

المقدمة Introduction

ملخص

فهم علم نفس الصحة
التأثير على السلوك والفسولوجيا.
* اختبر نفسك: هل أنت متفائل؟
التأثير على الأم والمرض.
التأثير على الاستفادة من الرعاية الصحية.
/ تاريخ علم نفس الصحة .
وجهات النظر المبكرة عن العلاقة بين العقل والجسد
فشل النموذج الطبي العضوي.
إحياء النموذج الاجتماعي النفسي العضوي.
* البحوث المستمرة: كيف تطيل الصداقات من حياتك.
تطور علم نفس الصحة .
التفسير في معنى الصحة.
الزيادة في الحالات المزمنة.
* التركيز على النمو: كيف تنقذ التحصينات الحياة.
ارتفاع تكلفة الرعاية الصحية.
التطورات في التكنولوجيا التأثير الواسع لعلم نفس الصحة في الطب.
* التركيز على علم الأعصاب:
لماذا يستجيب بعض الناس للطعام ومنبهاته حتى لو لم يكونوا جوعى .
* التركيز على التنوع:
/ تأثير عرق المرضى على التواصل غير اللفظي للأطباء.
علم الاجتماع.
الانثروبولوجيا.
مسارات التدريب.
خيارات الحياة المهنية.
الملخص.

الأهداف التعليمية

- 1.1 وصف كيف تؤثر العوامل النفسية على الصحة والأم، والمرض والاستفادة من الرعاية الصحية.
- 1.2 تلخيص تاريخ مجال علم نفس الصحة .
- 1.3 تفسير العوامل التي تؤدي إلى تنمية علم نفس الصحة .
- 1.4 وصف تأثير علم نفس الصحة على المجالات الأخرى.
- 1.5 مقارنة المسارات التدريبية والحياة المهنية المختلفة في علم نفس الصحة .

ما ستتعلمه.....

- 1.1 كيف تقي المعانقات اليومية من نزلات البرد.
- 1.2 كيف يقصر الدعم للأم من فترة الأم أثناء ميلاد الطفل.
- 1.3 لماذا يصبح المراهقون السعداء راشدين أصحاء.
- 1.4 كيف تؤدي فظاظة الطبيب الرعاية الصحية.
- 1.5 كيف يمكن أن يكون إغلاق الأبواب بعنف مفيداً للصحة (على الأقل في اليابان).

نظرة عامة Preview

هل سبق لك وتناولت بقايا الطعام وأنت مكتئب بسبب علاقة رومانسية، أو حاولت تشتيت ذهنك وأنت تأخذ حقنة عند الطبيب؟ هذه أمثلة عن كيف تؤثر العوامل النفسية على الصحة الجسمية للأسوأ أو للأفضل. ففي هذا الفصل، سوف تتعلم عن مجال علم نفس الصحة ، وكيف تغير عبر الزمن، وعلاقته بالمجالات الأخرى. كما ستتعلم عن مسارات التدريب والحياة المهنية في هذا المجال.

تفهم علم نفس الصحة Understanding Health Psychology

يدرس مجال علم نفس الصحة كيف تؤثر العوامل البيولوجية، والاجتماعية والنفسية على الصحة والمرض. هذا المجال نما بسبب الاعتراف المتنامي بالدور القوي الذي تلعبه العوامل النفسية في التأثير على الصحة. وكما هو موضح في جدول 1.1، فإن الجراحين في الولايات المتحدة، يضعون، كل 10 سنوات أهدافاً نوعية لتحسين الصحة (Friedrich, 2010)، ثم يعمل المتخصصون في مجال الصحة على تحقيق هذه الأهداف. وكما ترى، فإن كثيراً من هذه الأهداف تنطوي على الخيارات السلوكية للناس مثل ما إذا كانوا ينخرطون في النشاط الجسمي، أو تعاطي المواد، أو قيادة السيارة بشكل آمن.

