

· 综 述 ·

治疗性游戏在儿童慢性病护理中的应用研究进展

谢丽月¹综述,杨银锦¹,冯友清²审校

(1. 晋江市妇幼保健院,福建 晋江 362200; 2. 福建省肿瘤医院,福建 福州 351000)

[摘要] 随着医疗水平的发展,儿童存活率的上升,慢性病发病率也呈逐年增高趋势。由于儿童心智发育和认知能力均处于不成熟阶段,不仅给儿科治疗和护理工作带来巨大的挑战,若未及时干预,将会对儿童的心理、社会状态造成短期或长期影响。该综述总结治疗性游戏的定义与原则,概述了治疗性游戏的分类,包括注意力分散游戏、医疗程序准备游戏、康复或运动训练游戏、健康教育游戏及情感表达游戏,论述了治疗性游戏在认知、情感和人际领域的国内外应用研究,以为治疗性游戏在儿科慢性病护理中的实践应用提供参考依据。

[关键词] 治疗性游戏; 儿童; 慢性病; 护理; 综述

DOI:10.3969/j.issn.1009-5519.2023.16.024 **中图法分类号:**R473.72

文章编号:1009-5519(2023)16-2822-04 **文献标识码:**A

Research progress on the application of therapeutic play in nursing care of children with chronic diseases

XIE Liyue¹, YANG Yinjin¹, FENG Youqing²(1. Jinjiang Maternal and Child Health Hospital, Jinjiang, Fujian 362200, China;
2. Fujian Cancer Hospital, Fuzhou, Fujian 351000, China)

[Abstract] With the development of medical level and the increase of child survival rate, chronic diseases show an increasing trend year by year. Due to the immature stage of children's mental development and cognitive ability, it not only brings great challenges to pediatric treatment and nursing work, but also causes short-term or long-term effects on children's psychological and social status if there is no timely intervention. This review summarized the definition and principles of therapeutic play, and summarized the classification of therapeutic play, including distracting games, medical program preparation games, rehabilitation or sports training games, health education games and emotional expression games. This paper discussed the application of therapeutic play in cognitive, emotional and interpersonal fields at home and abroad, in order to provide a reference basis for the application of therapeutic play in the practice of chronic diseases in pediatrics.

[Key words] Therapeutic play; Children; Chronic diseases; Nursing; Review

随着医疗水平的发展,儿童存活率的上升,慢性病也呈逐年增高趋势,据不完全统计,全球 10%~20%的儿童患有慢性病,治疗和护理工作面临巨大挑战^[1]。由于儿童各器官的发育尚未完善,心智发育和认知能力均处于不成熟阶段,对疾病的认识有限,在面对儿科医疗、护理操作时容易出现恐惧、焦虑等负面情绪,若未及时干预,会对其心理、社会状态造成短期或长期影响,包括行为退化、分离性焦虑、梦魇等^[2]。游戏是儿童生长发育过程中一项重要的活动,是基本需求,也是儿童认识新事物、了解世界的主要途径之一。联合国儿童权利公约提及儿童有权从事与其年龄相宜的游戏和娱乐活动。治疗性游戏是思维和行动结合起来的方法,以游戏为媒介与医疗活动相结合,从儿童独特的视角获得解决问题的技能及减轻其负面情绪,被广泛认为有益于儿童的认知、社交及情感发展^[3]。但由于我国儿科护理仍存在物质和

人力资源的不足,缺乏时间和机构支持等问题,治疗性游戏的开展实践活动较少。因此,本文对治疗性游戏的概念、分类、在儿科慢性病护理的应用及研究现状进行综述,以为治疗性游戏的相关干预提供参考依据。

1 治疗性游戏

1.1 定义与原则 游戏作为儿童最自然、轻松的表达方式,满足其生长发育的独特需求。有学者认为,游戏是儿童整个智力、认知发展的一部分,他认为儿童需要游戏,是一种同化大于顺应的过程,即儿童更多地通过游戏解决与外部世界的冲突,强化和丰富自己的认知结构及模式,从而获得情感方面的满足^[4]。FRIEDMAN^[5]将游戏作为一种治疗形式引入,他认为治疗性游戏是在适合儿童的年龄及认知的基础上,以对他们有益的方式进行游戏,从而促进缓解患儿的紧张与压力,增加其自我控制感,同时完成治疗目标。

