

nywania różnych rodzajów czynności higienicznych oraz troszczenie się o warunki sanitarne środowiska. Uniwersalne dla wszystkich ludzi, a równocześnie wymagające modyfikacji, jest postępowanie zgodne z odpowiednimi wzorcami aktywności i odpoczynku zarówno pod względem fizycznym, jak i psychicznym. Równie istotne dla każdego człowieka jest zachowywanie odpowiedniej równowagi pomiędzy podejmowaniem interakcji społecznych a przebywaniem w samotności. Jedno i drugie jest niezbędne do promowania rozwoju własnego i osiągnięcia własnej niezależności, jak i do tego, co ma znaczenie dla uczestniczenia człowieka w życiu społecznym. Jedno i drugie wymaga różnych modyfikacji. Możliwość występowania wielorakich zagrożeń dla życia, funkcjonowania i dobrostanu człowieka ze strony środowiska wymaga od niego, aby zachował on konieczną czujność, aby im w sposób właściwy zapobiegał, a także umiał sobie z nimi radzić.

Normalność ludzkiego funkcjonowania i rozwoju w grupach społecznych zależy od tego, co specyficznie ludzkie i charakterystyczne dla człowieka pod względem genetycznym, konstytucjonalnym, a także zgodne z jego utalentowaniem. Niezbędne w samoopiece jest więc promowanie tego wszystkiego, co ma znaczenie dla ludzkiej integracji, funkcjonowania i rozwoju, dla kształtowania realistycznej koncepcji siebie oraz dla identyfikowania i podejmowania właściwej aktywności wtedy, kiedy wystąpi jakieś odchylenie od normalności. Osiąganie normalności w ramach samoopieki stawia przed człowiekiem wiele złożonych zadań. *Aby więc człowiek w zapewnianiu sobie codziennej samoopieki mógł postępować właściwie, musi dysponować konieczną wiedzą, a także ją pogłębiać i rozszerzać przez stawianie różnych pytań i poszukiwanie na nie odpowiedzi. Potrzebuje w tym pomocy.*

Rozwojowy typ samoopieki. Autorka wszystko to, co uznaje za niezbędne do rozwoju człowieka dzieli na dwie kategorie.

1. Zapewnienie tych wszystkich warunków, które są istotne dla osiągnięcia przez niego coraz wyższego poziomu organizacji własnej struktury i ludzkiej dojrzałości.

2. Zapewnienie takiej opieki, która chronić go będzie przed skutkami warunków niekorzystnych dla rozwoju, a przynajmniej wpływać na ograniczanie ich wpływów.

Osiąganie coraz wyższego poziomu rozwoju, strukturalnej integracji i dojrzałości wymaga zapewnienia takich warunków, jakie są niezbędne dla człowieka od chwili poczęcia, w czasie życia płodowego i porodu oraz w dalszych okresach życia. Wymaga także chronienia go przed różnymi niekorzystnymi wpływami.

Autorka zastrzegając, że to nie wszystkie, wskazuje te niekorzystne uwarunkowania, przed którymi człowiek powinien być chroniony: pozbawienie możliwości edukacji, problemy adaptacji socjalnej i statusu życiowego, zły stan zdrowia, różne ułomności, różne trudne warunki życia, utrata bliskich, poczucie zagrożenia, np. w związku z utratą pracy, majątku.

Typ samoopieki w dewiacjach (terapeutyczny). *Przez samoopiekę w dewiacjach autorka rozumie zapewnianie sobie takiej opieki, jaka jest niezbędna wtedy, gdy człowiek jest chory, ranny, gdy występują u niego jakieś zmiany patologiczne. Zalicza do nich także różne szkodliwości powodowane diagnozowaniem i leczeniem prowadzonym przez lekarza, odczuwanie bólu, przeżywanie frustracji, niemożliwość normalnego funkcjonowania, a także zaburzenia psychiczne. Bardzo często w tych sytuacjach człowiek nie jest w stanie radzić sobie sam i staje się zależny od innych, potrzebuje pomocy.*

