

忽視口窒窒

損害自信心

我……

er……

我想……

「我……我……我……」假如孩子說話時經常口窒窒、重複單字，甚或擠眉弄眼，家長便應提高警覺。忽視口吃問題，不但妨礙社交，也影響孩子的自信心。不過，如在孩子六七歲前及早治療，差不多能百分百解決問題，否則長大後便難以治癒了。

文：潘詠珊

主圖：ktaylor@iStockphoto

圖：陳淑安、資料圖片

廖太的兒子今年7歲，早在兒子兩三歲學習說話時，她已發覺孩子時常重複單字，似乎有口吃，由於兒子的外祖母亦有口吃，故她特別留意。「當時我以為BB學習說話時定會這樣，往後一年我也沒有特別留意，但發現他4歲時仍是如此。朋友和兒子攀談，都說聽不到兒子在說什麼，某程度上影響了社交。」於是，她便帶兒子見言語治療師。

口吃妨礙社交

言語治療師首先為孩子做測試，證實了他有口吃問題。「初時我很擔心，怕這會影響兒子將來讀書或搵工的機會，會較別人輸蝕。」口吃影響自信，兒子知道自己有口吃後，不願意參加學校舉辦的說故事比賽，不敢在眾人面前表達自己。

幸好，治療師給予指引，教導父母訓練兒子改善口吃毛病的方法。「我每晚會和孩子說故事，或者玩遊戲，也給予孩子說話的機會，然後每日評分，看情況有沒有改善。」一年後，兒子的口吃問題便治癒了。從前，兒子不大敢在朋友面前說話，現在，他已變得敢多言，跟朋友打成一片。

或一夜間出現

香港中文大學耳鼻喉——頭頸外科系言語治療師羅家東（右圖）說：「很多小朋友的口吃問題是在一夜間或兩三日內突然出現的。」他稱，口吃即是口語表達不流暢，定義是100個字之中多過2至3個字如此。他建議，家長可以在平日遊戲或閒談時，錄下和孩子之間的對話，然後重聽，以作評估，但他提醒，錄音時切勿叫孩子照書讀，因為文章讀得多，便會讀得流暢，影響評估的準確性。



羅家東說，口吃通常有以下幾個特徵：

- 重複某些字或音，如「我……我……我……想去街」。多數是句子的第一個字，或那一節的第一個字，或是聲母的重複，亦有幾個字的重複，如「我想……我想……我想」。
- 說話時突然停頓，喉嚨像被塞住了似的，無法發出聲音。
- 喉嚨像被塞住了，但有聲音發出，字音拖長。
- 臉部異常或連帶動作，如擠眉弄眼、手指拍枱、嘴巴微歪等。
- 過量使用「um」、「er」等發音，假扮思考，掩飾自己口吃的毛病。

「口吃造成社交及溝通問題，也會令孩子缺乏自信。有研究顯示口吃與社交焦慮有直接的關係，令孩子害怕和別人說話，尤其是害怕聽電話，因為電話僅僅透過聲音作溝通，不能輔以動作，很多口吃的人寧願用電郵。」

成因不明 遺傳有關

口吃通常在三四歲開始出現，因為此時剛懂得說話，或是會把短句子組合起來，問題便較明顯。羅家東指，全世界人口中1%有口吃，小童更為普遍，有5%，當中男童較女童為多，比例是2:1。但是，小孩的口吃問題或會自然痊癒，而自然康復率達75%。

口吃的成因不明，但研究顯示，跟三大元素有着密切的關係，包括運動性的語言障礙、遺傳及環境因素。七成有口吃的人，家族中也有人具有相同問題。腦部的指令在傳遞過程中出現問題，無法傳遞到肌肉那裏，再加上環境因素，如管教太嚴、家長要求過高、過分責備、缺乏充足的時間說話等，從而造成口吃。



打擊自信
口吃不但影響社交，也會打擊孩子的自信，家長別對問題掉以輕心。



怕講電話
有口吃的孩子害怕用電話溝通，而喜歡寫電郵。

(Viappy@dreamstime)

6歲之前治療 根治機會極高

「愈早發現問題愈好，如能夠在六七歲前接受治療，差不多能把問題根治。」羅家東說：「治療方法五花八門，我們診所現時則用兩種方法，一種名為Lidcombe

Program（右圖），另一種是音節韻律法。」言語治療師會訓練家長，然後由家長執行。簡單來說，前者是當孩子說話流暢時給予稱讚，並要求改正口吃，可以每天和孩子說故事或說話15分鐘，以作訓練，但羅家東指，此方法必須在言語治療師的指導下進行，因為家長若在錯誤的情況下讚賞了孩子，反而會令口吃情況加劇。

口吃影星 演戲流暢

音節韻律法則是較新的方法，家長每天扮機械人跟孩子說話，要求孩子也如此，每次做10至15分鐘，每日做3至4次。

言語治療師會視乎個別情況而建議使用。「如果說話的韻律改變了，原本有口吃的人也不會再口吃。」他指，外國藝人瑪麗蓮露、布斯韋利士均有口吃問題，但在演戲時卻說話流暢，正是因為韻律改變了。

怎樣跟孩子說話？

面對孩子的說話障礙，他建議，家長跟孩子說話時應注意以下數點：

- 1、家長應讓孩子自己說完整句子，不要給他壓力及強迫他說下去，讓他建立自信心。
- 2、別中斷孩子的說話，時常中途插嘴會令孩子緊張。
- 3、應給予孩子充足的說話時間。
- 4、家長可嘗試減慢自己說話的速度，那麼，孩子也會跟着說慢一點，再看看效果如何。
- 5、應按孩子的能力教導他說話，假如孩子只有3歲，便強迫他在眾人面前表演說故事，或會令他緊張。別挑戰太高難度。
- 6、留意說話內容而不是說話的方法，適時給予回應與鼓勵。
- 7、別時常指出或糾正其錯處。若要求孩子重複其說話，應最多重說一次，別要求他說到順暢為止。



家長別插嘴

孩子說話時家長別中途插嘴，或強迫他快點說下去，否則會令孩子緊張，造成口吃問題。（設計圖片）