



מאמר

תזמון ארוחת מוצקים בסדר היום

איזה כיף, התינוק שלכם כבר בשל לאכילה של מזונות משלימים, התחלתם את הטעימות ועכשיו עולות שאלות חדשות

אכילה היא מיומנות מוטורית ורגשית חדשה עבור התינוק שלנו. לכן, התזמון שבו נציע לתינוק לאכול, הוא כזה שבו התינוק לא רעב מידי ולא עייף מידי אלא פנוי ללמידה. לרוב,

נוכל למצוא חלון זמן שכזה, אחרי שנת הבוקר או הצהריים שלו. כדי לדעת מהי כמות המזון הרצוייה לתינוק או לתינוקת שלנו, עלינו להתבונן ולחפש פידבק - האם פותח פה? האם מגלה עניין או אולי דווקא נרתע לאחור?
באמצעות התבוננות בתינוק ופיתוח התקשורת עמו נוכל לזהות את סימני הרעב והשובע שלו וכך לתת לו את המענה הרגשי והתזונתי לו הוא זקוק.