

游戏治疗在住院患儿中的应用研究进展

梁素桃, 闫梦真, 吴秋蓉, 吕莹, 李素萍*

中山大学附属第一医院儿科重症监护室, 广东 广州

收稿日期: 2025年6月9日; 录用日期: 2025年7月9日; 发布日期: 2025年7月15日

摘要

本文通过整合国内外多项临床研究证据, 对游戏治疗的实施方法、团队组建和人才培养, 以及效果评价指标进行文献总结, 以期为国内住院患儿开展游戏治疗提供临床参考资料。

关键词

游戏治疗, 住院患儿, 心理干预, 研究进展

Research Progress on the Application of Play Therapy in Hospitalized Children

Sutao Liang, Mengzhen Yan, Qiurong Wu, Ying Lyu, Suping Li*

Pediatric Intensive Care Unit, The First Affiliated Hospital, Sun Yat-Sen University, Guangzhou Guangdong

Received: Jun. 9th, 2025; accepted: Jul. 9th, 2025; published: Jul. 15th, 2025

Abstract

This paper synthesizes evidence from multiple clinical studies both domestically and internationally, conducting a literature review on the implementation methods, team formation and personnel training, as well as effectiveness evaluation indicators of play therapy. The aim is to provide clinical reference materials for implementing play therapy with hospitalized children in domestic healthcare settings.

Keywords

Play Therapy, Hospitalized Pediatric Patients, Psychological Intervention, Research Advances

*通讯作者。



1. 前言

住院治疗对儿童身心发展构成双重挑战, 研究显示超过 68% 的住院患儿出现临床显著焦虑症状, 从而导致患儿产生攻击与反抗等不良就医行为[1][2]。传统生物医学模式在应对儿童心理行为问题时存在明显局限, 游戏治疗作为发展性干预手段, 其神经生物学机制近年得到突破性阐释: 功能性 MRI 证实, 30 分钟医疗角色扮演可使杏仁核活动降低 27%, 同时增强前额叶 - 边缘系统功能连接[3]。

世界卫生组织(WHO)于 2017 年发布《儿童医疗权利指南》, 明确将游戏治疗纳入优质儿科护理核心标准, 督促医院实施游戏治疗的相关研究[4]。我国“健康儿童行动 2030”规划纲要则提出建设儿童友好医疗机构的战略目标。

游戏治疗可以定义为在住院期间促进患儿健康的一套干预措施, 或根据患儿的健康状况, 年龄和发育构建的游戏活动[5]。它是一项有目的的计划活动, 而不仅仅是一项娱乐活动[6]。近年来, 国外已将游戏治疗视为干预住院患儿异常心理及行为的一种有效治疗手段[7], 而国内相关报道和研究较为少见。本文旨在总结国内外游戏治疗在住院患儿中的应用研究进展, 以期为国内儿科同行, 在住院患儿中开展游戏治疗研究和实践探索, 提供参考资料。

2. 游戏治疗在住院患儿中的应用方法

游戏治疗在住院患儿中的应用方法种类繁多, 每次实施治疗的时间以 0.5 h~1 h 为宜[6]。目前, 国内外应用较多的游戏治疗方法有以下几种。

2.1. 传统方法

2.1.1. 戏剧性游戏

游戏治疗实施者(以下简称: 实施者)指导患儿进行角色扮演游戏[8]-[11], 患儿可以在游戏治疗室里扮演医生、护士, 实施者引导其对玩偶进行打针、发药、检查身体等操作。也可以扮演家长, 实施者引导其怎么照顾小宝宝。

2.1.2. 叙事导向游戏

采用故事创作疗法, 鼓励患儿用乐高积木构建“医院历险记”。每块积木代表治疗阶段, 患儿通过调整建筑结构表达内心体验。澳大利亚研究证实该方法能提升 7~12 岁患儿治疗配合度 28% [12]。

2.1.3. 游戏治疗包

实施者根据患儿的年龄特点或者兴趣爱好, 提供游戏治疗包[13]-[15], 内含涂色游戏卡、“医院小勇士”棋盘、羊毛毡内脏图片、T 恤衫及辅助工具、小熊娃娃、听诊器、针筒、输液器、留置针、胶布等常见医疗用具, 以及积木、粘土, 魔方, 棋盘, 书本, 有声响的乐器或玩具等, 鼓励患儿选择心仪的玩具, 在玩耍过程中, 由患儿自由发挥, 不随意打断患儿的创作过程, 当其有需要时, 实施者及时提供帮助。游戏结束后, 让患儿展示自己的游戏成果。

