

# 治療性遊戲對住院兒童療效之初探

## The Exploration of Therapeutic Play Effect With Hospitalized Children

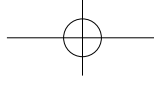
王孟文<sup>1</sup>  
Meng-Wen Wang<sup>1</sup>

### 摘要

住院兒童在面對醫療的介入、限制和未知，會感到焦慮不安、恐懼，而焦慮情緒會影響兒童的疼痛程度和手術後的復原狀況；面對這些情緒與壓力，兒童會用哭泣、攻擊等行為，來嘗試表達情緒、需求，重新找回控制感。治療性遊戲可以在三方面有效協助兒童，包含：1. 醫護人員和照顧者、兒童建立安全信任的關係；2. 有效緩解兒童在術後的疼痛，也能增加兒童復健的配合度；3. 調適兒童負面情緒和住院壓力。在具體運用上，在醫療介入前，醫護人員透過治療性遊戲，幫助兒童了解治療的介入流程，減緩兒童的恐懼，增加平靜和放鬆的情緒；同時增加兒童和醫護人員間的信任度，兒童會透過遊戲來演出內在狀態，也有助於醫護人員了解兒童的需求；在緩解身體疼痛的部分，醫護人員藉由演戲、角色扮演、繪畫、黏土等注意力轉移和復健遊戲活動，來有效減緩疼痛；治療性遊戲有效幫助兒童宣洩情緒，緩解焦慮不安，以及增加安全感、控制感。最後本文提出治療性遊戲於實務上的建議，醫護人員依據兒童的身心狀況來設計合適的治療性遊戲，以達到改善醫病關係、生理舒緩以及情緒減壓的目標。

**關鍵詞：**治療性遊戲、住院兒童、遊戲治療、負面情緒、疼痛

<sup>1</sup>國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所博士候選人  
通訊作者：王孟文，（802）高雄市苓雅區和平一路116號 國立高雄師範大學，E-mail: WMW1018@gmail.com



## 壹、前言

近年因COVID-19的盛行，國內許多研究支持治療性遊戲對於不同疾病的住院兒童有幫助，例如COVID-19兒童（徐佩瑜等人，2022）、肺炎兒童（楊宜靜、吳麗敏，2021；劉怡君、林秀玟，2020）、腸沾黏兒童（蕭念庭等人，2021）、自閉症類群障礙兒童（謝芸蓁、賴靜怡，2021）。國外治療性遊戲治療研究則著重於緩解兒童疼痛（Lemos et al., 2016; Mohan et al., 2015; Pillai et al., 2011）以及減緩住院兒童焦慮情緒（Al-Yateem et al., 2015; Al-Yateem & Rossiter, 2017; Wong et al., 2018; Yayan et al., 2020）。由此可見，治療性遊戲治療已被廣泛運用於協助住院兒童，減緩住院的身心不適。

生病住院對兒童而言，是負面經驗，也是壓力事件，兒童被迫離開原本的生活環境，熟悉的家人、同學，遊戲和娛樂減少；加上住院期間，行動受限，治療過程的不舒服，都會增加兒童的負面情緒，甚至可能會造成創傷，影響兒童後續人格發展（Salmela et al., 2010）。早在2000年英國依據「聯合國兒童權利公約」，推動「兒童友善醫療計畫」（Child-Friendly Healthcare Initiative, CFHI），就提到住院兒童的權利，強調兒童在住院期間，應減少兒童因為醫療而害怕、恐懼、焦慮，且兒童有權依照其年齡、心理發展、情緒，給予適合的玩具、書籍、視聽媒體，兒童在醫院，仍有權利遊戲和學習成長（Southall et al., 2000）。以確保兒童在住院期間，除了有良好的醫療照顧以外，也能緩解對醫療的恐懼等負面情緒。

加上因為兒童受限於語言表達能力，即使有痛苦和不舒服，也難以用言語表達，而治療性遊戲依據兒童的認知發

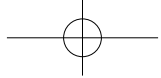
展，設計出符合其年齡的遊戲，以促進住院兒童的身心健康（Koukourikos et al., 2015）。治療性遊戲有助於兒童透過遊戲的方式去玩出情緒、表達需求與內在狀態，可以有效紓解住院過程中的負面情緒，因此本文整理治療性遊戲在住院兒童的療效和運用，以作為協助住院兒童的相關醫療人員的參考。

## 貳、住院兒童的情緒狀態與因應

兒童住院期間，面對陌生的侵入性治療、疼痛的醫療過程，兒童會感到失控、挫敗、面對陌生環境以及和家人分離經驗，對兒童而言，都是很大的壓力事件。兒童相較於成人，在醫療過程中，情緒上更容易受挫，因為兒童有困難了解醫療計畫，且醫護人員難以用符合兒童年齡認知的方式告知醫療手術規劃（Li & Lopez, 2008）。面對未知和失控，造成兒童的壓力和焦慮不安，以下說明住院兒童的情緒壓力，對疼痛和術後復原的影響，並整理兒童可能採用的情緒因應樣態：

### 一、住院兒童的情緒與壓力

兒童在住院期間，兒童跟原本的家庭、生活環境分開，缺少個人隱私空間，面對醫療過程的介入和限制、未知過程，對兒童來說可能會產生創傷，在返家後仍有情緒困擾，或對發展和自尊產生負面影響（Godino-Iáñez et al., 2020）。兒童在住院期間，可能經驗到負面的行為和情緒，例如壓力、恐懼、焦慮、身體完整性受損、身體疼痛、活動能力受到限制、不安全感、和不確定性，產生失眠、哭泣、遺尿、行為退化，可能造成兒童的壓力和創傷，使兒童成年後



