



## Ошибки родителей, или как не надо учить ребенка есть ложкой

Учить малыша кушать самостоятельно сложно, и вначале многие родители допускают ошибки. Используйте опыт других мам и пап — и вы существенно ускорите и облегчите воспитательный процесс.

*Не торопите ребенка, когда он ест. Фразы наподобие "жуй быстрее, мне нужно мыть посуду" должны пропасть из вашего лексикона. Еду важно тщательно разжевывать, чтобы она хорошо переварилась, а для этого требуется время. Кроме того, сам прием пищи — это прекрасная возможность маме пообщаться с малышом, подарить ему свою заботу.*

*Не прерывайте обучение. Если вы начали учить свое чадо пользоваться ложкой, продолжайте гнуть свою линию. Не поддавайтесь лени, не ищите отговорки. Объясните всем членам семьи, что отныне малыш будет кушать без их помощи.*

*Не заставляйте ребенка брать ложку. Если он сыт, болен или просто капризничает, оставьте малыша в покое. Урок по самостоятельности всегда можно перенести.*

*Не ругайте малыша за то, что он испачкался едой, даже если он баловался. Это временные трудности, ведь скоро кроха научится есть, как взрослые. Ваша агрессия напугает ребенка, и у него пропадет вся мотивация на обучение.*

*Не позволяйте включать телевизор во время еды. Мультфильмы и любые передачи отвлекают малыша, а ведь ему нужна концентрация, чтобы научиться пользоваться ложкой.*

*Не накладывайте в тарелку огромную порцию. Лучше дайте ребенку меньше каши, а потом положите добавку, если он попросит.*

*Не поддавайтесь на детский шантаж. Малыши пытаются управлять своими родителями с помощью капризов. Так, ребенок, который уже прекрасно орудует ложкой и вилкой, может заявить, что будет есть сам только котлету, но не суп. Это значит, что малыш не голоден, поэтому смело убирайте тарелку.*

*Не заставляйте ребенка съесть всю порцию. Он ест столько, сколько нужно его организму для нормальной работы. Если ваш малыш отодвинул тарелку — значит, он сыт, пусть там и осталась треть порции.*

*Не используйте двойные стандарты. Если в поездке вы разрешаете ребенку сладкое на обед вместо супа, то дома должно быть точно так же. Если на своей кухне вы закрываете глаза на то, что малыш вытирает испачканное лицо о скатерть, не делайте ему замечаний и в гостях.*

*Главный совет для родителей, чьи дети начали осваивать ложку, — не паниковать, если обучение затягивается. Со временем малыш обязательно научится кушать самостоятельно.*

*Не забывайте: сноровка приходит с опытом. Лучшие всего подбирать такие виды еды, которые лучше пристают к ложке. Помните: начинать учиться кушать при помощи вилки и ложки и пачкать при этом все вокруг — это нормально!*

