

Revue Francophone de Recherche en Ergothérapie



www.rfre.org

ISSN : 2297-0533

Avec le soutien de



SOMMAIRE

Grand Éditorial

- De la radicalité de penser l'occupation afin de *déséconomiser* l'activité humaine : un manifeste** 3-13
Sophie Albuquerque, Pedro H. Albuquerque
-

Articles de recherche

- Explorer le bien-être occupationnel des musicien·nes : une étude descriptive qualitative** 15-34
Marion Pichette, Elisa Froc, Julie Masse
-

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** 35-39
Gaëlle RoCHAT, Sarah Martin Gomez
- Un classique relu pour vous - « Le public et ses problèmes » de John Dewey, 2010, traduit par Joëlle Zask** 41-45
Gladys Mignet
-

Occupational Punk

- A table ! Voyage sur l'autodétermination** 47-51
Sandrine Mennesson
- Comment retrouver du sens et de la sérénité dans un monde en changement** 53-57
Lucie Bilat
-

Résumés du JOS

- Marion Gecaj, Maxime Siegenthaler 59-62
-

Le Coin du Bureau

- Marion Gecaj, Laurette Menviel 63-64
-



DE LA RADICALITÉ DE PENSER L'OCCUPATION AFIN DE DÉSÉCONOMICISER L'ACTIVITÉ HUMAINE : UN MANIFESTE

Le monde traverse actuellement une série de crises dues à nos modes de vie technologiques, économiques et géopolitiques dont les logiques productivistes compromettent la soutenabilité écologique et sociale de nos sociétés (Programme des Nations Unies pour le développement, 2024). En Europe, par exemple, la crise environnementale engendre des incertitudes existentielles liées à la compétitivité économique et industrielle ainsi qu'à la perte d'influence géopolitique (Draghi, 2024 ; Vijay et al., 2025). Une autre inconnue majeure émerge au sein du paysage numérique de nos vies connectées : l'expansion rapide des technologies dites intelligentes, qui transforment radicalement la manière dont nous accomplissons nos tâches et traitons l'information. Ces technologies font surgir le risque d'une singularité occupationnelle, c'est-à-dire le moment où leurs caractéristiques cognitives dépasseront les effets des vagues technologiques précédentes, provoquant des disruptions systémiques qui affecteront l'ensemble des occupations humaines (P. H. Albuquerque, 2023). Nous considérons que cette singularité n'est plus une conjecture, mais qu'elle est d'ores et déjà en cours : ces technologies, devenues autonomes, remplacent peu à peu les activités humaines et influencent, dès à présent, la manière dont les êtres humains travaillent, s'occupent et donnent un sens à leur vie (Albuquerque & Albuquerque, 2023a; Pitt, 2023 ; Love et al., 2024). Ce processus est mis en œuvre d'autant plus aisément qu'il est propulsé par des principes de productivité et de remplacement de tâches que l'économie considère comme peu valorisantes (Arendt, 1958/1998 ; Bolton, 2022 ; Love et al., 2024). En outre, les technologies intelligentes sont désormais capables de prendre des décisions, de produire du contenu, ainsi que de concevoir des objets et d'autres technologies. Ces propriétés ont de quoi susciter des incertitudes quant au maintien de nos propres activités et intérêts (The IEEE Global Initiative on Ethics of Autonomous and Intelligent Systems, 2019). Parmi ces risques, figure celui de *deskilling*, c'est-à-dire la perte de nos aptitudes et de nos savoir-faire en tant qu'êtres humains.

Face à cet état de polycrise, nous soutenons qu'il est nécessaire de prendre conscience de la manière dont nous voulons nous occuper à l'avenir. Cette prise de

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.v12n1.8611

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



conscience appelle à une refonte conceptuelle. Selon nous, trois éléments centraux sont en jeu : 1) la conception sociopolitique des activités, qui s'est historiquement organisée autour du travail et de la production pour donner sens à notre vie (Henry, 1975 ; Jones, 1993 ; Jung, 2000 ; Love et al., 2024); 2) le développement technologique qui en découle, traditionnellement fondé sur la mécanisation et l'automatisation des tâches répétitives ou besogneuses, et qui s'oriente désormais vers l'autonomisation des tâches cognitives dans la poursuite d'une logique productiviste (Albuquerque & Albuquerque, 2023a; Love et al., 2024) et ; 3) la perspective occupationnelle, qui peut transcender cette logique socioéconomique en fournissant une compréhension variée du sens et de la fonction des activités, à travers notre occupation diverse du temps et de l'espace (Jones, 1998 ; Wilcock, 1993, 2003).

Cette proposition trouve son ancrage dans la puissance visionnaire d'Ann Wilcock, qu'elle formule dès 1993, dans sa thèse sur les besoins occupationnels de la nature humaine. À l'époque, elle mobilise le concept d'homéostasie afin de prévoir comment l'accent croissant mis sur le développement des technologies perturbe les occupations et le bien-être humain, jusqu'à provoquer des déséquilibres occupationnels, notamment liés à l'ennui, à l'épuisement professionnel ou encore à des comportements addictifs. Elle avertit alors qu'en subordonnant nos besoins occupationnels à nos besoins économiques, nos politiques publiques se maintiennent dans un état d'aveuglement à l'égard de nos véritables besoins, notamment celui de nous engager de manière signifiante et significative dans le quotidien et au fil du temps.

Pourtant, réduire nos raisons d'agir à des raisons économiques est une préoccupation aussi ancienne que l'idée de la production. Aristote, dans sa conception économique du développement humain et social, soulignait déjà le danger de rechercher l'accumulation plutôt que la réciprocité des besoins (Aristote, 1964 ; Stahel, 2006). Faisant l'objet de critiques répétées au sein même de la communauté des économistes et, plus largement, des sciences sociales (cf. notamment Deaton, 2024 ; Ghosh, 2021, 2024 ; Gorz, 2023), la science économique cherche à saisir la réalité des échanges humains, afin d'en prédire les besoins (Beaud & Dostaler, 1996 ; Stahel, 2006). Animée par un idéal d'élégance formelle et une prétention à l'universalité, l'économie élabore, à travers des modèles déterministes, des hypothèses fondées sur des relations causales entre des entités supposées réagir de manière rationnelle et prévisible, à l'instar des sciences physiques positivistes (Beaud & Dostaler, 1996 ; Stahel, 2006). Même lorsqu'elle affirme intégrer les complexités de la vie réelle et adopte un discours moral, voire réformateur, elle continue d'appréhender l'adaptation humaine à travers l'objectivation de sa production, de son utilité sociale et du développement technologique (Beaud & Dostaler, 1996 ; Jung, 2000 ; Sen et al., 2020). Bien que la science économique aspire à la rationalité, elle comporte plusieurs failles logiques tout en façonnant nos parcours de vie et en contrôlant leur organisation, en donnant forme, fonction et sens à nos activités (Därman et al., 2016). Néanmoins, ancrée dans une logique comptable et procédurale, elle échoue à saisir ce qui *compte vraiment* dans la réalité des vies humaines (Deaton, 2024 ; Ghosh, 2021, 2024; Parrique, 2022). Il s'agit là d'un exemple du paradoxe des idéologies triomphantes : si l'économie nous apparaît primordiale dans notre quotidien, ce n'est ni en raison de sa crédibilité ni de sa légitimité scientifique : en tant que cadres d'analyse

causale, ses modèles sont souvent limités ou fallacieux (Ghosh, 2021 ; Parrique, 2022). Si l'économie nous paraît indispensable, c'est plutôt en raison du pouvoir qu'elle exerce sur la régulation et l'usage de notre temps, notamment à des fins de production (Gorz, 2023 ; Parrique, 2022 ; Stahel, 2006).

Depuis l'Antiquité, le concept de politique économique a évolué à partir du modèle de l'*oikonomia*, qui désigne la gestion de la maison et des activités domestiques. Cette gestion, considérée comme la première unité économique de la vie communautaire, se concentre sur les activités liées à l'autosuffisance et au bien-être (Därman et al., 2016). En partant de la sphère domestique, elle a élargi son champ d'action, passant de la production, de la distribution et de la consommation des ressources du foyer à une perspective plus vaste englobant l'ensemble de la société, établissant ainsi un lien entre ces processus, le pouvoir politique, les valeurs morales et l'ordre social (Arendt, 1958/1998 ; Därman et al., 2016). Il est utile, dans ce cadre, de situer brièvement le répertoire occupationnel antique dont est issu ce modèle. Ainsi, les anciens Grecs concevaient leurs interactions dans le cycle naturel de la reproduction. Par exemple, le processus de fabrication de l'artisan s'inscrivait dans le cycle de création et de dégradation de la matière (Arendt, 1958/1998 ; Vernant, 1996). Ce modèle économique reposait sur la stratification sociale et le genre, où le cadre maître-esclave garantissait la production économique, la gestion du travail domestique et les relations sociales, et différenciait les personnes qui participaient à l'*oikos*, c'est-à-dire aux tâches domestiques, de celles qui les administraient et s'engageaient dans la vie publique et politique (Arendt, 1958/1998). Les esclaves assumaient ainsi le travail nécessaire à la reproduction des tâches quotidiennes, rendant les citoyens masculins libres de se réaliser à travers des occupations jugées supérieures, notamment celles liées à la délibération et à la gouvernance, tandis que les exigences physiologiques du labeur étaient considérées comme relevant d'une nature subhumaine (Arendt, 1958/1998 ; Aristote, 1964 ; Vernant, 1996 ; Wilcock, 2003).

Le modèle économique d'une gestion des activités humaines nourrit l'illusion selon laquelle les règles économiques seraient inaltérables et ancrées dans une réalité immuable qui précède nos modes de vie (Deaton, 2024 ; Ghosh, 2021, 2024). Il s'agit plutôt d'une ontologie selon laquelle l'univers est économique par nature : les êtres humains ont besoin de *(re)produire* leur vie en générant une production soit matérielle, comme des objets ou des technologies, soit symbolique, à l'instar des idées. De ce point de vue, le travail devient un principe organisateur de cette réalité : il crée la vie et permet la réalisation de soi (Henry, 1975). Poussée à son extrême, autrement dit, dans une logique *économiste*, cette conception devient extractiviste et se fonde sur l'exploitation des ressources naturelles et humaines. La pensée économique colonise alors l'imaginaire, structure nos besoins et nos interrelations, et réduit nos raisons d'agir à celles du cycle de production et de consommation (voir Latouche, 2007 ; Gorz, 2023 ; Parrique, 2022). Alors que, à travers l'échiquier politique, les batailles politiques restent souvent focalisées sur ce sujet, une telle idéologie peut se définir comme *productiviste* : elle finit par réduire l'activité humaine à ses fonctions de production, en stratifiant les activités humaines à travers le prisme du travail, alors qu'une perspective occupationnelle inverse la

logique, soulignant que les occupations et motivations des individus à agir précèdent leur gestion économique (Albuquerque & Albuquerque, 2023a, 2023b).

Ainsi, si les activités humaines ont toujours été structurées d'une manière ou d'une autre (Avtomonov & Grib, 2021), cette rationalisation techno-économique de l'activité humaine tend à diviser et à hiérarchiser les activités en fonction de leur productivité ou de leur fonction sociale (Darmangeat, 2024 ; Gorz, 2023 ; Love et al., 2024) et ce phénomène a également imprégné les sciences sociales (Javeau, 2009). Ce productivisme se manifeste notamment à travers le sophisme selon lequel une vie productive préfigurerait une vie heureuse (S. Albuquerque, 2024). Le travail devient l'outil conceptuel pour penser la « libération de nos forces créatives » et générer de la valeur tandis que le développement économique permet d'allier la liberté d'action au pouvoir économique et à la stabilité (Beaud & Dostaler, 1996). Cette rationalisation productiviste assimile alors le développement technologique à un indicateur du développement humain. De nouvelles activités émergent, qui s'assimilent alors à gagner sa vie et à la dépenser à travers la construction du travail lié au temps libre. Ces activités deviennent progressivement indissociables de notre condition humaine : elles nous fournissent une identité et un revenu essentiels à la construction d'une estime de soi et à l'établissement d'une confiance sociale (Arendt, 1958/1998 ; Gorz, 2023).

Dès lors, le travail constitue non seulement une activité politiquement ou économiquement significative, mais aussi constitutive de notre utilité et de notre lutte contre l'ennui (Love et al., 2024 ; Jones, 1993). Il devient une fin en soi : il ne se limite pas à structurer nos vies, il agit aussi comme un refuge contre le vide existentiel (Jones, 1998). Faute de travail, l'oisiveté et le désespoir nous guettent. Improductifs, nous deviendrions proies à des envies de vandalisme ou, encore, sujet-tes à des pensées suicidaires (Jones, 1998). Cette optique nous ramène à la condition de l'*animal laborans* décrite par Hannah Arendt (1958/1998) dans *La Condition humaine* : à l'image de celle de l'esclave antique, nous devenons dépourvu-es des attributs humains propres à l'auto-réalisation (Zafrani, 2016).

À l'ère du productivisme technologique et de la question du remplacement de nos activités cognitives et physiques, la perpétuation de ce modèle est profondément préoccupante (Albuquerque & Albuquerque, 2023a, 2023b). Notre identité se façonne par les exigences continues de productivité face à la compétition des marchés, et nos parcours de vie sont influencés par la nécessité de s'adapter en conséquence (Albuquerque & Albuquerque, 2023a ; Love et al., 2024). Nous retrouvons cette logique dans le rapport Draghi (2024) pour l'avenir économique de l'Union européenne. Ce rapport, salué unanimement pour sa justesse et son réalisme, notamment par Christine Lagarde (Albert et al., 2024) et Thomas Piketty (2024), vise à transformer le marché européen en marché unique et à requalifier la main-d'œuvre afin de répondre aux besoins de décarbonation, notamment par le développement de technologies de pointe. Examinons rapidement pourquoi ces recommandations sont considérées comme providentielles : l'augmentation de la productivité y est considérée comme une panacée capable de préserver nos valeurs démocratiques, tout en freinant notre déclin industriel et en répondant à la menace sur notre souveraineté géopolitique, en créant un cercle vertueux de

durabilité technologique (Furman, 2024 ; Draghi, 2024). Le travail rémunérateur exerce alors sa fonction constitutive du *modus operandi* de nos politiques de développement, à savoir renforcer nos capacités d'adaptation au monde économique (Cholbi, 2023; Jung, 2000).

Enfin, soulignons que ces préoccupations productivistes ont fortement limité notre compréhension de la nature des activités humaines. En effet, lorsque le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC, 2023), souligne l'origine du dérèglement climatique dans les activités humaines, il se réfère, à y regarder de plus près, aux activités énergivores de production et de consommation. Bien que les activités humaines jouent un rôle écologique crucial (Algado, 2023), leur durabilité et leur décarbonation sont abordées en s'inscrivant dans des principes de préservation et de durabilité économique, ce qui inclut la gestion du temps, des efforts et des ressources humaines et matérielles (Beau, 2019 ; Parrique, 2022). Ces principes orientent ainsi les processus de transformation et d'innovation de nos modes de vie, influençant la finalité et la signification que nous attribuons à nos nouvelles activités (Beau, 2019 ; Draghi, 2024). Cela se retrouve notamment dans notre dépendance accrue aux interfaces numériques. Ce phénomène nous conduit à effectuer un nombre toujours croissant d'activités quotidiennes à travers des interfaces numériques, ce qui entraîne des conséquences délétères. Ainsi, selon le rapport du *Global Mind Health* (Sapien Labs, 2026), commencer à utiliser un smartphone à un âge plus précoce est lié à une hausse des pensées suicidaires, de l'agressivité et d'autres difficultés à l'âge adulte. Alors que les générations précédentes de jeunes adultes disposaient généralement d'une bonne santé mentale, l'état actuel des jeunes adultes de moins de 35 ans, déjà en difficulté avant la COVID-19, s'est aujourd'hui détérioré. Près de la moitié souffre de troubles mentaux graves, soit presque cinq fois plus que leurs parents et leurs grands-parents. Or, un avenir où la moitié de l'humanité serait incapable de relever les défis du quotidien et de fonctionner de manière « productive » entraînerait de graves répercussions sociales (Sapien Labs, 2026).

