

Université de la Méditerranée Aix Marseille II
Diplôme Interuniversitaire
« Aide médicale d'Urgence en milieu maritime »
Année 2012-2013

MEMOIRE

Amours gelées

-

*Impact d'un hivernage dans les T.A.A.F.
sur la vie des couples*

Dr Stéphane FRAIZE
Spécialiste en médecine générale

RESUME

CONTEXTE : Il se dit dans le milieu des expéditions polaires que l'hivernage sur l'une des bases australes a un effet délétère au sein des couples. Pourtant, aucune donnée de la littérature n'est disponible pour estimer de manière précise le taux de rupture parmi les couples dont l'un des partenaires part en hivernage austral.

METHODE : Nous avons réalisé une étude rétrospective qui porte sur l'ensemble des hivernants français de 2009 à 2012. 176 anciens hivernants, dont 102 étaient en couple lors de leur départ, ont participé à notre enquête.

RESULTATS : Notre étude a permis de mettre en évidence un taux de rupture évalué à 34% (26% en ne considérant que les couples qui habitent sous le même toit). Un âge inférieur à 30 ans ou bien un couple formé il y a moins de 5 ans, sont des facteurs de risque de rupture. Inversement, les couples plus anciennement établis, un âge supérieur à 40 ans ou la présence d'enfants au foyer, semblent des éléments protecteurs, sans constituer pour autant une garantie absolue. D'autres facteurs, comme le sexe, la profession, l'élaboration de projets communs ou l'utilisation des moyens de communication semblent moins ou pas du tout liés au risque de rupture.

La question des relations amoureuses entre hivernants n'a pas été spécifiquement étudiée mais a émergé spontanément. Il semble y avoir là un sujet de recherche encore ignoré.

CONCLUSION : Les parcours individuels sont très divers et il semble difficile de proposer des mesures univoques visant à limiter le risque de rupture. Toutefois, il paraît essentiel d'avertir les candidats au départ des dangers que celui-ci peut impliquer pour leur vie de couple et de la nécessité de les anticiper. Cette étude permet d'identifier des situations particulièrement à risque et d'envisager une démarche ciblée. L'enjeu du couple doit également être pris en compte lors de la sélection des candidats et pour le suivi du bon déroulé de la mission.

MOTS-CLES

ENVIRONNEMENTS ISOLES ET CONFINES

REGIONS POLAIRES

MISSIONS DE LONGUE DUREE

COUPLE

SEPARATION

PSYCHOLOGIE

ABSTRACT

BACKGROUND: Long-term missions in Antarctic are said to cause frequent damages on polar expeditioners' lives as a couple. However, no literature data is available to accurately estimate this break-up rate among couples from which one partner is leaving for a long-term mission.

METHODS: This retrospective study included all French wintering expeditioners from 2009 to 2012. Among the 176 former expeditioners who participated in our survey, 102 were in a relationship when they left.

RESULTS: We found a break-up rate, of 34% (26% when considering only couples who were living together). Age under 30, less than 5 years existing couple, are risk factors for break-up. Conversely, longer established couples, age over 40 or the presence of children at home are rather protective factors, without full guarantee. Other factors, such as gender, profession, former couple's projects, or the use of communications media, appear to be less or not at all related to the risk of break-up.

The issue of romance between expeditioners has not been specifically studied but was spontaneously brought up. This topic is undescribed and would require further research.

CONCLUSIONS: Individual histories are very diverse and it seems difficult to provide unambiguous contra-measures to limit the risk of break-up. However, it appears to be essential to warn long-term mission candidates about the risk that it may imply for their couple and the need to anticipate. This study allows to identify high-risk situations and to consider focused strategies. Couple issue should also be taken into account in the selection of candidates and for missions monitoring.

KEYWORDS

ISOLATED AND CONFINED ENVIRONMENTS

POLAR AREAS

LONG-TERM MISSIONS

COUPLE

SEPARATION

PSYCHOLOGY

REMERCIEMENTS

Je souhaite tout d'abord adresser mes remerciements à l'ensemble des ex-hivernants qui ont accepté de répondre au questionnaire et l'ont bien souvent enrichi de commentaires instructifs.

Je remercie également :

M. le Dr Claude BACHELARD, médecin-chef des TAAF, pour ses conseils, sa disponibilité et son aide dans l'élaboration du questionnaire et la collecte des fichiers nécessaires ;

M. Amaury SOLIGNAC, docteur en Psychologie, pour ses conseils et pour avoir défriché le sujet dans son travail de Thèse ;

Les médecins, anciens hivernants, m'ayant fait bénéficier de leurs conseils : Dr Marc ANDREIUX, Dr Pierre-Emmanuel FABRE, Dr Béatrice LAUDET, Dr Yvan LEVY, Dr Joëlle LUDWIG, Dr Anaïs PELIER, Dr Jean-Baptiste VASSE.

Mme le Pr Simone MATHOULIN-PELISSIER, M. le Dr Antoine BENARD et Mme le Dr Christine MAYNIÉ, pour leur aide concernant les aspects statistiques et méthodologiques ;

Les confrères m'ayant permis d'accéder aux ressources bibliographiques et en particulier M. Stéphane TRAN-BA et M. le Dr Jean-Daniel FLAYSAKIER.

TABLE DES MATIERES

Résumé.....	1
Abstract	2
Remerciements	3
1. Introduction	6
1.1. Cadre général.....	6
1.2. Etat actuel des connaissances	7
2. Méthode et ressources	9
2.1. Hypothèses	9
2.2. Moyens	10
2.2.1 Constitution des fichiers	10
2.2.2 Questionnaire.....	10
2.3. Aspects statistiques	11
3. Résultats	12
3.1. Taux de retour.....	12
3.2. Données démographiques générales	12
3.1.1 Sexe.....	13
3.1.2 Catégories socio-professionnelles.....	13
3.1.3 Age au moment du départ.....	14
3.1.4 Expériences des missions au long cours.....	14
3.3. Situation affective	14
3.4. Typologie pour l'étude	15
3.5. Données socio-démographiques influençant le devenir des couples	17
3.4.1 Statut marital.....	17
3.4.2 Âge	17
3.4.3 Ancienneté du couple.....	17
3.4.4 Présence d'enfants au foyer	18
3.4.5 Catégorie socioprofessionnelle et expériences antérieures.....	19
3.4.6 District.....	19
3.4.7 Sexe.....	19
3.6. Avant le départ	20
3.5.1 Couples en rupture.....	20
3.5.2 « Solidité des couples ».....	20
3.5.3 Approbation par le conjoint.....	21
3.5.4 Anticipation des difficultés.....	22
3.5.5 Projets pour l'avenir.....	23
3.6. Au retour de mission.....	24
3.6.1 Couples rompus en cours de mission.....	24
3.6.2 Couples non rompus	25
3.7. Evolution à moyen terme	26
3.7.1 Couples rompus après la mission.....	27
3.7.2 Couples non rompus	28
3.8. Bilan global.....	28

3.9	Source de tension et de réconfort.....	31
3.10	Vécu de la mission	31
3.11	Moyens de communication.....	33
3.12	Hivernants célibataires	36
3.13	Suggestions et remarques des hivernants	36
3.13.1	<i>Organisation pratique</i>	37
3.13.2	<i>Communications avec les proches</i>	37
3.13.3	<i>Relations affectives entre hivernants</i>	37
3.13.4	<i>Conséquences sur le fonctionnement de l'équipe</i>	38
3.13.5	<i>Décalage avec ceux qui restent</i>	38
3.13.6	<i>L'hivernage comme révélateur</i>	39
4.	Discussion	40
4.1.	Limites et biais.....	40
4.1.1.	<i>Biais de mémorisation</i>	40
4.1.2.	<i>Taille de l'échantillon</i>	40
4.1.3.	<i>Représentativité</i>	40
4.2.	Discussion des résultats	41
4.2.1.	<i>Taux de rupture</i>	41
4.2.2.	<i>Facteurs corrélés au risque de rupture</i>	42
4.2.3.	<i>Conséquences à terme sur les couples</i>	43
4.2.4.	<i>Impact sur le déroulé de la mission</i>	43
4.2.5.	<i>Relations affectives entre hivernants</i>	44
4.2.6.	<i>Des contre-mesures sont-elles envisageables ?</i>	44
4.2.7.	<i>Extension possible à d'autres milieux isolés</i>	45
5.	Conclusion et perspectives	45
	Bibliographie.....	47
	ANNEXES.....	48
	Annexe 1 - Questionnaire en ligne – plateforme SurveyMonkey	48
	Annexe 2 – Brochure “Antarctic separation, working in Antarctica”.....	58

1. INTRODUCTION

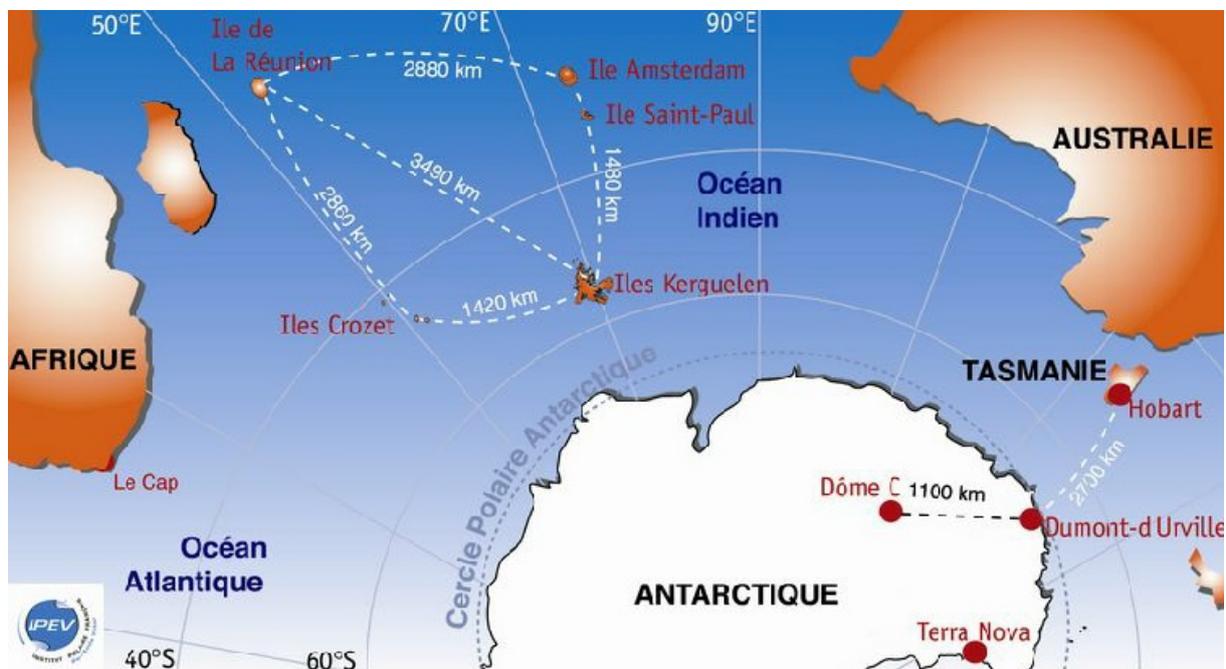
1.1. CADRE GÉNÉRAL

Les TAAF sont un territoire d'outre-mer constitué par la loi du 6 août 1955 portant statut des Terres Australes et Antarctiques Françaises et de l'île de Clipperton.

Il s'agit d'un territoire inhabité et particulièrement isolé.

Les TAAF sont divisées en cinq districts. Sur le district des Iles Eparses, la présence humaine se résume à des détachements militaires de faible effectif, en rotation tous les 45 jours. Les quatre autres districts sont dotés de bases sur lesquelles la France assure une présence constante. Il s'agit de :

- District de Terre Adélie – Base antarctique Dumont d'Urville et Base Concordia-Dôme C (base franco-italienne)
- District des îles Crozet – Base Alfred Faure
- District des îles Kerguelen – Port-aux-Français
- District de Saint-Paul et Amsterdam – Base Martin-de-Viviès



Les bases des îles subantarctiques y assurent la souveraineté française. Celles du continent, sous responsabilité française et franco-italienne, s'inscrivent dans le cadre du Traité international sur l'Antarctique. Elles ont un but essentiellement scientifique tout en jouant un rôle de support logistique occasionnel dans ces secteurs isolés.

Elles connaissent une activité soutenue durant l'été austral (de septembre à février), période à laquelle leurs effectifs sont nettement accrus. La présence est réduite le reste de l'année où seuls les « hivernants » sont présents. Les effectifs sont alors d'une quinzaine de personnes à Concordia (dont une moitié de Français), une vingtaine sur Crozet et Amsterdam, environ vingt-cinq à la base Dumont d'Urville et une cinquantaine à Kerguelen.

Ces « hivernants » constituent une population très particulière puisqu'il s'agit d'assurer le fonctionnement autonome (scientifique, technique, de sécurité et d'intendance) de chaque base avec un minimum de personnes présentes. Les professions, catégories d'âges et statuts sont très divers. La féminisation est généralisée depuis le début des années 2000.

L'hivernage est toujours une expérience particulière durant laquelle ces personnes vont vivre, pendant une période longue, généralement de 12 à 15 mois, loin de leur cadre de vie habituel et de leurs proches, en milieu confiné. Et, ce, dans un environnement naturel aussi hostile que magnifique, avec la longue nuit de l'hiver polaire et sans possibilité de retour durant cette période (tout retour étant matériellement impossible durant 8 mois de l'année, quels que soient les évènements, pour les bases antarctiques).

En ce sens, l'hivernage sur l'une des bases des TAAF constitue une expérience humaine sans réellement d'équivalent. Seuls les militaires en opération, les sous-mariniers ou les astronautes peuvent connaître un isolement similaire, mais exceptionnellement sur une telle durée et avec la différence qu'il s'agit en général de carrières que l'on embrasse en ayant conscience de ces éventualités, là où les hivernants des TAAF sont majoritairement des « civils » qui n'étaient pas *a priori* destinés à connaître de telles conditions.

1.2. ETAT ACTUEL DES CONNAISSANCES

Dans le monde des expéditions polaires, il se dit que l'hivernage « occasionne de la casse » au sein des couples. Toutefois, ceci n'a jamais été réellement quantifié et extrêmement peu de données existent. La bibliographie abordant le sujet de manière spécifique est lacunaire.

L'éloignement familial constitue un sujet de préoccupation pour les hivernants, pouvant générer des sentiments négatifs et des désordres psychologiques, même si, parmi l'ensemble des sujets de préoccupation possibles, celui-ci ne semble pas être au premier plan en terme de fréquence. (Wood, 2000)

Les données les plus intéressantes concernant ce sujet ont été relevées dans le travail de thèse d'A. Solignac, qui s'est plus particulièrement intéressé au phénomène du retour.

Dans l'enquête réalisée pour sa thèse (et concernant un panel d'hivernants des années 50 aux années 2000, pour beaucoup à une époque où les missions étaient uniquement masculines), A. Solignac note que 73 des 150 répondants étaient engagés dans une relation affective au début de l'hivernage. L'auteur relève 5 cas de rupture durant l'hivernage, 6 cas de rupture dans l'année suivante, 3 séparations temporaires et 1 rupture sans lien avec la mission. Soit 15 cas de rupture temporaire ou définitive, affectant ainsi 20,3% des couples.

Ce chiffre est à rapprocher de ceux de Taylor qui avait réalisé une étude longitudinale concernant 12 hivernants masculins, de cinq nationalités différentes, ayant participé à l'International Biomedical Expedition to the Antarctic (IBEA). Tous étaient mariés ou en concubinage. La majorité des couples rapportaient au terme de l'étude (16 mois après le retour) que cette épreuve avait augmenté les sentiments de plaisir, d'excitation et d'enthousiasme au sein de leur couple. Globalement, les membres de l'expédition considéraient que la qualité de leur relation de couple avait un peu augmenté. Toutefois, il était également rapporté des éléments plus négatifs et trois des couples avaient connu des difficultés sentimentales sérieuses au cours de ces 16 mois : temporaires pour deux couples, persistantes pour le troisième. (Taylor & McCormick, 1987)

D'autres recherches, dans le domaine militaire, ont exploré les facteurs d'impact négatif des missions au long cours sur la vie de couple, pointant en particulier l'effet néfaste de la durée des missions, du nombre de déploiements et de l'intensité du sentiment de rejet formulé par les épouses. (Hurley, Field, & Bendell-Estoff, 2012)

En effet, partir en mission au long cours, sans aucune possibilité de revenir dans ses foyers avant longtemps, n'est pas neutre sur le plan affectif.

Ni au moment du départ alors que celui qui s'en va, drapé dans l'étoffe des héros, laisse son conjoint seul face aux exigences du quotidien, ce qui peut être perçu comme une fuite ou une trahison, d'autant plus que, à l'inverse des militaires, l'hivernant n'a pas l'excuse de la contrainte. (Nègre, 1961)

Ni pendant la mission où l'éloignement physique, les difficultés de communication, l'impuissance réelle ou ressentie de l'un et de l'autre, peuvent faire émerger les états psychologiques typiques de l'angoisse de séparation : protestation, désespoir et détachement. (Solignac, 2010) Ces phénomènes étant davantage marqués pour le partenaire restant au domicile. (Norris, Paton, & Ayton, The long cold night: comparing expeditioner and partner experiences during Antarctic absences, 2008)

Ni, enfin, au retour quand les chemins des deux partenaires ont parfois profondément divergé, que les rôles ont été réassignés et quand apparaît fréquemment un phénomène de décalage : l'hivernant s'attendant à retrouver, intact, l'environnement connu alors que celui ou celle qui est resté a continué d'avancer.

« *Le retour est l'occasion pour les couples d'une renégociation des rôles et, pour certains, de la relation elle-même.* » (Solignac, 2010)

Une période de réadaptation est alors nécessaire. Elle a été particulièrement mise en évidence chez les militaires pour lesquels elle pouvait durer de quelques semaines à plusieurs mois selon l'intensité et la longueur des missions. Il a alors été décrit une « phase de réunification », souvent difficile, précédant généralement une « phase de réintégration et stabilisation ». (De Soir & Lemal, 2003) (Seyyed Hosseini, 2012) (Busuttill & Busttil, 2001) (Leon & Scheib, Personality Influences on a Two-Man Arctic Expedition, Impact on Spouse, and the Return Home, 2007)

Cette période de retour peut également être marquée par un phénomène de « nouvelle lune de miel » amenant les deux partenaires à surestimer les éléments positifs et sous-estimer les difficultés, avec le risque de créer des attentes mutuelles irréalistes, néfastes sur le long terme. C'est afin d'aider ces couples à faire face à de telles difficultés que des programmes de soutien aux deux partenaires sont mis en place, par exemple par l'Australian Antarctic Division qui a élaboré un livret (*Antarctic separation, working in Antarctica* – Annexe 2) spécifiquement destiné à préparer les futurs hivernants aux enjeux familiaux. (Norris, Paton, & Ayton, Future directions in Antarctic psychology research, 2010)

Au-delà de ce support institutionnel, les anciens hivernants bénéficient souvent dans cette période de réintégration, et probablement de manière plus efficace, de l'aide de la « famille polaire », en particulier des anciens collègues d'hivernage. (Norris, Paton, Thompson, & Ayton, 2006)

Peu d'études concernant les environnements isolés ont spécifiquement considéré la question de la relation de couple et son devenir à court et moyen terme. Moins souvent encore, ces études ont concerné la population des hivernants antarctiques qui se distinguent des autres contextes similaires (militaires, sous-mariniens, missions spatiales, expatriés) par trois éléments importants :

- une durée d'absence particulièrement longue (généralement de 12 à 15 mois) ;
- un isolement majeur (géographique, climatique et environnemental), sans possibilité de retour ;
- une population essentiellement composée de travailleurs « ordinaires » n'ayant pas *a priori* embrassé une carrière les menant à connaître une situation aussi extrême.

Au demeurant, la majorité des travaux ayant pour objet les aspects psychologiques des hivernants des bases Antarctiques se sont intéressés à la question de la relation de couple de manière incidente, comme un facteur de stress parmi d'autres, dans ce contexte particulier d'isolement prolongé ou encore comme un marqueur des périodes de réajustement lors du retour.