Autorka określa sześć kategorii dewiacji, które wymagają bardzo specyficznego, a równocześnie niezbędnego postępowania w zapewnieniu samoopieki. Są nimi:

1. Znajdowanie odpowiedniej, a niezbędnej pomocy medycznej.
2. Uświadomienie sobie niekorzystnych skutków, jakie te stany i sytuacje wywierają na człowieka i na jego rozwój oraz zapewnienie odpowiedniej opieki.
3. Efektywne realizowanie postępowania przepisane przez lekarza (diagnozowanie, leczenie, rehabilitacja).
4. W pełni świadome uczestniczenie w tym, co podejmuje albo zleca do wykonania lekarz.
5. Pozytywne modyfikowanie koncepcji siebie i akceptowanie swojej osoby w zmienionej sytuacji zdrowotnej.
6. Wdrażanie nowego stylu życia, niezbędnego w zapewnianiu sobie dalszego rozwoju w zmienionej sytuacji zdrowotnej.

Dewiacje stawiają przed człowiekiem złożone zadania znajdowania możliwości zapewniania właściwej opieki sobie i tym, którzy od niego zależą.

Teoria deficytu samoopieki. *Przez deficyt samoopieki autorka rozumie relację, która zachodzi pomiędzy możliwościami, jakimi dysponuje człowiek, a tym, co w jej zapewnianiu jest niezbędne.*

Człowiek pozostawiony sam sobie nie potrafi sprostać tym żądaniom, które stawiają przed nim coraz to nowe potrzeby samoopieki. Ideą przewodnią teorii deficytu samoopieki jest więc stwierdzenie, że ludzie do jej zapewniania potrzebują kompetentnej pomocy, a w określaniu deficytu samoopieki konieczne jest branie pod uwagę nie tylko braków, które występują w niej aktualnie, ale także przewidywanie tych, które mogą wystąpić w przyszłości.

Zachowania ludzi w zapewnianiu sobie samoopieki są przez nich przyswajane przez uczenie się i korzystanie z tego, czego się nauczą w codziennym postępowaniu. Proces ten toczy się w ciągu całego życia. Nie wszyscy jednak poświęcają sprawom samoopieki jednakowo dużo niezbędnej uwagi. Zdolności do zapewniania sobie samoopieki są więc zróżnicowane. Bardzo często brakuje ludziom koniecznej wiedzy i umiejętności, popełniają więc różne błędy, a wielu swoich poczynań nie potrafią właściwie dostosować do własnej sytuacji zdrowotnej. Wielką koniecznością jest zapewnienie im pomocy takiej, jakiej potrzebują. Aby to było możliwe, ludzkie możliwości do zapewnienia samoopieki muszą być właściwie rozpoznawane – nie tylko pod względem wiedzy i umiejętności, ale także pod względem ich rozwoju, a także posługiwania się nimi w różnych sytuacjach, a więc ich operatywności. Wszystko to zaś zależy od wielu złożonych czynników, takich jak np. genetyczne, konstytucjonalne, stan zdrowia, czynniki kulturowe, życiowe doświadczenie czy wiek człowieka. Właściwe rozpoznawanie tych zdolności jest niezbędne do określenia deficytu samoopieki w docieraniu do jego przyczyn, gdyż tylko na takiej podstawie możliwie jest świadczenie skutecznej pomocy.

Deficyt samoopieki może występować jako całkowity lub częściowy.

Deficyt całkowity (pełny) występuje wówczas, gdy człowiek nie ma żadnych możliwości zapewnienia sobie samoopieki terapeutycznej, natomiast o częściowym mówimy wtedy, gdy jakimiś możliwościami dysponuje, a chodzi o to, aby je podtrzymywał i rozwijał.