أهداف التعلم 1.1

وصف كيف تؤثر العوامل النفسية على الصحة والأم والمرض والاستفادة من الرعاية الصحية.

يستخدم مجال علم نفس الصحة النظرية والبحوث في العلوم النفسية لتعزيز الصحة، والوقاية من المرض، وتحسين نظم الرعاية الصحية. تحديداً، يدرس علم نفس الصحة كيف تؤثر العوامل النفسية على السلوكيات المرتبطة بالصحة والاستجابات الفيزيولوجية، وإدارة الأم والمرض والاستفادة من الرعاية الصحية (Matara220, 1990).

جدول 1.1 أمثلة على أهداف 2020 للأفراد الأصحاء

- النشاط الجسمي

- * زيادة نسبة الراشدين الذين ينخرطون في النشاط الجسمي التنفسي لمدة 15 دقيقة على الأقل كل أسبوع.
- * زيادة نسبة المدارس الحكومية والخاصة التي تتطلب تطبيق التربية البدنية يومياً لكل الطلبة.

- الوزن الزائد والبدانة.

- * تقليل نسبة الراشدين البدناء.
- * تقليل نسبة الأطفال والمراهقين البدناء.

- استخدام التبغ.

- * تقليل البدء في تعاطي التبغ بين الأطفال والمراهقين والشباب.
- * زيادة التوقف عن التدخين لدى المدخنين الشباب.

- استخدام المواد.

- * تقليل نسبة الراشدين الذين يعلنون عن أي استخدام للمخدرات أثناء الثلاثين عاماً الماضية.
- * تقليل نسبة المراهقين المنخرطين في تعاطي المسكرات أثناء الشهر الماضي.

جدول 1.1 أمثلة على أهداف 2020 للأفراد الأصحاء

- السلوك الجنسي المسؤول .

* زيادة نسبة الأشخاص النشطين جنسياً البالغين من العمر 15-19 عاماً الذين يستخدمون الواقي الذكري من أجل الوقاية من المرض الجنسي.

* زيادة نسبة المراهقين البالغين من العمر 17 عاماً فأصغر الذين لم يقوموا بأي لقاء جنسي.

- الاصابة والعنف.

* تقليل الموت نتيجة حوادث السيارات.

* تقليل حالات القتل.

- التحصينات (التطعيم).

* زيادة نسبة الأطفال البالغين من العمر 19-35 شهراً الذين يتلقون الجرعات الموصى بها لكل من DTap, Polio, MMR, Hib.

* زيادة نسبة الأطفال والراشدين المحصنين ضد الإنفلونزا.

- الوصول إلى الرعاية الصحية.

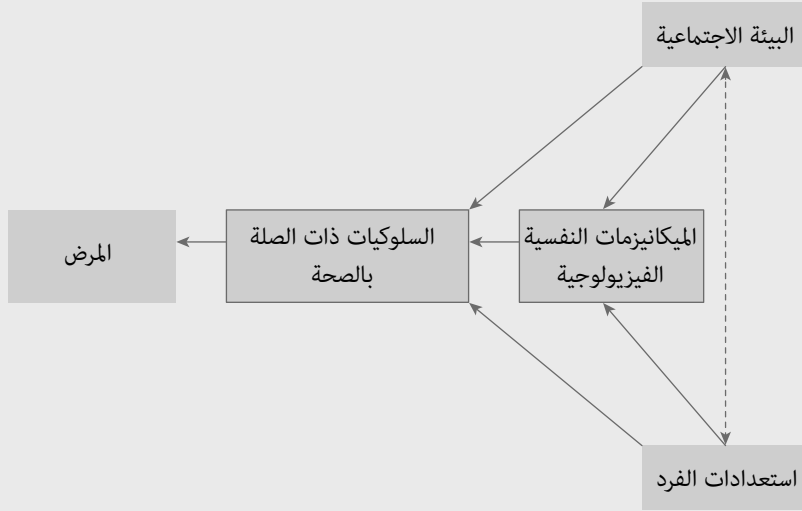
* زيادة نسبة الأشخاص الذين يستفيدون من التأمين الصحي.