Nous affirmons que le cadre économique reste insuffisant pour penser la raison d'être, d'agir et de s'occuper. C'est le cas même lorsqu'il s'agit de penser en dehors des canons de l'économie dominante, comme dans le cas de l'économie écologique. Bien que celle-ci reproche à l'économie dominante d'avoir ignoré les motivations sociales, culturelles et psychologiques ainsi que les aspects environnementaux et écologiques, elle ne parvient pas davantage à définir pleinement la raison d'être de nos activités. Il s'agit encore de revenir aux principes fondamentaux de l'*oikonomia* pour concevoir une approche éthique et relationnelle de la gestion économique des activités humaines, mais cette fois à l'échelle planétaire des besoins fondamentaux de notre 'foyer' biophysique (Cruz et al., 2009 ; Parrique, 2022)¹. Ainsi, la raison économique — qu'elle soit économiste ou non — demeure ancrée dans un processus d'« oikonomisation » de

¹ Par exemple, l'économie de Manfred Max-Neef, connue sous le nom d'« économie à pieds nus », illustre une matrice économique écologique de nos besoins à travers quatre types de satisfacteurs à réaliser : être, posséder, agir et interagir (Kletza, 2021; Parrique, 2022).

l'activité humaine. Elle rationalise nos besoins, nos valeurs et nos raisons d'agir selon des principes de gestion des ressources humaines et non humaines. Intrinsèquement autoréférentielle — personne ne soulève ni ne remet en question le modèle *oikonomique* à l'origine de cette rationalité — cette logique a profondément limité les fondements épistémologiques permettant de comprendre l'activité au-delà de son schéma de production. Elle pourrait même avoir favorisé des formes de cooptation, telles que la domestication, l'exploitation ou la subordination des êtres humains et non humains et de leurs activités. Enfin, cette approche économique demeure insuffisante pour répondre à la crise écologique (Deaton, 2024 ; Ghosh, 2021).

En partant des réflexions de Wilcock sur les implications technologiques pour le développement humain, puis en poursuivant la réflexion sur la spécificité de l'occupation par rapport au processus de production, notre recherche transdisciplinaire, à l'interface entre la science de l'occupation, la science économique, l'éthique et la cybernétique, nous a amenés à reconsidérer ce modèle économique et son influence sur les changements technologiques à travers la perspective occupationnelle. Nous percevons cette dernière comme un paradigme révolutionnaire, au sens de Kuhn, qui sert de révélateur et de catalyseur pour conceptualiser l'agir humain en dehors de toute dichotomie entre travail et temps libre (Jones, 1998 ; Wilcock, 2003). De ce fait, l'occupation précède l'activité économique, tout en l'englobant : autrement dit, nous occupons le monde avant de le produire. L'activité à but économique, à l'instar du travail, devient une occupation *parmi* d'autres, inscrite dans la complexité réelle de la substance ordinaire de nos vies (S. Albuquerque, 2024 ; Wilcock, 1993). Là où la science économique mesure et structure le cycle économique et où l'économie politique régule l'organisation de nos activités dans une perspective visant à construire un ordre social productif et rationnel (Därman et al., 2016), l'occupation englobe et dépasse la question de leurs coûts et de leur utilité (Love et al., 2024 ; Jones, 1998). Plutôt que de considérer la technologie comme un levier de productivité, l'ergothérapie et la science de l'occupation permettent de revenir à la source de l'*oikos*, notre environnement quotidien, et de considérer la technologie comme un élément constitutif de l'occupation (Smith, 2017), afin de révéler les forces réelles de notre développement (Laliberte Rudman, 2014). Ces éléments préfigurent une *déséconomisation* possible de nos raisons d'être et d'agir, hors des chemins de la production, de la rationalisation ou de la subordination liés aux questions économiques.

En paraphrasant Camus (1942) dans *Le Mythe de Sisyphe*, le sens de la vie est quelque chose que nous créons activement, et non quelque chose sur lequel nous tombons par hasard. À cet égard, les occupations remplissent une double fonction : elles constituent à la fois des ressources et des obstacles à notre développement (Wilcock & Hocking, 2015). Par sa capacité à conceptualiser le quotidien de manière complexe en reliant les occupations aux problématiques de bien-être, la perspective occupationnelle rompt avec l'illusion de la supériorité de la rationalité économique (Kiepek, 2021 ; Kiepek et al., 2014). À cette fin, Laliberte Rudman (2014) nous propose, en cultivant une *sensibilité radicale*, de développer un *imaginaire occupationnel*. Ce changement s'avère indispensable si nous souhaitons lutter contre les injustices et les oppressions : il met en évidence les possibilités de réalisation inhérentes aux transactions courantes qui nous

asservissent, tout comme les opportunités d'accéder aux occupations nécessaires à notre épanouissement. Roger O. Smith (2017), cherchant à étudier la relation fondamentale entre technologie et occupation pour mieux saisir l'expérience humaine, souligne que : « *we intensively strive to define occupation, differentiate activity, and explain meaning. [...] Perhaps as a field we are too modest, or maybe we think occupation is too narrow to forwardly propose a full-fledged metaphysical theory of existence in which occupation is core* »² (pp. 8-9). À ce titre, nous appelons à reconnaître la rupture épistémologique que constituerait la reconnaissance d'une perspective occupationnelle de la nature humaine dans l'ensemble des sciences sociales. Cela engendrerait une transformation radicale de notre compréhension de l'action humaine dans l'espace-temps sociétal et politique. Laliberte Rudman (2013, 2014) l'entrevoit comme un impératif moral pour la communauté de recherche sur les occupations, si elle souhaite réellement s'engager dans la réduction des situations d'iniquité occupationnelle.

Nous concluons en soulignant deux propositions paradigmatiques qui préfigurent, selon nous, une révolution possible face aux risques techno-économiques de déshumanisation. Tout d'abord, en relayant l'invitation de Ramugondo et de Kronenberg (2015) à prendre conscience des enjeux collectifs qui nous occupent. En d'autres termes, nous invitons à devenir conscient-es, à la fois collectivement et individuellement, des fins auxquelles nous sommes occupé-es. D'apparence anodine, ce questionnement soulève un impensé de façon radicale : l'influence du logiciel économique sur le façonnement de nos trajectoires et de nos besoins d'adaptation. Enfin, nous partageons une réflexion qui est à l'origine de notre collaboration : la perspective occupationnelle possède la capacité singulière de considérer la condition humaine au-delà du travail en tant que fondement social nécessaire et/ou créateur (Jones, 1993). Elle peut répondre à un problème qui reste irrésolu en sciences sociales, celui de donner de la valeur à la vie en dehors de la question du revenu et de notre utilité sociale (Cholbi, 2023 ; Graeber, 2013). Il est donc non seulement temps, mais nécessaire, d'intégrer l'occupation à la carte des sciences sociales et des politiques publiques, afin de soutenir – tant sur les plans conceptuel qu'existential – la reconfiguration de nos identités et de nos valeurs face aux enjeux de production, dans un monde complexe, en mutation (Larivière & Quintin, 2023 ; Persson et al., 2001). L'heure n'est plus à l'ajustement de l'occupation au cadre dominant, mais à son dépassement. L'occupation doit être assumée comme principe d'intelligibilité de la qualité et du sens de l'existence humaine, au-delà de la question de la productivité. Des questions apparemment simples, telles que « sommes-nous bien occupé-es ? » et « à quelles fins le sommes-nous ? », ouvrent cette brèche.

² « Nous nous efforçons intensément de définir l'occupation, de différencier l'activité et d'expliquer le sens. [...] Peut-être sommes-nous, en tant que discipline, trop modestes, ou peut-être pensons-nous que le concept d'occupation est trop restreint, pour proposer une véritable théorie métaphysique de l'existence dans laquelle l'occupation serait centrale » (traduction libre).

Sophie Albuquerque, PhD (cand), Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR), Canada,
Enseignante à la Faculté des sciences médicales et paramédicales, Aix-Marseille Uni-
versité (AMU), France

Pedro H. Albuquerque, PhD, chercheur à Aix-Marseille Sciences Économiques
(Aix-Marseille Univ, CNRS, AMSE, Marseille), France

Ce travail a bénéficié d'une aide de l'Etat opérée par l'Agence Nationale de la Recherche au titre du plan d'investissement France 2030 portant la référence ANR-17-EURE-0020 et de l'Initiative d'Excellence d'Aix-Marseille Université - A* MIDEX.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Albert, É., Escande, P., & Madeline, B. (2024, 31 octobre). Christine Lagarde, présidente de la BCE : Le décrochage de l'Europe est une réalité, celui de la France aussi. *Le Monde*.
https://www.lemonde.fr/economie/article/2024/10/31/christine-lagarde-presidente-de-la-bce-le-decrochage-de-l-europe-est-une-realite-celui-de-la-france-aussi_6368399_3234.html
- Albuquerque, P. H. (2023, 24 novembre). The occupational singularity: Existential threat or existential crisis? Communication présentée au *IEEE SA AuDIITA Workshop*.
- Albuquerque, S. (2024, 5 juin). Another idea of a productive life: An occupational perspective. Communication présentée au *Colloque interdisciplinaire annuel des doctorant-es sur l'environnement et le changement climatique* du Centre interuniversitaire de recherche en économie quantitative.
- Albuquerque, P. H., & Albuquerque, S. (2023a). Social implications of technological disruptions: A transdisciplinary cybernetics science and occupational science perspective. *2023 IEEE International Symposium on Ethics in Engineering, Science, and Technology (ETHICS)*, 1–5. <https://doi.org/10.1109/ETHICS57328.2023.10154939>
- Albuquerque, P. H., & Albuquerque, S. (2023b). Framing cognitive machines: a sociotechnical taxonomy. *2023 IEEE Engineering Informatics*, 1-7. <https://doi.org/10.1109/IEEECONF58110.2023.10520570>
- Algado, S. S. (2023). Occupational ecology: An emerging field for occupational science. *Journal of Occupational Science*, 0(0), 1–13. <https://doi.org/10.1080/14427591.2023.2185278>
- Arendt, H. (1958/1998). *The human condition* (2nd ed). University of Chicago Press.
- Aristote. (1964). *La politique* (M. Prélôt, Trad.). Éd. Gonthier.
- Avtonomov, A., & Grib, V. (2021). Epistemological aspects of the organisation of human activity in the transition from disparate social techniques to societal technologies. *Wisdom*, 1(1), 5–17. <https://wisdomperiodical.com/index.php/wisdom/article/view/680>
- Beau, R. (2019). Une perspective philosophique sur la durabilité forte : pour un écocentrisme relationnel. *Développement durable & territoires*, 10(1). <https://doi.org/10.4000/developpementdurable.13613>
- Beaud, M., & Dostaler, G. (1996). *La pensée économique depuis Keynes*. Seuil.
- Bolton, M. L. (2022). Humanistic engineering: Engineering for the people. *IEEE Technology and Society Magazine*, 41(4), 23–38. <https://doi.org/10.1109/MTS.2022.3219132>
- Camus, A. (1942). *Le mythe de Sisyphe*. Gallimard.
- Cholbi, M. (2023). Philosophical approaches to work and labor. Dans E. N. Zalta & U. Nodelman (Éds.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2023). <https://plato.stanford.edu/archives/sum2023/entries/work-labor/>

- Cruz, I., Stahel, A., & Max-Neef, M. (2009). Towards a systemic development approach: Building on the Human-Scale Development paradigm. *Ecological Economics*, 68(7), 2021–2030. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2009.02.004>
- Darmangeat, C. (2024). Le travail, combien de divisions ? Dans C. Cheval, O. Langlois, M. Lauwers, G. Palumbi et H. Procopiou (éds.), *Acteurs techniques, Acteurs sociaux*. APDCA. <https://doi.org/10.4000/14ys4>
- Därermann, I., Frank, S., Hinsch, M., Keller, W. R., Lobsien, V. O., Lucci, A., Pfeiffer, H., Skowronek, T., Spahn, P., Vogl, J., Welgen, T., & Winterling, A. (2016). From the *Oikonomia* of Classical Antiquity to our modern economy: Literary-theoretical transformations of social models. *Journal for Ancient Studies*, 6. https://doi.org/10.17169/FUDOCs_document_000000025993
- Deaton, A. (2024). Rethinking economics or rethinking my economics. *Finance & Development*, 61(1), 20–22. <https://www.imf.org/en/Publications/fandd/issues/2024/03/Symposium-Rethinking-Economics-Angus-Deaton>
- Draghi, M. (2024, April 18). *Presentation of the report on the future of European competitiveness* [Allocution]. European Commission. https://commission.europa.eu/document/download/fcbc7ada-213b-4679-83f7-69a4c2127a25_en?filename=Address%20by%20Mario%20Draghi%20at%20the%20Presentation%20of%20the%20report%20on%20the%20future%20of%20European%20competitiveness.pdf
- Furman, J. (2024, 20 septembre). Rapport Draghi : « Un grand nombre de ces réformes permettraient à l'économie européenne de se rapprocher du niveau de l'économie américaine ». *Le Monde*. https://www.lemonde.fr/idees/article/2024/09/20/rapport-draghi-un-grand-nombre-de-ces-reformes-permettraient-a-l-economie-europeenne-de-se-rapprocher-du-niveau-de-l-economie-americaine_6325424_3232.html
- Ghosh, J. (2021, 14 mars). Interview with Age of Economics: Why does economics matter? *Age of Economics*. <https://www.ageofeconomics.org/interviews/jayati-ghosh/#1-why-does-economics-matter>
- Ghosh, J. (2024). Why and how economics must change. *Finance & Development*, 61(1), 22–24. <https://www.imf.org/en/Publications/fandd/issues/2024/03/Symposium-Why-and-how-economics-must-change-Jayati-Ghosh>
- Gorz, A. (2023). *Métamorphoses du travail : critique de la raison économique*. Gallimard. <https://banq.pretnumerique.ca/accueil/isbn/9782073051851>
- Graeber, D. (2013). It is value that brings universes into being. *HAU: Journal of Ethnographic Theory*, 3(2), 219–243. <https://doi.org/10.14318/hau3.2.012>
- GIEC / Intergovernmental Panel on Climate Change. (2023). *Summary for policymakers*. Dans *Climate Change 2023: Synthesis Report. Contribution of Working Groups I, II and III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* (H. Lee & J. Romero, Éd., pp. 1–34). IPCC. <https://doi.org/10.59327/IPCC/AR6-9789291691647.001>
- Henry, M. (1975). Le concept de l'être comme production. *Revue philosophique de Louvain*, 73(17), 79–107.
- Javeau, C. (2009). Division du travail social. *Encyclopædia Universalis*. Récupéré le 2 octobre 2025 de: <https://www.universalis.fr/encyclopedie/division-du-travail-social>
- Jones, B. (1993). Sleepers, wake! Ten years on. *Journal of Occupational Science*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.1080/14427591.1993.9686374>
- Jones, B. (1998). Redefining work : Setting directions for the future. *Journal of Occupational Science*, 5(3), 127–132. <https://doi.org/10.1080/14427591.1998.9686440>
- Jung, J. (2000). *Le travail*. Flammarion.
- Kiepek, N. C. (2021). Innocent observers? Discursive choices and the construction of “occupation”. *Journal of Occupational Science*, 28(2), 235–248. <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1799847>
- Kiepek, N., Phelan, S. K., & Magalhães, L. (2014). Introducing a critical analysis of the figured world of occupation. *Journal of Occupational Science*, 21(4), 403–417. <https://doi.org/10.1080/14427591.2013.816998>

