

ESSAI PRÉSENTÉ À L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN ERGOTHÉRAPIE (M.SC.)

PAR  
SABRINA OUELLET

ÊTRE FAMILLES MILITAIRES : APPRENDRE À VIVRE ET À S'ADAPTER AUX  
RETOMBÉES OCCUPATIONNELLES OCCASIONNÉES PAR LES DÉPLOIEMENTS  
MILITAIRES

DÉCEMBRE 2021

## **REMERCIEMENTS**

Premièrement, je tiens à remercier sincèrement tous mes participants. Vos partages ont permis d'enrichir mon projet d'essai et ce fût un réel plaisir de discuter et d'échanger avec vous.

Deuxièmement, je tiens à remercier ma directrice de recherche, Catherine Briand, qui a été soutenance tout au long de mon projet. Merci de m'avoir rassurée lorsque mon stress a décidé de prendre le dessus lors des imprévus. Un grand merci pour ton ouverture et pour avoir cru à mon sujet. Grâce à toi, j'ai éprouvé du plaisir tout au long de cette dernière année à concevoir et rédiger cet essai de maîtrise. Je tiens aussi à remercier Régis Hakin pour le partage de son savoir sur l'analyse qualitative, ce qui a été d'une grande aide. Merci également à Mme Geneviève Lessard, ergothérapeute clinicienne externe Croix-Bleue et scientifique de la Défense nationale-Recherche et développement pour la Défense nationale canadienne-Valcartier, pour la rétroaction donnée envers mon projet en tant que correctrice externe. La lecture de chacun de ses commentaires a été très enrichissant.

Finalement, j'aimerais remercier mon amoureux qui a fait preuve d'une écoute exemplaire à travers toutes les étapes du processus et qui a su me rassurer et me soutenir dans ce projet. Merci d'avoir partagé ton savoir du milieu par ton emploi comme réserviste au sein des Forces armées canadiennes avec moi. Je tiens aussi à remercier ma famille et mes amies pour leur soutien et leur présence tout au long de ce parcours universitaire.

## TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS .....	i
LISTE DES TABLEAUX .....	vi
LISTE DS FIGURES .....	viii
LISTE DES ABRÉVIATIONS .....	ix
RÉSUMÉ.....	x
ABSTRACT .....	xi
1. INTRODUCTION/PROBLÉMATIQUE .....	1
2. ÉTAT DES CONNAISSANCES .....	4
2.1. Être militaire.....	4
2.2. Les 5 phases du déploiement militaire.....	5
2.3. Défis émotionnels vécus durant les déploiements.....	7
2.4. Retombées quotidiennes occasionnées par les déploiements.....	8
2.4.1. La routine et les responsabilités.....	8
2.4.2. Les rôles .....	9
2.4.3. Les activités de la vie quotidienne.....	9
2.5. Stratégies d'adaptation.....	10
2.6. Rôle de l'ergothérapeute auprès des familles militaires .....	11
2.7. Constats de l'état des connaissances.....	11
3. BUT ET OBJECTIFS DE RECHERCHE .....	13
4. CADRE CONCEPTUEL .....	14
4.1. Modèle de l'occupation humaine (MOH).....	14
4.2. Concepts fondamentaux en ergothérapie .....	15
4.2.1. L'habitude .....	16
4.2.1.1. Les rôles .....	16
4.2.1.2. Les routines.....	16
4.2.2. La volition .....	17
4.2.2.1. Les déterminants personnels.....	17
4.2.2.2. Les intérêts.....	17
4.2.2.3. Les valeurs.....	17
4.2.3. La capacité de rendement.....	18
4.2.4. Participation occupationnelle (occupations et activités significantes) .....	18

4.2.5. Équilibre occupationnel .....	19
4.2.6. Dimension de l'environnement (social et physique) .....	19
4.2.7. Adaptation occupationnelle.....	20
4.2.7.1. Identité occupationnelle .....	20
5. MÉTHODOLOGIE DE RECHERCHE .....	21
5.1. Devis de recherche.....	21
5.2. Réalisation de la revue de la littérature.....	21
5.2.1. Collecte des données .....	21
5.2.2. L'analyse des données .....	25
5.2.3. Tableau synthèse des données .....	25
5.3. Groupes de discussion focalisée.....	25
5.3.1. Méthode d'échantillonnage .....	25
5.3.2. Déroulement de la collecte des données .....	26
5.3.3. Critères de sélection des participants.....	27
5.3.4. Plan d'analyse des données .....	27
5.3.5. Tableau synthèse final.....	27
5.3.6. Considération éthique .....	28
6. RÉSULTATS .....	29
6.1. Revue de la littérature.....	29
6.1.1. Dimension de l'être du MOH.....	29
6.1.1.1. Habitude (routines et rôles) .....	29
6.1.1.2. Capacité de rendement .....	30
6.1.1.3. Volition.....	31
6.1.2. Dimension l'agir du MOH .....	31
6.1.2.1. Participation occupationnelle .....	31
6.1.2.2. Rendement.....	32
6.1.2.3. Habiletés .....	32
6.1.3. Dimension de l'environnement social .....	32
6.1.4. Dimension du devenir .....	33
6.1.4.1. Adaptation occupationnelle .....	33
6.1.4.2. Identité occupationnelle .....	33
6.1.5. Stratégies d'adaptation.....	34

6.2. Tableaux synthèses à partir de la littérature existante .....	35
6.3. Caractéristiques des participants .....	40
6.4. Résultats obtenus par les groupes de discussion focalisée .....	40
6.4.1. Habitude (dimension de l'être).....	40
6.4.1.1. Rôles.....	40
6.4.1.2. Routines.....	42
6.4.2. Volition (dimension de l'être) .....	43
6.4.2.1. Déterminants personnels .....	43
6.4.2.2. Intérêts et occupations significatives .....	44
6.4.2.3. Valeurs et buts .....	45
6.4.3. Capacité de rendement (dimension de l'être).....	45
6.4.4. Participation occupationnelle (dimension de l'agir).....	47
6.4.5. Habiletés et rendement (dimension de l'agir) .....	48
6.4.6. Environnement .....	49
6.4.6.1. Physique .....	49
6.4.6.2. Social.....	50
6.4.7. Équilibre et dynamique familiale .....	53
6.4.8. Soutien et stratégies en lien avec l'adaptation des familles de militaires .....	54
6.4.8.1. Stratégies utilisées durant les déploiements .....	54
6.4.8.2. Stratégies recommandées par les familles militaires .....	55
6.4.8.3. Ressources et soutien disponibles aux familles militaires .....	56
6.4.9. Identité occupationnelle .....	58
6.5. Tableaux synthèses finaux .....	59
7. DISCUSSION .....	67
7.1. Rappel du but et des objectifs de recherche.....	67
7.2. Analyse critique des résultats obtenus par les groupes de discussion .....	67
7.2.1. Bonifications ciblant les répercussions occupationnelles vécues par les familles de militaires canadiens .....	68
7.2.2. Bonifications ciblant les stratégies d'adaptation et les ressources disponibles pour les familles de militaires .....	72
7.3. Recommandations sur les rôles et cibles d'intervention en ergothérapie .....	74
7.4. Limites et forces de l'étude.....	78
8. CONCLUSION .....	80

RÉFÉRENCES .....	82
ANNEXE A .....	87
ANNEXE B .....	95
ANNEXE C .....	99
ANNEXE D .....	101
ANNEXE E .....	102
ANNEXE F .....	103

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1. ....	22
<i>Démarche de recherche dans la base de données Academic Search Complete</i> .....	22
Tableau 2. ....	22
<i>Démarche de recherche dans la base de données PsycINFO</i> .....	22
Tableau 3. ....	23
<i>Démarche de recherche dans la base de données Psychological and Behavioral Sciences Collection</i> .....	23
Tableau 4. ....	23
<i>Démarche de recherche dans la base de données SocINDEX</i> .....	23
Tableau 5. ....	27
<i>Critères d'inclusion des participants</i> .....	27
Tableau 6. ....	37
<i>Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension de l'être)</i> .....	37
Tableau 7. ....	38
<i>Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension de l'agir)</i> .....	38
Tableau 8. ....	38
<i>Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension de l'environnement)</i> .....	38
Tableau 9. ....	39
<i>Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension du devenir)</i> .....	39
Tableau 10. ....	39
<i>Tableau synthèse des stratégies d'adaptation de la littérature existante (selon les dimensions du MOH)</i> .....	39
Tableau 11. ....	40
<i>Caractéristiques des participants</i> .....	40
Tableau 12. ....	60
<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l'être)</i> .....	60
Tableau 13. ....	61
<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l'être)</i> .....	61
Tableau 14. ....	62

<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l’agir).....</i>	<i>62</i>
Tableau 15. ....	63
<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l’environnement) .....</i>	<i>63</i>
Tableau 16. ....	64
<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension du devenir).....</i>	<i>64</i>
Tableau 17. ....	65
<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (stratégies d’adaptation) .....</i>	<i>65</i>
Tableau 18. ....	66
<i>Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (stratégies d’adaptation et ressources) .....</i>	<i>66</i>
Tableau 19. ....	87
<i>Tableau présentant les éléments clés des articles sélectionnés pour la revue de la littérature ....</i>	<i>87</i>
Tableau 20. ....	95
<i>Tableau présentant les forces et les limites des articles sélectionnés pour la revue de la littérature</i>	

**LISTE DS FIGURES**

<i>Figure 1.</i> Traduction libre du modèle représentant le cycle émotionnel du déploiement militaire selon Logan (1987), Pincus et al. (2001) et Services aux familles militaires (2016) .....	7
<i>Figure 2.</i> Modèle de l'occupation humaine (Taylor, 2017) .....	15
<i>Figure 3.</i> Schéma illustrant la démarche de sélection des articles .....	24
<i>Figure 4.</i> Affiche de recrutement des participants.....	102
<i>Figure 5.</i> Certificat d'éthique à la recherche avec des êtres humains.....	103

## LISTE DES ABRÉVIATIONS

CÉRRIS	Centre d'études sur la réadaptation, le rétablissement et l'insertion sociale
COVID-19	Corona virus disease -19
CR-IUSMM	Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal
FAC	Forces armées canadiennes
MCRO	Modèle canadien du rendement occupationnel
MGCBF	Modèle de gestion de cas basé sur les forces
MOH	Modèle de l'occupation humaine
SSFC	Services de santé des Forces canadiennes

## RÉSUMÉ

**Problématique :** Les familles de militaires doivent composer avec le mode de vie militaire qui implique des relocalisations dans d'autres bases, les déploiements de courte ou longue durée du proche militaire et les potentiels risques associés à un déploiement en zone de combat. Cette réalité entraîne de nombreuses répercussions auxquelles ces familles doivent faire face au quotidien. Actuellement, plusieurs études internationales abordent cette problématique, mais peu ont été réalisées au Canada. Par ailleurs, à ce jour, un faible nombre d'ergothérapeutes œuvrent auprès des membres des Forces armées canadiennes. **But et objectifs :** Le but de ce projet d'essai est de valider et bonifier la littérature qui existe à ce jour sur les répercussions occupationnelles occasionnées par les déploiements militaires sur les familles de militaires. Trois objectifs découlent de ce but, soit de décrire et valider les répercussions occupationnelles selon un modèle de compréhension en ergothérapie, de dresser un portrait des stratégies d'adaptation utilisées par les familles et d'émettre des pistes d'intervention pour la pratique des ergothérapeutes. **Cadre conceptuel :** Le Modèle de l'occupation humaine est le modèle de compréhension utilisé pour soutenir l'analyse des résultats. **Méthodologie :** Ce projet d'essai a été réalisé en utilisant une étude descriptive qualitative. Une revue de la littérature et deux groupes de discussion ont été réalisés. Les résultats obtenus dans le cadre de la revue de la littérature ont été analysés à l'aide d'un tableau d'extraction et ceux des groupes de discussion selon une méthode d'analyse qualitative déductive. **Résultats :** Les déploiements militaires occasionnent des répercussions positives et négatives sur les familles de militaires. Par exemple, les rôles sont redéfinis, dont l'importance du rôle occupé par la mère, les routines et les responsabilités modifiées, les occupations signifiantes perturbées et l'équilibre occupationnel redéfini. L'environnement social est rapporté comme important durant les absences prolongées du militaire afin d'obtenir le soutien nécessaire. Toutefois, il a été rapporté, principalement par les conjointes, que le milieu de vie aura un impact positif ou négatif dépendamment de l'endroit et de la proximité des proches. Aussi, les familles ressentent une multitude d'émotions aux différentes étapes du déploiement. Ces absences permettent également le développement du leadership, de l'autonomie et de l'indépendance du conjoint civil et des enfants. Pour diminuer les enjeux occasionnés par le déploiement d'un proche, les familles de militaires utilisent plusieurs stratégies d'adaptation. Plusieurs ressources sont également disponibles pour les besoins ressentis par ces familles. **Discussion :** Les résultats obtenus dans le cadre des deux groupes de discussion ont permis de valider plusieurs retombées, vécues par les familles de militaires lors des déploiements d'un parent ou d'un conjoint militaire, qui avaient été soulevées dans la revue de la littérature. De plus, les résultats ont permis de bonifier et nuancer les répercussions rapportées dans la revue de la littérature. L'identité occupationnelle des conjointes et des enfants de militaires s'est modifiée et forgée à travers l'expérience des déploiements. En outre, ils ont appris à s'adapter, bien que les déploiements militaires occasionnent de multiples obstacles dans leur quotidien. Bien qu'en émergence, les ergothérapeutes, de par leur expertise occupationnelle, pourraient outiller les membres des familles de militaires à s'adapter plus facilement aux répercussions occupationnelles des déploiements militaires. **Conclusion :** Ce projet d'essai a permis de mieux comprendre le vécu des familles de militaires canadiens lors des déploiements et de fournir des pistes d'intervention pour la pratique des ergothérapeutes auprès de ces familles.

**Mots clés :** familles de militaires canadiens, déploiements militaires, Modèle de l'occupation humaine, répercussions occupationnelles et stratégies d'adaptation.

## ABSTRACT

**Problem:** Military families have to deal with the military lifestyle which involve relocations to other military base, short or long term deployments and the potential risks associated with deployment to a combat zone. This reality has many repercussions that these families face daily. Currently, several international studies address this subject, but few in Canada. In addition, a small number of occupational therapists work with members of the Canadian Armed Forces. **Purpose and objectives:** The purpose of the project is to validate and enhance the existing literature on the occupational impacts of military deployments on military families. The three objectives are to describe and validate the repercussions from the literature according to a comprehension model in occupational therapy, to elaborate a portrait of the coping strategies used by families and to identify avenues of intervention for occupational therapists. **Conceptual frame:** The Model of human occupation is the understanding model used to support the analysis of the results. **Methodology:** This project used a qualitative descriptive study. A review of the literature and two focus groups were carried out. The results obtained from the literature review were analyzed by using an extraction table and those from the focus groups by using a deductive qualitative analysis method. **Results:** Military deployments have positives and negatives impacts on military families. For example, roles are redefined including the importance of the mother's role, changed routines and responsibilities, disrupted meaningful occupations and redefined occupational balance. The social environment is reported to be important during prolonged military absences to gain the necessary support. However, it has been reported, mainly by spouses, that the living environment can have a positive or negative impact depending on the location and the proximity of relatives. Also, families felt a multitude of emotions at the different stage of the deployment. These absences also allow the development of leadership, autonomy and independence of the civil spouse and children. To reduce the repercussions caused by deployment of loved one, military families use several coping strategies. Several resources are also available for the needs felt by these families. **Discussion:** The results obtained during the focus groups validated several impacts experienced by military families during the deployments of a parent or military spouse which have been identified in the literature review. In addition, the results made it possible to improve and qualify the repercussions reported in the literature review. The occupational identity of military spouse and children has changed and forged through the experience of deployments. Furthermore, they have learned to adapt although military deployment pose multiples obstacles in their daily lives. Although emerging, occupational therapists, through their occupational expertise, could equip military family members to adapt more easily to the occupational repercussion of military deployments. **Conclusion:** This project helped to better understand the experiences of Canadian military families during military deployments and to provide avenues of intervention for the practice of occupational therapists with these families.

**Keywords:** Military families, military deployments, Model of human occupation, occupational repercussions and coping strategies.

## 1. INTRODUCTION/PROBLÉMATIQUE

Au cours des dernières décennies, trois grandes guerres, soit la Première Guerre mondiale (1914-1918), la Seconde Guerre mondiale (1939-1945) ainsi que la guerre de Corée (1950-1953) ont entraîné la participation de plus d'un million de militaires canadiens dans le monde dans le but de défendre la paix et la liberté (Anciens combattants Canada, s. d.). En effet, les militaires des Forces armées canadiennes (FAC) participent, depuis déjà un bon nombre d'années, à des missions nationales et internationales (Anciens combattants Canada, s. d.). Ces opérations sont des missions de sauvetage, d'urgence, d'aide humanitaire et de soutien de la paix, et ce, dans le but de protéger les intérêts de la population canadienne (Gouvernement du Canada, 2018). Ainsi, plusieurs militaires seront déployés au cours de leur carrière dans les FAC. Par exemple, la mission qui s'est déroulée en Afghanistan de 2001 à 2012 a engendré le déploiement de plus de 40 000 militaires canadiens (Boulos et Zamorski, 2013). Parmi ces militaires déployés, plusieurs avaient une famille faisant l'expérience, à leur façon, de l'absence temporaire et prolongée de leur proche ou d'une relocalisation de toute leur famille.

En effet, en 2017, les FAC regroupaient plus de 113 000 militaires et 138 114 membres de leurs familles, soit les conjoint(e)s, les enfants et les personnes à charge (Manser, 2018). Selon le rapport de Manser (2018), l'ensemble de cette communauté militaire représentait plus de 250 000 individus.

Comme les déploiements représentent une partie majeure de la vie militaire et que 138 114 individus représentent les membres des familles au sein de la communauté militaire, il est nécessaire de prendre en considération l'ampleur des répercussions occasionnées par ces déploiements sur les conjoint(e)s et les enfants (Daigle, 2013; Manser, 2018; Services aux familles militaires, 2016). Comme les militaires sont nombreux à être déployés au moins une fois au cours de leur carrière dans les FAC, il est donc très probable que leur famille doive s'adapter aux multiples changements occasionnés par la relocalisation ou par l'absence temporaire du conjoint (Services aux familles militaires, 2016). Ces familles traverseront, ce que nomme Logan (1987), le « cycle émotionnel du déploiement militaire » qui est présent à chacune des phases de celui-ci. Ce cycle sera abordé plus en profondeur dans l'état des connaissances.

Plusieurs études internationales se sont penchées sur les impacts qu'occasionnent les déploiements sur le/la conjoint(e) civil(e) et les enfants. Ces études ont permis de faire ressortir plusieurs répercussions dans le quotidien, dont celles-ci se retrouvent principalement au niveau des rôles occupés par la conjointe civile et les enfants durant l'absence du partenaire militaire en raison de la charge des responsabilités qui change (Bouthillette, 2018; Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Dans le même ordre d'idées, les enfants doivent occuper une charge des responsabilités plus grande pour venir en aide à leur mère (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017). Par ailleurs, cette charge plus imposante des responsabilités entraîne des changements au niveau de la routine, car la mère civile est maintenant seule pour gérer l'ensemble des responsabilités familiales tout en s'occupant de la gestion comportementale des enfants (Bouthillette, 2018; Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Également, les occupations se retrouvent affectées par les déploiements militaires, dont les loisirs personnels de la conjointe, mais également ceux des enfants (Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013). En outre, les séparations temporaires de ces familles avec le proche militaire perturbent l'équilibre familial en raison d'une réorganisation continuelle de celui-ci (Paley et al., 2013).

Parmi les études effectuées sur ce même sujet, des retombées négatives sur le bien-être familial ont également été rapportées. Une multitude d'émotions est vécue par le partenaire civil et les enfants lors du départ du proche militaire. Parmi ces émotions, l'anxiété et une augmentation significative du stress en sont des exemples qui ressortent dans la plupart des articles (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Ces défis émotionnels sont vécus à différentes phases du déploiement que ce soit avant le départ, durant celui-ci ou encore, au retour du proche (Logan, 1987; Pincus et al., 2001; Services aux familles militaires, 2016).

Il est donc possible de constater que plusieurs études internationales se sont concentrées sur les multiples impacts occasionnés par les déploiements sur les familles militaires, mais très peu ont étudié les impacts sur le plan occupationnel et la vie quotidienne des familles canadiennes. Deux mémoires canadiens abordent également cette problématique, soit celui de Bouthillette

(2018) à l'Université du Québec à Chicoutimi dans le cadre de la maîtrise en travail social. Ce mémoire porte en effet sur le vécu des conjointes durant les déploiements de leur conjoint militaire. Les trois objectifs de ce mémoire sont «1) documenter les sentiments éprouvés par les conjointes en ce qui a trait aux déploiements militaires, 2) identifier les conséquences des déploiements sur les différents aspects de la vie des conjointes et 3) dresser un portrait des principales stratégies d'adaptation utilisées par les répondantes pour faire face aux impacts des déploiements » (Bouthillette, 2018). L'auteure a étudié, plus particulièrement, les différentes sphères de la vie qui sont la vie conjugale, familiale, sociale ou professionnelle (Bouthillette, 2018). De plus, le deuxième mémoire est celui de Roberts (2008) de l'Université du Manitoba et également dans la même discipline. Ce mémoire porte, pour sa part, sur les effets du déploiement sur les familles militaires canadiennes en ce qui a trait à la façon dont les conjointes de militaires font l'expérience des déploiements dans le contexte familial, et ce, par l'exploration des facteurs de stress auxquels elles font face et les stratégies d'adaptation utilisées dans le quotidien (Roberts, 2008). Donc, il est possible de constater que les recherches sur les enjeux occasionnés par les déploiements sur les familles militaires canadiennes sont limitées et n'abordent pas spécifiquement les retombées dans une perspective occupationnelle et ergothérapique. Les informations à ce sujet proviennent principalement des FAC.

Cet essai de maîtrise se penchera donc sur les répercussions occasionnées par les déploiements sur les familles militaires canadiennes sur le plan de l'occupation et de la vie quotidienne dans le but de valider et bonifier la littérature existante. Cette présente étude sera divisée en différentes parties distinctes, soit l'état de connaissances, la présentation des objectifs de cette recherche, le cadre conceptuel, la méthodologie de recherche, les résultats obtenus, la discussion incluant les forces et les limites de l'étude et finalement, une conclusion. Une dernière partie regroupera les annexes : deux tableaux d'extraction regroupant les éléments clés des études sélectionnées ainsi que les forces et les faiblesses de celles-ci, le guide d'entrevue, le questionnaire sociodémographique, l'affiche de recrutement des participants ainsi que la preuve de la certification éthique obtenue par le comité éthique de l'Université du Québec à Trois-Rivières.

## 2. ÉTAT DES CONNAISSANCES

### 2.1. Être militaire

Les Forces armées canadiennes (FAC) sont composées de trois domaines, soit l'Armée canadienne, la Marine et l'Aviation royale du Canada (Gouvernement du Canada, 2021). Elles englobent la Force régulière et la Force de réserve (Services aux familles militaires, 2016). Les militaires œuvrant au sein de la Force régulière ont signé un contrat à temps plein (Rowan-Legg, 2017; Services aux familles militaires, 2016). Ils peuvent donc être relocalisés sur différentes bases ou encore, être déployés pour des opérations à travers le monde (Services aux familles militaires, 2016). En ce qui concerne la Force de réserve, elle regroupe des soldats civils, ce qui signifie qu'ils œuvrent dans les FAC à temps partiel, mais certains y travaillent aussi à temps plein. Ceux-ci n'ont pas d'obligations face à d'éventuels déploiements (Services aux familles militaires, 2016). Ils sont libres de choisir s'ils désirent participer de façon volontaire à une mission ou être relocalisés sur une autre base militaire (Rowan-Legg, 2017; Services aux familles militaires, 2016).

Selon le rapport spécial du Ministère de la Défense nationale, le mode de vie des familles militaires canadiennes se distingue des familles civiles selon trois caractéristiques qui sont la mobilité, la séparation et le risque (Daigle, 2013). En effet, les relocalisations sont fréquentes pour les familles militaires, dont 20% vivent sur une base militaire (Daigle, 2013; Services aux familles militaires, 2016). Les relocalisations sont spécifiquement déterminées par les FAC tout comme la durée de celles-ci et les militaires le savent habituellement quelques mois à l'avance (Daigle, 2013). En ce qui concerne la séparation, les familles militaires se retrouvent, à de multiples reprises, séparées de leur proche en raison des missions à l'international ou des formations nécessitant un déploiement militaire (Daigle, 2013; Services aux familles militaires, 2016). À ce jour, le gouvernement rapporte que près de 2000 militaires canadiens sont déployés, et ce, pour plusieurs opérations, soit plus d'une vingtaine d'opérations (Gouvernement du Canada, 2020a). Cette caractéristique fait partie intégrante de la vie militaire de ces familles et cette séparation peut être d'une durée variable pouvant aller jusqu'à 15 mois (Daigle, 2013). Il est toutefois important de mentionner qu'un déploiement n'implique pas nécessairement un déménagement. Finalement, le risque représente la troisième caractéristique importante de la vie militaire, car lors d'un

déploiement, les risques de blessures sont continuellement présents (Daigle, 2013). Le risque de décès, quant à lui, est présent lors des missions opérationnelles (Daigle, 2013).

Ainsi, la vie militaire entraîne son lot de difficultés pour ces familles qui doivent faire l'expérience de plusieurs déménagements, mais également de vivre avec l'absence temporaire de leur conjoint(e) en raison des déploiements militaires (Services aux familles militaires, 2016). La stabilité familiale est donc compromise et les familles doivent apprendre à s'adapter à travers les divers obstacles qui surviennent lors des déploiements (Rowan-Legg, 2017).

## **2.2. Les 5 phases du déploiement militaire**

Le déploiement militaire est « une affectation temporaire à l'extérieur de l'unité d'attache pendant plus de 30 jours » (Services aux familles militaires, 2016). Le déploiement est constitué, selon Pincus et al. (2001), de cinq phases, soit le prédéploiement, le déploiement, la phase de maintien, la phase de réintégration et le post-déploiement. Durant ces absences, les familles militaires vivent ce qui est appelé un « désordre émotionnel », puisqu'elles engendrent un stress significatif (Rowan-Legg, 2017; Services aux familles militaires, 2016). Ces phases sont également représentées dans le cycle émotionnel du déploiement présenté par Logan (1987).

La phase de prédéploiement débute au moment où des ordres sont remis au personnel militaire concernant un déploiement futur (Pincus et al., 2001). La durée de cette première phase peut être variable (Pincus et al., 2001). Elle se caractérise par la planification nécessaire en vue de la préparation au départ (Pincus et al., 2001). Les familles doivent faire face à de multiples émotions, dont l'anticipation de la perte, de l'isolement et un détachement se fait sentir au sein de la famille (Logan, 1987; Pincus et al., 2001; Services aux familles militaires, 2016).

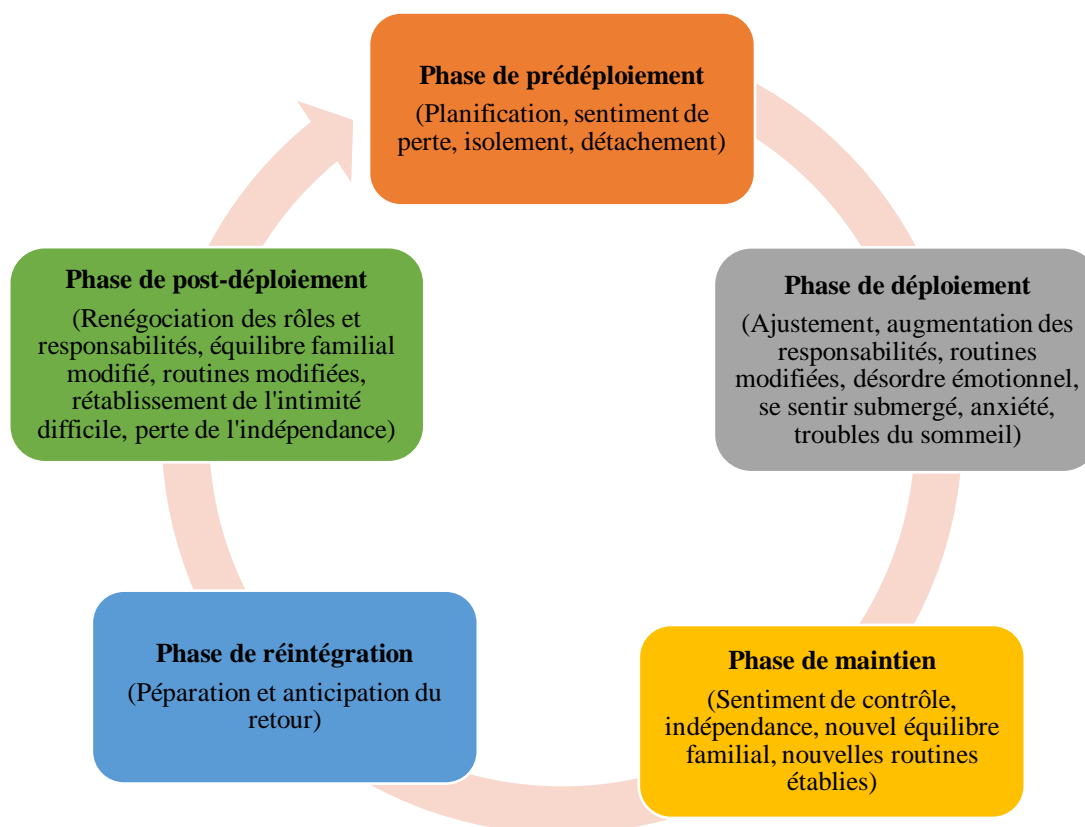
La phase de déploiement débute le jour où le militaire quitte son domicile et englobe l'ensemble du premier mois où celui-ci sera absent (Pincus et al., 2001). Elle implique une modification de la routine pour la conjointe civile et les enfants, puisqu'il y a une augmentation de la charge des responsabilités étant donné qu'il y a une personne en moins pour les réaliser (Pincus et al., 2001). Selon Logan (1987), une désorganisation émotionnelle est vécue par les membres de la famille au cours de cette phase, car ils se sentent dépassés par les multiples responsabilités qui s'ajoutent à celles déjà en place. Ils ressentent aussi de la solitude, puisque leur proche n'est plus présent (Logan, 1987). De plus, le niveau d'anxiété augmente, ce qui peut mener à une éventuelle

dépression chez les conjoint(e)s civiles (Pincus et al., 2001; Services aux familles militaires, 2016). En outre, des troubles du sommeil peuvent se développer autant chez les conjoint(e)s que les enfants (Pincus et al., 2001; Services aux familles militaires, 2016).

