

住院兒童為什麼要遊戲？



兒童醫院的病房裡一個個小病床上，眼神帶著不安的兒童空坐在床上，兒童的臉上帶著不常見到的悲傷神情，而一旁的家屬同樣帶著擔憂的神情陪伴著。

兒童生病、住院是件令許多家長煩惱的事情，病情的變化、藥物的使用、各式醫療檢查、治療過程都是家長自己不是很熟悉的事情，孩子理解嗎、該不該解釋？解釋了孩子會不會更害怕？這些都是孩子生病時，父母心中的擔憂，所以兒童平時生活中喜歡做的事情、玩的玩具和活動好像暫時不是那麼重要，家庭生活的常態和步調都因孩子生病、住院、治療，而被迫改變或暫停。

但當住院中的孩子想要遊戲和活動，是不是該讓他們休息，並要求先暫停想玩或遊戲的想法呢？

遊戲（玩）的重要

兒童的每一個發展階段中，有一件無論如何都非常重要的「工作」，就是（玩）遊戲（Play）。不管是忙碌的上學期間、課後時間或週末假期、寒暑假甚至住院時，兒童幾乎無一時刻不想玩！而現代的父母們常常從孩子非常幼小的時候就開始規劃各樣認知發展的學習活動和課程給孩子，有時連玩樂性質的課程也具

備玩樂的指導規則，或帶著認知學習的目標隱藏當中，無時無刻，孩子的生活似乎都非常的「充實」。但若更深入的去了解，孩子在空白時間看似隨興、無規則的自由遊戲或玩樂活動，雖然無法觀察出具體「好玩」內容，卻反而是帶給孩子最多歡樂和趣味的時間，而且更是孩子非常重要的成長和學習經驗的自然表現。

近代著名的發展心理學家皮亞傑（Jean Piaget）及史密蘭斯基（Smilansky）將兒童的遊戲發展做了許多深入的研究。姑且不細論遊戲時期的發展分野、特徵、各時期的遊戲模式，其實最重要的是父母們了解到，原來兒童的每個遊戲過程，就是他們成長階段最自然的發展需求及生活縮影。因為孩子們不為了什麼目的而玩，只為了好玩而玩！

住院也可以遊戲嗎？

當住院的兒童有足夠的體力，或表現出想要玩，父母們可以允許他們在體力和醫療上的安全限制以內之合理範圍內自由遊戲和玩樂，這對於住院兒童們的身心發展和安全感非常重要。兒童病房中常聽見家長或其他長輩說：「我覺得讓孩子專心治療比較重要，現在他沒有心情玩。」實際上，焦慮的家長可能把自己的心情投射到孩子身上，卻忘了玩樂是孩子最自然的本能，甚至對於需要住院治療一段時間的孩子，不但無害，反而有相當程度的幫助。玩樂帶給孩子掌控感、安全感及抒發情緒和想法的機會。當孩子遊戲時，他／她可以決定玩樂的規則和故事，同時可以編織故事、想像情節和分散對病痛的注意。

協助孩子玩的兒童醫療輔導師

在歐美的兒童醫院中，除了表達性藝術治療師（如藝術治療 Art Therapist、音樂治療 Music Therapist、舞蹈治療 Dance Therapist…等）之外，多數的兒童醫院還具備有兒童醫療輔導師（Child Life）於醫療團隊中。兒童醫療輔導師在醫院中除了協助病童治療或住院期間醫療上的理解和因應方式之外，常會特別注意到病童是否有遊戲的機會以支持病童住院或治療期間的身心發展。

當兒童在住院或治療期間被允許或被提供機會遊玩，兒童們對於環境上就有了掌控感，透過熟悉的玩樂活動過程，他們較會表現出比完全沒有遊戲的病童多一些安全感。例如一位 4 歲女童一開始住院時害怕任何接近她的醫護人員，但當被提供了辦家家酒的玩具後，她開始與醫護人員產生遊戲相關的對話和互動，當她反覆玩著這些玩具時，在一邊玩樂一邊發揮創造力和想像力的自言自語中，她也許已開始將自己的生活情節表達出來。

提供病童遊戲的機會

遊戲能協助各種發展的能力。一個伸手抓搖鈴或拿著身邊玩具的嬰孩，正在學習探索他的世界，同時發展

很重要的大動作肌肉能力。當幼兒回應媽媽唱的歌，一邊唱一邊跳，試著隨著音樂或節奏比手畫腳時，她也在練習語言的發展和口語能力。不管是身體動作大小肌肉動作，或是口語音調字彙的練習，這些都是兒童在隨興玩樂中同時發展出來的重要過程。兒童生病住院，大人更是要持續提供兒童生活中自然發展的遊戲機會。適度的遊戲時間能讓病童進入他所熟悉的世界，在無他人指揮的活動中編織遊戲故事和規則。若孩子情況許可，透過和其他病友、手足、同伴的互動，還能讓病童重塑平常生活中的遊戲互動和自然的社交技巧練習。

一起玩或獨自玩？

兒童玩樂該單獨玩、由父母陪著玩或找同伴一起玩？不管哪種遊戲方式，沒有標準的答案或對與錯，不同的遊戲型式能帶給孩子不同的體驗和滿足。在各種發展階段，兒童可能會需要獨自遊戲、和同儕一起遊戲或要父母陪伴的遊戲，而這些都各自有其益處。若孩子邀請父母或其他大人一起遊戲時，記得讓孩子當主角，而非由大人去主導遊戲的型式和規則。孩子主導遊戲時，會嘗試和發明新的創意和想法，並達到孩子自己設立的目標（並非大人、老師幫忙預設的目標）。當你與孩子遊戲時，視線可以降到他的高度並讓孩子來引導你該怎麼一起玩，大人們需要避免去分析他該從遊戲中練習或學習到什麼。有時孩子們可能在玩樂中練習使用一些「專有名詞」（比如在住院時聽見其他醫護人員或父母的談話中所學到），或練習用其他角色的音調說話，或用較困難的文法或詞語來模仿大人的語氣，練習討價還價的溝通方式，或使用語調來表現情緒（如開心、害怕或生氣），來增加故事的豐富性內容以及說故事的能力，這些不同的表現在遊戲中都可能會出現。

玩遊戲是兒童共通的語言。在世界各地不同的文化背景中，不分生病與否，兒童對玩和遊戲的需求具有共通性，遊戲引導孩子去經驗他們所見到的世界和自己在當中的角色。由於遊戲扮演著如此重要角色，下次遇住院中的孩子想要遊戲，請大人們拿出色筆、積木、畫紙、紙版和玩偶來，你將會見到孩子眼中帶著光芒微笑回應。

參考文獻

Koller, D. (2008) Therapeutic Play in Pediatric Health Care: The Essence of Child Life Practice. Child Life Council Evidence-Based Practice Statement. Hospital for Sick Children, Toronto, Ontario, Canada.

NTUHF