他还提出了治疗性游戏的 8 项关键原则:发展良好的沟通关系;接纳儿童;为他们提供表达感受的机会;通过游戏洞察儿童无法用言语表达的感受与需求;相信儿童有能力解决自己的问题;非定向游戏;循序渐进,按照儿童的节奏进行;建立必要的规则和限制,保证治疗建立在现实的基础。

1.2 分类

1.2.1 注意力分散游戏 注意力分散游戏是一种通过将患儿注意力从引起疼痛或焦虑的程序转移到有趣的互动上,是可以有效减轻接受侵入操作时带来焦虑和疼痛的非药物性辅助干预方法,包括主动分心和被动分心形式。主动分心涉及听觉、视觉、身体运动等多个感官,比如压力球或软橡胶球在游戏按压时会改变球的形状及颜色,其主要通过患儿主动参与,与疼痛或焦虑的感觉刺激竞争来减少对疼痛或焦虑的注意力。被动分心主要涉及视觉、听觉,如观看动画、阅读绘本、IPAD 视频、视听眼镜具有不依赖于儿童使用的复杂技能来执行,其主要通过听觉和视觉来刺激激活神经系统的认知和情感中心,引发积极情绪,产生轻松的体验,从而吸引患儿的注意力,增加他们的行为合作^[6]。DELGADO 等^[7]研究证明,视听眼镜可以有效地减少儿童对牙科治疗的焦虑及增强儿童的治疗合作行为。张玉梅等^[8]纳入 45 项随机对照试验进行 meta 分析,评估 16 种干预措施对减轻儿童针刺操作性疼痛的效果,结果显示电子游戏和分心卡能够有效缓解针刺疼痛。

1.2.2 医疗程序准备游戏 当患有慢性病的儿童对就医程序和疾病治疗缺乏了解和准备时,他们往往会有焦虑、恐惧和不安全感。治疗性游戏以游戏化的形式让患儿了解其自身疾病知识及诊疗流程,在缓解患儿就医恐惧体验的基础上激发其自我调节功能,帮助他们获得自我控制感,使之能够进行充分的自我表达和探索,可帮助其更好、更快地适应角色并提高依从性,从而改变不良的生活习惯和行为问题^[9]。游戏包括模拟住院时执行的程序:测量体重、身高和生命体征,以及必要的体格检查等,使患儿熟悉基本医疗程序和道具,协助其适应就医环境和程序。来自巴西的糖尿病小组试验患儿在学校自我注射胰岛素时,通过讲述故事时及木偶娃娃注射操作,护士演示了注射娃娃的所有步骤后,为孩子提供了注射娃娃的机会。研究结束后,80%以上的儿童均掌握胰岛素注射的方法^[10]。张冠珣等^[11]在白血病患儿实行 PICC 首次置管前开展“我是小护士”的游戏模拟活动,让患儿扮演护士,道具娃娃扮演患儿角色,静脉治疗专科护士扮演助手,然后模拟 PICC 置管及必要的日常维护操作。通过这一模拟过程使患儿感受治疗过程,增加自我控制感,缓解紧张及不安全感,提高自身的心理应对能力。

1.2.3 康复或运动训练游戏 游戏治疗被定义为个人与环境(物理和社会)之间的相互作用,包括 4 个要素:内部控制、内在动机、摆脱现实和框架的约束。游戏干预本身具备的非语言、非指导性的特点可改善孤独症谱系障碍儿童的烦躁、情绪不稳、攻击、自伤等心理行为问题^[12],也可改善脑瘫儿童的冲动、多动、焦虑等问题^[13]。FERRANTE 等^[14]对 148 例年龄在 7~12 岁的哮喘病儿童通过游戏建立“哮喘档案”“秘密特工”,鼓励他们尽可能多地探索 and 了解哮喘的自我管理,“Wee Willie Wheezie”引导哮喘患儿在家中自护,注意避免各种过敏原并服用药物以防止哮喘症状,“SpiroGame”互动式呼吸系统游戏旨在教授肺活量测定法,教会孩子通过模拟毛毛虫来区分吸入和呼气,以及模拟蜜蜂从一朵花飞到另一朵花来学习用力肺活量。PARSONS 等^[15]评估基于游戏的以儿童主导、同伴介导干预对改善学龄期孤独症儿童实用语言的有效性。结果表明,该干预可有效改善孤独症儿童在与同伴的游戏互动中的非语言交流和实用语言。