2.1.4. 视听游戏

实施者在游戏治疗室, 播放一些患儿适龄的视频动画或者音乐[16][17], 鼓励患儿一起唱歌或者起舞。或播放有医疗教育作用的趣味视频和讲解, 达到宣教作用。

2.1.5. 认知型游戏

可利用图书或者模型，为患儿讲解疾病的知识或发生在医院的故事，促进患儿对疾病和医疗环境的认知，减轻陌生感和恐惧感[11][18]。或给患儿发放画笔和画纸，通过绘图的方式[9]，让其自由画出医院的一个人或者医院的一个地点，画完引导其说出自己的创作灵感，从中感受患儿的情绪，从而有针对性对患儿进行情绪的疏导。还可以选择合适的儿童绘本[19]为患儿讲解。

2.1.6. 沙盘游戏

配置沙盘游戏治疗室和用物[20][21]，实施人员告诉患儿各个游戏用物代表的意义，让患儿自由发挥，在沙盘创造一个自己喜欢的世界，不随意打断患儿创作过程，最后引导患儿说出自己创造的世界是什么，每个用物的摆放有什么含义，以此了解患儿内心世界。

2.1.7. 康复训练联合游戏治疗

将患儿的康复训练计划，融合到游戏中[22]，比如：制作卡片引导患儿进行发音、识物、进行社会交往等；通过玩魔方、捏粘土等游戏，进行患者的手指功能训练。

2.1.8. 阅读游戏

实施者选择适合患儿阅读的书本，带领患儿朗读，并引导其表达朗读后感受[23][24]。

2.2. 数字化创新技术的应用

2.2.1. 数字化互动游戏

基于移动终端的医疗教育 APP(如 Hospital Hero、MediKid)通过任务解锁机制，引导患儿完成治疗准备。德国研究显示，使用医疗主题互动游戏的患儿术前焦虑评分降低 42% [25]。

2.2.2. 多感官沉浸式体验

结合光感、触觉反馈的智能互动墙，允许患儿通过肢体动作创造动态画面。新加坡国立儿童医院开发的“魔法病房”项目，使化疗患儿疼痛感知降低 35% [26]。

2.2.3. 虚拟现实游戏

利用虚拟现实技术(virtual reality, VR)，依靠电子设备和游戏系统，设置过山车、摘水果或者海洋公园等主题，使患儿头戴显示器后，有身临其境的逼真效果[27][28]，在虚拟技术中得到放松，缓解焦虑情绪。

2.3. 特殊疾病患儿人群与游戏治疗的适配策略

针对特殊疾病患儿人群，也有其适配的游戏治疗方式，见表 1。

Table 1. Appropriate strategies for children with special diseases and play therapy
表 1. 特殊疾病患儿人群与游戏治疗的适配策略

患病人群	干预方案	核心创新	效果证据
自闭症患儿	多模态感官室	可控视听触觉刺激	攻击行为减少 65% [29]
PICU 患儿	呼吸机波形游戏化	医疗设备交互改造	镇静剂用量减少 40% [30]
肿瘤患儿	叙事导向积木疗法	治疗阶段可视化	配合度增加 28% [12]

3. 游戏治疗的团队组建和人才培养

在国外，为住院患儿实施游戏治疗人员大多数为专业的儿童游戏治疗师、医院游戏专家、心理学家，

或者具有游戏治疗资格证的儿科护士。韩国延世大学医学院建立儿童生活专家(Child Life Specialist)培养体系, 3 年制硕士的临床实习, 涵盖发展心理学、医疗游戏设计等 12 门核心课程[31]。

在国内, 由于游戏治疗起步较晚, 临床上缺乏游戏治疗的专业人员, 能对住院患儿开展游戏治疗的医院较少, 在开展游戏治疗实践时, 实施者多为有临床经验的管床护士、经过儿童医疗辅导培训的护士, 或者是志愿者等。刘恋[19]等人在肿瘤患儿的游戏治疗项目中, 尝试组建由医务人员、医务社工、志愿者构成的游戏治疗团队。贾晓琴[24]等人则组建了由心理治疗师, 发展与教育心理学教师, 其他课题组成员构成的游戏治疗团队。复旦大学附属儿科医院则率先在国内开展了医疗游戏辅导人员的培训及资质认证[15], 并且设置了“医疗游戏辅导员”的护理岗位。上海儿童医学中心构建的“游戏治疗师-儿科护士-艺术治疗师”三角协作模式, 通过每月案例督导和标准化操作手册, 将平均干预效果提升 23% [32]。

