

# 簡介口吃

## 何謂口吃？

### 口吃的定義

根據美國聽語協會 (American Speech-Language-Hearing Association, ASHA) (2004)的定義，口吃是一種言語流暢障礙，及說話時的流暢性受到阻礙；也就是一般所形容的，說話時結結巴巴、不斷重複某些字、拉長語音，或是話語斷斷續續不連貫等現象，使說話變得十分不流利，嚴重者還會合併聳肩、眨眼、甩頭等動作。

### 為什麼會口吃？

造成口吃的原因是什麼呢？至今仍沒有一個充份完整的答案。但大多數的學者及臨床語言治療師都認同一個折衷的觀點：口吃是多因素造成的結果，兒童負責處理語言的左腦運動區可能有所缺陷，如果加上環境中的語言要求太多或太高，便容易造成口吃，也有可能因為心理壓力或學習等因素造成口吃。

### 口吃者通常會出現什麼症狀

口吃的特徵主要包含重複、延長、停頓、插入、張力及不適當行為。

- (1)單音重複，如：XX X X 想睡覺。
- (2)單字重複，如：我我我想睡覺。
- (3)片語重複，如：我想我想我想睡覺。
- (4)延長，如：X---X 想睡覺；我---想睡覺。
- (5)不適當的停頓，如：我累 (停頓) 了想睡覺。
- (6)插入不相關的字，如：我累 恩恩 了，恩 想睡覺。
- (7)首字難發，如：我 (起始困難) 想睡覺。

除了口語上的不流暢外，經常也會伴隨一些不隨意的動作，如：眨眼、聳肩、肌肉緊繃、嘴唇下顎及/或舌頭顫抖、頓足、擺手、臉部表情怪異、掙扎等。心理層面上，口吃者常常會對社交溝通產生焦慮感、恐懼或是逃避需要說話的情境。正常的流暢及口吃

2-5 歲正是兒童語言發展的關鍵時期，兒童可能會因為開始學習較複雜的語句，或是說話速度加快而出現說話結巴的現象，這樣的不流暢有可能是「正常的流暢」，而非口吃。若能正確區分真正的口吃及正常不流暢，則可以用正確的態度來面對。

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，包含單音、單字及詞的重複	不流暢特徵多，包含有重複、延長、停頓、插入等

單音或字重複的頻率	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，且可能出現不當的張力
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，且有自覺並出現逃避表現

我的小孩有口吃該怎麼辦？

- 當家長發現自己的孩子出現了說話結巴的現象，不應該刻意去矯正，如要求孩子再說一遍、慢慢說、露出不耐煩的表情，甚至或處罰孩子等，建議家長可以尋求語言治療師的協助。在語言治療師的協助下，幫助孩子渡過或解決說話不流暢的階段。用正確的態度來面對口吃及接受語言治療，是協助兒童溝通無礙的重要方法。
- 若孩子說話不流暢的時間超過 6 個月，應尋求語言治療師協助，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，並給予合適的建議及治療方式，幫助孩子順暢說話。
- 經由語言治療師評估及診斷為口吃者，除了配合語言治療師安排的治療課程外，週遭的親友也需從心理層面上給予口吃者適當的輔導與鼓勵，一起共同努力才能順利克服治癒。

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並整理您所傳達的訊息。
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壓力，給予孩子充足的時間說話。
5. 注意並了解語言及環境因素所造成的說話不流暢問題。

**【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. 家長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，切勿表現沮喪或不悅。
4. 家長別打斷孩子說話，或替孩子說話。
5. 家長勿批評或糾正孩子的說話行為。