仍逃避醫療護理 (Nicola et al., 2014)。由此可見，住院對兒童來說，面對人與環境的改變，產生壓力和複雜情緒，都可能對身心造成長期的影響。

兒童住院的諸多情緒中，許多研究都關注到分離焦慮，此為住院一開始，就會產生的明顯情緒。兒童跟父母分離，會產生分離焦慮，分離焦慮可分為三階段，包括抗議期 (protest)、絕望期 (despair) 與拒絕期 (detachment)，在壓力情境下，兒童可能會出現不讓照顧者離開、身體和口語的攻擊行為，來減緩焦慮跟害怕 (Hockenberry & Wilson, 2018)。兒童試圖藉由這些不配合的行為，來表達情緒，企圖找回掌控感，得到照顧者的安撫。有研究指出，兒童住院期間，主要照顧者的陪伴很重要，父母的安慰、支持、鼓勵和幫助兒童分散注意力，都有助於兒童情緒穩定，並可以增加兒童在醫療上的合作性 (Sundal & Lykkeslet, 2019)。

## 二、兒童負面情緒對疼痛和術後恢復的影響

兒童的負面情緒，會對疼痛造成影響，並進一步影響術後的恢復。He 等人 (2015) 研究發現兒童手術前的焦慮與術後疼痛程度有密切相關，且兒童參加遊戲治療後，疼痛程度明顯下降。手術前焦慮水平較高的兒童，術後使用較高劑量的止痛劑，譫妄和失眠發生率更高，出現更多併發症，恢復過程也更長 (Kain et al., 2006)。

另有研究指出除了父母的焦慮會影響兒童的情緒，並進一步影響術後疼痛程度。根據 Yayan 等人 (2020) 的研究發現父母的焦慮水平與兒童術前和術後疼痛的水平相關，高度焦慮的父母，其兒童疼痛程度較高；而治療性遊戲可以有

效緩解兒童焦慮情緒和疼痛。

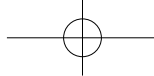
統整上述，可以發現負面情緒會使兒童感受到更多的疼痛，並使術後復原狀況不佳。因此醫護人員除了協助兒童的調適情緒外，也須留意照顧者的情緒，主要照顧者可能會有焦慮、內疚、憂鬱、無力等情緒反應，此時醫護人員如果能夠教導主要照顧者運用治療性遊戲，可減輕主要照顧者的焦慮情緒，也有助於兒童減緩疼痛和術後恢復。

## 三、住院兒童的情緒因應

住院期間，兒童面對各種壓力與情境，有其因應方式，如 Salmela 等人 (2010) 研究學齡前兒童在就醫期間面對恐懼的因應策略，研究結果將兒童的因應策略分為三個導向：1. 問題導向，指藉由了解醫療資訊、解決問題，或是向成人尋求協助，來減緩恐懼；2. 情緒導向，指兒童調適情緒來減緩焦慮；3. 功能導向，指兒童運用退縮、攻擊或遊戲來因應情緒；研究訪談兒童在住院感到不安時，會使用哪些情緒因應方式，其中兒童最常提到的是主要照顧者的陪伴 (牽手、坐在膝上)，其次是醫護人員的幫助和安慰、正向想像和幽默 (想美好的事、回家後可以做什麼事、角色扮演) 以及玩兒童熟悉的安全玩具 (兒童的睡前玩具、畫畫)。由此可知，兒童在面對醫療感到恐懼、害怕時，發展出自己的因應方式，來減緩焦慮情緒，相對的，醫護人員和主要照顧者也可以運用這些方式，結合治療性遊戲，來幫助兒童放鬆與減緩焦慮。

## 參、治療性遊戲的階段與類型

遊戲是兒童的本能，兒童透過遊戲



去玩出內在世界，表達情緒和需求，在遊戲中嘗試問題解決方法，因應生活中的困難或是內在衝突。遊戲治療（play therapy, PT）可以提供兒童心理與情感上的安全感；鼓勵兒童有更正向的態度；安全的表達負面情緒；促進兒童的責任感和控制感；提升關係的穩定性（Kool & Lawver, 2010）。相較於治療性遊戲，遊戲治療在玩具的選擇上比較多元，重視兒童自發性的創意和遊戲、體驗情緒。治療性遊戲（therapeutic play, TP）的目的是協助兒童在住院期間，能夠緩解情緒的焦慮不安，有機會表達情緒、想法和需求；治療性遊戲有助於評估兒童對疾病和手術的感受和知識，與兒童建立信任感，讓兒童理解醫療過程，並有溝通和參與決策的機會，有助於維持兒童的自尊與自信，增加兒童的控制感（Zengin et al., 2021）。以及提升醫療介入的合作性，增加治療的正向經驗，達成住院治療的目標，也提高兒童返回醫院複診的意願（Zahr, 1998）。治療性遊戲的階段與類型整理如下。

Vessey和Mahon（1990）將治療性遊戲分為三個類型，包括1. 情緒宣洩性遊戲：協助兒童在接受醫療介入過程，感到不安、焦慮害怕等情緒時，可以宣洩情緒並重拾掌控感，例如用娃娃進行角色扮演，使兒童表達內在情緒；2. 指導性遊戲：幫助兒童了解治療目的、病況以及醫療介入流程資訊；3. 生理促進性遊戲：提升兒童對醫療介入的參與度，在遊戲中促進治療效果。

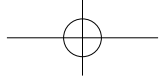
Caleffi等人（2016）研究結構化治療遊戲，運用於住院兒童護理模式，用深度訪談和觀察遊戲治療過程蒐集資料。結構式遊戲治療分為三階段，分別為歡迎、遊戲、結束；治療遊戲分三個類型，戲劇性、教學性、治療性；戲劇遊戲，幫助兒童情緒釋放，並讓兒童有機會表達感受，從

被動轉變為主動的角色；教學遊戲指讓兒童了解醫療過程；治療遊戲幫助兒童藉由遊戲幫助身體復原。

Ayan與 ahin（2023）將治療性遊戲分為三階段，第一階段為熱身賽；第二階段為進行活動，遊戲內容以減緩兒童焦慮為目的；第三階段為結束活動，讓兒童自由遊戲；治療性遊戲媒材包括智慧人、知識樹、觀察娃娃、手術室和病房模型、人體玩具和醫療用品玩具；其研究對象為8~11歲要接受包皮環切術的兒童，在遊戲前，進行治療性遊戲治療，以減緩焦慮，研究結果發現治療性遊戲有效減緩兒童術前術後的焦慮。

