

Effecten van beeldende therapie bij angst

Annemarie Abbing

1

Waarom onderzoek naar effectiviteit bij angst?

- 1 op de 8 vrouwen (en 1 op 13 mannen)
- Neemt wereldwijd toe
- Standaard behandeling bij angst: CGT / medicatie
- Vaktherapie: ondersteunende interventie

2

Beeldende therapie bij angst

- Wat is er al bekend: weinig onderzoek, nauwelijks zicht op effectiviteit en werkingsmechanismen
- Wat speelt een rol bij angst:
 - Emotieregulatie => o.a. intensere emoties, moeilijk te reguleren
 - Executief functioneren => problemen met o.a. inhibitie
 - Stressregulatie => lagere HRV (hartslag variabiliteit)



3

Onderzoeksvragen

- Wat is het effect van beeldende therapie op:
 - het angstniveau?
 - de emotieregulatie?
 - het executief functioneren?
 - de stressregulatie
- Regulerende processen
- Welke van deze regulerende processen spelen een rol in het (mogelijke) angst reducerende effect van beeldende therapie?

4

Randomised Controlled Trial (RCT)



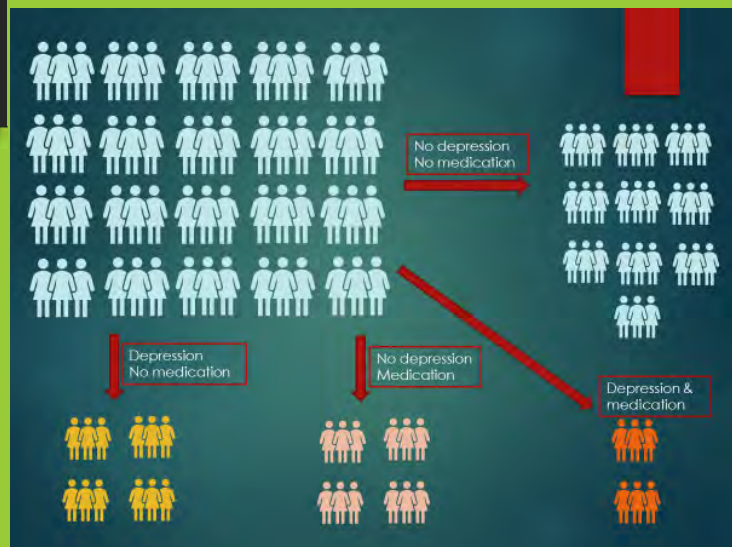
- Vrouwen
- 18 - 65 jaar
- Matige - ernstige angstklachten (4DKL)
- GAS / SF / PS

5

Methode

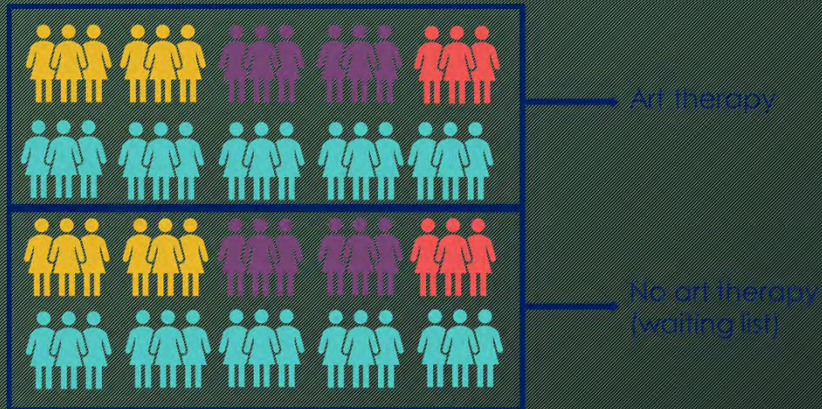
- 59 vrouwen
- Eerst verdeeld over groepen aan de hand van factoren die uitkomst van therapie beïnvloeden bij angst:
 - Depressie
 - Gebruik van medicatie

(=pre-stratificatie)



