



追忆心理社会肿瘤学开拓者 Jimmie Holland 教授

让心理社会肿瘤学薪火相传

▲中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会 唐丽丽 等

她是
癌症心理社会服务开拓者

20 世纪 70 年代，Holland 教授首先在美国纪念斯隆凯瑟琳癌症中心成立了精神与行为医学科并开始为癌症患者提供心理社会服务，将心理社会肿瘤学融入肿瘤临床的常规诊疗中，使肿瘤患者的生活质量得到提升；1984 年，Holland 教授倡导建立了国际心理社会肿瘤协会（IPOS），时至今日，IPOS 已无可替代的成为全球该领域最权威的学术组织；同年，Holland 教授引领编写了首部权威教材“Psycho-Oncology”并创办了学术期刊 Psycho-Oncology；她为全世界培养了无数心理社会肿瘤学优秀的工作人员，大家亲切地称呼她为“Grandma”。

先人已逝，而 Holland 教授的智慧、热情和慈爱之心将永远留在我们心中，也将继续激励一代又一代心理社会肿瘤学人不断开拓进取，让这项事业的火种

在全球各个角落不断点燃、薪火相传。

1977 年，Holland 教授第一次来到斯隆凯瑟琳癌症纪念中心时，与癌症相关的心理话题才刚刚被提出，几乎没有科学的研究方向。但是，她从“真正的专家”那里开始学习这方面的内容，而这些都是“专家”就是癌症患者和他们的家人。她们发现了这一“新大陆”，并在斯隆凯瑟琳癌症纪念中心开始了这一领域的研究。

后来，癌症也从秘密走向公开。美国已允许将癌症诊断如实告诉患者，而在世界上许多国家还不能公开谈论。同时，目前的癌症患者数量也越来越多，对患心理方面的关心已显得越来越重要。经过多年努力，Holland 教授和她的同事们创建了一个新的学科——心理社会肿瘤学，研究与癌症有关的心理社会问题。

她是
“癌症旅途”中的明灯

Holland 教授的心理咨询门诊设在纽约的斯隆凯瑟琳癌症中心，她每次接待首次来访的人，都会问：“自从你（或你的家人）得病以来，都发生了什么？”

回答经常是：“我真的不知道从何说起。”

她接着说：“好的，从你（或家人）的疾病说起吧，告诉我发生了什么？”

然后，教授就能听到一次“癌症旅程”，如突然发现一个肿块儿，或者什么地方出现疼痛，就去看了医生，结果诊断为癌症。或是一次常规的乳房 X 线、肠镜、或者胸片检查，却得到了一个令人震惊的结果。

Holland 教授说，有些人刚得到“癌症”的诊断立刻就找我，因为他们感到十分恐惧、迷惑和不知所措，感到无法面对今后的生活。有些人是在治疗开始后才来。他们在应对放疗或者化疗的过程中遇到了挫折，非常恐惧，不能入睡或无法集中注意力做任何事情，身体感到非常疲惫，好像被打垮了一样，对未来感到茫然……这些感觉会带来一些问题——我能闯过这一关吗？在黑暗隧道尽头会有光明吗？我所做的一切会都是徒劳吗？有些人是在治疗全部结束后才来找我的，虽然他们在危难关头能很好地应对治疗，

一直努力与癌症拼搏，但当治疗结束后，他们就开始考虑，已经完成的治疗成功么？我还是不是癌症患者？另外，有时是癌症患者的家人来找我。因为他们看到自己所爱的人在癌症旅途中遭遇的坎坷、挫折使他们感到非常痛苦。

对于前来咨询的每一个人，Holland 教授都会谈到“是多么不容易才走到今天。”来者通常只看到自己的短处，只见树木不见森林。通过交流，希望能帮他们看到更大的画面，让他们看到自己是多么了不起！多么勇敢！因为他们所面对的是生命中最严峻的挑战——癌症本身就是威胁生命的。

Holland 教授与同事们寻找每个人强大的内心资源，并努力找出每个人应对逆境最有效的方法。他们一起交流对癌症的了解，做了哪些治疗，并帮助他们获得更多信息。他们一起回忆诊断出癌症那一刻的感受，治疗过程中出现的问题，以及患者看到家人、朋友或同事努力去应对这一事件的表现。

由于来访者的个性不同、应对问题的方式不同、信念、价值观和世界观也不同，所以对待疾病有各自独特的特点。在咨询过程中，将这些因素考虑进去，目的是确保他们在各个方面所做的努力，都能对他们的“癌症旅途”带来帮助。



唐丽丽教授在斯隆与 Jimmie Holland 合影

2017 年的平安夜如同往年一样充满着节日的气氛，然而这一天却是令全球心理社会肿瘤界悲伤的一天，学界创始人、美国纪念斯隆凯瑟琳癌症中心的 Jimmie Holland 教授在与家人共享平安夜晚餐时因心脏病发作与世长辞，享年 89 岁。半个世纪以来，Holland 教授用她的情感和智慧在全球建立并推广心理社会肿瘤学事业，直到去世前仍然孜孜不倦地奉献在自己的工作岗位上。

她说
“不是所有的药都装在瓶子里”

经过 20 多年经验积累，Holland 教授开始思考写一本书，帮助更多的人。于是，我们的书架上多了一本名为《The Human Side of Cancer》的书。

这本书从两个方面探讨癌症人性的一面。一是从心理上讲，癌症到底给患者和家庭带来了什么影响；二是情绪和行为怎样影响癌症的发生和结果。以期通过提供正确、可靠的信息，帮助人们发现最好的资源和心理支持，以减轻人们在癌症旅途中的负担，其有效方法就是帮人们找到适合自己的最好的应对方式，掌握癌

症人性的一面。

书中还提到，“不是所有的药都装在瓶子里”，癌症的诊断和治疗一定会引起人们心理波动，这些波动会让患者无所适从，不知道该如何面对和解决。于是心理问题又反应到身体上，就会出现一些生理反应，使本来不十分复杂的癌症治疗，变得复杂、难耐。

与医学上采取“对症治疗、对症用药”的办法一样，其实心病也是如此，“心病要用心药医”，只是“心药”不是放在瓶子里，而是要找到心理医生，开出存在于患者自己心中的药方。

亦师亦友
助中国心理社会肿瘤学发展

Holland 教授与中国心理社会肿瘤学事业发展有着很深的渊源。20 世纪 90 年代中期，受 Holland 教授感召，北京大学肿瘤医院张宗卫率先建立康复科，开展肿瘤心理学的临床和研究工作，并在 2005 年派唐丽丽前往美国斯隆凯瑟琳癌症中心进行专业学习。作为 Holland 教授第一个中国学生的唐丽丽回忆说：“那个年代，很多美国学者会带着一些偏见的眼光看待东方尤其是中国，那时心理社会肿瘤学在美国已发

（下转第 23 版）

肿瘤心理专栏

CPOS

Chinese Psychosocial Oncology Society
主办：中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会

名誉主编：

季加孚 赵平 刘端祺

主 编：唐丽丽

执行主编：

刘巍 王丕琳 吴世凯
强万敏 刘爱国

本期轮值主编：唐丽丽

本期策划：李金江

编 委：

李小梅 王 昆 刘晓红
周晓艺



2016 年爱尔兰都柏林 IPOS 大会中国学者与 Jimmie Holland 合影