高淑貞與蔡群瑞（2020），發展醫院結構化遊戲治療模式，進一步將有助於提升兒童醫院治療適應的遊戲分為五大類，包括「準備性遊戲」，目的是使兒童更願意參與醫療過程；「教育性遊戲」，透過遊戲的示範與模擬，讓兒童理解接下來會進行的醫療過程；「轉移注意力遊戲」，透過不同感官的刺激，轉移醫療過程中的身體疼痛不適感；「復健性遊戲」，使兒童在玩的過程中，能夠達到身體復健的效果；「發展類、親子與家庭遊戲」，結合家庭的支持，一起陪伴兒童面對困難的醫療過程。

高淑貞與蔡群瑞（2020），針對侵入性處置提出治療性遊戲方案，方案以支持性兒童中心遊戲治療為關係建立的基礎，並以認知行為遊戲治療，做為設計方案的依據，以降低兒童壓力和焦慮情緒反應，提升醫療品質為目標，進行遊戲治療介入，包括治療前的準備性遊戲與治療後的恢復性遊戲，準備性遊戲可以降低兒童與親友分離的焦慮，並提升兒童對自我的控制感，增加對醫療過程的了解，並增加身心準備度；恢復性遊戲用於幫助舒緩兒童術後，因身體不適，所造成的心理壓力和焦慮不安情緒。



治療性遊戲的模式從開始階段與兒童建立關係，到工作階段，和依據兒童的需求，評估兒童的醫療階段，需要準備性遊戲還是復健性遊戲，再依據兒童的不同年齡與住院議題，設計遊戲內涵。表1為研究者依據相關文獻統整治療性遊戲治療的階段與類型。從文獻中可以歸納出三個文獻的共同點，都看重情緒調適、治療介入的教育指導以及治療後的復健遊戲。

另有以治療壓力情境作為遊戲階段的設計，Zhao等人（2022）以5~12歲兒童的腎臟切片檢查，作為研究對象，用「腎穿尋寶記圖畫書」搭配「腎臟切片檢查遊戲包」，遊戲模擬治療過程，設計破關挑戰，向兒童說明在檢查過程中，有哪些壓力情境，醫療人員進行的醫療步驟、兒童可能感受到的不適、以及每個壓力情境，期待兒童合作的行為，以減緩兒童焦慮和提高兒童合作行為。

不同的年齡層依其認知發展，在治療遊戲的媒材上，有不同的選擇，治療性遊戲治療的相關研究，研究對象多為6~12歲兒童。依據Piaget的認知發展，兒童在運思前期（2~6歲），具有表徵能力和想像能力，開始出現扮演遊戲，例如扮家家酒、醫生病人遊戲，也適合閱讀繪本，玩黏土、娃娃等幫助兒童情緒抒

發和提升問題解決能力的遊戲；兒童進入具體運思期（7~12歲），遊戲有規則和目的，出現社會性遊戲，例如捉迷藏（Landreth, 2012）。此時期可以運用競賽遊戲、圖畫、繪本來幫助兒童了解治療過程和抒發情緒。

治療性遊戲被廣泛運用在減緩兒童的焦慮情緒和疼痛，提升控制與因應能力，並能讓兒童更了解醫療過程中發生的事情，醫護人員和兒童一起遊戲，幫助兒童對醫療各階段有更完整的了解，有更高的心理準備度，在面對醫療介入，能有更好的因應方式。

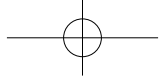
#### 肆、治療性遊戲運用於住院兒童的療效

醫護人員和兒童進行的遊戲活動，對兒童分別在三方面有幫助，包含：1. 醫護人員、家長與兒童間信任關係的建立；2. 生理上減緩疼痛與術後復健；3. 心理上有助於調適負面情緒，減緩住院壓力。

第一部分建立信任關係方面，治療性遊戲能夠建立安全信任的氛圍，醫護人員運用遊戲活動，讓兒童更了解治療介入過程，以及兒童需要如何配合醫療介入，增加兒童的安心感，也提升兒童

表1  
治療性遊戲治療的階段與類型

	Vessey與Mahon (1990)	Caleffi等人 (2016)	高淑貞與蔡群瑞 (2020)	Ayan與Şahin (2023)
階段		1.歡迎 2.遊戲 3.結束	1.治療前：準備性遊戲 2.治療後：恢復性遊戲	1.熱身賽 2.進行活動 3.結束活動
類型	1.情緒宣洩性遊戲 2.指導性遊戲 3.生理促進性遊戲	1.戲劇性 2.教學性 3.治療性	1.準備性遊戲 2.教育性遊戲 3.轉移注意力遊戲 4.復健性遊戲 5.發展類、親子與家庭遊戲	



配合醫療介入的意願，同時家長看到醫護人員示範如何安撫兒童，對家長而言，感到有後盾和被支持，家長也會學習醫護人員的遊戲活動來與兒童互動。第二部分治療性遊戲藉由轉移兒童注意力，或是將復健變為有趣的遊戲，使兒童在生理上能夠減緩疼痛，在復健或醫療介入中，增加疼痛的耐受性。第三部分治療性遊戲幫助兒童表達情緒和擔憂，提升安全感，減緩焦慮和壓力。

藉由遊戲將住院環境變成一個有趣、有吸引力和好玩的環境，有助於兒童達到更好的醫療效果。研究者整理如下圖1，具體來說治療性遊戲對兒童存在關係、生理、心理等面向的助益，詳細說明如下：

### 一、治療性遊戲用於說明醫療流程有助於增進醫病信任關係

兒童在面對醫療介入時，處於陌生的醫療環境、不熟悉的人員和未知的醫療介入，會感到害怕焦慮，此時如果能夠和兒童建立信任安全關係，讓兒童了解醫療流程，可以使兒童對醫護人員更感到安全、信任，並減緩兒童面對未知的恐懼。兒童和醫護人員間的信任度提

