

# Le soutien des conjoints durant la transition

Même si les Vétérans ont été libérés pour des raisons médicales, ils peuvent avoir du mal à réussir leur retour à la vie civile. Le support de leurs conjoints pourrait définitivement contribuer à assurer une transition réussie.

## INTRODUCTION

Le projet de 2017 du Bureau de l'ombudsman des vétérans (BOV) intitulé *Faire une transition réussie : une étude qualitative* a permis d'établir que les conjoints représentent une excellente source de soutien pour les vétérans libérés pour des raisons médicales qui s'identifient comme ayant réussi leur transition vers la vie civile. L'étude sur *le soutien des conjoints durant la transition* cherche à mieux comprendre l'expérience vécue par les conjoints qui soutiennent des vétérans au cours du processus de transition.

## MÉTHODOLOGIE

L'étude sur le soutien des conjoints durant la transition a commencé en 2018. Il s'agit d'une étude qualitative qui porte sur les expériences vécues des conjoints de vétérans canadiens qui ont été libérés pour des raisons médicales entre 2006 et 2016.

**Étape I :** Un sondage exhaustif en ligne axé sur cinq les éléments suivants :

- La famille et les relations
- L'emploi
- Les rôles à la maison
- Le processus de transition
- Les programmes de transition

**Étape II :** Un groupe de discussion animé par un professionnel et d'une durée d'une journée où ont été abordés les cinq thèmes suivants :

- Le rôle des participants au cours du processus de transition
- Les mesures de soutien formelles et informelles
- Les services dont la famille a eu ou a actuellement besoin
- La préparation à la transition et la définition d'une transition réussie
- Les effets de la transition sur la relation conjugale

La majorité des treize répondants de l'étape I étaient âgés de plus de quarante ans et vivaient en Ontario. Aucun d'entre eux n'a servi dans l'armée. Sept répondants ont participé au groupe de discussion de l'étape II. La majorité de leurs conjoints vétérans ont servi pendant plus de vingt ans et ont été militaires du rang.

*« Au début, on est en mode de crise pendant des mois. Il faut toujours gérer des choses qui se sont produites dix, quinze ans plus tôt. »*

## PRINCIPALES CONSTATATIONS

### Les principaux facteurs de stress et les principales sources de soutien

Les trois facteurs de stress les plus importants du processus de transition sont les suivants :

- Les problèmes de santé physique ou mentale du vétéran
- La sécurité financière
- La stabilité familiale

Les trois sources de soutien les plus importantes sont les suivantes :

- La famille
- Les amis
- Les conseillers/thérapeutes

Les chiens d'assistance et les animaux de compagnie en général ont recolté des commentaires positifs.

### Les effets sur l'emploi

Une majorité des participants ont vu leur emploi être affecté par la transition de l'une des manières suivantes :

- Ils ont dû rester chez eux pour devenir aidants à temps partiel ou complet.
- Ils ont dû déménager.
- Ils ont dû accroître leur part de responsabilités familiales, rendant impossible d'avoir un emploi normal ou à temps plein.
  - 54,5 % des répondants affirment que leur part de responsabilités familiales a augmenté.

Certains participants ont discuté du fait qu'ils sont dans l'incapacité de demander de l'aide à leur conjoint vétéran pour certaines tâches, parce que ce dernier est dépassé par l'effet de la transition ou parce qu'il a des problèmes de santé physique ou mentale.

### La préférence pour des services de soutien sans but lucratif

Peu de participants ont recours aux services des Forces armées canadiennes (FAC) ou d'Anciens Combattants Canada (ACC) et parmi ces derniers, quelquesuns trouvent que les programmes ont une efficacité faible ou modérée. Les participants préfèrent les mesures de soutien fournies par des tierces parties ou par des organismes sans but lucratif. Les participants n'étaient pas conscients de l'existence des services des FAC ou d'ACC ou ils les trouvaient compliqués et contradictoires, ce qui aggravait la santé mentale du vétéran et nuisait à son rétablissement. De manière générale, les participants sentaient que le gouvernement ne comprend pas les besoins des vétérans de l'ère moderne, libérés pour des raisons médicales.

### La stigmatisation, la recherche d'aide et la définition d'une transition réussie

De nombreux participants ont mentionné qu'il existe une stigmatisation relativement à l'accès aux services, à l'appel des décisions ou à la demande de thérapie en lien avec les problèmes de santé mentale. Les participants ont notamment tous défini la réussite en lien avec le processus de transition d'une manière différente. Beaucoup d'entre eux ont décrit leur transition comme étant en cours.

