



kind naar
gezonder gewicht

obesitas?

stevig?

dik?

zwaar?



“Deze woorden
over mijn gewicht
vind ik goed...”

Inzichten voor zorgprofessionals die met kinderen praten

Care for Obesity



mulier instituut

Inhoud

Wat je met woorden kunt doen	4
Woordgebruik door de kinderen zelf	6
Spanning tussen 'de realiteit' en de pijnlijkheid van het onderwerp	8
Het is er altijd	10
Relatie tussen kind en volwassene	12
De houding van zorgverleners	14
Leer me kennen en help me	18
Tips voor zorgverleners	20
Colofon	22

Wat je met woorden kunt doen

Deze woorden over mijn gewicht vind ik goed... je bent gewoon een beetje groter dan anderen. (...) Je hebt overgewicht, maar je bent niet de enige, anderen hebben dat ook. En stevig, je bent stevig, je bent een beetje zwaarder dan anderen. [Deze woorden vind ik niet goed. Dik en vet] zijn best wel scheldwoorden, ja, je bent dikker dan de andere kinderen, je bent vette dan de andere kinderen, je hebt echt een groot ongezond gewicht, je bent heel mollig.

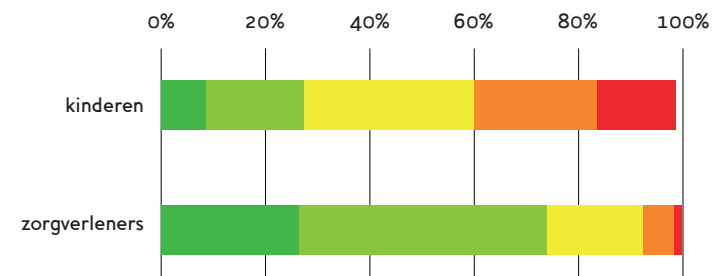
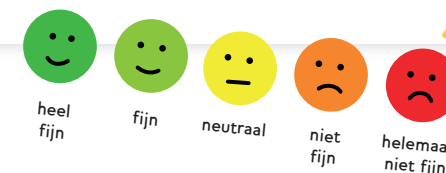
Silver (9) legt met kaartjes waar verschillende woorden voor gewicht op staan uit welke woorden hij goed vindt om te gebruiken tijdens gesprekken die gaan over zijn gewicht en welke niet. Hij doet hierbij iets wat meerdere kinderen doen: hij verzacht bepaalde woorden door er 'een beetje' voor te zetten, de vergrotende trap te gebruiken en ze in een positiever kader te plaatsen met 'dat is goed' of 'je bent niet de enige'. Met andere woorden, zoals dik en vet, doet hij juist het tegenovergestelde: hij zet ze harder neer, ook deels in de vergrotende trap, maar in dit geval om het verschil met andere kinderen te versterken. Silver laat hier zien wat je met woorden kunt doen en wat woorden met een ander kunnen doen.

Met kinderen of jongeren die overgewicht of obesitas hebben over hun gewicht praten, is niet per se gemakkelijk, maar wel noodzakelijk. Daarom zijn wij met kinderen en jongeren van 8 tot 16 jaar (vanaf nu 'kinderen') in gesprek gegaan over welke woorden voor hun gewicht zij wel of niet prettig vinden, waar dat door komt en welke tips ze hebben voor zorgprofessionals die met hen over dit onderwerp praten. Daarnaast hebben we kinderen, ouders en zorgverleners via een vragenlijst gevraagd naar hun oordeel over verschillende termen die gebruikt kunnen worden om gewicht te beschrijven. In deze folder nemen we je mee in de perspectieven en ervaringen van kinderen rondom het praten over gewicht, specifiek als het gaat om woordgebruik. Daarbij geven we enkele tips en nodigen we met gedachteoefeningen in de 'woordzoekers' uit tot reflectie op de eigen praktijk.

Wie hebben we gesproken?

