

Кормление насильно



Кормление насильно означает, попросту, заставлять ребёнка есть, когда он не хочет. Многие матери, движимые самыми лучшими намерениями, начинают оказывать на ребёнка давление буквально с первых месяцев его жизни. Врач назначает малышу определённую дозу молока, и мать, желая строго выполнить это предписание, почти не обращает внимания на то, как он реагирует на еду. Неважно, что приходится часто будить его, чтобы покормить; она настойчиво суёт ему в рот питание, хотя ребёнок и пытается увернуться от него...

Позднее, когда ребёнок ест более основательную пищу, мать часто упрямится или угрожает, а нередко доходит и до того, что разыгрывает целые спектакли, лишь бы он что-нибудь съел. Когда же её терпение исчерпывается, она порой, слишком усердствуя, начинает насильно вталкивать пищу ребёнку в рот.

Понять причины всех этих крайностей нетрудно.

Во – первых, мы беспокоимся о здоровье ребёнка, *во – вторых*, чувствуем себя обязанными выполнять предписания врача, *в – третьих*, не верим ребёнку, что он есть не хочет, и стремимся выработать у него привычку есть много, чтобы стать сильным и здоровым. Многие из нас, не отдавая себе в том отчёта, отождествляют свою любовь к ребёнку с желанием накормить его. Это естественно, потому что самым первым выражением любви у человека всегда было стремление утолить голод тех, кто ему дорог.

Что же происходит с детьми, когда их заставляют есть насильно?

1. Время, когда нужно садиться за стол, становится для них таким неприятным, что они, в конце концов, вовсе теряют аппетит. А это, естественно, ещё больше беспокоит родителей, и они, в свою очередь, дальше усложняют проблему, оказывая на ребёнка ещё большее давление.

2. Дети начинают жевать медленно, тянут время, фокусничают. С возрастом они придумывают столько капризов, что каждое кормление становится для родителей пыткой. Если ребёнку и нравится какая-то еда, то он будет требовать, чтобы она была приготовлена только так, а не иначе. Новые блюда его мало интересуют, есть он будет с преувеличенной медлительностью, станет долго держать еду во рту, не проглатывая. А родители при этом будут ещё больше отчаиваться, видя, как старательно приготовленное блюдо решительно отвергается.

3. Чаще всего дети реагируют на насильное кормление рвотой. Безжалостно переполненный пищей ребёнок быстро соображает, как избавиться от неё. Со временем это войдёт у него в привычку, желудок начинает работать плохо, и рвота

возникает автоматически, уже помимо воли и желания ребёнка. Устранить эту реакцию нелегко, она может сохраниться на долгие годы, даже на всю жизнь.

4. Дети, которых заставляют через силу, в конце концов, начинают злиться на родителей, у них возникает своего рода ПРОТЕСТ. Это отрицательное отношение к родителям переносится и на многие другие сферы, так, что проблема в конечном счёте только обостряется, а не решается.

5. Учёные доказали, что одной из причин неспособности подростков противостоять перед настойчивым предложением сверстников попробовать сигарету или наркотик является «сломление» воли ребёнка насильным кормлением в детстве.

Заставлять ребёнка есть насильно – значит **допускать большую ошибку**. Если вы уже вступили однажды на этот путь, остановится, конечно, трудно. Нередко приходится слышать от матерей: «Я вовсе не хочу заставлять дочку кушать, но пропадает столько хорошей еды. Я начинаю настаивать, чтобы она поела, и спохватываюсь, когда уже поздно...» Или: «Я пытаюсь не заставлять своего ребёнка есть – и вот, пожалуйста, два дня он совсем ни к чему не притрагивался. На третий день я не выдержала и настояла...»

Как это не было бы трудно, всё же стоит сделать над собой усилие и перестать заставлять своего ребёнка есть насильно. На это потребуется, конечно, не три дня, а несколько месяцев. Не волнуйтесь, если за это время ваш ребёнок немного потеряет в весе. Поверьте: жизнь его не будет в опасности. И к тому же вы предоставите ему возможность есть столько-сколько он желает, он охотно начнёт есть сам. Кроме того, у вашего чада, как и у вас, со временем появятся любимые кушанья, и это во многом облегчит проблему кормления. Помните, что механизм детского питания так же тонок, как устройство часов. Стоит перекрутить завод – и часы перестают работать. Перекормите своего ребёнка – и он совсем откажется от еды. Чем раньше вы начнёте решать эту проблему, тем легче разрешите её, то есть вернёте ребёнку хороший аппетит.

Желаю успеха!!!

Нина Сергеевна.