

# VU Research Portal

## **Stress, Parent-Adolescent Interaction, and the Course of Psychopathology**

Willemen, A.M.

2008

### **document version**

Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link to publication in VU Research Portal](#)

### **citation for published version (APA)**

Willemen, A. M. (2008). *Stress, Parent-Adolescent Interaction, and the Course of Psychopathology*.

### **General rights**

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal ?

### **Take down policy**

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

### **E-mail address:**

[vuresearchportal.ub@vu.nl](mailto:vuresearchportal.ub@vu.nl)

## Stress, ouder-adolescent interactie en het verloop van probleemgedrag.

De relatie tussen ouders en kinderen is uniek en verschilt van andere relaties die kinderen met volwassenen aangaan. De ouder-kind relatie is een belangrijke bron van steun en veiligheid voor het kind. Door het bieden van troost en veiligheid op momenten dat het kind dat nodig heeft, ontstaat er tussen ouders en kinderen een emotionele band. Volgens de gehechtheidstheorie is de ouder-kind relatie een belangrijke context waarbinnen kinderen hun emoties leren reguleren (Cassidy, 1994). Ook voor oudere kinderen en jongeren blijkt de mate van troost en steun in de relatie met ouders van belang voor de regulatie van emoties (Kobak et al., 1993; Spangler & Zimmermann, 1999). De mate waarin de ouder-kind relatie veiligheid biedt kan verschillen tussen kinderen. Deze verschillen kunnen gevolgen hebben voor de wijze waarop kinderen en jongeren hun emoties reguleren en voor de ontwikkeling van hun psychische gezondheid. Het doel van dit proefschrift was om kenmerken van ouder-kind relaties te bestuderen bij adolescenten met psychische problemen. Onderzocht werd op welke wijze deze kenmerken invloed hebben op de regulatie van emoties en op het beloop van psychische problemen.

In Nederland heeft ongeveer zes procent van de kinderen in de leeftijd van 6 tot 18 jaar contact met hulpverleningsinstanties wegens psychische problemen (Tick, 2007). Psychische problemen kunnen worden onderverdeeld in 1) internaliserende of emotionele problemen, zoals angststoornissen of depressieve stemmingen en 2) externaliserende of gedragsproblemen, zoals agressie regulatieproblemen en delinquent gedrag. Het onderzoek naar psychische problemen heeft zich met name gericht op het ontstaan ervan. Veel minder onderzoek is gedaan naar de ontwikkeling, ofwel het *beloop* van psychische problemen. Kinderen die psychische problemen hebben gehad lopen grote kans op latere leeftijd opnieuw geconfronteerd te worden met deze problemen: bij de helft van de kinderen blijven problemen aanwezig, of keren problemen na verloop van tijd weer terug (Heijmens Visser et al., 1999).

Dit onderzoek vond plaats vanuit het theoretisch kader van de ontwikkelingspsychopathologie (Cummings et al., 2000b). Volgens deze theorie zijn ontwikkelingsuitkomsten het gevolg van een complexe wisselwerking over de tijd tussen factoren binnen het kind en factoren vanuit de omgeving. Deze wisselwerking kan leiden tot adaptieve of minder adaptieve ontwikkelingsuitkomsten. De

ontwikkeling van een kind tot volwassene kan volgens deze theorie vergeleken worden met de groei van takken aan een boom. Evenals de takken aan een boom, hebben kinderen de potentie om zich op enig moment weer in een adaptieve richting te ontwikkelen, ondanks eerdere afwijking in de ontwikkeling. De theorie benadrukt dan ook dat problemen bij kinderen niet gezien moeten worden als een statische conditie, maar juist aan verandering onderhevig zijn. Risicofactoren hebben een negatieve invloed op het ontwikkelingsbeloop, terwijl beschermende factoren het ontwikkelingsbeloop positief kunnen beïnvloeden, zelfs wanneer risicofactoren aanwezig zijn. In dit onderzoek zijn de gevolgen van stressvolle gebeurtenissen (risicofactor) en de kwaliteit van de ouder-kind relatie onderzocht (beschermende factor) op het beloop van probleemgedrag.