La phase de maintien, quant à elle, débute lors du 2<sup>e</sup> mois d'absence et couvre une partie du déploiement, soit jusqu'aux trente derniers jours (Pincus et al., 2001). À cette phase, de nouvelles routines et un nouvel équilibre familial sont établis, ce qui permet aux familles de se sentir de plus en plus en contrôle dans leur quotidien (Logan, 1987).

La phase de réintégration survient durant le mois précédant le retour du militaire (Pincus et al., 2001). Elle représente la phase de préparation et d'anticipation face au retour du proche militaire qui a été absent durant un long moment (Pincus et al., 2001). En outre, de l'appréhension se fait ressentir face au retour de celui-ci (Logan, 1987; Pincus et al., 2001; Services aux familles militaires, 2016).

La phase de post-déploiement débute au retour du militaire et celle-ci peut durer jusqu'à 120 jours (Logan, 1987). Cette phase implique une renégociation des rôles et des responsabilités entre le proche militaire et sa famille à la suite de son retour (Pincus et al., 2001). De plus, il est possible qu'il soit plus difficile de rétablir l'intimité au sein du couple (Pincus et al., 2001). Par ailleurs, il n'est pas rare que le parent civil et les enfants ressentent une perte de l'indépendance qu'ils ont gagnée durant l'absence du proche militaire (Services aux familles militaires, 2016). L'équilibre familial établi durant le déploiement est modifié à nouveau et de nouvelles routines sont établies au sein de la famille en raison du retour du militaire (Pincus et al., 2001; Services aux familles militaires, 2016). La figure 1 représente le cycle émotionnel du déploiement militaire selon ces auteurs et il est inspiré du schéma présenté dans le mémoire de Bouthillette (2018).



*Figure 1.* Traduction libre du modèle représentant le cycle émotionnel du déploiement militaire selon Logan (1987), Pincus et al. (2001) et Services aux familles militaires (2016)

### 2.3. Défis émotionnels vécus durant les déploiements<sup>1</sup>

Lorsqu'un militaire est déployé pour une mission, des impacts significatifs se font ressentir sur le plan émotionnel pour le/la conjoint(e) et les enfants qui demeurent à la maison. Le/la conjoint(e) pourrait ressentir une gamme d'émotions liée à l'absence de son conjoint (Bouthillette, 2018; Paley et al., 2013; Wilson et Murray, 2016). L'impatience est également rapportée par les participantes de l'étude de Bouthillette (2018).

<sup>1</sup> Une démarche plus rigoureuse de recherche a permis de sélectionner les articles présents dans cette partie de l'état de connaissances. Celle-ci sera présentée dans la section de la méthodologie et des résultats.

De façon plus spécifique, en ce qui concerne les enfants, les résultats des différentes études sur le sujet rapportent que ceux-ci pourraient développer des difficultés à gérer leurs propres émotions, des difficultés académiques, des crises de colère, de la peur, des troubles du sommeil et un niveau élevé de stress et d'anxiété (Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017). L'étude américaine de Mmari et al. (2009) fait également ressortir ces mêmes résultats. En outre, il a été rapporté par Paley et al. (2013) un lien d'attachement entre le parent militaire et l'enfant qui peut être compromis au retour du déploiement.

Les enfants ne sont pas les seuls à éprouver des défis émotionnels, la conjointe civile également. En effet, celle-ci doit s'occuper d'une charge plus importante des responsabilités familiales (Aducci et al., 2011; Paley et al., 2013; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016). Elles ressentent de la tristesse et de l'isolement, en plus, de ressentir un manque face au soutien de leur conjoint déployé (Roberts, 2008). De surcroît, les résultats de l'étude de Warner et al. (2009), dont 295 épouses de militaires démontrent que près de la moitié de celles-ci ressentaient des symptômes de dépression. Aussi, il a été rapporté que la phase de prédéploiement ainsi que les déploiements répétés engendraient une augmentation du niveau de stress au sein des membres de la famille (Warner et al., 2009).

En conséquence, les phases d'un déploiement sont vécues différemment par chacun des membres de la famille du militaire et les deux émotions principales ressenties rapportées sont le stress et l'anxiété.

## **2.4. Retombées quotidiennes occasionnées par les déploiements<sup>2</sup>**

### **2.4.1. La routine et les responsabilités**

De façon spécifique, les retombées correspondraient à une augmentation de la charge et des responsabilités pour les membres civils de la famille du militaire (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Misra et Singh, 2014; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Les routines doivent être changées au départ et au retour du conjoint (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013).

---

<sup>2</sup> Une démarche plus rigoureuse de recherche a permis de sélectionner les articles présents dans cette partie de l'état de connaissances. Celle-ci sera présentée dans la section de la méthodologie et des résultats.

Ainsi, ces études démontrent que les déploiements entraînent un changement au niveau des routines qui s'expliquent par les responsabilités qui sont augmentées par l'absence d'un membre de la famille.

#### **2.4.2. Les rôles**

Au niveau des rôles, l'impact majeur rapporté parmi les différentes études est celui d'un changement au niveau du rôle de la conjointe et celui des aînés d'une famille militaire. En effet, la conjointe se retrouve à assumer l'ensemble des rôles, soit le sien et celui de son conjoint (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Les participants de l'étude indienne de Misra et Singh (2014) qualifient la mère de figure familiale durant le déploiement. Les aînés, quant à eux, se retrouvent à s'occuper des enfants plus jeunes dans la famille (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017).

#### **2.4.3. Les activités de la vie quotidienne**

Les activités de la vie quotidienne sont aussi perturbées par les déploiements, et ce, autant pour le parent civil que pour les enfants. Les résultats de l'étude américaine de Mmari et al. (2009) ont rapporté une augmentation des difficultés académiques pour les enfants et les adolescents, puisqu'ils n'ont plus l'aide de leur parent militaire qui s'occupait de leurs devoirs. Les auteurs américains Paley et al. (2013) ainsi que l'étude canadienne de Skomorovsky et Bullock (2017) confirment également ce résultat. Les loisirs personnels se retrouvent aussi perturbés, car les enfants ont moins de temps à y consacrer compte tenu des nouvelles tâches familiales et ils ont une diminution de leurs activités extrascolaires (Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017). Les conjointes civiles doivent, elles aussi, diminuer leurs loisirs personnels et parfois même, modifier leurs horaires de travail pour s'assurer que les enfants ne seront pas seuls (Werner et Shannon, 2013). Les loisirs familiaux sont augmentés selon l'étude canadienne de Werner et Shannon (2013) et la métasynthèse de Wilson et Murray (2016). L'étude phénoménologique de Roberts (2008) corrobore également avec ces résultats.

Ainsi, ces études permettent de démontrer que les déploiements militaires ont également des impacts sur la réalisation des activités quotidiennes au sein de la famille comme au niveau des loisirs et de l'emploi. Bien que les études n'aient pas spécifiquement étudié les occupations

significatives, il est possible de se questionner sur la possibilité de relier ces activités à des occupations significatives.

## **2.5. Stratégies d'adaptation<sup>3</sup>**

Lors des déploiements militaires, les familles militaires font face aux répercussions occasionnées par ceux-ci dans leur quotidien tout comme le démontre la section précédente. Afin d'y faire face et de limiter ces répercussions, plusieurs stratégies d'adaptation ressortent de la littérature. Celle-ci nomme, entre autres, des stratégies en lien avec le quotidien des familles militaires lors des déploiements comme l'établissement de nouvelles routines (Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017). Le maintien de la normalité au sein de la routine familiale est aussi une stratégie qui est soulevée dans la littérature (Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013). Par ailleurs, le développement de nouvelles passions et de nouveaux intérêts a été rapporté par des études abordant ce sujet (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016). D'autres stratégies mentionnées dans la littérature sont davantage orientées au niveau psychologique, par exemple, avoir une pensée positive (Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016). En outre, accepter les situations et réévaluer celles-ci par la relativisation sont aussi des exemples rapportés dans la littérature (Bouthillette, 2018). Une autre catégorie de stratégies est celle des stratégies d'adaptation orientées autour de l'environnement social. Une des stratégies est celle de favoriser la proximité avec les proches durant l'absence du militaire (Paley et al., 2013). Le temps familial est également une stratégie soulevée dans la littérature (Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013). Finalement, un autre exemple est celui des groupes de soutien qui est rapporté comme une stratégie d'adaptation utilisée par les familles de militaires (Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017; Wilson et Murray, 2016).

Ainsi, les études montrent que les familles tentent de s'adapter aux retombées des déploiements par la mise en place de différentes stratégies d'adaptation durant l'absence du proche militaire.

---

<sup>3</sup> Une démarche plus rigoureuse de recherche a permis de sélectionner les articles présents dans cette partie de l'état de connaissances. Celle-ci sera présentée dans la section de la méthodologie et des résultats.

## **2.6. Rôle de l'ergothérapeute auprès des familles militaires**

Au sein des FAC, les ergothérapeutes travaillent principalement auprès des membres militaires actifs et des vétérans dans le but de les aider à retrouver leur autonomie dans la réalisation de leurs occupations significatives, dans leur bien-être, mais également en ce qui concerne le retour au travail (Association canadienne des ergothérapeutes [ACE], 2017; Gouvernement du Canada, 2019). Actuellement, dix ergothérapeutes travaillent dans les FAC, soit « huit ergothérapeutes travaillent dans les cliniques des Services de santé des Forces canadiennes (SSFC) et deux au quartier général du Groupe des Services de santé des Forces canadiennes (Gp Svc S FC) » (Gouvernement du Canada, 2020b). Selon Rostek (2020), il serait nécessaire de poursuivre les études à ce sujet, afin de soutenir l'élargissement du rôle de l'ergothérapeute dans les FAC auprès de cette clientèle. Par ailleurs, les FAC ont, comme projets futurs, de développer davantage le service offert pour les familles militaires selon la Défense nationale (2017). Ainsi, pour le moment, les ergothérapeutes œuvrant dans les FAC n'ont pas un rôle spécifique en ce qui a trait à l'intervention auprès des membres des familles militaires, mais il y aurait tout intérêt à développer ce volet compte tenu des compétences et des connaissances des ergothérapeutes.

## **2.7. Constats de l'état des connaissances**

Plusieurs constats ressortent de cet état des connaissances. Premièrement, les déploiements militaires peuvent être multiples au cours d'une carrière militaire et ils entraînent plusieurs impacts sur les plans émotionnel et occupationnel des familles qui en font l'expérience. Diverses émotions sont aussi vécues à travers les différentes phases du déploiement. Deuxièmement, les familles doivent faire face à de multiples enjeux au niveau de la routine, des rôles familiaux, des responsabilités, de l'équilibre familial et de la dynamique familiale qui sont occasionnés par les déploiements militaires. Ces retombées n'ont toutefois pas été qualifiées, par les articles, de retombées occupationnelles ce qui démontre la pertinence d'aborder cette problématique sous un angle occupationnel. Troisièmement, plusieurs articles internationaux ont documenté ces enjeux occasionnés par ces absences sur les familles militaires, mais peu d'études canadiennes traitent principalement de ce sujet. Deux mémoires canadiens, dans le cadre de la maîtrise en travail social, traitent de ce sujet (Bouthillette, 2018; Roberts, 2008). Il y a donc une pertinence à étudier ce sujet plus en profondeur au niveau des familles canadiennes. Quatrièmement, peu d'ergothérapeutes travaillent au sein des FAC et principalement auprès des militaires. Cette situation démontre la

pertinence professionnelle d'aborder cette problématique et de réfléchir aux rôles des ergothérapeutes auprès des familles. Ainsi, ce présent essai de maîtrise traitera du vécu et des retombées sur le plan occupationnel des déploiements militaires sur les familles militaires canadiennes.

### **3. BUT ET OBJECTIFS DE RECHERCHE**

Ce présent essai de maîtrise a pour but principal de valider et bonifier la littérature existante sur les répercussions occasionnées par les déploiements sur les familles militaires canadiennes et en particulier, sur les répercussions occupationnelles. Les trois objectifs spécifiques sont les suivants :

1. Décrire et valider les retombées décrites dans la littérature et les bonifications selon un modèle de compréhension occupationnel de l'être humain (habituatation, volition, capacité de rendement, occupations significatives, équilibre occupationnel, environnement social, environnement physique, adaptation occupationnelle et identité occupationnelle) vécues au quotidien par des familles de militaires canadiens lors de déploiements.
2. Dresser un portrait plus exhaustif et intégré dans un modèle de compréhension en ergothérapie des stratégies utilisées dans la vie quotidienne par ces familles militaires canadiennes pour diminuer les enjeux occasionnés par les déploiements.
3. Émettre des recommandations sur les rôles et les cibles d'intervention des ergothérapeutes œuvrant auprès des familles de militaires canadiens.

## **4. CADRE CONCEPTUEL**

Dans le cadre de ce projet de maîtrise, le Modèle de l'occupation humaine (MOH) de Gary Kielhofner (1980) sera utilisé pour expliquer les retombées occupationnelles soulevées par les familles militaires canadiennes et soutenir l'analyse en abordant des concepts fondamentaux de ce modèle. Voici les concepts qui seront principalement définis : l'habitation, la volition, la capacité de rendement, les occupations significantes, l'équilibre occupationnel, l'environnement social, l'environnement physique, l'adaptation occupationnelle ainsi que l'identité occupationnelle. Ces concepts et ce modèle constitueront le cadre conceptuel de ce projet de recherche.

### **4.1. Modèle de l'occupation humaine (MOH)**

Le MOH aborde l'être humain en le conceptualisant selon trois dimensions, soit la volition, l'habitation ainsi que la capacité de rendement. La volition englobe trois concepts importants qui sont les déterminants personnels, les valeurs d'un individu ainsi que ses intérêts. L'habitation, pour sa part, regroupe ce qui permet à un individu d'être structuré, dont ses habitudes ou routines et ses rôles. La capacité de rendement représente la capacité d'une personne à effectuer une occupation selon des composantes objectives physiques et mentales ainsi que son expérience subjective (Taylor, 2017).

Ce modèle propose trois dimensions de l'agir d'une personne : la participation occupationnelle, le rendement et les habiletés. La participation occupationnelle se définit par l'engagement d'une personne à travers une occupation de la vie quotidienne et qui représente un désir pour elle ou une nécessité à son bien-être. Le rendement est une séquence d'actions permettant l'exécution d'une forme occupationnelle et les habiletés représentent les actions observables de la personne. Ces habiletés sont classées selon trois types, soit les habiletés motrices, les habiletés opératoires et les habiletés de communication et d'interaction (Taylor, 2017).

L'environnement est également un concept important de ce modèle. Il englobe deux dimensions, soit les environnements physique et social. Ceux-ci exerceront une influence sur la participation occupationnelle, car ces environnements procurent des ressources et des opportunités aux individus, mais peuvent également créer des contraintes et imposer des exigences (Taylor, 2017).

Ce modèle mène à une adaptation occupationnelle dans laquelle les individus vont évoluer, changer et s'adapter. À travers leur adaptation constante, ils modifieront leur identité occupationnelle qui leur est propre et se sentiront de plus en plus compétents en développant leur compétence occupationnelle. Ainsi, l'adaptation occupationnelle permettra d'obtenir un équilibre entre les caractéristiques de la personne, les dimensions de l'agir et l'environnement (Taylor, 2017).

À travers ce modèle, il est donc possible de faire ressortir les concepts primordiaux abordés dans le cadre de ce projet, soit : les rôles, les routines, la volition, la capacité de rendement, les occupations significatives, l'équilibre occupationnel, l'environnement social, l'environnement physique, l'adaptation occupationnelle ainsi que l'identité occupationnelle. Ces concepts seront définis plus en profondeur dans la section 4.2.

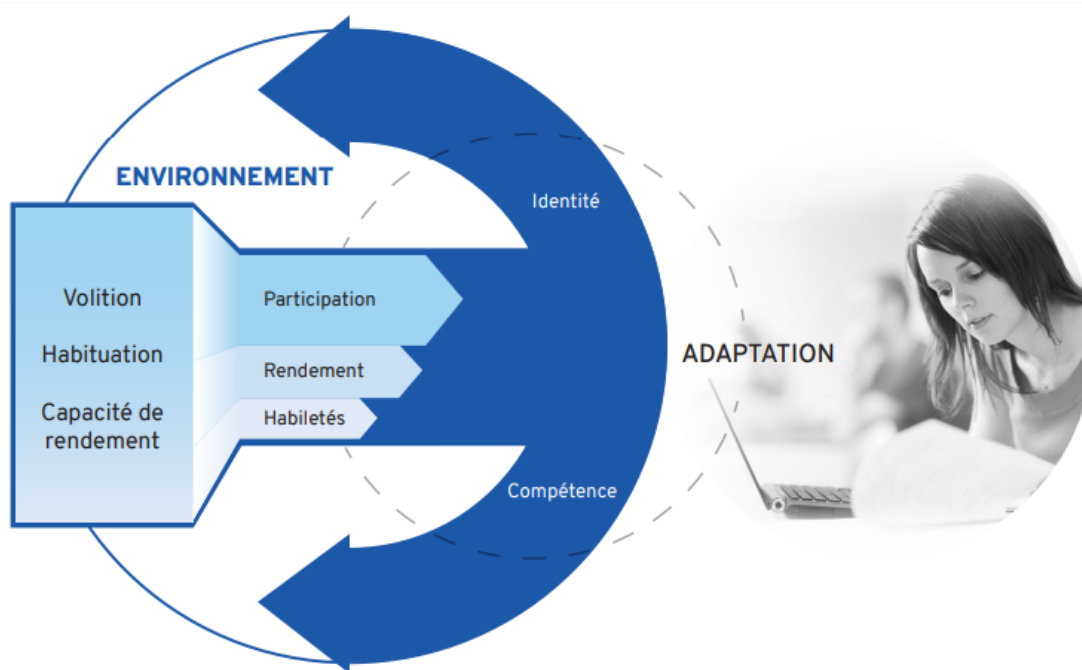


Figure 2. Modèle de l'occupation humaine (Taylor, 2017)

#### 4.2. Concepts fondamentaux en ergothérapie

Ces concepts fondamentaux en ergothérapie font partie du MOH, comme mentionné précédemment, mais certains font également partie d'un autre modèle en ergothérapie, soit le

modèle « Vivez bien votre vie » de Moll et al. (2015b). Ce modèle aidera à présenter la définition de certains concepts ergothérapeutiques.

#### **4.2.1. L'habituatation**

##### *4.2.1.1. Les rôles*

Le rôle occupationnel se réfère aux droits, aux obligations ainsi qu'aux modèles de comportements attendus pour chacun des individus (Taylor, 2017). Ceux-ci concernent, par ailleurs, un ensemble d'activités ou d'occupations du quotidien et ils sont également associés à des rôles sociaux et culturels (Hillman et Chaparro, 1995).

Le Modèle de l'occupation humaine de Kielhofner (1980) aborde également le concept des rôles. Pour cet auteur, l'individu intériorisera des rôles à la suite des interactions avec son propre environnement social (Taylor, 2017). Ces rôles serviront de modèle aux attitudes et aux comportements de celui-ci tout en ayant une influence sur son sens identitaire (Taylor, 2017). Les individus peuvent donc s'attribuer des rôles comme celui de parent, d'étudiant, de travailleur et bien d'autres. Toutefois, il est important de mentionner que les rôles sont flexibles au cours du temps et ils peuvent être modifiés (Taylor, 2017).

##### *4.2.1.2. Les routines*

De façon plus spécifique au domaine de l'ergothérapie, le modèle ergothérapeutique « Vivez bien votre vie » de Moll et al. (2015b) définit les routines à travers un concept qui est « l'utilisation du temps et horaire de vie ». En fait, dans ce modèle, les routines incluent les rituels et les habitudes de chaque personne à travers leur quotidien (Moll et al., 2015b). Étant donné qu'elles sont changeantes à travers le temps et qu'elles peuvent être modifiées, il est important que celles-ci soient flexibles pour s'ajuster à ces imprévus qui peuvent survenir dans la vie quotidienne (Moll et al., 2015b). Ce modèle qualifie également les routines comme pouvant être « une source de stabilité, de familiarité et de prévisibilité » (Moll et al., 2015b).

Par ailleurs, Kielhofner (1980) aborde, lui aussi, les routines et les habitudes à travers le MOH. Les routines sont, en fait, des actions qui sont répétées à de multiples reprises par une personne et qui deviendront des automatismes pour elle. Les routines permettent ainsi aux individus de maintenir une constance dans leur quotidien (Taylor, 2017). En outre, les routines et les habitudes peuvent changer et se modifier lorsque des changements internes et au niveau de

l'environnement surviennent (Taylor, 2017). Les automatismes des routines peuvent être rigides ce qui peut occasionner des difficultés au niveau de l'adaptation aux changements (Kielhofner, 1980). Il est donc important de maintenir une flexibilité au sein des routines pour que les individus puissent facilement les modifier.

#### **4.2.2. La volition**

La volition est composée de trois éléments qui sont les déterminants personnels, les intérêts et les valeurs d'un individu.

##### *4.2.2.1. Les déterminants personnels*

Les déterminants personnels, selon le MOH, sont la façon dont un individu perçoit sa capacité personnelle et son auto-efficacité dans son quotidien ainsi que dans les différentes sphères de sa vie (Taylor, 2017). Les pensées et les sentiments de celui-ci face à ses capacités personnelles et à son efficacité forment un ensemble dynamique qui est associé aux déterminants personnels (Taylor, 2017).

##### *4.2.2.2. Les intérêts*

Selon Taylor (2017), les intérêts d'un individu, à travers le MOH, sont les activités qu'il fait et dont il ressentira de la satisfaction et du plaisir. Il ressentira une attirance face à ses activités (Taylor, 2017).

##### *4.2.2.3. Les valeurs*

Les valeurs sont définies dans le Larousse de cette façon : « ce qui est posé comme vrai, beau, bien, d'un point de vue personnel ou selon les critères d'une société et qui est donné comme un idéal à atteindre, comme quelque chose à défendre » (Larousse, s. d.). Selon le MOH, un individu sera en mesure d'exprimer ses valeurs en fonction de ce qu'il pense être bon ou mauvais ou sur la façon de faire certaines choses (Taylor, 2017). Les valeurs d'un individu peuvent engendrer un sentiment d'obligation, car celles-ci peuvent être associées à des émotions comme un sentiment de sécurité, d'importance, d'accomplissement ou d'appartenance (Taylor, 2017).

Le processus volitionnel, selon Kielhofner, est un processus dynamique qui englobe quatre concepts, soit l'anticipation, les choix, l'expérience et l'interprétation (Taylor, 2017). Ainsi, un individu sera en mesure d'anticiper ses actions par ses valeurs, ses intérêts et par la façon dont il se perçoit (Taylor, 2017). Ses choix lui permettront de forger son quotidien et influenceront les

événements qui surviendront tout au long de sa vie (Taylor, 2017). La volition aura aussi un impact sur la façon dont cet individu fera l'expérience d'une situation ou d'une occupation, mais aussi sur la manière dont il interprétera celle-ci (Taylor, 2017).

#### **4.2.3. La capacité de rendement**

Tel que mentionné précédemment, la capacité de rendement, dans le MOH, englobe deux composantes, soit la composante objective et l'expérience subjective. La composante objective représente la capacité d'une personne à effectuer une occupation selon des composantes objectives, au niveau physique et mental (Taylor, 2017). Ces composantes, telles que les habiletés cognitives et les différents systèmes, dont les systèmes musculosquelettique, neurologique et cardiopulmonaire se rapportent au corps. Ces composantes auront une influence sur la performance d'un individu dans la réalisation de ses occupations quotidiennes (Taylor, 2017).

L'expérience subjective est l'expérience de connaître son environnement par son propre corps (Taylor, 2017). Le ressenti se nomme le « corps vécu » et il correspond à la manière dont un individu va ressentir le fait de prendre part à une occupation (Taylor, 2017). Celui guidera son rendement. Cette expérience aura, tout comme la composante objective, un impact sur la performance d'un individu (Taylor, 2017).

#### **4.2.4. Participation occupationnelle (occupations et activités significantes)**

L'occupation fait référence à l'ensemble des activités et des tâches qu'une personne effectue quotidiennement comme les soins personnels, les loisirs, le travail ou le bénévolat. Chacune individu accordera de l'importance et une signification particulière aux occupations qu'il effectuera (Townsend et Polatajko, 2013, p.444).

L'occupation peut être réalisée à court terme, mais peut également être quelque chose qu'une personne accomplira tout au long de sa vie (Müllersdorf et Ivarsson, 2009). Par ailleurs, il a été rapporté qu'une occupation se réalise dans plusieurs contextes, soit dans un contexte en général ou encore, dans des contextes plus spécifiques. Chaque individu réalisera une occupation selon trois raisons, soit par importance vitale, pour le plaisir ou pour des raisons sociales (Müllersdorf et Ivarsson, 2009). Finalement, Müllersdorf et Ivarsson (2009) rapportent qu'une occupation peut être réalisée de façon consciente lorsqu'il y a une intention derrière celle-ci ou de façon inconsciente, par exemple, si l'occupation de l'individu est devenue un automatisme.

Selon Kielhofner (2008, p.5), « l'occupation représente le travail, les loisirs ou les activités de la vie quotidienne selon un cadre qui est temporel et physique, mais aussi selon un contexte socioculturel » [traduction libre]. Par ailleurs, selon le modèle de Kielhofner, la participation occupationnelle fait référence à l'engagement d'une personne à travers une occupation qui lui procure un sentiment de bien-être et de satisfaction. Cette participation fait partie des dimensions de l'agir de la personne qui regroupe aussi le rendement et les habiletés d'une personne dans la réalisation de chacune de ses occupations (Taylor, 2017).

#### **4.2.5. Équilibre occupationnel**

Ce concept est apparu en ergothérapie par Meyer dans les années 1922 (Wilcock et al., 1997). Un équilibre devrait se retrouver au sein des trois dimensions du Modèle canadien du rendement occupationnel (MCRO), soit au niveau des soins personnels, de la productivité et des loisirs (Law et al., 1994). Ainsi, le fait d'avoir un équilibre occupationnel qui est satisfaisant pour une personne serait corrélé de façon significative à la santé de celle-ci, selon Wilcock (1997).

De plus, il est possible de définir ce concept d'équilibre occupationnel en s'inspirant de la définition émise par le modèle « Vivez bien votre vie » de Moll et al. (2015b). L'équilibre prend en considération la quantité d'activités qu'une personne effectue quotidiennement. En fait, la quantité et le degré de variation dans les activités d'un individu lui permettront d'obtenir un équilibre qui est plus optimal, surtout si ce qu'il désire accomplir et ce qu'il fait réellement dans son quotidien sont équilibrés (Moll et al., 2015b). L'atteinte d'un équilibre de vie aura des répercussions positives sur le bien-être et la santé des individus (Moll et al., 2015b).

De façon plus spécifique, l'équilibre occupationnel est un concept subjectif à chacun et se définit pour Wagman (2012) comme la « quantité adéquate d'occupations et la bonne variation de celles-ci selon les différents domaines de l'occupation » [Traduction libre].

#### **4.2.6. Dimension de l'environnement (social et physique)**

Dans le MOH, la dimension de l'environnement regroupe les environnements physique, social et occupationnel et ceux-ci se situent à trois niveaux, soit le niveau immédiat (domicile, l'établissement scolaire et le milieu de travail), le niveau local qui est un niveau supérieur (le voisinage et la communauté) et le dernier niveau supérieur qui est le contexte global incluant l'ensemble de la société (Taylor, 2017). Ce projet de maîtrise se penchera sur les environnements

social et physique. L'environnement social concerne les relations sociales d'un individu, la qualité de ses interactions avec les autres ainsi que les attitudes de la communauté et de la société (Taylor, 2017). L'environnement physique fait référence, quant à lui, aux espaces naturels et aux bâtiments physiques dans lesquels l'individu effectuera ses occupations quotidiennes en plus d'inclure les objets physiques (Taylor, 2017). L'environnement procure des ressources et des opportunités à un individu, mais peut également engendrer des demandes et des contraintes que l'individu devra gérer lorsqu'il réalisera ses occupations dans son quotidien (Taylor, 2017).

#### **4.2.7. Adaptation occupationnelle**

L'adaptation est la façon dont un individu, au cours de sa vie, va s'ajuster, s'adapter et évoluer (Taylor, 2017). Dans le MOH, l'adaptation occupationnelle d'un individu permettra à celui-ci de se construire une identité occupationnelle satisfaisante et de développer une compétence occupationnelle (Taylor, 2017). Ainsi, l'objectif est que l'individu soit en mesure de s'adapter de façon constante en prenant en considération ses habitudes, ses rôles, ses occupations significatives, et ce, afin de maintenir une satisfaction qui corrobore avec ses intérêts et ses valeurs (Taylor, 2017).

##### *4.2.7.1. Identité occupationnelle*

L'identité occupationnelle constitue une composante de l'adaptation occupationnelle qui a été définie précédemment. L'identité occupationnelle d'un individu englobe à la fois sa volition, son habitude et son expérience subjective (Taylor, 2017). Un individu, à travers la réalisation de ses différentes occupations, développera et forgera sa propre identité occupationnelle (Taylor, 2017). Ainsi, les expériences vécues qui forment l'identité occupationnelle d'un individu permettront de mieux comprendre la personne et la direction qu'elle souhaite prendre pour son futur (Taylor, 2017).

