recreational activities with family members (Repetti, 1994) and may thus experience a high level of strain-based work-interference-with-family (WIF; i.e., a perception that the stress coming from work interferes with individuals' performance in the family domain; Greenhaus & Beutell, 1985). However, such a decision can engender a sense of work-family guilt (WFG), if employees believe this constitutes a moral transgression of their role as a parent (Hochschild, 1997; Judge, Ilies, & Scott, 2006). This WFG may then have a variety of repercussions on employees' family life and well-being (Korabik & McElwain, 2005).

Findings on the consequences of this guilt are contradictory. On the one hand, some researchers hypothesize that guilt has an adaptive function, since it encourages the individual to undertake compensatory actions to correct behavior judged to be inadequate (e.g., Cohen, Panter, & Turan, 2012; De Hooge, Zeelenberg, & Breugelmans, 2007; Ketelaar & Tung Au, 2003; Nelissen, Dijker, & De Vries, 2007; Nelissen & Zeelenberg, 2009). For example, two studies by Cho and Allen (2012)

conducted among parents recruited in 11 after-school programs (study 1) and on the online recruitment service Amazon Mechanical Turk (Mturk; study 2) suggest that, in a context of high level of strain-based WIF, parents who feel guilty for not spending enough time and energy with their children due to work tend to engage in more interactive activities with them in off-job time than those who do not experience this feeling. On the other hand, some researchers who have studied guilt feelings in the context of work-family conflict (e.g., Foucreault & Menard, under review; Glavin, Schieman, & Reid, 2011) or more generally (e.g., Harder, Cutler, & Rockart, 1992; Korabik & McElwain, 2005; O'Connor, Berry, Weiss, Gilbert, 2002) suggest that they are detrimental to the parent-child relationship and the individual's well-being, since they increase worker daily need for recovery from work (Foucreault & Menard, under review) and they can lead to distress as well as different forms of psychological health problems. The goal of this study is therefore to better understand the repercussions of WFG by reconciling the results of previous research through a model that integrates both the positive and negative effects of WFG.

First, in order to better understand how WFG can have positive consequences for the parent-child relationship, this study aims to reproduce the results of Cho and Allen's (2012) transversal studies through a multi-wave design with two measurements taken at a three-month interval. Foucreault and Menard (under review) also tried to replicate Cho and Allen's (2012) results but the use of a ten-day diary study design failed to support its adaptive function: on a daily basis WFG accentuated the negative relationship between strain-based WIF and parent-child activities. This finding may be related to the daily diary design used by these researchers which may not have allowed a sufficient time period in order to observe the influence of WFG on parental investment. The present study will thus make a considerable contribution beyond those of past research, by making it possible to determine the effect over time of relationships established in past studies and to show how the relationship between WFG and compensatory behaviors (i.e., recreational activities) with children develop

over the course of time. The choice of timeframe for this study was based on Demerouti et al.'s (2004) statement that a three-month period prevents the occurrence of radical changes in both the work domain (e.g., a reorganization) and the family domain (e.g., as a divorce) that could contaminate participants' levels of strain-based WIF between two measurement times.

Second, this study will build upon the results obtained by Cho and Allen (2012) by also evaluating a possible negative effect of WFG on the working parent. The job demands-resources (JD-R) model (Demerouti, Bakker, Nachreiner, & Schaufeli, 2001) and the differentiated job demands-resources model (Crawford, LePine, & Rich, 2010) will be used for this purpose. These models stipulate that employee's life satisfaction depends on a balance between demands and resources from the environment. This study will thus determine whether the recreational activities that parents who feel guilty engage in with their children constitute a demand that requires additional expense of resources after those already invested in work, thus undermining their life satisfaction. The study will also make it possible to determine whether spouse instrumental support is a resource that can compensate for the effect of demands from the environment and that can foster parent's life satisfaction.

This study constitutes an important contribution to work-family conflict literature, since it is the first to evaluate how the effect of WFG develops, both among parent-child relationship and parents' life satisfaction. As well, this study will inform practitioners regarding the interventions (e.g., increase opportunities for spouse's support) required to foster life satisfaction among parents who have difficulty reconciling work-related demands and family life.

The following sections first describe the concept of strain-based WIF, and then discuss WFG. The impact of the latter on parental investment (i.e., recreational activities) and the parent (i.e., life satisfaction) will then be presented.

3.1 Strain-based Work-interference-with-family

Work-family conflict refers to the perception that demands relative to professional and familial roles are incompatible in certain respects (Greenhaus & Beutell, 1985). According to resource drain theory (Edwards & Rothbard, 2000), the individual has a limited quantity of resources with which to respond to family and professional demands. According to the JD-R model, demands are physical, emotional or cognitive aspects of one of these roles that require effort to be carried out and that comes at a personal cost (Bakker & Demerouti, 2007). Resources refer to elements such as time and energy that make it possible to achieve goals and personal growth and that help to reduce the physical and psychological costs of work and family demands (Bakker & Demerouti, 2007). When individuals choose to invest resources in a role it contributes to a reduction of the resources available for other roles. Work-family conflict thus refers to a bidirectional conflictual relationship. Work-related demands can cause a decrease in the employees' available resources, thereby affecting their investment in the family domain (i.e., work-interference-with-family; WIF). Inversely, family demands can also limit personal resources and have a negative impact on the professional domain (i.e., family-interference-with-work; FIW; Netemeyer, Boles, & McMurrian, 1996). This study will only examine the conflict to the angle of work interfering with family (i.e., WIF), since the aim is to determine how investment of resources in the workplace interferes with the family domain, more specifically, with how employees engage in recreational activities with their children.

Work-family conflict can take three forms. First, *strain-based WIF* occurs when the stress from one domain interferes with the individual's participation in another role. For example, anxiety and fatigue caused by work demands can be detrimental to individuals' ability to perform in their parental role, since these emotions can reduce the energy available for participating in family activities (Geurts & Demerouti, 2003;

Greenhaus & Beutell, 1985). Second, *time-based WIF* arises when the time devoted to a role limits the time available for meeting the responsibilities associated with another role (Greenhaus & Beutell, 1985). Third, *behavior-based WIF* happens when the behaviors expected in one role are ineffective or incompatible with those that must be carried out as part of another role (Greenhaus & Beutell, 1985).

While previous research on family interactions has considered the effect of both time-based WIF and strain-based WIF on the perceived amount of parent-child recreational activities (Cho, 2010; Cho & Allen, 2012), the present study will focus solely on the effects of strain-based WIF. This choice is based on Cho and Allen's (2012) statement that strain-based WIF is the most relevant to investigate in order to highlight the effects of WIF on active parent-child interactions. These authors have shown that time-based WIF does set parents back from passive as well as active activities, as parents do not have enough time after work to spend with their children to any kind of parent-child interactions. It is thus unlikely that employees high in time-based WIF will experience guilt for the choices they make after work, as they simply do not have the luxury to decide if they want to devote time to active parent-child activities or less cognitively and physically demanding activities such as passive activities. On the other hand, if parents perceive that their workday has drained all of their resources and thus feel a high level of strain-based WIF, they can freely choose to reduce the amount of energy invested in all kinds of activities. However, they will usually choose to reduce the time associated with the active ones as they generally perceive that these latter can more powerfully prevent them to recover from their workday than passive activities (Cho & Allen, 2012). Individuals struggling with a high level of strain-based WIF are thus more likely to make internal attributions and feel guilty about the choices they make in terms of using their energy on more passive activities during off-job time, since they have greater decisional latitude in this regard than those with a high level of time-based WIF (Martínez, Carrasco, Aza, Blanco, & Espinar, 2011). This feeling may, in turn, influence the frequency of their active

activities with their children (Cho & Allen, 2012). The factors that contribute to this feeling of WFG are presented in the subsequent section. The factors that contribute to WFG are presented in the subsequent section.

3.2 Work-Family Guilt

Guilt is experienced as an unpleasant feeling that arises when individuals believe they should have acted differently, based on a series of internalized norms (Korabik, 2015; Kubany, 1994). Tangney (1990) suggests that individuals will feel guilty when they believe: (1) they have not invested enough energy in a role, (2) they have violated personal standards about how to fulfill a role or (3) they have disappointed important persons. Since strain-based WIF meets these three conditions by potentially preventing affected individuals from responding adequately in their role as parent and employee, it follows that the latter are subject to feeling guilty (McElwain, 2009). According to Morgan and King (2012), *work-family guilt* can be defined as an emotion that arises when individuals do not reconcile responsibilities related to work and family in the manner they judge to be the most appropriate according to personal norms and that in doing so, they harm others.

Several researchers have hypothesized that WFG can be an adaptive mechanism, since it incites individuals to exhibit compensatory behaviors in order to correct a transgression they deem they have committed (e.g., Cho, 2013; Cho & Allen, 2012; Morgan & King, 2012). These compensatory behaviors aim to reduce their guilt feelings resulting from behavior they judge to be inadequate (Baumeister, Stillwell, & Heatherton, 1994). For example, Cho and Allen's (2012) study highlights that investing energy in interactive activities with one's child is compensatory behavior that the individual may adopt in order to assuage guilt feelings linked to difficulty reconciling work and family life. Since energy is a limited resource, when individuals decide to devote it to their children, they can thereby decrease WFG by showing the value they attribute to the parent-child relationship (Cho & Allen, 2012). According

to Cho and Allen (2012), WFG is therefore adaptive since, by fostering an increase in time invested in parent-child recreational activities, it allows parents to demonstrate the consideration they have for their children.

3.3 The Influence of Strain-based WIF and WFG on Recreational Activities with Children

Investing time in parent-child recreational activities is recognized as beneficial for children, since it fosters warm and positive interactions that allow them to develop adequately both socially and cognitively (Ginsburg, 2007). However, according to ecological systems theory (Bronfenbrenner, 1989), strain-based WIF can contribute significantly to a reduction in the frequency with which parents engage in activities with their children. In fact, underlying this theory is the notion that daily experiences in the work environment influence the well-being of parents and thereby shape the nature of their interactions with their children (Repetti & Wood, 1997). Experiences at work (e.g., excessive workload) can engender tensions and fatigue (Ilies et al., 2007), and these emotional states can then spill over into the family sphere, with important consequences on familial interactions (i.e., *work-family spillover*; Ilies et al., 2007; Pleck, 1977). The tension and fatigue caused by work-related demands can be detrimental to the quality of the parent-child relationship, since it is known that employees with such feelings also experience a higher level of parental attention deficit than those who do not experience such emotions (Ilies et al., 2007; Repetti, 1994; Wahler & Dumas, 1989). In fact, in order to recover energy expended at work, individuals whose job involves a high level of stress will sometimes choose to limit their social interactions during off-job time, and to engage in activities that require little involvement, such as watching television (Ilies et al., 2007; Repetti, 1994; Wahler & Dumas, 1989).

In this regard, Cho and Allen (2012) describe three types of parent-child interactive activities: *passive activities* (i.e., behaviors that require very little investment on the

part of the parent, such as watching television), *educational activities* (i.e., interactions that encourage the child to learn, such as assistance with homework), and *recreational activities* (i.e., activities that foster the child's social, emotional and cultural development, such as engaging in sports). The present study will only evaluate the effects of strain-based WIF on recreational activities. This choice is based on the results of Cho's (2010) study, which revealed that guilt is a trait that has a moderating effect only on recreational activities. According to her study, there is little connection between guilt and the frequency of passive parent-child activities, since, independently of the presence of such a feeling, the individual experiencing a high level of strain-based WIF will naturally be more inclined to choose to invest in activities that require a lower investment of energy, such as watching television (Cho, 2010). In regard to educational activities, Cho (2010) posits that guilt also has little impact on their frequency, since, compared to other types of activity, they are considered essential for children's development. Parents would thus prioritize this type of activity after their workday, independently of their level of WFG. In contrast, in a context where the strain-based WIF is high, recreational activities can be perceived as a luxury that parents may decide not to offer to their children. However, the results of Cho's (2010) and Cho and Allen's (2012) studies emphasize that parents who feel guilty have a tendency to compensate for their absences through various strategies that allow them to offer their children the luxury that recreational activities represent. Leith and Baumeister (1998) affirm in this regard that individuals with a high degree of guilt also have a greater facility for putting themselves in the other's place (i.e., to demonstrate more empathy), and for undertaking a series of actions that make it possible to genuinely please the person who is perceived as having been hurt. Thus, considering that recreational activities are generally those most appreciated by children, compared to educational or passive ones, it is expected that WFG will more strongly motivate parents to actually engage in such activities with their children (Cho, 2010). Based on the preceding discussion, the following hypotheses will thus be verified.

Hypothesis 1. Strain-based WIF at time 1 will be negatively linked to the subjective frequency of parent-child recreational activities at time 2.

Hypothesis 2. WFG at time 1 will moderate the link between strain-based WIF at time 1 and the subjective frequency of parent-child recreational activities at time 2. Thus, the negative relationship between strain-based WIF and the subjective frequency of interactive activities will be weaker among those with a high level of WFG.

3.4 Recreational Activities as a Mediator between Strain-based WIF and Life Satisfaction

Although numerous studies have suggested that factors such as strain-based WIF (Cho, 2010; Cho & Allen, 2012; Foucreault & Ménard, under review) can explain the reduction in parent-child recreational activities, the influence of the frequency of these activities on the parent is unknown. Several researchers have suggested that one of the main consequences of strain-based WIF is the reduction of employees' life satisfaction (see Allen, Herst, Bruck, & Sutton (2000) for a comprehensive review). Rice (1984) defines life satisfaction as the degree to which an individual perceives his/her life experiences (e.g., roles as a parent and as an employee) as satisfying personal needs and aspirations, both physical and psychological. While the level of life satisfaction has been widely studied in the field of work-family research, to our knowledge, no study has empirically verified whether the negative relationship between strain-based WIF and life satisfaction could in part be explained by a reduction in the frequency of parent-child recreational activities during off-job time.

The conservation of resources theory (COR; Hobföll, 1989) can help to understand how demands arising from the work environment and family life can limit the frequency of parent-child activities and thereby impair employees' life satisfaction. Hobföll (1989) proposes that individuals try to conserve, protect and consolidate their

resources. A stress reaction occurs when resources are threatened, when resources are lost, or when there is an insufficient increase in resources following an important investment. In this regard, a resource valued by the individual can be emotional (e.g., motivation), physical (e.g., energy) or cognitive (e.g., concentration; Zijlstra & Sonnentag, 2006). This theory thus holds that the work environment is potentially stressful, since the demands that may arise from it can weaken the employee's resources (Grandey & Cropanzano, 1999). Off-job time, such as evenings and weekends, consequently appear to be essential for successful recovery of the resources invested in work (von Thiele Schwarz, 2011). Numerous empirical studies have shown that positive experiences between work shifts, such as engaging in recreational activities with one's children, are crucial for avoiding problems linked to occupational stress, such as a decline in life satisfaction (Fritz & Sonnentag, 2005, 2006; Grandey & Cropanzano, 1999).

According to Volman et al. (2013), parent-child activities might be a positive experience that may help employees recover cognitive resources between off-work periods as engaging in these activities increase the possibility of cognitive distraction from job-related duties. In fact, since parents are likely to be absorbed when they devote time to these enjoyable activities with their children, they may experience a high level of psychological detachment from work which is known as an important antecedent of individuals' off-job recovery (Sonnentag & Fritz, 2007, Volman et al., 2013). To date, no study has clearly shown whether engaging in parent-child activities facilitates or hinders employees' recovery of resources, thereby influencing their level of life satisfaction. In the present study, it will thus be examined if a reduction of the perceived amount of parent-child recreational activities due to strain-based WIF explains the negative relationship between the latter and employees' life satisfaction.

Hypothesis 3. The subjective frequency of the recreational activities that the participant engages in with children at time 2 will mediate the relationship between strain-based WIF at time 1 and life satisfaction at time 2.

3.5 WFG as a Moderator of the Indirect Relationship between Strain-based WIF and Life Satisfaction

Although the results of the studies by Cho (2010) and Cho and Allen (2012) present WFG as being adaptive since it fosters greater investment by parents in their children, this feeling may also have a darker side since it involves an inherent sense of failure regarding family responsibilities (Borelli, Nelson, River, Birken, & Moss-Racusin, 2016; Glavin et al., 2011; Harder et al., 1992; Korabik & McElwain, 2005; O'Connor et al., 2002). This sense of failure can in fact be very costly over the long term (Borelli et al., 2016). Individuals who believe that work-related tensions diminish the quality of their parental investment and who feel guilty about this may be more inclined to invest resources insistently in their children in order to lower their sense of failure (Cho, 2010; Cho & Allen, 2012; Seagram & Daniluk, 2002). However, regardless of how much energy they invest in their children, these individuals remain susceptible to feeling guilty every time they divert more attention to their personal needs than to those of their children (Johnston & Swanson, 2007; Seagram & Daniluk, 2002). Thus, in order to limit such negative feeling, the parents will avoid recognizing their own need for recovery (e.g., through engaging in social activities or sports), and will continue to invest energy in the parent-child relationship (Craig, 2007; Johnston & Swanson, 2007). Yet long-term negative repercussions to such an overinvestment can be expected, such as a decrease in life satisfaction.

The JD-R model (Demerouti et al., 2001) and the differentiated job demands-resources model (Crawford et al., 2010) can help understand why investing in one's children contributes less to life satisfaction for individuals who report a high level of WFG compared to those who experience a low level of WFG. The JD-R model

(Demerouti et al., 2001) suggests that there must be a balance between demands (e.g., workload) and resources (e.g., positive feedback from a supervisor) arising from work in order to foster commitment to work and a low level of burnout. This model also predicts that experiencing such positive emotional states at work contributes, in turn, to employees' life satisfaction (Demerouti et al., 2000). This model was first designed in order to explain how demands (e.g., workload) and resources (e.g., supervisor support) at work interact and affect individual's psychological health (e.g., life satisfaction). However, since the work and family domains are closely linked (Voydanoff, 2005), the processes presented in these models can also help to understand phenomena that occur in the family domain. Several researchers have linked the literature specific to this model (Crawford et al., 2010, Demerouti et al., 2000) to that of the work-family interface (Bakker, Demerouti & Schaufeli, 2005, Montgomery, Peeters, Schaufeli & Ouden, 2003, Peeters, Montgomery, Bakker & Schaufeli, 2005, Tone Innstrand, Melbye Langballe, Arild Espnes, Falkum & Gjerl w Aasland, 2008) and showed that excessive demands (e.g., child care) and an inadequate level of resources (e.g., spouse support) in the family domain is related to the development of psychological health problems among workers.

Along with the JD-R model, the differentiated job demands-resources model developed by Crawford et al. (2010) makes an important distinction, suggesting that demands can be classified into two main categories: (1) a hindrance stressor or (2) a challenge stressor. Demands classified as *hindrance stressors* are those that are perceived as hindering the growth or potential gains for the individual. Demands in the category *challenge stressors* are those that are evaluated as having potential to foster gains and personal development for the individual. Although some types of demands are almost always classified as a hindrance or a challenge stressor because of their binding or challenging nature (e.g., red tape = hindrance stressor), Crawford et al. (2010) and LePine et al. (2005) suggest that individuals classify demands as a function of their personal characteristics (e.g., personality traits). In this connection,

the general tendency of individuals to feel WFG is a personal characteristic that has the potential to influence this classification. As mentioned previously, parents who feel guilty believe they are obliged to take action to correct their transgression (Baumeister et al., 1994). Consequently, if parents who feel WFG are essentially motivated to undertake recreational activities with their children to reestablish a quality relationship with them (Cho & Allen, 2012), it is probable that these activities will be considered to be a parental obligation (Cunningham, Steinberg, & Grev, 1980). Yet in being perceived as an obligation, it is also possible that the activities undertaken with children are perceived by the parent as a demand, requiring a supplementary investment of resources during his/her off-job time (Cho, 2010; Zijlstra & Sonnentag, 2006). It is also probable that, for parents who feel guilty, the obligatory aspect of recreational activities leads to classification of this demand as a hindrance stressor, since feelings of pressure and negative emotions are linked to it. On the other hand, parents who do not feel guilty may perceive their investment in their children as being self-determined and this may favor the presence of positive emotions. It is therefore expected that for these individuals, parent-child activities will be considered as a challenge stressor, and, as a result, will be positively linked to their life satisfaction. Following this logic, the presence of moderated mediation is postulated in this study.

Hypothesis 4. The indirect effect of strain-based WIF at time 1 on life satisfaction at time 2 through the subjective frequency of parent-child recreational activities at time 2 will be moderated by work-family guilt at time 1. The positive relationship between subjective frequency of parent-child recreational activities and life satisfaction will thus be less strong in parents who feel guilty compared to those who do not.

3.6 Spouse Instrumental Support as a Resource Fostering Life Satisfaction

The JD-R model (Crawford et al., 2010; Demerouti et al., 2000; Demerouti et al., 2001) also suggests that in addition to investigating demands (e.g., recreational activities), it is important to consider the resources that are available to employees and that can both facilitate their off-job recovery and contribute to their life satisfaction. In this regard, several researchers affirm that social support is one resource that can limit the effects of occupational stress on health (Cohen & Wills, 1985; House, 1981; LaRocco, House, & French Jr, 1980; Repetti, 1989). It is therefore plausible that spouse support is a resource that allows employees to reduce the negative effect of demands (e.g., recreational activities) on their life satisfaction. Furthermore, Cohen and Syme (1985) propose that for social support to be effective in countering the deleterious effects of a stressor (i.e., a demand), the kind of support offered must correspond directly to the needs of the individual. In the present study's model, the stressor examined concerns parent-child recreational activities as a demand arising from the family environment. In this specific case, spouse instrumental support (i.e., tangible assistance; House, 1981) in terms of investment in their children could make it possible to reduce the negative effect of this demand on the parent. By also becoming involved in recreational activities with their children, the spouse makes it possible for the parent to accumulate resources in terms of time (Wood & Repetti, 2004). Subsequently, the parent can invest this gain in time in other activities (e.g., physical activities) that favor replenishment of resources and consequently contribute to life satisfaction (Sonnentag, 2001). The following hypothesis will therefore be verified:

Hypothesis 5. The frequency of recreational activities undertaken by the spouse with children, as perceived by the participant at time 1, will be positively linked to life satisfaction at time 2.

The hypotheses proposed in this study are depicted in Figure 1.

 Figure 1 near here

3.7 Method

3.7.1 Participants and Procedure

The Institutional Review Board of the authors' University approved the project. Participants were recruited in collaboration with the administration of 14 schools, 5 school board's parents' committees, 11 day camps and one professional order (i.e., nurses). These partners sent an email to affiliated parents, explaining the general goal of the project, with a link to the first on-line questionnaire on the survey portal *SurveyMonkey*. This on-line questionnaire included the consent form, which underlined the voluntary and confidential nature of the study, the sociodemographic and control variables (i.e., marital status, number of work hours per week, number of children; Grandey & Cropanzano, 1999; Sluiter, 1999), and the strain-based WIF, WFG, and spouse instrumental support scales. Three months later, participants who had completed the first questionnaire received a link to the second on-line questionnaire. This questionnaire comprised both the parent-child recreational activity and life satisfaction scales. Completing each of the questionnaires offered participants a chance to win a prize in a drawing (7 X \$50).

