Norsk Tourette Forening

Tourettes syndrom
i skolen



Tourettes syndrom i skolen

Elever med Tourettes syndrom (TS) er sårbare for å bli ekskludert fra fellesskapet i skolen og på SFO, og sannsynligheten for mobbing er stor. Negative reaksjoner fra omgivelsene og følelsen av å være annerledes kan være en betydelig stressfaktor. Kunnskap om kompleksiteten ved TS er en avgjørende faktor for gode tiltak for eleven.

Tourettes syndrom er en tilstand som kjennetegnes ved tics. Tics karakteriseres ved at de:

- er plutselige, ufrivillige, raske, gjentatte, formålsløse bevegelser og lyder.
- kan variere i hyppighet og intensitet gjennom dagen, over uker eller måneder.
- kan undertrykkes i varierende grad, men oftest i korte perioder.
- forandrer seg og flytter seg fra en kroppsdel til en annen.
- kan i varierende grad bli forsterket av angst, stress, nervøsitet, kjedsomhet, å glede seg til noe, lite søvn, mm.
- kan være til stede under søvn og forstyrre søvnkvaliteten.
- kan opptre som enkelte tics eller sammensatt av flere ulike tics på samme tid.

Siden enhver bevegelse eller lyd kan bli til et tic, er det umulig å gi en fullstendig oversikt over alle former for tics. Noen eksempler er: Blunking, grimaser, neserynking, hodekast, armbevegelser, klapping, piping, harking, snufsing, stamming, hyl, mm. Ikke alle tics er synlige for andre. For eksempel å stramme magemusklene, svelge mange ganger eller krølle tærne. De kan allikevel være plagsomme.

Symptomene starter vanligvis i tidlig skolealder. De første symptomene er oftest tics i ansiktet, for eksempel overdreven blunking eller grimaser. Det er vanlig at ticsene er på sitt mest intense i ungdomsårene.

Barn og unge synes ofte det er flaut å ha tics, og prøver å skjule dem. Noen blir flinke til å kamuflere og/ eller undertrykke tics. Hvor lenge tics kan undertrykkes varierer fra person til person, og fra tic til tic. Både tics i seg selv, og det å undertrykke dem, kan medføre fysiske plager over tid, særlig i nakke, skuldre og kjeve. Uttalt tretthet/slitenhet følger ofte med i perioder med mye tics.

Banning eller bruk av upassende ord eller setninger forekommer kun hos 10-15 % av de som har Tourettes syndrom. De som strever med dette, kan vanskelig kontrollere trangen til å si «det forbudte» selv om det er helt det motsatte av hva de mener.

Tourettes syndrom kan ikke kureres, og målet for behandling blir å redusere symptomene. Lette tics krever vanligvis ingen behandling. Noen trenger medisiner for å dempe ticsene.

Tilleggsvansker

De fleste med Tourettes syndrom har tilleggsvansker. De vanligste er ADHD og tvangstanker/tvangshandlinger (OCD). Spesifikke lærevansker, plutselige raseriutbrudd, søvnvansker, angst og depresjon sees også hos en del.

Sensorisk overfølsomhet er vanlig. Eleven kan reagere intenst på lukter, lyder, farger eller andre sanseinntrykk. Dette kan bl.a. påvirke konsentrasjonsevnen. Tilleggsvansker kan for noen skape større utfordringer enn ticsene i seg selv.

Tics kan påvirke læringen

Tics kan påvirke skoleprestasjoner. Tics med hodet kan gjøre det vanskelig å fokusere på læreren eller det en skal lese. Tics i øvre kroppsdeler, og særlig i arm/ hånd, kan gi problemer knyttet til å skrive/tegne osv. Tics i seg selv kan derfor påvirke konsentrasjonsevne, håndskrift og utholdenhet slik at noen oppgaver blir mer utfordrende for disse elevene. Vokale tics som forstyrrer de andre i klassen kan være plagsomt, både for eleven som har tics og for resten av klassen. Dette kan medføre undertrykking av tics. Å undertrykke tics er energikrevende og gjør det vanskelig å ha fokus på andre ting.

Lærevansker

Elever med TS har normalt gode evner. Det er ikke dokumentert grunnlag for å si at TS i utgangspunktet medfører lærevansker. Lærevansker forekommer oftest sammen med tilleggsvansker som for eksempel ADHD.

Tilrettelegging

Det er store individuelle forskjeller i behov for tilrettelegging for elever med TS, men alle trenger å bli møtt med forståelse for at det i perioder er vanskelig å ha tics. Noen vil ha behov for særlig tilrettelegging og/eller spesialundervisning.

Digitale hjelpemidler, skrivehjelp, redusert skrivemengde, lydbøker, muntlige prøver, avkryssings-oppgaver og utvidet tid ved prøver kan være til hjelp. Egne arbeidsplaner og ekstra tid til å pakke og finne frem skolesaker kan være nyttig. Ekstra sett med skolebøker og bruk av PC er ofte nødvendig.

Hyppigere pauser er et viktig tiltak, slik at eleven får anledning til å utføre tics uten at alle ser det. Pauser bør imidlertid være styrt av lærer, og dersom eleven går ut, må det være avklart hvor eleven skal gå, og hvor lenge pausen skal vare.

Plassering i klasserommet er av betydning, særlig med tanke på skjerming ved stigmatiserende tics. Det kan oppleves ubehagelig å sitte foran og føle at andre ser på en. Noen elever med TS profitterer på å sitte bakerst i klasserommet og/eller inntil en vegg. Noen kan ha behov for en dobbelpult og to sett bøker. En god stol ved kraftige tics kan også være til hjelp.

Mens noen elever med TS mestrer lekser godt, kan andre oppleve dette som svært krevende på grunn av tics, tvang, manglende konsentrasjon eller at de rett og slett er utslitt etter skoledagen. Lekser bør vurderes i nært samarbeid med hjemmet.

I tillegg til tiltak knyttet direkte til undervisningen, kan det være behov for tettere oppfølging i andre deler av skolehverdagen, så som ankomst til skolen om morgenen, friminutt, overgang mellom ulike timer og ulike rom. Garderobesituasjoner kan være vanskelige, og det kan være til hjelp å gå ut tidligere eller senere enn de andre elevene eller skjermes i garderoben. Enkelte elever med TS takler ikke fellestransport til skolen.

Komplekse tics kan se formålsrettet ut og misforstås som meningsfulle handlinger eller utsagn med en hensikt. Alle på skolen må få nødvendig informasjon, og vikarer må informeres godt. Hyppig og jevnlig kontakt mellom kontaktlærer og foresatte er en forutsetning. Faste møter hver uke eller hver måned etter behov anbefales.

NTF har utarbeidet flere brosjyrer som kan være nyttige, og er behjelpelig med informasjon om tilstanden.

Norsk Tourette Forening

www.touretteforeningen.no
Tekst: Liv Irene Nøstvik
2026

VÅR VISJON:

ET SAMFUNN SOM
INKLUDERER, LIKESTILLER
OG VISER
FORSTÅELSE FOR
ALLE MED
TOURETTES SYNDROM

T illit
I nkludering
K ompetanse
S amhold

