ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਬਦਲੋ

ਇਹ ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਕਿ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਨਿਰਾਸ਼ਾਜਨਕ ਅਤੇ ਨੀਰਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦਾ ਮਿਜ਼ਾਜ ਵਧੀਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਰ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਵਾਕਫ਼ੀਅਤ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵਿਚ ਬਦਲ ਕੇ ਨੀਰਸਤਾ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ (Prepare)
ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਕਈ ਮੌਕੇ ਆਉਣਗੇ ਜਦੋਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ: ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਚ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਵਿਚ, ਸੁਪਰ ਮਾਰਕਿਟ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ। ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦੀ ਇਕ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਜਾਂ ਬੱਸ ਵਿਚ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਜਦੋਂ ਟਰੈਫ਼ਿਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ ਉਕਤਾ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਬੇਚੈਨ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਲੰਬਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸੀਬਤ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਖਿੱਚ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਜ਼ਿਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਵਧੀਆ ਖੇਡ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋਗੇ ਬਜਾਏ ਇਸ ਦੇ ਕਿ "ਮੇਰੇ ਭਾਈ ਨੂੰ ਛੇੜੋ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਰੁਲਾਓ"।

ਮਿਜ਼ਾਜ ਬਦਲੋ (Change the mood)
ਕੁੱਝ ਸਰਲ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਜ਼ਾਜ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਕਿ ਨੀਰਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਕੁੱਝ ਦੇਖਣ ਲਈ? ਕੁੱਝ ਸੁਣਨ ਲਈ? ਕੁੱਝ ਸੋਚਣ ਲਈ? ਇਹ ਸਭ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵੀ ਕਾਰਗਰ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ, ਹਾਲਾਂ ਕਿ ਉਹ ਹਰਕਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਵਸਰ ਵੀ ਚਾਹੁੰਣਗੇ। ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਚਾਹੁੰਣਗੇ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੁਝਾਵਾਂ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਦੇ ਕਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਅਤੇ ਪੈਂਸਿਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ। ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੁਝਾਂਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਰੁੱਚੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਇਸ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗਾਣੇ (Songs) – ਕੁੱਝ ਗਾਣਿਆਂ ਦੇ ਬੋਲ ਯਾਦ ਕਰ ਲਓ ਜਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਗਾਣੇ ਬਣਾ ਲਓ ਕਿ ਜਦੋਂ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਖਤਮ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਚਿਤ ਗਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਬੋਲ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥ ਦੇਣਗੇ। ਗਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਇਸ਼ਾਰੇ ਕਰਕੇ ਗਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਰੇ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਆ ਸਕਣ।

ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ (Word Games) – ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਅਤੇ ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਹਰੇਕ ਜਣਾ ਇਕ ਅੱਖਰ ਚੁਣੇ ਅਤੇ ਕਹੇ " ਮੈਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਟੋਰ ਵਿਚ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਇਕ ਜਾਨਵਰ ਖਰੀਦਿਆ ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਅੱਖਰ ਨਾਲ..." ਬਾਕੀਆਂ ਨੇ ਉਹ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਨਾਮ ਲੱਭਣਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇਥੇ ਫ਼ਿਟ ਹੋ ਸਕੇ। ਜਦੋਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਗਰੋਸਰੀ ਸਟੋਰ ਅਤੇ ਫ਼ੇਰ ਫ਼ੁੱਲਾਂ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਨਾਲ ਇਹੋ ਖੇਡ ਖੇਡੋ। ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਪੇਪਰ ਪਲੇਸਮੈਟ ਉੱਤੇ ਪੈਂਸਿਲ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੋਚਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ (Thinking games) – ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਦੋ ਮਿਲਦੀਆਂ ਜੁਲਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੱਭੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਦੋ ਦਰਖ਼ਤ, ਅਤੇ ਫ਼ੇਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੀ ਅੰਤਰ ਹਨ। ਚੀਜ਼ਾਂ ਛੁਪਾ ਕੇ ਲੱਭਣਾ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਦੀ ਮੇਜ਼ ਉਤੇ ਚੀਨੀ ਦੇ ਪੈਕਟਾਂ ਦੇ ਨੀਚੇ ਪੈਸੇ ਛੁਪਾ ਦਿਉ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਜਣੇ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਉਸਨੂੰ "ਸਨਕੀ" ਜਿਹੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ: ਜੇਕਰ ਇਕ ਡਾਇਨਾਸੌਰ ਰੋਲਰ ਕੋਸਟਰ ਵਿਚ ਸਵਾਰੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਕਹਾਣੀਆਂ (Stories) – ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਪਰੰਪਰਿਕ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾ ਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ ਫ਼ੇਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਸਹਿਕਾਰੀ ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: ਜਿਸ ਵਿਚ ਹਰੇਕ ਜਣਾ ਕੁੱਝ ਵਾਕ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫ਼ੇਰ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਵਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਮਰੇ ਵਿਚ, ਰਿਸਾਲੇ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਤਸਵੀਰ ਚੁਣੋ ਅਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾਓ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਣਗੇ।

