

# Comment les faire patienter lorsque vous êtes occupé

Par Sylvie Bourcier  
Intervenante en petite enfance

*Papa s'affaire dehors. Fiston tente de terminer un casse-tête. Un morceau résiste, il s'exaspère. «Maman ! Maman ! Viens vite !» Les cris se multiplient, mais maman fait sauter des légumes pour le souper.*

Devant l'impatience de vos enfants, mieux vaut éviter les réactions extrêmes. Si vous répondez trop rapidement à leurs désirs, ils n'apprendront pas à attendre et à s'adapter. En revanche, si vous les faites attendre trop longtemps, leur désir risque de s'estomper, voire de s'éteindre.

Première question à vous poser : vos enfants cherchent-ils votre attention pour satisfaire un besoin ou pour contenter un désir ? S'il s'agit d'un caprice, ils peuvent attendre. Ainsi, le caractère stable et prévisible des gestes posés pour la préparation du repas (préparer les aliments, laver la table, la dresser, puis faire le service), permet à vos enfants de savoir quand leur besoin sera satisfait. Vous pouvez dire : «Je pourrai écouter ton histoire lorsque nous mangerons. Après le repas, tu le sais, je range et ensuite, je joue avec toi dans le salon.»

## Pour les aider à patienter

Bien que vos tout-petits soient capables de prévoir une situation en observant les gestes familiers, il est néanmoins difficile pour eux d'évaluer la durée de l'attente, surtout s'il leur semble urgent que vous répondiez à leur demande. Vous pouvez mettre des mots sur ce que vos enfants ressentent : en parler rend l'attente supportable pour eux. Ils constatent ainsi que vous avez saisi leur demande et que vous y répondrez sous peu. «Je te lirai une histoire après le nettoyage de la cuisine. Tu vois, je lave le comptoir. Ensuite, je rangerai la vaisselle. Je sais que tu es capable d'attendre et que tu as hâte...»

Les repères temporels concrets aident également vos enfants à attendre. Vous pouvez, par exemple, placer des repères visuels (ex. : des petits autocollants en forme d'animaux) sur l'horloge. Vous pourrez ainsi leur demander d'attendre jusqu'à ce que la grande aiguille soit placée sur l'un des animaux. Vous pouvez aussi suggérer une activité à vos enfants qui attendent, ou encore les faire participer à vos tâches quotidiennes. Loin de subir l'attente, ils s'amuseront à jouer l'assistant des grands. Francine Ferland<sup>1</sup> suggère

plusieurs jeux pour impliquer vos enfants dans les tâches ménagères : la pêche aux vêtements lors du pliage du linge, la table en fête, la chasse aux trésors à l'épicerie en sont des exemples.

Aider vos enfants à parler de leur impatience, valoriser leur capacité à attendre et leur apprendre à apprivoiser l'attente, c'est leur donner des outils pour vivre en société.

<sup>1</sup> *Et si on jouait, le jeu durant l'enfance et pour toute la vie*, F. Ferland, voir chapitre 7 : «Le jeu au service des parents», Les Éditions du CHU Sainte-Justine, 2002, 216 p.

## **À RETENIR**

- Dire à vos enfants pourquoi ils doivent attendre et quand vous pourrez répondre à leur demande.
- Aider vos enfants en mettant des mots sur ce qu'ils ressentent.
- Participer aux tâches les aide à attendre.