



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Towards the effective introduction of physical activity interventions in primary health care

Huijg, J.M.

Citation

Huijg, J. M. (2014, October 8). *Towards the effective introduction of physical activity interventions in primary health care*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/29082>

Version: Corrected 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/1887/29082>

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

Cover Page



Universiteit Leiden



The handle <http://hdl.handle.net/1887/29082> holds various files of this Leiden University dissertation.

Author: Huijg, Johanna Maria

Title: Towards the effective introduction of physical activity interventions in primary health care

Issue Date: 2014-10-08

Curriculum Vitae



Josanne Huijg was born on the 25th of September in 1984 in Leiderdorp, the Netherlands. After completing her secondary school education at Visser 't Hooft Lyceum, Leiden, in 2002, she left for the South of France to study the French language. In 2003 she started her Bachelor in Psychology at Leiden University from which she graduated in 2006. Next, Josanne pursued a Master's degree in Clinical Psychology at Leiden University, graduating from this program in 2009. Under the supervision of Dr. J.F. Brosschot, she wrote her Master thesis entitled 'Cardiovascular recovery after experimental worry with or without distraction: testing a theory of unconscious worrying'. During her Master studies, Josanne spent six months in Australia to study Organizational behavior at the University of Sydney. In addition, she worked as a freelance psychologist at a penitentiary psychiatric hospital in Amsterdam. In December 2009 she commenced her PhD on the introduction of physical activity interventions in primary health care in the department of Clinical, Health and Neuropsychology at Leiden University. At the moment, Josanne is working on the translation of her research findings into practice. Most recently, she started working as a program officer at The Netherlands Organisation of Health Research and Development (ZonMw).

List of Publications and Presentations



Publications

Articles in peer reviewed journals

Huijg JM, Dusseldorp E, Gebhardt WA, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Duijzer G, Crone MR. Factors associated with physical therapists' implementation of physical activity interventions in the Netherlands. *Physical Therapy*. Revision submitted.

Huijg JM, van der Zouwe N, Crone MR, Verheijden MW, Middelkoop BJC, Gebhardt WA. Factors influencing the introduction of physical activity interventions in primary health care: a qualitative study. *International Journal of Behavioral Medicine* 2014;Epub ahead of print. DOI: 10.1007/s21529-014-9411-9.

Huijg JM, Gebhardt WA, Verheijden MW, van der Zouwe N, de Vries JD, Middelkoop BJC, Crone MR. Factors influencing primary health care professionals' physical activity promotion behaviors: a systematic review. *International Journal of Behavioral Medicine* 2014;Epub ahead of print. DOI: 10.1007/s12529-014-9398-2.

Huijg JM, Gebhardt WA, Dusseldorp E, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Crone MR. Measuring determinants of implementation behavior: psychometric properties of a questionnaire based on the Theoretical Domains Framework. *Implementation Science* 2014;9:33.

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Dusseldorp E, Penseau J. Discriminant content validity of a Theoretical Domains Framework Questionnaire for use in implementation research. *Implementation Science* 2013;9:11.

Huijg JM, Crone MR, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Gebhardt WA. Factors influencing the adoption, implementation, and continuation of physical activity interventions in primary health care: a Delphi study. *BMC Family Practice* 2013;14:142.

Article in the official bulletin of the European Health Psychology Society

Huijg JM, Penseau J. Health psychology and implementation science in tandem: developing questionnaires to assess theoretical domains and multiple goal pursuit. *The European Health Psychologist* 2013;15:17-21.

Abstracts in peer reviewed journals

Huijg JM, Gebhardt WA, Dusseldorp E, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Crone MR. Physiotherapists' physical activity intervention implementation and associated factors [abstract]. *Psychology & Health* 2013;28(S11):106-107.

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Dusseldorp E, Penseau J. Discriminant content validation of a questionnaire for implementation research based on the theoretical domains framework [abstract]. *Psychology & Health* 2013;28(S11):230-231.

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC. Factors influencing the adoption, implementation, and continuation of physical activity interventions in primary health care: a Delphi study [abstract]. *International Journal of Behavioral Medicine* 2012;19(S1-S3):41.

Huijg JM, van der Zouwe N, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Middelkoop, BJC. Introducing physical activity interventions in primary health care: a qualitative study of perceived facilitators and barriers [abstract]. *International Journal of Behavioral Medicine* 2012;19(S1-S3):41.