* زيادة نسبة السيدات الحوامل اللواتي يتلقين الرعاية قبل الولادة.

التأثير على السلوك والفيزيولوجيا Impaction Behavior and Physiology

إن للعوامل النفسية تأثيراً كبيراً على السلوكيات الصحية وعلى النواتج الصحية. وكما هو موضح في الشكل 1,1، فإن هذه العوامل النفسية تشتمل على: الضغوط البيئية، عوامل الشخصية، والتأثيرات الاجتماعية والتي بدورها تؤثر على المرض من خلال تأثيرها على الاستجابات الفيزيولوجية في الجسد وأيضاً السلوكيات ذات الصلة بالصحة (Adler, 1994).

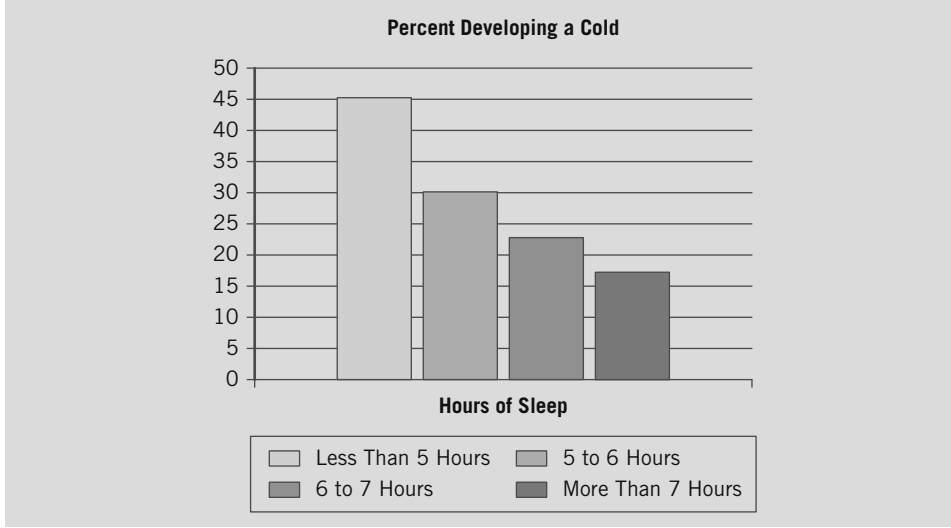
الشكل 1.1 تأثير العوامل النفسية على الصحة



تؤثر العوامل النفسية بما في ذلك الضغوط، والشخصية والتأثيرات الاجتماعية على الاستجابات الفيزيولوجية للأفراد وأيضاً السلوكيات الصحية والتي تؤثر بدورها على المرض.

أولاً- إن الأفراد الذين يمرون بخبرة المستويات العليا من الضغوط عرضة لخطر المرور بخبرة المرض، ويعود ذلك جزئياً إلى أن الضغوط تضعف جهاز المناعة (Cohen, 1996). على سبيل المثال، بعد التعرض لفيروس البرد، فإن الأفراد الذين يمرون بخبرة المستويات المرتفعة من الضغوط من المحتمل أن يكون لديهم الإصابة بنزلات البرد أكثر ممن لا يمرون بخبرة الضغوط (Cohen et al., 1991). إن الضغوط طويلة المدى يمكن أن تؤدي إداً إلى المزيد من المشكلات الصحية الحادة.

كما أن الناس الذين يقعون فريسة للضغوط يميلون إلى الانخراط في سلوكيات تضعف قدرة الجسم على مقاومة العدوى. فكر في سلوكيات طالب الجامعة أثناء فترة الامتحان، حيث يتوقف كثيراً عن ممارسة الرياضة، ويأكلون الوجبات السريعة، ويشربون المزيد من الكافيين، ويقل نومهم. فقلة النوم تؤدي إلى انخراط الناس في سلوك غير صحي، وهذا يقلل بدوره من مقاومة الناس للمرض. وكما هو واضح في الشكل 1,2، فإن الناس قليلي النوم أكثر عرضة للإصابة بنزلات البرد (Prather et al., 2015).



