

EL SENTIDO DE LA OCUPACIÓN

THE SENSE OF OCCUPATION

Descriptores

DECS: Terapia ocupacional.

Palabras Clave de la Autora: Ocupación, actividad, terapia ocupacional, experiencia óptima.

MESH: Occupation, Occupational therapy.

KEY WORDS: Occupation, activity, occupational therapy, optimal experience



Dra. Dulce María Romero Ayuso

Subdirectora del Centro de Estudios Universitarios de Talavera de la Reina. Universidad de Castilla-La Mancha. Terapeuta ocupacional.

Dulce.Romero@uclm.es

Como citar este artículo en sucesivas ocasiones:

Romero Ayuso D. El sentido de la ocupación. TOG (A Coruña) [Revista en Internet]. 2010 [fecha de la cita]; Vol 7, Supl. 6: p 59-77. Disponible en:

<http://www.revistatog.com/suple/num6/romero.pdf>

Texto recibido: 30/09/2009
Texto aceptado: 01/10/2010

Introducción

“Los terapeutas ocupacionales tienen la responsabilidad de ayudar a las personas a transformar sus vidas a través de permitirles o darles la posibilidad de ser y hacer. Somos parte de este proceso de construcción y deberíamos constantemente estar recordando la importancia de esta tarea”. (1)

En el año 2003 la Federación Mundial de Terapia Ocupacional (WFOT) publicó un documento en el que recoge hasta 28 definiciones diferentes de Terapia Ocupacional, según el país de origen. Esta gran diversidad nos anuncia la riqueza y amplitud conceptual de la Terapia Ocupacional. Nos alerta sobre la diversidad de las posibles visiones de la terapia ocupacional. El mundo y, por tanto, lo cognoscible para el ser humano puede ser entendido y vivido de muy diferentes maneras, tantas como seres humanos hay. No

RESUMEN

El término ocupación ha sido utilizado de manera controvertida tanto en la literatura de terapia ocupacional como a nivel general. La ocupación es un concepto nuclear en la profesión del terapeuta ocupacional. Tradicionalmente se ha diferenciado el uso de la ocupación como medio y/o la ocupación como fin. Esta pluralidad es especialmente frecuente en los debates entre teóricos y clínicos, que encuentran difícil trasladar el uso de la ocupación como fin a la práctica diaria. A pesar de haber diversas visiones de la ocupación, se pueden señalar algunos factores comunes en ellas: el reconocimiento de la necesidad del ser humano por ser y estar activo; ocupar su tiempo en distintos tipos de ocupaciones (mantenimiento personal, productividad, ocio y descanso); el desarrollo de la identidad como ser ocupacional, activo y dedicado a la realización de ocupaciones, de actividades con un fin o propósito, a las que se les da un sentido; la relación entre la elección y el desempeño de las ocupaciones y la percepción de la calidad de vida. Finalmente, se enfatiza la importancia de considerar el sentido que tienen las ocupaciones para lograr un uso terapéutico de las mismas.

SUMMARY

The term occupation has been used so controversial in both the literature of occupational therapy as popularly. The occupation is a nuclear concept in the profession of occupational therapist. Has traditionally been differential the use of the occupation as a means and/or occupation as end. This plurality especially is frequent in the discussions between theoretical and clinical, which are difficult to translate the use of the occupation as an end to the daily practice. Despite having different visions of the occupation, we can draw some common factors in them: the recognition of the need of human beings to be and be active, occupy their time in different types of occupations (maintenance, productivity, leisure and rest); the development of the identity as be occupational, active and devoted to the realization of occupations, of activities with a purpose, to which gives them a sense; the relationship between the election and the performance of the occupations and the perception of the quality of life. Finally, emphasizes the importance of considering the sense that have the occupations to achieve a therapeutic use of the same.

obstante, incluso considerando esta pluralidad, es cierto que existen varios aspectos o factores que podemos considerar prácticamente transversales y comunes a las diferentes *visiones de la ocupación*, en el ámbito de la terapia ocupacional, que progresivamente se va enriqueciendo con nuevos hallazgos, investigaciones, evidencias científicas y estudios historiográficos. En función del país y la influencia de los paradigmas dominantes se utiliza más el término actividad u ocupación para referirse al instrumento fundamental en el ejercicio aplicado de la terapia ocupacional, en forma de ocupación o actividad terapéutica. En este sentido, consideramos aconsejable revisar algunas ideas sobre la teoría y la práctica de la terapia ocupacional y algunos enunciados teóricos relacionados con la *ocupación*. Como suele ocurrir en ciencia, su elección no es casual e inocente. Obedece a una coherencia con la línea del pensamiento del autor. Advertimos al lector de que sólo es una propuesta, una posibilidad, e invitamos a que cada cual haga el esfuerzo de reflexionar sobre su propia visión de la ocupación, en el contexto de la terapia ocupacional.

