



Universiteit  
Leiden  
The Netherlands

## **Anxiety in older adults: prevalence and low-threshold psychological interventions**

Witlox, M.

### **Citation**

Witlox, M. (2023, January 12). *Anxiety in older adults: prevalence and low-threshold psychological interventions*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/3505602>

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/1887/3505602>

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

## Publications

Witlox M, Kraaij V, Garnefski N, Bohlmeijer ET, Spinhoven P. (under review) Mediators and predictors of change in Cognitive Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy for anxiety symptoms.

Witlox M, Kraaij V, Garnefski N, Dusseldorp E, Bohlmeijer ET, Spinhoven P. (under revision) Predictors of treatment response to Acceptance and Commitment Therapy and Cognitive Behavioral Therapy in older adults with anxiety symptoms.

Witlox M, Kraaij V, Garnefski N, Bohlmeijer E, Smit F, Spinhoven P. Cost-effectiveness and cost-utility of a blended Acceptance and Commitment Therapy intervention for older adults with anxiety symptoms: a randomized controlled trial. *PLOS ONE* 2022;17(1): e0262220.

Witlox M, Garnefski N, Kraaij V, de Waal MWM, Smit F, Bohlmeijer E, Spinhoven P. Blended Acceptance and Commitment Therapy Versus Face-to-face Cognitive Behavioral Therapy for Older Adults With Anxiety Symptoms in Primary Care: Pragmatic Single-blind Cluster Randomized Trial. *J Med Internet Res* 2021;23(3):e24366.

Witlox M, Garnefski N, Kraaij V, Simou M, Dusseldorp E, Bohlmeijer E, Spinhoven P. Prevalence of anxiety disorders and subthreshold anxiety throughout later life: systematic review and meta-analysis. *Psychol Aging* 2020;36(2):268–287.

Geraets CNW, Veling W, Witlox M, Staring ABP, Matthijssen SJMA, Cath D. Virtual reality-based cognitive behavioural therapy for patients with generalized social anxiety disorder: a pilot study. *Behav Cogn Psychother* 2019;47:745–750.

Witlox M, Kraaij V, Garnefski N, de Waal MWM, Smit F, Hoencamp E, Spinhoven P. An Internet-based Acceptance and Commitment Therapy intervention for older adults with anxiety complaints: study protocol for a cluster-randomized controlled trial. *Trials* 2018;19:1-14.

---

## **Curriculum Vitae**

Maartje Witlox was born on the 13<sup>th</sup> of April 1992 in Breda. In 2015 she obtained her Master's degree in Clinical Psychology from Utrecht University. After graduating she worked at the Altrecht Academic Anxiety Centre (AAA), where she combined research activities with clinical work. In 2017 Maartje started with her PhD project at the department of Clinical Psychology at Leiden University. In 2021 and 2022 she worked as a mental health counselor (POH-GGZ) at gezondheidscentrum de Bosrand in Driebergen. Currently she is working as a lecturer at the Clinical Psychology department at Leiden University and at psychology practice LEV in The Hague where she will start her postmaster training (GZ-opleiding).

---

## Dankwoord

Ten eerste wil ik mijn dank uitspreken aan Philip, Nadia en Vivian. Ons overleg op de dinsdagochtend vormde de rode draad door mijn periode als promovendus. Bij elke stap in het onderzoek waren jullie betrokken, altijd op een ontspannen en positieve manier. Ik heb enorm veel van jullie geleerd. Jullie hebben mij meer vertrouwen in mijn kunnen en meer plezier in mijn werk gegeven. Ik had me geen betere supervisors kunnen wensen dan jullie.

Philip, dankjewel voor jouw kennis, scherpzinnigheid, bevoegdheid en betrokkenheid. Ik voel me vereerd dat ik onder jouw supervisie aan mijn promotie onderzoek heb mogen werken. Dankjewel dat je mij vertrouwen en vrijheid gaf in het vormgeven en uitvoeren van het onderzoek en altijd direct klaar stond voor waardevol advies en sturing wanneer dat nodig was.

Nadia, jouw kritische en klinische blik heb ik enorm gewaardeerd de afgelopen 5 jaar. Ook wil ik je bedanken omdat jij me steeds hebt gestimuleerd mijn promotietraject zo veel mogelijk in te richten rondom mijn interesses en talenten. Mede door jouw aanmoediging en vertrouwen heb ik me in de afgelopen jaren ook kunnen ontwikkelen als docent en behandelaar en daar ben ik erg blij mee.

Vivian, dankjewel voor jouw altijd opbouwende en scherpe feedback, je aanmoediging en je optimisme. Ik vind het bijzonder hoe jij ook in de drukste periodes altijd oprechte interesse en betrokkenheid toont. Ik heb me door jou gezien en gesteund gevoeld gedurende mijn hele promotietraject.

