Horaire occupationnel

L’horaire occupationnel est un concept faisant référence à la réalisation des occupations quotidiennes en fonction du temps, c’est-à-dire, la façon dont les activités basées sur les occupations sont reparties pendant la journée. Cette répartition des occupations varie beaucoup d’un individu à l’autre en fonction de l’état physique, de l’âge, des habitudes, de la personnalité et de la culture1. Ainsi, une personne atteinte de la sclérose en plaques, par exemple, et qui se déplace en fauteuil roulant pourrait devoir accorder plus de temps à la réalisation de ses activités de la vie quotidienne (AVQ) comme ses soins personnels, ce qui influencera son horaire occupationnel (Vidéo de M. Ouellet). De plus, l’horaire occupationnel d’une personne peut également être influencé par les modifications de l’environnement, comme le changement de saisons ainsi que par des facteurs physiologiques incluant *l’horloge biologique interne* «biological clocks». En effet, des recherches montrent que tout être humain possède un cycle naturel interne qui serait influencé par des changements hormonaux et environnementaux1. Selon le modèle *Lifestyle Performance*, l’influence de l’environnement se manifeste dans le type d’activités ou d’occupations qui caractérisent une situation donnée2.Tous ces facteurs ont un impact non seulement sur le choix des activités, mais également sur le temps accordé à celles-ci et l’ordre dans lequel elles se retrouvent. Par ailleurs, certains éléments comme les routines, les rituels, les habitudes et le style de vie d’une personne ont une importance considérable sur la répartition des activités quotidiennes1.

Dans le cas de M.Khami, on remarque que son horaire occupationnel a été grandement bouleversé suite à sa chute dans les escaliers de son domicile. En effet, puisqu’il ne peut plus travailler, le temps qui, auparavant, était consacré à son travail d’organisateur de congrès et d’événements spéciaux, est maintenant remplacé par d’autres occupations. Il accorde la majeure partie de son temps à son principal loisir qui est de lire la Bible. Ses croyances religieuses et son style de vie peuvent expliquer ce choix. Par ailleurs, le fait qu’il ne peut plus conduire sa voiture, limite ses déplacements et il passe donc plus de temps à son domicile. Des changements physiques et environnementaux, comme la perte d’emploi, ont donc eu comme conséquence de modifier l’horaire occupationnel de M.Khami.

Dans une perspective ergothérapique, les clients doivent dans la plupart des cas faire face à des modifications de leur horaire occupationnel suite à une situation invalidante comme une maladie ou un traumatisme. Ils doivent, par exemple, accorder plus de temps à leurs activités de la vie quotidienne (AVQ) en dépit de leurs activités de productivité ou de loisir. Des changements dans leur environnement, comme un changement de résidence, peuvent également les amener à devoir modifier certaines habitudes, routines ou rituels. Les modifications de l’horaire occupationnel peuvent être difficiles à accepter pour certaines personnes. Il est donc important pour l’ergothérapeute de bien comprendre l’horaire occupationnel antérieur de ses clients pour pouvoir les accompagner dans leur nouveau quotidien.

## Référence

Christiansen, C.H. (2005). Time use and patterns of occupations. Dans C.H. Christiansen, C.M. Baum, et J. Bass-Haugen (Eds.). *Occupational therapy: Performance, participation, and well-being* (3e éd., pp. 71-85). Thorofare, NJ: Slack Inc.

2Velde, B. P., et Filder, G. S. (2002). The environmental context. Dans B. P. Velde G. S. Filder (Eds.). *Life-Style Performance: A model for engaging the power of occupation* (pp. 43-53). Thorofare, NJ: Slack Inc.