1.2.4 健康教育游戏 将游戏与疾病知识相融合,充满趣味的方式,激发教育对象的内在学习动力,有效地将健康相关知识传递给教育对象,是具有娱乐属性的健康教育方式^[16]。游戏设计简单易行,适合文化程度较低的儿童使用。王彦文^[17]采用居家自我管理任务学习游戏化对学龄期患儿进行干预,综合应用彩色图片、卡通故事、仿真模具等,以生动活泼、直观有趣为原则对各学习主题进行游戏化编排设计,将枯燥的哮喘自护教育转化为具备游戏化特性的趣味探索与竞技活动,在家长协助下有效提高了患儿哮喘处理、控制与监测及相关日常管理 etc 自护行为水平和哮喘控制率。

1.2.5 情感表达游戏 游戏的基本特征是由儿童自己发起、组织和控制的,能够在整个游戏过程中表达自己的情绪,获得自我控制感,有助于他们保持参与和兴趣,从而减少对疾病的焦虑和恐惧。游戏活动为儿童提供了一个安全和受控的场景,通过与照顾者和同龄人的互动来探索、表达和学习调节他们的情绪和行为反应。治疗性游戏活动可包括剪贴簿、讲故事、娃娃示范等方式表达儿童内心情感,以及非言语的体验,表达儿童感受到的焦虑或恐惧的注意力从医疗程序上转移开来^[18]。通过同伴互动游戏,引导患儿表达或宣泄患病期间的情绪与社交等需求^[19]。

2 治疗性游戏的应用

治疗性游戏主要改变或影响的 3 个领域:认知、情感和人际关系。(1)认知领域是指对信念和想法的意识和支配,这些信念和想法可以通过对疾病和治疗的 知识水平、技能发展、态度来转变。(2)情感领域与情绪调节有关,如使用情感教育方式改变。(3)人际关系领域与社会关系的交往和支持有关,护士或组织

者运用游戏的治愈力量去协助患病儿童预防或解决心理、社会困境及得到最大的成长和发展^[20]。

2.1 治疗性游戏在认知领域的应用 患有慢性病的儿童由于疾病本身及其造成的压力事件和环境变化引起各种身体、情感、社会 and 认知问题的影响,造成其生活质量低于同龄人。孤独症是以重复刻板行为、社交能力障碍及兴趣狭窄为主要表现的神经发育障碍。在孤独症患儿中实施角色扮演游戏和同伴游戏,提高了孤独症儿童对疾病的认知程度和社交互动技能,从而促进了孤独症患儿的日常活动和社交能力的提高^[21]。翟豪强等^[22]在语言发育迟缓的儿童中应用游戏治疗结合语言认知综合训练,将游戏融入治疗中,提高了儿童学习语言的积极性和主动性,并为儿童创造了自然沟通的环境,对语言进行视、听、触等多方面的感受和刺激,促进儿童习得正常的语言模式、沟通方式和技巧,提高语言清晰度和流畅度。近期,日本开发了一种基于计算机游戏的学习计划,其是为癌症幸存儿童设计的个性化的角色扮演游戏,故事沿着玩家的过去、现在和未来生活进行,患儿通过虚拟体验,提高了疾病认知水平,转变健康管理意识,提高自我健康促进能力^[23]。

2.2 治疗性游戏在情感领域的应用 焦虑、抑郁等不良情绪是由生理、心理、行为组成的多维现象,是机体面对威胁的正常适应性心理反应,皮质激素释放增加,心率和收缩压增高。慢性病患者发生焦虑和抑郁等不良心理问题的风险显著增加,若及早发现、治疗心理问题有利于患儿治疗效果、学习生活、社会交往的正常进行。游戏是一种自然而轻松的互动过程,是孩子释放、表达情绪的最直接方式。TAN 等^[24]以沙盘为道具的游戏疗法鼓励慢性病患者在沙世界里破坏和重建场景,表达自己的情感,宣泄不良的情绪,发展安全的关系和自我实现,有效减少了患儿的焦虑、退缩和社会行为问题,并缓解其照顾者的焦虑和抑郁症状。AMINIMANESH 等^[25]以木偶戏和讲故事方法等互动性游戏帮助学龄前期患儿适应陌生的医院环境,减少住院压力,改善患儿的焦虑抑郁情绪和外化行为。