قام الباحثون بتقييم عادات النوم لدى مجموعة من الأفراد، ثم عرضوهم، من خلال قطرات للأنف إلى فيروس البرد. فالناس الذين ناموا أقل من 6 ساعات ليلاً كانوا أكثر عرضة 4 مرات من غيرهم للإصابة بنزلات البرد.

كما ترتبط سمات الشخصية أيضاً، مثل: التفاؤل، العدائية، والوعي بالاستجابات **ماذا ستعلم 1.1** الفيزيولوجية للأفراد للمواقف المختلفة وأيضاً السلوكيات ذات الصلة بالصحة (Winett, 1995). على سبيل المثال، فإن الأفراد المرتفعين في العدائية يظهرون ضغط دم مرتفع وسرعة في ضربات القلب عندما يكونون في مواقف تنافسية والتي تشمل على لعبة البينج يونج مع صديق (Miller et al., 1996). ومع الوقت، فإن المرور بخبرة المستويات العليا من الإثارة الفيزيولوجية يؤدي إلى مشكلات في القلب، فإن الأكثر عدوانية أكثر عرضة لأمراض القلب. وعلى الجانب الآخر، فإن ذوي المستويات المرتفعة من الانفعالات الموجبة مثل السعادة، والفرحة والتفاؤل يمرون بخبرة الصحة الجيدة، حيث قد لا يتعرضون للسكتات، ونزلات البرد مقارنة بأصحاب المستويات المنخفضة من الانفعالات الموجبة (Boehm, 2012). يمكنك اختبار مستوى التفاؤل لديك باستخدام جدول 1,2: اختر نفسك، كما أن متغيرات الشخصية تؤثر أيضاً على أنواع السلوكيات ذات الصلة بالصحة التي ينخرط فيها الناس دوماً. على سبيل المثال، إن المرتفعين في العدائية ربما يتجاهلون وصايا الطبيب للعلاج ومن ثم، قد لا يتعافون من المرض أو قد يتعافون ببطء.

جدول 1.2 اختبر نفسك: هل أنت متفائل؟

- تعبر العبارات التالية عن شعورك. استجب لها مستخدمًا مقياس من 1 (لا أوافق بشدة) إلى 5 (أوافق بشدة).
- 1- في أوقات الشك، أتوقع أن أكون أفضل.
 - 2- لو حدث لي أي شيء سيئ، فلا مفر منه.
 - 3- أنا متفائل بشأن المستقبل.
 - 4- لا أتوقع أن يعترض طريقي أي شيء.
 - 5- بشكل عام، أتوقع كل الخير.
 - 6- أعتقد أن ما يحدث لي هو عين الخير.
- أولاً- اعكس إجاباتك على المفردات 2، 4، 6 (بمعنى أعط نفسك 5 لو وضعت 1، و 4 لو وضعت 2، و 3 لو وضعت 3، و 2 لو وضعت 4، و 1 لو وضعت 5). ثم اجمع إجاباتك مستخدمًا الدرجة الجديدة للمفردات 2، 4، 6، والدرجة الأصلية للمفردات 1، 3، 5. الأعداد المرتفعة تشير إلى تفاؤل أعلى.

