

چرا بچه‌ها از سبزیجات سبز بدشان می‌آید

به عقیده‌ی یک روانشناس آمریکایی مغز ما از زمان تولد به گونه‌ای برنامه‌ریزی شده است که به طور غریزی سبزیجات سبز رنگ را پس می‌زند.



همشهری آنلایین: به عقیده‌ی یک روانشناس آمریکایی مغز ما از زمان تولد به گونه‌ای برنامه‌ریزی شده است که به طور غریزی سبزیجات سبز رنگ را پس می‌زند.

قیافه‌ی این طفل معصوم را ببینید با دیدن بروکلی چه شکلی شده است! تقریباً در مورد همه‌ی بچه‌ها همین طور است. خوردن سبزیجات برایشان حکم شکنجه را دارد. بهتر است خیلی سرزنششان نکنید چون دست خودشان نیست.

محققان دانشگاه ییل آمریکا عکس‌العمل 47 کودک 8 تا 18 سال را در برابر اشیا و مواد غذایی مختلف مورد بررسی قرار دادند. آن‌ها عکس‌العمل این بچه‌ها را در برابر این اشیا از جمله: گیاهان واقعی (آویشن و غیره)، گیاهان مصنوعی، اشیای پلاستیکی یا فلزی و غیره مورد بررسی قرار دادند.

محققان مشاهده کردند بچه‌ها از لمس کردن گیاهان به طور جدی خودداری می‌کنند و اصلاً طرف آن‌ها نمی‌روند. به عقیده‌ی این محققان بچه‌ها از زمان تولد برای بروز چنین عکس‌العملی برنامه‌ریزی شده‌اند.

به گفته‌ی این محققان مغز نوزادان از همان بدو تولد طوری برنامه‌ریزی شده‌اند که خود را در برابر بلعیدن سموم گیاهان یا مثلاً آسیب‌ها و زخم‌های ناشی از خار و تیغ گیاهان محافظت کنند برای همین به طور غریزی سبزیجات سبز رنگ را پس می‌زنند تا خود را محافظت کنند.

برای همین است که خیلی از پدر و مادرها برای خوراندن سبزیجاتی مانند لوبیا سبز یا یروکلی و غیره به بچه‌ها یک جنگ تمام‌نشدنی در خانه دارند. اگر شما هم چنین مشکلی دارید و نمی‌توانید میوه و سبزیجات تازه به خورد بچه‌هایتان بدهید خودتان را سرزنش نکنید. به مرور رفتار آن‌ها تغییر می‌کند.

به عقیده‌ی این محققان این عکس‌العمل کودکان در برابر سبزیجات یک استراتژی اشتباه است که با دادن اطلاعات درست از طرف جامعه و خانواده قابل تغییر است. باید به بچه‌ها فهماند که خوردن یا لمس کردن سبزیجات هیچ خطری برای آن‌ها ندارد. برای همین باید دست به کار شوید و از همان ابتدا هر کاری برای علاقه‌مند کردن بچه‌ها به سبزیجات انجام دهید.