2.3 治疗性游戏在人际关系领域的应用 美国游戏治疗协会将游戏治疗界定为将理论模式系统性地运用于建立人际关系的过程。在慢性疼痛的患儿中,通过亲子互动游戏的方式,帮助患儿在面对创伤、侵入性手术情况下缓解疼痛、恐惧和不安感,促进儿童自身个性的发育和恢复^[26]。SILVA 等^[27]通过游戏干预的问题呈现、解决、自我探索和整合的渐进过程,干预组学龄期患儿因住院治疗产生的焦虑、抑郁负性情绪降低,住院适应性及心理状况得到明显改善。PITTALA 等^[28]将游戏治疗的元素与 3i(互动、密切、个体化)的行为教学方法,对孤独症患儿进行为期 2

年的随访研究,结果显示在医院进行集体游戏,与同龄人一起参加小组游戏时,增加同伴之间的互动性,在一定程度上消除儿童喜好攻击等外化行为问题,通过互动游戏,与其他患儿一起游戏,有助于其社交能力的提升,可促进患儿的认知和情感的发展。治疗性游戏还有助于沟通,改善医患关系,提升儿童在治疗、护理中的协作性,创造舒适、安全的就医环境。

3 小 结

治疗性游戏凭借自身的优势受到国内外护理研究者的关注,在儿童慢性病中的应用具有理论和现实的意义。但其也存在自身的局限性。首先治疗性游戏对实施者要求较高,实施者多数是具有有一定儿科护理经验的临床护士,缺乏心理护理的相关理论知识和实践经验的培训。其次,治疗性游戏目前仍缺少客观的生理评价指标,因此需要研究者根据儿童的年龄阶段探讨合适的评价指标。如何选择一种符合慢性病患者特点,且安全、高效的专科化治疗性游戏有待进一步探讨。

参考文献

- [1] DALL' OGLIO I, GASPERINI G, CARLIN C, et al. Self-care in pediatric patients with chronic conditions: A systematic review of theoretical models[J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2021, 18(7): 3513-3522.
- [2] 张燕红, 张晓波, 顾莺, 等. 儿科患儿心理社会风险评估量表的汉化及信效度检验[J]. *中华护理杂志*, 2022, 57(10): 1276-1280.
- [3] GODINO-IÁÑEZ M J, MARTOS-CABRERA M B, SULEIMAN-MARTOS N, et al. Play therapy as an intervention in hospitalized children: A systematic review[J]. *Healthcare (Basel)*, 2020, 8(3): 239-251.
- [4] 蔡丹, 沈勇强. 游戏治疗[M]. 上海: 上海教育出版社, 2019: 47-48.
- [5] FRIEDMAN R. The theory and art of child psychotherapy: A corrective developmental approach[J]. *Psychoanal Rev*, 2017, 104(5): 561-593.
- [6] SHEKHAR S, SUPRABHA B S, SHENOY R, et al. Effect of active and passive distraction techniques while administering local anaesthesia on the dental anxiety, behaviour and pain levels of children: A randomised controlled trial[J]. *Eur Arch Paediatr Dent*, 2022, 23(3): 417-427.
- [7] DELGADO A, OK S M, HO D, et al. Evaluation of children's pain expression and behavior using audio visual distraction[J]. *Clin Exp Dent*