高，較能夠與醫護人員合作（Teksoz et al., 2017）。也有助於兒童和家長做醫療決定（Gesteira et al., 2011）。

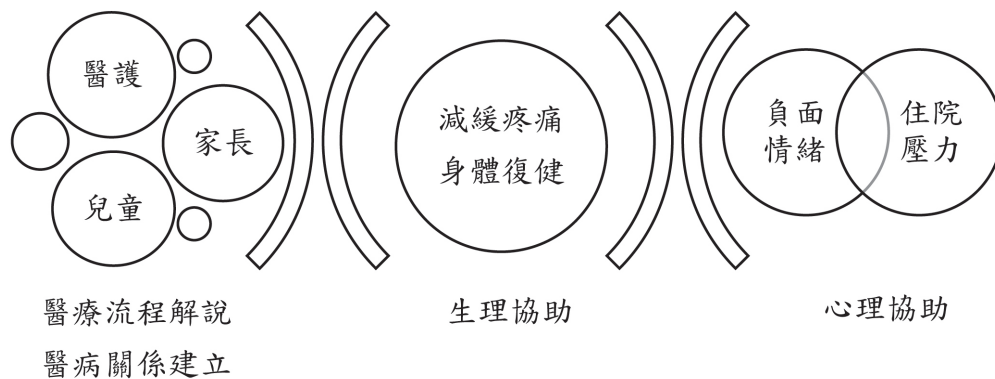
研究發現醫護人員在手術前將兒童入院到出院的系列事件用木偶演一遍，說明兒童在醫療過程中可能會有的感受，鼓勵兒童使用手偶重演遊戲，並鼓勵兒童表達感受和疑惑、不安，使兒童會更了解醫療過程，醫護人員也能藉此回應兒童的困惑（徐佩瑜等，2022；Zahr, 1998）。

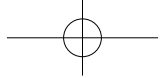
針對不同的病況的兒童，醫護人員會採取不同的治療性遊戲，來向兒童說明醫療過程，以建立信任感和減緩不安情緒。Wong等人（2018）研究治療性遊戲對接受石膏去除手術兒童的影響，用虛擬圓鋸和娃娃，示範說明石膏去除過程。

Co kuntürk與Gözen（2018）針對心臟病患兒童，在術前提供恢復健康教育手冊，創造手術場景，並由兒童擔任醫生角色，為泰迪熊開刀，過程中醫療人員指導兒童做心臟手術流程，治療性遊戲結束後，醫療人員說明手術後恢復過程的狀況。

Zengin等人（2021）將治療性遊戲運用在肝移植兒童，了解兒童對醫療過

圖1 治療性遊戲對住院兒童助益的概念圖





程恐懼的原因，並依照兒童的狀況，設計治療性遊戲內容，例如醫療戲劇表演、運用臨床材料製作玩具，結果發現可以有效降低兒童對醫護人員的害怕以及術後的恐懼、疼痛。

另外讓兒童熟悉醫療器材，了解醫療器材沒有想像中的可怕，也有助於增進醫療信任關係。Teksoz等人（2017）將創造性遊戲放入住院兒童護理照護中，使用安全的清潔醫療材料，作為創意遊戲的媒材，例如藥盒、口罩、注射器，媒材容易取得，方便消毒和回收。兒童將醫療材料用於醫生和病人遊戲，照顧生病的娃娃，使兒童更有安全信任感。

治療性遊戲讓家長和兒童都更了解醫療過程，增加對醫療的信任感，治療性遊戲可以有效減少兒童手術前後的壓力，增加兒童對醫療過程的掌控感，也讓醫護人員更了解兒童的擔憂，並透過遊戲與兒童溝通說明，也讓醫療介入過程更順利，提升兒童醫療的參與度。

## 二、治療性遊戲可以緩解兒童疼痛以及有助於身體復健

兒童在接受侵入性治療時，時常因疼痛而哭泣、尖叫、攻擊，用身體抵抗，表現出對疼痛的抗議。治療性遊戲透過玩兒童有興趣的遊戲，轉移兒童注意力，來實現疼痛管理。

治療性遊戲可以緩解住院兒童在醫療過程中的疼痛程度，醫護人員在進行血液採集前，先用手偶示範醫療過程，並鼓勵兒童表達疑惑、恐懼，醫護人員會澄清兒童的疑惑，或跟兒童聊其感興趣的話題，治療性遊戲前後，測量「Wong-Bakers 臉部疼痛評定量表」，研究發現兒童在治療性遊戲後，恐懼和疼痛程度降低（Oluç & Sarialio lu, 2023；Lemos, 2016）。國內有將手偶治療性遊戲應用於腸沾黏分離術

後幼兒，角色扮演兔子醫師及痛痛熊，使兒童轉移注意力，搭配敲打型的情緒宣洩性遊戲，來緩解兒童術後疼痛（蕭念庭等人，2021）。除了運用手偶來減緩疼痛，Ballard等人（2017）為不同年齡層準備兩種為了減緩疼痛的分散注意力遊戲包，第一個套件適合3個月到2歲的嬰幼兒，包括以下玩具：長笛、吹泡泡、指偶、磁力板、螺旋槳、音樂泰迪熊、風車和立體書；第二組套件適合3-5歲的兒童前學齡，包括以下玩具：尋找遊戲、撲克牌、壓力球、貼紙、井字棋遊戲和小球，其中醫護人員發現吹泡泡和撲克牌是最有效分散注意力減緩疼痛的遊戲。其他還有許多不同運用分散注意力緩解疼痛的方式，例如卡通、電子遊戲和拼圖（Mohan, 2015）。治療性遊戲治療已使用許多媒材和方式，被廣泛運用在醫療疼痛管理。