Huijg JM, de Regt LC, Gebhardt WA. Multiple goals and physical activity in an overweight population. Multiple goals and physical activity in an overweight population [abstract]. *Psychology & Health* 2011;26(S2):138.

Huijg JM, van der Zouwe N, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC, Martens AG. Stakeholders' perspectives on factors influencing the dissemination of physical activity interventions in primary health care [abstract]. *Psychology & Health* 2011;26(S2):139.

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC, van der Zouwe N, Martens AG. Factors influencing the dissemination of physical activity interventions in primary health care: a systematic review [abstract]. *Psychology & Health* 2011;26(S2):138.

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC. Preconditions for effective implementation of physical activity interventions in primary health care in the Netherlands [abstract]. *Psychology & Health* 2010;25(S1):238-239.

Presentations

Huijg JM, Gebhardt WA, Dusseldorp E, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Crone MR. De implementatie van beweeginterventies in de eerstelijnszorg. June 2014, Meeting Longrevalidatie Netwerk Amsterdam, Amsterdam (oral presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Dusseldorp E, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Crone MR. De ontwikkeling van een implementatiechecklist. June 2014, WEON Preconference focus group, Leiden (oral presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Dusseldorp E, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC, Crone MR. Physiotherapists' physical activity intervention implementation and associated factors. July 2013, 27th Conference of the European Health Psychology Society, Bordeaux (oral presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Dusseldorp E, Pesseau J. Discriminant content validation of a questionnaire for implementation research based on the theoretical domains framework. July 2013, 27th Conference of the European Health Psychology Society, Bordeaux (poster presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC. The introduction of physical activity interventions in primary health care. October 2012, AGORA Masterclass: Public health interventions in real-life settings, Wageningen Universiteit, Wageningen (oral presentation).

Huijg JM, van der Zouwe N, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Middelkoop BJC. Introducing physical activity interventions in primary health care: a qualitative study of perceived facilitators and barriers. August 2012, 12th International Congress of Behavioral Medicine, Budapest (oral presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, van der Zouwe N, Middelkoop BJC. Factors influencing the adoption, implementation, and continuation of physical activity interventions in primary health care: a Delphi study. August 2012, 12th International Congress of Behavioral Medicine, Budapest (oral presentation).

Huijg JM, van der Zouwe N, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC, Martens AG. Stakeholders' perspectives on factors influencing the implementation of physical activity interventions in primary health care. October 2011, *Bridging the gap between science and practice: 3rd conference and 7th annual meeting of the HEPA Europe* (poster presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC, van der Zouwe N, Martens AG. Factors influencing the dissemination of physical activity interventions in primary health care: A systematic review. September 2011, 25th Conference of the European Health Psychology Society, Chersonissos (poster presentation).

Huijg JM, van der Zouwe N, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC, Martens AG. Stakeholders' perspectives on factors influencing the dissemination of physical activity interventions in primary health care. September 2011, 25th Conference of the European Health Psychology Society, Chersonissos (poster presentation).

Huijg JM, de Regt LC, Gebhardt WA. Multiple goals and physical activity in an overweight population. September 2011, 25th Conference of the European Health Psychology Society, Chersonissos (poster presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC. Preconditions for effective implementation of physical activity interventions in primary health care in the Netherlands. September 2010, 24th Conference of the European Health Psychology Society, Cluj, Romania (poster presentation).

Huijg JM, Gebhardt WA, Crone MR, Verheijden MW, Paulussen TGWM, Middelkoop BJC. Preconditions for effective implementation of physical activity interventions in primary health care in the Netherlands (research protocol). May 2010, Eight Conference on Psychology and Health, Lunteren (poster presentation).



Stellingen behorende bij het proefschrift

Towards the effective introduction of physical activity interventions in primary health care

Johanna M. Huijg

1. The effectiveness of physical activity interventions depends on the degree to which health care professionals deliver the intervention as intended (following the protocol)
2. Guidelines for health behavior change interventions should allow for tailoring to the patients' and health care professionals' needs
3. An introduction plan should be part of the development of a physical activity intervention, rather than the consequence of it
4. The introduction of physical activity interventions in health care settings should follow a stage-approach (i.e., adoption, implementation, continuation)
5. A tailored approach is essential for the development of effective introduction strategies
6. Any research on the introduction of health behavior change interventions in health care practice needs qualitative and quantitative research
7. Individual behavior change theories should guide the development of strategies to influence health care professionals' behaviors
8. Health behavior change interventions that are not evaluated should not be introduced in health care practice
9. Advice on lifestyle changes in primary health care focuses too much on disease prevention and not enough on health promotion
10. Real happiness is more related to the process than to the product
11. The best way to increase your own physical activity is to promote it to others
12. Writing a thesis helps to reduce doubts about yourself and increases doubts about others
13. Never give up

Dankwoord

Wat ben ik trots, mijn proefschrift is klaar! Zonder de hulp en steun van de mensen om mij heen was het niet gelukt.