6

Randomisatie



7

De behandeling

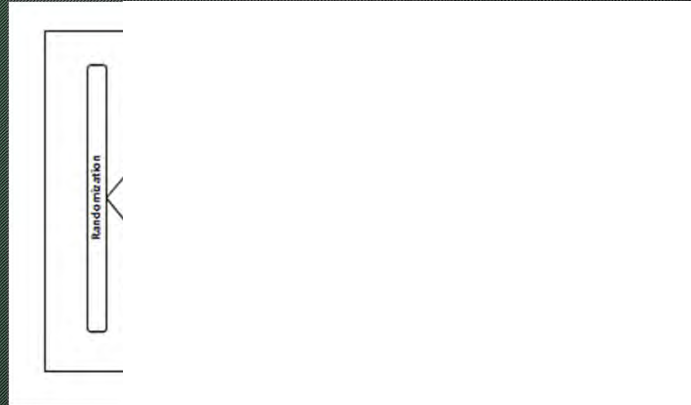
- Kunstzinnige therapie (beeldend): 10-12 sessies / 3 mnd
- In regio van de deelnemer (heel NL)
- 25 therapeuten: HBO opgeleid, geregistreerd lid van beroepsvereniging, >5 jaar ervaring met behandeling van angst
- Geen vast protocol => natuurlijke setting
- Wel overzicht van behandeldoelen en bijpassende oefeningen
- Op basis van consensus binnen beroepsvereniging

8

Meetmomenten

3 meetmomenten

- T0:
 - Voor de therapie / wachttijd
- T1:
 - Na 3 mnd therapie / 3 mnd wachttijd (=voor de therapie)
- T2:
 - Nog eens 3 mnd later / na 3 mnd therapie



9

Metingen



Angst



Executief
Functioneren



Kwaliteit van
Leven



Neurocognitief
functioneren



Emotie
Regulatie



Stressregulatie

10

Metingen



Angst



Executief
Functioneren



Kwaliteit van
Leven



Neurocognitief
functioneren



Emotie
Regulatie



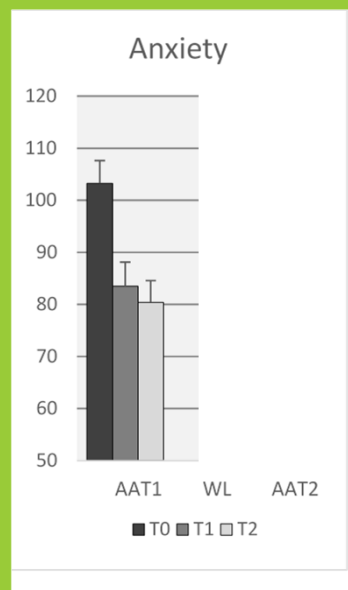
Stressregulatie

11

Angstniveau (LWASQ)

- T0: voor de therapie
- T1: na de therapie
- T2: na 3 maanden follow-up

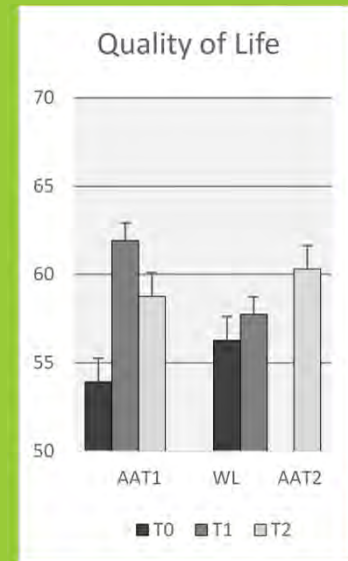
- AAT1 = therapiegroep
- WL = wachtlijst groep
- AAT2 = WL groep die alsnog therapie kreeg



12

Kwaliteit van Leven (MANSA)

- T0: voor de therapie
 - T1: na de therapie
 - T2: na 3 maanden follow-up
-
- AAT = therapiegroep
 - WL = wachtlijst groep
 - AAT2 = WL groep die alsnog therapie kreeg



