



我的小孩口吃了嗎？

2-5 歲正在學習說話的小朋友比大人更容易會出現口語中斷和表達不流暢的現象，因為此時小朋友的頭腦動得很快，但未必能找到字彙來形容，所以在話語中，偶爾會出現重複字或音節、添加噪音、嘗試修正的現象。另外，因為小朋友的口腔肌肉發展尚未完整，亦可能出現搜尋、更正發音位置而造成表達不流暢，我們稱此現象為**發展性的口語不流暢**。此時家長們千萬不要過分緊張，因為過當的糾正會造成小朋友的壓力，反而弄巧成拙，使得口語不流暢變成口吃。

雖然發展性的不流暢和口吃都有表達不順的現象，但不流暢的表徵會有所差異，且口吃的人會**伴隨著負面的情緒和動作**。因此，當以下幾種狀況頻繁出現時，家長就必須特別注意了。

一、拉長

小朋友在話語間出現**音節或聲音**的拉長。例如：「ㄅ-----爸爸」

二、多次重複

小朋友在學習說話時，會出現字詞或片語的重複，例如：「我我我可以玩玩車子嗎？」，這是可被接受的。但如果小朋友出現的重複是**單音或部分字**，例如：「ㄨㄨ我可以ㄎㄎㄎ去玩嗎？」就要多注意了。

三、音調音量提高

孩子在說某個字或片語時，為了要克制自己不流暢的出現，突然的提高音調和音量。例如：「我要玩**積木**。」

四、掙扎和緊張

當孩子出現說話不流暢的時候，臉部肌肉掙扎、口腔及喉部肌肉緊繃或身體四肢僵硬，這代表此不流暢已造成他的困擾。

五、有恐懼的表情和逃避行為

有的孩子發現自己說話不流暢時，會有生氣或害怕的情緒產生，例如：打自己、恐慌的表情。另外，為了怕出現不流暢，而有逃避的現象，譬如會找其他字代替，更嚴重一點則會拒絕說。(續背面)

那麼，應該如何減少小朋友口語不流暢和負面情緒的產生呢？以下提供幾個方法，可做為參考。

一、和孩子討論他們有興趣的話題

小朋友往往在談論自己不熟悉或沒興趣的事物時，會有較高的不流暢現象發生，因此我們應該以小朋友的想法為主體，談論他們有興趣的事物，可以減少他們尋找字彙的現象和降低他們的負面情緒，進而達到降低不流暢的目的。

二、給彼此多一點時間

和小朋友說話，家長**不是單向的**把自己要說的話或要求小朋友的指令講完就好，而是要看看、聽聽小朋友的反應和回答。而在小朋友回答時，家長要用心聆聽，千萬**不要出現不耐煩**的表情，這樣會讓小朋友誤以為要快快結束對話，而更加緊張，此時不流暢的現象就會更加明顯。

三、多鼓勵，少責怪

當小朋友出現不流暢的現象時，家長千萬不要一味的指責他，不然會**增加小朋友的壓力**，使他們在說話時更加緊繃，而更容易出錯。當小朋友笑笑的面對自己不流暢時，我們也要鼓勵他們，告訴他們這樣的態度是正確的，讓他們可以自在的面對自己的不流暢。

四、勿打斷小朋友的談話

當小朋友出現不流暢的現象時，其實他的心裡已經很著急和尷尬了，如果此時，家長又再次強調「慢慢說」「再重講一遍」，或是直接幫小朋友完成句子，這樣小朋友會更加受傷，不仿嘗試忽略小朋友的不流暢，讓他先說完後，再提出我們聽不清楚的地方。

五、找出口吃的原因

有的時候，一些突然的改變，例如：車禍、父母離異...等等，導致小朋友的心理壓力和陰影，而造成不流暢的現象。另外，有時小朋友在談論某一件事、面對某一個人，或在特定的地方時，口吃的現象會特別明顯，而這些就極有可能是造成它口吃的壓力來源。

很多小朋友的口吃現象，不需要任何治療或特別關注就會消失，所以家長們不必過度恐慌。最主要的是要**減少小朋友對不流暢的害怕和焦慮**，當他的焦慮和壓力減少時，口吃的現象就會慢慢改善。但若維持三~六個月後，仍有明顯的口吃現象，那就需要專業的協助了。

