3 حيل لتشجيع طفلك على شرب الحليب

تعاني الكثير من الأمهات من صعوبة في إقناع أبنائهم على تناول الطعام عموما والحليب خصوصا. هذه الصعوبة تكون عادة بين الأطفال حتى عمر الثلاث سنوات.

وتعمد الأم الى القيام بمجموعة من الحيل والطرق لكي تجبر ولدها وبطريقة غير مباشرة على تناول كوب من الحليب، ما يجعلها في الكثير من الأحيان في حالة من الغضب إذا لم تنجح بإقناعه بشرب الحليب.

ولكن لا داعي للقلق بعد اليوم، لأننا سنقدم لك مجموعة من النصائح التي ستساعدك في تشجيع إبنك لتنوال الحليب:

1- قدمي له الحليب وفقا للنكهة التي يحبها:

الحليب المصنوع من نكهات متعددة كالشوكولا والفاكهة أصبح متوفرا في الأسواق، لذلك لاحظي النكهة المفضلة التي يتناولها طفلك وقدميه له فهذه الطريقة ستوفر عليك عناء الكلام وستجعله ينتظر كوب الحليب كل يوم لكي يشربه. ولكن إنتبهي الى ضرورة تنويع نكهات الحليب بين الحين والآخر حتى لا يمل طفلك ويعود لرفض تناوله.

2- قدمي الحليب بأساليب جديدة:

من المعلوم أن الأطفال في هذا العمر ينجذبون الى كل ما هو متعلق بالكرتون والشخصيات التي يحبونها، ولكي تشجعي ولدك أكثر على شرب الحليب قدميه له من بكوب يحمل رسومات الشخصية المفضلة لديه. هذا ويمكنك أن تستعملي الأكواب ذات التصاميم الغريبة التي تشجع إبنك على تناول الحليب من دون تذمر.

3- قدمي له الكوكيز والبسكويت:

لكي تشجعي إبنك أكثر فأكثر على تناول الحليب، لا ترددي ابدا لأن تقدمي له نوع من البسكويت المفضل لديه فهذا سيشجعه على شرب الحليب بشهية كبيرة وأكل قطعة الكوكيز المفضلة لديه. ولا تنسي أن البسكويت أصبحا متوفرا على اشكال متعددة فقدميها لطفلك ما يجعله يرغب بتناول وجبته بأكملها كل يوم.

3 حيل تساعدك على التعامل مع طفلك بهدوء بعيدا عن منطق الصراخ وتشجعه أكثر فأكثر على شرب الحليب، فلا تترددي بإعتمادها!