

長沙灣天主教小學

學生支援組

家長小錦囊

各位家長，你們好！我是本年度學校的言語治療師陳惠賢姑娘。

很多家長常常向我查詢子女是否需要接受言語治療服務，因為孩子常常說話「一句起、兩句止」，說話又「有頭無尾」！

為了讓家長更了解自己的子女是否需要接受言語治療服務，現在就讓我們一起了解和言語治療相關的語言問題類別。

語言問題類別：

	特徵
表達及理解問題	<ul style="list-style-type: none"> 對文字及說話理解力不足 答非所問 說話或書寫時辭不達意，內容及組織混亂，或未能使用完整句子
發音問題	<ul style="list-style-type: none"> 咬字發音不準確、說話令人難以明白 例如：「狗」說成「豆」；「星」說成「丁」；「花」說成「爸」
聲線問題	<ul style="list-style-type: none"> 聲線經常沙啞 說話走音、失聲 音調偏高或偏低 說話時容易疲倦或中氣不足
流暢度問題 (口吃)	<ul style="list-style-type: none"> 說話中重複字/詞，如：「我我我.....想食食食.....餅。」 要掙扎一會才開始說話 口吃時出現小動作 害怕目光接觸及說話
社交溝通問題	<ul style="list-style-type: none"> 很難和他人結交朋友 很少和他人有眼神接觸 常打斷別人的說話 未能與他人維持正常的對答

如果子女有以上的問題怎麼辦???

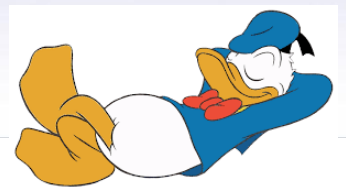
表達及理解問題

- 運用較簡單及重點式的說話來和他們講解
- 運用視覺提示幫助理解，例：圖表、腦圖
- 多給予孩子表達的機會



流暢度問題 (口吃)

- 跟孩子一起放鬆心情
- 不要給予負面回應，如：唔知你講咩
- 不要模仿他們口吃的情況



發音問題

- 不需改正孩子說話時的每一個錯誤
- 不應模仿他們的錯誤
- 給予他們正確的示範
- 鼓勵他們張大嘴巴說話



社交溝通問題

- 嘗試幫助他們表達內心感受
- 不回應離題的提問
- 多製造討論的機會
- 多讓孩子參與朋輩活動，例：桌遊



聲線問題

- 讓他們習慣多喝開水
- 鼓勵他們減少大聲說話
- 鼓勵他們減少吃煎炸食物 / 甜食



如家長懷疑子女有以上的言語問題，歡迎向言語治療師陳姑娘或老師查詢。

時間管理

為甚麼要學習運用時間？

時間是有限的，但我們的責任(例如溫習、做家務等)和想做的事情(例如玩樂、自己的興趣等)卻有許多。孩子要學習有效地運用時間有助他們完成自己的責任之餘，又能兼顧興趣，使光陰過得充實和有意義，家長們也要協助孩子學會善用時間。

如何讓子女訂定良好的時間表？

第一步：讓孩子嘗試寫出每天的活動

大部分孩子都會先安排自己玩樂的時間，把做功課或溫習的時間編到最後才完成。

這時候，家長需要與孩子檢討問題，讓孩子發現自己訂立的時間表有不足之處。

時間	活動
1 9:00 - 9:01	洗手 20秒
2 9:02 - 9:20	早餐
3 9:20 - 9:21	洗手 20秒
4 9:21 - 10:00	溫習 / 功課
5 10:00 - 10:15	遊戲時間

第二步：讓孩子學會訂立目標

訂立目標有助孩子集中意志力去追求預期的成果



- ✓ 目標要清晰明確
- ✓ 成果可以量度的
- ✓ 按能力作出計劃
- ✓ 有時間上的限制



第三步：讓孩子學會分配時間

孩子要計劃一下，並安排好行動的先後次序，再給予每項行動所需要的時間及最遲需要完成的日期。



- ✓ 時間表不可填太滿
- ✓ 要預留時間處理突發事情

第四步：讓孩子學會避免拖延

拖延大多數是由於人為因素，可能因為缺乏興趣、逃避困難的事情、沒有迫切性、缺乏獎勵或過分憂慮等。

只要立下決心，大多數的拖延原因都是可以解決的。

第五步：讓孩子學會恰當分配時間

時間表中要訂定小休時間，鬆弛身心，休息時可以聽聽音樂，做伸展活動，或做自己的活動。自己有興趣的休息後，孩子便能更集中精神，並繼續進行自己訂定好的時間表。

