

口吃

臺北榮民總醫院
復健部鍾玉梅語言治療師

一、何謂口吃

口吃是一種說話節律失常的語言缺陷，所出現的語言特徵有很多種方式：

- (一) 重複語音或字。
- (二) 拖長語音或字。
- (三) 說話遲疑不決或常有不適當的中斷現象。

二、兒童口吃的類型

口吃依程度的不同通常分為：

- (一) 原發性口吃：患者說話時有不流暢、中斷、拖長或重複語音的現象，但患者本身對這些現象沒有焦慮、緊張及逃避的反應。
- (二) 續發性口吃：患者除有原發性口吃的特徵外，說話時感到非常緊張，並有許多續發的特徵出現，如肌肉痙攣、臉部表情扭曲或緊握拳頭等；這種口吃患者可能也學會了如何逃避某些他預期自己會口吃的字句或場合。

三、兒童正常的說話不流暢與口吃

大部分在兩歲至五歲間的兒童都會經歷一段「正常的說話不流暢」時期，這是因為兒童正在發展內在語言及說話的技巧，但其發音與表達意思的能力仍不及大孩子般成熟。這一階段的不流暢可能是突發的，通常持續好幾星期或幾個月才恢復正常；這個正常的階段不可與真正的口吃混淆。

四、如何確認兒童口吃

兒童是否已發展成原發性口吃是很難確定的；一般而言，當說話不流暢的現象增多，且持續時間比同齡兒童更長，或此現象在兒童五歲半至六歲或更大時仍存在時，則可懷疑其為口吃；此時兒童能已感覺到自己說話的困難，但尚未出現緊張或逃避的徵象；然而，仍要避免輕率的將「口吃」之名加諸其身，以免加重兒童對自己語言不流暢的自我意識而產生負面的影響。

五、口吃的原因

口吃的發生雖然有許多原因，但往往是多種因素共同造成的，口吃的兒童多半有下列特徵：

- (一) 容易受挫。
- (二) 在學說話時沒有得到適當的鼓勵。
- (三) 太早受到過多的期望。
- (四) 基本說話流暢的技巧較差。
- (五) 父母對其正常的說話不流暢之反應為焦慮或加以懲責。
- (六) 不連續的言語成為其內在情緒受挫時於外在表達的方式。

(七)遺傳了傾向口吃的因素。

(八)有上數多種因素的經歷。

六、口吃患者與其他兒童是否有別

口吃患者的智力與身體健康都很正常，沒有任何證明顯示口吃者與其他正常兒童有所差異。

七、能否治癒

雖有許多口吃的兒童完全恢復正常，但無法預料得準。許多兒童未經任何治療便自然消除說話不流暢現象，也有許多經過長期或短期的治療即克服口吃，但有些人則會一直持續到成人時期，雖經歷各項治療仍無法克服。

八、家長如何幫助口吃的兒童

(一)給予兒童培養正常情緒與健康身體的環境，以減輕其困擾。

(二)在交談場合，不要讓兒童有被催促或被遺漏的感受，平時多給他時間與你說話，並讓他知道你在注意聽且對他的話很有興趣，注意兒童所講的內容，而不是注意他到底怎麼講話；並讓家人不要時常打斷、糾正或替他把話說完。

(三)減少溝通的壓力，如等待兒童把話說完，給予較充足的回應時間，不要一直問問題。並且放慢自己的說話速度，可提供給兒童無形中良好的說話模範。

(四)讓兒童有足夠的時間休息、運動，並供給健康的飲食。休息並不僅指睡覺，還包括保持靜默、閱讀書刊或桌上遊戲等。

(五)兒童需要合理而一致的訓練，不要時常改變日常行為的規則；需要改變規則或是改變原來的環境時(如搬家、轉學)要盡量使其瞭解原因，給予時間適應，而較容易接受那些改變。

(六)對兒童態度要正向積極；講得好時給予獎勵，並鼓勵他發展多方面的興趣，藉此幫助他消除「缺乏自信」的心理。

(七)當兒童口吃時，給他時間以自己的方式把話講完，不要教他「慢慢說」、「再說一遍」或「深吸一口氣再說」，因為無論這些建議的用意多好，都可能使兒童說話時更過度敏感或意識到自己有些問題。

(八)發現兒童有口吃現象時，應儘速與語言治療師、復健科醫師或學校老師聯絡。