



LU POUR VOUS

**LU POUR VOUS – LE LIVRE « LE RÉTABLISSEMENT PAR L’ACTIVITÉ »
DE SUE PARKINSON TRADUIT DE L’ANGLAIS PAR SANDRINE
MARRIÈRE ET CÉCILE PERRINE**

Sarah Martin Gomez¹ et Gaëlle Rochat¹

*1 Étudiante en Bachelor of Science en ergothérapie, Haute École de travail social et de la santé
Lausanne (HETSL | HES-SO), Suisse*

Adresse de contact : sarahm@bluewin.ch et gaellemarie.rochat@gmail.com

La **Revue Francophone de Recherche en Ergothérapie** est publiée par CARAFE, la Communauté pour l’Avancement de la Recherche Appliquée Francophone en Ergothérapie

doi:10.13096/rfre.v12n1.9448

ISSN: 2297-0533. URL: <https://www.rfre.org/>



Pour ce « Lu pour vous », il nous semblait essentiel de mettre en lumière la traduction du livre *Le rétablissement par l'activité*, de Sue Parkinson, réalisée par les ergothérapeutes en santé mentale Sandrine Marrière et Cécile Perrine. Cet ouvrage constitue, selon nous, une ressource précieuse désormais accessible en français.

En tant qu'étudiantes en ergothérapie, nous avons été sensibilisées relativement tôt au concept de rétablissement par l'activité dans notre cursus. Cependant, nous constatons l'absence d'un ouvrage de référence proposant des exemples concrets et des outils directement applicables à la pratique. Ce livre vient combler ce manque en proposant un programme structuré autour de différentes activités, principalement réalisées en séances de groupe, tout en offrant des pistes claires et illustrées pour comprendre et mettre en œuvre le rétablissement par l'activité au quotidien.

Ce compte rendu critique s'articule en deux parties : la première propose une présentation des principaux propos de l'ouvrage : *Le rétablissement par l'activité* de Sue Parkinson, tandis que la seconde en offre une lecture critique.

Commençons par un mot sur l'autrice : Sue Parkinson est ergothérapeute spécialisée en santé mentale. Elle est notamment reconnue pour sa participation à l'élaboration de l'outil d'évaluation Model of Human Occupation Screening Tool (MOHOST) (Parkinson et al., 2017).

COMPTE RENDU DE L'OUVRAGE

Pour introduire cette section consacrée à la description du livre, nous avons choisi une citation qui, selon nous, reflète les valeurs fondamentales de notre profession : « *Par conséquent, le résultat de la thérapie n'est pas simplement que les personnes s'engagent dans diverses catégories d'activités, mais qu'elles satisfassent leurs divers besoins occupationnels, notamment l'accomplissement, l'affirmation, la compagnie et le plaisir.* » (Parkinson, 2025, p. 42).

Ce livre est divisé en deux grandes parties. La première, à visée plus théorique, présente le Modèle de l'Occupation Humaine (MOH), tandis que la seconde, davantage axée sur la pratique, propose des programmes de thérapie à suivre avec des idées, des fiches et divers outils concrets.

Pour introduire le sujet, l'autrice aborde la question de la valeur de l'activité et explique en quoi elle diffère de l'occupation. Elle montre que l'activité, familière pour la plupart des gens, ne prend tout son sens que lorsqu'elle s'inscrit dans des occupations durables et significatives, permettant aux individus de développer des rôles, de créer des liens et de donner un sens à leur vie. Ainsi, cela leur permet d'avoir un mode de vie équilibré que Taylor aborde dans son chapitre suivant.

Afin d'éclairer les fondements théoriques de cette réflexion, Parkinson (2025) présente le MOH en se basant sur plusieurs auteur·rices (Kielhofner, 2008 ; Taylor, 2017 ; Taylor et

al., 2024) puis en explique les principes essentiels, puisqu'elle s'y réfère tout au long de l'ouvrage. Ce modèle contemporain, largement utilisé en ergothérapie, offre une vision dynamique et intégrée de la personne. Il s'agit d'un modèle qui montre comment la motivation, les habitudes, les rôles et les capacités personnelles interagissent avec l'environnement pour influencer la participation à des occupations significatives (Kielhofner, 2008 ; Taylor, 2017 ; Taylor et al., 2024). Par la suite, elle présente les séances de groupe, notamment les modalités de sélection des animateur·trices et des participant·es, leur encadrement et l'organisation des horaires. Elle souligne leur intérêt, tout en recommandant des séances individuelles complémentaires pour renforcer les compétences. Enfin, elle mentionne que le programme peut être adapté selon le contexte et le public (Parkinson, 2025).

