

Laboratorinė medicina.
2019, t. 21, Nr. 1(81), p. 26–29.

Į prasmę orientuota psichoterapija onkologinių ligonių artimiesiems: atvejo tyrimas

Lukas Navickas¹
Augustinas Žemaitis¹
Giedrė Bulotienė²

Santrauka

Darbo tikslas. Tyrimo tikslas yra atskleisti dalyvių patirtis, įvykčius pokyčius ir psichologinę būseną po taikytos į prasmę orientuotos psichoterapijos ligonių artimiesiems.

Tyrimo medžiaga ir metodai. Atliktas aprašomasis atvejo tyrimas. Į prasmę orientuota psichoterapija (IPOP) yra nauja psichoterapinė intervencija, sukurta siekiant sustiprinti dvasinę gerovę ir gyvenimo prasmę. 2017 metų lapkritį ir gruodį įvyko septyni į prasmę orientuotos psichoterapijos onkologinių ligonių artimiesiems susitikimai. Grupės susitikimus vedė psichiatrė psichoterapeutė, perėjusi į prasmę orientuotos psichoterapijos mokymus, ir asistentas, kuris stebėjo grupinį procesą bei rinko medžiagą. Paskutinio susitikimo metu dvi dalyvės sutiko po mėnesio atvykti pusiau struktūruoto interviu. Jis buvo įrašytas ir transkribuotas. Dalyvių patirtys, išsakytos interviu metu, ir papasakotas terapijos poveikis mažinant egzistencinį stresą buvo kokybiškai iširti ir apdoroti trimis aspektais: grupės efekto, požiūrio į gyvenimo prasmę ir požiūrio į onkologinę ligą. Šiame straipsnyje pristatysime dviejų dalyvių medžiagos, surinktos per užsiėmimus, ir pusiau struktūruoto interviu turinio analizės tyrimą.

Tyrimo rezultatai. Dalyvė X siejo savo pagerėjimą ir anksčiau nustatyto termino nutrauktą antidepresantų vartojimą su grupės lankymu. Dalyvė Y grupėje teigė geriau pažinusi save, išsąmoninusi prasmės šaltinius. Abi dalyvės teigė, kad buvimas grupėje sustiprino jų dvasinę gerovę; kitų grupės dalyvių pasidalintos patirtys padėjo geriau priimti onkologinės ligos sunkumus. Savo baigiamajame interviu abi dalyvės pabrėžė, kad pasikeitė jų požiūris į situaciją (dalyvė Y) ir į kančią (dalyvė X).

Išvados. Šis kokybinis atvejo tyrimas rodo, kad į prasmę orientuota psichoterapija yra perspektyvus būdas didinti dvasinę gerovę ir sumažinti onkologinių ligonių artimųjų egzistencinį susirūpinimą. Siekiant įvertinti tikrąją terapijos efektyvumą dalyviui, reikia išsamesnių kokybinių ir kiekybinių tyrimų.

Reikšminiai žodžiai: vėžys, artimieji, į prasmę orientuota psichoterapija, grupinė psichoterapija, stresas.

ĮVADAS

Į prasmę orientuota psichoterapija yra trumpa (aštuonių arba septynių sesijų trukmės), struktūruota, didaktinė ir

patirtinė intervencija, skirta onkologiniams ligoniams ar jų artimiesiems siekiant išlaikyti ar sustiprinti gyvenimo prasmės ir tikslingumo pojūtį. Onkologinio ligonio artimasis kliniki-

¹Vilniaus universiteto
Medicinos fakultetas
Vilnius University,
Faculty of Medicine

²Nacionalinis vėžio institutas
National Cancer Institute
El. paštas: giedre.bulotiene@nvi.lt