治療性遊戲運用在復健上的相關研究有，劉怡君與林秀玟（2020）運用治療性遊戲於一位學齡前期肺炎兒童之護理經驗，透過「衛生紙吹氣飛行比賽」遊戲，來教導深吸氣和呼氣；用蒸汽火車模組，增加兒童噴霧治療的配合度。楊宜靜與吳麗敏（2021）運用治療性遊戲提升肺炎學齡前期兒童復原力之照護經驗，角色扮演卡通情境用滅火來鼓勵案主喝水，當案主達到目標時，給予口頭肯定和增強物；運用吹紙飛機，來練習深呼吸；播放卡通飲片、拼拼圖來轉移兒童的注意力。鄭崑丹等人（2020）以治療性遊戲合併下肢運動訓練運用在右肱骨骨折的學齡前兒童的護理，以「我與佩佩豬的大冒險」為主題，設計及進行治療性遊戲，兒童練習運用手腳，把象徵橋的藍紅線修理好；讓兒童踢印有動物的紙卡，來象徵讓動物回家；彈簧電話來進行抗阻力運動；腳掌上塗上顏料，來練習腳踩踏運動。治療性遊戲引起兒童興趣，增加兒童用正確的方法



式復健受傷部位，來達到復健效果。

### 三、治療性遊戲有助於兒童調適負面情緒，減緩住院壓力

焦慮情緒會影響術後的復原 (Fortier & Kain, 2015)。在手術前應用治療性遊戲，可以降低手術後的負面情緒 (He et al., 2015)。Tunney與Boore (2013) 在術前提供繪本給要進行扁條線切除的兒童，繪本內容用隱喻的方式說明扁桃腺切除的過程，但避免切除等詞，而是改用隱喻，例如被蝴蝶取出；研究者請兒童於手術後，以畫在醫院的人為題目，發現控制組兒童，圖畫中有較多針筒等尖銳物品或是侵入性治療，但實驗組在看完繪本後，繪畫內容則較多的支持物，代表自我的角色較大、較多溫馨的內容，顯示繪本對兒童有減緩焦慮的效果。

住院對兒童來說無聊又痛苦，因此在兒童住院期間，進行治療性遊戲可以幫助兒童藉由玩具覺察和表達他們的情緒，並改善他們的情緒和行為，因為治療性遊戲可以分散兒童對辛苦醫療過程的注意力和增加娛樂性，遊戲治療結束後，兒童情緒較平靜和放鬆 (Teksoz et al., 2017)。兒童在遊戲中，創造了病人和醫生的角色，兒童扮演醫生，娃娃則扮演病人，兒童將自己在醫療過程中的痛苦和情緒，透過娃娃表達出來，兒童會安撫娃娃，像是安撫自己的心情一樣；兒童本身也轉換成醫生角色，反覆演出醫療過程，增加了自我控制感，減緩身心痛苦，同時讓醫護人員了解兒童期待如何被照顧 (Dantas et al., 2016)。兒童在治療中表現出更適應醫療介入的行為，增加正向情緒、玩樂行為、放鬆身體；恐懼、焦慮和憤怒的行為減少，兒童比較不會哭泣和尖叫，有效幫助醫療介入並接受醫療程序。

許多研究都顯示，治療性遊戲可以減緩住院兒童焦慮情緒，例如Al-Yateem等人 (2015) 研究非結構化的遊戲活動對住院兒童焦慮程度的影響，針對共81位4~7歲兒童，進行三天遊戲活動，遊戲活動的玩具包括符合兒童年齡適合玩的氣球、著色書、臉部彩繪、遊戲麵團、氣泡、講故事、放鬆音樂、小丑醫生，醫護人員積極鼓勵父母和其他家庭成員和兒童一起玩，使兒童從疼痛、陌生的醫院環境和各種醫療和護理干預中轉移注意力，減少焦慮。Yateem與Rossiter (2017) 研究每天進行兩次治療性遊戲治療，早晚各30分鐘，在基線、第2天和第3天遊戲活動結束時，測量「兒童特質焦慮量表」(short-state trait anxiety inventory for children)，結果發現經過三天的遊戲活動，兒童的焦慮程度明顯下降。

國內另有將治療性遊戲緩解自閉症類群障礙的學齡前兒童住院壓力之照護經驗，用玩偶、擬人化遊戲、運用角色扮演讓兒童熟悉醫療器具的使用，安全信任感增加後，在進行治療；說故事轉移兒童注意力；讓兒童選擇注射的部位，增加掌控感；用畫畫來瞭解案主的內在情緒，鼓勵案主表達情緒，舒緩緊張壓力 (謝芸蓁、賴靜怡, 2021)。

另以醫療介入後的情緒和壓力調適為主的醫療遊戲主題研究有，鄭如安 (2010) 以一位唇顎裂兒童為研究對象，進行23次遊戲治療，針對醫療遊戲主題進行資料分析，研究結果發現遊戲治療對兒童有正向影響，住院情緒焦慮量表前後測，正向情緒分數提高，且醫療遊戲主題反映兒童內在轉變，從粗暴攻擊的遊戲行為轉為正向醫療診治行為和認同醫生的遊戲行為。

癌症會給兒童帶來恐懼、焦慮和對未來的不安全感以及抑鬱症狀。透過遊戲



介入，兒童有機會談論死亡，長期住院的癌症兒童的抑鬱症狀可以減輕（Li et al., 2011）。治療性遊戲使兒童對疾病和死亡的看法、態度有機會抒發和改變。

住院兒童會經歷不同程度的焦慮，取決於健康問題的嚴重程度以及父母表現出的焦慮和擔憂程度（Al-Yateem et al., 2015）。醫療環境是否適合滿足兒童的需求，以及醫護人員識別焦慮和痛苦並做出反應同理兒童的能力，將能減少兒童的焦慮（McLaughlin & Kunk-Czaplicki, 2020）。

治療性遊戲針對兒童的狀況，設計出符合兒童醫療需求的遊戲，讓兒童在手術前了解醫療過程，增加對醫護人員和醫療器材的熟悉度，有較好的心理準備，減緩焦慮和害怕，兒童也可以在過程中提出疑問，讓問題有機會得到解答；住院期間的遊戲和創造性活動都有助於兒童應面對住院經歷並減少兒童的焦慮。

