

Zichtbare signalen van problemen in de psychosomatiek



Nagelbijten, tot bloedens toe - foto Wikipedia



'Open beet', gebitsafwijking o.a. door 'duimen'
Foto Rob op de Laak, arts-tandarts Venlo



Flink afgesleten (volwassen) gebit door knarsen.
Bij kinderen is het zelden zo erg, daarom →



→: gesleten gebit door knarsen – bij 14 jarige.
Beide foto's 'Verwijspraktijk Hoorn'



'Lokje draaien' - Beckie Jane Brown in 2009, in
haar ['TrichJournal'](#) (over trichotillomanie)



'Hoofdbonken' – zie betreffende web-pagina
Tekening naar WikiHow

Voor een beter begrip zou het goed zijn om eerst het flipboek ['Functionele klachten'](#) te lezen.

Het is de **mate**, waarin een gedraging optreedt, of

Aan het uiterlijk van iemand is vaak te zien, dat hij niet rustig is, of zelfs gespannen. Ook dat is psychosomatiek. Enkele bekende voorbeelden hiervan zijn 'blozen' – op kinderleeftijd meer dan bij volwassenen – en 'rode vlekken in de hals', wat je vooral bij volwassenen ziet. En hier zijn nog heel wat andere verschijnselen bij te noemen, zoals wiebelen, met de vinger tikken, frequent knippen met de ogen, overmatig transpireren in als spannend ervaren situaties enz. Óf zoiets als probleem gevoeld wordt hangt af van de intensiteit én van de duur van het verschijnsel, dus van ... **de mate van** ..., want het kán heel hinderlijk zijn, en zelfs een groot probleem vormen. Er bestaat zelfs zoiets als 'bloos-angst', wat écht een probleem is, maar niet zozeer bij kinderen. Met deze verschijnselen geef je ongewild je emoties bloot, vervelend, maar zelden iets waar kinderen erg mee zitten.

Ook de voorbeelden die ik hieronder ga noemen komen veel voor en zijn dus heel bekend. Dat is ook de reden, dat ze over het algemeen zó 'gewoon' gevonden worden, dat er weinig aandacht aan gesteed wordt. En als ouders dat wel doen, geldt die aandacht vooral het gedrag van hun kind dat zij als 'irritant' ervaren. Of ze vinden vooral het 'toonbeeld' dat hun kind biedt vervelend, dus de uiterlijke gevolgen van zulk gedrag: "Hij ziet er niet uit zo", of "Dat vieze gedoe". Zulk gedrag was dan ook zelden de reden om naar mijn spreekuur te komen, maar ik kwam het natuurlijk vaak tegen.

Daarom wil ik hier toch aandacht geven aan een heel ander aspect van deze gedragingen, namelijk aan de oorsprong ervan. Waarom of waardoor doet een kind dit – want er moet toch een reden voor zijn?

En die is er natuurlijk ook. En hoewel die gedragingen op zich wel normaal zijn en er veelal een lichamelijke reden voor is, gaat het mij vooral om een overmaat van zo'n gedraging. Zo is knippen gewoon nodig om je ogen vochtig te houden, had de oer-mens slechts zijn tanden ter beschikking om zijn nagels schoon en kort te houden, en heb je als baby nog altijd je eigen duim als fopspeen, bij gemis aan de tepel van je moeder.

En met dit laatste voorbeeld komen we al meteen bij dat nog ontbrekende aspect, waarover ik het zou willen hebben: de psychische drang om iets te doen dat nutteloos lijkt, maar kennelijk toch nut heeft. Zo'n duim bijvoorbeeld biedt rust en troost.

Elke mens zoekt in een onrustige en vaak teleurstellende wereld naar rust en troost, dat heeft hij ook nodig, en iedereen doet dat op zijn eigen manier. En al de volgende punten zijn daar uitingen van – of van het mislukken ervan. Menselijker kan haast niet.

Hoewel zo'n uiting een psychische oorsprong heeft, wil dat dus bepaald niet zeggen dat er psychisch iets mis is - want dit gedrag heeft wel degelijk een functie, al is die dan niet strikt lichamenlijk. Maar er kán wel iets mis zijn, want zoals eerder gesteld: "het is de **mate**, waarin zo'n gedraging optreedt, of er sprake is van een probleem".

Laten we enkele van zulke bekende voorbeelden maar eens wat nader beschouwen:

1- Tandenkarsen (zie foto's op blz 1).

