TAHÁK PRO NEJEDLÍKA

Pomůcky pro pohodové cestování s Nejedlíkem

1

Známý příbor, misku nebo talíř

Pokud dítě doma vyžaduje „svůj“ talířek, přibalte ho pro jistotu s sebou. To samé platí pro příbor, hrneček, láhev.

2

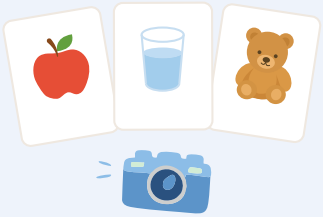
Vlhčené ubrousky, dostatek kapesníků a náhradní oblečení

Nejedlík může být senzoricky nevyrovnaný a ušpiněné ručky nebo pokapané triko mohou být zdrojem stresu.

3

Zavírací misky s přihrádkami

(na oddělení potravin podle vůní, struktur a barev).



4

Obrázky a piktogramy

Pro snadnější komunikaci ve stresové situaci. Nafoťte si obrázky oblíbených potravin. Dítě ve stresu může přestat verbálně komunikovat, může hůře rozumět a obrázky Vám pomůžou se dorozumět o tom, co vlastně v tu danou chvíli potřebuje.

5

Zápisník pro rodiče

Zapisujte si, co Vám fungovalo a co ne. Je užitečné si po měsíci zápisky znovu přečíst. Paměť totiž není bezchybná a velmi ji ovlivňují emoce. Díky těmto zápiskům budete lépe pracovat na strategiích pro příště.