Deze publicatie is gebaseerd op twee studies (zie colofon). Voor de eerste studie zijn met hulp van creatieve interviewtechnieken gesprekken met negen jongens en negen meisjes (8-16 jaar) gevoerd. Twee van hen namen deel aan een preventief leefstijlprogramma; de rest zat in een eerste- of tweedelijnszorgtraject en/of leefstijlinterventie gericht op een gezonder gewicht. Zij hebben zelf een

pseudoniem voor in de rapportage bedacht. Voor de tweede studie is een vragenlijst ingevuld door 86 kinderen (7-19 jaar) die zorg ontvingen voor hun overgewicht, 90 ouders en 572 zorgprofessionals. In de vragenlijst stonden 22 termen die gebruikt kunnen worden om overgewicht te beschrijven, met de vraag aan te geven wat ze van elk woord vonden. Kinderen en ouders konden ook kiezen voor 'ken ik niet'.



overgewicht (het-) in de vragenlijst liepen de meningen over overgewicht uiteen: 28 procent van de kinderen gaf aan het woord '(heel) fijn' te vinden, 39 procent juist '(helemaal) niet fijn'. Van de zorgverleners vond 74 procent het woord overgewicht '(heel) fijn'.

Woordgebruik door de kinderen zelf

Hoewel de kinderen in de gesprekken geen enkel woord unaniem als 'goed' of 'echt niet goed' beoordelen, gebruiken veel van hen zelf de woorden stevig, zwaar of breed om zichzelf te beschrijven. 'Stevig' en 'te zwaar' worden bij de vraag om kaartjes met verschillende woorden te beoordelen vaak als 'oké' gezien. Daarnaast gebruiken meerdere kinderen het woord overgewicht in een omschrijving van zichzelf of anderen. Sommigen leggen uit dat dit woord 'niet gemeen' of 'gewoon de realiteit' is. Of, zoals Joey (11) vertelt: 'Overgewicht vind ik wel goed omdat je dan weet dat je iets steviger bent' – met ook hier 'stevig' in de verzachtende vorm gepresenteerd door er 'iets' voor te zetten.

Op de pagina hiernaast staan citaten met woorden die de kinderen zelf gebruiken. De vele 'eehs' of 'zeg maars' voordat ze die woorden noemen toont het ongemak van kinderen om over het onderwerp te praten. Het laat zien dat ze zelf tijdens een gesprek ook zoeken naar welke woorden te gebruiken. Interessant is daarbij het woord 'dik', dat Jayden (10) en Sandra (14) gebruiken om zichzelf te omschrijven, maar waarover ze ook zeggen, net als vrijwel alle andere kinderen, dat anderen dat woord niet zomaar mogen gebruiken. Over dit woord later meer.

Woordzoeker

Welke woorden gebruik je zelf het meest om gewicht te bespreken of beschrijven? Wat maakt dat je deze woorden (vooral) gebruikt?

Woorden die de kinderen zelf gebruiken

Mijn, ehh, dat zag je misschien ook, mijn moeder is ook, eh, behoorlijk **zwaar**.

Celine (12)

Ja, ik ga meerdere keren per jaar zodat ze kunnen checken, van, ehh, want ik heb **overgewicht**.

Zeneb (11)

De kinderen in mijn klas bedoelen zeg maar niet dat ik... zeg maar, ehmm, dat ik zeg maar **dik** ben enzo... maar ze bedoelen gewoon dat ik **wat breder** ben en **wat flinker** dan de andere kinderen.

Romy (9)

Deze goede vriend heeft zelf ook **overgewicht** dus hij weet hoe moeilijk dat is...

Sandra (14)

En toen was ik een keertje heel verdrietig en toen... mijn juf was toen ook **iets breder** dan de andere...

Anne (13)

En dan soms, ja, dan voel ik me ook een **beetje dik** wel, als ik bijvoorbeeld in de spiegel kijk 's morgens.

