

ПОЧЕМУ РЕБЕНОК МОЖЕТ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ЕДЫ?

Бывают разные причины, по которым ребёнок есть. Если это происходит раз в день, а затем ребёнок все-таки просит есть, не стоит волноваться.

Наиболее частой причиной является настроение ребёнка. Особенно сильно проявляется зависимость аппетита от настроения легко возбудимых, нервных детей. Дети-дошкольники отказом от еды могут реагировать на разные жизненные события. К вам пришли гости или он вернулся с прогулки, где подучил массу новых впечатлений, бабушка принесла новую игрушку, был просмотрен смешной мультфильм, хочется пообщаться с пришедшим с работы отцом - все это может стать причиной, по которой ребёнок забывает о еде. Ему необходимо выразить свои эмоции.

Иногда причиной отказа от еды может стать негативная эмоция - поломка игрушки, печальный конец сказки, конфликт в детском саду.

Некоторые дети пытаются манипулировать взрослыми, отказываясь от еды. При этом они выдвигают свои требования: купить игрушку, дать конфету или им просто нравится, что взрослые много уделяют внимания их аппетиту. В этом случае следует дать: ребёнку по-настоящему проголодаться и не выполнять его требований, иначе впоследствии такой способ получить своё станет у ребёнка постоянным.

Если ребёнок отказывается от пищи в течение целого дня и вечером не просит есть, нужно обратиться к врачу. Некоторые инфекционные заболевания начинаются именно с полной потери аппетита ещё до появления других симптомов. В любом случае старайтесь не обнаруживать собственную нервозность, чтобы не напугать ребёнка.

Особенно стоит быть внимательнее к тем детям, которые «никогда не хотят есть». У таких детей немного нарушено «ориентирование» в потребности в еде. Они и в три-четыре года ещё не понимают, что хотят есть, и могут долго оставаться голодными, но начинают капризничать и плакать от голода. С такими детьми нельзя придерживаться правила: не хочешь - не ешь. Кормить насильно их также не следует, но предлагать пищу им нужно чаще и настойчивее» чем детям с ярко выраженным аппетитом.