Tandenkarsen (al dan niet in de slaap) mag best even, in een moment van psychische spanning. Maar als het zo intens en langdurig plaatsvindt dat een (melk)gebit er zelfs zichtbaar van slijt, dan betekent dit dat die spanning wel heftig is en al lang duurt. Dat is een alarmsignaal dat je eigenlijk niet mag missen als ouders – en het geeft de noodzaak aan dat er iets moet veranderen, al weet je nog niet wat. Met professionele hulp (psychologisch of orthopedagogisch) kom je daar wel achter, en kan het probleem ook opgelost worden.

Probeer oog (en oor) te hebben voor het signaal dat je met dit gedrag ontvangt, en wacht niet tot de gebitsslijtage (te) duidelijk zichtbaar wordt.

2- Nagelbijten (zie foto op blz 1) – Er zijn veel kinderen die op hun nagels kluiven, velletjes bijten, velletjes pulken. Het is een wat nerveuze uiting, waar ouders zich al dan niet aan ergeren: “Die afgekloven vingers zien er toch niet uit zo? We hebben al van alles geprobeerd, straf, mosterd en ByteX, maar niets helpt”.

Bij nog steeds normaal gevormde nagels en geen wondjes zal de problematiek over het algemeen wel meevallen, al is het goed je te realiseren, dat jouw ergernis je kind bepaald niet helpt om hier wat rust in te vinden.

Maar als de nagels bij je kind tot kleine maansikkeltjes afgekloven zijn, soms zelfs tot bloedens toe, dan is er duidelijk sprake van langdurige psychische spanning, en dat is niet goed. Hetzelfde geldt voor overmatig ‘velletjes bijten’, ‘velletjes pulken’, aan een pukkeltje krabben enz. Ook hier weer: Vraag hulp.

3- “Over duimzuigen hoeven we het nauwelijks te hebben, want dat is toch normaal?”.

Toch kan ook duimzuigen (vingerzuigen e.d.) wel degelijk in dit rijtje thuishoren – en dan gaat het vooral over de leeftijd, en over hoe vaak en hoe lang duimgezogen wordt.

Veel ‘duimen’ kan een kapotte duimhuid veroorzaken, of zelfs een ontsteking. Maar ook gebitsproblemen kunnen erdoor ontstaan, zoals een ‘open beet’ (dit is een vormafwijking van het gebit – zie de foto op blz 1). Als dit niet zo uitgesproken is als op deze foto, herstelt zich dit bij kinderen vaak nog redelijk, zodra het duimzuigen stopt. En mocht dat niet gebeuren, dan is dit met hulpmiddelen vaak nog goed te corrigeren. Ook van een ‘overbeet’ denken we dat deze door duimzuigen of ander afwijkend monddrag kan ontstaan (dat is een gebitsafwijking waarbij de rij voortanden te ruim vóór de rij ondertanden staat).

Duidelijk moge zijn, dat duimzuigen troost biedt, en op zich is daar natuurlijk niets tegen. Maar hoeveel troost heeft je kind nodig? Als een kind zo veel en/of zo lang nog duimzuigt, heeft hij kennelijk heel veel ‘troost’ nodig. Waarom?

Dat is een vraag, die ik veel belangrijker zou vinden dan ‘Hoe geneest die duim?’, of ‘komt het weer goed met dat gebit?’. Meestal herstellen deze lijfelijke problemen vanzelf, zodra het zuigen stopt. En het buitensporig zuigen stopt, zodra de noodzaak er toe stopt. En dus dient vooral dáár de nodige (professionele) aandacht naar toe te gaan.

4- Lokje draaien (zie foto op blz 1). Veel kinderen draaien met hun vinger ritmisch rond een haarlokje, soms zelfs met de duim van de andere hand in de mond. Dat geeft rust. Op zich is daar niets mis mee, en ik zal straks uitleggen waarom.

Maar als er kale plekjes op het hoofd of in de wenkbrauwen ontstaan, doordat er eindelijk aan bepaalde haarlokjes geplukt of gedraaid wordt, dan staat het kind onder een duidelijk te hoge psychische spanning. Officieel heet dit ‘trichotillomanie’. Over die kale plekjes hoef je geen zorg te hebben, dat groeit wel weer aan, maar die innerlijke spanning behoeft wél (professionele) aandacht.