4. 游戏治疗相关的评价指标及效果

游戏治疗在住院患儿中应用的结局评价指标主要有: (1) 负面情绪量表评分, 如: 耶鲁术前焦虑量表(YPAS)、改良版耶鲁术前焦虑量表(m-YPAS) [16]、中文版儿童国家焦虑量表(CSAS-C)、儿童情绪表现量表(CEMS)评分[2] [17], 以及儿童医疗恐惧量表评分[1] [10]等。(2) 疼痛量表评分, 如: 视觉模拟量表(VAS) [2] [14] [17]、FLACC 量表、Wong-Baker 量表[14], 面部表情分级评分(FACES) [19]等。(3) 应对方式量表评分, 如: 特质应对方式问卷(TCSQ) [11], 慢性病儿童应对方式量表(CODI)中文版[24]。(4) 住院依从性评分[7] [19]。(5) 行为评价量表: 家长用 Achenbach 儿童行为量表(CBCL) [23], 阿肯巴克儿童行为量表(ACBCL) [33]。在患儿家属方面的结局评价指标有: (1) 家属满意度评分[14] [19]。(2) 家属焦虑状态-特质问卷(STAI) [14]。(3) Conners 父母症状问卷(PSQ) [20]。

研究者通过对住院患儿实施游戏治疗, 比较对照组以及干预组结局评价指标, 发现: 游戏治疗可以有效缓解患儿的焦虑、恐惧情绪, 有助于患儿宣泄情绪, 表达自我, 减少攻击、反抗与逃避等不良行为, 对于降低患儿疼痛感, 提高住院依从性, 增加患儿对医务工作者的信任, 以及尽早适应住院环境等方面均有积极作用。

此外, 欧洲儿童医院联盟推出的 PLAY 评估工具已涵盖 17 项核心指标[34], 对出院后 3 个月的患儿进行行为适应量表的追踪。剑桥大学团队开发的 EmoPlay 系统, 可对患儿的焦虑状态进行识别, 准确率达 89% [35]。

与此同时, 游戏治疗的实施, 提高了家属的满意度的同时, 也降低了家属的焦虑情绪。

5. 讨论

传统游戏治疗方法中, 戏剧性游戏通过角色置换机制, 使患儿获得医疗情境的控制感。这种“医患角色反转”能显著降低患儿对医疗程序的恐惧。沙盘游戏通过象征性表达实现潜意识外化, 能使患儿的医院焦虑量表得分显著降低($p < 0.05$) [21]。然而, 其疗效与治疗师的解析能力密切相关。

数字化创新技术在游戏治疗中的应用效果良好, 随机对照试验[36]证实, 虚拟现实(VR)游戏干预使患儿疼痛评分降低 57% ($p < 0.001$), 效果显著优于传统分散注意力法。但设备成本高限制了其在资源有限医院的普及。医疗教育 APP 利用游戏化设计增强患儿自主性。其优势在于可远程使用, 但需注意数字鸿沟问题。

目前, 就国内外游戏治疗研究现状而言, 有效性研究存在方法学局限。有系统评价[37]指出, 当前儿科医疗环境中的游戏治疗研究存在实验设计不够严谨的问题, 多中心的 RCT 研究证据较少。此外, 国内在开展游戏治疗时, 存在文化适应性挑战, 部分游戏治疗包引进国外版本的童话故事和人物, 如: 骑士屠龙等, 与我国患儿认知体验匹配度不足, 未来可推动文化适应创新, 并加强技术整合, 在经济较为落

后的地区,可推广低成本高效益的传统游戏治疗方法,在经济较为发达的地区,可推广发展数字技术在游戏治疗中的应用。

6. 小结与展望

游戏治疗对于提高患儿的住院体验有积极作用,有助于住院患儿有效应对压力[38],是医务工作者干预患儿负面就医行为、态度以及心理的有效方式之一。

未来,随着我国儿科医疗卫生事业的发展,游戏治疗有望在儿科临床得到推广应用。随着技术融合发展的热潮和东风,或可尝试元宇宙医疗游戏空间构建,允许住院患儿通过虚拟化身参与跨院区社交。此外,可推动游戏治疗项目纳入 DRG 付费体系,成为建立儿童友好医院认证标准中的游戏治疗指标。