## 5. MÉTHODOLOGIE DE RECHERCHE

Dans le cadre de cet essai de maîtrise, la méthodologie proposée s'appuiera sur la littérature existante et la réalisation de deux groupes de discussion focalisée avec des membres de familles militaires canadiennes, afin de valider, bonifier et conceptualiser les retombées et les stratégies de ces familles lors des déploiements militaires selon le Modèle de l'occupation humaine.

### 5.1. Devis de recherche

Le devis utilisé dans le cadre de cette recherche sera une étude descriptive qualitative. En effet, ce type de devis permet de décrire un phénomène de façon sommaire (Fortin et Gagnon, 2016).

### 5.2. Réalisation de la revue de la littérature

#### 5.2.1. Collecte des données

Pour ce qui est de la collecte des données pour la réalisation de la revue de la littérature selon le modèle MOH, quatre bases de données ont été utilisées. La base de données *Academic Search Complete* a été sélectionnée puisqu'elle cible les domaines des sciences humaines. Ensuite, la base de données PsycINFO a été choisie pour son aspect psychologique qui permettra de couvrir les impacts psychologiques du déploiement. Une autre base de données sélectionnée est *Psychological and Behavioral Sciences Collection* pour cibler d'autres articles sur les impacts et les changements comportementaux et émotionnels des familles lors du déploiement. Finalement, la base de données SocINDEX a été choisie, car elle est propre à la sociologie et elle permet d'obtenir un plus grand nombre d'articles ciblant les impacts du déploiement dans le contexte des familles militaires. Celle-ci a été recommandée à la suite d'une discussion avec l'une des bibliothécaires de l'université qui s'occupe principalement du département d'ergothérapie. Les mots clés utilisés pour la recherche sont les suivants : *(famil\* OR child\* OR spouse) AND (deployment) AND (military OR veterans OR armed forces) AND (effects OR impact OR experience)*.

Certains critères ont été appliqués afin de limiter la recherche de données probantes, soit une limitation au niveau de la date de publication afin de sélectionner des articles ayant été publiés dans les dix dernières années (2010 à 2020). Un critère au niveau de la langue a été également appliqué afin d'obtenir des articles écrits en français ou en anglais qui sont les deux langues

maîtrisées par l'étudiante-chercheuse. Lors de la recherche de données probantes dans les bases de données, une recherche détaillée par sujet a été sélectionnée. Les thèmes sélectionnés sont *military family* et *deployment* afin de centrer la recherche sur ce sujet. La recherche d'articles a été effectuée selon des critères de sélection préalablement déterminés. Les critères d'inclusion sont : les études portant sur les impacts d'un déploiement sur les familles militaires et les études en français ou en anglais. Le critère d'exclusion est les études portant uniquement sur les interventions auprès des familles militaires. Les tableaux qui suivent représentent la démarche de recherche des données probantes ainsi que le nombre d'articles obtenus.

Tableau 1.  
*Démarche de recherche dans la base de données Academic Search Complete*

Combinaisons	Mots-clés	Nombre résultats
S1	Famil* OR child* OR spouse	3 099 736
S2	Deployment	56 164
S3	Military OR veterans OR armed forces	709 118
S4	Effects OR impact OR experience	6 866 597
S5	S1 AND S2 AND S3 AND S4	816
S6	S5, limite de date, recherche détaillée par sujet <i>families of military personnel</i> et <i>deployment (military strategy)</i>	56

Tableau 2.  
*Démarche de recherche dans la base de données PsycINFO*

Combinaisons	Mots-clés	Nombre résultats
S1	Famil* OR child* OR spouse	1 224 494
S2	Deployment	9 172
S3	Military OR veterans OR armed forces	86 694
S4	Effects OR impact OR experience	1 791 955
S5	S1 AND S2 AND S3 AND S4	1 218
S6	S5, limite de date, recherche détaillée par sujet <i>military family</i> et <i>military deployment</i>	88

Tableau 3.  
*Démarche de recherche dans la base de données Psychological and Behavioral Sciences Collection*

Combinaisons	Mots-clés	Nombre de résultats
S1	Famil* OR child* OR spouse	299 752
S2	Deployment	1 686
S3	Military OR veterans OR armed forces	32 872
S4	Effects OR impact OR experience	322 696
S5	S1 AND S2 AND S3 AND S4	189
S6	S5, limite de date, recherche détaillée par sujet <i>families of military personnel et deployment (military strategy)</i>	22

Tableau 4.  
*Démarche de recherche dans la base de données SocINDEX*

Combinaisons	Mots-clés	Nombre de résultats
S1	Famil* OR child* OR spouse	580 944
S2	Deployment	5 044
S3	Military OR veterans OR armed forces	80 745
S4	Effects OR impact OR experience	554 696
S5	S1 AND S2 AND S3 AND S4	275
S6	S5, limite de date, recherche détaillée par sujet <i>families of military personnel et deployment (military strategy)</i>	26

À la suite du processus de sélection des articles, onze articles ont été choisis pour la réalisation de la revue de la littérature. La figure 3 présente la démarche de sélection des articles jusqu'à l'obtention des études finales.

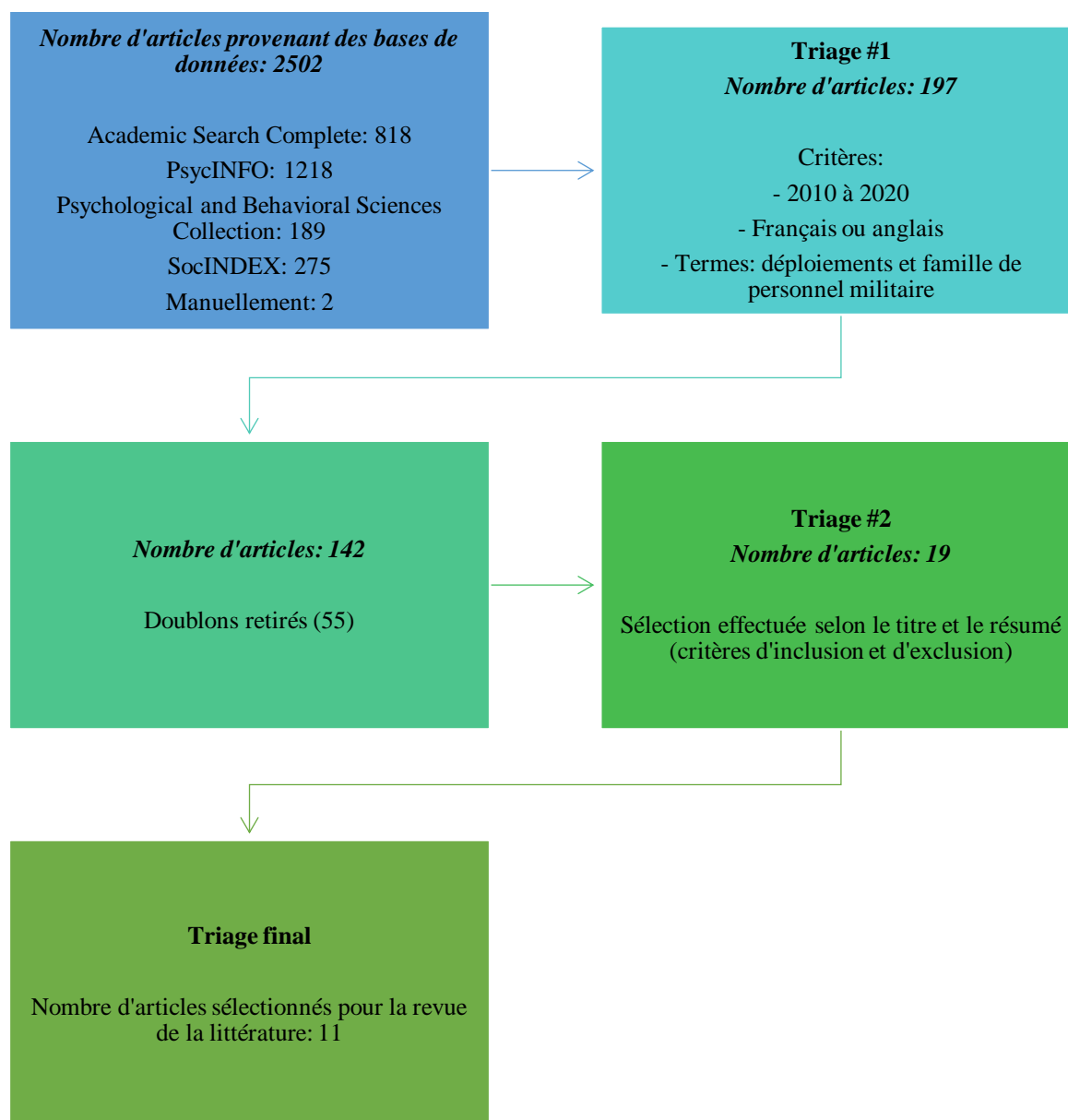


Figure 3. Schéma illustrant la démarche de sélection des articles

### **5.2.2. L'analyse des données**

Les données recueillies par les différents articles retenus pour l'élaboration de cette revue de la littérature ont été analysées à l'aide d'un tableau d'extraction regroupant les éléments clés, soit le titre, les auteurs, le pays de publication, le devis utilisé, le but et les objectifs ainsi que les résultats principaux (voir annexe A). Le deuxième tableau d'extraction des données clés porte sur les forces et les faiblesses des études retenues dans le cadre de cette revue de la littérature. Ce tableau inclue les informations suivantes : le titre et la date, le type d'étude, les forces et les faiblesses (voir annexe B). Le Guide francophone d'analyse systématique des articles scientifiques (GFASAS) de Tétreault et al. (2013) a été utilisé comme référence pour soulever les limites et les forces des articles sélectionnés. Les informations contenues dans les tableaux d'extraction utilisés sont inspirées de ceux conçus lors de la réalisation d'une revue de la littérature sur ce sujet dans le cadre du cours « ERG6002 : Faits scientifiques et données probantes » (Ouellet, 2020).

### **5.2.3. Tableau synthèse des données**

À la suite de l'analyse des résultats à l'aide des tableaux d'extraction présentés en annexes A et B, un tableau synthèse a été réalisé pour regrouper les données de la littérature dans une perspective MOH en se basant sur le modèle présenté à la figure 2. Ainsi, des tableaux ont été conçus, soit un présentant les retombées quotidiennes et l'autre, les stratégies utilisées par les familles de militaires.

## **5.3. Groupes de discussion focalisée**

### **5.3.1. Méthode d'échantillonnage**

La méthode d'échantillonnage utilisée pour le recrutement des participants a été l'échantillonnage par réseaux (Fortin et Gagnon, 2016). En fait, le recrutement des participants s'est effectué auprès de deux réseaux, soit celui de l'étudiante-chercheuse et celui de la directrice de recherche. Aussi, le recrutement s'est effectué par l'application Facebook sur le groupe « Conjointes de militaires Bagotville » et en publiant une affiche de recrutement sur le compte personnel de l'étudiante-chercheuse. L'affiche est présentée en annexe E. Cette affiche de recrutement explique le but, les objectifs et la méthodologie de recherche. Le recrutement s'est déroulé au cours du mois de mars 2021. Par la suite, le formulaire d'information et de consentement a été transmis par courriel aux individus intéressés à participer de façon volontaire à la recherche. Ce formulaire présente une description de la recherche, les critères d'inclusion et

d'exclusion, le but et les objectifs du projet, ainsi que le déroulement des groupes de discussion focalisée. Les participants ont pu en prendre connaissance, et ce, pour s'assurer qu'ils prennent une décision éclairée quant à leur participation à l'étude. Celle-ci a été disponible par courriel pour répondre à toutes les questions de la part des participants, afin de s'assurer qu'ils aient toutes les explications pour prendre la décision de participer ou non à l'un des groupes de discussion. Une fois le formulaire de consentement signé par les participants, il a été possible de déterminer deux dates au cours du mois d'avril 2021 pour les groupes de discussion. Au moment de l'envoi du lien Zoom pour la rencontre, un court questionnaire de six questions, sous un format *Word*, a été acheminé aux participants (voir annexe D). Les réponses ont permis de connaître les caractéristiques sociodémographiques de ceux-ci. Dix participants étaient attendus pour la recherche.

### **5.3.2. Déroulement de la collecte des données**

Deux groupes de discussion focalisée de trois et cinq participants ont été réalisés. Ceux-ci ont été d'une durée maximum de 90 minutes et effectués par l'étudiante-chercheuse via la plateforme Zoom en raison de la pandémie actuelle (règles sanitaires émises par le gouvernement en lien avec la COVID-19). Les groupes de discussion focalisée ont été utilisés dans le cadre de cette recherche, car ils permettent de discuter d'un sujet en particulier avec plusieurs participants à la fois pour obtenir une variabilité des points de vue de ceux-ci et favoriser la réflexion collective (Fortin et Gagnon, 2016). Par ailleurs, le consentement des participants a été obtenu pour permettre l'enregistrement des rencontres afin de pouvoir procéder à une transcription des données recueillies. Pour conserver la confidentialité, les enregistrements ont été cryptés par un mot de passe et seront archivés sur les serveurs du Centre d'études sur la réadaptation, le rétablissement et l'insertion sociale (CÉRRIS) et du Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (CR-IUSMM) durant cinq ans. Les groupes se sont déroulés en français. Aussi, un guide d'entrevue maison a été conçu par l'étudiante-chercheuse afin d'y regrouper les questions et les thèmes qui seront abordés durant ces rencontres (Fortin et Gagnon, 2016) (voir annexe C). Ce guide regroupait des questions ouvertes permettant aux participants de s'exprimer librement et ouvertement sur leur vécu et leurs sentiments.

### 5.3.3. Critères de sélection des participants

Les participants ont été recrutés selon des critères d'inclusion précis présentés dans le tableau 5. Aucun critère d'exclusion n'a été émis pour le recrutement.

Tableau 5.  
*Critères d'inclusion des participants*

#### Critères d'inclusion

- Être un(e) conjoint(e) d'un militaire ou vétéran.
- Être un enfant de plus de 18 ans et ayant un parent militaire ou vétéran.
- Avoir vécu au moins un déploiement de plus de 6 mois.
- Être en mesure de participer à une rencontre Zoom d'une durée de maximum 120 minutes.

### 5.3.4. Plan d'analyse des données

Une analyse qualitative des données a été réalisée avec les résultats obtenus durant les groupes de discussion selon une méthode déductive à l'aide d'un logiciel d'analyse qualitative (NVivo). Les transcriptions ont été lues une première fois. Un lexique de codes a été conçu avec les concepts primordiaux du MOH pour classer les données recueillies lors des deux groupes de discussion. Une validation de ce lexique avec les définitions a été effectuée par la directrice de recherche. Les extraits ont été classés selon les codes établis et une relecture a été effectuée. Chaque extrait codé a été repris et analysé de nouveau afin d'effectuer une seconde vérification des résultats. Les extraits difficiles à coder ont été discutés avec la directrice de recherche. Une contre-codification par la directrice de recherche de 10% du matériel a été effectuée pour s'assurer d'un accord de plus de 90%. Ensuite, le lexique de codes et les extraits classés ont été exportés dans un document *Word*. L'étudiante-chercheuse a fait ressortir les points importants. Les extraits les plus pertinents et les plus marquants ont été rapportés dans les résultats. Pour donner suite à la rédaction de la section des résultats, une contre-analyse a été effectuée par la directrice de recherche pour valider les étapes du processus d'analyse de l'étudiante-chercheuse. Une discussion avec la directrice de recherche a eu lieu sur la présentation des résultats pour s'assurer d'une représentativité des extraits.

### 5.3.5. Tableau synthèse final

Une fois les données de ces deux groupes de discussion analysées, de nouveaux tableaux ont été produits afin de bonifier et valider les premiers tableaux réalisés à partir de la littérature

existante. Ils permettent l'émergence de recommandations et de pistes d'intervention pour les ergothérapeutes travaillant auprès des familles de militaires canadiens.

### **5.3.6. Considération éthique**

Étant donné que des êtres humains ont été interrogés dans le cadre des groupes de discussion focalisée, une demande de certification éthique a été demandée et acceptée par le comité éthique de l'Université du Québec à Trois-Rivières (CER-21-274-07.09, obtenu le 5 mars 2021) (voir annexe F). Comme mentionné précédemment, les participants ont signé un formulaire de consentement stipulant qu'ils ont été avisés de la nature de la recherche et qu'ils sont en droit de se retirer à tout moment du processus. De plus, les participants ont été avisés que leur participation demeure confidentielle et qu'aucun nom ne sera mentionné dans les écrits qui feront suite à la réalisation de cet essai de maîtrise. Les données recueillies lors des groupes de discussion sont conservées sur un disque dur sur l'ordinateur personnel de l'étudiante-chercheuse et elles sont protégées par un mot de passe. Il n'y a que l'étudiante-chercheuse et la directrice de recherche qui ont accès à ces données et celles-ci seront détruites un an après le dépôt de cet essai de maîtrise.

## 6. RÉSULTATS

### 6.1. Revue de la littérature

Onze études ont été sélectionnées pour l'élaboration de cette revue de la littérature, soit une métasynthèse provenant du Royaume-Uni, cinq études américaines, dont quatre de types qualitatifs et une de type quantitatif, quatre études canadiennes, dont deux mémoires canadiens et une étude descriptive qualitative indienne. Les études sélectionnées ont été publiées entre 2008 et 2018. Ces articles ont été abordés brièvement dans la section de l'état des connaissances, mais seront traités plus en profondeur dans cette présente section. Cette revue de la littérature a permis de faire ressortir des retombées occupationnelles et des stratégies d'adaptation employées par les familles de militaires durant les déploiements. Les conséquences et les stratégies d'adaptation seront mises en relation avec les différentes dimensions du MOH.

#### 6.1.1. Dimension de l'être du MOH

##### 6.1.1.1. *Habitude (routines et rôles)*

Tout d'abord, en ce qui a trait à la sphère de l'habitude, les différentes études ont soulevé des retombées négatives en lien avec les routines et les rôles. Plusieurs études ont démontré une augmentation des responsabilités et des tâches lorsqu'un parent est déployé. En effet, lors d'un déploiement, la mère civile doit assumer l'ensemble des responsabilités familiales comme la gestion comportementale des enfants ainsi que les tâches non traditionnelles assumées, habituellement, par le conjoint (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Par ailleurs, la métasynthèse britannique de Wilson et Murray (2016) regroupant onze études et l'article américain de Strong et Lee (2017) employant un devis qualitatif interprétatif rapportent que la mère civile prend la responsabilité de s'assurer qu'une communication est maintenue avec son conjoint. L'étude américaine de Aducci et al. (2011) regroupant 25 participants rapporte aussi que cette communication peut se faire rare et parfois, qu'une seule fois par semaine. Des changements ont également lieu au niveau des responsabilités assumées par les enfants. C'est-à-dire, ceux-ci occupent davantage de responsabilités comme s'occuper des plus jeunes membres de la famille ainsi que l'ajout de nouvelles tâches ménagères. Ces résultats sont mentionnés par les participants des études de Misra et Singh (2014), de Mmari et al. (2009), de la revue narrative de Paley et al. (2013) et de l'article canadien de Skomorovsky et Bullock (2017). L'étude

phénoménologique de Roberts (2008) confirme également ces résultats en rajoutant que les enfants aident dans les tâches domestiques, telles que la lessive, ranger la chambre, laver la vaisselle et déneiger la cour. De plus, l'étude indienne de Misra et Singh (2014) impliquant 22 participants âgés entre 12 et 19 ans rapporte que les enfants ont le sentiment de grandir plus rapidement lors du déploiement de l'un de leurs parents en raison de cette augmentation de la charge des responsabilités qu'ils partagent avec leur mère.

Ainsi, la routine quotidienne doit être modifiée par le départ du parent militaire. De plus, afin d'assurer le bien-être des enfants, une normalité et une constance doivent être maintenues malgré ces changements. L'étude canadienne de Werner et Shannon (2013) dont un devis phénoménologique herméneutique a été utilisé et la métasynthèse britannique de Wilson et Murray (2016) mentionnent ces résultats. Il est aussi difficile de conserver les routines établies (Bouthillette, 2018). Le maintien d'une routine stable permet aux participantes de l'étude de Roberts (2008) de conserver une stabilité et une continuité durant l'absence des conjoints militaires.

Concernant les rôles, lors d'un déploiement, plusieurs études rapportent des impacts sur le rôle qu'occupe la mère civile. En fait, la mère se retrouve à occuper son propre rôle, mais également celui de son conjoint absent. Elle devient une mère temporairement célibataire (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016). Les impacts ne se font pas ressentir uniquement durant le déploiement, mais également au retour du conjoint militaire. En effet, l'étude américaine de Strong et Lee (2017) a démontré que les conjointes peuvent éprouver des difficultés à répartir à nouveau les rôles au sein de la famille au retour du militaire. Il doit donc y avoir une renégociation des rôles entre les membres de la famille. La plupart des décisions importantes doivent être prises sans le support du conjoint comme certaines doivent être prises rapidement (Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016).

#### *6.1.1.2. Capacité de rendement*

La deuxième sphère de cette dimension est celle de la capacité de rendement. La revue de la littérature a permis d'identifier les impacts négatifs en lien avec les composantes objectives et les expériences subjectives. En effet, tel qu'il a été rapporté précédemment dans l'état des connaissances, plusieurs articles démontrent que des défis émotionnels sont vécus par les membres

de la famille d'un militaire déployé dont l'anxiété, la tristesse, la colère, un sentiment de perte et bien d'autres (Aducci et al., 2011; Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016). Ceux-ci ont un impact sur la santé mentale de ces personnes (Aducci et al., 2011; Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016). Les participants de l'étude de Misra et Singh (2014) ont rapporté un sentiment d'être dépassé par ce qui arrive. De plus, certains mentionnent que les déploiements ont eu un impact sur leur sommeil engendrant des troubles du sommeil durant ces absences selon la revue de la littérature de Paley et al. (2013) et les études de Strong et Lee (2017) et Skomorovsky et Bullock (2017). Des difficultés de concentration sont aussi rapportées par les participants de l'étude de Skomorovsky et Bullock (2017) qui ont un impact sur la performance scolaire. De façon plus spécifique en lien avec les expériences subjectives, de la fatigue émotionnelle, mais également physique est éprouvée par les participants selon l'étude américaine d'Aducci et al. (2011) et la métasynthèse britannique de Wilson et Murray (2016).

#### *6.1.1.3. Volition*

Au niveau de la troisième sphère de la dimension de l'être du MOH, qui est celle de la volition, des retombées davantage positives ont été soulevées par les études de cette revue de la littérature. Les résultats du mémoire de Bouthillette (2018) font ressortir des impacts positifs tels que le développement d'un meilleur sens de l'organisation et du contrôle, un sentiment de satisfaction augmenté et le développement d'un sentiment d'autonomie. En ce qui concerne les buts des conjointes, l'étude de Bouthillette (2018) mentionne aussi que celles-ci ont un désir de s'épanouir dans un emploi pour lequel elles ont étudié, mais parfois, il s'avère difficile d'aspirer à une carrière professionnelle en raison des déménagements multiples.

### **6.1.2. Dimension l'agir du MOH**

#### *6.1.2.1. Participation occupationnelle*

Des impacts positifs et négatifs ressortent de la revue de la littérature. Tout d'abord, concernant la sphère de la participation occupationnelle, les participants de l'étude phénoménologique canadienne de Werner et Shannon (2013) rapportent que les loisirs doivent être modifiés en raison des déploiements et ils mentionnent aussi que la conjointe évite de demander de l'aide à son entourage afin de conserver une constance au niveau de la routine familiale. Il

s'avère aussi difficile de prendre du temps pour se rendre à des rendez-vous ou prendre congé durant les absences du partenaire militaire selon l'étude de Warner et al. (2009). Le parent déployé est absent lors d'événements significatifs (Mmari et al., 2009). De plus, les résultats de l'étude de Wilson et Murray (2016) démontrent que la communication doit être maintenue entre les membres de la famille et le militaire. Les déploiements entraînent une diminution du temps consacré aux activités personnelles selon l'étude quantitative de Warner et al. (2009) ainsi que la métasynthèse de Wilson et Murray (2016). Par ailleurs, la revue de la littérature américaine de Paley et al. (2013) et l'étude qualitative canadienne de Skomorovsky et Bullock (2017) mentionnent que les déploiements occasionnent une diminution des activités extrascolaires pour les enfants en lien avec l'augmentation des responsabilités. Toutefois, une retombée positive est apportée, soit celle de l'augmentation des loisirs familiaux par les familles militaires durant le déploiement du proche (Roberts, 2008; Werner et Shannon, 2013). Aussi, l'étude de Bouthillette (2018) mentionne que les déploiements engendrent des opportunités de voyager.

#### *6.1.2.2. Rendement*

Une retombée est aussi rapportée en lien avec la sphère du rendement, soit celle de la performance scolaire affectée par les enfants et les adolescents durant les déploiements de leur parent militaire (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017).

#### *6.1.2.3. Habiletés*

En outre, en lien avec la sphère des habiletés, l'étude qualitative américaine de Strong et Lee (2017) mentionne que les familles font face à une barrière, soit celle d'un manque de connaissances face aux ressources disponibles sur les bases militaires. L'étude d'Aducci et al. (2011) rapporte que les conjointes découvrent et développent de nouvelles compétences professionnelles et domestiques durant les déploiements. L'étude de Bouthillette (2018) rapporte l'opportunité d'apprendre une nouvelle langue.

### **6.1.3. Dimension de l'environnement social**

La revue de la littérature réalisée dans le cadre de ce projet fait ressortir différentes retombées en lien avec l'environnement social durant les déploiements. Tel que rapporté précédemment, le lien d'attachement entre un enfant et son parent militaire peut être compromis lorsque celui-ci revient d'un déploiement avec un trouble de santé mentale qui peut être, par

exemple, un trouble de stress post-traumatique. Ce résultat est rapporté par la revue de la littérature de Paley et al. (2013). De plus, des tensions familiales peuvent être augmentées durant le déploiement entre les différents membres civils de la famille militaire (Skomorovsky et Bullock, 2017). Étant donné que le conjoint doit s'absenter pour un long moment, les participants de l'étude phénoménologique canadienne de Werner et Shannon (2013) ont rapporté ressentir une diminution du support de la part du conjoint déployé. Cependant, les déploiements engendrent une augmentation du support social pour les proches demeurant à la maison. Ce soutien peut provenir de différentes sources comme les amis, les proches, les professionnels de la santé ou encore la religion. Ce résultat est rapporté par trois études, soit celle de Misra et Singh (2014), celle de Strong et Lee (2017) et celle de Wilson et Murray (2016). L'étude de Skomorovsky et Bullock (2017) fait ressortir un aspect positif, soit celui d'un meilleur soutien développé lors des déploiements entre les membres des familles militaires. L'étude de Bouthillette (2018) mentionne l'opportunité de rencontrer de nouvelles personnes lors des activités organisées sur la base militaire.

Également, l'absence de ressources pour les familles lorsque les déploiements se font de façon individuelle contrairement aux déploiements en unité est un aspect négatif ayant été rapporté par l'article de Strong et Lee (2017).

#### **6.1.4. Dimension du devenir**

##### *6.1.4.1. Adaptation occupationnelle*

Deux principales retombées sont rapportées en lien avec l'adaptation occupationnelle durant les déploiements. La première est celle de l'équilibre familial qui doit constamment être réorganisé selon les différentes phases du déploiement selon les résultats de la revue de la littérature de Paley et al. (2013). La deuxième retombée qui a été mentionnée par les participantes du mémoire de Bouthillette (2018) est la nécessité de diminuer la flexibilité et l'adaptation, dont fait preuve la conjointe civile, pour faire place à l'organisation durant le déploiement.

##### *6.1.4.2. Identité occupationnelle*

En ce qui concerne l'identité occupationnelle, la métasynthèse de Wilson et Murray (2016) a permis de démontrer que les déploiements engendrent le développement d'un sentiment d'indépendance et de confiance en soi, en plus, d'apprendre à s'aimer soi-même. L'étude canadienne de Skomorovsky et Bullock (2017) ayant effectué des groupes de discussion avec 85

participants âgés de 8 à 10 ans et de 11 à 13 ans a également permis de montrer que ces enfants ressentent un sentiment de maturé et ils sont fiers de leur parent militaire. Les adolescents ressentent aussi un sentiment de liberté (Misra et Singh, 2014). Le sentiment d'être plus responsable et de grandir plus rapidement constitue un résultat rapporté par les participants de l'étude de Mmari et al. (2009).

#### **6.1.5. Stratégies d'adaptation**

Lors des déploiements militaires, des stratégies d'adaptation sont mises en place par les membres des familles afin de surmonter les enjeux occasionnés par ces absences. Les groupes de discussion réalisés au cours de l'étude de Mmari et al. (2009) ont permis de faire ressortir quelques stratégies utilisées par les adolescents et les familles. L'accès à des groupes de discussion avec d'autres adolescents vivant la même situation, restreindre l'accès aux médias qui engendre une augmentation de l'anxiété et du stress, l'établissement d'une routine stable, avoir une attitude positive face aux déploiements, l'utilisation de la technologie pour maintenir la communication avec le parent déployé ainsi que la préparation au déploiement étaient les principales stratégies rapportées par les participants de cette étude. Cette même étude mentionne également l'impact positif des enseignants qui ont des connaissances et des expériences avec le mode de vie militaire (Mmari et al., 2009). La métasynthèse de Wilson et Murray (2016) rapporte, quant à elle, d'autres stratégies comme penser de façon positive, demeurer actif en développant de nouveaux intérêts et bénéficier du support social provenant de la famille, des enfants, des amis, des professionnels de la santé, des groupes de soutien et de la religion.

