

Waiting Is Not Forever

La espera no dura para siempre



Elizabeth Verdick

Ilustrado por
Marieka Heinlen

Text copyright © 2020 by Elizabeth Verdick
Illustrations copyright © 2020 by Marieka Heinlen
Translation copyright © 2021 by Free Spirit Publishing Inc.

All rights reserved under International and Pan-American Copyright Conventions. Unless otherwise noted, no part of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without express written permission from the publisher, except for brief quotations and critical reviews. For more information, go to freespirit.com/permissions.

Free Spirit, Free Spirit Publishing, and associated logos are trademarks and/or registered trademarks of Free Spirit Publishing Inc. A complete listing of our logos and trademarks is available at freespirit.com.

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data

Names: Verdick, Elizabeth, author. | Heinlen, Marieka, illustrator. | Rojas, Edgar (Translator), translator. | Verdick, Elizabeth. Waiting is not forever. | Verdick, Elizabeth. Waiting is not forever. Spanish

Title: Waiting is not forever = La espera no dura para siempre / Elizabeth Verdick, Marieka Heinlen, Edgar Rojas.

Other titles: Espera no dura para siempre

Description: Minneapolis : Free Spirit Publishing Inc., 2021. | Series: Best behavior | Audience: Ages 4–7

Identifiers: LCCN 2020036071 (print) | LCCN 2020036072 (ebook) | ISBN 9781631986352 (paperback) | ISBN 9781631986369 (pdf) | ISBN 9781631986376 (epub)

Subjects: LCSH: Child rearing—Juvenile literature. | Patience—Juvenile literature. | Self-control—Juvenile literature.

Classification: LCC HQ769 .V447 2021 (print) | LCC HQ769 (ebook) | DDC 649/.1—dc23

LC record available at <https://lcn.loc.gov/2020036071>

LC ebook record available at <https://lcn.loc.gov/2020036072>

Free Spirit Publishing does not have control over or assume responsibility for author or third-party websites and their content.

Reading Level Grade 2; Interest Level Ages 4–7;
Fountas & Pinnell Guided Reading Level L

Edited by Marjorie Lisovskis
Translation edited by Dora O'Malley
Cover and interior design by Shannon Pourciau

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1
Printed in China
R18861120

Free Spirit Publishing Inc.
6325 Sandburg Road, Suite 100
Minneapolis, MN 55427-3674
(612) 338-2068
help4kids@freespirit.com
freespirit.com

Free Spirit offers competitive pricing.

Contact edsales@freespirit.com for pricing information on multiple quantity purchases.

To Andrew, Lucas, Justin, and Nate,
who inspired this book one summer.

–E.V.

For Pam and Walt, who worked so hard
to realize a dream and who raised a few of
the most patient people I know.

