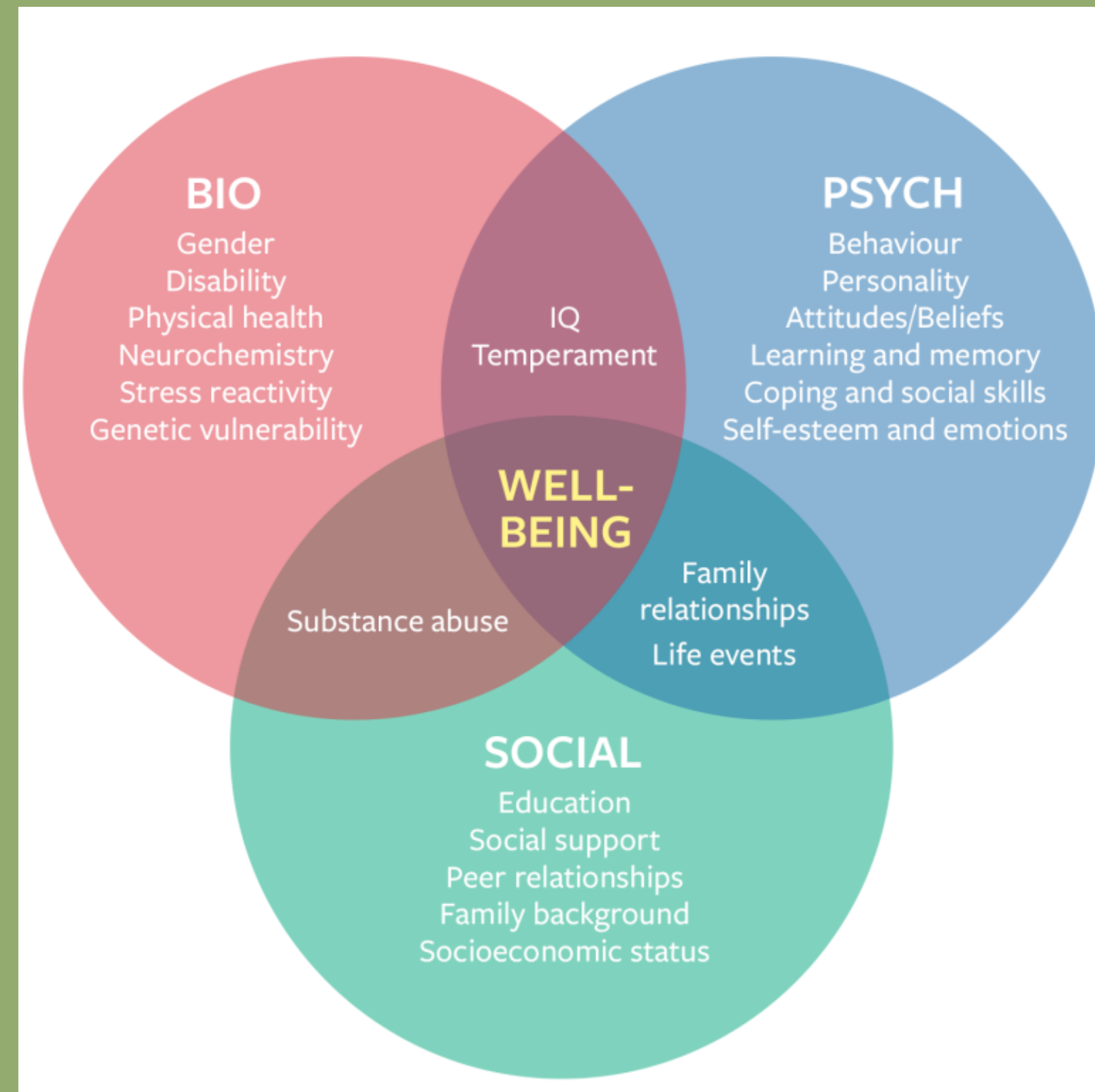