- Kletzka, P. (2021). *Inside Barefoot Economics*. Logos Verlag Berlin.
<https://doi.org/https://doi.org/10.30819/5346>
- Laliberte Rudman, D. (2014). Embracing and enacting an 'occupational imagination': Occupational science as transformative. *Journal of Occupational Science*, 21(4), 373–388.
<https://doi.org/10.1080/14427591.2014.888970>
- Laliberte Rudman, D. (2013). Enacting the critical potential of occupational science: Problematizing the 'individualizing of occupation.' *Journal of Occupational Science*, 20(4), 298–313.
<https://doi.org/10.1080/14427591.2013.803434>
- Larivière, N., & Quintin, J. (2023). Heidegger and human occupation : An existential perspective. *Journal of Occupational Science*, 30(2), 251-261. <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1858941>
- Latouche, S. (2007). *Petit traité de la décroissance sereine*. Éditions Mille et une nuits
- Love, H. A., Adamson, G., James, M., Lajoie, J., Mareels, I., Pearl, Z., Schiff, D. S., Schmitt, K., Arohi, T., Buchanan, J., Camarena, S., Kaevats, M., Reynolds, J., Albuquerque, P. H., Havens, J. C., Chacon-Hurtado, D., Lahiri, S., Ocal, A., Orchard, A., et al. (2024). The future of work in the Age of Automation: Proceedings of a workshop on Norbert Wiener's 21st century legacy. *IEEE Transactions on Technology and Society*, PP(99). <https://doi.org/10.1109/TTS.2024.3476041>
- Parrique, T. (2022). *Ralentir ou périr : L'économie de la décroissance*. Éditions du Seuil.
- Persson, D., Erlandsson, L.-K., Eklund, M., & Iwarsson, S. (2001). Value dimensions, meaning, and complexity in human occupation—A tentative structure for analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 8(1), 7-18. <https://doi.org/10.1080/11038120119727>
- Piketty, T. (2024, 17 septembre). *L'Europe doit investir : Draghi a raison* [Billet de blog]. *Le blog de Thomas Piketty*. <https://www.lemonde.fr/blog/piketty/2024/09/17/leurope-doit-investir-draghi-a-raison/>
- Pitt, J. (2023). Toxic Technology. *IEEE Technology and Society Magazine*, 42(1), 6-11.
<https://doi.org/10.1109/MTS.2023.3240207>
- Programme des Nations Unies pour le développement. (2024). *Human development report 2023/2024: Breaking the gridlock—Reimagining cooperation in a polarized world* [Rapport].
<https://hdr.undp.org/system/files/documents/global-report-document/hdr2023-24reporten.pdf>
- Ramugondo, E. L., & Kronenberg, F. (2015). Explaining Collective Occupations from a Human Relations Perspective : Bridging the Individual-Collective Dichotomy. *Journal of Occupational Science*, 22(1), 3-16. <https://doi.org/10.1080/14427591.2013.781920>
- Sapien Labs. (2026). *Global Mind Health in 2025 Report* [Rapport]. <https://sapienlabs.org/wp-content/uploads/2026/02/Global-Mind-Health-in-2025-Report.pdf>
- Sen, A., Deaton, A., & Besley, T. (2020). Economics with a Moral Compass? Welfare Economics: Past, Present, and Future. *Annual Review of Economics*, 12, 1-21. <https://doi.org/10.1146/annurev-economics-020520-020136>
- Smith, R. O. (2017). Technology and occupation : Past, present, and the next 100 years of theory and practice. *American Journal of Occupational Therapy*, 71(6), 7106150010p1-7106150010p15.
<https://doi.org/10.5014/ajot.2017.716003>
- Stahel, A. W. (2006). Complexity, oikonomía and political economy. *Ecological Complexity*, 3(4), 369–381. <https://doi.org/10.1016/j.ecocom.2007.02.011>
- The IEEE Global Initiative on Ethics of Autonomous and Intelligent Systems. (2019). *Ethically aligned design: A vision for prioritizing human well-being with autonomous and intelligent systems*. IEEE.
<https://standards.ieee.org/content/ieee-standards/en/industry-connections/ec/autonomous-systems.html>
- Vernant, J.-P. (1996). Travail et nature dans la Grèce ancienne. Dans J.-P. Vernant, *Mythe et pensée chez les Grecs : études de psychologie historique* (pp. 274–294). La Découverte.
- Vijay, D., Berkowitz, H., Huybrechts, B., Audebrand, L. K., Barros, M., & Fotaki, M. (2025). Another world is possible—It is already here: A review and research agenda on alternative organizing. *Academy of Management Annals*. <https://doi.org/10.5465/annals.2024.0102>

- Wilcock, A. A. (1993). A theory of the human need for occupation. *Journal of Occupational Science*, 1(1), 17–24. <https://doi.org/10.1080/14427591.1993.9686375>
- Wilcock, A. A. (2003). A science of occupation : Ancient or modern? *Journal of Occupational Science*, 10(3), 115-119. <https://doi.org/10.1080/14427591.2003.9686518>
- Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2015). *An occupational perspective of health* (3rd ed.). Slack. <https://go.exlibris.link/n2W5L4Pt>
- Zafrani, A. (2016). Situations de l'animal laborans. *Cités*, 67(3), 117–130. <https://doi.org/10.3917/cite.067.0117>



EXPLORER LE BIEN-ÊTRE DES MUSICIEN·NES : UNE ÉTUDE DESCRIPTIVE QUALITATIVE

Marion Pichette¹, Elisa Froc¹, Julie Masse²

¹ Ergothérapeute, M.Sc., ancienne étudiante de l'Université de Montréal, Montréal, Québec, Canada

² Ergothérapeute, M.Sc., PhD(cand), Professeure agrégée de Clinique, École de réadaptation, Université de Montréal, Montréal, Québec, Canada, <https://orcid.org/0000-0002-9751-3130>³

Adresse de contact : j.masse@umontreal.ca

Reçu le 07.06.2025 – Accepté le 23.07.2026

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.v12n1.8164

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



RESUME

Introduction. Les musicien·nes professionnel·les sont fréquemment touché·es par des problèmes de santé physique ou mentale susceptibles de compromettre la pratique de leur instrument. L'ensemble de leurs activités quotidiennes peut aussi exercer une influence sur leur santé et bien-être. Le bien-être des musicien·nes est toutefois peu étudié selon une perspective occupationnelle. **Objectif.** Explorer le bien-être des musicien·nes professionnel·les présentant ou étant à risque de présenter des problèmes de santé. **Méthode.** Cette étude s'appuie sur un devis qualitatif descriptif interprétatif. Un guide d'entretien basé sur le modèle *Vivez-Bien-Votre-Vie* a été utilisé pour mener des entretiens individuels semi-structurés (60 minutes) auprès de musicien·nes présentant des profils variés. Une analyse thématique des données a été réalisée selon une approche mixte. **Résultats.** L'échantillon (n=5) comprenait majoritairement des musicien·nes expérimenté·es occupant des emplois contractuels et évoquant avoir, ou avoir eu, divers problèmes de santé. L'analyse révèle que : 1) bien que les musicien·nes apprécient la liberté que leur procure leur métier, les pressions inhérentes au milieu et la précarité d'emploi nuisent à leur santé et leur bien-être, 2) la mise en place de stratégies visant à favoriser la santé et le bien-être est essentielle mais ardue en raison de la nature même du métier de musicien·ne, et 3) des facteurs personnels et sociaux influencent leur bien-être et le succès professionnel. **Conclusion.** L'adoption d'une approche holistique fondée sur l'occupation met en lumière la relation complexe entre l'équilibre occupationnel et le bien-être des musicien·nes présentant ou à risque de présenter des problèmes de santé.

MOTS-CLES

Musicien·nes, Equilibre de vie, Bien-être, Vivez-Bien-Votre-Vie

EXPLORING THE WELL-BEING OF MUSICIANS: A QUALITATIVE DESCRIPTIVE STUDY

ABSTRACT

Introduction. Professional musicians are frequently affected by physical or mental health problems that can compromise the practice of their instrument. Their health and well-being can also be influenced by their day-to-day activities. However, the well-being of musicians is poorly studied from an occupational perspective. **Objective.** To explore the well-being of professional musicians with or at risk of developing health problems. **Method.** This study is based on a qualitative, descriptive and interpretative design. An interview guide based on the *Do-Live-Well* model was used to conduct semi-structured individual interviews (60 minutes) with musicians presenting a variety of profiles. A thematic analysis of the data was carried out using a mixed approach. **Results.** The sample (n=5) comprised mainly experienced musicians working in contractual jobs who mentioned having or having had various health problems. The analysis revealed that: 1) although musicians appreciate the freedom that their profession affords them, the inherent pressures of the environment and the precariousness of employment are detrimental to their health and well-being, 2) the implementation of strategies to promote health and well-being is essential but arduous due to the very nature of the musician's profession, and 3) personal and social factors influence their well-being and professional success. **Conclusion.** Adopting a holistic occupation-based approach highlights the complex relationship between occupational balance and well-being in musicians with or at risk of developing health problems

KEYWORDS

Musicians, Life balance, Well-being, Do-Live-Well

INTRODUCTION

Les problèmes de santé physique et mentale constituent une réalité importante chez les musicien·nes professionnel·les. Selon une étude menée auprès de 112 musicien·nes d'orchestre, plus de neuf musicien·nes sur dix développeraient une maladie professionnelle au cours de leur carrière (Sousa et al., 2016). Selon deux récentes synthèses de la littérature scientifique, la prévalence des troubles musculosquelettiques liés à la pratique instrumentale (TMSPI) peut atteindre jusqu'à 93% des musicien·nes professionnel·les (Cerdeña-Díaz et al., 2026) et sont associés à de la douleur, de la fatigue, des engourdissements et à d'autres symptômes susceptibles d'entraver la pratique de leurs instruments de musique (Collard et al., 2022). Les principales régions atteintes sont le cou, les épaules et les mains (Cerdeña-Díaz et al., 2026). L'apparition des TMSPI serait notamment expliquée par une pratique intensive d'un instrument de musique sur plusieurs années menant à une surutilisation de certaines structures corporelles (Elam et al., 2022). On estime que 85% des musicien·nes développeraient une douleur nuisant à leur capacité de jouer de leur instrument (Silva et al., 2015) et 50% d'entre eux vivraient avec des douleurs chroniques (Gasenzer et al., 2017). La pratique d'instruments sollicitant une élévation des membres supérieurs, tels que le violon et le piano, serait particulièrement propice au développement de douleurs au niveau du cou et des épaules (Cerdeña-Díaz et al., 2026; Sousa et al., 2016). Par ailleurs, divers facteurs de risque de développer des TMSPI ont été identifiés tels que le genre féminin, les antécédents de TMSPI, l'anxiété liée à la performance musicale, le nombre élevé d'heures de répétition, l'absence d'échauffement et une mauvaise posture de jeu (Baadjou et al., 2016; Collard et al., 2022; Elam et al., 2022; Rodríguez-Gude et al., 2023; Stanhope et al., 2022). Paradoxalement, une sensation de flow (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2014) pendant la pratique de l'instrument peut mener à une perception altérée du temps qui s'écoule et de la conscience de leur corps et donc des sensations associées à des blessures potentielles (Guptill, 2011, 2012). Les musicien·nes qui développent un TMSPI se voient hautement à risque de devoir diminuer ou même interrompre la pratique de leur instrument de musique (Rodríguez-Gude et al., 2023) et compromettre leur carrière (Guptill, 2011).

La santé mentale des musicien·nes peut également être atteinte. Selon une revue systématique portant sur 43 études, près de 60 % des musicien·nes éprouvent de l'anxiété liée à la performance musicale à un point de leur carrière (Fernholz et al., 2019). La santé mentale serait associée à des problèmes d'insomnie chez 35% des musicien·nes (Vaag et al., 2016) et les auteur·rices de ce sondage mené auprès de 4 168 membres d'un syndicat de musicien·nes norvégien·nes suggèrent que ceci serait dû à des horaires de pratique et de performances irrégulières. La fatigue découlant de l'insomnie amplifierait les risques d'accidents, de blessures et de détresse ainsi que d'une baisse de rendement et d'une hausse d'absentéisme au travail des musicien·nes (Vaag et al., 2016). Les musicien·nes plus jeunes semblent être davantage touché·es par l'anxiété liée à la performance musicale (Vaag et al., 2016) tandis que les études recensées par Fernholz et collaborateurs (2019) n'ont pas mis en évidence de différences entre les hommes et les femmes. Les traits de personnalité perfectionnistes représentent la plus grande source de stress contribuant à l'anxiété liée à la performance musicale et est

associée à une diminution de qualité, de concentration, de stabilité et de satisfaction engendrant, dans certains cas, une fatigue émotionnelle, des symptômes somatiques et de la détresse (Vervainioti & Alexopoulos, 2015). Dans les cas les plus sévères d'anxiété liée à la performance musicale, les musicien·nes mettent parfois fin à leur carrière (Fernholz et al., 2019).

Du point de vue de l'ergothérapie, la pratique musicale est une occupation complexe. En effet, les musicien·nes entretiennent un lien particulier entre leur esprit, leur corps et leur instrument, lien qui, selon eux, influence sur la qualité de la musique qu'ils produisent (Halsted et al., 2024). Comme le suggère Guptill (2014), la participation à une occupation musicale (p.ex. être violoniste dans un orchestre symphonique) résulte d'une interaction dynamique entre l'ensemble des dimensions de la personne (p. ex. la flexion d'un doigt), les composantes de son environnement (p. ex. le poids de l'archet) et les exigences des tâches requises (p. ex. la répétitivité d'un rythme) (Townsend & Polatajko, 2013). L'ergothérapeute, en agissant sur l'ensemble de ces facteurs d'influence, peut donc favoriser la participation occupationnelle des musicien·nes professionnel·les à travers divers moyens d'intervention tels que l'analyse d'activité, les modifications ergonomiques, la réadaptation au travail, la thérapie de la main, la gestion de la douleur chronique et l'éducation thérapeutique, et ce, tout en offrant un soutien pour favoriser l'accès aux prestations et services sociaux appropriés ainsi qu'une meilleure navigation dans le système de la santé (Guptill, 2014).

Une vision holistique s'impose pour bien comprendre la santé et le bien-être des musicien·nes en examinant l'ensemble des activités qu'ils réalisent dans leur quotidien dans des contextes bien particuliers. Le bien-être est une notion multidimensionnelle pour laquelle aucune définition ne fait actuellement consensus (Aldrich, 2011; Bautista et al., 2023; Jarden & Roache, 2023). Du point de vue de l'ergothérapie, le bien-être peut être compris comme une expérience à travers laquelle les personnes éprouvent un sentiment de satisfaction et de sens grâce à la qualité et à la variété des activités qu'elles réalisent au jour le jour (Townsend & Polatajko, 2013; Wilcock et al., 1998). Moll et collaborateur·rices (2015) ont d'ailleurs développé un modèle conceptuel illustrant comment la variété des expériences vécues au quotidien et la façon de s'engager dans des occupations exercent une influence sur la santé et le bien-être des individus. Les occupations (Townsend & Polatajko, 2013) s'inscrivent dans un emploi du temps et un équilibre (Wagman et al., 2012) propres à chaque individu, ce qui est inévitablement le cas des musicien·nes. La perception qu'a un individu d'avoir la bonne quantité et variété d'occupations est influencée par sa culture, ses valeurs et les attentes de son environnement (Backman, 2004) et constitue un facteur d'influence sur sa santé et son bien-être non seulement aux plans physique et mental, mais aussi social, émotionnel et spirituel (Moll et al., 2015). La pratique musicale représente une partie importante de la vie et de l'identité des musicien·nes (Guptill, 2011). Elle est donc étroitement liée à leur équilibre occupationnel et leur bien-être. Cependant, à notre connaissance, aucune étude ne considère actuellement le bien-être des musicien·nes professionnel·les selon une perspective occupationnelle bien que cette population soit susceptible de présenter d'importants enjeux de santé. Par conséquent, le but de cette étude visait à explorer la perception du bien-être des musicien·nes professionnel·les présentant ou à risque de

présenter des problèmes de santé pouvant entraver la pratique de leur instrument de musique.

MÉTHODES

Type de recherche

Un devis d'étude descriptive qualitative interprétative a été utilisé afin d'explorer le bien-être des musicien·nes professionnel·les (Thompson Burdine et al., 2021). Ce devis permet d'explorer un phénomène en recueillant le point de vue des personnes concernées (Fortin & Gagnon, 2016). Le modèle *Vivez Bien Votre Vie* (Moll et al., 2015) a servi de cadre conceptuel pour structurer le guide d'entretien (annexe 1) et les analyses subséquentes. Il comporte quatre dimensions permettant de mettre en évidence les liens qui existent entre ce que les personnes, avec ou sans problèmes de santé, font tous les jours et leur santé et bien-être, soit : 1) les dimensions de l'expérience, 2) l'utilisation du temps / l'horaire de vie, 3) les facteurs personnels et sociaux, et 4) les impacts sur la santé et le bien-être (Moll et al., 2015). Ce modèle permet d'établir un lien entre la façon dont les musicien·nes s'occupent quotidiennement et leur santé et leur bien-être, ce qui est tout à fait cohérent avec l'objectif de l'étude.

