

Tics & Tourette

Der er nyttig viden om lidelsen for både patienter, pårørende og fagfolk til
Psykologisk Forlags netop udkomne bog om tics og Tourette

Ingrid Sindøs ”Tics og Tourette” er skrevet ud fra faglig indsigt og med præcist blik for de udfordringer, som livet med tics og Tourette giver. Gennem en grundig beskrivelse af, hvad ticlidelser er, eksemplificeret med udpluk fra forfatterens samtaler med klienter, giver bogens første del indblik i de vilkår, mennesker med lidelsen lever under.

Klientbeskrivelserne væves elegant sammen med præsentation af de forskellige typer tics og bliver til en helhed, der efterlader læseren med en øget viden og erfaring om emnet. Samlet får man viden og konkrete redskaber, der klæder én på til at møde mennesker med tics, så det kan gøre en forskel i deres liv.

Bogen vejleder i, hvordan man med støtte fra familien kan komme til at mestre et liv med tics og Tourette. Der lægges op til, at man taler åbent i familien om, hvordan tics påvirker patient og pårørende, og at man i fællesskab og på en anerkendende måde gennemfører de øvelser, som mindsker fokus omkring tics og giver overskud til andre dele af livet.

Brugbare modeller

Motivation og bevidstgørelse om tics' natur er vigtig. Det giver klienten ejerskab til sine tics, hvad der er en forudsætning for forandringer. Hjælp til selvhjælp fylder netop meget i bogens anden del. Her gives forslag til, hvordan man over for omverdenen italesætter udfordringerne.

Ud over konkrete instrukser i, hvordan forskellige former for tics kan reduceres, er der anvisninger på, hvordan man gennemfører forandringer fra de tidligere overvejelser i forløbet til handling og vedligeholdelse. Denne proces er illustreret i ’forandringshjulet’.

En anden brugbar model er den multimodale behandlingsmodel, der giver et samlet overblik over alle facetter af behandlingen. I det hele taget skaber bogens illustrationer og skemaer trykthed og overblik, så man ikke går vild hverken i sin egen proces eller i systemet.

I og uden for det etablerede system

Bogens tredje del omhandler mulighederne for at modtage professionel hjælp. Inden for det etablerede system tilbydes behandling på baggrund af udredning på børneafdeling, børnepsykiatrisk afdeling, neurologisk afdeling eller af speciallæge. En behandling indeholder altid psykoekudation til relevante parter, pårørende, lærere og pædagoger samt afklaring af og behandling af ledsagende diagnoser: ADHD, OCD, depression eller angst. Der kan også ydes psykologbehandling i forhold til at værne om selvværdet hos den, der har tics, og i nogle tilfælde medicinsk behandling. På samme måde er der i bogen skildret behandlingsmuligheder uden for det etablerede system. Disse informationer bygger på klienters beretninger om behandlingsformerne.

Som ved al behandling er det individuelt, hvad der virker for forskellige mennesker med forskellige former for tics. De behandlingsformer, som uden for det etablerede system har haft positiv effekt for forfatterens klienter, er akupunktur, kostvejledning, kraniosakral-terapi, zoneterapi samt homeøpatiske præparater og antroposofisk medicin.

Sigtet er at orientere bredt om muligheder for hjælp til mennesker med tics og Tourette. Det er vovet og prisværdigt af forfatteren at åbne for gensidig inspiration og dialog mellem to hidtil adskilte systemer.

Tics og Tourette medfører ofte indskrænkninger i funktionsniveauet i dagligdagen – personligt, socialt og indlæringsmæssigt. Takket være den grundige instruktion i, hvordan tics kan reduceres, har mennesker med tics og Tourette med denne bog mulighed for at få ticsene bragt under kontrol. Derudover lægger bogen op til yderligere udforskning og afgrænsning af tics i forhold til ledsagende diagnoser samt yderligere undersøgelse af de subjektive tics – ticstrang, sensoriske tics og tanketics, som ikke er synlige for omverdenen, og som derfor heller ikke har kaldet på opmærksomhed tidligere. ■

Anette Corfitsen



BOGDATA

Ingrid Sindø: ”Tics & Tourette – Håndbog i at leve med tics”.
Dansk Psykologisk Forlag, 2012. 262 sider. 298 kr.