

22. LISTOPADA – DAN SVJESNOSTI O MUCANJU

MOJE DIJETE MUCA – KAKO MU POMOĆI ?

Mucanje je poremećaj ritma i tempa govora kojeg obilježavaju govorna i negovorna ponašanja. Najčešće se javlja u dobi između dvije i pol godine i pete godine i češće je kod dječaka. To je razdoblje intenzivnog razvoja jezika i govora, dijete počinje rabiti brojne nove riječi, rječnik se brzo širi, počinje koristiti složene jezične strukture za izražavanje svojih ideja, artikulacija je sve sličnija artikulaciji odraslih. U tom razdoblju djetetov jezično-govorni sustav posebno je osjetljiv, a u isto vrijeme preopterećen je novim komunikacijskim zahtjevima. To je vjerojatno razlog zašto se kod većine djece mucanje javlja baš u tom trenutku.

Istraživanja su pokazala da postojanje mucanja u užoj i široj obitelji povećava vjerojatnost za razvoj poremećaja. No ne treba zanemariti ni čimbenike - okidače koji izazivaju pojavu mucanja. Dijete vjerojatno nasljeđuje predispoziciju za razvoj mucanja, ali to ne mora značiti da će se mucanje i razviti. Mucanje je intenzivnije u stresnim i emocionalno zahtjevnijim situacijama koje najčešće uključuju govorenje pred grupom, odgovaranje na pitanja, razgovor preko telefona i sl. Emocionalni problemi ne uzrokuju mucanje ali mucanje može izazivati emocionalne probleme.

Riječ fluentnost (tečnost) odnosi se na lakoću govorne produkcije . Fluentni trogodišnjak reći će: "Ali, mama, ako ja pojedem juhu, mogu ići Ivanu!" Manje fluentni trogodišnjak, nesigurniji u to što želi reći, koje riječi koristiti, nesigurniji u gramatičku strukturu te manje spretnih govornih organa reći će: "A-a-ali mama, ako pojedem juhu, idem, idem I-Ivanu!" Vještina fluentnog govorenja razvija se kako dijete raste. Prema nekim istraživanjima kod 85% djece predškolske dobi povremeno se u govoru uočavaju ne fluentnosti.

Međutim, nekad razvojne disfluentnosti progrediraju u disfluentnosti karakteristične za mucanje. Razvoj mucanja je kod većine djece postupan i obilježavaju ga određeni znakovi.

Roditelj u djetetovom govoru mora obratiti pozornost na:

- **Višekratna ponavljanja** dijelova riječi (npr. r-r-ručak ili ru-ručak)
- **Produžavanja glasova** (npr. zzzašto)
- **Promjena artikulacije vokala**- uporaba nepravilnog, slabog vokala
- **Napetost i napor pri izgovaranju** – dijete se napreže pri izgovoru riječi, katkad se uočavaju treptanja očima kao i napetosti na facijalnoj i laringealnoj muskulaturi za vrijeme govora
- **Napetost na razini cijelog tijela** osobito ruku i nogu

- **Tremor** – nekontrolirano podrhtavanje usnica ili jezika može se pojaviti za vrijeme ponavljanja ili produžavanja glasova ili slogova
- **Izbjegavanje** - izbjegavanje govornih situacija, nepotreban broj pauza, zamjena riječi, ubacivanja neinformativnih zvukova, riječi ili fraza
- **Strah** – katkad se kod djeteta može uočiti strah od određenih riječi, to su uglavnom riječi u kojima je dijete već imalo duljih i neugodnih zastoja
- **Teškoće u održavanju tijeka zračne struje potrebene za nesmetanu fonaciju** – uočava se nepravilno disanje, govori u isprekidanom dahu i nastoji s malom količinom zraka završiti misao. Ovakav način govora obilježavaju česta uzimanja zraka za vrijeme govora i pauze na neodgovarajućim mjestima u rečenici.

KAKO RODITELJI POMAŽU IZBJEGAVATI SITUACIJE KOJE POTIČU DISFLUENTNOSTI U GOVORU

Kada se u djetetovom govoru uoče znakovi uznapredovalog mucanja potrebno ga je što prije uključiti u logopedsku terapiju. Ono što roditelj mora znati jesu pravila ponašanja pomoću kojih pomaže djetetu.