L'étude de Skomorovsky et Bullock (2017), auprès d'enfants de familles militaires canadiennes, a rapporté différentes stratégies pour aider à surmonter les obstacles occasionnés par les déploiements, dont la recherche de soutien auprès des amis, des proches, des parents ou des enseignants. Le fait de normaliser et rationaliser les expériences était aussi une stratégie utilisée par ces participants (Skomorovsky et Bullock, 2017). Par ailleurs, ils ont rapporté que la musique et l'implication dans des activités sont des stratégies efficaces pour se distraire. L'augmentation du temps familial avec le parent civil, le maintien d'une communication régulière avec le parent déployé, le maintien d'une présence psychologique du proche déployé ainsi que les groupes de soutien ont également été rapportés comme des stratégies efficaces par les enfants (Skomorovsky et Bullock, 2017). Tout comme les participants de l'étude de Skomorovsky et Bullock (2017), les

adolescents participant à l'étude de Misra et Singh (2014) ont aussi rapporté le support auprès des pairs comme une stratégie d'adaptation utilisée. Les auteurs Strong et Lee (2017) ont fait ressortir d'autres stratégies à employer auprès des enfants comme l'utilisation d'un calendrier pour visualiser le décompte avant le retour du parent déployé, développer une routine stable ainsi que des aides visuelles qui peuvent être des photos ou des vidéos. Ces auteurs font également ressortir la stratégie du soutien social comme il a été rapporté par plusieurs articles.

Pour les participantes de l'étude de Werner et Shannon (2013), les loisirs familiaux constituent un mécanisme de défense leur permettant de se distraire durant le déploiement du proche militaire. Ces loisirs permettent aussi de maintenir une certaine normalité au sein de la famille (Werner et Shannon, 2013).

Le mémoire de Bouthillette (2018) a permis de faire ressortir plusieurs stratégies d'adaptation employées par les conjointes canadiennes, soit être proactive en organisant des activités avec des amis et participer à davantage d'activités sociales. Par ailleurs, les principales stratégies mentionnées dans ce mémoire sont les stratégies centrées sur les émotions et la résolution de problèmes, la recherche de soutien social et l'utilisation de plusieurs moyens de communication pour échanger avec leur partenaire déployé. Finalement, certaines stratégies ont été rapportées comme étant les plus effacées comme la confrontation, l'optimisme, savoir exprimer ses émotions, vouloir se sentir mieux, le support ainsi que le développement de l'autonomie et de la débrouillardise (Bouthillette, 2018). Cette étude fait également ressortir, elle aussi, l'utilisation d'un calendrier comme stratégie à utiliser avec les enfants.

Finalement, deux des neuf participantes de l'étude phénoménologique de Roberts (2008) rapportent que le stress ressenti peut être diminué par une autre personne aidante en plus d'éviter les médias et d'aller chercher du soutien auprès des amis et des voisins.

Il est possible d'intégrer ces diverses stratégies d'adaptation aux dimensions du MOH et des tableaux seront présentés dans la prochaine section pour le démontrer.

## **6.2. Tableaux synthèses à partir de la littérature existante**

Les différentes études sélectionnées pour la conception de la revue de la littérature ont permis de réaliser des tableaux synthèses regroupant les retombées occasionnées par les déploiements sur les familles militaires ainsi qu'un tableau synthèse des stratégies d'adaptation

utilisées par ces familles en se basant sur le Modèle de l'occupation humaine. En effet, il a été possible de classer ces retombées et ces stratégies d'adaptation selon les différentes dimensions du modèle, et ce, que ce soit au niveau de l'être, de l'agir, de l'environnement et du devenir. Les tableaux 6 à 10 représentent la synthèse des résultats obtenus dans la littérature existante selon les différentes dimensions du modèle.

Tableau 6.  
*Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension de l'être)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)		
Dimension de l'être		
	Sphères	Retombées rapportées par la littérature
<b>Habitude</b>	<b>Rôles</b>	Assumer l'ensemble des rôles (celui du conjoint) (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016)
		Les plus vieux s'occupent des plus jeunes (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017)
		La mère devient la figure familiale (Misra et Singh, 2014)
	<b>Routines</b>	Augmentation des responsabilités (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Misra et Singh, 2014; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016)
		Modification des horaires/tâches de travail (Wilson et Murray, 2016)
		Routines changeantes (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013)
<b>Volition</b>	<b>Déterminants personnels</b>	Difficulté à maintenir une routine stable (Bouthillette, 2018)
		Développer un meilleur sens de l'organisation et du contrôle (Bouthillette, 2018)
	<b>Valeurs et buts</b>	Être débrouillard et indépendant (Bouthillette, 2018)
		Sentiment de satisfaction augmenté et développer un sentiment d'autonomie (Bouthillette, 2018)
<b>Capacité de rendement</b>	<b>Composante objective</b>	Désir de s'épanouir dans un emploi, mais des difficultés sont rencontrées en raison des déménagements (Bouthillette, 2018)
		Ressentir des défis émotionnels ayant un impact sur la santé mentale (ex. anxiété, tristesse, colère, sentiment de perte) (Aducci et al., 2011; Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016)
		Éprouver des troubles du sommeil (Paley et al., 2013; Strong et Lee, 2017)
	<b>Expérience subjective</b>	Se sentir dépassé par les événements (Misra et Singh, 2014)
		Ressentir de la fatigue émotionnelle et physique (Aducci et al., 2011; Wilson et Murray, 2016)

Tableau 7.

*Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension de l'agir)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)	
Dimension de l'agir	
Sphères	Retombées rapportées par la littérature
<b>Participation</b>	Vivre les événements significatifs sans le parent déployé (Mmari et al., 2009)
	Conserver une communication avec le parent militaire (Wilson et Murray, 2016)
	Manquer de temps pour les activités personnelles (Warner et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)
	Diminuer les activités extrascolaires (Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017)
	Devoir modifier les loisirs (Werner et Shannon, 2013)
	Augmenter les loisirs familiaux (Roberts, 2008; Werner et Shannon, 2013)
	Avoir l'opportunité de voyager (Bouthillette, 2018)
	Avoir de la difficulté à consacrer du temps pour rendez-vous et prendre congé (Warner et al., 2009)
<b>Rendement</b>	Éviter de demander de l'aide de l'entourage pour conserver une constance de la routine (Werner et Shannon, 2013)
	Éprouver des problèmes académiques (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017)
<b>Habiletés</b>	Avoir un manque de connaissances face aux ressources disponibles sur la base militaire (Strong et Lee, 2017)
	Apprendre une nouvelle langue (Bouthillette, 2018)

Tableau 8.

*Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension de l'environnement)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)	
Dimension de l'environnement	
Sphère	Retombées rapportées par la littérature
<b>Environnement social</b>	Lien d'attachement compromis entre l'enfant et le parent déployé (Paley et al., 2013)
	Tension familiale augmentée (Skomorovsky et Bullock., 2017)
	Diminution du support du conjoint déployé (Werner et Shannon, 2013)
	Support social augmenté (amis, proches, religion, professionnels de la santé) (Misra et Singh, 2014; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016)
	Rencontrer de nouvelles personnes en participant aux activités sur la base (Bouthillette, 2018)
	Meilleur support entre les membres des familles (Skomorovsky et Bullock, 2017)
	Présence d'un soutien de la part du personnel scolaire (Mmari et al., 2009)

Tableau 9.

*Tableau synthèse des retombées de la littérature existante (dimension du devenir)*

<b>Modèle de l'occupation humaine (MOH)</b>	
<b>Dimension du devenir</b>	
<b>Sphères</b>	<b>Retombées rapportées par la littérature</b>
<b>Adaptation occupationnelle</b> <b>Identité occupationnelle</b>	L'organisation nécessaire diminue la place pour la flexibilité et l'adaptation (Bouthillette, 2018)
	L'équilibre familial est continuellement réorganisé (Paley et al., 2013)
	Permet le développement d'un sentiment d'indépendance et de confiance en soi (Wilson et Murray, 2016)
	Permet d'apprendre à s'aimer soi-même (Wilson et Murray, 2016)
	Sentiment de maturité ressenti par les enfants (Skomorovsky et Bullock, 2017)
	Sentiment de liberté ressenti par les adolescents (Misra et Singh, 2014)

Tableau 10.

*Tableau synthèse des stratégies d'adaptation de la littérature existante (selon les dimensions du MOH)*

<b>Modèle de l'occupation humaine (MOH)</b>		
<b>Dimension</b>	<b>Sphères</b>	<b>Stratégies d'adaptation rapportées dans la littérature</b>
<b>Être</b>	<b>Habitude</b>	Établir une nouvelle routine (Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017)
		Maintenir une normalité au sein de la routine (Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013)
		Utiliser un calendrier permettant de mettre l'accent sur les événements importants (Bouthillette, 2018; Strong et Lee, 2017).
	<b>Volition</b>	Penser de façon positive (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)
	<b>Capacité de rendement</b>	Stratégies centrées sur les émotions (réévaluation par la relativisation, penser de façon positive, accepter la situation, évitement et fuite) (Bouthillette, 2018)
		Stratégies centrées sur la résolution de problèmes (résoudre les problèmes, affronter la situation par une attitude positive, un sentiment d'efficacité personnel et une recherche d'activités) (Bouthillette, 2018)
<b>Agir</b>	<b>Participation</b>	Se tenir occupé avec de nouvelles passions et de nouveaux intérêts (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)
		Demeurer actif (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)
		Se distraire (Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017)
	<b>Rendement</b>	Être proactif (Bouthillette, 2018)
<b>Environnement</b>	<b>Social</b>	Augmenter le temps familial (Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013)
		Maintenir une communication régulière (Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017)
		Déménager pour se rapprocher de la famille (Paley et al., 2013)
		Diminuer l'attention portée aux médias (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)
		Groupe de soutien (Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017; Wilson et Murray, 2016)
		Recherche de soutien social (Bouthillette, 2018)

### 6.3. Caractéristiques des participants

Pour ce projet de maîtrise, neuf participants ont rempli le formulaire de consentement pour participer à l'un des deux groupes de discussion qui ont eu lieu les 20 et 22 avril 2021 en soirée. Huit participants ont finalement pris part aux groupes de discussion et un participant n'a pas pu y assister. Sept femmes et un homme âgés entre 19 et 81 ans ont participé à cette présente étude. La moitié de ces participants sont des enfants d'un parent militaire ou vétéran et l'autre moitié sont des conjointes dont leur partenaire a fait partie ou est encore dans les FAC. Les participants ont rapporté, dans le questionnaire sociodémographique, avoir vécu entre un et huit déploiements. Six d'entre eux ont été dans l'obligation de déménager en raison de l'armée. Le tableau 11 ci-dessous présente les caractéristiques des huit membres de familles de militaires canadiens ayant participé à ce projet.

Tableau 11.  
*Caractéristiques des participants*

Participants	Genre (F/H)	Âge	Lien avec le militaire	Nombre d'années dans les FAC	Nombre de déploiements	Déménagement nécessaire en raison de l'armée (oui/non)
P1	F	40	Conjointe	19	3	Oui
P2	F	81	Conjointe	27	5	Oui
P3	F	54	Enfant	35	8	Oui
P4	F	19	Enfant	26	3	Non
P5	H	42	Enfant	37	5	Oui
P6	F	26	Enfant	20	5	Oui
P7	F	35	Conjointe	12	1	Non
P8	F	54	Conjointe	20	3	Oui

### 6.4. Résultats obtenus par les groupes de discussion focalisée

#### 6.4.1. Habituation (dimension de l'être)

##### 6.4.1.1. Rôles

Dans le contexte d'un déploiement, tous les participants ont rapporté une grande importance accordée au rôle de la mère durant l'absence du conjoint militaire, celle-ci devient le pilier familial, la chef de famille et la figure d'autorité. Un participant illustre :

*[...] en tant qu'enfant d'un militaire, oui, mon père était déployé et ainsi de suite, mais tantôt, je disais que ma mère c'est un rock. La conjointe, comme telle, c'est incroyable le rôle qu'elle joue. Dans le sens qu'elle prend la responsabilité de faire*

*en sorte et c'est ce que ma mère a fait, qu'il n'y ait pas de changements pour les enfants ou qu'il n'y ait pratiquement pas d'impact. (Participant 5)*

Celle-ci a donc le rôle de mère monoparentale le temps du déploiement, mais elle assume également le rôle du père absent temporairement et tente aussi de maintenir le rôle de travailleuse. Les participants qualifient la mère de « *multi-tasking* » et « gestionnaire » des émotions et des attentes des enfants. Un enfant de militaire rapporte : « *Moi l'impact que ça l'a eu, j'ai vu que ma mère est un modèle. Tenir une famille toute seule, tenir une maison, avoir un semblant de carrière en même temps et être le lion de la famille.* » (Participante 3) Cependant, il peut s'avérer difficile psychologiquement d'assumer le rôle de la figure paternelle selon les participants.

En outre, les participants mentionnent que ces rôles assumés par la mère doivent être redistribués au retour du conjoint déployé. En revanche, cette redistribution est rapportée, par les membres des familles militaires, comme étant difficile. Une lune de miel est vécue par les enfants au retour, mais celle-ci est de courte durée. Les enfants continuent de se tourner vers la figure d'autorité qui, durant les déploiements, était la mère. Une participante mentionne :

*[...] c'est vrai que ça repose sur la personne qui reste. Les enfants se tournent vraiment vers la personne qui reste et même quand l'autre personne est revenue, ça reste que c'est la mère ou le père qui est resté. (Participante 1)*

Une autre participante rapporte aussi à ce sujet : « *[...] ma mère avait pris un rôle qu'elle maintenait même au retour de mon père. [...] on disait que l'autorité parentale c'était mon père, mais on savait bien que c'était ma mère.* » (Participante 3)

Toutefois, les changements rapportés ci-haut ne s'appliquent pas à tous. Une participante mentionne que, de son côté, elle prenait déjà en charge les enfants et leur éducation, donc elle considère que ses rôles n'ont pas tout à fait changé. Elle le rapporte de cette façon :

*Les deux premières fois, j'étais au Québec et la dernière fois, j'étais en Nouvelle-Écosse. Donc, j'étais toute seule parmi les toutes seules, mais les rôles ne changent pas vraiment ici parce que j'ai toujours pris les enfants avec moi, l'éducation des enfants et lui, il donnait le supplémentaire. (Participante 8)*

Du côté des enfants de militaires, des changements au niveau de leurs rôles sont aussi notés par les participants. Par exemple, une participante mentionne :

*Un moment donné, je te dirais même qu'étant la plus vieille et étant une fille, j'ai probablement aussi, un moment donné, pris une portion de ce rôle-là avec ma mère*

*par rapport à ma sœur, de soutenir ma mère dans le sens d'apprendre à bien faire à manger pour pouvoir l'aider [...]* (Participant 3)

Ainsi, à travers les déploiements, la mère devient la stabilité au sein de la famille et l'encrage des enfants selon les participants. En outre, le fait que la conjointe assume tout lors du déploiement de son partenaire de vie permet à celui-ci de partir en ayant « *une tranquillité d'esprit* ». (Participant 5)

#### 6.4.1.2. Routines

L'une des retombées importantes des déploiements sur les familles de militaires est l'augmentation des responsabilités et des tâches, et ce, autant du côté des conjointes que des enfants de militaires. C'est une charge supplémentaire qui n'est pas présente normalement. Une participante rapporte :

*[...] je me souviens d'un en particulier où les enfants étaient un petit peu plus vieux, c'était beaucoup de responsabilités et puis, d'éclater en sanglots quand le support revenait. Bien heureuse d'avoir enfin de l'aide pour tout gérer.* (Participant 2)

La conjointe doit non seulement prendre en charge l'ensemble de la gestion de la maisonnée, mais aussi gérer les sentiments et les émotions des enfants comme l'ennui face au départ de leur père, leurs attentes et leurs déceptions. Également, celle-ci assume seule les décisions, les tâches extérieures, les tracas personnels et la relation avec le conjoint déployé comme mentionnés par les participants. Des tâches qui sont habituellement divisées entre les deux parents. Une participante mentionne :

*[...] il faut tout s'occuper dans la maison et à l'extérieur. Une charge de plus qui vient et qu'il faut gérer. Ce que j'ai trouvé le pire, c'est qu'il faut gérer l'ennui des enfants et expliquer le départ et que le papa va revenir, mais que ce sera très long.* (Participant 1)

Ainsi, une seule personne assume l'ensemble des tâches pour le parent déployé. Certaines familles bénéficient de l'aide de leurs proches pour les tâches plus importantes à l'extérieur. Les enfants de militaires ajoutent aussi que les responsabilités ont aussi augmenté pour permettre à la mère de bénéficier d'une aide supplémentaire durant l'absence du conjoint militaire. La famille, durant le déploiement, s'habitue à être ensemble sans le parent militaire. Un enfant rapporte :

*La figure paternelle n'était pas là, mais par la suite [...] tu viens que tu t'habituas à baigner là-dedans. Donc, qu'est-ce qui en est découlé de ça, c'est une charge de*

*responsabilités qui est tombée un peu plus sur nos épaules autant à mon frère qu'à moi.* (Participant 5)

Pour l'une des conjointes, sans enfant à l'époque, celle-ci rapporte qu'il n'y a eu aucun changement au niveau des occupations. Elle mentionne avoir vécu une routine solitaire durant le déploiement de son conjoint. Elle rapporte : « [...] *ça n'a rien changé au niveau de mes AVQ-AVD, les tâches quotidiennes. Dans le fond, nous étions encore aux études pour ma part.* » (Participante 7)

En effet, les déploiements occasionnent des changements en lien avec la routine, car celle-ci doit être modifiée au départ du militaire, mais elle doit l'être également au retour de celui-ci pour sa réintégration selon les participants. Une conjointe mentionne : « [...] *la seule affaire qui change, c'est que j'ai ma routine et quand il revient, ça redéplace la routine. Ma routine, en moins de trois semaines, tout est établi quand il part.* » (Participante 8)

#### **6.4.2. Volition (dimension de l'être)**

##### *6.4.2.1. Déterminants personnels*

Les déploiements ont des retombées positives et permettent le développement de plusieurs déterminants personnels. Un élément principal rapporté par les participants est le développement d'un sens de la débrouillardise. En effet, l'une des participantes rapporte :

*[...] mis à part ça, c'est bénéfique [...] ça fait de nous, déjà que j'étais pas mal débrouillarde et que je n'ai jamais attendu qu'il soit là pour vivre, ça fait de moi quelqu'un d'encore plus débrouillard [...]* (Participante 8)

Les participants rapportent ne pas s'ennuyer facilement, mais qu'il peut être difficile de garder une stabilité. Une constatation qui a été faite par l'une des participantes. Une participante mentionne :

*[...] je pense, qu'évidemment, ça prend beaucoup de force vers la femme pour être capable de gérer tout ça. Il faut être débrouillard, il ne faut pas s'ennuyer, il faut être capable de s'occuper de soi-même [...]* (Participante 2)

En outre, il a été souligné que les familles ressentent une aisance à parler en public et à développer des liens sociaux qui résulte de l'expérience des déploiements. L'un des participants mentionne : « [...] *je n'ai pas de misère à me faire des amis, à parler en public, à me débrouiller ou quoi que ce soit. Moi, je peux être ami avec, à peu près, n'importe qui [...]* » (Participant 5)

En ce qui concerne l'indépendance, une participante mentionne avoir « *toujours été plus indépendante.* » (Participante 6)

Pour les conjointes, celles-ci rapportent ressentir que tout repose sur elles et ne pas avoir d'emprise sur ce qui se passe.

*[...] je ne m'attendais pas à autant de réactions et que ça vienne autant me chercher. Je pense que c'est ça qui m'a le plus étonné parce qu'au début, je me disais "je vais être capable de gérer ça", mais là, quand je voyais que mes filles avaient de la peine parce que leur père était parti, je n'avais comme pas beaucoup d'emprise là-dessus [...]* (Participante 1)

Les déploiements occasionnent des retombées sur la façon dont les participants se perçoivent, se considèrent compétents et en contrôle de la situation.

#### 6.4.2.2. Intérêts et occupations significatives

Au cours des deux groupes de discussion, des retombées ont été rapportées concernant les intérêts. Un intérêt envers l'armée a aussi été mentionné par les participants. Pour certains, cet intérêt s'illustre par le fait de s'impliquer pour redonner à l'armée :

*Moi, j'ai voulu redonner parce que l'armée a donné beaucoup à ma famille. J'ai voulu redonner donc, je me suis impliqué [...] pour aider au niveau des soldats qui revenaient avec des PTSD, symptômes post-traumatiques, et qui voulaient se partir une entreprise [...]* (Participant 5)

Pour d'autres, cet intérêt s'illustre par le désir d'avoir un emploi dans l'armée :

*[...] l'armée a vraiment eu un gros impact sur notre famille, pas nécessairement négatif, au contraire, très positif même que moi et mon frère, on est allé dans les cadets [...]. Mon frère est rentré dans l'Armée de l'air. Aussi, il est à Greenwood. J'aimerais ça faire mon emploi en tant que civile à Valcartier pour aider les militaires [...]* (Participante 6)

Les déploiements ont aussi eu des impacts sur la relation de couple au retour du militaire. Une participante rapporte qu'au retour de son conjoint, ils ont réalisé qu'ils ne devaient plus remettre à plus tard leurs projets. Elle mentionne : « *[...] ça nous a amenés à faire plein de beaux projets [...]* » (Participante 6).

#### 6.4.2.3. Valeurs et buts

Le mode de vie militaire et les déploiements ont, pour certains participants, orienté leur but ultime de vie. En effet, pour une participante, celle-ci n'aspire pas avoir une carrière au sein des FAC, malgré les recommandations de son père militaire.

*[...] Moi, j'en ai toujours voulu un peu à l'armée. Je me disais « ça comme changé mon père. » Moi, je n'ai jamais, mon père m'a dit « va dans l'armée, ils paient les études », moi (signe de tête), non merci. (Participante 4)*

L'une des conjointes mentionne que sa fille ne désire pas se marier avec un militaire dans sa vie. Ainsi, la vie militaire, dont les déploiements, peut avoir des retombées sur les valeurs d'une personne et les buts auxquels elle aspire. Par exemple, il a été mentionné que les valeurs familiales ont pris beaucoup d'importance.

#### 6.4.3. Capacité de rendement (dimension de l'être)

Lors d'un déploiement, celui-ci occasionne des retombées sur les membres des familles de militaires qui demeurent à la maison. En effet, une augmentation du niveau de stress et d'anxiété a été rapportée par les participants. Une participante rapporte cet impact :

*[...] l'impact que ça l'a eu, c'est que je faisais beaucoup d'anxiété quand même. J'avais peur qu'il meure, j'avais tout le temps peur qu'il lui arrive de quoi. Dans le fond, il y avait des semaines où il faisait juste sécuriser les entrées et sorties des camps. Là, je savais que c'était mieux et il y a des semaines où il était déployé et j'avais peur qu'il marche sur une mine [...] (Participante 7)*

De plus, au niveau de la conjointe, une fatigue, de l'impatience et de l'ennui se font ressentir, tout comme le rapporte une participante :

*[...] je n'étais pas là pour faire la cheerleader, mais juste de normaliser « eh bien oui, moi aussi des fois je trouve ça difficile ». Des fois, je leur disais : « là, maman est fatiguée et là, ça se peut que je sois plus, oui je suis impatiente, mais là, je suis un peu fatiguée les filles. » (Participante 1)*

En plus, les conjointes de militaires ont rapporté que certaines situations, qui survenaient durant les déploiements, provoquaient également de l'angoisse chez celles-ci. Par exemple, ne pas avoir de nouvelles du conjoint déployé durant plusieurs jours, et ce, sans savoir ce qui est arrivé comme une participante en a fait l'expérience. Cependant, la nature du déploiement a un impact sur le niveau d'anxiété ressenti tout comme le mentionne une participante :

*Mon mari, les fois qu'il est parti, ce n'était pas en détachement dangereux ou quoi que ce soit. C'étaient des absences, soit que les pistes des avions avaient besoin d'être refaites. Donc, il s'absentait pour un mois, deux mois, mais je n'ai jamais été en situation de dangerosité comme vous parlez ce qui enlève beaucoup d'anxiété à mon avis. (Participant 2)*

Au niveau des enfants de militaires, ceux-ci rapportent avoir ressenti de l'ennui durant l'absence de leur père militaire. Le déploiement a aussi été un événement traumatisant pour eux, entre autres, vivre la séparation. La santé mentale et physique est affectée durant ces absences temporaires. Une participante le rapporte pour le cas de sa sœur :

*Ma sœur qui est quatre ans plus jeune, de son côté, a vécu cela différemment et pour elle, cela a été plus difficile. Je vous dirais que sa santé physique et mentale en a probablement ressenti plus que moi à long terme. (Participant 3)*

Par ailleurs, une augmentation de la sensibilité des enfants face aux départs de leur parent militaire est notée par les participants, car même si le départ est de courte durée, ils ne se souviennent que des longs déploiements. Il a été mentionné que les enfants pouvaient avoir des crises causées par l'ennui du père absent. L'absence du parent militaire, lors d'événements significatifs comme les anniversaires, a également occasionné des impacts psychologiques sur les participants. Les impacts psychologiques sont rapportés par ces ceux-ci. Par exemple, de la tristesse, des petits deuils du départ ou encore, des retombées plus importantes comme le désir de l'enfant que son père ne revienne pas. Une participante en a vécu l'expérience et l'exprime de façon émotive :

*[...] ça faisait un mois et demi qu'elle disait à chaque fois « je veux qu'il meure, je ne veux pas qu'il revienne, je veux qu'il meure, je ne veux pas qu'il revienne. » Elle était blessée parce qu'il était parti et puis, quand tu vois ta petite fille de trois ans et demi dire ça, c'est comme rough un petit peu. (Participant 8)*

D'autres défis émotionnels ont été ressentis par les participants durant les déploiements, dont la tristesse, un sentiment de solitude ou le désir que le tout se termine et que le conjoint revienne. Par ailleurs, des difficultés de concentration sont aussi rapportées par les participants. Une participante rapporte : « [...] ça joué sur ma capacité à me concentrer aux études [...] » (Participant 7) Le retour du militaire crée aussi une charge émotive qui a l'effet d'un beau balancier face aux émotions qui ont été vécues.

#### 6.4.4. Participation occupationnelle (dimension de l'agir)

En ce qui concerne les retombées sur la participation occupationnelle des participants, les conjointes de militaires ont noté, pour la plupart, une diminution des loisirs personnels et du temps consacré à leur propre personne en raison de l'augmentation de la charge engendrée par les déploiements. L'une des participantes rapporte :

*Moi, ce que je trouve qui est arrivé pendant les longs départs, c'est certain que les activités de loisirs ont pris le bord assez vite et les activités sociales. Il y a tellement à faire au quotidien que c'est ce que l'on met de côté pour un certain temps même si on sait que c'est temporaire. (Participante 1)*

Les activités extérieures pouvaient également s'avérer plus difficiles durant les déploiements. Elle mentionne : « [...] quand tu as quatre enfants, tu ne peux pas être à des activités extérieures continuellement. » (Participante 2) Les loisirs doivent être adaptés durant les déploiements.

*Pour les loisirs, c'est certain que ça change un peu. Il y a des adaptations. Je me suis achetée un tapis roulant que j'ai mis dans mon garage. Je courrais sur mon tapis roulant pendant que mes enfants jouaient dehors la fin de semaine. Parfois, le soir, j'y allais, mais moins. (Participante 1)*

Toutefois, du point de vue des enfants de militaires, ceux-ci ont mentionné que les activités de loisirs demeuraient présentes dans leur quotidien, malgré l'absence de leur parent déployé. En effet, ils rapportent que l'école sur les bases militaires et le Centre pour les familles militaires organisent plusieurs activités pour les enfants de militaires. Ces activités permettent, par exemple, aux mères d'avoir du répit quelques soirs par semaine ou de favoriser les activités familiales. Une participante mentionne :

*Nous, les loisirs [...] c'étaient les sports après l'école, du théâtre et de la musique après l'école. C'est la constance qui nous gardait occupées. [...] l'école organisait des choses pour que les mamans puissent avoir un break deux ou trois soirs par semaine, parce que les enfants avaient des activités prévues pendant un mois de temps [...] (Participante 3)*

Une autre participante enfant de militaire rapporte :

*[...] je pense qu'on faisait plus d'activités pour justement nous garder plus occupés et ne pas penser au déploiement. Ma mère nous amenait souvent à plein de places pour justement qu'on fasse des activités et qu'on passe du temps en famille même si mon père n'était pas là. [...] On a toujours été sur des bases militaires [...] les enfants étaient des enfants de militaires [...] on faisait souvent des activités avec*

*eux. On allait jouer dehors, on allait sur la piste cyclable et ces choses-là.*  
(Participant 6)

Pour l'une des participantes, sans enfant à l'époque du déploiement de son conjoint, rapporte que les activités sociales et les sorties ont augmenté durant celui-ci. Elle l'illustre de cette façon : « [...] *l'activité a pris une plus grosse place au niveau de mes activités et les relations sociales sont venues combler le manque en lien avec l'absence du conjoint.* » (Participant 7)

Pour certains participants, les déploiements ont entraîné des opportunités de voyager en famille. Une participante mentionne : « [...] *je n'ai que du positif moi aussi à dire parce que ça nous a permis de voyager, de connaître beaucoup d'autres horizons.* » (Participant 2) Pour deux participantes qui sont des enfants de militaires, les déploiements ont, quant à eux, engendré un arrêt des voyages en famille ou des vacances d'été lorsque leur parent militaire devait s'absenter durant la saison estivale.

Également, au niveau des occupations reliées aux activités productives, le travail a demeuré présent durant les déploiements. Une participante rapporte avoir poursuivi son emploi à temps plein durant l'absence de son conjoint en déploiement. Un aspect qui est ressorti concernant le travail est celui de la possibilité de travailler à distance. Une possibilité de plus en plus utilisée aujourd'hui selon les participants.

*[...] il y a une facilité qu'on n'avait pas avant que tu sois capable de travailler à distance selon le type de travail que tu fais. Donc, peu importe où tu peux déménager ou quoi que ce soit et dépendamment du type d'emploi que tu occupes, mais ça, c'est un éventail de possibilités qui était inexistant avant. Donc, c'est un avantage qu'on a en plus présentement qu'on n'avait pas dans le passé.* (Participant 5)

Les déploiements ont donc occasionné des répercussions sur les occupations des participants, entre autres, sur les loisirs personnels.

