

Fonds de recherche  
Société et culture

Québec



# Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Synthèse des connaissances sur la notion renouvelée de charge mentale :  
Constats et invisibilités sur la santé et le bien-être des femmes

**Chercheuse principale**

Isabelle Courcy, Université de Montréal

**Cochercheuses**

Johanne Saint-Charles, Université du Québec à Montréal

Mélanie Lefrançois, Université du Québec à Montréal

**Établissement gestionnaire de la subvention**

Université du Québec à Montréal

**Numéro du projet de recherche**

2021-BF-323445

**Titre de l'Action concertée**

Programme de recherche sur les besoins émergents en santé et bien-être des femmes

Synthèse des connaissances

**Partenaire(s) de l'Action concertée**

Le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)

Le Secrétariat à la condition féminine (SCF)

et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

Le Fonds s'engage à rendre public les Rapports de recherche produits dans le cadre des Actions concertées. Le contenu n'engage que ses auteurs.

## Remerciements

Nous tenons à remercier les organismes partenaires et leurs représentantes, le personnel de recherche et de la Bibliothèque de l'UQAM pour leur contribution au succès de cette recherche

Lydia Assayag et Mila Zielinski, Réseau québécois Action Santé Femmes (RQASF)  
Jennifer Beeman, Action cancer du sein Québec (ACSQ)  
Bronja Hildgen, Institut de recherches et d'études féministes (IREF)  
Naoual Laroussi, Fondation filles d'action  
Rivellie Tchuisseu, Institut des sciences de l'environnement (ISE)  
France Levert et Caroline Voyer, Réseau des femmes en environnement  
Julie Raby, Relais-femmes

Pacifique Bugingo, Doctorat interdisciplinaire en santé et société, UQAM  
Émeraude Lapointe-Provost, Doctorat en sciences des religions, UQAM  
Jena Webb, Professionnelle de recherche, UQAM

Catherine Goulet-Cloutier et Kate Bouchard, Institut santé et société (ISS)  
Quan Nha Hong, École de réadaptation, Université de Montréal  
Noémie Poirier Monfette et Yolaine Chénard, Bibliothécaires, UQAM

Merci également aux représentantes partenaires du Programme de recherche sur les besoins émergents en santé et bien-être

## Table des matières

<b>Contexte de la recherche</b> .....	<b>1</b>
1. Problématique .....	1
2. Objectifs .....	3
3. Questions de recherche .....	3
4. Approche féministe intersectorielle de l'écosanté .....	3
<b>Méthodologie</b> .....	<b>5</b>
<b>Résultats</b> .....	<b>7</b>
1. Principaux résultats.....	7
2. Retombées immédiates ou prévues.....	16
3. Contributions à l'avancement des connaissances.....	17
<b>Pistes de solution ou d'actions</b> .....	<b>18</b>
1. Messages-clés et recommandations.....	18
Recommandations et de solutions en 5 axes.....	19
2. Limites de la présente étude.....	23
<b>Nouvelles pistes ou questions de recherche</b> .....	<b>24</b>
<b>Références suggérées</b> .....	<b>25</b>
Bibliographie .....	26
Annexe 1. Les étapes du travail collaboratif .....	30
Annexe 2. Résumé commenté de mi-parcours.....	31
Annexe 3. Tableaux interactifs.....	32
Annexe 4. Récapitulatif des requêtes .....	33
Annexe 5. Nombre de publications selon les années.....	34
Annexe 6. Diagramme de flux et liste des critères d'exclusion .....	35
Annexe 7. PRISMA – Littérature grise .....	38
Annexe 8. PRISMA – Littérature scientifique .....	39
Annexe 9. Références retenues .....	40

## Contexte de la recherche

### 1. Problématique

Notre monde vit deux crises majeures, celles du climat et de la COVID-19, qui avivent les inégalités sociales, de sexe et de genre auxquelles viennent se greffer d'autres défis liés au vieillissement de la population dans les pays occidentaux (Institut de la statistique du Québec, 2012; Ministère de la famille, 2018). Ce triptyque exerce une pression importante sur les milieux de travail et la société en général. Sur le plan humain, cette pression se manifeste notamment par l'augmentation de la charge mentale des femmes<sup>1</sup>.

La charge mentale réfère à un mode de gestion quotidienne du travail (salarié, communautaire et domestique) caractérisé par une prise en charge simultanée de multiples tâches et responsabilités. Qu'elles se réalisent en emploi ou dans la vie personnelle, ces tâches se révèlent complexes, voire parfois impossibles à articuler entre elles (Haicault, 1984, 2000, 2020). Cette charge affecte plus fortement les femmes en raison des attentes sociales genrées et des rôles sociaux qui en découlent. La charge mentale se présente sous différentes facettes avec comme constante un travail de gestion « où se perd le corps, où se tue la tête, à calculer l'incalculable, à rattraper sur du temps et avec du temps, le temps perdu, à faire, à gérer » (Haicault, 1984, p. 275). **Par ailleurs, les mécanismes par lesquels la charge mentale influence la santé sont moins connus.**

Dans les ménages où les deux conjoints sont en emploi à temps plein, les femmes réalisent 62 % des tâches domestiques (Observatoire de la pauvreté et des inégalités du Québec, 2015). Les femmes représentent 64 % des personnes ayant donné 20 heures ou plus de soins par semaine à au moins une personne de leur entourage (Conseil du statut de la femme, 2018; Statistique Canada, 2018; 2020; 2021). C'est également plus de la moitié des travailleuses (56 %) qui œuvrent dans une profession liée aux soins et à l'aide à la vie domestique (santé, restauration, alimentation, services de nettoyage, services communautaires, etc.) (Statistiques Canada, 2017). Le travail de *care* est « une activité

---

<sup>1</sup> Nous reconnaissons le caractère non binaire et fluide du genre et comprenons dans la catégorie « femmes » les femmes cisgenres (femmes dont le sexe assigné à la naissance correspond au genre), les femmes trans et les personnes non binaires ou intersexuées qui peuvent s'identifier ou se présenter comme femmes.

générique qui comprend tout ce que nous faisons pour maintenir, perpétuer et réparer notre “monde” de sorte que nous puissions y vivre aussi bien que possible » (Tronto, 2009, p. 13). Il recoupe diverses activités, allant du soin thérapeutique au soutien émotif, en passant par la militance, l’engagement citoyen et la préservation de l’environnement. Il est « invisible, sans frontière et sans fin » (Benelli et Modak, 2010; Damamme et Paperman, 2009). Il peut être rémunéré dans le secteur formel comme activité de l’économie marchande ou réalisée comme « travail gratuit » au sein de la famille et des communautés (Delphy, 2013). Dans les deux cas, il est surtout le fait des femmes et s’accompagne d’une charge mentale importante, particulièrement pour les mères et les proches-aidantes.

L’urgence de la question environnementale engendre des réflexions sur l’organisation contemporaine des activités humaines et l’empreinte de nos modes de vie sur la planète dans son ensemble. La crise écologique génère de nouvelles tâches domestiques (ex. récupérer, réutiliser, se mobiliser pour l’environnement). Les femmes sont d’ailleurs souvent représentées comme « naturellement » plus sensibles aux questions environnementales (Brough, 2016; Arora-Jonson, 2011; Lalanne et Lapeyre, 2009; Saint-Charles et al., 2022) et « à l’avant-scène de l’action climatique » (Champagne St-Arnaud et al., 2021, p. 31). L’histoire de l’écoféminisme et des luttes citoyennes menées par des femmes nous rappelle qu’elles effectuaient déjà ce travail de *care*, notamment pour la santé de leurs familles (Merchant, 1981). Des groupes œuvrant auprès des femmes ont intégré cette notion à leurs pratiques, citons, parmi d’autres, une journée consacrée à cette thématique par L’R des centres de femmes du Québec et le plaidoyer de la Fédération des enseignantes et enseignants du Québec.

Par ailleurs, la plupart des recherches sur la charge mentale ont surtout été menées auprès de mères de jeunes enfants, négligeant ainsi d’autres engagements comme la proche-aidance ou l’engagement citoyen et leurs aspects émotionnels spécifiques. D’autres contextes sont aussi peu explorés tels que les conditions de travail précaires (Lefrançois et al., 2017) l’expérience de la charge mentale « verte » pouvant générer de l’écoanxiété (Baker et al., 2021; Clayton et Karazsia, 2020; Panu, 2020; Pihkala, 2020) ou de la solastalgia<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> La *soltagia* réfère au sentiment de peine lié à la perte perçue d’éléments de l’environnement.

(Albrecht, 2016; Galway et al. 2019). De plus, les contextes de vie diffèrent entre les femmes elles-mêmes et les attentes écologiques ne sont pas vécues de la même façon dans tous les milieux. Par exemple, on sait que les femmes racisées sont touchées de manière accrue par la répartition du travail de *care* et d'autres formes d'inégalités sociales, dont le racisme environnemental (Hanrahan et Mercer, 2019; Phan et al. 2015; Quintal-Marineau, 2017).

## **2. Objectifs**

En collaboration avec des représentantes de groupes communautaires et de la société civile concernés par l'équité de genre et la justice environnementale, cette synthèse des connaissances porte sur la charge mentale et ses effets sur la santé des femmes. Elle vise à inventorier les informations disponibles, à les analyser et à proposer des recommandations afin d'orienter l'action et la prise de décision.

## **3. Questions de recherche**

Deux principales questions guident notre démarche de recherche :

1. Quelles sont les composantes (facteurs constitutifs) de la charge mentale ?
2. Quels sont les effets de la charge mentale sur la santé des femmes ?

## **4. Approche féministe intersectorielle de l'écosanté**

Cette synthèse des connaissances repose sur la complémentarité d'une approche écosystémique de la santé - l'écosanté (Charron, 2012) et de l'approche féministe intersectionnelle (Cooper, 1988; Crenshaw, 1989; Hill Collins, 2019; Hill Collins et Bilge, 2020). Les approches écosystémiques de la santé ont émergé afin de répondre à différentes problématiques à l'intersection de la santé, de la société et de l'environnement. Reconnue en 2010 comme l'un des apports marquants à la santé publique au Canada (Webb et al., 2010), l'écosanté est utilisée dans de nombreux pays (Saint-Charles et al., 2014). L'approche invite à adopter des manières de penser (théories des systèmes et pensée critique), d'être en relation (participation communautaire, transdisciplinarité, réseaux de relations) et d'agir (recherche-action) pour répondre aux problèmes pernicious (*wicked*) (Saint-Charles et al., 2020). Cette mise en évidence de la mobilisation des connaissances comme aspect central

fait en sorte qu'une diversité d'approche et d'outils est disponible pour mieux arrimer et valoriser la participation des milieux communautaires, sociaux et politiques (Crosse et al., 2021; Duboz et al., 2018). Il a parfois été reproché à l'écosanté un certain aveuglement, voire une naïveté, au regard des rapports sociaux de sexe et de genre, de classe, de race, capacitistes et à leur imbrication (Brisbois et al., 2017; Dakubo, 2013). L'approche féministe intersectionnelle, ancrée dans une perspective des rapports sociaux, permet de pallier cette limite de l'écosanté.

Le féminisme intersectionnel s'est développé grâce aux féministes noires qui ont dénoncé le manque de considération des « inégalités au sein des inégalités » dans les discours féministes dominants. Cette approche vise à développer une perception fine et située du caractère relationnel des oppressions » (Bilge et Hill Collins, 2022). La problématique de la charge mentale permet de reconnaître la transversalité des rapports sociaux de sexe et de genre et leur enchevêtrement avec d'autres situations sociales ou environnementales (Cousins, 2021; Dengler et Lang, 2022; Camilo et al. 2021). Elle est un rempart contre l'imposition d'un regard homogénéisant des femmes (cis et trans) et de leurs expériences en tenant compte des différences entre elles, notamment en termes d'accès aux ressources et au marché de l'emploi.

Plus concrètement, sa mise en application requiert d'interroger les sources identifiées par la démarche proposée dans ce qui suit en s'appuyant sur des questions telles que : Quels rapports sociohistoriques et quelles échelles de mesure sont pris en compte ? Quels savoirs sont considérés, valorisés ou invisibilisés ? Quelles pistes de solutions (individuelles, sociales et politiques) sont proposées ? Quels effets sont anticipés sur la santé et pour quelles femmes ? Quels sont les groupes laissés pour compte ?

## Méthodologie

La stratégie méthodologique est une revue de portée appuyée sur un processus d'application de connaissances intégrées (ACi). Les revues de portée sont appropriées pour cartographier un territoire et faire émerger des éléments peu connus (Pham et al., 2014). Les quatre étapes de la revue de portée proposées par Arksey et O'Malley (2005) ont été suivies. Notre démarche d'ACi s'est actualisée par le biais d'un processus participatif avec des représentantes des groupes partenaires de différents milieux de pratique dans les domaines de la santé des femmes et de la santé environnementale. Ces dernières ont été conviées à chacune des étapes du projet (voir **Annexe 1 et Annexe 2**). Un atelier méthodologique sur les revues systématiques de portée a été organisé avec la Professeure Quan Nha Hong (Université de Montréal).

### 1. Recherche

Le corpus de littérature « grise »<sup>3</sup> a été constitué à partir des suggestions des représentantes des groupes partenaires et des différents réseaux de recherche et de pratique des chercheuses. Une page web a été créée à cette fin ([lien](#)) En parallèle, nous avons suivi les étapes présentées par Peters et al. (2015) afin d'identifier les mots-clés pertinents pour interroger les bases de données. Un atelier de *cartes-réponses* (Laure, 2018) a été réalisé avec les représentantes des groupes partenaires afin de coconstruire une compréhension commune du concept de charge mentale et d'en dégager les mots-clés pertinents (voir **Annexe 3**). Par la suite, ces mots-clés ont été combinés dans une stratégie de recherche afin d'identifier les références publiées dans des revues examinées par les pairs (anglais ou français) (voir **Annexe 4**). Dix bases de données indexant des publications scientifiques ont fait l'objet de requête sur les dix dernières années. Un nombre important d'articles publiés a été obtenu (plus de 10 000 références), indiquant un accroissement des publications sur ce thème au fil des années. Cette augmentation est particulièrement marquée depuis 2020 (voir **Annexe 5**). Ce constat aurait justifié de réduire notre corpus aux cinq dernières années. Toutefois, voulant assurer une couverture pré-covid et post-covid, nous avons opté pour une

---

<sup>3</sup> Nous utiliserons le terme « littérature grise » pour désigner les documents qui n'ont pas été publiés dans une revue savante ou scientifique avec évaluation par les pairs (simple ou double aveugle).

période de sept ans (01/01/2015/ à 13/01/2023). Les résultats ont été intégrés dans l’outil de gestion des références COVIDENCE. Des diagrammes de flux de type PRISMA (Tricco et al., 2018) sont utilisés pour présenter les récapitulatifs chiffrés des résultats de nos requêtes. En éliminant les doublons, nous avons **3479** références scientifiques à filtrer.

## 2. Filtrage

Les représentantes des groupes partenaires ont été invitées à revoir les critères d’inclusion et d’exclusion. Leurs commentaires nous ont permis de bonifier collectivement cette première grille. Le filtrage des articles a d’abord été réalisé à partir de la lecture des titres et résumés. Un accord inter-juge entre deux personnes de l’équipe de recherche était requis pour le verdict de sélection ou d’exclusion. En cas de désaccord, une troisième personne tranchait. Nous avons exclu 3017 références. Les critères d’exclusion ont été identifiés de manière itérative, alimentés par nos lectures et des activités réalisées avec les représentantes des groupes partenaires (voir **Annexe 6**).

## 3. Extraction

En dyade avec une chercheuse, chaque représentante des groupes partenaires a eu le mandat d’extraire l’information pertinente d’une dizaine de documents du corpus de la littérature grise et de déterminer si ces sources devaient être conservées. Sur les 54 documents proposés, nous en avons retenu **39** (voir **Annexe 7**). Les extractions dans la littérature scientifique ont été faites de manière indépendante par deux membres de l’équipe de recherche puis révisées par une chercheuse. Nous avons retenu **223** articles (voir **Annexe 8**). Le corpus final se compose de **262 sources** (voir **Annexe 9**).

## 4. Synthèse

Les informations extraites ont été compilées puis analysées de manière itérative. L’équipe de recherche se réunissait plusieurs fois par mois pour discuter de l’avancement du processus, de l’interprétation de certains résultats et des cas litigieux. Une fois l’ensemble des informations extraites, compilées et synthétisées, nous avons rédigé la synthèse des connaissances. Il s’agit d’une description comparative des principaux thèmes et résultats qui ressortent des deux corpus à l’étude.

## Résultats

### 1. Principaux résultats

#### 1.1 Les composantes (facteurs constitutifs) de la charge mentale

L'imbrication des sphères de l'emploi et de la famille demeure une conceptualisation pertinente pour mieux comprendre le phénomène de la charge mentale. Les études confirment une répartition inégale des tâches au sein du couple. Les femmes demeurent les principales responsables du soin des enfants et des proches (1–9), parfois en contexte transnational (10–12). La charge mentale se compose d'anticipation, de planification, de basculement (jongler) d'un espace (ou d'une tâche) à l'autre (13–20) et s'accompagne d'un travail de gestion des frontières, parfois pour les réaffirmer (ex. espaces en emploi pour allaiter) (21–23), parfois pour les amenuiser, mais toujours dans l'objectif de « concilier » (22,24–26). La charge mentale repose sur la flexibilité des mères, leur disponibilité (15,27–31) et leur mobilité dans l'espace (32). Ces dernières développent des stratégies d'adaptation, comme faire plusieurs tâches à la fois (*multitasking*) (33–35), déléguer - le plus souvent à d'autres femmes<sup>4</sup>(16,36–40), réduire le temps pour soi ou les loisirs (34,41), diminuer ses heures ou quitter l'emploi (41–44), compenser par l'amplification de certains comportements parentaux<sup>5</sup> (41), inciter (voir négocier avec) le conjoint et les enfants pour qu'ils en fassent plus (45–48). À plus long terme, ces stratégies peuvent s'avérer coûteuses sur le plan de la carrière (49) et de la santé (**section 1.1.3**).

Les dimensions cognitives, mentales et émotionnelles du travail constituent d'autres composantes de la charge mentale des femmes. Ces dimensions, souvent entrelacées et concomitantes (15,20,48,50–53), sont ancrées dans un travail envers autrui et n'a jamais vraiment de fin (51,54,55). Dans le contexte de la filiation, il est souvent naturalisé (50,56,57) et intriqué à d'autres normes culturelles spécifiques; les mères devant transmettre et préserver les valeurs de la famille ou du groupe (2,44,58–63). Étant donné sa nature, il devient difficile de rendre visible la charge mentale, de la reconnaître et de la faire

---

<sup>4</sup> Craig et Baster (2016) constatent que l'utilisation de services domestiques payants dégage le plus souvent le conjoint et non la conjointe (40).