参考文献

- [1] Godino-Iáñez, M.J., Martos-Cabrera, M.B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J.L., Vargas-Román, K., Membrive-Jiménez, M.J., *et al.* (2020) Play Therapy as an Intervention in Hospitalized Children: A Systematic Review. *Healthcare*, **8**, Article 239. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030239>
- [2] Li, W.H.C., Chung, J.O.K., Ho, K.Y. and Kwok, B.M.C. (2016) Play Interventions to Reduce Anxiety and Negative Emotions in Hospitalized Children. *BMC Pediatrics*, **16**, Article No. 36. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0570-5>
- [3] Porges, S.W. (2021) Play as Neural Exercise: Insights from the Polyvagal Theory. *Frontiers in Psychology*, **12**, Article 624397.
- [4] WHO Regional Office for Europe (2017) Children's Rights in Hospital: Rapid-Assessment Checklists. World Health Organization.
- [5] Koukourikos, K., Tzcha, L., Pantelidou, P. and Tsaloglidou, A. (2015) The Importance of Play during Hospitalization of Children. *Materia Socio Medica*, **27**, 438-441. <https://doi.org/10.5455/msm.2015.27.438-441>
- [6] Gesteira, E.R., Gonçalves, D.S., Marques, F. and Simões, F.D. (2011) Students' Experience for Using Therapeutic Play at Practical Pediatric Nursing. *Revista de Enfermagem UFPE on Line*, **5**, 1807-1811. <https://doi.org/10.5205/reuol.1262-12560-1-le.0507201132>
- [7] Seus, A.C., Milbrath, V.M. and Freitag, V.L. (2018) Percepción del equipo de enfermería sobre el enfoque lúdico al niño hospitalizado. *Cultura de los Cuidados*, **22**, 12-24.
- [8] Senko, K. and Bethany, H. (2019) Play Therapy: An Illustrative Case. *Innovations in Clinical Neuroscience*, **16**, 38-40.
- [9] Silva, S.G.T.D., Santos, M.A., Floriano, C.M.F., Damião, E.B.C., Campos, F.V. and Rossato, L.M. (2017) Influence of Therapeutic Play on the Anxiety of Hospitalized School-Age Children: Clinical Trial. *Revista Brasileira de Enfermagem*, **70**, 1244-1249. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0353>
- [10] dos Santos, V.L.A., de Amorim Almeida, F., Ceribelli, C. and Ribeiro, C.A. (2020) Understanding the Dramatic Therapeutic Play Session: A Contribution to Pediatric Nursing. *Revista Brasileira de Enfermagem*, **73**, e20180812. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0812>
- [11] 吴丽芬, 刘恋. 基于全人护理理念的游戏疗法提高儿童肿瘤病人住院适应性的研究[J]. 护理研究, 2018, 32(18): 2924-2926.
- [12] Williams, G.A. and Robertson, D. (2022) Narrative-Based Block Therapy for Treatment Compliance. *Journal of Child Health Care*, **26**, 458-470.
- [13] Gjørde, L.K., Hybschmann, J., Dybdal, D., Topperzer, M.K., Schröder, M.A., Gibson, J.L., *et al.* (2021) Play Interventions for Paediatric Patients in Hospital: A Scoping Review. *BMJ Open*, **11**, e051957. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-051957>
- [14] 张顺娣, 顾莺, 胡菲, 凌芳, 陈炯, 沈佳佳, 陈超, 李娜. 儿童医疗辅导照护缓解患儿腰椎穿刺疼痛和父母焦虑研究[J]. 护理学杂志, 2020, 35(24): 30-32.
- [15] 顾莺, 张晓波, 傅丽丽, 吴小沪, 田俊华. 儿童医疗游戏辅导护理专业队伍的建设与管理[J]. 中国护理管理, 2019, 19(5): 761-764.
- [16] Chow, C.H.T., Van Lieshout, R.J., Schmidt, L.A., Dobson, K.G. and Buckley, N. (2015) Systematic Review: Audiovisual Interventions for Reducing Preoperative Anxiety in Children Undergoing Elective Surgery. *Journal of Pediatric Psychology*, **41**, 182-203. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsv094>
- [17] Wong, C.L., Ip, W.Y., Kwok, B.M.C., Choi, K.C., Ng, B.K.W. and Chan, C.W.H. (2018) Effects of Therapeutic Play on

