

# 将等候时间变成娱乐时间

让我们来面对这个事实：无论对孩子还是成年人来讲，等候是一件令人烦躁并无聊的事。任何人在这种情况下都不会有好心情。但是，有些方法通过将等候时间变成学习和加强亲情的机会，从而可以变枯燥为乐趣。

## 准备

在家庭生活中许多时候你不得不等候：在医生的诊所、在饭店、在超市收银处。乘私家车或者公交汽车旅行所用的时间是另外一种等候，当交通堵塞时尤其如此。你事先知道你的孩子在这种情况下将可能感到枯燥从而会坐立不安。如果等候时间过长的话，他们可能会开始不听话。但是如果你有所准备的话，你可以预防出现这种情况。你将会教给孩子用更好的方法来取得你的关注，而不是哭闹。你将随时和他们玩更好的游戏，而不是让他们无聊得开始淘气。

## 改变心情

几个简单的技巧可以改变心情。想一下什么可以帮你熬过枯燥的时刻。看点什么？听点什么？想点什么？虽然孩子好动，但这些办法对他们也起作用。大一点的孩子能够思考和讲话多一点，而小一点的孩子则会需要给他们更多的指导和你的参与。

除了有时需要纸和铅笔之外，以下建议多数不需要任何设备。你可以根据你的孩子的年龄和兴趣、以及你们等待的地点而相应地改一下。

**歌曲** - 学一些歌词或者自编关于你们等候之后要做什么的歌词。如果你用熟悉的曲子自编新歌词，这些歌可以长久留在记忆中。唱歌时要伴随动作，以便让每个人都动起来。

**文字游戏** - 玩词汇和记忆游戏。比如说，每个人轮流选一个字母然后说：“我去了宠物店买了个小动物，它名字的第一个字母是...”其他人必须说出正确的动物名。当你们说完动物后，试着改成食品杂货店和花店。大一点的孩子还可以用铅笔在纸垫上涂写来和你玩游戏。

**思考类的游戏** - 周围看一下，指出两个相似的东西，比如说两棵树，然后说他们有什么相同和不同的地方。将饭店餐桌上的糖包摆开，再将一块硬币放在其中一个糖包下边来玩捉迷藏。通过问“古怪”的问题来引起你的孩子的注意：如果一个恐龙想坐过山车，结果会怎么样呢？

**故事** - 为了打发时间，你可以讲一个传统故事或者当场自编一个。或者你们可以合作编一个故事：每个人讲几句话然后往下传。在医生诊所，在杂志上找一张图片，然后根据这张图片编一个故事。问你的孩子他们想去图片中的哪个地方。

**聊天** - 利用等候时间多了解一下你的孩子。聊他们喜欢的东西。和他们一起为下一次生日聚会做个计划。

**艺术** - 用手指互相在手或手背上画个图，然后猜对方画的是什么。看广告牌或者广告，然后讨论上面的广告语和颜色。

**运动** - 如果你们等候的地方有空间活动并且你们有两个成年人，那么其中一个人可以守着排队，而另一个人则可以带着孩子做“跟着领导走”的游戏。如果孩子只能坐着，想办法至少活动一下孩子的手和胳膊，比如拍手游戏或者将吸管清洁丝拧成奇怪的形状。

**道具** - 如果你知道你将会在某个地方排队等候，可带个袋子，里面装些东西，比如铅笔、蜡笔、纸张、玩具面团、小玩具车和书。不要忘了零食，零食永远是调节心情的好办法。你可以在一张小纸片上写上歌名、游戏名、或者聊天的话题，然后放在一个盒子里。将盒子放在车上，然后当你碰到交通堵塞的时候，让孩子将纸片取出来，然后再决定做什么。

下一次遇到非要排队等候时，借此机会放松一下，和你的孩子玩游戏。枯燥、不耐烦和气愤将使你感到等候时间更长，但是找点乐趣时间将过得飞快。

Betsy Mann编写

# 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](http://www.petitmonde.com/iDoc/Chronique.asp?id=25718)