nėje praktikoje įvardijamas kaip asmuo, kuris ne tik slaugo ligonį, bet ir palaiko jį emociškai, kartu išgyvena ligos sukeliamus sunkumus. Tai gali būti ne tik artimas giminaitis ar gyvenimo partneris, tačiau ir draugas, su artimuoju praleidžiantis reikšmingą savo laiko dalį. Atlikti tyrimai parodė, kad ligonių artimieji patiria didelę našta, turi daug didesnę riziką patirti depresijos epizodus [1, 2], miego sutrikimus [3]. Todėl galima teigti, kad onkologinių ligonių artimieji yra pažeidžiama grupė asmenų, kuriems tikslinga teikti psichologinę pagalbą [4–6]. Šiuo metu Lietuvoje specializuota, psichologinį stresą mažinanti pagalba jiems nėra teikiama nuolat. Vienas tokios specializuotos pagalbos kursas „I prasmę orientuota psichoterapija onkologinių pacientų artimiesiems“ buvo suteiktas 2017 metais Vilniuje. Ši terapijos technika yra sukurta žymaus JAV psichoonkologo William'o Breitbart'o ir padėjėjų ir remiasi Viktoro Franklio darbais („Žmogus ieško prasmės“, Vilnius, 2013). Yra duomenų, kad šis metodas mažina dalyvių patiriamą nerimą, stiprina dvasinę gerovę ir gyvenimo prasmės suvokimą [7, 8]. Terapijos tikslas – sustiprinti ir išsaminti šios technikos vadove apibrėžtus keturis prasmės šaltinius: istorinį, požiūrio, kūrybiškumo ir patirtinį. Tam skirti septyni susitikimai, per kuriuos dalyviai supažindinami su šios terapijos samprata, siekiais, esminėmis sąvokomis, kurios bus vartojamos. Sesijose diskutuojama, reflektuojama apie prasmę, jos reikšmę ir bandoma įprasmiti keturis minėtus prasmės šaltinius [9, 10]. Šiuo metu, be pirminio originalaus terapijos ištyrimo, papildomų tyrimų su įvairiomis tiriamųjų grupėmis atlikta nepakankamai, dėl to negalime adekvačiai įvertinti šios terapijos poveikio ir pacientų emocinės būklės po susitikimų. Lietuvoje tai pirma specializuota pagalba sunkiai sergančių ligonių artimiesiems. Todėl svarbu išsiaiškinti, koks yra jiems suteiktos terapijos efektyvumas, kaip jie jaučiasi po terapijos, kad šią paprastą ir efektyvią terapiją būtų galima taikyti plačiau. Mes apžvelgsime dviejų IPOP grupės dalyvių patirtis ir nupasakotą terapijos poveikį mažinant egzistencinį stresą.

TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI

Atliktas aprašomasis atvejo tyrimas. 2017 metų lapkritį ir gruodį įvyko septyni i prasmę orientuotos psichoterapijos

septyni onkologinių ligonių artimiesiems susitikimai. Prieš pradėdant tyrimą visi dalyviai pasirašė informuoto asmens sutikimo formą dalyvauti moksliniame tyrime. Grupės susitikimus vedė psichiatrė psichoterapeutė, perėjusi i prasmę orientuotos psichoterapijos mokymus, ir asistentas, kuris stebėjo grupinį procesą bei rinko medžiagą. Grupės susitikimuose dalyvavo nuo 5 iki 7 dalyvių. Per paskutinį susitikimą trys dalyvės, kurios lankė daugiausia užsiėmimų, buvo pakviestos i struktūruotą interviu. Dvi tiriamosios sutiko po 1 mėn. atvykti i pusiau struktūruotą interviu. Jis buvo įrašytas ir transkribuotas. Dalyvių patirtys, išsakytos interviu metu, ir nupasakotas terapijos efektas mažinant egzistencinį stresą, buvo kokybiškai ištirti ir apdoroti trimis aspektais: grupės efekto, požiūrio i gyvenimo prasmę ir požiūrio i onkologinę ligą. Šiame straipsnyje aptarsime dviejų dalyvių medžiagos, surinktos grupės susitikimuose, ir pusiau struktūruoto interviu turinio analizės tyrimą.

TYRIMO REZULTATAI

Grupinio proceso charakteristikos

Dalyvė X – 63 metų moteris, pagal specialybę dailininkė, tapanti laisvu laiku nuo namų ruošos. Gyvena su kasos vėžiu sergančiu vyru. Grupės situacijoje stebėtojai pasirodė esanti santūri, uždaro būdo, nelinkusi aktyviai įsiterpti, siūlytis. I užklausas apie asmeninius dalykus atsakydavo glaustai. Buvo linkusi neatlikti namų užduočių. Apibendrinant pasakytina, kad grupėje laikėsi atokiau. Jos šneka gana konkrečiai, abstrakčių ar bendrųjų terminų vartoja labai nedaug, dažnai atpasakoja konkrečius su asmeniniais santykiais susijusius įvykius.