La ocupación en terapia ocupacional

En el lenguaje cotidiano y en la literatura de la terapia ocupacional, la ocupación es un

término ambiguo (2). Sin embargo, la ocupación es el concepto básico de la profesión de terapia ocupacional (3).

Larson, Wood y Clark (4) señalan que *"la ocupación son las actividades que comprometen nuestra experiencia vital y pueden ser nombradas en la cultura"* (p.16). Es conveniente señalar, no obstante, que el objeto de estudio de la terapia ocupacional no es cualquier ocupación, sino la ocupación terapéutica, usada como terapia, como medio para remediar, curar o aliviar cuando menos. De acuerdo con Larson, Wood y Clark (op.cit), no es el simple uso y estudio de la ocupación o actividad, al que ya se dedican otras disciplinas científicas, como la Antropología o Psicología. En este sentido, estos autores indican una serie de características que debe cumplir la ocupación en este contexto terapéutico:

- Son acciones con un inicio y un fin claramente identificables.
- Son repetibles, intencionales y conscientemente ejecutadas.
- Tienden a ser significativas en el contexto de la vida de una persona.
- Pueden contribuir a la identidad.
- "Son intermedias en términos de alcance: comprenden unidades del hacer que ocupan un sitio entre los micro-comportamientos, como cepillarse el cabello o recortarse las uñas, y preocupaciones vitales tan globales como intentar ser una persona humanista".
- Los miembros de la cultura dan nombre a las ocupaciones. El lenguaje cotidiano designa fácilmente las ocupaciones, porque están compuestas por actividades habituales más que idiosincráticas.

Una perspectiva más amplia y ambiciosa es la propuesta por Law, Baum y Dunn (2005) (5): *"La ocupación es todo lo que hacemos en la vida, incluyendo acciones, tareas, actividades, pensar y ser."* (p.340).

Otros autores señalan que la naturaleza ocupacional del ser humano es una necesidad básica, así se entiende que la ocupación es un imperativo biológico,

evidente en la evolución de la humanidad (Dickie, 2009, p.16) (6) (7). Esto ha hecho que la ocupación haya sido asociada a las actividades de supervivencia, de autocuidado y mantenimiento personal. Desde la fundación de la terapia ocupacional como disciplina, se ha enfatizado la naturaleza ocupacional del ser humano:

“Nuestra concepción del hombre es la de un organismo que se mantiene y equilibra a sí mismo en el mundo real y actual, por estar en la vida activa y hacer un uso activo de la misma, por ejemplo, utilizando y viviendo e interpretando su tiempo en armonía con su propia naturaleza y la naturaleza que le rodea. Es el uso que nosotros hacemos de nosotros mismos lo que da un último sello o definición a todo nuestro ser” (Meyer, 1922, p.5.) (8).

La ocupación humana desarrollada mediante la evolución de generaciones y actualizada diariamente mediante el aprendizaje, contribuye al mantenimiento del estado de salud, la calidad de vida y la supervivencia de las personas y de la sociedad (9-10).

Kielhofner (11-12) entiende que la naturaleza ocupacional es algo fundamental en las personas. De este modo, las personas se involucran en ocupaciones porque es realmente necesario para la supervivencia. Desde otras perspectivas, también se reconoce que es a través de la acción, de las actividades que realizamos desde el nacimiento como se produce el desarrollo humano y el aprendizaje. Sin la intención, el protomotivo de curiosidad, el bebé no mostraría interés por el entorno. Este autor, también señala otro elemento clave de la ocupación: es a través de las ocupaciones como damos sentido a la vida. Las ocupaciones son una fuente de sentido y significado para la experiencia humana a través del hacer.

También se ha considerado que las ocupaciones son actividades propositivas, una clase general de acciones humanas que están dirigidas a metas y con un cierto sentido o significado, de acuerdo con los filósofos existenciales, es decir,

el propósito y la elección son necesarios para la calidad de vida (13-15). Por tanto, la percepción de nuestra calidad de vida se verá influida por la posibilidad de elegir las cosas a las que nos dedicamos, en qué ocupaciones nos involucramos, así como en la percepción del sentido que tengan esas actividades u ocupaciones.

La ocupación es un fenómeno complejo, altamente individualizado y que ocurre en un ambiente en el flujo de tiempo. Este proceso continuo de actuar e interactuar con el entorno hay que entenderlo contextualizado dentro del ámbito cultural en el que se produce: "*las ocupaciones son las "las actividades... de la vida diaria, nombradas, organizadas y dadas un valor y significado por los individuos y una cultura. Es todo lo que la gente hace para ocuparse a sí mismo, incluyendo cuidarse, divertirse y contribuir al tejido social y económico de sus comunidades"*. (16) (p.32).

