

Adaptation

Youngstrom définit l'adaptation comme étant le processus interne par lequel chaque individu répond à la demande de changement. La personne change en incorporant des nouvelles compétences et habitudes dans leur performance occupationnelle quotidienne (Youngstrom, 2005). Ainsi, cette habileté fait référence aux démarches qu'un individu entreprend en réponse aux changements. Ces démarches touchent les sphères de la personne, l'occupation et l'environnement.

Dans la situation de Valérie, nous pouvons voir sa capacité d'adaptation selon son mode de vie passé et son mode de vie présent. D'abord, pendant sa vie d'étudiante au CÉGEP, Valérie a dû faire un changement de ses occupations parce qu'elle n'arrivait plus à répondre aux exigences académiques en raison du temps consacré à ses loisirs. Elle a choisi d'abandonner ses activités parascolaires afin de pallier à ce problème et de tenter d'augmenter ses résultats scolaires. Puisqu'elle a été acceptée dans le programme désiré à l'Université Laval à Québec et non à Montréal, Valérie a fait preuve d'adaptation de ses occupations lorsqu'elle est passée d'étudiante au CÉGEP à employée à temps plein dans un centre d'appel dans le but de payer ses études et son logement à Québec. Cela peut être perçu comme une privation occupationnelle (se référer au texte sur la privation occupationnelle). L'adaptation des occupations occasionne un changement de l'environnement physique de Valérie, car elle vit maintenant en appartement. Son adaptation à cette situation se manifeste notamment par la gestion efficace de son argent (elle épargne de l'argent petit à petit) et par l'exaltation qu'elle ressentait au début de son emménagement. Or, une fois sa routine d'employée installée et la disponibilité de ses amis diminuée, Valérie se retrouve avec un vide dans son environnement social. Ce dernier n'a pas été comblé par la jeune femme qui ne trouve pas l'intérêt de se lier d'amitié avec ses collègues de travail. La réponse de Valérie à ce changement n'est pas adéquate et ne lui permet pas de continuer à être dans un état de bien-être (voir le texte se rapportant à ce sujet). Pour qu'une adaptation soit optimale, Valérie devrait s'adapter à ce milieu de travail en favorisant l'interaction avec ses paires.

Un exemple d'une adaptation favorable à l'environnement est celui qu'a dû faire monsieur Ouellet. La maladie était contraignante puisqu'elle faisait en sorte que monsieur Ouellet devait changer ses occupations et travailler à partir de la maison afin de remanier à cet obstacle. Le matin, il dépendait de l'horaire des préposés qui n'étaient pas toujours à son avantage. Ainsi, grâce à cette adaptation, Monsieur Ouellet continue à avoir des occupations.

L'ergothérapeute procède souvent à des adaptations de l'environnement d'un client. Cela implique parfois un changement d'occupation pour le client afin de subvenir à ses besoins. Ceux-ci sont : prendre soin de soi, se divertir et contribuer à l'édifice social et économique.