Jayden (10)

Spanning tussen ‘de realiteit’ en de pijnlijkheid van het onderwerp

Sommige kinderen vertellen dat ze het vervelend vinden om over hun gewicht te praten:

Jayden (10): *Ik vind het ook helemaal niet fijn om erover te praten want sommige mensen zijn dik, sommige mensen zijn dun, en zo is het.*

Zeneb (9): *Het is gewoon wel beter om [overgewicht of ongezond gewicht] te horen in plaats van dik, maar het is gewoon ook niet super leuk om te horen. (...) Het is nooit leuk om te horen, welke woorden dan ook.*

In de meeste gesprekken komt een spanning naar voren tussen ‘de realiteit’ die de woorden beschrijven, zoals Mira (12) aangeeft, en de pijn om daar mee te worden geconfronteerd. Pieter (13) vertelt dat hij het woord overgewicht kwetsend vindt. Gevraagd naar een uitleg zegt hij:

Omdat het... klopt wel, kijk, je probeert er alles aan te doen en dan denk je, ja, ik ben goed bezig en dan hoor je dat en dan denk je... oh... dan voel je je gelijk helemaal klote.

Jayden (10) vindt het ‘niet leuk’ dat hij de enige in zijn klas is met overgewicht. Andere kinderen geven aan dat ze het vervelend vinden anders te zijn dan andere ‘normale’ kinderen:

Interviewer: *Dik vind je het enige nare woord. Heb je daar zelf ervaringen mee?*

Chang (10): *Vroeger wel... maar nu niet meer. Ik ben naar de goede kant gegaan... omdat ik vaak buiten speel. [Dat betekent] dat ik dunner ben geworden, heel wat dunner.*

Celine (12): *Als jij... weet dat je zware obesitas hebt... dan weet je dat je... een stuk zwaarder bent dan je had horen te zijn. Maar als je dan [een groeicurve] te zien krijgt, (...) dan is dat niet fijn, je zegt van: ‘nou, dit is dan een normale lijn, hoe een normaal kind is, dit is obesitas en dit is dan sterk boven obesitas’. En dan weet ik al, nou ik zit natuurlijk daarboven. En dat doet je steeds meer pijn.*

Zoals Celine aangeeft is deze confrontatie met ‘anders zijn’ het meest zichtbaar bij het wegen of bij het zichtbaar maken van waar zij in groeicurve valt. Meerdere kinderen geven aan opluchting te voelen als zij zijn afgevallen of verdrietig te zijn als dat niet het geval is. Romy (9) vertelt dat ze eens ‘van binnen hilde’ toen ze hoorde dat ze was aangekomen.

Als Anne (13) dokter was...

Dan zou ze tegen een kind zeggen:
Ehmm... de woorden, zoals... niet de woorden die hij... ja, hoe leg ik dat uit? Ik zou dan de woorden gebruiken die hij of zij vindt die ik gebruiken mag. Dus niet woorden die zij, ja... die ik niet mag gebruiken van haar ofzo. Zoals dik ofzo, dat soort woorden. Als zij zich daar niet prettig bij voelt... woorden waar zij zich niet prettig bij voelt, zou ik niet gebruiken.

En als ze dan een kind voor het eerst ziet zou ze:
Eerst gewoon even vragen van waarom ben je hier en heb je daar ook een reden voor, ook met je verleden enzo. Dan zou ik eerst daarnaar vragen, dan vraag ik ook nog even, zijn er ook woorden die je wil dat ik die niet gebruik?

Het is er altijd

Wat in vrijwel alle gesprekken naar voren komt, is dat het onderwerp er eigenlijk altijd 'is'. Veel kinderen vertellen uit zichzelf over ervaringen daarmee in de bredere sociale context, ervaringen die de woorden kleuren.