بالمثل، فإن العوامل الاجتماعية ترتبط بالاستجابات الفيزيولوجية والسلوكيات ذات الصلة بالصحة لدى الأفراد، حيث إن الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من الدعم الاجتماعي يكون لديهم مستوى ضغط الدم منخفض، وجهاز المناعة نشط مقارنة بقليلي الدعم (Uchino et al., 1996). بالإضافة إلى ذلك، فإن ذوي الدعم الاجتماعي المرتفع لديهم قدرة على محاربة الأمراض البسيطة وتجنب الأمراض الخطيرة، كما أن ذوي المستويات المرتفعة من الدعم الاجتماعي ينخرطون في سلوكيات تعزز الصحة (مثل: التغذية السليمة وممارسة الرياضة)، ويعود ذلك إلى أن محبيهم يشجعونهم على هذه الأنشطة.

التأثير على الألم والمرض Impact on Pain and Disease

تؤثر العوامل النفسية بما في ذلك الضغوط البيئية والشخصية، والدعم الاجتماعي على نمو وعلاج الألم (Winett, 1995). هل شعرت يومًا بالصداع أو الغثيان قبل الامتحان؟ يمكن أن يعمل الناس الذين لا يعرفهم مثل نجوم السينما كنماذج تؤثر على سلوكياتنا المتعلقة بالصحة. فهذا مثال بسيط على كيف يمكن للضغوط أن تحدث ألمًا جسديًا. كما أن الألم يتأثر أيضًا بعوامل نفسية أخرى مثل المكافآت التي تؤخذ بسبب المرور بخبرة الألم (مثلًا: الطفل الذي يشكو من بطنه يتغيب عن المدرسة)، والنمذجة (مثلًا: تتباين المعايير الثقافية التي تتعلق بالتعبير عن الألم بشكل كبير).

1.2 ماذا ستتعلم

يمكن للعوامل النفسية أن تساعد أيضًا في التقليل من خبرة الألم. على سبيل المثال، تشير البحوث إلى فوائد الدعم أثناء الجهد في التقليل من الألم والتعقيدات الطبية، على سبيل المثال، فإن النساء اللواتي يتلقين الدعم أثناء العمل تمر بخبرة القليل من التعقيدات (Sosa et al., 1980). وعلى الجانب الآخر، فإن النساء اللواتي يخفن من الولادة تمرن بخبرة مزيد من الجهد والتعب (Adams et al., 2012).

تسهم العوامل النفسية في نمو أنواع عديدة من الأمراض المزمنة المهددة للحياة مثل أمراض القلب، السرطان، والإيدز. تتأثر كثير من هذه الأمراض بالاختيارات السلوكية التي يقوم بها الأفراد مثل اختيار التدخين، أو الحفاظ على الوزن الصحي، أو ممارسة الرياضة. بالإضافة إلى ذلك، فإن هناك عوامل نفسية أخرى مثل الشخصية وأسلوب المجابهة تؤثر على وجود الأمراض المهددة للحياة وتطور هذه الأمراض. على سبيل المثال، فإن المكتئبين أكثر عرضة لمرض السكري والسكتات القلبية (Pan et al., 2011).

وأخيرًا، فإن العلاقة بين العوامل النفسية والألم والمرض ثنائية الاتجاه. على سبيل المثال، قد يشعر الشخص دائم الألم الجسدي بالاكتئاب والقلق، وقد يتجنب المواقف الاجتماعية. وأخيرًا فإن الأفراد الذين يعانون من المرض الذي يعتبر مؤدياً للموت أو النهاية يمرون بخبرة الاكتئاب والقلق، في حين أن الناجين أقل مروراً بخبرة هذه العوامل النفسية.