<sup>5</sup> Par exemple, en faisant la lecture plus longtemps aux enfants au moment du coucher.

reconnaître (64) pour plaider en faveur de sa répartition plus équitable (15,29,45). Des études soulèvent des conflits dans le couple (47,65,66). Plusieurs rapportent les sentiments de culpabilité, de frustration et d'injustice ressentis par bon nombre de mères partout dans le monde (13,28,41,50,55,64,67–77).

En ce qui a trait à la dimension émotionnelle<sup>6,7</sup> les recherches confirment la prégnance de modèles de genre binaires faisant en sorte que l'on s'attend généralement des femmes qu'elles soient accessibles, empathiques et attentionnées dans la famille comme en emploi (79), qu'ils s'agissent de professions axées sur les services ou le soin à la personne (54,80,81) ou d'autres qui n'en relèvent pas à première vue comme celles liées à la gestion (82), à la recherche ou à l'enseignement universitaire (79,83–87). Les femmes réalisent ainsi un travail émotionnel qui, bien qu'attendu d'elles, ne fait pas l'objet de leur description de tâche (56,79,88–90), comme les directrices d'écoles de l'étude de Zikhail et Perumal (2016) qui rapportent « faire les poubelles » et se battre pour trouver de la nourriture pour les élèves (90). Dans la sphère domestique, les tâches du travail émotionnel (*daily emotion work*) mesurées ou rapportées par les femmes sont diverses : faire plaisir à l'autre, les petites attentions, du soutien dans la résolution de problème (91), la gestion de la contraception (92), feindre l'orgasme (93), éviter ou gérer les conflits avec les ex-partenaires (18). Même lorsqu'elles sont malades ou présentent un problème de santé, la plupart d'entre elles continuent à faire du travail émotionnel auprès du conjoint, l'inverse n'étant pas nécessairement retrouvé (94).

Les recherches soulèvent également la prégnance des normes de la « bonne maternité »<sup>8</sup> (13,24,28,55,64,69,74,95–102) et de la figure du « bon » travailleur (masculin) déchargé de toute responsabilité familiale lorsqu'il est en emploi (86,103,104). Cette

---

<sup>6</sup> Un travail émotionnel est réalisé lorsqu'une personne façonne l'expression d'une émotion, en choisissant l'intensité appropriée et le moment adéquat où l'exprimer à la lumière des normes sociales qu'elle a intériorisé (Hochschild, 1979). Les normes sociales influencent également la manière dont l'expression d'une émotion sera reçue, si elle est jugée acceptable en fonction du contexte et de l'individu qui l'exprime.

<sup>7</sup> Dans un essai théorique fort intéressant, Shiloh Whitney (2018) (78) propose une théorisation de l'économie politique des affects et de leurs effets sur les subjectivités à l'aulne des hiérarchies de genre, de race, de classe et du statut contemporain de personne migrante.

<sup>8</sup> Le concept de maternité intensive est proposé par Sharon Hays (1996) pour décrire les normes contemporaines de maternité et de maternage.

dichotomie doit également être prise en compte pour éclairer des tensions rapportées par certaines : celles qui désirent s'investir davantage auprès de leur enfant, mais ressentent une pression à retourner rapidement en emploi (69,105) et d'autres qui rapportent une forte dissonance à ne plus être en mesure de réaliser le travail émotionnel nécessaire en raison de réformes ou d'une nouvelle organisation du travail (56,106). Une des rares études recensées menées auprès de couples lesbiens soulève que les mères, dès la naissance de l'enfant, sont confrontées à des présupposés normatifs de la part de leur entourage qui identifie la mère en fonction de celle qui a accouché (107).

L'expérience de la charge mentale s'imbrique à d'autres inégalités sociales et situations. Plusieurs recherches pointent les conditions de vie et de travail précaires de bon nombre de femmes dans le monde (26,47,108–116), l'accès inégal aux ressources et à la technologie (36,95,110,117) ainsi que la gestion (pour soi et autrui) des violences (cis)sexistes (118–120), conjugales (121,122), sexuelles (93) et racistes (101,123–125). Les réseaux de soutien informels peuvent contribuer à réduire la charge mentale (44,126), ce qui est particulièrement critique pour les mères seules, séparées, migrantes ou travailleuses autonomes (10,12,18,24,96,100,112,127–135).

Dans notre échantillon, les articles informant sur les composantes de charge mentale et la pandémie de COVID-19 sont nombreux et montrent sans conteste que la pandémie a été un puissant vecteur d'inégalités. Malgré une augmentation du temps consacré aux tâches familiales pour les hommes et les femmes (136), ces dernières en ont assumé la plus grande part (14,137–141). Au Canada, les femmes interrogées par Haney et Barber (2022) auraient rapporté dix fois plus souvent que les hommes avoir été contraintes à s'occuper des tâches parentales (142). La combinaison de plusieurs facteurs peut expliquer cette charge mentale accrue : la fermeture des services de garde, la perte du soutien offert par les réseaux informels comme les grands-parents et la scolarisation à domicile (63,70,137,143–145); les nouvelles tâches de planification et d'anticipation (ex. désinfection, lavage, recherche d'information, évaluation et gestion des risques) (63,79,137,146,147); le soin des proches malades (137); le télétravail favorisant la porosité des sphères de l'emploi et de la famille

(63,70,85,97,139,145,148–154) et pouvant s’accompagner d’un *technostress* (139,145,155,156).

Le contexte d’incertitude a également généré un surtravail pour les femmes sur le plan émotionnel dans l’espace familial (ex. rassurer les enfants, gérer ses propres inquiétudes par rapport au bien-être de proches âgés) et en emploi (ex. soutenir les personnes étudiantes ou les collègues) (85,150,157). La pandémie a également joué un rôle dans l’insécurité d’emploi (63,158), engendrant des inquiétudes financières importantes. Les femmes ont été plus nombreuses à perdre leur emploi que les hommes, un phénomène qui a d’ailleurs fortement touché les femmes les plus pauvres (159). D’autres ont quitté ou réduit leurs heures en emploi pour pouvoir s’occuper de leurs proches et se sont appauvries (70,97,139–141,147,149,160–162). Celles qui se sont maintenues en emploi rapportent souvent une baisse de productivité (149,160,163–165) et des impacts négatifs en termes de promotion (139,160,163,166).

Un autre facteur ayant contribué à la charge mentale des femmes est la négociation de l’espace consacré au télétravail de chacun des membres du couple. Il est remarqué que les pères ont le plus souvent occupé un espace fermé et ont bénéficié de temps réservé pour le travail alors que les mères se sont le plus souvent retrouvées à travailler dans le salon ou la salle à manger avec les enfants (143,161,167,168). Cet arrangement suggère que l’emploi du père est le plus souvent priorisé et celui de la mère considérée comme un travail qui peut être interrompu à tout moment (150,167). Plusieurs ont choisi de travailler le soir quand les enfants dorment (149). En somme, le contexte de la pandémie a renforcé ou favorisé un retour vers une division sexuelle marquée (17,97,142,145,148,150,160,163,169–172). Les femmes qui avaient fait des gains quant à la répartition des tâches au sein de leur couple ont vu ces arrangements disparaître avec la pandémie (167).

La charge mentale a également été amplifiée pour celles présentant ou cumulant les situations suivantes : monoparentalité (97,149,173), parentalité lesbienne (174), enfants ayant des besoins particuliers ou présentant une problématique de santé (149), situation de handicap (173,174), un emploi à fort risque de contagion (les femmes de couleur étant sur-représentées dans les emplois de première ligne) (159,173), l’appartenance à des

communautés qui ont été touchées de manière disproportionnée par le coronavirus (ex. femmes noires, Latinx, Premières Nation) (173). Dans ce contexte, bon nombre de mères ont rapporté des sentiments de culpabilité à ne pas se sentir comme les mieux placées pour aider leur(s) enfant(s) (64,97,150) ou parce qu'elles affichent une baisse de rendement dans leur productivité (139,165). Des mères ont d'ailleurs rapporté se faire réprimander en emploi parce qu'elles ne « suivent pas » alors que leurs collègues masculins ont été applaudis « parce qu'ils s'occupent de leurs enfants » (173).

## 1.2 Les effets de la charge mentale sur la santé des femmes

Les difficultés à articuler les responsabilités familiales et professionnelles, le plus souvent opérationnalisées en termes de « conflits », de « surcharge », « d'interférence », de « débordement » ou de « déséquilibre » représentent un facteur de stress chronique (33,71,98,175–179). Il en découle un sentiment de pression (*rushing*) ou de tension (*strain*) (1,5,35,103,156,171,176,180–183). En faisant face à davantage de difficultés « famille-travail »<sup>9</sup> (indicateur de charge mentale), les femmes, et particulièrement celles dont les tâches familiales et de soin sont accrues, sont plus à risque d'en subir les conséquences sur leur santé (19,180,184,185).

Outre les mesures de perception, les effets de ce stress chronique sont mesurés à travers le taux de cortisol (181). Le modèle de la charge allostatique a été élaboré pour évaluer « l'usure » corporelle due au stress chronique [McEwen, 1998 dans Birze et al., 2002] (186)<sup>10</sup>. Des corrélations connues sont à nouveau confirmées, notamment avec l'anxiété

---

<sup>9</sup> Lorsqu'un rôle dans la familial rend difficile l'accomplissement des exigences d'un rôle professionnel, générant une pression mentale [Greenhaus et Beutell, 1985].

<sup>10</sup> « [E]lle peut être comprise comme un moyen de cartographier - à travers des changements explicites dans les voies neurohormonales liées aux processus de stress et d'émotion (Freund, 2006) – l'impact physiologique et les effets sur la santé associés à l'incarnation matérielle de la vie sociale, et donc le gradient social de santé [...]. De manière générale, les systèmes cardiovasculaire, métabolique, immunitaire et nerveux central ont tous de larges gammes d'activités qui sont impliquées dans une adaptation saine, ou ce que l'on appelle l'allostase (McEwen, 1998). C'est lorsque l'activation de ces systèmes est récurrente ou non interrompue que la santé est minée par des réponses mal gérées ou hyperactives aux facteurs de stress chroniques. Ces changements sont évalués et un score de charge allostatique est calculé à l'aide d'indicateurs physiologiques comprenant des facteurs neuroendocriniens, métaboliques, inflammatoires, neurophysiologiques, cardiovasculaires et anthropométriques (Juster et al., 2010 ; McEwen, 2015). À long terme, la dérégulation systémique peut se manifester par des conditions cliniques telles que l'hypertension, les maladies cardiovasculaires, le diabète ou l'obésité » (notre traduction, Birze, 2022, p. 6-7) (186).

(14,187), la détresse (23,26,34,115,129,140), la dépression (6,178,180,187), l'épuisement émotionnel (1,44,64) et professionnel (19), l'occurrence de migraines (177,181), de problèmes musculosquelettiques, de mal de dos et de perturbations du sommeil (4,188,189). La perception de surcharge quant au travail domestique est associée au sentiment de détresse (6,7,44). D'autres recherches indiquent des liens entre le sentiment de culpabilité, l'anxiété, la perception d'iniquité quant au travail domestique dans le couple et la présence de symptômes dépressifs (7,190,191) ou d'idéation suicidaire (192) chez les mères. La répartition inégale du partage des tâches apparaît aussi comme un prédicteur de la diminution du désir sexuel (193) et d'insatisfaction dans le couple (33).

La charge mentale intrinsèque à la gestion individuelle d'attentes contradictoires et de responsabilités souvent incompatibles favorise l'adoption de stratégies et d'habitudes de vie qui, bien qu'inégalement vécues, ont pour conséquence une usure physique et mentale considérable (16,37,194). Il est notamment question de la réduction (voir de la suppression) du temps de loisirs ou du temps pour soi (3), du manque d'exercice, de la malbouffe et de la conduite automobile dangereuse (112,189,195) qui ont des effets délétères sur la santé mentale et physique. Des recherches tissent des liens entre l'adoption de ces stratégies et un accès plus limité aux services et soins de santé (112,196), parfois un arrêt des suivis médicaux par manque de temps (197). La charge mentale et sa répartition inégale au sein du couple peuvent également être un sujet de conflit (15,91) et affectent l'ensemble des dimensions du bien-être et de la qualité de vie de la personne (ex. physique, émotionnel, économique, relationnel, sexuel) (17,76,179,181,193).

Dean et ses collègues (2021) (54) avancent que le travail émotionnel est ce qui rend la charge mentale si préjudiciable pour la santé des femmes et les individus en ménage avec un homme (198). Dans le cadre de l'emploi, le travail émotionnel prédispose au stress et à l'épuisement professionnel (199). Puisque les femmes sont nombreuses dans les métiers du *care* et qu'elles apparaissent, peu importe la profession, plus enclines à recevoir des attentes en ce sens, elles en subiraient les effets pervers dans une plus large mesure que les hommes (82,90). Comme le montre une étude canadienne (186), le travail émotionnel laisse des traces genrées « dans la chaire » via une charge allostatique accrue.

Les effets néfastes de la charge mentale sur la santé des femmes ont été accrus pendant cette période pour bon nombre d'entre elles comme l'indique l'augmentation de leurs niveaux d'anxiété (151,152,160,161,200), de détresse psychologique (140,141,160), de dépression (151,161), de sentiment de solitude ou d'isolement (63,149,151), d'épuisement (152,201), d'épuisement émotionnel (63,149,151) et épuisement professionnel (138,202). Le peu de temps de repos (144,149,171,172,195) et de loisirs (63,144) est également rapporté. D'autres recherches suggèrent que le manque d'espace individuel pour travailler pourrait aussi avoir eu des effets sur leur santé en générant des niveaux de stress prononcés liés à l'effacement des frontières (par exemple lorsque l'enfant fait irruption dans une rencontre en téléconférence avec les collègues) (149,172).

Dans l'ensemble, les effets mesurés sont plus négatifs pour les femmes, et le sont particulièrement pour les mères de jeunes enfants (161,200,201). Zamarro et Prados (2021) (141) constatent à partir d'un échantillon représentatif (États-Unis) que les symptômes de détresse psychologique ont atteint un sommet en avril 2020 : près de la moitié (49 %) des mères présentaient de légers. Cinq mois plus tard, tous les groupes à l'étude, à l'exception des femmes ayant des enfants d'âge scolaire, semblaient s'être remis du choc d'avril. Thorsteinsen et al. (2022) (17) constatent des effets persistants et délétères de la pandémie sur le bien-être de mères norvégiennes (n = 180). En somme, les études recensées indiquent un accroissement de la charge mentale des femmes durant la pandémie, et particulièrement pour celles qui ont de jeunes enfants.

### **1.3 Charge verte et charge environne-mentale**

Dans l'ensemble, peu d'articles recensés portent sur la charge verte. Il est notamment question de la responsabilité des femmes en ce qui a trait à la gestion de l'électricité (203–205), au recyclage et à la réutilisation de biens (39,206), à l'alimentation (73) et dans différentes mesures d'urbanisme (207). D'autres recherches abordent le travail et la charge mentale associée aux changements de comportement nécessaires pour s'adapter aux perturbations environnementales, notamment la gestion domestique de l'eau (208,209), de l'exposition des membres de la famille aux substances toxiques (196), de la relocalisation de population (109,210) et des effets de l'extraction pétrolière sur la santé (211). Les

perturbations environnementales, comme la crise climatique et le déboisement, ajoutent à la charge des femmes et touchent de plein fouet celles des Suds (209). La baisse générale des produits forestiers complexifie le travail de femmes en Éthiopie pour qui le bois de chauffage est le principal combustible de cuisson (109). Les participantes de l'étude de Hajjar et al. (2020) (109) ont estimé faire de 5 à 10 km supplémentaires pour trouver du bois. La déforestation a également un impact sur ces femmes en tant que principales collectrices de médicaments traditionnels et d'autres produits forestiers non ligneux, diminuant à nouveau leurs opportunités de revenus et leur travail de soin dans leur famille. De plus, en cas de crises ou de catastrophes naturelles, les attentes envers les femmes en termes de travail émotionnel sont accentuées, comme l'ont remarqué Shtob et Petrucci (2021) (212) dans leur étude auprès d'enseignantes après l'ouragan Irma (Floride). Cette contribution au rétablissement collectif demeure peu documentée. Un seul article recensé porte sur la charge mentale de l'activisme environnemental (58) et décrit le « travail de care environnemental » (notre traduction) de 25 femmes militantes pour la gestion et la protection de l'eau dans les Appalaches étatsuniennes.

#### **1.4 Du côté de la littérature grise : penser des solutions collectives**

D'importantes similitudes sont relevées entre les discours présentés dans la littérature scientifique et ceux de la littérature grise. La charge mentale est le plus souvent comprise à partir des travaux de Monique Haicault. Comme dans la littérature scientifique, la parentalité (213), la proche-aidance (214), les inégalités homme-femme et leur croisement avec d'autres situations sont analysés (ex. aides familiales immigrantes, femmes autochtones et racisées, étudiantes stagiaires, travailleuses du sexe, etc.) (215–218). Plusieurs sources rappellent les liens entre la charge mentale et la précarité d'emploi, la discrimination sur le marché du travail et le manque de reconnaissance (plafond de verre) (219,220). L'intensification et sa complexification durant et à la suite de la pandémie sont également relevées, de même que les reculs en matière d'égalité (216,221,222).

Des distinctions entre les deux corpus à l'étude nous permettant de mieux comprendre les contextes dans lesquels la charge mentale et la charge verte sont présentées et mobilisées. Un premier élément est la visée dans laquelle sont produites ces sources. Il

s'agit principalement d'ouvrages de vulgarisation destinés au grand public dans une intention de sensibilisation (223) ciblant principalement les mères (224–230). Différents moyens sont utilisés : présentation de résultats de recherche, entrevues avec des personnes expertes, partage de témoignages et d'astuces ou de conseils pour réduire la charge mentale<sup>11</sup> (229,232). D'autres sources sont produites dans des milieux militants et de pratique (233).

Un deuxième élément de distinction touche les contenus sur la charge verte : des 42 publications retenues, la moitié porte sur les liens entre le genre, l'environnement et la charge mentale. On y aborde la charge mentale en lien avec le confinement des femmes à la sphère privée, leur faible représentation dans les instances publiques et décisionnelles (234–236) et des lacunes dans la réglementation (237). Le peu de reconnaissance sociale du travail des femmes au sein des mouvements environnementaux est dénoncé (238), d'autant plus qu'elles ont moins de temps libre et d'énergie pour militer en faveur d'actions politiques structurantes. La charge morale de faire les « bons choix » en matière d'écoresponsabilité et l'écoanxiété ajoutent un poids supplémentaire aux femmes puisqu'elles demeurent les principales responsables du travail domestique, dont le travail de santé au sein de la famille (225,239–247). Des solutions sociétales à la réduction des GES sont proposées pour réduire le fardeau sur les femmes (248–250). En somme, l'individualisation des solutions, qu'il s'agisse de la charge verte ou de la charge mentale, est déplorée pour ces effets paradoxaux produisant une sur-responsabilisation des femmes et donnant peu d'emprise pour transformer les structures qui génèrent des inégalités et de la charge mentale. **Des solutions collectives sont demandées.** Le manque de mesure pour quantifier la charge mentale est également relevé (251).