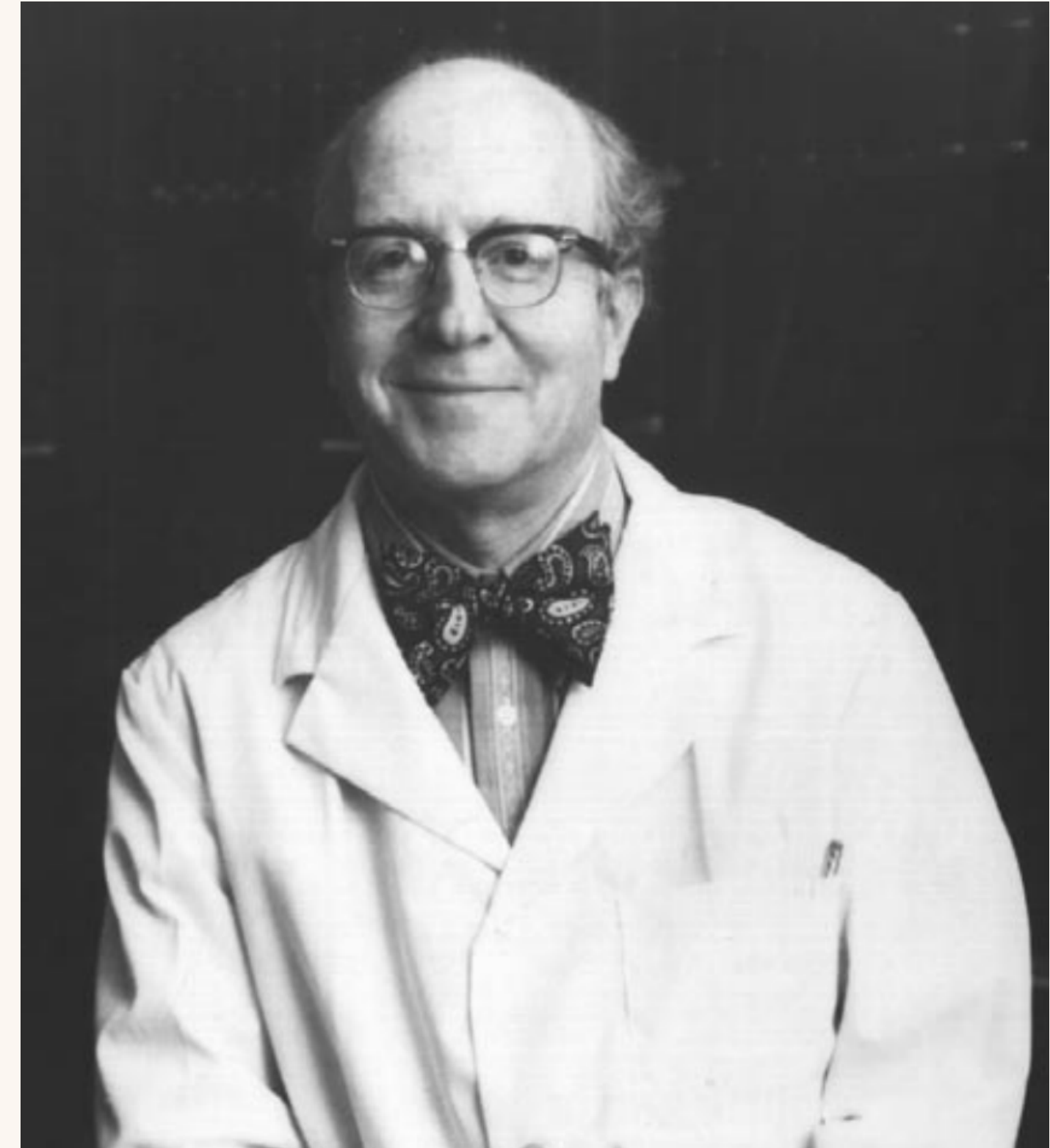