In total, 388 working parents completed the first questionnaire. Three months later, 300 participants completed the second on-line questionnaire (response rate = 74.29%). Among these participants, 11 were removed from the final sample because they did not meet the study criteria, which were: (1) aged 18 or over, (2) working more than 30 hours per week, (3) have a spouse (i.e., a husband or common-law partner) living in the same home and (4) have at least one child between the ages of 5 and 10 living at home and presenting no pervasive developmental disorder or learning

disability. The latter criterion was included since: (1) the nature (e.g., passive or active activities) and the frequency of parental activities varies as a function of the child's age (Dunst, Hamby, Trivette, Raab, & Bruder, 2002; Martin, 1975) and abilities (Greenspan, Wieder, & Simons, 1998), and (2) parent-child interactions generally decline as children get older (Roeter, Van Der Lippe, & Kluwe, 2009). The final sample ($n = 289$) was primarily composed of women (81.7%). The average age of participants was 38.28 years old ($SD = 4.62$), and the majority had a university degree (65.1%). They worked on average 39.05 hours per week ($SD = 5.88$). They were working in different public (50.9%), private (38.4%), parapublic (5.2%) as well as non-profit organizations (6.5%). The majority had at least two children living at home (87.2%) and 49.8% were married.

3.7.2 Measures

Strain-based WIF. Strain-based WIF was measured using the subscale developed by Carlson et al. (2000) and translated into French by Leduc et al. (2016). Participants were asked to indicate, for each of the 3 items (e.g., "I am often so emotionally drained when I get home from work that it prevents me from contributing to my family"), to what degree the statement describes their general experience, on a Likert scale from 1 (*strongly disagree*) to 5 (*strongly agree*). The Cronbach's alpha obtained in this study ($\alpha = .84$) is comparable to that of the original scale ($\alpha = .85$).

Work-family guilt. WFG was measured using the short version of the subscale on work-related guilt that interferes with family life, from McElwain's (2009) Work-Family Guilt Scale (WFGS). Participants indicated to what degree each of the statements (4 items; e.g., "I feel guilty for not being able to take care of my child(ren) as well as I would like to") corresponded to their general feeling, on a scale from 1 (*strongly disagree*) to 6 (*strongly agree*). Considering that participants were francophone, the scale was translated from English to French by back translation (Brislin, 1970; Vallerand, 1989). The Cronbach's alpha for this study ($\alpha = .86$) is

similar to that obtained by McElwain (2009; $\alpha = .91$).

Recreational activities. Cho and Allen's (2012) subscale of recreational activities in the Parent-Child Interactive Behaviors Measure (PCIBM) was used to evaluate the subjective frequency of recreational activities generally engaged in by the participants with their children. Participants were asked to indicate, in general, at what frequency they engage in each of the activities identified (5 items; e.g., "I play outside with my child"). Contrary to Cho and Allen's original measure (2012), which had a seven-point Likert scale from 1 (*never*) to 7 (*25 times or more in the past 4 weeks*) and which evaluated the actual frequency of activities over the course of the past 4 weeks, this study instead used a 5-point scale (1 = *not at all*; 5 = *a great deal*) and evaluated the general subjective frequency of each of the activities. This adjustment was made to better account for individuals' level of subjective satisfaction with regard to the frequency of their recreational activities with their children, as a function of their interiorized social standards. For example, a parent could believe that engaging 10 times in recreational activities per month with his/her child constitutes a frequency of "many", whereas another individual could consider this insufficient, having other interiorized social norms. This sub-scale was also translated from English to French by back translation (Brislin, 1970; Vallerand, 1989). The Cronbach's alpha for this study ($\alpha = .88$) is comparable to that of the original study ($\alpha = .92$).

Spouse instrumental support. Spouse instrumental support was also evaluated with Cho and Allen's (2012) subscale. Thus, in addition to asking participants to report their own behavior with their children, scale instructions were modified to ask the participant to indicate their perception of the frequency at which their spouse does each of the activities mentioned (e.g., 5 items; "My spouse plays outside with my child") on a scale from 1 (*not at all*) to 5 (*a great deal*). This sub-scale was translated from English to French by back translation (Brislin, 1970; Vallerand, 1989). The Cronbach's alpha obtained ($\alpha = .81$) is similar to that of the original study ($\alpha = .92$).

Life satisfaction. Life satisfaction was measured using the Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) translated by Blais et al. (1989). Participants were asked to indicate to what degree they generally agree with the statements (5 items; e.g., "In most ways my life is close to my ideal") presented, on a scale from 1 (*strongly disagree*) to 7 (*strongly agree*). The Cronbach's alpha for this study ($\alpha = .93$) is close to that of Diener et al. (1985; $\alpha = .87$).

3.8 Results

3.8.1 Confirmatory Factor Analysis

A confirmatory factor analysis (CFA) was conducted using Mplus 7 software (Muthén & Muthén, 2012), in order to verify that the proposed model does indeed contain five independent variables (i.e., strain-based WIF, WFG, recreational activities, spouse instrumental support, and life satisfaction). The variance of an item was fixed at 1.0 for each latent variable (Wang & Wang, 2012). Based on the recommendations of Kenny (2014), the fit indices for this factor analysis indicate that the five-factor model fits the data well ($\chi^2(199) = 327.66, p < .001$, RMSEA = .05 [.04; .06], CFI = .97, TLI = .91, SRMR = .06). The model is also superior to a four-factor model in which the three items related to strain-based WIF were combined with those of WFG: $\Delta\chi^2(4) = 134.88, p < .001$.

3.8.2 Descriptive Statistics and Bivariate Correlations

Table 1 shows descriptive statistics and bivariate correlations. All variables possess satisfactory internal consistency (i.e., $\alpha > .70$; Nunnally, Bernstein, & Berge (1967)). Gender is positively linked to WFG ($r = .12, p < .05$), which indicates that women reported more WFG than men. Further, spouse instrumental support is positively linked to parent-child recreational activities ($r = .38, p < .01$). Finally, contrary to expectations, WFG is negatively associated with parent-child recreational activities ($r = -.37, p < .01$).

Table 1 near here

3.8.3 Path Analyses

In order to test the hypotheses, path analyses were conducted using Mplus 7 software (Muthén & Muthén, 2012). All independent variables were standardized and, using the macro PROCESS created by Hayes (available at: <http://www.offbeat.group.shef.ac.uk/FIO/model7.htm>), strain-based WIF was defined as an independent variable, WFG as a moderating variable, parent-child recreational activities as mediating variable and life satisfaction as an dependent variable. As well, a direct link between spouse instrumental support and life satisfaction was modeled. Fit indices for this model were as follows: $\chi^2 (10) = 61.95, p < .001$, RMSEA = .13 [.10; .17], CFI = .74, TLI = .71, SRMR = .08. These fit indices show that the model does not correspond well to the data. Consequently, the standardized residuals (Z-scores) for the covariances matrix were observed to correct the model obtained. Observation of this matrix made it possible to note that instrumental spouse support needed to be modeled as a predictor of parent-child recreational activities rather than as a predictor of life satisfaction. This is the case, in part because the residual correlation between support and activities ($r = 6.05$) was not in the interval of -1.96 to +1.96 for a desired alpha of $p < .05$. Furthermore, this link was also modeled because it is supported by Feldman (2000) who states that spouse instrumental support can have a positive influence on parental investment in one's child. This relationship will be addressed in greater depth in the Discussion section. Fit indices for this new model were as follows: $\chi^2 (10) = 26.28, p < .01$, RMSEA = .08 [.04; .11], CFI = .92, TLI = .91, SRMR = .06. These fit indices suggest that this new model corresponds well to the data, with the exception of the upper bound of the RMSEA,

which is higher than .10. In this regard, Kenny et al. (2014) state that, in a model with few parameters, such as this one, the upper bound will almost always be too high.

Figure 2 presents the relationships between the variables in the new model. Strain-based WIF is negatively linked to subjective frequency of parent-child recreational activities ($\beta = -.41, p < .001$), thus supporting Hypothesis 1. However, contrary to Hypothesis 2, WFG does not moderate this relationship ($\beta = .03, ns$). Recreational activities ($\beta = .27, p < .001$) and WFG ($\beta = -.15, p < .05$) were significantly correlated with life satisfaction. However, these main effects were qualified by an interaction effect between recreational activities and WFG on life satisfaction ($\beta = .12, p = .05$). Figure 3 shows that the relationship between parent-child recreational activities and life satisfaction is significant when WFG is low ($\beta = .18, p < .05$) and high ($\beta = .34, p < .05$).

 Figures 2 and 3 near here

A bootstrap test of significance with 5,000 bootstrap samples (Hayes, 2012) was conducted in order to verify the presence of a moderated mediation. The results support Hypothesis 3, which proposes that recreational activities mediate the relationship between strain-based WIF and life satisfaction, and Hypothesis 4, which states that this mediation is moderated by WFG. Figure 3 shows that the indirect effect of strain-based WIF on life satisfaction through recreational activities is significant and negative when WFG is low ($-.09, SE = .04, p < .05, 95\% CI = [-.16, -.02]$) or high ($-.18, SE = .04, p < .001, 95\% CI = [-.28, -.11]$).

 Figure 4 near here

Analyses also show a positive relationship of spouse instrumental support on parent-child recreational activities ($\beta = .33, p < .001$). A bootstrap test of significance with 5,000 bootstrap samples (Hayes, 2012) was conducted to verify the presence of mediation between spouse instrumental support on life satisfaction through parent-child recreational activities. The results support the presence of a mediation (.09, $SE = .03, p < .001, 95\% CI = [.05, .17]$). Thus, Hypothesis 5 is not supported, as it proposes a direct link between spouse instrumental support and life satisfaction, whereas this link is actually indirect and occurs through participants recreational activities with their children.

3.8.4 Additional Analyses

As the mediator (i.e., recreational activities) and the dependent variable (i.e., life satisfaction) were both evaluated in the second questionnaire, the reverse causality of life satisfaction (T2) predicting recreational activities (T2) was verified. The fit indices were as follows: ($\chi^2 (6) = 19.91, p < .01, RMSEA = .09 [.05; .14], CFI = .96, TLI = .90 SRMR = .04$). The value of the RMSEA indicated a poor fit for this alternative model and the modification indices showed that recreational activities should instead be modeled as a predictor of life satisfaction, thus supporting the directionality of the phenomenon of the initial study's model.

3.9 Discussion

This study sought to highlight the effects of WFG on parental investment and parents' life satisfaction. The first objective of the study concerned its effects on parent-child relationship, and aimed to determine whether parents who feel guilty and experience a high level of strain-based WIF have a tendency to engage in more parent-child recreational relationships than parents who experience a low level of WFG. Contrary to Cho and Allen's (2012) studies, results here indicate that, independently of their level of strain-based WIF, parents who feel guilty do not

perceive that they engage in a higher frequency of parent-child activities than those who do not feel guilty. The adaptive and beneficial function of WFG on the parent-child relationship (i.e., an increase in the frequency of recreational activities; Cho & Allen, 2012) is thus not supported by the results of the present study.

The second objective concerned the effects of WFG on the parent, and aimed to show that WFG attenuates the beneficial effect of parent-child recreational activities on parents' life satisfaction. Results show that WFG is harmful for parents. More precisely, the interaction between recreational activities and WFG on life satisfaction is significant. All simple slopes are positive and significant, suggesting that recreational activities promote life satisfaction for individuals with low and high values on WFG. However, as shown in Figure 3, WFG significantly reduces the beneficial effect of recreational activities on life satisfaction for parents who have reported performing a smaller amount of these activities. In line with the model of Crawford et al., (2010), performing these activities seem to allow less resource acquisition (e.g., an increase in life satisfaction) for individuals higher in WFG as they may perceive these demands as more threatened than for those lower in WFG.

Furthermore, Figure 3 also shows that the positive relationship between the perceived amount of recreational activities and parents' life satisfaction is stronger for individuals high in WFG (i.e., the beta of their simple slope is higher than the one of individuals low in WFG) even if the latter have always reported a lower level of life satisfaction. This result suggests that, while recreational activities might be classified as a hindrance stressor (Crawford, et al., 2010) by those high in WFG, performing these activities might also increase resources acquisition such as self-esteem as it gives an occasion to repair the harm parents believe they have done to their children. For parents who report feeling guilty, investing in this type of activities might thus be costly in terms of resources (i.e., energy) as they may classify this demand as a hindrance stressor that is not intrinsically motivated but it may also improve their

self-image, explaining why they had a lower level of life satisfaction even if the effect of recreational activities was stronger for them than for those low in WFG.

As depicted in Figure 3, WFG also has a smaller influence on the relationship between recreational activities and life satisfaction for parents who have invested heavily in recreational activities than for those who performed a low level of these activities. This is probably due to the fact, by doing a very high amount of recreational activities with their children, parents have more opportunities to experience psychological detachment from work, which is an important antecedent to recovery from work (Sonnentag & Fritz, 2007). In line with the COR theory (Hobföll, 1989), as they allow cognitive distraction from job-related duties, a high amount of these activities might thus facilitate the recovery of cognitive resources after work and life satisfaction almost as well for parents who feel guilty than for those who do not really experience this feeling (Volman et al., 2013).

Figure 4 also indicates that the conditional effect of strain-based WIF on life satisfaction is moderated by WFG (with the amount of parent-child recreational activities as a mediator). Both simple slopes are negative and significant, suggesting that strain-based WIF reduces life satisfaction for parents with low and high values on WFG. However the negative relationship between strain-based WIF and life satisfaction was higher among those who reported a high level of WFG, suggesting that guilt-prone persons may have a greater vulnerability to their strain-based WIF than those who generally report a lower level of WFG. Judge et al. (2006) stated that this greater vulnerability in the context of high strain-based WIF is related to the fact that guilt-prone individuals are likely to feel distressed whenever they act contrary to the inner code (e.g., when they did not invest energy to their children).

Figure 4 also shows that WFG significantly reduced the perceived level of life satisfaction among individuals low in strain-based WIF. However, for parents who have reported a high level of strain-based WIF, WFG had a smaller influence on their

perceived level of life satisfaction. According to the COR theory (Hobföll, 1989), parents who struggle with a high level of strain-based WIF might have drained their resources reservoir at work and might thus have had fewer resources to invest themselves in recreational activities after work. Since they might only have invested a small amount of their energy in recreational activities (i.e., the mediator), whether these latter were perceived as a hindrance or challenge stressor (Crawford et al., 2010) might have had little influence on their level of life satisfaction. In other words, the near absence of recreational activities carried out by parents high in strain-based WIF could explain why these latter had a low level of life satisfaction no matter their respective level of WFG.

The final objective of this study was to determine whether spouse instrumental support serves as a resource that contributes to a parent's life satisfaction. Results show that spouse instrumental support does indeed foster the parent's life satisfaction, but that this effect is indirect and explained by the increase in subjective frequency of parent-child recreational activities.

3.9.1 Theoretical Implications

The present article contributes to the literature on WFG by showing that the consequences of WFG are experienced as negative for both parent-child relationship and parents. Although Cho and Allen's (2012) studies showed that guilt fosters an increase in the frequency of recreational activities with children, parents who feel guilty nonetheless have a tendency to perceive their participation in these activities as insufficient when they are struggling with strain-based WIF. Thus, although Cho and Allen (2012) showed that guilt can perhaps be beneficial for parent-child relationship since they receive more attention from their parents, the present study rather supports the results of Foucreault and Menard's (under review) diary study by suggesting that parents experience difficulty feeling satisfied with their level of involvement with their children. The present study also suggests that parents who feel guilty do not

benefit efficiently from the activities they engage in with their children. Consistent with the model proposed by Crawford et al. (2010), these parents seem to rather perceive parent-child activities as an obligation/hindrance stressor, and gain fewer resources favorable to their own life satisfaction than parents who do not feel guilty and who perceive these activities as a challenge.

The results of the present study also deepen our understanding of the role of spouse instrumental support in the context of strain-based WIF. Results of the path analyses show that when the spouse offers practical assistance to their children (i.e., also undertaking recreational activities with the children), there is an indirect effect on the life satisfaction of the participant, by fostering an increase in the subjective frequency of the participant own parent-child recreational activities. The spouse's participation thus serves as a contextual resource (ten Brummelhuis & Bakker, 2012) that motivates parents to invest more in their child, thus increasing their level of life satisfaction. Bronfenbrenner (1989) and Feldman (2000) offer a possible explanation for this indirect effect. They suggest that the birth of a child often brings with it an imbalance in the division of household responsibilities, even in couples who previously divided tasks in an egalitarian fashion. This imbalance can lead to a perception of inequity, and contribute to the emergence of resentment in the partner taking on more responsibilities. These authors note that the resentment experienced by this spouse is often transferred to the parent-child relationship, and manifests itself in a reduction of the physical and mental energy invested in interactions with his/her child. Furthermore, according to Bronfenbrenner's (1989) ecological systems theory, when there is an egalitarian division of family responsibilities among the two parents, both are more open to involvement with the child, since they have no resentment towards their spouse (Feldman, 2000). In short, consistent with the assertions made by Bronfenbrenner (1989), the present study argues that parents who feel supported by their spouse are more inclined to become involved with their children, which can contribute to their level of life satisfaction (Feldman, 2000).

In this vein, since the study's sample was primarily comprised of women, results have theoretical implications for gender role expectations. As stated by Feldman (2000), women in our modern society adhere, in principle, to egalitarian views, but childcare still lies mainly on their shoulders. Considering this, fathers' investment with children is thus perceived as a "social support" that men provide to women. Results from the present study thus show that when a mother feels instrumental assistance from her partner (i.e., a man), she is more willing to invest herself in children recreational activities, as she felt supported executing a chore that the society mainly expects women to do. In short, consistent with the assertions made by Bronfenbrenner (1989), the present study argues that when parents, and mainly women, feel supported by their spouse, they are more inclined to become involved with their children, which can contribute to their level of life satisfaction (Feldman, 2000).

3.9.2 Practical Implications

Considering that the present study suggests that WFG has a negative effect on both the perception of parental investment and parental life satisfaction, it seems important to identify strategies to attenuate this feeling. Festinger's (1957) cognitive dissonance theory can be useful in this regard. This theory suggests that individuals experience uncomfortable strain, referred to as cognitive dissonances, when certain circumstances lead them to engage in behavior that conflicts with their personal beliefs. For example, parents who adhere to current social norms that encourage them to invest more at work and at home (Hobson & Fahlén, 2009) are subject to feeling cognitive dissonance, and therefore guilt, if work-related pressure prevent them from performing adequately in their role as a parent (Johnston & Swanson, 2007). Johnston and Swanson (2007) suggest that parents can implement two main strategies, one cognitive and the other behavioral, in order to lower their level of dissonance and ease their uncomfortable emotional state. On the one hand, they can increase the

frequency of their interactions with their children (behavioral strategy) by changing the situational constraints associated with their professional status (e.g., by decreasing their work hours). However, few employees have the economic privilege of adopting this strategy and renegotiating their employment conditions in this direction (Johnston & Swanson, 2007). On the other hand, to reduce their guilt feelings, these parents may also adopt a cognitive strategy of reformulation, and change the cognitions linked to their parental ideology. For example, consistent with the theory of work-family enrichment (Greenhaus & Powell, 2006), these parents can integrate the idea that by becoming actively involved in the sphere of their professional life, they gain resources (e.g., self-esteem) that allow them to increase their well-being and thus improve the quality of their interactions within the family domain. By adopting the idea that participation in the labor market can restore personal resources and consequently benefit the quality of the parent-child relationship, these parents could reduce their guilt feelings and improve their life satisfaction.

In addition, since the results of the present study show that spouse support has a considerable effect on the life satisfaction of parents struggling with strain-based WIF, it is fundamentally important that we do more to encourage the presence of egalitarian relationships within families in our society. To do this, organizations could ensure that their work-family policies (e.g., flexible hours) apply to and are used by both men and women. Based on Sen's (1980) capability approach, Hobson and Fahlén (2009) stated that even if there is work-family policies in an organization, employees will not necessarily use them. According to these researchers, fathers in western cultures increasingly have access to work-family policies, but certain organizational and institutional norms discourage their use (Hobson & Fahlén, 2009). In fact, many employees do not take advantage of these organizational policies, since they do not feel they can do so legitimately and worry that their colleagues would frown them upon or that this would be detrimental to their professional success (Rothbard, Phillips, & Dumas, 2005). However, these strategies have been

implemented to foster greater life satisfaction and facilitate recovery of energy expended at work, both of which are recognized in the literature as being beneficial for employees' performance in the workplace (Fritz & Sonnentag, 2005; Jones, 2006). Employers would thus have an interest in encouraging their employees to take advantage of such policies, since parents, children and the organization seem to benefit from an egalitarian division of the responsibilities associated with raising children.

3.9.3 Strengths, Limitations and Suggestions for Future Research

The main strength of this study lies in the multi-wave design used, since this makes it possible to examine the consequences of WFG over time. However, the study also has limitations that should be mentioned. The present study does not account for the transitory aspect of strain-based WIF. In fact, the methodology used does not consider the influence that the moment of completion of the questionnaires can have on the results obtained. Parents' work schedules and the level of strain-based WIF they perceive can fluctuate from day to day and even from one week to another. It is thus probable that parents filled out questionnaires on their days off and that their responses did not capture all the consequences of their guilt (e.g., its effect on the subjective frequency of recreational activities), which is no doubt weaker during respite periods (Ford, Heinen, & Langkamer, 2007). Consequently, researchers investigating the effect of guilt are encouraged to use other methods, such as experience sampling (Larson & Csikszentmihalyi, 1983), in order to be able to take into account the effect of the moment when questionnaires are completed.