Recrutement des participant·es

Des musicien·nes professionnel·les à risque ou présentant des problèmes de santé affectant la pratique de leur instrument ont été recruté·es selon les critères d'inclusion suivants : 1) être âgé·e de 18 ans ou plus, 2) parler et lire le français ou l'anglais, 3) jouer d'au moins un instrument de musique de manière professionnelle depuis au moins un an, 4) être sous contrat ou avoir un emploi régulier au moment de la collecte des données, et 5) présenter ou être à risque de présenter des problèmes de santé. Ont été exclues de l'étude les personnes qui étaient étudiantes en musique et celles pour qui la pratique de leur instrument ne constituait pas leur principale source de revenu. Peu de critères d'exclusion ont été appliqués en raison du caractère exploratoire de ce projet. Un processus de recrutement par boule de neige a été mis en place en se basant sur un échantillonnage de convenance (Fortin & Gagnon, 2016) au moyen d'affiches diffusées dans les réseaux des membres de l'équipe de recherche. Après le premier contact par courriel ou via un message sur les réseaux sociaux, les critères d'inclusion étaient validés par courriel et le formulaire d'information et de consentement fut envoyé par courriel et retourné signé par le musicien s'il acceptait de participer à l'étude. Un total de cinq à dix participant·es était recherché en raison du caractère exploratoire du projet.

Collecte des données

La collecte de données s'est déroulée en deux étapes. La première étape consistait à compléter un questionnaire sociodémographique en format papier. Celui-ci a permis de caractériser l'échantillon en fonction du genre, d'âge, de nombre d'années d'expérience en tant que musicien·ne professionnel·le, de type d'emploi, d'instruments joués, ainsi que sur de problèmes de santé physique et mentale auto-rapportés. La deuxième étape consistait en un entretien individuel d'environ une heure en personne ou en ligne (plateforme Zoom), selon les préférences de chaque participant·e. Les rencontres en personne ont eu lieu dans l'université d'attache de l'équipe de recherche dans un local convivial et fermé afin de permettre une ambiance propice à la discussion. Les entretiens ont été menés en alternance par deux membres de l'équipe de recherche dans le cadre de leurs projets de fin d'étude à la maîtrise professionnelle en ergothérapie.

Analyse des données

Une analyse descriptive des données sociodémographiques a été effectuée. Les entretiens ont été enregistrés (audio) avec l'accord des participant·es. Tous les verbatims ont été transcrits en utilisant une plateforme d'intelligence artificielle (*Sonix*, s. d.) et révisés séparément par ces deux mêmes co-autrices. Une analyse thématique des données a ensuite été réalisée à l'aide du logiciel Taguette (*Taguette*, s. d.) selon une approche hybride (Fereday & Muir-Cochrane, 2006; Proudfoot, 2023) en se basant tout d'abord sur les grandes catégories du modèle Vivez Bien Votre Vie (volet déductif) puis en permettant l'ajout de thèmes supplémentaires (volet inductif). La grille de code a tout d'abord été discutée et validée par les co-chercheuses, puis le codage a été réalisé de façon indépendante (EF, MP) et révisé par l'autre codeuse. Suite à une mise en commun des codes par l'ensemble de l'équipe de recherche, des thèmes ont été identifiés et synthétisés. En cas de désaccord au niveau du codage des transcriptions, une troisième membre de l'équipe de recherche (JM) était interpellée afin de trancher ou de trouver un consensus.

Considérations éthiques

Cette étude a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche en sciences et en santé (CERSES) de l'Université de Montréal (#2023-5083, 11 novembre 2023). Les deux premières autrices étaient étudiantes à la maîtrise professionnelle en ergothérapie au moment où l'étude a été réalisée. La dernière autrice est une professeure agrégée de clinique en ergothérapie. Elle s'intéresse particulièrement à la science de l'occupation et qui a eu l'occasion d'intervenir auprès de musicien·nes présentant des problèmes de santé physique en tant que clinicienne. La première autrice pratique un instrument de musique depuis de nombreuses années et a été exposée au vécu de musicien·nes professionnel·les.

RÉSULTATS

Un total de sept participant·es a été convoqué en entretien. Un·e participant·e a été exclu·e en raison de sa non-admissibilité découverte lors de l'entretien (travail d'enseignant·e comme principale source de revenus plutôt que la pratique de l'instrument) et un·e second·e s'est retiré·e du projet avant de prendre part à l'entretien par manque de temps. L'échantillon final comprenait donc cinq musicien·nes. L'échantillon comprenait quatre hommes et une femme, dont quatre étaient âgé·es de plus de 40 ans et avaient plus de 20 ans d'expérience professionnelle (Tableau 1). Quatre musicien·nes travaillaient à contrat tandis qu'un musicien avait un revenu annuel garanti en occupant un poste en orchestre et prenait aussi des contrats pour se donner plus d'opportunités de développement de carrière. Les types d'instruments pratiqués étaient variables, comprenant des instruments à vent, à corde et des percussions. Quatre musicien·nes sur cinq ont rapporté avoir ou avoir eu des problèmes de santé physique et trois d'entre eux ont aussi rapporté des problèmes de santé mentale tandis que le plus jeune d'entre eux ayant un poste en orchestre a évoqué n'avoir aucun problème diagnostiqué tout en reconnaissant avoir des symptômes occasionnels qui se résorbent sans impacts sur sa pratique musicale et l'ensemble de ses habitudes de vie.

Tableau 1. Caractéristiques des participant·es

Participant·es	Genre	Âge (années)	Nombre d'années d'expérience	Type d'emploi	Instrument(s) joué(s)	Problème(s) de santé physique évoqué(s)	Problème(s) de santé mentale évoqué(s)
P1	H	61	45	C	Piano	Fatigue	Dépression Anxiété de performance musicale Épuisement Trouble lié à l'usage (alcool)
P2	F	42	20	C	Saxophone Clarinette Flûte traversière	Douleurs persistantes au dos et au cou	Dépression Anxiété de performance Épuisement professionnel
P3	H	55	35	C	Trompette	Douleurs persistantes au dos, au cou et aux membres supérieurs Arthrite/arthrose Troubles respiratoires	Aucun
P4	H	66	40	C	Accordéon Guitare	Douleurs persistantes aux membres supérieurs	Nostalgie
P5	H	27	11	O	Percussion classique	Aucun	Aucun

H : Homme ; F : Femme ; C : À contrat ; O : Orchestre professionnel

Trois thèmes relatifs au bien-être des musicien·nes rencontrés ont été identifiés et sont décrits (Tableau 2) et illustrés ci-dessous (Figure 1).

Tableau 2. Thèmes et leurs descriptions

Thèmes	Descriptions
1. Bien que les musicien·nes apprécient la liberté que leur procure leur métier, les pressions inhérentes au milieu et la précarité d’emploi nuisent à leur santé et leur bien-être	Les musicien·nes interviewé·es apprécient la flexibilité d’horaire et le contrôle qu’iels ont sur leur propre carrière. Cependant, l’insécurité financière, la précarité d’emploi, les exigences de performance et la culture de l’industrie musicale engendrent parfois une anxiété de performance et une diminution de l’épanouissement dans leur métier.
2. La mise en place des stratégies pour favoriser la santé et le bien-être est essentielle, mais ardue en raison de la nature même du métier de musicien·ne	La réalisation d’activités significantes, la consultation de professionnel·les de la santé et les efforts pour adopter un bon équilibre de vie favorisent la santé et le bien-être des musicien·nes rencontré·es. Cependant, cela est limité par leur emploi du temps et leur capacité financière.
3. Les facteurs personnels et sociaux des musicien·nes influencent leur bien-être et le succès dans leur métier	Bien que la grande majorité des musicien·nes rencontré·es présentent des problèmes de santé physique et/ou mentale, ceux-ci disent posséder des forces favorisant leur succès dans leur métier. L’environnement social module leur bien-être, en fonction de leur compréhension de la réalité du métier de musicien·ne.

Figure 1. Le bien-être des musicien·nes professionnel·les. (Image générée avec l'aide de Microsoft Copilot.)



Bien que les musicien·nes apprécient la liberté que leur procure leur métier, les pressions inhérentes au milieu et la précarité d'emploi nuisent à leur santé et à leur bien-être

Les musicien·nes interviewé·es trouvent un sens personnel dans la liberté et l'autonomie que leur procure leur carrière, ce qui leur permet de choisir leurs engagements et de maintenir un équilibre entre travail et loisirs. La flexibilité qu'offre leur métier favorise la possibilité de prioriser leurs activités significatives dans leur quotidien, de mieux gérer leur stress et de passer du temps avec leurs proches, contrairement aux emplois dits plus traditionnels qui ont des horaires imposés. Cette flexibilité est également valorisée par la liberté dont iels disposent pour prendre des décisions concernant leur carrière en fonction de leurs préférences et des contraintes de leur vie personnelle, ce qui renforce leur sentiment de contrôle. Cependant, les quatre des cinq musicien·nes (P1, P2, P3, P4) rencontré·es ayant des contrats à durées déterminées ont exprimé ressentir une pression financière importante en raison des contraintes liées à l'industrie musicale. En effet, ces travailleur·euses autonomes ont mentionné que l'irrégularité des contrats et la préparation musicale empêchent l'établissement d'un horaire de travail stable, de routine et d'une rémunération régulière.

Oui, toute ma vie, c'était des imprévus. (P4)

De plus, tou·tes les musicien·nes interviewé·es ont rapporté être confronté·es à une pression importante de l'industrie musicale notamment en raison de la consommation de musique via des plateformes de diffusion en ligne, du soutien financier limité et de la concurrence élevée pour les opportunités de concerts. Iels ont tou·tes rapporté ressentir une anxiété liée à la performance musicale considérable pouvant être associée à des douleurs physiques, une fatigue cognitive, affective et physique nuisible à leur bien-être. Deux musicien·nes (P1, P2) ont exprimé avoir vécu une dépression à des moments particulièrement pénibles de leurs carrières. Plusieurs facteurs associés à la pratique intensive d'un instrument de musique nuisent au bien-être des musicien·nes, tels que des horaires variables et imprévisibles, des revenus incertains, de nombreuses exigences physiques et mentales, ainsi qu'une conciliation entre le travail et la vie familiale difficile.

Je ne suis plus capable d'avoir trois jobs, trois jobs en même temps, plus mon enfant. Je ne veux plus ça. Je fais ça pour l'argent. C'est important parce que je n'ai pas le choix de subvenir à mes besoins alimentaires pis tout ça. (P2)

Plus précisément, une insécurité financière et le stress associé amène certain·es musicien·nes à occuper un emploi qu'iels nomment « alimentaire » pour subvenir à leurs besoins de base ce qui réduit considérablement le temps qu'iels peuvent consacrer à des activités signifiantes incluant paradoxalement la pratique de leur instrument.

Mais ça me coûte quand même 1600 piastres (dollars) par mois pis je n'ai même pas acheté de bouffe [...]. Mon fils va avoir 17 ans alors je dois travailler énormément. C'est beaucoup de stress. Donc je travaille du matin au soir. J'ai souvent eu trois emplois en même temps pour pouvoir subvenir à tout ça. (P2)

De plus, les opportunités de travail offertes étant limitées, tou·tes les musicien·nes interviewé·es ont mentionné que celles-ci deviennent une priorité dans leur horaire, venant ainsi empiéter sur les autres aspects de leur vie et diminuer leur niveau d'engagement dans des activités favorables à leur épanouissement personnel. Cette tension entre la liberté et l'autonomie recherchées affecte leur sentiment de contrôle sur la carrière à laquelle iels aspirent et le style de vie qu'iels valorisent. Iels ont expliqué qu'il y a une dissonance entre la réalité et leurs aspirations envers leur métier de musicien·ne telle que la liberté de choisir leurs horaires. Cela a pour conséquence d'affecter leur bien-être global. La plupart des musicien·nes (P2, P3, P4) ont mentionné que l'insécurité d'emploi les amènent souvent à continuer à jouer malgré la douleur, augmentant ainsi leurs risques de blessure. Quatre des musicien·nes (P1, P2, P3, P4) rencontré·es ont également rapporté d'autres obstacles intrinsèques à l'industrie musicale qui amplifient leur précarité financière, soit du sexisme, de l'âgisme, la gratuité de la musique en ligne, la précarité du statut de travailleur autonome et le défi de se bâtir une réputation en début de carrière qui impliquerait parfois d'investir des sommes importantes sans savoir si cela sera profitable. Iels sont amené·es à investir d'importants montants d'argent pour soumettre leurs projets en espérant des réponses favorables qui se concrétiseront en contrats payants.

On est comme « gambler » malgré nous, parce qu'on soumissionne, on mise. Admettons qu'on me dise veux-tu soumissionner pour faire telle musique de film [...] ça peut me coûter 1000\$ — 2000\$. C'est comme si j'achetais un billet de loto à 2000\$ dans le but de gagner une soumission. (P1)

Toutefois, avec l'expérience, deux des musicien·nes (P1, P2) ont rapporté jouir d'une situation financière plus stable grâce aux redevances de contrats ou une réputation permettant de fixer des prix planchers, ce qui est favorable à leur bien-être. Un musicien (P5) a exprimé bénéficier d'une meilleure sécurité financière grâce à son poste dans un orchestre.

Mettre en place des stratégies pour favoriser la santé et le bien-être est essentiel, mais ardu en raison de la nature même du métier de musicien·ne

Pour tou·tes les musicien·nes rencontré·es, la santé est cruciale pour assurer leur capacité de performer. Ainsi, trois des musicien·nes rencontré·es (P2, P3, P4) font usage de stratégies telles qu'adapter leur façon de jouer et rester à l'écoute de leur corps afin de prévenir la surutilisation des structures corporelles concernées.

[...] ma réflexion là-dessus, c'est essayer de briser les routines et de pas toujours faire les gestes de la même façon [...] c'est une conscience du corps pour éviter qu'il y ait des accidents et qu'on ait tendance à user une articulation plus qu'une autre parce qu'on fait le même geste tout le temps de la même façon. (P3)

De plus, tou·tes les musicien·nes interviewé·es tentent de mettre en place différentes stratégies pour favoriser leur bien-être physique et mental à travers différentes activités sportives et plaisantes telles que la pratique du yoga ou de l'escalade, ainsi que des sorties amicales au restaurant. Iels s'efforcent, pour maintenir un équilibre entre leur vie professionnelle et personnelle, d'appliquer des routines

d'échauffement et de pratique et varier leurs gestes. Cela permet selon elleux d'atténuer les effets négatifs du stress et des exigences physiques associées la pratique de leur instrument. Tou·tes les musicien·nes rencontré·es ont toutefois admis que leur capacité à effectuer ces activités est limitée par leur emploi du temps et leur marge de manœuvre financière restreinte.

[Les activités pour prendre soin de soi] s'en vont (rires). Oui, je le sens des fois, quand il y a vraiment beaucoup de travail, ça prend le champ. (P5)

Bref, l'atteinte et le maintien d'un équilibre dans l'ensemble de leurs activités est un défi constant.

Les facteurs personnels et sociaux des musicien·nes influencent leur bien-être et le succès dans leur métier

Les musicien·nes rencontré·es ont relevé des exigences physiques propres à chaque type d'instrument joué (ex. : puissance du souffle, endurance de contraction des lèvres, maintien de diverses postures, etc.). En effet, certain·es musicien·nes (P2, P3, P4) ont souligné que certains mouvements répétitifs et postures déséquilibrées entraînent des douleurs et des problèmes non seulement musculosquelettiques mais aussi pulmonaires qui limitent leur capacité à jouer. Ces problèmes peuvent être exacerbés par de mauvaises habitudes de pratique, les exigences de performance élevées et l'anxiété liée à la performance musicale, ainsi que certaines conditions de santé personnelles défavorables à la pratique de leur instrument (ex. : arthrite, dépression, trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité, etc.).

