

Joseph Bliss und die sensorischen Phänomene vor Tics

Der Amerikaner Joseph Bliss beschrieb seine inneren Erfahrungen und Gedanken bezüglich seiner Gilles de la Tourette-Erkrankung in einem Artikel in "Archives of General Psychiatry", 1980. Joseph Bliss war zu diesem Zeitpunkt 67 Jahre alt und litt 62 Jahre an einem Gilles de la Tourette-Syndrom. Seine mitunter qualvolle Selbstbeobachtung über 35 Jahre führte ihn schließlich zum Schluß, daß für den Betroffenen spürbare sensorische Anspannungen, die in verschiedenen Körperregionen plötzlich aufscheinen können, der zugrundeliegende Stimulus seien für die offensichtlichen motorischen Manifestationen eines Tics. Als Joseph Bliss dies für sich selbst entdeckt hatte, setzte er sich in die Lage, durch Selbstkontrolle diese sensorischen Störungen abzubauen, bevor sie in einen Tic mündeten und damit beachtliche Entlastung von dem sensorischen Symptom erleben ließen. Diese persönliche Sicht paßt sehr gut zu der früheren Sichtweise des Arztes Patrick (1905). Patrick meinte, daß in nahezu jedem Fall von Tics der eigentliche Grund ein sensorischer sei. Sehr oft sei es ein sensorisches Element, das sich in die spontanen Bewegungen fortsetze und es schwer mache, sie zu behandeln. Auch wenn die Bewegung nicht die direkte Antwort auf eine bestimmte Empfindung sei, so sei man sich doch ziemlich sicher, daß die Ausführung der Bewegung dem Patienten eine gewisse Art von Entlastung oder Zufriedenheit verschaffe.

Joseph Bliss entwickelte im Alter von 5 Jahren die ersten Tics und seine motorischen Gewohnheiten, die er über die Jahre zeigte, beinhalteten Zischen, Zähne knirschen, Augenblinzeln, Nackenrucken, Nase hochziehen, Augenbrauen hochziehen, sich nach hinten biegen, berühren von Dingen, Papier zerreißen, Körper verdrehen, an den Kleidern zupfen und stoßende Bewegungen mit der Spitze eines Stiftes. Im Alter von etwa 40 Jahren nahm Joseph Bliss in Zusammenhang mit den Tics ein Gefühl der Unzufriedenheit wahr, was nach Entlastung drängte. 1976 wurde ihm während einer Autofahrt plötzlich klar, daß sensorische Impulse in seinem Kopf existierten, die er willkürlich von einer Stelle zur anderen dirigieren konnte, indem er seine Aufmerksamkeit entsprechend lenkte. Er bemerkte, daß die Empfindungen an einer Stelle nachließen und an einer anderen wieder aufflammten, niemals traten zwei gleichzeitig auf. Wenn ihm diese Verschiebung gelang, so baute sich keine innere Spannung auf und es traten auch keine sichtbaren Muskelzuckungen in Aktion. Diese Erfahrung ermöglichte es Joseph Bliss über die nächsten Jahre immer wieder, sich üben eine gewisse Eigenform von Entspannung zu entwickeln, die es ihm erlaubte, die Symptome an deren Entstehungsort zu unterdrücken und nicht, wie er das früher getan hatte, sie durch zusätzliche innere Anspannung oder durch manieristische Alternativen zu überdecken. Bliss glaubt, daß jedes Tic-Symptom mit seinem eigenen sensorischen Signal beginne, sich dann weiter aufbaut, bis dann ein derart fordernder und drängender innerer Druck entstehe, dem man nicht mehr ausweichen könne. Zudem gebe es weniger klar definierbare und nicht so deutlich wahrnehmbare Körperempfindungen, die primär den Wunsch nach einem Tic initiieren und dann voll in Gang setzen würden. Die Konzentration auf den Ort, an dem derartige Körperempfindungen entstehen, könne die Tic-Bewegungen erst hervorrufen. Eine zu frühe Bewußtmachung solcher feinen Empfindungen könne auch nachteilig sein. Wenn jedoch der Drang gerade zu dem Zeitpunkt gut erkannt werden könne, bevor er zu stark werde, könne eine innere Überwachungs- und Verzögerungstechnik sehr hilfreich sein, um das Auftreten eines Tics zu verhindern. Bliss führte aus, daß dann, wenn der wache Geist stetig auf der Lauer sei, er die Symptomatik durchbrechen könne. Die Bewegungen des Körpers, so glaubt Bliss, seien eine willentliche Kapitulation gegenüber diesen Körperempfindungen, die sich zu einer Art Lawine aufbauen könnten.

