

***BESOIN FONDAMENTAL
SE DIVERTIR, SE RECREER***

Définition:

Nécessité pour l'être humain de se divertir par une occupation agréable dans le but d'obtenir une détente physique et psychologique.

Les facteurs qui influencent la satisfaction du besoin

Facteurs biologiques

L'âge : Le développement physique de l'enfant est favorisé par le jeu qui occupe une grande partie de son temps. Le temps accordé aux jeux et la diversité des activités récréatives se modifient à l'âge scolaire et durant l'adolescence. La maturité physique permet à l'adulte de choisir les activités récréatives qui lui plaisent dans ses périodes de loisir. La diminution de l'agilité des personnes âgées peut limiter le choix et la durée des activités récréatives.

La constitution et les capacités physiques : Les activités récréatives qui demandent un grand effort physique sont reliées à la constitution et aux capacités physiques de chaque individu. Ce dernier doit tenir compte de cette composante dans le choix de ses divertissements

Facteurs psychologiques

Le développement psychologique : Le développement de la personnalité de l'enfant et le contrôle de ses émotions se réalisent par le jeu

Les émotions : L'activité récréative permet à l'individu d'extérioriser ses émotions et de se libérer de ses tensions. Pour atteindre ces buts, l'individu choisit le divertissement qui lui semble approprié.

Facteurs sociologiques

La culture : Certains peuples maintiennent leurs traditions par le déroulement périodique d'activités récréatives qui leur sont propres. La grande participation des individus aux fêtes populaires démontre l'efficacité de ce moyen de satisfaire leur besoin de se récréer.

Rôles sociaux (emploi et retraite) : Des conditions de travail qui permettent un temps de loisir suffisant favorisent la satisfaction du besoin de se récréer. La préretraite et la retraite augmentent le temps de loisirs des individus qui peuvent ainsi organiser leurs activités récréatives selon leur goût.

L'organisation sociale : La mise en place de conditions permettant l'accès à des activités diversifiées de loisir telles que se reposer, se distraire, apprendre et de se réaliser favorisent la satisfaction du besoin de se récréer.

Manifestations d'indépendance

Nouveau – né Nourrisson	Enfant	Adolescent	Jeune adulte	Adulte retraité	Personne âgée
Découvre le plaisir lié aux sensations (caresses, massages), puis le recherche, apprécie	Découvre les jeux libres et les jeux d'équipe ou de société, n'aime pas perdre, manifeste ses émotions	Pratique les activités sportives, veut tout découvrir ou essayer : la musique, la danse, le théâtre	Apprécie les loisirs avec des amis ou en famille	Augmentation du temps de loisirs pour organiser ses activités et loisirs selon ses goûts	Dit que les loisirs ne sont plus de son âge et reste en spectateur
Découvre le jeu et se développe grâce au jeu	pendant les jeux	Autonome, il peut voyager et découvrir le monde	Pratique un sport ou un hobby qui le protège du stress et lui redonne de l'énergie	Multiplie les voyages, les spectacles en fonction de ses ressources financières	Apprécie un climat de détente
	Joue à faire semblant, imite les adultes	Peut s'isoler dans la lecture	Chez la femme enceinte, pratique d'exercice de détente, de relaxation	Fait partie d'un club du 3 ^e âge	Est distrait par la télévision
	Apprend la lecture				Se replie sur son passé et aime la musique et les films de « son époque »

Manifestations de dépendance

Manifestations de dépendance	Sources de difficulté
Air triste et abattu Sentiment de découragement Pleurs Diminution des centres d'intérêt Difficulté à se concentrer Perturbation du sommeil Faiblesse – fatigue Agressivité Ennui Anorexie – perte de poids Désœuvrement Isolement Désintéressement de soi Colère – irritabilité Incapacité à accomplir les activités récréatives privilégiées	Physique Handicap / contrainte physique (ex : immobilisation) Douleur Psychologique Anxiété – Stress Perte de l'image et de l'estime de soi Non-adaptation à la maladie Sociale Solitude – Retraite Travail routinier

La perturbation du besoin d'apprendre peut amener l'infirmière à établir les **diagnostics infirmiers** suivants :

Activité de loisirs insuffisante

Champ énergétique perturbé

Interactions avec la non satisfaction d'autres besoins :

Certains besoins perturbés peuvent avoir une influence sur la satisfaction du besoin de se récréer.

Par exemple : Une personne ayant la jambe plâtrée ne pourra pas faire son jogging quotidien (se mouvoir)

A l'inverse, la perturbation du besoin de se récréer peut influencer sur la satisfaction d'autres besoins.

Par exemple : Une personne seule, isolée et qui s'ennuie n'aura pas beaucoup d'appétit (Boire et manger)

Exemple de plan de soins :

Objectifs	Actions
Diminuer l'ennui	Voir avec la personne le passe-temps qu'elle préfère Procurer des revues, signaler la présence d'une bibliothèque et les heures de passage Lui placer à portée de main livres, journaux, jeux sans oublier ses lunettes La tenir au courant de toutes les activités qui sont pratiquées dans l'institution Demander à la famille d'apporter à la personne de quoi se distraire en fonction de ses goûts et de ses possibilités Inciter la personne à participer aux activités, lui signaler les événements ou fêtes Installer la personne près de la fenêtre, ou là où il y a du passage et du mouvement
Diminuer l'anxiété	Faire exprimer le patient sur ses émotions, ses sentiments Lui mettre à portée de main canne, béquille, fauteuil roulant pour lui permettre de se déplacer et de se rendre au lieu d'activité, l'aider si besoin à s'y rendre
Améliorer la condition physique du patient pour appréhender une activité	Installer la personne dyspnéique en position demi-assise Noter et observer le moment de l'apparition de douleur, de dyspnée et de fatigue Permettre un temps de repos et de récupération

Bibliographie : RIOPELLE L. GRONDIN L. PHANEUF M. « soins infirmiers un modèle centré sur les besoins de la personne » Ed. CHENELIERE 1984 354 pages

RIOUFOL M.O. « L'observation aide-soignante une collaboration à la démarche de soins et au diagnostic infirmier » Ed MASSON 2007 150 pages

Mise à jour : juillet 2014