---

<sup>11</sup> Par exemple, on suggère aux femmes de lâcher prise et d'être plus tolérantes à la manière de faire les choses du conjoint ou de le féliciter lorsqu'il a fait une tâche de sa propre initiative (231) et de prendre des moyens pour reconnaître ses propres symptômes dépressifs (224). Ces « trucs et astuces » sont fortement critiqués par d'autres pour leur contribution à la sur-responsabilisation individuelle des femmes.

## 2. Retombées immédiates ou prévues

Ce rapport de recherche est en lui-même une première retombée. Nous espérons que les nouvelles connaissances synthétisées nourrissent les réflexions et stimulent le développement des pratiques des organismes partenaires. Des conférences en collaboration avec d'autres chercheuses travaillant sur la charge mentale sont déjà prévues pour 2024. Afin de rejoindre le grand public, nous développerons en collaboration avec les organismes partenaires un balado reprenant de manière vulgarisée les messages clés du rapport. Ce balado sera accessible et diffusé largement. Afin de rejoindre les milieux professionnels particulièrement concernés par le travail de care, des présentations seront offertes aux équipes soignantes et aux équipes des services psychosociaux de premières lignes du Réseau de la santé et des services sociaux intéressés. Outre des présentations dans des colloques et des articles scientifiques, l'Institut santé et société proposera une journée de réflexion sur le thème de la charge mentale regroupant des personnes de divers milieux de pratique et de recherche.

Des retombées au niveau de l'enseignement sont également à prévoir. Un webinaire sera développé sur la base des connaissances générées dans le cursus de cours de CoPEH-Canada et les nouvelles connaissances seront intégrées à nos programmes de cours respectifs (sociologie; méthodologie de la recherche; gestion des ressources humaines en santé sécurité du travail; santé globale, environnement et sociétés). Une liste bibliographique des références les plus pertinentes sera également mise en ligne dans la nouvelle ressource Biblio-Femmes (Institut de recherches et d'études féministes, UQAM).

Sur le plan politique, les recommandations formulées pourront être reprises par les différentes instances représentées au sein du comité de partenaires de l'action concertée. À plus long terme, on peut envisager que la mobilisation des principaux constats découlant de la synthèse contribuera à une plus grande reconnaissance du travail invisible duquel découlent la charge mentale et ses effets néfastes sur la santé des femmes.

### 3. Contributions à l'avancement des connaissances

La démarche entreprise dans cette synthèse des connaissances nous a permis de produire une compréhension approfondie, à partir de la littérature récente et de savoirs militants, des composantes de la charge mentale et des mécanismes par lesquels elle « entre dans le corps » et affecte la santé via les chemins du cortisol et de la charge allostatique. Elle confirme également le rôle des inégalités sociales sur la santé des femmes et soulève les écarts entre les femmes entre elles.

Par son ancrage dans un collectif composé de partenaires des milieux de pratique, cette démarche a mobilisé le savoir situé des membres des communautés visées afin de nous assurer de la pertinence sociale des contenus analysés. Notre approche, combinant l'approche féministe intersectionnelle à celle de l'écosanté, permet également de tenir compte d'une plus grande complexité dans l'imbrication des inégalités sociales (et de santé) afin que les pistes d'actions proposées soient sensibles à ses potentiels impacts différenciés. Les résultats synthétisés manquent encore de refléter l'expérience de la charge mentale auprès de groupes marginalisés. Des publications des Suds permettent de faire voir les contraintes intriquées de la domesticité et d'un approvisionnement affecté par la dégradation environnementale. Or, tout un champ d'études s'ouvre à explorer les charges mentales des femmes racisées ou en situation de handicap.

Enfin, les analyses différenciées selon le sexe et le genre demeurent marginales dans les productions scientifiques des groupes environnementaux au Québec. La réflexion sur les effets de l'écoresponsabilité sur la charge mentale des femmes enrichit les recherches sur deux plans : nos résultats permettent de mieux documenter le phénomène et de poursuivre notre réflexion sur un modèle d'écoresponsabilité qui ne désavantage pas les femmes.

## Pistes de solution ou d'actions

### 1. Messages-clés et recommandations

Quatre **messages-clés** autour des effets, de la complexité, de l'invisibilité et du caractère intersectionnel de la charge mentale sont à retenir.

- 1) Les **effets de la charge mentale sur la santé des femmes sont nombreux et documentés dans la littérature recensée**. Plusieurs situations en amont des problèmes de santé mentale relèvent de dynamiques genrées, incluant notamment l'expérience d'attentes conflictuelles dans le rapport travail-famille, d'un sentiment de culpabilité dans le contexte normé de la maternité et l'énergie requise pour assumer une part plus importante de travail émotionnel.
- 2) Il importe de comprendre la **charge mentale des femmes comme un construit complexe et multifacettes** afin de développer des interventions durables et équitables. La charge mentale des femmes découle de **l'imbrication des sphères professionnelles et de la famille**, et particulièrement du **travail invisible (cognitif, mental et émotif)** qu'elles doivent réaliser au quotidien pour « tout faire tenir ensemble » (Haicault, 1984). L'expérience récente de la **pandémie de COVID-19** a constitué un puissant révélateur d'inégalités entre les hommes et les femmes en matière de charge mentale. Quant à la notion de **charge verte**, il s'agit d'une composante émergente de la charge mentale pour laquelle l'intérêt s'intensifie soulignant le **rôle clé, mais invisibilisé, des femmes dans la lutte contre la crise environnementale** au même titre que le **poids additionnel que cela leur fait porter**.
- 3) Le **travail associé à la charge mentale** est dit « invisible » en raison de la gestion émotionnelle et morale ainsi que du travail cognitif qu'il comporte et qui sont **abstraites, intangibles, et non visibles à l'œil nu** (15). Ce travail est également dit invisible parce qu'il est **non reconnu « à sa juste valeur »** (64) ou **non comptabilisé** dans l'économie de marché néolibérale.
- 4) Les manifestations de la charge mentale prennent des formes différentes qu'il importe d'analyser avec une **approche féministe intersectionnelle** pour comprendre comment l'influence des normes sociales et les inégalités qui en découlent sont vécues au regard

des rapports sociaux de sexe et de genre, mais aussi d'autres rapports sociaux (racisation, âgisme, hétérosexisme, capacitisme) et situations (statut migratoire, précarité économique, monoparentalité, etc.).

## **Recommandations et de solutions en 5 axes**

Appuyés par les résultats de la recension et inspirés du modèle de Strid et al. (2022) (252), différentes recommandations et de solutions sont proposés aux parties prenantes des appareils gouvernementaux et législatifs, des groupes communautaires, des services à la population, incluant la santé, l'éducation et les milieux de travail. Certains des moyens proposés sont connus, voire existants au Québec. Toutefois, il importe de les voir non pas comme des interventions ponctuelles, mais comme des interventions s'alimentant mutuellement afin de générer des changements systémiques et durables.

### **Axe 1) Reconnaître la nature complexe de la charge mentale et ses stéréotypes associés**

Pistes de solution : La charge mentale se décline de diverses manières selon les contextes de vie des femmes. La reconnaissance de cette complexité est une condition *sine qua non* pour le développement d'actions et de solution. Cette reconnaissance doit conduire à rendre visible la charge mentale. **La mesure de la charge mentale est l'un des moyens proposés. Il importe de poursuivre les efforts afin de bonifier les outils de mesure** (54,88,144,251). Il serait également pertinent d'en développer d'autres à la lumière des indicateurs issus des articles retenus, particulièrement en regard des iniquités entre les femmes elles-mêmes pour que les solutions ne conduisent pas à ce que les solutions pour les femmes mieux nanties soient un fardeau pour les autres (78,124). Par conséquent, un deuxième moyen est **l'adoption d'une approche féministe intersectionnelle** dans l'analyse des politiques et des mesures.

La **sensibilisation** constitue un troisième moyen incontournable. Celle-ci doit porter sur les iniquités (2,45,54,163,164,174,212), l'intersectionnalité (124) et la dénonciation des stéréotypes (13) dans les médias et les campagnes publicitaires. Une meilleure sensibilisation à la charge mentale est également à être intégrée à divers milieux de vie comme les écoles, les milieux de l'emploi et dans le réseau de santé et des services sociaux (92,144,172). Par

exemple, il faut s'interroger sur les effets, en termes de charge mentale, de se tourner vers les parents dans les écoles en contexte de pénurie de main-d'œuvre (56). Il faut également poursuivre les efforts entamés dans les cursus scolaires sur la notion de consentement (93). Au travail, il pourrait s'agir de formations offertes par l'employeur sur les biais/stéréotypes liés au care ou sur les attentes de flexibilité qui pénalisent les personnes exerçant des responsabilités familiales de *care* (2,54,253). Les employeurs gagneront également à être sensibilisés sur les conséquences négatives, en termes de charge mentale et d'effets sur la santé, de leurs politiques ou mesures organisationnelles (56,106,254). Enfin, la sensibilisation doit aussi mentionner la contribution considérable du travail du *care* à l'économie (158).

## **Axe 2) Soutenir le travail de care dans les milieux de travail**

Pistes de solutions : Les milieux de travail sont des lieux privilégiés d'intervention pour prévenir la charge mentale des femmes. **La mise en place de structures et de ressources facilitantes** sont des moyens pouvant être mis en œuvre (49,54,97,187). Par exemple, les employeurs auraient avantage à inciter les pères pour qu'ils s'impliquent dans les tâches parentales (252,255) et à offrir aux parents les technologies, la formation pour leur usage et la flexibilité nécessaire au travail à la maison (19,70,144,156). Les services de ressources humaines (19,80,155) et les syndicats (137,254) sont des acteurs-clés pour la mise en place de ces initiatives.

Des **appuis à la garde des enfants et à la proche-aidance** pourraient prendre la forme de soutien financier direct (54,108,174), d'établissement de partenariats avec des services externes (252) ou de services de garde sur le lieu de travail (163,164,174). De plus amples appuis pour l'allaitement sont également suggérés (21–23,46). Les études menées ailleurs qu'au Québec soulignent la pertinence de congé de parentalité (164,252,254). Ces droits, existants au Québec, sont à protéger. La littérature souligne aussi la pertinence de congés « maladie » qui soient utilisables pour le soin des proches (144,254). Enfin, le soutien aux initiatives communautaires et citoyens visant l'établissement de réseau d'entraide et de solidarité est central (44,126).

Un travail de transformation des cultures organisationnelles dominantes doit être soutenu en respectant les besoins de flexibilité (25,54,112,138,143,174,252), de contrôle sur son horaire (254) et de réduction du temps de travail (108,174) pour les personnes employées. La transformation de la culture organisationnelle passe aussi par une **transformation des systèmes symboliques et de reconnaissance**. Par exemple, en assurant la présence dans des postes de directions de *modèles* qui contribuent à la transformation des représentations du « travailleur » [sic] idéal (86,103,254). Dans le milieu académique, une révision des exigences et des délais de promotion (139,165,174) afin que soient pris en compte la contribution des femmes au soutien affectif et à l'organisation de la vie, tant à la maison qu'au travail (163,174) contribuerait à reconnaître cet apport des femmes et à rendre ces tâches plus attrayantes pour toutes et tous.

Enfin, il importe de **favoriser un climat accueillant au travail qui contribue à la qualité des relations sociales qui peuvent s'y développer**. Cela passe par l'appui des collègues (155,156,256), le développement de relation de confiance et de mentorat entre employeur et personnes employées (19,164,254) ainsi que le développement d'un sentiment de sécurité (155,174,252). Concrètement, cela peut se traduire par la transparence des décisions de promotion et de récompenses, la création d'espaces qui favorisent les échanges informels, le mentorat des jeunes collègues, etc. Les gestionnaires doivent être sensibilisées à l'enjeu d'iniquité entre les hommes et les femmes et faire en sorte que l'établissement et le maintien de ce climat de travail harmonieux reposent sur une responsabilité (et un travail) partagée entre les hommes et les femmes (86).

### **Axe 3) Améliorer les services de soins et de soutien à la famille offerts à la population et offrir un accès équitable à ces ressources**

Il est amplement documenté que **les écoles et les services de garde** jouent un rôle pivot pour les parents à l'interface des sphères du travail et de la famille. (17,27,44,54,69,137,142,144,171,180,196,252,254,256,257). Il faut toutefois que ces services soient adéquats et suffisants (180,252,257), tiennent compte de situation telle que l'autisme ou de besoins particuliers chez l'enfant (20,50,258,259) et de la situation des personnes migrantes (10,131), tout en considérant l'équilibre à trouver entre les améliorations pour les parents et la qualité des conditions de travail du personnel essentiel

de ces services qui sont majoritairement des femmes (114). L'atteinte d'un tel équilibre est étroitement liée à la transformation de la culture des milieux de travail et à la reconnaissance de l'essentielle contribution du travail du *care*.

#### **Axe 4) Prendre en compte la charge mentale dans les politiques publiques et créer les instances pour activer des actions de prévention en temps de crise**

Il importe de travailler à une **reconnaissance mondiale de la contribution générée du travail payé et non payé** des femmes (159,260) en soutenant, par exemple, le développement d'un agenda économique féministe comme le suggèrent Herten-Crabb et Davies (2020). Des écrits internationaux soulignant l'importance de créer un Bureau sur le statut des femmes ou sur les familles (142,144) permettent de réitérer **la pertinence d'instances comme le conseil du statut de la femme au Québec** pour jouer un rôle de vigie quant à la protection de la santé des femmes, en particulier en temps de crise.

La **promotion du bien-être personnel et de la santé mentale** (142,161,180) de toutes les personnes doit être intégrée dans le développement et la mise en œuvre des politiques publiques. Au niveau fédéral, il existe déjà une obligation d'appliquer l'approche ADS+ pour tout projet ou nouvelle politique. Il est essentiel de renforcer cette obligation et de la faire endosser au niveau provincial, notamment en ce qui concerne la situation de crise ainsi que dans tous les scénarios de préparation de crise et en matière environnementale afin de tenir compte de la « charge verte » (203–205,209,211). Il ressort de la documentation consultée que les mesures mises en place pendant la crise de la Covid-19 n'ont pas tenu compte des inégalités existantes et du poids de certaines décisions sur les femmes (17).

**Des politiques plus universelles, analysées et implantées dans une perspective intersectionnelle**, telle que l'augmentation du salaire minimum, la diminution de la semaine de travail, la protection du droit à la syndicalisation, les politiques d'équité de revenu (44,69,142,144,172,178,254,261), sont des mesures capables de contribuer de manière significative au mieux-être des femmes en situation de pauvreté et aux femmes racisées, en situation de handicap et migrantes qui subissent des iniquités quotidiennes aux frais de leur santé. Au niveau organisationnel, il faut s'assurer que les mesures de gestion s'arriment (et ne contreviennent pas) aux politiques d'équité (262).

## **Axe 5) Inciter et normaliser le travail de care assumé par les hommes**

Le Québec est déjà bien engagé dans cette voie avec ses politiques en matière de congé de paternité et cela répond en partie aux recommandations de la documentation scientifique à cet égard (3,17,105,172,252). Les politiques doivent cibler les changements de comportement des hommes (69). Le développement de modèles d'équité de genre pour les hommes (252), la lutte contre l'essentialisme de sexe et de genre (17) et les incitatifs à une plus grande implication des pères (20,143,255) sont d'autres moyens suggérés. Des incitations à une plus grande utilisation des congés parentaux chez les hommes sont à considérer (46,69,252).

⇒ Les solutions présentées ont un potentiel de transformations systémiques et d'action sur les inégalités sociales et de genre. Elles se distancent des nombreuses solutions recensées qui reportent sur les femmes le fardeau de transformer leurs comportements et leurs habitudes sans réduire leur charge mentale ou encore de la déléguer vers d'autres femmes dans des positions vulnérabilisées.

## **2. Limites de la présente étude**

Cette étude comporte certaines limites. D'abord, le concept de « charge mentale » a un périmètre mouvant, avec des racines francophones qui ne trouvent pas un écho parfait dans la littérature anglophone. Les défis posés pour la construction de la syntaxe ont été résolus par le travail de conceptualisation réalisé avec les expertes des milieux partenaires et en prenant la stratégie de chercher plus large pour restreindre ensuite afin de ne pas « échapper » de textes pertinents. Par ailleurs, le biais de sélection des articles a été minimisé par une approche d'accord interjuges pour l'ensemble des étapes de la recension. Ce mode de fonctionnement a assuré que les sources incluses abordaient suffisamment le concept de charge mentale même si certaines n'en faisaient pas l'objet central d'étude. En dernier lieu, la littérature grise n'est pas indexée comme la littérature scientifique, ce qui limite une recherche exhaustive et la composition de ce corpus est orienté (principale en français et produit au Québec). Cela dit, l'implication des partenaires, très au fait des écrits circulant dans leurs réseaux de collaboration respectifs, nous conforte sur la qualité et l'originalité des nombreuses sources recensées et analysées.

## Nouvelles pistes ou questions de recherche

Cette recension ouvre de nombreuses pistes de recherche futures dont certaines apparaissent porteuses au regard de leur potentiel pour soutenir les recommandations avancées plus haut ou pour creuser des pistes identifiées comme insuffisamment étudiées. D'abord, il est impératif de faire avancer les études qui permettront d'arriver à des outils de mesure de la charge mentale, basée sur des indicateurs qui permettent de capter les inégalités de genre et liées à d'autres rapports sociaux. Ces mesures doivent également prendre en considération les contextes (ex. de *care*, parcours de migration) et les environnements (ex. urbain, rural; Nord, Sud) dans lesquels les personnes expérimentent la charge mentale. En ce sens, la charge verte (ou la charge environne-mentale) devrait faire partie de cette conceptualisation, ce qui demande des études spécifiques sur cette nouvelle composante de la charge mentale des femmes.

Une revue systématique recensée (Vitória et al, 2022) a souligné le besoin de mieux comprendre le point de vue des employeurs et des superviseurs lors de collectes de données sur les mesures favorables à la famille, notamment pour le travail à distance. De plus, l'expérience des couples LGBTQ+ demeure à ce jour peu exploré dans la littérature recensée sur la charge mentale. Dans le champ des politiques publiques, il serait nécessaire de faire une évaluation rétrospective du déploiement des mesures liées à la crise de la COVID-19 à l'aide du cadre ADS+ afin de pouvoir dégager des données probantes pour outiller le gouvernement dans la gestion de futures crises. Sur la base des apprentissages faits et documentés, il importe maintenant de prévenir les inégalités que pourraient subir à nouveau les femmes ainsi que différents groupes vulnérabilisés au niveau de l'accroissement de leur charge mentale et des conséquences à long terme de cette intensification du travail *care* qui accompagne avec constante les situations de crise. Enfin, puisque les femmes apparaissent au cœur des processus de rétablissement collectifs, il importe de documenter le travail qu'elles ont effectué en ce sens dans les dernières années au Québec.

