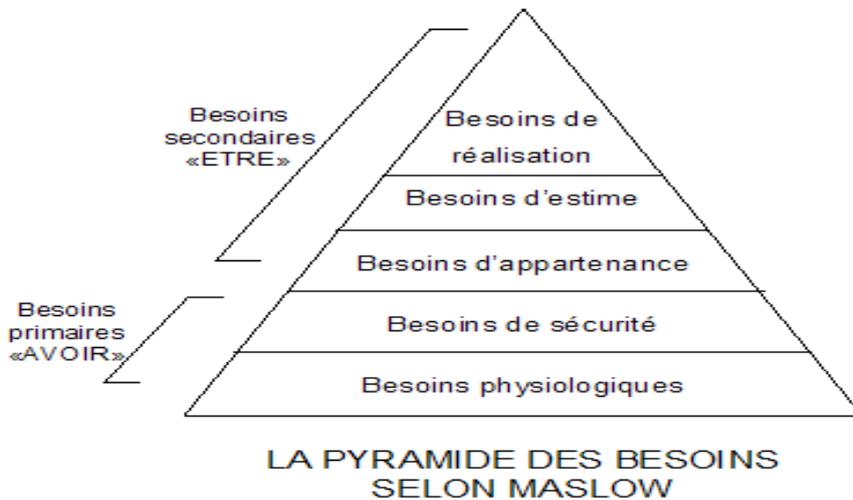


UE 4.1 S1 : Soins de confort et de bien-être /TD : BESOINS FONDAMENTAUX DE L'HOMME

Abraham MASLOW (1908-1970) est un psychologue américain. Ce sont ces besoins qui créent la motivation humaine.



Selon **A. Maslow**, les besoins humains sont hiérarchisés en cinq niveaux :

- **La base de la pyramide on retrouve les besoins de maintien de la vie** (respiration, alimentation, élimination, maintien de la température, repos et sommeil, activité musculaire et neurologique, contact corporel, vie sexuelle). Ces besoins sont fondamentaux.
 - En effet, un manque, une privation aura obligatoirement un impact sur les autres besoins, car la construction des étages supérieurs est alors impossible (ex : enfants du Sahel ; mais aussi une grande partie de l'humanité)
- **L'étage au-dessus représente les besoins psychologiques** : de sécurité (protection physique et psychologique, emploi, stabilité familiale et professionnelle), de propriété (avoir des choses et des lieux à soi) et de maîtrise (pouvoir sur l'extérieur).
- **Le 3° étage est représenté par les besoins sociaux** : d'affectivité (être accepté tel que l'on est, recevoir et donner amour et tendresse, avoir des amis et un réseau de communication satisfaisant), d'estime de la part des autres (être reconnu comme ayant de la valeur) et d'appartenance (on vit en société et notre existence passe par l'acceptation des autres avec leurs différences, ainsi que par l'appartenance à un groupe).
 - Si ces besoins de base sont satisfaits, il y a apparition, selon ce que l'on appelle le principe d'émergence, d'autres besoins dits besoins secondaires de développement, qui sont plus de l'ordre de la réalisation de soi, comme être libre, que du comblement de manques.
- **Le 4° étage, c'est le besoin d'estime de soi-même** : sentiment d'être utile et d'avoir de la valeur, point de départ de l'acceptation de soi et du développement de l'indépendance.
- Ce besoin une fois satisfait, on peut alors accéder au **sommet de la pyramide, arriver à la réalisation de soi** (accroître ses connaissances, développer ses valeurs, "faire du neuf", créer de la beauté, avoir une vie intérieure)

Du bas vers le haut de la pyramide, la progression des besoins passe du registre de l'AVOIR " au registre de l'ETRE ". Les besoins primaires se déclinent en termes d'" avoir " : on a faim, on a soif, on a sommeil, on a besoin de sécurité.... => Besoins matériels