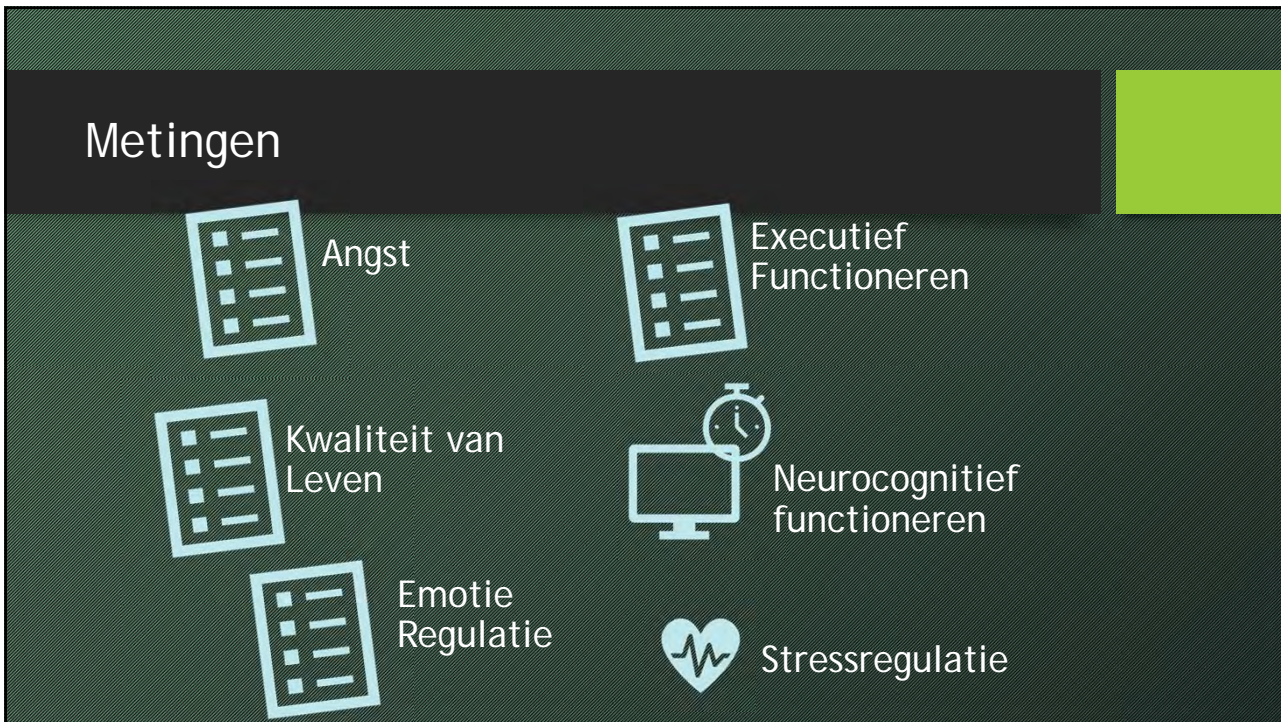
13

(Problemen met) Emotieregulatie (DERS)

- gebrek aan emotionele duidelijkheid
- gebrek aan emotioneel bewustzijn
- moeite met impulsbeheersing
- niet accepteren van emoties
- beperkte toegang tot emotieregulatie strategieën
- problemen in doelgericht gedrag



14



15



16



Executief functioneren


17

Executief functioneren- uitkomsten



18


Metingen



- Anxiety
- Executive Functioning
- Quality of Life
- Neurocognitive functioning
- Emotion Regulation
- Stress regulation

19

Neuropsychologisch functioneren



Amsterdam Neuropsychological Tasks (ANT)

ALERTHEID



fixation



signal


INHIBITIE en FLEXIBILITEIT



Part 1: follow direction



Part 2: opposite response



Part 3: combination

VOLGEHOUDEN AANDACHT



non-target non-target target

20

Neuropsychologisch functioneren



- Geen effecten van de therapie op de prestatie ($0.15 < p < 0.91$).
- Wel duidelijk dat de deelnemers problemen hebben met inhibitie (=terughouding), scores in klinische range op impulsiviteit.
- Hoe slechter ze in het begin waren daarin, hoe beter de therapie heeft geholpen voor de angstklachten.