Dans la deuxième partie du livre, l'autrice nous guide vers la pratique en créant un lien concret entre la théorie et l'intervention réelle, à travers 12 catégories d'activités qu'elle juge pertinentes en ergothérapie : Les activités de loisirs, activités créatives, activités technologiques, activités physiques, activités en plein air, activités spirituelles, activités de soins personnels, activités domestiques, activités de soin aux autres, activités productives, activités sociales, activités communautaires.

Pour chaque catégorie elle présente le sens des activités ainsi qu'une analyse fondée sur des données probantes, mettant en évidence leurs bénéfices pour les client·es. Par exemple, les activités créatives favorisent surtout le sentiment d'identité, de capacité et de compétence, tout en développant d'autres aspects. Chaque catégorie débute également par des informations essentielles liées au thème abordé.

Saviez-vous que les activités créatives ont le pouvoir de transformer le chaos en ordre, de donner du sens à la vie, de réduire le stress et d'augmenter les émotions positives ? Durant la période de la COVID-19, un nombre significatif d'employé·es se sont révélé·es plus créatif·ves qu'auparavant, car les personnes se tournent naturellement vers la création en période de souffrance. Cela renforce d'autant plus l'utilité, voire la nécessité de proposer ces occupations à nos client·es en difficulté. Ce n'est qu'un exemple parmi d'autres, mais il montre à quel point les occupations influencent profondément notre vie.

Par ailleurs, chaque séance centrée sur un thème commence par des idées, des questions et des pistes de réflexion pour faciliter les échanges et soutenir les intervenant·es qui manqueraient de ressources ou de connaissances pour introduire le sujet. Ensuite, une longue liste d'idées d'activités en lien avec le thème est proposée afin d'approfondir et compléter le travail.

Finalement, en répartissant le contenu en 12 catégories, l'autrice permet d'explorer chacun de ces domaines tout en proposant des outils et des aides pratiques pour leur mise en œuvre dans le milieu professionnel. La structure du livre suit ainsi une progression logique, allant de la présentation des fondements théoriques à leur application concrète.

PERSPECTIVE CRITIQUE SUR L'OUVRAGE

Comme mentionné précédemment, cet ouvrage a été élaboré dans un contexte d'ergothérapie en santé mentale, et les outils comme les exemples proposés s'inscrivent exclusivement dans ce champ de pratique. Toutefois, la santé mentale étant une composante de toute pratique centrée sur l'humain et l'occupation, il nous semble que cette approche en limite la portée. L'intégration d'exemples issus d'autres domaines, notamment de la santé physique, aurait permis d'élargir son accessibilité et son utilité pour un plus grand nombre d'ergothérapeutes.

Néanmoins, cette focalisation n'enlève rien à la flexibilité et à l'adaptabilité du programme proposé par Sue Parkinson, dont les principes fondamentaux – valorisation de l'occupation, participation active, satisfaction des besoins personnels et sens donné à l'activité – peuvent être transposés à une grande diversité de contextes. Ainsi, bien que l'ouvrage s'adresse prioritairement à ce domaine, il nous paraît pertinent pour l'ensemble de la profession, à condition d'en envisager une lecture et une application élargie.

La majorité des exemples proposés concerne des thérapies de groupe, tandis que les prises en charge individuelles, pourtant très présentes en ergothérapie, sont peu illustrées. Certaines situations pourraient être transposées en individuel, mais cela n'est pas clairement explicité dans l'ouvrage. Nous trouvons cela regrettable, car l'intégration d'exemples spécifiquement adaptés à la pratique individuelle serait particulièrement pertinente, notamment pour les ergothérapeutes exerçant dans des contextes où les interventions de groupe sont peu fréquentes ou difficiles à organiser. Toutefois, le choix de se concentrer sur ce format et d'encourager les milieux de pratique à le développer apparaît cohérent.

