

أدوات هامة لإعداد طفلك ليتناول طعامه بنفسه



الاثنين 20 فبراير 2017 11:02 م

محاولة طفلك أن يشد منك الملعقة ليتناول هو طعامه بنفسه، ورفضه أن يتناول من يديك، هي علامة على نموه، وتقول الدراسات أن محاولة الطفل أن يأكل بنفسه تقوي لديه ملكة الاعتماد على النفس [] إلا أن هناك شيئين يجب أن يشغلا بالك؛ أولهما هو استخدام أدوات الطعام الآمنة بالنسبة لعمر طفلك، والآخر لن تتخلصي منه وهو الفوضى التي سيحدثها طفلك حوله خلال رحلة الثقة بالنفس هذه []

أشياء أساسية سيحتاجها طفلك:

تتوافر في الأسواق العديد من الأشكال والأحجام والألوان لأدوات الأطفال، لكن هناك أشياء أساسية يجب عليك شرائها قبل الانبهار بالتنوع الموجود في الأسواق []

البفّات: مهمة جدا لحماية ملابس طفلك من بقايا الطعام، لكن حاولي شراء الأنواع البلاستيكية لسهولة تنظيفها بقماشة مبللة، بدلا عن الأنواع القماشية والتي ستتسخ بسهولة وتحتاج للتنظيف مثلها مثل الملابس []

الملاعق: اشترى الملعقة البلاستيكية المناسبة لحجم يد وضم طفلك، وستجدين إرشادات عمرية على الغلاف، وتجنبي إطعامه بالملاعق المعدنية لأنها قد تجرح لثته بسهولة إذا عض عليها، كما أن الأطفال لا يحبون الملاعق الباردة []

اشترى مفرش بلاستيكي كبير وافرشيهِ في المكان الذي يتناول فيه الطعام حتى تقللي من حجم الأضرار التي سيخلفها طفلك أثناء الطعام []

عند شراء كوب لطفلك اشترى الأكواب ذات اليدين والغطاء الذي يوجد به فتحات صغيرة للشرب عن طريق الامتصاص []

إذا تمكنتِ من شراء كرسي طعام لطفلك، فسيقل ذلك كثيرا من الفوضى التي يحدثها الأطفال، حاولي شراؤه ليناسبه لفترة طويلة، وإذا كان طفلك لا يحب البقاء محبوسا في كرسي الطعام فلا تكلفي نفسك شراؤه []

اقرأي دائما غلاف الأدوات البلاستيكية، و تأكدي أن الأكواب والأطباق ضد الانزلاق حتى لا ينسكب الطعام بسهولة مع حركة طفلك [] واحرصي على خلوها من مادة البيستفول "bisphenol A" التي تستخدم في بعض الصناعات البلاستيكية، والتي قد تضر صحة طفلك وتؤثر على دراسته مستقبلا [] ستجدين علامة "BPA-free" إذا كان المنتج خالي من هذه المادة []