



ENFANTS DE MILITAIRES

Le Vécu de Familles aux Prises avec le Trouble
de Stress Post-Traumatique

TROUSSE D'ACCOMPAGNEMENT DU DOCUMENTAIRE
PRÉPARÉE PAR LAURA SKY

«Je peux toujours lui pardonner toutes ces choses qu'il ne peut pas faire, parce que je sais qu'il s'en remettra un jour Je sais que ce n'est pas du tout de sa faute —il fait juste de son mieux pour le contrôler.... J'ai appris pas mal de choses sur lui, et je sais que ça va être comme ça pendant un certain temps.»

—SAM, 10 ANS



En effectuant nos recherches préparatoires pour ce documentaire, nous avons parlé avec de nombreux enfants et familles de militaires à travers le pays. Ils nous ont montré qu'il n'y a pas que le personnel militaire qui éprouve la douleur du trouble de stress post-traumatique (TSPT). Les enfants et les conjointes ont parlé des traumatismes qu'ils ont eux aussi subis en vivant avec les conséquences du TSPT. Les enfants vivent derrière un mur de silence tout en acquérant, paradoxalement, une expérience très riche. Le TSPT d'un parent entraîne chez beaucoup d'entre eux des sentiments de confusion et de honte, ce qui les amène souvent à chercher la sécurité dans le silence. Pourtant, ils ont en même temps développé des habiletés d'adaptation et des capacités qui méritent d'être reconnues et partagées avec d'autres qui se trouvent dans la même situation. Le processus de guérison du TSPT implique la famille tout entière.

CHAPITRE 1: LA FAMILLE LECONTE – MON PÈRE N'EST PAS FOU OU MAUVAIS.

Jessica (18 ans) et Patricia (15 ans), sœurs adolescentes, souffrent elles aussi du TSPT de leur père, l'ancien combattant Louis Leconte. Elles vivent dans un état d'isolement affectif, au gré des sautes d'humeur, des anxiétés et des réactions imprévisibles de leur père. *«Quelques-unes de mes amies sont au courant, mais elles ne comprennent vraiment pas. Je ne veux pas qu'elles pensent que mon père ... est fou ou mauvais.»*

«Il veille sur nous, vraiment. Des fois, on n'aime pas ça, mais d'autres fois, c'est une bonne chose. Et il est très attaché à nous. Il ferait n'importe quoi pour nous.»

CHAPITRE 2: LES FAMILLES DE KINGSTON – SAM, HOLLIE ET LUC – C'EST N'EST PAS DE SA FAUTE.

Sam (10 ans) est très proche de son beau-père Luc. Depuis qu'il a pris sa retraite de la vie militaire, Luc est aux prises avec un TSPT. Il est accablé de remords et de culpabilité à cause de son incapacité à contenir ses flash-back et ses accès de colère. Hollie, la mère de Sam, a l'impression de servir de tampon entre le TSPT de Luc et le besoin d'équilibre de la famille.

Sam comprend que son propre comportement innocent peut déclencher des souvenirs terribles chez Luc. Il a appris que ce n'est pas de sa faute, car il n'est qu'un enfant.

Sam essaie de comprendre les flash-back de Luc: *«Je lui rappelle qu'il n'est plus dans les Forces à ce moment-là, mais qu'il est à la maison à Kingston avec moi.»*

CHAPITRE 3: LA FAMILLE LAMROCK – C'EST POSSIBLE QUE JE PUISSE GUÉRIR, QUE MON PÈRE PUISSE GUÉRIR.

Kayla (22 ans) et Brittany (18 ans) sont sœurs dans une famille militaire recomposée qui vit à Meaford en Ontario. Leur père Steve a été soldat d'infanterie pendant vingt-quatre ans. Il a été envoyé en mission lors de la guerre du Golfe et des conflits en Bosnie et en Croatie et a été déployé deux fois en Afghanistan.

Brittany: *«Tu ne sais pas qui ton parent est quand il se débat avec le TSPT parce que tout à coup — (c'est) une personne totalement différente Tu changes ta façon d'agir pour qu'il se fâche moins Alors, tu perds un peu le sens de qui tu es.»*

Les grands-parents Audrey et Chuck ont vécu la perte de leur fils tel qu'ils le connaissaient avant son service outre-mer. La famille étendue peut être une source de soutien des plus bénéfiques.

CHAPITRE 4: MÈRES DE FAMILLE MILITAIRE – NOUS PORTONS L'UNIFORME INVISIBLE

À la base des Forces canadiennes de Valcartier près de Québec, nous avons conversé avec deux mères de famille militaire.

Trois décennies les séparent, mais Élisabeth Dallaire et Caroline Lemieux ont beaucoup de choses en commun en tant que conjointes de militaires et mères de leurs enfants. Elles doivent composer avec les conséquences du TSPT militaire dans leur vie familiale.

En parlant de leurs maris militaires, Caroline Lemieux dit: *«Ils se bâtissent une grosse carapace. Ils veulent être forts à nos yeux. Ils veulent revenir et dire : 'Je suis l'homme de la situation, l'homme de la famille. Je ne peux pas pleurer. Je ne peux pas permettre qu'on voie que je ne vais pas bien.»*

Madame Dallaire: *«On dit en français qu'on est la 'femme accordéon'. ... Tu te rends compte que tu as plus de potentiel que tu pensais en avoir, en faisant toutes sortes de choses. Nous portons l'uniforme invisible.»*

CHAPITRE 5: DOCUMENTARISTES DE VALCARTIER – LE GROUPE DE DOCUMENTARISTES

Au Centre de la famille de Valcartier près de Québec, nous avons réuni un groupe de jeunes dont les parents

ont servi dans les Forces canadiennes. Ces adolescents ont produit un court documentaire dramatisé sur leurs expériences en tant qu'enfants de militaires.

Anabelle, 17 ans: *«Nous devons définitivement en parler, parce que si on ne parle jamais de ce qu'on ressent ... on va toujours penser qu'on est seul. Mais c'est pas vrai. Il y a des milliers d'autres personnes qui vivent la même chose, alors pourquoi pas en parler et s'entraider?»*

Le TSPT n'est pas qu'une simple blessure de l'esprit. Ce n'est pas une simple pathologie individuelle ou familiale. Il ne touche pas que les militaires, mais bien notre collectivité canadienne toute entière. Les stress qu'il engendre persisteront chez les enfants bien après qu'ils sont devenus adultes. Heureusement, il en est de même pour les forces qu'ils ont développées. Les jeunes avec qui nous avons parlé manifestent une sagesse remarquable. Forts de toutes les capacités qu'ils ont acquises, ils sauront donner l'exemple, avec adresse et discernement, à leurs pairs et aux adultes qui les aiment.

Photo: Alexa-Frances Shaw

POUR TOUT COMPLÉMENT D'INFORMATION:
LAURASKY@SKYWORKSFOUNDATION.ORG

DVDS: COMMUNIQUER AVEC NOTRE
DISTRIBUTEUR VTAPE AU (416) 351-1317 OU À
WWW.VTAPE.ORG

NOUS REMERCIONS DE LEUR AIDE
FINANCIÈRE GÉNÉREUSE:

THE DUNKLEY CHARITABLE FOUNDATION
JACKMAN FOUNDATION
L'INSTITUT VANIER DE LA FAMILLE
THE CHRISTINA MARY HENDRIE TRUST
JANET MCCULLOCH, MD
BETH ROBINSON

AVEC LA PARTICIPATION DU MINISTÈRE DU
PATRIMOINE CANADIEN



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

© SKYWORKS CHARITABLE FOUNDATION 2014