De plus, bien que l'ouvrage mentionne que des entretiens ou interventions individuelles sont réalisés en amont des thérapies de groupe, aucun exemple concret de ces pratiques préparatoires n'est fourni. Or, ces interventions auraient pu illustrer de manière pertinente la façon dont le programme se décline dans un accompagnement individuel, offrant ainsi une vision plus complète et nuancée de son application.

L'ouvrage s'appuie sur une base théorique solide : le Modèle de l'Occupation Humaine (Kielhofner, 2008 ; Taylor, 2017 ; Taylor et al., 2024). Ce choix constitue un atout important, car le modèle offre une compréhension fine des dimensions motivationnelles, comportementales et identitaires liées à l'activité. La présentation du MOH en début d'ouvrage facilite l'accès au contenu pour les lecteur·rices qui ne sont pas familières avec ce modèle. Toutefois, il est important de souligner que ce cadre conceptuel n'a été intégré que relativement récemment dans la formation en ergothérapie. L'ancrage théorique est pertinent, mais demande un certain temps d'adaptation selon l'expérience du·de la lecteur·rice.

Un autre point fort de l'ouvrage réside dans la dimension très concrète des idées et outils proposés. Le format « programme », structuré en fiches d'activités, catégories, étapes et objectifs, rend le contenu directement mobilisable sur le terrain. De

nombreuses propositions ont été testées en pratique, ce qui renforce leur pertinence clinique. Cependant, cette richesse constitue aussi un paradoxe : la quantité d'idées proposées peut s'avérer difficilement exploitable pour des services confrontés à un manque de temps ou à un sous-effectif. Avant de pouvoir utiliser le programme, il est nécessaire de trier, sélectionner et adapter les propositions — une étape chronophage qui peut constituer un frein à l'implémentation.

L'un des points forts du programme réside dans la souplesse et l'adaptabilité des modalités qu'il propose. Chaque thérapeute est en mesure d'adapter ce programme à sa pratique et aux besoins de ses client·es, ce qui permet de ne pas être limité·e si certains éléments ne correspondent pas à son approche ou ne sont pas pertinents pour les personnes accompagnées.

CONCLUSION

Le rétablissement par l'activité de Sue Parkinson est un ouvrage complet et pertinent qui met en lumière l'importance de l'occupation comme moteur de rétablissement en santé mentale. Bien qu'il soit principalement centré sur ce domaine, son contenu est aisément transposable à d'autres populations et contextes de pratique. Alliant théorie et pratique, il offre un cadre structuré et des outils concrets pour soutenir la participation et l'épanouissement des personnes accompagnées. Nous recommandons ce livre, car il constitue une ressource incontournable pour les ergothérapeutes désireux·ses d'approfondir et de valoriser la dimension occupationnelle de leur pratique.

REMERCIEMENTS

Nous tenons à exprimer toute notre gratitude à Madame Julie Desrosiers, pour sa confiance et son soutien, ainsi qu'à Mesdames Sandrine Marrière et Cécile Perrine, dont le travail de traduction a permis à cet ouvrage de prendre vie en français.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Kielhofner, G. (dir.) (2008). *Model of Human Occupation: Theory and Application* (4^e éd.). Lippincott, Williams and Wilkins.
- Parkinson, S. (2025). *Le rétablissement par l'activité: Augmenter la participation occupationnelle dans la vie de tous les jours*. De Boeck Supérieur.
- Parkinson, S. (2023). *Recovery Through Activity: Increasing Participation in Everyday Life* (2^e éd.). Routledge.
- Taylor, R. R. (dir.) (2017). *Kielhofner's Model of Human Occupation*. (5^e éd.). Wolters Kluwer.
- Taylor, R. R., Bowler, P. et Fisher, G. (eds.) (2024). *Kielhofner's Model of Occupation: Theory and Application* (6^e éd.). Wolters Kluwer.
- Parkinson, S., Forsyth, K. et Kielhofner, G. (2017). *MOHOST : Outil d'évaluation de la participation occupationnelle*. ANFE, Association nationale française des ergothérapeutes ; De Boeck supérieur.