ਬਾਤ–ਚੀਤ (Conversation) – ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰੋ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਗਲੀ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।

ਆਰਟ (Art) – ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਹੱਥ ਉਪਰ ਜਾਂ ਪਿੱਠ ਉਤੇ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲੀ ਨਾਲ ਕੋਈ ਤਸਵੀਰ ਵਾਹੋ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਜਣੇ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਬਣਾਇਆ। ਬਿਲਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵੱਲ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਲਾਈਨਾਂ ਅਤੇ ਰੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ–ਬਾਤ ਕਰੋ।

ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨਾ (Movement) – ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੀ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਹੋ ਜਿਥੇ ਕਿ ਹਿਲਜੁਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਥੇ ਦੋ ਬਾਲਗ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਕ ਜਣਾ ਆਗੂ ਬਣ ਕੇ ਕੋਈ ਐਕਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਸਰਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਉਸ ਐਕਸ਼ਨ ਦੀ ਰੀਸ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਪਿੱਛੇ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਬੈਠਣਾ ਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਬਾਹਵਾਂ ਅਤੇ ਹੱਥ ਹਿਲਾ ਸਕਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤਾਲੀਆਂ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਜਾਂ ਮਰੋੜਣ ਵਾਲੀ ਪਾਈਪ ਨੂੰ ਅਜੀਬ ਜਿਹੇ ਅਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਮੋੜਨਾ।

ਕੁੱਝ ਚੀਜ਼ਾਂ (Props) – ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਬੈਠ ਕੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਕ ਬੈਗ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪੈਕ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਂਸਿਲਾਂ, ਰੰਗਦਾਰ ਪੈਂਸਿਲਾਂ, ਕਾਗਜ਼, ਪਲੇ ਡੋ, ਛੋਟੀਆਂ ਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ। ਛੋਟੀ ਮੋਟੀ ਸਨੈਕ ਪੈਕ ਕਰਨਾ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਭੁੱਲੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮਿਜਾਜ਼ ਬਦਲਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਬਕਸੇ ਵਿਚ ਗਾਣਿਆਂ ਦੇ ਨਾਮ, ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਗੱਲ –ਬਾਤ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਲਿਖ ਕੇ ਪਰਚੀਆਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਬਕਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿਚ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਕਿਤੇ ਟਰੈਫ਼ਿਕ ਜਾਮ ਵਿਚ ਫ਼ਸ ਜਾਓ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਪਰਚੀ ਕੱਢਣ ਲਈ ਕਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਹੁਣ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਅਰਾਮ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖੇਡੋ। ਨੀਰਸਤਾ, ਬੇਚੈਨੀ ਅਤੇ ਗੁੱਸਾ ਤੁਹਾਡੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਲੰਬਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋਏ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਲੰਘ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦੁਆਰਾ ਬੈਟਸੀ ਮਾਨ

Jouer en attendant

Il faut l'avouer, il est frustrant et ennuyant d'avoir à attendre, autant pour les enfants que pour les adultes. L'attente ne met personne de bonne humeur. Mais il y a des façons de remplacer l'ennui par l'amusement, en transformant les moments d'attente en occasions d'apprentissage et de connexion.

Se préparer

Il y a des temps d'attente obligatoires dans la vie familiale : chez le médecin, dans un restaurant, à la caisse au supermarché. Le temps passé en voiture ou en autobus constitue une autre sorte d'attente, surtout quand il y a des bouchons de circulation. Vous savez d'avance que vos enfants s'ennuieront probablement et que ces situations les impatienteront. Si l'attente est trop longue, leur comportement risque de se détériorer. Vous pouvez prévenir ces problèmes en vous préparant d'avance. Vous donnerez à vos enfants une meilleure façon d'attirer votre attention que de pleurnicher. Vous aurez en main un meilleur jeu que « taquiner mon frère et le faire pleurer ».