In dit proefschrift werd gebruik gemaakt van fysiologische reacties van het autonome zenuwstelsel als indicatoren van emotieregulatie. Steeds meer onderzoeksresultaten ondersteunen de relatie tussen fysiologische reacties, de kwaliteit van de ouder-kind relatie en psychisch en gedragsmatig functioneren (Oosterman & Schuengel, 2007a; Porges, 2007). Kortdurende fysiologische reacties zijn adaptief en zorgen voor een adequate reactie op de stressor. Echter, wanneer deze reacties langer duren, kunnen ze leiden tot veranderingen in de neurale systemen die betrokken zijn bij de regulatie van stress. Een langdurende stressreactie kan van invloed zijn op het emotioneel en psychisch welbevinden van kinderen en volwassenen (Bradley, 2000). In dit onderzoek werd gekeken in hoeverre de kwaliteit van de ouder-kind relatie van invloed is op de wijze waarop jongeren hun emoties reguleren. Specifiek werd gekeken naar de reactiviteit en het herstel van het autonome zenuwstelsel gedurende een stresstaak.

### ***Method***

*Steekproef.* Dit proefschrift is gebaseerd op vier empirische studies, beschreven in hoofdstuk 2 tot en met 5. Een longitudinale benadering waarbij kinderen meerdere malen werden ondervraagd was nodig om het beloop van probleemgedrag in kaart te brengen. Dit proefschrift is gebaseerd op een bestaande steekproef (Sample 1) van 310 kinderen en adolescenten in de leeftijd van 6 tot 18 jaar die tussen augustus 2000 en september 2001 aangemeld werden bij de polikliniek voor Kinder- en Jeugdpsychiatrie van het Erasmus MC - Sophia Kinderziekenhuis (56%) en de BAVO-RNO groep in Rotterdam (44%) (Bastiaansen et al., 2004). De

kinderen en hun ouders gaven kort na intake informatie door middel van vragenlijsten (Wave 1). Een jaar later werden deze gezinnen opnieuw gevraagd om deel te nemen (Wave 2,  $n = 231$ ). Vier jaar na de aanmelding vulden 257 gezinnen voor de derde keer vragenlijsten in (Wave 3). Deze longitudinale data vormden de basis voor het onderzoek beschreven in hoofdstuk 2, naar de effecten van stressvolle gebeurtenissen op het beloop van psychische problemen.

Voor het onderzoek naar de rol van de ouder-kind relatie bij het reguleren van emoties, beschreven in hoofdstuk vier en vijf, werd uit de deelnemende gezinnen van Wave 3 een steekproef geselecteerd die ook participeerde in een intensieve studie (Sample 2). De 101 jongeren waren tussen de 10 en 17 jaar, hadden een IQ boven de 70, woonden thuis met één of twee ouders en waren niet bekend met een diagnose in het autistisch spectrum. Om de nieuw ontwikkelde methode voor het meten van emotieregulatie op de proef te kunnen stellen, werd voor hoofdstuk drie gebruik gemaakt van een onafhankelijke steekproef (Sample 3) bestaande uit 20 klinische jongeren onder behandeling bij een polikliniek voor kinder- en jeugdpsychiatrie in Amsterdam en 20 niet-klinische jongeren uit de algemene bevolking. De jongeren uit Sample 2 en 3 werden door de onderzoeker thuis bezocht om de vragenlijsten en observatietaken af te nemen.

Ouders en kinderen gaven toestemming voor deelname aan het onderzoek na geïnformeerd te zijn door de onderzoeker over het doel en de aard van het onderzoek. De onderzoeken, beschreven in hoofdstuk twee tot en met vijf, werden vooraf goedgekeurd door de Centrale Commissie voor Mensgebonden Onderzoek.

### ***Stress en het beloop van probleemgedrag***

In het onderzoek gerapporteerd in hoofdstuk 2 werd het effect onderzocht van stressvolle gebeurtenissen op het beloop van internaliserende en externaliserende problemen bij kinderen en adolescenten. Er werd gebruik gemaakt van de gegevens die de kinderen en hun ouders op de drie meetmomenten hadden ingevuld op vragenlijsten over stressvolle levensgebeurtenissen, ervaren stress en emotionele en gedragsproblemen (Sample 1).