## Références suggérées

- Birze A, Paradis E, Regehr C, LeBlanc V, Einstein G. Gender in the Flesh: Allostatic Load as the Embodiment of Stressful, Gendered Work in Canadian Police Communicators. *Work, Employment and Society*. oct 2023;37(5):1299-320.
- Caretta MA. Homosocial stewardship: the opposed and unpaid care work of women water stewards in West Virginia, USA. *E&S*. 2020;25(2):art29.
- Courcy I, Des Rivières-Pigeon C, Modak M. Appréhender l'invisible : réflexions sur un dispositif méthodologique élaboré pour l'analyse du travail domestique. *rf*. 10 juin 2016;29(1):51-69.
- Cottingham MD, Johnson AH, Erickson RJ. « I Can Never Be Too Comfortable »: Race, Gender, and Emotion at the Hospital Bedside. *Qualitative Health Research*. 2018;28(1):145-58.
- Daminger A. The Cognitive Dimension of Household Labor. *Am Sociol Rev*. août 2019;84(4):609-33.
- Dean L, Churchill B, Ruppner L. The mental load: building a deeper theoretical understanding of how cognitive and emotional labor overload women and mothers. *Community, Work & Family*. 24 nov 2021;0(0):1-17.
- DeGroot JM, Vik TA. "The Weight of Our Household Rests on My Shoulders": Inequity in Family Work. *Journal of Family Issues*. 2020;41(8):1258-81.
- Haicault M. La charge mentale. Histoire d'une notion charnière (1976-2020) [Internet]. 2020. Disponible sur: <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02881589>
- Hochschild AR. *The managed heart: commercialization of human feeling*. 20th anniversary ed. Berkeley, Calif: University of California Press; 2012. 1 p.
- Lanteigne, A. (2019). La charge mentale, une source d'épuisement, RQASF, repéré au <https://rqasf.qc.ca/charge-mentale-source-depuisement/>.
- Randles J. "Willing to Do Anything for My Kids": Inventive Mothering, Diapers, and the Inequalities of Carework. *Am Sociol Rev*. févr 2021;86(1):35-59.
- Robertson LG, Anderson TL, Hall MEL, Kim CL. Mothers and Mental Labor: A Phenomenological Focus Group Study of Family-Related Thinking Work. *Psychology of Women Quarterly*. juin 2019;43(2):184-200.
- Sarrasanti N, Donkor FK, Santos C, Tsagkari M, Wannous C. Its About Time We Care About an Equitable World: Women's Unpaid Care Work and COVID-19. *IEEE Eng Manag Rev*. 1 déc 2020;48(4):37-45.
- Shtob DA, Petrucci L. Gendered Care Work and Environmental Injustice: A Feminist Analysis of Educators' Emotional Labor in Disaster Recovery. *Environmental Justice*. 1 juin 2021;14(3):198-205.
- Strid S, Schrodi C, Cibir R. Better stories for a gender equal and fairer social recovery from outbreaks: learnings from the RESISTIRÉ project. *Gender & Development*. 4 mai 2022;30(1-2):265-81.
- Un•cinq (2018). Les Acclimatées - Épisode 4 « Charge mentale et GES » (21 min) : <https://unpointcinq.ca/vivre-ici/balado-femmes-changements-climatiques-acclimatees/>

## Bibliographie

- Albrecht G. 'Solastalgia' : a new concept in health and identity. 13 déc 2016 [cité 1 févr 2022]; Disponible sur: [https://bridges.monash.edu/articles/journal\\_contribution/Solastalgia\\_a\\_new\\_concept\\_in\\_health\\_and\\_identity/4311905/1](https://bridges.monash.edu/articles/journal_contribution/Solastalgia_a_new_concept_in_health_and_identity/4311905/1)
- Arksey H, O'Malley L. Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*. 1 févr 2005;8(1):19-32.
- Arora-Jonsson S. Virtue and vulnerability: Discourses on women, gender and climate change. *Global Environmental Change*. 1 mai 2011;21(2):744-51.
- Baker C, Clayton S, Bragg E. Educating for resilience: parent and teacher perceptions of children's emotional needs in response to climate change. *Environmental Education Research*. 2021;27(5):687-705.
- Benelli N, Modak M. Analizar un objeto invisible : el trabajo de care. *Revue française de sociologie*. 21 avr 2010;51(1):39-60.
- Bilge S, Hill Collins, Patricia. Intersectionnalité: une introduction. Éditions Amsterdam/Multitudes; 2022.
- Brisbois BW, Delgado AB, Barraza D, Betancourt Ó, Cole D, Gislason M, et al. Ecosystem approaches to health and knowledge-to-action: towards a political ecology of applied health-environment knowledge. *JPE*. 27 sept 2017;24(1):692.
- Brough AR, Wilkie JEB, Ma J, Isaac MS, Gal D. Is Eco-Friendly Unmanly? The Green-Feminine Stereotype and Its Effect on Sustainable Consumption. *J Consum Res*. déc 2016;43(4):567-82.
- Camilo C, Kahhale E, Ferreira ML, Schweitzer M. Cuidado em território de exclusão social: covid-19 expõe marcas coloniais. *Saude soc*. 2021;30(2):e210023.
- Champagne St-Arnaud V, Lalloz, C., Alexandre M, Daignault P, Poitras P. Baromètre de l'action climatique 2021 : Disposition des Québécoises et des Québécois envers les défis climatiques. Québec: Laboratoire de l'action climatique; 2021.
- Charron DF. Ecohealth research in practice innovative applications of an ecosystem approach to health. Ottawa; New York: International Development Research Centre ; Springer; 2012.
- Clayton S, Karazsia BT. Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology* [Internet]. 2020;69. Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85084211146&doi=10.1016%2fj.jenvp.2020.101434&partnerID=40&md5=27f44a4f8e66a7261f69e9e0fd9e0037>
- Conseil du statut de la femme. Les proches aidantes et les proches aidants au Québec. Analyse différenciée selon les sexes [Internet]. 2018 [cité 31 janv 2022]. Disponible sur: [https://csf.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/por\\_proches\\_aidants20180419\\_web.pdf](https://csf.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/por_proches_aidants20180419_web.pdf)
- Cooper AJ, Washington MH. A voice from the South. New York, NY: Oxford University Press; 1990. 304 p. (The Schomburg library of nineteenth-century black women writers).

Cousins EM. Mobilizing motherhood: The gendered burden of environmental protection. *Sociology Compass*. 2021;15(5):e12879.

Crenshaw K. Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *University of Chicago Legal Forum* [Internet]. 1989;(1). Disponible sur: <https://chicagounbound.uchicago.edu/uclf/vol1989/iss1/8>

Crosse AM, Barry MM, Lavelle MJ, Sixsmith J. Bridging knowledge systems: A community-participatory approach to ecohealth. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2021;18(23). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85119916331&doi=10.3390%2fijerph182312437&partnerID=40&md5=f6580111b08677f589660e20a92434b7>

Dakubo C. Towards a critical approach to Ecohealth research, theory and practice. *Advances in Medical Sociology*. 1 oct 2013;15:23-43.

Damamme A, Paperman P. Temps du care et organisation sociale du travail en famille. *Temporalités Revue de sciences sociales et humaines* [Internet]. 28 sept 2009 [cité 2 févr 2022];(9). Disponible sur: <https://journals.openedition.org/temporalites/1036>

Delphy C. *L'ennemi principal*. 3e éd. Paris: Éditions Syllepse; 2013. (Nouvelles questions féministes).

Dengler C, Lang M. Commoning Care: Feminist Degrowth Visions for a Socio-Ecological Transformation. *Feminist Economics*. 2 janv 2022;28(1):1-28.

Duboz R, Echaubard P, Promburom P, Kilvington M, Ross H, Allen W, et al. Systems thinking in practice: Participatory modeling as a foundation for Integrated Approaches to Health. *Frontiers in Veterinary Science* [Internet]. 2018;5(NOV). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85058958608&doi=10.3389%2ffvets.2018.00303&partnerID=40&md5=9f9247f17ac9e9f6043449f1e08e4dbc>

Galway LP, Beery T, Jones-Casey K, Tasala K. Mapping the Solastalgia Literature: A Scoping Review Study. *IJERPH*. 25 juill 2019;16(15):2662.

Greenhaus JH, Beutell NJ. Sources of Conflict between Work and Family Roles. *The Academy of Management Review*. janv 1985;10(1):76.

Haicault M. La gestion ordinaire de la vie en deux. *Sociologie du Travail*. 1984;26, TRAVAIL DES FEMMES ET FAMILLE(3):268-77.

Haicault M. *L'expérience sociale du quotidien : Corps, espace, temps*. Université of Ottawa Press. Ottawa; 2000. 224 p.

Haicault M. La charge mentale. Histoire d'une notion charnière (1976-2020) [Internet]. 2020 [cité 2 févr 2022]. Disponible sur: <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02881589>

Hanrahan M, Mercer N. Gender and water insecurity in a subarctic Indigenous community. *The Canadian Geographer / Le Géographe canadien*. juin 2019;63(2):211-24.

Hays, S. *The Cultural Contradictions of Motherhood*. New Haven, CT: Yale University Press; 1996.

Herten-Crabb A, Davies SE. Why WHO needs a feminist economic agenda. *The Lancet*. mars 2020;395(10229):1018-20.

Hill Collins P. *Intersectionality as critical social theory*. Durham: Duke University Press; 2019.

Hill Collins P, Bilge S. *Intersectionality*. 2nd edition. Cambridge, UK ; Medford, MA: Polity Press; 2020. 276 p. (Key concepts).

Institut de la statistique du Québec. Le vieillissement démographique : de nombreux enjeux à déchiffrer [Internet]. 2012 [cité 31 janv 2022]. Disponible sur: <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/le-vieillissement-demographique-de-nombreux-enjeux-a-dechiffrer.pdf>

Lalanne M, Lapeyre N. L'engagement écologique au quotidien a-t-il un genre ? *Recherches féministes*. 2009;22(1):47.

Laure F. *Techniques d'animation: tous les outils pour réussir vos présentations, réunions, formations* [Internet]. 2018 [cité 3 sept 2019]. Disponible sur: <http://banq.pretnumerique.ca/accueil/isbn/9782100784769>

Lefrançois M, Saint-Charles J, Messing K. « Travailler la nuit pour voir ses enfants, ce n'est pas l'idéal ! »: Marge de manoeuvre pour concilier vie familiale et horaires atypiques d'agentes et d'agents de nettoyage du secteur des transports. *ri*. 19 avr 2017;72(1):99-124.

Merchant C. The Death of Nature: Women, Ecology, and Scientific Revolution. *Journal of the History of Biology*. 1981;14(2):356-7.

Ministère de la famille. *Les aînés du Québec - Quelques données récentes (2e édition)* [Internet]. 2018 [cité 31 janv 2022]. Disponible sur: <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/ainee/aines-quebec-chiffres.pdf>

Observatoire de la pauvreté et des inégalités au Québec. *Femmes et pauvreté*. Québec; 2015.

Panu P. Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability (Switzerland)* [Internet]. 2020;12(19). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85092147934&doi=10.3390%2fSU12197836&partnerID=40&md5=3ff91b5a327cbad3f0f3f756b9607b3a>

Peters MDJ, Godfrey CM, Khalil H, McInerney P, Parker D, Soares CB. Guidance for conducting systematic scoping reviews. *International Journal of Evidence-Based Healthcare*. sept 2015;13(3):141-6.

Pham MT, Rajić A, Greig JD, Sargeant JM, Papadopoulos A, McEwen SA. A scoping review of scoping reviews: advancing the approach and enhancing the consistency. *Research Synthesis Methods*. 2014;5(4):371-85.

- Phan MB, Banerjee R, Deacon L, Taraky H. Family Dynamics and the Integration of Professional Immigrants in Canada. *Journal of Ethnic and Migration Studies*. 10 nov 2015;41(13):2061-80.
- Pihkala P. Eco-anxiety and environmental education. *Sustainability (Switzerland)*. 2020;12(23):1-38.
- Quintal-Marineau M. The new work regime in Nunavut: A gender perspective: The new work regime in Nunavut. *The Canadian Geographer / Le Géographe canadien*. sept 2017;61(3):334-45.
- Saint Charles, Johanne, Barraza, Douglas, Webb, Jena. Introducción al enfoque ecosistémico. In: Saint-Charles J, Webb J, éditeurs. *Curso sobre el enfoque ecosistémico de la salud*. EkoSanté; 2020.
- Saint-Charles J, Webb J, Sanchez A, Mallee H, van Wendel de Joode B, Nguyen-Viet H. Ecohealth as a Field: Looking Forward. *EcoHealth*. 1 sept 2014;11(3):300-7.
- Saint-Charles, Johanne, Yates Stéphanie, Kêdoté, Marius. Projet participatif sur la réduction de la pollution atmosphérique dans quatre pays de l’Afrique de l’Ouest : quel rôle pour les femmes ? In: *Recherches participatives et équité en santé*. Presses de l’université Laval; 2022.
- Statistique Canada. Afficher les définitions - SCIAN 2017 version 1.0 - 445 - Magasins d’alimentation [Internet]. 2017 [cité 11 juin 2020]. Disponible sur: [https://www23.statcan.gc.ca/imdb/p3VD\\_f.pl?Function=getVD&TVD=307532&CVD=307534&CPV=445&CST=01012017&CLV=1&MLV=5&D=1](https://www23.statcan.gc.ca/imdb/p3VD_f.pl?Function=getVD&TVD=307532&CVD=307534&CPV=445&CST=01012017&CLV=1&MLV=5&D=1)
- Statistique Canada. Enquête sociale générale - Les soins donnés et reçus [Internet]. 2018. Disponible sur: [https://www23.statcan.gc.ca/imdb/p2SV\\_f.pl?Function=getSurvey&SDDS=4502](https://www23.statcan.gc.ca/imdb/p2SV_f.pl?Function=getSurvey&SDDS=4502)
- Statistiques Canada. Les soins donnés en heures, 2018 [Internet]. 2021 [cité 2 févr 2022]. Disponible sur: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-627-m/11-627-m2021074-fra.htm>
- Statistiques Canada G du C. Les soins en chiffres : Les aidants au Canada, 2018 [Internet]. 2020 [cité 31 janv 2022]. Disponible sur: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-627-m/11-627-m2020001-fra.htm>
- Tricco AC, Lillie E, Zarin W, O’Brien KK, Colquhoun H, Levac D, et al. PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Ann Intern Med*. 2 oct 2018;169(7):467-73.
- Tronto JC. *Un monde vulnérable : Pour une politique du care*. La Découverte. Paris; 2009. 240 p.
- Webb JC, Mergler D, Parkes MW, Saint-Charles J, Spiegel J, Waltner-Toews D, et al. Tools for Thoughtful Action: The Role of Ecosystem Approaches to Health in Enhancing Public Health. *Canadian Journal of Public Health*. 2010;101(6):439-41.

## Annexe 1. Les étapes du travail collaboratif

1	Septembre 2022 - Réunion de planification
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rencontre de présentation du projet</li> <li>- Discussion sur les attentes respectives et le fonctionnement</li> <li>- Choix des personnes représentante sur le comité</li> </ul>
2	Septembre 2022 – Participation à la construction de la banque de documents
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les représentantes acheminent l’appel de contribution à la banque</li> <li>- L’équipe de recherche contribue à la banque</li> </ul>
3	Octobre 2022 – Le concept de charge mentale et ses frontières
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activité avec tableaux interactifs</li> <li>- Répondre à des questions en y apposant des mots-clés</li> <li>- Coconstruire une vision commune</li> </ul> <p><i>Qu’est-ce qui est de la charge mentale et qu’est-ce qui ne l’est pas ?</i></p>
4	Novembre 2022 – Explorer le corpus des documents non révisés par les pairs
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Par des activités en petits groupes (en présence), explorer le contenu</li> <li>- Discussion sur la charge mentale et sa traduction dans la grille d’extraction</li> </ul>
5	Janvier 2023 – L’information à extraire
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les catégories d’information à extraire dans la grille d’extraction</li> <li>- Aide à la sélection des mots clés pour la recherche dans les bases de données</li> </ul>
6	Février 2023 – Validation et mise à l’épreuve de grille d’extraction
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Raffinement de la grille d’extraction pour la littérature scientifique</li> <li>- Discussion sur l’utilisation de la grille pour la littérature grise</li> </ul> <p><i>Quels aspects sont à prendre en compte pour l’analyse ?</i></p>
7	Mars 2023 – Extraction de la littérature grise
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activité d’extraction en binôme à partir de la littérature grise</li> </ul> <p><i>La grille est-elle adéquate ? Quels documents sont retenus / exclus ?</i></p>
8	Avril 2023 – Grilles d’extraction
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour en plénière sur l’activité en binôme à partir de la littérature grise</li> <li>- Raffinement des grilles d’extraction</li> </ul> <p><i>Quels aspects sont à prendre en compte pour l’analyse ?</i></p>
9	Mai 2023 – Bilan de mi-parcours
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour sur les apprentissages et la participation dans le projet</li> <li>- Des résultats surprenants (peu de mentions de la charge verte) et d’autres moins (inégalités hommes-femmes persistantes)</li> <li>- Partage sur l’appréciation et les apports de la démarche participative</li> </ul> <p><i>Votre participation dans ce projet a-t-elle été utile ? Des apprentissages ?</i></p>
10	Juin 2023 – Envoi du rapport préliminaire aux partenaires
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réception et intégration des commentaires au courant de l’été 2023</li> </ul>
11	Novembre 2023 – Conception et réalisation du balado

## Annexe 2. Résumé commenté de mi-parcours

Les rencontres de partage ont favorisé des échanges entre les chercheuses, les collaboratrices et les groupes partenaires. D'entrée de jeu, nous nous sommes butées au fait que la charge mentale est difficile à voir. Le collectif de recherche a permis de regrouper « *un spectre très large pour aller plus loin, pour mieux cerner ce qu'est (ou n'est pas) la charge mentale* » (France, Réseau des femmes en environnement). « *C'est une occasion pour jouer avec ce concept polysémantique. Et je constate que dans la littérature grise, le terme est un peu utilisé à toutes les sauces, ce qui contribue à la confusion* » (Julie, Relais-Femmes). Le travail invisible est un concept central qui relie toutes les autres thématiques et mobilise les groupes. Il doit être compris comme le produit des rapports sociaux où se mêlent reconnaissance (économique, sociale), rôles de genre, inégalités en emploi et aux ressources. Plusieurs ont mis de l'avant le fait que la charge verte leur paraisse peu présente dans les connaissances sur la charge mentale.

Le processus d'apprentissage et de partage a bonifié la démarche de recherche et profité aux partenaires qui ont pu apprendre à mieux se connaître : « *C'était intéressant de voir tout le monde intervenir à partir de ses expertises et de ses sensibilités* » (Mila, Réseau québécois d'action pour la santé des femmes). L'ensemble d'entre elles ont dit avoir apprécié être « plongées », dans le travail de recherche (Julie). Les exercices de préparation à compléter à la maison, en préparation des réunions qui leur ont permis de « contribuer à leur rythme » (Mila), ont nourri les discussions en groupe et « ont réussi à nous mobiliser à petite dose, et de manière efficiente [malgré] nos agendas chargés et un échéancier de travail quasi intenable » (Julie). La formule des rencontres, en ligne et hors-ligne, courtes et avec orientée vers une participation ciblée des partenaires, a été appréciée. Le dédommagement de leur temps est une reconnaissance appréciée.