A second limit is linked to the fact that the measure of recreational activities used in this study does not make it possible to know the actual time parents devote to recreational activities. The modifications made on this measure may explain the disparity between the results obtained here and those of Cho and Allen (2012). These researchers used a seven-point Likert scale to evaluate the actual frequency (e.g.,

once per day) with which each of the recreational activities was engaged in during the last four weeks. The present study instead measured parents' subjective frequency of recreational activities undertaken with their child, using a five-point Likert scale (from "*not at all*" to "*a great deal*"). As mentioned above, this change was made in order to account for the influence of norms interiorized by parents regarding their level of satisfaction related to their parental investment. In fact, society and organizations increasingly encourage parents to internalize unattainable performance standards in regard to the amount of resources (e.g., energy) they should invest in their children (Seagram & Daniluk, 2002). Since subjective frequency, rather than actual frequency, was measured in this study, it is possible that parents who feel guilty were also those who felt particularly under pressure in regard to their familial responsibilities. The satisfaction linked to the subjective frequency of parental investment can thus be tainted by guilt feelings: parents who feel guilty can experience greater difficulty perceiving that they have expended sufficient resources, with their children, compared to those who do not feel guilty. However, the measure used does not make it possible to determine whether there is a real difference between parents who feel guilty and those who do not, in terms of the time devoted to these activities. In future studies, it would be interesting to note the actual duration of recreational activities parents engage in with their children. The spouse could be invited to provide information on this point as well, in order to triangulate the data and thus reduce the common method variance bias (Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003).

A third limitation concerns the nature of the sample. In fact, although the study by Martínez et al. (2011) suggests that there is no gender-based difference in the frequency with which parents experience WFG, the over-representation of women in the study did not make it possible to confirm the absence of this disparity. This could have limited our understanding of the reality experienced by men in regard to the effects of guilt on recreational activities and life satisfaction. Researchers are thus

encouraged to refine the methodology of the present study to ensure equal representation of men and women in future samples.

Finally, the half-longitudinal design (Cole & Maxwell, 2003) used in this study makes it possible to examine the prospective relation between X (i.e., strain-based WIF) and M (i.e., recreational activities). However, this study's design may have biased the estimate between M and Y (i.e., life satisfaction), as only the contemporaneous relationship between M and Y were verified and as the initial level of these variables were not controlled. While results obtained in the additional analyses section indicated that the reversed causality is not supported by the data, researchers are encouraged to replicate the study's results by adding another measurement time and by controlling for the initial level of M and Y. Nevertheless, a three-wave design may be associated with a high attrition level that is systematically related to variables, such as strain-based WIF, evaluated at an earlier measurement time (i.e., systematic attrition; Asendorpf, Van De Schoot, Denissen, & Hutteman, 2014). This risk of producing biased results due to systematic attrition in such longitudinal design may be high amongst the population of interest (i.e., parents), since completing a questionnaire is time consuming and parents may be overwhelmed with work demands and young children's needs. In that case, researchers should pay close attention in choosing efficient attraction and retention strategies. A chance to win a prize in a draw may not be a sufficient compensation for this population and more attractive strategies should be explored. Researchers could also consider conducting a lower triangular design (assessing X at time 1, M at time 1 and at time 2, and Y at time 1, time 2 and time 3) that Mitchell and Maxwell (2013) describe as a viable and more economical alternative to the full three-wave longitudinal design.

3.10 Conclusion

The results of the present study contribute to the enrichment of knowledge in the growing field of research on the effects of WFG. In fact, this constitutes the first

multi-wave study (Crawford et al., 2010; ten Brummelhuis & Bakker, 2012) which shows that, in accordance with the JD-R model, WFG has primarily negative consequences since it does not benefit the parent-child relationship and it harms parents' life satisfaction. Hopefully, by giving support to the proposition that spouse instrumental support constitutes a strategy that fosters greater life satisfaction in a context of strain-based WIF, this study will encourage practitioners to implement interventions that will allow parents to take advantage of this important contextual resource.

References

- Allen, T. D., Herst, D. E., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: a review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology, 5*(2), 278-308. doi: 10.1037/1076-8998.5.2.278
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology, 22*(3), 309-328. doi: 10.1108/02683940710733115
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Schaufeli, W. B. (2005). The crossover of burnout and work engagement among working couples. *Human Relations, 58*(5), 661-689. doi: 10.1177/00187267050555967
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: an interpersonal approach. *Psychological Bulletin, 115*(2), 243-267. doi: 10.1037/0033-2909.115.2.243
- Blais, M. R., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Brière, N. M. (1989). L'échelle de satisfaction de vie: Validation canadienne-française du "Satisfaction with Life Scale.". *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement, 21*(2), 210-223. doi: 10.1037/h0079854
- Borelli, J. L., Nelson, S. K., River, L. M., Birken, S. A., & Moss-Racusin, C. (2016). Gender differences in work-family guilt in parents of young children. *Sex Roles, 1*-13. doi: 10.1007/s11199-016-0579-0
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 1*(3), 185-216. doi: 10.1177/135910457000100301

- Bronfenbrenner, U. (1989). Ecological systems theory. *Annals of Child Development*, 6, 187-249. doi: 10.1037/10518-046
- Canadian Nurses Association (2009) Tested solutions for eliminating canada's registered nurse shortage. Ottawa: Canadian Nurses Association. Retrieved from: https://cna-aiic.ca/~media/cna/page-content/pdf-en/rn_highlights_e.pdf
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., & Williams, L. J. (2000). Construction and initial validation of a multidimensional measure of work–family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 249-276. doi:10.1006/jvbe.1999.1713
- Cho, E. (2010). *Examining the relationship between work-to-family conflict and parenting behavior*. Tampa, FL: University of South Florida.
- Cho, E. (2013). *Daily recovery from work: The role of guilt*. Tampa, FL: University of South Florida.
- Cho, E., & Allen, T. D. (2012). Relationship between work interference with family and parent–child interactive behavior: Can guilt help? *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 276-287. doi: 10.1016/j.jvb.2011.12.002
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). Issues in the study and application of social support. In C. S. & Syme S. L (Eds.), *Social Support and Health* (pp. 3-22). San Francisco: Academic Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. doi: 10.1037/0033-2909.98.2.310
- Cohen, T. R., Panter, A. T., & Turan, N. (2012). Guilt proneness and moral character. *Current Directions in Psychological Science*, 21(5), 355-359. doi: 10.1177/0963721412454874

- Craig, L. (2007). How employed mothers in Australia find time for both market work and childcare. *Journal of Family and Economic Issues*, 28(1), 69-87. doi: 10.1007/s10834-006-9047-2
- Crawford, E. R., LePine, J. A., & Rich, B. L. (2010). Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test. *Journal of Applied Psychology*, 95(5), 834-848. doi: 10.1037/a0019364
- Cunningham, M. R., Steinberg, J., & Grev, R. (1980). Wanting to and having to help: Separate motivations for positive mood and guilt-induced helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(2), 181-192. doi: 10.1037/0022-3514.38.2.181
- De Hooge, I. E., Zeelenberg, M., & Breugelmans, S. M. (2007). Moral sentiments and cooperation: Differential influences of shame and guilt. *Cognition and Emotion*, 21(5), 1025-1042. doi: 10.1080/02699930600980874
- Demerouti, E., Bakker, A. B., & Bulters, A. J. (2004). The loss spiral of work pressure, work-home interference and exhaustion: Reciprocal relations in a three-wave study. *Journal of Vocational Behavior*, 64(1), 131-149. doi: 0.1016/S0001-8791(03)00030-7
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Geurts, S. A., & Taris, T. W. (2009). Daily recovery from work-related effort during non-work time. *Research in Occupational Stress and Well-being*, 7, 85-123. doi: 10.1108/S1479-3555%282009%290000007006
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2000). A model of burnout and life satisfaction amongst nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 32(2), 454-464. doi: 10.1046/j.1365-2648.2000.01496.x

- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499-512. doi: 10.1037/0021-9010.86.3.499
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Dunst, C. J., Hamby, D., Trivette, C. M., Raab, M., & Bruder, M. B. (2002). Young children's participation in everyday family and community activity. *Psychological Reports*, 91(3), 875-897. doi: 10.2466/pr0.2002.91.3.875
- Duxbury, L. E. (2005). *Dealing with work-life issues in the workplace: Standing still is not an option*. Kingston, Ontario: Queen's University. Industrial Relations Centre Press.
- Duxbury, L. E., & Higgins, C. A. (1991). Gender differences in work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76(1), 60-74. doi: 10.1037/0021-9010.76.1.60
- Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of Management Review*, 25(1), 178-199. doi: 10.2307/259269
- Feldman, R. (2000). Parents' convergence on sharing and marital satisfaction, father involvement, and parent-child relationship at the transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal*, 21(3), 176-191. doi: 10.1002/1097-0355(200007)21:3%3C176::AID-IMHJ3%3E3.0.CO;2-4
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL: Row, Peterson.

- Ford, M. T., Heinen, B. A., & Langkamer, K. L. (2007). Work and family satisfaction and conflict: a meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology, 92*(1), 57-80. doi: 10.1037/0021-9010.92.1.57
- Foucreault, A., & Ménard, J. (under review). Caring at work and at home: the effects of work-family guilt on nurses and their children. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 46* pp.
- Fritz, C., & Sonnentag, S. (2005). Recovery, health, and job performance: effects of weekend experiences. *Journal of Occupational Health Psychology, 10*(3), 187-199. doi: 10.1037/1076-8998.10.3.187
- Fritz, C., & Sonnentag, S. (2006). Recovery, well-being, and performance-related outcomes: the role of workload and vacation experiences. *Journal of Applied Psychology, 91*(4), 936-945. doi: 10.1037/0021-9010.91.4.936
- Geurts, S. A., & Demerouti, E. (2003). Work/non-work interface: A review of theories and findings. *The Handbook of Work and Health Psychology, 2*, 279-312. doi: 10.1002/0470013400.ch14
- Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics, 119*(1), 182-191. doi: 10.1542/peds.2006-2697
- Glavin, P., Schieman, S., & Reid, S. (2011). Boundary-spanning work demands and their consequences for guilt and psychological distress. *Journal of Health and Social behavior, 52*(1), 43-57. doi: 10.1177/0022146510395023
- Grandey, A. A., & Cropanzano, R. (1999). The conservation of resources model applied to work-family conflict and strain. *Journal of Vocational Behavior, 54*(2), 350-370. doi: 10.1006/jvbe.1998.1666

- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. doi: 10.5465/AMR.1985.4277352
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *The Academy of Management Review*, 31(1), 72-92. doi: 10.2307/20159186
- Greenspan, S. I., Wieder, S., & Simons, R. (1998). *The child with special needs: Encouraging intellectual and emotional growth*. Boston: Addison-Wesley/Addison Wesley Longman.
- Harder, D. W., Cutler, L., & Rockart, L. (1992). Assessment of shame and guilt and their relationships to psychopathology. *Journal of Personality Assessment*, 59(3), 584-604. doi: 10.1207/s15327752jpa5903_12
- Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [White paper]. Retrieved from <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf>.
- Hobföll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524. doi: 10.1037/0003-066X.44.3.513
- Hobson, B., & Fahlén, S. (2009). Applying sens capabilities framework to work family balance within a european context: Theoretical and empirical challenges. Edinburgh, UK: Working Papers on the Reconciliation of Work and Welfare in Europe.
- Hochschild, A. R. (1997). *The time bind: When work becomes home and home becomes work*. New York: Henry Holt.

House, J. S. (1981). *Work, stress and social support*. Philippines: Addison-Wesley.

Ilies, R., Schwind, K. M., Wagner, D. T., Johnson, M. D., DeRue, D. S., & Ilgen, D. R. (2007). When can employees have a family life? The effects of daily workload and affect on work-family conflict and social behaviors at home. *Journal of Applied Psychology*, 92(5), 1368-1379. doi: 10.1037/0021-9010.92.5.1368

Isenbarger, L., & Zembylas, M. (2006). The emotional labour of caring in teaching. *Teaching and Teacher Education*, 22(1), 120-134. doi: 10.1016/j.tate.2005.07.002

Johnston, D. D., & Swanson, D. H. (2007). Cognitive acrobatics in the construction of worker-mother identity. *Sex Roles*, 57(447-459). doi: 10.1007/s11199-007-9267-4

Jones, M. D. (2006). Which is a better predictor of job performance: Job satisfaction or life satisfaction? *Journal of Behavioral and Applied Management*, 8(1), 20-42. doi: 10.1.1.138.5654

Judge, T. A., Ilies, R., & Scott, B. A. (2006). Work-family conflict and emotions: Effects at work and at home. *Personnel Psychology*, 59(4), 779-814. doi: 10.1111/j.1744-6570.2006.00054.x

Kenny, D. A. (2014). Measuring model fit. Retrieved from <http://davidakenny.net/cm/fit.htm>

Kenny, D. A., Kaniskan, B., & McCoach, D. B. (2014). The performance of RMSEA in models with small degrees of freedom. *Sociological Methods & Research*, 1-22. doi: 10.1177/0049124114543236

- Ketelaar, T., & Tung Au, W. (2003). The effects of feelings of guilt on the behaviour of uncooperative individuals in repeated social bargaining games: An affect-as-information interpretation of the role of emotion in social interaction. *Cognition & Emotion*, 17(3), 429-453. doi: 10.1080/02699930143000662.
- Korabik, K. (2015). The intersection of gender and work–family guilt. In M. J. Mills (Ed.), *Gender and the Work-Family Experience* (pp. 141-157). London, UK: Springer.
- Korabik, K., & McElwain, A. (2005). Work–family guilt. In M. Pitt-Catsoupes & E. E. Kossek (Eds.), *Work and Family Encyclopedia Online*. Chestnut Hill, MA: Sloan Work and Family Research Network.
- Kubany, E. S. (1994). A cognitive model of guilt typology in combat-related PTSD. *Journal of Traumatic Stress*, 7(1), 3-19. doi: 10.1002/jts.2490070103
- LaRocco, J. M., House, J. S., & French Jr, J. R. (1980). Social support, occupational stress, and health. *Journal of Health and Social behavior*, 21(3), 202-218. doi: 10.2307/2136616
- Larson, R., & Csikszentmihalyi, M. (1983). *The experience sampling method*. In H. T. Reis (Ed.), *Naturalistic approaches to studying social interaction. New directions for methodology of social and behavioral sciences* (pp. 41-56). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Leduc, C., Houlfort, N., & Bourdeau, S. (2016). Work-life balance: The good and the bad of boundary management. *International Journal of Psychological Studies*, 8(1), 133-147. doi: 10.5539/ijps.v8n1p133

- Leith, K. P., & Baumeister, R. F. (1998). Empathy, shame, guilt, and narratives of interpersonal conflicts: guilt-prone people are better at perspective taking. *Journal of Personality*, 66(1), 1-37. doi: 10.1111/1467-6494.00001
- LePine, J. A., Podsakoff, N. P., & LePine, M. A. (2005). A meta-analytic test of the challenge stressor– hindrance stressor framework: An explanation for inconsistent relationships among stressors and performance. *Academy of Management Journal*, 48, 764 –775. doi : 10.1037/a0013090
- Martin, B. (1975). Parent-child relations. In I. F. D. Horowitz (Ed.), *Review of child development research* (Vol. 4, pp. 463-540): Chicago, IL: University of Chicago.
- Martínez, P., Carrasco, M. J., Aza, G., Blanco, A., & Espinar, I. (2011). Family gender role and guilt in Spanish dual-earner families. *Sex Roles*, 65(11-12), 813-826.
- McElwain, A. K. (2009). *An examination of the reliability and validity of the Work-Family Guilt Scale*. Guelph, CA: University of Guelph
- Montgomery, A. J., Peeters, M. C. W., Schaufeli, W. B., & Ouden, M. D. (2003). Work-home interference among newspaper managers: Its relationship with burnout and engagement. *Anxiety, Stress, and Coping*, 16(2), 195-211. doi: 10.1080/10615806.2003.10382973
- Morgan, W. B., & King, E. B. (2012). The association between work–family guilt and pro-and anti-social work behavior. *Journal of Social Issues*, 68(4), 684-703. doi: 10.1111/j.1540-4560.2012.01771.x
- Muthén, B. O., & Muthén, L. K. (2012). *Mplus User's guide : Seventh Edition* Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.

- Nelissen, R., Dijker, A., & De Vries, N. (2007). Emotions and goals: Assessing relations between values and emotions. *Cognition and Emotion*, 21(4), 902-911. doi: 10.1080/02699930600861330
- Nelissen, R., & Zeelenberg, M. (2009). When guilt evokes self-punishment: evidence for the existence of a Dobby Effect. *Emotion*, 9(1), 118-122. doi: 10.1037/a0014540
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 400-410. doi: 10.1037/0021-9010.81.4.400
- Nunnally, J. C., Bernstein, I. H., & Berge, J. M. t. (1967). *Psychometric theory* (Vol. 226). New York, NY: McGraw-Hill
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders*, 71(1), 19-27. doi: 10.1016/S0165-0327(01)00408-6
- Peeters, M. C., Montgomery, A. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2005). Balancing work and home: how job and home demands are related to burnout. *International Journal of Stress Management*, 12(1), 43-61. doi: 10.1037/1072-5245.12.1.43. 43
- Pleck, J. H. (1977). The work-family role system. *Social Problems*, 24, 417-427. doi: 10.1525/sp.1977.24.4.03a00040
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879-903. doi: 10.1037/0021-9010.88.5.879

- Repetti, R. L. (1989). Effects of daily workload on subsequent behavior during marital interaction: the roles of social withdrawal and spouse support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 651-659. doi: 10.1037/0022-3514.57.4.651
- Repetti, R. L. (1994). Short-term and long-term processes linking job stressors to father-child interaction. *Social Development*, 3(1), 1-15. doi: 10.1111/j.1467-9507.1994.tb00020.x
- Repetti, R. L., & Wood, J. (1997). Effects of daily stress at work on mothers' interactions with preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 11(1), 90. doi: 10.1037/0893-3200.11.1.90
- Rice, R. W. (1984). Organizational work and the overall quality of life. *Applied Social Psychology Annual*, 5, 155-178.
- Roeters, A., Van Der Lippe, T., & Kluwer, E. S. (2009). Parental work demands and the frequency of child-related routine and interactive activities. *Journal of Marriage and Family*, 71(5), 1193-1204. doi: 10.1111/j.1741-3737.2009.00663.x
- Rothbard, N. P., Phillips, K. W., & Dumas, T. L. (2005). Managing multiple roles: Work-family policies and individuals' desires for segmentation. *Organization Science*, 16(3), 243-258. doi: 10.1287/orsc.1050.0124
- Seagram, S., & Daniluk, J. C. (2002). "It goes with the territory" The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children. *Women & Therapy*, 25(1), 61-88. doi: 10.1300/J015v25n01_04
- Sen, A. (1980). Equality of what? In McMurrin (Ed.), *The Tanner lectures on human values* (pp. 185-220). Cambridge, UK: Cambridge Univ Press.

- Sluiter, J. K. (1999). The influence of work characteristics on the need for recovery and experienced health: a study on coach drivers. *Ergonomics*, 42(4), 573-583. doi: 10.1080/001401399185487
- Sonnentag, S. (2001). Work, recovery activities, and individual well-being: A diary study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6(3), 196-210. doi: 10.1037/1076-8998.6.3.196
- Sonnentag, S., & Bayer, U. V. (2005). Switching off mentally: predictors and consequences of psychological detachment from work during off-job time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(4), 393-414. doi: 10.1037/1076-8998.10.4.393
- Sonnentag, S., & Natter, E. (2004). Flight attendants' daily recovery from work: is there no place like home? *International Journal of Stress Management*, 11(4), 366-391. doi: 10.1037/1072-5245.11.4.366
- Sonnentag, S., & Fritz, C. (2007). The Recovery Experience Questionnaire: development and validation of a measure for assessing recuperation and unwinding from work. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(3), 204-221. <http://dx.doi.org/10.1037/1076>
- Tangney, J. P. (1990). Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: development of the Self-Conscious Affect and Attribution Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 102-111. doi: 10.1037/h0042534.
- ten Brummelhuis, L. L., & Bakker, A. B. (2012). A resource perspective on the work-home interface: The work-home resources model. *American Psychologist*, 67(7), 545-556. doi: 10.1037/a0027974

- Tone Innstrand, S., Melbye Langballe, E., Arild Espnes, G., Falkum, E., & Gjerl w Aasland, O. (2008). Positive and negative work–family interaction and burnout: A longitudinal study of reciprocal relations. *Work & Stress*, 22(1), 1-15. doi: 10.1080/026783708019758
- Vallerand, R. J. (1989). Vers une méthodologie de validation trans-culturelle de questionnaires psychologiques: Implications pour la recherche en langue française. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 30(4), 662-680. doi: 10.1037/h0079856
- von Thiele Schwarz, U. (2011). Inability to withdraw from work as related to poor next-day recovery and fatigue among women. *Applied Psychology*, 60(3), 377-396. doi: 10.1111/j.1464-0597.2011.00440.x
- Wahler, R. G., & Dumas, J. E. (1989). Attentional problems in dysfunctional mother-child interactions: An interbehavioral model. *Psychological Bulletin*, 105(1), 116-130. doi: 10.1037/0033-2909.105.1.116
- Wang, J., & Wang, X. (2012). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. United Kingdom: John Wiley & Sons.
- Wood, J. J., & Repetti, R. L. W. (2004). What gets dad involved? A longitudinal study of change in parental child caregiving involvement. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 237-249. doi: 10.1037/0893-3200.18.1.237
- Zijlstra, F. R., & Sonnentag, S. (2006). After work is done: Psychological perspectives on recovery from work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 15(2), 129-138. doi: 10.1080/13594320500513855

Table 1

Descriptive Statistics and Correlations

Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Gender (T1)	1.82	.39	—								
2. Age (T1)	38.28	4.63	-.22**	—							
3. Number of children (T1)	2.24	.81	-.13*	-.12	—						
4. Hours of work/week (T1)	39.05	5.88	-.23**	.16**	-.05	—					
5. Strain-based WIF (T1)	2.93	1.04	.09	-.02	.11	.03	(.84)				
6. Work-family guilt (T1)	3.17	1.24	.12*	-.09	.06	.01	.68**	(.86)			
7. Spouse instrumental support (T1)	2.70	.77	.08	-.12*	-.06	-.01	-.15*	-.14*	(.81)		
8. Recreational activities (T2)	2.75	.71	-.05	-.03	-.10	.02	-.45**	-.37**	.38**	(.88)	
9. Life satisfaction (T2)	4.90	1.20	-.01	.01	-.03	.08	-.47**	-.41**	.25**	.43**	(.93)

Note. $n = 289$; T1 = Time 1; T2 = Time 2; Cronbach's alphas are reported in brackets; Gender: 1 = Men, 2 = Women.

Strain-based WIF = Strain-based work-interference-with-family.

* $p < .05$.

