***22.LISTOPADA 2016 - MEĐUNARODNI DAN SVJESNOSTI O MUCANJU***

Dana *22. listopada*, obilježava se *Međunarodni dan svjesnosti o mucanju* (ISAD) čije je obilježavanje u svijetu počelo na inicijativu *Michaela Sugarmana*, amerikanca koji muca i koji je bio već godinama aktivan u zajednici osoba koje mucaju. Inicijativa je brzo prihvaćena od strane Međunarodnog udruženja osoba koje mucaju (International Stuttering Association - ISA).

U Hrvatskoj je ovaj dan na inicijativu *Udruge "Hinko Freund"* , Hrvatski sabor 2009. godine proglasio *22. listopada Danom svjesnosti o* *mucanju u Hrvatskoj*. Na temelju više epidemioloških istraživanja provedenih tijekom proteklih nekoliko desetljeća, kao i u skladu s današnjom svjetskom populacijom, procjenjuje se da je tijekom života mucalo oko 360 milijuna ljudi, a da ih trenutno muca 72 milijuna (www.udruga-hinkofreund.hr).

***Što je to mucanje?***

*Tečan govor* podrazumijeva *uravnoteženost* elemenata govora kao što su : stanka, ritam, intonacija, naglasak i tempo. Tečan govor je onaj koji se izvodi jednostavno i s lakoćom. Ponekad je teško balansirati sve navedene elemente pa tako mnogi od nas s vremena na vrijeme „zapnu“ u govoru. Kada su takve epizode neuobičajeno učestale i jake, možemo posumnjati na mucanje. Glavni uzrok mucanja još nije u potpunosti otkriven, ali se zna da je *multifaktorni uzrok* (genetska podloga, oštećenje mozga pri porodu, trudnoći ili kasnije, nepravilnosti u strukturi mozga, okolina)

Postoje brojne definicije mucanja koje opisuju govorna ponašanja osoba koje mucaju te navode kako je njihov govor netečan, odnosno da ima *poremećen ritam i tempo*. Pojavljuju se *ponavljanje glasova, slogova i riječi, produživanje glasova, zastoji i umetanje.*

***Terapija***

Mucanje se najčešće javlja u ranom djetinjstvu između *2. i 4. godine*. Još uvijek postoji stajalište kako s djecom koja počnu mucati ne treba raditi terapiju do, najčešće spominjane, pete godine života ili dok dijete ne nauči čitati. Brojna istraživanja upravo to pobijaju i naglašavaju kako su *učinci rane terapije mucanja najučinkovitiji.* Postoje brojne terapije koje se određuju ovisno o dobi djeteta te o trajanju i načinu njegovog mucanja. Terapija koja se koristi za djecu školske dobi, a pokazala je dobre rezultate, jest *oblikovanje tečnog govora.*

***Savjeti***

Ukoliko roditelji zamjete teškoće u govoru svog djeteta, trebali bi se obratiti logopedu. Ako se ustanovi da se radi o mucanju, obavezno trebaju obavijestiti i odgajatelje/učitelje/nastavnike kako bi mogli pravilno postupati s djetetom koje muca.

Doima se kako je mucanje i danas, još uvijek tabu tema iako postoje daleko veća saznanja u odnosu na prijašnja vremena. Poželjno je otvoreno pričati o toj temi. Djetetu bude lakše kada vidi da ga netko razumije, da mu želi pomoći, da mu daje mogućnost, ne u smislu da mu daje bolju ocjenu, nego zbog načina na koji će ga ispitati, vrijeme kada će ga pitati - kad se osjeća dovoljno sigurno da odgovara. Treba izbjegavati dovršavanje riječi i rečenica umjesto učenika, sugeriranje da govori sporije ili da ponovi rečeno jer time pokazujemo nezadovoljstvo njegovim govorom. Učinkovitije je vlastitim govorom pokazati učeniku primjer, usporiti svoj govor i biti model. Dijete koje muca ili ima neki drugi poremećaj govora, nije dobro izostavljati iz aktivnosti koje uključuju govor. Kako znamo da se u pravilu ne muca kada se govori u glas s nekim, poželjno je osmisliti aktivnosti u kojima će dijete koje muca govoriti ili čitati u paru s djetetom tečnog govora. Isto tako, lakše je govoriti kada govorom pratimo neku manualnu aktivnost. Zato će djetetu koje muca vjerojatno biti lakše govorom opisivati ono što radi.

Ponekad osobe koje mucaju ne mogu normalno živjeti, smatraju da ih mucanje spriječava u dijeljenju svojih misli i osjećaja, da ograničava prihvaćenost među vršnjacima i sl. Ako je okolina dovoljno tolerantna i upoznata s ovim poremećajem, ako želi čuti što osoba koja muca želi prenijeti i nije usredotočena na način govora (mucanje) već na sadržaj onog što se govori, onda mucanje nije toliki problem. Ako počnemo više prihvaćati ljude koji su različiti od nas, koji su drugačiji, *a čemu bismo svi trebali težiti*, onda mucanje ne bi smio biti problem. Ono što zabrinjava je što manje komuniciraju nego bi trebali.

Važno je spriječiti razvoj negativnih emocija koje mogu biti dio mucanja, pojavu socijalne anksioznosti i ostalih sekundarnih karakteristika mucanja te im razumijevanjem i podrškom dati do znanja da mucanje ne mora i nije ograničavajući faktor za vođenje sretnog i ispunjenog života.