C'est une posture qui demande donc d'être souvent très longtemps dans la même position. C'est pour ça que ça crée des douleurs à certains moments. Il y a beaucoup de mécanismes de compensation qui finissaient par user. (P3)

De plus, une participante (P2) a rapporté que certaines valeurs sociétales telles que l'idéalisation de la beauté peuvent également nuire à l'employabilité des musicien·nes, en faisant référence à l'avantage de répondre aux critères de beauté en vigueur pour obtenir des contrats à la télévision. De plus, la tentation de prédire les goûts du grand public afin de produire des créations rentables en contexte de consommation de musique via les plateformes numériques compliquerait également leur tâche (P1). Une pression de performance supplémentaire est parfois induite pour atteindre le niveau de leurs collègues musicien·nes.

[...] il y a un petit peu l'espèce de standard, [...] je sens les attentes de l'extérieur, mais tu sais, moi aussi j'en ai. [...] collectivement, ça crée une espèce de système qui se pousse vers le haut mais qui représente aussi un stress en soi. (P5)

Tou·tes les musicien·nes rencontré·es ont relevé que leur métier leur permet de rencontrer et de socialiser avec d'autres personnes. Les relations leur apportant du soutien et qui sont propices au partage d'expériences positives favorisent leur bien-être. Iels ont souligné que l'empathie, l'affection et le réconfort de leur famille et ami·es qui comprennent leur réalité est un élément particulièrement favorable à leur bien-être. Les

musicien·nes qui sont (ou ont été) parents d'enfants d'âge scolaire (P2, P3, P4) ont mentionné que leurs horaires irréguliers constituent (ou ont constitué) un fardeau pour leur famille.

DISCUSSION

Le but de l'étude était d'explorer le bien-être des musicien·nes professionnel·les présentant ou à risque de présenter des problèmes de santé susceptibles d'entraver la pratique de leur(s) instrument(s) de musique. Elle explore un phénomène peu étudié en adoptant une perspective occupationnelle pour mieux comprendre leur quotidien.

Nos résultats suggèrent que les défis occupationnels propres au métier des musicien·nes sont nombreux et sont susceptibles de varier notamment selon le type d'emploi. Ils seraient associés à des horaires instables qui nuisent à leur santé et leur bien-être (Kyle et al., 2010; Vaag et al., 2016). Cela fait écho à des constats similaires obtenus chez d'autres populations telles que les travailleur·euses œuvrant dans les secteurs des services (Schneider & Harknett, 2019), du camionnage (Jeong et al., 2018) et de la santé (Poissonnet & Véron, 2000). Nos résultats suggèrent que bien que les musicien·nes valorisent la flexibilité de leurs horaires, leur précarité d'emploi les amènent souvent à occuper des emplois d'appoint peu signifiants qui diminuent le temps disponible à la pratique de leur instrument et la réalisation d'activités favorables à leur santé et leur bien-être. Cette réalité est également partagée par les créateur·rices dans l'industrie des médias (Eigler & Azarpour, 2020) et les coiffeur·euses (Ritchie, 2016). Dans le contexte de ces professions, la réputation est un élément clé pour la possibilité de trouver du travail ce qui engendrerait un stress plus important que celui vécu par les travailleur·euses ayant une meilleure stabilité d'emploi (Hossain & Gupta, 2023). Nos participant·es rapportent que cette précarité financière serait amplifiée par la consommation sociétale gratuite de la musique et qu'à cela s'ajoutent des défis de conciliation travail-famille. Ces constats soulignent que les musicien·nes peuvent éprouver d'importantes difficultés à maintenir un quotidien équilibré. Des données probantes démontrent d'ailleurs que le déséquilibre occupationnel peut nuire au bien-être et constituer un facteur de risque de développer divers problèmes de santé (Moll et al., 2015; Wagman et al., 2012).

Bien qu'il ait lui aussi exprimé des préoccupations relatives à son bien-être, un seul des cinq participant·es à cette étude n'a rapporté aucun problème de santé. Il s'agit du musicien le plus jeune qui comptait le moins d'années d'expérience professionnelle et le seul à occuper un poste permanent à titre de percussionniste appelé à jouer plus d'un type d'instrument dans un orchestre. Des études suggèrent que l'accumulation d'expérience est effectivement corrélée à des problèmes de santé chez différents types de travailleur·euses et que divers facteurs sont en cause tels que le maintien de postures variées, le poids de l'instrument, la répétition de mouvements, le nombre d'heures dédiées aux pratiques et les emplois à contrat (Jones et al., 2013; Sousa et al., 2016).

Considérant les pressions inhérentes à l'industrie musicale et les risques biopsychosociaux associés à la pratique musicale (Rickert et al., 2014), il s'avère essentiel d'adopter une vision holistique de la santé et du bien-être, ou du mieux-être (Johnson, 1986) des musicien·nes en comprenant mieux leur réalité quotidienne dans toute sa complexité pour tenter de l'adresser de façon personnalisée. Ces efforts contribueront à déployer le rôle des ergothérapeutes auprès des musicien·nes professionnel·les présentant ou étant à risque de présenter des problèmes de santé en les aidant à mener des carrières saines, durables et épanouissantes.

Forces et limites

Cette étude s'appuie sur une méthodologie rigoureuse notamment en ce qui a trait à l'utilisation d'un modèle conceptuel issu de la science de l'occupation pour élaborer le guide d'entrevue et appuyer l'analyse des données afin de situer et d'explorer un sujet encore peu documenté sur le plan scientifique (Yadav, 2022). Des entretiens individuels auprès de cinq musicien·nes professionnel·les ayant des profils sociodémographiques variés a permis de recueillir des données crédibles et approfondies au sujet de divers facteurs ayant une influence sur leur bien-être (Lim, 2025). Une limite de l'étude est toutefois attribuable à une taille d'échantillon restreinte. En effet, la transférabilité des résultats est limitée par le fait que certains groupes de musicien·nes y soient sous-représentés dont les femmes, les musicien·nes occupant un emploi régulier et ceux ayant moins de 10 années d'expérience.

CONCLUSION

Le bien-être des musicien·nes est un sujet complexe et multifactoriel. Il est important de s'y attarder car il s'agit d'une population particulièrement à risque de développer des problèmes de santé physique et mentale pouvant compromettre leur carrière. La présente étude a permis d'explorer les différentes dimensions du bien-être des musicien·nes et mis en lumière divers facteurs d'influence. D'autres recherches sont requises pour mieux comprendre les exigences inhérentes aux occupations musicales et développer des stratégies pour améliorer diverses facettes de la réalité des personnes qui font de la musique une profession et un style de vie.

REMERCIEMENTS

Les auteurs remercient Professeure Annie Rochette pour sa relecture et ses conseils avisés.

FINANCEMENTS

Aucune source de financement n'a été déclarée.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Aldrich, R. M. (2011). A review and critique of well-being in occupational therapy and occupational science. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18(2), 93-100.
<https://doi.org/10.3109/11038121003615327>
- Baadjou, V. A. E., Roussel, N. A., Verbunt, J. A. M. C. F., Smeets, R. J. E. M., & De Bie, R. A. (2016). Systematic review : Risk factors for musculoskeletal disorders in musicians. *Occupational Medicine*, 66(8), 614-622. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqw052>
- Backman, C. L. (2004). Occupational Balance : Exploring the Relationships among Daily Occupations and Their Influence on Well-Being. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(4), 202-209. <https://doi.org/10.1177/000841740407100404>
- Bautista, T. G., Roman, G., Khan, M., Lee, M., Sahbaz, S., Duthely, L. M., Knippenberg, A., Macias-Burgos, M. A., Davidson, A., Scaramutti, C., Gabrilove, J., Pusek, S., Mehta, D., & Bredella, M. A. (2023). What is well-being? A scoping review of the conceptual and operational definitions of occupational well-being. *Journal of Clinical and Translational Science*, 7(1), e227.
<https://doi.org/10.1017/cts.2023.648>
- Cerda-Díaz, L., Antúnez-Riveros, M., Bracchiglione, J., Opazo-Campusano, R., & Núñez-Cortés, R. (2026). Musculoskeletal disorders in musicians : An overview of systematic reviews. *Occupational Medicine*, 76(1), 35-41. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqaf126>
- Collard, X., Kaux, J., & Forthomme, B. (2022). Les pathologies neuro-musculo-squelettiques en lien avec la pratique musicale. Une revue de la littérature. *Revue Médicale de Liège*, 77(4), 231-235.
- Eigler, J., & Azarpour, S. (2020). Reputation management for creative workers in the media industry. *Journal of Media Business Studies*, 17(3-4), 261-275.
<https://doi.org/10.1080/16522354.2020.1741148>
- Elam, T., Mowen, S., & Jonas, C. (2022). Occupational Injuries in Musicians : A Literature Review. *Military Medicine*, 187(5-6), e619-e623. <https://doi.org/10.1093/milmed/usab499>
- Fereday, J., & Muir-Cochrane, E. (2006). Demonstrating Rigor Using Thematic Analysis : A Hybrid Approach of Inductive and Deductive Coding and Theme Development. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(1), 80-92. <https://doi.org/10.1177/160940690600500107>
- Fernholz, I., Mumm, J. L. M., Plag, J., Noeres, K., Rotter, G., Willich, S. N., Ströhle, A., Berghöfer, A., & Schmidt, A. (2019). Performance anxiety in professional musicians : A systematic review on prevalence, risk factors and clinical treatment effects. *Psychological Medicine*, 49(14), 2287-2306.
<https://doi.org/10.1017/S0033291719001910>
- Fortin, M.-F., & Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche*. (3e éd.). Chenelière Éducation.
- Gasenzer, E. R., Klumpp, M.-J., Pieper, D., & Neugebauer, E. A. M. (2017). The prevalence of chronic pain in orchestra musicians. *GMS German Medical Science – an Interdisciplinary Journal*, 15, Doc01. (ddc:Medizin, Gesundheit). <https://doi.org/10.3205/000242>
- Guptill, C. (2011). The Lived Experience Of Professional Musicians with Playing-Related Injuries : A Phenomenological Inquiry. *Medical Problems of Performing Artists*, 26(2), 84-95.
<https://doi.org/10.21091/mppa.2011.2013>
- Guptill, C. (2012). Injured Professional Musicians and the Complex Relationship between Occupation and Health. *Journal of Occupational Science*, 19(3), 258-270.
<https://doi.org/10.1080/14427591.2012.670901>

- Guptill, C. (2014). Musicians' health : A developing role for occupational therapists. *Occupational Therapy Now*, 16(6), 29-31.
https://doi.org/https://www.caot.ca/document/3979/nov_AE_NOV_2014.pdf
- Halsted, K. S., Biggins, K., & Davis, K. (2024). When Music Becomes Me : Occupational Therapy's Role in Caring for Upper Extremity Disorders in Musicians. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 12(1), 1-7. <https://doi.org/10.15453/2168-6408.2064>
- Hossain, Md. M., & Gupta, M. (2023). Demonstrating the Impact of Financial Difficulties on Mental Stress. *2023 International Conference on Advanced Computing & Communication Technologies (ICACCTech)*, 341-346. <https://doi.org/10.1109/ICACCTech61146.2023.00062>
- Jarden, A., & Roache, A. (2023). What Is Wellbeing? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5006. <https://doi.org/10.3390/ijerph20065006>
- Jeong, I., Park, J. B., Lee, K.-J., Won, J.-U., Roh, J., & Yoon, J.-H. (2018). Irregular work schedule and sleep disturbance in occupational drivers—A nationwide cross-sectional study. *PLOS ONE*, 13(11), e0207154. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207154>
- Johnson, J. A. (1986). Wellness and Occupational Therapy. *The American Journal of Occupational Therapy*, 40(11), 753-758. <https://doi.org/10.5014/ajot.40.11.753>
- Jones, M. K., Latreille, P. L., Sloane, P. J., & Staneva, A. V. (2013). Work-related health risks in Europe : Are older workers more vulnerable? *Social Science & Medicine*, 88, 18-29.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2013.03.027>
- Kyle, S. D., Morgan, K., & Espie, C. A. (2010). Insomnia and health-related quality of life. *Sleep Medicine Reviews*, 14(1), 69-82. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2009.07.004>
- Lim, W. M. (2025). What Is Qualitative Research? An Overview and Guidelines. *Australasian Marketing Journal*, 33(2), 199-229. <https://doi.org/10.1177/14413582241264619>
- Moll, S. E., Gewurtz, R. E., Krupa, T. M., Law, M. C., Larivière, N., & Levasseur, M. (2015). "Do-Live-Well" : A Canadian framework for promoting occupation, health, and well-being: « Vivez-Bien-Votre Vie » : un cadre de référence canadien pour promouvoir l'occupation, la santé et le bien-être. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 82(1), 9-23. <https://doi.org/10.1177/0008417414545981>
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014). The Concept of Flow. In M. Csikszentmihalyi (Éd.), *Flow and the Foundations of Positive Psychology : The Collected Works of Mihaly Csikszentmihalyi* (p. 239-263). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_16
- Poissonnet, C., & Véron, M. (2000). Health effects of work schedules in healthcare professions. *Journal of Clinical Nursing - Wiley Online Library*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1046/j.1365-2702.2000.00321.x?msocid=04e24e4fee3b6d9b25525be8ef006ce5>
- Proudfoot, K. (2023). Inductive/Deductive Hybrid Thematic Analysis in Mixed Methods Research. *Journal of Mixed Methods Research*, 17(3), 308-326. <https://doi.org/10.1177/15586898221126816>
- Rickert, D. L., Barrett, M. S., & Ackermann, B. J. (2014). Injury and the orchestral environment : Part II. Organisational culture, behavioural norms, and attitudes to injury. *Medical Problems of Performing Artists*, 29(2), 94-101. <https://doi.org/10.21091/mppa.2014.2020>
- Ritchie, E. (2016). The relative importance of communication competence, communication satisfaction and commercial friendship in hair stylist-client consultation communication : A coorientational approach. *MINDS@UW Whitewater*. <https://minds.wisconsin.edu/handle/1793/77910>
- Rodríguez-Gude, C., Taboada-Iglesias, Y., & Pino-Juste, M. (2023). Musculoskeletal pain in musicians : Prevalence and risk factors – a systematic review. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 29(2), 883-901. <https://doi.org/10.1080/10803548.2022.2086742>
- Schneider, D., & Harknett, K. (2019). Consequences of Routine Work-Schedule Instability for Worker Health and Well-Being. *American Sociological Review*, 84(1), 82-114.
<https://doi.org/10.1177/0003122418823184>
- Silva, A. G., Lã, F. M., & Afreixo, V. (2015). Pain Prevalence in Instrumental Musicians : A Systematic Review. *Medical Problems of Performing Artists*, 30(1), 8-19.
<https://doi.org/10.21091/mppa.2015.1002>

- Sonix (Version 10.13.22621.20). (s. d.). [Logiciel]. Consulté 30 mars 2026, à l'adresse <https://sonix.ai/>
- Sousa, C. M., Machado, J. P., Greten, H. J., & Coimbra, D. (2016). Occupational Diseases of Professional Orchestra Musicians from Northern Portugal : A Descriptive Study. *Medical Problems of Performing Artists*, 31(1), 8-12. <https://doi.org/10.21091/mppa.2016.1002>
- Stanhope, J., Pisaniello, D., & Weinstein, P. (2022). What do musicians think caused their musculoskeletal symptoms? *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 28(3), 1543-1551. <https://doi.org/10.1080/10803548.2021.1902673>
- Taguette (Version 1.4.1-53-g43c1024). (s. d.). [Logiciel]. Consulté 30 mars 2026, à l'adresse <https://www.taguette.org/>
- Thompson Burdine, J., Thorne, S., & Sandhu, G. (2021). Interpretive description : A flexible qualitative methodology for medical education research. *Medical Education*, 55(3), 336-343. <https://doi.org/10.1111/medu.14380>
- Townsend, E. A., & Polatajko, H. (2013). *Habiliter à l'occupation – Faire avancer la perspective ergothérapique de la santé, du bien-être et de la justice par l'occupation*. (2^e éd.). CAOT publications ACE.
- Vaag, J., Saksvik-Lehouillier, I., Bjørngaard, J. H., & Bjerkeset, O. (2016). Sleep Difficulties and Insomnia Symptoms in Norwegian Musicians Compared to the General Population and Workforce. *Behavioral Sleep Medicine*, 14(3), 325-342. <https://doi.org/10.1080/15402002.2015.1007991>
- Vervainioti, A., & Alexopoulos, E. (2015). Job-Related Stressors of Classical Instrumental Musicians : A Systematic Qualitative Review. *Medical Problems of Performing Artists*, 30(4), 197-202. <https://doi.org/10.21091/mppa.2015.4037>
- Wagman, P., Håkansson, C., & Björklund, A. (2012). Occupational balance as used in occupational therapy : A concept analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 19(4), 322-327. <https://doi.org/10.3109/11038128.2011.596219>
- Wilcock, A., van der Arend, H., Darling, K., Scholz, J., Siddall, R., Snigg, C., & Stephens, J. (1998). *An Exploratory Study of People's Perceptions and Experiences of Wellbeing*. *British Journal of Occupational Therapy*, 61(2), 75-82. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/030802269806100206>
- Yadav, D. (2022). Criteria for Good Qualitative Research : A Comprehensive Review. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 31(6), 679-689. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00619-0>

ANNEXE 1. GUIDE D'ENTREVUE

1. Accueil et introduction

Dans cette étude nous nous intéressons à l'équilibre de vie et la santé des musiciens. Nous allons explorer votre point de vue sur les activités que vous réalisez et votre état de santé.

