



AU-DELÀ DES CONSÉQUENCES DE LA PANDÉMIE DE COVID-19 : SAISIR DANS CETTE CRISE MAJEURE LES OCCASIONS POUR METTRE EN AVANT L'APPORT DES SCIENCES DE L'OCCUPATION ET DE L'ERGOTHÉRAPIE POUR LE BIEN-ÊTRE DES POPULATIONS

Depuis le printemps 2020, le monde entier est face à une pandémie sans précédent dans notre histoire contemporaine. Les effets de la mondialisation et l'intensification de nos déplacements à travers le globe, que ce soit pour les loisirs ou nos activités professionnelles, ont grandement facilité la circulation du virus responsable de la pandémie de COVID-19, obligeant les autorités publiques de nombreux pays du monde à prendre des mesures drastiques et inédites. En effet, une majorité de pays ont imposé un, voire plusieurs confinements généralisés à leur population en vue de freiner l'épidémie. Quoique les modalités de confinement aient varié selon les pays, on a pu observer de façon générale la fermeture des commerces non essentiels, des bars, restaurants et espaces culturels, ainsi que des périodes d'assignation à domicile de la population. Nous avons ainsi toutes et tous été amenés à réinventer nos occupations, à nous adapter à de nouvelles routines chamboulées, à vivre avec les contraintes et les possibilités changeantes de notre environnement immédiat (lieu de travail, réseau social) et élargi (fermeture des frontières).

La pandémie de COVID-19, de par son apparition soudaine mais aussi parce qu'elle tend à se prolonger, pourrait avoir provoqué un changement important dans la manière dont les individus accèdent à leurs occupations habituelles et s'y adonnent, aussi bien à court qu'à long terme. Ce phénomène inédit pour la plupart des individus, en engendrant bon nombre de contraintes, s'apparente à un processus forcé d'adaptation occupationnelle dont la résultante est variable. En effet, certains individus ont pu profiter de cette conjoncture tout à fait nouvelle pour modifier, peut-être de manière durable, leur mode de vie afin de l'ajuster à leur identité occupationnelle souhaitée (parfois désirée depuis des années), alors que d'autres ont assisté à l'apparition d'une plus grande inadéquation entre leur routine d'occupations et leurs souhaits, désirs et aspirations.

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.v7n1.203

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



Pire encore, la pandémie de COVID-19 a contribué à exacerber les inégalités de toutes sortes en matière d'accès à certaines occupations comme l'éducation ou un travail décent rémunéré (Nations Unies, 2021).

Dans la littérature internationale, nous avons vu apparaître de nombreuses recherches évaluant l'influence de cette pandémie et de ses conséquences au regard des champs disciplinaires de la psychologie, de la sociologie, de la neurophysiologie, de l'addictologie ou de la chronobiologie. À titre d'exemple, des études ont été publiées au second semestre 2020 mettant en évidence les effets du confinement sur notre humeur (Susó-Ribera et Martín-Brufau, 2020), notre sommeil (Beck *et al.*, 2020) et nos activités quotidiennes (Alomari *et al.*, 2020 ; López-Bueno *et al.*, 2020).

En tant qu'ergothérapeutes, nous connaissons les liens délicats qui existent entre le maintien de la santé et l'engagement dans les occupations significatives (Balsler *et al.*, 2020 ; Lin et Fischer, 2020 ; Townsend et Polatajko, 2013). Cet équilibre précaire entre santé et occupations est plus que jamais mis en lumière par la situation pandémique, et les sciences de l'occupation, en tant que discipline distincte, permettent d'observer sous un angle original cette expérience vécue simultanément par l'humanité dans sa quasi-globalité. À nouveau, dans ce champ disciplinaire qui nous est propre, un intérêt accru est actuellement constaté pour cette problématique. Il est marqué à la fois par l'augmentation d'articles sur ce sujet, mais aussi par l'apparition d'éditions spéciales dans certaines revues comme le *Journal of Occupational Science* ou encore par des thématiques ciblées sur la résilience en période de COVID-19 lors du prochain congrès européen d'ergothérapie du COTEC.

Ce contexte pandémique est ainsi un terrain d'exploration grandeur nature pour aborder l'adaptation des occupations humaines en dehors du handicap ou de la déficience. Les ergothérapeutes sont bien souvent reconnus, au sein des équipes multidisciplinaires, pour leurs capacités d'adaptation et leur haut degré d'ingéniosité pour faciliter le quotidien des usagers dont ils prennent soin. En d'autres termes, ils sont reconnus pour leurs capacités à habiliter l'occupation auprès de leurs clients, ce qui constitue l'essence même de notre profession, soit « *notre compétence première et fondamentale* » (Polatajko *et al.*, 2015). Par le biais de plusieurs stratégies qui constituent les spécificités de notre profession, l'ergothérapeute facilite la participation et favorise ainsi le processus d'adaptation occupationnelle. Qu'elle soit considérée comme un processus interne de transformation qui survient lorsque la personne participe à une occupation, comme la résultante de la participation occupationnelle dans son ensemble, ou les deux simultanément, l'adaptation occupationnelle est intimement liée à la santé et au bien-être (Grajo *et al.*, 2018 ; Nayar et Stanley, 2015 ; Walder *et al.*, 2021).

