

# Kontrollert barnemating

Mødre som opplever ikke å ha kontroll over barna, kan henfalle til usunne matstrategier.

**PUBLISERT 5. juni 2009**

---



Kvinner som rapporterer om flest negative tanker og følelser under og etter graviditeten, er mer tilbøyelig til å drive en kon-trollerende mating av barna sine de første leveårene. Dette kommer frem i en doktoravhandling ved Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo. Eivind Ystrøm har analysert svarene fra den landsdekkende Mor-barn-undersøkelsens 30 000 respondenter. Mødrene kontrollerte barnas matinntak enten gjennom å presse dem til å spise, eller å holde igjen på maten.

– Matstrategiene kan komme av en opplevelse av å ikke ha kontroll over barnet sitt, et fenomen som kalles External Parental Locus Control. Jeg tror kvinnene kompenserer ved å kontrollere matinntaket til barna, sier Ystrøm til forskning.no.

Mødrene med mest negative tankemønstre delte seg i to grupper, som til en viss grad var preget av hvor høy utdanning de hadde. Mødrene med høyest utdanning reagerte som oftest på behovet for kontroll med å holde igjen matinntaket til barnet. Disse ga til gjengjeld mer næringsrik mat som frukt og grønt. Mødrene som presset barnet til å spise, ga samtidig mat med høyere fett- og sukkerinnhold, forteller Ystrøm. u

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 46, nummer 6, 2009, side*

