

我的小孩口吃怎麼辦？

口吃是什麼？

- 「口吃」是指在說話時出現結巴的現象，可能是不斷重複說某些字或某些音、拉長語音或是不當地中斷字句等，使得整體說話變得不流暢，嚴重時甚至會伴隨一些不自然的臉部表情或身體動作，進而影響溝通。造成口吃的原因目前仍未有一個明確的定論，但從幼兒口吃家族圖譜和基因的研究中，發現口吃的發生與基因的變異有關。因著這些基因不正常的突變，造成細胞死亡，進而導致說話機制「故障」，造成發聲困難，最後變成口吃。這類生理性失調常發生在孩子開始學說話的階段，此時智力、動作、情緒、社交的蓬勃發展也相互競爭大腦的資源，如果外在環境要求又高於內在能力時，有可能干擾孩子說話的流暢性，而發生「口吃」。

口吃有什麼特徵？

口吃的主要特徵包含說話時出現重複、延長、停頓、插入等現象，如以下所描述：

- (1)單音重複，如：XX X ㄟ 想睡覺。
- (2)單字重複，如：我我我想睡覺。
- (3)延長，如：X---ㄟ 想睡覺；我---想睡覺。
- (4)插入不相關的字，如：我累 恩恩了，恩想睡覺。
- (5)首字難發，如：我 (起始困難) 想睡覺。

有些口吃患者在講話時，除了有上述的主要特徵之外，還會伴隨不當的肌肉張力，如嘴唇、臉頰過度用力，導致不自然的臉部表情，或身體不適當的行為、動作，如聳肩、眨眼、甩手、跺腳等。

正常的流暢及口吃

二至五歲正是兒童語言發展的關鍵時期，當兒童本身發展的語言能力和認知能力無法符合環境需求，如開始學習較複雜的語句，或是說話速度加快時，也可能會出現說話不流暢的現象，這樣的不流暢有可能是「正常的流暢」，而非「口吃」。「正常的流暢」和真正的「口吃」在特徵上略有不同，下表列出兩者的差別，有助於家長釐清小孩講話不流暢的現象是否異常。

不流暢種類 不流暢特徵及頻率	正常的流暢	口吃
不流暢的特徵	以重複為主，包含單字及詞的重複	不流暢特徵多，包含重複、延長和停頓等
音或字重複的頻率	只會有 1-2 次的重複	重複次數多於 2 次
拉長語音的時長	延長少於 1 秒	延長時間大於 1 秒，且可能出現不當的肌肉張力或緊張
不適當的停頓	不會出現	有
伴隨的身體動作或表情	不會出現	有，或出現逃避行為

我的小孩有口吃該怎麼辦？

當家長發現自己的孩子說話出現結巴的現象時，不需要刻意去矯正，或要求孩子再說一遍、慢慢說、想好再說，或露出不耐煩的表情，甚至處罰孩子等。建議家長可先遵循下列所列的「可為」及「不可為」的原則。若孩子說話不流暢的時間超過三到六個月，建議尋求語言治療師的協助。語言治療師會針對孩子說話不流暢的現象進行評估和診斷，並給予家長和孩子合適的建議或治療，幫助孩子渡過說話不流暢的階段，達到順暢的說話能力。

家長「可為」及「不可為」的五大原則

【可為】

1. 耐心聆聽孩子的說話內容，而非聚焦在孩子的說話方式。
2. 放慢您的說話速度，給孩子充分的時間瞭解和回應。
3. 增加孩子說話的自信心，提供孩子無競爭或干擾的溝通情境。
4. 與孩子溝通時減少或避免給予壓力，讓孩子有充分的時間說完他想說的話。
5. 注意並了解複雜或超齡的語言及環境因素所造成的說話不流暢的問題。

【不可為】

1. 不要刻意告訴孩子「放輕鬆、慢慢說、別急、想好了再說」。
2. 別讓孩子的說話行為成為眾人注意的焦點。
3. 當您的孩子說話結巴時，可以放在心中並給予觀察，不宜表現沮喪或不悅。

4. 別打斷孩子說話，或替孩子說話。
5. 勿批評或糾正孩子的說話行為。