Il suffit de quelques techniques simples pour **changer les humeurs**. Pensez à ce qui vous aide, vous, à traverser un moment ennuyant. De quoi regarder? Écouter? Réfléchir? Les mêmes stratégies aideront les enfants aussi, et n'oubliez pas de leur offrir la possibilité de bouger. Les enfants plus âgés auront plus de facilité à penser et à discuter. Pour les plus jeunes, il faudra plus de direction et de participation de votre part.

La plupart des suggestions suivantes n'exigent aucun équipement, sauf parfois du papier et un crayon. Vous pouvez les adapter à l'âge et aux intérêts de vos enfants, ainsi qu'au lieu où vous attendez.

Chansons - Apprenez les paroles de quelques chansons ou inventez vos propres chansons au sujet de ce que vous ferez après avoir attendu. Quand vous ajoutez des couplets à des chansons connues, elles peuvent durer très longtemps. Par exemple, essayez « Les canards dans l'autobus font couac, couac, couac ». Combien d'animaux pouvez-vous imiter? Chantez des chansons avec des gestes qui feront bouger tout le monde.

Jeux de mots - Jouez à des jeux de vocabulaire et de mémoire. Par exemple, à tour de rôle, chaque personne choisit une lettre et dit : « Je vais à l'animalerie pour acheter un animal dont le nom commence par la lettre ... » Les autres doivent trouver un animal qui répond au critère. Quand vous avez épuisé les animaux, essayez l'épicerie ou chez le fleuriste. Les enfants plus âgés peuvent jouer avec vous au « Bonhomme pendu » et au « Tic-Tac-Toe » sur un napperon en papier.

Jeux de réflexion - Trouvez autour de vous deux objets similaires, disons deux arbres, et parlez de leurs similarités et de leurs différences. Au restaurant, jouez à cacher et trouver en plaçant des sachets de sucre sur la table et en cachant un cent en-dessous d'un sachet. Attirez l'attention de votre enfant en posant des questions « folles », comme : Qu'est-ce qui arriverait si un dinosaure voulait monter dans un manège à la foire?

Histoires - Pour passer le temps, racontez une histoire traditionnelle ou inventez votre propre histoire. Votre histoire inventée peut aussi être une création collective : chaque personne ajoute quelques phrases à tour de rôle. Dans la salle d'attente du médecin, contez une histoire à partir d'une image choisie dans une revue. Demandez à vos enfants où ils aimeraient se placer dans l'image.

Conversation - Profitez des moments d'attente pour mieux connaître vos enfants. Discutez de leur choses préférées. Planifiez avec eux leur prochaine fête d'anniversaire.

Art - Chacun son tour, dessinez une image sur la main ou dans le dos de l'autre personne et faites-lui deviner ce que c'est. Regardez la publicité et parlez des lignes et des couleurs.

Mouvement - S'il y a de la place pour bouger et que vous êtes deux adultes, une personne peut rester en ligne pendant que l'autre fait une promenade avec les enfants. S'il faut rester assis, cherchez des façons pour que les enfants puissent bouger au moins leurs bras et leurs mains, par exemple jouer à taper dans les mains ou à faire des formes bizarres avec des cure-pipes.

Accessoires - Pour les occasions où vous savez que vous aurez à attendre, préparez un sac contenant des objets tels crayons, papier, pâte à modeler, petites autos, livres. N'oubliez pas un léger goûter. C'est toujours une bonne solution pour changer les esprits. Vous pourriez garder dans l'auto une boîte pleine de bouts de papier sur lesquels sont marqués des titres de chansons, des noms de jeux et des sujets de conversation. Quand il y a un bouchon de circulation, demandez aux enfants de piger un papier et suivez la suggestion qui s'y trouve.

La prochaine fois que vous devrez attendre, profitez de l'occasion pour vous détendre et jouer avec vos enfants. Le temps paraît plus long quand c'est l'ennui, l'impatience et la colère qui prédominent, mais quand on s'amuse, le temps semble filer.

par Betsy Mann

Trouvez d'autres suggestions de jeux pour l'attente au www.petitmonde.com/iDoc/Chronique.asp?id=25718