Celine (12) vertelt over vragen over en reacties op haar gewicht door kennissen en vreemden en haar afgenomen zelfvertrouwen daardoor. Ze voelt dat niet iedereen haar 'goed' vindt zoals ze is. Sandra (14) omschrijft het onderwerp gewicht als 'vernederend' en Romy (9) voelt zich 'onzeker' en 'niet mooi' vanwege haar gewicht. Anne (13) geeft aan dat ze op school gesprekken heeft met een maatschappelijk werker om 'te leren van mezelf te houden'. Een achtjarig meisje vertelt in een groeps gesprek:

Het is wel een keertje gebeurd dat ik op straat liep en toen had een jongen... gezegd kijk haar, zij is dik. Toen dacht ik van, waarom zeggen ze dat, want ze kennen mij eens niet, dus waarom...?

Vrijwel alle kinderen vertellen over pesten op school, waarmee ze zelf ervaring hebben of wat ze bij anderen hebben gezien. Pieter (13) geeft aan dat pesten hem 'immuun' heeft gemaakt voor woorden die over zijn gewicht gaan. Meerdere kinderen vertellen

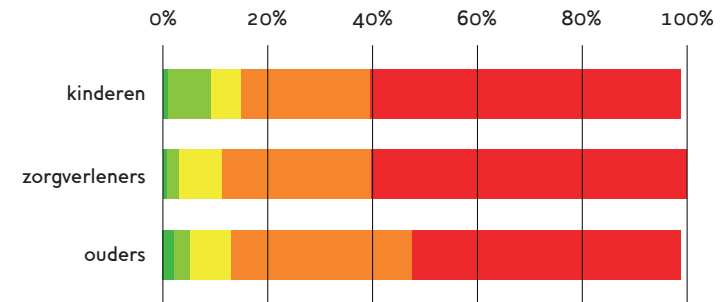
over 'pijnlijke herinneringen' of negatieve emoties als pijn, verdriet en boosheid, als 'pestwoorden' door een zorgverlener worden gebruikt:

Anne (13): Van groep 3 tot en met groep 7 ben ik gepest, toen werd dikzak gezegd of dikkie of dikkerd of je bent dik, of dat soort dingen, en sommige hulpverleners zeggen dat dan, en dan denk je... dan krijg je... dan krijg je die herinneringen weer terug en dat is gewoon echt niet fijn.

Vooral 'dik' en 'vet' hebben vaak een negatieve lading door ervaringen met pesten, net als 'mollig' voor sommige meisjes. Andere woorden worden juist als goed gezien, omdat ze niet gerelateerd zijn aan pesten:

Romy (9): Nou, ehmm, dan, als ik vol of stevig of... ja, gezonder gewicht (...) hoor of door kinderen [wordt] gezegd dan denk ik iets minder over mijn gewicht, dan denk ik: oh nou, nou en?

Sandra (14): Ja, want kijk ik zeg het even heel plat, maar een pestkop gaat niet tegen jou zeggen, hé ongezond gewicht, dan komt het gewoon niet over als lastigvallen. (...) Als mensen dat tegen mij zouden zeggen, zou ik daar gewoon om gaan lachen.



dik (bn.;-heid) de meerderheid van de kinderen, ouders en zorgverleners die de vragenlijst invulden vond dik '(helemaal) niet fijn'. 10 procent van de kinderen beoordeelde dit woord wel als '(heel) fijn'.

Zoals eerder aangegeven is vooral dik een lastig woord. Dit woord wordt soms door de kinderen zelf gebruikt, maar vaak afgekeurd, zeker voor gebruik door anderen. Deze tegenstrijdigheid komt mogelijk doordat het een veelgebruikt woord is, zoals Celine (12) vertelt:

Als mensen zeggen van, ja, je bent niet slank of ja volslank of... hè, dan ga je op een gegeven moment denken, ja ik ben dik. En als mensen dat ook steeds tegen je gaan zeggen, dan kan je zeggen... naahh, noem me dan dik, ga er dan niet omheen draaien.

Dik is het woord dat in de interviews het meest besproken is.