Otros autores han señalado la importancia que tiene lo que hacemos en el desarrollo de la identidad personal, como fuente de significado. Hinojosa y Kramer (3) entienden que la ocupación es el conjunto de actividades que las personas realizan para llenar su tiempo, dando sentido a su vida, organizándose alrededor de diferentes roles con el objetivo de sobrevivir, por necesidad y para dar significado a su vida. Es una combinación, individualizada y única de las actividades que comprenden las ocupaciones de un individuo.

Además, junto con la conceptualización de lo que se considera una ocupación, en terapia ocupacional se ha empleado el término de actividad, considerándolas como aquellas actividades útiles que todas las personas realizan, como herramientas o medios de comunicación, que también utilizan los terapeutas ocupacionales para mejorar o facilitar el rendimiento y como medio o vehículo para lograr un cambio. El estudio de la función, considerada como la capacidad para realizar las actividades necesarias en las ocupaciones, se ha convertido en un elemento cada vez más importante para la sociedad actual, a la hora de

describir el desempeño o los posibles cambios que se producen en una persona a lo largo del tiempo. La función es considerada más bien como un producto que como un proceso (o medio) para lograr un cambio. También Hammell (2004) (15) indica que la ocupación es una fuente de significado y propósito, elección y control (p. 299).

¿Qué hacemos? O ¿A qué nos dedicamos? siempre ha desempeñado un papel importante en las conversaciones sociales acerca de lo que somos (16), habitualmente referida a la ocupación laboral. Sin embargo, en terapia ocupacional se entiende la ocupación como todo lo que realiza la persona con sentido y con un propósito. Por tanto, la identidad ocupacional, concepto emergente en la literatura de terapia ocupacional, se refiere a la contribución de la productividad, el ocio y el autocuidado en el desarrollo y mantenimiento de la identidad ocupacional y a los aspectos públicos y privados de la identidad ocupacional. Tradicionalmente, se ha vinculado la ocupación con tres áreas de desempeño: mantenimiento personal, actividades productivas y actividades de ocio y descanso. De este modo, se entiende que el estudio de la ocupación requiere considerar a la persona como el autor de su trabajo, descanso, juego, ocio y mantenimiento. La ocupación es un proceso activo de vida: desde el comienzo al final de la vida, nuestras ocupaciones son todos los procesos activos de cuidarnos a nosotros mismos y de cuidar a otros, disfrutando la vida y siendo productivo social y económicamente a lo largo de la vida y de los diferentes contextos (Townsend, 1997, p.19) (17).

La identidad de la persona emerge de un armonioso balance de muchas ocupaciones significativas en las que las personas se comprometen o involucran en el tiempo (18-20). Las ocupaciones son fundamentales para la identidad y competencia personal, e influyen en cómo pasa el tiempo y en la toma de decisiones (21). De este modo, es un elemento clave en la práctica clínica conocer la identidad ocupacional de un paciente o usuario, la exploración sobre qué ocupaciones son las más significativas en su vida. Comprender la naturaleza de la identidad ocupacional puede ser necesario inicialmente para el

desarrollo de un enfoque de colaboración y adhesión con el fin de lograr una intervención más eficaz de la terapia ocupacional (20).

En este sentido, Christiansen (18) indica que la ocupación es uno de los principales medios para desarrollar y expresar la identidad personal. Propone que la identidad es fundamental para la vida social porque ofrece un contexto para dar significado a las experiencias cotidianas y de interpretación acordes con el tiempo en el que se vive (18). Propone que la identidad también proporciona una base para fijarse objetivos y para la motivación, nos orienta hacia el futuro. Afirma que la competencia en el desempeño de las tareas y ocupaciones contribuye a conformar la identidad y que la consecución de una identidad aceptable contribuye a la coherencia y al bienestar personal. Los profesionales de la terapia ocupacional ayudan a resolver los retos o desafíos en la identidad, contribuyendo al significado y bienestar de la persona (19).

También otros autores han llegado a conclusiones similares. Por ejemplo, Griffith et al (17) basándose en el modelo canadiense de rendimiento ocupacional, exploraron la ocupación significativa y la definición de la espiritualidad en una comunidad de personas mayores con pérdida de autonomía, a través de un estudio cualitativo, con entrevistas en profundidad. Los resultados de este estudio mostraron que el proceso de dar sentido a la ocupación implicaba un vínculo intrínseco entre la identidad y la ocupación significativa, siendo la identidad un elemento clave en la vida de la persona. Tras la pérdida de autonomía, se produce un proceso de ajuste de identidad, que incluye aspectos sociales, psicológicos y espirituales.

Además, la *Asociación Americana de Terapia Ocupacional* (AOTA) (21) añade que a través del compromiso en diferentes ocupaciones las personas logran un sentido de competencia y muestran un sentido de satisfacción y plenitud. Cada ocupación está compuesta por varias actividades propositivas (22). Lo que realmente caracteriza a la ocupación es que esas actividades toman un lugar

central por la importancia y significado que tienen para la persona. Las actividades con un fin, un propósito, están circunscritas a un contexto, que solicita una determinadas demandas, temporales, físicas- espaciales, culturales, sociales, ...,.