Dalyvė Y – 34 metų moteris, dirbanti ofisinį darbą. Ją vertina kaip visuomenei nenaudingą, nereikšmingą, jame nesijaučią laimingą. Partnerio neturi, gyvena kartu su tėvais. Tėvas serga paskutine plaučių vėžio stadija, gydomas paliatyviąja terapija. Jis draudžia šeimai kalbėti apie ligą, dėl to dalyvė Y jaučia didelį sielvartą matydama tėvą sergantį ir negaunanti psichologinės pagalbos ir palaikymo iš artimųjų. Ji sunkiai randa kontaktą su vyrais. Grupinių susitikimų lūkesčiai: svarbiausia – užtikrintas konfidencialumas, leidžiantis saugiai, laisvai ir atvirai dalintis išgyvenimais, susijusiais su onkologinio ligonio slaugymu bei patiriamu bepras-

mybės jausmu. Grupėje dalyvė buvo atvira kontaktui, bendravo laisvai, dalyvavo aktyviai; atsiskleidė jos prieraišus charakteris, artimo žmogaus svarba jos gyvenime. Pokalbio metu dalyvės kalboje vyravo susitelkimas i save; per interviu šnekėjo apibendrintai, t. y. daug kalbėjo apie mintis, savo nuomonę, jos kismus, vertinimus, bet labai nedaug nuorodų i įvykius, santykius.

Interviu turinio tyrimas

Dalyvė X interviu išreiškė nenorą būti atvirai grupinėje aplinkoje, nors tą pačią nuostatą dar labiau pabrėžė kalbėdama apie individualią psichoterapiją, kurią yra bandžiusi pas kelis terapeutus, įvardydamą sunkias mintis po sesijų kaip šio nenoro priežastį. Pasiskė jautusi einanti i užsiėmimus iš pareigos, kad juose daug kas nepatiko, o rekomenduota medžiaga dar nesidomėjusi. Vis dėlto patį sumanymą rengti tokias grupes keliskart pabrėžė vertinanti teigiamai ir kad po jos pradėjo jaustis geriau. Pati tai labiausiai sieja su susitikimu su kitais grupės nariais. Teigia, kad praėjo nevilties priepuoliai, ašaros.

Apie pažiūrą i gyvenimo prasmę ir jos šaltinius pasakė tik tai, kad jos nagrinėjimas jai yra svetimas dalykas. Tai galima vertinti tiek kaip nuostatą i šią temą, tiek kaip nuostatą apskritai i reflektavimą. Pastarąjį aiškinimą patvirtintų interviu, kurio metu jos abstrakti refleksija nepasireiškė.

Dalyvė patvirtino, kad pasikeitė jos požiūris i vėžį ir ateities perspektyvas turint šia liga sergantį artimąjį. Nusakė, kad iki vėžio diagnozės gyveno su vyru laimingą ir lengvą gyvenimą, o diagnozės sužinojimas ją sugniuždė, kilo neviltis. Pasakė, kad jaučiasi ramiau, su mirties galimybe labiau susitaikiusi ir pasirodusi. Palengvėjo santykiai su ligoniu, dabar esti žaismingesni.

Struktūruoto interviu metu dalyvė Y teigė, kad po grupės susitikimų pradėjo daugiau mąstyti apie gyvenimo prasmės šaltinius ir kad grupės patyrimas paskatino keisti požiūrį: tai, kas anksčiau atrodė svarbu, dabar tampa beprasmiška ir menkavertiška. Atsirado noras pakeisti nemėgstamą darbą, tapti svarbesne visuomenei. Išreiškė norą savanoriauti, skirti asmeninio laiko kitiems, manydama, kad tai suteiks laimę. Per pokalbį respondentė daug kartų kartojė „galvoju ir mąstau“. Galima apibendrinti, kad i prasmę orientuota psichoterapija suteikė dalyvei naujų minčių, idėjų.

Dalyvės Y teigimu, išgyvenama sielvartą ir nerimą jai yra geriau ma-

žinti grupėje nei individualios terapijos būdu. Dalyvė pabrėžė, kad grupėje gali pasisemti patirties iš kitų dalyvių, per juos geriau pažinti save, stiprėti, o ne tik nusiraminti ar sumažinti su vėžio liga susijusį stresą.

Po grupės susitikimų dalyvė Y negali išskirti atrastų prasmės šaltinių, tačiau teigia, kad šiuo metu aktyviai jų ieško, mąsto, kad juos išsiamonino. Pokalbio metu teigė, kad svarbu yra šeima, nori su ja leisti daugiau laiko, kol tėvas ir mama gyvi. Grupė padėjo suprasti, kad gyvenimo prasmė gali būti įvairi ir ji visiems skirtinga ir kad asmeninis gėris nėra laimė ir siekiamybė. Atrodė, kad dalyvė Y pradėjo siekti įprasmingi savo būti, ko anksčiau nebandė.