Relatie tussen kind en volwassene

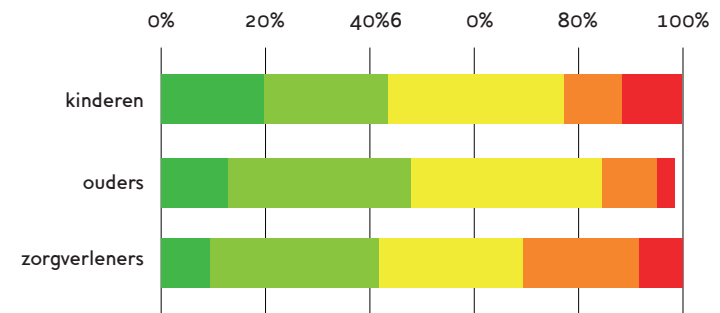
Verskillende kinderen vergelijken 'dik' met 'overgewicht'. Sandra (14) vindt 'overgewicht een professioneler woord', net als 'obesitas'. Obesitas noemt ze het 'officiële woord voor te dik zijn'. Meerdere kinderen relateren 'overgewicht' en 'obesitas' aan de medische setting en vinden deze woorden daarom beter, hoewel sommigen obesitas onprettig of twijfelachtig vinden. Hoewel Jayden (10) het woord 'gewoon normaal' vindt, vindt hij het lastig uit te leggen waardoor dat komt: 'dat is gewoon het ziekenhuis, ik weet het niet'. Anne (13) vindt obesitas een woord dat volwassenen gebruiken. Dertig procent van de kinderen die de vragenlijst invulde, gaf aan het woord niet te kennen. Voor de term BMI was dat zelfs zestig procent.

Woordzoeker

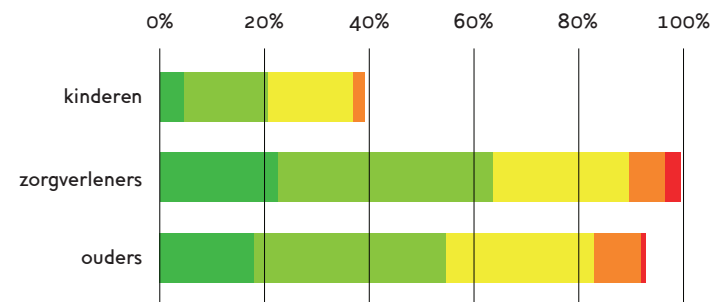
Welk gesprek over gewicht komt er als eerste in je op als een positieve ervaring?
Wat maakte dat voor jou een goed gesprek?

Meerdere kinderen verwijzen naar de relatie tussen kind en volwassene. Sommigen vertellen over ervaringen waarbij zorgverleners met hun ouders praatten in plaats van met henzelf. Jayden (10) en Zeneb (11) vinden dit soms juist wel goed, maar enkele oudere kinderen vinden dit vervelend. Anderen geven aan dat de leeftijd van het kind belangrijk is om rekening mee te houden en dat woorden en de daarbij horende uitleg niet te kinderachtig, maar ook niet te moeilijk moeten zijn.

Ook is het goed door te vragen om er achter te komen of een kind een term begrijpt. Een term die in de interviews door niet alle kinderen goed is begrepen is 'boven gezond gewicht'. Silver (9) vertelt bijvoorbeeld 'je hebt boven een gezond gewicht, dat is goed' en Chang (10) reageert met 'leuk, dan mag je heel veel eten'.



stevig <bn.;-heid> zowel kinderen, ouders als zorgverleners beoordeelden deze term relatief vaak als '(heel) fijn'. 15 tot 30 procent vond stevig '(helemaal) niet fijn'.



BMI <het-> 60 procent van de kinderen gaf aan deze term niet te kennen, 64 procent van de zorgverleners gaf het oordeel '(heel) fijn'.

De houding van zorgverleners

Sommige kinderen vertellen over de moeilijkheid om af te vallen:

Zeneb (11): Hij [dokter in vignet] zegt nu best makkelijk dat je iets aan je gewicht moet doen, maar het is eigenlijk best moeilijk.