- Res, 2021, 7(5):795-802.
- [8] 张玉梅,潘久民,刘月,等. 16 种干预措施减轻儿童针刺操作性疼痛效果的网状 Meta 分析[J]. 循证护理, 2021, 7(16):2131-2140.
- [9] 庞芳,杨彬. 医疗游戏在住院儿童治疗中的人文实践[J]. 解放军医院管理杂志, 2018, 25(12):1193-1195.
- [10] LA BANCA R O, LAFFEL L M B, VOLKENING L K, et al. Therapeutic play to teach children with type 1 diabetes insulin self-injection: A pilot trial in a developing country[J]. J Spec Pediatr Nurs, 2021, 26(1):e12309.
- [11] 张冠珣, 阐玉英, 李蓉蓉, 等. 儿童医疗辅导游戏在急性白血病患者护理中的应用进展[J]. 中国实用护理杂志, 2021, 37(9):717-721.
- [12] ROMÁN-OYOLA R, FIGUEROA-FELICIANO V, TORRES-MARTÍNEZ Y, et al. Play, playfulness, and self-efficacy: Parental experiences with children on the autism spectrum[J]. Occupat Ther Int, 2018, 10(1):1-10.
- [13] 白艳, 王秀霞, 陈海英. 游戏疗法联合综合训练在痉挛型脑瘫患儿康复中的价值分析[J]. 中国全科医学, 2019, 22(29):3639-3642.
- [14] FERRANTE G, LICARI A, MARSEGLIA G L, et al. Digital health interventions in children with asthma [J]. Clin Exp Allergy, 2021, 51(2):212-220.
- [15] PARSONS L, CORDIER R, MUNRO N, et al. A randomized controlled trial of a play-based, peer-mediated pragmatic language intervention for children with autism [J]. Front Psychol, 2019, 27(10):196-208.
- [16] LEE R L, LANE S, BROWN G, et al. Systematic review of the impact of unstructured play interventions to improve young children's physical, social, and emotional wellbeing [J]. Nurs Health Sci, 2020, 22(2):184-196.
- [17] 王彦文. 学龄期哮喘儿童居家自我管理任务学习游戏化干预法应用观察[J]. 全科护理, 2018, 16(14):1716-1717.
- [18] WONG C L, IP W Y, KWOK B M C, et al. Effects of therapeutic play on children undergoing cast-removal procedures: A randomised controlled trial [J]. BMJ Open, 2018, 8(7):e021071.
- [19] PARAGAS E D JR, BARCELO T I. Effects of message-framed informational videos on diabetes management knowledge and self-efficacy [J]. Int J Nurs Pract, 2019, 25(4):e12737.
- [20] 汪文娟, 周亚琴, 何双八, 等. 专科化游戏干预在眼科学龄前患儿围手术期护理中的应用研究 [J]. 中华护理杂志, 2018, 53(12):1429-1433.
- [21] CORBETT B A, IOANNOU S, KEY A P, et al. Treatment effects in social cognition and behavior following a theater-based intervention for youth with autism [J]. Dev Neuropsychol, 2019, 44(7):481-494.
- [22] 翟豪强, 刘亚迪, 沈德新. 游戏治疗在全面性发育迟缓儿童语言康复中的应用 [J]. 中国听力语言康复科学杂志, 2021, 19(6):449-451.
- [23] MASUMOTO D, NAKAGAMI-YAMAGUCHI E, NAMBU M, et al. A pilot study of game-based learning programs for childhood cancer survivors [J]. BMC Cancer, 2022, 22(1):340-351.
- [24] TAN J, YIN H, MENG T, et al. Effects of sandplay therapy in reducing emotional and behavioural problems in school-age children with chronic diseases: A randomized controlled trial [J]. Nurs Open, 2021, 8(6):3099-3110.
- [25] AMINIMANESH A, GHAZAVI Z, MEHRABI T. Effectiveness of the puppet show and storytelling methods on children's behavioral problems [J]. Iran J Nurs Midwifery Res, 2019, 24(1):61-65.
- [26] LAW E F, FISHER E, HOWARD W J, et al. Longitudinal change in parent and child functioning after internet-delivered cognitive-behavioral therapy for chronic pain [J]. Pain, 2017, 158(10):1992-2000.
- [27] SILVA S G T D, SANTOS M A, FLORIANO C M F, et al. Influence of therapeutic play on the anxiety of hospitalized school-age children: Clinical trial [J]. Rev Bras Enferm, 2017, 70(6):1244-1249.
- [28] PITTALA E T, SAINT-GEORGES-CHAUMET Y, FAVROT C, et al. Clinical outcomes of interactive, intensive and individual (3i) play therapy for children with ASD: A two-year follow-up study [J]. BMC Pediatr, 2018, 18(1):165-174.

(收稿日期:2022-12-06 修回日期:2023-07-08)