21

Metingen



Anxiety



Executive Functioning



Quality of Life



Neurocognitive functioning



Emotion Regulation



Stress regulation

22

Stressregulatie

- Hartslag => is niet altijd precies regelmatig => variatie in de tijd tussen de hartslagen = hartslag variabiliteit (HRV)
- Meer variatie is teken van gezondheid = hogere HRV
- Bij angstklachten: vaak een lagere HRV

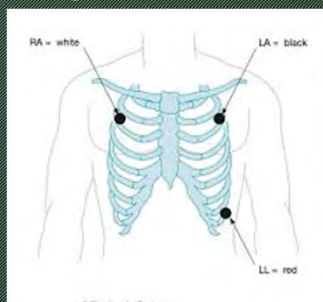
23

Stressregulatie



HRV in rust

Hartslag:
stress responsiviteit
down regulatie



Protocol:

Resting phase:
3 min

Stress induction phase:
5 min + 3 min

Cool down phase:
3 min

24

Stressregulatie

Na 3 maanden therapie:

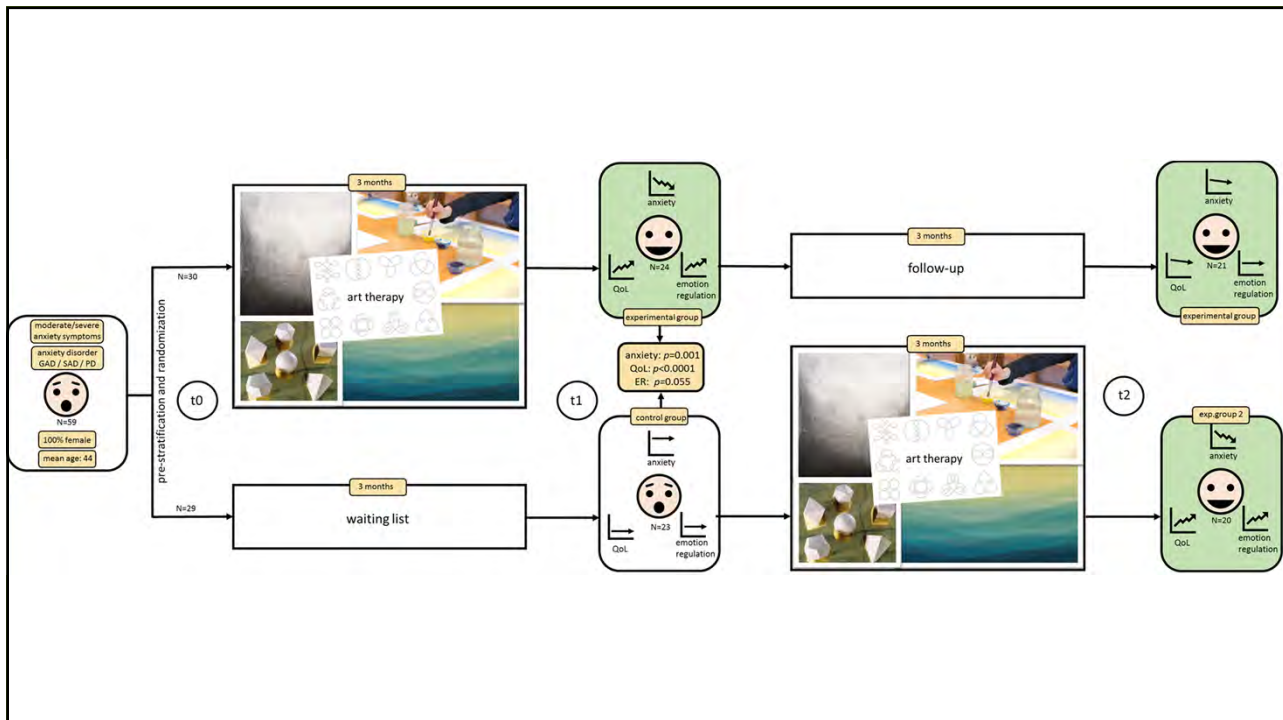
- Reactie op stress (stresspiek/ verhoogde hartslag): hetzelfde na therapie
- Herstel na stresspiek (down regulatie): hetzelfde na therapie
- Hogere HRV in rust => indicatie voor lager algeheel stressniveau