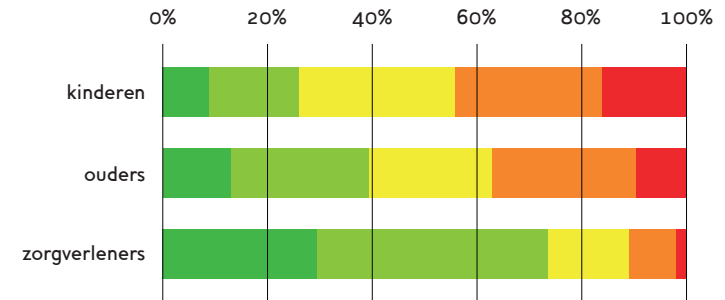
Celine (12), Sandra (14) en Pieter (13) hebben alle drie ervaren dat een zorgtraject werd beëindigd omdat de zorgverleners 'out of options' waren en 'niet uit de box' konden denken, in de woorden van Celine. Hoewel ze het, nu ze erop terugkijken, goed vinden dat die trajecten werden beëindigd, omdat ze toch niet werkten, waren ze er destijds wel verdrietig of boos over. Dit had vooral ook te maken met het ontbreken van alternatieve behandelopties en de houding van de zorgverleners.

Hoewel deze studie gaat over woordgebruik, komt de houding van professionals veelvuldig aan bod in de gesprekken. Het maakt bijvoorbeeld uit of een professional 'aardig' of 'streng' is en meerdere kinderen vinden een 'kalmte' benadering belangrijk. Deze houding, en dan vooral de manier van praten, werkt door op de ervaringen met specifieke woorden. Daarnaast geven meer-

dere kinderen aan dat de houding laat zien in hoeverre een professional geïnteresseerd in ze is. Celine (12) vertelt bijvoorbeeld dat iemands lichaamstaal – achterover leunen met de armen over elkaar of ontspannen en naar voren geleund – het verschil kan maken tussen zich 'gewoon de volgende patiënt' voelen of het idee hebben dat iemand echt naar haar luistert en haar begrijpt. Ze heeft ervaringen met beide soorten lichaamstaal. Sandra (14) heeft goede ervaringen met haar huidige kinderarts die haar het gevoel geeft dat hij het beste met haar voor heeft. Dit vergelijkt ze met een eerdere zorgverlener die haar het gevoel gaf dat ze de hulp niet verdiende. De oudere meisjes vinden begrip een belangrijk aspect in relaties:

Sandra (14): Ze moeten zich goed aanpassen op welk persoon ze voor zich hebben... want elke situatie is anders en niet veel mensen worden dik geboren... of te mager... (...) bijvoorbeeld... mijn gewicht komt uit... echt problemen en... sommige diëtisten denken gewoon oh, ze eet heel veel [zonder verder te kijken].

Dit onderstreept het belang van het leren kennen van een kind.



on-gezond gewicht (het-) de meningen over deze term liepen uiteen: 44 procent van de kinderen beoordeelde dit als '(helemaal) niet fijn', 74 procent van de zorgverleners '(heel) fijn'

Woordzoeker

Kun je je een gesprek herinneren waarin je ongemak rondom woordgebruik ervaarde? Waar kwam dat door? Wat heb je daarmee gedaan?

Reacties op kaartjes met verschillende termen

Maar deze twee zijn toch best wel heel erg anders. Als je zegt van he, je bent **boven gezond gewicht**, dan zitten ze je hier weg te pesten met **on gezond gewicht**. Dan vind ik het ene toch wel positiever dan het andere.

Celine (12)

Ik zit te twijfelen [over **dik**] (...) omdat de een het wel goed oppakt en de ander niet. (...) Ik denk sommige mensen vinden zichzelf niet dik, terwijl ze het misschien wel zijn, en sommigen die zien het in en die zeggen van ja, dat klopt gewoon. (...) Persoonlijk zou ik dik bij groen zetten.

Mira (12)

Dik vind ik gewoon niet [kunnen] ja... ik denk persoonlijk dat dat kinderen het meeste kwetst zeg maar...