C'est donc à cette question que nous nous sommes intéressés : quelle est l'évolution des couples dont l'un des membres part en hivernage dans les TAAF ? Quelle est la proportion de ces couples qui rompent en lien avec la mission ?

Subsidiairement, y a-t-il des caractéristiques qui permettent de distinguer les couples rompus de ceux qui survivent à l'hivernage ? Ces données pourraient-elles permettre d'envisager des pistes pour mieux préparer les hivernants qui partent alors qu'ils sont en couple ?

2. MÉTHODE ET RESSOURCES

Ce travail constitue une étude rétrospective, menée par questionnaire auprès de l'ensemble des hivernants des TAAF des trois dernières années.

2.1. HYPOTHÈSES

A partir des données disponibles, les hypothèses principales suivantes ont été formulées :

- L'hivernage au sein des TAAF augmente notablement le risque de rupture au sein des couples dont l'un des partenaires participe à l'hivernage.
- Ces ruptures peuvent avoir lieu au cours de la mission (ce qui inclut les ruptures annoncées ou constatées au retour immédiat) ou bien de manière décalée dans l'année qui suit le retour en raison du phénomène de « homecoming ».

Cette recherche concerne également des hypothèses secondaires :

- Le risque de rupture des couples est lié à certaines caractéristiques personnelles des hivernants : âge, sexe, catégorie socioprofessionnelle.
- Le risque de rupture est lié à certaines caractéristiques du couple : ancienneté, statut marital, présence d'enfants au foyer, approbation du conjoint, élaboration de projets communs, usage des moyens de communication.

Il est à noter que nous avons fait le choix de ne pas détailler les aspects liés à la présence éventuelle d'enfants au foyer et les difficultés qui en découlent spécifiquement. Ceci afin de ne pas multiplier les éléments pris en considération et en raison d'un effectif attendu trop faible pour en tirer des conclusions statistiques.

2.2. MOYENS

2.2.1 CONSTITUTION DES FICHIERS

La liste des hivernants des trois dernières années avec leurs adresses électroniques, lorsqu'elles étaient disponibles, a été fournie par le Dr Claude Bachelard, médecin-chef des TAAF.

Une difficulté était liée au fait que les TAAF ne tiennent pas de fichier centralisé de leurs anciens hivernants. Il a donc fallu procéder par requêtes séparées. A noter qu'il n'a pas été possible de récupérer les adresses pour les hivernants 2009-2010 du district de Crozet.

De plus, les adresses électroniques ne figuraient pas toujours ou n'étaient parfois plus valides. Enfin, un certain nombre d'erreurs concernait les fichiers transmis, en particulier la présence de « campagnards d'été » qui n'avaient effectué que des séjours plus brefs durant l'été austral.

Des recherches personnelles ont permis de retrouver quelques adresses électroniques supplémentaires.

Au total, 276 adresses mails valides ont pu être collectées (94 pour Kerguelen, 92 pour les deux bases antarctiques, 59 pour Amsterdam et 31 pour Crozet).

Il s'agissait essentiellement d'hivernants mais ces adresses comprenaient quelques « campagnards d'été ».

Ce chiffre est à mettre en parallèle avec le nombre d'hivernants total qui est approximativement de 125 à 130 chaque année, soit 380 pour les trois années étudiées.

Outre Crozet 2009-2010, une part significative des adresses manquantes concerne les contractuels réunionnais, généralement employés sur des postes techniques, en particulier à Kerguelen.

2.2.2 QUESTIONNAIRE

Un questionnaire d'enquête, construit pour ce travail a été proposé par mail via la plateforme en ligne SurveyMonkey (*Annexe 1*). Ce dispositif permet un suivi des réponses pour chaque destinataire. Deux

relances ont été effectuées auprès de ceux qui n'avaient pas répondu. L'analyse des données s'est faite de manière anonyme.

Le questionnaire a été élaboré de manière à pouvoir être complété en une dizaine de minutes. Toutefois, la plupart des questions laissaient la possibilité de commentaires ouverts, autorisant une approche plus qualitative.

Un chaînage permettait de ne présenter aux répondants que les questions qui les concernaient en fonction de leurs réponses précédentes.

Outre le recueil de certaines données spécifiques, le questionnaire demandait aux participants de décrire l'état de leur couple à trois « moments-clés » : juste avant le départ en mission, 1 mois après le retour (qui a eu lieu pour l'ensemble des participants entre novembre 2009 et avril 2013) et « aujourd'hui » (mi-mars à début mai 2013).

Pour décrire l'état de leur couple, les répondants étaient invités à en indiquer le statut marital et à en évaluer la « solidité » au moyen d'une échelle visuelle graduée de 0 « couple proche de la rupture » à 10 « couple extrêmement solide ».

10. Au moment de votre départ comment évaluez-vous la « solidité » de votre couple ? (choisissez une case à cocher entre les deux extrêmes)											
	Couple proche de la rupture 0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Couple extrêmement solide 10
Solidité ressentie du couple	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Figure 1 - Echelle visuelle de "solidité" du couple, questionnaire en ligne

En fonction de leurs réponses, les hivernants ont été assignés à 5 catégories :

- « **Célibataire** » pour ceux qui n'étaient pas engagés dans une relation de couple au moment du départ ;
- « **Couple en rupture** » pour ceux qui avaient indiqué que leur couple était déjà en situation de rupture au moment du départ ;
- « **Rupture en mission** » pour ceux dont la rupture était établie 1 mois après le retour ;
- « **Rupture décalée** » pour ceux dont le couple existait toujours 1 mois après le retour et dont la rupture a eu lieu entre ce moment et la date de réponse au questionnaire ;
- « **Couple non rompu** » pour ceux dont le couple était toujours constitué au moment de la réponse au questionnaire.

Les comparaisons ont essentiellement été faites entre les « couples non rompus » et les « ruptures en mission ». Le groupe des « ruptures décalées » a été aggloméré avec le groupe des « couples non rompus » pour l'analyse au retour de mission et avec le groupe des « ruptures en mission » pour les analyses portant sur l'ensemble de la période (« couples rompus » sans précision).

2.3. ASPECTS STATISTIQUES

Les données ont été traitées via un tableur Excel.

Les relations entre variables nominales ont été testées à l'aide du test d'indépendance du Chi² sur la plateforme en ligne BiostaTGV.

Nous n'avons pas effectué de tests multivariés en raison d'effectifs trop limités pour ce type d'analyses.

3. RÉSULTATS

3.1. TAUX DE RETOUR

Au total, 181 questionnaires ont été retournés pour 276 adresses mail valides, soit un taux de retour de **66%**.

Parmi les retours, 4 questionnaires n'ont pas été pris en compte car ne correspondant pas aux critères de l'étude (campagnards d'été, séjour trop ancien), 3 questionnaires très incomplets n'ont pas pu être analysés valablement, 174 questionnaires ont été complétés et analysés.

3.2. DONNÉES DÉMOGRAPHIQUES GÉNÉRALES

Tableau 1 - Données socio-démographiques

	Total n = 174	Célibataires n = 72	Couples en rupture n = 8	En couple		p
				Rompus n = 32	Non rompus n = 62	
Sexe						
Homme	138 (79%)	49 (68%)	6 (75%)	25 (78%)	58 (94%)	0,06
Femme	36 (21%)	23 (32%)	2 (25%)	7 (22%)	4 (6%)	
CSP						
Policier ou militaire	35 (20%)	7 (10%)	1 (12%)	5 (16%)	22 (35%)	0,03
Ingénieur ou cadre technique	38 (22%)	21 (30%)	1 (12%)	6 (19%)	10 (16%)	
Technicien	35 (21%)	14 (20%)	3 (37%)	5 (16%)	13 (21%)	
Étudiant	22 (13%)	11 (15%)	1 (12%)	7 (22%)	3 (5%)	
Âge						
<30	91 (52%)	46 (64%)	5 (62%)	22 (69%)	18 (29%)	<0,001
30-39 ans	36 (21%)	16 (22%)	1 (12%)	6 (19%)	13 (21%)	
>39 ans	47 (27%)	10 (14%)	2 (25%)	4 (12%)	31 (50%)	
Expérience antérieure						
Oui	43 (25%)	19 (26%)	1 (12%)	4 (12%)	19 (31%)	0,09
Non	131 (75%)	53 (74%)	7 (88%)	28 (88%)	43 (69%)	
District						
Bases antarctiques	56 (32%)	29 (40%)	3 (37%)	8 (25%)	16 (26%)	0,87
Bases sub-antarctiques	118 (68%)	43 (60%)	5 (62%)	24 (75%)	46 (74%)	

3.1.1 SEXE

Les hivernants sont des hommes à 79% et des femmes à 21%.

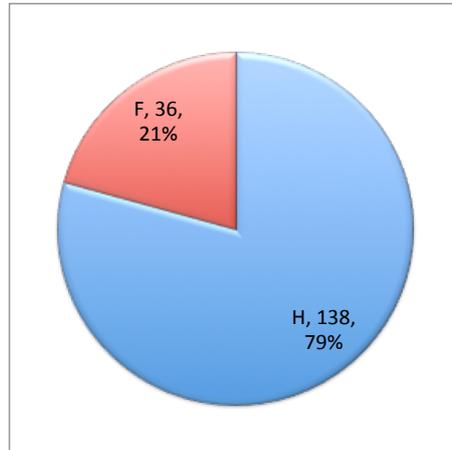


Figure 2 - Répartition par sexes des répondants de l'enquête

3.1.2 CATÉGORIES SOCIO-PROFESSIONNELLES

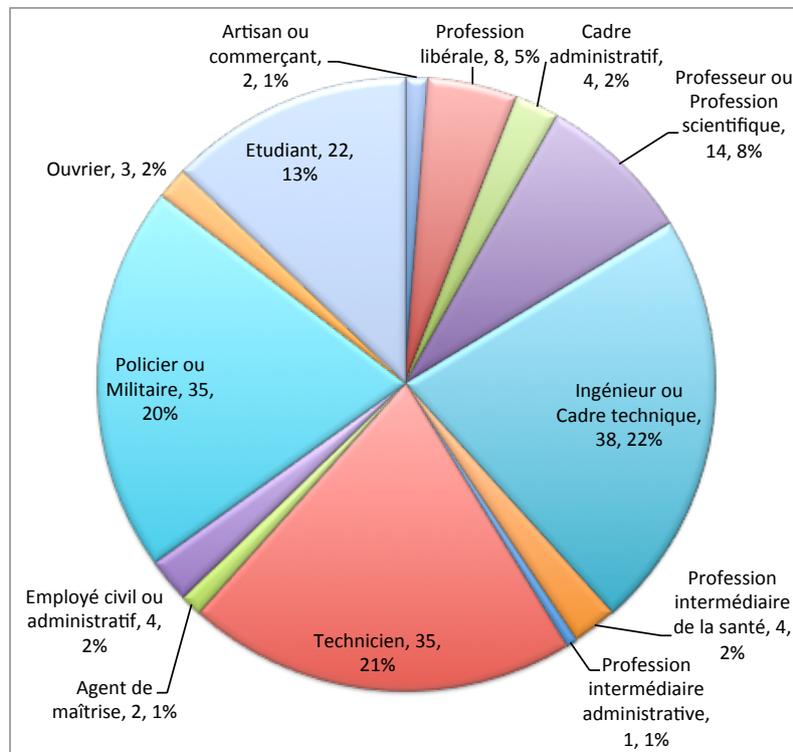


Figure 3 - Répartition par catégories socio-professionnelles des répondants de l'enquête

3.1.3 AGE AU MOMENT DU DÉPART

La population des hivernants est une population globalement jeune, en particulier du fait de la présence nombreuse des Volontaires Civils à l'Aide Technique (jusqu'en mai 2010).

Toutefois, l'ensemble des classes d'âge est représenté. L'âge moyen est de **33,0 ans** (âge médian : 28 ans).

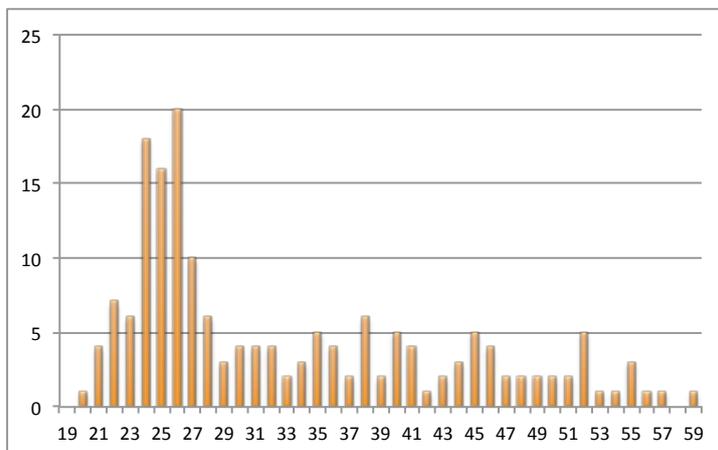


Figure 4 - Âge des hivernants au moment du départ

3.1.4 EXPERIENCES DES MISSIONS AU LONG COURS

75% des hivernants effectuaient leur première mission au long cours (définie par un séjour plus de 6 mois). Pour d'autres, en particulier parmi les militaires, ce n'était pas leur première expérience de ce type.

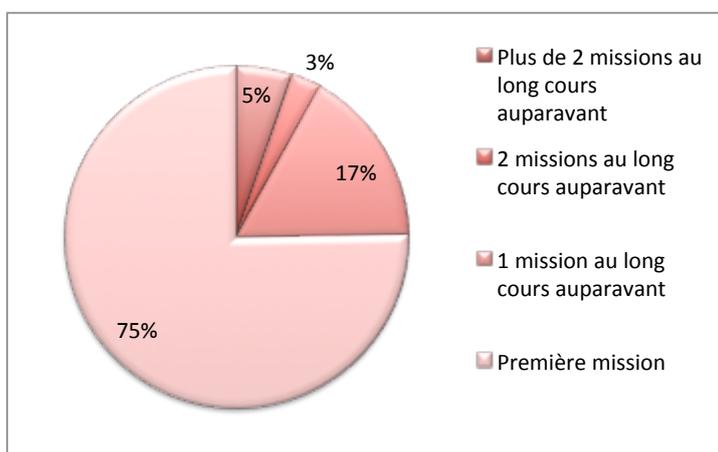


Figure 5 - Expérience antérieure de missions au long cours

3.3. SITUATION AFFECTIVE

Au moment du départ, 72 répondants étaient célibataires, 102 étaient en couple dont 8 correspondant à des couples « en rupture » qui seront analysés séparément.

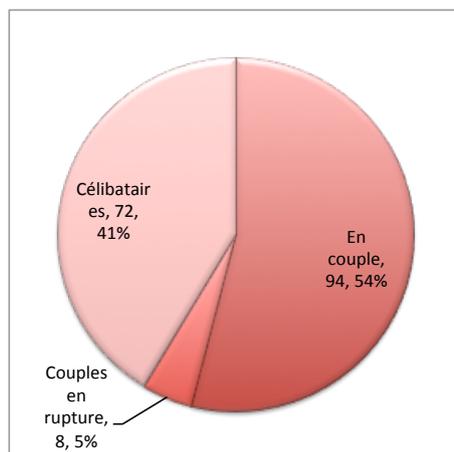


Figure 6 - Situation affective des hivernants au moment du départ

Les couples se répartissent presque à parts égales entre des couples mariés/pacsés, des couples en union libre, cohabitant, et des couples qui ne partagent pas le même domicile.

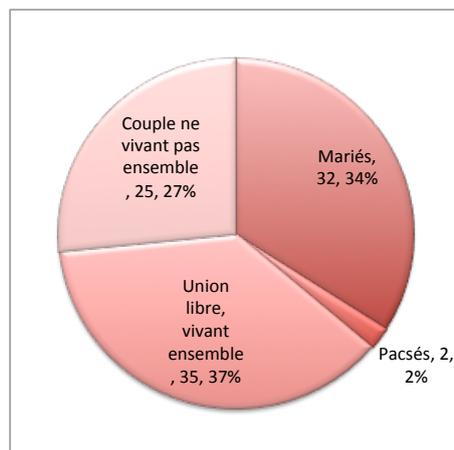


Figure 7 - Situation des couples au moment du départ

En moyenne, ces couples se sont formés **8,5 ans** avant le départ en mission.

3.4. TYPOLOGIE POUR L'ÉTUDE

Selon les réponses données aux questions « **Un mois** après le retour de mission, étiez-vous toujours engagé dans le même couple ? » et « **Aujourd'hui**, êtes-vous toujours engagé dans le même couple ? », les hivernants, en couple lors du départ, ont été répartis en trois catégories :

- « **Rupture en mission** » pour ceux dont la rupture était établie 1 mois après le retour ;
- « **Rupture décalée** » pour ceux dont le couple existait toujours 1 mois après le retour et dont la rupture a eu lieu entre ce moment et la date de réponse au questionnaire ;
- « **Couple non rompu** » pour ceux dont le couple était toujours constitué au moment de la réponse au questionnaire.

Pour les analyses portant sur la totalité de la période (du départ, jusqu'au jour où le questionnaire est rempli), les groupes « Rupture en mission » et « Rupture décalée » sont réunis sous l'appellation générale « **Couples rompus** ».

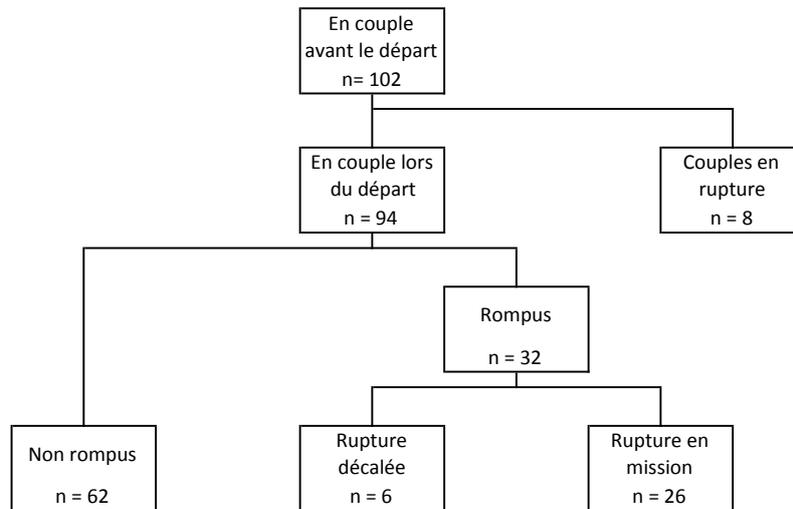


Figure 8 -Typologie des couples pour l'étude

Tableau 2 - Situation affective avant le départ

	Total n = 94	Rompus n = 32	Non rompus n = 62	p
Statut du couple				
Marié/Pacsé	34 (36%)	2 (6%)	32 (52%)	<0,0001
Union libre	35 (37%)	16 (50%)	19 (31%)	
Pas de cohabitation	25 (27%)	14 (44%)	11 (18%)	
Ancienneté du couple				
<1 ans	27 (29%)	13 (41%)	14 (23%)	<0,001
1-5 ans	23 (24%)	12 (37%)	11 (18%)	
5-10 ans	18 (19%)	6 (19%)	12 (19%)	
>10 ans	26 (28%)	1 (3%)	25 (40%)	
Enfants au foyer				
Oui	30 (32%)	3 (9%)	27 (44%)	0,002
Non	64 (68%)	29 (91%)	35 (56%)	
"Solidité" du couple avant				
0-4	12 (13%)	6 (19%)	6 (10%)	<0,0001
5-7	34 (36%)	20 (62%)	14 (23%)	
8-10	46 (49%)	6 (19%)	40 (65%)	
Approbation par le conjoint				
Oui	80 (85%)	24 (75%)	56 (92%)	0,20
Pas vraiment / Pas du tout	11 (12%)	6 (19%)	5 (8%)	
Anticipation des difficultés				
Oui, beaucoup	53 (56%)	14 (44%)	39 (63%)	0,13
Oui, un peu	33 (35%)	14 (44%)	19 (31%)	
Pas du tout	7 (7%)	4 (12%)	3 (5%)	
Projet d'avenir				
Enfant	12 (13%)	5 (16%)	7 (11%)	0,87
Union	15 (16%)	6 (19%)	9 (15%)	0,96
Immobilier	31 (33%)	7 (22%)	24 (39%)	0,03
Autres projets	48 (51%)	18 (56%)	30 (48%)	1,0

3.5. DONNEES SOCIO-DEMOGRAPHIQUES INFLUENÇANT LE DEVENIR DES COUPLES

3.4.1 STATUT MARITAL

Le statut « marié » ou « pacsé » est très significativement lié à un plus faible taux de rupture ($p < 0,0001$).