25

Samengevat

- VTb leidt tot:
 - Verlaging van angstsymptomen
 - Verbetering van kwaliteit van leven
 - Verbetering van emotieregulatie
 - Verbetering van aspecten van dagelijks executief functioneren
 - Verbetering van HRV in rust (=lager algeheel stressniveau)
- Geen effect van VTb aangetoond op:
 - Stressgevoeligheid
 - Neuropsychologisch functioneren (prestatie)

26



27

Werkingsmechanismen

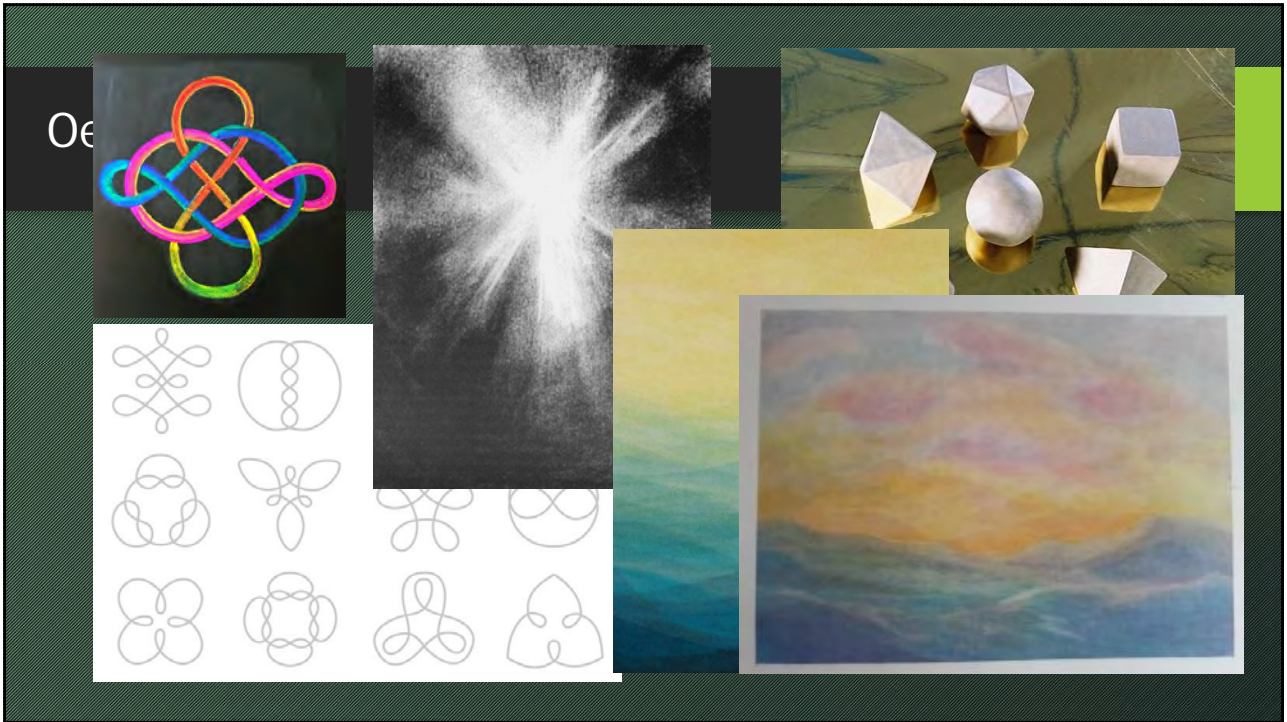
Wat droeg bij aan de angstreductie?