Aussi avons-nous entrepris, au printemps 2020, dès les premiers jours de confinement, un projet de recherche (eCO3 : évaluation de la Compétence Occupationnelle durant le CONfinement lors de la pandémie de COVID-19) dont l'objectif général est d'évaluer l'impact du confinement sur l'adaptation occupationnelle de la population de plusieurs pays francophones (France, Belgique, Canada, Suisse). Dans un premier temps, nous avons cherché à déterminer si les personnes ont pu maintenir un bon niveau de satisfaction relativement à leur compétence occupationnelle malgré les

restrictions de liberté et de déplacement imposées par leurs gouvernements respectifs lors du confinement du printemps 2020. La seconde phase de cette étude s'intéressera à l'adaptation occupationnelle à plus long terme, plus d'un an après ce premier confinement. Cette phase permettra d'explorer les changements plus profonds survenus sur le plan identitaire, mais aussi les stratégies mises en place pour réinstaurer un état de bien-être face à cette nouvelle réalité.

La pandémie de COVID-19 a mis en lumière la force et l'aspect bénéfique des routines quotidiennes et des occupations auxquelles nous nous adonnons parfois sans conscience de leurs bienfaits, jusqu'à ce que nous en soyons subitement privés. Ce qui était considéré antérieurement comme un loisir est aujourd'hui parfois devenu une nécessité, comme le montre l'engouement pour certaines activités extérieures (marche, course à pied, vélo). Et, plus dramatiquement, ce qui était considéré comme un droit (droit à l'éducation entre autres) n'est plus désormais une priorité dans certains pays à faible indice de développement humain. L'ensemble de ces restrictions occupationnelles sont suspectées d'avoir contribué, de diverses façons, à la dégradation de la santé globale des populations. Pour l'heure, les conséquences commencent à peine à se mesurer et il est difficile de prévoir comment nos sociétés parviendront à y faire face. L'expertise des ergothérapeutes sera donc plus que nécessaire dans la phase postpandémique et cette expertise devra s'appliquer au-delà de la déficience ou du handicap. Cette crise met à nouveau en évidence l'importance pour les ergothérapeutes d'agir en prévention, d'être des facilitateurs à l'occupation pour l'ensemble de la population, des plus nantis aux plus vulnérables.

Aline Doussin, ergothérapeute, M.erg, chercheure collaboratrice centre de recherche du Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches (CISSS-CA), Hôtel-Dieu de Lévis, Lévis, Canada.

Samuel Pouplin, ergothérapeute, PhD, Université Paris-Saclay, UVSQ, ERPHAN, Versailles ; Plate-Forme Nouvelles Technologies, Hôpital Raymond Poincaré, APHP, Garches ; France.

Nicolas Biard, ergothérapeute, PhD, Université Paris-Saclay, UVSQ, ERPHAN, Versailles, France.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Alomari, M. A., Khabour, O. F., et Alzoubi, K. H. (2020). Changes in physical activity and sedentary behavior amid confinement: The BKSQ-COVID-19 Project. *Risk Management and Healthcare Policy*, 13, 1757-1764. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S268320>
- Balsler, A., O'Brien, S. P., et Wittman, P. (2020). Doing it right: OT meeting population needs with COVID-19. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 8(4), 1-6.
- Beck, F., Léger, D., Fressard, L., Peretti-Watel, P., et Verger, P. (2020). COVID-19 health crisis and lockdown associated with high level of sleep complaints and hypnotic uptake at the population level. *Journal of Sleep Research*, 30(1). <https://doi.org/10.1111/jsr.13119>
- Grajo, L., Boisselle, A., et DaLomba, E. (2018). Occupational adaptation as a construct: A scoping review of literature. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 6(1). <https://doi.org/10.15453/2168-6408.1400>
- Nations Unies. (2021, 20 février). *La Covid-19, un accélérateur des inégalités sociales*. <https://unric.org/fr/la-covid-19-un-accelerateur-des-inegalites-sociales/>
- Lin, T. T., et Fischer, G. (2020). Applying the Model of Human Occupation during the pandemic stay-at-home order. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 8(4), 1-7. <https://doi.org/10.15453/2168-6408.1770>
- López-Bueno, R., Calatayud, J., Andersen, L. L., Balsalobre-Fernández, C., Casaña, J., Casajús, J. A., Smith, L., et López-Sánchez, G. F. (2020). Immediate impact of the COVID-19 confinement on physical activity levels in Spanish adults. *Sustainability (Switzerland)*, 12(14), 1-10. <https://doi.org/10.3390/su12145708>
- Nayar, S., et Stanley, M. (2015). Occupational adaptation as a social process in everyday life. *Journal of Occupational Science*, 22(1), 26-38. <https://doi.org/10.1080/14427591.2014.882251>
- Polatajko, H. J., Njelesani, J. E., et Davis, J. A. (2015). Expliciter notre compétence première et fondamentale : un appel à une recherche mondiale sur l'habilitation à l'occupation. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 82(4), 210-211. <https://doi.org/10.1177/0008417415603716a>
- Suso-Ribera, C., et Martín-Brufau, R. (2020). How much support is there for the recommendations made to the general population during confinement? A study during the first three days of the COVID-19 quarantine in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124382>
- Townsend, E. A., et Polatajko, H. J. (2013). *Habiliter à l'occupation. Faire avancer la perspective ergothérapique de la santé, du bien-être et de la justice par l'occupation*. CAOT Publications CAE.
- Walder, K., Molineux, M., Bissett, M., et Whiteford, G. (2021). Occupational adaptation – analyzing the maturity and understanding of the concept through concept analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 28(1), 26-40. <https://doi.org/10.1080/11038128.2019.1695931>