

VOR DEM ESSEN

nach Debra C. Lowsky adaptiert und ins Deutsche übersetzt von Karin Bodingbauer

- Stellen Sie eine Routine her.
- Zeigen Sie, wie man beißt, damit das Kind sehen und lernen kann. Übertreiben Sie beim Vormachen die Bewegung, um das Konzept zu vermitteln.
- Versuchen Sie herauszufinden, warum das Kind gewisse Lebensmittel ablehnt. Mag das Kind die Nahrung auf Grund der Konsistenz nicht oder sind die motorischen Anforderungen zu schwer.
- Stellen Sie zuerst Vertrauen her. Es ist wichtig, dass sich das Kind bei Ihnen in der Situation wohlfühlt, bevor Sie mit dem Füttern beginnen.
- Sei ruhig und unterstützend. Kinder können sehr geschickt Frustrationen, Überempfindlichkeit, Eile usw. spüren. Überwachen Sie daher ständig, welche Emotionen Sie zeigen.
- **Niemals ein Kind zwingen**, etwas in den Mund zu nehmen, zu beißen, zu kauen, zu lecken oder zu schmecken.
- Seien Sie flexibel und bereit, sich nach Lust und Laune anzupassen. Wenn das Kind Interesse an einer bestimmten Puppe zeigt - Großartig! Verwenden Sie diese Puppe. Füttere die Puppe. Lassen Sie sich von der Puppe füttern. Lassen Sie die Puppe das Kind füttern. Welche Arten von Lebensmitteln mag die Puppe? Und so weiter. Nutzen Sie die Interessen des Kindes zu Ihrem Vorteil, um die besten Ergebnisse zu erzielen.
- Holen Sie auch alle anderen Personen an Bord, die direkten Kontakt zum Kind haben. Je mehr Möglichkeiten sich bieten, mit unterschiedlichen Partner beim Essen, desto besser.
- Denken Sie daran, dass Lebensmittelverweigerungen oft aus einer sehr realen Angst stammen. Respektiere diese Angst und unterstütze sie dabei.
- Befolgen Sie die Anweisungen des Kindes. Wenn er Kartoffelchips mag - TOLL! Wir können damit arbeiten. Wenn er Anzeichen von Grimassenbildung zeigt, sich wegdrückt, den Kopf wendet usw., halten Sie an und gehen Sie zu etwas anderem über. Es ist wichtig, aufzuhören, BEVOR das Kind überlastet wird. Sprechen Sie zuerst über das Essen und erforschen Sie, ob es etwas möchte.
- Lassen Sie das Kind in die Küche kommen. Wenn sie beim Zubereiten des Essens behilflich sind (auch wenn es eine kleine Aufgabe ist, wie die Schüssel aus der Küche auf den Tisch zu bringen), sind sie möglicherweise eher bereit, es zu probieren. Und selbst wenn sie es nicht probieren, ist die Interaktion mit dem Essen immer noch ein positiver Schritt.

- Nehmen Sie vor dem Füttern sensorisch stimulierende Aktivitäten vor, z. B. sensorisches Spielen, Stimulieren von Lippen, Zunge und Wangen. Massage der Füße und Hände.
- Ermutigen Sie das Kind an unterschiedlichen Gegenständen zu kauen oder in den Mund zu nehmen. Vor allem, wenn ein Kind bisher nicht oral Explorieren konnte/durfte, das hilft ihm, sich neue Texturen und Empfindungen vorzustellen, ermöglicht es sicher Formen mit ihren Mund und Zunge zu erkunden und erhöht die sensorische Wahrnehmungsfähigkeit. Tauchen Sie später diese Objekte in pürierte Lebensmittel.
- Wenn es im ganzen Körper Überempfindlichkeiten gibt, müssen diese normalerweise zuerst abgebaut werden, bevor Sie die Empfindlichkeiten im Mund vollständig normalisieren können. Vielleicht hilft es dem Kind vor dem Essen zu schaukeln oder zu springen, sensorisches Spiele, Vibrationen mit den Vibrationstieren, Hand- Fußmassage, um das sensorische System zu regulieren.