** $p < .01$.

Figure 1. The proposed model

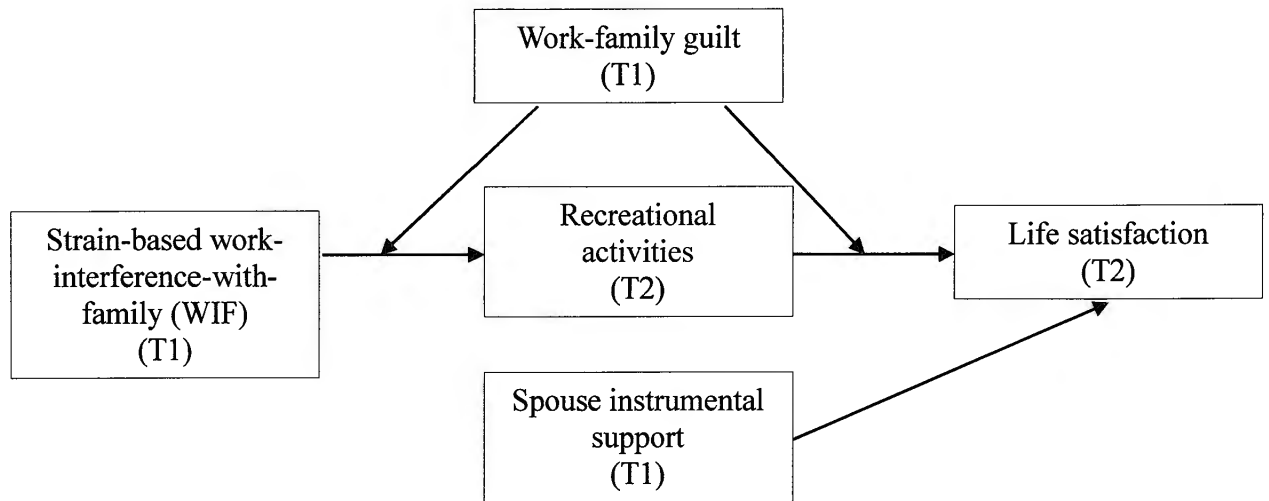
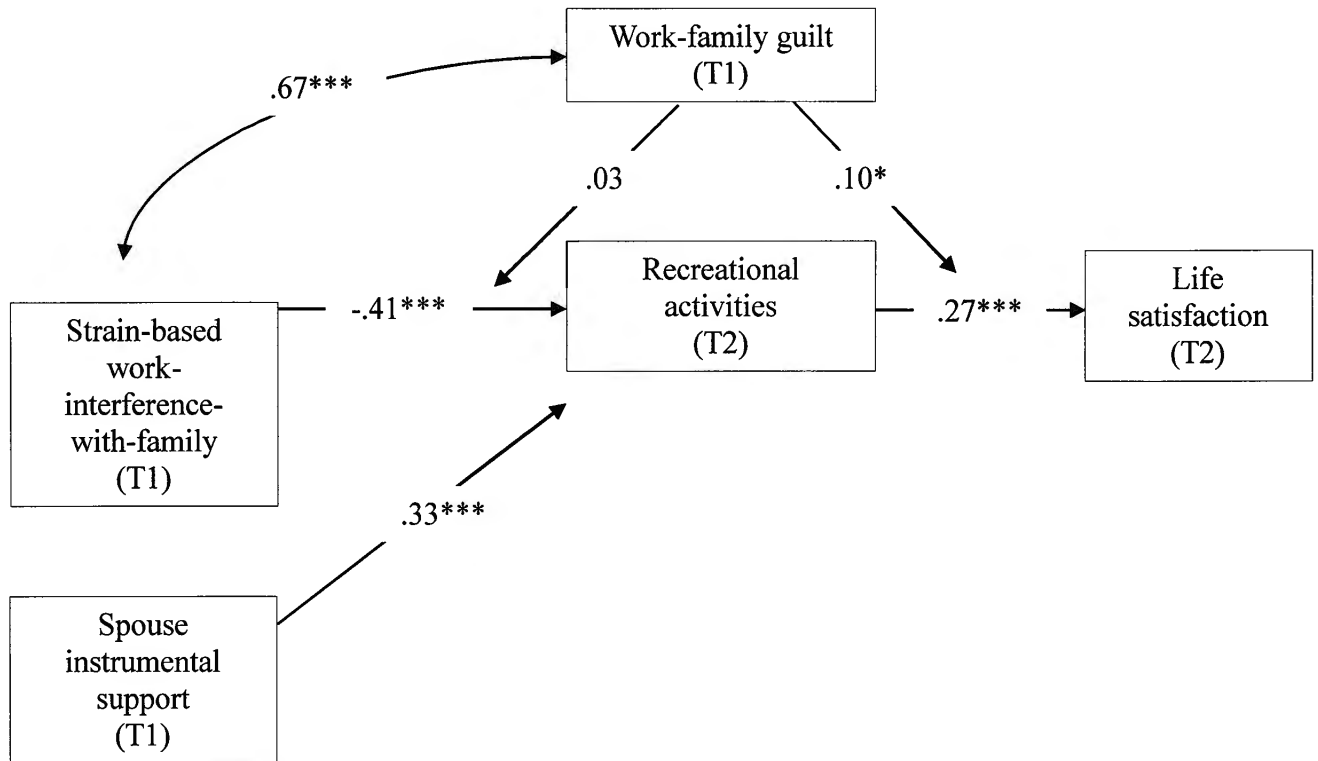


Figure 2. The final model



Note. $*p < .05$; $***p < .001$.

Figure 3. Interaction effect between recreational activities and WFG on life satisfaction

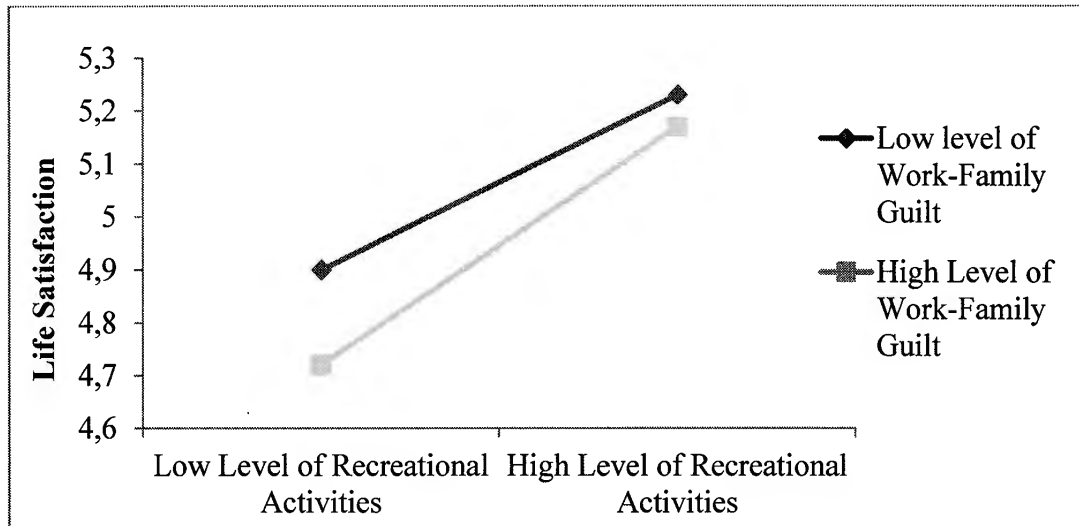
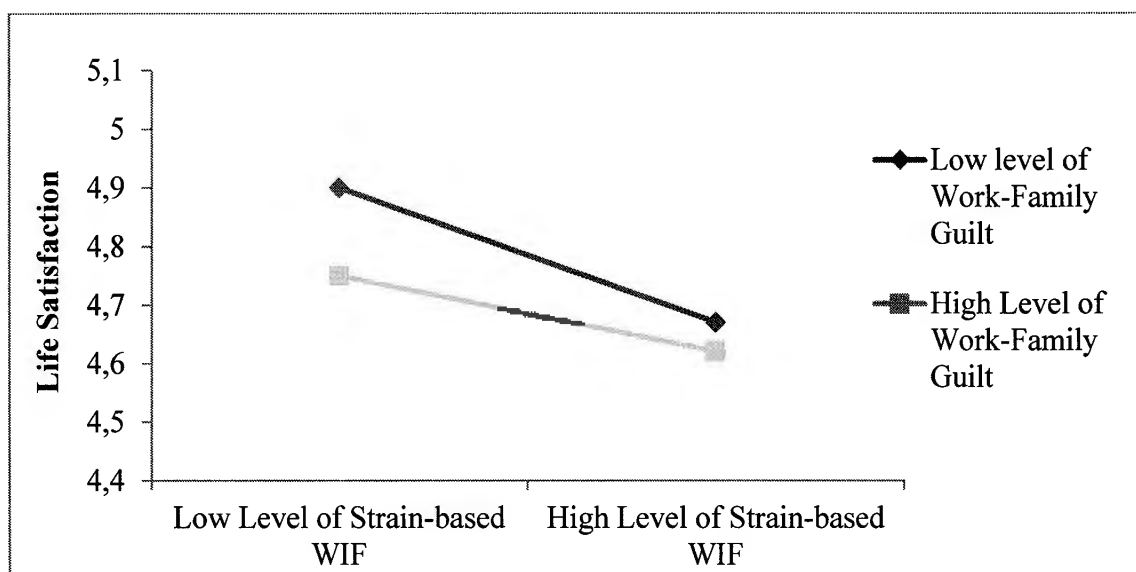


Figure 4. Conditional total effects of strain-based WIF on life satisfaction for low and high values of WFG



CHAPITRE IV

DISCUSSION GÉNÉRALE

Cette discussion fera état des principales contributions associées à la présente thèse. Un retour sur les objectifs poursuivis sera d'abord effectué, puis les principaux constats découlant des résultats obtenus aux deux études seront dégagés. Ensuite, une analyse critique des méthodes de collecte de données employées sera présentée à la suite de laquelle des propositions de recherches futures seront formulées, suivie d'une brève conclusion.

4.1 Synthèse des résultats de recherche

Les deux articles de cette thèse avaient comme but commun d'approfondir les connaissances basées sur des données empiriques concernant le sentiment de culpabilité travail-famille, en reconnaissant ses conséquences tant positives que négatives sur la relation parent-enfant et sur l'état des parents. La culpabilité travail-famille constitue un champ de recherche en plein essor (Korabik & McElwain, 2005) et, jusqu'à présent, la majorité des études s'était penchée sur ses retombées positives (p.ex., Cho, 2013; Cho & Allen, 2012; Morgan & King, 2012). Cette thèse permet de sensibiliser les chercheurs quant à l'importance d'avoir une compréhension plus complète du sentiment de culpabilité que celle offerte par les tenants de sa fonction adaptative.

4.1.1 Synthèse des résultats de l'Article 1

Le premier objectif de l'Étude 1 était de vérifier si l'effet modérateur et adaptatif du sentiment de culpabilité sur la relation entre le conflit de tension du travail-interférant-avec-la-famille (TIF) et les activités récréatives qui a été mis de l'avant par Cho et Allen (2012) s'applique aussi à la réalité quotidienne des infirmières ayant des enfants âgés entre 5 à 10 ans. Répliquer ce résultat auprès de cette population est pertinent puisque les infirmières répondent à un double devoir de soins auprès de

leurs patients et de leurs enfants. Au travail, elles doivent donc investir des ressources émotionnelles similaires à celles dépensées lors de la réalisation d'activités récréatives auprès de leurs enfants (Ward-Griffin et al., 2014). Selon la théorie de l'allocation des ressources (Edwards & Rothbard, 2000), les travailleurs ont une quantité limitée de ressources qu'ils peuvent accorder à chacun de leurs rôles. Il était donc plausible que la culpabilité influence différemment l'utilisation restreinte des ressources émotionnelles des infirmières en périodes hors travail.

Les résultats de cette première étude de thèse n'abondent pas dans la même direction que ceux de Cho et Allen (2012). La fonction adaptative pour la relation parent-enfant qui avait été octroyée à la culpabilité n'a pas été retrouvée auprès de cet échantillon d'infirmières. En effet, lorsque leur sentiment de culpabilité était élevé, les infirmières ont rapporté avoir effectué moins d'activités auprès de leurs enfants que lorsque ce dernier était faible. De plus, lorsque ce sentiment était élevé, la quantité d'activités récréatives qu'elles ont rapportées a peu fluctué en fonction du niveau de conflit de tension TIF qu'elles ont ressenti au cours des dix jours de l'étude. Cette faible influence du conflit de tension TIF sur la quantité perçue d'activités récréatives parent-enfant quand les infirmières se sont senties coupables pourrait être reliée au fait que nous sommes de plus en plus incités à intérioriser des standards sociétaux élevés en lien avec l'investissement parental (Seagram & Daniluk, 2002). En effet, puisque la culpabilité est étroitement reliée aux standards moraux internalisés par les parents (Tangney, 1990) et que ces standards tendent à s'accroître (Seagram & Daniluk, 2002), il est attendu que, lorsque les parents se sentent coupables, ils rapportent être insatisfaits de leur performance dans la sphère de vie familiale et n'effectuer qu'une faible quantité d'activités récréatives parent-enfant, que leur niveau de conflit soit faible ou élevé (Aycan & Eskin, 2005). Autrement dit, les jours où les infirmières se sentent coupables, la culpabilité et les standards moraux élevés qu'elles nourrissent semblent davantage faire figure pour

expliquer leur faible quantité perçue d'activités récréatives que leur niveau de conflit de tension TIF ressenti.

Le second objectif de cette étude était de vérifier si le sentiment de culpabilité entrave la capacité des infirmières à assurer une gestion efficace de leurs ressources à l'extérieur du travail, augmentant ainsi leur besoin de récupération quotidien. Comme attendu, les résultats soutiennent la présence d'un effet modérateur. En effet, les jours où les parents ont ressenti un niveau élevé de culpabilité, ils ont aussi ressenti un niveau plus élevé de besoin de récupération que ceux qui ne se sentaient pas coupables lorsque leur conflit de tension TIF était faible, alors qu'il n'y avait pas de différence en fonction de la culpabilité lorsque leur conflit de tension TIF était élevé.

Par ailleurs, contrairement à l'hypothèse de modération formulée au sein de ce premier article, la relation positive entre le conflit de tension TIF et le besoin de récupération était plus élevée quand les infirmières ont rapporté peu de culpabilité que quand elles en ont rapporté beaucoup. Il est plausible de penser que quand les infirmières se sont senties coupables, leur besoin de récupération était moins influencé par leur niveau de conflit de tension TIF puisque la culpabilité, à elle seule, drainait une quantité considérable de ressources cognitives et émotionnelles dues à l'anxiété et les ruminations qu'elle génère (Morgan & King, 2012; Niler & Beck, 1989). Autrement dit, quand les infirmières ressentent beaucoup de culpabilité, ce serait davantage ce sentiment qui ferait figure pour expliquer leur niveau de besoin de récupération que leur niveau de conflit de tension TIF ressenti. En somme, cette première étude dépeint donc la culpabilité comme étant exclusivement néfaste, tant pour la relation parent-enfant que pour les parents.

4.1.2 Synthèse des résultats de l'Article 2

Le premier objectif de l'Article 2 de cette thèse visait à nouveau à reproduire les résultats de Cho et Allen (2012), mais cette fois-ci en utilisant un devis multi-vagues

permettant de valider les effets de la culpabilité dans le temps, et ce, auprès d'une population de parents issus de secteurs d'activités variés. À nouveau, les résultats n'ont pas appuyé la fonction adaptative de la culpabilité, car l'effet modérateur de la culpabilité sur la relation entre le conflit de tension TIF et la quantité perçue d'activités récréatives parent-enfant n'était pas significatif.

Par ailleurs, les résultats ont appuyé la présence d'une médiation modérée, soutenant ainsi le second objectif de cette deuxième étude. La relation négative entre le conflit de tension TIF et la satisfaction de vie des parents était expliquée par une réduction de la quantité perçue d'activités récréatives. Par ailleurs, puisque la pente entre la quantité d'activités récréatives parent-enfant et la satisfaction de vie était plus prononcée chez les parents qui se sont sentis coupables comparativement à ceux qui ont rapporté un faible niveau de culpabilité, cela suggère que la quantité d'activités récréatives parent-enfant explique davantage le niveau de satisfaction de vie pour les parents qui se sentent coupables. Il en est probablement ainsi puisque les parents qui se sentent coupables se vouent à des activités récréatives dans le but de réparer le tort causé à leurs enfants et d'ainsi améliorer leur perception d'eux-mêmes (Cho & Allen, 2012). Ainsi, bien que les activités récréatives puissent être classées comme une demande de type obstacle et être coûteuses en termes d'énergie chez ceux qui ressentent un niveau élevé de culpabilité (Crawford, et al., 2010), l'exécution de ces activités pourrait également accroître l'acquisition de ressources, comme l'estime de soi, en réduisant la perception de tort causé à autrui (c.-à-d., les enfants).

Enfin, cette deuxième étude avait aussi pour objectif d'identifier des ressources concrètes qui peuvent aider les parents qui transigent avec un conflit de tension TIF à répondre aux besoins de leurs enfants tout en maintenant un niveau élevé de satisfaction de vie. L'apport du soutien instrumental du conjoint sur la satisfaction de vie du parent a donc été vérifié. Les analyses révèlent la présence d'une médiation au sein de laquelle l'influence positive du soutien instrumental du conjoint sur la

satisfaction de vie du parent est expliquée par une augmentation de la quantité perçue des activités récréatives effectuées par le parent. Ces résultats montrent que le soutien instrumental du conjoint encourage le parent à s'investir auprès de ses enfants en périodes hors travail et que cela favorise une augmentation du niveau de satisfaction de vie du parent.

4.1.3 Similitudes et différences entre les résultats des deux articles de la thèse

Les résultats des deux études de la présente thèse n'apportent aucun soutien à la fonction adaptative de la culpabilité sur la relation parent-enfant et suggèrent plutôt que cette dernière draine les ressources des travailleurs et potentialise ainsi les effets négatifs du conflit de tension TIF sur leur état psychologique, soit leur besoin de récupération à court terme et leur satisfaction de vie à long terme. Par ailleurs, une importante différence entre ces deux études mérite d'être soulevée. En fait, la première étude conduite auprès des infirmières a mis de l'avant que la culpabilité modère la relation entre le conflit de tension TIF et les activités récréatives, alors que cet effet modérateur ne s'est pas révélé comme étant significatif au sein de la seconde étude réalisée auprès d'une population générale de travailleurs issus de secteurs d'emplois variés. Une possible explication à ces résultats distincts pourrait être reliée à la nature des deux échantillons de la présente thèse. Cela pourrait plus précisément être associé à la façon dont les deux populations à l'étude tendent à utiliser leur réservoir de ressources afin de répondre tant aux demandes du travail qu'à celles de la vie familiale. En raison de leur double devoir de soins (Ward-Griffin et al., 2014), les infirmières utilisent au travail et à la maison leurs ressources émotionnelles afin de répondre aux demandes de l'environnement. De plus, lorsqu'elles ressentent de la culpabilité, les infirmières viennent à nouveau dépenser des ressources de nature émotionnelle en périodes hors travail, telle l'anxiété qui est une émotion étroitement liée à la culpabilité (Morgan & King, 2012; Niler & Beck, 1989). Conséquemment, il est plausible que, quand vient l'occasion de s'investir au sein d'activités récréatives,

les infirmières perçoivent tout simplement ne plus avoir assez de ressources émotionnelles pour se vouer à de telles activités. Considérant que les travailleurs de l'échantillon de la seconde étude provenaient de différents secteurs d'emplois, il se peut que, pour répondre aux exigences de leur travail, ils aient davantage épuisé leurs réservoirs contenant des ressources autres que celles de nature émotionnelle (p.ex., ressources physiques chez les travailleurs de la construction ou cognitives chez les enseignants; Hobföll, 1989) et que, par conséquent, ils n'aient pas rencontré l'effet potentialisant de la culpabilité sur le lien négatif entre leur conflit de tension TIF et les activités récréatives.

4.2 Implications théoriques

Cette thèse a permis de palier à certaines lacunes empiriques dans le champ des recherches portant sur la conciliation travail-famille en investiguant comment le conflit de tension TIF influence les pratiques parentales au quotidien et à long terme. En effet, tel que mentionné précédemment, la méta-analyse d'Eby et al. (2005) a permis de mettre de l'avant que peu d'études ont investigué comment la présence d'un conflit de tension TIF teinte la nature des interactions parent-enfant. En intégrant la culpabilité comme variable modératrice du lien entre le conflit de tension TIF et les interactions parent-enfant de même que le lien entre ces interactions et les conséquences sur les parents, les résultats de la thèse ont permis une compréhension plus nuancée de la façon dont le travail affecte la nature des comportements des parents auprès des enfants lorsqu'ils sont à la maison.

Les résultats des deux études de la thèse abondent dans le sens de la théorie de l'allocation des ressources (Edwards & Rothbard, 2000) et de la théorie de la conservation des ressources (COR; Hobföll, 1989). En effet, ils montrent que les parents qui travaillent ont une quantité de ressources limitée et que le sentiment de culpabilité contrevient à une utilisation efficace de ces ressources en périodes hors travail, en empêchant, par exemple, le parent de prendre du temps pour se ressourcer

plutôt que de réaliser des activités plaisantes pour ses enfants. Par ailleurs, cette gestion inefficace des ressources peut générer une réaction de stress chez les parents (Hobföll, 1989), laquelle peut ensuite venir accentuer l'influence du conflit de tension TIF sur leur besoin de récupération et leur satisfaction de vie.

Ainsi, la participation à différents rôles chez les personnes qui se sentent coupables ne semble pas faciliter l'acquisition de nouvelles ressources. Au contraire, la culpabilité semble plutôt accentuer le phénomène de débordement du travail dans la sphère de vie familiale (*work-family negative spillover phenomenon*; Pleck, 1977), en potentialisant les conséquences négatives du conflit de tension TIF. Il en est ainsi puisque, selon le modèle D-RT de Crawford et al. (2010), ces parents semblent plutôt percevoir les activités parent-enfant comme des obstacles/obligations. Ils en retirent donc moins de ressources favorables à leur état psychologique, comparativement aux parents qui ne se sentent pas coupables et qui catégorisent plutôt ces demandes comme un défi. Chez les parents qui ne se sentent pas coupables, cette classification des demandes issues du travail et de la famille comme des défis favoriserait plutôt la présence d'un phénomène d'enrichissement travail-famille (Greenhaus & Beutell, 1985). Comparativement à ceux qui se sentent coupables, ces parents qui éprouvent peu de culpabilité semblent davantage en mesure de tirer profit de leurs demandes-défis (c.-à-d., les activités récréatives) en gagnant des ressources, comme l'estime de soi, qui sont favorables à leur récupération hors travail. Cette thèse suggère que ces résultats s'appliquent autant à la population d'infirmières qui a à transiger avec un double devoir de soins qu'à une population de travailleurs issus de secteurs d'emplois variés.