Cheminer ensemble, malgré un jargon méthodologique pas « toujours évident » (Julie et France) a été salué par les partenaires. Rivelie (membre étudiante, Institut des sciences de l'environnement) a partagé avoir beaucoup appris de la diversité des opinions échangées et compte mobiliser ces nouveaux acquis dans son travail doctoral.

Soulignons en terminant que cette démarche collaborative est originale. En effet, il est plus rare que les partenaires participent à l'étape de la recension des écrits dans les recherches partenariales. Nous avons réalisé, comme l'illustre bien l'expression de Johanne (cochercheuse) « un savant dosage de tâtonnement et d'innovation en recherche ».



## Annexe 4. Récapitulatif des requêtes

<p><b>Scopus (n = 1092)</b></p> <p>(( TITLE (( ( cognitive OR mental* OR emotion* OR famil* OR invisib* OR household OR domestic OR unpaid ) W/1 ( *load OR labor* OR work OR spillover OR strain OR burden OR responsib* OR manage* ) OR ( "second shift" OR "*charge mentale" ) ) AND TITLE-ABS-KEY ( gender* ) ) ) OR ( ( KEY ( ( cognitive OR mental* OR emotion* OR famil* OR invisib* OR household OR domestic OR unpaid ) W/1 ( *load OR labor* OR work OR spillover OR strain OR burden OR responsib* OR manage* ) OR ( "second shift" OR "*charge mentale" ) ) AND TITLE-ABS-KEY ( gender* ) ) ) AND PUBYEAR &gt; 2014 AND DOCTYPE ( ar ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) OR LIMIT-TO ( LANGUAGE , "French" ) )</p>
<p><b>EBSCO– GreenFile, MEDLINE, SocINDEX (n = 1096)</b></p> <p>((TI (gender*) OR (SU (gender*) OR (AB (gender*)))) AND ((TI ((cognitive OR mental* OR emotion* OR famil* OR invisib* OR household OR domestic OR unpaid) N1 (load OR overload OR workload OR labor* OR work OR spillover OR strain OR burden OR responsib* OR manage*)) OR ("second shift" OR "charge mentale" OR "surcharge mentale") OR ("second shift" OR "charge mentale" OR "surcharge mentale")) OR (SU ((cognitive OR mental* OR emotion* OR famil* OR invisib* OR household OR domestic OR unpaid) N1 (load OR overload OR workload OR labor* OR work OR spillover OR strain OR burden OR responsib* OR manage*)) OR ("second shift" OR "charge mentale" OR "surcharge mentale") OR ("second shift" OR "charge mentale" OR "surcharge mentale"))))</p> <p>--&gt;Limité à Revues académiques (relues par un comité de lecture)</p>
<p><b>ProQuest GenderWatch, ABI-Inform Collection, ERIC, Sociological Abstracts (n = 1675)</b></p> <p>(su,ti(((cognitive OR mental* OR emotion* OR famil* OR invisib* OR household OR domestic OR unpaid) NEAR/1 (load OR overload OR workload OR labor* OR work OR spillover OR strain OR burden OR responsib* OR manage*)) OR ("second shift" OR "charge mentale" OR "surcharge mentale")) AND su,ab,ti(gender*))</p> <p>--&gt;Limité à 2015/01/01 et après</p>
<p><b>APA PsycNet – PsycInfo, PsycArticles (n = 1127)</b></p> <p>((title: (gender*)) OR (Keywords: (gender*)) OR (abstract: (gender*))) AND ((Year: [2015 TO 2023])) AND (((title: (cognitive) OR title: (mental*) OR title: (emotion*) OR title: (famil*) OR title: (invisib*) OR title: (household) OR title: (domestic) OR title: (unpaid)) NEAR/1 (title: (load) OR title: (overload) OR title: (workload) OR title: (labor*) OR title: (work) OR title: (spillover) OR title: (strain) OR title: (burden) OR title: (responsib*) OR title: (manage*)) OR (Keywords: (cognitive) OR Keywords: (mental*) OR Keywords: (emotion*) OR Keywords: (famil*) OR Keywords: (invisib*) OR Keywords: (household) OR Keywords: (domestic) OR Keywords: (unpaid)) NEAR/1 (Keywords: (load) OR Keywords: (overload) OR Keywords: (workload) OR Keywords: (labor*) OR Keywords: (work) OR Keywords: (spillover) OR Keywords: (strain) OR Keywords: (burden) OR Keywords: (responsib*) OR Keywords: (manage*))) AND ((Year: [2015 TO 2023])) AND Publication Type: Peer Reviewed Journal</p>

## Annexe 5. Nombre de publications selon les années

Filter by year ×

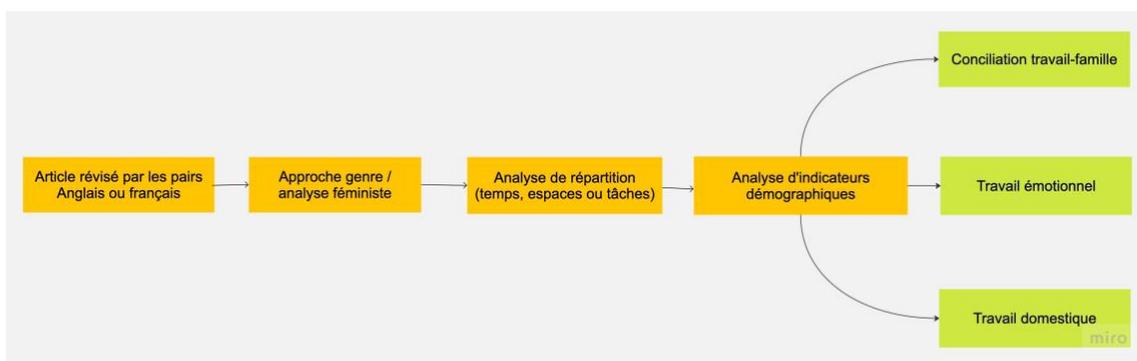
<input type="checkbox"/> 2022	(493) >	<input type="checkbox"/> 2012	(201) >	<input type="checkbox"/> 2002	(53) >	<input type="checkbox"/> 1992	(27) >
<input type="checkbox"/> 2021	(480) >	<input type="checkbox"/> 2011	(201) >	<input type="checkbox"/> 2001	(66) >	<input type="checkbox"/> 1991	(17) >
<input type="checkbox"/> 2020	(359) >	<input type="checkbox"/> 2010	(194) >	<input type="checkbox"/> 2000	(79) >	<input type="checkbox"/> 1990	(9) >
<input type="checkbox"/> 2019	(325) >	<input type="checkbox"/> 2009	(182) >	<input type="checkbox"/> 1999	(77) >	<input type="checkbox"/> 1989	(1) >
<input type="checkbox"/> 2018	(347) >	<input type="checkbox"/> 2008	(132) >	<input type="checkbox"/> 1998	(71) >	<input type="checkbox"/> 1988	(1) >
<input type="checkbox"/> 2017	(324) >	<input type="checkbox"/> 2007	(106) >	<input type="checkbox"/> 1997	(73) >	<input type="checkbox"/> 1987	(1) >
<input type="checkbox"/> 2016	(275) >	<input type="checkbox"/> 2006	(135) >	<input type="checkbox"/> 1996	(57) >	<input type="checkbox"/> 1986	(1) >
<input type="checkbox"/> 2015	(245) >	<input type="checkbox"/> 2005	(130) >	<input type="checkbox"/> 1995	(34) >	<input type="checkbox"/> 1984	(2) >
<input type="checkbox"/> 2014	(226) >	<input type="checkbox"/> 2004	(106) >	<input type="checkbox"/> 1994	(41) >		
<input type="checkbox"/> 2013	(227) >	<input type="checkbox"/> 2003	(94) >	<input type="checkbox"/> 1993	(21) >		

[Limit to](#) [Exclude](#)

---

13 [Open Access](#) (227) >

## Annexe 6. Diagramme de flux et liste des critères d'exclusion



### Critère 1 : ARTICLE RÉVISÉ PAR LES PAIRS – EN ANGLAIS OU FRANÇAIS

Exclusion des documents :

1. N'est pas un article révisé par les pairs (par ex. *book review*, *conference paper*, livre)
2. Publié dans une langue autre que l'anglais ou le français

### Critère 2 : APPROCHE DE GENRE / FÉMINISTE

Exclusion des articles qui présentent :

1. Une absence de considération de genre. Le genre et le sexe sont plus que des variables de contrôle – il y a une réflexion sur la construction de ces catégories de différenciation sociale (ex. rôles sociaux, rôles de genre, de sexe)
2. Un échantillon d'hommes cisgenres uniquement

Note :

La catégorie « femme »

- Peut inclure les femmes transgenres
- Pas nécessairement le sexe assigné à la naissance

### Critère 3 : ANALYSE DE RÉPARTITION (TEMPS, ESPACES, TÂCHES)

Exclusion des articles qui :

1. Ne mesurent que les temps impartis aux loisirs, aux responsabilités familiales ou professionnelles sans aborder la charge mentale ou l'une de ses composantes (ex. travail cognitif, émotionnel, moral, invisible)
2. Ne présentent que la répartition des différentes tâches entre les conjoints (le travail salarié et travail non salarié) sans considération pour la charge mentale ou l'une de ses composantes (ex. travail cognitif, émotionnel, moral, invisible)

#### Critère 4 : ANALYSE D'INDICATEURS DÉMOGRAPHIQUES

Exclusion des articles qui ne parlent **QUE** de :

- Fertilité
- Mariage
- Intention de retourner au travail
- Écarts de revenus dans le couple
- « Plafond de verre », impacts sur la carrière
- Taux d'immigration
- Indicateurs de *fairness* (équité / iniquité, justice)
- Produit international brut
- Attitudes/préférences en matière de travail (formel et informel) ou de tâches domestiques
- Utilisation des congés parentaux ou de maladies

Note :

Conserver les articles qui contiennent des conséquences sociales liées à la santé. Ex :

- Conflits conjugaux
- Violence
- Consommation et comportement
- Sommeil
- Santé reproductive et sexuelle
- Gestion de la santé et de la maladie (ex. divulgation d'un diagnostic)

#### Critère 4a : CONCILIATION TRAVAIL-FAMILLE

La conciliation travail-famille réfère à tous ces concepts : *conflict, balance, interference, spillover, satisfaction, border theory, boundary management, segmentation/integration, role overload*. Le cadre conceptuel de l'enrichissement individuel à l'interface famille-travail (*enrichment*) ne fait pas parti des cadres que nous considérons comme ceux de la « conciliation travail-famille ».

Exclusion des articles présentant des études quantitatives (transversales) dont :

- La conciliation travail-famille est mesurée comme variable prédictive d'un autre phénomène organisationnel (ex. taux de roulement, absence prolongé/congé maladie) ou comme variable modératrice/médiatrice entre deux variables organisationnelles (ex. effet du comportement citoyen sur l'engagement).
- La conciliation travail-famille est mesurée uniquement à partir d'attitudes / préférences (ex. *egalitarian* attitude, préférences en matière de travail (formel et informel) ou de tâches domestiques)
- La conciliation travail-famille est en lien avec la satisfaction maritale sans considération pour la charge mentale ou l'une de ses composante (ex. travail cognitif, émotionnel, moral, invisible)

- La conciliation travail-famille est analysée au niveau des politiques sociales et mesures organisationnelle sans considération pour la réception, l'expérience et les impacts perçus et que vécus de ces politiques ou mesures organisationnelle (ex. par la mesure du sentiment d'équité /iniquité ou de justice)

#### Critère 4b : TRAVAIL DOMESTIQUE

Le travail domestique comprend le soin des enfants, le travail de santé effectué dans la sphère familiale, la proche-aidance ainsi que le travail des travailleuses domestiques et des travailleuses du *care* (ex. infirmière) qui sont rémunérées. Il peut également comprendre tout le travail invisible assigné aux femmes sur la base de leur genre (que ce soit en emploi ou dans la sphère familiale).

Exclusion des articles qui abordent le travail de *care* réénuméré mais sans considération pour la conciliation travail-famille de ces travailleuses

#### Notes

Conserver les articles qui abordent :

- le travail émotionnel (ou une forme de gestion émotionnelle) et le sentiment d'équité/iniquité (*fairness*)
- le travail invisible
- la mesure et méthodes d'analyse du travail invisible

#### Critère 4c : TRAVAIL ÉMOTIONNEL

Exclusion des articles portant sur le « deep / surface acting » sans considération pour ses effets sur la santé mentale ou pour le travail de *care* ou l'une des composantes de la charge mentale (ex. travail cognitif, émotionnel, moral, invisible)

#### Notes

Conserver les articles qui abordent :

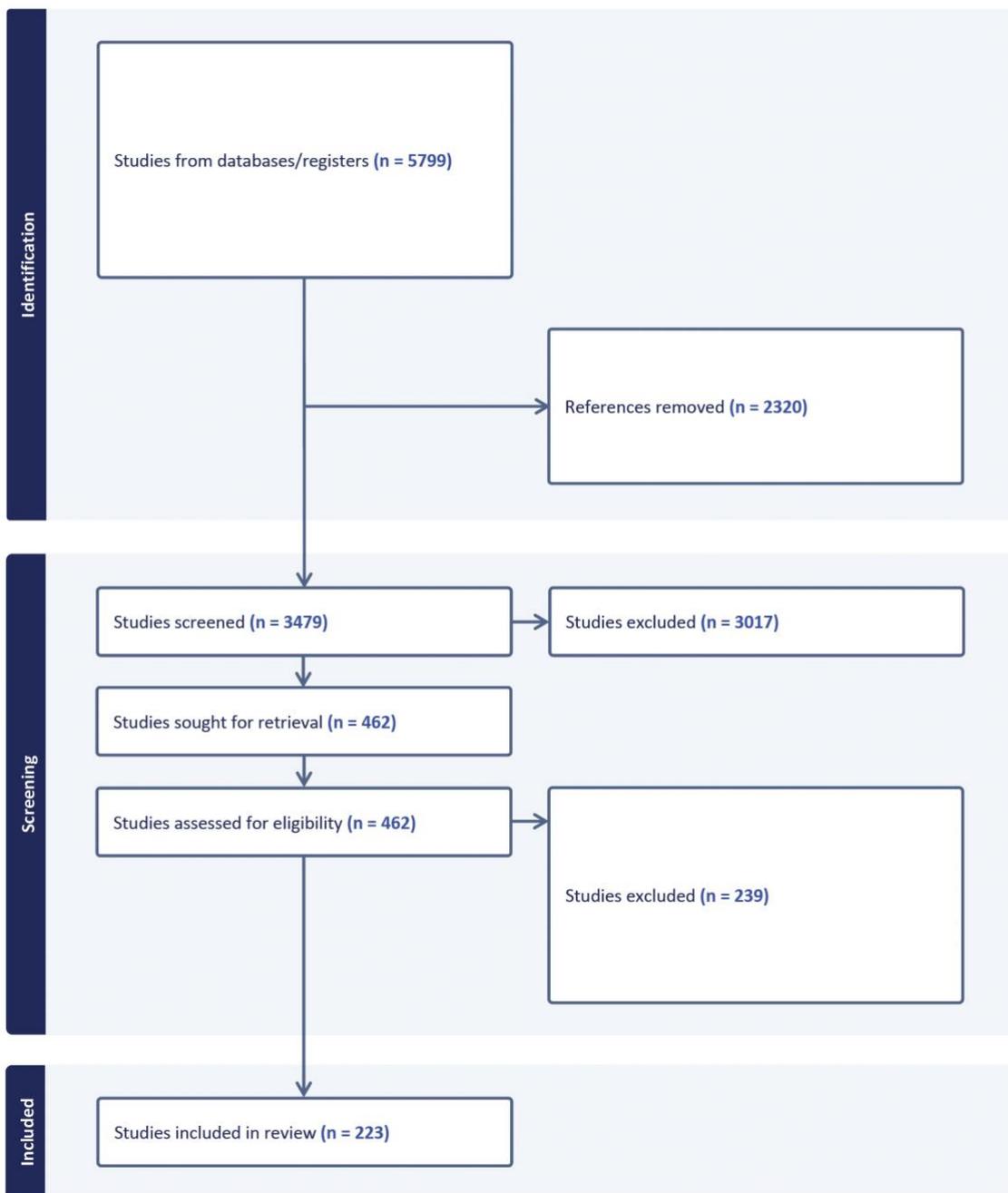
- le travail émotionnel (ou une forme de gestion émotionnelle) et le sentiment d'équité/iniquité (*fairness*)
- les normes sociales genrées qui créent des attentes spécifiques de travail émotionnel (travail de *care*) envers les femmes en emploi

## Annexe 7. PRISMA – Littérature grise



## Annexe 8. PRISMA – Littérature scientifique

### Charge mentale 1 – Littérature scientifique



## Annexe 9. Références retenues

1. Casado-Mejía R, Ruiz-Arias E. Influence of Gender and Care Strategy in Family Caregivers' Strain: A Cross-Sectional Study. *J Nurs Scholarsh*. 2016;48(6):587-97.
2. Bahiru B, Mengistu AB. The Challenges of Women Leaders of Business Organizations in Addis Ababa, Ethiopia, in *Balancing Work-Family Responsibilities*. *J Int Womens Stud*. 2018;19(2):140-58.
3. Craig L, van Tienoven TP. Gendered Shares of the Family Rush Hour in Fulltime Dual Earner Families. A Cross National Comparison. *Soc Indic Res*. 2021;153(1):385-405.
4. Kim YM, Cho SI. Associations of Family Demands and Work-Life Conflict with Musculoskeletal Disorders among Korean Workers. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2018;15(7). Disponible sur: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=mnh&AN=29976898&lang=fr&site=ehost-live>
5. Lee K, Yefimova M, Puga F, Pickering CE. Gender Differences in Caregiver Burden Among Family Caregivers of Persons With Dementia. *J Gerontol Nurs*. 2021;47(7):33-42.
6. Molarius A, Metsini A. Domestic work, self-reported diagnosed depression and related costs among women and men—results from a population-based study in Sweden. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;18(18). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85114927767&doi=10.3390%2fijerph18189778&partnerID=40&md5=c27c57903eea3eda14215dedd80e7f0d>
7. Harryson L, Aléx L, Hammarström A. « I have surly passed a limit, it is simply too much »: women's and men's experiences of stress and wellbeing when living within a process of housework resignation. *BMC Public Health*. 2016;16:224.
8. Riggs DW, Bartholomaeus C. « That's my job »: accounting for division of labour amongst heterosexual first time parents. *Community Work Fam*. 2020;23(1):107-22.
9. Stenpaß A, Kley S. It's getting late today, please do the laundry - The influence of long-distance commuting on the division of domestic labor. *J Fam Res Z Für Fam*. 2020;32(2):274-305.
10. Bruhn S, Oliveira G. Multidirectional carework across borders: Latina immigrant women negotiating motherhood and daughterhood. *J Marriage Fam*. 2022;84(3):691-712.
11. Chávez S, Paige R, Edelblute H. Emotion Work and Gender Inequality in Transnational Family Life. *J Fam Issues* [Internet]. 2021; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85118546438&doi=10.1177%2f0192513X211054472&partnerID=40&md5=bcc882fc0dd2f629dd4e62962e21c34c>
12. Wee Chan Au, Uracha Chatrakul Na Ayudhya, Tan YS, Ahmed PK. The work-life experiences of an invisible workforce: The case of live-in women migrant domestic workers in Malaysia. *Equal Divers Incl Int J*. 2020;39(5):567-83.
13. Aarntzen L, Derks B, van Steenberg E, van der Lippe T. When work-family guilt becomes a women's issue: Internalized gender stereotypes predict high guilt in working mothers but low guilt in working fathers. *Br J Soc Psychol*. 2023;62(1):12-29.
14. Czymara CS, Langenkamp A, Cano T. Cause for concerns: gender inequality in experiencing the COVID-19 lockdown in Germany. *Eur Soc*. 2021;23(S1):S68-81.
15. Daminger A. The Cognitive Dimension of Household Labor. *Am Sociol Rev*. août

2019;84(4):609-33.