#### 四、治療性遊戲治療的療效舉隅

依據研究者在醫療院所的遊戲治療經驗，在新冠肺炎初期，傳染性強，兒童和家人接連進出醫院，但因疫情醫療院所管制嚴格，兒童需要和家人隔離，獨自面對醫療介入，在兒童復原階段後期，開始進行恢復性遊戲治療內容，兒童在遊戲中，玩出新冠肺炎確診就醫時的醫療過程，包括1. 診治遊戲，例如量體溫、使用聽診器，遊戲治療初期，兒童幫娃娃量體溫，多是發燒，或是聽不到心跳，後期則轉為退燒；2. 治療遊戲，例如打針、開刀，遊戲治療初期，兒童幫娃娃開刀比較粗魯，拿開刀用刀亂畫娃娃，有時手術失敗娃娃死掉，遊戲治療後期，娃娃復活的次數增加，手術

成功的比例也增加；3. 用藥遊戲，例如開藥、餵藥、調配營養品和餵營養品、開退燒藥，兒童因怕苦而用黏土調配比較好吃的藥，哄娃娃吃藥，並細心餵藥；4. 撫育類遊戲，例如餵食物、奶嘴、洗澡，娃娃生病了，兒童照顧生病的娃娃。

兒童在遊戲中，扮演醫生角色，遊戲治療初期，較多出現負向撫育和攻擊遊戲，例如生病的娃娃手術失敗死掉、娃娃的病情很嚴重，或是娃娃被其他人或動物攻擊、綁架，遊戲治療初期兒童讓娃娃的家人陪伴在身邊。遊戲治療中期，兒童正向的撫育增加，攻擊行為減少，例如更細心照顧娃娃，好好餵藥和吃飯。遊戲治療後期，兒童在遊戲中，照顧的娃娃病情好轉，兒童請娃娃的家人可以回家，兒童表示自己會好好照顧生病的娃娃，最後娃娃復原並出院。兒童的遊戲主題從娃娃的身體不適到娃娃復原，在反覆玩出打針吃藥過程，減緩對醫療介入的焦慮，也顯示兒童的內在從焦慮無力到有對身體狀況更有安全感和控制感，並從照顧娃娃過程中找回對自我身體的掌控感。

#### 伍、結論

本文從「住院兒童的情緒狀態與因應」、「治療性遊戲的階段與類型」、「治療性遊戲運用於住院兒童的療效」三個面向切入。可以發現第一，兒童生病住院，會經歷身體的不舒服，以及情緒上的害怕、焦慮，而這些負面情緒，會影響兒童預後狀況，雖然兒童在面對住院壓力情境時，會產生因應的策略，但如果醫護人員可以藉由治療性遊戲，來幫助兒童緩解焦慮不安情緒，有助於兒童術後復原。第二，整理治療性遊戲的階段和類型，可以發現治療性遊戲在



階段上的共通性是都有暖身活動，與兒童建立關係，以及進入工作期，依據醫療的目標來設計適合兒童的治療性遊戲，而在遊戲類型上，則分為建立關係、照顧生理和情緒調適。第三，治療性遊戲在療效上有三大部分，分別是醫病信任關係的建立，醫護和家長、兒童說明醫療流程，使其更有安全感；生理上協助減緩疼痛和身體復健；心理上協助調適負面情緒。

綜上所述在治療性遊戲在醫療的前、中、後階段，分別有不同的效果，透過，幫助兒童在面對醫療過程前，透過戲劇、手偶遊戲可以協助兒童理解醫療介入流程，讓兒童更有心理準備進行療程，並可增進醫護人員和兒童間的關係和信任感，提升兒童醫療的參與度，培養兒童面對困境時，能有正向積極的力量，增加掌控感。在醫療介入中期和復原階段，舒緩情緒和焦慮、壓力，緩解兒童疼痛，在遊戲中，用遊戲引導兒童正確復健受傷部位。醫療介入後期，幫助兒童在身心上能有更好的適應。

治療性遊戲雖然會運用在不同住院議題的兒童，但在治療性遊戲的運用上都是以建立關係、減緩焦慮和疼痛、恢復身心功能為目標，並因應兒童年齡發展、身體狀況，需要的醫療介入說明、復健的身體部位，調整治療性遊戲的內容、使用的遊戲媒材、方式。

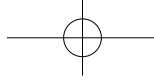
未來趨勢人工智慧將與治療性遊戲治療結合，例如Antunes與Madeira（2022）開發線上遊戲平台，將遊戲概念整合進物理治療復健，依據兒童的基本資料提供符合其等級的遊戲復健動作，增加兒童復健的動力。未來將有更多人工智慧和治療性遊戲治療的結合。