La participación en una ocupación puede suponer desarrollar un mayor autocontrol (23). En el ámbito productivo, la ocupación permite que las personas sean económicamente autosuficientes. Además, ayuda a organizar el tiempo y el uso de los diferentes recursos del entorno. Por otro lado, la participación en ocupaciones influye en la salud (23-24).

Sin embargo, un aspecto que apenas se señala es que no todas las ocupaciones o actividades propositivas son beneficiosas. Hay ocupaciones negativas, destructivas, que alteran la vida personal y comunitaria. (22).

En este contexto cabe la siguiente cuestión *¿qué interés tiene para la TO la ocupación?, ¿qué tipo de ocupaciones son de interés para la terapia ocupacional?*

Reilly, en 1962, señaló que la ocupación era el único medio terapéutico de la terapia ocupacional (23-24) (4).

La teoría de la terapia ocupacional se ha preocupado principalmente por las ocupaciones con propósito , pero esto parece insuficiente para abordar *¿qué actividades son significativas para las diferentes personas?*.

En este sentido, cabe diferenciar que históricamente la ocupación ha sido empleada como medio o como fin, haciendo oscilar la balanza hacia un lado o hacia otro, en función de los paradigmas dominantes en las ciencias de la salud y los modelos desarrollados en terapia ocupacional. Sin embargo, ambos usos son lícitos y han sido reconocidos como propios de la disciplina (22).

No obstante, hay una serie de características que nos permiten diferenciar la ocupación como medio de la ocupación como fin. De este modo, se entiende que *la ocupación como medio es el uso de la misma como un tratamiento para mejorar las capacidades y habilidades para el funcionamiento ocupacional*. Así:

1. Organiza las habilidades y capacidades (2, 25).
2. Motiva para comprometerse en ocupaciones terapéuticas
3. La ocupación a través de las tareas demandadas, remedia las capacidades y habilidades.

Por otro lado, *la ocupación como fin*:

1. Organiza las capacidades y habilidades dentro de las actividades, tareas y roles
2. Motiva hacia el compromiso en actividades, tareas y roles de vida (26).
3. La ocupación a través de la adaptación o educación, restaura las actividades y las tareas de los roles de vida (27-29).

Este hecho ha influido en que diversos autores señalaran a finales del siglo XX que el término ocupación en terapia ocupacional necesita ser seriamente reevaluado (30-31).

Las ocupaciones se han descrito por estar sujetas a normas, hábitos y habilidades, que son aprendidas en el curso del desarrollo y que, cuando están organizadas, permiten cumplir roles ocupacionales y lograr un sentido de eficacia.

Royeen indicó que existía una necesidad en la profesión de terapia ocupacional por mantener su pertinencia y responder a las tendencias actuales (32). Además, propone reconsiderar el concepto de la ocupación como una "respuesta adaptativa a la necesidad de la sociedad actual". Al igual que otros autores, indica que hay un uso ambiguo del término "ocupación" a la vez como medio y como fin. Por otra parte, indica que hay una necesidad política de

reconsiderar el término "ocupación", a la luz de la revisión de la Clasificación Internacional del Funcionamiento, Discapacidad y Salud (ICF), que incluye el uso de la palabra actividad. Finalmente, propone que *la ocupación debe ser considerada como el proceso de hacer con sentido, y que la actividad debe ser el resultado.*

En los últimos años diferentes autores coinciden en señalar que existe poca investigación sobre el proceso de dar sentido a la ocupación (33). King (7) presentó un meta-modelo sobre el desarrollo del significado de las experiencias de la vida cotidiana. El modelo propone que hay tres maneras fundamentales en que la gente da sentido a su vida: la pertenencia (relaciones), hacer (una participación significativa en las actividades), y la comprensión de uno mismo y del mundo (34). El modelo proporciona un marco de trabajo que aclara los supuestos de los distintos marcos disciplinarios de referencia con respecto al establecimiento de significado en la vida cotidiana.

El uso del tiempo se ha utilizado en el desarrollo de una psicología de "experiencia óptima" para ayudar al desarrollo de enfoques de rehabilitación psiquiátrica adecuada (35). El modelo de mantenimiento de significado (MMM) propone que las personas tienen una necesidad de buscar un sentido o significado a la experiencia cotidiana (36). Cuando este sentido o significado se ve amenazado, se reafirman representaciones alternativas como una forma de recuperar el sentido. Según el modelo, la gente puede reafirmar el sentido en ámbitos diferentes al que se produjo la amenaza (autoestima, incertidumbre, rechazo interpersonal, previsión de mortalidad). La gente responde a estas amenazas de manera muy similar, lo que sugiere que son expresiones de un impulso singular para generar y mantener un sentido de significado.