16. PONSIN A. Apprendre l'usage du temps dans les familles cadres: Une enquête en immersion. *Enfances Fam Gener*. 2018;(29):1-23.
17. Thorsteinsen K, Parks-Stamm EJ, Kvalø M, Olsen M, Martiny SE. Mothers' Domestic Responsibilities and Well-Being During the COVID-19 Lockdown: The Moderating Role of Gender Essentialist Beliefs About Parenthood. *Sex Roles*. 2022;87(1-2):85-98.
18. Luthra RR, Haux T. The mental load in separated families. *J Fam Res Z Für Fam*. 2022;34(2):669-96.
19. Nadkarni A, Biswas J. Gender Disparity in Cognitive Load and Emotional Labor-Threats to Women Physician Burnout. *JAMA Psychiatry*. 2022;79(8):745-6.
20. ROCHEDY A. « Bien sûr, il y aura encore des jours « avec » et des jours « sans » ». Autismes et gestions familiales des particularités alimentaires de l'enfance à l'adolescence. *Enfances Fam Gener*. 2017;(28):1-23.
21. Johnson KM, Salpini C. Working and nursing: navigating job and breastfeeding demands at work. *Community Work Fam*. 2017;20(4):479-96.
22. Rafnsdóttir GL, Júlíusdóttir Ó. Reproducing gender roles through virtual work: The case of senior management. *Int J Media Cult Polit*. 2018;14(1):77-94.
23. Zheng G, Lyu X, Pan L, Chen A. The role conflict-burnout-depression link among Chinese female health care and social service providers: the moderating effect of marriage and motherhood. *BMC Public Health*. 2022;22:1-13.
24. Antoshchuk IA, Gewinner I. Still a superwoman? How female academics from the former Soviet Union negotiate work-family balance abroad. *Monit Obshchestvennogo Mneniya Ekon Sotsialnye Peremeny*. 2020;155(1):408-35.
25. Badawy PJ, Schieman S. When Family Calls: How Gender, Money, and Care Shape the Relationship between Family Contact and Family-to-Work Conflict. *J Fam Issues*. 2020;41(8):1188-213.
26. Cooklin AR, Dinh H, Strazdins L, Westrupp E, Leach LS, Nicholson JM. Change and stability in work-family conflict and mothers' and fathers' mental health: Longitudinal evidence from an Australian cohort. *Soc Sci Med*. 2016;155:24-34.
27. Breitzkreuz R, Colen K, Horne R. Producing the patchwork: The hidden work of mothers in organizing child care. *J Fam Stud*. 2021;27:436-59.
28. Hillier KM. Academia and Motherhood: A Narrative Inquiry of Ontario Academic Mothers' Experiences in University Graduate Programs. *J Fam Issues* [Internet]. 2021; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85122059039&doi=10.1177%2f0192513X211064864&partnerID=40&md5=04c450b8512f812a9b4fd0f96655693d>
29. Dominguez-Folgueras M, Jurado-Guerrero T, Botía-Morillas C. Against the Odds? Keeping a Nontraditional Division of Domestic Work After First Parenthood in Spain. *J Fam Issues*. 2018;39(7):1855-79.
30. Munkejord MC. His or her work-life balance? Experiences of self-employed immigrant parents. *Work Employ Soc*. 2017;31(4):624-39.
31. Vånje A, Forsberg KS. Being There No Matter What: Working in Publicly Provided Homecare Services. *Nord J Work Life Stud*. 2021;11(3):43-62.
32. Olivieri C, Fageda X. Urban mobility with a focus on gender: The case of a middle-income Latin American city. *J Transp Geogr* [Internet]. 2021;91. Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0->

85101369394&doi=10.1016%2fj.jtrangeo.2021.102996&partnerID=40&md5=ae88d9b403494260fb887f55bcbc0798

33. Ciciolla L, Luthar SS. Invisible Household Labor and Ramifications for Adjustment: Mothers as Captains of Households. *Sex Roles*. 2019;81(7/8):467-86.
34. Craig L, Brown JE. Feeling Rushed: Gendered Time Quality, Work Hours, Nonstandard Work Schedules, and Spousal Crossover. *J Marriage Fam*. 2017;79(1):225-42.
35. McDonnell C, Luke N, Short SE. Happy Moms, Happier Dads: Gendered Caregiving and Parents' Affect. *J Fam Issues*. 2019;40(17):2553-81.
36. Adjamagbo A, Gastineau B, Kpadonou N. Travail-famille : un défi pour les femmes à Cotonou. *Rech Fem*. 2016;29(2):17-41.
37. Baylina M, Garcia-Ramon MD, Porto AM, Rodó-de-Zárate M, Salamaña I, Villarino M. Work-life balance of professional women in rural Spain. *Gend Place Cult*. 2017;24(1):72-84.
38. Bozouls L. Travail domestique et production d'un style de vie: Les femmes au foyer de classes supérieures. *Trav Genre Sociétés*. 2021;(46):97.
39. Luthra A. Housewives and maids: The labor of household recycling in urban India. *Environ Plan E Nat Space*. 2021;4(2):475-98.
40. Craig L, Baxter J. Domestic outsourcing, housework shares and subjective time pressure: Gender differences in the correlates of hiring help. *Soc Indic Res*. 2016;125:271-88.
41. Aarntzen L, Derks B, van Steenberg E, Ryan M, van der Lippe T. Work-family guilt as a straightjacket. An interview and diary study on consequences of mothers' work-family guilt. *J Vocat Behav* [Internet]. 2019;115. Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85070984369&doi=10.1016%2fj.jvb.2019.103336&partnerID=40&md5=0183266144fd8f6157ccb79ac0ee8432>
42. Manna V, Procentese F, Di Napoli I, Arcidiacono C. Helpless mothers dropping out of the workplace: The Italian case of voluntary resignation. *Qual Rep*. 2021;26(4):1179-99.
43. Mohsin M, Syed J. The missing doctors — An analysis of educated women and female domesticity in Pakistan. *Gend Work Organ*. 2020;27(6):1077-102.
44. Willert B, Minnotte KL. Informal Caregiving and Strains: Exploring the Impacts of Gender, Race, and Income. *Appl Res Qual Life*. 2021;16(3):943-64.
45. Ahn JN, Haines EL, Mason MF. Gender Stereotypes and the Coordination of Mnemonic Work within Heterosexual Couples: Romantic Partners Manage their Daily To-Dos. *Sex Roles*. 2017;77(7-8):435-52.
46. Burnod L, Patterson K, Dickinson K, Coveney J. Sharing the load: A qualitative exploration of what mothers and fathers believe the father's role should be in food provisioning. *Appetite* [Internet]. 2022;176. Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85132452104&doi=10.1016%2fj.appet.2022.106101&partnerID=40&md5=8fa72616d287924c9ab9c0dc10c78528>
47. Garcia R, Tomlinson J. Rethinking the Domestic Division of Labour: Exploring Change and Continuity in the Context of Redundancy. *Sociology*. 2021;55(2):300-18.
48. Robertson LG, Anderson TL, Hall MEL, Kim CL. Mothers and Mental Labor: A Phenomenological Focus Group Study of Family-Related Thinking Work. *Psychol Women Q*. juin 2019;43(2):184-200.
49. Ballakrishnen S, Fielding-Singh P, Magliozzi D. Intentional Invisibility: Professional Women and the Navigation of Workplace Constraints. *Sociol Perspect*. 2019;62(1):23-41.

50. Courcy I, des Rivières-Pigeon C, Modak M. Appréhender l'invisible : réflexions sur un dispositif méthodologique élaboré pour l'analyse du travail domestique. *Rech Féministes*. 10 juin 2016;29(1):51-69.
51. Finkel N, Safir MP. Gender differences in personal and interpersonal emotional outcomes from family work. *Asian J Womens Stud*. 2016;22(3):249-68.
52. Renhorn E, Nytell C, Backman A, Ekstrand C, Hirvikoski T. Burden sharing in families to children, adolescents and young adults with ADHD: Analysis of ADHD helpline in Swedish clinical services. *Scand J Child Adolesc Psychiatry Psychol*. 2019;7:88-91.
53. Shen Y, Lai J. Labor Market Outcomes of Professional Women with Two Children after the One-Child Policy in China. *J Soc Issues*. 2020;76(3):632-58.
54. Dean L, Churchill B, Ruppanner L. The mental load: building a deeper theoretical understanding of how cognitive and emotional labor overload women and mothers. *Community Work Fam*. 24 nov 2021;0(0):1-17.
55. Fielding-Singh P, Cooper M. The emotional management of motherhood: Foodwork, maternal guilt, and emotion work. *J Marriage Fam* [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85137106095&doi=10.1111%2fjomf.12878&partnerID=40&md5=efcd9b475b2594a631fc6624a11ce8f2>
56. Nygreen K. Neoliberal reform and family engagement in schools: An intersectional gender analysis. *Policy Futur Educ*. 2019;17(2):205-21.
57. Roberts GS, Costantini H. The work, family and care nexus in Paris and Tokyo: Gender equality and well-being among urban professionals. *Contemp Jpn* [Internet]. 2021; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85106687597&doi=10.1080%2f18692729.2021.1925399&partnerID=40&md5=eab47f3cfb8eead80a4cbcc108d673cd>
58. Caretta MA. Homosocial stewardship: the opposed and unpaid care work of women water stewards in West Virginia, USA. *Ecol Soc*. 2020;25(2):art29.
59. Chung AY. Behind the Myth of the Matriarch and the Flagbearer: How Korean and Chinese American Sons and Daughters Negotiate Gender, Family, and Emotions. *Sociol Forum*. 2017;32(1):28-49.
60. Gu CJ. Bargaining with Confucian Patriarchy: Money, Culture, and Gender Division of Labor in Taiwanese Immigrant Families. *Qual Sociol*. 2019;42(4):687-709.
61. Lloyd-Sherlock P, Mayston R, Acosta A, Gallardo S, Guerra M, Sosa AL, et al. Allocating Family Responsibilities for Dependent Older People in Mexico and Peru. *J Dev Stud*. 2018;54(4):682-701.
62. Munz SM. Oral Histories: Stories from The Farmer's Wife in Western Illinois: WL. *Women Lang*. 2019;42(2):67.
63. Venkataraman A, Venkataraman A. Lockdown & me ...!! Reflections of working women during the lockdown in Vadodara, Gujarat-Western India. *Gend Work Organ*. 2021;28:289-306.
64. Aslam A, Adams TL. "The workload is staggering": Changing working conditions of stay-at-home mothers under COVID-19 lockdowns. *Gend Work Organ*. 2022;29(6):1764-78.
65. Christopher E. Capturing Conflicting Accounts of Domestic Labour: The Household Portrait as a Methodology. *Sociol Res Online*. 2020;26(3):451-68.
66. Rissing A, Inwood S, Stengel E. The invisible labor and multidimensional impacts of negotiating childcare on farms. *Agric Hum Values*. 2021;38(2):431-47.
67. Bao L, Wang G. « I am willing to do both well »: Chinese academic mothers facing

- tension in family and career. *Front Psychol.* 2022;13:973110.
68. Björk S. Emotions and empathic imagination: parents relating to norms of work, parenthood and gender equality. *Fam Relatsh Soc.* 2018;7(2):171-86.
  69. Collins C. Is Maternal Guilt a Cross-National Experience? *Qual Sociol* [Internet]. 2021;44(1). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85084082417&doi=10.1007%2fs11133-020-09451-2&partnerID=40&md5=d529fcb3f7f87d446b026adf8546ba1>
  70. Chauhan P. “I Have No Room of My Own”: COVID-19 Pandemic and Work-From-Home Through a Gender Lens. *Gend Issues.* 2022;39(4):507-33.
  71. DeGroot JM, Vik TA. “The Weight of Our Household Rests on My Shoulders”: Inequity in Family Work. *J Fam Issues.* août 2020;41(8):1258-81.
  72. Öke Karakaya P, Sönmez S, Aşık E. A phenomenological study of nurses’ experiences with maternal guilt in Turkey. *J Nurs Manag.* 2021;29:2515-22.
  73. Plessz M, Marie-Clémence Le Pape. The political dimension of consumption work, or political consumption as work: how French households do gatekeeping on the food market. *Food Cult Soc.* 2019;22(3):334-53.
  74. Sousa C, Kuschel K, Brito A, Gonçalves G. Work-oriented men and women: Similar levels of work-family conflict and guilt yet different coping strategies. *Psychol Thought.* 2018;11(2):195-211.
  75. Steiner RS, Krings F, Wiese BS. Remember the Children, Honey! Spouses’ Gender-Role Attitudes and Working Mothers’ Work-to-Family Conflict: *International Review of Applied Psychology.* *Appl Psychol.* 2019;68(2):250-75.
  76. Thomas CL, Laguda E, Olufemi-Ayoola F, Netzley S, Yu J, Spitzmueller C. Linking Job Work Hours to Women’s Physical Health: The Role of Perceived Unfairness and Household Work Hours. *Sex Roles.* 2018;79(7-8):476-88.
  77. Yoshihara R. Accidental Teachers: The Journeys of Six Japanese Women from The Corporate Workplace into English Language Teaching. *J Lang Identity Educ.* 2018;17(6):357-70.
  78. Whitney S. Byproductive labor: A feminist theory of affective labor beyond the productive-reproductive distinction. *Philos Soc Crit.* 2018;44(6):637-60.
  79. GOLUBOVIĆ J, INGLIS K, CONNELL C. Gendered disruptions in academic publishing during COVID-19: Uncovering invisible labor at an anthropology journal. *Am Ethnol.* 2022;49(4):595-609.
  80. Andrew Y. ‘I’m strong within myself’: gender, class and emotional capital in childcare. *Br J Sociol Educ.* 2015;36(5):651-68.
  81. Cain CL. Boundaried Caring and Gendered Emotion Management in Hospice Work. *Gend Work Organ.* 2017;24(4):345-59.
  82. Boucher C. A qualitative study of the impact of emotional labour on health managers. *Qual Rep.* 2016;21(11):2148-60.
  83. Bartos AE, Ives S. ‘Learning the rules of the game’: emotional labor and the gendered academic subject in the United States. *Gend Place Cult.* 3 juin 2019;26(6):778-94.
  84. El-Alayli A, Hansen-Brown AA, Ceynar M. Dancing Backwards in High Heels: Female Professors Experience More Work Demands and Special Favor Requests, Particularly from Academically Entitled Students. *Sex Roles.* 2018;79(3-4):136-50.
  85. Jones C, Chamberlain J, Sayers G, Wood L, Smith N, Waddell-Henowitch C, et al. Caring during COVID: An Exacerbated Burden for Gender-Marginalized Faculty. *BU J Grad Stud Educ.* 2022;14(1):37-47.

86. Lynch K, Ivancheva M, O'Flynn M, Keating K, O'Connor M. The Care Ceiling in Higher Education. *Ir Educ Stud.* 2020;39(2):157-74.
87. Tuck J. "I'm nobody's Mum in this university": The gendering of work around student writing in UK higher education. *J Engl Acad Purp.* 2018;32:32-41.
88. Kaplan A. "Just Let it Pass by and it Will Fall on Some Woman": Invisible Work in the Labor Market. *Gend Soc.* 2022;36(6):838-68.
89. Lavee E, Kaplan A. Invisible work at work and the reproduction of gendered social service organizations. *Gend Work Organ.* 2022;29(5):1463-80.
90. Zikhali J, Perumal J. Leading in disadvantaged Zimbabwean school contexts: Female school heads' experiences of emotional labour. *Educ Manag Adm Leadersh.* 2016;44(3):347-62.
91. Pedersen DE. Quantity and Quality: A More Nuanced Look at the Association Between Family Work and Marital Well-Being. *Marriage Fam Rev.* 2017;53(3):281-306.
92. Kimport K. More Than a Physical Burden: Women's Mental and Emotional Work in Preventing Pregnancy. *J Sex Res.* 2018;55(9):1096-105.
93. Fahs B, Swank E. The Other Third Shift? Women's Emotion Work in Their Sexual Relationships. *Fem Form.* 2016;28(3):46-69.
94. Thomeer MB, Reczek C, Umberson D. Gendered emotion work around physical health problems in mid- and later-life marriages. *J Aging Stud.* 2015;32:12-22.
95. Bertolini S, Musumeci R, Naldini M, Torrioni PM. Working women in transition to motherhood in Italy. *J Roman Stud.* 2015;15(3):49-70.
96. Chereni A. 'You become two in one': Women's representations of responsibility and emotional vulnerability in Zimbabwean father-away families. *Int Soc Work.* 2017;60(2):366-78.
97. Clark S, McGrane A, Boyle N, Joksimovic N, Burke L, Rock N, et al. "You're a teacher you're a mother, you're a worker": Gender inequality during COVID-19 in Ireland. *Gend Work Organ.* 2021;28(4):1352-62.
98. Kincaid R. Maternal Decision-Making and Family-to-Work Spillover: Does Gender Ideology Matter? *Sociol Focus.* 2021;54(3):223-38.
99. Le Moal F, Michaud M, Hartwick-Pflaum C, Middleton G, Mallon I, Coveney J. Beyond the Normative Family Meal Promotion: A Narrative Review of Qualitative Results about Ordinary Domestic Commensality. *Int J Environ Res Public Health.* 19 mars 2021;18(6):3186.
100. Santero A, Naldini M. Migrant parents in Italy: gendered narratives on work/family balance. *J Fam Stud.* 2020;26(1):126-41.
101. Randles J. "Willing to Do Anything for My Kids": Inventive Mothering, Diapers, and the Inequalities of Carework. *Am Sociol Rev.* févr 2021;86(1):35-59.
102. Walls JK, Helms HM, Grzywacz JG. Intensive Mothering Beliefs Among Full-Time Employed Mothers of Infants. *J Fam Issues.* 2016;37(2):245-69.
103. Wilton S, Ross L. Flexibility, Sacrifice and Insecurity: A Canadian Study Assessing the Challenges of Balancing Work and Family in Academia. *J Fem Fam Ther.* 2017;29(1-2):66-87.
104. Blair-Loy M, Cech EA. Demands and Devotion: Cultural Meanings of Work and Overload Among Women Researchers and Professionals in Science and Technology Industries. *Sociol Forum.* 2017;32(1):5-27.
105. Twamley K. 'Cold intimacies' in parents' negotiations of work-family practices and parental leave? *Sociol Rev.* 2019;67(5):1137-53.

