

將等候時間變成娛樂時間

讓我們來面對這個事實：無論對小童還是成年人來講，等候是一件令人沮喪並枯燥的事。任何人在這種情況下都不會有好心情。但是，有些方法通過將等候時間變成學習和加強親情的機會，便可將枯燥變為樂趣。

準備

在家庭生活中有許多情況你一定要等候：在醫生的診所、在飯店、在超市收銀處。坐私家車或者巴士旅行所用的時間都是另一種等候，當堵車時更加是這樣。你預先知道你的孩子在這種情況下將可能感到好悶所以會不耐煩。倘若等候時間太長的話，他們可能會開始不聽話。但是倘若你有所準備的話，你可以預防出現這種情況。你將會使得孩子用更好的辦法而不是哭鬧來得到你的關心。你將隨時和他們玩更好的遊戲，而不是“逗弄我的弟弟，惹他哭。”

改變心情

幾個簡單的技巧可以改變心情。想一下什麼可以幫你熬過乏味的時刻。看一樣東西？聽點什麼？想點什麼？雖然小童好動，但這些方法對他們也起作用。年長的小童能夠思考和講話多一點，而年幼的小童則會需要你給他們更多的指導和參與。

除了有時需要紙和鉛筆之外，以下建議多數不需要任何設備。你可以根據你的孩子的年齡和興趣、以及你們等待的地點而相應地變一下。

歌曲 - 學一些歌詞或者自編關於你們等候之後要做什么的歌詞。倘若你按照熟悉的歌曲自編新歌詞，這些歌詞可以使用很長時間。唱歌時要伴有動作，以便讓每個人都動起來。

文字遊戲 - 玩辭彙和記憶遊戲。比如說，每個人輪流選一個字母然後說“我去了寵物店買了個動物，它的名字叫...”其他人必須說出正確的動物。當你們說完動物後，試著改成食品雜貨店和花店。年長的小童可以用鉛筆在紙墊上塗寫來和你玩遊戲。

思考類的遊戲 - 周圍看一下，指出兩個差不多一樣的東西，例如說兩棵樹，然後說他們有什麼相同和不同的地方。將飯店餐桌上的糖包擺開，再將一塊硬幣放在其中一個糖包下邊來玩捉迷藏。通過問“古怪”的問題來引起你的孩子的注意：倘若一個恐龍想坐過山車，結果會怎麼樣呢？

故事 - 為了打發時間，你可以講一個傳統故事或者當場自編一個。或者你們可以合作編一個故事：每個人講幾句話然後往下傳。在醫生診所，在一個雜誌上找一張圖片，然後根據這張圖片編一個故事。問你的孩子他們想去圖中的哪個地方。

傾談 - 用等候時間多瞭解一下你的孩子。聊他們喜歡的事情。同他們一起為下一次生日聚會做一個打算。

藝術 - 用手指互相在手或手背上畫一個圖，之後估一下對方畫的是什麼。看燈箱板或者廣告牌，之後討論上面的廣告語同顏色。

活動 - 倘若你們等候的地方有空間活動並且你們有兩個成年人，那麼其中一個人可以守著排隊，而另一個人則可以帶著孩子做一個“跟著領導”走。倘若孩子只能坐著，想辦法至少活動一下孩子的手和胳膊，例如拍手遊戲或者將管道清潔器擰成奇怪的形狀。

道具 - 倘若你知道你將會在某個地方排隊等候，那麼準備個袋子，裏面裝些東西，比如鉛筆、蠟筆、紙張、泥膠、小玩具車和書。不要忘了零食。零食永遠是調節心情的好辦法。你可以在一張小紙片上寫上歌名、遊戲名、或者聊天的題目，之後放在一個盒子裏邊。將盒子放在車上，之後當你碰到交通堵塞的時候，讓孩子將紙片取出來，之後先自決定做什么。

下一次遇到一定要排隊等候，借這個機會放鬆一下，和你的孩子玩遊戲。乏味、不耐煩和氣惱將使你感到等候時間更長，但是找點樂趣，時間過得會好快。

Betsy Mann 編寫

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