5- Aan neuspeuteren zitten meerdere kanten. Wat hiervan het meest op de voorgrond staat, dat is de gêne hierover bij de ouders: “Ik schaam me met rot, als hij steeds met zijn vingers in zijn neus zit, en helemaal als hij dat dan nog opeet ook”.

Waarom een kind ‘uit zijn neus eet’? ‘Gewoon, omdat hij het lekker vindt’. Vind je dat onvoorstelbaar? Ach, zout en slijmerig - vergelijk het met het eten van rauwe oesters – maar inderdaad het is vies, en het hoort niet. Maar als dat ‘steeds’ een beetje meevalt, dan betreft dit dus ‘gewoon’ ongewenst gedrag.

Iets anders is een kind dat wérkelijk vaak en langdurig met zijn vingers in zijn neus zit, soms tot bloedens toe, waardoor zelfs ontstekinkjes kunnen ontstaan. Zelf heeft hij het niet eens in de gaten, behalve bij de boze opmerkingen uit z’n omgeving, en die helpen dus niet. Integendeel, want met dit gedrag zoekt je kind rust, en hij kan dat kennelijk niet vinden. Daar kunnen jullie hem, met wat professionele begeleiding, goed mee helpen.

6- ‘Rumineren’ betekent, dat er bij grotere baby’s heel vaak na een voeding een beetje door de maag zuur geworden voeding teruggegeven wordt – het lijkt gewoon terug te lopen

en is dus veel milder en minder dan braken. Moeders vinden het vooral “vervelend, want je kunt een kind toch niet de hele tijd met zo’n zurig ruikend slabbetje om laten zitten”.

Vervelend ja, maar heeft hij er zelf last van?

Als je goed oplet, dan zie je dat hij veel op z’n vingers zit te sabbelen, diep in zijn mond, tot aan de kokhalsgrens toe. En als hij zijn vingers niet in z’n mond heeft, dan zie je veelal wel dat hij met zijn tong in z’n mond wat ‘aan het spelen’ is, waarop die voeding terugkomt. Het lijkt wel een beetje op ‘herkauwen’, en het gaat wat ritmisch. Het gekke daarbij is dat hij het niet vervelend lijkt te vinden – zelfs wel plezierig, in z’n eentje wat teruggetrokken.

Je kunt dit doorbreken door hem even af te leiden. Op zich niets bijzonders.

Maar als hij hier steeds mee bezig is, en vooral als hij hierin nauwelijks af te leiden is, dan is ‘de mate’ waarin het optreedt buitensporig. Vraag je dan af of er niet een reden kan zijn, dat hij zich steeds zo in zijn eigen wereldje terugtrekt, en zoek daar zo nodig hulp bij.

Bij de nu volgende gedragingen gaat het niet zozeer over uiterlijke ‘gevolgen’, maar alleen over het gedrag zelf. En ook hier weer geldt: het is de mate waarin dit gedrag optreedt, die maakt of je als ouders reden hebt tot zorg, of niet.

7- ‘Paardje rijden’. Het gaat hierbij om een peuter, die plaats neemt op de schoen van een volwassene (meestal van iemand die met de benen over elkaar zit) en dan erop gaat zitten wippen. Dat wordt nogal gênant gevonden door ouders, zeker als zij hierbij het idee van ‘sexuele zelfbevrediging’ in het achterhoofd hebben, en zij het vergelijken met een hondje, dat ook zo op je schoen kan ‘zitten wippen’ als uiting van sexuele lust. Dat idee wordt ook nog eens versterkt doordat ‘paardje rijden’ wel ‘peutermasturbatie’ wordt genoemd, mijns inziens volledig onterecht, maar het maakt dit voor ouders nog gênanter. In wezen gaat het namelijk om eenzelfde onschuldige ritmiek (zie onder) als bij duimzuigen of lokje draaien, zolang de ‘mate’ waarin dit gedaan wordt binnen de perken blijft.

Maar dat is niet altijd het geval: Zo maakte ik een peuter mee, die op de grond liggend zich met de beentjes om een tafelpoot krulde, en zo wrijfbewegingen maakte – soms wel een uur lang, in een soort ‘trance’. Ze liet zich daar ook niet gemakkelijk uit ‘wekken’. Ook hier bleek het echt nodig om uit te zoeken waarom zij zich zo intens en langdurig terugtrok in haar eigen wereldje.