En outre, appuyant le modèle écologique de Bronfenbrenner (1989), les résultats ont aussi montré que les parents qui se sentent soutenus par leur conjoint sont enclins à s'impliquer auprès de leurs enfants et que cet investissement parental est lié à une augmentation de leur satisfaction de vie (Feldman, 2000). À l'opposé, les parents qui

perçoivent peu de soutien instrumental de la part de leur conjoint sont moins portés à s'investir au sein d'activités récréatives parent-enfant. Feldman (2000) suggère que cette réaction chez les parents qui se sentent peu soutenus pourrait être attribuable à un transfert des ressentiments liés à la distribution inégale des responsabilités parentales éprouvés envers le conjoint vers la relation parent-enfant. De ce fait, les résultats de cette étude appuient l'importance d'encourager la présence d'un partage égalitaire des responsabilités parentales à l'intérieur des cellules familiales, afin d'éviter des conséquences négatives sur l'état psychologique des parents qui travaillent (Feldman, 2000).

4.3 Implications pratiques

4.3.1 Implications pratiques pour les infirmières

La première étude de cette thèse a mis de l'avant que la culpabilité travail-famille s'avère exclusivement néfaste à la fois pour la relation parent-enfant et les parents. Par conséquent, il s'avère essentiel de soutenir les infirmières dans leurs capacités à mieux jongler avec les pressions propres à leur rôle de travailleur et de parent. D'une part, afin de réduire le sentiment de culpabilité ressenti par les infirmières, ces dernières sont encouragées à agir directement sur leur conflit travail-famille en mettant en place des stratégies permettant de limiter l'intrusion du travail dans leur sphère de vie personnelle. À cette fin, Kreiner et al. (2009) proposent plusieurs stratégies de conciliation travail-famille, dont les stratégies de segmentation (p.ex., éviter de lire ses courriels en soirée), qui peuvent être employées afin de réduire la perméabilité des frontières entre la sphère de vie professionnelle et familiale. Or, considérant le fait que les infirmières ont des tâches au travail qui s'apparentent largement à celles réalisées à la maison, c'est-à-dire les soins devant être donnés à autrui, il est possible qu'elles aient plus de difficultés à percevoir le travail et la vie personnelle comme étant deux domaines de vie séparés, limitant ainsi l'efficacité des stratégies proposées par Kreiner et al. (2009). De ce fait, il apparaît nécessaire que les

infirmières adaptent leur façon de percevoir l'interaction entre leur travail et leur vie personnelle. En effet, celles-ci sont invitées à adopter la perspective de l'enrichissement travail-famille (Greenhaus & Powell, 2006) et à reconnaître que leur investissement au travail peut leur permettre d'acquérir des ressources, telles des compétences émotionnelles et une estime de soi plus élevée, qui seront bénéfiques à leur bien-être et à leur rôle de parent. En adoptant ainsi l'idée que le travail est ressourçant et qu'il sera bénéfique d'y investir des ressources, les infirmières pourront ainsi réduire leur culpabilité associée à l'énergie qu'elles y ont dépensée.

En plus des implications individuelles issues des résultats et conclusions de l'Article 1, il importe aussi de mettre de l'avant des stratégies pouvant être employées par les organisations afin d'atténuer le sentiment de culpabilité éprouvé par les membres du personnel infirmier. En effet, en plus des retombées néfastes que peut avoir la culpabilité sur le travailleur ainsi que sur sa relation parent-enfant, il est probable que ce sentiment entrave aussi le bon fonctionnement des milieux au sein desquels œuvrent les infirmières. En effet, les recherches portant sur la contagion émotionnelle (Hatfield et al., 1994) suggèrent que la personne qui ressent un tel sentiment peut «contaminer» ses collègues de travail ainsi que ses patients, nuisant ainsi à leur bien-être. Considérant ceci, les organisations sont encouragées, d'une part, à agir directement sur le conflit de tension TIF ressenti par les infirmières. Pour ce faire, plusieurs moyens sont à leur disposition. Elles pourraient favoriser une certaine régularité de leurs quarts de travail (Farquharson et al., 2012; Yildirim & Aycan, 2008), augmenter la flexibilité de leur horaire (Ward-Griffin et al., 2014) et encourager la semaine de travail compressée (Grzywacz, Frone, Brewer, & Kovner, 2006). Par ailleurs, en raison de la pénurie d'infirmières qui caractérise actuellement le contexte de travail du personnel infirmier au Canada (Canadian Nurses Association, 2009; Trépanier, Fernet, & Austin, 2013), ces stratégies organisationnelles peuvent s'avérer ardues à mettre en place dans un environnement où on demande aux infirmières d'en faire plus avec moins de ressources.

Ainsi, puisque les résultats de l'Étude 2 indiquent que l'investissement des deux parents auprès des enfants pourrait être bénéfique au bien-être des parents, on pourrait inviter les milieux hospitaliers à miser plutôt sur le soutien instrumental du conjoint afin de protéger l'état psychologique des infirmières. En guise d'exemples, ces derniers pourraient permettre aux infirmières d'ajuster leur horaire avec celui de leur conjoint et d'ainsi s'assurer que ce dernier puisse s'occuper de leurs enfants en leur absence.

4.3.2 Implications pratiques pour les employés issus de secteurs d'emplois variés

L'Article 2 de la thèse a appuyé les résultats de l'Article 1 en mettant en relief que la culpabilité engendre à la fois des effets délétères à la relation parent-enfant et au parent. Les implications de la première étude peuvent ainsi s'appliquer aux résultats de la seconde étude et, par conséquent, être généralisées à une population de travailleurs issus de secteurs d'emplois variés. Ayant mis de l'avant que le soutien instrumental du conjoint a une influence considérable sur la satisfaction de vie des parents, cette étude suggère qu'il est important d'encourager les parents à tirer profit de cette ressource qui est à leur disposition en mettant en place des stratégies qui favorisent davantage le partage équitable des rôles entre les parents d'enfants âgés entre 5 et 10 ans. Pour ce faire, il faudrait, d'abord, que chacun des deux parents se sente en droit d'utiliser les politiques de conciliation travail-famille qui sont présentes dans leur organisation, ce qui leur permettrait d'assurer un meilleur investissement de leur énergie auprès de leur(s) enfant(s). En fait, selon Hobson et Fahlén (2009), bien que de plus en plus de politiques de conciliation travail-vie personnelle (p.ex., horaires de travail flexibles) sont instaurées par les organisations, peu de parents se sentent légitimes d'en bénéficier par peur que cela ne soit pas accepté par leurs collègues et leurs superviseurs. Il en est ainsi puisque les normes organisationnelles et culturelles présentes dans leur environnement teinteraient leur perception quant à leur légitimité d'utiliser de telles politiques sans enfreindre leur niveau de performance et

d'engagement au travail (Rothbard, Phillips, & Dumas, 2005). Par ailleurs, les résultats de l'Étude 2 indiquent que l'investissement des deux parents auprès des enfants pourrait être bénéfique à chacun des membres du couple puisque cela augmente la satisfaction de vie d'au moins un parent. Ainsi, les organisations pourraient tirer profit de stratégies visant à faire la promotion de l'utilisation de leurs différentes politiques de conciliation travail-famille.

À cet égard, offrir des formations sur la conciliation travail-famille et le sentiment de culpabilité pourrait constituer une des stratégies pouvant être mises en place par les organisations afin de faire la promotion de l'utilisation de leurs politiques de conciliation travail-famille. Dans le cadre de ces formations, il serait important de mettre de l'avant un modèle parental davantage adapté à la réalité des couples à double-carrières, et ce, afin que le sentiment de culpabilité diminue chez les mères qui estiment ne pas correspondre au stéréotype traditionnel de la femme qui se doit de prioriser son rôle maternel avant celui de professionnel (Martínez et al., 2011).

4.4 Considérations méthodologiques

4.4.1 Les forces de la recherche

Les résultats des deux études constituant la présente thèse relèvent de deux devis de recherche rigoureux. D'une part, l'étude de l'Article 1 a employé un devis de recherche par journaux de bord, permettant ainsi d'étudier le sentiment de culpabilité dans son contexte d'occurrence réel (Ohly, Sonnentag, Niessen, & Zapf, 2010). En outre, un tel devis de recherche a permis la réduction du biais de rétrospection (Reis & Gable, 2000), puisqu'il y avait un court délai entre la réalisation des activités récréatives et le moment où les émotions qui leur étaient associées ont été rapportées dans les journaux de bord. En effet, c'est avant sa routine du coucher que le participant devait rapporter les événements et les états émotionnels qui sont survenus au retour de sa journée de travail. De surcroît, l'utilisation des analyses hiérarchiques

multiniveaux afin de vérifier les hypothèses de cette étude a permis de tenir compte de la dépendance entre les moments de mesure (Bryk & Raudenbush, 1992; Field, 2009). Dans le même ordre d'idées, de telles analyses ont permis de prendre en considération le fait que plusieurs mesures étaient nichées au sein d'un même individu (Bryk & Raudenbush, 1992; Field, 2009).

D'autre part, l'étude de l'Article 2 a employé un devis multi-vagues, ce qui a permis de prendre en considération la variance inter-individuelle (Avey, Luthans, & Mhatre, 2008). En outre, puisque les mesures des variables indépendantes (c.-à-d. conflit de tension, soutien du conjoint) et de la variable modératrice (c.-à-d., culpabilité) ont précédé celles des variables dépendantes (c.-à-d., activités récréatives, satisfaction de vie), cela a permis d'évaluer la direction du phénomène étudié (Avey et al., 2008). De plus, l'utilisation des analyses par équations structurales a permis de modéliser plusieurs prédicteurs et variables dépendantes, de considérer l'erreur de mesure des variables observées et de tester un modèle théorique en le comparant aux données empiriques (Chin, 1998).

Enfin, une dernière force propre à cette thèse est liée au fait qu'elle a examiné les effets de la culpabilité au sein de deux populations distinctes. Dans un premier temps, en étudiant les infirmières, cette thèse a permis de mettre en relief la réalité propre à une population ayant à conjuguer un double devoir de soins. Dans un deuxième temps, en utilisant un échantillon de travailleurs issus de secteurs d'emploi variés, cela a permis de favoriser une généralisation des résultats à une plus grande étendue de la population. Les conclusions et implications découlant de cette thèse peuvent ainsi bénéficier à un large éventail de travailleurs.

4.4.2 Limites de la recherche

Les apports scientifiques découlant de ce projet de thèse doivent être interprétés à la lumière des limites associées à la méthode de recherche employée. En premier lieu,

les changements apportés à la mesure des activités récréatives parent-enfant peuvent avoir contribué aux disparités observées entre les résultats de Cho et Allen (2012) et ceux de cette thèse. Afin d'obtenir une mesure représentative des normes intériorisées par l'individu quant au temps qu'il juge approprié d'accorder aux activités récréatives parent-enfant, l'échelle de Likert à 7 points de Cho et Allen (2012) mesurant la fréquence perçue des activités parent-enfant (1 = *jamais*; 7 = *25 fois ou plus au cours des 4 dernières semaines*) a été modifiée pour une échelle à 5 points évaluant la quantité perçue de ces activités (p.ex., 1 = *pas du tout* à 5 = *énormément*). Or, en procédant ainsi, la nouvelle échelle ne permettait pas de connaître la fréquence de l'investissement des parents dans les activités récréatives, mais plutôt l'ampleur perçue. Ampleur qui pourrait, par ailleurs, être influencée par le sentiment de culpabilité. Il était donc impossible de déterminer s'il y avait une différence entre les parents qui se sentaient coupables et ceux qui ne se sentaient pas coupables en ce qui a trait au temps accordé aux activités récréatives avec leurs enfants. Au sein d'études futures, il serait pertinent d'observer la durée réelle des activités récréatives effectuées par les parents auprès de leurs enfants. Le conjoint pourrait être invité à répondre lui aussi à cette mesure afin de trianguler les données et d'ainsi réduire le biais de la variance commune associée à l'utilisation d'une même source et d'une même méthode de collecte de données (Grimm & Widaman, 2012).

En second lieu, il est probable que les études composant la thèse comportent un biais d'autosélection (Braver & Bay, 1992). Il en est ainsi puisque l'investissement de temps et l'assiduité requis pour la participation à chacune de ces études peuvent avoir limité la motivation des parents ayant un niveau élevé de conflit de tension TIF à compléter les questionnaires. En effet, les devis par journaux de bord, (c.-à-d., Article 1) sont reconnus pour avoir un biais d'autosélection, car ils sont difficiles à intégrer dans la routine quotidienne des parents ayant une charge de travail élevée (Rönkä, Sevón, Malinen, & Salonen, 2014). Par ailleurs, selon Judge et al. (2006), la probabilité que le niveau général de conflit de tension TIF ressenti par les infirmières

ait influencé les résultats obtenus dans l'Article 2 est faible, car le modèle étudié concernait uniquement des relations observées au niveau intra-individuel et que le type d'analyses utilisées (c.-à-d., les analyses hiérarchiques multiniveaux) permet de contrôler cette variance entre les individus.

En dernier lieu, il y avait une sous-représentation des hommes comparativement aux femmes au sein des deux études, ce qui a limité la possibilité d'observer des disparités de genre. Cette participation limitée des hommes est d'ailleurs commune aux multiples études concernant les dynamiques familiales (Costigan & Cox, 2001). Cependant, selon Bass et al. (2009), il est peu probable que des différences de genre soient observées au sein d'études portant sur les activités récréatives parent-enfant. Selon ces auteurs, les normes sociétales actuelles offrent davantage de latitude décisionnelle aux hommes comparativement aux femmes en ce qui a trait à la nature des activités parent-enfant effectuées en périodes hors travail. Conséquemment, bien que les pères accordent généralement moins de temps à leurs enfants que les mères, en périodes hors travail, ils seraient davantage libres de se vouer à des activités plaisantes auprès de leurs enfants que les mères. Ainsi, dans le cadre de la thèse, il est peu probable que le genre ait influencé les deux modèles mis à l'épreuve, car les femmes et les hommes ont tendance à accorder une quantité de temps similaire aux activités récréatives, bien que les femmes doivent aussi trouver du temps pour l'éducation et les soins donnés aux enfants (Bass et al., 2009).

4.5 Pistes de recherches futures

4.5.1 Réplication de l'étude

À notre connaissance, il s'agit de la première thèse qui a examiné l'envers négatif de la culpabilité dans un contexte de conflit entre le travail et la vie familiale. Par ailleurs, bien que les résultats obtenus permettent d'avoir une compréhension plus approfondie des retombées de la culpabilité travail-famille, il importe de répliquer les

résultats de la thèse au sein d'autres études. Entre autres, afin que les résultats de l'étude soient généralisables à la réalité de davantage de parents qui travaillent, les modèles des deux études pourraient être vérifiés auprès de populations de pères ou de mères monoparentaux qui ne bénéficient pas quotidiennement du soutien instrumental de leur conjoint. Dans le même ordre d'idées, il serait pertinent d'examiner si la culpabilité et ses effets diffèrent chez les parents qui ont à leur charge des enfants ayant des troubles envahissants ou des difficultés d'apprentissage. En effet, il est plausible que les effets de la culpabilité se traduisent différemment auprès de ces enfants comparativement aux enfants qui ne nécessitent pas une attention particulière de la part de leurs parents. En guise d'exemples, chez les familles ayant des enfants aux prises avec des telles difficultés, la culpabilité pourrait engendrer davantage d'influence sur la réponse des parents aux besoins physiologiques des enfants plutôt qu'à leurs besoins en termes de divertissement. Enfin, un modèle similaire à ceux de la thèse pourrait être vérifié auprès d'autres populations qui transigent avec un double devoir de soins, afin de généraliser les résultats de la thèse et de mieux comprendre comment ce devoir interagit avec la culpabilité travail-famille pour expliquer l'état des travailleurs. À cette fin, les travailleurs sociaux (Oktay, 1992), les professeurs au niveau primaire (Isenbarger & Zembylas, 2006) et les psychologues (Akroyd, Caison, & Adams, 2002) représentent des populations pertinentes à étudier.

De surcroît, les résultats de la thèse ont permis de mettre en relief qu'un devis par journaux de bord (c.-à-d., Article 1) et qu'un devis multi-vagues (c.-à-d., Article 2) ne permettent pas de répliquer les résultats de l'étude transversale de Cho et Allen (2012). En effet, tant au quotidien qu'à plus long terme, la culpabilité ne semble pas avoir accentué la fréquence des interactions des parents auprès de leur(s) enfant(s), tel que le suggéraient les résultats des deux études de Cho et Allen (2012). Afin de soutenir les résultats obtenus dans la présente thèse, il s'avèrerait nécessaire de répliquer les modèles étudiés en utilisant un devis par échantillonnage d'expérience

(Larson & Csikszentmihalyi, 1983). Des alertes pourraient être programmées sur le téléphone intelligent des participants, afin de les inviter à répondre immédiatement à un questionnaire en ligne. Une telle méthode de collecte de données permettrait de mesurer directement les perceptions des parents reliées à leur environnement externe et les fluctuations que celles-ci peuvent occasionner sur leurs activités, leurs cognitions, leur motivation ainsi que leurs états émotionnels (Hektner, Schmidt, & Csikszentmihalyi, 2007).

Enfin, il pourrait aussi être pertinent de vérifier si l'investissement des deux parents auprès des enfants bénéficie à chacun des membres du couple en augmentant leur satisfaction de vie respective. Pour ce faire, une étude par journaux de bord impliquant la participation des deux conjoints pourrait être effectuée et les résultats pourraient être analysés à l'aide d'analyses dyadiques multiniveaux (Kenny, Kashy, & Cook, 2006).

4.5.2 Nouvelles pistes

En plus de la nécessité de répliquer les modèles de l'Article 1 et de l'Article 2 en utilisant d'autres types d'échantillons (p.ex., parents monoparentaux ou parents d'enfants présentant un trouble quelconque) et d'autres méthodologies de recherche (p.ex., échantillonnage d'expériences), des recherches futures sont aussi nécessaires afin de répondre à d'autres questions qui ont été suscitées par les résultats des deux études constituant la thèse. En effet, un nombre restreint de conséquences associées à la culpabilité a été investigué dans la thèse, et ce, afin de s'assurer que l'implication nécessaire de la part des participants demeure réaliste. L'analyse a ainsi exclusivement porté sur la relation parent-enfant et sur l'adaptation psychologique des parents qui se sentent coupables. Par ailleurs, bien qu'une attention particulière a aussi été portée au soutien reçu par le conjoint, les résultats de l'étude ne permettent pas de rendre compte de comment la culpabilité influe sur la qualité des interactions conjugales. Il serait ainsi souhaitable de reproduire des modèles similaires à ceux de

la présente thèse en examinant cette fois-ci quelles sont les retombées de la culpabilité sur les interactions du participant auprès de son conjoint et comment cela teinte la satisfaction maritale des deux parents (*cross-over effect*; Greenhaus, Parasuraman, Granrose, Rabinowitz, & Beutell, 1989).

La mesure des activités récréatives parent-enfant employée dans cette thèse visait à évaluer la quantité d'activités récréatives que les parents perçoivent effectuer avec leur enfant en périodes hors travail. Or, elle ne permettait pas de rendre compte du niveau d'engagement de ces parents lorsqu'ils ont effectué ces activités. Il est cependant probable que certains parents aient eu peu d'interactions (p.ex., peu de regards ou peu d'échanges verbaux) avec leurs enfants lorsqu'ils se sont voués à ces activités récréatives entre leurs quarts de travail. La mesure des activités parent-enfant employée dans cette étude n'a donc pas permis d'évaluer l'influence de la culpabilité travail-famille sur la qualité même de ces activités. Conséquemment, les chercheurs sont encouragés à peaufiner cette mesure afin qu'elle prenne davantage en considération les subtilités propres à l'engagement du parent. Pour ce faire, ils pourraient s'inspirer de l'échelle de Cinamon et al. (2007) qui considère le niveau de fatigue, d'attention et de patience du parent lors de la réalisation d'activités auprès de son ou ses enfant(s). De plus, afin de limiter les biais associés aux données autorapportées (Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003), cette mesure pourrait être prise selon la perspective de l'enfant ou du conjoint.

4.6 Plan de transfert des connaissances

Dans le but d'assurer une dissémination des résultats issus de cette thèse, un plan de partage et d'application des connaissances a été élaboré. Les objectifs poursuivis par le transfert sont de : (1) faire connaître aux parents d'enfants âgés entre 5 et 10 ans les conséquences reliées à la culpabilité travail-famille, (2) aider les parents à mieux reconnaître les ressources qui sont à leur disposition et qui peuvent contribuer à accentuer leur satisfaction de vie en dépit d'un contexte de tensions entre le travail et

la vie familiale (c.-à-d., le soutien instrumental du conjoint), (3) favoriser, chez les parents, l'adoption de stratégies individuelles destinées à réduire leur dissonance cognitive lorsqu'ils se sentent coupables, (4) accompagner les organisations dans la mise en place et la promotion de politiques de conciliation travail-famille. Le but de ce plan de transfert des connaissances est d'informer, de sensibiliser et d'améliorer les pratiques en ce qui a trait à la gestion du sentiment de culpabilité lié à la conciliation travail-famille.

Les groupes visés par ce transfert des connaissances sont les parents d'enfants âgés entre 5 et 10 ans (tant les infirmières que les employés issus de secteurs d'activités variés), les organisations et la communauté scientifique. Jusqu'à présent, les parents de ces enfants ont été informés des résultats préliminaires de la thèse par le biais d'un article de vulgarisation publié dans *Maman pour la vie.com* (Goyer, 2016). Celui-ci a, par la suite, été partagé à maintes reprises par les utilisateurs de connaissances au sein des réseaux sociaux tels que Facebook et LinkedIn. Puis, deux rapports de recherche ont été offerts aux parents ayant participé aux études, lesquels détaillaient les principales stratégies de conciliation travail-famille issues des résultats de la thèse. Ces rapports ont aussi été transmis aux directeurs (trices) de différentes écoles primaires, camps de jour et comité de parents du Québec afin que ces instances les diffusent aux parents utilisant leurs services.

Afin de faire la promotion des implications pratiques issues de la thèse auprès d'organisations, il est prévu d'offrir aux superviseurs et à leurs employés des formations concernant les retombées de la culpabilité dans un contexte de conflit travail-famille. Puis, afin de favoriser l'appropriation ainsi que l'implantation des connaissances issues de la formation, un suivi sera réalisé à la suite de ces interventions. Considérant que l'investissement auprès des enfants requiert de nombreuses ressources émotionnelles, il pourrait s'avérer pertinent de cibler des organisations (p.ex., un cabinet d'avocats), des institutions (p.ex., écoles primaires

pour une formation offerte aux enseignants et aux directeurs) ou des ordres professionnels (p.ex., infirmières, psychologues) au sein desquels les employés ont à dépenser de nombreuses ressources émotionnelles dans le cadre de leur travail.