التأثير على الاستفادة من الرعاية الصحية Impact on Health Care Utilization

يدرس علم نفس الصحة أيضًا كيف تؤثر العوامل النفسية فيما إذا كان الناس سيتقدمون خطوات نحو تحديد وعلاج المرض مبكرًا، وما إذا كانوا سيلتزمون بالتوصيات الطبية (Winett, 1995). إن السلوك الذي ينطوي على الكشف المبكر عن المرض كطريقة للتقليل من التأثيرات الممثلة للمرض يسمى الوقاية الثانوية، ويمكن أن يشتمل على فحص الكوليسترول واتباع نظام أخذ الأنسولين في حالة السكري. إن الوقاية الثانوية مهمة لأنه في حالات كثيرة يكون لدى الناس المزيد من الخيارات العلاجية وهناك احتمال كبير لمعالجة المشكلة إذا تم الكشف عنها مبكرًا. على سبيل المثال، قد يسمح الكشف المبكر عن ورم سرطاني في الثدي لدى سيدة بإزالة هذا الورم بعملية بسيطة قبل انتشار السرطان إلى أجزاء أخرى من جسدها، بينما المرأة التي وجد في ثديها هذا الورم بعد انتشار السرطان قد تأخر لديها العلاج، وقد تخضع لخيارات علاجية صعبة مثل العلاج الكيماوي أو العلاج بالإشعاع.

بالإضافة إلى ذلك، تؤثر العوامل النفسية على فعالية العلاجات المختلفة للسيطرة على الألم وأيضًا، المرض المزمن والمرض المؤدي إلى الموت، وتعرف العلاجات التي يمكن أن تساعد في تقليل أو تأخير

الضرر الذي يؤدي إليه المرض بأفعال الوقاية الثالثة ويمكن أن تشتمل على أخذ الدواء والخضوع للعلاج الجسمي المنتظم، واتباع النظام الغذائي الموصى به يحتاج المرضى ذوو الحالات المزمنة، مثل السرطان والإيدز إلى تحكم مستمر في المرض ومجابهة الألم والإذعان للنظم الطبية. ومع ذلك، تشير بعض الدراسات إلى أن نسبة 93% من المرضى لا يلتزمون بالعلاجات الموصى بها (Taylor, 1990). ما السبب في أن بعض الناس يتبعون توصيات الطبيب في حين يتجاهل آخرون هذه الرسائل؟ إن العوامل النفسية بما في ذلك أفكار الناس عن الأعراض والمرض وأيضًا تفاعلاتهم مع مقدمي الرعاية الصحية والنظام الطبي عمومًا تؤثر في الكيفية التي يستجيبون بها للخطة العلاجية، ومن ثم، ما إذا كانوا سيتعافون من المرض أم لا.

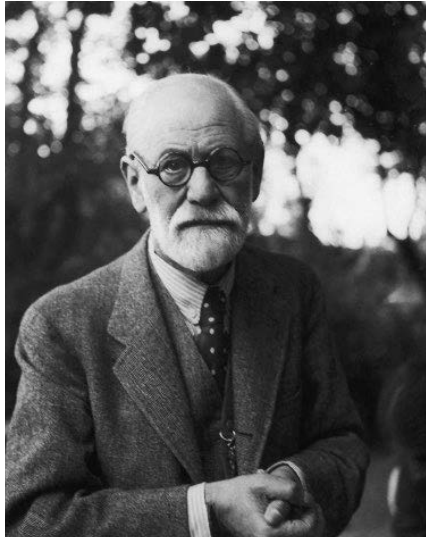
تاريخ علم نفس الصحة History of Health Psychology

أهداف التعلم 1.2 ● علم نفس الصحة مجال جديد نسبيًا - أنشأت أهداف التعلم الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA مهمتها تلخيص تاريخ دراسة الدور المحتمل لعلم نفس مجال علم نفس الصحة في بحوث الصحة. على الرغم من أن التقرير النهائي للصحة. لهذه المهمة في عام 1976 وجدت دليلًا ضعيفًا على أن علماء النفس كانوا يدرسون القضايا المتعلقة بالصحة، إلا أن هذه المهمة ذكرت أن هناك احتمالًا واضحًا لتأثير العوامل النفسية على الصحة. هذا التقرير أدى بدوره إلى استحداث قسم علم نفس الصحة في عام 1978 بهدف تقديم منظمة علمية وتعليمية ومهنية متخصصة لعلماء النفس المهتمين بمجال علم النفس والطب (Matarazzo, 1984). تبع ذلك استحداث مجلة علم نفس الصحة في عام 1982.