Pieter (13)

Te zwaar, eigenlijk zit ik daar ook aan te twijfelen, maar ik heb het toch bij groen gedaan, want ik vind dat dit nog wel meevalt, tegenover [**mollig en vet**].

Mira (12)

Mollig, dik en vet, dat klinkt zo negatief, voelt negatief. (...) In groep 6 was ik al te dik... daar ben ik nog lastig bij gevallen met dik, vet en mollig.

Sandra (14)

Omdat... als je wat steviger bent, vind ik het wel goed dat ze zeggen **on gezond gewicht**, want dat is ook niet helemaal goed. (...) Als ze dat zeggen dan weet je zelf ook dat je gezonder moet eten.

Joey (11)

Leer me kennen en help me

Veel kinderen benadrukken het belang van een 'normaal' en 'respectvol' gesprek over hun gewicht. Vooral de oudere kinderen vinden het belangrijk dat professionals rustig aan beginnen (zie de tip van Pieter). Ze geven ook aan dat als een professional een kind kent en op de hoogte is van zijn of haar (negatieve) ervaringen met het gewicht, het duidelijker is welke woorden beter wel of niet gebruikt kunnen worden. Of een professional kan er dan gewoon naar vragen. Anne (13) heeft dit ervaren met de maatschappelijk werker op school, waarmee ze prettige en behulpzame gesprekken had. Sommigen geven zelfs aan dat het niet echt uitmaakt welke woorden iemand gebruikt, als het maar op een prettige manier en met de goede intenties gebeurt.

Interviewer: *Maar wat is nou de goede manier? Want je zegt die huisarts zit op die goede manier, terwijl hij wel gewoon de feiten zegt, waar zit dat 'm dat dan in?*
Céline (12): *Ik denk dat dat komt omdat ik hem eigenlijk al best wel lang ken en ik weet hoe hij dat dan ook bedoelt. [Elkaar leren kennen,] dat duurt best lang (...) dat weet ik... maar... als ik dan af en toe zie hoeveel tijd het in het ziekenhuis kost, namelijk twee jaar gemiddeld... dan is dat niet zo lastig. (...) Ik kan beste vriendinnen maken in een half jaar.*

Met name Celine, Sandra en Pieter, de kinderen met zowel positieve als negatieve ervaringen in de zorg rondom hun gewicht, benadrukken daarbij het belang van het toevoegen van positieve aspecten aan de (negatief ervaren) gesprekken over gewicht (zie de tip van Celine).

Je kunt beter gewoon rustig beginnen van hallo, hoe oud ben je, hoe heet je, heb je het leuk thuis, is het goed, gaat het goed op school? (...) Mijn huisarts... die vraagt gewoon hoe het gaat en dan gaat ie beginnen, dan gaat ie je nachecken en de kinderarts die doet dat gelijk al.

Tip van Pieter (13)

Be positive... (...) je kan daar op wijzen [huidig gewicht], maar dan moet je er wel achteraan zetten van hier zijn we nu (...), **we gaan er aan werken en we gaan zorgen dat het omlaag gaat**. Dat zou helpen. Niet dat ik dat heb gehad, maar het zou wel fijn zijn. (...) [We, dat zijn] de dokters en jijzelf want het is... je staat er nooit alleen voor.

Tip van Celine (12)

Tips voor zorgverleners

Wees je bewust van de bredere sociale lading van termen die (over-)gewicht omschrijven en dat betekenissen van die termen niet vastliggen, maar bijvoorbeeld afhangen van de context, de situatie en eerdere ervaringen van alle betrokkenen. Door hun eigen ervaringen weten kinderen vaak wel dat het een lastig onderwerp is om over te praten, niet alleen voor henzelf, maar ook voor anderen.

Neem de tijd om een kind te leren kennen en blijf vragen naar hoe het met een kind gaat. Wees oprecht geïnteresseerd in het kind zelf en kijk daarbij verder dan zijn of haar gewicht (zie de bonustip).

