Voorwoord

Er is veel aandacht voor onderzoek naar de oorzaken van kanker en het ontwikkelen van effectieve behandelingen. Dat is terecht. Kanker is een levensbedreigende en ingrijpende ziekte die veel voorkomt. Hoe sneller en beter artsen in staat zijn om de ziekte te genezen of onder controle te krijgen, hoe beter. Genezing biedt perspectief op een vervolg van het leven.

Maar omdat kanker een levensbedreigende ziekte is en de behandeling intensief en ingrijpend, houdt het herstellen van de ziekte vaak meer in dan genezing. Kanker is een confrontatie met de eindigheid van het leven. Kanker zet het leven op scherp. Kanker confronteert ons, bewust of onbewust, met de 'wat-als'-vraag. Wat als ik nu binnen afzienbare tijd doodga? Deze vraag zet aan tot reflectie over ons leven. Kanker doet ons bijvoorbeeld beseffen wie en wat ons lief is. Wat is wezenlijk? Wat zijn mijn waarden? Met wie ervaar ik een sterke verbondenheid en met wie minder? Kortom, een ziekte als kanker kan veel zingevingsvragen oproepen. Pas na afloop van een behandeling ontstaat ruimte voor deze vragen. Sommige mensen vinden de antwoorden zelf, maar veel mensen kunnen daarbij hulp gebruiken. Om mensen te ondersteunen bij het vinden van antwoorden op zingevingsvragen is de groepstherapie ontwikkeld die in dit boek wordt beschreven.

Hoewel kanker veel voorkomt en zingeving een belangrijk onderdeel van persoonlijk herstel is, zijn er nog weinig interventies die zich specifiek op zingeving richten. De interventie 'Behandelprotocol zingevingsgerichte groepstherapie voor mensen met kanker' is daarom een zeer welkome aanvulling in het landschap van psychologische behandelingen in Nederland voor mensen die kanker hebben overleefd. De interventie is gebaseerd op het gedachtegoed van Viktor E. Frankl, de auteur van het indrukwekkende en overrompelende boek *Man's Search for Meaning*. Kernthema in zijn werk is het idee dat ieder mens uiteindelijk zelf kan en moet bepalen hoe hij met levenssituaties omgaat. Wat ons overkomt, hebben we grotendeels niet in de hand, maar we hebben wel veel vrijheid in het antwoord dat we op die levenssituaties geven. Het vinden van het 'juiste' antwoord kan mensen sterk inspireren in hoe ze hun leven willen vormgeven en hoe ze het leven intensiever en met meer waardering gaan leven. Maar dat is geen makkelijke opgave. Daarom ben ik ervan overtuigd dat veel mensen baat zullen hebben bij zingevingsgerichte groepstherapie.

Het 'Behandelprotocol zingevingsgerichte groepstherapie voor mensen met kanker' is een interventie naar mijn hart. De deelnemers staan stil bij hun levensloop en wat daarin belangrijk is en kracht geeft. Ook is er alle tijd om stil te staan bij vragen over zingeving. De eigen ervaringen, twijfels en hoop een stem geven, staat centraal. Het luisteren naar de ervaringen van andere mensen is zeer helpend. Wetenschappelijk onderzoek in binnen- en buitenland heeft aangetoond dat dit programma mensen helpt bij het persoonlijke herstel na kanker.

Ik hoop daarom van harte dat veel hulpverleners dit mooie programma omarmen.

Prof. dr. E.T. Bohlmeijer
Hoogleraar geestelijke gezondheidsbevordering aan de Universiteit Twente en auteur van onder andere *Voluit Leven* en *Dit is jouw leven*.

Het onderzoek en de implementatie van *Meaning-Centered Group Psychotherapy for Cancer Survivors* (MCGP-CS) is uitgevoerd door de onderzoeksgroep 'Samen leven met kanker' van de Vrije Universiteit en VUmc in samenwerking met het Ingeborg Douwes Centrum.

Ingeborg Douwes Centrum
Vrije Universiteit Amsterdam, Faculteit der Psychologie en Pedagogiek
Contact: ingeborgdouwescentrum@olvg.nl

http://www.springer.com/978-90-368-1822-3

Behandelprotocol zingevingsgerichte groepstherapie voor mensen met kanker

Handleiding voor therapeuten

van der Spek, N.; Willemsen, V.; Knipscheer-Kuipers, K.; Verdonck-de Leeuw, I.; Breitbart, W.S.; Poppito, S.R.

2017, X, 42 p. 1 illus., Softcover
ISBN: 978-90-368-1822-3