2. Métier

Parlez-nous des exigences de votre métier de musicien.

- Quelles sont les exigences de votre métier exige?
- Quels sont les aspects positifs en lien avec votre métier?
- Quels sont les défis en lien avec votre métier et comment les surmontez-vous?

3. Dimensions de l'expérience

Décrivez-vous les différentes activités que vous faites dans votre quotidien incluant la pratique de votre instrument de musique.

- Que faites-vous pour prendre soin de vous?
- Quelles activités sont nuisibles à votre bien-être?
- Quelles activités vous procurent du plaisir?
- Quelles sont les personnes avec qui vous partagez votre temps dans ces activités?
- Que faites-vous pour garder votre esprit, votre corps et vos sens actifs?
- Comment considérez-vous contribuer à la société ou à votre communauté?
- Quelles activités vous permettent d'assurer votre sécurité financière et sociale?
- Quelles activités vous permettent de développer vos capacités et votre potentiel?
- En quoi votre instrument et votre pratique musicale influencent-ils votre vie quotidienne?
- En quoi votre instrument et votre pratique musicale influencent-ils votre perception de vous-mêmes?

4. Utilisation du temps et horaire de vie

Comment gérez-vous votre temps et votre horaire dans votre quotidien entre vos différentes activités ?

- Comment votre pratique musicale influence-t-elle votre mode de vie au quotidien?
- En quoi la pratique de votre instrument joue-t-elle un rôle dans la manière dont vous organisez votre journée ou votre semaine?
- Comment gérez-vous l'équilibre entre votre vie personnelle, professionnelle et musicale tout en maintenant votre santé et votre bien-être?
- Quels sont les aspects de votre horaire de vie et de votre utilisation du temps que vous appréciez?
- Quels aspects de votre horaire de vie et de votre utilisation du temps vous préoccupent?
- Comment votre horaire de vie et de votre utilisation du temps sont-ils affectés par votre métier ?

5. Dimension des impacts sur la santé et le bien-être

Parlez-nous de votre état de santé. Avez-vous ou avez-vous eu des problèmes qui ont affecté la pratique de votre/vos instrument(s)?

- Avez-vous des problèmes de santé ou des préoccupations liés à votre pratique musicale, que ce soit au niveau physique ou mental?
- Avez-vous déjà ressenti une détresse émotionnelle en lien avec votre carrière musicale?
- Avez-vous mis en place des stratégies pour prévenir les blessures ou pour vous rétablir plus rapidement lors de problématiques de santé?
- Comment votre mode de vie en tant que musicien impacte-t-il votre hygiène de vie?
- Quelles sont vos stratégies pour entretenir votre santé tout en poursuivant une carrière musicale exigeante?

6. Dimension des facteurs personnels et sociaux

Quels sont les facteurs sociaux, comprenant l'environnement de travail, les normes de l'industrie musicale et les relations personnelles, qui influencent votre carrière ?

- Facteurs :
 - Contrats
 - Horaires de tournées
 - Attentes des employeurs
 - Attentes de la communauté musicale
- Ces facteurs sont-ils positifs ou négatifs ? Pourquoi ?
- Recevez-vous du soutien de votre réseau ? Comment cela a-t-il une incidence sur votre succès et votre bien-être?

7. Conclusion et remerciement

Voulez-vous ajouter quelque chose?



**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.



**UN CLASSIQUE RELU POUR VOUS – « LE PUBLIC ET SES PROBLEMES » DE
JOHN DEWEY, 2010, TRADUIT PAR JOËLLE ZASK**

Gladys Mignet¹

¹ *Ergothérapeute coordinatrice équipes mobiles départementales, MSc, France*

Adresse de contact : glad_mignet@hotmail.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.v12n1.9754

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



Introduction

Le concept de transaction, central chez cet auteur, révèle les liens étroits entre ce philosophe pragmatiste et l'ergothérapie. Dans *Le public et ses problèmes* publié en 1927 (Dewey, 2010), le philosophe américain dresse un diagnostic de la société, marquée par la montée des régimes totalitaires, puis il esquisse une méthode pour soigner ses maux.

Après un résumé de l'ouvrage, nous en proposerons une analyse et dégagerons des perspectives pour l'ergothérapie et les sciences de l'occupation.

Du public à l'État

La présentation du raisonnement de Dewey peut débuter avec le concept de transaction. Zask le résume comme une « *forme d'interférence transformatrice entre l'intérieur et l'extérieur, entre l'individu et la société* » qui affecte à la fois leurs relations et leurs natures (2010, p. 28). Les conséquences de ces transactions peuvent être de nature privée, lorsqu'elles affectent seulement « *les personnes directement engagées* », ou publique, lorsqu'elles en impactent « *d'autres au-delà de celles qui sont immédiatement concernées* » (Dewey, 2010). Les personnes concernées par les conséquences indirectes forment alors « *un groupe suffisamment distinctif pour requérir une reconnaissance et un nom* » que Dewey désigne comme « *le public* ».

Lorsque ce public se reconnaît, s'organise, désigne des représentants et réglemente les actions des individus, alors le « *public devient un État politique* », dont les fonctionnaires constituent des intermédiaires nécessaires. Pour Dewey (2010), un État n'a ni taille, ni mode de fonctionnement préétabli, mais est construit par le public. Il s'agit davantage d'un mouvement, d'une dynamique, que d'une entité propre. Plus il « *soulage les individus du gaspillage occasionné par des luttes négatives et des conflits superflus* » et « *apporte à chacun assurance et appui dans ce qu'il entreprend* », plus l'État est de bonne qualité (Dewey, 2010, p. 157).

La Grande Société, les publics dispersés et le public éclipsé

Les actions du public sont réalisées par des personnes ayant des intérêts privés, parfois en tension avec l'intérêt public. Ces **conflits d'intérêts**, qui influencent les décisions, constituent un point de fragilité pour l'État. Ils ont historiquement contribué à construire la société américaine décrite par Dewey, dans laquelle le rôle de l'État est de protéger les affaires économiques, afin de préserver les intérêts individuels davantage que de répondre aux problèmes du public. Schématiquement, les révolutions ont marqué une rupture avec des fonctionnements dynastiques, puis des publics ont construit des fonctionnements démocratiques. Cependant, la montée du libéralisme et de l'individualisme a progressivement favorisé les intérêts privés. La mondialisation a élargi la portée des problèmes publics : les États ont grandi et ont invisibilisé les anciens modes d'association (les « *face à face* » pourtant indispensables à la vie démocratique des

publics) au détriment des nouveaux modes « *caractéristiques de l'ordre économique* » (p. 196). Ce processus, qui a conduit à ce que Dewey nomme la **Grande société**, a simultanément impacté le public, qui s'est à la fois vu **éclipsé** – il ne se reconnaît plus, ressent et endure les problèmes plus qu'il ne les perçoit et les connaît, il est dépolitisé – et **dispersé** en plusieurs publics, plus ou moins actifs (Dewey, 2010, pp. 197-236).

En plus de cette complexification de la société, Dewey cible notamment trois facteurs contributifs de l'**Eclipse du public** :

- **L'habitude** : elle « *n'exclut pas l'usage de la pensée, mais [...] détermine les canaux dans lesquels elle opère* » (p. 256) et explique « *qu'au lieu de l'ample révolution qu'on pensait résulter des mécanismes politiques démocratiques, il ne s'est produit pour l'essentiel qu'un transfert du pouvoir d'une classe à une autre* » (p. 257).
- **Le divertissement** : « *le cinéma, la radio, les imprimés superficiels, les voitures* », intensifiés par les conditions économiques, détournent l'attention des intérêts politiques au profit des intérêts privés (p. 231).
- **La communication** : faute de révéler les aspirations communes, elle est utilisée à des fins manipulatoires, par exemple pour de la « *publicité commerciale* » (p. 266).

Zask (2015) résume ainsi l'enjeu que soulève Dewey : ces « *publics chaotiques* » doivent se coordonner « *en un public suffisamment unifié et structuré pour qu'il accède à une existence politique* » (p. 91).

L'enquête : une méthode pour tendre vers la Grande Communauté

Dewey (2010) définit la Grande Communauté comme une réponse à cette fragmentation, rétablissant des liens significatifs et une capacité d'action collective « *de sorte qu'un public organisé et articulé en viendrait à naître* » (p. 283) ou à émerger de son éclipse. Pour lui, le « *remède aux maladies de la démocratie est davantage de démocratie* » (p. 241). Pour que la Grande Société devienne Grande Communauté, organisée en un public réellement démocratique, il propose de s'inspirer des sciences dites « *dures* » en appliquant la méthode de l'enquête. Cette méthode repose sur une observation attentive visant à distinguer les transactions individuelles de celles relevant du Public, puis sur l'expérimentation de mesures politiques (considérées comme des hypothèses), qui sont ensuite révisées selon les résultats des enquêtes. Celles-ci incombent à des expert-es, dont Dewey illustre le rôle à l'aide de la métaphore suivante : « *Celui [ou celle] qui porte la chaussure sait mieux si et où elle blesse, même si le [ou la] cordonnier[·e] compétent [·e] est le [ou la] meilleur[·e] juge pour savoir comment remédier au défaut* » (p. 310).

Comme toute transaction, l'enquête a un impact direct sur le système observé : elle contribue à sa compréhension, puis à des changements d'habitudes et à un recentrage du public sur l'intérêt politique. Les expert-es sont notamment des médiateur-ices qui assurent la communication des investigations réalisées et des transformations à l'œuvre, renforçant ainsi leur impact et permettant à l'ensemble du public d'accéder à la connaissance. Enfin, l'auteur précise que « *La démocratie doit commencer à la maison, et sa maison est la communauté des voisin[·e]s* » (p. 317).

ANALYSE

Le diagnostic de Dewey est d'une actualité frappante : notre société actuelle paraît toujours plus complexe et mondialisée, les publics toujours plus éclipsés et dispersés. Le triptyque des facteurs contributifs de l'Eclipse du Public (habitudes, divertissement, communication manipulatoire) s'est renforcé. Les réseaux sociaux, qui exploitent les mécanismes de l'addiction, divertissent les personnes et les manipulent avec des fausses informations (*fake news*), en offrent une illustration saisissante.

Appliquée à des exemples concrets, la théorie de la Grande Société offre une lecture puissante des sentiers de dépendances dans lesquels les politiques sociales sont inscrites. En France, l'échec de la transformation de l'offre médico-sociale présentée comme un remède politique destiné à réduire la complexité des parcours des personnes, alors qu'elle semble la majorer, pourrait tout à fait symboliser les mécanismes de cette Grande Société.

Dewey conçoit la démocratie à la fois « *comme idéal et comme méthode* » (Zask, 2010, p. 40). Son raisonnement diagnostique est finalement assez simple : avoir – au moins officiellement – visé un idéal démocratique sans avoir employé la démocratie comme méthode d'autorégulation, a conduit à la Grande Société. Pour soigner la démocratie malade, il propose de boucler la boucle (indéfiniment) en utilisant la méthode démocratique grâce à l'enquête et à l'expérimentation.

Cette approche trouve un écho particulier pour les ergothérapeutes : peut-être sommes-nous de ces expert·es susceptibles de conduire les enquêtes visant notamment à réunifier les publics. Rappelons que Dewey décrit ces expert·es davantage comme des facilitateur·ices que comme des sachant·es. Cette lecture confère alors à notre profession une dimension éminemment politique : l'ergothérapeute devient un·e acteur·ice démocratique. Il ou elle dispose des outils pour faciliter l'enquête collective, rendre visibles les publics éclipsés et transformer les environnements en espaces de participation. L'approche communautaire, qui assume pleinement sa dimension politique, s'inscrit dans ce mouvement. Elle nous rappelle que l'ergothérapie ne se contente pas d'accompagner l'autonomie individuelle : elle contribue, à son échelle, à construire la Grande Communauté Deweyenne – une démocratie vécue au quotidien à travers les transactions occupationnelles.

Cependant, l'ouvrage s'interrompt avant de mettre en œuvre la méthode proposée. Sa structure, pourtant fidèle à l'approche scientifique défendue par Dewey (exploration des concepts, problématisation, proposition de méthode), accentue cette impression d'inachèvement. Après avoir défini l'objectif (construire une Grande Communauté) et la méthode (l'enquête), la démonstration s'arrête. Alors que la structure et le contenu de l'ouvrage forment un plaidoyer pour l'enquête, l'auteur ne l'applique pas. Il ouvre ainsi la porte aux critiques concernant le caractère peu opérationnel de sa proposition. Dans le même registre, la proposition de l'enquête pour former une Grande Communauté donne l'impression d'un moyen « *micro* » (centré sur les communautés locales)

pour une finalité « *macro* », sans nous indiquer la méthode qui permettra un changement d'échelle, voire une généralisation.

CONCLUSION

Un siècle après sa publication, les tentatives pour remédier aux problèmes du public semblent avoir échoué. L'étude V-dem (2024) montre que les démocraties sont très minoritaires dans le monde et qu'elles diminuent fortement au profit des régimes autocratiques depuis une dizaine d'années. Ce basculement confirme que la Grande Société n'a pas su se muer en Grande Communauté : les mécanismes de fragmentation, de manipulation et de désengagement politique persistent, voire s'aggravent. Ce constat d'échec, s'il n'annule pas l'espoir suscité par *Le public et ses problèmes*, interroge sur les leviers proposés par Dewey.

Pourtant, l'ambition démocratique de cet ouvrage est forte et la simple mise en œuvre de sa proposition méthodologique est déjà transformatrice, ce qui constitue un argument de poids pour engager concrètement des expérimentations. Les ergothérapeutes, quelle que soit l'échelle de leur intervention, contribuent déjà à la vitalité démocratique. Ils et elles pourraient le faire de manière plus conscientisée, en se positionnant comme des expert-es facilitateur·ices, notamment via l'approche communautaire.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Dewey, J. (2010). *Le public et ses problèmes*. Gallimard.
- V-Dem Institute. (2024). *Democracy report 2024: Democracy winning and losing at the ballot*. University of Gothenburg. https://v-dem.net/documents/43/v-dem_dr2024_lowres.pdf
- Zask, J. (2010). Présentation de l'édition française. Dans Dewey J.. *Le public et ses problèmes* (pp. 11-65). Gallimard.
- Zask, J. (2015). *Introduction à John Dewey*. La Découverte.

A TABLE ! VOYAGE SUR L'AUTODÉTERMINATION

Sandrine Mennesson¹

Cet article est une republication de
Occupational Punk (Vol.3, pp. 41-44) Environmental Physiotherapy Association.
<https://healthpunk.co/project/occupational-punk-vol-3/>

¹ Ergothérapeute, MSc, <https://orcid.org/0009-0009-3317-318X>

Adresse de contact : sandrine.mennesson@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.v12n1.10445

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



- Célia, vous pouvez le faire.
- Sûr ?
- Sûr !
- Vous croyez que je vais pouvoir décider du menu de ce soir seule ?
- J'en suis certaine et vous n'aurez pas besoin d'Arthur pour cela... Essayons !