#### **6.4.5. Habiletés et rendement (dimension de l'agir)**

En ce qui concerne les habiletés et le rendement des familles lors des déploiements, les participants ont rapporté que ceux-ci ont été bénéfiques et positifs pour eux. Les déploiements leur ont permis de se responsabiliser, d'augmenter leur autonomie et de développer un sens du *leadership*.

*Ça nous a permis de nous responsabiliser. Moi, à sept ou huit ans, je faisais mon repassage, je faisais mon lavage, je faisais à manger et ça n'a été que bénéfique pour moi.* (Participant 5)

Une autre retombée des déploiements sur les habiletés est le développement d'une facilité à créer des liens sociaux selon les participants. Toutefois, le manque de connaissances sur les familles de militaires se faisait ressentir à l'époque contrairement à aujourd'hui.

*[...] peut-être que la réalité de l'époque, ma mère était un peu naïve par rapport à tout ça et le fait que l'on n'avait pas plein de connaissances que l'on n'avait pas à ce moment-là des familles militaires. C'est quoi un traumatisme [...] toutes ces choses-là n'étaient pas connues.* (Participante 3)

Des habiletés ont été développées par les participants lors des déploiements de leur proche militaire.

#### **6.4.6. Environnement**

##### *6.4.6.1. Physique*

L'environnement physique entraîne aussi des conséquences sur la façon dont le déploiement sera vécu par les familles de militaires. Dans l'armée, plusieurs déménagements peuvent être nécessaires. Si une famille est relocalisée dans une région éloignée de ses proches ou dans une ville qui n'est pas aimée par la conjointe ou les enfants, des répercussions surviennent. Selon les participants, le fait de devoir vivre dans une région éloignée de ses proches aura un impact sur le soutien que l'on peut recevoir de ceux-ci. Une participante rapporte :

*Dernière mission, j'étais dans ma place plate d'Halifax. Donc, on avait une routine moi et une de mes amies [...] c'est vraiment ça qui m'a tenu, parce que déjà que je n'aimais pas la place. Donc [...] ce n'est pas parce qu'il était en mission que je n'étais pas bien là, c'était parce que je n'aimais pas la place.* (Participante 8)

Un enjeu en lien avec la langue est aussi présent lorsqu'il est question de l'environnement physique. Le fait de déménager dans une ville dont la langue n'est pas familière pour les membres de familles de militaires engendre une difficulté supplémentaire. L'une des participantes le rapporte : « Effectivement, ce ne sont pas les mêmes enjeux quand tu déménages comme ça dans une autre province, dans un autre pays et que tu ne parles pas la langue. » (Participante 1)

Dépendamment de l'endroit où vivent les familles, la vision du déploiement peut changer. Dans le cas d'un déploiement où la famille demeure près des proches, celle-ci conserve ses

ancrages et sa stabilité. Dans un autre cas où la famille doit vivre à l'extérieur, un stress supplémentaire peut s'ajouter, tel que le mentionne une participante.

*[...] ça change vraiment la vision du déploiement quand tu es à l'extérieur et là, ton conjoint t'annonce son départ. Ce n'est pas pareil comme moi quand il me l'annonce ici. J'ai quand même mes ancrages ici et ma stabilité. Si j'étais à Ottawa, à Edmonton ou à Gagetown ce ne serait pas pareil. Il y aurait vraiment une différence et pas mal plus de stress que là. C'est différent, même si je sais que j'aurais du support, je sais qu'il serait à 7h de route et pas à 30 minutes de route.*  
(Participante 1)

Les déménagements vécus ne se déroulent pas toujours sans difficulté. Selon les participants, les relocalisations peuvent affecter la stabilité des membres de la famille du militaire. L'une des participantes a illustré un déménagement plus difficile par le fait d'avoir été dans l'obligation de vivre temporairement chez sa mère avec trois jeunes enfants, et ce, durant plusieurs mois avant de pouvoir déménager dans sa propre résidence. Cette même participante rapporte que dans les années qui ont suivi, ils ont fait le choix de ne plus déménager pour le bien des enfants. Le conjoint militaire était donc le seul à partir et revenir pour son emploi de militaire.

Les milieux de vie ont donc un impact sur la façon dont les familles vivront les déploiements du proche militaire.

#### 6.4.6.2. Social

Les déploiements militaires engendrent également des retombées sur l'environnement social des familles. En effet, l'importance d'être entouré et d'avoir un cercle social a été soulevée par tous les participants. Ce cercle social peut se bâtir même avant le départ du conjoint militaire. Une participante rapporte que sur la majorité des bases militaires, il existe des groupes, par exemple, sur Facebook, pour apprendre à connaître de nouvelles personnes avant même d'arriver sur place. Celle-ci mentionne :

*Je pense que toutes les bases à son groupe aussi. Il y a toujours de l'aide. Quand la personne sait qu'elle va être postée là [...] Il y a un social qui commence déjà avant que tu arrives. Donc, c'est ça, je pense que c'est important sinon c'est plus difficile.* (Participante 8)

Ce cercle social est d'autant plus important lorsque la personne est seule, loin de sa famille ou nouvelle dans le mode de vie militaire selon les participants. Ils mentionnent que sur les bases

militaires où la majorité de la communauté est anglophone, de petits groupes de francophones se forment.

En ce qui concerne les enfants de militaire, ceux-ci rapportent qu'au niveau de l'environnement social, tout s'est bien déroulé. En effet, les participants soulignent l'importance de l'école en ce qui a trait à l'environnement social surtout l'école sur les bases militaires. Celle-ci permet de maintenir une normalité continue. Les enfants de militaires qui ont eu à déménager sur des bases militaires et à s'instruire à l'école de la base ont noté une facilité à construire leur cercle social. Les multiples déménagements des familles impliquent de se refaire un nouveau cercle d'amis chaque fois. Un aspect rapporté comme positif. Une participante mentionne :

*[...] quand tu vas dans des écoles militaires, le monde sait ce que c'est. Ils savent ce qu'est déménager et recommencer à zéro. Souvent, tu n'as même pas le temps de mettre les pieds dans la place que tu as déjà quatre ou cinq enfants qui viennent te voir [...] Tu sais, quand tu déménages, ils s'attendent à ce que tu perdes de vue le monde que tu as rencontré pour un certain temps. Donc, tu vas rencontrer des nouvelles personnes, tu vas vivre des nouvelles expériences. Tu n'arriveras pas là-bas et tu vas être tout seul dans ton coin. Non, le monde va venir te parler et va venir te demander ton nom et ces choses-là. (Participante 6)*

Sur les bases militaires, les amis sont majoritairement des enfants de militaires qui vivent tous des situations similaires. Les participants se considèrent chanceux d'avoir eu l'école pour le maintien de l'aspect social. Le personnel scolaire est impliqué auprès de ces enfants de militaires. Une participante rapporte :

*[...] je trouve que d'être justement enfant quand le père ou la mère a un déploiement, on est chanceux dans un sens parce qu'on a de l'école [...] on l'a quand même notre social [...] (Participante 6)*

Cependant, les enfants de militaires notent une différence entre l'école sur la base militaire et l'école publique en ce qui a trait à l'environnement social. Un enfant rapporte :

*[...] je n'ai jamais eu full d'amis. J'ai quand même été longtemps à l'école sur la base, donc ça, c'est pas pire de savoir que tout le monde sait un peu c'est quoi la réalité. En vieillissant, ça été pire parce que justement j'allais à l'école publique [...] je m'étais habitué à ce que tout le monde sache ce qu'était la réalité militaire [...] (Participante 4)*

Les enfants de militaires ont abordé le lien parental entre eux et leur parent déployé. Certains rapportent avoir une relation particulière avec leur père, alors que d'autres rapportent se

rappeler des moments de plaisir passés avec lui lors d'un anniversaire, par exemple. Du côté de la mère, sa présence est importante pour les enfants lors des déploiements. Un participant l'illustre :

*Ma mère, elle a dû s'absenter pendant un mois et demi parce que son père, mon grand-père, est décédé. Puis, ça l'a eu un impact beaucoup plus important que tous les déploiements que mon père a pu subir mis bout à bout. (Participant 5)*

Par ailleurs, les participants rapportent que le Centre de la famille, situé à Valcartier, est un endroit où plusieurs activités sont organisées pour les conjoint(e)s de militaires et les enfants. Cet aspect favorise les liens sociaux au sein de la communauté militaire.

En ce qui concerne l'environnement social des conjointes de militaires, celles-ci mentionnent qu'il est impensable d'avoir un fort réseau social lorsque les déménagements sont multiples. Cependant, il est possible d'avoir quelques amis à chaque endroit et plusieurs connaissances. Les café franco, le cercle des femmes d'officiers et les activités entre conjointes de militaires sont des opportunités d'avoir du social. Aussi, pour une conjointe sans enfant lors du déploiement de son conjoint, celle-ci rapporte avoir augmenté ses sorties entre amis durant les déploiements pour tenter de créer davantage de liens sociaux. Les amis sont présents lorsqu'il arrive quelque chose et que la conjointe nécessite de l'aide.

Dans certains cas, les conjointes de militaires ont la chance d'habiter près de leurs proches et leurs amis. Une participante mentionne : « [...] toutes les missions, j'étais à Québec où j'ai vécu et où je suis née. Mes parents sont là, mon frère est là et j'ai déménagé une seule fois avec les enfants [...] » (Participante 1) Dans ce contexte, le support familial est présent, et ce, même durant les déploiements. Dans d'autres cas, comme les participants le mentionnent, les conjointes peuvent habiter dans une autre ville et n'avoir personne autour vivant la même situation.

Les conjointes rapportent maintenir la communication avec leur partenaire déployé. Parfois, cette communication peut s'avérer trop fréquente pour certaines. Une participante rapporte :

*Je n'avais pas le temps de penser, on se parlait une fois par semaine à peu près. La dernière mission à tous les jours à trois heures d'Halifax. Ça m'a dérangé. J'avais l'impression de me faire comme voler du temps ou quelque chose comme cela. Je n'avais plus rien à raconter quand tu parles tous les jours, mes enfants n'ont pas grandi depuis hier. (Participante 8)*

Les participants soulignent que l'armée forme une grande famille. Étant donné qu'elle représente une communauté, si une famille doit déménager sur une autre base ou dans le contexte d'un déploiement, les participants rapportent qu'il y aura toujours des connaissances. Un participant le mentionne :

*[...] c'est une communauté. Donc, quand tu déménages, peu importe tu es où en général [...] tu vas avoir au moins au minimum une ou deux personnes que tu vas connaître. Peut-être proche si tu es chanceux ou du moins, que tu sais qu'il était là en même temps que toi. Donc, déjà là, tu partages quelque chose.* (Participant 5)

Les participants mentionnent qu'il est important d'avoir un bon réseau d'amis qui remplace la famille lorsque celle-ci est éloignée. De plus, une retombée positive a été nommée, soit celle d'avoir des amis et des connaissances un peu partout à travers le monde. Les participants soulignent que ces amis demeurent encore aujourd'hui.

#### **6.4.7. Équilibre et dynamique familiale**

Lors des déploiements, les changements apportés par l'absence d'un membre de la famille ont un impact sur l'équilibre familial. Un participant rapporte :

*Qu'est-ce que ça a changé au niveau de la dynamique familiale, en ce qui me concerne [...] c'est sûr que dans les premiers déploiements, c'était un peu plus toff. La figure paternelle n'était pas là, mais par la suite [...] tu viens que tu t'habitues à baigner là-dedans [...]* (Participant 5)

Au cours des groupes de discussion, une retombée majeure a été rapportée, soit celle de rendre les membres des familles plus soudés entre eux. La mère et les enfants développent davantage de liens entre eux et se soutiennent. Ils se sentent unis. En effet, un enfant de militaire illustre :

*[...] je trouve que l'impact que ça l'a eu, ça juste fait en sorte que ça soudé beaucoup plus l'élément familial. Mon frère et ma mère ça fait un noyau qui est beaucoup plus solide et qui fait qu'aujourd'hui, mes valeurs personnelles familiales passent en priorité sur bien des choses [...]* (Participant 5)

Ainsi, l'équilibre familial, malgré qu'elle puisse être changeante, est assuré par la mère durant l'absence du conjoint militaire. Un aspect également mentionné par les conjointes de militaires concernant la dynamique entre les deux partenaires est la confiance au sein du couple qui doit être présente.

#### 6.4.8. Soutien et stratégies en lien avec l'adaptation des familles de militaires

##### 6.4.8.1. Stratégies utilisées durant les déploiements

Afin de pallier les obstacles occasionnés par un déploiement, des stratégies sont mises en place par les familles. Plusieurs de ces stratégies ont été rapportées par les membres des familles de militaires. Ceux-ci mentionnent que l'utilisation d'un calendrier a été aidant pour passer à travers le déploiement et ce moyen est visuel pour les enfants. Une participante mentionne : « *J'avais fait un calendrier avec juste des photos de leur père et eux.* » (Participante 1) Une participante, enfant d'un militaire, rapporte : « *Je me rappelle que quand on était à Valcartier et qu'il était en Afghanistan, on avait un calendrier où on cochait chaque jour. Un gros calendrier où on cochait chaque jour pour savoir quand il allait revenir [...]* » (Participante 6) Cette stratégie permet d'illustrer les événements importants à venir comme un voyage ou encore, le retour du militaire.

L'une des conjointes a choisi de cesser d'écouter les médias pour diminuer l'anxiété engendrée par les propos rapportés par ceux-ci. Elle mentionne avoir réalisé que les informations transmises s'avéraient toxiques. Elle rapporte : « *Je n'écoutais plus les nouvelles. Je ne voulais plus rien entendre [...]* parce que dans le fond, ça générait de l'anxiété pour rien en plus. » (Participante 7)

De plus, la mise en place d'objectifs positifs est aussi une stratégie rapportée par les participants durant les déploiements. L'augmentation de certaines occupations comme la randonnée et l'entraînement a servi, comme le mentionne une participante, « *d'exutoire pour sortir mon stress* » (Participante 7). Ces activités permettent de maintenir un équilibre, malgré l'absence du conjoint militaire.

Pour les enfants de militaires, des stratégies sont mises en place pour les aider à passer au travers les déploiements et diminuer l'ennui ressenti comme de recevoir une récompense quotidiennement. Une participante mentionne :

*Moi, une des affaires qui m'a le plus aidé, je pense, c'est mon pot de M&M. J'en prenais un chaque jour pendant 180 jours. [...] Je me souviens que chaque matin, mon frère avait son Skittles et moi, j'étais toute contente de prendre mon M&M.*  
(Participante 4)

Une autre façon de passer à travers les déploiements d'un parent militaire a été de continuer d'avoir un certain contact avec le parent déployé, par exemple, par l'enregistrement de moments significatifs qui était par la suite acheminé au militaire en question. Cette stratégie a été rapportée par les participants.

Également, les activités organisées par le Centre communautaire pour les familles et le fait d'être bien entouré sont des stratégies qui ont été employées par les membres des familles militaires interrogés.

Finalement, le retour du militaire nécessite aussi la mise en place de stratégies efficaces comme permettre le retour en terrain neutre lors d'un voyage. Cette stratégie a été mentionnée par les participants et elle a été rapportée de cette façon :

*[...] Puis, on repart et quand on revient, c'est vraiment le fun. Ce côté qu'on a pris de reprendre notre portion qui nous appartient, mais à l'étranger. Donc, c'est plus soft un peu.* (Participant 8)

#### 6.4.8.2. Stratégies recommandées par les familles militaires

En ce qui concerne les stratégies recommandées par les familles de militaires pour passer au travers un déploiement, trois principales stratégies sont ressorties. Ces stratégies sont l'organisation, être entouré par un cercle social et accepter de demander de l'aide, lorsque nécessaire. Une participante mentionne :

*[...] je pense que c'est la clé, de s'entourer et de ne pas hésiter à demander. C'est clairement ce qui va faire en sorte [...] que les longs départs vont être moins longs [...] et vont être plus doux aussi.* (Participant 1)

Une autre participante rapporte :

*Mais l'organisation, un plan A-B-C-D-E-F jusqu'à Z, ça on devrait tous en avoir un. Puis, de prendre les choses un petit peu avec un grain de sel parce que tous ceux qui sont conjoints de militaires [...] quand la personne part sur un cours assez long ou un déploiement, il y a quelque chose qui pète quelque part [...]* (Participant 8)

Le Centre de la famille, les amis ou les forums constituent des stratégies proposées par les participants. D'autres stratégies ont été recommandées, telles que penser de façon positive et prendre ce qui arrive avec une dose d'humour et un grain de sel ainsi que de ne pas s'isoler des autres. Il est aussi important de normaliser les émotions vécues et de ne pas avoir peur de les

exprimer. Aussi, les participants rapportent qu'il faut trouver des stratégies positives pour les enfants et leur démontrer qu'ils peuvent avoir des émotions en lien avec le départ du père. Une participante mentionne :

*[...] c'est normal d'être triste et c'est normal d'être content quand il revient. Tu peux pleurer même si tu es content, tu n'es pas obligé d'expliquer pourquoi tu as des émotions, tu peux juste pleurer et c'est correct, on comprend.* (Participante 4)

Également, une stratégie proposée est celle d'être bilingue, tel que le rapporte une participante : « *Je pense que c'est important de parler plus qu'une langue. Au moins le français et l'anglais.* » (Participante 2)

Tout comme il a été mentionné précédemment, l'utilisation d'un calendrier a été rapportée dans les stratégies utilisées par les familles, mais également comme stratégie recommandée pour faciliter les déploiements.

En outre, faire preuve d'humilité et d'acceptation est une dernière stratégie notée par les participants. Un enfant de militaire mentionne :

*Je te dirais deux mots bien simples d'acceptation et d'humilité. L'acceptation que tu partes en déploiement, que ton conjoint parte en déploiement et l'humilité dans le sens d'être en mesure d'accepter de l'aide et d'accepter le fait que c'est inévitable, tu vas avoir besoin d'aide.* (Participant 5)

Une amélioration, en ce qui concerne la communication entre les membres des familles militaires et le proche déployé, a également été rapportée par les participants. En effet, les familles de militaires mentionnent que les nouvelles technologies facilitent le maintien des communications avec le militaire durant son déploiement contrairement aux années de l'Afghanistan où il y avait des délais de réponses lors des appels.

Ainsi, plusieurs stratégies ont été recommandées par les familles de militaires questionnées pour faciliter l'absence d'un proche déployé.

#### 6.4.8.3. Ressources et soutien disponibles aux familles militaires

Au cours d'un déploiement, les familles nécessitent du soutien et il est important qu'elles se sentent soutenues. Les participants rapportent, qu'aujourd'hui, une amélioration des services est observée contrairement à l'époque et une participante mentionne : « *[...] il y a toute une réalité différente aujourd'hui et c'est probablement à un moment donné, qu'ils ont pensé qu'ils devaient*

*mettre des services pour maintenir les familles. »* (Participante 3) Le Centre de la famille a été rapporté à plusieurs reprises par les membres des familles de militaires. De multiples services y sont offerts et permettent aux familles de se distraire, d'obtenir des séances d'information, d'avoir accès à des présentations sur les différentes missions qu'un membre de leur famille prend part, d'avoir accès à des rencontres avec un psychologue et de bénéficier d'heures de répit. Les participants mentionnent que les services sont autant offerts pour les conjoint(e)s que pour les enfants de militaires.

L'armée offre également une gamme de services et de ressources en soutien aux familles. Un participant rapporte : *« [...] au niveau des programmes qui existent à l'armée, c'est super bien paddé. Il y a tellement de choses à faire et c'est tellement bien organisé. Le support est là. »* (Participant 5) Toutefois, les participants rapportent qu'il s'avère plus difficile de trouver et d'avoir accès à ces ressources pour les familles n'habitant pas sur les bases militaires contrairement à celles demeurant sur une base militaire où l'accessibilité est facile. Les participants rapportent qu'il suffit de savoir reconnaître ses besoins et d'avoir connaissance des services offerts. Un participant le mentionne : *« [...] pour les gens qui vivent à l'extérieur des bases, c'est beaucoup plus difficile d'avoir accès à ces ressources-là. »* (Participants 5) Par ailleurs, pour les militaires déployés seuls, le support aux familles est peu présent contrairement au départ en équipe, tout comme le rapporte une participante : *« [...] il n'est jamais parti en équipe. Donc, je n'ai jamais eu de téléphone "est-ce que tu vas, est-ce que ta santé va bien?" Non, personne. »* (Participante 8)

Les participants ont fait mention de l'importance d'avoir accès à des ressources et des services lors des déploiements, et ce, que ce soit pour s'exprimer et évacuer ses émotions ou pour discuter avec des personnes vivant la même situation. Lors des déménagements, ces ressources sont d'autant plus importantes tout comme les participants le mentionnent. Les ressources s'avèrent, toutefois, moins utilisées par les familles ayant un réseau social proche d'eux. Par exemple, une participante rapporte :

*Mes amis sont ici, j'ai étudié ici, ma famille est ici, je me tourne vers eux plus que vers les ressources militaires. Je pense que les gens qui déménagent souvent ont besoin de ça. C'est vraiment nécessaire et essentiel d'avoir ces ressources-là aussi.*  
(Participante 1)

Le Centre de la famille est une ressource importante et il permet de soutenir les conjoints et conjointes ainsi que les familles. De multiples activités sont également organisées par ce centre. En connaissant les services disponibles et en ayant des connaissances sur la façon de les utiliser, les familles peuvent avoir accès à des multiples ressources facilement, surtout pour les familles demeurant sur les bases militaires.

#### **6.4.9. Identité occupationnelle**

Les déploiements ont permis aux participants d'apprendre à se connaître et à se définir. Ces absences ont permis, par la capacité à s'adapter et l'amour porté au conjoint militaire, de s'adapter et de voir le positif dans ce qui arrive.

*[...] un moment donné, il faut que tu avances et que tu continues, pas que tu te morfondes à te dire ce que tu vas faire. [...] tu ne tombes pas en amour avec l'armée, mais tu tombes en amour avec la personne [...] Oui, voir les éléments plus difficiles, mais en même temps, voir ce qui est positif. (Participante 1)*

Par ailleurs, s'ajoutent la résilience, l'adaptation, la flexibilité et l'ouverture mentionnées par une participante :

*Ma résilience, mon adaptabilité, ma flexibilité et mon ouverture viennent de ces expériences-là. Oui [...] probablement que je suis poquée un peu comme tout le monde qui vit ces situations et qui n'est pas stable. Mais en même temps, je pense que, par l'exemple de ma mère et de mon père aussi, de prendre ça avec un grain de sel et de le revirer de bord, regarde on va en faire de la meilleure chose. (Participante 3)*

Une participante rapporte être devenue davantage bienveillante et maternante envers ses enfants durant les déploiements. Le fait d'avoir vécu le mode de vie militaire a permis aux participants de se construire et se définir en tant qu'individu. Une participante l'illustre de cette façon :

*[...] moi, j'ai vécu ça comme une opportunité grandiose. Mes plus grandes qualités aujourd'hui, je pense, mes plus grandes forces viennent d'avoir vécu ce style de vie là. (Participante 3)*

Il a été rapporté par les participants que les déploiements ont permis à ceux-ci de gagner rapidement de la maturité. Certains ont vécu quelques difficultés et obstacles pour devenir les personnes qu'ils sont aujourd'hui. Un participant rapporte :

*[...] initialement, ça laissé une empreinte en dedans de moi qui a duré longtemps. Aujourd'hui, je suis fier du parcours que j'ai eu et de ce que ça m'a apporté, mais de dire que ça n'a aucune séquelle quelconque et que je suis blindé à tout, non. La séquelle du fait que l'image passait avant de tout, ça s'est resté longtemps, mais à part ça, la vie est belle. (Participant 5)*

Ainsi, les membres des familles qualifient les déploiements de bénéfiques pour eux et ces absences ont permis de les définir et de développer les individus qu'ils sont aujourd'hui.

En conclusion, les deux groupes de discussion focalisée ont permis de faire ressortir plusieurs retombées dans le quotidien sur les familles de militaires. Les participants ont également mentionné plusieurs stratégies d'adaptation efficaces et recommandées pour passer à travers les absences temporaires d'un membre de la famille militaire. Les échanges ont permis de constater que chacun a vécu les déploiements différemment, tout en ayant vécu plusieurs similitudes. Une participante le souligne : « *C'est le fun parce que, juste un commentaire comme ça, on est trois personnes qui ont vécu trois situations extrêmement différentes, mais avec beaucoup de similitudes dans ce qu'on a vécu.* » (Participante 1)

### **6.5. Tableaux synthèses finaux**

La présente section présente les tableaux synthèses finaux (12 à 18) regroupant les retombées et les stratégies d'adaptation employées par les familles de militaires provenant de la littérature existante. À ces tableaux s'ajoutent les bonifications provenant des résultats obtenus durant les groupes de discussion. Ceux-ci sont ajoutés en caractère gras dans les tableaux. La dernière colonne des tableaux permet de valider les retombées et les stratégies d'adaptation de la littérature selon ce qui a été obtenu dans les groupes de discussion. Voici la légende pour la dernière colonne « Validation par les groupes de discussion » : X= validation par les groupes de discussion; ■ = bonification des groupes de discussion; □ = non validé par les groupes de discussion.

Tableau 12.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l'être)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)			
Dimension de l'être			
Sphères	Retombées rapportées par la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion		Validation par les groupes de discussion
Habituation	Rôles	Assumer l'ensemble des rôles (celui du conjoint) (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016)	X
		Les plus vieux s'occupent des plus jeunes (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017)	X
		La mère devient la figure familiale, <b>le pilier familial et le chef d'autorité</b> (Misra et Singh, 2014). <b>Grande importance accordée au rôle de la mère.</b>	X
		<b>La mère maintien son rôle de travailleuse</b>	
		<b>La mère est qualifiée de « multitâches »</b>	
		<b>La mère est la gestionnaire des attentes et des émotions des enfants</b>	
		<b>La mère demeure la figure d'autorité, et ce, même au post-déploiement</b>	
	Routines	Augmentation des responsabilités (Aducci et al., 2011; Bouthillette, 2018; Misra et Singh, 2014; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013; Wilson et Murray, 2016)	X
		Modification des horaires/tâches de travail (Wilson et Murray, 2016)	
		Routines changeantes (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013)	X
		Difficulté à maintenir une routine stable (Bouthillette, 2018)	
Volition	Déterminants personnels	<b>Aucun changement pour les conjointes sans enfant</b>	
		Développer un meilleur sens de l'organisation et du contrôle (Bouthillette, 2018)	
		Sentiment de satisfaction augmenté et développer un sentiment d'autonomie (Bouthillette, 2018)	X
		Être débrouillard et indépendant (Bouthillette, 2018)	X
		<b>Difficulté à maintenir une stabilité</b>	
		<b>Ne pas s'ennuyer facilement</b>	
		<b>Aisance ressentie à parler en public</b>	
		<b>Aisance à développer des liens sociaux</b>	
	Intérêts	<b>Intérêt à s'impliquer auprès des FAC</b>	

Tableau 13.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l'être)*

Modèle de l'occupation humaine			
Dimension de l'être			
Sphères		Retombées rapportées par la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion	Validation par les groupes de discussion
Volition	<b>Intérêts</b>  <b>Valeurs et buts</b>	<b>Intérêt pour l'obtention d'un emploi au sein de l'armée</b>	
		<b>Ne pas remettre à plus tard les projets désirés</b>	
		Désir de s'épanouir dans un emploi, mais des difficultés sont rencontrées en raison des déménagements (Bouthillette, 2018)	X
		<b>Ne pas aspirer à une carrière dans les FAC</b>	
Capacité de rendement	Composante objective	<b>Ne pas épouser un militaire</b>	
		<b>Valeurs familiales ont gagné en importance</b>	
		Ressentir des défis émotionnels ayant un impact sur la santé mentale (ex. anxiété, tristesse, colère, sentiment de perte) (Aducci et al., 2011; Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016)	X
		<b>Petits deuils vécus par les enfants</b>	
		<b>Désir de l'enfant que son parent militaire ne revienne pas en raison de la tristesse vécue</b>	
		Éprouver des troubles du sommeil (Paley et al., 2013; Strong et Lee, 2017)	
		Se sentir dépassé par les événements (Misra et Singh, 2014)	X
		<b>Nature du déploiement a un impact sur le niveau d'anxiété</b>	
		<b>Augmentation de la sensibilité des enfants</b>	
		<b>Le retour engendre une charge émotive qui a l'effet d'un balancier positif</b>	
	Expérience subjective	Ressentir de la fatigue émotionnelle et physique (Aducci et al., 2011; Wilson et Murray, 2016)	

Tableau 14.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l'agir)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)		
Dimension de l'agir		
Sphères	Retombées rapportées par la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion	Validation par les groupes de discussion
Participation	Vivre les événements significatifs sans le parent déployé (Mmari et al., 2009)	X
	Conserver une communication avec le parent déployé (Wilson et Murray, 2016)	X
	Manquer de temps pour les activités personnelles (Warner et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)	X
	Diminuer les activités extrascolaires (Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017)	
	Devoir modifier les loisirs (Werner et Shannon, 2013)	X
	Augmenter les loisirs familiaux (Roberts, 2008; Werner et Shannon, 2013)	X
	Avoir de la difficulté à consacrer du temps pour les rendez-vous (Warner et al., 2009)	
	Éviter de demander de l'aide de l'entourage pour conserver une constance de la routine (Werner et Shannon, 2013)	
	<b>Les activités extérieures peuvent s'avérer plus difficiles durant les déploiements</b>	
	<b>Participer aux activités organisées par le Centre de la famille</b>	
	<b>Participer aux loisirs (sports, musique, théâtre) offerts par l'école sur la base militaire</b>	
	<b>Activités sociales et sorties augmentées pour les conjointes sans enfant</b>	
	Avoir l'opportunité de voyager en famille (Bouthillette, 2018)	X
	<b>Arrêt des voyages et des vacances estivales</b>	
	<b>Maintien de l'emploi et opportunité de travailler à distance selon le type d'emploi</b>	
Rendement	Éprouver des problèmes académiques (Misra et Singh, 2014; Mmari et al., 2009; Paley et al., 2013; Skomorovsky et Bullock, 2017)	X
Habilités	Avoir un manque de connaissances face aux ressources disponibles sur la base (Strong et Lee, 2017)	
	Apprendre une nouvelle langue (Bouthillette, 2018)	X
	<b>Développer un sens du leadership</b>	
	<b>Développer une facilité à créer des liens sociaux</b>	

