«Если ребенок плохо кушает»

Родители формируют привычки и среду, в которой растет ребенок. Взрослым следует активно включаться в процесс коррекции нарушения пищевого поведения детей. Кандидат психологических наук Авдулова Т.П. рекомендует родителям:
играть с ребенком на тему еды;
организовать прием пищи как совместную деятельность;
украшать блюда, делать пищу привлекательной;
не заставлять есть, но регулярно предлагать;
стимулировать физическую активность;
не обсуждать при ребенке вес и фигуру;
синхронизировать питание дома и в детском саду;
учитывать индивидуальные предпочтения.

Расстройство пищевого поведения детей — проблема преодолимая. Но чтобы не доводить ребенка до врачей, следует с первых дней жизни внимательно относиться к предпочтениям малыша и не навязывать ему свои привычки, а помочь сформировать собственные.