Parmi les couples vivant en union libre, le fait d'habiter sous le même toit semble réduire le taux de rupture mais non significativement ($p = 0,60$).

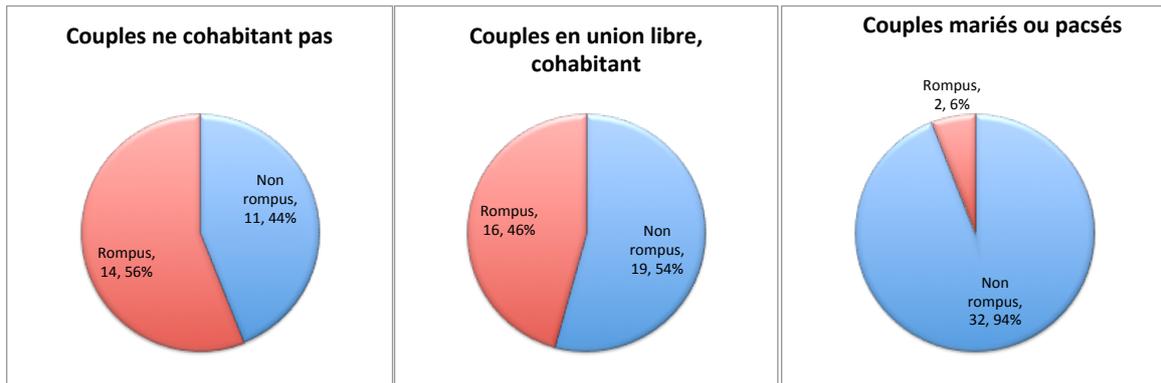


Figure 9 - Taux de rupture en fonction de la situation maritale

3.4.2 ÂGE

L'âge est significativement lié au taux de rupture : plus les hivernants sont jeunes, plus grand est le risque de rupture ($p < 0,001$). Les hivernants étaient âgés en moyenne de 29,2 ans pour ceux ayant rompu et de 38,4 ans pour ceux dont le couple s'est maintenu.

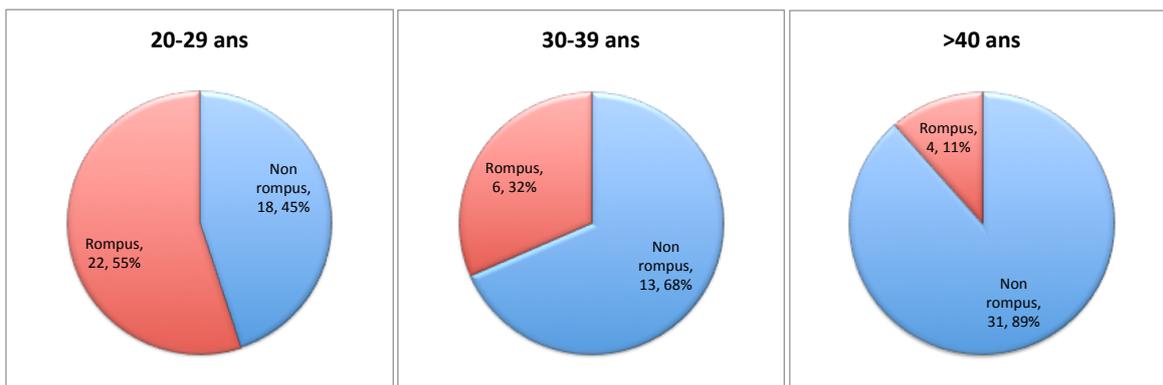


Figure 10 - Taux de rupture en fonction de la classe d'âge

3.4.3 ANCIENNETÉ DU COUPLE

L'ancienneté du couple est très fortement corrélée au taux de rupture ($p < 0,001$). Les couples rompus s'étaient constitués en moyenne 3,4 ans avant le départ en mission, contre 11,1 ans pour ceux qui se sont maintenus.

A noter qu'il n'y a pas de différence significative entre les couples formés moins de 1 an avant la mission et ceux formés entre 1 an et 5 ans avant.

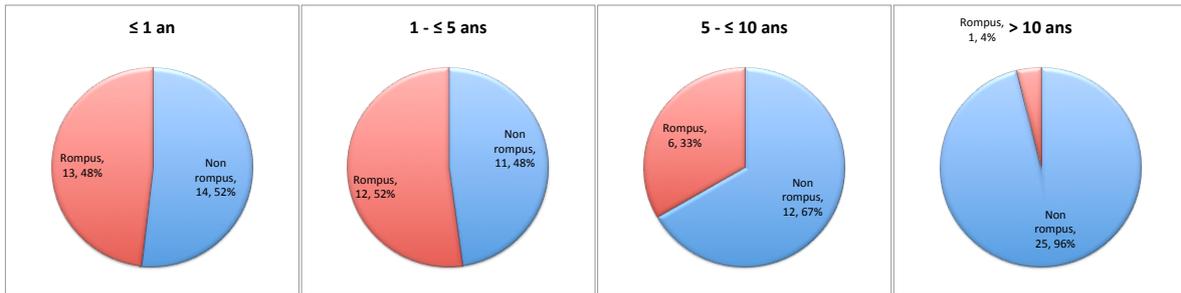


Figure 11 - Taux de rupture en fonction de l'ancienneté du couple

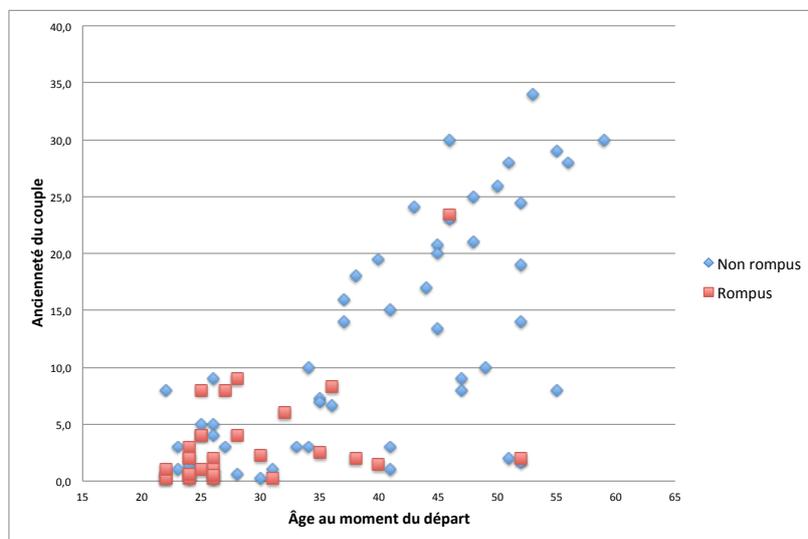


Figure 12 - Nuage de points : couples rompus et couples non rompus en fonction de l'âge de l'hivernant et de l'ancienneté du couple

3.4.4 PRÉSENCE D'ENFANTS AU FOYER

La présence d'enfants au foyer est très fortement corrélée à la probabilité que le couple résiste ($p=0,002$).

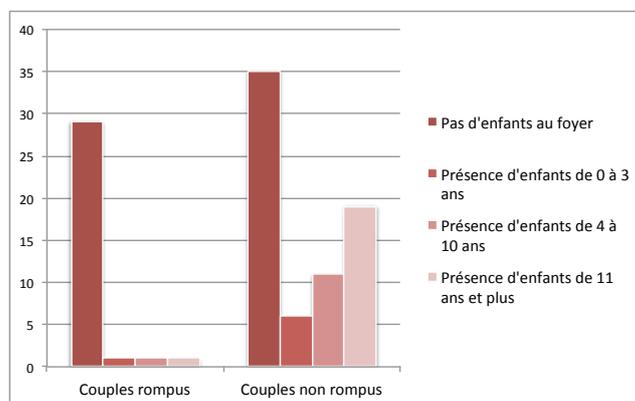


Figure 13 - Comparaison entre les "couples rompus" et "non rompus" en fonction de la présence d'enfants au foyer

3.4.5 CATÉGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE ET EXPÉRIENCES ANTÉRIEURES

Parmi les catégories socioprofessionnelles, nous retrouvons une différence statistiquement significative chez seulement deux d'entre elles : il y a davantage de ruptures chez les étudiants et significativement moins chez les policiers et militaires ($p=0,03$). Toutefois, il s'agit probablement d'un facteur confondant en raison de l'âge moyen au sein de chaque catégorie socioprofessionnelle.

Tableau 3 - Comparaison entre les "couples rompus" et les "couples non rompus" en fonction des principales catégories socioprofessionnelles. Indication des moyennes d'âge et de l'ancienneté moyenne des couples par CSP.

	Rompus	Non rompus	Taux de rupture	Moyenne d'âge	Ancienneté moyenne du couple	Age de mise en couple
Etudiant	7	3	70%	24,5	3,2	21,4
Professeur ou Profession scientifique	4	3	57%	29,0	2,7	26,3
Ingénieur ou Cadre technique	6	10	38%	29,0	4,0	25,0
Technicien	5	13	28%	35,3	8,4	26,9
Policier ou Militaire	5	22	19%	38,9	12,7	26,1

De la même manière, l'existence d'expériences antérieures de missions au long cours semble associée à un plus faible taux de rupture ($p=0,09$) mais elle est logiquement corrélée à l'âge et à la CSP.

3.4.6 DISTRICT

Aucune différence significative n'est retrouvée entre les hivernants en fonction de leur base d'affectation et en particulier entre les hivernants des deux bases antarctiques (Terre Adélie et Concordia) et ceux des trois bases des îles subantarctiques (Kerguelen, Crozet et Amsterdam) ($p=0,87$).

3.4.7 SEXE

Enfin, les femmes connaissent plus fréquemment des ruptures ($p=0,06$). Mais l'âge est probablement un facteur confondant puisqu'elles ont en moyenne 8,7 ans de moins que les hommes.

Cependant, en ne considérant que la tranche d'âge 20-29 ans, qui connaît le plus fort taux de ruptures, il persiste une tendance pour un plus fort taux de rupture des femmes mais de manière non statistiquement significative ($p=0,24$).

AU FINAL, LES DONNEES SOCIO-DEMOGRAPHIQUES LES PLUS FORTEMENT CORRELEES AVEC LE RISQUE DE RUPTURE SONT L'AGE DE L'HIVERNANT, L'ANCIENNETE DE SON COUPLE, LE STATUT MARITAL ET LA PRESENCE D'ENFANTS AU FOYER.

3.6. AVANT LE DÉPART

3.5.1 COUPLES EN RUPTURE

8 répondants à l'enquête ont été assignés à la catégorie « en rupture ». Ce sont ceux qui indiquaient une « solidité » de leur couple à 0 (sur 10), ou bien comprise entre 1 et 2 tout en mentionnant cette situation dans leurs commentaires.

L'effectif est trop réduit et les situations personnelles trop diverses pour en faire une description autre que qualitative.

Il s'agit de 6 hommes et 2 femmes, âgés de 22 à 26 ans pour 5 d'entre eux et de 38, 40 et 50 ans pour les autres. Leurs couples étaient des unions libres de 5 ans ou moins pour 6 d'entre eux, des mariages de 12 et 23 ans pour les deux autres.

Tous indiquent une situation de couple très tendue vis-à-vis de laquelle le départ en mission a pu jouer le rôle d'échappatoire ou de simple « coup de grâce » à une relation finissante.

- *Cette mission était dans mes objectifs avant que je sois en couple, la situation du couple l'a amenée à être adéquate à ce moment-là.*
- *Cette mission permettait aussi de recalibrer le couple et j'envisageais un nouveau dialogue de fond pendant cette année-là. En fait, la rupture m'a été imposée par l'autre, acceptée après 4 mois de correspondance vindicative qui m'a fait comprendre qu'il n'y avait pas d'espoir*
- *C'était une bonne excuse.*
- *Des projets ensemble ? Oui, nous séparer.*

3.5.2 « SOLIDITÉ DES COUPLES »

Il a été demandé aux hivernants de qualifier la « solidité » de leur couple avant le départ sur une échelle graduée de 0 (couple proche de la rupture) à 10 (couple extrêmement solide).

Outre les « couples en rupture », considérés précédemment, ceux qui se sont maintenus ont attribué plus souvent des scores de 8 à 10 que ceux qui ont rompu, et ce de manière très significative ($p < 0,0001$).

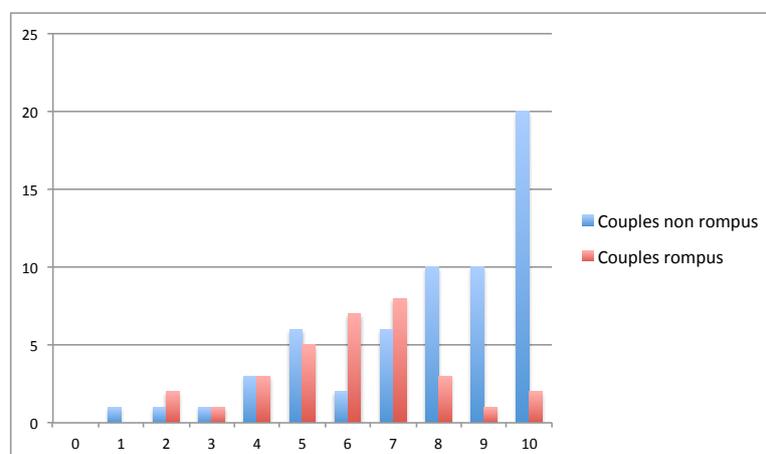


Figure 14 - "Solidité" ressentie au moment du départ.

3.5.3 APPROBATION PAR LE CONJOINT

L'approbation par le conjoint semble meilleure dans le cas des couples non rompus, mais sans atteindre la significativité statistique ($p=0,20$).

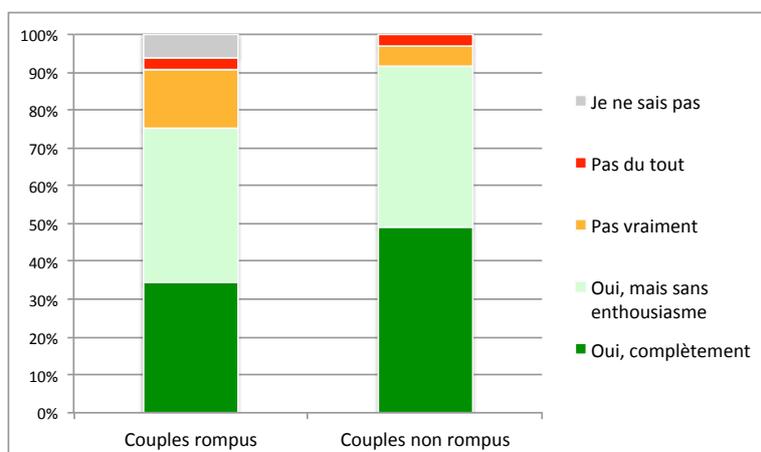


Figure 15 - Répartition des réponses à la question "Votre conjoint soutenait-il votre projet de départ ?"

Les commentaires permettent de nuancer davantage les positions. Certains hivernants soulignent le soutien dont ils ont bénéficié :

- *Elle m'a encouragé à partir pour cette aventure unique.*
- *Il trouvait que c'était une super expérience.*
- *« Fais le maintenant, c'est ton rêve. Je ne veux pas que tu le regrettes. »*
- *Je ne serais pas parti sans ce soutien inconditionnel.*

Un hivernant précise que son départ a été motivé en grande partie par l'aspect financier et que son hivernage était également ainsi une « mission familiale » : « *Nous avons un projet à réaliser et ce départ nous a permis de faire un grand pas vers notre objectif.* »

D'autres révèlent le peu d'enthousiasme, sinon un vrai désaccord, qui animait leur conjoint :

- *L'ayant déjà vécu une première fois lors de mon hivernage à Crozet, elle appréhendait cette nouvelle séparation.*
- *Suite à mon précédent hivernage en Antarctique, à Concordia Dôme C, nos retrouvailles ont été particulièrement difficiles, elle continue à me le reprocher, on était alors proche de la rupture !*
- *Elle a subi ma volonté de partir dans les TAAF car j'avais déjà fait mon dossier et été sélectionné.*
- *Le choix de partir a été fait sans l'accord de mon amie. Elle a accepté le fait que je souhaite voyager, vivre cette expérience hors du commun, mais ne souhaitait pas vivre une année de séparation.*

Une hivernante souligne plus particulièrement la question du délai qui peut s'écouler entre l'annonce du départ et sa réalisation effective « *La situation au moment de la candidature était différente ! Beaucoup de temps entre la candidature et le départ.* »

3.5.4 ANTICIPATION DES DIFFICULTÉS

A la question « *Aviez-vous abordé ensemble les difficultés pressenties liées au départ en mission ?* », les hivernants dont le couple s'est maintenu ont répondu plus fréquemment, bien que de manière non statistiquement significative, « Oui, beaucoup » ($p = 0,10$).

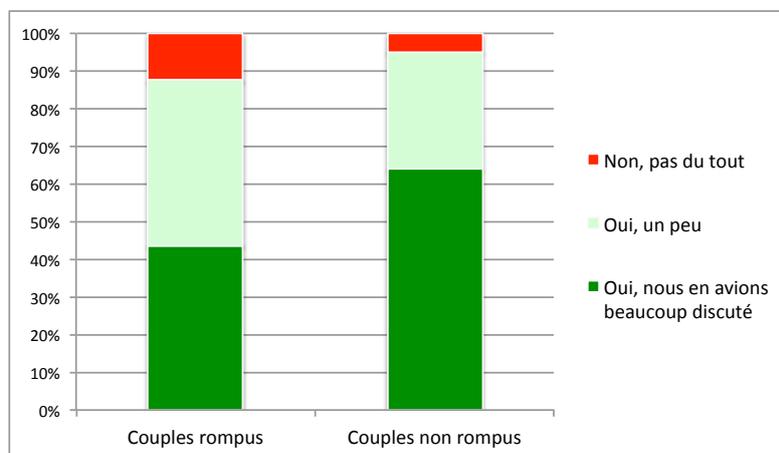


Figure 16 - Réponses à la question "Aviez-vous abordé ensemble les difficultés pressenties liées au départ en mission ?"

Certains ont largement anticipé les difficultés et préparé l'absence. D'autres les connaissaient déjà.

- *J'étais sous-marinier à l'époque et mon épouse était déjà habituée aux absences de 2 fois 70 jours par an.*
- *Conjoint connaissant le fonctionnement du milieu marin (originaire de la Bretagne).*
- *Rédaction d'un mémo qui anticipait sur les éventuels problèmes qui pourraient survenir (notamment techniques, dans la maison).*
- *Nous avons surtout parlé des différentes façons dont nous devrions nous comporter pour que la séparation soit supportable : se donner des nouvelles souvent, s'écrire,...*

Les questions plus spécifiquement liées à la situation amoureuse sont moins spontanément citées. Un hivernant explique « *Si le couple avait été plus incertain, je n'aurais sans doute pas pris le risque de partir.* » Une hivernante et son conjoint qui, pourtant, soutenait le départ avaient ainsi envisagé d'anticiper ce qu'ils voyaient comme une issue possible : « *Nous avons pensé à rompre, mais on a voulu tenter le coup quand même.* »

De nombreux commentaires soulignent combien le projet de partir dans les TAAF constituait souvent un projet personnel extrêmement fort, parfois le projet d'une vie. Un projet face auquel la vie de couple n'est pas toujours prioritaire.

