**«ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА»**

**План**

1. Понятие «потребность» (П)
2. Классификация А. Маслоу («Пирамида Маслоу»), ее характеристика
3. Краткая характеристика 14 основных потребностей
4. **Понятие «потребность»**

В разделе «Философия сестринского дела» человек рассматривается как личность, имеющая физиологические, психологические, духовные и социальные П. Пока человек живет, он должен удовлетворять потребности,

и задача сестры - помочь ему в этом.

Что же такое «П»? *П - это осознаваемый психологический или физиологический дефицит чего-либо, отражаемый в восприятии человека; состояние нужды организма, индивида, личности в чем-то, необходимом для нормального существования.*

Чтобы гармонично жить с окружающей средой, человеку необходимо постоянно удовлетворять свои потребности. Возможность удовлетворять их у людей различна и зависит от нескольких общих факторов: 1) возраста,

2)окружающей среды, 3) знаний, умений, желаний и способностей самого человека.

Потребностей, самых разных, у человека множество. Помимо физиологических, у человека могут быть духовные, интеллектуальные потребности, потребность в красоте, в гармонии, в познании мира, в слиянии с природой и т. д и т.п. К. Шанель говорила даже о такой потребности, как П в роскоши, которая появляется, когда удовлетворены все остальные потребности. Как же сестре сориентироваться в этом мире П, какие из них помочь удовлетворить пациенту в первую очередь, а удовлетворение которых может подождать?

Со временем возникла необходимость их систематизировать, появились различные классификации П.

1. **Классификация А. Маслоу, ее характеристика**

Классификация американского психолога А. Маслоу, созданная в 1943 году, наиболее удобна для применения в практике сестринского дела. Согласно этой теории, у человека с рождения последовательно появляются и сопровождают личностное взросление несколько классов потребностей.

Маслоу расположил все жизненно-важные потребности в порядке первоочередности их удовлетворения в виде пирамиды, нижние уровни которой составляют врожденные физиологические потребности, а вершину – психосоциальные - высшие потребности.

По этой теории:

1. Одни П для человека более важны, чем другие.
2. П высшего уровня не удовлетворяются, пока не удовлетворены потребности низших уровней (например, когда человек задыхается, ему безразлично, во что он одет; если человек голоден, не имеет одежды и жилья, то не идет речь об успехе, уважении и самоуважении и т.д.).
3. Для того, чтобы чувствовать себя комфортно и быть счастливым, должны быть удовлетвореныП всех уровней.

В практике СД успешно используется упрощенная, адаптированная «пирамида» потребностей, состоящая из 5 уровней, на которых распределены 14 основных (фундаментальных) жизненно-важных потребностей.

*1уровень - «Выживание»,* к нему относятся П, без которых невозможна жизнь человека как биологического объекта (П - 1,2,3,4,5,6).

*2уровень - «Безопасность»,* человек должен быть уверен, что ему обеспечена безопасность, и что он не причинит вреда окружающим (П - 7,8,9,10).

*3уровень - «Принадлежность»* - с рождения человек принадлежит к какой-то общности людей: семье, народности, нации, культуре и т.д., человек нуждается в любви и понимании(П - 11,12).

*4 уровень - «Достижение успеха» или «Уважение и самоуважение».* Человек живет среди людей и не может быть равнодушен к оценке свой деятельности со стороны окружающих, человеку также необходимо самоуважение. Каждый человек из этого многообразия окружающего мира выбирает то, на что направляется его активность (в соответствии со своими наклонностями и способностями), и стремиться сделать это как можно лучше, чтобы получить удовлетворение от своей работы и одобрение окружающих (иметь жизненные ценности) (П – 13).

*5 уровень - «Самовыражение» или «Служение»-* полное раскрытие своих способностей, развитие собственной ценности; осуществляется в любимой работе, приносящей не только удовлетворение, но и радость; в увлечениях (хобби), в творческой деятельности (П -14).

В идеалеработа человека должна быть его хобби - это гарантия долгой, счастливой жизни…(Слова Ф.Н.: «Ухаживать за больными - вот это моя работа, душа моя нашла свою родину»).

1. **Краткая характеристика 14 потребностей**
2. *Потребность дышать* - обеспечивает постоянный газообмен между организмом и окружающей средой, способствуют поступлению О2в кровь и ткани, выводит СО2.
3. *Потребность пить* - осуществляется доставка Н2О в организм. Без Н2О жизнь невозможна, т.к. все химические процессы в клетках протекают только в водных растворах. В норме человек должен употреблять 1,5-2 л воды в сутки.
4. *Потребность есть* - обеспечивает доставку в организм питательных веществ, которые служат источником энергии в организме и пластическим материалом (Б), из которогостроятсяорганы и ткани.
5. *Потребность выделять* - обеспечивает выведение конечных продуктов обмена веществ, токсичных для организма.
6. *Потребность спать, отдыхать* - обеспечивает восстановление жизненных сил организма. При неудовлетворении потребности наступает истощение нервной системы и нарушение всех органов и систем.
7. *Потребность двигаться*-обеспечивает самостоятельное удовлетворение всех потребностей.
8. *Потребность быть здоровым* - обеспечивает комфортное состояние и независимость пациента в удовлетворении всех жизненно-важных потребностей.
9. *Потребность быть чистым* - обеспечивает нормальное функционирование кожи и слизистых, которые участвуют в терморегуляции, выводят из организма шлаки, выполняют защитную и дыхательную функции. Поддержание чистоты тела способствует психологическому комфорту человека.
10. *Потребность одеваться, раздеваться* -обеспечивает защиту от влияния вредных факторов внешней среды и поддержание постоянства внутренней среды; дает человеку ощущение комфорта и морального удовлетворения.
11. *Поддержание температуры тела* -обеспечивает, как и предыдущая П постоянство внутренней среды, оптимальную температуру, при которой протекают биохимические реакции в тканях человеческого организма.

