

Faire une transition réussie : une étude qualitative

CONSTATATIONS DÉTAILLÉES

Étude de recherche en deux étapes sur le processus de transition pour les anciens combattants canadiens libérés pour des raisons médicales

POURQUOI CETTE ÉTUDE?

POUR MIEUX COMPRENDRE les facteurs qui contribuent à une transition réussie de la vie militaire à la vie civile

PLUS PRÉCISÉMENT :

- Ce qui aide
- Les agents de stress et les sources de soutien
- Les défis liés à la transition

MÉTHODOLOGIE : PROJET DE RECHERCHE À DEUX ÉTAPES

15
participants

PREMIÈRE

ÉTAPE : ANALYSE DOCUMENTAIRE

94 études pertinentes sur la transition

18 ont abordés les déterminants d'une transition réussie

2 se sont concentrées sur les anciens combattants canadiens libérés pour des raisons médicales

DEUXIÈME

ÉTAPE : ÉTUDE QUALITATIVE

Sondage en ligne et entrevues téléphoniques approfondies

QUELS ONT ÉTÉ LES PLUS GROS FACTEURS DE STRESS DURANT VOTRE TRANSITION?

(les trois facteurs les plus souvent signalés par les participants)

Maintien de la sécurité financière

Problèmes de santé

Maintien de la vie familiale

1

Conjoint/
conjointe

2

Thérapeute,
conseiller ou
psychologue

3

Amis et
enfants

QUELLES ONT ÉTÉ VOS PLUS GRANDES SOURCES DE SOUTIEN?

(nombre de fois nommées comme une des trois sources les plus importantes par les participants)

LES DÉFIS LIÉS À LA TRANSITION

TROUVER un NOUVEAU SENS à sa vie en dehors des forces armées

SE PRÉOCCUPER du maintien de la SÉCURITÉ FINANCIÈRE après la libération

DÉTERMINER COMMENT L'EXPÉRIENCE MILITAIRE PEUT S'APPLIQUER à L'EXPÉRIENCE DE TRAVAIL DANS LE CIVIL

LA STIGMATISATION associée à la santé mentale crée une HÉSITATION à DEMANDER DE L'AIDE

CE QUI AIDE

ÊTRE PROACTIF et S'APPROPRIER sa transition

Avoir un CONJOINT ou un MEMBRE DE LA FAMILLE qui vous APPUIE

FAIRE DE LA PLANIFICATION À LONG TERME et se PRÉPARER – il a été mentionné que les séminaires du SPSC sont utiles