

22. LISTOPADA

Međunarodni dan svjesnosti o mucanju

Nijanse mucanja – a koja je tvoja?



Slušaj me. Imam što reći.

Razumijevanje.

Strpljenje. Podrška.

O mucanju, ranoj logopedskoj podršci i razgovoru u kojem svatko ima vremena izreći svoju misao.

Edukativna dopuna članku
Međunarodni dan svjesnosti o mucanju · 2026.

Što je mucanje?

Mucanje je poremećaj tečnosti govora. Govor može biti prekinut ponavljanjem glasova, slogova ili riječi, produljivanjem glasova te blokadama pri započinjanju ili tijekom izgovaranja riječi.

Zašto nastaje?

Nastanak je **višefaktorski**. Važnu ulogu imaju genetske predispozicije i razlike u moždanim procesima povezanim s govorom. Proučavaju se i jezične te govorno-motoričke sposobnosti.

Temperament i emocionalna regulacija mogu utjecati na to kako se dijete nosi s netečnostima. **Emocije i način odgoja nisu uzrok mucanja.**

Kada se najčešće javlja?

Najčešće počinje između **2. i 6. godine**, tijekom intenzivnog govorno-jezičnog razvoja. Kod mucanja koje traje omjer dječaka i djevojčica može biti oko **3–4 : 1**. [2]

U širem razdoblju usvajanja jezika, od približno 18 mjeseci do 7 godina, mogu se javljati i uobičajene jezične netečnosti. [1]

Govor nije jednako tečan u svakoj situaciji. Broj čujnih netečnosti ne govori sve o tome kako osoba doživljava komunikaciju.

Netečnosti nisu sve iste

Uobičajene jezične netečnosti

Ponavljjanje cijelih riječi ili dijelova rečenice, zastajkivanje i preoblikovanje poruke mogu se pojaviti tijekom usvajanja jezika.

Mucanju svojstvene netečnosti

Ponavljjanja glasova i slogova, produljivanja i blokade mogu biti praćeni napetošću ili naporom. Ponekad se pojavljuje izbjegavanje govora.

Opisne razine govorne netečnosti

U prikazu NZJZ-a navode se uobičajene netečnosti te **granično, početno, prijelazno i uznapredovalo mucanje**. [1]

Ti nazivi služe opisu i nisu zamjena za individualnu logopedsku procjenu. Važni su i osjećaji, reakcije te sudjelovanje djeteta u razgovoru.

Ako primijetite napetost, blokade, izbjegavanje govora ili zabrinutost, potražite savjet logopeda.

TERAPIJSKI PRISTUPI U PREDŠKOLSKOJ DOBI

Rana logopedska podrška

U radu s djecom, uključujući dob od **2. do 6. godine**, pristup se bira prema procjeni, potrebama djeteta i obitelji. Mogu se kombinirati različiti postupci.

Neizravni pristup

Rad s roditeljima i prilagodba komunikacijskog okruženja: manje pritiska, više vremena i ugodniji razgovor u obitelji.

Izravni pristup

Logoped radi s djetetom na govoru, reakcijama i doživljaju mucanja, uz postupke primjerene njegovoj dobi i razvoju.

Vanjski i unutarnji dio

Podrška obuhvaća govorne postupke, ali i misli, osjećaje i uvjerenja. Ciljevi uključuju lakšu komunikaciju, prihvatanje i slobodnije sudjelovanje u svakodnevnom životu.

Rano savjetovanje pomaže obitelji razumjeti situaciju i dogovoriti primjerenu podršku. Ciljevi i tijek rada individualni su.

Kako pomoći djetetu koje muca

- 1 Negrdite i nedovršavajte riječi. Ne uspoređujte dijete s vršnjacima.
- 2 Govorite mirno i ohrabrujuće, bez žurbe i neprirodnog usporavanja.
- 3 Održavajte prirodan kontakt očima i pokazite zanimanje.
- 4 Ostavite dovoljno vremena za odgovor; ne nižite pitanja ubrzano.
- 5 Slušajte **što** dijete govori, a ne **kako**.
- 6 Smanjite komunikacijske pritiske, požurivanje i predvidljive stresore.
- 7 Osigurajte mirno okruženje i opušteno zajedničke igre koje potiču razgovor.
- 8 Dogovorite podršku s vrtićem, školom i osobama iz djetetove okoline.
- 9 Ne nagrađujte tečan govor niti kažnjavajte mucanje.
- 10 Uočite li znakove mucanja ili zabrinutost, javite se logopedu.

RAZUMIJEVANJE BEZ PREDRASUDA

Činjenice i brojke

- Mucanje nijepovezanos inteligencijom.
- Nervoza, strah i tjeskoba ne uzrokuju razvojno mucanje; stres može pojačati netečnosti.
- Upute poput „duboko udahni“ ili „prvo razmisli“ nisu zamjena za strpljivo slušanje.

2–4 %

predškolske djece muca [1]

oko 1 %

školske populacije muca [1]

5–10 %

djece muca tijekom nekog razdoblja djetinjstva [2]

10 / 1000

ljudi - globalna procjena [1]

3 / 1000

odraslih navodi izraženije mucanje i utjecaj na svakodnevni život [1]

Procjene ovise o dobi i načinu istraživanja. Udio djece koja su ikada mucala nije isto što i udio djece koja mucaju u određenom trenutku. Podatci [1] preneseni su iz prikaza iz 2025.

ŠEST NAČINA DA PRUŽIMO PODRŠKU

Savjeti za razgovor s osobom koja muca

- 1 Ne govorite** „uspori“, „duboko udahni“ ili „opusti se“. Takvi savjeti mogu zvučati ponižavajuće i nisu od pomoći.
- Svojim ponašanjem pokažite da slušate **što osoba govori**, a ne kako govori.
- Održavajte **prirodan kontakt očima** i strpljivo pričekajte da osoba završi.
- Ne dovršavajte tuđe rečenice i ne umećite riječi. **Dajte osobi vremena** da sama izrekne svoju misao.
- Budite strpljivi** tijekom telefonskog razgovora. Ako nakon javljanja čujete tišinu, prije prekidanja provjerite pokušava li osoba koja muca započeti razgovor.
- Govorite **bez žurbe, ali ne neprirodno sporo**. To vrijedi za komunikaciju sa svima.

Prema savjetima Stuttering Foundation i plakatu Centra za rehabilitaciju ERF-a. [5, 6]

22. LISTOPADA · ZAŠTO OBILJEŽAVAMO?

Razumijevanje počinje slušanjem

ISAD se obilježava od **1998.**, na inicijativu Michaela Sugermana, radi boljeg razumijevanja mucanja, smanjenja predrasuda i podrške osobama koje mučaju. U Hrvatskoj se obilježava od **2000.**; Hrvatski sabor proglasio je ovaj dan **2009.** godine. [1]

Tema 2026.: „Nijanse mucanja - a koja je tvoja?“

Različita iskustva zaslužuju empatiju i prihvatanje. Tirkizna je prepoznatljiva boja obilježavanja. [1, 4]

Izvori i prilozi

[1] NZJZ „Dr. Andrija Štampar“: edukativni prikaz, 2025.

[2] NIDCD: Stuttering

[3] ASHA: Stuttering, Cluttering, and Fluency

[4] ISAD 2026: Shades of Stuttering - What's Yours?

[5] Stuttering Foundation: šest savjeta za razgovor

[6] Centar za rehabilitaciju ERF-a: „Savjeti za razgovor s osobom koja muca“.

Slušaj me. Imam što reći.

Poštujemo različitosti, slušajmo sa strpljenjem
i gradimo okruženje bez pritiska.