Tableau 15.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension de l'environnement)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)		
Dimension de l'environnement		
Sphères	Retombées rapportées par la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion	Validation par les groupes de discussion
Environnement social	Lien d'attachement compromis <b>ou important</b> entre l'enfant et le parent déployé (Paley et al., 2013)	X
	Tension familiale augmentée (Skomorovsky et Bullock., 2017)	
	Diminution du support du conjoint déployé (Werner et Shannon, 2013)	X
	Support social augmenté (amis, proches, religion, professionnels de la santé) (Misra et Singh, 2014; Strong et Lee, 2017; Wilson et Murray, 2016)	X
	Meilleur support entre les membres des familles (Skomorovsky et Bullock, 2017)	X
	Rencontrer de nouvelles personnes en participant aux activités sur la base (Bouthillette, 2018)	X
	Présence d'un soutien de la part du personnel scolaire (Mmari et al., 2009)	X
	<b>Importance du cercle social</b>	
	<b>Groupes Facebook</b>	
	<b>Francophones réunis sur les bases anglophones</b>	
Environnement physique	<b>Importance de l'école sur les bases militaires (enfants de militaires et implication du personnel)</b>	
	<b>Membres des familles de militaires plus unis entre eux</b>	
	<b>Équilibre familial maintenu par la mère</b>	
	<b>Possibilité d'avoir des connaissances et amis à travers le monde</b>	
	<b>Retombées lorsque la famille est relocalisée dans une région éloignée ou peu appréciée</b>	
	<b>Soutien des proches en fonction de la région habitée par la famille</b>	
	<b>Retombées si la langue de la région n'est pas familière aux membres de la famille du militaire</b>	
	<b>Les déménagements ne se déroulent pas toujours sans obstacle</b>	

Tableau 16.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (dimension du devenir)*

Modèle de l'occupation humaine (MOH)		
Dimension du devenir		
Sphères	Retombées rapportées par la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion	Validation par les groupes de discussion
Adaptation occupationnelle	L'organisation nécessaire diminue la place pour la flexibilité et l'adaptation (Bouthillette, 2018)	
	L'équilibre familial est continuellement réorganisé (Paley et al., 2013)	X
Identité occupationnelle	Permet le développement d'un sentiment d'indépendance et de confiance en soi (Wilson et Murray, 2016)	X
	Permet d'apprendre à s'aimer soi-même (Wilson et Murray, 2016)	
	Sentiment de maturité ressenti par les enfants (Skomorovsky et Bullock, 2017)	X
	Sentiment de liberté ressenti par les adolescents (Misra et Singh, 2014)	
	<b>S'adapter et voir le positif par la capacité à s'adapter et l'amour porté au conjoint militaire</b>	
	<b>La résilience, l'adaptation, la flexibilité et l'ouverture dont font preuve les familles viennent des expériences qu'elles ont vécues.</b>	
	<b>Les mères deviennent davantage bienveillantes et maternantes.</b>	
	<b>Déploiements bénéfiques et permettent aux individus de se développer et se définir</b>	

Tableau 17.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (stratégies d'adaptation)*

<b>Modèle de l'occupation humaine (MOH)</b>			
Dimension	Sphères	Stratégies d'adaptation rapportées dans la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion	Validation par les groupes de discussion
Être	Habituation	Établir une nouvelle routine (Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Strong et Lee, 2017)	X
		Maintenir une normalité au sein de la routine (Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013)	X
		Utiliser un calendrier permettant de mettre l'accent sur les événements importants (Bouthillette, 2018; Strong et Lee, 2017).	X
	Volition	<b>Recevoir une récompense quotidiennement</b>	
		Penser de façon positive (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)	X
		<b>Prendre ce qui arrive avec un grain de sel et humour</b>	
	Capacité de rendement	Stratégies centrées sur les émotions (réévaluation par la relativisation, penser de façon positive, accepter la situation, évitement et fuite) (Bouthillette, 2018)	X
		Stratégies centrées sur la résolution de problèmes (résoudre les problèmes, affronter la situation par une attitude positive, un sentiment d'efficacité personnel et une recherche d'activités) (Bouthillette, 2018)	
		<b>Normaliser les émotions vécues par les enfants et ne pas avoir peur de les exprimer</b>	
		<b>Faire preuve d'humilité et d'acceptation</b>	
Agir	Participation	Se tenir occupé avec de nouvelles passions et de nouveaux intérêts (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)	X
		Demeurer actif (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)	X
		Se distraire (Skomorovsky et Bullock, 2017; Strong et Lee, 2017)	X
		<b>Participer aux activités organisées par le Centre de la famille</b>	
	Rendement	<b>Partir en voyage pour permettre le retour du conjoint en terrain neutre</b>	
		Être proactif (Bouthillette, 2018)	
		<b>Habiletés</b>	
		<b>Être bilingue</b>	

Tableau 18.

*Synthèse finale avec les bonifications et validations provenant des groupes de discussion (stratégies d'adaptation et ressources)*

<b>Modèle de l'occupation humaine (MOH)</b>			
Dimension	Sphères	Stratégies d'adaptation rapportées dans la littérature et <b>bonifications</b> des groupes de discussion	Validation par les groupes de discussion
Environnement	Social	Augmenter le temps familial (Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017; Werner et Shannon, 2013)	X
		Maintenir une communication régulière (Bouthillette, 2018; Mmari et al., 2009; Roberts, 2008; Skomorovsky et Bullock, 2017)	X
		Déménager pour se rapprocher de la famille (Paley et al., 2013)	
		Diminuer l'attention portée aux médias (Mmari et al., 2009; Wilson et Murray, 2016)	X
		Groupe de soutien (Mmari et al., 2009; Skomorovsky et Bullock, 2017; Wilson et Murray, 2016)	
		Recherche de soutien social (Bouthillette, 2018)	X
	Ressources offertes aux familles	<b>Consulter les forums</b>	
		<b>Amélioration des services offerts aux familles</b>	
		<b>Centre de la famille rapporté comme ressource principale (plusieurs services offerts pour se distraire, s'informer...)</b>	
		<b>Gamme de services et de programmes des FAC facilement accessibles pour les familles habitant sur les bases militaires</b>	

## **7. DISCUSSION**

Cette section présentera une discussion critique des résultats qui ont été obtenus dans le cadre de ce projet d'essai. Tout d'abord, il sera question d'un rappel du but et des objectifs de la recherche, suivi d'une analyse critique des résultats obtenus par les groupes de discussion. Cette section se terminera avec des recommandations quant aux rôles et aux cibles d'intervention en ergothérapie ainsi qu'une synthèse des forces et des limites du projet.

### **7.1. Rappel du but et des objectifs de recherche**

Le but de ce projet d'essai était de « valider et bonifier la littérature existante sur les répercussions occasionnées par les déploiements sur les familles militaires canadiennes, et ce, en particulier sur les répercussions occupationnelles. » Trois objectifs spécifiques découlaient de ce but principal, soit 1) décrire et valider les retombées décrites dans la littérature et les bonifications selon un modèle de compréhension occupationnel de l'être humain (habitude, volition, capacité de rendement, occupations significatives, équilibre occupationnel, environnement social, environnement physique, adaptation occupationnelle et identité occupationnelle) vécues au quotidien par des familles de militaires canadiens lors des déploiements, 2) dresser un portrait plus exhaustif et intégré dans un modèle de compréhension en ergothérapie des stratégies utilisées dans la vie quotidienne par ces familles de militaires canadiens pour diminuer les enjeux occasionnés par les déploiements et 3) émettre des recommandations sur les rôles et les cibles d'intervention des ergothérapeutes œuvrant auprès des familles de militaires canadiens.

Ce projet d'essai s'est appuyé sur le Modèle de l'occupation humaine (MOH) comme cadre conceptuel. Pour permettre d'atteindre ces trois objectifs, onze articles ont été sélectionnés pour la réalisation d'une revue de la littérature et deux groupes de discussion de trois et cinq participants ont eu lieu au mois d'avril dernier.

### **7.2. Analyse critique des résultats obtenus par les groupes de discussion**

Afin de répondre au premier objectif de l'étude, des questions concernant les répercussions occupationnelles occasionnées par les déploiements sur les familles de militaires s'imposaient. Ces questions ont pu être abordées durant les deux groupes de discussion qui ont été réalisés dans le cadre de ce projet d'essai. Elles ont permis de valider plusieurs éléments de la littérature comme il est possible de le constater à travers les tableaux 12 à 18. De plus, de multiples nuances et

bonifications ont aussi été apportées par les huit participants lors de ces deux groupes. Cette prochaine section de la discussion se penchera plus spécifiquement sur les bonifications et les nuances à travers une analyse critique de ces résultats.

### **7.2.1. Bonifications ciblant les répercussions occupationnelles vécues par les familles de militaires canadiens**

Les résultats obtenus grâce aux échanges lors des deux groupes de discussion ont permis de bonifier et nuancer ceux obtenus dans la revue de la littérature, puisque les participants ont apporté de nouveaux éléments pertinents lors des discussions. Ces nuances et ces bonifications seront présentées dans cette section.

Tout d'abord, les résultats ont permis de démontrer que plusieurs changements se font ressentir au sein de la famille. La mère est d'une plus grande importance pour les membres de la famille, dont les enfants, lorsque l'un des parents est déployé en mission militaire. Celle-ci assume pleinement son rôle en s'occupant de la gestion des enfants en ce qui a trait à leurs comportements, leurs attentes et leurs émotions. Elle est aussi considérée comme une mère multitâches, car elle doit prendre en charge l'ensemble de la maisonnée. Ces éléments ajoutent et corroborent à l'étude de Misra et Singh (2014) qui qualifie la mère de figure familiale. Au retour du père militaire, les résultats des groupes de discussion ajoutent que la figure familiale demeure la mère. Les enfants continuent de se tourner et de considérer celle-ci comme la figure d'autorité au sein de la famille. La reprise du rôle paternel par le père est difficile à reprendre. En plus d'agir à titre de mère monoparentale temporairement, celle-ci continue de maintenir également son rôle de travailleuse durant l'absence prolongée de son conjoint en prenant la décision de poursuivre son emploi, et ce, même à temps plein. De plus, l'opportunité du télétravail devenue de plus en plus présente en 2021 en raison de la pandémie mondiale apporte un élément nouveau n'ayant pas été abordé dans la littérature. Cet élément apporte une nuance face aux résultats des auteurs Wilson et Murray (2016) dont les participants rapportaient devoir modifier leurs horaires et leurs tâches de travail, afin de s'assurer d'être là pour les enfants. Une nuance est aussi apportée à l'étude de Bouthillette (2018) dont les participantes avaient un désir de poursuivre un emploi dans lequel elles avaient étudié. Toutefois, elles rapportaient que les déménagements rendaient l'atteinte de ce but très difficile. L'emploi occupé par les conjointes demeure un aspect important qu'elles désirent conserver dans leur routine, malgré tous les changements occasionnés par les déploiements. Le modèle Vivez bien

vosre vie appuie ce résultat en mentionnant que les individus qui contribuent à la société sont davantage en santé et les risques de développer une dépression sont réduits, et ce, tout en permettant à ceux-ci d'augmenter leurs diverses capacités fonctionnelles (Moll et al., 2015a). L'engagement est un concept important en ergothérapie et ces conjointes de militaires le démontrent par la poursuite d'une occupation signifiante pour elles (Alaux, 2020). Par ailleurs, elles peuvent maintenir des liens sociaux et le risque d'isolement est diminué par la poursuite de leur emploi, tout comme le modèle *Vivez bien votre vie* le rapporte (Moll et al., 2015a).

Ensuite, les résultats montrent que les déploiements occasionnent des répercussions positives sur le développement personnel des membres des familles de militaires, et ce, autant en ce qui concerne leurs déterminants personnels que leurs habiletés. Les absences prolongées entraînent, chez ceux-ci, le développement et la prise de conscience de plusieurs déterminants personnels. Ils parviennent à ne plus s'ennuyer aussi facilement lorsque leur conjoint ou leur parent militaire s'absente et ils sont plus à l'aise de s'exprimer devant un public et de développer des liens avec les autres. De nouvelles habiletés sont aussi développées par l'expérience des déploiements chez les enfants et les conjointes, dont le développement du *leadership*. Ces aspects sont donc positifs pour ces familles. Il peut toutefois s'avérer difficile de maintenir une stabilité dans le quotidien et la vie en général en raison de l'expérience vécue à travers le mode de vie militaire. En effet, selon les Services aux familles de militaires (2016), ce mode de vie peut entraîner des relocalisations et des absences prolongées du parent militaire qui vont engendrer la perturbation de la stabilité familiale ce qui corrobore avec ce résultat.

En plus du développement de déterminants personnels, les déploiements entraînent aussi des répercussions positives sur le développement de nouveaux intérêts et de nouvelles occupations. Par exemple, les participants ont rapporté avoir eu des opportunités de voyager et de découvrir de nouveaux horizons, un résultat qui corrobore à ceux de l'étude de Bouthillette (2018). De plus, le désir de s'impliquer auprès de la communauté militaire a été démontré par les résultats, et ce, dans une conscience de redonner face à ce que la famille a pu recevoir de cette institution ou encore, le désir de s'investir et d'obtenir un emploi au sein des FAC. Les résultats ont aussi mentionné une certaine urgence de vivre lors du retour du conjoint militaire. Une prise de conscience face à ne plus remettre les projets à plus tard a permis à ces familles de faire plusieurs beaux projets. Les valeurs familiales ont aussi gagné en importance pour les membres de ces familles militaires. Un

aspect n'ayant pas été élaboré à travers les résultats obtenus dans la revue de la littérature. Les résultats ont également montré des répercussions plus négatives concernant les valeurs et les buts qui se sont forgés à travers les expériences du déploiement, dont un recul face à l'armée en ne désirant pas aspirer à une carrière dans les FAC bien que l'un des deux parents soit militaire. Aussi, une autre répercussion négative est celle de ne pas désirer rencontrer un partenaire de vie qui soit militaire. L'armée a laissé, à ces enfants de militaires, un goût amer envers les buts auxquels ils aspirent pour le futur. Ces aspects n'ont pas été élaborés dans la littérature.

Tout comme la littérature le mentionnait, les occupations réalisées par les membres des familles ont dû être modifiées durant les déploiements et les conjointes ont su s'adapter. Toutefois, une nuance a été apportée par les participants en ce qui concerne les activités et les loisirs des enfants. Ceux-ci rapportent qu'ils n'ont pas modifié leurs activités et même que certaines d'entre elles ont été augmentées. En effet, les activités organisées par l'école comme les sports, le théâtre et la musique permettent aux enfants de poursuivre leurs loisirs même en l'absence du parent militaire. Ce résultat nuance celui des études de Warner et al. (2009) et Wilson et Murray (2016) qui rapportaient un manque de temps pour la réalisation des activités extrascolaires des enfants. Par ailleurs, les résultats montrent que le Centre de la famille est très présent et proactif dans l'organisation d'activités auxquelles les enfants et les conjointes ont rapporté participer. Ce résultat ajoute à ceux obtenus dans la revue de la littérature. Aussi, un aspect n'ayant pas été abordé dans la littérature est celui des opportunités de voyager en famille lors des vacances du militaire durant un déploiement. Un aspect positif pour les participants bien que pour certains, les voyages en famille durant la saison estivale devaient être annulés lors des déploiements.

L'environnement social a aussi fait partie des discussions lors des deux groupes. Les résultats montrent l'importance du réseau social pour les membres des familles lorsque le militaire est en déploiement et cet aspect bonifie les résultats obtenus dans la revue de la littérature. Les résultats ont également apporté des nouveautés intéressantes qui n'avaient pas été abordées dans la littérature, soit les différentes façons de maintenir des liens sociaux ou encore, de faciliter les nouvelles connaissances. Par exemple, l'existence de différents groupes sur l'application Facebook fait partie de ces manières d'apprendre à connaître d'autres conjointes de militaires. Également, sur les bases militaires canadiennes anglophones, les francophones forment de petits groupes entre eux, ce qui favorise les liens sociaux. Les résultats montrent aussi que les

expériences vécues par les familles à travers les déploiements permettent aux membres de celles-ci qui demeurent à la maison de devenir de plus en plus unis. Ce résultat corrobore avec l'étude de Skomorovsky et Bullock (2017) qui rapportait un plus grand soutien entre les membres des familles. Toutefois, une nuance est présente, car cette étude rapporte aussi des tensions qui se développent au sein des familles. En ce qui concerne l'environnement social des enfants de militaires, les résultats montrent l'importance positive de l'école sur les bases militaires. Les enfants de militaires connaissent la réalité vécue par chacun d'entre eux et le personnel de l'école est très impliqué auprès d'eux. Ce résultat ajoute à celui de l'étude de Chandra et al. (2010) qui rapportait que les élèves se tournent vers le personnel de l'école pour obtenir le soutien dont ils ont besoin. Cette étude n'a pas été abordée dans la revue de la littérature, mais elle demeure pertinente dans l'analyse de certains résultats. Pour ces enfants, l'école devient un endroit sécuritaire (Chandra et al., 2010). De plus, les résultats des groupes montrent aussi un impact sur le lien d'attachement avec le parent militaire. Une relation particulière entre l'enfant et le parent déployé est observable, alors que pour d'autres une relation importante semble se développer, car les enfants profitent davantage des moments passés avec celui-ci. Ce résultat bonifie celui de l'étude de Skomorovsky et Bullock (2017) qui rapportait un lien d'attachement compromis au retour du parent militaire lorsque la santé mentale de celui-ci était affectée. Une dernière nouveauté en lien avec l'environnement social est celle de la possibilité de développer et de maintenir des amitiés et des connaissances à travers le monde grâce à l'expérience des déploiements.

L'environnement physique est aussi un élément ayant été discuté durant les groupes de discussion. Les résultats montrent les répercussions que peut occasionner le lieu où les familles vont demeurer durant les déploiements. Les répercussions s'avèrent positives dans le cas où la famille demeure près de ses proches et de ses amis, car elle est en mesure de recevoir tout le soutien nécessaire. D'un autre côté, les retombées s'avèrent plus négatives lorsque la famille se voit relocaliser dans une région qui n'est pas appréciée, éloignée ou encore, si la langue de cette région n'est pas familière. Des obstacles supplémentaires s'ajoutent donc pour ces familles. Par ailleurs, il peut arriver que les déménagements ne soient pas sans difficulté comme l'a rapporté l'une des participantes en se voyant dans l'obligation de demeurer chez sa mère avec ses enfants durant plusieurs mois. Ainsi, l'environnement physique aura aussi des retombées sur la façon dont le

déploiement sera vécu par les familles de militaires. Ces résultats ne sont pas abordés dans la revue de la littérature.

Ces diverses retombées, qu'elles soient positives ou négatives pour les conjointes et les enfants de militaires, ont permis à ceux-ci de s'adapter au mode de vie militaire. Également, il a été possible pour ceux-ci de se développer et se définir en tant qu'individu. Cette identité occupationnelle provient, entre autres, de l'expérience bénéfique vécue à travers les déploiements, bien que celle-ci pouvait s'avérer plus difficile à certains moments. Les résultats montrent que les déploiements ont contribué à la résilience, à l'adaptation, à la flexibilité et à l'ouverture auxquelles font preuve les familles de militaires pour passer à travers ces longues absences. Les composantes des environnements social et physique, les valeurs et les buts qui sont développés à travers ces expériences, les nouveaux intérêts, les déterminants personnels et les habiletés qui ont été développés ainsi que la participation occupationnelle qui a été modifiée ont contribué à forger cette identité, tout comme le définit Taylor (2017) dans sa définition de l'identité occupationnelle.

La prochaine section abordera les stratégies d'adaptation employées et recommandées par les familles de militaires et les ressources disponibles pour elles.

### **7.2.2. Bonifications ciblant les stratégies d'adaptation et les ressources disponibles pour les familles de militaires**

Afin de répondre au second objectif de ce projet de recherche, des questions ont été abordées spécifiquement en lien avec les stratégies utilisées et recommandées par les familles de militaires ainsi que les ressources disponibles pour celles-ci lors des déploiements. Les résultats montrent que plusieurs stratégies d'adaptation sont employées par les conjointes et les enfants pour parvenir à diminuer les répercussions qu'occasionnent les déploiements. Plusieurs de ces stratégies valident celles obtenues dans la revue de la littérature et d'autres nouvelles s'ajoutent comme bonifications et permettent de démontrer l'adaptation des familles.

D'abord, un concept qui est ressorti de façon importante est celui d'être entouré par un cercle social. Ce résultat corrobore avec l'étude de Bouthillette (2018) qui rapportait des résultats similaires. Les résultats montrent que ce cercle social peut prendre différentes formes comme l'entourage et les amis. L'accès à des forums pour discuter avec d'autres individus dans la même situation ou les regroupements de familles de militaires sur des plateformes comme Facebook

peuvent s'avérer aidant pour apprendre à connaître d'autres personnes lors des déploiements et surtout, lors d'une relocalisation. Le Centre de la famille de Valcartier, par exemple, permet également de favoriser les échanges et les liens sociaux à travers les activités qui y sont organisées. Les familles sont invitées à y participer.

Quelques stratégies ont été mentionnées pour permettre aux enfants de passer plus facilement à travers les déploiements comme par une récompense quotidienne. Les participants ont donné l'exemple d'un M&M par jour durant tout le déploiement. Les résultats montrent aussi l'importance de normaliser les émotions qui sont vécues par les enfants, afin que ceux-ci soient en mesure de les exprimer et de ne pas les garder pour eux. Ce résultat permet de bonifier une étude de Gewirtz et al. (2011) sur les stratégies permettant de supporter les familles dans le processus du déploiement. Cette étude n'a pas été abordée dans la revue de la littérature, mais elle demeure pertinente dans l'analyse de certains résultats. Cette étude rapporte, en lien avec ce résultat, qu'effectuer des jeux de rôle avec les enfants sur des situations difficiles peut être aidant dans la gestion de l'anxiété des enfants (Gewirtz et al., 2011).

Des résultats similaires à ceux de la littérature ont été obtenus, par exemple, prendre les situations avec un grain de sel et voir les situations qui surviennent avec humour. Ceux-ci sont en lien avec la stratégie proposée par les études de Bouthillette (2018), Mmari et al. (2009) et Wilson et Murray (2016), qui était celle de penser positivement lors des déploiements pour aider à réduire les retombées vécues durant les absences du proche militaire. Les résultats des groupes de discussion montrent aussi que les familles qui font preuve d'humilité en acceptant de recevoir de l'aide et d'acceptation face départ du conjoint militaire sont en mesure de diminuer les enjeux vécus. Un aspect n'ayant pas été abordé dans la revue de la littérature.

En outre, deux nouveaux résultats ont été apportés par les participants et ils n'ont pas été abordés dans la revue de la littérature. L'un d'entre eux est une stratégie en lien avec les langues, soit d'apprendre à parler plus d'une langue afin de s'adapter plus facilement au déploiement lorsque la famille est relocalisée dans une région dont la langue n'est pas familière. L'autre résultat montre qu'une stratégie pouvant être utilisée par les familles ayant un intérêt pour les voyages est celle de partir dans un autre pays lors du retour du conjoint militaire. Cette stratégie permet au couple de reprendre leurs rôles en terrain neutre. La réintégration s'avère plus facile lorsqu'elle est faite de cette façon selon les participants.

En ce qui concerne les ressources disponibles pour les familles de militaires lors des déploiements, les résultats montrent qu'une grande quantité de ressources est disponible pour celles-ci et les services offerts semblent s'améliorer avec les années. L'une des ressources principales est le Centre de la famille, celui-ci offre une multitude de services et de ressources autant aux enfants qu'aux parents. Ce centre organise des activités de distraction, mais offre également des services permettant d'informer les familles sur les déploiements. En effet, selon le portail technologique « Centre de la famille Valcartier », plusieurs services y sont offerts pour aider les familles tels que des services de soutien à l'emploi, de la documentation, des offres pour des activités et des interventions psychosociales (Centre famille Valcartier, s. d.). Cet aspect permet de corroborer avec les résultats obtenus et démontre l'ensemble des ressources proposées aux familles de militaires. Finalement, les résultats des groupes de discussion montrent que les Forces armées canadiennes offrent une gamme importante de services et de programmes qui s'avère, selon les participants, facilement accessible pour les familles demeurant sur les bases militaires. Les membres des familles militaires sont donc en mesure, lorsqu'ils en ressentent le besoin, d'aller chercher le soutien nécessaire ce qui est un élément important pour aider les familles à surmonter les répercussions des déploiements. Cependant, un document disponible sur les familles militaires de Battams et Mann (2018) rapporte une difficulté pour celles-ci en ce qui concerne l'accessibilité à des services de santé offerts par les Services de santé des Forces canadiennes (SSFC). Ces auteurs mentionnent que les membres des familles doivent se tourner vers le système public de santé pour avoir accès à un médecin de famille, un dentiste ou d'autres professionnels de la santé.

Ces divers résultats montrent donc l'adaptation des familles face aux déploiements d'un proche militaire. Elles sont en mesure d'utiliser de multiples stratégies d'adaptation variées leur permettant de diminuer les répercussions occasionnées par ces absences prolongées. Par ailleurs, ces stratégies d'adaptation s'avèrent efficaces pour ces familles.

### **7.3. Recommandations sur les rôles et cibles d'intervention en ergothérapie**

Cette présente section permet de répondre au dernier objectif de ce projet d'essai. Les résultats obtenus à travers la revue de la littérature et les deux groupes de discussion montrent la pertinence de la pratique en ergothérapie auprès des familles de militaires et l'importance d'en apprendre davantage sur les répercussions qui sont vécues par ces familles durant les déploiements.

Les résultats obtenus montrent que le contexte familial est déterminant et en tant qu'ergothérapeute, il est possible d'agir à ce niveau. Les ergothérapeutes, à travers leur rôle d'expert en habilitation de l'occupation, sont en mesure d'intervenir auprès de ces familles en faisant appel à différentes connaissances, dont celles concernant les occupations, le rendement occupationnel et la participation occupationnelle (ACE, 2012). Il serait donc pertinent d'orienter les cibles d'intervention vers l'acquisition d'habiletés en lien avec l'établissement de routines et d'habitudes stables, le maintien de l'équilibre occupationnel et l'adaptation aux changements de rôles pour ces familles de militaires. Par exemple, il serait possible d'outiller le/la conjoint(e) civil(e) qui demeure à la maison durant le déploiement et qui s'occupe de l'ensemble de la gestion de la maisonnée. L'établissement de routines est une cible d'intervention importante lorsqu'il est question des familles de militaires, dont les conjoints et les conjointes civiles. Lors des déploiements, le conjoint civil devient un parent monoparental et il doit s'occuper de tout. Tel que le rapporte le modèle *Vivez bien votre vie*, les routines peuvent permettre une certaine stabilité au quotidien (Moll et al., 2015a). Ainsi, en ayant une routine bien établie, ces partenaires civils s'assurent une protection et une économie d'énergie. Par ailleurs, les routines permettent d'organiser le quotidien, de prévenir et de s'adapter aux exigences de l'environnement dans lequel les individus vivent (Moll et al., 2015a). Les ergothérapeutes pourraient intervenir auprès des conjoints et conjointes de militaires pour expliquer l'importance de l'établissement de routines et la façon de le faire, tout en s'assurant de leur fournir du soutien à travers toutes les étapes du déploiement.

Une autre piste d'intervention qui pourrait être pertinente à utiliser est une approche qui mise sur les forces, les valeurs et les buts des familles (Gewirtz et al., 2011). Cette approche permettra, entre autres, de cibler les objectifs que les familles désirent atteindre à travers le déploiement afin d'avoir une vision plus positive et davantage orientée vers le futur (Gewirtz et al., 2011). Cette approche d'intervention se rapproche grandement de l'approche centrée sur la personne, dont les ergothérapeutes font preuve dans leur pratique (World Federation of Occupational Therapy [WFOT], 2010). Les ergothérapeutes détermineront les forces et les ressources des conjoints et des enfants de militaires pour ensuite, cibler des interventions selon ce que ces familles désirent (ACE, 2012; WFOT, 2010). Cette compétence fait partie du rôle d'expert en habilitation de l'occupation que l'on retrouve dans le *Profil de la pratique des ergothérapeutes*

*au Canada* (ACE, 2012). D'autre part, le Modèle de gestion de cas basé sur les forces (MGCBF) utilisé en santé mentale pourrait s'avérer intéressant à employer auprès des familles de militaires (Hogan et Pennell, 2016). Ce modèle est axé sur les forces du client et le but de l'intervention est d'identifier les buts et les aspirations de celui-ci (Hogan et Pennell, 2016). Par la suite, l'ergothérapeute et son client seront en mesure de les placer en ordre d'importance (Hogan et Pennell, 2016). Dans le cas des familles de militaires, une approche semblable pourrait être utilisée, comme mentionné au début de ce paragraphe, afin de miser sur les buts et les objectifs à atteindre durant les déploiements. L'ergothérapeute serait en mesure de les outiller et de les soutenir à travers ce processus. Les familles de militaires pourraient prendre conscience qu'il est possible d'aspirer à des buts, des objectifs et de s'adapter, malgré l'absence prolongée du militaire. Ainsi, cette intervention mise sur les forces et les ressources des familles dans une approche centrée sur la personne (Hogan et Pennell, 2016).