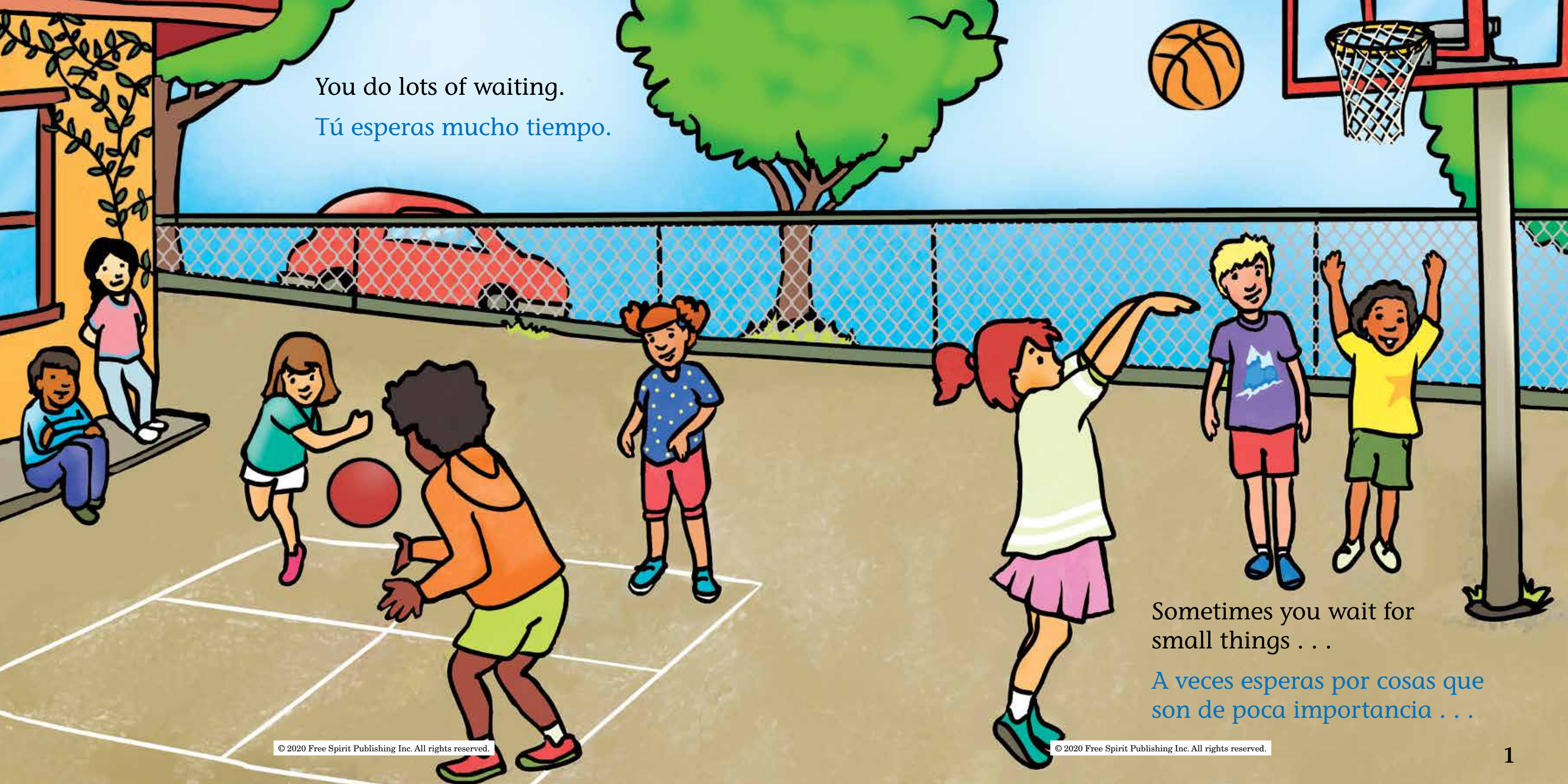
–M.H.

Para Andrew, Lucas, Justin y Nate quienes en un
verano me inspiraron para escribir este libro.

–E.V.

Para Pam y Walt quienes trabajaron arduamente
para hacer realidad uno de sus sueños y
por criar a unas de las pocas personas más
pacientes que conozco.

–M.H.



You do lots of waiting.
Tú esperas mucho tiempo.

Sometimes you wait for
small things . . .

A veces esperas por cosas que
son de poca importancia . . .

Tips and Activities for Caregivers and Parents

When you think about it, children are almost always waiting for something. All this waiting brings mixed feelings. As adults, we can recognize what children are experiencing in these moments and find ways to help. When you notice your child being a good waiter, offer affirmations and thank-yous, smiles and high fives.

Teach Waiting Words

Yes, waiting is frustrating! But it's also a fact of life. How we talk about waiting can help put a positive spin on it. Encourage children to find something fun to do while they wait and stay calm by using *waiting words*:

"Waiting is not forever."

"I'm calm. I'm patient."

"I can chill a little longer."

"This will be worth the wait!"

"I can wait a while with a smile."

Use Visuals

When you make waiting more concrete for children, they know what to expect and feel a greater sense of control. Use visual timers, countdown calendars, and interactive classroom calendars that highlight daily activities and special events. These tools help children develop routines, a sense of time, and the skill of patience.