Concernant la communauté scientifique, les résultats des deux études ont, jusqu'à présent, été communiqués à la relève étudiante par le biais de conférences dans le cadre de différents cours en psychologie à l'Université du Québec à Montréal, à l'Université de Montréal et à l'Université du Québec à Trois-Rivières. Puis, les résultats ont aussi été soumis à deux journaux ayant un comité de révision par les pairs, soit : (1) *European Journal of Work and Organizational Psychology* et (2) *Journal of Occupational Health Psychology*. Enfin, les résultats ont été soumis à une présentation dans un congrès international (Foucreault et Ménard, soumis; *European Association of Work and Organizational Psychology*) afin de partager les connaissances issues de la présente thèse à des chercheurs issus de pays et de cultures différentes.

4.7 Conclusion générale

À notre connaissance, cette thèse est la première qui a dépeint la culpabilité travail-famille comme étant exclusivement néfaste à la fois pour la quantité perçue des interactions parent-enfant et l'état des parents. Les méthodes de recherche employées ont permis de mettre en relief que ces constats de recherche s'appliquent autant à des populations spécifiques, comme les infirmières (Article 1), qu'à des secteurs d'emplois variés (Article 2). De plus, les devis de recherche utilisés (c.-à-d., journaux de bord et multi-vagues) suggèrent que les conséquences délétères de la culpabilité se manifestent autant sur une base quotidienne (Article 1) qu'à plus long terme (c.-à-d., trois mois plus tard; Article 2). Ayant présenté le soutien du conjoint comme une ressource qui motive l'investissement du parent auprès de ses enfants et qui contribue ainsi à sa satisfaction de vie, il est espéré que les praticiens mettront en place des

stratégies encourageant davantage la présence de partage équitable de responsabilités au sein des familles de notre société.

APPENDICE A

ARTICLE 1 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ET QUESTIONNAIRES

Formulaire de consentement

IDENTIFICATION

Responsable du projet : Julie Ménard, Ph.D., chercheure principale

Département, centre ou institut : Psychologie, Université du Québec à Montréal

Adresse postale : CP8888, succ Centre-Ville Montréal, Qc H3C 3P8

Adresse courriel : menard.julie@uqam.ca

Pour toutes questions, contactez : foucreault.annie@courrier.uqam.ca (doctorante et coordonnatrice du projet de recherche)

BUT GÉNÉRAL DU PROJET

Ce projet de recherche vise à évaluer la capacité des travailleurs à concilier les demandes issues du travail et de la famille ainsi que ses retombées sur leur bien-être. Il vise aussi à mettre en relief des stratégies permettant de mieux gérer les exigences liées au travail et à la famille.

PROCÉDURES

Votre participation consiste à remplir, d'ici DIMANCHE SOIR LE 3 MAI 2015, ce questionnaire initial en ligne.

Par la suite, vous aurez un très court journal de bord à compléter durant vos 10 prochaines journées de travail durant lesquelles vous aurez la garde de votre ou vos enfants. Les journaux de bord seront à compléter en fin de soirée AVANT DE DÉBUTER VOTRE ROUTINE DU COUCHER.

Cela devrait vous prendre 10-15 minutes aujourd'hui et environ 10 minutes pour les jours suivants. L'ensemble des questionnaires à compléter vous sera transmis sur votre adresse de messagerie électronique que vous nous aurez transmise et à laquelle vous aurez accès en tout temps.

Veuillez noter que les questions qui portent sur la conciliation travail-famille seront

majoritairement présentes au sein des journaux de bord.

AVANTAGES ET RISQUES

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances sur la conciliation travail-famille et sur la santé psychologique des travailleurs. Si cela vous intéresse, l'équipe de recherche pourra vous fournir un rapport global faisant état des principales conclusions et recommandations sur l'équilibre travail-famille. Vous n'aurez qu'à signifier votre intérêt dans la section prévue à cet effet.

Un tirage d'un certificat-cadeau de 100 \$ chez un magasin de livres et de musique sera effectué par chaque tranche de 50 participants. Veuillez noter que chacun des journaux de bord complétés représentera une chance supplémentaire de gagner un des certificats-cadeaux.

En outre, compléter un journal de bord vous permettra de prendre davantage conscience de votre capacité à gérer les demandes liées à votre travail et à votre famille.

Il n'y a pas de risque d'inconfort important associé à votre participation à cette étude. Vous demeurez libre de ne pas vous prononcer sur des questions que vous estimez embarrassantes sans avoir à vous justifier. Il est possible que le fait de raconter votre expérience suscite des réflexions ou des souvenirs émouvants ou désagréables. Si cela se produit, n'hésitez pas à contacter directement la chercheuse principale qui pourra vous référer à l'aide spécialisée appropriée.

CONFIDENTIALITÉ

Il est entendu que les renseignements recueillis sont confidentiels et que seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès à vos questionnaires. On vous attribuera un code de façon à ne pouvoir vous identifier. La liste des courriels et les codes seront conservés séparément des bases de données prévues aux fins d'analyse. Les bases de données seront sur un ordinateur dans un bureau fermé sous clé au laboratoire de la chercheuse responsable, et ce, pour la durée totale du projet. En aucun cas, il ne sera possible de vous identifier dans les analyses et aucune

information nominative ne sera dévoilée dans les publications ou présentations issues de cette étude. Les données seront conservées dans l'éventualité d'autres recherches, mais la banque contenant votre adresse courriel sera détruite une fois que la collecte de données sera complétée.

Il est à noter que, même s'il est peu probable que vos réponses soient de quelque intérêt pour la sécurité nationale américaine et même si les risques en la matière peuvent, dès lors, être jugés minimaux, nous devons vous informer que les questionnaires auxquels vous répondrez seront logés et traités dans le logiciel américain SurveyMonkey et que, en vertu du Patriot Act, le gouvernement américain aurait le droit d'avoir accès à vos données personnelles.

PARTICIPATION VOLONTAIRE

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure et que, par ailleurs, vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que l'équipe de recherche puisse utiliser, aux fins de la présente étude (articles, conférences et communications scientifiques), les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement.

DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?

Vous pouvez contacter la responsable du projet au numéro (514) 987- 3000 poste 2437 pour des questions additionnelles sur le projet ou sur vos droits en tant que participant de recherche. Le projet auquel vous allez participer a été approuvé au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains par le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants (CERPE) de la Faculté des sciences humaines de l'UQAM. Pour toute question ne pouvant être adressée à la direction de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, vous pouvez contacter la présidente du comité par l'intermédiaire de la coordonnatrice du CERPE, Anick Bergeron, au 514 987-3000, poste 3642, ou par courriel à l'adresse suivante : bergeron.anick@uqam.ca.

REMERCIEMENTS

Votre collaboration est essentielle à la réalisation de notre projet qui permettra l'avancement des connaissances en ce qui a trait à la conciliation travail-famille. De fait, l'équipe de recherche tient à vous en remercier.

* 1. Pour participer à cette étude, vous devez répondre aux critères mentionnés ci-dessous:

1. Avoir 18 ans et plus
2. Avoir au moins un enfant âgé entre 5 et 10 ans ne présentant aucun retard développemental ou trouble d'apprentissage
3. Avoir un(e) conjoint(e) intime résidant sous le même toit que le vôtre
4. Avoir accès à Internet à la maison

Est-ce que vous répondez à l'ensemble de ces critères?

☐ Oui

☐ Non

Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais que j'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir et contacter la chercheuse principale avant de prendre ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer la responsable du projet.

☐ J'accepte

☐ Je refuse

Document d'invitation pour les infirmières

Bonjour,

L'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec a transmis votre adresse de messagerie électronique au laboratoire de recherche LERÉPIT en psychologie à l'Université du Québec à Montréal afin que nous puissions vous inviter à participer à des projets de recherche réalisés au sein de notre laboratoire.

Conséquemment, en tant que doctorante dans ce laboratoire, je communique aujourd'hui avec vous afin de vous inviter à participer à un projet de recherche qui porte sur la conciliation travail-famille. Précisément, ce projet vise à évaluer et à déterminer des stratégies pouvant aider les parents d'enfants d'âge primaire à concilier les demandes liées au travail et à la famille. Ci-dessous et en fichier joint au courriel se trouve une photo d'invitation à l'étude qui contient l'information générale concernant le projet de recherche. Pour de plus amples informations concernant le projet et pour participer à l'étude, vous avez qu'à cliquer sur le lien suivant : [lien de l'étude]

(Veuillez noter que si votre navigateur ne vous permet pas de cliquer directement sur le lien à partir de ce courriel, vous pouvez tout simplement copier et coller le lien URL sur une autre page Internet)

Je vous remercie d'avance pour votre participation qui favorisera l'avancement des connaissances et qui permettra d'accroître le bien-être des familles québécoises.

Le laboratoire de recherche LERÉPIT

Questionnaires utilisés

Le trait de personnalité névrotique

Zuckerman-Khulman Personality Questionnaire (ZKPQ) d'Aluja et al. (2006)

Veillez indiquer dans quelle mesure chaque énoncé correspond à ce que vous ressentez EN GÉNÉRAL.

	Tout à fait en désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt d'accord	Tout à fait d'accord
1. J'ai souvent l'impression d'être "sous pression" sans raison apparente.	1	2	3	4
2. Je suis fréquemment bouleversé(e).	1	2	3	4
3. J'ai tendance à être hypersensible et facilement blessé(e) par les remarques et les actions des autres.	1	2	3	4
4. Je suis facilement effrayé(e).	1	2	3	4
5. Je me sens parfois paniqué(e).	1	2	3	4
6. Je manque souvent confiance en moi.	1	2	3	4
7. Je m'inquiète souvent pour des choses que les autres considèrent comme n'étant pas importantes.	1	2	3	4
8. J'ai souvent envie de pleurer, parfois sans raison.	1	2	3	4
9. Je ne me prends pas la tête avec des petites choses. (R)	1	2	3	4
10. Je me sens souvent mal à l'aise sans aucune raison apparente.	1	2	3	4

NB. (R) signifie que les scores à cet item devront être inversés.

Le conflit de tension au quotidien

La sous-échelle de conflit de tension de Carlson et al. (2000) traduite par Leduc et al. (2016)

1. Veuillez indiquer dans quelle mesure chacun des énoncés suivants s'applique à votre vécu AUJOURD'HUI.

	Totalement en désaccord	En désaccord	Ni en accord, ni en désaccord	D'accord	Totalement en accord
1. Lorsque je suis revenu(e) du travail, j'étais trop fatigué(e) pour participer à des activités familiales.	1	2	3	4	5
2. En revenant du travail, j'étais si épuisé(e) émotionnellement que ça m'a empêché(e) de contribuer à ma famille.	1	2	3	4	5
3. .Dû à la pression vécue au travail, je suis revenu(e) à la maison trop stressé(e) pour faire les choses que j'aime avec mes enfants.	1	2	3	4	5

La culpabilité quotidienne liée au conflit travail-famille

La sous-échelle de la culpabilité du travail interférant avec la famille du Work-Family Guilt Scale (WFGS) de McElwain (2009)

Les questions suivantes évaluent les émotions que vous avez ressenties à l'égard de votre ou vos enfant(s) AUJOURD'HUI. Nous vous demandons de répondre en fonction des émotions que vous avez eues à l'égard de votre ou vos enfant(s) âgés entre 5 ET 10 ANS SEULEMENT.

Veuillez noter que les questions ont été formulées au singulier pour alléger leur formulation. Il en est de même pour l'ensemble des questions dans ce journal de bord.

	Fortement en désaccord	En désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt en accord	En accord	Fortement en accord
1. J'ai regretté de ne pas être auprès de mon enfant autant que je l'aurais souhaité.	1	2	3	4	5	6
2. Je me suis senti(e) coupable de ne pas être capable de prendre soin de mon enfant aussi bien que je le voulais.	1	2	3	4	5	6
3. Je me suis senti(e) mal parce que j'ai dû prendre du temps loin de mon enfant pour faire face à des problèmes qui se sont passés au travail.	1	2	3	4	5	6
4. Je me suis senti(e) coupable de ne pas avoir démontré autant d'intérêt à mon enfant que je le souhaitais.	1	2	3	4	5	6

Les activités récréatives quotidiennes parent-enfant

L'échelle de comportements interactifs parent-enfant (Parent-Child Interactive Behaviors Measure) de Cho et Allen (2012)

1. En utilisant l'échelle ci-dessous, veuillez indiquer à quelle intensité vous avez fait ces activités avec votre ou vos enfants âgé(s) entre 5 ET 10 ans DEPUIS LA FIN DE VOTRE JOURNÉE DE TRAVAIL

	Pas du tout	Un peu	Assez	Beaucoup	Énormément
1. Mon enfant et moi avons joué ensemble (p.ex., bicyclette, pratiqué des sports)	1	2	3	4	5
2. Mon enfant et moi avons fait de l'exercice ensemble.	1	2	3	4	5
3. J'ai fait des sorties avec mon enfant (p.ex., musée, zoo, événement sportif).	1	2	3	4	5
4. J'ai joué à des jeux d'intérieur avec mon enfant (p.ex., jeux de société, jeux vidéo).	1	2	3	4	5
5. J'ai joué dehors avec mon enfant.	1	2	3	4	5

Le besoin de récupération quotidien

La sous-échelle de la fatigue aiguë du Occupational Fatigue Exhaustion Recovery (OFER-15) de Winwood et al. (2006) traduit par Laberge et al. (2007)

Les énoncés ci-dessous ont trait à des cas de fatigue et de tension que vous avez vécus depuis le RETOUR DU TRAVAIL. Encerclez une réponse sur l'échelle allant de 1 (tout à fait en désaccord) à 7 (tout à fait d'accord) qui vous correspond le mieux.

	Tout à fait en désac- cord	En désac- cord	Partiel- lement en désac- cord	Indécis	Parti- elle- ment en accord	En ac- cord	Tout à fait d'ac- cord
1. Il m'est resté que très peu d'énergie après ma journée.	1	2	3	4	5	6	7
2. Je me suis senti(e) épuisé(e) après ma journée.	1	2	3	4	5	6	7
3. Mes responsabilités m'ont épuisé(e) complètement.	1	2	3	4	5	6	7
4. J'ai eu beaucoup d'énergie à consacrer à ma famille et à mes amis.	1	2	3	4	5	6	7
5. Je n'ai pas manqué d'énergie pour m'adonner à mes passe-temps ou à d'autres activités après le travail. (R)	1	2	3	4	5	6	7

APPENDICE B

ARTICLE 2 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ET QUESTIONNAIRES

Formulaire de consentement

IDENTIFICATION

Responsable du projet : Julie Ménard, Ph.D., chercheure principale

Département, centre ou institut : Psychologie, Université du Québec à Montréal

Adresse postale : CP8888, succ Centre-Ville Montréal, Qc H3C 3P8

Adresse courriel : menard.julie@uqam.ca

Pour toutes questions, contactez : foucreault.annie@courrier.uqam.ca (doctorante et coordonnatrice du projet de recherche)

BUT GÉNÉRAL DU PROJET

Ce projet de recherche vise à évaluer la capacité des travailleurs à concilier les demandes issues du travail et de la famille ainsi que ses retombées sur leur bien-être. Il vise aussi à mettre en relief des stratégies permettant de mieux gérer les exigences liées au travail et à la famille.

PROCÉDURES

Votre participation consiste à remplir, dès maintenant, un questionnaire d'une durée de 20 minutes.

Dans trois mois, vous aurez, à nouveau, à remplir un questionnaire en ligne qui sera aussi d'une durée de 20 minutes.

AVANTAGES ET RISQUES

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances sur la conciliation travail-famille et sur la santé psychologique des travailleurs.

De plus, un tirage d'un certificat-cadeau de 50 \$ chez un magasin de livres et de musique sera effectué par chaque tranche de 50 participants.

En outre, compléter ce questionnaire vous permettra de prendre davantage conscience de votre capacité à gérer les demandes liées à votre travail et à votre famille.

Il n'y a pas de risque d'inconfort important associé à votre participation à cette étude. Vous demeurez libre de ne pas vous prononcer sur des questions que vous estimez embarrassantes sans avoir à vous justifier. Il est possible que le fait de raconter votre expérience suscite des réflexions ou des souvenirs émouvants ou désagréables. Si cela

se produit, n'hésitez pas à contacter directement la chercheuse principale qui pourra vous référer à l'aide spécialisée appropriée.

CONFIDENTIALITÉ

Il est entendu que les renseignements recueillis sont confidentiels et que seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès à vos questionnaires. On vous attribuera un code de façon à ne pouvoir vous identifier. La liste des courriels et les codes seront conservés séparément des bases de données prévues pour fins d'analyse. Les bases de données seront sur un ordinateur dans un bureau fermé sous clé au laboratoire de la chercheuse responsable, et ce, pour la durée totale du projet. En aucun cas, il ne sera possible de vous identifier dans les analyses et aucune information nominative ne sera dévoilée dans les publications ou présentations issues de cette étude. Les données seront conservées dans l'éventualité d'autres recherches, mais la banque contenant votre adresse courriel et votre numéro de téléphone sera détruite une fois que la collecte de données sera complétée. Nous vous assurons aussi que, en aucun cas, vos réponses ne seront communiquées aux membres de l'école fréquentée par votre enfant. Seuls les résultats globaux de l'étude seront communiqués aux personnels de cette école ainsi qu'aux autres parents qui auront participé à l'étude.

Il est à noter que, même s'il est peu probable que vos réponses soient de quelque intérêt pour la sécurité nationale américaine et même si les risques en la matière peuvent, dès lors, être jugés minimaux, nous devons vous informer que les questionnaires auxquels vous répondrez seront logés et traités dans le logiciel américain SurveyMonkey et que, en vertu du Patriot Act, le gouvernement américain aurait le droit d'avoir accès à vos données personnelles.

PARTICIPATION VOLONTAIRE

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure et que, par ailleurs, vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que l'équipe de recherche puisse utiliser, aux fins de la présente étude (articles, conférences et communications scientifiques), les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement.

DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?

Vous pouvez contacter la responsable du projet au numéro (514) 987- 3000 poste 2437 pour des questions additionnelles sur le projet ou sur vos droits en tant que

participant de recherche. Le projet auquel vous allez participer a été approuvé au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains par le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants (CERPE) de la Faculté des sciences humaines de l'UQAM. Pour toute question ne pouvant être adressée à la direction de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, vous pouvez contacter la présidente du comité par l'intermédiaire de la coordonnatrice du CERPE, Anick Bergeron, au 514 987-3000, poste 3642, ou par courriel à l'adresse suivante : bergeron.anick@uqam.ca.

REMERCIEMENTS

Votre collaboration est essentielle à la réalisation de notre projet qui permettra l'avancement des connaissances en ce qui a trait à la conciliation travail-famille. De fait, l'équipe de recherche tient à vous en remercier.

Pour participer à cette étude, vous devez répondre aux critères d'inclusion mentionnés ci-dessous:

- 1) être âgé de plus de 18 ans
- 2) travailler au moins 30 heures par semaine
- 3) avoir un conjoint (conjoint(e), époux(se) ou tout autre conjoint intime) qui vit à la maison
- 4) avoir au moins un enfant âgé entre 5 et 10 ans résidant sous le même toit que le vôtre et qui ne présente aucun trouble envahissant ou difficulté d'apprentissage

Est-ce que vous répondez à l'ensemble de ces critères?

☐ Oui

☐ Non

1. Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais que j'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir et contacter la chercheuse principale avant de prendre ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer la responsable du projet.

☐ J'accepte

☐ Je refuse

Document d'invitation pour les conjoints

Mise en contexte : Depuis quelques années, les niveaux de stress et d'épuisement se sont accentués chez les parents québécois en raison d'une intensification de leur charge de travail et de l'accent mis sur la performance. Il s'avère ainsi essentiel, pour le bien-être des familles québécoises, de soutenir les parents dans leurs stratégies en matière de conciliation travail-famille. Cette étude a donc pour principale visée d'évaluer l'efficacité de stratégies pouvant aider les parents d'enfants d'âge primaire à concilier les demandes liées au travail et à la vie familiale.

Objectifs du projet

- Évaluer les conséquences de la difficulté à concilier le travail et la vie familiale sur le bien-être des travailleurs et leur famille.
- Évaluer l'efficacité des stratégies employées par les parents afin qu'ils soient davantage en mesure de concilier leur travail avec leur vie familiale.

Procédures

Tous les parents répondant aux critères de l'étude (c'est-à-dire : (1) travailler 35 heures et plus par semaine (2) avoir un enfant âgé entre 5 et 10 ans et (3) avoir un conjoint) seront invités à remplir deux questionnaires sur Internet d'une durée d'environ 20 minutes. Un écart de trois mois séparera la complétion des deux questionnaires. Les réponses des parents seront confidentielles et ils seront libres de participer à l'étude et de s'en retirer en tout temps.

Gains anticipés

- Nous offrirons à la Commission Scolaire des Grandes-Seigneuries des conseils pouvant être transmis aux écoles et aux parents afin de les appuyer dans leurs stratégies en matière de conciliation travail-famille. Ces conseils viseront, principalement, à aider les parents à mieux répondre aux besoins de leurs enfants.
- Un tirage d'un certificat-cadeau de 50\$ dans un magasin de livres et de musique sera effectué pour chaque tranche de 50 parents qui participeront à l'étude.

Rôles et responsabilités

Équipe de recherche

- Transmettre un lien d'accès au premier questionnaire, afin que l'école le transmette aux parents par messages électroniques
- Transmettre, à la Commission scolaire, un rapport des résultats généraux obtenus
- Fournir des conseils pour appuyer les parents dans leurs stratégies en matière de conciliation travail-famille

Conjoint

- Transmettre un message électronique aux parents qui indique un lien d'accès Internet au premier questionnaire, et, si possible, un rappel 2 semaines après l'envoi du message initial

Parents

- Remplir 2 questionnaires en ligne d'une durée de 20 minutes sur une période de 3 mois

Document d'invitation pour les participants

Nature du projet :

Nous vous invitons à participer à un projet de recherche en psychologie effectué à l'Université du Québec à Montréal portant sur la conciliation travail-famille. Précisément, ce projet vise à évaluer l'efficacité de stratégies pouvant aider les parents d'enfants d'âge primaire à concilier les demandes liées au travail et à la famille.

Qu'est-ce que votre participation implique?

Votre participation consiste à remplir un questionnaire en ligne dès maintenant. Celui-ci est d'une durée d'environ 20 minutes.

Un second questionnaire d'une durée de 20 minutes vous sera acheminé par courriel dans trois mois.

Qu'est-ce que vous obtenez en échange de votre participation ?

En échange de votre participation, vous recevrez un rapport global des résultats de l'étude qui présentera des conseils en matière de conciliation travail-famille, basés sur les résultats obtenus grâce à votre participation. De plus, un tirage d'un certificat-cadeau d'une valeur de 50\$ dans un magasin de livres et de musique sera effectué par tranche de 50 participants.