وجهات النظر المبكرة عن العلاقة بين العقل والجسد

Early Views on the Mind – Body Connection

على الرغم من أن علم نفس الصحة مجال جديد نسبيًا، فإن فكرة أن العقل يؤثر على الجسد فكرة قديمة جدًا - في الحقيقة، من الناحية التاريخية اعترفت معظم الثقافات بوجود نوع من العلاقة بين كيف نفكر ونشعر، ونتصرف وتأثيرها على صحتنا (Ehrenwald, 1976). لقد نظرت الثقافات المبكرة إلى المرض على أن السبب فيها هي أرواح شريرة وهناك دليل على أن الإجراءات الطبية المبكرة قد انطوت على طرائق مثل حفر ثقب في جماجم الناس لإخراج الأرواح الشريرة. ففي عام 400 قبل الميلاد، وصف سقراط الصحة على أنها تفاعل بين العقل والجسد، حيث ذكر: "تعتمد الصحة على حالة التوازن بين العوامل الداخلية المختلفة التي تحكم عمل الجسد والعقل، ويتم الوصول إلى أو تحقيق التوازن عندما يعيش



الإنسان في توافق مع البيئة". بالتوافق مع وجهة النظر هذه وصفت (نظرية المرشح) لسقراط المرض بأنه يحدث بسبب عدم التوازن في سوائل مختلفة تدور في الجسد: البلغم، الدم، المرارة السوداء والمرارة الصفراء.

ومع ذلك، أثناء القرن 17، تغيرت هذه النظرة الكلية عن الصحة، ولأول مرة، نُظر إلى الصحة على أن مسبباتها هي العمليات الجسمية. ما الذي أدى إلى هذا التغيير؟ أولاً- إن تنمية ريبيني ويسكارترز لثنائية العقل - الجسد، أي وجهة النظر التي تقول بأن العقل والجسد كيانات منفصلان، بينهما تفاعل بسيط، قد أدت إلى ظهور وجهة نظر تقول بأن الجسد آلة، ونظر إلى الأمراض على أنها نتاج التعطل الفيزيقي لهذه الآلة وأن وظيفة الطبيب هي تركيب أو تثبيت هذه الآلة. ثانياً- من الممكن أن التطورات في المجالات العلمية الأخرى مثل الفيزياء قد أدت إلى الاعتقاد بإمكانية استخدام العلوم لتحديد المبادئ الفيزيائية الدقيقة. ثالثاً- هناك تطورات علمية عديدة قد أدت إلى التركيز على الكيفية التي تحدث بها الكائنات الدقيقة الأمراض. كل هذه العوامل قد يسرت التركيز على النموذج الطبي الحيوي.

فشل النموذج الطبي الحيوي The Failure of the Biochemical Model

يفترض النموذج الطبي الحيوي الذي تشكل في القرنين 19، 20، أن المشكلات الصحية متأصلة في الأسباب الجسدية الفيزيائية مثل الفيروسات، والبكتيريا، والإصابات وعدم التوازن الطبي الحيوي (Engel, 1977). لذا فإن هذا النموذج يفسر المرض بلغة علم أسباب المرض، الكيمياء الحيوية، وفيزيولوجيا المرض - فالسكري يسببه عدم التوازن في سكر الدم. ويفترض النموذج الطبي الحيوي بدوره أن العلاج الطبي مطلوب لعلاج أو إدارة الشكوى الجسدية حتى يعود الفرد إلى صحته الجيدة. لذا، فإن النموذج الطبي الحيوي يركز على العلاجات الفيزيائية للمرض مثل العلاج الكيماوي لتأخير انتشار السرطان.

على الرغم من أن النموذج الطبي الحيوي قد أدى إلى العديد من المنافع للمجتمع بما في ذلك التطورات في علم المناعة، وسياسة الصحة العامة، إلا أن هناك دليلاً يبين أن العوامل البيولوجية وحدها لا يمكن أن تفسر الصحة. أولاً- ترتبط العوامل النفسية والسلوكية بنمو العديد من أسباب الموت مثل السرطان وأمراض القلب.

