



PORTRAIT DE CHERCHEUR



KATHLEEN MATUSKA

Propos recueillis par Nadine Larivière et Sylvie Tétreault

Kathleen Matuska est une leader en ergothérapie, qui mérite d'être connue par tous et toutes. Elle a développé une expertise fort intéressante dans les sciences de l'occupation, particulièrement en ce qui a trait à l'équilibre occupationnel et la gestion de la fatigue. C'est une femme enjouée et déterminée. Actuellement, elle est professeure en ergothérapie à St. Catherine University dans la ville de St. Paul au Minnesota, aux États-Unis.

Kathleen a fait toutes ses études supérieures à l'Université du Minnesota à Minneapolis, soit son baccalauréat en ergothérapie (1977), sa maîtrise en administration publique (1990) et son doctorat en curriculum et instruction (2010). Au cours de sa carrière, elle a réalisé des recherches autant qualitatives que quantitatives. Kathleen rapporte que son intérêt pour la recherche a évolué au fil du temps. Elle a d'abord étudié la gestion de la fatigue chez les personnes présentant une sclérose en plaques. Son intervention visait à les soutenir pour qu'elles puissent adopter un mode de vie équilibré, et ce, malgré la présence d'une fatigue importante. En effet, sa formation en santé publique l'a amenée à se questionner sur différentes façons de promouvoir la santé et le bien-être, entre autres en tenant compte des configurations des occupations quotidiennes. Sa réflexion fait ressortir le rôle essentiel de l'ergothérapeute en ce qui a trait à la promotion de la santé auprès de la population générale.

Questionnée sur la réalisation dont elle est le plus fière, Kathleen Matuska mentionne spontanément tout son travail autour de l'équilibre de vie et la mesure qu'elle a développée, le *Life Balance Inventory* (Matuska et Christiansen, 2008), dont la version française est intitulée l'Inventaire de l'équilibre de vie (Larivière et Levasseur, 2016).

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.v4n2.111

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



Elle estime que l'équilibre de vie est un concept essentiel en ergothérapie, mais peu de recherches ont été faites sur ce sujet. Selon elle, les meilleures recherches sont celles qui réussissent à faire des liens entre les résultats obtenus et le bien-être des personnes. Elle apprécie grandement les études qui peuvent aller plus loin et explorer ce qui doit se faire après. Sa principale suggestion pour soutenir le développement de la recherche en ergothérapie est l'élaboration d'un programme de recherche axé sur les principaux indicateurs de la maladie et des incapacités. Un partenariat avec des chercheurs en santé publique peut aussi être un atout. Lorsqu'on lui demande de suggérer une lecture inspirante, Kathleen propose le livre suivant qui s'adresse à un public plus large et qui aborde l'équilibre de vie de façon simple :

Matuska, K. M. (2016). *Life Balance: Science and stories of everyday living*. Bloomington, Indiana : Balboa Press. www.kathleenmatuska.com

Au sujet de sa situation personnelle, Kathleen confie qu'elle est dans une étape de sa vie où elle a plus de temps pour elle, ses trois enfants adultes ayant quitté la maison. Elle fait régulièrement de l'exercice, et c'est pendant ces périodes que ses meilleures idées surviennent. Elle adore jardiner durant l'été, qui ne dure que quatre ou cinq mois dans sa région. L'hiver, ses activités sont plus sédentaires, et elle passe plus de temps à lire et à cuisiner. Les moments qu'elle apprécie le plus, dit-elle, sont les rencontres familiales et les échanges réguliers avec ses enfants et ses petits-enfants.

Kathleen Matuska commence à planifier la transition entre le monde du travail et une retraite en santé. Elle pense prendre sa retraite d'ici deux ou trois ans. Elle désire développer de nouveaux intérêts et envisage différentes formes de bénévolat, pourvu que ce bénévolat soit signifiant pour elle et valorisant. Elle est sensible à l'importance de l'équilibre occupationnel et elle se questionne sur la façon dont elle organisera son temps, en l'absence de la structure qu'offre le travail rémunéré. Actuellement, elle termine l'édition d'un nouveau livre, *Ways of Living: Intervention strategies to enable participation* (AOTA Press), qui devrait paraître à l'été 2019. En attendant, pour mieux connaître ses travaux, le lecteur pourra consulter les deux publications suivantes :

Matuska, K. (2012). Validity evidence for a model and measure of life balance. *Occupational Therapy Journal of Research: Occupation, Participation, and Health*, 32(1), 229-237.

Matuska, K. (2012). Description and development of the Life Balance Inventory. *Occupational Therapy Journal of Research: Occupation, Participation, and Health*, 32(1), 220-228.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Larivière, N., et Levasseur, M. (2016). Traduction et validation du questionnaire ergothérapeutique l'Inventaire de l'équilibre de vie. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 83(2) 103-114. doi : 10.1177/0008417416632260.

Matuska, K. M., et Christiansen, C. H. (2008). A proposed model of lifestyle balance. *Journal of Occupational Science*, 15(1), 9-19. doi : 10.1080/14427591.2008.9686602