- *Je pense que je me sentais "coincé", que j'avais personnellement besoin de vivre quelque chose de "fort", avant d'envisager une relation stable et durable.*

La plupart expriment le fait qu'ils avaient bien anticipé les problèmes à venir : « *Nous connaissions les difficultés qu'elle allait rencontrer.* » Pourtant, un hivernant qui avait abondamment discuté des échéances, souligne :

« *On n'a pas vu toutes les difficultés qu'il y aurait...* ».

3.5.5 PROJETS POUR L'AVENIR

Aucune différence statistique n'est retrouvée concernant l'élaboration de projets préalablement au départ en mission pour les sous-questions concernant les projets d'enfants ($p=0,87$), les projets d'union ($p=0,96$) ou les « autres projets » ($p=1,0$).

En revanche, l'élaboration de projets immobiliers est associée à un risque plus faible de rupture ($p=0,03$) et ceci ne semble pas significativement conditionné par l'âge puisque ceux qui ont conçu des projets immobiliers sont âgés en moyenne de 36,3 ans contre 34,3 ans pour ceux qui n'en ont pas fait.

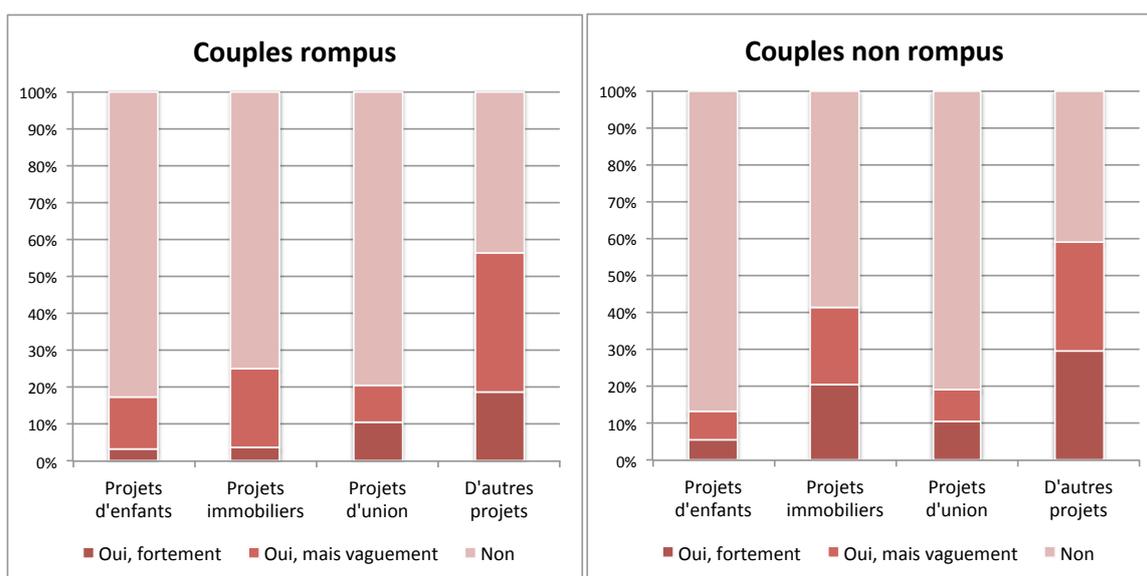


Figure 17 - Projets de couple envisagés avant le départ.

De manière individuelle, certains hivernants évoquent des projets personnels ou de couple permettant de se donner un objectif pour l'après :

- *Ce projet immobilier nous a permis de mieux accepter cette mission car nous nous étions fixé un but qui assurerait une volonté de construction devant consolider le couple dans le temps.*
- *Quand on se sépare pour 13 mois de son conjoint, le point essentiel reste pécuniaire. Pourquoi d'autre prendre autant de risques ? J'ai beaucoup de mal à croire en la découverte d'autres lieux exotiques et lointains, surtout sans son conjoint.*
- *L'objectif premier était de trouver un emploi (deux ans de recherche avant de décrocher la mission dans les TAAF.)*
- *Tremplin entre la vie militaire et la vie civile. A mon retour, fin de ma carrière militaire, donc recherche d'un nouvel emploi et peut être un déménagement à venir.*
- *Habiter ensemble à mon retour.*
- *Qu'elle vienne s'installer à la maison avec ses enfants.*

Pourtant, une hivernante pointe la vacuité qu'il peut y avoir à élaborer de tels projets :

« On se raccroche à des projets mais, dès le séminaire, on sait que tout va changer. »

3.6 AU RETOUR DE MISSION

Un mois après le retour de mission, 26 hivernants n'étaient plus engagés dans le même couple qu'au moment du départ, contrairement à 68 pour lesquels cette relation affective se maintenait.

3.6.1 COUPLES ROMPUS EN COURS DE MISSION

Dans la moitié des cas, la décision de rupture était essentiellement celle de l'hivernant. Il s'agissait essentiellement de la décision du conjoint dans un quart des cas, et une décision partagée dans le dernier quart.

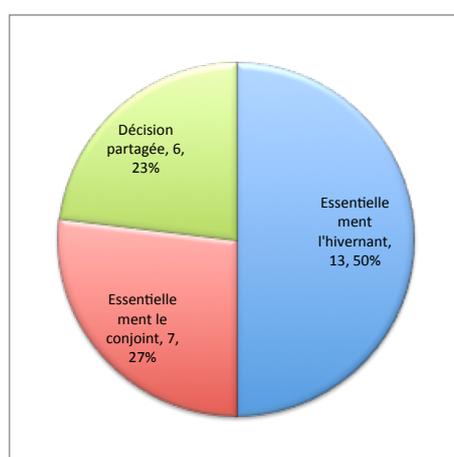


Figure 18 - Rupture en cours de mission, qui prend la décision ?

Pour 81% d'hivernants, leur rupture a un lien avec la mission.

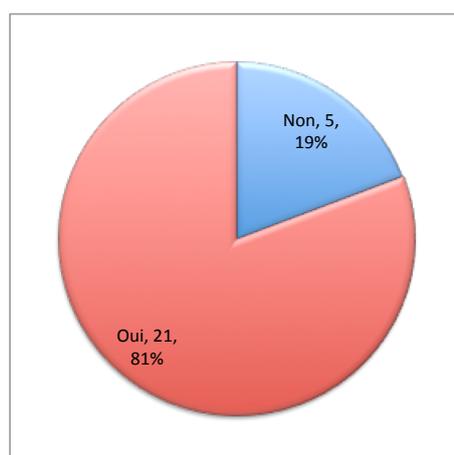


Figure 19 - La rupture a-t-elle un lien avec la mission ? Avis des hivernants.

Parmi ceux qui relient leur rupture à l'hivernage, les notions d'éloignement et de prise de distance sont prépondérantes :

- *L'évolution en 15 mois est trop différente des deux côtés.*
- *La distance géographique a généré un éloignement sentimental.*

- *Négligence de l'autre dans les premiers mois de la découverte du milieu, activité intense de la campagne d'été et difficultés de communication.*
- *Complètement en lien avec ma mission. On n'a pas évolué dans le même sens pendant un an ! Je n'avais plus les mêmes attentes en rentrant.*
- *Le fait de voir d'autres choses, d'autres personnes, la mission, m'a donné le recul suffisant pour comprendre que je ne voulais pas vivre comme avant de partir.*

Pour d'autres, la mission semble davantage avoir été une opportunité ou un révélateur pour acter une situation larvée :

- *Il me semblait moins difficile de supporter l'idée d'une séparation avant l'hivernage que d'apprendre que ma conjointe me trompe à 15 000 km de moi et que je ne puisse absolument rien y faire...*
- *Peut-être la mission a-t-elle été le déclencheur de la séparation puisqu'en réalité notre couple n'était pas si "solide" que ça malgré les nombreuses années passées ensemble.*

Afin de ne pas paraître trop intrusif et de ne pas multiplier les approches, nous avons délibérément choisi de ne pas aborder la question des relations amoureuses entre hivernants. Pourtant, cette question a été spontanément évoquée à plusieurs reprises :

- *Complètement lié à la mission, difficile de dire pourquoi. Isolement et déconnexion importante pendant l'hivernage, liaison avec un hivernant, perte de contact avec le monde extérieur... ?*
- *J'ai rencontré quelqu'un d'autre là-bas.*
- *Mon désir physique du conjoint n'existait plus. D'autre part j'étais tombée amoureuse lors de la mission dans les TAAF.*
- *Rencontre dès le début de la mission.*

3.6.2 COUPLES NON ROMPUS

Dans le cas des couples non rompus, une nette majorité d'hivernants (69%) confère une « solidité » de leur couple similaire à ce qu'elle était au moment du départ (cotation de la « solidité » identique à celle au moment du départ +/- 1).

20% estiment qu'elle s'est dégradée (diminution d'au moins 2 points sur l'échelle visuelle) et 11% estiment au contraire que leur couple s'est renforcé (augmentation d'au moins 2 points).

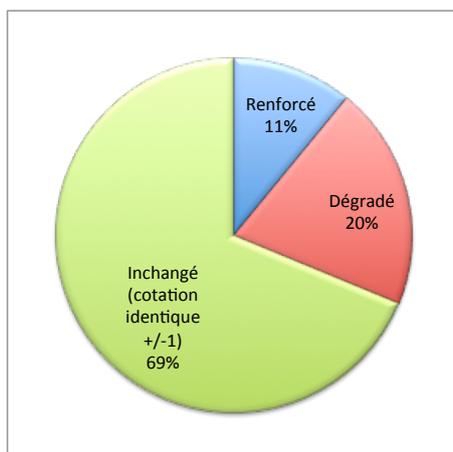


Figure 20 - Impact de l'hivernage sur la "solidité" des couples (non rompus)

Au total, la distribution des cotations de « solidité » ne retrouve aucune différence significative entre le départ et le retour de la mission.

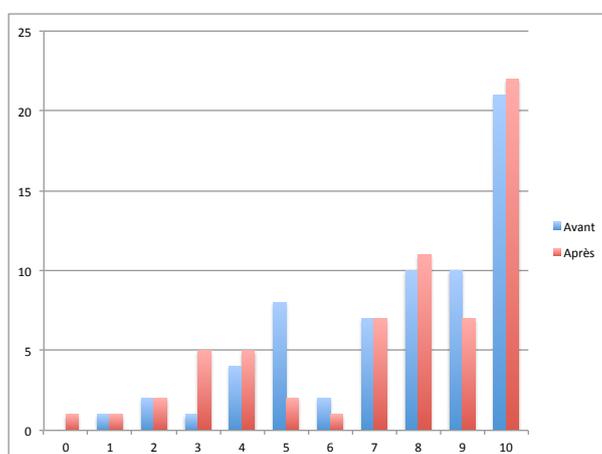


Figure 21 - "Solidité" des couples avant la mission et 1 mois après le retour.

Quant au statut marital, il est majoritairement inchangé. Cependant, un certain nombre profite du retour pour emménager ensemble quand ce n'était pas le cas ou bien pour concrétiser un projet d'union.

Tableau 4 - Evolution maritale des couples : comparaison avant le départ / 1 mois après le retour.

Inchangé	61		
Modifié	6	3	Couple non cohabitant → Union libre
		2	Union libre → Mariés/Pacsés
		1	Décohabitation

3.7 EVOLUTION À MOYEN TERME

Cette partie concerne l'analyse des réponses concernant la situation du couple au moment où le questionnaire est rempli.

61 couples se maintiennent alors que 6 nouveaux couples se sont séparés (1 répondant, rentré en décembre 2012 et toujours en couple à cette date, n'a plus complété le questionnaire à partir de ce stade).

3.7.1 COUPLES ROMPUS APRES LA MISSION

Les hivernants dans cette situation ont tous répondu au questionnaire de 15 à 23 mois après leur retour de mission. Leurs couples étaient tous des unions libres, habitant ensemble pour 4 d'entre eux, non cohabitant pour les 2 autres, formés de 6 mois à 8 ans avant le départ. Ce sont tous des hommes, âgés en moyenne de 34,8 ans.

L'effectif est trop faible pour une analyse statistique fiable. Dans 3 cas, la décision de rupture était essentiellement celle de l'hivernant. Dans 3 cas, il s'agissait d'une décision partagée.

4 hivernants estiment que leur rupture est liée à leur mission, 2 estiment qu'elle est sans rapport.

En cumulant l'ensemble des situations de couples rompus, on constate qu'une grande majorité d'hivernants lie leur rupture avec leur mission.

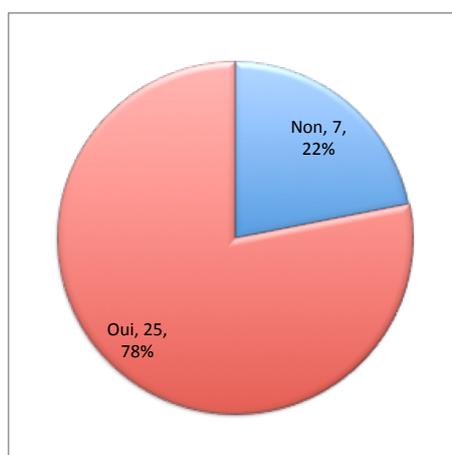


Figure 22 - La rupture a-t-elle un lien avec la mission ? Avis des hivernants (Total des couples rompus).

Les explications sont assez semblables à celles données par les hivernants ayant rompu en cours de mission (éloignement, rôle de révélateur) :

- *Isolement sans solitude = un bon moyen de savoir à qui on tient vraiment.*
- *Partir un an loin de l'autre n'est jamais un bon signe je pense... sauf quand le but du séjour est de faire des "économies" pour la famille.*
- *A faire beaucoup d'efforts pour consolider le couple, on en perd nos forces ! Moi, depuis et même avant les TAAF, j'avais des doutes sur mes sentiments*

Un hivernant évoque sa rupture mais précise qu'il est dans une phase de rapprochement avec la volonté de reprendre une relation durable.

Un autre pointe parfaitement le phénomène de décalage propre aux *homecomers* :

« *Ma compagne s'est habituée à vivre sans moi.* »

3.7.2 COUPLES NON ROMPUS

Si la situation était un peu plus terne au moment du retour, au final il y a davantage de couples qui semblent renforcés que de couples dégradés.

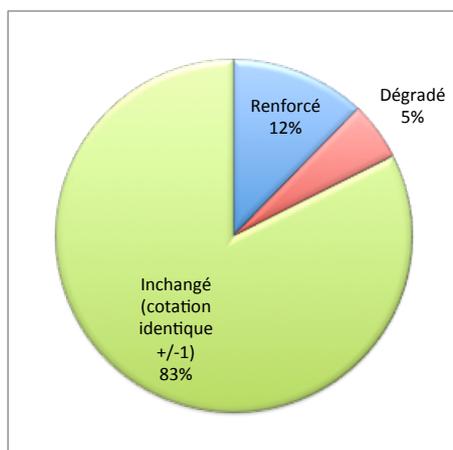


Figure 23 - Impact de l'hivernage sur la "solidité" des couples (non rompus) : comparaison "avant le départ" / "aujourd'hui"

Quant au statut marital, il voit de nouveaux couple emménager ensemble ou formaliser leur union.

Tableau 5 - Evolution maritale des couples (non rompus) : comparaison "1 mois après le retour" / "aujourd'hui"

Inchangé	48		
Modifié	13	4	Couple non cohabitant → Union libre
		9	Union libre → Mariés/Pacsés

3.8 BILAN GLOBAL

Logiquement, dans le cas des couples rompus, les hivernants ont considéré que la mission avait le plus souvent dégradé la solidité de leur couple. Pour autant, **une très large majorité (94%) n'hésiterait pas à refaire l'expérience malgré cette issue affective**. Certains commentaires mettent cependant en évidence des blessures personnelles.

- *Pas dans les mêmes conditions de couple et sans les illusions.*
- *L'hivernage n'est pas un gros problème en soit pour le couple, c'est le retour qui est dur, particulièrement pour l'hivernant.*
- *La fidélité des albatros dépasse de loin celle des hommes...*
- *Jusqu'à présent j'avais toujours pu récupérer ma copine au retour des mes missions (beaucoup moins longues, de 2 à 6 mois), j'ai pensé que ça passerait pour un hivernage, j'ai eu tort...*
- *Mes deux hivernages se sont chacun soldés par une rupture à moyen terme.*
- *Ma vie individuelle, en tant qu'être libre, a plus d'importance à mes yeux que le couple.*

Tableau 6 - Bilan global

	Total n = 93	Rompus n = 32	Non rompus n = 61	p
La mission a rendu votre couple				
Plus solide	29 (31%)	1 (3%)	28 (46%)	<0,0001
Pas de changement	37 (40%)	9 (28%)	28 (46%)	
Moins solide	27 (29%)	22 (69%)	5 (8%)	
À refaire ?				
Oui	77 (83%)	30 (94%)	47 (77%)	0,12
Non	5 (5%)	1 (3%)	4 (7%)	
NSP	11 (12%)	1 (3%)	10 (16%)	
Éloignement source de tension ?				
Oui	41 (44%)	13 (41%)	28 (46%)	0,84
Non	50 (54%)	18 (58%)	32 (52%)	
Couple source de réconfort ?				
Oui	65 (70%)	15 (48%)	50 (82%)	0,002
Non	27 (29%)	16 (52%)	11 (18%)	
Mission plus facile à vivre ?				
Plus facile	39 (42%)	5 (16%)	34 (56%)	0,001
Inchangé	37 (40%)	18 (58%)	19 (31%)	
Plus difficile	16 (17%)	8 (25%)	8 (13%)	

A l'inverse, pour une majorité de couples non rompus, les hivernants ont considéré que la mission avait contribué à renforcer leur couple.

Mais c'est aussi parmi les couples non rompus que l'on trouve le plus d'hivernants pour regretter leur départ (14 sur 16, p=0,12). Ces 14 hivernants, dont le couple a résisté mais qui refuseraient ou hésiteraient à refaire l'expérience sont tous des hommes, un peu plus jeunes que pour les autres couples non rompus (moyenne = 32,9 ans) et en couple depuis 6,7 ans en moyenne. Rien d'autre ne semble les distinguer vraiment des autres couples non rompus, pas même la présence d'enfants au domicile qui concerne 4 d'entre eux (29% vs 44% pour l'ensemble des couples non rompus).

A une exception près, tous ces hivernants qui indiquent qu'ils « ne le referaient pas » ont répondu que leur couple avait été renforcé ou que ça n'avait rien changé, indiquant que ce n'était pas l'évolution de leur couple qu'ils regrettaient mais la difficulté de la séparation.

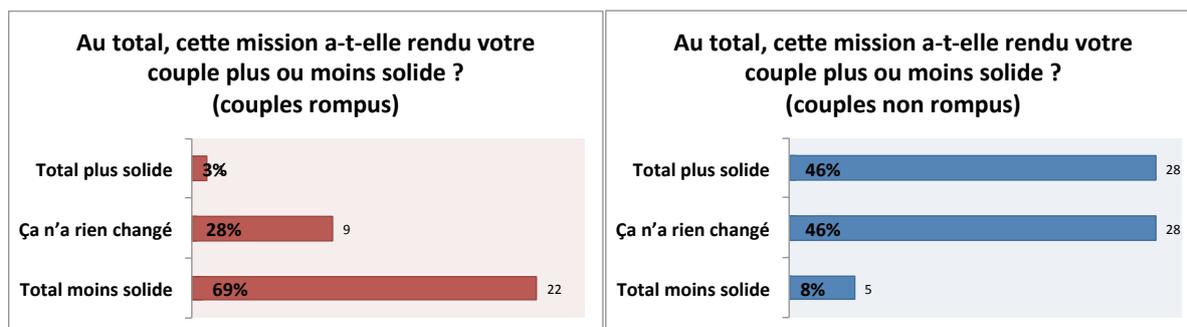


Figure 24 - "Au total, cette mission a-t-elle rendu votre couple plus ou moins solide ?"