En tant qu'ergothérapeute, il serait intéressant de miser sur l'attitude ludique autant chez l'enfant que l'adulte. En effet, l'étude de Guitard et al. (2006) fait ressortir trois avantages de l'attitude ludique chez les adultes, soit de faire en sorte que l'activité soit positive et agréable, et ce, peu importe que l'activité soit un loisir ou du travail. Par ailleurs, les résultats de cette étude montrent que les individus qui abordent une attitude ludique semblent faire preuve d'ouverture, de flexibilité, de positivisme, de spontanéité et d'humour ce qui leur permet de faire face aux diverses situations qui peuvent survenir dans leur quotidien (Guitard et al., 2006). Également, le troisième avantage de l'attitude ludique est de favoriser une meilleure santé et le bien-être chez les adultes (Guitard et al., 2006). Les résultats de l'étude de Guitard et al. (2006) montrent que « l'attitude ludique peut contribuer à aborder les entraves créées par l'environnement avec ingéniosité et humour, elle permettrait à la personne de maintenir ses activités. » (p.11) Ainsi, auprès des conjoints et conjointes de militaires, promouvoir l'attitude ludique chez ceux-ci pourrait avoir des impacts positifs sur la façon dont ils vont vivre les difficultés et les situations qui surviendront durant les déploiements et ils auront davantage confiance en eux. Ils parviendraient à s'adapter plus facilement aux enjeux du mode de vie militaire. Donc, malgré la surcharge des conjoints lors des déploiements, cette intervention pourrait être favorisée en l'appliquant dans une occupation déjà réalisée par ceux-ci comme le travail.

Par ailleurs, une piste d'intervention possible sera celle de l'apprentissage de la gestion des émotions et de l'anxiété pour les membres des familles de militaires. Des interventions davantage dans le domaine de la santé mentale seraient donc pertinentes envers ces familles à travers les phases du déploiement pour les aider à comprendre et à gérer la gamme d'émotions qu'elles vivent. Des stratégies de gestion de l'anxiété et de l'énergie pourraient constituer des exemples d'interventions possibles auprès des familles. L'expression et la gestion des émotions vécues par les conjoints et les conjointes de militaires ainsi que les enfants sont importantes à aborder. En effet, l'utilisation d'activités d'expression peut être bénéfique pour ces familles. Ces activités peuvent consister à tenir un journal personnel ou encore, des activités plus créatives et artistiques comme l'argile, la peinture ou le dessin. Les participants de l'étude de Wheeler et Torres Stone (2010) ont rapporté l'effet aidant de ces activités d'expression. Cette piste d'intervention pourrait donc être intéressante pour soutenir les membres des familles de militaires dans la gestion de la gamme d'émotions qu'ils vivent et l'expression de celle-ci. De plus, cette intervention peut s'appliquer autant aux enfants qu'aux adultes. Une facilité à gérer la tristesse, l'ennui, la colère pourrait se développer en utilisant une stratégie comme celle-ci.

Pour la gestion de l'ennui, une piste d'intervention intéressante serait celle de l'aménagement d'un coin dans une pièce de la maison. À l'intérieur de cette pièce, il pourrait y avoir des items, des objets et des photos ayant une signification particulière pour chacun des membres de la famille envers le proche militaire. Cet endroit serait dédié à se détendre et à penser aux bons moments passés et futurs avec le proche déployé pour diminuer l'ennui vécu. Il pourrait être possible d'y écouter de la musique ou des films. L'ergothérapeute pourrait donc proposer cette intervention aux familles et les aider dans l'aménagement de cet environnement.

En tant qu'ergothérapeute, il serait aussi possible d'intervenir en prévention et promotion de la santé auprès de ces familles dans les Centres de la famille présents sur les différentes bases militaires au Canada comme le Centre de la famille à Valcartier. Une approche plus communautaire pourrait être abordée auprès de la communauté militaire canadienne. La collaboration avec d'autres professionnels de la santé et les FAC ainsi que fournir des informations et des outils aux conjoints et aux enfants à travers des séances de groupes pour favoriser leur adaptation occupationnelle peuvent constituer des rôles occupés par l'ergothérapeute dans une vision de promotion de la santé auprès de cette clientèle. Ces exemples sont inspirés de ceux

rapportés dans l'étude de Tucker et al. (2014). Par exemple, des séances de groupe pourraient être offertes afin de fournir des stratégies d'adaptation occupationnelle. Il s'avère aussi important de promouvoir l'engagement, l'établissement de routines, la participation à des occupations signifiantes et l'équilibre occupationnel. Dans une optique davantage de prévention, des informations et des stratégies sur la prévention de l'insatisfaction vécue, de la détresse et de l'inadaptation pourraient être abordées durant ces séances. En outre, il serait intéressant d'éduquer les membres des familles quant au processus d'adaptation occupationnelle, à l'impact de l'expérience des déploiements sur le développement de leur identité occupationnelle, aux défis possibles durant les absences du militaire et surtout, de les outiller sur les stratégies efficaces à mettre en place durant les déploiements.

Il serait aussi important d'éduquer les familles sur l'importance de développer, durant les phases du déploiement, de nouveaux intérêts, de nouvelles occupations, de nouveaux rôles, de nouvelles amitiés, d'apprendre de nouvelles langues et d'avoir de nouveaux projets. Ces nouveautés permettront de forger leur identité occupationnelle et c'est de cette façon que chaque individu sera en mesure de se définir et de s'adapter à travers les expériences du déploiement.

Ainsi, les ergothérapeutes ont un rôle important à jouer envers les familles de militaires et leur approche centrée sur la personne permettrait de cibler les interventions les plus pertinentes en lien avec les besoins de ces familles. Ces différents rôles que peuvent occuper les ergothérapeutes et les différentes pistes d'intervention mentionnées dans cette section permettent de montrer l'importance de la pratique des ergothérapeutes auprès des conjoints et des enfants de militaires concernant le développement de l'identité occupationnelle et de l'adaptation occupationnelle de cette clientèle. Les déploiements peuvent être vécus difficilement et à travers les différentes interventions possibles en ergothérapie, il peut devenir plus facile de surmonter les retombées de ces absences prolongées. Également, le plus important est que les ergothérapeutes soient sensibilisés à la réalité de ces familles militaires.

#### **7.4. Limites et forces de l'étude**

Ce projet d'essai comporte plusieurs forces. En premier lieu, cette étude représente une force elle-même, puisqu'elle a permis de bonifier et de valider la littérature existante avec des données obtenues auprès de familles de militaires canadiens. Également, peu d'études existent actuellement concernant les retombées vécues par les familles canadiennes. En deuxième lieu,

l'hétérogénéité des participants (l'âge et le lien avec le proche militaire) est une force, car elle a permis d'obtenir différentes expériences et perspectives des retombées vécues ainsi que des stratégies d'adaptation utilisées durant les déploiements militaires. En dernier lieu, une contre-codification et une contre-validation de 10% du lexique de codes et des extraits codés ont été réalisées par la directrice de recherche, ce qui permet d'augmenter la rigueur et la validité de cette étude.

Par ailleurs, cette étude comporte également des limites. L'utilisation des termes du Thésaurus lors de la recherche des articles pour la réalisation de la revue de la littérature aurait pu permettre d'obtenir de plus amples articles en lien avec le sujet à l'étude. De plus, la saturation des résultats n'a pas pu être obtenue complètement en raison du faible nombre de participants ( $N=8$ ). Ceci limite donc la transférabilité et la validité des résultats. Également, la parité n'a pas été obtenue entre le nombre d'hommes et de femmes participant à l'étude, un seul homme a participé. Une généralisation des résultats est donc difficile à obtenir. En plus, l'étude a été effectuée auprès de familles militaires canadiennes francophones, ce qui limite aussi la généralisation des résultats à l'ensemble des familles de militaires à travers les différentes régions du Canada. Également, une autre limite présente est celle du temps qui séparait les groupes de discussion et le dernier déploiement vécu. En fait, pour plusieurs participants, le dernier déploiement remonte à quelques années, ce qui peut avoir eu une incidence sur la façon dont ils se rappellent leur expérience en tant qu'enfant ou conjointe d'un militaire. Dans le cas d'une étude ultérieure, il serait pertinent que des conjoints de femmes militaires y participent aussi afin d'obtenir une plus grande variété des points de vue face aux déploiements militaires. De plus, cette étude n'a pas différencié les types de déploiement ce qui peut représenter une limite dans la façon dont les familles vont le vivre, puisque le niveau de risque est différent. Il serait intéressant, pour une future recherche, d'étudier les répercussions en différenciant les types de déploiements, soit un déploiement en théâtre opérationnel, en cours de métier ou en exercice. En outre, un seul groupe Facebook a été identifié pour le recrutement, ce qui peut avoir limité le recrutement des participants comme ce n'est pas le seul groupe Facebook existant pour les familles et les conjoints de militaires au Canada.

## 8. CONCLUSION

Le but de ce projet d'essai était de valider et de bonifier la littérature en ce qui concerne les retombées occupationnelles engendrées par les déploiements sur les familles de militaires canadiens. La réalisation d'une revue de la littérature et de deux groupes de discussion a permis d'atteindre ce principal but. Les résultats ont démontré que les déploiements, bien qu'ils occasionnent des répercussions occupationnelles sur les familles militaires, s'avèrent tout de même bénéfiques pour le développement d'une identité occupationnelle. Il a aussi été possible d'établir un portrait plus exhaustif des stratégies d'adaptation pertinentes à utiliser pour ces familles. En lien avec cet objectif, les résultats montrent que les familles semblent utiliser des stratégies d'adaptation efficaces pour surmonter les obstacles vécus. De surcroît, des implications pour la pratique en ergothérapie ont été apportées afin de démontrer l'importance de cette profession auprès des familles de militaires canadiens dans le but de les aider à surmonter les répercussions du quotidien durant les déploiements. Les ergothérapeutes possèdent les connaissances et les compétences pour intervenir auprès de cette clientèle, et ce, dans le but de les aider à s'outiller pour s'adapter de façon optimale et adéquate à l'absence de leur conjoint ou de leur parent militaire.

Dans le cadre de recherches futures, il serait pertinent de comparer les retombées occasionnées par les déploiements auprès de familles de militaires ouvrant dans la Force régulière et des familles de militaires dans la Force de réserve. En effet, les militaires qui œuvrent dans la Force de réserve n'ont pas d'obligation concernant les déploiements contrairement aux militaires dans la Force régulière. Le fait de partir en déploiement de façon volontaire a-t-il une influence sur la façon dont les familles vont le vivre ? Par ailleurs, de plus amples recherches seraient pertinentes sur les répercussions occasionnées par le retour du militaire dans sa vie quotidienne auprès de sa famille. Les déploiements occasionnent de nombreuses retombées sur les familles, mais qu'elles sont les répercussions de la phase de post-déploiement ? De plus, une recherche future abordant la même problématique serait pertinente, mais en étudiant l'expérience vécue des membres des familles de militaires qui vivent actuellement un déploiement ou qui en ont vécu un dans la dernière année. Également, il serait pertinent d'effectuer une étude en y incluant également la perception et les points de vue des conjoints militaires et des familles de ceux-ci afin d'y comparer les répercussions vécues. Aussi, il serait intéressant d'effectuer une recherche sur les

facteurs de protection et de vulnérabilité développés par les conjoints et les enfants lors des déploiements.

En conclusion, cette recherche a permis d'approfondir les connaissances concernant les répercussions occupationnelles vécues par les familles de militaires canadiens lors des déploiements d'un conjoint ou d'un parent militaire. Ces nouvelles données obtenues permettent donc de bonifier les connaissances des ergothérapeutes œuvrant auprès des familles de militaires afin de mieux comprendre leur mode de vie et les expériences vécues lors des déploiements. Cette étude s'ajoute aux quelques études déjà réalisées et portant sur les familles de militaires canadiens. Ainsi, des interventions davantage centrées sur les besoins de cette clientèle pourront être mises de l'avant par ces ergothérapeutes au moment d'intervenir auprès des conjoint(e)s et des enfants de militaires. L'ergothérapie peut donc avoir un impact important sur l'adaptation occupationnelle et le développement de l'identité occupationnelle de chacun des membres de ces familles vivant à travers un mode de vie particulier, soit celui d'un mode de vie militaire.

## RÉFÉRENCES

- Aducci, C. J., Baptist, J. A., George, J., Barros, P. M. et Nelson Goff, B. S. (2011). The recipe for being a good military wife: how military wives managed oif/oef deployment. *Journal of Feminist Family Therapy*, 23(3-4), 231–249. <https://doi.org/10.1080/08952833.2011.604526>
- Alaux, A. (2020). Équilibre au quotidien et gestion du temps : un accompagnement personnalisé en ergothérapie. *Association québécoise des ergothérapeutes en pratique privée*. <https://aqepp.com/wp-content/uploads/2020/03/Ergotherapeute-et-gestion-du-temps.pdf>
- Anciens combattants Canada. (s. d.). *Les visages de la paix : Les anciens combattants des Forces canadiennes*. [https://www.veterans.gc.ca/pdf/publications/canada-remembers/CF\\_Peace\\_Keeping\\_f.pdf](https://www.veterans.gc.ca/pdf/publications/canada-remembers/CF_Peace_Keeping_f.pdf)
- Association canadienne des ergothérapeutes (ACE). (2012). *Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada*. <https://www.caot.ca/document/4720/2012profil.pdf>
- Association canadienne des ergothérapeutes (ACE). (2017). *Travailler pour les Forces armées canadiennes et Anciens Combattants Canada. Document d'orientation à l'intention des ergothérapeutes*. [https://www.caot.ca/document/5863/FR\\_CAF\\_Veterans\\_GuidanceDocforOTs\\_FINAL.pdf](https://www.caot.ca/document/5863/FR_CAF_Veterans_GuidanceDocforOTs_FINAL.pdf)
- Battams, N. et Mann, R. (2018). Coup d'œil sur les familles des militaires et des vétérans au Canada. *Coup d'œil sur les statistiques*. <https://vanierinstitute.ca/fr/mise-a-jour-de-2018-coup-doeil-sur-les-familles-des-militaires-et-des-veterans-au-canada/>
- Boulos, D., & Zamorski, M. A. (2013). Deployment-related mental disorders among canadian forces personnel deployed in support of the mission in Afghanistan, 2001-2008. *Canadian Medical Association*, 185(11), 545–52. <https://doi.org/10.1503/cmaj.122120>
- Bouthillette, M. (2018). *Le vécu des conjointes de militaires durant les déploiements militaires* [mémoire de maîtrise, Université du Québec à Chicoutimi]. Constellation. [https://constellation.uqac.ca/4558/1/Bouthillette\\_uqac\\_0862N\\_10450.pdf](https://constellation.uqac.ca/4558/1/Bouthillette_uqac_0862N_10450.pdf)
- Centre famille Valcartier. (s. d.). *Centre des ressources pour les familles militaire Valcartier*. <https://crfmv.com/fr/>
- Chandra, A., Martin, L. T., Hawkins, S. A. et Richardson, A. (2010). The impact of parental deployment on child social and emotional functioning: perspectives of school staff. *Journal of Adolescent Health*, 46(3), 218–223. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.10.009>

- Daigle, P. (2013). On the Homefront: Assessing the well-being of Canada's military families in the New Millennium. *National Defence and Canadian Forces*. [http://www.ombudsman.forces.gc.ca/assets/OMBUDSMAN\\_Internet/docs/en/mf-fm-eng.pdf](http://www.ombudsman.forces.gc.ca/assets/OMBUDSMAN_Internet/docs/en/mf-fm-eng.pdf)
- Défense nationale. (2017). *Strong, secure, engaged. Canada's defence policy*. <http://dgpaapp.forces.gc.ca/en/canada-defence-policy/docs/canada-defence-policy-report.pdf>
- Fortin, M.-F. et Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche : méthodes quantitatives et qualitatives* (3<sup>e</sup> éd.). Chenelière éducation.
- Gewirtz, A. H., Erbes, C. R., Polusny, M. A., Forgatch, M. S. et DeGarmo, D. S. (2011). Helping military families through the deployment process: strategies to support parenting. *Professional Psychology, Research and Practice*, 42(1), 56–62. <https://doi.org/10.1037/a0022345>
- Gouvernement du Canada. (2018). *Types d'opérations*. <https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/operations/operations-militaires/types.html>
- Gouvernement du Canada. (2019). *L'ergothérapie dans les FAC*. <https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/feuillederable/defense/2019/09/ergotherapie-fac.html>
- Gouvernement du Canada. (2020a). *Current operations list*. <https://www.canada.ca/en/departement-national-defence/services/operations/military-operations/current-operations/list.html>
- Gouvernement du Canada. (2020b). *Une journée dans la vie des ergothérapeutes des FAC*. <https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/feuillederable/defense/2020/10/journee-vie-ergotherapeutes-fac.html>
- Gouvernement du Canada. (2021). *Armée canadienne d'aujourd'hui*. <https://army.gc.ca/fr/accueil/organisation.page>
- Guitard, P., Ferland, F. et Dutil, É. (2006). L'importance de l'attitude ludique en ergothérapie avec une clientèle adulte. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 73(5), 281–294. <https://doi.org/10.2182/cjot.06.002>
- Hillman, A. M. et Chapparo, J. (1995). An investigation of occupational role performance in men over sixty years of age, following stroke. *Journal of Occupational Sciences: Australia*, 2(3), 88–99. [https://www.researchgate.net/publication/233284400\\_An\\_investigation\\_of\\_occupational\\_role\\_performance\\_in\\_men\\_over\\_sixty\\_years\\_of\\_age\\_following\\_a\\_stroke](https://www.researchgate.net/publication/233284400_An_investigation_of_occupational_role_performance_in_men_over_sixty_years_of_age_following_a_stroke)

- Hogan, D. et Pennell, K. (2016). Le modèle axé sur les forces : une approche novatrice de la gestion de cas en santé mentale communautaire. *Actualités ergothérapeutiques*, 18(5), p.26-28. [https://www.caot.ca/document/7354/AE\\_Sept\\_16.pdf#page=28](https://www.caot.ca/document/7354/AE_Sept_16.pdf#page=28)
- Kielhofner, G. et Burke, J. P. (1980). A Model of Human Occupation, Part. 1. Conceptual framework and content. *The American journal of Occupational Therapy*, 34(9), 572-581. <https://doi.org/10.5014/ajot.34.9.572>
- Kielhofner, G. (2008). *Model of human occupation: theory and application* (4<sup>e</sup> éd.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Law, M., Polatajko, H., Pollock, N., McCool, M. A., Carswell, A. et Baptiste, S. (1994). Pilot testing of the Canadian Occupational Performance Measure: Clinical and measurement issues. *CJOT*, 61(4), 191-197. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/000841749406100403>
- Logan, K. V. (1987). The Emotional Cycle of Deployment. *Proceedings*, 113(2), 43-47. <https://www.usni.org/magazines/proceedings/1987/february/emotional-cycle-deployment>
- Manser, L. (2018). *Portrait des familles des militaires au Canada : Données sociodémographiques de la Force régulière 2017*. Ottawa : Services de bien-être et moral des Forces canadiennes. <https://www.connexionfac.ca/getmedia/f30de81a-2b70-4672-8503-d29059082704/2017-RegF-Demographics-Report-FINAL-FRENCH-June-2018.pdf.aspx>
- Misra, P. et Singh, V. (2014). Exploring the impact of parental military deployment/field posting on adolescents in Indian military families. *Psychological Studies*, 59(1), 36-43. <https://doi.org/10.1007/s12646-013-0224-8>
- Mmari, K., Roche, K. M., Sudhinaraset, M. et Blum, R. (2009). When a parent goes off to war: Exploring the issues faced by adolescents and their families. *Youth & Society*, 40(4), 455-475. <https://doi.org/10.1177/0044118X08327873>
- Moll, S. E., Gewurtz, R. E., Krupa, T. M., Law, M. C., Larivière, N. et Levasseur, M. (2015a). “Do-live-well”: A canadian framework for promoting occupation, health, and well-being: « vivez-bien-votre vie »: un cadre de référence canadien pour promouvoir l’occupation, la santé et le bien-être. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 82(1), 9-23. <https://doi.org/10.1177/0008417414545981>
- Moll, S. E., Gewurtz, R. E., Krupa, T. M., Law, M. C., Larivière, N. et Levasseur, M. (2015b). *Description du modèle*. Do-Live-Well: What you do every day matters. <https://dolivewell.ca/fr/what-is-dlw/>
- Müllersdorf, M. et Ivarsson, A.-B. (2008). Occupation as described by novice occupational therapy students in Sweden: the first step in a theory generative process grounded in empirical data. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 15(1), 34-42. <https://doi.org/10.1080/11038120701327842>

- Ouellet, S. (2020). *Revue structurée* [travail universitaire, ERG6002- Faits scientifiques et données probantes]. Université du Québec à Trois-Rivières.
- Paley, B., Lester, P. et Mogil, C. (2013). Family systems and ecological perspectives on the impact of deployment on military families. *Clinical Child & Family Psychology Review*, 16(3), 245-265. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0138-y>
- Pincus, S. H., House, R., Christenson, J. et Adler, L. E. (2001). The emotional cycle of deployment: A military family perspective. *US Army Medical Department Journal*, 4(5), 6.
- Roberts, E. (2008). *The effect of deployment on canadian military families: A phenomenological study* [mémoire de maîtrise, Université Manitoba]. MSpace. [https://mspace.lib.umanitoba.ca/bitstream/handle/1993/19064/Roberts\\_The\\_effect.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://mspace.lib.umanitoba.ca/bitstream/handle/1993/19064/Roberts_The_effect.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rostek, M. (2020). Occupational therapy's role in military family mental health. *Journal of Military, Veterans and Family Health*, 6(3), 58-61. doi:10.3138/jmvfh-2019-0038
- Rowan-Legg, A. (2017). Caring for children and youth from canadian military families: special considerations. *Paediatrics & Child Health*, 22(2), 6. <https://doi.org/10.1093/pch/pxx021>
- Services aux familles militaires. (2016). *L'expérience militaire : un guide pour la famille*. <https://www.connexionfac.ca/getmedia/1d0bebf915-4d56-b7fc-ff96cb89ec44/A-Family-Guide-F.aspx?ext=.pdf>
- Skomorovsky, A. et Bullock, A. (2017). The impact of deployment on children from Canadian military families. *Armed Forces & Society*, 43(4), 654-673. <https://doi.org/10.1177/0095327X16670691>
- Strong, J. et Lee, J. J. (2017). Exploring the deployment and reintegration experiences of active duty military families with young children. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 27(8), 817-834. <https://doi.org/10.1080/10911359.2017.1339653>
- Taylor, R. R. (2017). *Kielhofner's model of human occupation: theory and application* (5e éd.). Wolters Kluwer.
- Tétreault, S., Sorita, E., Ryan, A. et Ledoux, A. (2013). *Guide francophone d'analyse systématique des articles scientifiques (GFASAS)*. <http://www.ergo-carafe.org/wp-content/uploads/2014/01/GFASAS1.pdf>
- Townsend, E. et Polatajko, H. J. (2013). *Habiliter à l'occupation : faire avancer la perspective ergothérapique de la santé, du bien-être et de la justice par l'occupation* (2<sup>e</sup> éd). CAOT Publications ACE.
- Tucker, P., Vanderloo, L. M., Irwin, J. D., Mandich, A. D. et Bossers, A. M. (2014). Exploring the nexus between health promotion and occupational therapy: synergies and similarities. *Canadian Journal of Occupational Therapy. Revue Canadienne d'ergothérapie*, 81(3), 183-93.

- Valeur. (s. d.). Dans *Dictionnaire Larousse en ligne*.  
<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/valeur/80972>
- Wagman, P., Håkansson, C. et Björklund, A. (2012). Occupational balance as used in occupational therapy: a concept analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 19(4), 322–327. <https://doi.org/10.3109/11038128.2011.596219>
- Warner, C. H., Appenzeller, G. N., Warner, C. M et Grieger, T. (2009). Psychological effects of deployments on military families. *Psychiatric annals*, 39(2), 56-63.  
[http://www.griegermd.com/grieger%20articles%20and%20chapters/Warner\\_Fam\\_Stress\\_Deployment.pdf](http://www.griegermd.com/grieger%20articles%20and%20chapters/Warner_Fam_Stress_Deployment.pdf)
- Werner, T. et Shannon, C. (2013). Doing more with less: Women's leisure during their partners' military deployment. *Leisure Sciences*, 35(1), 63-80.  
<https://doi.org/10.1080/01490400.2013.739897>
- Wheeler, A. et Torres Stone, R. (2010). Exploring stress and coping strategies among national guard spouses during times of deployment: a research note. *Armed Forces & Society*, 36(3), 545–557.
- Wilcock, A. A., Chelin, M., Hall, M., Hamley, N., Morrison, B., Scrivener, L., Townsend, M. et Treen, K. (1997). The relationship between occupational balance and health: A pilot study. *Occupational Therapy International*, 4(1), 17-30.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/oti.45>
- Wilson, H. M. N. et Murray, C. D. (2016). The experience of deployment for partners of military personnel: A qualitative meta-synthesis. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 15(2), 102-120. <https://doi.org/10.1080/15332691.2014.986699>
- World Federation of Occupational Therapy (WFOT). (2010). *Position statement: client-centredness in occupational therapy*. <https://wfot.org/assets/resources/Client-centredness-in-Occupational-Therapy.pdf>

## ANNEXE A

Tableau 19.

*Tableau présentant les éléments clés des articles sélectionnés pour la revue de la littérature<sup>4</sup>*

Titre/auteurs	Date de publication/ pays	Devis	But/objectifs	Échantillonnage	Résultats principaux
<b>The experience of deployment for partners of military personnel: A qualitative meta-synthesis</b>  Hannah M. N. Wilson et Craig D. Murray	2016 Royaume-Uni	Métasynthèse	Le but de cette métasynthèse est de concevoir une synthèse des résultats obtenus de plusieurs études afin de comprendre la façon dont les partenaires de militaires vivent le déploiement.	La métasynthèse est un regroupement d'études, donc les méthodes d'échantillonnage des participants ne sont pas mentionnées. Toutefois la démarche de recherche des articles est mentionnée. Les différents articles ont été choisis parmi les bases de données suivantes : PsycArticles, PsycInfo et MEDLINE. Les mots clés utilisés sont (partner* OR spous* OR wife OR wives OR husband OR family OR significant other OR girlfriend OR boyfriend OR civil partner*) AND (military OR combat OR deploy* OR	Cette synthèse a permis de faire ressortir cinq thèmes : 1) Plusieurs émotions sont vécues par le partenaire dont la colère, un sentiment de perte (tout ce que leur partenaire doit laisser tomber lors de son déploiement), anxiété et peur pour la sécurité de leur conjoint, solitude et impuissance. 2) Plusieurs stratégies sont mises en place pour faire face au déploiement de son conjoint comme penser de façon positive, demeurer actif et développer de nouvelles passions et de nouveaux intérêts ainsi que ne plus porter attention aux médias. 3) Le support social est important et celui-ci peut provenir des proches, des amis et des enfants, mais aussi à l'église, auprès des professionnels de la santé et des groupes de soutien. 4) Garder une communication régulière avec son conjoint déployé permet de conserver une certaine normalité et permet de tenir son conjoint à jour face à ce qui se passe à la maison. 5) Devoir assumer l'ensemble des rôles et des responsabilités pendant le déploiement (augmentation des responsabilités, avoir le rôle de la mère et du père en même temps, manque de temps pour les occupations personnelles, prendre les décisions sans l'aide de

<sup>4</sup> Tableau inspiré d'un travail universitaire dans le cadre du cours « ERG6002 : Faits scientifiques et données probantes » (Ouellet, 2020)

				war OR soldier* OR troop*) AND (qualitative OR interview* OR focus group* OR diary OR diaries)	son partenaire, devoir modifier son horaire et ses tâches au travail pour s'assurer d'avoir du temps pour les enfants, éprouve une fatigue physique et émotionnelle face à l'augmentation de ses tâches. Toutefois, le déploiement peut également avoir des effets positifs sur le partenaire qui demeure à la maison tels que devenir plus indépendant, plus confiant et apprendre à s'aimer soi-même.
<b>Family systems and ecological perspective on the impact of deployment on military families</b>	2013/ États-Unis	Revue de la littérature	Les auteurs ont écrit cet article afin de faire progresser leur compréhension sur la façon dont les familles font l'expérience de déploiements répétés et comment ces expériences ont un impact sur le bien-être et l'adaptation pour les individus et au niveau familial.	N/A	Les résultats des différentes études permettent de démontrer que : les conjointes de militaires éprouvent de l'anxiété, de la tristesse, de la colère et de la dépression lors du déploiement d'un conjoint en raison de l'augmentation des responsabilités. Par ailleurs, les déploiements occasionnent aussi des impacts sur la santé mentale des enfants (trouble du sommeil, stress et problèmes académiques). De plus, les enfants doivent avoir une charge plus importante de responsabilités, toutefois, ils ont moins de temps pour des activités attendus à leur âge. Le lien d'attachement entre l'enfant et le parent déployé peut être compromis lorsque celui-ci revient avec des problèmes de santé mentale comme un trouble de stress post-traumatique. L'équilibre familial doit continuellement être réorganisé avec les multiples déploiements. Parfois, les familles doivent déménager plus près de leurs proches afin d'avoir le support nécessaire lors du déploiement et cela occasionne un stress supplémentaire.
<b>The impact of deployment on children from Canadian military families</b>	2017/ Canada	Devis descriptif qualitatif	Le but de cette étude est d'observer l'influence d'un déploiement sur le bien-être des enfants et les facteurs pouvant contribuer à leur résilience.	Aléatoire N=85 (2 groupes d'enfants, soit 8-10 ans et 11-13 ans) provenant de la Force régulière d'Ottawa, Petawawa, Trenton, Edmonton, Victoria et Valcartier	4 thèmes ont émergé des groupes, soit : 1) le déploiement est considéré comme un facteur stressant pour les enfants; 2) Impacts négatifs sur le bien-être de l'enfant (gestion des émotions difficiles, difficultés de sommeil, performances scolaires affectées en raison des difficultés de concentration); 3) Changements dans les routines (ajout de responsabilités et changement des rôles

