MedWiss.Online

„Hast du zugenommen?“ – Warum Sie das Ihr Kind nicht fragen sollten

Datum: 15.08.2018

Original Titel:
Associations of parents' self, child, and other "fat talk" with child eating behaviors and weight

Kinder und Jugendliche, deren Eltern schlecht über das Gewicht des Kindes /Jugendlichen sprachen, entwickelten eher ungesunde Essverhalten. Eltern sollten deshalb dazu motiviert werden, dass Gewicht ihrer Kinder weniger zum Thema zu machen.

In den Medien, in der Familie und unter Jugendlichen wird oft negativ über das eigene Körpergewicht oder das Körpergewicht anderer geredet. Dick sein gilt als unschön und nicht erstrebenswert. Wenig ist bislang darüber bekannt, welche Auswirkungen es auf Kinder hat, wenn ihre Eltern viel über das eigene Gewicht oder das dick sein anderer reden. Dieses interessante Thema untersuchten nun drei Wissenschaftler aus den USA.

Die Wissenschaftler befragten 581 Eltern, die Kinder im pubertierenden (etwa ab 12 Jahren) und etwas jüngeren Alter (10 bis 12 Jahre) hatten. Die Eltern wurden dazu befragt, wie häufig sie über das eigene Dick sein, das Dick sein anderer und das Dick sein ihrer Kinder redeten.

Wie häufig thematisieren Eltern das Thema Gewicht bei ihren Kindern?

76 % der Eltern berichteten, regelmäßig vor ihren Kindern negativ über das eigene Körpergewicht zu reden. 51,5 % der Eltern gaben zudem an, auch über das Dick sein anderer vor ihren Kindern zu sprechen und weitere 43,6 % redeten mit ihren Kindern über das zu hohe Körpergewicht des Kindes. Wie alt die Kinder waren, hatte keinen Einfluss darauf, wie häufig die Eltern vom Dick sein sprachen. Allerdings thematisierten die Eltern häufiger bei Söhnen als bei Töchtern das Thema Übergewicht.

Kinder, deren Eltern viel über das Gewicht des Kindes redeten, entwickeln eher ein ungünstiges Essverhalten

Die Forscher deckten auf, dass es einen Zusammenhang zwischen ungünstigem Essverhalten der Kinder und dem Ausmaß, in dem die Eltern schlecht über das Gewicht der Kinder redeten, gab. Zu dem ungünstigen Essverhalten zählten Binge Eating (Essattacken mit Kontrollverlust), übermäßiges Essen und heimliches Essen. Auch waren Kinder, deren Eltern öfter negativ über ihr Gewicht redeten, häufiger übergewichtig oder adipös. Die beobachteten Zusammenhänge waren bei jugendlichen Mädchen am größten.

Diese Auswertung machte deutlich, wie ungünstig es für die Entwicklung des Essverhaltens von Kindern und Jugendlichen ist, wenn die eigenen Eltern schlecht über das Gewicht der Kinder/Jugendlichen reden. Um Kindern/Jugendlichen einen gesünderen Umgang mit ihrem eigenen Gewicht und Essverhalten zu ermöglichen, könnte es helfen, wenn Eltern weniger über Gewicht und

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de

Dick sein reden.

Referenzen:

Lydecker JA, Riley KE, Grilo CM. Associations of parents' self, child, and other "fat talk" with child eating behaviors and weight. Int J Eat Disord. 2018 Jun;51(6):527-534. doi: 10.1002/eat.22858. Epub 2018 Mar 15.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de