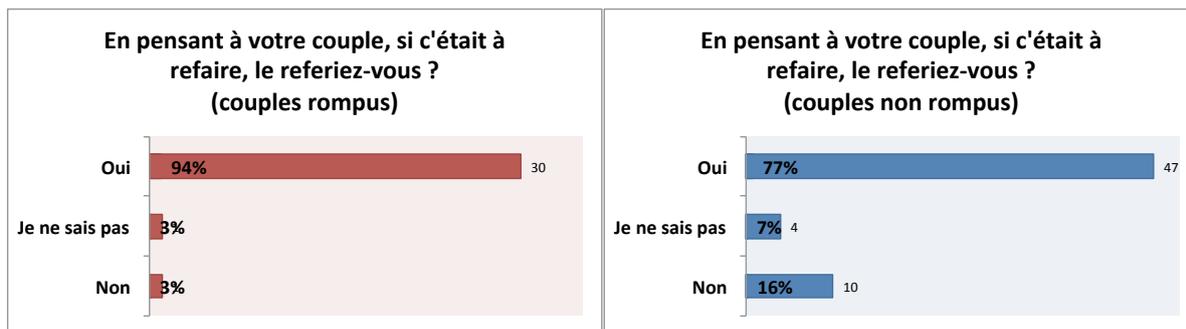


Figure 25 - "En pensant à votre couple, si c'était à refaire, le referiez-vous ?"

- *La distance rapproche...*
- *On se comprend encore mieux à distance. C'est là qu'on s'aperçoit qu'on se connaît très bien.*
- *L'allongement de notre relation dans le temps et l'engagement fort nécessaire pour compenser les manques liés à la distance ont contribué à rendre notre couple plus solide.*
- *Je ne regrette absolument pas mon hivernage, mais j'ai trouvé très difficile de partir en étant en couple, et surtout de maintenir cela durant une année. Ce fut probablement la plus grosse difficulté de cet hivernage, même si maintenant je suis fière que cela ait porté ses fruits.*
- *La deuxième séparation aura été plus éprouvante que la première pour elle.*
- *Je ne suis pas prêt à repartir sans mon épouse.*
- *Seul, peut-être. Mais, en couple, 13 mois ça reste très long.*
- *Si je devais refaire cette mission je partirais célibataire. La distance est trop difficile à gérer pendant 14 mois.*
- *Pas sur une durée aussi longue en tous cas ! Et pas dans l'immédiat. Sur une petite campagne d'été éventuellement. Car cette expérience de vie de couple à distance nécessite tout de même un investissement de l'un et de l'autre qui n'est pas toujours si facile à vivre.*

« Je pense qu'il ne faut surtout pas s'imaginer que son couple va s'arranger s'il ne va pas bien avant le départ en mission. »

« D'expérience, après avoir vu différents couples vivre cela, et après avoir vu les "dégâts" psychologiques que pouvaient engendrer une rupture ou simplement un problème conjugal sur un individu "isolé", personnellement, je ne conseillerais pas à quelqu'un qui est bien dans sa relation de partir. »

3.9 SOURCE DE TENSION ET DE RECONFORT

Durant l'hivernage, l'éloignement de son conjoint a été une cause de tensions pour une importante proportion d'hivernants, qu'ils aient rompus ou non au cours de la mission.

Mais, dans le même temps, cette relation affective a aussi pu servir de support moral et être une source de réconfort, en particulier parmi les couples qui se sont maintenus ($p=0,002$).

Nous avons également vérifié si la présence d'enfants au domicile majorait le sentiment de tension en cours de mission. Paradoxalement, ce sont ceux qui avaient des enfants au domicile (mais qui étaient aussi les plus âgés et les plus souvent mariés/pacsés) qui ont exprimé le moins d'inquiétude mais de manière non significative (réponse « Source de tension ? – Oui » à 37% vs 49%, $p = 0,37$).

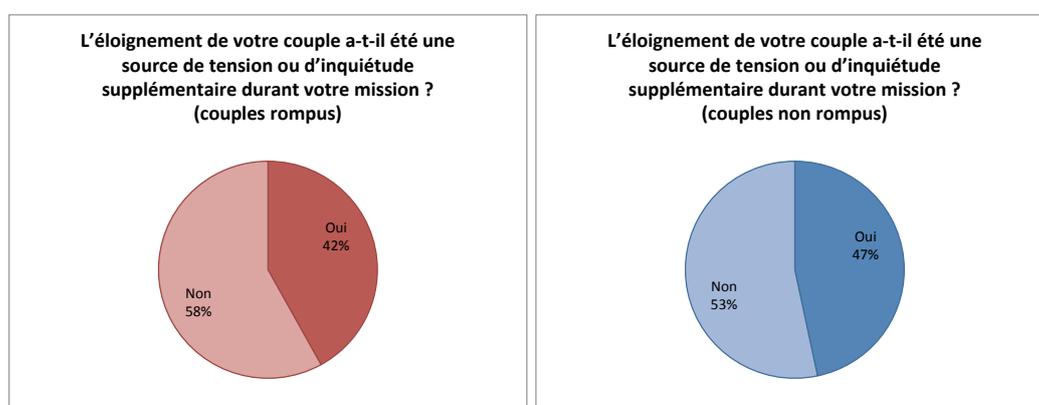


Figure 26 - "L'éloignement de votre couple a-t-il été une source de tension ou d'inquiétude supplémentaire durant la mission ?"

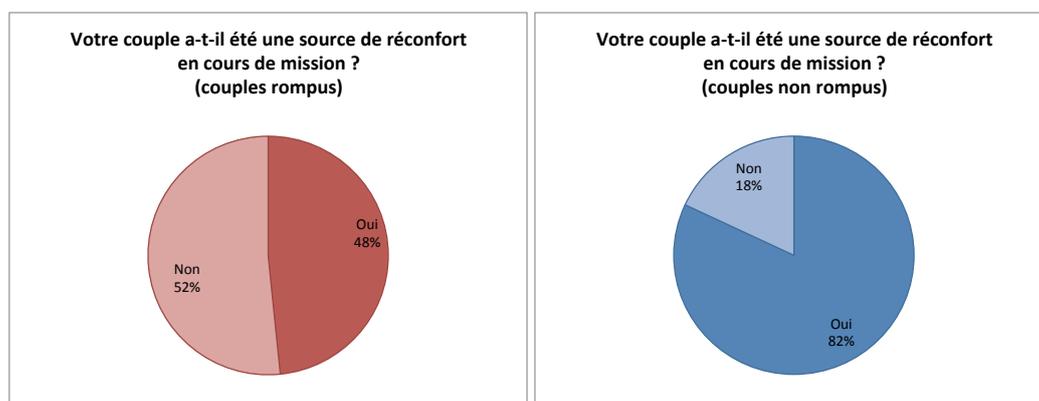


Figure 27 - "Votre couple a-t-il été une source de réconfort en cours de mission ?"

3.10 VÉCU DE LA MISSION

Au final, les avis sont mitigés parmi ceux qui ont rompu. A l'inverse, parmi les hivernants dont le couple s'est maintenu une majorité estime que le rôle de soutien l'a emporté sur les tensions générées par l'éloignement.

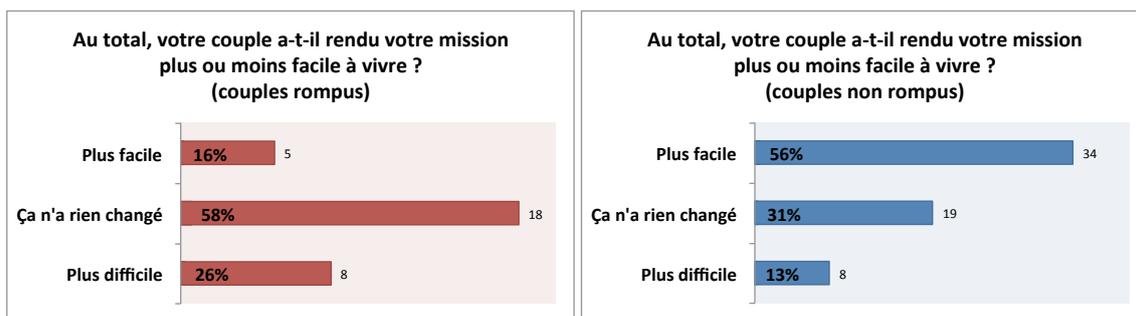


Figure 28 - "Au total, votre couple a-t-il rendu votre mission plus ou moins facile à vivre ?"

Les notions de réconfort et de soutien sont souvent évoquées :

- *Je pense que la possibilité d'être appelé grâce aux liaisons satellites a rendu la mission plus facile à vivre. Mon épouse pouvait m'appeler quand elle voulait*
- *La séparation a eu lieu en cours de mission. De ce fait pendant que mon couple était présent il ne m'a apporté que des choses "positives".*
- *Le soutien quotidien de son épouse est, indéniablement, un soutien psychologique très important.*
- *Les côtés difficiles de l'hivernage sont parfois atténués par le réconfort de l'autre. La communication avec l'autre permet de prendre du recul sur les difficultés rencontrées dans l'hivernage.*

La gestion de la relation amoureuse à distance, en particulier en cas de rupture, peut générer de grandes tensions :

- *Entre ses problèmes dans le vrai monde à régler, et les problèmes de... relations hommes-femmes avec les co-hivernant(e)s, ça complique un peu les choses par rapport à être célibataire.*
- *Difficile lors de la rupture pendant un mois vers la fin de la mission.*
- *J'ai eu une période d'environ un mois assez dure à vivre après la rupture mais ensuite j'ai fait ma mission à fond.*
- *Vu que je n'étais plus avec elle au départ, cela a été plus difficile à vivre pendant l'hivernage, d'autant que j'ai appris qu'elle avait pour projet de s'installer avec une nouvelle personne. De plus la réponse à mes mails et à mes interrogations prenait toujours 3 à 4 semaines d'attente, ce qui moralement n'était pas facile, surtout en plein hiver. Pendant l'hivernage, le temps s'arrête d'un côté, mais pas de l'autre. Par conséquent j'y croyais encore beaucoup à mon retour, ce qui a constitué ma seconde grosse gifle...*
- *Je suis parti "avec ma famille" en moi, la distance psychologique mise délibérément par mon conjoint m'a posé de grosses inquiétudes car il y avait omissions et blocages d'information de sa part à propos de nos enfants. Il m'était quasi impossible d'avoir des infos.*
- *Ce n'est pas à mon couple auquel je pensais mais surtout à mes enfants ! Le fait qu'on arrive à s'engueuler même par téléphone, avec cette distance, ne m'aidait pas forcément...*

Une hivernante évoque les relations de séduction qui peuvent exister entre hivernants et un « bénéfice secondaire » au fait d'être en couple :

- *En tant que fille, ça "protège" un peu d'être en couple, on est plus peinarde !*

En comparaison, les célibataires considèrent très majoritairement que l'absence de liens affectifs laissés « au pays » a rendu leur mission plus facile.

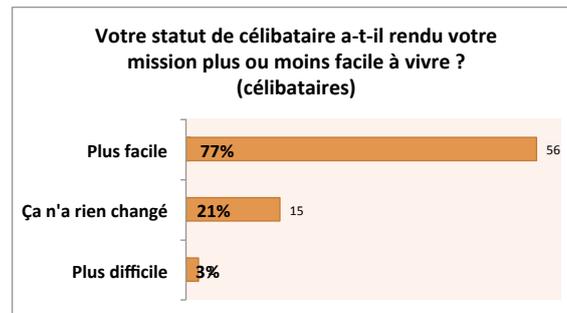


Figure 29 - "Votre statut de célibataire a-t-il rendu votre mission plus ou moins facile à vivre ?"

3.11 MOYENS DE COMMUNICATION

Tableau 4 - Utilisation des différents moyens de communication selon le statut "couple rompu" ou "couple non rompu".

	Rompus n = 32	Non rompus n = 61	p
Téléphone			
Fréquentes	3 (9%)	17 (28%)	0,08
Occasionnelles	8 (25%)	22 (36%)	
Rares	15 (47%)	20 (33%)	
Mail			
Fréquentes	20 (63%)	51 (84%)	0,05
Occasionnelles	9 (28%)	7 (11%)	
Rares	3 (9%)	2 (3%)	
Courrier postal			
Fréquentes	20 (63%)	41 (67%)	0,45
Occasionnelles	8 (25%)	10 (16%)	
Rares	3 (9%)	10 (16%)	
Fréquence des contacts			
Diminution	10 (31%)	3 (%)	< 0,001
Idem	11 (34%)	44 (72%)	
Augmentation	1 (3%)	5 (8%)	
Variable	9 (28%)	9 (15%)	
Si plus de moyens, autre issue ?			
Oui	10 (31%)	23 (38%)	0,70
Non	22 (69%)	38 (62%)	

Les couples non rompus ont communiqué davantage par téléphone (statistiquement non significatif, $p=0,08$) et par mail ($p=0,049$). Aucune différence n'est retrouvée concernant le courrier postal ($p=0,45$).

Logiquement, parmi les couples rompus, une part significative indique que les contacts ont été de moins en moins fréquents alors que la régularité des contacts est restée stable pour la majorité des couples non rompus.

Certains hivernants décrivent un besoin accru de contacts, ainsi que davantage de disponibilités, au creux de l'hiver :

- *Au début j'avais moins besoin d'échanges, puis pendant l'hiver j'en ai eu plus besoin et à la fin à nouveau moins.*
- *Au début très peu de contacts. Pendant l'hiver, période plus difficile beaucoup plus de contacts et un peu moins vers la fin*
- *En période d'été j'étais souvent de sortie, donc j'avoue que je ne pensais pas forcément à être enfermé pour communiquer, ou attendre devant l'écran.*
- *L'été est très chargé en travail et en mission hors base, c'est donc l'hiver qu'il y avait le plus de communications.*

D'autres évoquent un phénomène inverse, en particulier à l'approche du retour :

- *Contacts nombreux au début, faible en milieu d'hivernage, plus élevé en fin d'hivernage.*
- *De plus en plus fréquents sur la fin de mission.*

Les difficultés personnelles ou dans le couple modulent également la fréquence et la qualité des échanges :

- *Par la suite, ma mission était plus posée, j'étais souvent sur base, donc plus facilement disponible pour communiquer par mail et téléphone. Certains événements (moral, santé...) ont également été à l'origine d'une communication plus fréquente, jusqu'à quotidienne à certains moments.*
- *Les contacts téléphoniques étaient de plus en plus pénibles. J'ai cessé de les espérer et je voulais de moins en moins lui parler. Mais j'ai continué à faire comme si, alors qu'il n'y avait plus aucun espoir que notre relation survive.*
- *Pas d'échange de sa part pendant 4 mois puis son annonce de volonté de divorcer alors j'ai insisté pour comprendre via de nombreux mails et questions, avec des messages contradictoires de sa part.*

A la question « *Pensez-vous que des moyens de communication plus conséquents (webcam, échanges plus nombreux...) auraient changé la situation finale ?* », l'ensemble des hivernants s'accorde (absence de différence significative entre les deux groupes) pour dire que ça n'aurait rien changé. Toutefois, une part non négligeable (35%) estime le contraire.

De fait, quelques hivernants auraient souhaité pouvoir bénéficier de moyens supplémentaires ou se sont félicités du développement des moyens disponibles par rapport aux années passées :

- *De voir l'autre peut aider. Il m'est arrivé d'envoyer des vidéos de moi par courrier, et ça a été très apprécié par ma partenaire, de me "voir bouger" dans l'environnement où elle m'imaginait.*
- *Encore une fois, le fait d'avoir vécu deux hivernages à 7 ans d'écart a montré l'importance de la communication et l'évolution de celle-ci n'a été que bénéfique pour la pérennité du couple.*
- *Ça aurait toujours été ça de plus : rien que de se voir !*

La question des enfants est évoquée ici à plusieurs reprises :

- *Des adultes doivent être capables de vivre l'isolement. L'échange par contre est très important pour les enfants, pas forcément fréquent, mais qu'ils sentent qu'ils sont en lien permanent avec le parent parti aux TAAF.*

Pourtant, d'autres hivernants craignent une perte de l'aspect « aventurier » :

- *L'hivernage ne serait probablement pas devenu le sujet un peu mystérieux et intrigant qu'il est devenu avec des moyens de communication plus efficaces. J'aurais relativement facilement pu communiquer comme ça (pas par webcam, mais de la messagerie instantanée par exemple) mais j'ai préféré éviter.*
- *Une webcam avec contact permanent aurait enlevé beaucoup du côté aventure à cette mission à Concordia. Je suis bien content qu'il n'y en ait pas eu.*
- *Communiquez avec parcimonie, soyez compréhensif vis-à-vis de votre partenaire qui vit la situation d'une manière totalement différente (il n'a pas la chance de changer de vie complètement comme vous).*
- *Il y a un petit côté très excitant de se redécouvrir après une longue absence. Tant sur le plan physique qu'intellectuellement. Des moyens plus modernes auraient peut-être enlevé toute surprise et m'auraient donné l'impression de les avoir quittés la veille.*

D'autres encore vont plus loin en pointant le risque d'effets néfastes :

- *Les moyens de communications rendent les hivernages plus difficiles à mon avis (j'en ai fait l'expérience à divers niveaux : vie de couple (2ème hivernage), décès d'un proche, etc...*
- *Trop de contacts peuvent aussi nuire. Par exemple, de savoir que l'épouse stresse pour un joint de machine à laver qui fuit.*
- *Avec l'expérience, je pense que les moyens déjà en place contribuent à l'isolement individuel des hivernants au détriment de l'esprit "mission". Plus de moyens de communication ne feraient qu'accentuer cette situation.*
- *Après 3 hivernage et en analysant les personnels avec qui j'ai vécu ces 3 séjours, j'ai pu constater que "trop de communications" et trop de moyens accentuent sensiblement l'addiction à ces moyens et aussi accentuent l'état de stress de ces personnes en ayant un réel effet néfaste sur leur comportement journalier. Des moyens, oui, mais limités au juste nécessaire et encadré.*

Certains témoignages peuvent d'ailleurs laisser deviner ce risque de « dépendance » aux communications avec même des phénomènes de « manque » d'autant plus marqués que les possibilités sont nombreuses :

- *Les courriers et colis postaux pourraient être plus fréquents. Le mail et le téléphone doivent être plus sécurisés, j'ai connu un week-end entier sans communications à cause d'un problème électrique à la Réunion.*
- *Ne jamais recevoir de courrier, alors que j'en envoyais à chaque fois, était un coup dur à chaque rotation. L'absence de communication finit par faire croire que l'autre ne pense plus à vous.*

« La mission perd de sa force si on passe son temps devant l'ordi plutôt que d'admirer les manchots et c'est là que la famille nous manque. »

3.12 HIVERNANTS CÉLIBATAIRES

Lorsque les répondants indiquaient qu'ils étaient célibataires au moment du départ, ils étaient orientés vers une version adaptée et très réduite du questionnaire.

Outre la question « *Votre statut de célibataire a-t-il rendu votre mission plus ou moins facile à vivre ?* », il leur était surtout demandé des commentaires libres.

Plusieurs évoquent une mission plus facile à vivre car dépouillée d'enjeux affectifs forts. Avec certaines limites parfois.

- *J'étais célibataire entre autre parce que je souhaitais hiverner depuis longtemps et je ne me sentais pas capable de gérer une histoire de couple dans un tel cadre.*
- *Personne ne m'attendait au retour, moins de difficultés psychologiques pendant la mission.*
- *Plus simple de partir seul au départ, mais le manque d'affection se fait ressentir durant la mission.*
- *Moins de questionnements et d'inquiétudes nous viennent à l'esprit.*

Par contraste, ils évoquent les préoccupations de leurs co-hivernants qui ont laissé une famille derrière eux.

- *Ceux qui sont en couple et/ou avec enfants parlent souvent de leur conjoint/enfants. C'est un sujet de préoccupation qui semble constant pour eux.*
- *Les garçons en couple m'ont parlé souvent de leurs copines restées en France.*

Ici aussi, la question des relations amoureuses entre hivernants a été spontanément évoquée :

- *Départ facile mais retour très difficile pour plusieurs raisons : 1. expérience assez marquante 2. j'ai rencontré quelqu'un là-bas qui appartenait à la mission suivante et qui n'est donc pas rentré avec moi.*
- *Je pense que le fait d'être célibataire permet à la fois de vivre l'hivernage de manière plus "totale", sans se sentir à cheval entre 2 mondes très différents (en raison à la fois de la distance géographique et du fonctionnement social) et surtout de ne pas être tiraillé entre sa fidélité et l'attirance possible envers quelqu'un, ce qui a de fortes chances de survenir étant donné la proximité permanente avec les autres hivernants.*
- *Toujours plus facile dans ce genre d'expérience de partir célibataire et de surtout ne pas chercher à rencontrer quelqu'un. L'hivernage n'est pas la vraie vie !*

3.13 SUGGESTIONS ET REMARQUES DES HIVERNANTS

La dernière question de l'enquête était totalement ouverte et permettait aux répondants d'émettre toute remarque ou suggestion.