Acorde con esta propuesta, O'Connor y Chamberlain (1996) (12) indican que el significado en la vida es esencial para el funcionamiento psicológico. Reker y Wong (1988) han propuesto un esquema teórico de una estructura multidimensional de sentido y significado de la vida. O'Connor y Chamberlain

(op.cit.) realizaron un estudio cualitativo, con entrevistas en profundidad, y encontraron diferentes dimensiones claves que permiten interpretar o tener marcos coherentes que den sentido a las experiencias y acciones: fuentes, los componentes cognitivos, motivacionales y afectivos; la amplitud y profundidad (37).

Hammell (2004) (13) trasladó estos estudios para conocer las dimensiones de sentido en las ocupaciones de la vida cotidiana en terapia ocupacional. De este modo, consideró que en el momento en que se produce una crisis de salud, se produce la necesidad de buscar el significado, propósito y añade la necesidad de realizar una elección tras la interrupción en la vida o el incidente que altera la vida cotidiana. A pesar de que se defiende la importancia del significado en la ocupación, la teoría de la terapia ocupacional se ha preocupado principalmente con las ocupaciones con propósito, sin considerar el significado en las vidas de las personas (15). De este modo, Hammell (op.cit.) propone que la orientación fundamental de la terapia ocupacional debe considerar y dirigirse hacia *¿cuál es la contribución que hace a la ocupación en el sentido de vida de las personas?*. Así, entiende que la ocupación puede ser considerada como una entidad compuesta por las dimensiones de sentido: hacer, ser, pertenecer y llegar a ser. Propone una visión renovada de la ocupación en términos de "dimensiones de sentido" en lugar de dividir las actividades en autocuidado, productividad y ocio (38). Finalmente, propone centrarse en el significado, en lugar de las ocupaciones con propósito con la finalidad de la mejora de la calidad de vida.

El fin último de la terapia ocupacional es ayudar a las personas con déficit en el desempeño de la autonomía personal, independientemente del origen de este déficit y su modalidad, y expresar el sentido o significado a través de la actuación humana organizada u ocupación (39).

De nuevo, y acorde con los autores previos, Crabtree (15) subraya por qué la terapia ocupacional debería hacer hincapié en el rendimiento humano y su papel en la creación de sentido o significado. Además, indica que la ocupación podría definirse por el rendimiento humano intencional, organizada para satisfacer las demandas de auto-mantenimiento y la identidad en la familia y la comunidad.

Sin embargo, estas argumentaciones teóricas son difíciles de poner en práctica en el trabajo clínico diario. En este sentido, Gray (40) señala la dificultad de que muchos terapeutas ocupacionales puedan mantener la ocupación como el núcleo de su intervención terapéutica. Esta dificultad afecta al desarrollo de una identidad profesional coherente. Habitualmente, se toma como solución la reducción de la ocupación a las actividades básicas de la vida diaria o la justificación de la intervención diferenciando los conceptos de la ocupación como un fin y como medio para orientar la planificación y el tratamiento de terapia ocupacional. Según Hammell, simplificar la división de todas las ocupaciones en las categorías de autocuidado, productividad y ocio es arbitraria, carece de evidencia de apoyo, y promueve una doctrina del individualismo (41). En cambio y contraria a esta opinión, existe numerosa evidencia científica sobre este tipo de categorías como actividades que permiten estructurar el tiempo diario de la personas, tal y como expone Csikszentmihalyi (35, 42-48) . De hecho estas propuestas están en plena vigencia en la corriente actual de la psicología conocida como "psicología positiva".

Hammell (19) indica que las categorías de la ocupación podrían ser consideradas como restauración, como formas de conectarse y contribuir, como un compromiso en el hacer, y como forma de conectar el pasado y presente a un futuro esperanzador.

Estas diferentes perspectivas, pueden ser debidas a explicaciones en distintos planos o niveles, que no sólo consideramos válidas sino compatibles, e incluso pueden incorporarse las segundas en las primeras. De este modo, las "formas"

de la ocupación habitualmente pueden ser consideradas como actividades dirigidas al mantenimiento personal, supervivencia, como actividades productivas o como actividades de esparcimiento y descanso. A esto habría que matizar que el "sentido" o "significado" de cada ocupación puede ser diferente (y muy probablemente lo sea) para cada persona, permitiendo "conectarse y contribuir, como un compromiso en el hacer, y como forma de conectar el pasado y presente a un futuro esperanzador", en palabras de Hammell (19) y dependiendo de la edad de cada persona, su historia de desarrollo previa y cultura, entre otros condicionantes, estas ocupaciones están dirigidas a la satisfacción de necesidades más básicas, en busca de sentido, de gratificación, bienestar, calidad de vida o felicidad.