有鑑於國內治療性遊戲，主要由醫療人員設計，以說明醫療流程和演出醫療流程來協助兒童減壓，建議未來在治

療性遊戲能夠增加諮商心理專業人員的專業，透過遊戲治療、親子遊戲，提供更多元的治療性遊戲介入，舒緩照顧者和兒童的情緒，使運用治療性遊戲的效能更加提升。

## 參考文獻

- 徐佩瑜、陳曉梅、廖曉雯、盧美玲（2022）。運用治療性遊戲於一位COVID-19學齡前期兒童之護理經驗。*領導護理*，**23**（2），44-57。[https://doi.org/10.29494/LN.202206\\_23\(2\).0004](https://doi.org/10.29494/LN.202206_23(2).0004)
- 高淑貞、蔡群瑞（2020）。*結構化遊戲治療理論與實務*。國立彰化師範大學。
- 楊宜靜、吳麗敏（2021）。運用治療性遊戲提昇肺炎學齡前期兒童復原力之照護經驗。*長庚護理*，**32**（3），95-105。[https://doi.org/10.6386/CGN.202109\\_32\(3\).0008](https://doi.org/10.6386/CGN.202109_32(3).0008)
- 劉怡君、林秀玟（2020）。運用治療性遊戲於一位學齡前期肺炎兒童之護理經驗。*彰化護理*，**27**（4），60-72。<https://doi.org/10.6540/NTJN.2014.2.011>
- 鄭如安（2010）。醫療遊戲主題之改變歷程分析：以一個住院焦慮唇顎裂兒童為例。*諮商輔導學報：高師輔導所刊*，**22**，123-163。<https://doi.org/10.6308/JCG.22.04>
- 鄭崑丹、吳宜臻、李亭葶、林瑞萍、余幸宜（2020）。治療性遊戲合併下肢運動訓練一位右肱骨骨折之學齡前兒童的護理經驗。*台灣健康照顧研究學刊*，**22**，107-123。
- 蕭念庭、蔡旻燕、許秀峰、呂坤家（2021）。運用治療性遊戲於腸沾黏分離術後幼兒及出院準備之經驗。*澄清醫護管理雜誌*，**17**（4），



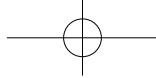
- 45-56。
- 謝芸蓁、賴靜怡 (2021)。運用治療性遊戲緩解自閉症類群障礙的學齡前兒童住院壓力之照護經驗。《長庚護理》，32(2)，124-133。https://doi.org/10.6386/CGN.202106\_32(2).0011
- Al-Yateem, N. S., Banni Issa, W., & Rossiter, R. (2015). Childhood stress in healthcare settings: Awareness and suggested interventions. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 38(2), 136-153. https://doi.org/10.3109/01460862.2015.1035465
- Al Yateem, N., & Rossiter, R. C. (2017). Unstructured play for anxiety in pediatric inpatient care. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 22(1). https://doi.org/10.1111/jspn.12166
- Antunes, A., & Madeira, R. N. (2022). PLAY-model-based platform to support therapeutic serious games design. *Procedia Computer Science*, 198, 211-218. https://doi.org/10.1016/j.procs.2021.12.230
- Ayan, G., & ahin, Ö. Ö. (2023). Effect of therapeutic play based training program on pre-and post-operative anxiety and fear: A study on circumcision surgery in Turkish Muslim children. *Journal of Pediatric Urology*. https://doi:10.1016/j.jpuro.2023.04.032
- Ballard, A., Le May, S., Khadra, C., Fiola, J. L., Charette, S., Charest, M. C., Gagnon, H., Bailey, B., Villeneuve, E., Tsimicalis, A. (2017). Distraction kits for pain management of children undergoing painful procedures in the emergency department: a pilot study. *Pain Management Nursing*, 18(6), 418-426. https://doi.org/10.1016/j.pmn.2017.08.001
- Caleffi, C. C. F., Rocha, P. K., Anders, J. C., Souza, A. I. J. D., Burciaga, V. B., & Serapião, L. D. S. (2016). Contribution of structured therapeutic play in a nursing care model for hospitalised children. *Revista gaucha de enfermagem*, 37. https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190166
- Co kuntürk, A. E., & Gözen, D. (2018). The effect of interactive therapeutic play education program on anxiety levels of children undergoing cardiac surgery and their mothers. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 33(6), 781-789. https://doi:10.1016/j.jopan.2017.07.009
- Dantas, F. A., da Nóbrega, V. M., Pimenta, E. A. G., & Collet, N. (2016). Use of therapeutic play during intravenous drug administration in children: Exploratory study. *Online Brazilian Journal of Nursing*, 15(3), 454-465. https://doi.org/10.2307/20795048
- Fortier, M. A., & Kain, Z. N. (2015). Treating perioperative anxiety and pain in children: A tailored and innovative approach. *Pediatric Anesthesia*, 25(1), 27-35. https://doi.org/10.1111/pan.12546
- Gesteira, E. R., Silva Gonalves, D., Marques, F., & Simões, F. D. (2011). Students' experience for using therapeutic play at practical pediatric nursing. *Journal of Nursing UFPE/Revista de Enfermagem UFPE*, 5(7). https://doi.org/10.5205/reuol.1262-12560-1-LE.0507201132
- Godino-Iáñez, M. J., Martos-Cabrera, M. B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., Vargas-Román, K., Membrive-Jiménez, M. J., & Albendín-García, L. (2020). Play therapy as an intervention in hospitalized children: a systematic review. *Healthcare*, 8(3), 239. https://



- doi.org/10.3390/healthcare8030239.
- He, H. G., Zhu, L., Chan, S. W. C., Klainin-Yobas, P., & Wang, W. (2015). The effectiveness of therapeutic play intervention in reducing perioperative anxiety, negative behaviors, and postoperative pain in children undergoing elective surgery: A systematic review. *Pain Management Nursing, 16*(3), 425-439. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2014.08.011>
- He, H. G., Zhu, L., Chan, S. W. C., Liam, J. L. W., Li, H. C. W., Ko, S. S., & Wang, W. (2015). Therapeutic play intervention on children's perioperative anxiety, negative emotional manifestation and postoperative pain: A randomized controlled trial. *Journal of Advanced Nursing, 71*(5), 1032-1043. <https://doi.org/10.1111/jan.12608>
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2018). *Wong's nursing care of infants and children-E-book*. Elsevier Health Sciences. <https://doi.org/10.1097/MLR.0b013e31825c2fec>
- Kain Z. N., Mayes, L. C., Caldwell-Andrews, A. A., Karas, D. E., & McClain, B. C. (2006). Preoperative anxiety, postoperative pain, and behavioral recovery in young children undergoing surgery. *Pediatrics, 118*(2), 651-658. <https://doi.org/10.1542/peds.2005-2920>
- Kool, R., & Lawver, T. (2010). Play therapy: Considerations and applications for the practitioner. *Psychiatry (Edgmont), 7*(10), 19. <https://doi.org/10.1037/a0017933>
- Koukourikos, K., Tzaha, L., Pantelidou, P., & Tsaloglidou, A. (2015). The importance of play during hospitalization of children. *Materia Socio-Medica, 27*(6), 438-441. <https://doi.org/10.5455/msm.2015.27.438-441>
- Landreth, G. L. (2012). *Play therapy: The art of the relationship*. Routledge.
- Lemos, I. C. S., Silva, L. D., Delmondes, G. D. A., Brasil, A. X., Santos, P. L. F., Gomes, E., & Kerntop, M. R. (2016). Therapeutic play use in children under the venipuncture: A strategy for pain reduction. *American Journal of Nursing Research, 4*(1), 1-5. <https://doi.org/10.21010/ajid.v15i2s.5>
- Li, H. C. W., & Lopez, V. (2008). Effectiveness and appropriateness of therapeutic play intervention in preparing children for surgery: A randomized controlled trial study. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing, 13*(2), 63-73. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2008.00138.x>
- Li, W. H., Chung, J. O., Ho, E. K., & Chiu, S. Y. (2011). Effectiveness and feasibility of using the computerized interactive virtual space in reducing depressive symptoms of Hong Kong Chinese children hospitalized with cancer. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing, 16*(3), 190-198. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2011.00288.x>
- McLaughlin, C. P., & Kunk-Czaplicki, J. A. (2020). Leadership: Theory and Practice by Peter G. Northouse. *Journal of College Student Development, 61*(2), 260-261. <https://doi.org/10.1353/csd.2020.0023>
- Mohan, S., Nayak, R., Thomas, R. J., & Ravindran, V. (2015). The effect of Entonox, play therapy and a combination on pain relief in children: A randomized controlled trial. *Pain Management*