Plusieurs thématiques apparaissent.

3.13.1 ORGANISATION PRATIQUE

Certains hivernants font des propositions relatives à l'organisation pratique.

- *Simplement faire comme les contractuels réunionnais : des séjours de 6 mois. Les gens reviendraient sans doute plus facilement.*
- *Faire venir femmes et enfants, à moindre prix, pour ceux qui le souhaitent.*
- *Gratuité des communications.*
- *Appel gratuit vers la conjointe ou la famille, vidéoconférence automatique une fois par semaine même si l'hivernant ne le souhaite pas.*
- *Créer une "cellule d'urgence" pour la personne restée en France en cas de problème. L'aider si elle rencontre des problèmes matériels (voiture en panne, sinistre quelconque, maladie, etc.), être à ses côtés en cas de difficultés psychologiques. Une cellule apte à répondre à toutes ses questions et capable de les résoudre le plus rapidement possible.*

3.13.2 COMMUNICATIONS AVEC LES PROCHES

- *En premier, les futurs hivernants doivent rassurer leurs proches en leur affirmant que les liaisons sont quasi toujours possibles. Ensuite, ils doivent faire très attention à l'image qu'ils donnent au travers des diverses photos de blog ou site communautaire. Enfin, ils ne doivent pas oublier de faire vivre cette formidable aventure à leur famille, qui la vit également, d'une autre manière.*
- *Il faut pouvoir parler de sexualité, même à distance...*

3.13.3 RELATIONS AFFECTIVES ENTRE HIVERNANTS

- *Lors de notre hivernage Crozetien, au moins quatre couples se sont formés et le sont encore aujourd'hui (moi y compris).*
- *Et le plus important, si c'est la fille qui part dans le couple, elle aura beaucoup plus de sollicitations sur l'île que son copain qui est resté en métropole !*
- *Il faut être réaliste, en tant que fille dans les TAAF pour une mission de plus d'un an, je pense que de partir en laissant son partenaire en métropole doit être une situation difficile à tenir, vu les relations amicales très fortes qui se forment sur les districts et qui amènent forcément à créer des liens puissants avec certains hivernants et à déplacer des certitudes d'avant départ.*
- *Si on est une fille il est plus difficile de ne pas se trouver quelqu'un en mission car il y a plus de gars. De plus les relations que l'on crée avec ses co-hivernants nous rapprochent énormément d'eux alors que l'autre est loin. Pour un homme je crois que si une fille de la mission lui plaît et que c'est réciproque il sortira avec.*

3.13.4 CONSÉQUENCES SUR LE FONCTIONNEMENT DE L'ÉQUIPE

Les liens avec la famille restée en France ou bien les relations émergeant entre hivernants peuvent retentir sur l'ensemble de l'équipe.

- *Les co-hivernants pénibles étaient (sans faire de clichés) ceux qui venaient peut-être pour l'argent, qui avaient une vie de famille heureuse qui leur manquait. Ceux qui s'intéressaient à la nature, aux autres hivernants et à la vie sur base ont, semble-t-il, bien vécu l'hivernage. Les autres, non... À vrai dire, ces gens-là n'étaient, pendant l'hivernage, pas des amis. Est-ce le fait d'être loin de leur femme et de leurs enfants ? Peut-être que oui car, en se revoyant après l'hivernage, ces personnes étaient rayonnantes de joie, femme et enfants à leurs côtés... pas comme pendant l'hivernage.*
- *J'ai pu observer mes compagnons en couple. A mon avis les moyens de communications sont un problème dans le sens où les hivernants sont trop facilement en contact (téléphone, internet) et ce n'est pas bénéfique. J'ai personnellement très bien vécu mon hivernage et je pense que c'est en parti dû à l'immersion totale et au peu de communications avec l'extérieur.*
- *Si chacun est clair dans sa tête, alors il n'y a pas de raisons que ça se passe mal sauf que beaucoup vont en hivernage avec des éléments névrotiques ou d'instabilité qu'ils traînent avec eux depuis longtemps et que l'hivernage met en exergue, que ce soit pour leur situation de couple ou pour la vie en communauté sur la base.*

3.13.5 DÉCALAGE AVEC CEUX QUI RESTENT

Plusieurs témoignages insistent sur le décalage qui peut se créer avec les proches restés en France et soulignent que c'est souvent le rôle de ces derniers qui est le plus difficile.

- *Chaque hivernage est différent. Il est souvent plus difficile de supporter l'éloignement pour ceux qui restent en France. Car, avec la découverte et les activités sur sites, on peut facilement s'occuper pour ne pas ressentir l'éloignement.*
- *Faire attention aux premiers mois. L'environnement, le travail monopolisent vite notre esprit au détriment de l'autre qui n'a pas ce dérivatif. Comprendre qu'on est en décalage dans la vie de tous les jours. La vie stressante, et toutes ses exigences, continue en dehors de notre district et on ne peut avoir les mêmes attentes dans notre vie, finalement au ralenti, pendant l'hivernage.*
- *Je leur dirai surtout qu'ils doivent être parfaitement conscients avant de partir qu'ils mettent en jeu leur relation, que l'on ne sait jamais avant de partir comment cela va se passer sur la durée (surtout pour des personnes qui n'ont jamais vécus éloignées). La lassitude peut facilement gagner l'un ou l'autre des partenaires et, l'isolement aidant, la tentation de faire des "écarts" est grande.*
- *Mes co-hivernants me racontaient régulièrement les histoires de leur ami(e) resté(e) en France. Il y a plusieurs type de couples, j'ai l'impression : ceux qui avaient posé les bases, qui s'étaient dit avant de partir « Bon, on verra ce que ça donne, chacun vit sa vie, ça passe ou ça casse. » ; et ceux qui VEULENT retrouver leur ami(e) au retour... Or je crois que c'est difficile de vivre quelque chose d'aussi fort et de demander à son ami(e) resté(e) en France d'attendre. Je ne crois pas qu'il faille ne pas donner aux gens la possibilité de partir s'ils sont en couple, mais peut-être faut-il qu'ils se rendent compte des conséquences d'un hivernage : on n'est plus vraiment sur une*

même longueur d'onde, c'est pas dur de raconter, mais c'est dur de revenir dans le droit fil de la société, de la vie de famille... Je l'ai remarqué avec mes parents.

- *Ne pas avoir peur de tout se dire, même si ça fait mal à l'autre et qu'il ne peut rien faire, car il est à 13 000km. Ne pas oublier que l'expression "loin des yeux, loin du coeur" n'est jamais plus vrai que là-bas. Mais quand on est décidé à partir on n'entend pas toujours ce que les anciens disent, surtout quand ça ne va pas dans notre sens !*

3.13.6 L'HIVERNAGE COMME RÉVÉLATEUR

Plusieurs témoignages soulignent le fait que l'hivernage ne résoudra pas des problèmes antérieurs. Au contraire, il peut jouer le rôle de « révélateur » quant à l'état du couple.

Par conséquent, les hivernants pointent l'importance d'avertir les candidats des risques encourus pour leur vie amoureuse.

- *Il ne faut pas partir sans avoir résolu ses problèmes, ne pas avoir de problèmes en suspens !*
- *Ne pas partir en espérant que la distance résoudra les difficultés.*
- *L'hivernage est un bon test pour un couple. Si ça doit casser, ça cassera. C'est un révélateur de l'état réel du couple.*
- *Attention si leur départ est le fruit d'une fuite de la situation familiale ou d'une situation de couple problématique. Résoudre ses problèmes à distance ça n'est pas plus simple, surtout quand c'est la personne en métropole qui prend l'initiative. Les hivernants pensent que le monde s'arrête tant qu'ils sont là, qu'ils reprendront les problèmes là où ils les ont laissés, mais l'autre personne du couple, elle, peut aller de l'avant.*
- *Les prévenir avant le départ en hivernage des statistiques de rupture lors d'un hivernage (très fort taux de rupture), afin qu'ils puissent partir en connaissance de cause et qu'ils soient plus vigilants par rapport à leur couple.*
- *Bien informer en amont les futurs hivernants sur les difficultés habituellement rencontrées (y compris une probabilité non nulle de rupture par le conjoint pendant l'hivernage).*
- *Il faut beaucoup plus appuyer sur le sujet lors de l'entretien psychologique.*

« Que chaque personne qui part en hivernage soit vraiment consciente de ce dans quoi elle s'engage et qu'elle se prépare au pire... »

4. DISCUSSION

4.1. LIMITES ET BIAIS

4.1.1. BIAIS DE MÉMORISATION

La principale limite de cette étude est son aspect rétrospectif générant un biais de mémorisation.

On peut logiquement estimer que l'évaluation de la situation de son couple dans le passé, alors que celui-ci a été rompu dans l'intervalle, pourrait être différente de l'évaluation qui aurait été faite sur le moment.

Toutefois, le choix de ne remonter qu'aux trois derniers hivernages permet de limiter ce biais.

4.1.2. TAILLE DE L'ÉCHANTILLON

Lors du lancement de l'enquête, la principale crainte était de ne pouvoir tirer aucune conclusion statistiquement significative du fait de la taille réduite de la population étudiée (au total, un maximum de 380 hivernants pour les trois années considérées, comprenant de nombreux célibataires).

Cependant, nous avons pu obtenir des réponses complètes d'une centaine d'hivernants qui étaient en couple au moment du départ. Ceci a permis une exploitation statistique satisfaisante, significative sur les principaux aspects.

Pour d'autres aspects, la taille de l'échantillon ne permet pas d'atteindre la significativité et ne permet que d'établir des hypothèses ou des considérations qualitatives.

4.1.3. REPRÉSENTATIVITÉ

Il existe un biais de sélection lié au caractère incomplet des fichiers d'adresses mails obtenus (biais de recrutement) et à la méthode utilisant un questionnaire en ligne (biais d'autosélection).

Il est plausible que certains hivernants ayant connu des expériences douloureuses aient refusé de répondre au questionnaire. Nous avons au moins un témoignage en ce sens et 6 destinataires se sont « désabonnés » via la plateforme SurveyMonkey indiquant un refus explicite de participer à l'enquête.

A contrario, d'autres ont pu tenir particulièrement à témoigner, là où ceux qui n'avaient pas connu de problèmes y voyaient moins d'intérêt.

Au final, le taux de retour de 66% parmi les 276 adresses mails valides, représentant par ailleurs près de la moitié de l'ensemble des hivernants des trois années prises en compte, est extrêmement satisfaisant et on peut considérer que ces biais ne sont pas majeurs et ne remettent pas en cause les résultats obtenus.

4.2. DISCUSSION DES RÉSULTATS

Par cette enquête, nous avons visiblement abordé un sujet important pour celles et ceux qui partent en hivernage dans les TAAF. Source de tensions, d'appréhensions, de difficultés à toutes les phases de la mission (avant, pendant et au retour). Mais aussi source de réconfort et de soutien.

Il est donc assez étonnant de mettre en parallèle cet intérêt suscité auprès des hivernants et la pauvreté des données existantes. Une explication pourrait être avancée :

« Les représentations liées au héros polaire sont telles qu'on n'a pas envie d'aller y voir de trop près. On préfère certainement préserver cette image héroïque en évitant d'évoquer les fêlures. » (A. Solignac, entretien téléphonique)

Cette étude offre un aperçu général de la situation : elle est forcément globalisante et ne peut pas retracer en détails la diversité des parcours individuels. Elle permet cependant de tirer un certain nombre de conclusions.

4.2.1. TAUX DE RUPTURE

Parmi l'ensemble des hivernants qui étaient engagés dans une relation de couple au moment du départ, nous retrouvons **un taux de rupture global de 34%** (en cours de mission, dès le retour ou dans les mois suivants), ce qui est tout à fait considérable. Et ceci, sans comptabiliser les couples qui étaient déjà en cours de séparation au moment du départ pour lesquels, en analysant le détail des réponses données, la perspective du départ en hivernage n'était pas toujours étrangère à la situation.

Ce chiffre est cohérent, bien que sensiblement supérieur, avec ceux fournis par la littérature. Solignac mettait en évidence un taux de 20,3% de rupture définitive ou temporaire dans sa thèse (Solignac, 2010), Taylor évoquait des difficultés sérieuses pour le quart des couples étudiés (Taylor & McCormick, 1987). Toutefois, ces deux travaux concernaient des effectifs plus réduits et portaient sur des sujets majoritairement plus âgés, souvent mariés et partis dans le cadre de missions plus anciennes à une époque où, de manière générale, les couples étaient moins enclins à se séparer.

Norris, quant à elle, a relevé des taux de rupture de 30, 39 et 36% sur trois années consécutives parmi les hivernants australiens (données non publiées) tout en précisant que, dans une majorité de cas, la rupture relevait de conditions antérieures au séjour antarctique qui se retrouvaient exacerbées ou que l'hivernage « donnait l'autorisation » à l'un des partenaires, ou aux deux, de mettre fin à la relation. (échanges électroniques du 02/05/13)

Surtout, ce taux de rupture est à mettre en relation avec celui constaté dans la population générale : environ 2% par an pour les couples formés dans la décennie 1980 et jusqu'à 4% pour les couples formés dans la décennie 1990. (Vanderschelden, 2006)

La comparaison mérite d'être nuancée puisque ces statistiques officielles ne prennent en compte que les couples cohabitant, qu'ils soient mariés ou en union libre, et que les couples ne cohabitant pas ne sont pas pris en ligne de compte alors même qu'ils sont les plus susceptibles de rupture.

En ne tenant compte que des couples « cohabitant », on retrouve tout de même **un taux de rupture de 26%**. La différence reste donc majeure et très significative.

Néanmoins, le présent travail ne permet pas de déterminer précisément dans quelle mesure le départ en hivernage provoque la rupture de couples qui, autrement, seraient restés unis, et dans quelle mesure il existe une autosélection lors des candidatures. Il est en effet plausible que des personnes donnant la priorité absolue à leur vie conjugale n'envisagent même pas de partir sur une longue période, alors que les postulants à une mission de longue durée seraient plus souvent motivés par des considérations propres, prioritairement à leur vie de couple.

L'analyse en détails des résultats permet de retrouver ces deux types de trajectoires personnelles avec, parfois, l'association des deux éléments.

Il semble clair en tout cas, en tenant compte du biais de mémorisation, qu'un nombre significatif de ruptures a lieu au sein de couples qui paraissaient solides, parfois unis depuis plusieurs années, et qui n'étaient pas *a priori* destinés à se séparer.

Au total, ce sont environ 80% des hivernants ayant rompu qui considèrent que leur rupture est liée à la mission. La dichotomie oui/non est bien sûr trop simplificatrice et l'analyse des commentaires permet de voir tout l'éventail des possibilités avec un poids variable de l'hivernage dans la décision de rupture.

En revanche, alors que Solignac décrivait une majorité de ruptures survenues **après** la mission, en lien avec le « syndrome du retour », nous ne retrouvons cette situation que dans 19% des cas. **81% des ruptures ont lieu au contraire en cours d'hivernage ou bien sont constatées ou annoncées dès le retour immédiat.**

Il est d'ailleurs intéressant de relever que, **dans une majorité de cas, la décision de rompre est essentiellement celle de l'hivernant.** Les commentaires évoquent alors souvent l'aspect de « révélation » provoqué par la mission ou bien la naissance d'une nouvelle relation amoureuse en cours d'hivernage.

4.2.2. FACTEURS CORRÉLÉS AU RISQUE DE RUPTURE

Notre étude permet de distinguer certains facteurs corrélés au risque de rupture. Une relation de causalité ne peut cependant pas être affirmée dans le cadre d'une étude rétrospective.

Deux éléments, liés entre eux, sont très significativement associés à un **risque majoré de rupture** :

- L'âge inférieur à 30 ans.
- L'ancienneté du couple inférieure à 5 ans.

Six éléments sont quant à eux significativement associés à un **risque minoré de rupture** :

- L'âge supérieur à 40 ans.
- L'ancienneté du couple supérieure à 10 ans.
- Le statut marital du couple : « marié » ou « pacsé ».
- La présence d'enfants au domicile.
- L'élaboration d'un projet immobilier commun avant le départ
- Une cotation comprise entre 8 et 10 de la « solidité » du couple sur l'échelle visuelle (*biais de rétrospection possible*).

Les différences selon l'âge et l'ancienneté du couple sont très importantes et vont largement au-delà de ce qui est décrit pour la population générale (doublement du taux de rupture, de 2 à 4%, pour les couples formés dans les années 1990 par rapport à ceux formés dans les années 1980 (Vanderschelden, 2006)).

D'autres éléments sont également statistiquement corrélés au risque de rupture mais constituent probablement des facteurs confondants, liés à l'âge des hivernants :

- Le statut d'étudiant, la première expérience de mission au long cours, associés à un risque majoré.
- Le statut militaire, l'existence de missions au long cours antérieures, associé à un risque minoré.

Deux éléments pourraient être corrélés à un moindre risque de rupture mais sans atteindre la significativité statistique :

- L'approbation par le conjoint du projet de départ.
- La réponse « *Oui, beaucoup* » à la question « *Aviez-vous abordé ensemble les difficultés pressenties ?* »

Le sexe féminin pourrait être corrélé à un risque supérieur de rupture mais sans atteindre la significativité statistique : ceci mériterait d'être confirmé par des études ultérieures incluant des effectifs suffisants.

Enfin, au-delà d'histoires individuelles décrites par certains hivernants, et de manière assez inattendue, l'élaboration de projets d'union ou d'enfants pour « l'après mission » n'est aucunement associée au risque de rupture. Ceci sans perdre de vue un possible biais de mémorisation.

Un aspect particulier mérite d'être relevé ici : lors des entretiens de sélection, les postulants perçoivent fréquemment les questions relatives à leur situation affective (approbation par le conjoint, situation du couple...) comme un possible critère de sélection et s'efforcent fréquemment d'apporter les « bonnes réponses » pour être retenus. A ce titre, une étude rétrospective telle que celle-ci pourrait donc, paradoxalement, comporter moins de biais dans l'analyse de certains des aspects évoqués.

4.2.3. CONSÉQUENCES À TERME SUR LES COUPLES

Parmi les couples qui « survivent » à l'hivernage, un certain nombre voit sa situation dégradée. Toutefois, une importante proportion considère que, au final, leur hivernage a participé au renforcement de leur couple.

Ces données sont cohérentes avec ce qui a déjà été décrit dans les études précédentes. (Taylor & McCormick, 1987) Et, au final, il semblerait que l'on puisse résumer cette situation par la maxime « ce qui ne nous tue pas, nous rend plus fort ».

4.2.4. IMPACT SUR LE DÉROULÉ DE LA MISSION

Les hivernants célibataires sont très rares à estimer que leur mission aurait été plus facile à vivre s'ils avaient été en couple.

En revanche, les hivernants qui étaient engagés dans une relation affective ont plus fréquemment estimé que ceci avait rendu leur mission plus difficile. En particulier dans le cas des couples ayant rompu, ce qui semble logique, mais aussi dans le cas des couples qui se sont maintenus.

Et si, parmi les couples qui ont tenu, les hivernants ont majoritairement affirmé y trouver une source de réconfort et de soutien, c'est également parmi eux que l'on trouve la quasi-totalité de ceux qui affirment que, si c'était à refaire, ils ne repartiraient pas.

On peut ainsi distinguer une petite population d'environ 15% des hivernants en couple, intégralement masculine, pour laquelle les enjeux liés à leur vie de couple semble être, au final, prioritaires à ceux de l'hivernage.