Les besoins secondaires correspondent à l'épanouissement de l'" être " : on désire être accepté, être aimé, être reconnu, organiser, créer, exister... => Besoins sociaux

VIRGINIA HENDERSON (1897-1996) devient infirmière en 1921, publie sa théorie des soins infirmiers au début des années 60

« Sa conception de l'homme : tout homme présente 14 besoins fondamentaux qu'il soit malade ou en santé. Il tend vers l'indépendance, la désire et lorsqu'il l'a acquise, il fait tout en son pouvoir pour la conserver. Il possède donc les ressources pour accéder à l'indépendance. L'individu n'est pas complet, entier, indépendant si un besoin n'est pas satisfait. Un besoin est une nécessité plutôt qu'un manque »

- Virginia Henderson a défini **quatorze besoins** fondamentaux de tout être humain. un besoin non satisfait **aura pour conséquence une dépendance** vis à vis de la satisfaction de ce besoin.

Classification des besoins

1. **Respirer** : Capacité d'une personne à maintenir un niveau d'échanges gazeux suffisant et une bonne oxygénation.
2. **Boire et manger** : Capacité d'une personne à pouvoir boire ou manger, à mâcher et à déglutir. Également à avoir faim et absorber suffisamment de nutriments pour capitaliser l'énergie nécessaire à son activité.
3. **Éliminer** : Capacité d'une personne à être autonome pour éliminer selles et urine et d'assurer son hygiène intime. Également d'éliminer les déchets du fonctionnement de l'organisme.
4. **Se mouvoir, conserver une bonne posture et maintenir une circulation sanguine adéquate** : Capacité d'une personne de se déplacer seule ou avec des moyens mécaniques, d'aménager son domicile de façon adéquate et de ressentir un confort. Également de connaître les limites de son corps.
5. **Dormir, se reposer** : Capacité d'une personne à dormir et à se sentir reposée. Également de gérer sa fatigue et son potentiel d'énergie.
6. **Se vêtir et se dévêtir** : Capacité d'une personne de pouvoir s'habiller et se déshabiller, à acheter des vêtements. Également de construire son identité physique et mentale.
7. **Maintenir la température du corps dans des valeurs proches de la normale** : Capacité d'une personne à s'équiper en fonction de son environnement et d'en apprécier les limites.
8. **Être propre, soigné et protéger ses téguments** : Capacité d'une personne à se laver, à maintenir son niveau d'hygiène, à prendre soin d'elle et à se servir de produits pour entretenir sa peau, à ressentir un bien-être et de se sentir belle. Également à se percevoir au travers du regard d'autrui.
9. **Éviter les dangers** : Capacité d'une personne à maintenir et promouvoir son intégrité physique et mentale, en connaissance des dangers potentiels de son environnement.
10. **Communiquer avec ses semblables** : Capacité d'une personne à être comprise et comprendre grâce à l'attitude, la parole, ou un code. Également à s'insérer dans un groupe social, à vivre pleinement ses relations affectives et sa sexualité.
11. **Agir selon ses croyances et ses valeurs** : Capacité d'une personne à connaître et promouvoir ses propres principes, croyances et valeurs. Également à les impliquer dans le sens qu'elle souhaite donner à sa vie.
12. **S'occuper en vue de se réaliser** : Capacité d'une personne à avoir des activités ludiques ou créatrices, des loisirs, à les impliquer dans son auto-réalisation et conserver son **estime de soi**. Également de tenir un rôle dans une organisation sociale.
13. **Se divertir** : Capacité d'une personne à se détendre et à se cultiver. Également à s'investir dans une activité qui ne se centre pas sur une problématique personnelle et d'en éprouver une satisfaction personnelle.
14. **Apprendre** : Capacité d'une personne à apprendre d'autrui ou d'un événement et d'être en mesure d'évoluer. Également à s'adapter à un changement, à entrer en **résilience** et à pouvoir transmettre un savoir.