

孩子說話結結巴巴？ 認識口吃評估與治療

文／復健部 主治醫師 楊佩瑜



示意圖非當事人

在語言溝通的過程中，除了語彙內容外，語言的流暢度也極為重要。當說話時出現結結巴巴、不流暢，或者不斷重複某些字或音的情況，我們稱之為「口吃」。在門診中，我們常常會遇到因為說話結巴，無法流暢與他人溝通的孩子，被家長帶來尋求醫療幫助。

根據統計，口吃的發生率大約在3-5%之間。事實上，有些知名的公眾人物也曾經有過口吃的問題，例如英國國王喬治六世。電影《王者之聲》就描述了他因為口吃而接受語言治療的過程。另外，美國總統拜登也曾經受過口吃的困擾，他曾表示口吃讓他更能理解他人所受的痛苦和折磨。

口吃不僅影響語言溝通，隨著年齡的增長，通常也會帶來社交焦慮，進而影響人際關係甚至工作表現。因此，口吃是一個大家不能忽視的健康問題。

口吃的症狀

口吃是一種影響語言流暢度的問題，表現為說話時結結巴巴、不流暢，或者重複某些字或音，拉長語音，不正常的停頓，甚至在嚴重的情況下，可能會伴隨一些不自然的臉部表情，如眨眼或聳肩等。

在孩子的語言發展過程中，特別是在2至5歲之間，由於他們的語言技巧和認知能力仍在發展階段，他們的語言能力可能還不足以表達他們心中的想法，因此常常會出現語言不流暢的情況。這種情況被稱為「正常的語言不流暢」，這種結巴的現象，通常有75-80%的可能性會隨著年齡的增長和語言技巧的成熟而逐漸消失。然而，如果是「口吃」的情況，語言不流暢的問題可能會持續到成年期，因此需要及早進行語言治療。

正常的語言不流暢和口吃的差別？

兩者的主要區別在於，「正常的語言不

流暢」的孩子重複單詞的頻率通常只有1-2次，例如「我、我要吃蘋果」，語音的延長只出現在句首，且不會超過1秒，不會出現不適當的停頓，也不會伴隨有不自然的臉部表情，眨眼或聳肩等動作。此外，他們通常不會意識到自己有說話結巴的問題。因此，如果家長發現孩子說話結巴不流暢，可以先觀察孩子的說話問題，而不是一直中斷或糾正他們的說話行為。

口吃的成因與相關影響因素

雖然口吃的確切原因目前尚無定論，但我們知道它並非僅僅是語言問題，而是由許多內在因素和外在環境的相互影響所導致的。這些內在因素包括基因、性別、家族口吃史、語言能力、認知能力、情緒、氣質以及心理特質等，這些都可能與口吃的發生有關。

在口吃的個案中，男性的比例較女性高，大約是4倍。此外，如果家族中有口吃的成員，那麼這個人發生口吃的機率也會相對提高。外在環境中，如果對語言的要求過高，或者個體的社會適應能力較弱，或者承受著大量的心理壓力，這些都可能與口吃的發生有關。因此，在臨床評估時，我們應該對這些相關因素進行深入的了解和評估。

長大以後口吃就會好嗎？

對於說話結巴不流暢的孩子，如果是「正常的語言不流暢」，他們通常會在語言能力發展成熟後自然改善。然而，有些嚴重的口吃可能會持續到成人時期，這種語言不流暢通常會影響社交互動，並可能伴隨著社

交焦慮。因此，早期診斷以區分「正常的語言不流暢」和「口吃」對於後續的治療非常重要。

口吃的評估與治療

醫師會對口吃的孩子進行全面評估，包括神經生理和心理層面。在神經生理評估中，醫師會評估孩子的語言發展、認知發展、動作技巧、人際社會發展以及聽力。語言流暢性的評估則包括：語言不流暢的類型和頻率、口吃的持續時間、口吃的嚴重程度、相關的臉部表情或動作行為、語音的停頓或延長、說話速度等。

醫師也會評估孩子對口吃問題的態度和心理適應、家長的態度，以及孩子在生活中所受的壓力。根據孩子的年齡和口吃的程度，醫師會給予家長相關的建議並安排個別的语言治療計畫。

口吃的語言治療主要有兩種方式：直接治療和間接治療。直接治療是教導孩子說話流暢的技巧，而間接治療則是改變父母和老師與孩子的溝通互動模式，以減少孩子說話時的壓力。在孩子接受語言治療的同時，家長也需要配合治療計畫在家中實施，以達到最佳的治療效果。

如何幫助孩子改善語言不流暢問題？

當孩子的語言不流暢時，家長往往會感到緊張，並告訴孩子「慢慢講，放輕鬆」。然而，這種反應可能會讓孩子更加意識到自己的問題，從而產生更大的壓力。要改善孩子的口吃問題，家長的認知和參與扮演著關鍵的角色。

建議家長在孩子出現結巴時，先觀察孩子語言不流暢的情況，例如：在什麼情境下孩子比較容易結巴？一句話中重複字眼的頻率是多少？是否有不適當的停頓？是否有伴隨著不自然的臉部表情，如眨眼或聳肩等動作？這些訊息將有助於專業人員在未來提供協助時作為診斷的參考。

結語

透過以上方式，家長可以降低孩子在語言溝通環境中的壓力，並增強他們的自信心。如果孩子口吃的程度和頻率沒有下降，則應尋求專業協助，如前往復健科門診接受醫師的評估和語言治療。🌐

家長的角色與策略

家長可以透過以下方法，建立無壓力的溝通環境，以減少孩子語言不流暢的情況：

- 1 當與孩子對話時，家長應放慢語速，並以輕鬆的態度進行溝通，給予孩子充足的時間來理解和反應。
- 2 避免糾正或提醒孩子的語言行為，也不要刻意告訴孩子「慢慢來，不要緊張」，這只會讓孩子更加意識到自己的語言問題。
- 3 讓孩子以自己的速度說話，以減少溝通壓力。
- 4 家長可以在睡前故事時間，以流暢且緩慢的速度說故事。這不僅可以提供孩子語言溝通的範例，也能建立親密的親子關係，增加孩子的安全感和自信心。
- 5 對孩子持有正面積極的態度，並及時給予鼓勵。同時，鼓勵孩子發展多元的興趣，以建立他的自信心。
- 6 關注孩子生活中是否存在壓力源，並協助消除。例如，與家庭成員討論如何與口吃的孩子相處，以減少壓力源。



示意圖非當事人