Critères pour participer :

1. Travailler au moins 35 heures par semaine
2. Avoir au moins un enfant âgé entre 5 et 10 ans ne présentant aucun retard développemental ou trouble d'apprentissage
3. Avoir un(e) conjoint(e) résidant sous le même toit que le vôtre

Pour participer :

Vous n'avez qu'à vous rendre au le lien suivant :

<https://www.surveymonkey.com/s/travail-famille>

Vous pouvez aussi écrire à : foucreault.annie@courrier.uqam.ca afin de recevoir un lien d'accès vers l'étude.

Participation volontaire et confidentielle :

Vous êtes libre de participer et nous vous assurons que vos réponses resteront confidentielles.

Responsables du projet :

Ce projet est sous la direction de Julie Ménard, Ph.D., professeure au département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal.

Pour toutes questions reliées à ce projet, veuillez contacter Annie Foucreault, la doctorante en psychologie responsable de ce projet à foucreault.annie@courrier.uqam.ca

Questionnaires utilisés

Le conflit de tension

La sous-échelle de conflit de tension de Carlson et al. (2000) traduite par Leduc et al. (2016)

Veillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les énoncés suivants en utilisant l'échelle ci-dessous. Veuillez répondre en fonction de votre vécu EN

	Totalement en désaccord	En désaccord	Ni en accord, ni en désaccord	D'accord	Totalement en accord
1. Lorsque je reviens du travail, je suis souvent trop fatigué(e) pour participer à des activités familiales.	1	2	3	4	5
2. Souvent en revenant du travail je suis si épuisé(e) émotionnellement, que ça m'empêche de contribuer à ma famille.	1	2	3	4	5
3. Dû à la pression vécue au travail, je reviens parfois à la maison trop stressé(e) pour faire les choses que j'aime avec mes enfants.	1	2	3	4	5

GÉNÉRAL.

La culpabilité liée au conflit travail-famille

La sous-échelle de la culpabilité du travail interférant avec la famille du Work-Family Guilt Scale (WFGS) de McElwain (2009)

Les questions suivantes évaluent les émotions que vous ressentez à l'égard de votre ou vos enfant(s). Nous vous demandons de répondre en fonction des émotions que vous avez eues à l'égard de votre ou vos enfant(s) âgés entre 5 ET 10 ANS SEULEMENT.

Veillez noter que les questions ont été formulées au singulier pour alléger leur formulation. Il en est de même pour l'ensemble des questions dans ce questionnaire.

Ainsi, en utilisant l'échelle ci-dessous, veuillez indiquer à quel point chaque énoncé correspond à ce que vous ressentez EN GÉNÉRAL.

	Fortement en désaccord	En désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt en accord	En accord	Fortement en accord
1. Je regrette de ne pas être auprès de mon enfant autant que je le voudrais.	1	2	3	4	5	6
2. Je me sens coupable de ne pas être capable de prendre soin de mon enfant aussi bien que je le voudrais.	1	2	3	4	5	6
3. Je me sens mal parce que je dois souvent prendre du temps loin de mon enfant pour faire face à des problèmes qui se passent au travail.	1	2	3	4	5	6
4. Je me sens coupable de ne pas démontrer autant d'intérêt à mon enfant que je le souhaiterais.	1	2	3	4	5	6

Les activités récréatives parent-enfant

L'échelle de comportements interactifs parent-enfant (Parent-Child Interactive Behaviors Measure) de Cho et Allen (2012)

En utilisant l'échelle ci-dessous, veuillez indiquer à quelle intensité vous faites ces activités EN GÉNÉRAL avec votre(vos) enfants âgé(s) entre 5 ET 10 ANS.

	Pas du tout	Un peu	Assez	Beaucoup	Énormément
1. Mon enfant et moi jouons ensemble (p.ex., bicyclette, pratiqué des sports).	1	2	3	4	5
2. Mon enfant et moi faisons de l'exercice ensemble.	1	2	3	4	5
3. Je fais des sorties avec mon enfant (p.ex., musée, zoo, événement sportif).	1	2	3	4	5
4. Je joue à des jeux d'intérieur avec mon enfant (p.ex., jeux de société, jeux vidéo).	1	2	3	4	5
5. Je joue dehors avec mon enfant.	1	2	3	4	5

Le soutien instrumental du conjoint

L'échelle de comportements interactifs parent-enfant (Parent-Child Interactive Behaviors Measure) de Cho et Allen (2012)

Pour les questions suivantes, nous vous demandons, D'ABORD, d'indiquer à quelle intensité VOTRE PARTENAIRE fait, EN GÉNÉRAL, une série d'activités avec votre ou vos enfants âgé(s) entre 5 et 10 ans.

ENSUITE, nous vous demandons d'indiquer si vous êtes généralement avec votre partenaire et vos enfants lors de la réalisation de ces activités.

Il est à noter que le terme PARTENAIRE réfère à toute personne vivant sous le même toit que vous avec laquelle vous entretenez une relation d'intimité (p.ex., partenaire(e) époux (se), ou tout autre partenaire intime).

	Pas du tout	Un peu	Assez	Beau- coup	Énor- mément
1. Mon enfant et mon partenaire jouent ensemble (p.ex., bicyclette, pratiqué des sports).	1	2	3	4	5
2. Mon enfant et mon partenaire font de l'exercice ensemble.	1	2	3	4	5
3. Mon partenaire fait des sorties avec mon enfant (p.ex., musée, zoo, événement sportif).	1	2	3	4	5
4. Mon partenaire joue à des jeux d'intérieur avec mon enfant (p.ex., jeux de société, jeux vidéo).	1	2	3	4	5
5. Mon partenaire joue dehors avec mon enfant.	1	2	3	4	5

La satisfaction de vie

L'Échelle de satisfaction de vie de Blais et al. (1989)

Veillez indiquer votre degré d'accord avec chacun des énoncés ci-dessous en fonction de ce que vous ressentez EN GÉNÉRAL.

	1	2	3	4	5	6	7
	Pas du tout en accord	Très peu d'accord	Un peu d'accord	Moyen- nement d'accord	Assez d'accord	Forte- ment d'accord	Très forte- ment d'accord
1. En général, ma vie correspond de près à mes idéaux.	1	2	3	4	5	6	7
2. Mes conditions de vie sont excellentes.	1	2	3	4	5	6	7
3. Je suis satisfait(e) de ma vie.	1	2	3	4	5	6	7
4. Jusqu'à maintenant, j'ai obtenu les choses importantes que je voulais de la vie.	1	2	3	4	5	6	7
5. Si je pouvais recommencer ma vie, je n'y changerais presque rien.	1	2	3	4	5	6	7

BIBLIOGRAPHIE COMPLÈTE

- Akroyd, D., Caison, A., & Adams, R. D. (2002). Burnout in radiation therapists: the predictive value of selected stressors. *International Journal of Radiation Oncology*Biophysics*, 52(3), 816-821. doi: 10.1016/S0360-3016(01)02688-8
- Allen, T. D., Herst, D. E., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: a review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 278-308. doi:10.1037/1076-8998.5.2.278
- Aluja, A., Rossier, J. m., García, L. F., Angleitner, A., Kuhlman, M., & Zuckerman, M. (2006). A cross-cultural shortened form of the ZKPQ (ZKPQ-50-cc) adapted to English, French, German, and Spanish languages. *Personality and Individual Differences*, 41(4), 619-628. doi: 10.1016/j.paid.2006.03.001
- Asparouhov, T., & Muthén, B. (2010). Computing the strictly positive Satorra-Bentler chi-square test in Mplus. *Mplus Web Notes*, 12.
- Avey, J. B., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2008). A call for longitudinal research in positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior*, 29(5), 705-711. doi: 10.1002/job.517
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309-328. doi: 10.1108/02683940710733115
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Schaufeli, W. B. (2005). The crossover of burnout and work engagement among working couples. *Human Relations*, 58(5), 661-689. doi: 10.1177/0018726705055967
- Bakker, A. B., & Heuven, E. (2006). Emotional dissonance, burnout, and in-role performance among nurses and police officers. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 423-440. doi:10.1037/1072-5245.13.4.423
- Bass, B. L., Butler, A. B., Grzywacz, J. G., & Linney, K. D. (2009). Do job demands undermine parenting? A daily analysis of spillover and crossover effects. *Family Relations*, 58(2), 201-215. doi:10.1111/j.1741-3729.2008.00547.x

- Baruch-Feldman, C., Brondolo, E., Ben-Dayana, D., & Schwartz, J. (2002). Sources of social support and burnout, job satisfaction, and productivity. *Journal of Occupational Health Psychology, 7*(1), 84-93. doi: 10.1037/1076-8998.7.1.84
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: an interpersonal approach. *Psychological Bulletin, 115*(2), 243-267. doi:10.1037/0033-2909.115.2.243
- Blais, M. R., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Brière, N. M. (1989). L'échelle de satisfaction de vie: Validation canadienne-française du "Satisfaction with Life Scale". *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement, 21*(2), 210-223. doi: 10.1037/h0079854
- Borelli, J. L., Nelson, S. K., River, L. M., Birken, S. A., & Moss-Racusin, C. (2016). Gender differences in work-family guilt in parents of young children. *Sex Roles, 1*-13. doi: 10.1007/s11199-016-0579-0
- Bourbonnais, R. (2000). *Les impacts positifs et négatifs de la transformation du réseau de la santé sur la vie professionnelle, la vie familiale et la santé des infirmières et des infirmiers de l'agglomération de Québec: rapport de recherche soumis au Conseil québécois de la recherche sociale, CQRS*. [Québec]: Équipe de recherche RIPOST, Université Laval.
- Braver, S. L., & Bay, R. C. (1992). Assessing and compensating for self-selection bias (non-representativeness) of the family research sample. *Journal of Marriage and the Family, 925*-939. doi:10.2307/353173
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 1*(3), 185-216. doi: 10.1177/135910457000100301
- Bronfenbrenner, U. (1989). Ecological systems theory. *Annals of Child Development, 6*, 187-249. doi:10.1037/10518-046
- Bryant, F. B., & Satorra, A. (2012). Principles and practice of scaled difference chi-square testing. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 19*(3), 372-398. doi: 10.1080/10705511.2012.687671
- Bryk, A. S., & Raudenbush, S. W. (1992). *Hierarchical linear models: Applications and data analysis methods*. Newbury Park, CA: Sage.

- Burke, P. J. (1991). Identity processes and social stress. *American Sociological Review*, 836-849. doi: 10.2307/2096259
- Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work–family conflict and its antecedents. *Journal of Vocational Behavior*, 67(2), 169-198. doi: 10.1016/j.jvb.2004.08.009
- Canadian Nurses Association (2009) Tested solutions for eliminating canada's registered nurse shortage. Ottawa: Canadian Nurses Association. Retrieved from: https://cna-aic.ca/~media/cna/page-content/pdf-en/rn_highlights_e.pdf
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Cermak, I., & Rosza, S. (2001). Facing guilt: Role of negative affectivity, need for reparation, and fear of punishment in leading to prosocial behaviour and aggression. *European Journal of Personality*, 15(3), 219-237. doi: 10.1002/per.402
- Carlson, D. S., & Kacmar, K. M. (2000). Work–family conflict in the organization: Do life role values make a difference? *Journal of Management*, 26(5), 1031-1054. doi: 10.1177/014920630002600502
- Chin, W. (1998). Commentary: issues and opinion on structural equation modeling. *MIS Quarterly*, 22(1), Vii-Xvi. Retrieved from <http://www.jstor.org.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/stable/249674>
- Cho, E. (2010). *Examining the relationship between work-to-family conflict and parenting behavior*. University of South Florida, Tampa, FL.
- Cho, E., & Allen, T. D. (2012). Relationship between work interference with family and parent–child interactive behavior: Can guilt help? *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 276-287. doi:10.1016/j.jvb.2011.12.002
- Cinamon, R. G., Weisel, A., & Tzuk, K. (2007). Work-family conflict within the family crossover effects, perceived parent-child interaction quality, parental self-efficacy, and life role attributions. *Journal of Career Development*, 34(1), 79-100. doi: 10.1177/0894845307304066
- Cohen, T. R., Panter, A. T., & Turan, N. (2012). Guilt proneness and moral character. *Current Directions in Psychological Science*, 21(5), 355-359. doi: 10.1177/0963721412454874

- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). Issues in the study and application of social support. In C. S. & Syme S. L (Eds.), *Social Support and Health* (pp. 3-22). San Francisco: Academic Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. doi:10.1037/0033-2909.98.2.310
- Cohen, T. R., Panter, A. T., & Turan, N. (2012). Guilt proneness and moral character. *Current Directions in Psychological Science*, 21(5), 355-359. doi:10.1177/0963721412454874
- Costigan, C. L., & Cox, M. J. (2001). Fathers' participation in family research: Is there a self-selection bias? *Journal of Family Psychology*, 15(4), 706-720. doi: 10.1037//0893-3200.15.4.706
- Cranford, J. A., Shrout, P. E., Iida, M., Rafaeli, E., Yip, T., & Bolger, N. (2006). A procedure for evaluating sensitivity to within-person change: can mood measures in diary studies detect change reliably? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(7), 917-929. doi: 10.1177/0146167206287721
- Craig, L. (2007). How employed mothers in Australia find time for both market work and childcare. *Journal of Family and Economic Issues*, 28(1), 69-87. doi: 10.1007/s10834-006-9047-2
- Crawford, E. R., LePine, J. A., & Rich, B. L. (2010). Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test. *Journal of Applied Psychology*, 95(5), 834-848. doi:10.1037/a0019364
- Cunningham, M. R., Steinberg, J., & Grev, R. (1980). Wanting to and having to help: Separate motivations for positive mood and guilt-induced helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(2), 181-192. doi: 10.1037/0022-3514.38.2.181
- Daly, K. J. (2001). Deconstructing family time: From ideology to lived experience. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 283-294. doi: 10.1111/j.1741-3737.2001.00283.x

- De Hooge, I. E., Zeelenberg, M., & Breugelmans, S. M. (2007). Moral sentiments and cooperation: Differential influences of shame and guilt. *Cognition and Emotion*, 21(5), 1025-1042. doi:10.1080/02699930600980874
- Demerouti, E., Bakker, A. B., & Bulters, A. J. (2004). The loss spiral of work pressure, work-home interference and exhaustion: Reciprocal relations in a three-wave study. *Journal of Vocational Behavior*, 64(1), 131-149. doi: 0.1016/S0001-8791(03)00030-7
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Geurts, S. A., & Taris, T. W. (2009). Daily recovery from work-related effort during non-work time. *Research in Occupational Stress and Well-being*, 7, 85-123. doi:10.1108/S1479-3555%282009%290000007006
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2000). A model of burnout and life satisfaction amongst nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 32(2), 454-464. doi:10.1046/j.1365-2648.2000.01496.x
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499-512. doi: 10.1037/0021-9010.86.3.499
- Demerouti, E., Taris, T. W., & Bakker, A. B. (2007). Need for recovery, home-work interference and performance: Is lack of concentration the link? *Journal of Vocational Behavior*, 71(2), 204-220. doi:10.1016/j.jvb.2007.06.002.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Dunst, C. J., Hamby, D., Trivette, C. M., Raab, M., & Bruder, M. B. (2002). Young children's participation in everyday family and community activity. *Psychological Reports*, 91(3), 875-897. doi: 10.2466/pr0.2002.91.3.875
- Duxbury, L. E. (2005). *Dealing with work-life issues in the workplace: Standing still is not an option*. Kingston, Ontario: Queen's University. Industrial Relations Centre Press

- Duxbury, L. E., & Higgins, C. A. (1991). Gender differences in work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76(1), 60-74. doi:10.1037/0021-9010.76.1.60
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role analysis*. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.
- Eby, L. T., Casper, W. J., Lockwood, A., Bordeaux, C., & Brinley, A. (2005). Work and family research in IO/OB: Content analysis and review of the literature (1980–2002). *Journal of Vocational Behavior*, 66(1), 124-197. doi: 10.1016/j.jvb.2003.11.003
- Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of Management Review*, 25(1), 178-199. doi:10.2307/259269
- Elvin-Nowak, Y. (1999). The meaning of guilt: A phenomenological description of employed mothers' experiences of guilt. *Scandinavian Journal of Psychology*, 40(1), 73-83. doi: 10.1111/1467-9450.00100
- Farquharson, B., Allan, J., Johnston, D., Johnston, M., Choudhary, C., & Jones, M. (2012). Stress amongst nurses working in a healthcare telephone-advice service: Relationship with job satisfaction, intention to leave, sickness absence, and performance. *Journal of Advanced Nursing*, 68(7), 1624-1635. doi: 10.1111/j.1365-2648.2012.06006.x
- Feldman, R. (2000). Parents' convergence on sharing and marital satisfaction, father involvement, and parent-child relationship at the transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal*, 21(3), 176-191. doi:10.1002/1097-0355(200007)21:3%3C176::AID-IMHJ3%3E3.0.CO;2-4
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL: Row, Peterson
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. London, UK: Sage publications.
- Foucreault, A., & Menard, J. (2016). Social activities do not distract everyone from work: A diary study of work-related perseverative cognition. *International Journal of Psychological Studies*, 8(4), 38-50. doi: 10.5539/ijps.v8n4p38

- Foucreault, A., & Ménard, J. (under review). Work-family guilt: its effects on children's and parents' resources. *Journal of Occupational Health Psychology*, 43 pp.
- Foucreault, A., & Ménard, J. (soumis). *Work-family guilt: a double-edged sword for children's and parents' resources?* Paper presented at the European Association of Work and Organizational Psychology, Dublin.
- Ford, M. T., Heinen, B. A., & Langkamer, K. L. (2007). Work and family satisfaction and conflict: a meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology*, 92(1), 57-80. doi: 10.1037/0021-9010.92.1.57
- Fritz, C., & Sonnentag, S. (2005). Recovery, health, and job performance: effects of weekend experiences. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(3), 187-199. doi:10.1037/1076-8998.10.3.187
- Fritz, C., & Sonnentag, S. (2006). Recovery, well-being, and performance-related outcomes: The role of workload and vacation experiences. *Journal of Applied Psychology*, 91(4), 936-945. doi:10.1037/0021-9010.91.4.936
- Fritz, C., Sonnentag, S., Spector, P. E., & McInroe, J. A. (2010). The weekend matters: Relationships between stress recovery and affective experiences. *Journal of Organizational Behavior*, 31(8), 1137-1162. doi:10.1002/job.672
- Fujimoto, T., Kotani, S., & Suzuki, R. (2008). Work-family conflict of nurses in Japan. *Journal of Clinical Nursing*, 17(24), 3286-3295. doi: 10.1111/j.1365-2702.2008.02643.x
- Geurts, S. A., & Demerouti, E. (2003). Work/non-work interface: A review of theories and findings. *The Handbook of Work and Health Psychology*, 2, 279-312. doi: 10.1002/0470013400.ch14
- Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182-191. doi:10.1542/peds.2006-2697
- Glavin, P., Schieman, S., & Reid, S. (2011). Boundary-spanning work demands and their consequences for guilt and psychological distress. *Journal of Health and Social behavior*, 52(1), 43-57. doi:10.1177/0022146510395023

- Golden, T. D. (2012). Altering the effects of work and family conflict on exhaustion: Telework during traditional and nontraditional work hours. *Journal of Business and Psychology*, 27(3), 255-269. doi:10.1007/s10869-011-9247-0
- Goyer, M. (2016). Stratégies de conciliation pour parents épuisés. Maman pour la vie.com Retrieved from <http://www.mamanpouurlavie.com/blogues/maman-24-7/12879-strategies-de-conciliation-pour-parents-epuises.thtml>
- Grandey, A. A., & Cropanzano, R. (1999). The conservation of resources model applied to work-family conflict and strain. *Journal of Vocational Behavior*, 54(2), 350-370. doi:10.1006/jvbe.1998.1666
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. doi:10.5465/AMR.1985.4277352
- Greenhaus, J. H., Parasuraman, S., Granrose, C. S., Rabinowitz, S., & Beutell, N. J. (1989). Sources of work-family conflict among two-career couples. *Journal of Vocational Behavior*, 34(2), 133-153. doi: 10.1016/0001-8791(89)90010-9
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *The Academy of Management Review*, 31(1), 72-92. doi:10.2307/20159186
- Greenspan, S. I., Wieder, S., & Simons, R. (1998). *The child with special needs: Encouraging intellectual and emotional growth*. Boston: Addison-Wesley/Addison Wesley Longman.
- Grimm, K. J., & Widaman, K. F. (2012). Construct validity. In H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf & K. J. Sher (Eds.), *APA handbook of research methods in psychology. Foundations, planning, measures, and psychometrics* (pp. 621-642). Washington: American Psychological Association.
- Grzywacz, J. G., Frone, M. R., Brewer, C. S., & Kovner, C. T. (2006). Quantifying work-family conflict among registered nurses. *Research in Nursing and Health*, 29(5), 414-426. doi: 10.1002/nur
- Guendouzi, J. (2006). "The guilt thing": Balancing domestic and professional roles. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 901-909. doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00303

- Harder, D. W., Cutler, L., & Rockart, L. (1992). Assessment of shame and guilt and their relationships to psychopathology. *Journal of Personality Assessment*, 59(3), 584-604. doi:10.1207/s15327752jpa5903_12
- Hatfield, E., Cacioppo, J., & Rapson, R. (1994). *Emotional contagion*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [White paper]. Retrieved from <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf>.
- Hektner, J. M., Schmidt, J. A., & Csikszentmihalyi, M. (2007). *Experience sampling method: Measuring the quality of everyday life*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Higgins, C., Duxbury, L., & Lyons, S. (2008). *Reducing work-life conflict: What works? What doesn't?*. Canada: Health Canada.
- Hobföll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524. doi:10.1037/0003-066X.44.3.513
- Hobson, B., & Fahlén, S. (2009). *Applying sens capabilities framework to work family balance within a european context: Theoretical and empirical challenges*. Edinburgh, UK: Working Papers on the Reconciliation of Work and Welfare in
- Hochschild, A. R. (1997). *The time bind: When work becomes home and home becomes work*. New York: Henry Holt.
- Hochwarter, W. A., Perrewé, P. L., Meurs, J. A., & Kacmar, C. (2007). The interactive effects of work-induced guilt and ability to manage resources on job and life satisfaction. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(2), 125-135. doi:10.1037/1076-8998.12.2.125
- Hoffman, M. L. (1982). Development of prosocial motivation: Empathy and guilt. In N. Eisenberg (Ed.), *The development of prosocial behaviour* (pp. 281-313). New York, NY: Academic.
- House, J. S. (1981). *Work, stress and social support*. Philippines: Addison-Wesley.

