



Hoe kan ik reageren als iemand tourette heeft?

In het kort

Hoe je best met iemands tourette omgaat, **hangt af van de persoon**. Sommigen vinden het fijn als je hun tics negeert. Anderen praten er graag over. **Vraag het best. Iemand is altijd meer dan enkel tourette.**

Door **Ik-tic-Jetique**

Mensen met **tourette** hebben **tics**. Dat zijn bewegingen en geluiden die ze niet zelf kiezen. Ze doen dit **niet met opzet**.

Kan ik tics best negeren of er net naar vragen?

Dat **hangt af van de persoon**:

- **Veel mensen** met tourette vinden het **fijn** als je hun **tics negeert**. Je kunt het vergelijken met iemand die verkouden is en vaak hoest.
- **Anderen praten er graag** over.

Vraag aan de persoon zelf wat die fijn vindt.

Jij moet misschien ook **wennen** aan de tics. Na een tijdje vallen ze je vaak minder op.

Is het **iemand die je niet kent**, bijvoorbeeld op de bus? Dan is het vaak fijn als je gewoon kort **glimlacht** en verder **niet reageert** op de tics. Op die manier merkt de persoon dat je snapt dat het om tics gaat.

Toon begrip

Tics kunnen **pijn** doen en **verkeerd begrepen** worden. Mensen denken bijvoorbeeld dat iemand het met opzet doet.

Tourette hebben is dus niet altijd gemakkelijk. Probeer begrip te tonen.

Elke persoon met tourette is anders. Leer de persoon kennen.

Het is **soms even zoeken** hoe je best met tics omgaat. Dat kan verschillen per situatie. Voorbeeld: op kamp of in de klas. Je kunt **samen nadenken** wat het beste werkt.

Mag ik lachen met tics?

Het **kan** zijn dat je iemands **tics vreemd of grappig vindt**. Het is misschien iets wat je **niet gewend** bent. Dat is **normaal**.

Probeer **rekening te houden** met de persoon met tics. **Tics kunnen soms grappig** zijn, maar **leven met tourette is niet grappig**. Iemand met tourette **kan de tics niet even uitzetten** en kan er last van hebben.

Sommige mensen gebruiken juist **graag humor** om met tourette **om te gaan**.

Hoe je best reageert, hangt dus af van de persoon. **Vraag wat de persoon fijn vindt**.

Zijn het enkel tics?

Neen, mensen met tourette hebben **vaak ook te maken met** extra dingen, zoals:

- [ADHD](#)
- [Dwangstoornis \(OCD\)](#)
- Angst
- Gevoelig zijn voor drukte en geluid
- [Slecht slapen](#)
- [Autisme \(ASS\)](#)

Vraag aan de persoon wat die nodig heeft en hou hier rekening mee.

Tourette is **maar één stukje** van wie iemand is. Met tourette heb je **soms wat extra begrip** of hulp **nodig**, maar **je kunt evenveel als andere mensen**.

De laatste controle van deze pagina was op 9 oktober 2025.

Praat erover



Mail met Iktic-Jetique



Chat met CLB [↗](#)

Maandag, dinsdag, donderdag 17:00-21:00 uur. Woensdag 14:00-21:00 uur. Schoolvakanties: maandag-donderdag 14:00-21:00 uur.



Bekijk activiteiten van Iktic-Jetique [↗](#)

Ontmoet andere mensen met tourette. Op Instagram zie je welke activiteiten er zijn. Mail info@iktic.be voor de Whatsapp-community.

Niet gevonden wat je zocht?

[Praat met een andere hulp- of infolijn](#)

