



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Art therapy & anxiety

Abbing, A.C.

Citation

Abbing, A. C. (2020, January 22). *Art therapy & anxiety*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/83276>

Version: Publisher's Version

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/83276>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Cover Page



Universiteit Leiden



The handle <http://hdl.handle.net/1887/83276> holds various files of this Leiden University dissertation.

Author: Abbing, A.C.

Title: Art therapy & anxiety

Issue Date: 2020-01-22

"What would life be if we didn't have the courage to try something?"

(Vincent van Gogh)



About the author



Curriculum Vitae

Annemarie Madani-Abbing was born on 3 March 1979 in Leerdam. She obtained her pre-university degree (VWO) in 1997 in Noordwijk and studied anthroposophic art therapy at the University of Applied Sciences in Leiden. She graduated in 2001 and continued her scientific education at Utrecht University where she studied Veterinary Medicine. During her studies, she worked as a veterinary analyst in Rotterdam Zoo (Diergaarde Blijdorp). She obtained her doctoral degree in 2005, with a specialization in large animals and veterinary public health. From 2005, Annemarie has joined the Ministry of Agriculture, Nature and Food Quality as a research coordinator. After a short professional break to raise her young family, she was involved in organization of and fundraising for art projects in schools for special secondary education (cluster 4).

She obtained a position as fundraiser and project developer at the Professorship Anthroposophic Healthcare (PAH) at the University of Applied Sciences (UAS) Leiden in 2010. Soon she started to work on research projects as well. After exploring the possibilities for a PhD project, and the birth of her third child, she started her part time PhD research project in 2013. She joined the Dual PhD Centre (The Hague/Leiden) in 2016 as a dual PhD student and proceeded with her research under supervision of Prof. Dr. Hanna Swaab at Leiden University from mid-2016 onwards. Annemarie combined her PhD research (0,4 fte) with fundraising / grant application for the PAH, until mid-2018, and a three-year course Classical Singing at the Royal Conservatory in The Hague, where she graduated in June 2019 (cum laude). She is a soprano at Residentie Kamerkoor in The Hague.

Since the beginning of 2019, Annemarie is lecturer in Art Therapy research at the Faculty of Health of the UAS Leiden. Annemarie holds a temporary postdoc position in the Arts Therapies at the Open University under supervision of Prof. Dr. Susan van Hooren, since November 2019. She will also continue her research on art therapy and anxiety at the UAS Leiden.

About

Publications

- [1] Abbing, A.C., & Baars, E.W. (2012). De noodzaak van documenteren. Op weg naar bewijzen van effectiviteit van de kunstzinnige therapie. *Reliëf* Herfst 2012: 32-37
- [2] Abbing, A., Ponstein, A., Kienle, G., Gruber, H., & Baars, E. (2016). The CARE-AAT Guideline: Development and testing of a consensus-based guideline for case reports in anthroposophic art therapy. *International Journal of Art Therapy*, DOI: 10.1080/17454832.2016.1170054
- [3] Abbing, A., Ponstein, A., Hoekman, J., van Hooren, S., & Baars, E. (2018). Wetenschappelijk verantwoorde casusbeschrijvingen vragen om methodische documentatie. De ontwikkeling van een documentatiemethode gebaseerd op de CARE-AAT richtlijn. *Tijdschrift voor Vaktherapie*, 2018, 3, p.24-32.
- [4] Abbing, A., Ponstein, A., van Hooren, S., de Sonnevile, L., Swaab, H., & Baars, E. (2018). The effectiveness of art therapy for anxiety in adults: A systematic review of randomised and nonrandomised controlled trials. *PLoS ONE* 13(12): e0208716.
- [5] Abbing, A., Baars, E.W., de Sonnevile, L., Ponstein, A.S., & Swaab, H. (2019). The Effectiveness of Art Therapy for Anxiety in Adult Women: A Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Psychology*. 10:1203. doi: 10.3389/fpsyg.2019.01203
- [6] Abbing, A.C., de Sonnevile, L., Baars, E.W., Bourne, D.A.N., & Swaab, H. (*in press*). Anxiety reduction through art therapy in women. Exploring stress regulation and executive functioning as underlying neurocognitive mechanisms. *PLoS ONE*.
- [7] Abbing, A.C., Baars, E.W., Van Haastrecht, O., & Ponstein, A.S. (*in press*). Acceptance of anxiety through art therapy. A case report exploring how art therapy addresses emotion regulation and executive functioning. *Case Reports in Psychiatry*.

'Without great solitude no serious work is possible'

(Pablo Picasso)



Dankwoord



Hoewel enige mate van eenzaamheid inherent is aan het schrijven van een proefschrift, was dit proefschrift er absoluut niet geweest zonder de betrokkenheid en steun van diverse mensen.

Allereerst wil ik alle therapeuten en cliënten die hebben meegewerkt aan de onderzoeken heel hartelijk danken voor hun deelname en hun openheid. Dit heeft ons zoveel waardevolle informatie verschaft.

Dr. Erik Baars heeft dit promotietraject, gericht op de kunstzinnige therapie, geïnitieerd. Erik, ik ben je niet alleen zeer dankbaar voor je begeleiding, maar ook voor het feit dat je me hebt weten te overtuigen om dit avontuur aan te gaan. Het was een voorrecht dit te mogen doen.