MÔ HÌNH TÂM – SINH – XÃ



Tổng quan

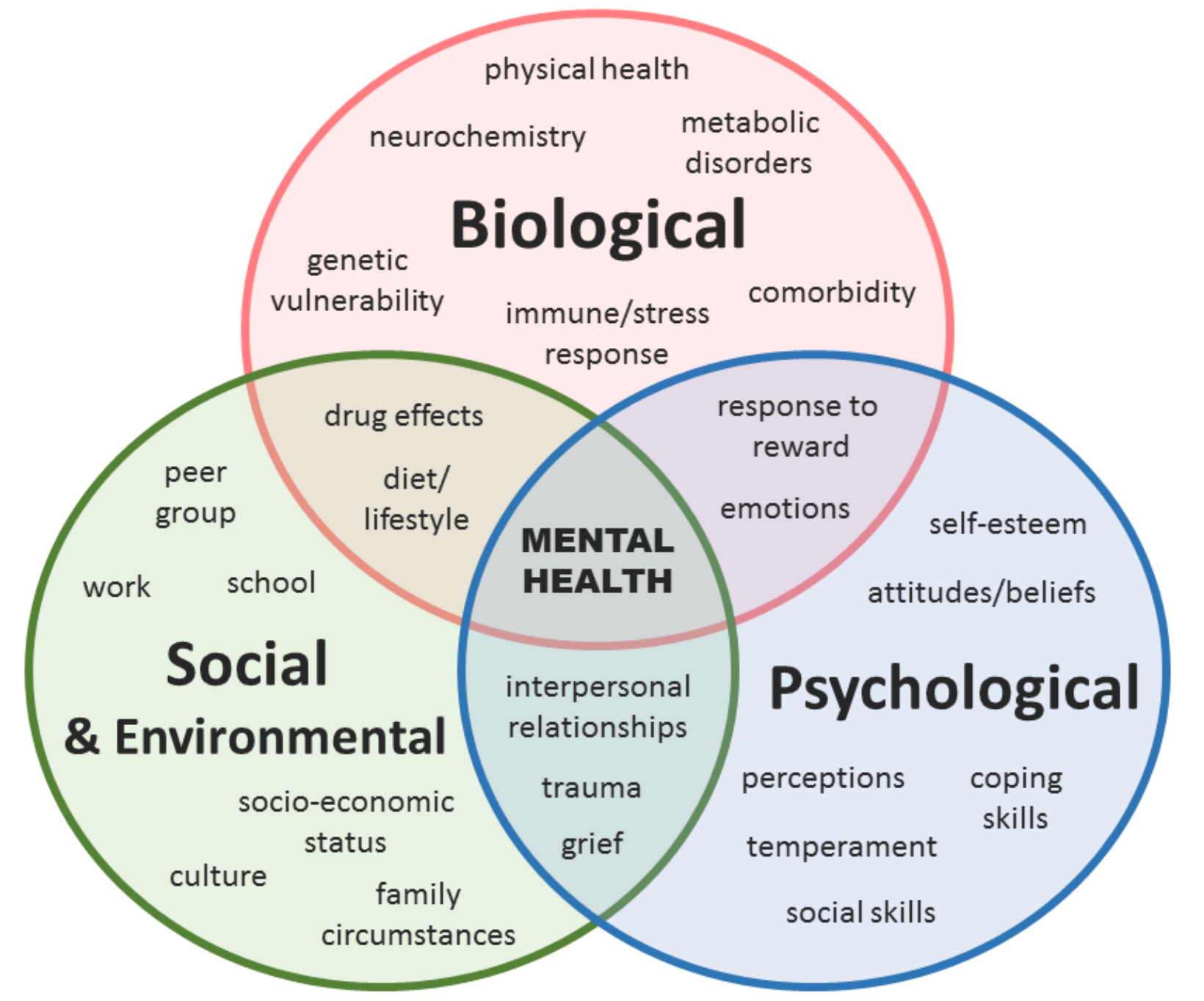
Năm 1977, Bác sĩ Tâm thần học người Mỹ George Engel đã giới thiệu mô hình Tâm - Sinh - Xã. Mô hình này chính là sự liên kết bền chặt và tương tác qua lại giữa 3 yếu tố Sinh học, Tâm lý và Xã hội. Trên thực tế, mô hình này đi kèm theo sự chuyển đổi mạnh mẽ giữa từ các chứng bệnh đến sức khỏe, thừa nhận các yếu tố tâm lý có ảnh hưởng đến quá trình hồi phục bệnh (như niềm tin, những mối quan hệ hay stress).