Ernst, al spraken we elkaar niet vaak, de gesprekken met jou zorgden altijd voor een positieve impuls. Ik ben blij dat we jouw mooie interventie Voluit Leven hebben kunnen onderzoeken en aanbieden aan een grote groep mensen.

Elise, bedankt voor jouw statistisch advies bij meerdere papers en met name voor de fijne begeleiding bij de moderatie analyses. Door jouw enthousiaste en heldere manier van uitleggen werd statistiek een leuke puzzel en nooit overweldigend of intimiderend.

Filip, dankjewel voor de geduldige en zorgvuldige begeleiding bij het schrijven van het kosteneffectiviteitspaper. Je hebt me stap voor stap door de ingewikkelde analyses heen geloodst en me zowel op het gebied van statistiek als academisch schrijven veel geleerd.

Brian, Margot, Nelleke en andere medewerkers van het LUMC, afdeling Public Health en Eerstelijngeneeskunde: we hebben intensief samengewerkt tijdens het werven van de huisartspraktijken en de deelnemers. Het heeft heel wat bloed, zweet en tranen gekost, maar het is gelukt. Bedankt voor jullie harde werk en expertise.

Aan alle masterstudenten klinische psychologie die samen honderden telefonische interviews hebben afgenomen: veel dank voor jullie enthousiaste inzet, flexibiliteit en zorgvuldigheid. Het was fijn om met jullie samen te werken.

---

Mijn collega's van de afdeling klinische psychologie wil ik bedanken voor hun interesse, behulpzaamheid en gezelligheid in de afgelopen jaren.

Ook heel veel dank aan de POH's-GGZ en huisartsen die hebben meegewerkt aan het onderzoek. Een onderzoek opzetten en uitvoeren in een huisartspraktijk is niet makkelijk. Bedankt dat jullie tijd vrij maakten in jullie drukke agenda's voor ons onderzoek. Zonder jullie was dit proefschrift er niet geweest.

Uiteraard wil ik mijn grote dank uitspreken aan alle mensen die hebben deelgenomen aan het onderzoek Voluit Leven 55+: bedankt voor jullie vertrouwen in ons onderzoek en de behandelingen, het invullen van alle vragenlijsten en daarmee jullie bijdrage aan de wetenschap.

Waar ik het meest dankbaar voor ben: gedurende de afgelopen 5 jaar is het werken aan dit proefschrift nooit het grootste in mijn leven geweest. Dat waren altijd alle lieve, interessante mensen om me heen. Een aantal mensen wil ik in het bijzonder bedanken.

Hamza, mijn beste maat. Jij hebt een hart van goud. Door jouw brede interesse en aanstekelijke enthousiasme raken wij nooit uitgepraat en uitgelachen. Wij blijven altijd in elkaars leven.

Penina, wat een eer dat jij al zo lang zo'n lieve vriendin voor mij bent. Het is altijd fijn om bij jou te zijn. Ik koester onze bijzondere band en bewonder jouw intelligentie, eerlijkheid en warmte.

Emma, jij bent een zonnestraal. Ik vind je zo sprankelend, slim, lief en grappig. Jij geeft me het gevoel dat ik precies mag zijn zoals ik ben en dat is heel fijn.

Janna, al 30 jaar zijn wij in elkaars leven en daardoor voel jij heel dichtbij. Je hebt zo sterk moeten zijn de afgelopen jaren. Vanaf nu mogen er alleen nog fijne en mooie dingen op je pad komen. Je hebt bergen aan talent, levenslust en ambitie; dat mag de wereld niet onthouden worden.

Wouter, onze vriendschap is mij heel dierbaar. Het voelt altijd vanzelfsprekend en vertrouwd als we samen zijn. Je maakt me vrolijk en het inspireert me hoe opgewekt jij in het leven staat.

De Buidel: C'tje, Zehrtje, Ole, Robske, Sten, Saartje. Wat een rijkdom dat wij samen leven. Jullie zijn meer dan vrienden. Bedankt dat jullie mijn thuis zijn.

Lieve Anjo, ik ben heel blij met onze fijne en open gesprekken. Dankjewel dat je al zo lang echt naar mij luistert.

Lieve Rens, jij bent denk ik degene die het meeste naar mijn verdediging heeft uitgekeken (hora est!) en dat vind ik heel lief van je. Ik voel dat jij trots op me bent en dat ben ik ook op jou.

Papa en Mama, mijn lieve ouders en beste vrienden. Jullie betekenen en doen zo veel voor mij. Oneindig veel dank voor jullie liefde, humor en wijsheid.

Oma Bets, jij bent mijn grote voorbeeld. Door jou geloof ik in de kracht van zachtaardigheid. Wat zou ik je graag nog eens zien, spreken, omhelzen. Dit proefschrift draag ik op aan jou.



---