De emotionele en gedragsproblemen van kinderen bleken af te nemen over de periode van vier jaar na aanmelding bij de polikliniek. Echter, er waren verschillen waarneembaar tussen kinderen in het beloop van probleemgedrag. Kinderen die stressvolle levensgebeurtenissen hadden meegemaakt, zoals echtscheiding van de

ouders, of het overlijden van een broertje of zusje, hadden gedurende de periode van vier jaar meer problemen dan hun leeftijdgenoten bij wie zich geen stressvolle gebeurtenis voordeed. Daarnaast bleken, in vergelijking met kinderen die geen stressvolle gebeurtenissen hadden meegemaakt, de internaliserende problemen veel minder snel te dalen, of zelfs te stijgen bij kinderen die blootgesteld waren aan stressvolle gebeurtenissen.

Uit eerder onderzoek is bekend dat kinderen verschillend reageren op stressvolle gebeurtenissen (Lazarus & Folkman, 1984). Na het optreden van een stressvolle gebeurtenis verschillen kinderen in de mate waarin zij stress ervaren. Om beter te begrijpen hoe stressvolle gebeurtenissen invloed zouden kunnen hebben op het beloop van probleemgedrag, werd het verklarend mechanisme, de stressbeleving, in dit onderzoek meegenomen als mediator. In een vragenlijst werd kinderen gevraagd aan te geven in hoeverre zij problemen hebben ervaren met het uitvoeren van de verschillende activiteiten in hun dagelijks leven. De mate waarin kinderen aangaven die activiteiten met moeite te kunnen uitvoeren bleek een verklaring voor het statistische effect van stressvolle gebeurtenissen op zowel de ernst als het beloop van probleemgedrag. Deze bevindingen sluiten aan bij een theoretisch model waar stressvolle levensgebeurtenissen de mate van stress verhogen die kinderen ervaren in het dagelijks leven, welke vervolgens de kwetsbaarheid voor het aanhouden van psychische problemen bij kinderen vergroot.

### ***Fysiologische stressreactiviteit en de rol van de ouder-kind relatie***

In hoofdstuk 3 werd de fysiologische reactie van adolescenten op stress en hereniging met de ouder beschreven. De steekproef (Sample 3) bestond uit veertig adolescenten, met een gemiddelde leeftijd van 12,72 jaar. Om de fysiologische regulatie van stress in de context van de ouder-kind relatie bij adolescenten te onderzoeken, werd voor dit onderzoek de Alarm Stress Taak (AST) ontwikkeld. De AST is een eenvoudige taak, waarbij de jongeren de opdracht krijgen op bed 20 minuten stil te liggen terwijl de activiteit van hun autonome zenuwstelsel (zoals de hartfrequentie) wordt gemeten. De elektroden van de VU-AMS (Vrije Universiteit - Ambulant Meet Systeem; De Geus & Van Doornen, 1996) werden bij de jongeren bevestigd op de borstkas en rug en gekoppeld aan een laptop. Uitgelegd werd dat bij teveel bewegen een alarm zou afgaan, wat zou betekenen dat de metingen niet waren gelukt. De jongere werd alleen gelaten en ongeacht het bewegen, werd door de laptop

twee keer met een zachte pieptoon en een bericht op het scherm een alarm gegenereerd. Verwacht werd dat deze stressor tot fysiologisch meetbare stress zou leiden en dat regulatie van die stress ook zichtbaar zou zijn in de fysiologische indicatoren. Vanwege de onduidelijkheid van de stressor (niet bewogen hebben, maar toch een alarm) zou het zoeken van informatie en steun in deze situatie een gepaste reactie zijn. Daarom werd de primaire opvoeder gevraagd enkele minuten na het alarm bij hun kind te gaan kijken (hereniging) en te reageren zoals zij gewend zijn. Met behulp van een videocamera werd het gedrag van ouder en kind geregistreerd. Na de tweede hereniging vond er debriefing plaats, waarbij jongeren en ouders werd uitgelegd dat zij waren misleid. Aan de hand van de hartslaggegevens werd aan de jongere getoond dat het onderzoek niet mislukt was en werd verteld dat de hartslaggegevens inzicht geven in de wijze waarop kinderen reageren op stress. Uitgelegd werd dat dit niet goed te onderzoeken is, wanneer zij van tevoren hadden geweten dat het alarm niet echt was.

