

哄宝宝吃饭见招拆招

□东子

不知从什么时候起,每次喂宝宝吃饭的时候,她的小手里必须得有玩具,否则任凭你怎么哄,她的小嘴就是不张开。于是,有些新手妈妈担心,这样会令宝宝养成不认真吃饭的坏习惯。那么,怎样才能高效地喂宝宝吃饭呢?不如来听听一些过来妈妈是如何哄宝贝吃饭的。

宣宣 2岁 吃饭时总是乱跑

妈妈过招:利用宝宝的逆反心理

每当宣宣吃饭吃到一半的时候,就开始满屋子乱跑或玩耍,不肯乖乖地吃饭。后来我发现是他的逆反心理在起作用,你越让他别乱跑,他跑得越欢;你越让他别拿筷子乱敲,他敲得越大声。我想,那就利用一下他的逆反心理。比如他吃饭时先玩不吃,我就对他说:“今天的饭真好吃,你先别吃了,去玩

吧!”还有一次,我对他说:“蛋黄很有营养,你少吃点吧,妈妈自己吃。”这样,宣宣就会放下手里玩着的勺子,一边喊着“要吃,要吃”,一边大口地吃起来。

其实,大多数孩子在刚会走路的时候对事物都比较好奇,与其叫他不要乱跑,困住他,不如用一点小手段让他“回归”吃饭。

甜甜 22个月 吃饭时喜欢边吃边玩

妈妈过招:多给宝宝鼓励与肯定

甜甜能自己拿着勺子吃饭了,但随之困扰也来了,甜甜吃饭的速度越来越慢,每顿饭都要热上三四次。她喜欢边吃边玩,一会儿拿勺子在桌子上敲敲打打,一会儿又把盘子推来推去。一不留神,她还把自己的小手伸到碗里来回乱搅或抓一点儿饭菜在手里捏来捏去。有一次,她还把抓的饭往我的嘴里塞。在这种情况下,我并没有去骂她,因为我知道这并不是孩子在胡闹,而是在摸索,在进行她的“小实验”,要试一试自己的能力。

边吃边玩正是宝宝身体和神经发育的有力证明,每个宝宝都会经历这个阶段。妈妈们一定要做好思想准备,虽然宝宝边吃边玩是很正常的事,但是这个时期也是宝宝饮食习惯养成的关键时期,因此不能完全放任。

后来,为了改变甜甜边吃边玩的习惯,我采取了鼓励与肯定的方法,在吃饭前先鼓励甜甜,告诉她只要乖乖吃饭,就可以去外面玩。我说:“甜甜今天吃饭的速度比昨天快,奖励甜甜在外面多玩10分钟。”经常这样与宝贝交流,多给她鼓励与肯定,她就会更自信、更自觉地把饭吃好。



果果 15个月 吃饭时总是把食物撒到地上

妈妈过招:吃饭的时候在地上铺张报纸,边吃边教他使用餐具

果果15个月了,吃饭时总是不专心,经常把饭菜撒到地上,有时还把餐具扔到地上。我要是捡起来,他就继续扔,以此为乐。后来,当果果想把餐具丢到地上时,我就拿起餐具,一边对果果提出警告,一边教他怎么使用餐具。如果他丢的是食物,

我就给他讲道理:“这是吃的东西,不能这样丢掉,隔壁的妹妹吃饭就很听话。”

其实,现在的孩子都能听懂父母的话,只是有时候不理睬。妈妈们需要耐心地重复说这样的话,让宝宝慢慢养成吃饭的好习惯。另外,在宝宝吃饭的时候,妈妈可以在地上铺张报纸,这样可以节省一些收拾的时间。