- Verbeteringen in emotieregulatie:
 - Grotere acceptatie van de emotie
 - Minder problemen met doelgerichtheid
- Verbeteringen in executief functioneren:
 - Emotie controle
 - Plannen/organiseren
 - Taak evaluatie

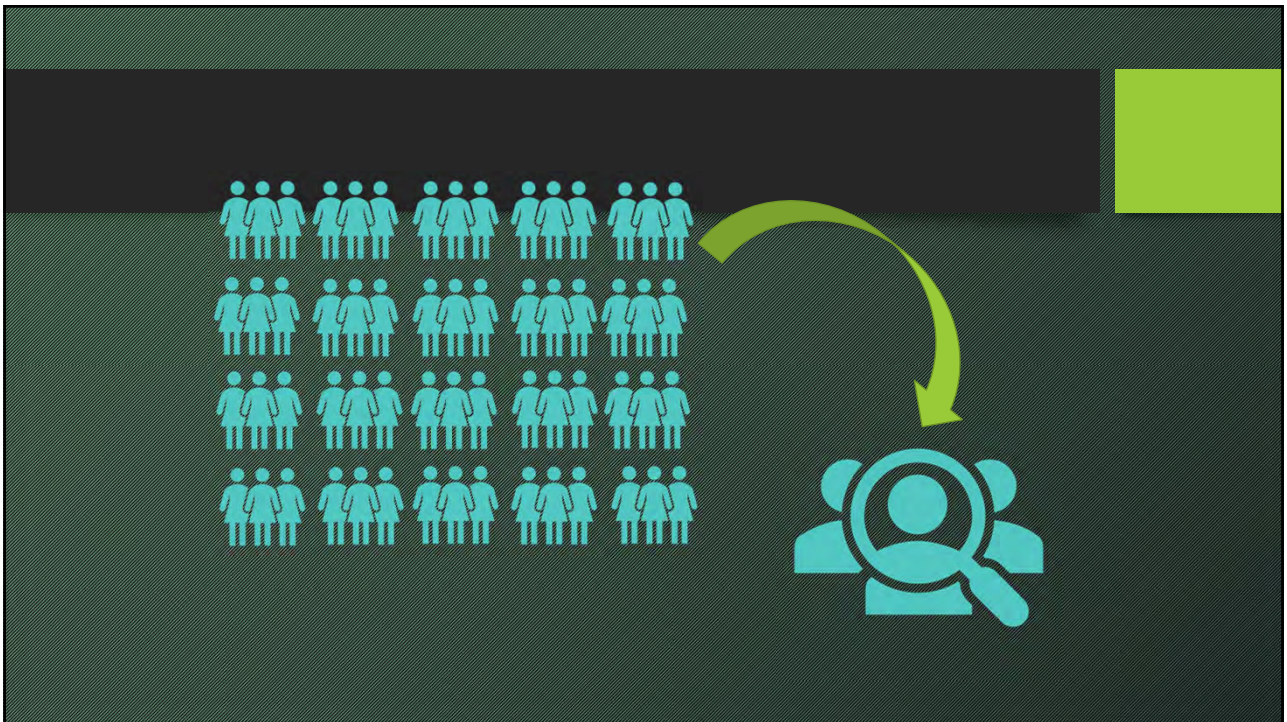
NIEUWE VRAGEN.....:

hoe komt dat tot stand in de therapie?

28



29



30

Referenties

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. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01203>



Abbing A, de Sonnevile L, Baars E, Bourne D, Swaab H (2019) Anxiety reduction through art therapy in women. Exploring stress regulation and executive functioning as underlying neurocognitive mechanisms (pdf, 1.25 MB). PLOS ONE 14(12): e0225200. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225200>



A.C. Abbing, E.W. Baars, O. Van Haastrecht, and A.S. Ponstein, "Acceptance of Anxiety through Art Therapy: A Case Report Exploring How Anthroposophic Art Therapy Addresses Emotion Regulation and Executive Functioning," *Case Reports in Psychiatry*, vol. 2019, Article ID 4875381, 13 pages, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/4875381>.