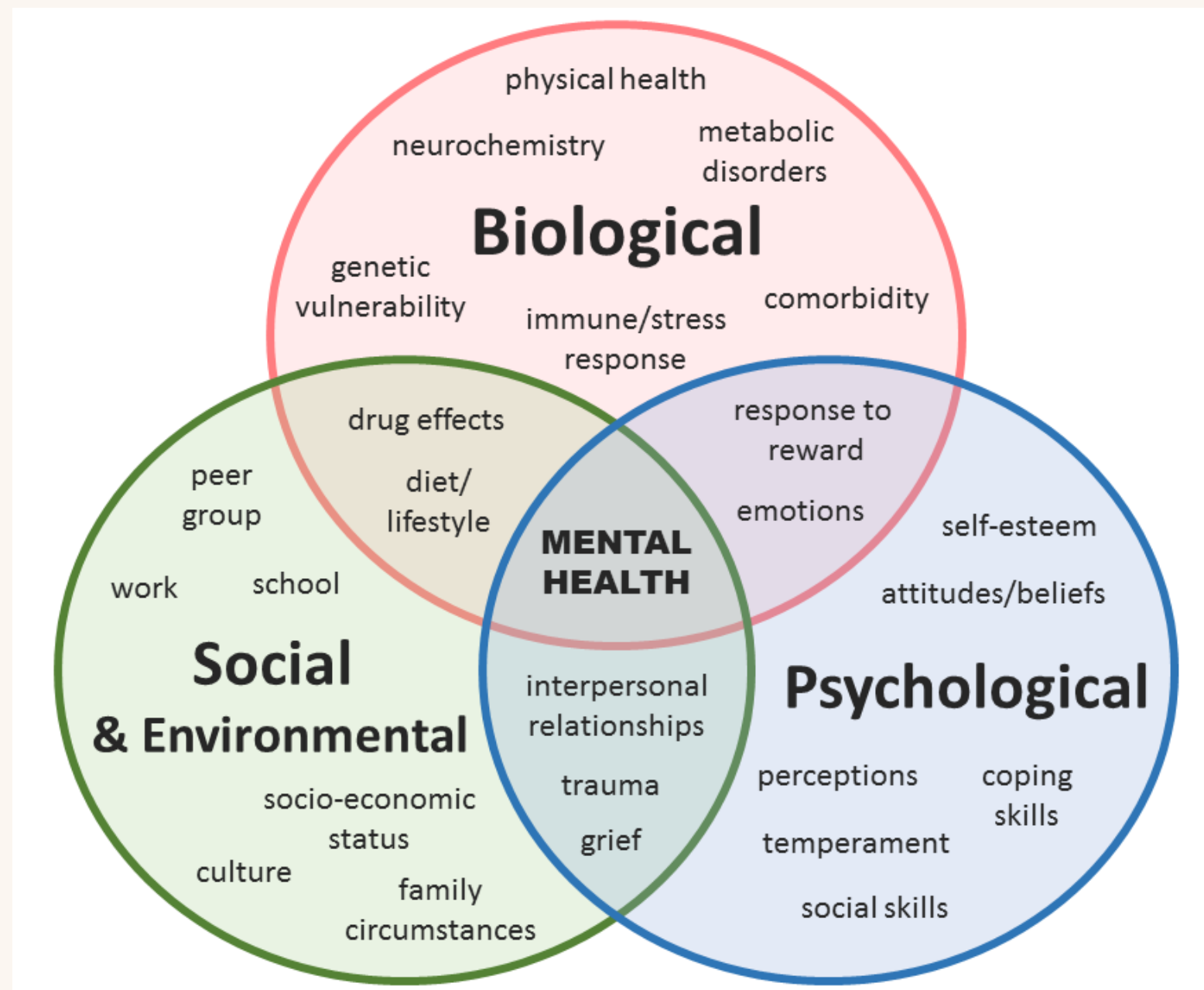




Mô hình này đã tiếp cận được cả mối liên kết giữa Sinh học – Tâm lý và Xã hội, nhấn mạnh tầm quan trọng của việc đặt sức khỏe con người vào một bối cảnh đầy đủ và xem xét chúng cách toàn diện nhất.