Į prasmę orientuota psichoterapija pakeitė požiūrį ir į onkologinę ligą. Dalyvė Y teigė išsiamoninusi, kad gyvenimas yra laikinas ir to, kas įvyko, negali pakeisti, bet gali susitaikyti arba pakeisti požiūrį į ligą. Liga, kuria suseraga žmogus – tai gyvenimo duotybė. Pažodžiui cituodama terapijos metu išgirstas mintis, t. y. apie požiūrio pakeitimą sunkiose gyvenimo situacijose, sakė, kad toks požiūris ją ramina.

REZULTATŲ APTARIMAS IR DISKUSIJA

Į prasmę orientuotos psichoterapijos metodologija yra gana detali, su konkrečiomis, iš anksto nustatytomis užduotimis, pasiūlymais, grupės sesijos programa. Taip sumažinama grupės vedėjo asmeninė įtaka, palyginti su labiau klasikinėmis, ilgesnės trukmės terapijos metodikomis, tačiau kartu iškyla galima vedėjo gebėjimo prisitaikyti prie grupės narių įvairovės problema.

Metodologijos tikslai – grupės narių požiūrio į vėžį ir požiūrio į gyvenimo prasmę keitimas, tuo siekiant mažinti neigiamas emocijas sužinojus vėžio diagnozę. Kadangi požiūris yra savaimė subjektyvus dalykas, tam labai svarbūs asmeniniai veiksniai.

Bendraujant su mūsų tyrimo dalyvėmis ir atidžiau žvelgiant į jų kalbėjimo ypatumus, dėmesį patraukė ryškūs skirtumai, kuriuos pavadintume temperamento skirtumais. Dalyvė Y buvo aktyvesnė, garsiau, dažniau šnekanči, energingesnė, entuziastingesnė, jos šnekoje vyravo savireferavimas (pasakodavo apie savo veiklą, savo nuomonę, savo elgesį su kitais ir pan.). Dalyvė X buvo ramesnė, uždaresnė, santūresnė, jos šnekoje vyravo nuorodos į kitus (pasakodavo apie kitų veik-

lą, kitų įtaką jos gyvenime). Ši moteris grupės efektyvumą vertino atsargiau, su dvejomis, akcentuodama galimą grupės poveikį kitiems, o pasakodama apie savo pačios potyrius apsiribojo tuo, kad grupėje buvo nejauku ir jautėsi dalyvaujanti tik iš pareigos ir kad efektyvumas rėmėsi į santykius su kitais grupės nariais, į jų pasakojimų išsklausymą. Apie kitas sferas – požiūrį ir prasmę bei ligą – pasakė labai mažai, ką siejame su polinkio apmąstyti neturėjimu. Namų darbų užduočių nebuvo linkusi atlikti.

Tai kelia klausimą dėl asmenų įtraukimo į terapinę veiklą: kaip dalyvius patraukti? Gali būti, kad rekomenduotos literatūros skaitymas, užduočių atlikimas tam tikro būdo žmonėms gali būti neįdomus. Čia tampa svarbu užduočių pobūdis, formuluotė. Mūsų požiūrį tvirtina tiriamųjų patirtys: dalyvės X artimojo liga buvo sunkesnė negu dalyvės Y, ji taip pat ilgiau gyvena kartu ir yra santuokoje ir būtent dalyvė X, kuri iš pažiūros yra emociškai sunkesnėje padėtyje, buvo mažiau susidomėjusi ir mažiau įsitraukianti į grupę – tas asmuo, kuriam, galima manyti, pagalbos reikėjo labiausiai.

Interviu metu pastebėjome, kad abi dalyvės išvelgia grupės poveikį gyvenimo pokyčiams. Dalyvė X tuo pačiu laikotarpiu, kai lankė grupę, nutraukė antidepresantų vartojimą ir tai nepasireiškė nei simptomų, paskatinusių pradėti juos vartoti, pasikartojimu, nei naujais simptomais. Dalyvė Y pakeitė požiūrį į gyvenimo prasmę ir grupei pasibaigus tęsė joje pradėtus svarstymus šia tema, džiaugėsi bandymais įtraukti kitus į šį procesą. Taip pat abi dalyvės teigė pasikeitus požiūriui į onkologinę ligą. Tad iškelti tikslai daugiau ar mažiau buvo pasiekti.

