



<b>Auteur(s):</b>	Lori Ernsperger & Tania Stegen-Hanson
<b>Titel:</b>	Moeilijke eters Effectieve oplossingen voor eetproblemen bij kinderen
<b>Uitgeverij:</b>	Pica
<b>Plaats:</b>	Huizen
<b>Jaar:</b>	2010
<b>Pagina's:</b>	168
<b>ISBN-13:</b>	978-90-7767-139-9



Laat ik het maar meteen duidelijk stellen. Dit boek gaat niet over de eetstoornissen anorexia of boulemia nervosa in de enge zin. Het gaat wel over kinderen die om verschillende redenen voedsel weigeren of maar een beperkte voedselkeuze hebben. De auteurs van dit boek geven inzicht in de kernmerken van moeilijke eters, de mogelijke oorzaken en mogelijke oplossingen. Ze gaan hierbij in tegen de misvattingen dat deze kinderen alleen maar moeilijk doen en ze wel vanzelf zullen gaan eten als ze maar voldoende honger hebben.

In het eerste hoofdstuk maken ze de lezer duidelijk wat moeilijke eters zijn. Deze hebben volgens hen een of meer van de volgende kenmerken:

- Ze hebben een beperkte voedselkeuze;
- Ze weigeren een of meer voedselgroepen;
- Ze hebben angst- of woedeaanvallen als ze een nieuw soort eten kregen opgediend;
- Ze hebben een voedselobsessie: ze eisen dat bij iedere maaltijd hetzelfde voedsel op dezelfde manier op tafel komt.

Voor sommige moeilijke eters geldt dan weer dat ze een ontwikkelingsstoornis (vb. ASS) of een medische diagnose (vb. hersenverlamming) hebben die aan de basis ligt van hun moeilijk eetgedrag. In dit hoofdstuk benadrukken de auteurs het belang van een multidisciplinaire diagnose.

Het tweede hoofdstuk staat helemaal in het teken van de mondmotorische ontwikkeling van bij de geboorte tot de leeftijd van 3 jaar. Omdat dan in principe de mondmotorische ontwikkeling in die mate ontwikkeld is om 'normaal' voedsel te eten. Dat heeft alles te maken met de textuur van het voedsel en de verworven eetvaardigheden van het kind. De boodschap is duidelijk: je kunt een bepaald soort voedsel maar aanbieden als het kind over de daarvoor vereiste eetvaardigheden beschikt. Dat alles kun je heel goed aflezen uit de tabel bij dit hoofdstuk.

In het derde hoofdstuk geven de auteurs een overzicht van enkele omgevings- en gedragsfactoren die kunnen spelen bij eetproblemen. Deze gaan van angst voor ongekend voedsel over een eetvriendelijke omgeving en enkele culturele belemmeringen tot een ontwikkelingsstoornis. Dat alles lichten ze toe aan de hand van enkele korte gevalsbeschrijvingen.

Maar er is meer. Soms heeft het moeilijk eetgedrag te maken met problemen in de sensorische ontwikkeling van het kind. Dit is het onderwerp van het vierde hoofdstuk. De auteurs leren de lezer kijken naar signalen bij het kind die er kunnen op wijzen dat het hypergevoelig of bijna niet reageert op de informatie die zijn zintuigen hem verschaffen. Daarbij leggen ze direct het verband met wat dat kan betekenen voor het eten. De essentie daarvan kun je in afzonderlijke kaders snel nalezen. De korte gevalsbeschrijvingen brengen dit telkens tot leven.



Eerder verschenen op <http://boeketje-onderwijs.skynetblogs.be>

In het vijfde hoofdstuk brengen de auteurs de informatie uit de vorige hoofdstukken samen. De titel zegt alles. Het gaat over *Eetproblemen gebaseerd op motoriek en sensorische informatieverwerking*. Hoewel dit hoofdstuk zeer kort is, kun je het toch zien als de theoretische ruggengraat waarrond het hele boek is opgebouwd. Een hoofdstuk dat je zeker moet lezen als je door omstandigheden niet de tijd zou hebben om het hele boek te lezen. Dit hoofdstuk sluit het theoretische gedeelte van dit boek af.

Vanaf het zesde hoofdstuk begint de praktische ruggengraat van dit boek. Hier stellen de auteurs een behandelingsplan voor dat helemaal gebaseerd is op het theoretische gedeelte. Dit behandelingsplan is zeer concreet en geeft tips, suggesties en oefeningen om de verschillende problemen aan te pakken. Daarbij staat het voldoende stil bij het waarom ervan.

Een onmisbaar boek voor ouders en hulpverleners van moeilijke eters. In een tijd waarin heel wat kinderen (soms zelfs peuters) op school blijven eten, kan het zeker ook een grote hulp zijn voor leerkrachten en andere begeleiders die toezicht houden bij het middagmaal. Na het lezen van dit boek zal het trouwens iedereen duidelijk zijn dat 'moeilijk eten' in een aantal gevallen zelfs een signaal kan zijn van een ruimer onderliggend ontwikkelingsprobleem.

[2010-11-21]