University of Groningen

Ondertussen in Oekraïne

Nauta, Maaïke; Kreminska, Yana; van Ginkel, Leonie

Published in:
Psychopraktijk

DOI:
[10.1007/s13170-015-0061-5](https://doi.org/10.1007/s13170-015-0061-5)

IMPORTANT NOTE: You are advised to consult the publisher's version (publisher's PDF) if you wish to cite from it. Please check the document version below.

Document Version
Publisher's PDF, also known as Version of record

Publication date:
2015

[Link to publication in University of Groningen/UMCG research database](#)

Citation for published version (APA):

Nauta, M., Kreminska, Y., & van Ginkel, L. (2015). Ondertussen in Oekraïne: e-health uit noodzaak (3). *Psychopraktijk*, 7(3), 33-33. <https://doi.org/10.1007/s13170-015-0061-5>

Copyright

Other than for strictly personal use, it is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

The publication may also be distributed here under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license. More information can be found on the University of Groningen website: <https://www.rug.nl/library/open-access/self-archiving-pure/taverne-amendment>.

Take-down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Downloaded from the University of Groningen/UMCG research database (Pure): <http://www.rug.nl/research/portal>. For technical reasons the number of authors shown on this cover page is limited to 10 maximum.

Maaike Nauta, Yana Kreminska & Leonie van Ginkel

Dr. M. Nauta is UHD Klinische Psychologie Rijksuniversiteit Groningen en GZ-psycholoog bij Accare Groningen; drs. Y. Kreminska is cognitief gedragstherapeut en is manager van de polikliniek voor psychische begeleiding van de Ukrainian Catholic University in Lviv; drs. L. van Ginkel is GZ-psycholoog en gedragstherapeut bij Accare, Centrum voor Eetstoornissen.

Dit is het derde deel van een serie over cognitieve gedragstherapie in Oekraïne.

Ondertussen in Oekraïne: e-health uit noodzaak (3)

‘Kun je iets meer vertellen over die exposure-opdracht?’ We vragen het aan Yana Kreminska, een van de eerste officiële cognitief gedragstherapeuten én schematherapeuten in Oekraïne. Vandaag is ze tolk bij ons driedaagse seminar over CGT bij kinderen en ze helpt ons als codocent door sprekende voorbeelden uit haar praktijk te geven. Yana vertelt met opvallend veel details over een exposure-oefening bij Boris, een man met een paniekstoornis. Hij durft al een tijd niet naar buiten en heeft als huiswerk-opdracht zelf een vuilniszak buiten te zetten. Al gauw blijkt dat Yana niet voor niks zo veel details weet: ze behandelt via Skype. De ene keer gaat ze, op Skype, mee naar buiten. De andere keer wacht ze op het beeldscherm binnen tot Boris klaar is met de opdracht. In Oekraïne is e-health een noodzakelijke hulpverleningsvorm omdat patiënten te ver weg wonen en geen tijd of geld hebben om te reizen. Het land is enorm groot en de infrastructuur is niet geweldig. Met ongeveer 48 miljoen inwoners heeft het land nog geen twintig cognitief gedragstherapeuten. En er zijn veel psychische proble-

men en er is veel verslavingsproblematiek. Door de oorlog zijn er bovendien veel soldaten en burgers met PTSS.

Skypen in klooster

In de kliniek waar Yana werkt, komen mensen van heinde en verre om goede evidence-based zorg te krijgen. Vaak ziet ze hen alleen voor de intake en vervolgt ze de behandeling via Skype. Ze stuurt patiënten vragenlijsten via e-mail die ze ingevuld terugsturen. Er wordt spontaan ‘geROMd’! Gewoon, voor zover klinisch zinvol, en niet omdat het een vereiste is van een zorgverzekeraar.

TROTS

Een van van Yana's patiënten krijgt schematherapie. Mila woont zo'n zes uur reizen van Yana's werk. Skype lijkt een oplossing, maar Mila heeft zelf geen internet. Na

enig overleg kan ze terecht op de enige plek in het dorp met wifi: het klooster. Het is belangrijk dat zowel Mila als Yana over een rustige ruimte beschikt waar niemand binnenkomt. Onderdeel van schematherapie kan zijn dat patiënten of therapeuten zich uiten vanuit ‘het kwetsbare kind’ of ‘de kritische ouder. Gelukkig zijn de kloostermuren dik en hoeven ze zich niet geremd te voelen om te lachen, huilen of schreeuwen. Helaas gaat het niet altijd goed. Zoals die keer dat de wifi van het klooster plots uitviel. Of toen een non tóch even binnenliep om iets te pakken. Mila wordt dan niet alleen even gestoord in haar behandeling, maar schiet gelijk in de modus van ‘het boze kind’. Yana kan dan de doelen voor die dag laten varen. Terug naar Boris, de paniekpatiënt met de vuilniszak. De volgende oefening is dubbel moeilijk: hij gaat nu eerst in de lift, met de vuilniszak, en dan naar buiten. In de lift valt de wifi weg. Dat zou in Nederland ook gebeuren natuurlijk. Boris schrikt even, maar herstelt zich en als hij terug is op Skype vertelt hij Yana trots hoe het ging. ●