

Q

「食べさせて!」と 自分で食べようとしません

2歳2ヶ月・女兒

A

甘えたい気持ちを 食べさせてもらうことで満たしている

自分で食べることが「できない」のではなく、甘えて「やらない」のでしょうか。親子のコミュニケーションとして時には食べさせてあげてもいいかもしれません。一人で食べられたときは「嬉しい!パチパチ!」とおおいに褒め、「自立心」や「自尊心」を育てていきましょう。



まずは手づかみ食でもOK!

まずは、手で食べることから始め「自分で食べる喜び」の気持ちを大切にしてください。手づかみで食べやすいパンやおにぎりから始めてみましょう。

好きな絵やキャラのスプーンや茶わんを用意!

「食べたい気持ち」を大切に、食事時間をワクワクした楽しい時間にしましょう。会話も弾みます!

自分で食べられた時は周りの人に報告!!

食事の場にいなかった家族(例えば、祖父母・知人)に本人の前で「〇〇ちゃんは一人でご飯を食べた」とちょっと大げさに褒めて報告してみましょう。達成感と自尊心から一人で食べようとするやる気へつながります!