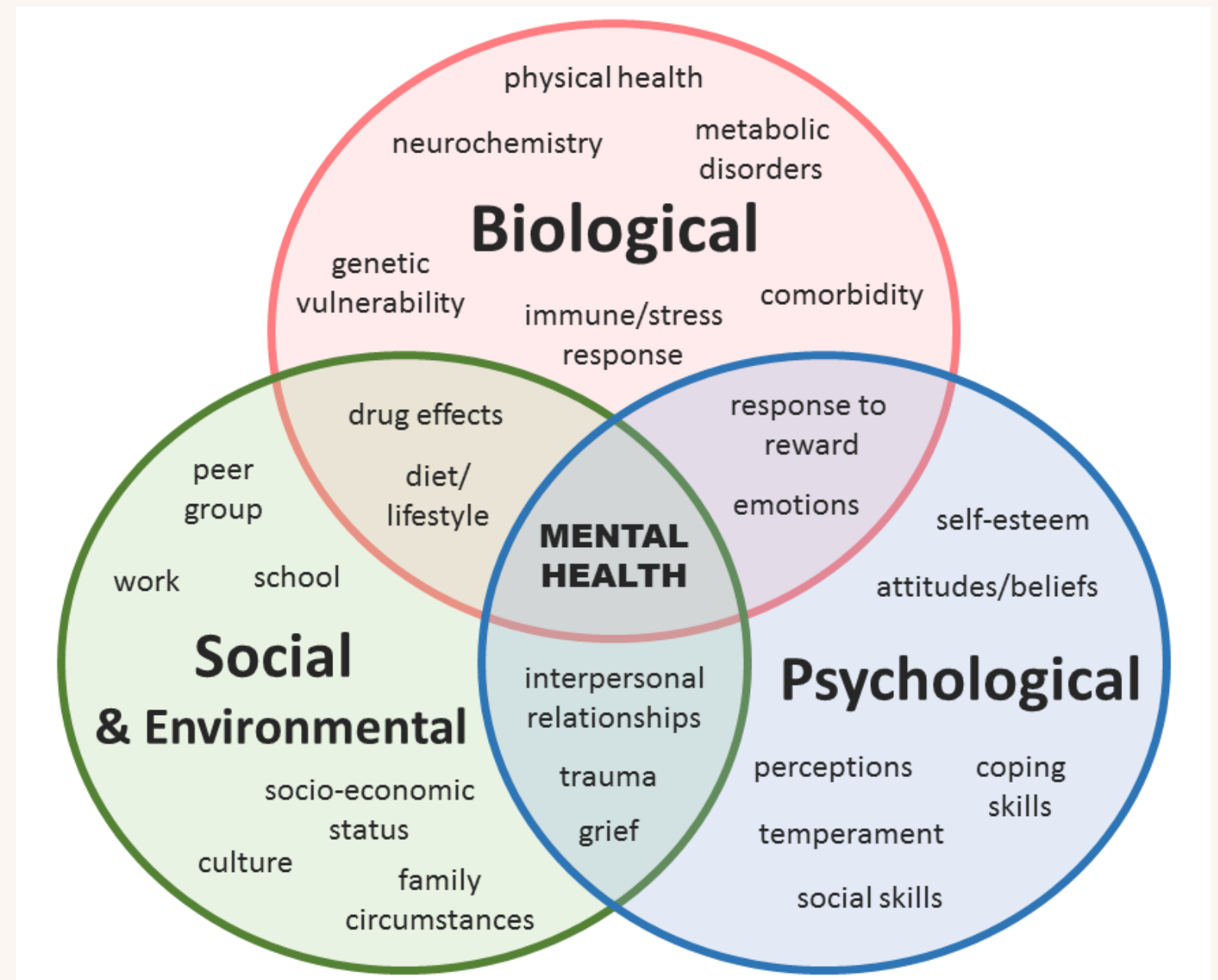
Yếu tố Sinh học xem xét các khía cạnh sinh học ảnh hưởng đến sức khỏe. Các khía cạnh bao gồm sự thay đổi của não bộ, di truyền hoặc chức năng của các cơ quan chủ chốt trong cơ thể (như gan, thận, hay thậm chí là hệ vận động).