Als eerste werd gekeken naar de fysiologische reacties van de jongeren op de stressor en de hereniging met de ouder. Hierbij werd gebruik gemaakt van de pre-ejectie periode (PEP) en respiratoire sinus aritmie (RSA) als indicatoren van respectievelijk sympathische en parasympathische neurofysiologische activiteit. De resultaten lieten zien dat het alarm een fysiologische stressreactie teweegbracht, die het beste te zien was in de sympathische tak van het autonome zenuwstelsel. Het sympathische zenuwstelsel ondersteunt vecht- en vluchtreacties, bijvoorbeeld door bloedvaten te verwijden, waardoor de spieren snel van zuurstof kunnen worden voorzien. De conclusie was daarom dat het alarm in de AST stressvol was voor adolescenten. Tijdens de hereniging met de ouder lieten de adolescenten een verhoogde activiteit zien in de parasympathische tak van het autonome zenuwstelsel. Het parasympathische zenuwstelsel ondersteunt kalme en rustige reacties en kan de vecht- en vluchtreacties van het sympathische systeem onderdrukken. De verhoogde parasympathische activiteit werd met name zichtbaar wanneer adolescenten steun zochten bij hun ouders tijdens de hereniging. Ook in eerder onderzoek werd parasympathische activiteit in verband gebracht met regulatie van stress en emoties binnen sociale relaties (Porges, 2003a). De klinische en niet-klinische groep verschilden niet in hun fysiologische reactie op de stressor en de hereniging met de ouder.

Ten tweede werd gekeken naar het gedrag van ouders en adolescenten tijdens de hereniging. Conform de dimensies die meestal centraal staan in metingen van gehechtheidrelaties werd de kwaliteit van het Veilige basis zoeken door de jongere en Veilige basis bieden door de ouder geobserveerd (Waters & Cummings, 2000). De kwaliteit van het Veilige basis zoeken door de jongere werd gescoord op vier schalen: helderheid van het signaal, volhouden van het signaal, benaderen van de ouder en gerustgesteld zijn. De kwaliteit van het Veilige basis bieden door de ouder werd ook gescoord op vier schalen: interesse in het kind, herkennen van de stress, interpreteren van de stress en responsiviteit. Deze schalen zijn betrouwbaar en valide gebleken in gehechtheidsonderzoek bij (jong-)volwassenen in een vaste relatie, maar werden nog niet eerder toegepast bij jongeren (Crowell, Treboux, Gao, Fyffe, Pan and Waters, 2002).

Het Veilige basis gedrag van ouders en adolescenten in de klinische groep had een lagere kwaliteit vergeleken met dat van ouders en adolescenten in de niet-klinische groep. Adolescenten uit de klinische groep waren minder duidelijk en direct in het benaderen van hun ouder voor steun en toonden minder tekens van geruststelling aan het einde van de hereniging. Ouders uit de klinische groep waren minder goed in staat de stress van hun kind correct te verwoorden en te begrijpen en toonden minder bereidheid en waren minder effectief in het steunen van hun kinderen. Geconcludeerd werd dat met behulp van de AST de rol van de ouder-kind relatie bij het reguleren van stress onderzocht kan worden. De resultaten leverden een ondersteuning voor de aanname dat de ouder-kind relatie belangrijk blijft voor de regulatie van stress, ook als kinderen ouder worden en de adolescentie bereiken.

In hoofdstuk 4 werd de fysiologische regulatie van stress tijdens de AST verder onderzocht in de steekproef met jongeren die in het verleden verwezen waren naar de kinder- en jeugdpsychiatrie (Sample 2). De gegevens van 99 jongeren met een gemiddelde leeftijd van 13,57 jaar en van hun ouders werden voor dit onderzoek gebruikt. In dit hoofdstuk stond de vraag centraal of jongeren met psychische problemen profijt hebben van de veilige basis met hun ouders en een meer adequate regulatie van fysiologische stress laten zien.

Het veiligheid zoekend gedrag van adolescenten bleek samen te hangen met een sterkere sympathische reactiviteit na het alarm en met een sterker sympathisch herstel na de hereniging. Het veiligheid biedend gedrag van ouders hing samen met parasymphatische reactiviteit en herstel. Dit gold alleen voor jongeren met

externaliserende problemen. Naargelang de interacties met hun ouders gekenmerkt werden door meer veiligheid biedend gedrag, lieten jongeren met veel externaliserende problemen meer parasympathische reactiviteit zien na de stressor en een groter parasympathisch herstel na de hereniging vergeleken met jongeren met ouders die deze veiligheid minder boden. Jongeren met internaliserende problemen lieten deze verhoogde activiteit van het parasympathische systeem niet zien wanneer hun ouders meer veiligheid boden in de interactie. Jongeren met internaliserende problemen bleken minder expliciet in hun veiligheidzoekend gedrag dan jongeren met externaliserende problemen. Tevens bleek het veiligheid zoekend gedrag van jongeren met internaliserende problemen en het veiligheid biedend gedrag van hun ouders minder goed afgestemd te zijn op elkaar.