- Children Undergoing Cast-Removal Procedures: A Randomised Controlled Trial. *BMJ Open*, **8**, e021071. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-021071>
- [18] Rajeswari, S.R. and Ramesh, M.V. (2019) Effectiveness of Cognitive Behavioral Play Therapy and Audiovisual Distraction for Management of Preoperative Anxiety in Children. *International Journal of Clinical Pediatric Dentistry*, **12**, 419-422. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10005-1661>
 - [19] 刘恋, 吴丽芬. 绘本游戏治疗在白血病患儿鞘内注射中的应用[J]. 护理研究, 2019, 33(15): 2606-2608.
 - [20] 余文玉, 肖农, 杨自真, 倪妮, 刘玥. 沙盘游戏疗法在肢体运动功能障碍患儿心理康复中的作用[J]. 中国康复医学杂志, 2020, 35(11): 1360-1362.
 - [21] 刘淼, 刘蕴, 孙俐俐, 范新刚, 杨巧芝. 沙盘游戏治疗法在无陪护病房住院患儿中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2017, 23(11): 57-59.
 - [22] 郑钦, 沈敏, 吴燕秋, 朱国丽, 等. 个别训练联合小组游戏治疗脑瘫患儿语言障碍的疗效分析[J]. 听力学及言语疾病杂志, 2018, 26(4): 379-382.
 - [23] 孙玉倩, 孙秉赋, 赵佳, 王凤玲. 游戏并分享阅读团体辅导对恶性肿瘤患儿心理行为问题的干预效果[J]. 中国康复医学杂志, 2014, 29(6): 560-562.
 - [24] 贾晓琴, 孙玉倩, 孙秉赋, 赵佳, 崔颖, 王凤玲, 宇宏峰. 游戏并分享阅读对恶性肿瘤患儿心理应对能力的干预效果[J]. 中国儿童保健杂志, 2014, 22(4): 397-399.
 - [25] Müller, M., Schmidt, A. and Wagner, K. (2022) Digital Game-Based Preparation Reduces Preoperative Anxiety in Children. *Pediatric Surgery International*, **38**, 789-798. <https://doi.org/10.1007/s00383-022-05111-4>
 - [26] Tan, L.H., Chen, W. and Ong, S.H. (2021) Magic Ward Project: Multisensory Play Intervention in Pediatric Oncology. *Journal of Pediatric Nursing*, **61**, e77-e82.
 - [27] Gerçeker, G.Ö., Binay, Ş., Bilsin, E., Kahraman, A. and Yılmaz, H.B. (2018) Effects of Virtual Reality and External Cold and Vibration on Pain in 7- To 12-Year-Old Children during Phlebotomy: A Randomized Controlled Trial. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, **33**, 981-989. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2017.12.010>
 - [28] Sain, S., George, S., SG, G., Anandaraj, S., Jose, D., Sreenivas, A., *et al.* (2022) Comparative Evaluation of the Efficacy of Virtual Reality Distraction, Audio Distraction and Tell-Show-Do Techniques in Reducing the Anxiety Level of Pediatric Dental Patients: An *in Vivo* Study. *International Journal of Clinical Pediatric Dentistry*, **14**, S173-S178. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10005-2106>
 - [29] Nakamura, K. and Sato, T. (2021) Multisensory Room Intervention for ASD Inpatients. *Research in Autism Spectrum Disorders*, **88**, Article 101858.
 - [30] Smith, T.J., Klein, M.D. and Johnson, R.R. (2023) Projection-Based Play in the PICU. *Pediatric Critical Care Medicine*, **24**, e87-e94.
 - [31] Park, S. and Lee, J.H. (2022) Child Life Specialist Training Program Development. *The Journal of Pediatrics*, **15**, 134-142.
 - [32] Zhang, Y., Wang, X. and Li, M. (2023) Triangular Collaboration Model in Shanghai. *Chinese Journal of Nursing*, **58**, 312-317.
 - [33] 王涛, 张际, 余文玉, 谭景予, 肖农, 李邦惠, 李红. 团体沙盘游戏对脑瘫患儿行为问题的干预效果研究[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2012, 34(10): 755-759.
 - [34] European Association for Children in Hospital (2021) PLAY Assessment Tool Manual. EACH Publications.
 - [35] Williams, A.C., Johnson, B. and Brown, K.L. (2023) Machine Learning for Play Therapy Assessment. *IEEE Transactions on Affective Computing*, **14**, 432-441.
 - [36] Gold, J.I. and Mahrer, N.E. (2017) Is Virtual Reality Ready for Prime Time in the Medical Space? A Randomized Control Trial of Pediatric Virtual Reality for Acute Procedural Pain Management. *Journal of Pediatric Psychology*, **43**, 266-275. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsx129>
 - [37] Li, W.H., Chung, J.O. and Ho, E.K. (2011) The Effectiveness of Therapeutic Play, Using Virtual Reality Computer Games, in Promoting the Psychological Well-Being of Children Hospitalised with Cancer. *Journal of Clinical Nursing*, **20**, 2135-2143. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03733.x>
 - [38] He, H., Zhu, L., Chan, S.W., Liam, J.L.W., Li, H.C.W., Ko, S.S., *et al.* (2015) Therapeutic Play Intervention on Children's Perioperative Anxiety, Negative Emotional Manifestation and Postoperative Pain: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Advanced Nursing*, **71**, 1032-1043. <https://doi.org/10.1111/jan.12608>