Ar galime visapusiškai įvertinti grupės efektyvumą? Manome, kad ne, nes reikia atlikti daugiau ir platesnių šios terapijos tyrimų, turėtų naudoti didesnės imties kokybinius ir kiekybinius tyrimus. Tačiau galime sakyti, kad mūsų apklaustoms dalyvėms grupiniai susitikimai buvo postūmis imtis permainingų, keisti požiūrį į gyvenimo prasmę ir onkologinę ligą. Siekiant geriau pažinti tokio pobūdžio terapijos veiksmingumą onkologinių ligonių artimųjų psichikos būklei, turėtų būti iš-tirta daugiau į prasmę orientuotos psichoterapijos grupių susitikimų. Šis tyrimas atliktas su pačia pirmąja tokios terapijos grupe Lietuvoje, ir iš jo sprendžiame, kad ši metodika galėtų padėti ligoniams ir jų artimiesiems sveikiau, lengviau išgyventi sunkų ligos laikotarpį.

Svarstant apie bandymą pritaikyti šią terapiją praktikoje svarbu atsižvelgti į dar vieną teigiamą jos bruožą – prieinamumą. Terapijos pagrindu galima išmokyti per intensyvių dviejų dienų kursus. Metodikos kūrėjai rekomenduoja šios terapijos mokytis ir ją taikyti psichiatriams, psichologams, psichikos sveikatos slaugytojams, socialiniams darbuotojams ar kitiems psichikos sveikatos specialistams. Tai vertiname kaip patogų būdą greitai ir nebrangiai išmokyti trumpos trukmės terapijos, kurią galima taikyti psichikos sveikatos centruose ar kitose klinikose [11].

Kita svarbi tyrimų kryptis – dalyvių būklės vertinimas praėjus ilgesniam laikui po terapijos. Nėra tikrinta, koks terapijos poveikis išlieka po pusės metų ar ilgesnio laiko. Galima tik spėlioti, ar terapijos dalyviai sava-rankiškai gilinasi į prasmės šaltinius, ar užbaigus grupinius susitikimus grįžta į buvusią būklę. Todėl tyrėjams keliama užduotis stebėti dalyvių psichologinę būklę praėjus tam tikram laikui po terapijos ir apskaičiuoti jos ekonominę naudą [12]. Žinodami liekamąjį poveikį galėtume spręsti, ar į prasmę orientuotos psichoterapijos poveikis asmeniui yra ilgalaikis [13]. Taip pat siūlytume nagrinėti šiai terapijai tinkamų asmenų atrankos kriterijus, nes yra tyrėjų, teigiančių, kad ligonių artimųjų patiriama našta yra susijusi ne su onkologinės ligos sunkumu, o su ligonio gyvenimo kokybe [14]. Tai galėtų reikšti, kad šio metodo pritaikomumas galėtų būti platesnis ir tikslingesnis, negu leidžia dabartiniai atrankos kriterijai.

IŠVADOS

- Į prasmę orientuota psichoterapija onkologinių ligonių artimiesiems yra perspektyvi. Ji sumažino tiriamųjų stresą, jaučiamą dėl artimojo ligos, taigi jos tikslai buvo pasiekti.
- Siekiant geriau įvertinti šios terapijos efektyvumą, rekomenduojama atlikti daugiau ir išsamesnių kokybinių ir kiekybinių tyrimų.
- Šios terapijos technika yra greitai išmokstama ir jos gali mokytis ne tik gydytojai, bet ir įvairių sričių specialistai, todėl ji galėtų būti plačiai ir nebrangiai prieinama pirminiuose psichikos sveikatos centruose ar klinikose, kur gydomi vėžiu sergantys ligoniai. ♦

Gauta: 2019 02 06
Priimta spaudai: 2019 03 28

Summary

MEANING CENTERED PSYCHOTHERAPY FOR CANCER PATIENTS CARE-GIVERS: CASE STUDY

Lukas Navickas, Augustinas Žemaitis, Giedrė Bulotienė

Objective. The aim of the study was to reveal internal experiences, psychological state and changes in it after undergoing a course in meaning-centered psychotherapy (MCP) for cancer patients' care-givers.