En concordancia con Hammell (20) consideramos que las teorías de la terapia ocupacional sobre la ocupación se beneficiarían de una base de pruebas sólidas derivadas de diversas perspectivas culturales (49). En cambio, sí que consideramos que también los hallazgos de los estudios de la cultura occidental son útiles, aunque no sean los únicos. Sí consideramos universal la clasificación de las ocupaciones. No por ser clásica, sino por existir evidencia científica sobre la categorización de las actividades en función de la distribución y uso del tiempo, matizando que lo que en una cultura puede ser llamado trabajo y considerado "esfuerzo o trabajo" para otra puede tener un significado diferente, pero en cambio sigue estando presente. Algunos esfuerzos por trasladar el significado de las ocupaciones y desempeño ocupacional en otra cultura se puede encontrar en Zango (50).

Finalmente, en la figura 1 presentamos un resumen de los elementos que pueden considerarse en el estudio de la ocupación.

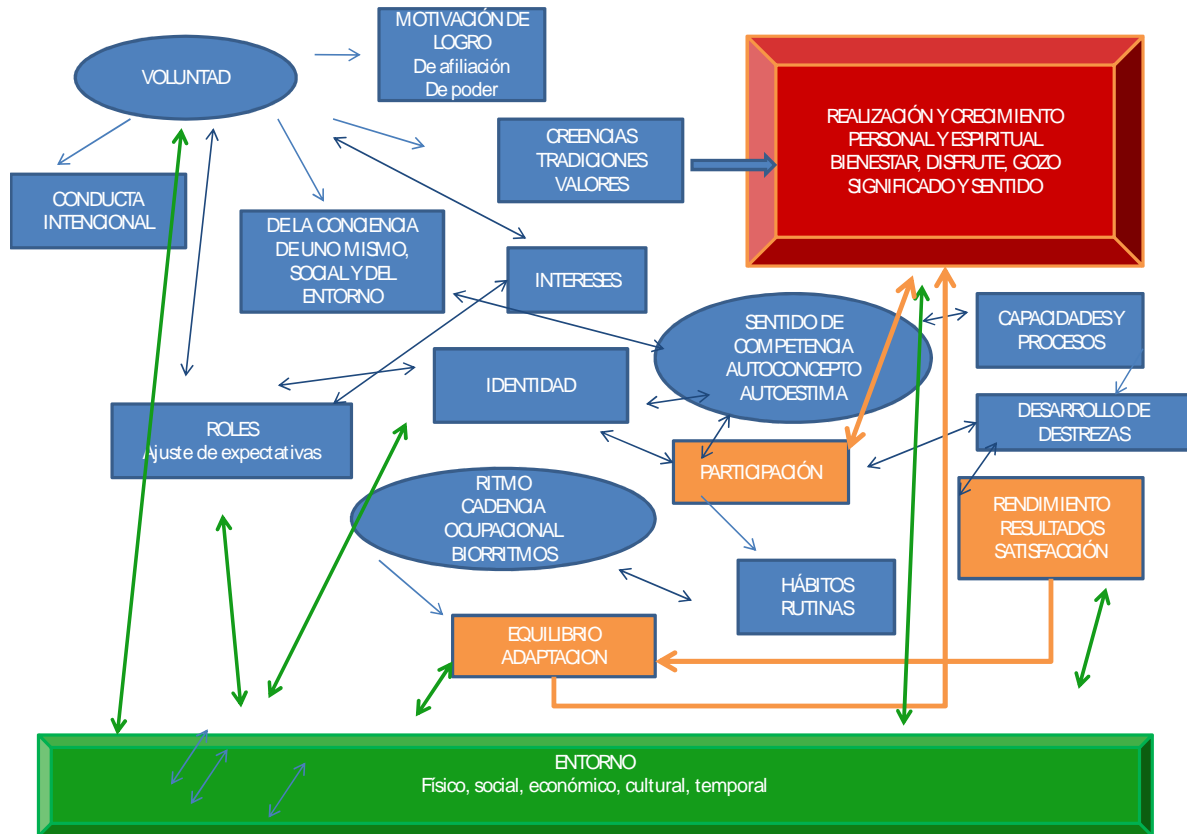


Figura 1. Elementos de la ocupación humana.

Conclusiones

En resumen podemos considerar que:

- El ser humano tiene una naturaleza ocupacional. El ser humano es un ser en continua actividad e intereses por actuar con el entorno, controlar el entorno y sentirse seguro.
- La ocupación tradicionalmente se ha entendido como actividades de mantenimiento personal, actividades productivas y actividades de ocio y descanso.
- Las ocupaciones además de ser propositivas, están dirigidas a un objetivo, se caracterizan especialmente por tener un sentido y significado para quien la desarrolla y para la cultura en la que tiene lugar.
- Al ser una conducta intencional, requiere motivación y tener conciencia de la situación, entorno y de uno mismo.