Prof. Dr. Swaab, beste Hanna: veel dank dat je het hebt aangedurfd om een buiten-promovenda met een niet alledaags onderwerp onder je hoede te nemen. Ik heb je ervaring, grote deskundigheid en kritische blik zeer gewaardeerd en ik heb veel van je geleerd.

Dr. de Sonnevile, beste Leo: heel hartelijk dank voor de supervisie bij de statistische analyses en het bediscussiëren van mijn schrijfwerk, wat altijd de kwaliteit ervan verhoogde en altijd in een relaxte sfeer ging.

Dr. Tim Ziermans en Dr. Mieke Ketelaars: dank voor de begeleiding tijdens de voorbereiding en start van de RCT. (Oud) aio's Jill Suurland en Renée Dijkhuis wil ik bedanken voor het inwerken in de MINI-plus en het stressprotocol.

Alle studenten die hebben meegewerkt aan de onderzoeken wil ik op deze plaats ook heel hartelijk bedanken voor hun inzet en zorgvuldigheid.

Ik ben de Iona Stichting, Stichting AG Phoenix en de NVKToag zeer dankbaar voor hun financiële ondersteuning van dit onderzoeksproject en het vertrouwen dat zij in mij hebben gesteld.

Bij het Dual PhD Centre kreeg ik een fijne werkplek, goed bruikbare cursussen en zo nu en dan wijze bemoedigende woorden van Mark, Johannes en Petra. Dank daarvoor.

Anne (Ponstein), jouw niet-aflatende-betrokkenheid heeft ervoor gezorgd dat we met zowel de review als het case report *fullspeed* konden gaan. Daarmee zijn de stappen die we gezet hebben voor de KT niet *mijn* verdienste, maar ook die van jou. Wat fijn dat je nu ook naast me staat als paranimf.

Esther (vd Werf), mijn andere lieve paranimf: vele humoristische whatsapp sessies maakten het leven op 'moeilijke momenten' draaglijk. Fijn dat we de gesprekken in *real life* kunnen voeren nu je weer in Nederland bent.

Lectoraats-collega's, met Alice in het bijzonder: bedankt voor jullie support en de stoom-afblaas-momentjes bij de koffie.

Dank



Nawoord



De 400 woorden waaruit het dankwoord mag bestaan heb ik gewijd aan de mensen die rechtstreeks betrokken zijn geweest bij de totstandkoming van dit proefschrift. Daarnaast wil ik in dit nawoord ook nog graag mijn familie bedanken.

Pap, jij hebt me voorgeleefd problemen praktisch te benaderen, met creatieve oplossingen te komen en dat 'gewoon maar stug doorgaan' een goede Drentse eigenschap is. Dit heeft me geholpen om deze 'klus' te kunnen klaren.

Lieve Corry, de opleiding Kunstzinnige Therapie waar je mij ooit op wees bleek een schot in de roos. Dank je wel voor je interesse en je trots, die ik regelmatig heb gevoeld.

Emile en Ralph, lieve broers, jullie zitten vaak letterlijk met het hoofd in de wolken, terwijl dat bij mij vaak figuurlijk het geval is. Dit maakt dat we elkaar en elkaars gezinnen eigenlijk te weinig zien. Ik hoop hier meer tijd voor te kunnen maken nu dit achter de rug is.

Wil, onze 'oppas-oma': we hebben 10 jaar lang altijd zo op jou kunnen vertrouwen en je hebt ons op zoveel manieren ondersteund. Dank je wel!

Lieve Ronja, Rodin en Danial. Het is eindelijk klaar! Bedankt voor jullie geduld en begrip op de (hopelijk niet te talrijke) momenten dat mijn hoofd te vol was om jullie mijn onverdeelde aandacht te kunnen geven, en voor de keren dat ik niet mee ging naar de dierentuin, het zwembad, strand, enz.... omdat ik aan mijn 'boekje' moest werken. Gelukkig weten we dat met z'n allen knuffelen op de bank vele malen belangrijker is dan een opgeruimd huis of onderzoek naar 'onzinnige therapie' (zoals jullie het wel eens genoemd hebben als ik er weer eens teveel over praatte). Van jullie leer ik elke dag. Vaak ook nog eens heel handige dingen, zoals welke kleding écht niet kan, wat precies het verschil is tussen VR en AR en hoe je een kusjesmachine aanzet.

Ik ben heel trots op jullie alle drie en ik wens dat jullie in je leven je vele talenten en mogelijkheden zullen gebruiken, om iets te doen wat bij je past en wat vervulling geeft. Jullie zijn de allerliefste kinderen die ik me kan wensen en ik hou ontzettend veel van jullie!

Lieve Navid, jij noemt mij altijd je kleine houvast. Voor mij ben je vaak mijn grote houvast geweest tijdens dit traject. Je luisterde naar mijn twijfels en tegenslagen, vele avonden tolereerde je mijn driftig getyp en meer dan eens ging je tijdens schoolvakanties een dagje op stap met de kinderen zodat ik overdag wat extra werk kon doen en niet alles hoefde te wachten tot de late avond. Zonder jouw steun had ik dit niet kunnen volbrengen. Bedankt voor je rotsvaste vertrouwen in mijn kunnen, en je geduld.

Kheyli mamnoon azizam, hamisheh dooset daram ❤