Les témoignages recueillis confortent cette analyse en évoquant à plusieurs reprises les tensions occasionnées par l'éloignement familial et le retentissement possible sur l'ensemble de l'équipe.

Ceci concorde avec la fréquence rapportée des enjeux affectifs parmi les sujets de préoccupation des hivernants antarctiques décrits par ailleurs. (Wood, 2000)

4.2.5. RELATIONS AFFECTIVES ENTRE HIVERNANTS

L'existence de relations amoureuses entre les hivernants est un phénomène connu et parfois évoqué par les hivernants, sur leurs blogs par exemple, de manière explicite ou à mots couverts. Dans le « folklore » des TAAF, il n'est pas rare d'entendre « *Ce qui se passe sur la base/en cabane, reste sur la base/en cabane !* »

Dans la phase de préparation de l'enquête, nous avons délibérément choisi de ne pas aborder ce sujet qui risquait d'apparaître comme trop intrusif et déstabilisant.

Pourtant, le sujet a été spontanément abordé à de nombreuses reprises (14 occurrences pour 11 répondants différents).

Il est difficile de conclure de manière précise sur les relations de causes à effets mais il semble certain que la promiscuité prolongée et l'isolement affectif et amoureux sont susceptibles de créer des liens, parfois au détriment des attachements antérieurs à la mission.

4.2.6. DES CONTRE-MESURES SONT-ELLES ENVISAGEABLES ?

Il pourrait être séduisant d'imaginer des solutions permettant de limiter le nombre de ruptures occasionnées par ces missions de longue durée.

Or, non seulement les suggestions émises par les hivernants sont très diverses, et parfois contradictoires, en particulier en ce qui concerne la question des moyens de communication mais, de plus, une majorité des hivernants ayant rompu ne semble pas regretter la situation et affirme que, si c'était à refaire, ils repartiraient en mission (94%, dont 69% « sans hésiter »).

Cette étude ne permet donc pas d'envisager des contre-mesures visant à limiter le nombre de ruptures parmi les hivernants en couple, ni même de dire qu'il s'agirait, en soi, d'un objectif réellement important à mettre en œuvre par l'administration des TAAF et de l'IPEV.

Toutefois, au-delà de l'enjeu des ruptures, les questions affectives restent un sujet de préoccupation pour les hivernants et peuvent occasionner des situations de difficulté psychologique à court et à long terme. Le dispositif de soutien aux hivernants gagnerait donc certainement à envisager le renforcement des possibilités d'aide dans ce domaine.

4.2.7. EXTENSION POSSIBLE À D'AUTRES MILIEUX ISOLÉS

Il pourrait sembler délicat d'étendre les conclusions de cette enquête à d'autres milieux isolés car, comme cela a déjà été mentionné, l'hivernage dans les TAAF présente plusieurs spécificités. L'isolement total et particulièrement prolongé tout d'abord, mais surtout une population qui est difficilement superposable à celle des milieux analogues qui ont généralement un caractère militaire et pour lesquelles la perspective de l'éloignement fait souvent partie du « contrat de départ » des couples.

C'est d'ailleurs précisément parmi les militaires ayant répondu au présent questionnaire que le taux de rupture est significativement le plus faible, même si leur moyenne d'âge plus élevée peut être l'élément déterminant.

Toutefois, on trouve également des « civils » parmi les astronautes et les séparations prolongées, si elles sont incontournables dans la Marine, sont parfois beaucoup plus incertaines dans les armées de Terre et de l'Air. Les conclusions de ce travail pourront donc contribuer à alimenter la réflexion pour l'étude de ces populations, de même que dans le domaine des expatriés et des travailleurs humanitaires.

5. CONCLUSION ET PERSPECTIVES

La question de l'impact des missions au long cours sur la vie de couple a fait jusqu'ici l'objet de très peu d'études spécifiques. Les quelques données existantes concernent essentiellement les contextes militaires. Les données appliquées aux sujets effectuant un séjour prolongé en Antarctique ou dans les îles australes sont encore plus limitées. Elles suggèrent un impact non négligeable sur la vie affective générant un risque important de rupture au sein des couples.

Lorsque des candidats se présentaient pour un hivernage, ils étaient souvent avertis du risque de « casse » mais sans qu'il soit possible d'estimer plus précisément ce risque.

Même s'il semble que, bien souvent, l'expérience d'hivernage joue surtout un rôle de « révélateur » et de « catalyseur » pour les couples, accélérant un processus de rupture qui aurait eu lieu tôt ou tard. Cette explication n'est pas suffisante à elle seule.

En effet, notre enquête a permis de confirmer un taux de rupture très important parmi les hivernants effectuant une mission sur l'une des bases des TAAF et de l'évaluer à environ 34% globalement, et 26% si l'on ne considère que les couples cohabitants. Un tel chiffre n'avait jusqu'à présent jamais été mis en évidence et reste sans commune mesure avec ce qui est constaté dans la population générale. (Vanderschelden, 2006)

Le risque de rupture est d'autant plus important que les hivernants sont jeunes et engagés dans leur couple de manière récente. A l'inverse, des couples davantage « établis » semblent assez préservés du risque de rupture, sans garantie absolue cependant. D'autres éléments semblent plus faiblement, voire pas du tout, corrélés au risque de rupture.

Cet enjeu de la rupture éventuelle du couple et, plus largement, les difficultés psychologiques liées à l'éloignement, peuvent avoir un impact significatif sur le déroulé de la mission et sur la dynamique des

équipes. Ils méritent d'être pris en considération lors de la sélection des candidats, dans la phase préparatoire, ainsi qu'en cours de mission et dans la période du retour.

Pour autant, dans une grande majorité des cas, il ne semble pas s'agir d'un enjeu tel qu'il risque de compromettre gravement le bon déroulé de la mission, ni le bien-être à long terme des hivernants, car il semble clair que, pour la plupart d'entre eux, ils donnent clairement la priorité à leur expérience antarctique par rapport aux enjeux conjugaux et que, de plus, la décision de la séparation soit le plus souvent celle des hivernants eux-mêmes.

D'autres études, prospectives, permettraient de confirmer plus solidement nos conclusions. En particulier, l'utilisation d'une échelle visuelle destinée à évaluer le degré de « solidité » des couples initialement et sur la durée semble intéressante mais demande à être validée.

Même s'il semble difficile d'envisager des mesures précises et universelles à même de réduire les difficultés évoquées, la mise en place d'un conseiller conjugal disponible pour les hivernants et les conjoints mériterait d'être envisagée. De même, il paraîtrait intéressant de pouvoir proposer un document d'information spécifique, sur le même modèle que celui proposé par l'*Australian Antarctic Division*. Ceci pourrait faire l'objet d'une étude prospective comparative afin d'en valider la pertinence.

Enfin, alors que nous avons choisi de ne pas aborder cette question, l'enjeu des relations amoureuses entre hivernants semble important. Il justifierait d'être exploré davantage même si cela risque d'être difficile, ne serait-ce que parce que certains hivernants pourraient craindre d'être mis en difficulté par leur hiérarchie.

Dans l'immédiat, il semble surtout nécessaire que les postulants à un hivernage soient particulièrement avertis des risques encourus suite à un éloignement aussi prolongé et qu'il soient conscients de ce dans quoi ils s'engagent, et engagent leur conjoint.

Si, pour beaucoup, l'expérience australe est « l'aventure d'une vie », il peut en aller de même de leur vie familiale et ces deux aspects ne sont pas forcément compatibles.

BIBLIOGRAPHIE

- Busuttil, W., & Busttil, A. C. (2001). Psychological effects on families subjected to enforced and prolonged separations generated under life threatening situations. *Sexual and Relationship Therapy*, 16 (3), 207-228.
- De Soir, E., & Lemal, L. (2003). L'impact de missions de longue durée sur les militaires et leurs proches. *Revue francophone du stress et du trauma*, 3 (4), 235-239.
- Hurley, E. C., Field, T., & Bendell-Estoff, D. (2012). Rejection sensitivity and marital adjustment among military spouses during deployments. *Psychology*, 3 (6), 480-484.
- Leon, G. R., & Sandal, G. M. (2003). Women and couples in isolated extreme environments: applications for long-duration missions. *Acta Astronautica* (53), 259-267.
- Leon, G. R., & Scheib, A. (2007). Personality Influences on a Two-Man Arctic Expedition, Impact on Spouse, and the Return Home. *Aviation, Space, and Environmental Medicine*, 78 (5), 526-529.
- Nègre, C. (1961). *La fatigue en régions polaires : aspects cliniques, biologiques et psychologiques, étude systématique d'un groupe de sujets lors de l'Expédition glaciologique internationale au Groenland, campagne d'été 1959*. Viellemard.
- Norris, K., Paton, D., & Ayton, J. (2010). Future directions in Antarctic psychology research. *Antarctic Science*, 22 (4), 335-342.
- Norris, K., Paton, D., & Ayton, J. (2008). The long cold night: comparing expeditioner and partner experiences during Antarctic absences. *Proceedings of 43rd APS annual conference: psychology leading change* (pp. 239-243). Hobart, Australia: Australian Psychological Society.
- Norris, K., Paton, D., Thompson, T., & Ayton, J. (2006). Expeditioner and family reintegration: comparing ship-based and air-based personnel movement. *SCAR XXIX Open Science Conference - Human Health and Well Being*. Hobarth.
- Palinkas, L. A. (2001). Psychological issues in long-term space flight: overview. *Gravitational and Space Biology Bulletin*, 14 (2), 25-33.
- Palinkas, L. A. (2003). The Psychology of isolated and confined environments. *American Psychologist*, 58 (5), 353-363.
- Seyyed Hosseini, S. S. (2012). Psychological effects of long term army naval missions on their families; a qualitative study. *Iranian Journal of Military Medicine*, 14 (2), 113-121.
- Solignac, A. (2010, 3-Novembre). Enjeux psychologiques du retour de missions isolées - Le cas des hivernants polaires français. *Thèse de Doctorat de Psychologie*. Reims.
- Taylor, A. J., & McCormick, I. A. (1987). Reactions of family partners of Antarctic expeditioners. *Polar Record*, 23 (147), 691-700.
- Vanderschelden, M. (2006, Novembre). *Les ruptures d'unions : plus fréquentes, mais pas plus précoces*. Consulté le 05 04, 2013, sur INSEE: http://www.insee.fr/themes/document.asp?reg_id=0&ref_id=IP1107
- Wood, J. (2000). Is it really so bad ? A comparison of positive and negative experiences in Antarctic winter stations. *Environment and Behavior*, 32 (1), 84-110.

ANNEXE 1 - QUESTIONNAIRE EN LIGNE – PLATEFORME SURVEYMONKEY



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Présentation

Bonjour,

Vous avez effectué un hivernage sur l'une des bases des TAAF et c'est à ce titre que je me permets de vous solliciter.

Nous savons que les séparations prolongées peuvent être à l'origine de difficultés dans la vie personnelle et, plus particulièrement, au sein des couples. Toutefois, très peu de données précises existent à ce sujet.

Cette étude, effectuée dans le cadre d'un Diplôme Universitaire, vise donc à évaluer le risque de rupture au sein des couples en lien avec un hivernage austral. Elle a également pour objectif d'essayer de déterminer s'il existe des éléments permettant d'anticiper ces difficultés et de mieux s'y préparer ou de les prévenir.

Cette enquête est réalisée avec l'accord du Docteur Claude BACHELARD, médecin-chef du Service médical T.A.A.F. / I.P.E.V. C'est lui qui m'a transmis votre adresse mail.

Pour que l'étude soit valable, il est très important qu'un maximum d'hivernants réponde à ce questionnaire anonyme. Ceci ne devrait pas vous prendre plus d'une dizaine de minutes au maximum (davantage si vous acceptez de donner des détails dans les questions ouvertes).

En-dehors des questions n°1 à 5, aucune question n'est impérative même si, bien entendu, des réponses complètes seront très utiles pour l'étude.

L'ensemble des données sera analysé de manière anonyme.

Je vous remercie de votre participation,

Dr Stéphane FRAIZE, médecin généraliste

[Suiv.](#)

Optimisé par SurveyMonkey
Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Données démographiques

*** 1. Quel est votre âge ?**

Age

*** 2. Quel est votre sexe ?**

- M
 F

3. Quelle était votre catégorie socio-professionnelle au moment du départ en mission ?

- Agriculteur
 Artisan ou commerçant
 Profession libérale
 Cadre administratif
 Professeur ou Profession scientifique
 Ingénieur ou Cadre technique
 Profession intermédiaire de la santé
 Profession intermédiaire administrative
 Technicien
 Agent de maîtrise
 Employé civil ou administratif
 Policier ou Militaire
 Ouvrier
 Etudiant

*** 4. Quelle a été la date de votre départ en mission ?
(le jour précis n'est pas important, en cas de doute, mettre 01)**

JJ MM AAAA
Date de départ / /

*** 5. Quelle a été la date de votre retour de mission ?
(le jour précis n'est pas important, en cas de doute, mettre 01)**

JJ MM AAAA
Date de retour / /

6. Etait-ce votre première mission au long cours (hivernage, séjour de plus de 6 mois) ?

- Oui
 Non, j'avais fait 1 mission au long cours auparavant
 Non, j'avais fait 2 missions au long cours auparavant
 Non, j'avais fait plus de 2 missions au long cours auparavant

Préc.

Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Avant votre départ

7. Etiez-vous en couple juste avant le départ en mission ?

- Oui
 Non

Préc. Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Votre couple avant votre départ

8. Quelle était la situation de votre couple avant le départ en mission ?

- Mariés
 Pacésés
 Union libre, vivant ensemble
 Couple ne vivant pas ensemble

9. Quelle était l'ancienneté de votre couple à ce moment là ? (vous pouvez laisser la case « mois » en blanc)

Années
Mois

10. Au moment de votre départ comment évaluez-vous la « solidité » de votre couple ? (choisissez une case à cocher entre les deux extrêmes)

	Couple proche de la rupture 0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Couple extrêmement solide 10
Solidité ressentie du couple	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Préc. Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Votre couple et le départ en mission

11. Votre conjoint(e) soutenait-il(elle) votre départ en mission ?

- Oui, complètement
 Oui, mais sans enthousiasme
 Pas vraiment
 Pas du tout
 Je ne sais pas

Commentaire

12. Aviez-vous abordé ensemble les difficultés pressenties liées au départ en mission ?

- Oui, nous en avons beaucoup discuté
 Oui, un peu
 Non, pas du tout

Commentaire

13. Diriez-vous que votre situation de couple a participé à votre désir de partir en mission ?

- Oui, beaucoup
 Oui, un peu
 Non, ma situation de couple n'avait rien à voir avec ma décision de partir

Commentaire

14. Aviez-vous des enfants vivant à votre domicile avant votre départ en mission ? (plusieurs choix possibles)

- Non
 Oui, de 0 à 3 ans
 Oui, de 4 à 10 ans
 Oui, de 11 ans et plus

15. Aviez-vous développé ensemble des projets de couple, avant votre départ ou bien en cours de mission ?

	Oui, fortement	Oui, mais vaguement	Non
Projets d'enfant	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Projets immobiliers	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Projets d'union (si votre union n'était pas encore formalisé)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
D'autres projets	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Commentaire

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

16. UN MOIS après votre retour de mission, étiez-vous toujours engagé dans ce même couple ?

- Oui
- Non

Préc. Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

UN MOIS après la mission

17. UN MOIS après votre retour de mission, quelle était la situation de votre couple ?

- Mariés
- Pacésés
- Union libre, vivant ensemble
- Couple ne vivant pas ensemble

18. UN MOIS après votre retour de mission, comment évaluez-vous la « solidité » de votre couple ? (choisissez une case à cocher entre les deux extrêmes)

	Couple proche de la rupture 0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Couple extrêmement solide 10
Solidité ressentie du couple	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Préc. Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

19. AUJOURD'HUI, êtes-vous toujours engagé dans ce même couple ?

- Oui
 Non

Préc. Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

AUJOURD'HUI

20. AUJOURD'HUI, quelle est la situation de votre couple ?

- Mariés
 Pacésés
 Union libre, vivant ensemble
 Couple ne vivant pas ensemble

21. AUJOURD'HUI, comment évaluez-vous la « solidité » de votre couple ? (choisissez une case à cocher entre les deux extrêmes)

	Couple proche de la rupture 0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Couple extrêmement solide 10
Solidité ressentie du couple	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Préc. Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
[Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !](#)



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Bilan

22. Globalement, avez-vous l'impression que votre départ en mission a rendu votre couple plus ou moins solide ?

- Beaucoup plus solide
- Un peu plus solide
- Ça n'a rien changé
- Un peu moins solide
- Beaucoup moins solide

Commentaire

23. En songeant à votre situation de couple, si c'était à refaire, repartiriez-vous en mission ?

- Oui, sans hésiter
- Oui, probablement
- Je ne sais pas
- Non, probablement pas
- Certainement pas

Commentaire

24. Avez-vous d'autres commentaires à faire à ce sujet ?

Préc.

Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

En cours de mission



25. L'éloignement de votre couple a-t-il été une source de tension ou d'inquiétude supplémentaire pour le déroulé de votre mission ?

- Oui beaucoup
- Oui, un peu
- Non

26. Votre couple a-t-il été une source de réconfort en cours de mission ?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non

27. Au total, à votre avis, votre couple a-t-il rendu votre mission plus ou moins facile à vivre ?

- Ma mission a été beaucoup plus facile à vivre
- Ma mission a été un peu plus facile à vivre
- Ça n'a rien changé
- Ma mission a été un peu plus difficile à vivre
- Ma mission a été beaucoup plus difficile à vivre

28. Avez-vous des commentaires à faire à ce sujet ?

Préc.

Suiv.

Optimisé par SurveyMonkey
Créez votre propre sondage en ligne gratuitement maintenant!



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

Les moyens de communication

29. Quels moyens de communication utilisiez-vous pour entretenir les contacts dans votre couple et à quelle fréquence ?

	Quotidiennement ou presque	2 à 4 fois par semaine	2 à 4 fois par mois	Moins souvent	Jamais
Téléphone	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mail	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

30. Même question pour le courrier postal

	A chaque rotation	Moins souvent	Jamais
Courrier postal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

31. La fréquence de vos échanges s'est-elle modifiée en cours de mission ?

- Les contacts ont été de plus en plus fréquents
- Les contacts ont été de moins en moins fréquents
- C'est resté sensiblement identique tout au long de la mission
- C'était variable, selon les périodes

Commentaire

32. Pensez-vous que des moyens de communication plus conséquents (webcam, échanges plus nombreux...) auraient changé la situation finale ?

- Non, probablement pas
- Oui, peut-être
- Oui, sûrement

Commentaire

Optimisé par SurvvyMonkey
Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !



Vie de couple et hivernage dans les TAAF

En conclusion

Je vous remercie d'avoir bien voulu répondre à ce questionnaire.

Pour terminer, je voulais savoir s'il y avait des aspects que j'aurais dû aborder selon vous.

Vous avez également la possibilité d'exprimer toute suggestion relative à ce travail d'enquête, en particulier à destination des futurs hivernants.

Enfin, il est possible que les réponses fassent émerger des problématiques particulières pour lesquelles je pourrais être amené à vous recontacter, avec votre accord uniquement.

33. Auriez-vous des suggestions pour limiter les difficultés des prochains hivernants au regard de leur situation de couple ?