- La ocupación debe contemplarse considerando el contexto donde sucede: físico, social y cultural.
- La ocupación tiene un papel muy relevante en el desarrollo de la identidad personal.
- Tradicionalmente se ha empleado la ocupación como medio o como fin, siendo más complejo en algunos ámbitos clínicos el empleo de la ocupación como fin.
- Las experiencias en la vida cotidiana, a través de lo que hacemos y las ocupaciones son una fuente de significado y sentido para el ser humano, para el desarrollo y mantenimiento de la identidad como ser activo, ocupacional.
- La ocupación permite desarrollar el sentido de competencia, satisfacción y plenitud. Junto a ello, la ocupación permite al ser humano sentirse útil, ser importante para los demás. Obtener el reconocimiento de la importancia que tenemos, habitualmente está asociado a los roles laborales o más significativos para cada persona.
- Permite realizar un ajuste entre las necesidades humanas, culturales, biológicas, sociales.

BIBLIOGRAFÍA

1. Wilcock AA. Occupational science: bridging occupation and health. *Can J Occup Ther.* 2005 Feb; 72(1):5-12.
2. Nelson DL. Therapeutic occupation: a definition. *Am J Occup Ther.* 1996 Nov-Dec; 50(10):775-82.
3. Hinojosa J, Kramer P. Statement--fundamental concepts of occupational therapy: occupation, purposeful activity, and function. *Am J Occup Ther.* 1997 Nov-Dec; 51(10):864-6.
4. Larson EW, W.; Clark, F. Ciencia Ocupacional: desarrollo de la ciencia y la práctica de la ocupación a través de una disciplina académica. In: Crepeau EBC, E.S.; Schell, B.A.B., editor. *Willard & Spackman Terapia Ocupacional.* 10ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2005.
5. Law MD, W.; Baum, C. Measuring Participation. In: Law MD, W.; Baum, C., editor. *Measuring Occupational Performance: Supporting Best Practice in Occupational Therapy* 2ª ed. Thorofare, NJ: SLACK Incorporated; 2005.
6. Dickie VA. What is occupation? In: Crepeau EC, E.S.; Schell BAB., editor. *Willard and Spackman's occupational therapy.* 11ª ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2009. p. 15-21.
7. Dickie VA, Robertson SC. Perspectives on human functioning. *Hosp Community Psychiatry.* 1991 Jun; 42(6):575-6.
8. Meyer A. The philosophy of occupation therapy. *Archives of Occupational Therapy.* 1922; 1(1):1-10.
9. Yerxa EJ. Occupation: the keystone of a curriculum for a self-defined profession. *Am J Occup Ther.* 1998 May; 52(5):365-72.
10. Yerxa EJ. Health and the human spirit for occupation. *Am J Occup Ther.* 1998 Jun; 52(6):412-8.
11. Kielhofner G. Respecting both the "occupation" and the "therapy" in our field. *Am J Occup Ther.* 2007 Jul-Aug; 61(4):479-82.
12. Kielhofner G, Barrett L. Meaning and misunderstanding in occupational forms: a study of therapeutic goal setting. *Am J Occup Ther.* 1998 May; 52(5):345-53.
13. Hammell KW. Quality of life among people with high spinal cord injury living in the community. *Spinal Cord.* 2004 Nov;42(11):607-20.
14. Hammell KW. Exploring quality of life following high spinal cord injury: a review and critique. *Spinal Cord.* 2004 Sep; 42(9):491-502.
15. Hammell KW. Dimensions of meaning in the occupations of daily life. *Can J Occup Ther.* 2004 Dec; 71(5):296-305.
16. Law M, Polatajko, H., Baptiste, W. & Townsend E. Core concepts in occupational therapy. In: Townsend E, editor. *Enabling occupation: An occupational therapy perspective* Ottawa: CAOT Publications ACE; 1997.