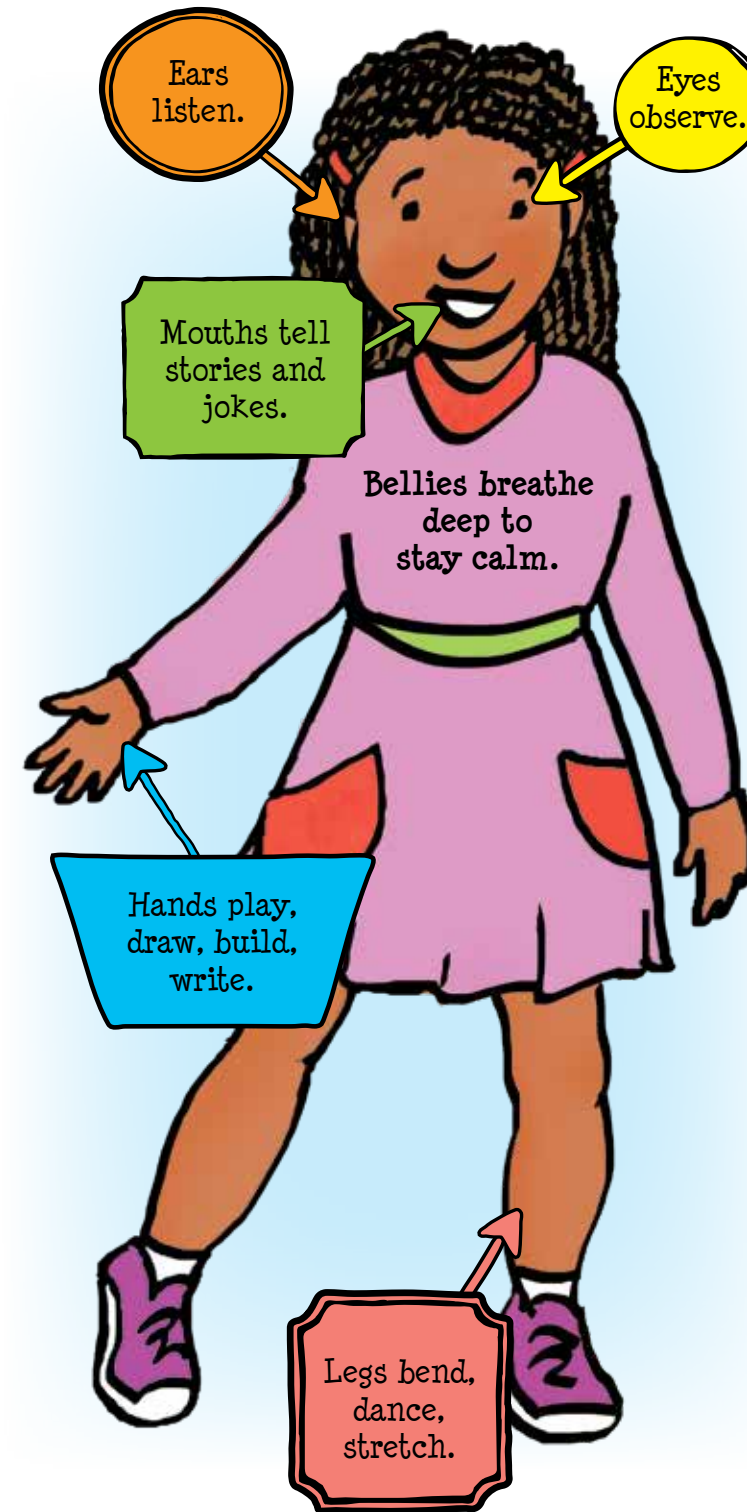


Teach Wanting/Waiting Signals

Teach children a nonverbal signal they can use to let you know they want you, such as gently touching your arm or shoulder. You can signal back with a hand squeeze or a nod with one finger held up to indicate "Wait." At first, respond as soon as you can and thank the child for waiting. Over time, you can delay a bit longer, giving a gentle squeeze or special hand signal every few minutes to show that you haven't forgotten the request.

