

### 懶音問題要解決嗎?

父母很多時會投訴孩子說話有懶音，這算是發音不準問題嗎?

徐說，何謂懶音沒有標準，很多時是尾音不正確，例如「港」說成「趕」，這是語音辨別問題。港是後鼻音「ng」，趕是前鼻音「n」。又或筆「bat1」說成北「bak1」，亦是語音辨別問題。

懶音問題不單出現在兒童身上，成人亦常有。無論兒童或成人，如因為說話太多懶音，影響說話清晰度、社交、工作，就要考慮見言語治療師，透過練習很快可以改善。如沒有影響溝通，對方又聽得明白，就毋須擔心。

如孩子的發音或懶音問題嚴重影響溝通及社交，家長宜及早處理。

### 如何改善兒童發音?

父母如發現兒女有發音問題，可見言語治療師先作評估，通過標準化的測試，了解其發音問題特徵及原因，然後設計合適的改善方案。「標準化測試包括語音測試，例如透過圖卡或玩具請小朋友逐個字說出並記錄，然後進行語音分析，例如是否聲母元音、複元音改變。辨識原因後，再度身訂做訓練計劃。

「一般會先做聲辨能力訓練，分辨錯對的發音，亦會教家長分辨，讓他們在日常生活中提醒小朋友。然後進行目標發音訓練，課程循序漸進，由單音、單字開始，然後詞語、句子、對話等直至能掌握正確發音。亦會設計遊戲令小朋友訓練時感覺開心愉快，不會感到壓力，讓他們主動參與，建立信心及保持發音的穩定性。改善發音訓練，家長一齊參與，效果更好。一般經過八至十堂的訓練，大部分個案都能改善發音。」

通過標準化測試，可了解兒童發音特徵。

### 口部肌肉訓練有用嗎?

經常聽到進行口部肌肉訓練，可以改善發音，真的嗎?

徐說，口腔肌肉訓練是針對發音器官如嘴唇、舌的活動，如「m」音、「b」音要運用嘴唇，「t」音及「d」音需要舌尖活動。「口腔肌肉發展正常及適當地運用能發音準確，但不是所有發音問題都因為口腔肌肉發展欠佳或運動不佳造成，例如小朋友的嘴唇、舌頭或上下顎的活動能力協調問題或耐力不足，都有機會影響發音，在此情況下，小朋友需要進行系統性的口肌訓練。言語治療師會利用小工具如膠棒、吸管或吹泡泡來做特別練習，或配合特別按摩技巧，提升口腔肌能，從而改善說話能力及進食能力。」

徐敏儀特別提醒父母如發現兒女有發音問題，要以正確態度對待——「切勿取笑，或刻意模仿其發音，應經常和孩子練習，過程應保持輕鬆，不要令小朋友感到挫敗，切勿心急，勿過分勉強，否則會影響其自信及溝通意欲。」

透過一些遊戲式訓練，可以提升口腔肌能。

### 個案分享

四歲的軒仔剛入讀幼稚園，老師發覺他很喜欢說話，但很多時發音及咬字不清，無法了解他說話內容。當別人不明白他所言時他表現得非常不开心，老師建議家長帶軒仔見醫生及言語治療師。醫生檢查後排除聽力、智力問題及肌肉問題；之後由言語治療師評估，發現他不太懂得分辨「t」及「d」音，以致將「頭」的「t」音說成「g」音，「d」音的「豆」說成「g」音的「狗」，「s」音又說成「g」音，使「梳」變成「哥」。

由於「s」音在音能發展屬較後期，故言語治療師先進行「t」音及「d」音的訓練，由辨別正確發音開始，要軒仔準確聽出兩組音的分別，如「拖」及「哥」，「豆」及「狗」能分辨，才進行模仿。言語治療師透過視覺（觀察嘴形），觸覺（小工具指住舌頭）提示，由單字、詞語開始訓練，經過八堂，軒仔已經可以在日常生活中準確掌握「t」音及「d」音。在整個訓練過程中，得到媽媽的配合在家居練習，故軒仔順利改善發音。