8- Hoofdbonken. Hiermee wordt het door sommige grotere baby’s en peuters schommelen in hun bedje bedoeld, liggend op hun knietjes. Hetzelfde kan ook door een minutenlang volgehouden ‘nee-beweging’. Deze kinderen doen dit normaal gesproken bij het inslapen, waarbij sommigen ook nog tegen de wand van hun bedje bonken. Kennelijk helpt dit geluid en/of gevoel nog eens extra om de ritmiek ervan beter te ervaren.

Hoewel dit [hoofdbonken](#) herrie maakt en verontrustend kan klinken, is ongerustheid over het algemeen helemaal niet nodig.

Het is weer de mate waarin dit optreedt of je je zorgen zou moeten maken – en soms is dat inderdaad het geval. Meer informatie krijg je door de hypelink te volgen.

9- Onrustig gedrag. Een kind, dat alsmear op zijn stoel zit te wippen, zit te tikken met zijn vinger of pen, anderen lastig valt, en ander onrustig gedrag. Ook hier is het weer de mate van onrust, én waar die onrust zich afspeelt, die maakt of er een probleem zou kunnen zijn. Juist ook een in aanleg wat onrustig kind heeft momenten van rust nodig, en ritmiek (zie onder) helpt hem hierbij. Als het goed is, vindt hij ook de nodige momenten en situaties waarin hij wél tot rust kan komen. En mocht dat toch niet het geval zijn, dan is het zeker goed om uit te (laten) zoeken waar die overmaat aan onrust vandaan komt.

{‘Gewoon’ onrustig gedrag dient niet verward te worden met ADHD. Een kind met ADHD vertoont ook onrust in uitzonderlijke ‘mate’, maar dan steeds én **overal**, terwijl ook het concentreren en plannen niet lukken. Dit is een aandoening die echt apart staat van de

'gewone' onrust, en die ook gespecialiseerde professionele aandacht behoeft – voor meer informatie: volg de [ADHD](#) hyperlink}.

10- Stotteren – “Maar stotteren is toch niet zichtbaar? Je hóórt het toch alleen?”

Over [stotteren](#) lees je meer door de hyperlink te volgen. Maar inderdaad, ook in (gefixeerd) stotteren kun je vaak de problematiek zién. In zijn verwoede pogingen om uit z'n woorden te komen wurmt de stotteraar zich in allerlei 'bochten' – vooral psychisch en in zijn spraakorgaan, maar vaak is dit ook zichtbaar in zijn mimiek. Ook ledematen kunnen daar aan meedoen, en soms zelfs het hele lijf. Dat dit er potsierlijk uit kan zien, helpt hem natuurlijk niet in zijn pogingen om zo onopvallend mogelijk te spreken. Stotteren komt voort uit de angst niet in staat te zijn normaal te spreken, waardoor zich vóór het spreken al een flinke spanning opbouwt. Het is vooral een psychisch probleem.

Ritmiek - De punten **(1-) 2- 3- 4-** (soms ook **5-) 6- 7- 8- (9-)** hebben bijna allemaal te maken met ritmiek.

Ritmische bewegingen om tot rust te komen zijn eigenlijk heel natuurlijk, en we kennen er dan ook veel van. Ze hebben een kalmerend effect, bijvoorbeeld bij het in slaap komen. De genoemde voorbeelden (duimzuigen, lokje draaien, hoofdbonken) kunnen dan ook gemakkelijk aangevuld worden met allerlei andere ritmiek, zoals het heen en weer rollen met het hoofd, een wipstoeltje voor baby's, trommelen met de vingers, ritmische geluidjes. Verder natuurlijk de schommelwieg, en de ritmiek van het lopen van de Afrikaanse moeder met haar kind op de rug, waardoor dit vlot in slaap raakt. Rustige ritmiek is dan ook volop terug te vinden in slaaplidjes.

Ritmiek zorgt in de hersenen voor het opwekken van kalmerende stoffen – 'endorfinen' genaamd. Die zorgen voor een tevreden gevoel, maken je doezelig, wat ook wel genoemd wordt “het maakt je hoofd zo heerlijk leeg”. Dat gaat niet alleen bij kinderen op, het geldt voor alle mensen. En zo hebben ook heel wat volwassenen baat bij een schommelstoel, terwijl anderen hun rust meer vinden in de ritmiek van het joggen. Dat is diezelfde ritmiek waar een kind op terugvalt, als hij zich in zichzelf terugtrekt en even wat veilige rust (troost) zoekt. Daar is niets mis mee als hij dit geregeld even nodig heeft.

