

# **augenlidzucken - gesichtszuckungen als lehrer - stress ? schlechte nerven? wer kennt das?**

**Beitrag von „frauteacher“ vom 30. Oktober 2008 19:42**

hallo zusammen!

bin neu hier im forum.

folgendes: bin 28 Jahre alt und so ca. 7 Jahre Lehrerin an einer HS..in Österreich. Ich bin gerne Lehrerin, auch wenn es ein stressiger Beruf ist. Im letzten Jahr begann es bei mir am ganzen Körper zu zucken...mal das Augenlid, dann der Daumen, dann die Wade etc....Da ich auch ein Bißchen ein Hypochondriker bin habe ich mich da ganz arg reingesteigert...Was das Ganze sicher verschlimmert hat. War dann öfters beim Neurologen...der machte viele Tests wie: EEG, EMG, Schädel MRI, Reflextest, Blutabnahme etc...alles OK und ohne Befund...er meinte, dass das vielleicht einfach "nur" Stresssymptome sind. Es ist Gott sei Dank tausendmal besser geworden...aber sogar in den langen Sommerferien hat ab und an was gezuckt.

Im Moment kann es mal sein, dass mein Kopf ruckartige Bewegungen macht und oder mein Kinn zittert....wie "tics"....Die Diagnose wollte der Arzt aber nicht bestätigen...Wie ich bei ihm war ist das auch nie aufgetreten. Seit ich das habe fallen mir Kinder die Tics haben viel mehr auf...und auch Kollegen, die Tics haben...Eine andere junge Kollegin an der Schule hat genau das gleiche beim Kinn....Daher frage ich mich ob es sonst auch noch jemanden so geht? Ist das der Schulstress? Wie kann man das wegbringen? I

Ich mach' schon Yoga, nehme Magnesium und mach' auch Pausen und gönn' mir was.

Ich frage mich ob es anderen Lehrern auch noch so geht, dass sie im Beruf Tics oder Zuckungen entwickelt haben??

Im Netz liest man überall, dass man nur als Kind Tics bekommen kann...Ich hatte als Kind null Tics. Ich habe aber nicht den Zwang oder den Drang die Zuckung auszuführen, wie das oft beschrieben wird...Das geht von alleine, blitzschnell und ungewollt.

Hat das noch wer außer mir? Wie geht ihr damit um? Wie könnte ich das loswerden?

Es ist Gott sei Dank nicht so krass,...es hat mich auch noch keine Person darauf angesporchen...Meine Familie hat es noch gar nie gesehen...Tritt aber mehr in der Arbeit und bei Stress auf....Aber ich habe eben Angst, dass das viel mehr oder immer schlimmer wird....und dass es dann schon mal auffallend wird und das man dann auch von den Schülern belächelt wird.

Help please! Danke bin gespannt ob auf dieses eher ungewöhnliche Thema jemand antwortet!!??

Bin ganz dankbar über jede Antwort und würde mich riesig freuen!

Mfg