- ✓ Prvo i osnovno **ne skrećite djetetu pažnju na vlastiti govor, ne ispravljajte ga, ne upozoravajte i ne kažnjavajte** zbog toga. Ako ga ne upozoravate malo dijete neće primjetiti da s njegovim govorom nešto nije u redu. **Mucanja, barem ne onog pravog, nema bez svijesti o vlastitoj ličnosti kao osobi koja muca!**
- ✓ Slušajte što vam dijete kaže, a ne kako vam to dijete kaže kada dijete prekidamo ili požurujemo da što prije kaže ono što želi, činimo veliku štetu. Dijete ubrzava i dodatno se izlaže riziku da se zastoji jave ili pojačaju. **Ne izlažite dijete dodatnom govornom naporu!**
- ✓ Ako u obitelji imate još djece, pokušajte uvesti određeno pravilo da svatko govori u svoje vrijeme. Tako ostavljate dovoljno vremena djetetu da završi svoju misao bez ikakvog vremenskog pritiska. **Dajte djetetu dovoljno vremena za govor!**
- ✓ Promijenite svoj način govora i nastojte da i djetetova okolina poprimi miran i stalozen govorni tempo. Dijete sluša i nastoji oponašati govor svojih najbližih. Ako ga "bombardiramo" brzim i za njega prezahtjevnim govorom, veća je vjerojatnost da će se u govoru pojačati zastoji. **Prilagodite svoj ritam i tempo djetetovom!**
- ✓ Kada je dijete u fazi jačih zastoja, nastojte koristiti jednostavne rečenične strukture, koristite što više pitanja koja podrazumijevaju kratke i jednostavne odgovore, ne stavljajte dijete u situacije javnih nastupa, nastojte izbjeći razgovore o neugodnim temama ili o događajima u kojima je dijete nešto skrivilo. Pjevajte s djetetom. Zajedno recitirajte ili govorite. Pri pjevanju nema mucanja, a također podržavate i

ritam koji je u mucanju poremećen. Vodite dijete u šetnju, ne izlažite ga verbalnom eksponiranju. Igrajte se s djetetom. Forsirajte neverbalne zadatke, crtajte, izrezujte, modelirajte plastelin... **Komunikacijski kontekst neka bude što ugodniji za dijete!**

- ✓ Uočite ugodne situacije u kojima je govor vašeg djeteta tečan. Potencirajte verbalnu komunikaciju u tim situacijama, omogućite mu neka što više govori. Čitajte i prepričavajte priče, igrajte se uloga s lutkama, recitirajte ritmičke pjesmice. **Iskoristite situacije u kojima je govor vašeg djeteta tečan!**
- ✓ Ako s djetetom nekud putujete ili idete u posjet, prije samog puta postupno mu objašnjavajte što će vidjeti i kuda ćete ići. Tako će djetetovo uzbuđenje biti manje jer već zna što ga očekuje. **Ublažite emocionalno zahtjevnije situacije!**
- ✓ **Upoznajte najbližu okolinu što je to mucanje!**
- ✓ **Posvetite se djetetu.** Oba roditelja moraju imati jedinstven i dosljedan odgojni stav prema djetetu. Aktivno se uključite (oba roditelja) kao suradnici u terapiji koja treba biti uklopljena u svakodnevni život djeteta i obitelji. **Uvijek se djetetu obraćajte blagim i smirenim glasom.**
- ✓ Djetetu koje postavlja pitanja o svom govornom problemu treba adekvatno objasniti bit mucanja i motivirati ga za govorne vježbe.

Današnji brzi ritam života ostavlja malo vremena za aktivno uključanje u život i odgoj naše djece. Često cjelodnevni rad jednog ili oba roditelja ostavlja malo slobodnog vremena za djecu, a i ono vrijeme koje provodimo s njima pasivno proteče ili u odmoru, čitanju novina, gledanju tv-a, kuhanju, pospremanju... Pokušajte svaki slobodni trenutak aktivno biti uz svoje dijete, imajte uvijek vremena za djetetove komentare, primjedbe zahtjeve ma koliko ponekad bili nervozni, umorni ili zaokupljeni svojim obavezama. Samo tako ćete uspješno djetetu pokazati da vam je stalo do njega i da u vama ima prijatelja i roditelja, a sve će se to odraziti i na djetetov govor.

PRIPREMILI : Aninka Mateljak, prof. logoped-mentor
Nikolina Kaleb, prof. logoped
Ante Ujdur, prof. logoped