106. Hogan B, Drentea P. Secondary emotional labor: How female nurses respond to the contradictions of caring. *Health U K* [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85124285638&doi=10.1177%2f13634593221075952&partnerID=40&md5=55c283eb7ac5d1703a81fa397fe34de1>
107. Mthombeni P, Casey ME. The division of household labor by lesbian families residing in the northeast of England. *J GLBT Fam Stud*. 3 févr 2020;16(1):32-46.
108. Ansell N, Tsoeu S, Hajdu F. Women's changing domestic responsibilities in neoliberal Africa: A relational time-space analysis of Lesotho's garment industry. *Gend Place Cult*. 2015;22(3):363-82.
109. Hajjar R, Ayana AN, Rutt R, Hinde O, Liao C, Keene S, et al. Capital, labor, and gender: the consequences of large-scale land transactions on household labor allocation. *J Peasant Stud*. 2020;47(3):566-88.
110. McCurn AS. Surviving the grind: how young black women negotiate physical and emotional labor in urban space. *Sociol Spectr*. 2020;40(4):227-46.
111. Pulignano V, Morgan G. The 'Grey Zone' at the Interface of Work and Home: Theorizing Adaptations Required by Precarious Work. *Work Employ Soc* [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85140247746&doi=10.1177%2f09500170221122507&partnerID=40&md5=12fb48e5d815a1e4b503a92d23d1bc36>
112. Rodriguez G, Trejo G, Schiemann E, Quandt SA, Daniel SS, Sandberg JC, et al. Latina Workers in North Carolina: Work Organization, Domestic Responsibilities, Health, and Family Life. *J Immigr Minor Health*. 2016;18(3):687-96.
113. Sasaki S, Kusakabe K, Doneys P. Exploring human (in-)security from a gender perspective. *Int J Sociol Soc Policy*. 2016;36(5/6):304-18.
114. Teo Y. Not everyone has 'maids': class differentials in the elusive quest for work-life balance. *Gend Place Cult*. 2016;23(8):1164-78.
115. Tomberge VMJ, Bischof JS, Meierhofer R, Shrestha A, Inauen J. The physical burden of water carrying and women's psychosocial well-being: Evidence from rural nepal. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;18(15). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85111091498&doi=10.3390%2fijerph18157908&partnerID=40&md5=300cfa5380f437ae856d4486e3c9ff15>
116. Young M. Work-family conflict in context: The impact of structural and perceived neighborhood disadvantage on work-family conflict. *Soc Sci Res*. 2015;50:311-27.
117. Muasya G. Stressors and work-family conflict among female teachers in urban public schools in Kenya. *South Afr J Educ*. 2020;40(2):1-11.
118. Beauregard TA, Adisa TA. Enactors or reactors? Work-life border management for women in law in Nigeria. *Community Work Fam* [Internet]. 2021; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85113754479&doi=10.1080%2f13668803.2021.1968796&partnerID=40&md5=dbb7426bd9455c70629940c7de8b8cc0>
119. Mandala CR, Ortiz SM. Queerness is a Particular Liability: Feeling Rules in College and University LGBTQ Centers. *J Homosex*. 2023;70(3):427-47.
120. Oyeniran R, Lili Z. How Do Females Deal with Hindrances in School Headship? Evidences from the Ivorian Context. *Eur J Educ Sci*. 2020;7(2):116-35.
121. Parry BR, Segalo P. Eating burnt toast: The lived experiences of female breadwinners

- in South Africa. *J Int Womens Stud.* 2017;18(4):182-96.
122. Utrata J. Invisible Labor and Women's Double Binds: Collusive Femininity and Masculine Drinking in Russia. *Gend Soc.* 2019;33(6):911-34.
123. Cottingham MD, Johnson AH, Erickson RJ. "I Can Never Be Too Comfortable": Race, Gender, and Emotion at the Hospital Bedside. *Qual Health Res.* janv 2018;28(1):145-58.
124. Kelly BT, Gardner PJ, Stone J, Hixson A, Dissassa DT. Hidden in plain sight: Uncovering the emotional labor of Black women students at historically White colleges and universities. *J Divers High Educ.* 2021;14(2):203-16.
125. Scarborough WJ. Choosing schools, reproducing family inequality? Race, gender, and the negotiation of a new domestic task. *Sociol Q.* 2019;60:46-70.
126. Gracia-Arnaiz M, Garcia-Oliva M, Campanera M. Food Itineraries in the Context of Crisis in Catalonia (Spain): Intersections between Precarization, Food Insecurity and Gender. *Soc Sci.* 2021;10(10):352.
127. Leung VWY, Zhu Y, Peng HY, Tsang AKT. Chinese immigrant mothers negotiating family and career: Intersectionality and the role of social support. *Br J Soc Work.* 2019;49:742-61.
128. Hilbrecht M. Self-employment and experiences of support in a work–family context. *J Small Bus Entrep.* 2016;28(1):75-96.
129. Mishra PS, Thamminaina A, Mishra N. Single Mothers: Strategies of Family Management and Support Systems in Relation to Health. *J Int Womens Stud.* 2021;22(5):393-406.
130. Sengupta S. Paid–Unpaid Work Continuum of Women: Home-Based Workers and Self-Employed Women in the National Capital Region. *Indian J Labour Econ.* 2019;62(2):265-78.
131. Straut-Eppsteiner H. Undocumented Mothers and Work–Family Conflict in Restrictive Policy Contexts. *J Marriage Fam.* 2021;83(3):865-80.
132. Uyar Mura ES. Hosting Overnight Guests: Gendered Unpaid Work as a Solidarity Mechanism of Migrants in the Process of Urbanization in Turkey. *Soc Polit.* 2022;29(2):497-520.
133. Vampo C. Female Business Leaders and Young Female Entrepreneurs in Lomé (Togo): The Double Life of "Superwomen" and their Domestic Burdens. *Enfances Fam Gener* [Internet]. 2018;29. Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85124403092&doi=10.7202%2f1051495AR&partnerID=40&md5=8f7f893e04f63876dcc06b98f9a54754>
134. Adisa TA, Mordi C, Akanji B. Freedom and flexibility: the work–family balance of single female entrepreneurs in Nigeria. *Empl Relat.* 2021;43(5):1232-49.
135. Roman C. Gendered and classed experiences of work–family conflict among lone mothers in Sweden. *Community Work Fam.* 2019;22(3):302-18.
136. Craig L, Churchill B. Working and Caring at Home: Gender Differences in the Effects of Covid-19 on Paid and Unpaid Labor in Australia. *Fem Econ.* 3 avr 2021;27(1-2):310-26.
137. Ogando AC, Rogan M, Moussié R. Impacts of the COVID-19 pandemic and unpaid care work on informal workers' livelihoods. *Int Labour Rev.* 2022;161(2):171-94.
138. Stefanova V, Farrell L, Latu I. Gender and the pandemic: Associations between caregiving, working from home, personal and career outcomes for women and men. *Curr Psychol* [Internet]. 2021; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2->

- s2.0-85122078661&doi=10.1007%2fs12144-021-02630-6&partnerID=40&md5=73a6a671ff4b56c6a56755ceb8ee31f2
139. Peng I, Jun J. Impacts of COVID-19 on parents with small children in South Korea: survey findings and policy implications. *Int J Care Caring*. 2022;6(1-2):13-32.
  140. Xue B, McMunn A. Gender differences in unpaid care work and psychological distress in the UK Covid-19 lockdown. *PLoS ONE [Internet]*. 2021;16(3 March). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85102519454&doi=10.1371%2fjournal.pone.0247959&partnerID=40&md5=f496c89fbf8e ebdea27bd828fa023e35>
  141. Zamarro G, Prados MJ. Gender differences in couples' division of childcare, work and mental health during COVID-19. *Rev Econ Househ*. 2021;19(1):11-40.
  142. Haney TJ, Barber K. The extreme gendering of COVID-19: Household tasks and division of labour satisfaction during the pandemic. *Can Rev Sociol*. 2022;59:26-47.
  143. Craig L. Coronavirus, domestic labour and care: Gendered roles locked down. *J Sociol*. 1 déc 2020;56(4):684-92.
  144. Sarrasanti N, Donkor FK, Santos C, Tsagakari M, Wannous C. Its About Time We Care About an Equitable World: Women's Unpaid Care Work and COVID-19. *IEEE Eng Manag Rev*. 1 déc 2020;48(4):37-45.
  145. Vitória BDA, Ribeiro MT, Carvalho VS. The work-family interface and the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Front Psychol*. 4 août 2022;13:914474.
  146. Twamley K, Faircloth C, Iqbal H. COVID labour: Making a 'livable' life under lockdown. *Sociol Rev [Internet]*. 2022; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85143589661&doi=10.1177%2f00380261221138203&partnerID=40&md5=72329a1b3c57 b2f25c4d61f79bc59ef7>
  147. Schiff M, Shinan-Altman S, Rosenne H. Israeli Health Care Social Workers' Personal and Professional Concerns during the COVID-19 Pandemic Crisis: The Work-Family Role Conflict. *Br J Soc Work*. 2021;51(5):1858-78.
  148. Carreri A, Dordoni A. Academic and Research Work from Home During the COVID-19 Pandemic in Italy: A Gender Perspective. *Ital Sociol Rev*. 6 déc 2020;Vol 10:821 Pages.
  149. CohenMiller A, Izenkova Z. Motherhood in Academia during the COVID-19 Pandemic: An International Online Photovoice Study Addressing Issues of Equity and Inclusion in Higher Education. *Innov High Educ*. 2022;47(5):813-35.
  150. Hjálmsdóttir A, Bjarnadóttir VS. "I have turned into a foreman here at home": Families and work-life balance in times of COVID-19 in a gender equality paradise. *Gend Work Organ*. 2021;28(1):268-83.
  151. Rode J, Kennedy E, Littlejohn A. Gender and the Lived Body Experience of Academic Work during COVID-19. *Learn Media Technol*. 2022;47(1):109-24.
  152. Shomotova A, Karabchuk T. Navigating COVID-19: Female Ph.D. Students Coping with Family, Academic, and Job Duties. *J Int Womens Stud*. 2022;23(3):57-75.
  153. Adisa TA, Aiyenitaju O, Adekoya OD. The work-life balance of British working women during the COVID-19 pandemic. *J Work-Appl Manag*. 2021;13(2):241-60.
  154. Rudrum S, Rondinelli E, Carlson J, Frank L, Brickner RK, Casey R. When work came home: Formation of feeling rules in the context of a pandemic. *Emot Space Soc*. 2022;42.
  155. Leo A, Holdsworth EA, Wilcox KC, Khan MI, Ávila JAM, Tobin J. Gendered impacts of the COVID-19 pandemic: a mixed-method study of teacher stress and work-life balance. *Community Work Fam*. 2022;25(5):682-703.

156. Shaukat S, Bendixen LD, Ayub N. The Impact of Technostress on Teacher Educators' Work–Family Conflict and Life Satisfaction While Working Remotely during COVID-19 in Pakistan. *Educ Sci* [Internet]. 2022;12(9). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85138690498&doi=10.3390%2feducsci12090616&partnerID=40&md5=e356b300948977ce2ed68956374b9bfc>
157. Winnington R, Cook C. The gendered role of pastoral care within tertiary education institutions: An autoethnographic reflection during COVID-19. *Nurs Prax Aotearoa N Z*. 2021;37(3):37-40.
158. Raile ANW, Raile ED, Parker DCW, Shanahan EA, Haines P. Women and the weight of a pandemic: A survey of four Western US states early in the Coronavirus outbreak. *Gend Work Organ*. 2021;28:554-65.
159. Cohen J, van der Meulen Rodgers Y. The feminist political economy of Covid-19: Capitalism, women, and work. *Glob Public Health*. 2021;16(8-9):1381-95.
160. Frank E, Zhao Z, Fang Y, Rotenstein LS, Sen S, Guille C. Experiences of Work-Family Conflict and Mental Health Symptoms by Gender among Physician Parents during the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2021;4(11). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85119358245&doi=10.1001%2fjamanetworkopen.2021.34315&partnerID=40&md5=dab236ecaf670d0ddcb1e9dc94feb855>
161. Kuśnierz C, Rogowska AM, Chilicka K, Pavlova I, Ochnik D. Associations of Work-Family Conflict with Family-Specific, Work-Specific, and Well-Being-Related Variables in a Sample of Polish and Ukrainian Adults during the Second Wave of the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022;19(17). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85137570595&doi=10.3390%2fijerph191710954&partnerID=40&md5=fe0213aa1add41c79c71bd06f4ff361e>
162. Sarker MR. Labor market and unpaid works implications of COVID-19 for Bangladeshi women. *Gend Work Organ*. 2021;28(S2):597-604.
163. Caldarulo M, Olsen J, Frandell A, Islam S, Johnson TP, Feeney MK, et al. COVID-19 and gender inequity in science: Consistent harm over time. *PLoS One* [Internet]. 2022;17(7). Disponible sur: <https://www.proquest.com/scholarly-journals/covid-19-gender-inequity-science-consistent-harm/docview/2686848015/se-2>
164. Jiwnani S. Discriminatory Impact of the COVID-19 Pandemic on Women Physicians. *Indian J Med Paediatr Oncol*. 2022;43(1):15-8.
165. Miller KE, Riley J. Changed Landscape, Unchanged Norms: Work-Family Conflict and the Persistence of the Academic Mother Ideal. *Innov High Educ*. 2022;47(3):471-92.
166. Parks KA. The No-Time Bind: Examining the Experience of Faculty Mothers during the COVID-19 Lockdown. *Peabody J Educ*. 2022;97(2):212-27.
167. Zanhour M, Sumpter DM. The entrenchment of the ideal worker norm during the COVID-19 pandemic: Evidence from working mothers in the United States. *Gend Work Organ* [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85133476360&doi=10.1111%2fgwao.12885&partnerID=40&md5=c0f67545d4c8c291f26531a76e3b2ffa>
168. Waismel-Manor R, Wasserman V, Shamir-Balderman O. No Room of her Own: Married Couples' Negotiation of Workspace at Home During COVID-19. *Sex Roles*.

2021;85(11-12):636-49.

169. Abromaviciute J, Carian EK. The COVID-19 Pandemic and the Gender Gap in Newly Created Domains of Household Labor. *Sociol Perspect.* 2022;65(6):1169-87.

170. Borah Hazarika O, Das S. Paid and unpaid work during the Covid-19 pandemic: a study of the gendered division of domestic responsibilities during lockdown. *J Gend Stud.* 2021;30(4):429-39.

171. Bulog I, Pepur S, Smiljanić AR. WOMEN'S OVERLOAD DURING THE PANDEMIC: UNPAID CARE WORK, FINANCIAL WELL-BEING, AND STRESS. *Manag J Contemp Manag Issues.* 2022;27(1):123-50.

172. Hernández-Albújar Y, Sáez G, Garrido-Macías M. The Impact of Household Labor Distribution on Domestic Conflicts During Covid-19 Confinement Orders. *Fem Econ* [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85141396979&doi=10.1080%2f13545701.2022.2116070&partnerID=40&md5=0cfe7a47793ccca9d32fa4f59dc4e2e5>

173. Vomvoridi-Ivanovic E, Ward JK. Academic Motherhood in Mathematics Teacher Education during COVID-19: Breaking the Silence and Shifting the Discourse. *REDIMAT - J Res Math Educ.* 2021;10(1):41-61.

174. Coleman DM, Perrone EE, Dombrowski J, Dossett LA, Sears ED, Sandhu G, et al. Overcoming COVID-19: Strategies to Mitigate the Perpetuated Gender Achievement Gap. *Ann Surg.* 2022;275(3):435-7.

175. Cottingham MD, Chapman JJ, Erickson RJ. The Constant Caregiver: Work–family Spillover among Men and Women in Nursing. *Work Employ Soc.* 2020;34(2):281-98.

176. Duxbury L, Stevenson M, Higgins C. Too much to do, too little time: Role overload and stress in a multi-role environment. *Int J Stress Manag.* 2018;25(3):250-66.

177. Griep RH, Toivanen S, Santos IS, Rotenberg L, Juvanhol LL, Goulart AC, et al. Work-family conflict, lack of time for personal care and leisure, and job strain in migraine: Results of the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). *Am J Ind Med.* 2016;59(11):987-1000.

178. Marchand A, Bilodeau J, Demers A, Beaugard N, Durand P, Haines VY III. Gendered depression: Vulnerability or exposure to work and family stressors? *Soc Sci Med.* 2016;166:160-8.

179. Yue Shui, Xu D, Liu Y, Liu S. Work-family balance and the subjective well-being of rural women in Sichuan, China. *BMC Womens Health.* 2020;20:1-10.

180. Blanco Castro VDC, Pérez Huenteo CA, Cova Solar FM. Parental Well-being of Mothers and Fathers in Latin America: A Systematic Review of the Literature. *Child Care Pract.* 2022;28(3):411-37.

181. Blom V, Svedberg P, Bergström G, Mather L, Lindfors P. Stress in paid and unpaid work as related to cortisol and subjective health complaints in women working in the public health care sector. *Int J Workplace Health Manag.* 7 août 2017;10(4):286-99.

182. Milkie MA, Wray D, Boeckmann I. Gendered Pressures: Divergent Experiences Linked to Housework Time Among Partnered Men and Women. *J Comp Fam Stud.* 1 juin 2021;52(2):147-79.

183. Strazdins L, Welsh J, Korda R, Broom D, Paolucci F. Not all hours are equal: Could time be a social determinant of health? *Sociol Health Illn.* 2016;38(1):21-42.

184. Paoletti J, Derrick JL, Fagundes CP, Leonard KE. The Effects of Strain-Based Work–Parenting Conflict on Dual Income Couples' Energy. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022;19(15). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2->

s2.0-

85135382486&doi=10.3390%2fijerph19159125&partnerID=40&md5=600eb8690797531859dae3f250b84980

185. Duxbury L, Halinski M. It's not all about guns and gangs: role overload as a source of stress for male and female police officers. *Polic Soc.* 2018;28(8):930-46.