"Die frühesten sensorischen Signale sind unglaublich feine Empfindungen, die einzeln in unendlich verschiedenen Plätzen und Formen auf oder im Körper auftreten können oder sogar teilweise oder gänzlich nur in phantasievollen Vorstellungen. Die Fähigkeit, die frühesten Tourette-Symptomsignale zu isolieren und einen Abwehrprozeß erfolgreich in Gang zu setzen, ist durch folgendes erschwert:

1. örtliche Irritationen und Schmerzhaftigkeit der Muskelspannung,

2. emotionaler Streß in verschiedenster Form,
3. Beeinflussung durch übliche unwillkürliche Bewegungen wie Augenblinzeln,
4. dem Empfinden der Unvermeidlichkeit, das der tatsächlichen Aktion vorausgeht, dem Gefühl des Durcheinanders, das auftritt, wenn jeder Muskel zittert und eine muskuläre Anarchie ins Haus steht.

All diese Phänomene beeinflussen das Tourette-Syndromsignal und machen seine Isolierung schwer."

Bliss zog Parallelen zu dem flüchtigen Kitzelgefühl kurz vor dem Moment, zu dem man Niesen muß. Er wußte aber offenbar auch, daß in den meisten Fällen die muskulären Tics auftreten, bevor man selbst Zugriff zu diesen Vorempfindungen haben kann. Er glaubte, daß ein Tic eine groteske Ausweitung einer normalen motorischen Aktivität ist, die plötzlich auftritt, weil der zugrundeliegende sensorische Druck so unwiderstehlich ist. Hier wäre auch das Beispiel des Schluckaufs anzubringen, bei dem sich eine innere Empfindung aufbauen kann, der zwangsläufig der eigentliche Schluckauf folgt. Jeder hat aber auch schon erlebt, daß er von einem Schluckauf ohne Vorankündigung ganz plötzlich überrascht wurde. Inwieweit dies mit der veränderten inneren Wahrnehmung zusammenhängt oder ob es tatsächlich zwei verschiedene Ablaufarten gibt, muß offenbleiben. Das Gefühl nach einem Tic oder nach einer Vokalisation ist ebenfalls flüchtig und variiert graduell, vermittelt aber fast immer ein Entlastungsgefühl. Bei einer üblichen motorischen Aktivität können zwei willkürliche Bewegungen gleichzeitig auftreten. Beim "Aufmerksamkeitszielen", das die Lokalisation eines Tics festlegt, werden somit Mehrfachbewegungen, die zur selben Zeit auftreten, ausgeschlossen.

Bliss meinte, daß der rasche Wechsel von Aufmerksamkeit von einem Punkt des Körpers zu einem anderen parallel zu sehen sei mit der raschen Folge von Tics innerhalb kurzer Zeit. Er brachte ebenfalls die Möglichkeit ins Spiel, daß Phantomempfindungen auftreten könnten und zwar als Ergebnis einer geistigen Hinwendung zu unbelebten Objekten, d.h. Patienten mit einer Tic-Störung würden beim Anblick eines Gegenstandes ein bestimmtes Körpergefühl erleben, und so seien die komplexen Verhaltensweisen z.B. des zwanghaften Berührens von Gegenständen erklärbar. Bliss hielt Menschen mit Tic-Störungen für außerordentlich fähig, neue motorische Programme zu entwickeln und ohne viel Übung entsprechende Bewegungsabläufe zu produzieren.

Joseph Bliss fand ursprünglich, daß das "Aufmerksamkeitszielen" auf bestimmte Körperregionen hilfreich war, die eigenen Tics zu kontrollieren. Er fügte dem Ersatztechniken hinzu, wo die Dinge anders lagen, so daß motorisches Verhalten die üblichen Tics ersetzte und schließlich so die zugrundeliegenden Körperempfindungen der Tics gehemmt werden konnten. Später wurde das sofortige Erkennen und die Unterdrückung der sensorischen Signale geübt. Dies war für ihn schlußendlich befriedigender. Bliss beschrieb seine Selbstbehandlung als eine Art "Halbleben" zwischen konstanter Wachheit und geteilter Aufmerksamkeit und betont die Notwendigkeit eines intensiven und ausdauernden Trainings mit starker Eigenmotivation.

sensorisch: die Sinnesorgane bzw. die Aufnahme von Sinnesempfindungen betreffend

Quelle:

Wenn Kinder Tics entwickeln
Beginn einer komplexen kinderpsychiatrischen Störung
von Prof. Dr. A. Rothenberger
Gustav Fischer Verlag Stuttgart/New York 1991

Veröffentlichung mit Zustimmung von Prof. Dr. A. Rothenberger, Göttingen
Hermann Krämer, im Februar 2006, www.tourette-syndrom.de