Maar als dit zo intens en veelvuldig gebeurt dat er zelfs schade aan huid, haar, nagels e.d. optreedt, dan moet je je echt af te vragen waaróm hij zich zo veelvuldig in zichzelf moet terugtrekken. Als een kind zo intens bezig is om rust binnen zichzelf te vinden, dan betekent dit, dat zijn psyche overmatig gespannen is. Neem dat alsjeblieft serieus, en vraag er professionele hulp bij, want zelf zal je als ouders niet gemakkelijk de oorzaak hiervan kunnen achterhalen.

Ook zijn er (enkele) kinderen, die gefascineerd raken door de ritmiek van steeds herhaalde bewegingen, of door het ronddraaien van de was in de wasmachine. Als dat het enige is waar je bezorgd naar keek, lijkt er weinig aan de hand te zijn, maar vallen jou (of een ander) bij je kind nog andere dingen op, zoals het moeite hebben met soepel contact maken met anderen, dan kunnen ook dat signalen zijn om een kinderpsycholoog even mee te laten kijken.

Hier maak ik toch even een zijsprongetje naar de 'ritmiek in de muziek'. Die kan kalmerend zijn, maar ook opzweepend. Dat lijkt in tegenstrijd met elkaar, maar als endorfinen je tevreden, zelfs gelukkig kunnen stemmen, en allerlei ritmiek endorfinen kan opwekken, dan is die link gauw gemaakt. Niet alleen het luisteren naar muziek, maar zeker ook het lijfelijk ritmisch meedoen stimuleert – daarom ook is dansen fijn. Zelfs peuters kun je al zien mee wiebelen op het ritme van muziek. En als het hoofd vol onrust en tegenstrijdigheden zit zodat rust ver te zoeken is – een situatie die op de puberleeftijd niet vreemd is – , dan lukt het vaak toch om overmand te worden door zo'n gelukkig gevoel, al is daar dan wel meer 'ritmisch geweld bij nodig'. Dan helpt het als het ritme in je hoofd wordt 'geramd' met zoveel geluid dat wezenlijk onderling contact niet eens meer mogelijk is en er zelfs gehoorschade

kan optreden. Nog een stap verder, en slechts hard ritme blijft over – de melodie doet er dan weinig meer toe ('heavy metal', 'house music') – met als summum een trance-achtige toestand als 'head banging' en dergelijke.

Voor ouders kan dit er heel zorgelijk uitzien, maar als je je realiseert, dat dit alles een manier is om vooral het vol onrust zittende puberhoofd 'rust' te geven, dan stelt dat wellicht toch wat gerust.

Wat hierbij zeker niet geruststellend is, is de maar al te reële kans op gehoorschade, en het gebruik van chemische middelen die de bedoeling hebben je nóg gelukzaliger te stemmen, maar waarvan de nadelige effecten lang niet altijd goed doorgrond zijn. Overigens is ook head banging zelf niet helemaal zonder risico.

Dan ga ik nu weer terug naar 'Zichtbare signalen'.

Belangrijke 'bijvangst'

Kinderen met een overmaat aan de gedragingen 1 t/m 10 zag ik veel op mijn spreekuur, maar meestal toevallig, als 'bijvangst' wanneer het kind om een heel andere reden kwam. De zichtbare uiting van zulk gedrag was voor de meeste ouders zo 'gewoon' (hoewel ze vaak wel er zich aan ergerden), dat dit geen reden was om ermee naar de dokter te gaan. En als de ouders er dan al vragen over hadden, dan gingen die dus vooral over het 'toonbeeld' dat hun kind ermee bood, en over hun zorg of irritatie over de uiterlijke schade, en gêne over het gedrag. Zelden vroegen ze over een onderliggende oorzaak, terwijl dat eigenlijk een veel belangrijker punt van zorg zou moeten zijn.

Bij al deze punten is het weliswaar niet gebruikelijk om ze onder de noemer psychosomatische klachten te vatten, maar bij een overmatig optreden van zulk gedrag dienen ze daar wel degelijk onder te vallen, omdat ze de zichtbare uiting zijn van langdurige gespannenheid. Juist dit gedrag bied je als ouders de mogelijkheid om dit probleem te onderkennen, en om daar (veelal met psychologische / orthopedagogische begeleiding) wat aan te kunnen doen. Want hoewel kortdurende spanningsmomenten bij het leven horen, is 'chronische' stress fnuikend voor gezondheid en welzijn. Dat is iets waar hoognodig een oplossing voor gevonden moet worden.