言語治療師會利用玩具增加治療的趣味性，提高學習的興趣。



養和醫院言語治療師 徐敏儀

兒童由BB時期牙牙學語，到了入學年齡，大都能掌握正確發音，有簡單的敘事能力。但有時父母會發現愛說話的孩子口齒不太清楚，說來說去外人都無法明白他的意思，這時便應留意。如有咬字、發音問題，宜及早矯正。

今期就由言語治療師講解如何辨識兒童的發音問題，以及如何通過訓練糾正發音。

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：陳孝傑



### 甚麼是發音問題?

養和醫院言語治療師徐敏儀說，咬字不清，例如「家」說成「打」（量詞），即「g」音變成「d」音；「包」說成「爸」，即複元音「au」變成單元音「a」；「橙」說成「鐘」，即後鼻音「ng」尾音變成前鼻音「n」；又或「星」sing1變成「醒」sing2，這是聲調錯誤。即是聲母、尾音、複元音及聲調有錯都可以導致咬字不清。



橙是後鼻音「ng」，鐘則是前鼻音「n」。

### 小朋友是如何學懂發音呢?

「幼兒一般由簡易發音開始，如爸爸、媽媽這類雙唇音開始，慢慢掌握一些較難的發音，如「s」音的手、聲等。

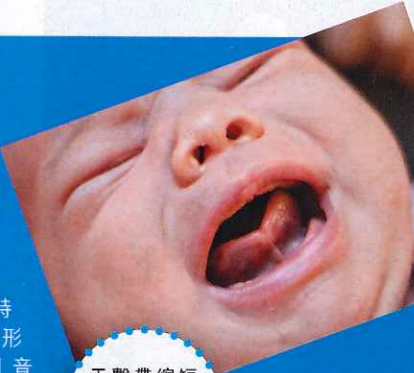
「通常透過模仿或適當示範便能學懂及掌握發音，毋須經過特別訓練。一般到五或六歲，發音的成熟程度與成人相若。」

### 發音不準因為翹翹根?

很多父母將兒童發音問題歸咎於「翹翹根」，並認為「翹翹根」便能解決，徐敏儀指出翹翹根只是其中一個影響兒童發音的原因。「這稱為舌繫帶縮短症，即舌下薄膜不夠長，影響舌尖活動，例如無法伸出舌頭，舌頭無法越過嘴唇，但只有少數初生嬰兒有此症。當小朋友口腔發育成長，結構一改變，此症就會自然消失。」徐說。

父母如何及早辨識兒女有舌繫帶縮短症?徐敏儀說，可觀察幼兒吸奶時有否困難?或說話時舌頭活動少，舌尖無法伸出越過門牙，或伸出時呈W形狀，說出一些與舌尖有關的音，如「t」音的「台」，「d」音的「豆」，「l」音的「綠」都說不清楚或混淆，就可能有舌繫帶縮短症，宜見醫生作詳細檢查，如確診，可通過剪翹根手術矯正。

不過她強調，臨牀經驗中只有少數發音問題是由繫帶縮短症造成。



舌繫帶縮短症，俗稱翹翹根的確會影響發音。

### 影響發音原因?

真正影響兒童發音，有以下多個原因：包括聽覺問題，口腔結構功能異常如兔唇或牙齒排列不齊（哨牙、倒及牙），另外智力，腦神經發展問題亦可能影響口腔肌肉不協調，致出現發音不準問題。

「而最常見的是小朋友的語音辨別能力，導致發音錯誤。亦有原因不明的！」徐說。

如懷疑兒童有發音問題，應該何時見醫生或言語治療師?

徐說兒童掌握發音由易到難，按部就班，如三、四歲時可說清楚「b」音如爸爸，「m」音如「媽媽」，「j」音如「魚」，「d」音如「豆」；五至六歲能掌握較難的發音如「ts」音的「車」，「s」音的「手」。家長可留意兒女及他的同齡朋友發音能力，如大家都差不多，便不算有問題。如孩子經常將「手」說成「豆」，家長可以示範說清楚，如仍然沒有改善，又或與同齡兒童的發音有差距，應及早見專業人士。

如懷疑兒童發音與聽覺有關，可進行聽力測試。

