

## ŠTO JE MUCANJE?

Mucanje je složeni poremećaj koji zahvaća područje govorne produkcije, ali utječe i na druge aspekte kao što su disanje, emocije i socijalni odnosi. To je poremećaj tečnosti govora, a karakteriziraju ga mucajuće netečnosti.

Skoro svaka osoba u svom govoru ponekad manifestira obične netečnosti, čak i osobe koje mucaju, ali oni uz normalne netečnosti u svom govoru imaju prisutne i dolje navedene mucajuće netečnosti.

### MUCAJUĆE NETEČNOSTI

- Ponavljanje jednosložnih riječi (pas, kao..)
- Ponavljanje dijelova riječi (av, avion)
- Produljivanje glasova u riječi (aaa avion)
- Prekidi u govoru, tj. blokade

### OBIČNE NETEČNOSTI

- Ponavljanje višesložnih riječi
- Ponavljanje fraza
- Okolišanje, dodavanje
- Poštapalice, ispravljanje

## MITOVI O MUCANJU

**Mit:** Ljudi koji mucaju nisu pametni.

**Istina:** Ne postoji nikakva povezanost između mucanja i inteligencije.

**Mit:** Nervoza uzrokuje mucanje.

**Istina:** Nervoza ne uzrokuje mucanje niti bi se trebalo pretpostavljati da su ljudi koji mucaju skloni osjećajima nervoze, straha, anksioznosti i stidljivosti.

**Mit:** Mucanjem se može "zaraziti" kroz imitaciju ili ako čujemo neku drugu osobu da muca

**Istina:** Mucanje nije zarazno. Još se ne zna pravi uzrok

**mucanja, ali nedavna istraživanja pokazuju povezanost s obiteljskom genetikom, neuromišićnim razvojem i okolinom djeteta što uključuje i obiteljsku dinamiku.**

**Mit:** Osobi pomaže ako joj kažemo da “duboko udahne prije govora” ili “prvo razmisli o tome što želi reći.”

**Istina:** Ovi savjeti čine osobu samosvjesnijom zbog čega ona još više muca. Neka poželjnija ponašanja su pažljivo slušanje i modeliranje nešto sporijeg i jasnijeg govora.

**Mit:** Stres uzorkuje mucanje.

**Istina:** Kao što je gore spomenuto , radi se o kompleksnim mehanizmima. Stres nije uzrok mucanja, ali ga može pojačati.



## SAVJETI ZA RAZGOVOR SA OSOBAMA KOJE MUCAJU

*Mucanje možda izgleda kao problem koji se može lako riješiti s par jednostavnih savjeta, ali za mnoge ljude to je kronični poremećaj koji ih prati kroz cijeli život. Ipak, ovdje su navedeni neki savjeti kojima sugovornici mogu pomoći osobama koje mucaju.*

1. Ne koristite izjave kao što: “Uspori,” “Duboko udahni,” ili “Opusti se.” Ovakvi pojednostavljeni savjeti mogu se protumačiti kao ponižavajući, te će biti beskorisni.
2. Dozvolite osobi da prema vašim reakcijama shvati da slušate ono ŠTO ona govori , a ne KAKO to govori.
3. Održavajte neutralan kontakt očima, te strpljivo bez vidnih napora pričekajte dok osoba ne dovrši izjavu.
4. Oduprite se iskušenju da dovršavate rečenice za osobu koja muca ili da joj ubacujete riječi u iskaze.
5. Osvijestite činjenicu da osobe koje mucaju imaju više poteškoća kada pričaju preko telefona. U ovakvim situacijama budite strpljivi.

6. Ne govorite prebrzo. Usporite svoj govor, ali ipak zadržite prirodni tempo govora.

Dio materijala preuzet od The Stuttering Foundation

Prevela, prilagodila i izradila: Tajana Mladina, mag.logoped.