Une nouvelle séance en ergothérapie se déroule aujourd'hui chez Célia. J'ai rencontré Célia pour la première fois, voici un mois. Nous collaborons ensemble depuis, pour qu'elle prépare ses repas en autonomie.

- Sara je ne sais pas quoi faire ?
- Qu'est-ce qui pourrait vous aider pour décider de votre menu ?

– Déjà quels ingrédients utiliser ... mais je ne sais pas ... je compte sur Arthur pour gérer le contenu de mon réfrigérateur et de mon épicerie ! (long soupir) Il sait tellement de choses. Moi, je doute de tout. Je n'avance pas du tout. Je me pose plein de questions : quels ingrédients j'ai, quelle recette je connais, ce qui est bon pour mes enfants et aussi ce qu'ils aiment. C'est sûr, eux ils vont vouloir des pâtes, mais on en a déjà mangé hier... Et en plus, mon mari ne peut pas trop en manger avec ses intolérances alimentaires. Et, je ne sais plus où on en est de notre empreinte carbone pour savoir ce qu'on peut manger... Sans compter qu'aujourd'hui, je n'ai pas porté ma montre connectée pendant une heure, et je ne sais pas exactement les calories que j'ai dépensées en activité physique... Olala, je me rends bien compte que je tourne en rond... C'est terrible. Je n'y arriverai jamais ! Il y a tellement de considérations à porter sur tous ces éléments de ma vie...

– Célia, j'entends votre doute. Vous avez cité en premier les ingrédients que vous aviez. Est-ce que ce critère vous semble important ?

- Oui et aussi ce que mes enfants aiment.

– Cela vous permet de continuer à élaborer votre menu. Si vous avez besoin de savoir quels sont les ingrédients disponibles, que pouvez-vous faire ?

– Euh ... je ne sais pas ! Vous voulez que je vous dise ce que j'ai dans mon réfrigérateur ?

- Eh bien oui, je veux bien.

Célia me regarde et sourit. Elle vient de construire son plan. Une réussite dans son parcours. Cette femme de 40 ans, mariée et mère de deux enfants, est une IA-anxieuse. Comme tant d'autres. L'Intelligence Artificielle : une révolution dans la vie humaine. Un progrès technologique et une ressource tellement performante, tellement

opérationnelle, tellement utile, qu'elle s'est répandue avec pertinence et discrétion dans toutes les sphères de la vie humaine. Compter son nombre de pas, connaître son temps de sommeil, faire un diagnostic de santé, établir un pronostic, décider du menu du soir, rédiger un compte-rendu puis le traduire, préparer ses vacances, tondre la pelouse, planifier un programme d'apprentissage pour un enfant, aider le législateur à préparer un texte, un discours, un projet de loi ... la liste est infinie ! Autant d'activités co-gérées par l'Intelligence Artificielle en 2050.

Tellement rassurante cette Intelligence Artificielle qui réfléchit pour nous aider, nous assister, nous seconder. L'intelligence Artificielle capable de traiter des centaines de données, là où l'être humain en considère 5. Une vraie optimisation du potentiel décisionnel, un complément indéniable de l'intelligence humaine.

Un progrès incontestable.

Oui, mais depuis une vingtaine d'années, les autorités de santé alertent sur l'émergence d'un nouveau phénomène concomitant : l'IA-anxiété. À l'instar de tout progrès, son pendant plus obscur s'est développé. Il commence à être bien documenté statistiquement et force est de constater que tous les pays sont concernés : les grandes puissances mondiales comme Taïwan, l'Inde, le nouveau Maghreb, la Nordhope (regroupement de pays d'Europe du Nord précédemment), tout comme les pays plus archaïques dans leur transition numérique et moins présents en matière d'économie mondiale, tels le Pérou, la Mongolie ou encore l'Australie.

Concernant l'IA-anxiété, les scientifiques sont formels : l'I.A. est tellement rassurante qu'elle génère chez certains individus un complexe d'incapacité majeur, paralysant toute prise d'initiative, se manifestant par des doutes massifs et à supprimer des incertitudes permanentes. La personne ne se sent pas à la hauteur dans les jugements qu'elle peut émettre, car elle n'appréhende qu'une partie des données relatives au sujet. Comment se sentir compétent, capable, autonome dans ces conditions ? Paradoxalement, l'individu devient totalement dépendant à l'I.A., qui est la cause de son mal-être. Pour certains individus, c'est une impasse totale : la confiance en soi n'a plus sa place, et l'I.A. est un assistant personnel indispensable, associé à toute activité, intégré dans les différentes interfaces connectées, personnalisées pour chacun. Une nouvelle cause d'anxiété donc, mais si omniprésente dans l'environnement qu'il devient difficile (impossible ?) de s'en affranchir totalement.

Les professionnels de santé ont établi des protocoles d'accompagnement et les ergothérapeutes voient leur patientèle s'étoffer massivement. Les séances d'ergothérapie sont dès lors destinées à améliorer l'autonomie des personnes pour réaliser leurs activités sans assistance, en ayant un sentiment de sécurité, tout en continuant à évoluer dans un environnement hautement technologisé. Un challenge d'ampleur ! L'ergothérapie comme un espace thérapeutique pour s'autoriser à faire sans assistance technologique, dans une époque où domotique, robotique et I.A. sont omniprésentes.

Tellement rassurantes donc ?

Les gouvernements du monde entier et l'Organisation Mondiale de la Santé (O.M.S.) travaillent de concert sur le sujet pour faire évoluer l'environnement vers de la dé-technologisation. Un défi de taille, sur lequel les professionnels de santé sont pleinement mobilisés...

– Hum... Excusez-moi Célia, pouvez-vous répéter s'il vous plait ?

– Je disais que j'avais un reste de quinoa, du pamplemousse, des yaourts de chèvre, de la moutarde...

Célia continue à énumérer les ingrédients qu'elle a chez elle. Victime de ce syndrome, elle a perdu en autonomie. Arthur, son assistant personnel, est présent sur toutes ses interfaces connectées à la maison, au travail, dans son véhicule, sur son vélo... Il y a trois mois, au cours d'une mise à jour du système d'exploitation de ses appareils, Arthur a été désinstallé. Célia n'a pas bénéficié de sa présence pendant une semaine. Un évènement qui a conduit Célia à une crise d'angoisse majeure, tétanisante, pour laquelle son mari l'a fait hospitaliser. Elle a été soignée en intra-hospitalier, en sevrage de son environnement. Puis elle est rentrée chez elle, Arthur a été reconnecté et reconfiguré, et un accompagnement en ergothérapie a été prescrit pour « renforcer son autonomie ».

Nous nous sommes entendues pour cibler la préparation des repas qui est une des tâches qu'elle réalise au quotidien pour ses proches et qu'elle aimerait pouvoir accomplir sans Arthur. Elle dit qu'elle se sentirait rassérénée, car elle aurait l'impression d'être aussi compétente et capable que l'était feu sa grand-mère. Elle se dit aussi que sa grand-mère serait fière d'elle et Célia a beaucoup d'admiration pour elle : c'est une figure familiale d'importance dans sa vie. Nos premiers entretiens ont permis d'identifier ces éléments notamment grâce à son récit de vie.

Aujourd'hui, il s'agit pour Célia d'élaborer son menu du soir. Elle tâche de considérer les informations qui peuvent impacter sa décision et ensuite de les prioriser. Elle a ainsi déterminé que pour son menu du soir, il était important qu'il soit équilibré selon les recommandations de l'O.M.S. et selon ses menus de la veille, qu'il soit ajusté aux dépenses caloriques de sa journée, qu'il soit conforme à ses risques de santé particuliers (son hypercholestérolémie), qu'il soit adapté à la saison, qu'elle dispose des ingrédients, qu'il soit éco-responsable et respecte son empreinte carbone journalière, qu'il soit corrélé à son budget, qu'il soit apprécié par ses enfants et son mari qui partageront ce repas. Tout ceci a fait l'objet d'une liste, dont elle priorise maintenant ce qui prévaut pour établir son menu : en l'occurrence ce dont elle dispose déjà chez elle et ce que ses enfants aiment.

Tout ce travail est devenu tellement indispensable : redonner le pouvoir d'agir à ces personnes IA-anxieuses est devenu un enjeu de santé publique à l'échelle mondiale, renforcer la place de l'auto-détermination dans le quotidien, continuer à côtoyer l'objet de son anxiété sans se sentir vulnérable, repenser l'environnement en conciliant

technologies et activité humaine... Des challenges professionnels et éthiques : impossible de nier les bienfaits de l'I.A., ni de revenir totalement dans un monde sans cette technologie avancée, tout en ne pouvant négliger l'étendue de ses impacts sur l'Homme. Moi, c'est Sara, ergothérapeute, et humaine toujours en questionnements et fière de mon métier.

COMMENT RETROUVER DU SENS ET DE LA SÉRÉNITÉ DANS UN MONDE EN CHANGEMENT

Lucie Bilat¹

Cet article est une republication de
Occupational Punk (Vol.3, pp. 67-70) Environmental Physiotherapy Association.
<https://healthpunk.co/project/occupational-punk-vol-3/>

¹ Ergothérapeute, BSc

Adresse de contact : ergoterreapie@evs-hin.ch

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.v12n1.10446

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



Le réveil sonne. J'ouvre les yeux avec difficulté. L'insomnie a été forte. Toute la nuit, j'ai revu les images d'hier matin dans ma tête. La grêle qui s'abat sur les cultures. Qui déchire les plantons, les uns après les autres. Comment dormir quand on sait que notre nourriture peut disparaître sous nos yeux, si facilement et rapidement ? Comment avoir l'esprit tranquille quand on pense à tous ces insectes, si importants dans le cycle de la vie et donc si importants pour subvenir aux besoins de notre vie, à la merci de ces boules de glace tombant dru ? Je grimace. Pourtant, dans l'après-midi déjà, des plantons sont arrivés, donnés par d'autres communes. Nous pourrions reconstruire. Nous n'allons pas manquer de nourriture, l'abondance est là, parce que l'entraide y est.

Cela ne change rien aux émotions fortes qui m'habitent. Ces émotions... J'ai appris à les accepter, à les accueillir. Elles sont les gardiennes de mon lien au monde, de ce qui me relie au vivant.

À l'époque on parlait d'éco-anxiété, voire d'éco-émotions ou éco-lucidité, pour parler des émotions liées au fait d'anticiper ce qui se produira. C'est ce que mon ergothérapeute m'a raconté. Mais, aujourd'hui, ce n'est plus pertinent... Car tout cela n'est plus de l'anticipation, mais du présent. Nous vivons au quotidien les dommages créés en ce monde par les générations passées, plus précisément les « puissants » des générations passées.

Solastalgie, le fait de souffrir de ce qui se dégrade, de ce qui disparaît... Non pas « le mal du pays que l'on quitte », mais « le mal du pays qui nous quitte ». Notre maison, au sens large de la planète Terre, nos repères, qui s'abîment sous nos yeux. Cela aussi ne me parle plus... Les repères, cela fait longtemps que l'on n'en a plus. Les choses changent tellement vite... Grêle, inondations, températures record, pandémies, famines.

Et, en même temps, nous faisons nous-mêmes évoluer certains de nos repères, positivement. Aujourd'hui, les sociétés et les communautés changent sans cesse. Elles évoluent pour répondre aux défis en cours et à venir, mais aussi pour être plus équilibrées, plus inclusives. Pour une meilleure justice occupationnelle intergénérationnelle et interespèce, comme dirait Camille, mon ergo. Ces changements sont beaucoup portés par les assemblées citoyennes (en Suisse, on les appelle Chambres Citoyennes). Elles ont amené tellement, en si peu de temps. Il y a quelques années, le système de santé a été complètement repensé. De nos jours, il est principalement axé sur la prévention. Et, finalement, cela n'a pas été si compliqué à mettre en place, puisque, quelques mois auparavant, le revenu universel a été instauré : plein de professionnel·lex de la santé avaient déjà amorcé ce changement, puisque leurs besoins financiers étaient assurés. L'instauration de ce revenu n'a d'ailleurs pas que modifié le domaine de la santé : il a drastiquement métamorphosé les occupations des personnes. Soudainement, elles ont pu se centrer sur ce qui avait vraiment du sens pour elles et cela s'est souvent résumé à prendre soin de ses proches et de la communauté. Cela a amené des évolutions radicales des profils occupationnels : les personnes travaillent moins et créent des projets de quartier, aussi variés que la population l'est.

Par exemple, dans ma communauté, il y a eu la mise en place d'une fête mensuelle pour les nouveaux, spécialement axée sur les personnes migrantes, avec un système de parrainage-marrainage, la création d'un four à bois pour cuire notre pain en commun deux fois par semaine, un local de prêt d'objets (ce qui a désencombré beaucoup d'appartements), les repas partagés, préparés par un tournus de personnes, ainsi que les soirées contes. Désormais les quartiers ressemblent plus à des villages ou à des grandes familles. Les enfants sont gardés parmi et, la plupart du temps (ainsi que par tous les temps), ils jouent dans la rue ou en forêt ; les personnes âgées restent plus longtemps à domicile, soutenues par le voisinage, qui complète bien les soins à domicile et les soulage. Quelque part, on peut dire que la famille nucléaire a implosé. Les familles élargies se rassemblent souvent géographiquement, afin de passer plus de temps avec les gens qui leur sont chers (bizarrement, cela vide les villas, au profit des immeubles, ce qui laisse de la place à des micro-fermes). Chacun·ex joue un rôle afin de prendre soin de la communauté et, bien souvent, cela semble dégager beaucoup de joie. Ainsi, nous nous sommes rapproché·exs de fonctionnements traditionnels ou de peuples plus connectés au vivant. J'ai appris il y a peu que la pyramide de Maslow a été inspirée d'un fonctionnement sociétal similaire (la communauté répondait, en commun et par l'entraide, aux besoins des individus qui la composent), mais a été adaptée à un fonctionnement individuel. Je suis heureux que l'on soit retourné à son inspiration de base...

Évidemment, nous continuons à travailler, mais les emplois ont beaucoup évolué. Moins d'heures par semaine et des professions liées au prendre soin des autres et du vivant, ou qui répondent à nos besoins de base. Personnellement, je travaille quatre jours par semaine dans des jardins collectifs en permaculture, proches de la ville. J'y vais en bus (gratuits, plus fréquents et avec une meilleure répartition géographique) ou à vélo. Les voitures sont moins nombreuses et, sauf exception (pour les personnes à mobilité réduite par exemple), elles sont communes. Résultats d'une assemblée citoyenne cantonale.

Camille m'a raconté que tous ces changements ont demandé beaucoup d'adaptations et de résilience aux ergothérapeutes : iels ont dû revoir leurs théories et leurs modèles. Par exemple, l'environnement est devenu une toile de fond de toutes les occupations. Il est devenu bien plus qu'un simple variant de la participation, comme le sont la personne et l'occupation. La participation ne concerne plus seulement les autres humain·exs, mais aussi soi-même et le reste du vivant. Les rôles sociaux ont été réexpliqués et, de nos jours, l'indépendance et l'autonomie ne sont plus centrales. Iels visent désormais l'interdépendance : trouver sa juste place et son rôle au milieu de tous ces systèmes du vivant qui travaillent en synergie. Iels ont intégré les rites de passage dans leurs modèles, car ces rites ont repris une place prépondérante dans la vie des personnes et des communautés.

Ainsi, les ergothérapeutes ont pris des places plus communautaires. Par exemple, une ergothérapeute de notre ville en damiers travaille dans les services communaux et a pu mettre en place un système de zones piétonnes novateur pour la vie de quartier : une rue sur deux est piétonne et agrémentée, selon les demandes des

habitant·exs, de places de jeux, de tables de pique-nique, d'arbres, de bacs de jardinage et de terrains de pétanque. Ainsi, les appartements étant quasiment tous traversants, les parents sont plus tranquilles à laisser jouer les enfants dehors, les guettant par la fenêtre ; les habitant·exs se sont largement mis au vélo, car la sécurité en a été augmentée ; les voisin·exs ont fait connaissance et organisé des événements de quartier et d'entraide.