- IBM Corp. (2015). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0*. Armonk, NY: IBM Corp.
- Ilies, R., Schwind, K. M., Wagner, D. T., Johnson, M. D., DeRue, D. S., & Ilgen, D. R. (2007). When can employees have a family life? The effects of daily workload and affect on work-family conflict and social behaviors at home. *Journal of Applied Psychology*, 92(5), 1368-1379. doi:10.1037/0021-9010.92.5.1368
- Isenbarger, L., & Zembylas, M. (2006). The emotional labour of caring in teaching. *Teaching and Teacher Education*, 22(1), 120-134. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tate.2005.07.002>
- Jansen, N. W. H., Kant, I., Kristensen, T. S., & Nijhuis, F. J. (2003). Antecedents and consequences of work-family conflict: A prospective cohort study. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 45(5), 479-491. doi:10.1097/01.jom.0000063626.37065.e8
- Jansen, N. W. H., Kant, I., & van den Brandt, P. A. (2002). Need for recovery in the working population: description and associations with fatigue and psychological distress. *International Journal of Behavioral Medicine*, 9(4), 322-340. doi:10.1207/S15327558IJBM0904_03
- Jennings, B. M. (2008). Work stress and burnout among nurses: Role of the work environment and working conditions. In R. G. Hughes (Ed.), *Patient safety and quality: an evidence-based handbook for nurses* (pp. 137-158). Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality (US).
- Johnston, D. D., & Swanson, D. H. (2007). Cognitive acrobatics in the construction of worker-mother identity. *Sex Roles*, 57(447-459). doi: 10.1007/s11199-007-9267-4
- Jones, M. D. (2006). Which is a better predictor of job performance: Job satisfaction or life satisfaction? *Journal of Behavioral and Applied Management*, 8(1), 20-42. doi: 10.1.1.138.5654
- Judge, T. A., Ilies, R., & Scott, B. A. (2006). Work-family conflict and emotions: Effects at work and at home. *Personnel Psychology*, 59(4), 779-814. doi:10.1111/j.1744-6570.2006.00054.x

- Katelaar, T., & Au, W. T. (2003). The effects of guilt on the behavior of uncooperative individuals in repeated social bargaining games: An affect-as-information interpretation of the role of emotion in social interaction. *Cognition and Emotion*, 17, 429-453. doi: 10.1080/02699930143000662
- Ketelaar, T., & Tung Au, W. (2003). The effects of feelings of guilt on the behaviour of uncooperative individuals in repeated social bargaining games: An affect-as-information interpretation of the role of emotion in social interaction. *Cognition & Emotion*, 17(3), 429-453. doi: 10.1080/02699930143000662
- Kenny, D. A. (2014). Measuring model fit. Retrieved from <http://davidakenny.net/cm/fit.htm>
- Kenny, D. A., Kaniskan, B., & McCoach, D. B. (2014). The performance of RMSEA in models with small degrees of freedom. *Sociological Methods & Research*, 1-22. doi : 10.1177/0049124114543236
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2006). *The analysis of dyadic data*. New York, NY: Guilford.
- Kinnunen, U., & Mauno, S. (1998). Antecedents and outcomes of work-family conflict among employed women and men in Finland. *Human Relations*, 51(2), 157-177. doi: 10.1177/001872679805100203
- Korabik, K. (2015). The intersection of gender and work-family guilt. In M. J. Mills (Ed.), *Gender and the Work-Family Experience* (pp. 141-157). London, UK: Springer.
- Korabik, K., & McElwain, A. (2005). Work-family guilt. In M. Pitt-Catsoupes & E. E. Kossek (Eds.), *Work and Family Encyclopedia Online*. Chestnut Hill, MA: Sloan Work and Family Research Network..
- Korabik, K., McElwain, A., & Lero, D. S. (2009). *Does work-family guilt mediate relationships between work-family conflict and outcome variables?* Paper presented at the Work, Stress and Health Conference, Puerto Rico
- Kossek, E. E., Noe, R. A., & DeMarr, B. J. (1999). Work-family role synthesis: Individual and organizational determinants. *International Journal of Conflict Management*, 10(2), 102-129. doi: 10.1108/eb022820

- Kreiner, G. E., Hollensbe, E. C., & Sheep, M. L. (2009). Balancing borders and bridges: Negotiating the work-home interface via boundary work tactics. *Academy of Management Journal*, 52(4), 704-730. doi: 10.5465/AMJ.2009.43669916
- Kubany, E. S. (1994). A cognitive model of guilt typology in combat-related PTSD. *Journal of Traumatic Stress*, 7(1), 3-19. doi:10.1002/jts.2490070103
- Institut de la statistique du Québec (2016). Les défis de la conciliation travail-famille chez les parents salariés : Un portrait à partir de l'Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans 2015. Retrieved from : <http://www.stat.gouv.qc.ca/docs-hmi/statistiques/conditions-vie-societe/conciliation-travail/conciliation-travail-famille.pdf>
- Laberge, L., Ledoux, É., Perron, M., Bourdouxhe, M., Gaudreault, M., Laberge, M., . . . Veillette, S. (2007). Reliability of the French version of the Occupational Fatigue Exhaustion Recovery (OFER) scale in college students with part-time jobs. Paper presented at the 3e congrès de la Société canadienne de sommeil, Canada, Montréal.
- Labor Advisory Board and the workforce (Conseil consultatif du travail et de la main-d'œuvre) (2001). Concilier travail et famille: un défi pour les milieux de travail. Plan d'action. Ville de Québec: Gouvernement du Québec.
- Larson, R., & Csikszentmihalyi, M. (1983). The experience sampling method. In H. T. Reis (Ed.), *Naturalistic approaches to studying social interaction. New directions for methodology of social and behavioral sciences* (pp. 41-56). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- LaRocco, J. M., House, J. S., & French Jr, J. R. (1980). Social support, occupational stress, and health. *Journal of Health and Social behavior*, 21(3), 202-218. doi:10.2307/2136616
- Leduc, C., Houltfort, N., & Bourdeau, S. (2016). Work-life balance: The good and the bad of boundary management. *International Journal of Psychological Studies*, 8(1), 133-147. doi: 10.5539/ijps.v8n1p133

- Leith, K. P., & Baumeister, R. F. (1998). Empathy, shame, guilt, and narratives of interpersonal conflicts: guilt-prone people are better at perspective taking. *Journal of Personality*, 66(1), 1-37. doi:10.1111/1467-6494.00001
- Little, R. J. (1988). A test of missing completely at random for multivariate data with missing values. *Journal of the American Statistical Association*, 83(404), 1198-1202. doi: 10.1080/01621459.1988.10478722
- Livingston, B. A., & Judge, T. A. (2008). Emotional responses to work-family conflict: An examination of gender role orientation among working men and women. *Journal of Applied Psychology*, 93(1), 207-216. doi:10.1037/0021-9010.93.1.207
- Martin, B. (1975). *Parent-child relations*. In I. F. D. Horowitz (Ed.), *Review of child development research* (Vol. 4, pp. 463-540): Chicago, IL: University of Chicago.
- Martínez, P., Carrasco, M. J., Aza, G., Blanco, A., & Espinar, I. (2011). Family gender role and guilt in Spanish dual-earner families. *Sex Roles*, 65(11-12), 813-826. doi:10.1007/s11199-011-0031-4
- McElwain, A. K. (2009). *An examination of the reliability and validity of the Work-Family Guilt Scale*. University of Guelph, Guelph, Ontario.
- Michel, J. S., Kotrba, L. M., Mitchelson, J. K., Clark, M. A., & Baltes, B. B. (2011). Antecedents of work-family conflict: A meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 689-725. doi: 10.1002/job.695
- Middleton, C. A. (2007). Illusions of balance and control in an always-on environment: A case study of BlackBerry users. *Continuum: Journal of Media & Cultural Studies*, 21(2), 165-178. doi: 10.1080/10304310701268695
- Montgomery, A. J., Peeters, M. C. W., Schaufeli, W. B., & Ouden, M. D. (2003). Work-home interference among newspaper managers: Its relationship with burnout and engagement. *Anxiety, Stress, and Coping*, 16(2), 195-211. doi: 10.1080/10615806.2003.10382973

- Morgan, W. B., & King, E. B. (2012). The association between work–family guilt and pro-and anti-social work behavior. *Journal of Social Issues*, 68(4), 684–703. doi:10.1111/j.1540-4560.2012.01771.x
- Muthén, B. O., & Muthén, L. K. (2012). *Mplus User's guide : Seventh Edition*. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.
- Napholz, L. (2000). Balancing multiple roles among a group of urban midlife American Indian working women. *Health Care for Women International*, 21, 255–266. doi: 10.1080/073993300245122
- Nelissen, R., Dijker, A., & De Vries, N. (2007). Emotions and goals: Assessing relations between values and emotions. *Cognition and Emotion*, 21(4), 902–911. doi:10.1080/02699930600861330
- Nelissen, R., & Zeelenberg, M. (2009). When guilt evokes self-punishment: evidence for the existence of a Dobby Effect. *Emotion*, 9(1), 118–122. doi:10.1037/a0014540
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work–family conflict and family–work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 400–410. doi:10.1037/0021-9010.81.4.400
- Nevill, D., & Damico, S. (1975). Family size and role conflict in women. *The Journal of Psychology*, 89(2), 267–270. doi: 10.1080/00223980.1975.9915761
- Niler, E. R., & Beck, S. J. (1989). The relationship among guilt, dysphoria, anxiety and obsessions in a normal population. *Behaviour Research and Therapy*, 27(3), 213–220. doi:10.1016/0005-7967(89)90039-9
- Nunnally, J. C., Bernstein, I. H., & Berge, J. M. T. (1967). *Psychometric theory* (Vol. 226). New York, NY: McGraw-Hill
- Nock, S. L., & Kingston, P. W. (1988). Time with children: The impact of couples' work-time commitments. *Social Forces*, 67(1), 59–85. doi: 10.2307/2579100
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders*, 71(1), 19–27. doi:10.1016/S0165-0327(01)00408-6

- Offer, S., & Schneider, B. (2011). Revisiting the gender gap in time-use patterns multitasking and well-being among mothers and fathers in dual-earner families. *American Sociological Review*, 76(6), 809-833. doi: 10.1177/0003122411425170
- Ohly, S., Sonnentag, S., Niessen, C., & Zapf, D. (2010). Diary studies in organizational research: An introduction and some practical recommendations. *Journal of Personnel Psychology*, 9(2), 79-93. doi: 10.1027/1866-5888/a000009
- Okta, J. S. (1992). Burnout in hospital social workers who work with AIDS patients. *Social Work*, 37(5), 432-439. doi: 10.1093/sw/37.5.432
- Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ). (2016). Portrait sommaire de l'effectif infirmier du Québec 2015-2016. Retrieved from <http://www.oiiq.org/sites/default/files/Portrait-sommaire-2015-2016.pdf>.
- Organisation mondiale de la santé. (1999). Glossaire de la promotion de la santé. Retrieved from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67245/1/WHO_HPR_HEP_98.1_fre.pdf.
- Parasuraman, S., Greenhaus, J. H., & Granrose, C. S. (1992). Role stressors, social support, and well-being among two-career couples. *Journal of Organizational Behavior*, 13(4), 339-356. doi:10.1002/job.4030130403
- Patel, C. J., Beekhan, A., Paruk, Z., & Ramgoon, S. (2008). Work-family conflict, job satisfaction and spousal support: An exploratory study of nurses' experience. *Curationis*, 31(1), 38-44. doi:10.4102/curationis.v31i1.906
- Pelham, B. W., & Blanton, H. (2012). *Conducting research in psychology: Measuring the weight of smoke*. Belmont, CA: Cengage Learning.
- Peeters, M. C., Montgomery, A. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2005). Balancing work and home: how job and home demands are related to burnout. *International Journal of Stress Management*, 12(1), 43-61. doi: 10.1037/1072-5245.12.1.43

- Pleck, J. H. (1977). The work-family role system. *Social Problems*, 24, 417-427. doi:10.1525/sp.1977.24.4.03a00040
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879-903. doi:10.1037/0021-9010.88.5.879
- Reis, H. T., & Gable, S. L. (2000). Event-sampling and other methods for studying everyday experience. In H. T. Reis & C. M. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (pp. 190-222). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Repetti, R. L. (1989). Effects of daily workload on subsequent behavior during marital interaction: the roles of social withdrawal and spouse support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 651-659. doi:10.1037/0022-3514.57.4.651
- Repetti, R. L. (1994). Short-term and long-term processes linking job stressors to father-child interaction. *Social Development*, 3(1), 1-15. doi: 10.1111/j.1467-9507.1994.tb00020.x
- Repetti, R. L., & Wood, J. (1997). Effects of daily stress at work on mothers' interactions with preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 11(1), 90-108. doi: 10.1037/0893-3200.11.1.90
- Rhima, A., Wils, T., Pousa, C. E., & Frigon, M. (2014). Conflits travail-famille et intention de quitter dans le domaine de la santé. *Relations industrielles/Industrial Relations*, 69(3), 477-500. doi: 10.4102/curationis.v31i1.906
- Rice, R. W. (1984). Organizational work and the overall quality of life. *Applied Social Psychology Annual*, 5, 155-178. doi: 10.1002/job.4030130205
- Rönkä, A., Sevón, E., Malinen, K., & Salonen, E. (2014). An examination of nonresponse in a study on daily family life : I do not have time to participate, but I can tell you something about our life. *International Journal of Social Research Methodology*, 17(3), 197-214. doi:10.1080/13645579.2012.729401

- Rotenberg, L., Griep, R. H., Pessanha, J., Gomes, L., Portela, L. F., & Fonseca, M. d. J. M. (2011). Housework and recovery from work among nursing teams: a gender perspective. *NEW SOLUTIONS: A Journal of Environmental and Occupational Health Policy*, 20(4), 497-510. doi: 10.2190/NS.20.4.g
- Rothbard, N. P., Phillips, K. W., & Dumas, T. L. (2005). Managing multiple roles: Work-family policies and individuals' desires for segmentation. *Organization Science*, 16(3), 243-258. doi: 10.1287/orsc.1050.0124
- Russo, M., & Buonocore, F. (2012). The relationship between work-family enrichment and nurse turnover. *Journal of Managerial Psychology*, 27(3), 216-236. doi: 10.1108/02683941211205790
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Sayer, L. C., Bianchi, S. M., & Robinson, J. P. (2004). Are parents investing less in children? trends in mothers' and fathers' time with children. *American Journal of Sociology*, 110(1), 1-43. doi: 10.1086/386270
- Scott-Findlay, S., & Golden-Biddle, K. (2005). Understanding how organizational culture shapes research use. *Journal of Nursing Administration*, 35(7-8), 359-365. doi: 10.1097/00005110-200507000-00008
- Seagram, S., & Daniluk, J. C. (2002). "It goes with the territory" The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children. *Women & Therapy*, 25(1), 61-88. doi:10.1300/J015v25n01_04
- Sen, A. (1980). *Equality of what?* In McMurrin (Ed.), *The Tanner lectures on human values* (pp. 185-220). Cambridge, UK: Cambridge Univ Press.
- Sheble, L., & Wildemuth, B. (2009). Research diaries. In B. Wildemuth (Ed.), *Applications of social research methods to questions in information and library science* (pp. 211-221). Santa Barbara, CA: Libraries Unlimited.
- Simon, M., Kümmerling, A., & Hasselhorn, H.-M. (2013). Work-home conflict in the European nursing profession. *International Journal of Occupational and Environmental Health*, 10(4), 384-391. doi: 10.1179/oeh.2004.10.4.384

- Simon, R. W. (1995). Gender, multiple roles, role meaning, and mental health. *Journal of Health and Social behavior*, 182-194. doi: 10.2307/2137224
- Sluiter, J. K. (1999). The influence of work characteristics on the need for recovery and experienced health: a study on coach drivers. *Ergonomics*, 42(4), 573-583. doi: 10.1080/001401399185487
- Sluiter, J. K., De Croon, E., Meijman, T., & Frings-Dresen, M. (2003). Need for recovery from work related fatigue and its role in the development and prediction of subjective health complaints. *Occupational and Environmental Medicine*, 60(suppl 1), i62-i70. doi: 10.1136/oem.60.suppl_1.i62
- Sluiter, J. K., Frings-Dresen, M. H. W., van der Beek, A. J., & Meijman, T. F. (2001). The relation between work-induced neuroendocrine reactivity and recovery, subjective need for recovery, and health status. *Journal of Psychosomatic Research*, 50(1), 29-37. doi:10.1016/S0022-3999(00)00213-0
- Sonnentag, S. (2001). Work, recovery activities, and individual well-being: A diary study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6(3), 196-210. doi: 10.1037/1076-8998.6.3.196
- Sonnentag, S. (2003). Recovery, work engagement, and proactive behavior: A new look at the interface between nonwork and work. *Journal of Applied Psychology*, 88(3), 518-528. doi: 10.1037/0021-9010.88.3.518
- Sonnentag, S., & Bayer, U. V. (2005). Switching off mentally: predictors and consequences of psychological detachment from work during off-job time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(4), 393-414. doi: 10.1037/1076-8998.10.4.393
- Sonnentag, S., Binnewies, C., & Mojza, E. J. (2008). "Did you have a nice evening?" A day-level study on recovery experiences, sleep, and affect. *Journal of Applied Psychology*, 93(3), 674-684. doi:10.1037/0021-9010.93.3.674
- Sonnentag, S., & Natter, E. (2004). Flight attendants' daily recovery from work: is there no place like home? *International Journal of Stress Management*, 11(4), 366-391. doi: 10.1037/1072-5245.11.4.366

- Sonnentag, S., & Zijlstra, F. R. (2006). Job characteristics and off-job activities as predictors of need for recovery, well-being, and fatigue. *Journal of Applied Psychology, 91*(2), 330-350. doi: 10.1037/0021-9010.91.2.330
- Tangney, J. P. (1990). Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: development of the Self-Conscious Affect and Attribution Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(1), 102-111. doi:10.1037/h0042534.
- ten Brummelhuis, L. L., & Bakker, A. B. (2012). A resource perspective on the work-home interface: The work-home resources model. *American Psychologist, 67*(7), 545-556. doi: 10.1037/a0027974
- Tone Innstrand, S., Melbye Langballe, E., Arild Espnes, G., Falkum, E., & Gjerl w Aasland, O. (2008). Positive and negative work-family interaction and burnout: A longitudinal study of reciprocal relations. *Work & Stress, 22*(1), 1-15. doi: 10.1080/026783708019758
- Trépanier, S. G., Fernet, C., & Austin, S. (2013). Workplace psychological harassment in Canadian nurses: A descriptive study. *Journal of Health Psychology, 18*(3), 383-396. doi: 10.1177/1359105312443401
- Vallerand, R. J. (1989). Vers une méthodologie de validation trans-culturelle de questionnaires psychologiques: Implications pour la recherche en langue française. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne, 30*(4), 662-680. doi: 10.1037/h0079856
- Roeters, A., Van Der Lippe, T., & Kluwer, E. S. (2009). Parental work demands and the frequency of child-related routine and interactive activities. *Journal of Marriage and Family, 71*(5), 1193-1204. doi: 10.1111/j.1741-3737.2009.00663.x
- Van Veldhoven, J. P. M., & Broersen, S. (2003). Measurement quality and validity of the "need for recovery scale. *Occupational Environmental Medicine, 60*(Suppl 1), i3-i9. doi:10.1136/oem.60.suppl_1.i3
- Videon, T. M. (2005). Parent-child relations and children's psychological well-being: Do dads matter?. *Journal of Family Issues, 26*(1), 55-78. doi: 10.1177/0192513X04270262

- von Thiele Schwarz, U. (2011). Inability to withdraw from work as related to poor next-day recovery and fatigue among women. *Applied Psychology*, 60(3), 377-396. doi:10.1111/j.1464-0597.2011.00440.x
- Voydanoff, P. (2005). Toward a conceptualization of perceived work-family fit and balance: a demands and resources approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(4), 822-836. doi: 10.1111/j.1741-3737.2005.00178.x
- Wahler, R. G., & Dumas, J. E. (1989). Attentional problems in dysfunctional mother-child interactions: An interbehavioral model. *Psychological Bulletin*, 105(1), 116-130. doi: 10.1037/0033-2909.105.1.116
- Wang, J., & Wang, X. (2012). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. United Kingdom: John Wiley & Sons.
- Wang, S. W., Repetti, R. L., & Campos, B. (2011). Job stress and family social behavior: the moderating role of neuroticism. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(4), 441-456. doi: 10.1037/a0025100
- Ward-Griffin, C., Brown, J. B., St-Amant, O., Sutherland, N., Martin-Matthews, A., & Keefe, J., & Kerr, M. . (2014). Nurses negotiating professional–familial care boundaries striving for balance within double duty caregiving. *Journal of Family Nursing*, 21(1), 57-85. doi:10.1177/1074840714562645
- Ward-Griffin, C., St-Amant, O., & Brown, J. B. (2011). Compassion fatigue within double duty caregiving: Nurse-daughters caring for elderly parents. *OJIN: The Online Journal of Issues in Nursing*, 16(1), Manuscript 4. doi: 10.3912/OJIN.Vol6No01Man04
- Weiss, H. M., & Cropanzano, R. (1996). Affective events theory: A theoretical discussion of the structure, causes and consequences of affective experiences at work. In B. M. Staw & L. L. Cummings (Eds.), *Research in organizational behavior: An annual series of analytical essays and critical reviews* (Vol. 18, pp. 1-174). US: Elsevier Science/JAI Press.
- West, S., Boughton, M., & Byrnes, M. (2009). Juggling multiple temporalities: the shift work story of mid-life nurses. *Journal of Nursing Management*, 17(1), 110-119. doi: 10.1111/j.1365-2834.2008.00920.x

- Wills, T. A., & Shinar, O. (2000). Measuring perceived and received social support. *Social Support Measurement and Intervention: A Guide for Health and Social Scientists*, 86-135. doi:10.1176/appi.ps.52.10
- Winwood, P. C., Lushington, K., & Winefield, A. H. (2006). Further development and validation of the Occupational Fatigue Exhaustion Recovery (OFER) scale. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 48(4), 381-389. doi: 10.1097/01.jom.0000194164.14081.06
- Wood, J. J., & Repetti, R. L. (2004). What gets dad involved? A longitudinal study of change in parental child caregiving involvement. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 237-249.
- Yang, N., Chen, C. C., Choi, J., & Zou, Y. (2000). Sources of work-family conflict: A Sino-U.S. comparison of the effects of work and family demands. *Academy of Management Journal*, 43, 113-123. doi: 10.2307/1556390
- Yildirim, D., & Aycan, Z. (2008). Nurses' work demands and work-family conflict: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45(9), 1366-1378. doi:10.1016/j.ijnurstu.2007.10.010
- Zijlstra, F. R., & Sonnentag, S. (2006). After work is done: Psychological perspectives on recovery from work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 15(2), 129-138. doi:10.1080/13594320500513855