Meer informatie hierover vind je in het flipboek ['Functionele klachten'](#) op deze site.

Irritatie

Enkele malen heb ik 'irritatie' genoemd als een emotie, die nogal eens voorop staat bij zulk gedrag van je kind. En het is ook niet raar als ongewenst gedrag je stoort als ouder, daar ben je tenslotte opvoeder voor. En als je met een opmerking hierover effect sorteert, dan is dat dus goed.

Maar als, om welke reden dan ook, dit ongewenste gedrag steeds toeneemt – ondanks je opmerkingen – dan is er wat anders aan de hand en zal dáár aandacht voor moeten komen.

Anderzijds is jouw irritatie als ouder dan heel begrijpelijk maar volstrekt contraproductief.

- Vraag je eerst eens af, waarom dit jou zo ergert, en realiseer je dat elke ergernis, om wat dan ook, binnen jouzelf is ontstaan, en daarmee een probleem is waarmee vooral jijzelf in het gerede moet zien te komen.

- Veel belangrijker is nog, dat als je je aan het inderdaad abnormale gedrag van je kind ergert, dat deze ergernis je belet om zijn gedrag te herkennen als signaal van de overmatige psychische spanning waar hij in verkeert – zolang je geïrriteerd bent, kun je hem niet helpen.

Het onderkennen van zulk gedrag als de uiting van zijn overspannen psyche, biedt de mogelijkheid om daar een oplossing voor te vinden. Dit levert aldus een grote meerwaarde op in dagelijks geluk – indien je als ouders dan ook bereid bent vervolgstappen te zetten.

Buiten dit rijtje

Als laatste noem ik twee gedragingen, die eigenlijk buiten dit rijtje vallen, omdat ze te ver van 'het normale' staan en kinderpsychiatrische begeleiding behoeven. Waarom ik ze toch even noem is, omdat deze twee aandoeningen zo bekend zijn. In sommige (dubieuze) jeugd-kringen verwierven deze gedragingen zelfs een soort cultstatus, wat het er niet gemakkelijker op maakt om deze tiener dan zelf te doen inzien dat zijn gedrag echt afwijkend is – je hoeft maar op deze termen te googelen en je ziet de beelden langtrekken. Het gaat hierbij om:

– **Automutilatie**. Dit is het zichzelf toebrengen van sneetjes in de huid door de tiener, vooral in de huid van de onderarmen. Het 'is een heftig teken van chronische stress en heeft eigenlijk altijd professionele hulp. Die sneetjes worden door de puber meestal voor de omgeving verborgen gehouden, maar de meeste ouders – áls ze dit zien – herkennen het wel als zorgwekkend, en zullen meestal direct aan de bel trekken.

– **Anorexia Nervosa** is een vrij zeldzame heel serieuze psychische eetstoornis, ook van de kindertijd, met soms fatale afloop. Wat het meest opvalt in dit ziektebeeld, is de bizarre tegenstrijdigheid tussen de magerte van het kind, en de perceptie van dik zijn door het kind zelf. Door dit obsessieve en daardoor riskante vermageren is het moeilijk om de behandeling niet op 'moeten eten' toe te spitsen, want het dient vooral te gaan om psychische begeleiding. Bovendien biedt de focus op 'moeten eten' nauwelijks perspectief – hoewel aan dwang (bijvoorbeeld in de vorm van voeding per sonde) niet altijd te ontkomen is. Heel wezenlijk in een goede aanpak blijkt de volledige acceptatie van het kind als jongmens te zijn, en dat door een behandelaar die zich ook als mens kan en durft te geven. Om zonder (voor)oordeel of veroordeling een serieuze persoonlijke relatie aan te gaan met zo'n kind is al niet gemakkelijk – daarbij was het voor een behandelaar tot voor kort 'not done' om tot een werkelijk persoonlijke relatie te komen (die dus op een dieper niveau ligt dan de gebruikelijke 'behandelrelatie'), terwijl juist dat zo nodig blijkt te zijn. Ook nu wordt er veelal nog 'scheef' aangekeken tegen een meer persoonlijke behandelrelatie, en dat is meer dan jammer. Dat ook deze beide aandoeningen samengaan met flinke psychische (over-)spanning, zal duidelijk zijn.