Allereerst gaat mijn dank uit naar alle professionals, coördinatoren van beweeginterventies, onderzoekers en alle anderen die hebben deelgenomen aan de verschillende onderzoeken in dit proefschrift.

Winnie en Matty, bedankt voor jullie super begeleiding. Winnie, dankjewel dat je mij dit project gegund hebt. Jouw vertrouwen in mij en de kansen die jij me hebt gegeven maken dat ik heel blij ben met het proefschrift en de manier waarop het tot stand is gekomen. En hoe druk je het ook had, je maakte altijd tijd voor mijn vragen en ideeën. Matty, van jouw kritische blik heb ik veel geleerd. Daarbij vond ik het tof dat ik als outsider mee mocht doen aan de jaarlijkse Coupe Camembert. Deze gezellige jeu des boules wedstrijd met na afloop een heerlijk diner is kenmerkend voor de band die jij met je promovendi opbouwt.

Barend en Stan, als promotoren hebben jullie dit project en mijn promotie mogelijk gemaakt, waarvoor mijn dank. Alle leden van de projectgroep, bedankt voor de discussies, feedback op artikelen, lessen statistiek, en zo veel meer dat jullie mij hebben gegeven. Jullie hebben mij als onderzoeker uitgedaagd en naar een hoger plan getild. Dit geldt ook voor alle andere onderzoekers waarmee ik met veel genoegen heb samengewerkt.

Dank ook aan mijn student- en onderzoeksassistenten, voor jullie enthousiasme en inzet bij het lezen van (ontelbaar veel) titels, abstracts en artikelen voor de systematische review, het aanpassen van (ontelbaar veel) vragenlijsten, het werven van deelnemers door middel van (ontelbaar veel) telefoontjes en noem maar op. Jullie bijdrage aan het onderzoek is van grote waarde geweest.

Alle collega's van het FSW, bedankt! In het bijzonder, Yvette, Anne-Laura en paranimf Esther, dankjewel voor jullie steun en gezelligheid, en Anke voor je immer briljante humor.

Vrienden en vriendinnen, te veel om bij naam te noemen, fijn dat jullie er zijn om over werk te praten, maar vooral om samen te genieten van theetjes, borrels, etentjes, weekenden, hardlopen, films, muziek, bruiloften, geboortes, het strand, Leiden, Amsterdam, en meer. Also a big thank you to my friends from all over the world. It has been great to get to know your countries, cultures, families, and friends. I hope to see more of it in the near future.

Mijn liefste vriendinnen, Emma en Jessica, dankjewel voor jullie vriendschap! Emma, keep on living your dreams, dan ben je altijd op de goede weg. Je droomde ook altijd groot over mij. Ik hoop met dit proefschrift iets van jouw verwachtingen te hebben waargemaakt. Jess, de coolste Dr. in spe die ik ken en samen met Esther de beste paranimf die ik me kan wensen. Never give up.

Joke, Leo, Caroline, Jan Willem, Maaïke, Martin, Annelies, Matthijs, Anna, Roos, Lars, Hessel, Fiene, Jitse, Huub, Sarah en Siem, dank voor jullie interesse, steun en gezelligheid in de afgelopen jaren.

Lieve papa, mama, Jeroen, Anne Monique, Maaïke en Lucas, aan jullie draag ik dit proefschrift op. Mijn oneindige dank voor de liefde en steun waarmee jullie mij omgeven.

Papa en mama, door jullie ben ik wie ik ben. Jullie hebben mij losgelaten, terwijl jullie het liefste voor altijd voor mij zouden willen blijven zorgen.

Jeroen, wat is het heerlijk om jou te zien genieten van het leven. Jouw relativerende woorden en brede glimlach doen mij altijd goed.

Anne Monique, mijn lieve zusje met wie ik zoveel deel, you and me are awesome! En Maaïke, alle chillmomenten met jou zijn super fijn. Hopelijk in de toekomst net zoveel samen.

Lieve Lucas, met jou samen leven is een feest. I will love you till my heart stops.

Happiness is only real when shared – Into the wild

Josanne