

## Identité occupationnelle

---

Selon Townsend, l'identité occupationnelle est exprimée et assumée par l'occupation. En effet, les occupations se choisissent. Elles donnent aussi un sens à la vie, elles sont des déterminants du bien-être, elles permettent d'organiser les comportements, elles se développent et se transforment tout au long de la vie et elles sont prédisposés aux changements de l'environnement. L'identité occupationnelle de Valérie a changé ces dernières années, elle était une étudiante au CÉGEP et aujourd'hui elle travaille à temps plein. En tant qu'étudiante, Valérie s'est adonnée à plusieurs occupations qui ont servi à bâtir son identité occupationnelle. En effet, elle était meneuse de claques, une occupation qui lui a procuré un sentiment de fierté et d'accomplissement personnel puisque son équipe a remporté le championnat provincial à deux reprises. De plus, ses sorties avec ses amies répondent aussi à ses valeurs. Effectivement, Valérie tient beaucoup à l'amitié et les sorties lui procurent un sentiment d'appartenance. Ces occupations ont toutes eu une influence positive sur son état psychologique et son bien-être puisqu'elle effectuait des activités qu'elle appréciait. En effet, elle était en état de flow, un état qui veut que la personne ressente un sens de transcendance, comme si les barrières avaient été élargies (Csikszentmihalyi, 1993). En conséquence, l'état de flow et l'affirmation de son identité personnelle ont contribué à son intégration sociale. Cependant, cet état de bien-être a été bouleversé lorsqu'elle a décidé d'avantager ses études et d'abandonner l'équipe de meneuse de claques. Ce fut un choix difficile puisqu'elle renonçait à une partie de son identité, mais elle a choisi d'adhérer à la valeur de la réussite scolaire.

Cependant, ses valeurs sont à leur tour influencées par l'environnement, tels que ses parents qui prônent plutôt le travail et l'autonomie fonctionnelle. Cette influence extérieure était si prépondérante qu'elle a renoncé à son occupation d'étudiante et a choisi d'occuper un poste à temps plein. Cette occupation assure sa nouvelle identité occupationnelle. Cependant, ce travail est peu stimulant et l'isole de son réseau social (qui ne partage plus les mêmes occupations qu'elle). Tout ce qui définissait préalablement Valérie a changé suite à son changement d'occupation, malgré qu'elle soit demeurée la même personne. Ce changement soudain d'identité nuit à son

intégration sociale qui, par la suite, nuit à son adaptation parce qu'elle n'est pas en état de «flow» donc de bien-être et cela se répercute sur sa qualité de vie. Valérie doit être en accord avec son identité occupationnelle afin de pouvoir retrouver son bien-être.

En pratique, l'ergothérapeute se centre sur l'occupation. L'objectif est d'aider une personne en l'aidant à reconstruire son identité occupationnelle. Une fois que cela est fait, la personne aura une plus grande facilité à s'intégrer dans la société puisqu'elle effectuera des tâches qu'elle a choisies et qui sont en accord avec son identité occupationnelle.