专家点评

与其担心孩子不吃饭或吃得太少,而不分时间、地点跟在孩子后面喂饭,不如把吃饭的权利交给孩子,让他切实体会到按时吃饭的好处,承受不吃或少吃就会饿肚子的后果。

对年龄较小的孩子应按需喂饭,喂饭时可以采用唱歌法(重复唱有关吃饭的童谣),以吸引孩子的注意力,提高其对吃饭的兴趣;而对年龄较大一些的孩子,我们应当在平日就多讲一些如何按时吃饭、自己吃饭等生活习惯方面的小故事,以鼓励和引导孩子自己

吃饭。对刚学习和正在学习吃饭的孩子来说,我们要多给孩子一些时间和耐心,允许孩子慢、笨拙和杯盘狼藉。另外,孩子吃饭时,最好让他做跟吃饭有关的事情,而不是看电视、玩玩具,这样更容易培养孩子专注的品质。

奥体花城 特约
幼儿园
新区古城路奥体花城社区
电话:65198989 65288080

稚子语

正确答案

经过一棵柿子树时,3岁的儿子看到树上结有小柿子,就高兴地叫道:“快看,小梨子!”

我正想告诉他正确答案,5岁的侄子抢着说:“那是小柿子,不是小梨子。”

儿子知道自己错了,有些不服气地说:“小柿子长大以后就会变成大梨子。”

“叔叔,弟弟说错了!”侄子很不服气地向我“告状”。

我笑着说:“那你告诉他正确答案啊!”

得到我的支持后,侄子大声说:“小柿子长大以后就会变成大苹果。”

(杨奇斌)



姓名:康绎锋 性别:男
生日:2010年7月28日
父母寄语:心存感激,让你的人生充满真诚、善意、美好和甜蜜!



姓名:杨承轩 性别:男
生日:2011年7月27日
父母寄语:祝宝宝生日快乐,健康成长!



姓名:曹依祎 性别:女
生日:2012年3月6日
父母寄语:孩子,愿你健康快乐地成长,世界因你而精彩。

育儿经

□王素芹

“拼养”孩子乐趣多

暑假里,因为我和老公都要上班,5岁的儿子只能一个人在家。我每天看新闻,这儿儿童落水,那儿大人看管不力导致孩子撞伤,还有的孩子不小心走失,这些消息让我不得不寒心,于是,不敢让儿子独自在家。

我左思右想,实在想不出解决的好办法。老公急中生智,想出一个妙招:白天把儿子送到有大人照看的邻居家,让他和邻居的女儿一起玩耍。等到我们休息时,再请邻居的女儿来自己家。大人轮流值班,上班、带孩子两不误。

当我们向邻居提出“拼养”孩子的想法时,邻居拍手叫好。第二天,我就把儿子送到了邻

居家。

刚开始的几天,儿子看起来不是很乐意,每次去邻居家都要我哄上半天。但接下来的几天,儿子的变化超出我的想象。我去接他时,他已经不愿意回家了。原来儿子和邻居的女儿慢慢熟悉了起来,两个人一起用儿童挖土机玩沙、一起吃饭、一起午休、一起写作业……他已经不愿意单独待在家里了。

通过一段时间的“拼养”,我发现儿子胃口大开,吃饭不挑食了;每天都要午休一会儿;变得善于交流了,每天和邻居的女儿唧唧喳喳开心得很;越来越有礼貌了,见到小区的熟人都要问声好。通过“拼养”孩子,邻居之间的感情深了不说,光是孩子们的快活劲儿就别提了。“拼养”的乐趣实在多,您家孩子“拼养”了吗?

相信每个家庭都用相机记录了宝宝成长的过程,那些一闪而过的快乐瞬间,留在了照片中,也留在了爸爸妈妈的心中。请爸爸妈妈将宝宝瞬间的美好时光展示出来吧,让我们一同分享你们的快乐。欢迎把照片和相关信息送到 aoe 儿童摄影会所。地址:中州中路与玻璃厂路交叉口西50米。

宝贝秀
aoe 特约
儿童摄影会所
中州中路与玻璃厂路交叉口西50米
13333873636 63226161