186. Birze A, Paradis E, Regehr C, LeBlanc V, Einstein G. Gender in the Flesh: Allostatic Load as the Embodiment of Stressful, Gendered Work in Canadian Police Communicators. *Work Employ Soc* [Internet]. 2022; Disponible sur: [https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-](https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85130424036&doi=10.1177%2f09500170221080388&partnerID=40&md5=b876be653cd6a278ef9c50a23f9c23fa)

85130424036&doi=10.1177%2f09500170221080388&partnerID=40&md5=b876be653cd6a278ef9c50a23f9c23fa

187. Cezar-Vaz MR, Xavier DM, Bonow CA, Vaz JC, Cardoso LS, Sant'Anna CF, et al. Domains of Physical and Mental Workload in Health Work and Unpaid Domestic Work by Gender Division: A Study with Primary Health Care Workers in Brazil. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022;19(16). Disponible sur: [https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-](https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85136901096&doi=10.3390%2fijerph19169816&partnerID=40&md5=5dd5140c389b4c3902cb40b1a307a10c)

85136901096&doi=10.3390%2fijerph19169816&partnerID=40&md5=5dd5140c389b4c3902cb40b1a307a10c

188. Frack E, Chapman J. THE UNIQUE EXPERIENCES OF THE SANDWICH GENERATION. *Sociol Viewp.* 2021;35(1):48-76.

189. Wynn AT. Misery Has Company: The Shared Emotional Consequences of Everwork Among Women and Men. *Sociol Forum.* 2018;33(3):712-34.

190. Borelli JL, Nelson-Coffey SK, River LM, Birken SA, Moss-Racusin C. Bringing Work Home: Gender and Parenting Correlates of Work-Family Guilt among Parents of Toddlers. *J Child Fam Stud.* 2017;26(6):1734-45.

191. Polachek AJ, Wallace JE. Unfair to Me or Unfair to My Spouse: Men's and Women's Perceptions of Domestic Equity and How They Relate to Mental and Physical Health. *Marriage Fam Rev.* 2015;51(3):205-28.

192. Lee SA, Park EC, Ju YJ, Han KT, Yoon HJ, Kim TH. The association between satisfaction with husband's participation in housework and suicidal ideation among married working women in Korea. *Psychiatry Res.* 2018;261:541-6.

193. Harris EA, Gormezano AM, van Anders SM. Gender Inequities in Household Labor Predict Lower Sexual Desire in Women Partnered with Men. *Arch Sex Behav.* 2022;51(8):3847-70.

194. Halinski M, Duxbury L, Stevenson M. Employed Caregivers' Response to Family-Role Overload: the Role of Control-at-Home and Caregiver Type. *J Bus Psychol.* 2020;35(1):99-115.

195. Shukri M, Jones F, Conner M. Work-family conflict and dangerous driving behaviours: The mediating role of affect. *Stress Health.* 2021;37(4):669-81.

196. Curl CL, Meierotto L, Som Castellano RL. Understanding challenges to well-being among latina farmworkers in rural idaho using in an interdisciplinary, mixed-methods approach. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(1):1-13.

197. Damaske S. Gender, Family, and Healthcare during Unemployment: Healthcare Seeking, Healthcare Work, and Self-Sacrifice. *J Marriage Fam.* 2022;84(1):291-309.

198. Umberson D, Thomeer MB, Pollitt AM, Mernitz SE. The Psychological Toll of Emotion Work in Same-Sex and Different-Sex Marital Dyads. *J Marriage Fam.* 2020;82(4):1141-58.

199. Elliott C. Emotional labour: Learning from the past, understanding the present. *Br J Nurs.* 2017;26(19):1070-7.
200. Ruppanner L, Tan X, Carson A, Ratcliff S. Emotional and financial health during COVID-19: The role of housework, employment and childcare in Australia and the United States. *Gend Work Organ.* 2021;28(5):1937-55.
201. Soares A, Thakker P, Deych E, Jain S, Bhayani RK. The impact of COVID-19 on dual-physician couples: A disproportionate burden on women physicians. *J Womens Health.* 2021;30:665-71.
202. Aldossari M, Chaudhry S. Women and burnout in the context of a pandemic. *Gend Work Organ.* mars 2021;28(2):826-34.
203. Johnson C. Is demand side response a woman's work? Domestic labour and electricity shifting in low income homes in the United Kingdom. *Energy Res Soc Sci* [Internet]. 2020;68. Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85085163375&doi=10.1016%2fj.erss.2020.101558&partnerID=40&md5=62198850d688e60a7f62056a568718c1>
204. Martin R. Energy housekeeping: intersections of gender, domestic labour and technologies. *Build Cities.* 2022;3(1):554-69.
205. Petrova S, Simcock N. Gender and energy: domestic inequities reconsidered. *Soc Cult Geogr.* 2021;22(6):849-67.
206. Waight E. Mother, consumer, trader: Gendering the commodification of second-hand economies since the recession. *J Consum Cult.* 2019;19(4):532-50.
207. Susan Solomon D, Singh C, Islam F. Examining the outcomes of urban adaptation interventions on gender equality using SDG 5. *Clim Dev.* 2021;13(9):830-41.
208. Radonic L, Jacob CE. Examining the Cracks in Universal Water Coverage: Women Document the Burdens of Household Water Insecurity. *Water Altern.* 2021;14(1):60-78.
209. Shrestha S, Chapagain PS, Ghimire M. Gender Perspective on Water Use and Management in the Context of Climate Change: A Case Study of Melamchi Watershed Area, Nepal. *SAGE Open* [Internet]. 2019;9(1). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85059841801&doi=10.1177%2f2158244018823078&partnerID=40&md5=3cdb963edf04a56c03d95c7ff49723a2>
210. Thi NP, Kappas M, Wyss D. Benefits and constraints of the agricultural land acquisition for urbanization for household gender equality in affected rural communes: A case study in Huong Thuy Town, Thua Thien Hue Province, Vietnam. *Land* [Internet]. 2020;9(8). Disponible sur: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85089535603&doi=10.3390%2fLAND9080249&partnerID=40&md5=5e8062458b15cc13a601a17eaa534851>
211. Hill C, Namara C, Orcaya J, Bogrand A, Sellwood SA. Hidden in plain sight: gender analysis of the environmental and social impact assessment of the East African Crude Oil Pipeline. *Impact Assess Proj Apprais.* 2021;39(3):229-39.
212. Shtob DA, Petrucci L. Gendered Care Work and Environmental Injustice: A Feminist Analysis of Educators' Emotional Labor in Disaster Recovery. *Environ Justice.* 1 juin 2021;14(3):198-205.
213. Emma. *Un autre regard (Fallait demander)*. Paris: Massot éditions; 2017.
214. Emma. *La charge émotionnelle: et autres trucs invisibles*. Paris: Massot éditions; 2018. (Un autre regard).
215. Seery, A. Des luttes intimes, des luttes collectives. In: Robert, C, Toupin, L, éditeurs.

Travail invisible Portrait d'une lutte féministe inachevée. Éditions du Remue-Ménage. Montréal; 2018.

216. Walter, O. Mothers Are the “Shock Absorbers” of Our Society. The New York Times [Internet]. 2020; Disponible sur: <https://www.nytimes.com/2020/10/14/parenting/working-moms-job-loss-coronavirus.html>.

217. Souissi, T. L'environnement, un nouvel enjeu de charge mentale ? Et si les femmes devaient ajouter à leur liste de tâches... la sauvegarde de la planète! Gazette des femmes [Internet]. 2019; Disponible sur: <https://gazettedesfemmes.ca/15114/lenvironnement-un-nouvel-enjeu-de-charge-mentale>

218. Souissi, T. Concilier famille et travail dans un horaire atypique ? Gazette des femmes [Internet]. 2020; Disponible sur: <https://gazettedesfemmes.ca/15586/concilier-famille-et-travail-dans-un-horaire-atypique>

219. Lanteigne, A. Les effets du genre sur la charge mentale : une étude sur le mal-être en milieu professionnel [Mémoire de sociologie]. Université de Montréal; 2019.

220. Lanteigne, A. La charge mentale, une source d'épuisement, [Internet]. RQASF. 2019. Disponible sur: <https://rqasf.qc.ca/charge-mentale-source-depuisement/>.

221. Seery, A, Forest, D, St-Germain, L. Les effets de la crise sociosanitaire de la COVID-19 sur la charge mentale des femmes : le vécu de travailleuses de la région de Chaudière-Appalaches. Synthèse [Internet]. Trois-Rivières: Centre de recherche sociale appliquée (CRSA); 2022. Disponible sur: <https://familia.ucs.inrs.ca/notice/?ID=22357>

222. Trolli, AE. Charge mentale et « épuisement » des femmes en confinement : Marlène Schiappa alerte. Journal des femmes [Internet]. 2020; Disponible sur: <https://www.journaldesfemmes.fr/societe/combats-de-femmes/2631579-charge-mentale-et-epuisement-des-femmes-en-confinement-marlene-schiappa-alerte>

223. Massicoli, E. Pas ce soir, chéri, j'ai mal à la tête (parce que je fais ton lavage). Gazette des femmes [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://gazettedesfemmes.ca/22307/pas-ce-soir-cheri-jai-mal-a-la-tete-parce-que-je-fais-ton-lavage>

224. Brunet. La charge mentale : comment la reconnaître et s'en débarrasser ? [Internet]. s.d. Disponible sur: <https://www.brunet.ca/sante/conseils-sante/charge-mentale>

225. Neveu, E. Avec la charge mentale, la charge écologique est un poids qui pèse sur les femmes [Internet]. 2022. Disponible sur: <https://www.novethic.fr/actualite/social/droits-humains/isr-rse/egalite-femme-homme-la-charge-ecologique-qui-pese-sur-les-femmes-les-eloigne-de-l-action-politique-150639.html>

226. Châteauneuf A. Si nous sommes égaux, je suis la fée des dents: réflexions et outils pour mieux partager la charge mentale. Montréal (Québec): Les Éditions Poètes de brousse; 2019.

227. Ça va maman? Je suis devenue féministe le jour où je suis devenue maman [Internet]. Disponible sur: <https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkcyc5saWJzeW4uY29tLzI3MTIxNC9yc3M/episode/YzExZGVlNWUtYWYxYS00NDNmLTkwMWItN2MyYjY4ZGI4ODQx?sa=X&ved=0CAUQkfYCaKcKEWjokrr3krj7AhUAAAAAHQAAAAQAQ>

228. La charge mentale ou à qui revient la tâche de tout planifier dans le couple ? [Internet]. 2017. Disponible sur: <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/gravel-le-matin/segments/entrevue/43501/corde-sensible-charge-mentale-tache-menage-couple-marie-eve-tremblay>

229. La charge mentale et l'anxiété qui en découle [Internet]. 2023. Disponible sur: <https://www.youtube.com/watch?v=R-TvVtOn8NY>

230. Racine, V. Comment la charge mentale pèse sur les femmes, Coup de pouce. Coup de pouce [Internet]. 2023; Disponible sur: <https://www.coupdepouce.com/vie-perso/psychologie/article/comment-la-charge-mentale-pese-sur-les-femmes>
231. Paradis, C. La charge mentale : ce fardeau invisible pour les femmes. Noovo Moi [Internet]. 2022; Disponible sur: <https://www.noovomoi.ca/vivre/famille/charge-mentale.html>
232. Granger, C. L'écart écologique entre les genres en matière de consommation responsable : exploration des facteurs en cause au Québec [Mémoire de maîtrise en environnement]. Université de Sherbrooke; 2021.
233. Prud'homme, M, Beauferron, C. Charge mentale verte. In: Casselot, M.-A, Lefebvre-Faucher, V, éditeurs. Faire partie du monde, Réflexions écoféministes. Éditions du Remue-Ménage. Montréal; 2017.
234. Lecoq T. Libérées ! le combat féministe se gagne devant le panier de linge sale. Paris: Fayard; 2017.
235. Lemelin, S. Écoresponsabilité : la nouvelle « charge morale » des femmes [Internet]. 2020. Disponible sur: <https://fec.lacsq.org/2020/02/06/pratiques-ecoresponsables-une-nouvelle-charge-mentale-pour-les-femmes>
236. Boivin, M. et collaboratrices. Femmes et Environnement. Enjeux d'égalité pour toutes les femmes [Internet]. Le Réseau des Tables régionales de groupes de femmes du Québec; 2020. Disponible sur: [https://www.dev.reseautablesfemmes.qc.ca/wp-content/uploads/2022/03/RTRGFQ\\_RapportEnjeux.pdf](https://www.dev.reseautablesfemmes.qc.ca/wp-content/uploads/2022/03/RTRGFQ_RapportEnjeux.pdf)
237. Robert C. Toutes les femmes sont d'abord ménagères : histoire d'un combat féministe pour la reconnaissance du travail ménager: Québec 1968-1985. Montréal, Québec: Éditions Somme toute; 2017. 178 p. (Collection Économie politique).
238. Bird, E. Women are leading the zero-waste movement. Here's why that matters. CBC News [Internet]. 2019; Disponible sur: <https://gazettedesfemmes.ca/22307/pas-ce-soir-cheri-jai-mal-a-la-tete-parce-que-je-fais-ton-lavage/>.
239. Vivre slow ! La charge mentale écologique : comment la gérer ? [Internet]. s.d. Disponible sur: <https://vivre-slow.com/charge-mentale-ecologique/>
240. Marchand, : Halte à la charge mentale écolo ! Marie-Claire [Internet]. s.d.; Disponible sur: <https://www.marieclaire.fr/charge-mentale-ecolo-ecofeminisme,1348635.asp>
241. Wicker, A. The complicated gender politics of going zero waste. Vox [Internet]. 2019; Disponible sur: <https://www.vox.com/the-goods/2019/5/9/18535943/zero-waste-movement-gender-sustainability-women-instagram>.
242. MC et Léa. Les Rencontres de Gaïa - Épisode 3 « La charge environne-mentale, avec Marise Ghyselings » [Internet]. Disponible sur: <https://podcasts.apple.com/us/podcast/les-rencontres-de-ga%C3%AFa/id1498632705>
243. Slate Audio. 20 minutes avant la fin du monde [Internet]. Disponible sur: <https://www.slate.fr/audio/20-minutes-avant-la-fin-du-monde/8-ecologie-nouvelle-charge-mentale>
244. Après la charge mentale, la charge écologique ? Au vert avec la dessinatrice Emma [Internet]. 2021. Disponible sur: [https://www.youtube.com/watch?v=kbrwWYkJZ9s&t=6s&ab\\_channel=Vert%2Clem%C3%A9diaquiannoncelacouleur%21](https://www.youtube.com/watch?v=kbrwWYkJZ9s&t=6s&ab_channel=Vert%2Clem%C3%A9diaquiannoncelacouleur%21)
245. Les femmes sauveront-elles le climat ? Partie 2 « Qui porte les culottes du climat » [Internet]. 2021. Disponible sur: [https://unpointcinq.ca/dossiers/genre-et-climat/?utm\\_source=infolettre&utm\\_medium=dossierspecial&utm\\_campaign=24avril2021](https://unpointcinq.ca/dossiers/genre-et-climat/?utm_source=infolettre&utm_medium=dossierspecial&utm_campaign=24avril2021)

246. La Poudre. Ecoanxiété et luttes féministes [Internet]. Disponible sur: <https://open.spotify.com/episode/1MZzffKt9zIz5ovafcGH77?si=8f17667bed46482b>
247. Mathieu, S. La charge mentale écologique : un poids supplémentaire pour les femmes. Milk Magazine [Internet]. 2021; Disponible sur: <https://www.milkmagazine.net/la-charge-mentale-ecologique-un-poids-supplementaire-pour-les-femmes>
248. Côté-Andreotti, K. Charge mentale et gaz à effet de serre [Internet]. Disponible sur: <https://podcasts.apple.com/ca/podcast/charge-mentale-et-gaz-%C3%A0-effet-de-serre/id1380785744?i=1000499244510>
249. Un point cinq. Les Acclimatées - Épisode 4 « Charge mentale et GES » [Internet]. Disponible sur: <https://unpointcinq.ca/vivre-ici/balado-femmes-changements-climatiques-acclimatees/>
250. Mères au front. Série de balados des femmes inspirantes [Internet]. Disponible sur: <https://meresaufont.org/ressources-informer/>
251. Couturier, E.-L, Posca, J. Inégales dans la tourmente, Institut de recherche sur les inégalités sociales [Internet]. Institut de recherche sur les inégalités sociales (IRIS); 2021. Disponible sur: [https://iris-recherche.qc.ca/wp-content/uploads/2021/03/Femmes\\_et\\_crisis\\_WEB1.pdf](https://iris-recherche.qc.ca/wp-content/uploads/2021/03/Femmes_et_crisis_WEB1.pdf)
252. Strid S, Schrodi C, Cibir R. Better stories for a gender equal and fairer social recovery from outbreaks: learnings from the RESISTIRÉ project. *Gen Dev.* 4 mai 2022;30(1-2):265-81.
253. Hosek AM, Harrigan MM. Attributions and framing in working mothers' reports about division of family labor. *J Fam Commun.* 2023;No Pagination Specified-No Pagination Specified.
254. Blair-Loy M, Hochschild A, Pugh AJ, Williams JC, Hartmann H. Stability and transformation in gender, work, and family: insights from the second shift for the next quarter century. *Community Work Fam.* 2015;18(4):435-54.
255. Zorotovich J, Dove M, Myers B. When Traditional Gender Roles Clash with Contemporary Expectations: A Call to Redefine Success in the Modern World. *J Fam Consum Sci.* 2021;113(1):62-6.
256. Bilampoia GT, Sitsopé TA, David JS. Conciliation vie familiale et vie professionnelle par les femmes travaillant dans le secteur public de la santé à Lomé : quelles stratégies d'adaptation ? *Interv Économiques.* 2021;(65):207-23.
257. Soyseçkin IS. Balance between work and family life: Middle class working mothers in Turkey/Is ve aile yasami dengesi: Türkiye'de çalisan orta sinif anneler. *Fe Dergi.* 2016;8(1):131-43.
258. Hjelmstedt SK, Forinder UM, Lindahl Norberg AM, Hovén EIM. A Balancing Act: Working and Caring for a Child with Cancer. *J Child Fam Stud.* 2021;30(8):1881-94.
259. Law LK. EMPIRICAL STUDY on WORK-FAMILY CONFLICT among HONG KONG FEMALE EMPLOYEES WHO HAVE CHILDREN with SPECIAL EDUCATION NEEDS (SEN). *Singap Econ Rev.* 2019;64(1):213-34.
260. Perray-Redslob L, Younes D. Accounting and gender equality in (times of) crisis: toward an accounting that accommodates for emotional work? *Account Audit Account J.* 2022;35(1):229-39.
261. Williams CL. The Gendered Discourse of Work-Family Balance in the Oil and Gas Industry. *Soc Curr.* 2018;5(2):120-39.
262. Smidt TB, Pétursdóttir GM, Einarsdóttir Þ. How Do You Take Time? Work-Life Balance Policies versus Neoliberal, Social and Cultural Incentive Mechanisms in Icelandic

Higher Education. Eur Educ Res J. 2017;16(2-3):123-40.