*« Je ne savais pas que le processus de transition serait aussi difficile... Personne n'en parle. »*



### FAMILLE

Dix couples de participants/vétérans avaient des enfants de moins de dix-huit ans et la moyenne d'enfants par couple était de deux.

*« Les enfants savent que leur père a la mère courte. Ils viennent me trouver pour n'importe quoi. Je suis leur parent constant. »*

– Participant du groupe de discussion (PGD)



### EMPLOI

Avant la libération de leur conjoint, la majorité des participants avaient un emploi. Parmi ces derniers, 75 % avaient un emploi à temps plein et 75 % n'occupent pas le même emploi qu'avant la libération de leur conjoint. Au total, 66,7 % des participants ont confirmé que leur emploi a été affecté par la transition de leur conjoint.

*« Mon CV en a souffert, car j'ai dû passer d'un emploi à l'autre. Mes possibilités d'emploi sont désormais réduites. »* – PGD



### TRANSITION

Au total, 38,5 % des participants ont affirmé que la transition de leur conjoint n'est pas vraiment terminée. Lorsque les répondants se sont fait demander à quel point le processus de transition du vétéran est difficile pour les participants, 84,6 % d'entre eux ont trouvé que le niveau de difficulté est variable.

*« Ça a pris environ quatre ans. Notre transition est toujours en cours, mais nous sommes actuellement en train de remonter et non de descendre. »* – PGD

## LES TROIS PRINCIPAUX FACTEURS DE STRESS



### PROBLÈMES DE SANTÉ

*« C'est un problème de trouver un nouveau médecin, surtout quand les médecins ne sont pas dans la base. »*

*« Certains jours, je dois rester à la maison, car sa santé mentale me préoccupe. »* – PGD



### SÉCURITÉ FINANCIÈRE

*« Essayez de faire en sorte qu'une indemnité d'invalidité de 90 000 \$ dure quarante ans. »*

*« Si vous êtes en poste à l'un des endroits les plus chers et... que maintenant vous ne pouvez plus déménager... c'est difficile. Nous ne pouvons pas nous l'offrir. »* – PGD



### STABILITÉ FAMILIALE

*« Pendant la transition, je ne savais pas si nous allions rester mariés. »*

*« On ne peut pas se fier sur lui pour prendre soin de nos enfants. [Le TSPT des vétérans] nous affecte, moi et mes enfants. »* – PGD



### FAMILLE

*« Mes beaux-parents sont fantastiques... sans eux, ç'aurait été beaucoup plus difficile. »*

*« La famille. Mes parents et ses parents. »*

*« Ma plus grande source de soutien serait ma fille. »* – PGD



### AMIS

*« Avoir ma meilleure amie à mes côtés m'a facilité les choses. Elle ne comprend pas tout, mais... je n'ai besoin que de son écoute. »*

*« Mon âme sœur. Elle est ma meilleure amie... mon soutien émotionnel. »* – PGD



### CONSEILLERS/THÉRAPEUTES

*« La thérapie a vraiment sauvé notre mariage. »*

*« La thérapie a vraiment aidé à ralentir le processus pour moi. »*

*« Le soutien en santé mentale a renforcé notre mariage. »* – PGD

## CONCLUSION

- Des services de santé mentale proactifs et obligatoires fournis aux militaires, aux vétérans et à leur famille au cours de la transition auraient été bénéfiques à bon nombre des participants et à leur famille.
- Des consultations avec des vétérans, et leur famille, qui ont eu recours aux programmes et aux avantages d'organismes sans but lucratif permettraient de jeter la lumière sur les pratiques exemplaires et d'accroître la sensibilisation aux programmes offerts par les FAC et ACC, ainsi que leur accessibilité.
- La définition d'une transition réussie peut différer entre les vétérans et leur conjoint. Le fait de comprendre ces différences peut aider à guider l'élaboration des politiques et des programmes futurs.

- Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour :
  - Bien comprendre comment la transition peut affecter l'emploi du conjoint.
  - Déterminer les améliorations à apporter aux programmes et aux services qui minimiseront les effets de la transition sur l'emploi du conjoint.
- Des recherches futures concernant l'expérience vécue par le conjoint et par la famille au cours de la transition seraient idéalement entreprises en utilisant des échantillons de plus grande taille et une population plus diversifiée.



Gouvernement du Canada

Government of Canada

Ombudsman des vétérans

Veterans Ombudsman

\*English version available upon request

2020 | Le rapport complet sera disponible au début de l'année 2020. Pour en apprendre davantage, consultez le site Web [ombudsman-veterans.gc.ca](http://ombudsman-veterans.gc.ca).