Help Their Bodies and Minds Stay Busy

Waiting isn't as boring when you're actively engaged in some type of activity. Encourage children to think head to toe, finding a variety of ways to keep themselves entertained.



Make a Waiting Kit

Plan for delays by having children put together a waiting kit. What goes in the kit? Whatever will quietly entertain for a sustained period of time: a book, coloring sheets, crayons, small toys, finger puppets, hidden pictures.

Make It Downtime, Not Screen Time

Often, children fall into the habit of using devices like video games, phones, or tablets as a distraction from waiting. As a result, any time children are in the car, on the bus, in a waiting room, or running errands, they come to depend on being entertained by a screen. Screens are part of life, and they aren't all bad—but constant use of them keeps children from fully engaging with the people they meet and places they see. Look at downtime as an opportunity to observe, reflect, imagine, and communicate. It's okay to be bored! Boredom can lead to deep thinking, use of the imagination, and greater curiosity about the wider world.

If you need to wean a child from overuse of screens, start with a new set of rules and, if you'd like, offer small rewards for following them. Try not to model using screens when you and your child are waiting together. Take advantage of shared wait times to enjoy each other's company. Play a waiting game like I Spy or Twenty Questions, read a book, make up stories, or just chat.

Consejos y actividades para los padres y para quienes cuidan a los niños

Si piensas un poco al respecto, los niños casi siempre están esperando por algo. Toda esta espera crea problemas con sus sentimientos. Nosotros como adultos podemos reconocer lo que los niños están experimentando en estos momentos y a su vez encontrar maneras de ayudarlos. Cuando note que el niño muestra una buena disposición mientras espera, anímelo con afirmaciones positivas, agradecimientos, sonrisas y aprecio.

Enseñe palabras relacionadas con la espera

Sí, ¡esperar es frustrante! pero también es una realidad de la vida. Dependiendo de la manera como hablamos al respecto, es posible crear un resultado positivo. Aliente a los niños a encontrar algo divertido que hacer mientras esperan y mantenga la calma por medio del uso de palabras relacionadas con la espera:

“La espera no dura para siempre”.

“Yo estoy calmado. Yo soy paciente”.

“Yo puedo relajarme un poco más”.

“¡Vale la pena esperar por esto!”

“Yo puedo esperar un rato con una sonrisa”.