- Nursing*, 16(6), 938-943. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2015.08.004>
- Nicola, G. D. O., Ilha, S., Dias, M. V., Freitas, H. M. B., Backes, D. S., & Gomes, G. C. (2014). Perceptions of the caregiver family member about playful care of the hospitalized child. *J. Nurs*, 8, 981-986. <https://doi.org/10.5205/reuol.5829-50065-1-ED-1.0804201425>
- Oluç, T., & Sarialio lu, A. (2023). The effect of a hand puppet-based therapeutic play for preschool children on the fear and pain associated with blood collection procedure. *Journal of Pediatric Nursing*, 72, 80-86. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2023.06.012>
- Pillai Riddell, R., Racine, N., Turcotte, K., Uman, L., Horton, R., Ahola Kohut, S., & Lisi, D. (2011). Non-pharmacological management of infant and young child procedural pain: An abridged Cochrane review. *Pain Research and Management*, 16(5), 321-330. <https://doi.org/10.1155/2011/489286>
- Salmela, M., Salanterä, S., Ruotsalainen, T., & Aronen, E. T. (2010). Coping strategies for hospital related fears in pre school aged children. *Journal of paediatrics and child health*, 46(3), 108-114. <https://doi.org/10.1111/j.1440-1754.2009.01647.x>
- Southall, D. P., Burr, S., Smith, R. D., Bull, D. N., Radford, A., Williams, A., & Nicholson, S. (2000). The Child-Friendly Healthcare Initiative (CFHI): Healthcare provision in accordance with the UN Convention on the Rights of the Child. *Pediatrics*, 106(5), 1054-1064.
- Sundal, H., & Lykkeslet, E. (2019). Hospitalized children-Parents' and nurses' collaboration in procedural situations. *Pediatric Nursing*, 45(4), 174-179. [https://doi.org/10.1016/S0882-5963\(99\)80067-0](https://doi.org/10.1016/S0882-5963(99)80067-0)
- Teksoz, E., Bilgin, I., Madzwamuse, S. E., & Oscakci, A. F. (2017). The impact of a creative play intervention on satisfaction with nursing care: A mixed methods study. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 22(1). <https://doi.org/10.1111/jspn.12169>
- Tunney, A. M., & Boore, J. (2013). The effectiveness of a storybook in lessening anxiety in children undergoing tonsillectomy and adenoidectomy in northern ireland. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 36(4), 319-335. <https://doi.org/10.3109/01460862.2013.834398>
- Vessey, J. A., & Mahon, M. M. (1990). Therapeutic play and the hospitalized child. *Journal of Pediatric Nursing*, 5(5), 328-333. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.1993.tb00192.x>
- Wong, C. L., Ip, W. Y., Kwok, B. M. C., Choi, K. C., Ng, B. K. W., & Chan, C. W. H. (2018). Effects of therapeutic play on children undergoing cast-removal procedures: A randomised controlled trial. *BMJ open*, 8(7). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-021071>
- Yayan, E. H., Zengin, M., Düken, M. E., & Da , Y. S. (2020). Reducing children's pain and parents' anxiety in the postoperative period: A therapeutic model in Turkish sample. *Journal of pediatric nursing*, 51, e33-e38. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.07.004>
- Zahr, L. K. (1998). Therapeutic play for hospitalized preschoolers in Lebanon. *Pediatric nursing*, 24(5), 449. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.07.004>



doi.org/10.3109/01460868409009771  
Zengin, M., Yayan, E. H., & Düken, M. E.  
(2021). The effects of a therapeutic  
play/ play therapy program on the fear  
and anxiety levels of hospitalized  
children after liver transplantation.  
*Journal of PeriAnesthesia Nursing*,  
36(1), 81-85. [https://doi.org/10.1016/  
j.jopan.2020.07.006](https://doi.org/10.1016/j.jopan.2020.07.006)

Zhao, R., Wu, Y., Shen, X., Jian, D., Fu, L.,  
Liu, H., Zhai, Y., Chen, J., Shen, Q., Xu,

H., Gu, Y., & Zhou, Q. (2022). A  
Therapeutic Play Program for Children  
Undergoing Kidney Biopsy With Local  
Anesthesia: Construction and Feasibility  
Evaluation. *Journal of PeriAnesthesia  
Nursing*, 37(6), 939-945. [https://  
doi:10.1016/j.jopan.2022.04.007](https://doi.org/10.1016/j.jopan.2022.04.007)

投稿日期：112年08月02日

通過日期：113年02月15日