					(les plus grands s'occupent des plus petits), sentiment de maturité ressenti, diminution des activités extrascolaires); 4) Changement dans la dynamique familiale (plus de support entre les membres de la famille, tensions familiales, retour de mauvaises habitudes de la mère). Stratégies d'adaptation : support social, maintenir une normalité et rationaliser l'expérience du déploiement, se distraire, temps familial, maintenir une communication avec le parent déployé, avoir la présence psychologique du parent déployé et les groupes de soutien. Les participants rapportent se sentir fiers de leur parent militaire et ils se sentent différents des autres enfants qui ne connaissent pas le mode de vie militaire.
<b>Exploring the impact of parental military deployment/field posting on adolescent in Indian military families</b>	2014/ Inde	Étude descriptive qualitative	Le but de cette étude est d'explorer l'impact occasionné par le déploiement sur les familles militaires indiennes. Objectifs : explorer les conséquences du déploiement d'un parent sur les adolescents dans les familles militaires et identifier les risques ainsi que les facteurs facilitants pour favoriser leur bien-être.	N=22 adolescents de 12 à 19 ans de la zone d'Allahabad (avoir vécu au moins un déploiement d'un parent dans les 6 derniers mois)	3 thèmes sont ressortis : 1) Expérience vécue par les adolescents (augmentation des responsabilités pour les filles et les plus âgés, sentiment de liberté, se sentir dépassé par l'augmentation de tâches); 2) Défis et éléments occasionnant du stress (augmentation des tâches, déménagement, apparition de difficultés académiques en raison d'une nouvelle école et nouveaux enseignants, changements dans les rôles et le partage des responsabilités, routine différente, parent qui continue de donner des ordres lors des communications, défis émotionnels (tristesse, insécurité), conflits, retour du père est stressant; 3) Facteurs de protection (la mère est maintenant la figure familiale, elle a un niveau de stress plus élevé, de la fatigue et tristesse, support de la part des proches)
<b>Exploring the deployment and reintegration experiences of active duty military</b>	2017/ États-Unis	Devis qualitatif interprétatif	Objectifs : 1) Identifier les défis vécus par les familles militaires ayant des enfants de jeunes âges durant le déploiement et	Échantillon par convenance N=19 membres de familles de soldats actifs dans la Marine. Critères	Défis principaux relevés par les familles : isolation sociale et événements significatifs que la mère doit gérer seule, gérer la communication avec le conjoint militaire (frustration), difficultés à gérer les comportements des enfants (peur, difficulté de

<b>families with young children</b>			au retour de celui-ci. 2) Déterminer les ressources utilisées. 3) Explorer les stratégies et les forces des familles durant ces déploiements.	d'inclusion : avoir au moins un enfant en bas de 5 ans, avoir fait l'expérience d'un déploiement dans la dernière année ou actuellement. Les participants ont été recrutés via un groupe de mères sur la base militaire et par un échantillonnage par réseaux. Les épouses et leur conjoint militaire ont été interrogés. Aussi, un échantillon de 10 programmes de support ont été interrogés.	sommeil, cauchemars, anxiété, crises de colère), dépression, fatigue et anxiété qui se développent, fournir de l'information sur le déploiement aux enfants (difficile pour les enfants de comprendre ce que signifie un déploiement et le concept de temps), être un parent solo. Défis reliés à la réintégration : difficultés à redonner le pouvoir au conjoint militaire, agir en étant deux parents à la maison, renégocier les rôles parentaux et routine familiale. Des barrières ont été rapportées quant à l'utilisation des ressources, soit ne pas connaître les services offerts et ressources offertes que sur la base militaire. Ressources non accessibles lors des déploiements individuels. Stratégies rapportées : aller chercher du support social, avoir des discussions avec les enfants, construire une nouvelle routine avec les enfants, sortir de la maison, demeurer actif, visiter les proches et avoir un support visuel afin que les enfants puissent visualiser l'endroit où est déployé le père.
<b>Doing more with less: Women's leisure during their partners' military deployment</b>	2013/ Canada	Phénoménologie herméneutique	L'objectif de l'étude est d'explorer les loisirs effectués par les femmes lorsque leur conjoint est en déploiement.	Échantillonnage par choix raisonné. Les participants ont été recrutés sur les bases des Forces armées canadiennes au niveau atlantique. <i>N=10</i> femmes ayant au moins un enfant en bas de 17 ans et qui travaillent à temps plein ou à temps partiel. Avoir vécu un déploiement d'au moins 6 mois.	Deux concepts influencent l'expérience des femmes, soit la réponse émotionnelle face au déploiement de leur conjoint et devenir temporairement célibataire dans le contexte matrimonial. Ces deux concepts entraînent des changements au niveau de la vie de ces femmes et leurs loisirs sont modifiés durant la période où le conjoint est déployé. Gérer l'aspect émotionnel durant le déploiement : stress en raison des risques liés au déploiement, contacts irréguliers avec le conjoint, apparition de comportements difficiles chez les enfants (ne pas exposer les enfants aux médias et annuler l'inscription au journal hebdomadaire), ressentir une pression d'être présente pour les enfants, maintenir une constance et une normalité pour les enfants (disponibilité, être à la maison, s'assurer de continuer les activités des

<p><b>The recipe for being a good military wife: How military wives managed OIF/OEF deployment</b></p> <p>C. J. Aducci, Joyce A. Baptist, Jayashree George, Patricia M. Barros et Briana S. Nelson Goff</p>	2011/ États-Unis	Devis phénoménologique	<p>1) Comment les conjointes de militaires ont vécu ces deux déploiements, l'<i>Operation Iraqi Freedom</i> et/ou l'<i>Operation Enduring Freedom</i> ? 2) Quelles relations ces femmes entretenaient avec leur conjoint et le déploiement ? 3) Comment ces déploiements ont forgé les relations avec leur conjoint ?</p>	<p>Échantillonnage intentionnel, <math>N=25</math>, participantes recrutées dans deux villes dans le <i>Midwest</i>. Des annonces de recrutement ont été publiées dans les journaux. Les critères de sélection : 18 ans et plus, participation volontaire, déploiement récent (<i>Operation Iraqi Freedom</i> et/ou l'<i>Operation Enduring Freedom</i>) et être en couple depuis au moins un an.</p>	<p>enfants). Devenir un parent célibataire temporairement : augmentation des responsabilités, diminution du support du conjoint, impact significatif sur les rôles, absence de flexibilité, modification de la routine, éviter de demander de l'aide pour éviter de briser la constance dans la routine, mère prend le rôle du père durant son absence, prendre des décisions en solo. Impacts sur les loisirs : diminution loisirs personnels pour loisirs familiaux. Utiliser les loisirs en famille comme mécanisme de défense et comme distraction pour s'amuser.</p> <p>Les principaux résultats sont : déploiement entraîne des changements au niveau des responsabilités. Les responsabilités non traditionnelles de leur conjoint absent doivent être assumées. Devenir parent célibataire temporairement. De la fatigue physique et émotionnelle ressentie. Elles doivent s'occuper des enfants seules, en plus, de leur conjoint qui a besoin de se confier sur ce qu'il vit. Elles vivent du stress et de l'incertitude face à l'état dans lequel le conjoint reviendra. Impacts négatifs sur les relations de couple (parfois communication avec le conjoint déployé une fois par semaine). Au retour du déploiement, le militaire est changé et du côté de la conjointe, le déploiement peut l'avoir changé. Les conjointes, durant les déploiements, développent de la confiance et elles se découvrent de nouvelles compétences autant professionnelles que domestiques.</p> <p>Adolescents : difficultés à exprimer les émotions ressenties, augmentation du stress et de l'anxiété (avant le départ et durant le déploiement), nouvelles responsabilités à la maison ajoutées à celles déjà en place, prendre soin des plus jeunes, mère doit prendre le rôle du père, retour du parent engendre un nouveau stress et de la confusion face à la</p>
<p><b>When a parent goes off war: Exploring the issues faced by adolescents and their families</b></p>	2009/ États-Unis	Devis descriptif qualitatif	<p>Les objectifs sont : 1) explorer les conséquences du déploiement d'un parent sur les adolescents et leur famille et 2) identifier les stratégies qui pourraient</p>	<p>Échantillonnage par réseaux dans cinq bases militaires : Texas, Colorado, Kansas, New York et Caroline du Nord. 39 étudiants de familles militaires, 24</p>	

Kristin Mmari,  
Kathleen M. Roche,  
May Sudhinsraset et  
Robert Blum

aider les adolescents lors  
du déploiement d'un  
parent.

parents militaires et 35  
membres du personnel  
scolaire.

routine familiale qui doit encore changer, le parent  
déployé n'est pas présent lors d'événements  
significatifs, difficultés académiques (parent  
déployé qui s'occupait des devoirs). Les  
adolescents rapportent se sentir plus responsables  
et avoir grandi plus rapidement. Stratégies :  
groupes de discussion avec d'autres adolescents  
dans la même situation, diminuer l'accès aux  
médias (↑ anxiété et stress), établir une routine  
stable, se préparer au déploiement, utiliser la  
technologie pour communiquer, avoir une attitude  
positive face au déploiement, les enseignants avec  
de l'expérience et des connaissances en lien avec la  
vie militaire fait une différence positive pour les  
enfants.

**Psychological effects  
of deployment on  
military families**

2009/États-Unis

Recherche  
qualitative

Christopher, H.  
Warner, George N.  
Appenzeller,  
Carolynn M. Warner  
et Thomas Grieger

1. Identifier les facteurs de  
stress des conjointes de  
militaires qui seront  
déployés;  
2. Identifier les barrières  
perçues par les conjointes  
en ce qui a trait aux  
services en santé mentale;  
3. Identifier les niveaux de  
stress et de dépression de  
ces conjointes.

Échantillon de  
convenance N=295  
conjointes de militaires

32,8% des participantes ont rapporté avoir reçu des  
traitements en santé mentale, dont 6,6% au moment  
de répondre au questionnaire, 8,3% dans la dernière  
année et 5,3% durant un précédent déploiement. La  
solitude et la sécurité du conjoint déployé font  
partie des six facteurs de stress rapportés par les  
participantes, ils ont été confirmés par 90% des  
participantes. Les difficultés à avoir du temps sans  
la famille pour se rendre à des rendez-vous et avoir  
des congés du travail ont été rapportées comme des  
éléments stressants par les conjointes. Près de la  
moitié des participantes présentaient la plupart des  
critères de dépression. 24,4% concordaient avec la  
moitié des symptômes et 10,8% présentaient des  
symptômes sévères de dépression. La préparation  
au déploiement a été rapportée comme engendrant  
un risque élevé de stress. Par ailleurs, il a été  
rapporté que les déploiements multiples  
engendraient une augmentation du stress au sein de  
la famille.

<b>Le vécu des conjointes de militaires durant les déploiements militaires</b>	2018/Canada	Recherche qualitative (type exploratoire)	<p>But : documenter le vécu des conjointes civiles lors des déploiements de leur conjoint militaire et les impacts au niveau des différentes sphères de la vie, soit les sphères personnelle, conjugale, familiale, sociale et professionnelle.</p> <p>Objectifs : 1) documenter les sentiments qu'éprouvent les conjointes lorsque leur conjoint militaire est déployé, 2) identifier les conséquences engendrées par ces déploiements sur la vie de ces femmes et 3) dresser un portrait des stratégies qu'elles utilisent pour s'adapter aux enjeux engendrés par les déploiements militaires.</p>	Échantillon de convenance $N=10$ conjointes de militaires sur le territoire du Saguenay (base des FAC de Bagotville).	<p>Qualités rapportées : indépendance, débrouillardise pour retrouver équilibre de vie (changer de carrière, déménager, changer d'écoles), sociabilité, attentionnée et à l'écoute des autres.</p> <p>Défauts : trop contrôlante et impatience</p> <p>Traits de personnalité : nature introvertie/extravertie</p> <p>Satisfaction : Désir présent de s'épanouir dans un emploi (difficile avec les déménagements), certaines ne sentent pas qu'elles peuvent s'épanouir dans cette vie.</p> <p>Environnement social : activités organisées sur la base offrent l'opportunité de rencontrer de nouvelles personnes.</p> <p>Avantages : opportunités de voyager, rencontrer de nouvelles personnes et apprendre une nouvelle langue.</p> <p>Perception de soi : le sens de l'organisation et le contrôle ont été rapportés par les participantes pour traverser la période du déploiement. Certains défauts ont été rapportés comme celui du manque de flexibilité et d'adaptation en raison de l'organisation trop présente. 8 participantes ont rapporté être satisfaites de leur vie en général. Elles se retrouvent seules pour s'occuper de tout à la maison et doivent avoir le rôle du conjoint absent.</p> <p>Difficultés rapportées au niveau de la conservation d'une routine stable et gérer le temps. Sentiments de solitude, d'insécurité et d'isolement rapportés.</p> <p>Prédéploiement : augmentation du stress, période de déni, plusieurs émotions vécues (tristesse, ennui, frustration, solitude, stress). Durant le déploiement : augmentation des tâches. Stratégies pour s'adapter : préparer et organiser, être positive, avoir un but commun, lâcher-prise et capacité de conciliation. Les déploiements permettent de développer une autonomie et un sentiment de</p>
--	-------------	---	---	---	---

Myriam Bouthillette

<b>The effect of deployment on canadian military families: A phenomenological study</b>	2008/Canada	Étude phénoménologique	Le but de la recherche est d'examiner de quelle façon les conjointes de militaire vivent les déploiements militaires et explorer comment elles en font l'expérience dans un contexte familial.	Échantillonnage par choix raisonné et échantillonnage par réseaux. $N=9$ conjointes civiles qui ont fait l'expérience d'un déploiement de 6 mois et dont le conjoint militaire est de retour depuis moins de 6 mois.	<p>contrôle. Toutefois, la communication peut être peu efficace. La réintégration procure un sentiment de fébrilité et de l'excitation.</p> <p>Stratégies : être proactif (organiser des rencontres d'amis, participer à des activités organisées), stratégies centrées sur les émotions (positivisme, évitement, acceptation), stratégies centrées sur la résolution de problèmes (affrontement et résolution de problèmes) et recherche de soutien social (soutien émotionnel, soutien pratique et recherche d'informations). Les moyens de communication ont également été rapportés comme des stratégies d'adaptation. Les stratégies les plus efficaces : confrontation, évocation, optimisme, fatalisme, émotive, palliative, de support et l'autonomisation. Utiliser un calendrier avec les enfants.</p> <p>Changements au niveau des rôles et des responsabilités durant les déploiements. Sentiment de stress ressenti par les conjointes. Avoir le rôle de la mère et du père en même temps. Les participantes rapportent que la communication avec le partenaire militaire est très importante. Elles rapportent une montagne russe d'émotions. Les déploiements ont un impact sur les enfants (défis émotionnels). Il est important d'établir des routines pour maintenir la normalité et la stabilité. Enfants : nouvelles responsabilités (ranger la chambre, pelleter la neige, laver la vaisselle et aider avec le lavage). Les déploiements permettent de passer plus de temps avec les enfants. Soutien informel : famille, amis, voisins. Soutien formel : Centre de ressources pour les familles militaires.</p>
Elna Roberts					

## ANNEXE B

Tableau 20.

*Tableau présentant les forces et les limites des articles sélectionnés pour la revue de la littérature<sup>5</sup>*

Titre et année	Type d'étude	Forces	Faiblesses
The experience of deployment for partners of military personnel: A qualitative meta-synthesis (2016)	Métasynthèse	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le but de l'étude est clairement défini.</li> <li>Le résumé présente l'ensemble des composantes de l'étude.</li> <li>Les bases de données utilisées pour la recherche d'articles sont mentionnées, en plus, des mots clés utilisés pour la recherche.</li> <li>Le processus de sélection et de tri des articles est clairement décrit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les participants provenaient tous des États-Unis ce qui peut entraîner une vision limitée des expériences vécues par les familles militaires provenant d'autres pays ou cultures.</li> <li>L'une des limites est que les données démographiques des participants des études ne sont pas représentatives de l'ensemble de la population.</li> <li>Aucun tableau d'extraction n'est présent pour représenter les éléments importants des différentes études.</li> </ul>
Family systems and ecological perspective on the impact of deployment on military families (2013)	Revue de la littérature	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le titre de l'étude est clair et il permet de donner un aperçu du sujet abordé.</li> <li>Des recommandations sont émises pour de futures recherches sur le sujet.</li> <li>Une grande quantité d'articles a été utilisée pour l'élaboration de cette revue de la littérature <math>N=133</math>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune base de données n'est mentionnée concernant la sélection des articles.</li> <li>Les mots-clés utilisés ainsi que les critères de sélection pour le choix des articles ne sont pas mentionnés.</li> <li>Aucun tableau d'extraction n'est présent pour représenter les éléments importants des articles</li> </ul>
The impact of deployment on children from Canadian military families (2017)	Étude descriptive qualitative	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le titre de l'étude est clair, concis et donne un aperçu du sujet qui sera abordé dans l'étude.</li> <li>Le but de l'étude est clairement défini.</li> <li>La recension des écrits est pertinente et fait ressortir les éléments importants de la problématique.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Un petit échantillon a été utilisé pour cette étude, ce qui limite la transférabilité à tous les enfants des Forces armées canadiennes.</li> <li>Les forces de cette étude ne sont pas clairement définies.</li> </ul>

<sup>5</sup> Tableau inspiré d'un travail universitaire dans le cadre du cours « ERG6002 : Faits scientifiques et données probantes » (Ouellet, 2020)

		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les critères de sélection des participants sont clairement définis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'étude ne fait pas mention des critères de scientificité, à l'exception de la transférabilité.</li> </ul>
Exploring the impact of parental military deployment/field posting on adolescent in Indian military families (2014)	Étude descriptive qualitative	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le but et les objectifs de l'étude sont clairement identifiés.</li> <li>▪ La méthode de collecte des données (groupe de discussion focalisée) est clairement décrite.</li> <li>▪ Les résultats sont bien représentés et ils sont divisés en fonction des thèmes ressortis lors de la collecte des données.</li> <li>▪ Les objectifs de l'étude sont clairement définis dans l'introduction.</li> <li>▪ Il y a présence de quatre tableaux regroupant les résultats obtenus (défis, obstacles à l'utilisation des ressources et stratégies), ce qui permet de rassembler les résultats d'une façon plus visuelle.</li> <li>▪ Le devis de recherche est cohérent avec les objectifs de l'étude.</li> <li>▪ Une triangulation des données a été effectuée pour obtenir une description plus significative du phénomène.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'étude ne fait pas mention de l'obtention du consentement libre, continu et éclairé des participants.</li> <li>▪ Aucune considération éthique mentionnée.</li> <li>▪ Échantillon petit, ce qui limite la transférabilité des résultats.</li> </ul>
Exploring the deployment and reintegration experiences of active duty military families with young children (2017)	Étude qualitative interprétative	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les objectifs de l'étude sont clairement définis dans l'introduction.</li> <li>▪ Il y a présence de quatre tableaux regroupant les résultats obtenus (défis, obstacles à l'utilisation des ressources et stratégies), ce qui permet de rassembler les résultats d'une façon plus visuelle.</li> <li>▪ Le devis de recherche est cohérent avec les objectifs de l'étude.</li> <li>▪ Une triangulation des données a été effectuée pour obtenir une description plus significative du phénomène.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'étude ne fait pas mention d'une certification éthique obtenue pour effectuer les entrevues auprès des participants.</li> <li>▪ L'étude ne fait pas mention des critères de scientificité, à l'exception de la généralisation.</li> <li>▪ La méthode d'échantillonnage (échantillonnage par convenance) choisie limite la diversité de l'échantillon.</li> </ul>
Doing more with less: Women's leisure during their partners' military deployment (2013)	Étude phénoménologique herméneutique	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La recension des écrits est pertinente et démontre l'importance d'aborder la problématique.</li> <li>▪ L'objectif de la recherche et les questions de recherche sont spécifiés clairement dans l'introduction.</li> <li>▪ Le devis choisi est détaillé et cohérent avec l'objectif de l'étude.</li> <li>▪ Les résultats sont bien décrits et divisés en fonction des thèmes qui ont émergé des entrevues.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aucune mention des limites de l'étude dans la discussion.</li> <li>▪ L'étude ne fait pas mention des critères de scientificité dans la discussion.</li> <li>▪ Aucune section sur les considérations éthiques n'est présente dans l'étude.</li> </ul>

When a parent goes off war: Exploring the issues faced by adolescents and their families (2009)	Étude descriptive qualitative	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les objectifs sont clairement identifiés à la fin de l'introduction.</li> <li>▪ La section sur le recrutement et la description des participants est bien décrite et détaillée.</li> <li>▪ Une triangulation (plus d'un chercheur et plus d'une méthode de collecte) a été effectuée afin de diminuer les biais relatifs à la validité interne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les réponses des participants peuvent avoir été biaisées par le fait que les groupes de discussion ont été réalisés uniquement sur la base militaire sélectionnée.</li> <li>▪ Les participants ont été sélectionnés par le <i>Department of Defence</i>, ce qui limite la transférabilité à d'autres contextes, par exemple, des familles militaires ne vivant pas sur la base.</li> <li>▪ La conclusion n'est pas clairement identifiée.</li> </ul>
The recipe for being a good military wife: How military wives managed OIF/OEF deployment (2011)	Étude phénoménologique	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les questions de recherche sont clairement identifiées.</li> <li>▪ Le devis de recherche est cohérent avec les objectifs de l'étude.</li> <li>▪ Le processus d'analyse des données est décrit et détaillé.</li> <li>▪ Une triangulation des données a été effectuée pour assurer la crédibilité et la validité des résultats obtenus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La conclusion n'est pas clairement identifiée.</li> <li>▪ L'échantillon peut ne pas être représentatif des conjointes vivant directement sur la base militaire.</li> <li>▪ Aucune section sur les considérations éthiques n'est présente dans l'étude.</li> </ul>
Psychological effects of deployment on military families (2009)	Recherche quantitative	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Présence de tableaux présentant les résultats principaux.</li> <li>▪ Objectifs identifiés dès le début.</li> <li>▪ La méthode de collecte des données (questionnaire) est clairement décrite.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Peu d'informations sur le type de devis utilisé.</li> <li>▪ Le but n'est pas clairement mentionné.</li> <li>▪ Absence de graphiques pour représenter visuellement les résultats.</li> <li>▪ Les variables à l'étude ne sont pas clairement identifiées.</li> </ul>
Le vécu des conjointes de militaires durant les déploiements militaires (2018)	Recherche qualitative de type exploratoire	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ But et objectifs clairement identifiés.</li> <li>▪ La recension des écrits est pertinente et démontre l'importance d'aborder la problématique.</li> <li>▪ Chaque section est clairement identifiée.</li> <li>▪ Les résultats sont bien définis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Petit échantillon (10 participantes), ce qui limite la transférabilité des résultats.</li> <li>▪ Étude effectuée seulement avec des francophones.</li> <li>▪ L'étude a été effectuée uniquement auprès de femmes de militaires.</li> </ul>

<p>The effect of deployment on canadian military families: A phenomenological study (2008)</p>	<p>Étude phénoménologique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le devis choisi (étude phénoménologique) concorde avec la méthodologie employée.</li> <li>▪ La section des résultats est détaillée et séparée par thème (facilite la lecture).</li> <li>▪ Un tableau est présent pour présenter les caractéristiques des participantes, ce qui permet d’avoir un portrait de celles-ci.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La conclusion n’est pas clairement identifiée.</li> <li>▪ Petit échantillon (9 participantes), ce qui limite la transférabilité des résultats.</li> <li>▪ L’étude a été faite uniquement auprès de femmes de militaires.</li> <li>▪ L’étude a été effectuée auprès d’anglophones seulement, donc l’expérience des conjointes francophones n’a pas été étudiée.</li> </ul>
--	-------------------------------	---	--

## ANNEXE C

### Guide d'entrevue

#### Introduction

*Bonjour et bienvenue à cette rencontre de groupe. Je vous remercie grandement d'avoir accepté de participer à mon projet de recherche. Vos réponses me seront très utiles pour l'élaboration de mon essai. Le mode de fonctionnement sera le suivant : je poserai une question à la fois et à tour de rôle, il vous sera possible de vous exprimer. Afin de faciliter le fonctionnement, il est important de lever la main en utilisant la petite main bleue et je pourrai, par la suite, vous donner le droit de parole. Les questions qui vous seront posées concernent votre vie de tous les jours lorsque votre proche était déployé pour son travail en mission hors de la maison familiale. Finalement, je vais vous demander d'y répondre au mieux de votre connaissance et en vous souvenant de ces moments de déploiements. Comme mentionné dans le formulaire d'information, vous n'êtes pas obligés de répondre aux questions et vous avez le droit de vous retirer à tout moment au cours de la rencontre. Tout ce qui sera dit demeurera confidentiel.*

#### Les rôles et routines (habitation)

1. Nous savons par la littérature, qu'au moment d'un déploiement, il y a des changements importants au niveau des rôles, des routines et des habitudes de vie des personnes de la famille non militaires, pouvez-vous me nommer ces changements que vous avez observés ?

#### Les impacts sur la volition, la capacité de rendement et le rendement

2. Comment avez-vous vécu ces changements d'habitudes et de rôles ? Qu'est-ce que cela a occasionné comme impact sur vous ?
  - a. Par exemple, y a-t-il eu des impacts sur votre confiance et vos capacités en vous-même ?
  - b. Sur votre santé mentale et votre santé physique ?
  - c. Sur vos occupations ?

#### La réalisation des occupations

3. Les déploiements ont-ils occasionné une diminution, voire un arrêt, de la réalisation de vos activités ? Si oui, lesquelles ?
4. Les déploiements ont-ils permis d'ajouter de nouvelles activités à votre quotidien ?

#### L'environnement social et l'équilibre familial

5. Pourriez-vous me nommer les impacts occasionnés sur votre équilibre familial lors de l'absence temporaire de votre conjoint(e)/parent ?
6. Comment qualifieriez-vous votre environnement social durant le déploiement ?

### **Les stratégies adoptées et l'adaptation**

7. Si vous aviez des recommandations à faire à un ami qui vit la même situation que vous, quelles seraient les trois stratégies que vous lui proposeriez à mettre rapidement en place lors d'un déploiement ? Quelles sont les stratégies qui vous ont le plus aidées ?
8. Si vous aviez à revivre un déploiement dans la prochaine année, de quoi auriez-vous davantage besoin comme ressources et soutien de façon spécifique pour vous aider à rapidement revenir à un équilibre de vie (à vous adapter à la situation) ? Donnez un exemple.

**ANNEXE D****Questionnaire sociodémographique**

1. À quel genre vous identifiez-vous ? :

☐ Homme

☐ Femme

☐ Autre

☐ Je préfère ne pas répondre

2. Quel âge avez-vous ? : \_\_\_\_\_

3. Quel est votre lien avec le/la militaire ? :

☐ Conjoint(e)

☐ Enfant

☐ Autre : \_\_\_\_\_

4. Depuis combien de temps votre parent/conjoint fait-il partie ou a-t-il fait partie des Forces armées canadiennes ? \_\_\_\_\_

5. Combien de déploiements avez-vous vécus ? \_\_\_\_\_

6. Vous a-t-il été nécessaire de déménager en raison de l'armée ?

☐ Oui

☐ Non

## ANNEXE E

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

# Retombées des déploiements sur les familles militaires



**PROJET DE MAÎTRISE**

Sabrina Ouellet, étudiante à la maîtrise en ergothérapie à l'Université du Québec à Trois-Rivières

Supervisée par Catherine Briand, professeure au département d'ergothérapie à l'UQTR

## RECHERCHE DE PARTICIPANTS

Nous sommes à la recherche de conjoint(e)s dont le partenaire est un militaire actif ou retraité et d'enfants de 18 ans et plus provenant de familles militaires. Les participants doivent avoir vécu au moins un déploiement de plus de 6 mois.

## OBJECTIFS

1. Décrire les impacts sur le plan occupationnel (rôles, occupations significatives, routines et équilibre occupationnel) occasionnés par les déploiements sur les familles militaires canadiennes.
2. Dresser un portrait des stratégies utilisées dans la vie quotidienne par les familles militaires pour diminuer les enjeux occasionnés par les déploiements militaires.



**MODALITÉ**

Les participants seront invités à participer à une **rencontre de groupe** via la plateforme **Zoom**.

La rencontre sera d'une durée de **120 minutes**. **Deux dates** vous seront **proposées** au cours du mois de **mai 2021**.

**SI VOUS ÊTES INTÉRESSÉS À PARTICIPER OU POUR TOUTES QUESTIONS**


Sabrina Ouellet, étudiante-chercheuse  
[sabrina.ouellet@uqtr.ca](mailto:sabrina.ouellet@uqtr.ca)

AU PLAISIR DE DISCUTER AVEC VOUS !

Figure 4. Affiche de recrutement des participants

## ANNEXE F

3500



**UQTR**

Savoir.  
Surprendre.

**CERTIFICAT D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE AVEC DES ÊTRES HUMAINS**

En vertu du mandat qui lui a été confié par l'Université, le Comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains a analysé et approuvé pour certification éthique le protocole de recherche suivant :

**Titre :**                    **Retombées et impacts des déploiements sur les familles militaires canadiennes**

**Chercheur(s) :**    Sabrina Ouellet  
                                 Département d'ergothérapie


**Organisme(s) :**    Aucun financement

**N° DU CERTIFICAT :**    **CER-21-274-07.09**


**PÉRIODE DE VALIDITÉ :**    **Du 05 mars 2021                    au    05 mars 2022**

**En acceptant le certificat éthique, le chercheur s'engage à :**

- Aviser le CER par écrit des changements apportés à son protocole de recherche avant leur entrée en vigueur;
- Procéder au renouvellement annuel du certificat tant et aussi longtemps que la recherche ne sera pas terminée;
- Aviser par écrit le CER de l'abandon ou de l'interruption prématurée de la recherche;
- Faire parvenir par écrit au CER un rapport final dans le mois suivant la fin de la recherche.



Me Richard LeBlanc  
**Président du comité**



Fanny Longpré  
**Secrétaire du comité**

*Décanat de la recherche et de la création*      **Date d'émission :**    05 mars 2021

Figure 5. Certificat d'éthique à la recherche avec des êtres humains