17. Townsend E. Enabling occupation in the 21st Century: Making good intentions a reality. *Australian Journal of Occupational Therapy*. 1997; 46(4):147-59.
18. Christiansen CH. The 1999 Eleanor Clarke Slagle Lecture. Defining lives: occupation as identity: an essay on competence, coherence, and the creation of meaning. *Am J Occup Ther*. 1999 Nov-Dec; 53(6):547-58.
19. Christiansen CH, Backman C, Little BR, Nguyen A. Occupations and well-being: a study of personal projects. *Am J Occup Ther*. 1999 Jan-Feb; 53(1):91-100.
20. Unruh AM. Reflections on: "So... what do you do?" Occupation and the construction of identity. *Can J Occup Ther*. 2004 Dec; 71(5):290-5.
21. AOTA. Occupational therapy practice framework: Domain and process. *American Journal of Occupational Therapy*. 2002; 56:609-39.
22. Radomski MV, Trombly C. *Occupational Therapy for Physical Dysfunction*. Sixth Edition ed. Philadelphia: Wolters Kluwer. Lippincott Williams & Wilkins; 2008.
23. Reilly M. The challenge of the future to an occupational therapist. *Am J Occup Ther*. 1966 Sep-Oct; 20(5):221-5.
24. Reilly M. Occupational therapy can be one of the great ideas of 20th century medicine. *Am J Occup Ther*. 1962 Jan-Feb; 16:1-9.
25. Sietsema JM, Nelson DL, Mulder RM, Mervau-Scheidel D, White BE. The use of a game to promote arm reach in persons with traumatic brain injury. *Am J Occup Ther*. 1993 Jan; 47(1):19-24.
26. Koziatek SM, Powell NJ. A validity study of the Evaluation Tool of Children's Handwriting-Cursive. *Am J Occup Ther*. 2002 Jul-Aug; 56(4):446-53.
27. Legg LA, Drummond AE, Langhorne P. Occupational therapy for patients with problems in activities of daily living after stroke. *Cochrane Database Syst Rev*. 2006(4):CD003585.
28. Gutman SA, Schindler VP. The neurological basis of occupation. *Occup Ther Int*. 2007; 14(2):71-85.
29. Gutman SA. The domain of function: who's got it? Who's competing for it? *Am J Occup Ther*. 1998 Sep; 52(8):684-9.
30. Yerxa EJ. The key to the development of occupational therapy as an academic discipline. *Am J Occup Ther*. 1987 Jul; 41(7):415-9.
31. Yerxa EJ. Seeking a relevant, ethical, and realistic way of knowing for occupational therapy. *Am J Occup Ther*. 1991 Mar; 45(3):199-204.
32. Royeen CB. Occupation reconsidered. *Occup Ther Int*. 2002; 9(2):111-20.

33. Griffith J, Caron CD, Desrosiers J, Thibeault R. Defining spirituality and giving meaning to occupation: the perspective of community-dwelling older adults with autonomy loss. *Can J Occup Ther.* 2007 Apr; 74(2):78-90.
34. King GA. The meaning of life experiences: application of a meta-model to rehabilitation sciences and services. *Am J Orthopsychiatry.* 2004 Jan; 74(1):72-88.
35. Massimini F, Csikszentmihalyi M, Carli M. The monitoring of optimal experience. A tool for psychiatric rehabilitation. *J Nerv Ment Dis.* 1987 Sep; 175(9):545-9.
36. Heine SJ, Proulx T, Vohs KD. The meaning maintenance model: on the coherence of social motivations. *Pers Soc Psychol Rev.* 2006; 10(2):88-110.
37. O'Connor K, Chamberlain K. Dimensions of life meaning: a qualitative investigation at mid-life. *Br J Psychol.* 1996 Aug; 87 (Pt 3):461-77.
38. Hammell KW. Reflections on...well-being and occupational rights. *Can J Occup Ther.* 2008 Feb; 75(1):61-4.
39. Crabtree JL. The end of occupational therapy. *Am J Occup Ther.* 1998 Mar; 52(3):205-14.
40. Gray JM. Putting occupation into practice: occupation as ends, occupation as means. *Am J Occup Ther.* 1998 May; 52(5):354-64.
41. Hammell KW. Self-care, productivity, and leisure, or dimensions of occupational experience? Rethinking occupational "categories". *Can J Occup Ther.* 2009 Apr; 76(2):107-14.
42. Csikszentmihalyi M, Larson R. Validity and reliability of the Experience-Sampling Method. *J Nerv Ment Dis.* 1987 Sep; 175(9):526-36.
43. Csikszentmihalyi M. Reflections on enjoyment. *Perspect Biol Med.* 1985 Summer; 28(4):489-97.
44. Csikszentmihalyi M. Creativity: The Social Psychology of Creativity. *Science.* 1984 Aug 31; 225(4665):918-9.
45. Csikszentmihalyi M, LeFevre J. Optimal experience in work and leisure. *J Pers Soc Psychol.* 1989 May; 56(5):815-22.
46. Csikszentmihalyi M. Happiness, flow, and economic equality. *Am Psychol.* 2000 Oct; 55(10):1163-4.
47. Csikszentmihalyi M, Rathunde K. The measurement of flow in everyday life: toward a theory of emergent motivation. *Nebr Symp Motiv.* 1992; 40:57-97.
48. Abuhamdeh S, Csikszentmihalyi M. Intrinsic and extrinsic motivational orientations in the competitive context: an examination of person-situation interactions. *J Pers.* 2009 Oct; 77(5):1615-35.

49. Hammell KW. Sacred texts: a sceptical exploration of the assumptions underpinning theories of occupation. Can J Occup Ther. 2009 Feb; 76(1):6-22.
50. Zango I, Ulla S. La vida diaria de las mujeres con VIH/SIDA en Burkina Faso. Jaén: Álcala Grupo la Real; 2009.