(Charles et al., 2008). فالأفراد الذين يمرون بخبرة المستويات المرتفعة من الضغوط عرضة بشكل كبير إلى السكتات القلبية (Rosengren et al., 2004). كما أن النموذج الطبي الحيوي يفشل

في أن يأخذ بعين الاعتبار كيف يمكن للعوامل النفسية مثل الشخصية والمعتقدات المعرفية والدعم الاجتماعي أن تؤثر في النمو والتعافي من المرض، لماذا تؤدي الأدوية أو العلاجات التي تؤثر على النتائج الصحية إلى تحسين في الأعراض بنسبة كبيرة لدى المرضى؟ هناك بعض الأسئلة التي لا يستطيع النموذج الطبي الحيوي الإجابة عنها.

استحداث النموذج الاجتماعي النفسي الحيوي

The Creation of the Biopsychosocial Model

مع الأخذ في الاعتبار الدليل المهم على أن النموذج الطبي الحيوي لا يمكنه وحده تفسير الصحة الجسمية، تحوّل الباحثون إلى النموذج الاجتماعي النفسي الحيوي، الذي يُنظر فيه إلى العقل والجسد على أنهما مرتبطان بالفطرة (Ray, 2004). لقد تطوّر هذا النموذج في أواخر السبعينات، ويرى أن الصحة تتأثر بالعوامل البيولوجية والاجتماعية (Engel, 1977). ومن هذا المنظور، فإن الجسد مظهر واحد للشخص، بالإضافة إلى ذلك، فإن هناك مظاهر أو سمات أخرى مثل الشخصية، الأسرة، والمجتمع، تؤثر على الشخص وصحته.

إن النموذج الاجتماعي النفسي الحيوي الذي طوّره جورج إينجل George Engel، يرى الصحة والمرض نتيجة للتفاعل المعقد بين العوامل البيولوجية (مثلاً الجينات، والفيزيولوجيا)، والعوامل النفسية (مثلاً: الشخصية، المعرفة). وكما وصف إينجل: "حتى يتم تقديم أساس لفهم محددات المرض والوصول إلى علاجات معقولة وأماط منطقية من الرعاية الصحية، لا بد أن يأخذ النموذج الطبي في الاعتبار المريض، والسياق الاجتماعي الذي يشكّل فيه المجتمع النظام المعاصر للتعامل مع التأثيرات المدمرة للمرض، بمعنى، دور الطبيب ونظام الرعاية الصحية. وهذا يتطلب النموذج الاجتماعي النفسي الحيوي" (P. 132).

إن النموذج الاجتماعي النفسي الحيوي شامل في أنه يعتبر العقل والجسد مرتبطين بشكل فطري. بالإضافة إلى ذلك، فإنه يعترف بإمكانية تأثير العوامل البيولوجية على الصحة والمرض، كما أن للعوامل الاجتماعية والثقافية والنفسية تأثير أيضاً. لذا، فإن هذا النموذج يساهم في النموذج الطبي الحيوي بالمساعدة في تفسير تأثيراً للعوامل النفسية على نمو وتطور الحالات المزمنة وكيف يجابه الناس الألم والمرض. تصف البحوث المطبقة كيف يعيش الناس ذوو العلاقات الاجتماعية المرتفعة حياة أطول، وهذا مثال واضح على قدرة النموذج الاجتماعي النفسي الحيوي على تفسير النواتج الصحية.

دعونا نأخذ كمثال، مريضة تسمى ميلاني، والتي وصلت إلى عيادة الطبيب تشكو من ألم متكرر في القلب. إن الطبيب الذي يستخدم النموذج الطبي الحيوي سوف يركز تمامًا على الأسباب الجسمية لهذا