Material and methods. A descriptive case study was undertaken. Seven MCP sessions were conducted by a psychiatrist-psychotherapist who has finished a preparation course of MCP. An assistant was also present to observe the sessions and take notes. During the final session two participants accepted invita-

tions to a semi-structured interview; it was recorded and transcribed. Experiences of therapeutic effect that had been reported by the participants of the interview were examined qualitatively and processed according to three aspects: group effect, outlook on meaning in life and outlook on cancer. In this article we present the results of this examination.

Results. Participant X ascribed the success in discontinuing anti-depressant drug therapy earlier than prescribed and her feelings of improvement to her participation in group sessions. Participant Y

claimed to have got to know herself better and brought sources of meaning to awareness. Both participants stated that the group strengthened their spiritual well-being, giving credit to accounts of experiences of other participants as having facilitated acceptance of difficulties that cancer diagnosis poses. Both participants emphasized changes in outlook towards cancer – the situation itself by participant Y and the suffering it causes by participant X.

Conclusions. This qualitative case study suggests that MCP is a promising method to improve spiritual well-being and to reduce existential worrying. More comprehensive qualitative and quantitative research is needed to evaluate actual effects of this therapeutic method.

Keywords: cancer, care-givers, meaning-centered psychotherapy, group therapy, distress.

LITERATŪRA

- Geng H, Chuang D, Yang F, Yang Y, Liu E, Liu L, et al. Prevalence and determinants of depression in caregivers of cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Medicine (Baltimore)* 2018; 97(39): e11863.
- Braun M, Mikulincer M, Rydall A, Walsh A, Rodin G. Hidden morbidity in cancer: spouse caregivers. *J Clin Oncol* 2007; 25(30): 4829–34.
- Shaffer K, Garland S, Mao J, Applebaum A. Insomnia among cancer caregivers: a proposal for tailored cognitive behavioral therapy. *J Psychother Integr* 2018; 28(3): 275–91.
- Lapid M, Atherton P, Kung S, Sloan J, Shahi V, Clark M, et al. Cancer caregiver quality of life: need for targeted intervention. *Psychooncology* 2016; 25(12): 1400–7.
- Given B, Wyatt G, Given C, Gift A, Sherwood P, DeVoss D, et al. Burden and depression among caregivers of patients with cancer at the end-of-life. *Oncol Nurs Forum* 2005; 31(6): 1105–17.
- Applebaum A, Breitbart W. Care for the cancer caregiver: a systematic review. *Palliat Support Care* 2013; 11(3): 231–52.
- Breitbart W, Rosenfeld B, Pessin H, Applebaum A, Kulikowski J, Lichtenthal WG. Meaning-centered group psychotherapy: an effective intervention for improving well-being in patients with advanced cancer. *J Clin Oncol* 2015; 33(7): 749–54.
- Sutkevičiūtė M, Stančiukaitė M, Bulotienė G. Individual meaning-centered psychotherapy for palliative cancer patients in Lithuania. A case report. *Acta Med Lithuanica* 2017; 24(1): 67–73.
- Applebaum A, Breitbart W, Kulikowski J. Meaning-centered psychotherapy for cancer caregivers (MCP-C): rationale and overview. *Palliat Support Care* 2016; 13(6): 1631–41.
- Breitbart W. Meaning-centered psychotherapy (MCP) for advanced cancer patients. In: *Logotherapy and existential analysis: proceedings of the Viktor Frankl Institute, Vienna*. Vol. 1. Cham, Springer, 2016; p. 151–63.
- Van der Spek N, Jansen F, Holtmaat K, Vos J, Breitbart W, van Uden-Kraan CF. Cost-utility analysis of meaning-centered group psychotherapy for cancer survivors. *Psychooncology* 2018; 27(7): 1772–9.
- Van der Spek N, Vos J, van Uden-Kraan CF, Breitbart W, Cuijpers P, Holtmaat K. Efficacy of meaning-centered group psychotherapy for cancer survivors: a randomized controlled trial. *Psychological Medicine* 2017; 47(11): 1990–2001.
- Vos J, Vitali D. The effects of psychological meaning-centered therapies on quality of life and psychological stress: a meta-analysis. *BMJ Palliat Support Care* 2018; 16(5): 608–32.
- Borges E, Franceschini J, Costa L, Fernandes A, Jamnik S, Santoro I. Family caregiver burden: the burden of caring for lung cancer patients according to the cancer stage and patient quality of life. *J Bras Pneumol* 2017; 43(1): 18–23.