34. Seriez-vous d'accord pour que je vous contacte éventuellement pour des questions complémentaires ? (plusieurs choix possibles, laissez en blanc si vous n'êtes pas d'accord)

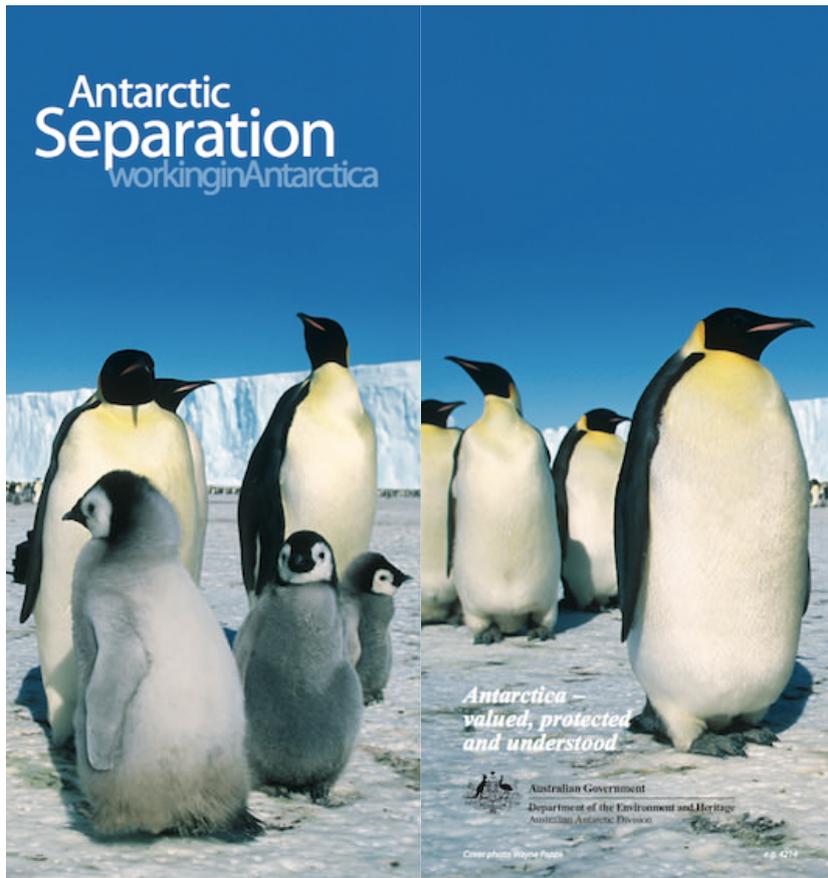
Oui, par mail :

Oui, par téléphone :

Préc.

Terminé

Optimisé par SurveyMonkey
Créez votre propre sondage en ligne gratuit dès maintenant !



Introduction

The Australian Antarctic Division (AAD) acknowledges that successful expeditions depend on the happiness and wellbeing of the expeditioners. Your decision to work in Antarctica is one that should not be taken lightly. Living away from your loved ones and family can be problematic, and that there are a number of relationship and domestic matters that will require your careful consideration.

This brochure is intended to provide prospective expeditioners with information for your consideration, and it raises many of the issues that you need to think about before you sign your acceptance of employment. The AAD acknowledges that many expeditioners and their families experience positive times during separation, however the AAD also acknowledges that this time apart can be a long and difficult period for people left at home. The nature of Antarctic separation makes it a unique experience, and creates unknown demands on people, even for those who may have experienced a similar work-related separation during other employment. Antarctic separation is unlike any other

separation in the world, with expeditioners away for periods of between 4 weeks to 20 months living in an extreme and remote environment – this reality is not fully appreciated by expeditioners and their families until the separation occurs. It is a beautiful and exciting place to work and this often detracts people from seeing the reality of what lies ahead. This information is not intended to apply to every expeditioner, or to every situation, but it may help in answering some questions and raising some issues not yet considered.



Above: Analysis of snow which has accumulated on glaciers and ice sheets over many years provides information on past temperatures, precipitation and a range of other environmental parameters. Here samples are collected from within a crevasse on a glacier on Heard Island. Photo: Shawn Donoghue

The uniqueness of Antarctic service can be realised when comparing expeditioners with the defence forces where serving members are usually able to rejoin their families at times of crisis and even prisoners in gaol can be visited by families at times of crisis or may be granted permission to attend funerals of close family members. Remember - whatever the circumstances, once the last ship has left Antarctica it is not possible for wintering expeditioners to return to Australia until the following shipping season. So there is a period of absolute confinement and total isolation spanning at least six months. The AAD's experience has shown that even for short periods of separation similar issues will arise, and therefore this brochure is addressed to all expeditioners whether they are going to Antarctica for a short or long term.

Your reasons for choosing to work in Antarctica may vary considerably. The science community may be undertaking academic scientific research study, and for support staff (e.g. tradespeople) the attraction may be the experience of a different work environment;

the realisation of a life's dream or to gain financial security for self and family. For some, it can be a chance to 'escape' from the real world and many of life's problems or to simply seek the enjoyment of working in a fantastic environment with interesting and diverse people. You and your partner may decide to commit yourselves to this period of separation so that you can work towards a shared goal - to save for travel, build a home or establish yourselves financially before starting a family.

Let's look at some of the stages that may help you, your partner or your family make this important decision...

4

5

The preparation period

Pre-application considerations

It is strongly suggested that frank and open discussion with loved ones occur before your job application is submitted, ensuring that all aspects of the employment, including separation issues, are considered before the process progresses further. It may be that you simply prepare a list of the positive and negative aspects of working in Antarctica and work through each item with your partner to obtain a better understanding.

To proceed with the application on the pretext "I won't have a chance of getting a job - I'll just put an application in to see how I go" is naive and is misleading your loved ones. You should be

upfront about your intentions and not leave your partner feeling as though it's none of their business. It is certainly his/her business - they will be the ones left at home and deserve the right to have a say in this important decision. It is too late for discussion when the job offer arrives in the post.

To work in Antarctica is a personal choice and expeditioners should ensure they make a fully considered decision based on the issues raised in discussion with the significant people in your life. Once this has been done you and your partner need to accept responsibility for this decision - the AAD cannot and does not make a judgment in respect to your private circumstances.

You know the state of your relationship and whether or not your relationship can withstand such a period of separation. If doubt exists then mediation or counselling may be an option to assist you in reaching the right decision and may help each of you work through the issues.



Left: Remote measurement of the atmosphere with a high intensity laser. Photo: Mikaelin Lambert

6

Things to think about... and who are the significant people you need to consider?

- Have you been away from home for lengthy periods before and how has your family coped?
- Is the decision to work in Antarctica an appropriate decision at this time - what is currently happening at home?
- Is your partner able to cope with the current family, work or personal situations that they face and how will any additional burden affect your partner?
- Are your children dependant and how will your partner manage family responsibilities without you at home?
- Are your teenage children causing stress and are they difficult to handle when you are absent?
- How will this affect your career prospects on return from Antarctica?
- Will there be sufficient support at home for your family if a crisis arises?
- Are there elderly family members who are dependant upon you or that are ill or likely to die during your absence?
- How do you feel about living without the physical contact of family and friends?
- How unhappy is your partner about the prospect, what will be the long-term effect if you go - how stable is your relationship now?
- Could this separation from your children have detrimental effects in the future?
- How will you and your partner cope with the enforced celibacy and lack of physical contact?
- Are there already unresolved issues causing concern within your relationship and have you dealt with them?; and
- Has your partner the necessary level of support (e.g. domestic chores, lawns etc.)?
- Have you included your children in your decision?

These are just a few things to be considered and there will be many others that are specific to your own circumstances.

7

The job offer is made – no surprises... for loved ones

Now is the time to either accept or reject the job offer and to reassess your circumstances one more time. Following 'acceptance' of a position with the AAD, most expeditioners will normally have at least 4-6 weeks period before commencement in Hobart. This time can be extremely hectic and stressful for everyone and emotions at home may be running high.

Explain to your children that you have accepted the new job that you have spoken to them about previously and that you will now be going to Antarctica to work. It is time for leaving your current job, saying your goodbyes, organising your possessions, packing your bags, completing last-minute tasks, and organising household and financial matters.

Children – can it affect them and how?

Children may experience a sense of insecurity during a parent's absence. Until now their world may have consisted of a mother, and a father, creating a strong and familiar basis for their security. Remove one, and the children have lost a part of their security. Depending on the age of the child/s, he will react in different ways.

Children who are affected by a parent's absence can display unusual behaviour of varying degrees. Unprecedented incidents of bed-wetting, abnormally poor school results or a change in a child's behaviour may indicate that they are experiencing difficulty

Often, children are very good at hiding their sadness or fears.

If you are a sole parent you will need to put special thought into the type of care chosen for your child/ren. As a suitable reliable and

and you might need to seek professional advice. Often, children are very good at hiding their sadness and fears, and it can be difficult to identify the causes of unexpected or unusual behaviour. Children do worry and fret, often very significantly, and it is expected that they may be likely to be upset about a parent's absence or worried about you being in danger in Antarctica.

If you are having difficulty in preparing your child/ren for the impending separation, consider seeking professional help and ask their advice as every child is different and there are no set rules that work for everyone. Keep the lines of communication open with your children, try to understand how they are feeling and encourage them to talk about their feelings and their fears. Reassure them that you will be coming home, and don't shrug off their fears as being 'silly'. It can be a very painful time for children and they often fear that you will go away and never return. Excellent communication systems make it easy and inexpensive to maintain regular contact with children. Telephone, email and facsimile

services allow children of all ages to share their stories, drawings and chat time with you and digital pictures can be sent to and from Antarctica.

School projects have often been undertaken while a parent is in Antarctica, and corresponding with your child's class will give your child comfort and pride in what you are doing. Expeditioners can share their experience with their children and they can learn from the information that you sent to them about your Antarctic life and your work.

Don't forget to access the AAD's web site www.aad.gov.au (particularly Classroom Antarctica) and let your children see where you will be going.



Left: The seasonal sea ice zone that surrounds the Antarctic continent is an important habitat for marine life. Research is aimed at understanding how the physical environment might change in the future, and the impact of any change on ecosystems.
Photo: Rob Massam

The AAD's Expedition and Family Liaison Officer (EFLLO) can provide assistance during times of crisis, and can arrange for appropriate support. If you are aware that your loved one will be left in such a situation it is important to advise the EFLLO prior to your departure.

Plan your finances, Will and Power of Attorney

It is recommended that you organise your finances so that your dependants are not left with financial problems during your absence. If you have arranged a separate allowance for your family we suggest that, in addition, you could consider giving authority to your bank manager to release additional or emergency funds if needed.

Attend to legal aspects such as the preparation of a Will and Power of Attorney. It is extremely difficult to undertake some legal matters while you are in Antarctica. Please consult your Solicitor for advice appropriate to your needs.

Talk about issues of concern

If you are uncertain about the state of your relationship, now might be the time to evaluate, resolve issues, or make decisions about the future. You may need to discuss issues involving mixing socially with members of the opposite sex. Is your partner concerned that you will be spending time in isolation with other men or women? Has this issue been a problem before? Do you trust each other? How can you reassure her/him that there

is nothing to worry about? It is unrealistic to expect either person to avoid social contact during separation, but you may need to discuss concerns or expectations.

Keep in mind that each of you may be fearful of a trauma or crisis occurring at home or in Antarctica, or of someone being injured or dying. Treat this concern with empathy and be mindful of not brushing these aside. Such fears are normal under the circumstances because you are heading for an unknown,

remote and harsh environment. It is understandable that fear of death or serious injury is a concern – people at home will need your reassurance.

Discuss what you would do 'if...?' Who would your partner turn to in the event of a crisis? It is very important to consider how you would both handle a crisis such as death, accidental injury or illness. Support of family and friends is not always available and support may be scattered across great distances – the AAD can offer assistance in such circumstances.

Getting those household chores done

Consider the role changes which may occur. All of us undertake roles, be it of wife, mother, husband, father, daughter, son etc... Within these roles we perform tasks, and in the household those tasks are often assigned on

It is normal to feel sad when someone you love is about to leave you...

the basis of our gender. You and your partner must discuss how the range of tasks will be completed and decide if additional help is required (e.g. someone to mow the lawns and clean the spouting). Women can certainly mow lawns etc but if they are also doing everything else it might just be too much of a load. Long periods being overloaded will cause stress and agro. Those left at home should try to limit their load where possible. Think about the tasks that can be done by contractors or friends and plan to employ help.

Emotions run high...

During this time emotions will run high and the reality of the separation and what it means

will begin to become a reality for you and your loved ones. There will be low times, and emotions will be mixed and confused. Although your family may be happy and excited for you, there will be times of sadness, anger, annoyance, resentment and a 'cloud' of sadness may envelope your normally happy home. Under the circumstances it is normal to feel sad when someone you love is about to leave you for an extended period. Remain patient and understanding with each other and seek counsel should you find that things are getting too much to handle. Take time out to spend with your partner - go out to dinner - go walking and have some peaceful relaxing time alone where possible.

Pre-departure training in Hobart

Depending on the training requirements, expeditioners will spend between two and twelve weeks in Hobart undergoing specialist training. This training will involve mandatory courses in fire fighting, first aid, hydroponics, workplace diversity, occupational health and safety, environment awareness, computer training to name a few.

Pre-departure leave

Following the lengthy pre-departure training period, wintering expeditioners are usually granted between five days of pre-embarkation leave and this is an opportunity for them to spend time with their loved ones and family. Expeditioners spending a shorter term in Antarctica do not have a specified period of pre-departure leave as training and work commitments do not always allow for free time.

During this leave, some partners and families choose to stay in Hobart and enjoy time together. It is also an ideal time for partners and family members to meet other expeditioners, partners and families, and AAD staff. It is also an opportunity

for your family to become more familiar with 'things' Antarctic by visiting the AAD's headquarters at Kingston. Partners and families who participate in this arrangement are usually left feeling more a part of the adventure, and they feel comfortable contacting the AAD as well as other expeditioners' families.

However, due to family and schooling commitments it is not always possible to spend time together in Hobart, so some choose to have this holiday time when the expeditioner returns. It is entirely up to those to decide the best way to handle this leave time and the arrangements for the day of departure.

The separation

Be aware of the signs...

The imminent departure may produce tension, tears, sadness, excitement, anxiety and even quarrels. It is a time when loved ones begin to detach themselves emotionally from the person leaving. This behaviour is not unusual, but is a symptom of 'preparatory grief', similar to that felt when someone close to you is dying.

... a feeling of sadness or emptiness may follow.

For partners at home, the first few days following departure can sometimes feel 'like a honeymoon in reverse' a feeling of freedom and relief that the departure day has finally come and gone. However, the realisation that your separation will be for several months may soon occur, and a feeling of sadness and emptiness may follow. The symptoms are normal responses to an unusual experience like separation from a partner.

Care for yourself and your well-being and try to recognise those times when you are feeling low. Allow yourself time

to adjust and work through the changes. If you have children around you, talk to them about how you feel and allow them to express their feelings. Together you will care for each other. Your needs are different, but you are missing the same person.

Visiting the Employee Assistance Service for counselling may be worth considering if you are finding it difficult and may give you an understanding of what is happening and what you can do to make your days happier. Don't underestimate the effect of separation - it is not easy.

Good communication strategies

One of the keys to a successful relationship is good, open and honest communication, and this is even more important when you are separated by long distances and with no physical contact throughout the separation period. The AAD recognises the importance of providing communication systems to enable expeditioners and their loved ones to communicate regularly, and a data reasonable cost.

Regular contact between expeditioners and their loved

ones is essential to reaffirm the caring and sharing between them. If you are physically separated, the knowledge that someone out there really does care about what you do and how you feel can be very comforting and reassuring.

Expeditioners will find that their 'world' in Antarctica will shrink considerably. The outside world will seem remote and unreal. With the excitement of being in Antarctica, experiencing the long daylight hours during summer, and becoming

accustomed to your new home, it becomes easy to lose track of time and half-forget about the outside world. This can be a difficult period for your partner at home who is adjusting to life without you. Ensure that no matter how busy or preoccupied you are, you still allow time to contact home regularly.

Whatever method of communication you choose, make sure that you remember to write and speak about the little things - chat as you would normally, and show interest



Top: As a unique natural laboratory, Antarctica allows researchers to investigate how organisms respond to change.
Photo: Kate Kiefer



Right: Using an ice coring drill on the Antarctic ice sheet.
Photo: Barbara Smith

In the issues that you would normally enjoy hearing about. Expeditioners enjoy hearing the daily trivia of life at home.

For the expeditioner it is a time to be mindful of reaching a balance between reporting on your new life and maintaining interest in things at home. Expeditioners should be careful not to dominate the conversation talking about themselves and Antarctica. A mixture of information is interesting, and creates an opportunity for your partner to reciprocate. Make notes in your diary or on your computer and remember special occasions, particularly anniversaries and birthdays. Plan to buy gifts and cards and leave them with the Family Liaison Officer at the AAD to be sent home on those special occasions.

Flowers and other gifts can be purchased through the Family Liaison Officer and expeditioners will be advised of that process during pre-departure training.

Damage to your relationship

It is not surprising that poor communication or attention to your partner during the separation will cause difficulties, both down in Antarctica and when you return home. Special attention is therefore required to ensure that you do not create bad feelings and resentment at home. Think about how you will nurture your relationship/s so that when you return home you are not met with difficulties.



The reintegration (homecoming)

You and your partner will be facing your homecoming with great excitement. This may also be tinged with some apprehension about this second honeymoon. You will probably imagine and rehearse in your mind how wonderful it will be to be together again.

Your partner at home will have been especially busy planning your homecoming, making sure that things are in order for your return, and, if possible, arranging to come to Hobart to meet you.

For some couples the homecoming may indeed be like a second honeymoon, but for others, it may take time before they feel like a couple again. Discuss and reach an understanding of the different emotions related to love and sexual desire. Remember the need for gentleness and patience, and remember that it is a two-way process.

Accepting the changes in each other will help to re-establish the bond between you. Appreciate that each of you may have broadened your horizons, and that you each have your own experiences and memories of the time in which you have been apart.

You may have adopted new interests, certainly met new people, formed new friendships and gained independence from each other. Re-establishing your relationship can be like starting again. This will take time, don't try and hurry the process. Talk to each other, listen to each other and share your feelings.

Re-allocate the various roles, and re-assign tasks. Be tactful and don't criticise the tasks done in your absence. Try to be patient with each other and discuss any problems as they arise – don't allow them to fester so that an argument results. If you are aware of the problems, discuss them openly and reach agreement on how to resolve them, and the transition period will seem easier.

After the narrow confines of living in Antarctica, returning to Australia can be quite unsettling. It is a very emotional time – give yourselves a time for adjustment and don't be surprised to find that you are not coping as well as you imagined.

Studies have been made of United States soldiers who were either missing in action or prisoners of war, and it was found that when the families

17

were reunited after the forced separation, two things occurred:

- Conflicts and problems not resolved prior to the separation tended to arise again at the reunion.
- Expectations had changed.

When you return, your partner might want to go out a lot because there hasn't been much social life while you have been away. You, on the other hand, might find the noise and the people at parties too much to cope with. There could be deep disappointment from your partner because of your

You could find difficulty in adjusting to many things.

'unsociable' behaviour. On your return you will have only your partner to talk to each night. Instead of twenty friends. You could find the steady routine of a job to be boring. Try to focus on the positive points about your job - the friends, the security - and try not to compare your job at home with working in Antarctica.

You could find difficulty in adjusting to many things, such as the noises in cities, supermarkets, or people in the streets. You won't have heard the kids fighting or your

partner yelling at them for some time, and you will not have had to tolerate babies or elderly people. Children have not had to share the parent who has cared for them at home. The children have probably had Mum or Dad's attention whenever required. The returning parent should understand that the children may have grown very attached and possessive about that parent. This is a natural reaction, and with patience you can slowly re-establish your relationship with your children. Remember children grow and change very quickly, and especially so during a six or twelve month separation. Babies become toddlers, toddlers become children, children become teenagers, and teenagers become adults – the changes occur so quickly! Appreciate and accept the changes, don't expect your child or children to think or behave in the same way. Children may have a mixture of good and bad feelings relating to the return of a parent and both parents should be aware that underneath the smiles and excitement may lay hurt, anger, insecurity, and resentment. Some children may seem distant and uninterested in a parent's return. Be patient, caring and understanding.

Further advice & assistance

Further information is available from the AAD if you require it. If, however, any of these problems continue, become unmanageable or escalate into more serious problems, parents should seek professional assistance.

The AAD provides ongoing counselling at the AAD's cost to all expeditioners and their families for up to six months following the expeditioners return to Australia through the Employee Assistance Program. To seek assistance does not mean failure – Antarctic separation can cause immense stress and sometimes you may need direction.

The AAD hopes that this brochure has been of assistance to you and your family. Please contact the Expeditioner and Family Liaison Officer on free call 1800 030 680 or at the AAD on (03) 6232 3209 if you need further help.

18

19