Dit onderzoek liet zien dat het zoeken en bieden van veiligheid door ouders en adolescenten samenhangt met de fysiologische regulatie van stress. In een groep van kwetsbare jongeren, is de regulatie van stress meer adaptief wanneer zij hun emoties tonen aan hun emotioneel betrokken ouders. Dit geldt in het bijzonder voor jongeren met externaliserende problemen. De conclusie werd getrokken dat de rol die ouders spelen in de regulatie van emoties van jonge kinderen dus belangrijk blijft wanneer kinderen in de adolescentiefase komen.

### ***Stress, ouder-kind interactie en het beloop van probleemgedrag***

In het vijfde en laatste hoofdstuk van dit proefschrift werd gekeken of de kwaliteit van ouder-kind relaties ook beschermend kan zijn tegen de negatieve gevolgen die stressvolle levensgebeurtenissen kunnen hebben op het beloop van psychische problemen, zoals bleek in hoofdstuk 2. Zijn de effecten van stressvolle levensgebeurtenissen op het beloop van probleemgedrag kleiner wanneer jongeren en hun ouders op een goede manier met elkaar omgaan? Opnieuw werd Sample 2 bestudeerd, bestaande uit 101 jongeren met een gemiddelde leeftijd van 13,41 jaar. Om de kwaliteit van de ouder-kind relatie te onderzoeken werden jongeren en hun ouders geobserveerd tijdens een interactietaak, waarbij werd gevraagd samen te werken aan vier opdrachten: de ander het woord op jouw kaartje laten raden, een knikker zo snel mogelijk in de gaten van een labirint krijgen, een uitnodiging schrijven voor je verjaardagsfeest en een ring zo snel mogelijk losmaken van een touw met standaard. Het gedrag van de ouder, de jongere en de dyade werd door



observatoren die onwetend waren van de andere kenmerken van jongeren en ouders gescoord op drie aspecten: autonomie, positief affect en vijandigheid.

De effecten van stressvolle gebeurtenissen op de internaliserende en externaliserende problemen waren zwakker wanneer het interactief gedrag van jongeren en hun ouders gekenmerkt werd door het bevorderen van autonomie en het achterwege blijven van vijandigheid. In interacties die gekenmerkt worden door het bevorderen van autonomie stemmen ouders hun steun bij het begrijpen en structureren van de taken af op de behoefte van de jongere. Zij laten de jongere daarbij het probleem zoveel mogelijk zelf oplossen. Daarnaast worden deze interacties gekenmerkt door het streven van jongeren naar zelfstandigheid, zoals blijkt uit hun doelgerichtheid tijdens moeilijke taken en het duidelijk beargumenteren van hun ideeën. Interacties met weinig vijandigheid, kenmerken zich door het gebrek aan boosheid en afwijzing door de jongere en door de ouder. Naast autonomie en het gebrek aan vijandigheid bleek positief affect van de ouder, maar niet van de adolescent of van beide partners opgeteld, het effect van de stressvolle levensgebeurtenissen op het probleemgedrag te kunnen verzwakken.

Dit onderzoek liet zien dat observaties van de interactie tussen ouders en jongeren indicatief zijn voor de bescherming die de ouder-kind relatie biedt aan verwezen jongeren die blootgesteld worden aan stressvolle gebeurtenissen. De jongeren lieten minder psychische problemen zien ten tijde van stress, wanneer de interacties met hun ouders gekenmerkt werden door autonomie en een gebrek aan vijandigheid. Dit gold zowel voor jongeren met internaliserende als externaliserende problemen. De conclusie werd getrokken dat de kwaliteit van de interactie tussen jongeren en hun ouders de veerkracht van jongeren in stressvolle situaties vergroot.

