

Tiki

„Tiki to gwałtowne, mimowolne, nieplanowane i powtarzające się działania, które spontanicznie przydarzają się dziecku, Mają charakter stereotypowych ruchów ciała lub wokalizacji. Występują nagle, niespodziewanie, są nierytmiczne. Pojedynczy tik trwa zwykle bardzo krótko, nie więcej niż sekundę, jednak bardzo często występują napadowo jako seria tików następujących po sobie w niewielkim odstępie czasu.

Tiki dzieli się na ruchowe i wokalne. Do najczęściej występujących tików ruchowych zaliczyć można: mruganie oczami, marszczenie nosa, przekrzywianie głowy, przewracanie oczami. Tiki ruchowe mogą mieć także bardziej złożony charakter, angażując kilka grup mięśni, np. podnoszenie ręki, gryzienie się, wacanie przedmiotów, skręcanie ciała, podskakiwanie. Przykładami tików wokalnych są: chrząkanie, odkasływanie, pociąganie nosem, piszczenie, krzyczenie lub powtarzanie usłyszanych wyrazów lub wypowiedzi. Bardzo rzadkim, ale bardzo kłopotliwym typem tików dźwiękowych jest tzw. Koprolalia. Polega ona na niekontrolowanym wykrzykiwaniu wulgaryzmów. Nie chodzi jednak o zwykłe przeklinanie. Osoba dotknięta tym rodzajem tików w sposób mimowolny wypowiada niecenzuralne słowa, może np. przypadkowo wtrącić jakieś przekleństwo w środek wypowiedzi lub wykrzyknąć słowo niestosowne do sytuacji (np. „kaleka” na widok osoby na wózku inwalidzkim lub „grubas” na widok osoby otyłej).

Najbardziej znanym i złożonym zaburzeniem tikowym jest zespół Tourette`a. Wiąże się on z występowaniem kombinacji co najmniej dwóch tików ruchowych i przynajmniej jednego tików dźwiękowego. Chociaż dla wielu osób ta diagnoza wydaje się przerażająca, zespół Tourette`a to po prostu mieszanka tików ruchowych i dźwiękowych. Większość osób dotknięta tym zespołem nawet nie wie, że spełnia kryterium tego zaburzenia.

Zarówno tiki ruchowe, jak i dźwiękowe mogą mieć charakter przejściowy. Bardzo wiele dzieci na pewnym etapie swojego rozwoju ujawnia jakieś zachowania tikowe, zazwyczaj jednak znikają one z upływem czasu. Jeżeli utrzymują się lub pojawiają sporadycznie przez rok lub dłużej, wówczas określa się je jako chroniczne. Nie znaczy to jeszcze, że nigdy nie ustąpią.

Charakterystyczną cechą tików jest ich różnorodność i zmienność. Mogą pojawiać się nagle, trwać przez różny okres, równie nagle zniknąć lub zmieniać się w inne, wycofywać się na jakiś czas, powracać. Wahania i zmiany są dla tików typowe. Przejściowe ich formy pojawić się mogą już w wieku ok. 10-12 lat, natomiast w wieku nastoletnim słabną, u połowy nastolatków przejawiających wcześniej zachowania tikowe w ogóle znikają.

Bardzo długo pokutowało przekonanie, że tiki mają podłoże psychologiczne, są reakcją nerwicową na przeżywane przez dziecko trudności, stresy i niezaspokojone potrzeby emocjonalne. (...) Obecnie uważa się, że zaburzenia tikowe uwarunkowane biologicznie. Odpowiedzialne za nie są budowa i sposób funkcjonowania ośrodkowego układu nerwowego. Z perspektywy neurologicznej tiki spowodowane są zaburzeniami w przewodzeniu impulsów nerwowych między kora mózgową a ośrodkami zmysłu i ośrodkami ruchu. Wymienia się też biochemiczne uwarunkowania, przede wszystkim nieprawidłowości w rozkładzie i stężeniu pewnych substancji w mózgu (zwanych neuroprzekaznikami).

Tiki nie są więc reakcją nerwową ani chorobą psychiczną. Osoba nimi dotknięta ma po prostu neurologiczne ku temu predyspozycje – specyficzną budowę i sposób działania układu

nerwowego. Wiedza ta pozwala inaczej spojrzeć na naturę i podłoże tików, bez obarczania odpowiedzialnością za nie otoczenia dziecka – jego rodziców, ich oddziaływań wychowawczych, stresujących sytuacji, napięć w rodzinie itp. Sa to czynniki psychologiczne, które same w sobie nie mogą wywołać tików, nasili je jednak u dziecka, u którego tiki występują. Jeżeli dziecko nie wykazuje nieprawidłowości neurologicznych, sytuacja stresu nie wzbudzi odruchów o charakterze tików, nasili je jednak u dziecka, u którego tiki występują. Winić należy schorzenie biologiczne, a nie napięcie emocjonalne.

Obserwacja osób dotkniętych tikami pozwala stwierdzić, że zachowania tikowe nasilają się nie tylko w stresujących momentach, lecz także w sytuacji przeżywania silnych emocji – radości, podekscytowania, wzruszenia. Bardzo często tiki pojawiają się, gdy dziecko jest zrelaksowane, odprężone. Częstotliwość tików zmniejsza się natomiast, gdy dziecko jest zaangażowane w jakąś czynność, oraz podczas snu – choć nie znikają całkowicie.

Tiki odbywają się poza świadomością osoby. Wiele dzieci nie zdaje sobie sprawy ze swoich zachowań, dopóki otoczenia nie zwróci na nie uwagi.

Możliwość kontroli tików jest ograniczona. Odczuwane są jako nieodparte, chociaż część osób uczy się je powstrzymywać na pewien czas. Wymaga to jednak sporego wysiłku, który rodzi napięcia, a ono wtórnie nasila tiki po krótkim czasie kontroli nad nimi. Prośzenie dziecka o to, by nie wykonywało ruchów tikowych jest więc nieskuteczne i krzywdzące. Kontrolowanie tików jest na dłuższą metę niemożliwe. Napominanie dziecka zwiększa jego napięcie i poczucie wstydu, co zwrótnie nasila tiki. Lepszą metodą jest więc niezwracanie na nie uwagi – na szczęście do większości tików można przywyknąć. Nie chodzi, oczywiście, o udawanie, że nie widzimy problemu dziecka, lecz o to, by z tego powodu dziecko nie czuło się źle. Dlatego należy powstrzymywać się od wszelkich komentarzy i krytyki zachowań tikowych dziecka, na które nie ma ono przecież wpływu. (...)