

Votre tout-petit, ce mangeur indépendant

Votre tout-petit commence à vraiment bien comprendre comment manger seul. Et vous êtes probablement habitués aux dégâts! Certaines choses à prévoir: Maintenant qu'il a de meilleures habiletés tactiles, il insiste peut-être pour manger seul avec les doigts sans que vous l'aidiez. N'insistez pas. Ce sera bénéfique pour son apprentissage. Il est aussi possible que votre tout-petit soit prêt pour une plus grande variété d'ustensiles pendant les repas. Il manie beaucoup mieux le gobelet, et même s'il ne maîtrise pas encore parfaitement la cuillère, il s'amuse probablement beaucoup à essayer de parfaire sa technique. Si c'est le cas, vous devrez probablement l'aider à remplir sa cuillère et à la mettre dans sa bouche. N'oubliez pas de l'encourager et de lui dire qu'il est bon. Ce que vous pouvez faire pour l'aider: Tous les enfants sont différents, alors ne vous inquiétez pas s'il n'a pas encore acquis toutes ces habiletés. Il existe plusieurs choses que vous pouvez faire pour aider votre tout-petit en croissance: Lui offrir deux cuillères. Vous en tenez une pendant qu'il tient l'autre. Montrez-lui comment l'utiliser, puis regardez-le vous imiter. Ou encore, s'il essaie d'attraper votre cuillère, échangez-la-lui contre la sienne. Ayez toujours des aliments adaptés sous la main. Donnez à votre tout-petit des aliments qui ont un format et une texture adhésifs pour être facilement pris avec une cuillère. Pour faciliter l'apprentissage de votre enfant, choisissez des aliments conçus spécialement pour les tout-petits qui apprennent à se nourrir eux-mêmes. Équipez-vous des bons ustensiles. Ils doivent idéalement être munis de grosses poignées souples, texturées et faciles à tenir. Assurez-vous aussi que les fourchettes ont des dents peu pointues. Choisissez des assiettes aux rebords courbés pour faciliter la prise des aliments avec la cuillère. Celles qui sont munies de ventouses sur le dessous resteront en place. Il est préférable de ne pas utiliser de cuillères ou de fourchettes en plastique jetables car elles se brisent facilement et constituent un danger d'étouffement. De plus, votre tout-petit risquerait de se blesser sur leurs bords coupants. C'est en forgeant qu'on devient forgeron. Quand votre tout-petit mange, il est préférable de faire preuve de patience et de le laisser s'exercer plutôt que de l'aider immédiatement. N'oubliez pas de l'encourager et de le féliciter lorsqu'il fait du bon travail. L'imitation est la plus sincère des flatteries. Votre enfant veut être comme vous car il vous regarde et apprend de ce que vous faites sans arrêt. Suivez ces conseils pour donner l'exemple pendant les repas: Intégrez-le à la conversation. Devant votre enfant, mangez une variété d'aliments sains. Montrez-lui les bonnes manières en disant «s'il vous plaît» et «merci». Votre tout-petit les apprendra rapidement.