言語治療快訊 2

大家好，我是駐校言語治療師**常 sir**。在今期的言語治療快訊中，我會跟大家分享如果學生在家很健談，但總是拒絕與陌生人說話，應怎樣辦?

如果孩子在家很健談，但他總是拒絕與陌生人說話，成人須小心孩子會否患上選擇性緘默症 (Selective Mutism)。選擇性緘默症是一種發生在兒童與青少年的疾患，這些孩子的語言理解與表達能力正常，但卻選擇在某些場合中保持沉默。有選擇性緘默症的兒童選擇沉默的情況各有不同，有些是在公共場所不說話，有些是面對家人以外的人就不說話，最典型的是在家裡可以與任何人講話，但一出外就不說話。

診斷選擇性緘默需有以下 5 個臨床特徵:

1. 選擇性緘默持續時間超過 1 個月
2. 沒有言語障礙或第二語言學習問題
3. 沒有自閉症、精神分裂症、智力發育遲緩或其他發育障礙等發育或心理疾病
4. 只在某些需要溝通的場合不能說話，但在另外一些場合則能正常說話
5. 通常有生活環境改變影響到患者

如果在應諮詢心理學家或醫生的意見後，診斷孩子患上選擇性緘默症，家長需小心以下注意事項:

1. 避免給予精神刺激
   要儘量避免給孩子各種精神刺激，也須培養孩子更為廣泛的興趣愛好和開朗豁達的性格

2. 提供良好的家庭環境。
   家長需給孩子提供一個融洽的家庭環境，減少對孩子粗暴呵斥。家長可經常鼓勵孩子主動與別人交流，包括利用眼神、手勢、身體姿勢、言語、文字等，但不強迫孩子說話。

3. 給予支持性心理治療
   鼓勵參加集體活動，以逐漸消除對陌生人和新環境的緊張情緒。家長可以組織一些團體遊戲，邀請其他同學或小朋友來家作客，和孩子一起遊戲，讓孩子在熟悉的環境中與其他同學或小朋友交流溝通。來訪的小朋友可以由熟悉的人，逐漸加入一些陌生的人，由少人改到多人，最終令孩子敢於在陌生環境和陌生人溝通。

4. 轉移緊張情緒
   當孩子不說話時，不要過分注意，要避免強迫孩子開口，以免使情緒更緊張，甚至出現「反抗心理」。建議採取轉移的方法，如陪伴孩子一起進行親子遊戲，一起外出遊玩，從而分散孩子的緊張情緒。

5. 採取行為矯正治療
可以使用正面強化方法，當孩子剛張開口講話時，及時給予鼓勵；也可以用孩子最喜歡、最需要的東西作為獎勵，讓孩子繼續說話。

6. 主動告訴老師
主動告訴老師孩子的病情，使老師可以在校內活動時或玩耍時，有意識地多照顧孩子的社交，並讓班中的同學多給孩子一些適當的幫助，讓小朋友玩時帶上孩子，並減少孩子單獨獨處的機會。孩子不願說話時，老師亦知道不要強迫他，這樣可讓孩子感到環境沒有任何壓力。

7. 親子談天
父母每天抽出至少 30 分鐘與孩子談話，並允許孩子不回答問題，以減輕孩子內心的緊張和焦慮。

8. 主動表現
經常鼓勵孩子表現自我，這樣可以讓孩子感受到自身能力被外人的讚賞，增強自信心。

9. 社交機會
可以多帶孩子到公園去玩，父母在孩子面前主動與陌生人交流，並啟發孩子學到與人交流的一些方式。

10. 採取藥物治療
對一些症狀較重的孩子，在醫生的指導下服用抗抑鬱類藥物。