

|                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                              |                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|  <p>Institut de Formations<br/>Paramédicales<br/>JURA NORD</p> <p>6 rue Jean Flamand<br/>39100 Dole<br/><a href="mailto:ifsi.secretariat@ch-dole.fr">ifsi.secretariat@ch-dole.fr</a><br/>03-84-79-41-40</p> | <p><b>Les 14 besoins fondamentaux<br/>de la personne</b></p> | <p>Version n° : 1<br/>Date de la version :<br/>29/07/2026</p> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                              | <p>Réalisé par : SG</p>                                       |

Virginia Henderson, infirmière américaine a contribué par son enseignement et son travail de référencement de tous les écrits infirmiers à développer la conception de la profession infirmière.

Voici la liste des 14 besoins fondamentaux pour un être humain, selon Virginia Henderson, et qu'un soignant doit prendre systématiquement en compte.

| Besoin                 | Description du besoin                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Respirer</b>        | Capacité d'une personne à maintenir un niveau d'échanges gazeux suffisant et une bonne oxygénation.                                                                                                                    |
|                        | Nécessité pour chaque individu, de disposer d'une oxygénation cellulaire satisfaisante.                                                                                                                                |
| <b>Boire et manger</b> | 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.                         |
|                        | Nécessité d'ingérer et absorber des aliments de bonne qualité suffisante pour assurer sa croissance, pour l'entretien de ses tissus et maintenir l'énergie indispensable au bon fonctionnement de l'organisme.         |
| <b>Éliminer</b>        | 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.                                              |
|                        | Nécessité de se débarrasser des substances nuisibles et inutiles qui résultent du métabolisme. L'excrétion des déchets comprenant : selles, urines, transpirations, perspiration, expiration pulmonaire, menstruation. |

|                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Se mouvoir et maintenir une bonne posture</b>                        | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                         | Nécessité d'être en mouvement, de mobiliser toutes les parties de son corps par des mouvements coordonnés, de les maintenir alignés ou en position adéquate afin d'assurer les différentes fonctions de l'organisme.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dormir, se reposer</b>                                               | Capacité d'une personne à dormir et à se sentir reposée. Également de gérer sa fatigue et son potentiel d'énergie.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                         | Nécessité de prendre du sommeil et du repos dans de bonnes conditions, en quantité suffisante afin de permettre à l'organisme d'obtenir son plein rendement par la reconstitution des forces physiques et psychologiques.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Se vêtir et se dévêtir</b>                                           | Capacité d'une personne de pouvoir s'habiller et se déshabiller, à acheter des vêtements. Également de construire son identité physique et mentale.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                         | Nécessité de porter des vêtements adéquats selon les circonstances (temps du jour, activités, dormir, se reposer...) afin de protéger le corps de la rigueur des climats (froid, chaud, humidité) et assurer confort et bien-être (liberté de mouvement, contact agréable). Le vêtement permet de protéger l'intimité sexuelle (pudeur différente selon les sociétés, la culture). Il représente une signification d'appartenance à un groupe (mode uniforme) à une idéologie ou un statut social (signe religieux ou symboliques). Il peut devenir un élément de communication par l'attrait qu'il suscite entre les individus (séduction, intégration dans la société, affirmation de la personnalité, se démarquer, se confondre, état d'âme). |
| <b>Maintenir sa température corporelle dans la limite de la normale</b> | Capacité d'une personne à s'équiper en fonction de son environnement et d'en apprécier les limites.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                         | Nécessité de conserver la température corporelle dans des limites normales en fonction de l'âge de la personne afin de se maintenir dans un état de bien-être. Une température stable est le témoignage de l'équilibre entre la production de chaleur par l'organisme résultant du métabolisme et la perte de cette chaleur (équilibre nécessaire au bon fonctionnement de l'organisme).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Être propre et protéger ses téguments</b>   | 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 beau. Également à se percevoir au travers du regard d'autrui.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                | Nécessité de garder son corps propre (phanères : ongles, poils, cheveux) pour maintenir la peau et les muqueuses saines afin qu'elles puissent jouer leurs rôles de protection sensitive, d'absorption, d'élimination, de régulation de la température corporelle (par l'hygiène possibilité de promouvoir la santé et prévenir les maladies). Nécessité d'une apparence soignée, élément de communication en sachant que la notion de propreté diffère, selon les sociétés, la culture, l'éducation et le niveau de vie.                                                                                             |
| <b>Éviter les dangers</b>                      | Capacité d'une personne à maintenir et promouvoir son intégrité physique et mentale, en connaissance des dangers potentiels de son environnement.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                | Nécessité de se protéger des agressions internes ou externes afin de maintenir son intégrité physique, psychologique et sociale. Nécessité de se protéger des agressions des autres humains, de l'environnement, par des moyens de défense naturels (immunologiques) et des mesures préventives, utilisation de mécanismes de défense pour préserver son intégrité face à des agressions d'ordre psychologique.                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Communiquer avec ses semblables</b>         | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                | Nécessité d'échanger avec ses semblables grâce à un processus dynamique verbal et non verbal permettant de se rendre accessible l'un à l'autre, parvenir à un échange de sentiments, d'opinion, d'expérience, d'informations et en saisir la signification, nécessité d'échanger avec l'extérieur. La communication repose sur un ensemble de conditions (Bio-Psycho-Social), recevoir physiquement les stimuli, comprendre le sens, répondre de façon adéquate par rapport à la société et à sa culture et instaurer des rapports sociaux allant de l'utilitaire aux liens plus significatifs (ex : relation intime) |
| <b>Agir selon ses croyances et ses valeurs</b> | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                | Nécessité de réaliser des actes en accord avec ses convictions personnelles face à sa vision de la vérité, et la poursuivre d'une idéologie.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        | L'être humain est en interaction constante avec les autres individus, les membres de la société, la vie cosmique et/ou l'être suprême en apportant son expérience de vie, ses croyances, ses valeurs dans sa relation avec les autres, ce qui favorisent entre les individus dans leur réalisation de soi et dans leur développement personnel.                                                    |
| <b>S'occuper en vue de se réaliser</b> | 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.                                                                                                                                                                             |
|                                        | Nécessité d'accomplir des activités qui permettent de satisfaire ses besoins ou d'être utile aux autres, (ce qui répond à un idéal). Ces actions permettent de développer sa créativité et utiliser son potentiel au maximum. La gratification reçue amène au plein épanouissement. Implique autonomie, prise de décision conscience et réfléchie et l'acceptation des conséquences des décisions. |
| <b>Se récréer</b>                      | 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.                                                                                                                                                                                             |
|                                        | Nécessité de se divertir par une occupation agréable dans le but d'obtenir une détente physique et psychologique.                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Apprendre</b>                       | 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.                                                                                                                                                                                                    |
|                                        | Nécessité d'acquérir des connaissances, des attitudes, des habilités pour la modification des comportements ou l'acquisition de nouveaux comportements dans le but du maintien et promouvoir la santé.                                                                                                                                                                                             |

Selon ce modèle, tous les besoins sont à considérer avec la même attention. Chaque individu peut avoir, à un moment ou un autre, une lacune dans un ou plusieurs besoins.