Пути поддержания нормальной температуры:

* терморегуляция;
* одежда по сезону;
* создание микроклимата в помещении.

1. *Потребность в безопасности* - обеспечивает необходимость избегать влияния вредных факторов внешней среды, физических, психосоциальных, духовных; всего, что может нарушить комфортное состояние человека.
2. *Потребность общаться* - дает человеку всю информацию о мире; дает ему возможность быть принятым и понятым, быть любимым.
3. *Иметь жизненные ценности*-обеспечивает необходимость выбирать сферы деятельности в соответствии со склонностями и способностями каждого человека и стремление добиться успеха, признания в этой деятельности.
4. *Потребность работать, учиться, играть* - через удовлетворение этих потребностей происходит самореализация человека.

А. Маслоу создавал свою теорию в 40-е годы ХХ века. Сегодня она не столь популярна в странах с высоким уровнем жизни, где изменились приоритеты в удовлетворении основных потребностей. В таком государстве на первом месте - потребность в самовыражении; удовлетворение физиологических потребностей низшего уровня всем граждан обеспечивает государство.

Для наших условий теория А.Маслоу остается актуальной.

**Фундаментальные потребности по В. Хендерсон**

(1966г.)

1. Нормально дышать
2. Употреблять достаточное количество пищи и жидкости
3. Выделять из организма продукты жизнедеятельности
4. Двигаться и поддерживать нужное положение
5. Спать и отдыхать
6. Самостоятельно одеваться, и раздеваться, выбирать одежду
7. Поддерживать температуру тела в нормальных пределах, подбирая соответствующую одежду и изменяя окружающую среду
8. Соблюдать личную гигиену, заботится о внешнем виде
9. Обеспечивать свою безопасность и не создавать опасности для других людей
10. Поддерживать общение с другими людьми, выражая свои эмоции, мнение
11. Отправлять религиозные обряды в соответствии со своей верой
12. Заниматься любимой работой
13. Отдыхать, принимать участие в развлечениях и играх
14. Удовлетворять свою любознательность, помогающую нормально развиваться

**Фундаментальные потребности человека**

**(адаптированная модель В. Хендерсон,**

**авторы - С.А. Мухина, И.И. Тарновская,1998г.)**

1. Нормальное дыхание
2. Адекватное питание и питье
3. Физиологические отправления
4. Движение
5. Сон, отдых
6. Способность одеваться, раздеваться, выбирать одежду. Личная гигиена
7. Поддержание нормальной температуры тела
8. Поддержание безопасности окружающей среды
9. Общение
10. Труд и отдых

**Литература:**

1. Крюкова, Д. А. Здоровый человек и его окружение [Текст]: учебное пособие / Д. А. Крюкова, Л. А. Лысак, О. В. Фурса; под ред. Б. В. Кабарухина. - изд. 6-е. - Ростов н/Д.: Феникс, 2014. - 381 с
2. Волков С.Р., Волкова М.М. Проведение профилактических мероприятий. Здоровый человек и его окружение. Руководство к практическим занятиям: Учебное пособие. – Москва: Авторская академия 2014г. -496с.
3. Волков С.Р., Волкова М.М. Здоровый человек и его окружение: Учебник. – М.: ОАО «Издательство «Медицина», 2015г. Москва: Авторская академия 2015г – 640 с.
4. Руководство для средних медицинских работников / Под ред.Ю.П. Никитина, В.М. Чернышева. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2015г.

Электронные ресурсы:

1. [http://allmedbook.ru](https://www.google.com/url?q=http://allmedbook.ru/&sa=D&ust=1454619408370000&usg=AFQjCNHghS8TUP51pANRSdKZkAtAbeokYw) - электронная медицинская библиотека. На сайте размещены учебные медицинские фильмы, медицинские книги и методические пособия.
2. [http://doctorspb.ru](https://www.google.com/url?q=http://doctorspb.ru/&sa=D&ust=1454619408370000&usg=AFQjCNFQ24E2XOA-tOGKpSK69aXRoXx3Mg) - информационно-справочный портал о медицине,

     здоровье. На сайте размещены учебные медицинские фильмы, медицинские   книги и методические пособия.

1. [http://libopen.ru](https://www.google.com/url?q=http://libopen.ru/&sa=D&ust=1454619408371000&usg=AFQjCNHDudYMRJpm9j_-48WxGxoNcJ17Eg)  - медицинская библиотека libOPEN.ru содержит и регулярно пополняется профессиональными интернет-ресурсами для врачей, добавляются образовательные материалы  для  студентов.
2. http://pediatr-russia.ru  - научная  библиотека, обучение, уход за малышом.
3. [www.chado.ru](https://www.google.com/url?q=http://www.chado.ru&sa=D&ust=1454619408372000&usg=AFQjCNGhOvgH3Nxnaocczzdn0yI7XpoMVQ) – подборки статей  по  педиатрии, ежедневные  новости