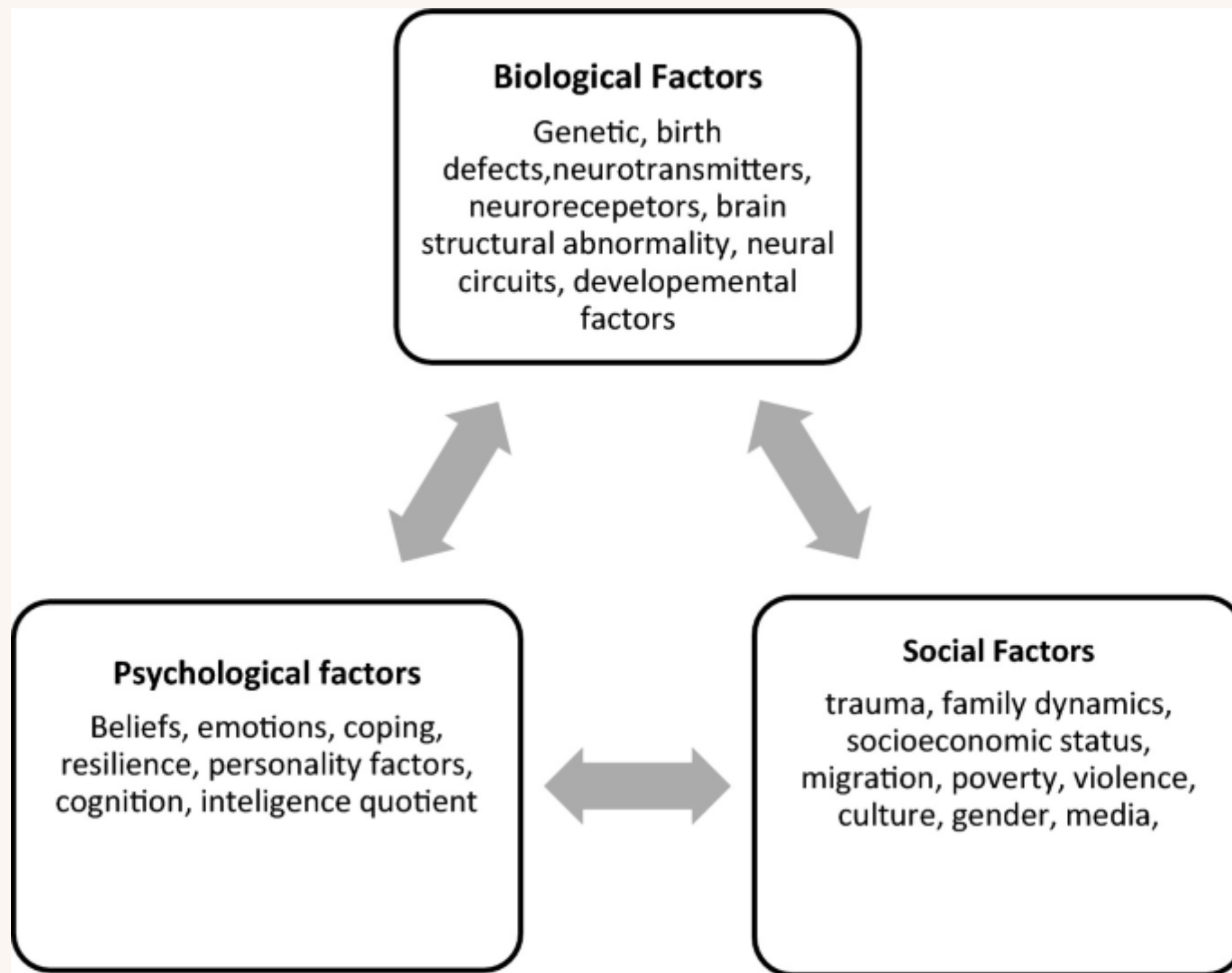




Yếu tố Tâm lý đề cập tới những điều như suy nghĩ, cảm xúc hay hành vi. Những sự thay đổi trong suy nghĩ sẽ dẫn đến sự thay đổi trong hành vi và tác động đến cảm xúc. Khi những biến đổi về tâm lý ngày càng mất kiểm soát theo hướng tiêu cực, những tổn thương thực thể có thể chuyển biến nặng hơn, đồng thời các triệu chứng tâm bệnh có thể xuất hiện và tình hình trở nên xấu đi.

Yếu tố Xã hội đề cập đến mối quan hệ, tương tác với mọi người, yếu tố văn hóa, tiềm lực kinh tế, môi trường sống... có thể tác động đến thể trạng và tinh thần của cá nhân. Việc không thể đảm đương vai trò hay thiếu kỹ năng giao tiếp xã hội cũng góp phần gây ra những khó khăn tâm lý và ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất.





Các thành tố cấu tạo nên mô hình Tâm - Sinh - Xã đều có mối tương quan chặt chẽ với nhau. Sinh học ảnh hưởng đến Tâm lý, Tâm lý ảnh hưởng đến Xã hội và Xã hội lại tác động ngược lại Sinh học.

Con người không bao giờ là một cá nhân đơn lẻ mà luôn tương tác qua lại và có liên kết mật thiết với thế giới xung quanh. Vì vậy, khi đánh giá sức khỏe con người cần đặt họ vào bối cảnh đầy đủ và xem xét toàn diện để kịp thời cung cấp giải pháp và nâng đỡ họ tốt hơn.