### ***Conclusie***

De resultaten in dit proefschrift geven aan dat kinderen en jongeren die in het verleden verwezen zijn vanwege psychische problemen, kwetsbaar blijven voor het aanhouden of terugkeren van deze problemen. Met name wanneer zij worden blootgesteld aan stressvolle levensgebeurtenissen wordt de kans op herstel verkleind. Echter, jongeren die een warme relatie hebben met ouders die sensitief en responsief op hun emoties reageren, kunnen hun emoties beter reguleren en hebben een aangepast beloop van probleemgedrag, ondanks de stressvolle gebeurtenissen die zij

hebben meegemaakt. Dit onderzoek bevestigt de belangrijke rol die ouders hebben bij het helpen reguleren van emoties van hun kwetsbare jongeren.

Het is belangrijk om op te merken dat het onderkennen van het belang van de ouder-kind relatie voor het beloop van probleemgedrag niet noodzakelijkerwijs betekent dat de psychische problemen ook hun oorzaak vinden binnen de ouder-kind relatie. In dit proefschrift werd het *beloop* van probleemgedrag onderzocht. Er kan niet geconcludeerd worden dat de onderzochte factoren ook te maken hebben met het *ontstaan* van psychische problemen.

Dit onderzoek leidt tot een aantal implicaties voor de zorg aan kinderen en jongeren met psychische problemen. Ten eerste is het zinvol om in de behandeling aandacht te geven aan de mate waarin kinderen stress ervaren. Deze ervaren stress bood in dit onderzoek een belangrijke verklaring voor het terugkeren van psychische problemen nadat kinderen waren blootgesteld aan stressvolle levensgebeurtenissen. Interventies die zich richten op het bevorderen van zelfvertrouwen en controle ten tijde van stress zouden de mate waarin kinderen stress ervaren kunnen verminderen. In lijn met bestaande interventie programma's, zoals cognitieve gedragstherapie, zouden jongeren moeten leren om hun minder adaptieve gedachten te identificeren en andere cognitieve vaardigheden te gebruiken die een meer realistische evaluatie geven van de stressvolle situatie. Daarnaast zou het goed zijn om jongeren te leren om steun te zoeken wanneer zij geconfronteerd worden met stress. Dit zal kinderen en jongeren kunnen beschermen tegen een toename van hun probleemgedrag ten tijde van stress.

Hoewel vaak gedacht wordt dat tijdens de adolescentiefase de interventies zich met name moeten richten op de jongere zelf, laten de resultaten van dit proefschrift zien dat ouders een belangrijke rol blijven spelen in de regulatie van stress, ongeacht de leeftijd van hun kinderen. Het is daarom belangrijk om te erkennen dat de kwaliteit van de relatie tussen ouders en adolescenten professionele aandacht behoeft. Juist om een gezonde ontwikkeling in de richting van zelfstandigheid en onafhankelijkheid van adolescenten, voor wie psychiatrisch hulp gezocht wordt, te bevorderen, moet erkend worden dat de adolescent de ouder nodig heeft om zijn zorgen mee te bespreken en troost en steun te vinden. Professionele aandacht voor de emotionele band tussen ouders en adolescenten zou erin kunnen bestaan dat de kwaliteit van de relatie tussen ouders en jongeren nadrukkelijk in het diagnostisch proces wordt meegenomen als een risicofactor voor terugval of een potentiële beschermende of bevorderende factor voor herstel. Aandacht voor de kwaliteit van de relatie zou ook kunnen uitmonden in

interventies voor ouders en jongeren om hen te ondersteunen in het aangaan van een veilige relatie. Aan ouders kan geleerd worden om sensitief te zijn voor de emoties van hun jongere en te laten zien dat zij beschikbaar en responsief zijn ten tijde van stress. Aan jongeren kan geleerd worden om duidelijker hun emoties te tonen aan de ouder, bijvoorbeeld door zowel verbaal als non-verbaal gedrag een duidelijk signaal te geven. Voor jongeren met internaliserende problemen kan het goed zijn aandacht te besteden aan de mate waarin het veiligheid zoekend en biedend gedrag op elkaar is afgestemd. Uiteindelijk moet er een situatie gecreëerd worden waarin zowel ouder als adolescent zich veilig voelen om over emoties te praten. Dit lijkt een algemene doelstelling, maar blijkt bijzonder belangrijk voor jongeren die kwetsbaar zijn voor de continuering of terugkeer van emotionele en gedragsproblemen. Een veilige relatie met ouders kan de terugkeer van deze problemen voorkomen, zelfs jaren na de verwijzing en vergroot de kans op een adaptieve ontwikkeling voor jongeren met psychische problemen.