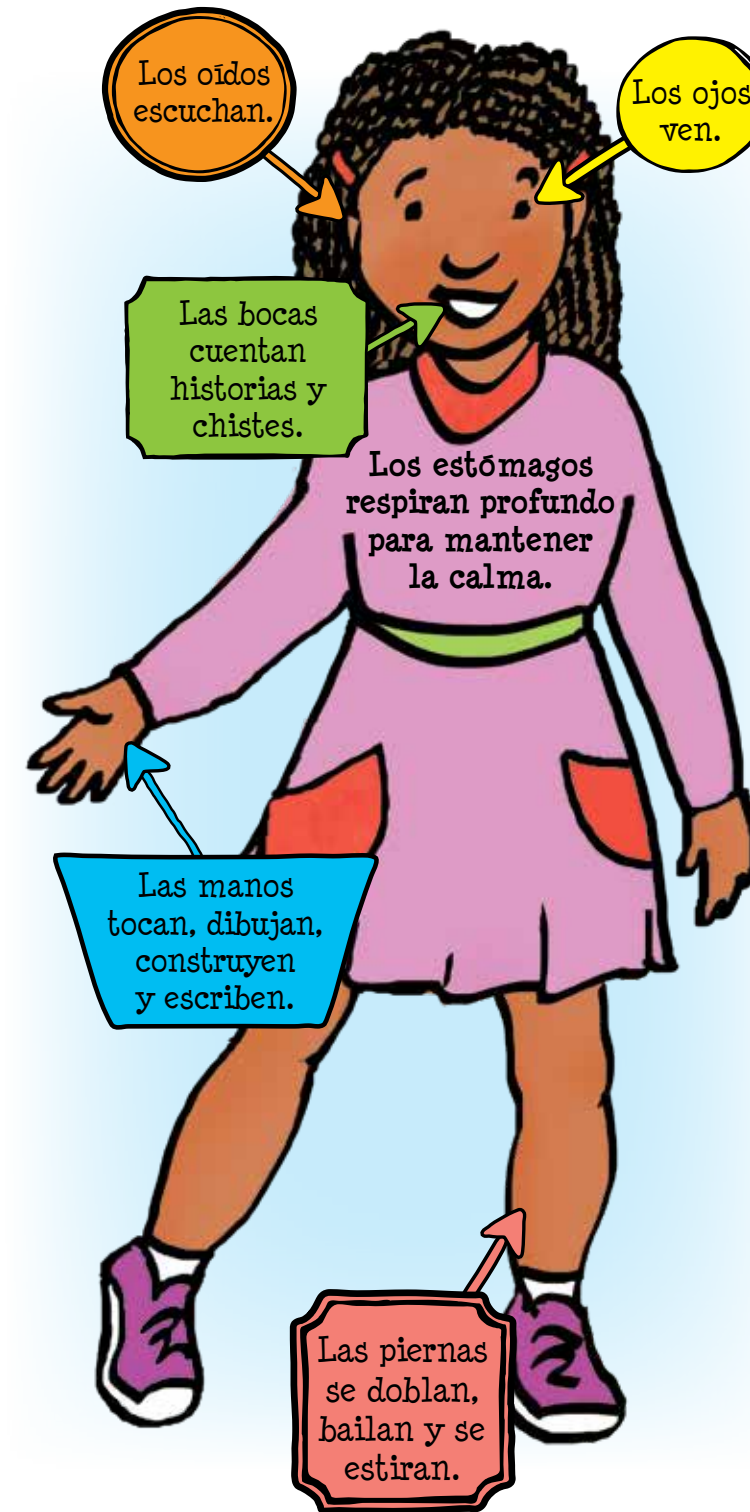
Utilice ayudas visuales

Cuando presenta la espera como una situación más concreta para los niños, ellos saben qué esperar y sienten una mayor sensación de control. Use temporizadores visuales, calendarios de cuenta regresiva y calendarios interactivos en el aula para resaltar las actividades diarias y los eventos especiales. Estas herramientas ayudan a los niños a desarrollar rutinas, entender el concepto del tiempo y aprender a tener paciencia.



Enseñe señales que indiquen querer y esperar

Enseñe a los niños una señal no verbal que puedan utilizar para indicar que necesitan su atención, como tocar suavemente su brazo u hombro. Puede responder a la señal con un apretón de manos o un movimiento de cabeza junto con un dedo levantado para indicar “espera”. Al principio responda lo antes posible y agradezca al niño por esperar. Con el tiempo puede demorar un poco su respuesta dando un apretón suave o por medio de una señal especial con su mano dada con pocos minutos de intervalo para mostrarle al niño que no ha olvidado su solicitud.



Ayude a que los niños hagan algo para mantener la mente y sus cuerpos ocupados

La espera no es tan aburrida cuando usted está participando activamente en algún tipo de actividad. Aliente a los niños a que piensen en detalle para que descubran diferentes actividades que los mantenga entretenidos.

Prepare un kit de espera

Prepárese para las demoras haciendo que los niños armen un kit de espera. ¿Qué incluye el kit? Lo que sea que los entretenga en silencio durante un período prolongado de tiempo, por ejemplo: un libro, hojas para colorear, crayones, juguetes pequeños, títeres de dedo, imágenes ocultas.

Ofrezca distracciones diferentes a los dispositivos electrónicos

Con frecuencia los niños caen en la costumbre de utilizar los dispositivos electrónicos, como los videojuegos, los teléfonos o las tabletas, como instrumento de distracción durante el tiempo de espera. Como resultado, cada vez que se encuentran en un automóvil, en un autobús, en una sala de espera, o llevando a cabo una tarea, dependen del entretenimiento ofrecido por estos dispositivos. Esta tecnología es parte de la vida moderna y no es completamente negativa pero su uso constante evita que