Zarówno wielkie znaczenie samoopieki, jak i jej deficytu, który z reguły występuje aktualnie lub zagraża człowiekowi w przyszłości, dla strukturalnej integracji, funkcjonowania, rozwoju i dobrostanu człowieka stanowią istotne uzasadnienia potrzeby zapewniania właściwej pomocy oraz podejmowania wysiłków na rzecz jej optymalizacji.

Teoria zasobów i systemów pielęgniarских. Świadczenie pomocy człowiekowi (grupom ludzi) w samoopiekowaniu się stawia przed pielęgniarkami zadania jego określenia, planowania i zapewniania oraz podejmowania działań na rzecz jego rozwijania. W swoich działaniach pielęgniarki, korzystając z własnej wiedzy i sprawności, podejmują nie tylko pojedyncze działania, ale tworzą także ich złożone systemy. Celem jest budzenie zainteresowania, bogacenie wiedzy i kształtowanie umiejętności człowieka niezbędnych w zapewnieniu samoopieki, także o charakterze terapeutycznym. Szczególnie znaczenie ma rozpoznawanie przez pielęgniarkę tego, co człowiekowi utrudnia bądź uniemożliwia samoopiekę terapeutyczną, oraz skuteczne zapewnienie mu właściwej pomocy. Świadczenie efektywnej pomocy wymaga od pielęgniarki koncentrowania uwagi na kształtowaniu relacji terapeutycznej pielęgniarka-pacjent, a także pielęgniarka inne grupy ludzkie, na pozyskiwaniu zaufania tych, którym pomaga, pobudzaniu ich aktywności, na właściwym rozdzielaniu ról oraz rozwijaniu współdziałania. Aby to postępowanie było efektywne, wszystkie pojedyncze działania podejmowane przez pielęgniarkę i działania podejmowane przez pacjenta powinny tworzyć złożony system.

W swojej teorii D. Orem skupia także uwagę na tym, jak tworzyć te zasoby własne pielęgniarki, które w zapewnianiu świadczonej przez nią pomocy są niezbędne, aby jej pomoc była efektywna.

Według autorki tworzenie tych zasobów wymaga:

- szerokiego i pogłębionego przygotowania pielęgniarского, zorientowanego na praktykę pielęgniarską i zapewniającego opanowanie koniecznych technologii,
- zdolności do akceptowania ludzi, rozwijania z nimi współdziałania i zapewnienia im troskliwej opieki.

Wśród pielęgniarek występuje wielkie zróżnicowanie pod obu tymi względami.

Pogłębione i wystarczająco szerokie przygotowanie pielęgniarские wymaga zarówno przyswajania złożonej wiedzy i odpowiednich metod zapewnienia opieki, jak i umiejętności posługiwania się tymi metodami w różnych sytuacjach. Wiedza pielęgniarская powinna umożliwiać rozumienie pielęgniarstwa, a także być przydatna praktycznie w jakże zróżnicowanych sytuacjach, w których pielęgniarka świadczy swoją pomoc. Bardzo przydatna jest wiedza humanistyczna, a także z zakresu nauk ścisłych. Istotną rolę odgrywa kształtowanie sprawności interpersonalnych, socjalnych i pielęgniarских. Operatywność pielęgniarki powinna być rozwijana w konkretnych sytuacjach świadczenia opieki pielęgnacyjnej pod kierunkiem doświadczonych pielęgniarek.

Przygotowanie pielęgniarские i jego dalszy rozwój muszą dotyczyć aspektów rozumowych, poznawczych i emocjonalnych, jak również motywacyjnych oraz złożonych sprawności technicznych. Wszystko to jest niezbędne w refleksyjnym podejmowaniu działalności pielęgniarских. Świadczenie opieki pielęgniarской jest bowiem sztuką, która wymaga od pielęgniarki nie tylko złożonego wysiłku psychicznego, ale także twórczego podchodzenia do podejmowania decyzji i aktywności w ciągle zmieniających się sytuacjach świadczenia pomocy. Aktywność pielęgniarki musi być podejmowana w sposób metodyczny.