

3 حيل لتشجيع طفلك على شرب الحليب

تعاني الكثير من الأمهات من صعوبة في إقناع أبنائهم على تناول الطعام عموماً واللبن خصوصاً. هذه الصعوبة تكون عادة بين الأطفال حتى عمر الثلاث سنوات.

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

ولكن لا داعي للقلق بعد اليوم، لأننا سنقدم لك مجموعة من النصائح التي ستساعدك في تشجيع ابنك لتناول اللبن:

1- قدمي له اللبن وفقاً لنكهة التي يحبها :

اللبن المصنوع من نكهات متعددة كالشوكولا والفاكهه أصبح متوفراً في الأسواق، لذلك لاحظي النكهة المفضلة التي يتناولها طفلك وقدميه لها فهذه الطريقة ستتوفر عليك عناء الكلام وستجعله ينتظر كوب اللبن كل يوم لكي يشربه. ولكن انتبهي إلى ضرورة تنوع نكهات اللبن بين الحين والآخر حتى لا يمل طفلك ويعود لرفض تناوله.

2- قدمي اللبن بأساليب جديدة:

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

3- قدمي له الكوكيز والبسكويت:

لكي تشجعي ابنك أكثر فأكثر على تناول اللبن، لا تترددي أبداً لأن تقديميه له نوع من البسكويت المفضل لديه فهذا سيشجعه على شرب اللبن بشهية كبيرة وأكل قطعة الكوكيز المفضلة لديه. ولا تنسي أن البسكويت أصبحا متوفراً على اشكال متعددة فقدميها لطفلك ما يجعله يرغب بتناول وجنته بأكملها كل يوم.

3 حيل تساعدك على التعامل مع طفلك بهدوء بعيداً عن منطق المصالح
وتشجعه أكثر فأكثر على شرب الحليب، فلا تتردد في إعتمادها !