Je respire profondément, encore pris par l'anxiété. Ce matin je suis seul. Cette fois, c'est ma compagne qui est allée dormir en bivouac avec mon fils et sa classe. Les proches sont invité·exs à partager et aussi à préparer des moments d'apprentissage dans les écoles publiques. Les personnes âgées sont particulièrement sollicitées pour leur savoir. Les ergothérapeutes participent à la préparation des programmes scolaires, qui se passent beaucoup en extérieur, notamment en forêt, et par développement de projets selon les envies des enfants.

Les respirations ne suffisent pas. J'en appelle à mon capitaine, l'un de mes personnages intérieurs. Auparavant, c'est lui qui me sermonnait (« Tu as encore mangé de la viande ? Tu sais pourtant que c'est mauvais ! » ; « Ton appartement est encombré d'objets »), mais, grâce au travail de groupe en ergothérapie, j'ai pu lui proposer un autre rôle et, aujourd'hui, c'est lui qui prend soin de moi quand je suis angoissé, grâce à son esprit volontaire et carré. Je me laisse guider : il se lève et commence les tâches ménagères. Les allers-retours du balai et de la serpillère m'hypnotisent presque et me détendent. Mon esprit se vide. Les groupes auxquels je participe m'apportent beaucoup. Chacun·ex y découvre ce qui le·la lie au vivant et ce que ces liens lui apportent de confiance et de résilience. Dans le partage d'histoires, on s'identifie les un·exs aux autres. Certain·exs ont découvert des personnages intérieurs fascinants qui m'ont permis de pister les miens et il est bluffant de voir comment rappeler certains de ces personnages dans des moments clés de notre quotidien facilite notre fonctionnement et nos interactions sociales. Ces groupes, issus d'approches d'ergothérapie mêlés au modèle des 8 Shields et de WildMind (Plotkin, 2013), m'apportent énormément. Il y a 25 ans, en 2023, j'ai vécu de plein fouet la tempête qui s'est abattue sur la Chaux-de-Fonds. J'étais dehors, sans possibilité de m'abriter, lorsque les tuiles ont dansé autour de moi, lorsque les arbres ont été déracinés et décapités. J'ai brutalement pris conscience de ma petitesse en ce monde, de ma finitude aussi. Ce moment a été, comme pour beaucoup d'autres personnes, une révélation de l'état du vivant et de notre place dans cet immense écosystème qu'est la planète. Cela a été les prémices du changement sociétal, dans notre ville en tout cas, bien que cet événement reste aussi marqué d'un certain stress post-traumatique.

Je soupire, heureux que tous ces changements aient eu lieu. Je me sens beaucoup plus connecté à l'instant présent ! Aujourd'hui est le jour de la semaine où je prends soin de moi. Ça a été la routine la plus difficile à mettre en place et je sais que je ne suis pas le·la seul·exs à l'avoir vécu ainsi. Prendre soin des autres et du vivant est devenu comme une évidence avec les dérèglements que notre environnement subit. Prendre soin de soi a demandé un effort en plus, mais, à force de persévérance, ça commence à venir.

Je suis content de vivre dans cette période qui a été marquée de tant de changements. Vivre cela de l'intérieur est d'une grande richesse !

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Bilat, L. (2023). L'ergothérapie et son évolution vers la transition écologique et sociale. *Le Monde de l'ergothérapie*, (55), 34-37
- Plotkin, B. (2013). *Wild mind: A field guide to the human psyche*. New World Library.
- Ravilochan, T. (2021, 4 septembre). Could the Blackfoot wisdom that inspired Maslow guide us now? *Medium*. <https://gatherfor.medium.com/maslow-got-it-wrong-ae45d6217a8c>
- Young, J., McGown, E., & Haas, E. (2010). *Coyote's guide to connecting with nature*. OWLLink Media.



PRÉAMBULE

Le *Journal of Occupational Science* (JOS), la Société francophone de recherche sur les occupations (SFRO) et la *Revue Francophone de Recherche en Ergothérapie* (RFRE) collaborent à la diffusion des articles publiés par le JOS dans le monde francophone, par la traduction en français des résumés d'articles. Nous vous proposons dans cette rubrique les versions françaises des derniers résumés d'articles parus en ligne sur le site du JOS. Vous trouverez également les liens vers les articles originaux.

SÉLECTIONNÉ POUR VOUS PAR MARION GECAJ¹ ET MAXIME SIEGENTHALER²

Depuis l'hiver dernier, 25 résumés d'articles scientifiques ont été traduits en français et publiés par le JOS. Nous avons choisi de proposer un condensé des contributions consacrées à Elizabeth J. Yerxa, spécialement recensées dans le numéro 33(1). En effet, dans ce numéro, les auteurs et autrices se souviennent de Yerxa, ergothérapeute chercheuse pionnière des sciences de l'occupation et montrent comment ses idées continuent d'alimenter la recherche, de guider les pratiques professionnelles et de nourrir la transmission des savoirs. Trois fils conducteurs traversent ainsi ces écrits : **découvrir, pratiquer et partager**.

Découvrir, c'est d'abord cultiver la curiosité intellectuelle. Castro de Jong et McCabe revisitent l'analogie de « détective à vie » et rappellent comment observer, remarquer et partager contribuent à mieux comprendre les occupations humaines. Cette posture d'enquêteur-riche est également au cœur de la contribution de Babish, qui décrit la science

¹ Ergothérapeute, MSc, Assistant d'enseignement et de recherche, filière ergothérapie, Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL | HES-SO), Suisse

² Ergothérapeute, MSc (cand), Assistant d'enseignement et de recherche, filière ergothérapie, Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL | HES-SO), Suisse



de l'occupation comme une tradition de recherche rigoureuse et éthique exigeant courage, considération et imagination dans une démarche de compréhension des occupations qui soutiennent la dignité. Dans une perspective complémentaire, Da Cruz et Morrison soulignent le potentiel transformateur des sciences de l'occupation, comprises comme une manière de penser capable de remettre en question les exclusions épistémiques et sociales. Enfin, Eakman propose une revue narrative des liens entre l'engagement occupationnel, la santé et le bien-être et les aspects conceptuels et méthodologiques associés à l'*Engagement in Meaningful Activities Survey* (EMAS).

Pratiquer,

renvoie à la manière dont ces idées prennent forme dans l'action professionnelle et dans les réponses apportées aux défis contemporains. À travers son témoignage personnel, Tickle-Degnen revient sur les leçons reçues de Yerxa et choisit d'en mettre en lumière quatre, complémentaires, relatives aux postures professionnelles : celle de l'ergothérapeute authentique, la rebelle, la scientifique et la collaboratrice-mentore. Cette conception exigeante de la pratique rappelle que l'ergothérapie ne peut être dissociée d'un engagement au service d'une transformation émancipatrice. D'autre part, la contribution de Hunt illustre l'opérationnalisation d'une manière de penser pour éclairer une problématique politique et sociale spécifique, à savoir ici, la crise mondiale de santé mentale chez les jeunes.

Partager,

représente enfin une dimension essentielle de l'héritage de Yerxa. Comme McDonald le souligne, la transmission des savoirs et la formation des générations futures visent à encourager la passion, l'imagination et la rigueur scientifique au service de l'humanité. Cette volonté de diffusion dépasse toutefois les frontières de l'ergothérapie. Schneider et ses collègues soulignent combien la pensée de Yerxa a été nourrie par la transversalité disciplinaire et montrent comment cette ouverture peut aujourd'hui inspirer des dispositifs pédagogiques interdisciplinaires favorisant une compréhension plus riche et plus inclusive de l'occupation humaine...

« Quelles relations existe-t-il entre l'engagement dans l'occupation et la santé ? Comment chaque individu développe-t-il les compétences nécessaires pour poursuivre ses intérêts, atteindre ses objectifs, survivre, contribuer en société et trouver sa place unique au sein de sa culture ? ». Voici deux questions qui restent au cœur de notre société en faisant écho à de nombreux enjeux actuels. Pourtant, elles remontent déjà à plus de 25 ans dans les réflexions et préoccupations de Yerxa et témoignent de la vitalité de son héritage intellectuel : une manière de penser inspirante et intemporelle au service de la justice occupationnelle.

DERNIERS ARTICLES PARUS DANS LE JOS AVEC TRADUCTION DU RESUME EN FRANÇAIS

- Arnott, K., & Spring, H. (2026). "It's just that little slice of life for you". The meaning of outdoor swimming in lidos: An occupational perspective. *Journal of Occupational Science*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2649726>
- Babish, Y. R. (2026). Echoes of audacity: Courageous scholarship in the spirit of Yerxa's legacy. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 41–44. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2591935>
- Bailliard, A. (2026). Imagining occupation through embodiment and emplacement. *Journal of Occupational Science*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2654161>
- Bryant, W. (2026). The unreliable participant: Being a transformer in an uncertain world. *Journal of Occupational Science*, 1–11. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2615283>
- Buckingham, S. (2026). The only way is activism: Campaigning for sustainable, liveable environments for everyone in the short time we have. *Journal of Occupational Science*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2623624>
- Castro de Jong, D., & McCabe, T. (2026). Becoming a lifelong detective: Elementary, our dear occupational scientists. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 36–40. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2594034>
- Cezar da Cruz, D., & Morrison, R. (2026). "Significant, viable and fresh, a way of thinking and for all": Dialogues with Elizabeth Yerxa on the development of occupational science. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 31–35. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2591938>
- Donnelly, M. R., Liew, S.-L., & Jolles, M. P. (2026). Putting occupational science evidence into action: Contributions from the field of implementation science. *Journal of Occupational Science*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2615275>
- Eakman, A. M. (2026). "What is the connection between engagement in occupation and health?": Engagement in occupation and "well-beingness". *Journal of Occupational Science*, 33(1), 50–55. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2592129>
- Friedman, Z. L., Kenny, S., Simon, G., Lee, J., Giordano, K., Nealon, K., & Latawiec, J. (2026). A descriptive study identifying occupational priorities and perceptions of motherhood. *Journal of Occupational Science*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2600022>
- Hammell, K. W. (2026). Critical reflections on positioning as a "decolonial act". *Journal of Occupational Science*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2621354>
- Hejazi-Shirmard, M., Iranpour, F., Zakery, S., Baghban, A. A., & Azar, E. F. (2026). Predictors of occupational balance, life balance, and quality of life among Iranian community-dwelling older adults: A cross-sectional study. *Journal of Occupational Science*, 33(2), 340–351. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2595652>
- Hunt, E. (2026). Finding their own unique place in the culture: An occupational perspective on the global youth mental health crisis. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 45–49. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2592124>
- Kim, H. (2026). From demographic crisis to ethical dilemma: A critical occupational science perspective on South Korean pronatalism. *Journal of Occupational Science*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2622002>
- Kusche, N., Cameron, J., & Fallahpour, M. (2026). Lived experiences of occupational disruption in relation to masculine identity among a sample of German men with burnout syndrome: A phenomenological study. *Journal of Occupational Science*, 33(2), 414–430. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2599500>
- Leadley, S., Hocking, C., & Jones, M. (2026). The influence of poverty on children's patterns of participation in occupations, their well-being, and potential. *Journal of Occupational Science*, 1–28. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2600013>

- Linimayr, J., Schulze, C., & Josephsson, S. (2026). "Doing siblinghood": How playing and travelling transform meaning and identity of a sibling of a child with cerebral palsy: A narrative analysis. *Journal of Occupational Science*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2596337>
- McDonald, A. (2026). Reflections on the visionary impact of Dr Yerxa's scholarship of teaching and research in occupational therapy and occupational science. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 62–63. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2591944>
- Miranda, E. F. d. S., Silva, C. R., Pollard, N., Morrison, R., & Costa, L. A. (2026). Occupation has color, gender, and class: A study on the experiences of peripheral Black Brazilian women from an intersectional perspective. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 208–226. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2598774>
- Ogura, S., & Forwell, S. J. (2026). Filmmaking as a research method: Foregrounding the meaning of an occupation based on relationality. *Journal of Occupational Science*, 33(2), 431–444. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2592123>
- Schneider, J., Delos Reyes, R. C., & Sy, M. P. (2026). Teaching occupational science through interdisciplinary and intersectional approaches. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 56–61. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2593994>
- Tickle-Degnen, L. (2026). A primer in mentoring: Lessons from Dr Yerxa. *Journal of Occupational Science*, 33(1), 17–26. <https://doi.org/10.1080/14427591.2025.2606253>
- Tomizawa, R., Minakawa, S., & Gappmayer, G. (2026). Form, function, and meaning of text-based participation in a virtual community for individuals with schizophrenia. *Journal of Occupational Science*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2651448>
- Yamada, S., Nishida, Y., Nakagawa, Y., & Nagataki, S. (2026). Occupation, presence, and the contextual emergence of flow: A controlled experimental study in a simulated early occupational therapy context. *Journal of Occupational Science*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2650815>
- Yazici, M. R., Yazici, G. Z., & Akyurek, G. (2026). Reflecting on the importance of bridging the gap: Integrating environmental and occupational justice for inclusive well-being. *Journal of Occupational Science*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/14427591.2026.2615783>



LE COIN DU BUREAU

La chaleur s'installe, l'envie de glaces et de baignades se fait ressentir, l'odeur du basilic frais agrmente les salades en tout genre... Il y a comme un air d'été. À l'aube des grandes vacances, le Bureau éditorial de la RFRE fait ses cartons... ou plutôt les a déjà faits ! À la rentrée, le quartier général du Bureau éditorial de la RFRE déménagera de la Haute École du Travail social et de la Santé - Lausanne (HETSL) vers la Haute École de Santé - Vaud (HESAV) au sein du tout nouveau Campus Santé de Lausanne.

Un déménagement s'accompagne toujours de perspectives stimulantes, de nouveaux défis, mais aussi de nostalgie. N'oublions pas d'où nous venons : depuis la première édition en 2015, la HETSL contribue et soutient activement les activités de la RFRE. C'est donc avec un pincement au cœur et une infinie gratitude que nous tenons à la remercier sincèrement pour ces années de collaboration scientifique et humaine. Au-delà des souvenirs, nous espérons que les futures éditions de la revue continueront de faire vibrer ce lien précieux entre l'ergothérapie et les métiers du travail social.

Cette rentrée sera également marquée par le départ de Nicolas Kühne, directeur de la publication, tête pensante et cœur battant de la revue, qui quitte ses fonctions. Après plusieurs années à explorer les pratiques, questionner les « évidences » et encourager la réflexivité, il est temps pour lui d'entreprendre une nouvelle étude de cas, dont il devient le premier sujet, avec pour thématique : la retraite. Nous nous réjouissons d'ores et déjà de lire son prochain manuscrit, qui pourrait notamment articuler la durabilité, la justice occupationnelle, les co-occupations et les résultats du *Occupational Gap Questionnaire*... Nous le remercions chaleureusement pour son engagement, son expertise et sa précieuse contribution au développement de la revue au fil des années. Bon vent, Nicolas, dans cette transition occupationnelle !

Pour assurer la continuité, Marc-André Pellerin reprendra le flambeau, accompagné de l'équipe du bureau éditorial et de collaboratrices dont les noms seront annoncés prochainement.

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.v12n1.10124

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



Une nouvelle configuration, un nouveau décor, mais toujours la même motivation à faire vivre la revue et à mettre en valeur la recherche francophone en ergothérapie.

Enfin, nous profitons de ce « Coin du bureau » pour féliciter chaleureusement Yasmine Frikha, membre du comité éditorial de la revue, pour la soutenance de sa thèse sur l'identité professionnelle des ergothérapeutes au sein des équipes interprofessionnelles. Un immense bravo à elle !

Entre nouveaux bureaux, nouveaux repères et transmission des responsabilités, le Bureau poursuit donc son chemin avec enthousiasme. Nous nous réjouissons de vous retrouver dans les prochaines éditions de la RFRE... depuis notre nouveau port d'attache !

Pour le Bureau éditorial de la RFRE

Marion Gecaj, ergothérapeute, MSc, Assistante HES

Laurette Menviel, ergothérapeute, MSc, Assistante HES

Haute École du Travail social et de la Santé Lausanne (HETSL | HES-SO)