Wees je bewust van je eigen (voor-)oordelen rondom gewicht. Kinderen kennen die vooroordelen ook en kunnen die in een gesprek voelen. Reflecteer daarop. Dit gaat verder dan letten op het gebruik van bepaalde type woorden (zoals 'neutrale' of 'negatieve' woorden) en gesprekstechnieken gericht op motivatie of empowerment. Reflecteren vraagt om het kritisch bevragen van eigen normatieve opvattingen over gewicht en gerelateerd leefstijlgedrag en hoe die opvattingen van invloed (kunnen) zijn in gesprekken met kinderen.

Benoem eens het ongemak als je dat zelf in een gesprek voelt. Dit kan misschien ook juist een mooie opening voor een (nieuw) gesprek zijn.

Bonustip

Het interview met de kinderen begon met een startspel, waarbij de interviewer en het kind een stapeltje kaarten met vragen kregen om aan elkaar te stellen. Dit was bedoeld als kennismaking en om het interviewen te oefenen. Op de kaartjes stond bijvoorbeeld: 'waar ben je echt heel goed in?', 'wat vind je het allerleukst om te doen?' of 'wat vind je smerig om te eten?'. Anne schoot in de lach toen de interviewer 'bloemkool' antwoordde, dat kon ze zich echt niet voorstellen. Celine gaf aan het eind van het interview aan dat het zo prettig was om op deze manier te beginnen. Voor haar was het fijn zichzelf op een positieve en ontspannen manier te presenteren aan iemand die ze nog niet kende. Bedenk zelf een aantal vragen om het ijs te breken en een kind (een beetje) te leren kennen, al dan niet met kaartjes. Het kind vragen terug laten stellen kan daarbij een zinvolle oefening zijn, zodat ze weten dat dat mag en op een later moment hopelijk ook durven doen.

Colofon

Deze folder is ontwikkeld door het Mulier Instituut en Care for Obesity, een project van de Vrije Universiteit Amsterdam, ten behoeve van de aanpak Kind naar Gezonder Gewicht, een programma van JOGG.

© 2021 Stichting Vrije Universiteit Amsterdam

Auteurs

dr. Mirjam Stuij – Mulier Instituut
Pomme van Maarschalkerweerd MSc – Care for Obesity / Vrije Universiteit Amsterdam
dr. Christine Dedding – Afdeling Ethiek, Recht en Humanoria / Amsterdam UMC
dr. Roxanna Camfferman – Care for Obesity / Vrije Universiteit Amsterdam
prof. dr. Jaap Seidell – Care for Obesity / Vrije Universiteit Amsterdam
dr. Jutka Halberstadt – Care for Obesity / Vrije Universiteit Amsterdam

Vormgeving

JUST – Strategy, Identities & Digital

Deze folder is gebaseerd op

- Stuij, M., van Maarschalkerweerd, P.E.A., Seidell, J.C., Halberstadt, J. & Dedding, C. (2020). *Youth perspectives on weight-related words used by healthcare professionals: A qualitative study*. Child Care Health Dev. 46: 369-380. Doi: 10.1111/cch.12760
- Van Maarschalkerweerd, P.E.A., Camfferman, R., Seidell, J.C. & Halberstadt, J. (2020). *Children's, Parents' and Healthcare Professionals Preferences for Weight-Based Terminology in Health Care*. Health Communication, Doi: 10.1080/10410236.2020.1796282

Financieel mogelijk gemaakt door

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Rechten

Deze folder is digitaal verkrijgbaar via www.vu.nl/C4O. Daar staat steeds de meest recente versie.

Zowel verspreiden van als citeren uit deze folder (tekst en/of beelden) moet altijd gebeuren onder vermelding van de volgende bron: Stuij, M., van Maarschalkerweerd, P., Dedding, C., Camfferman, R., Seidell, J. & Halberstadt, J. (2021). "Deze woorden over mijn gewicht vind ik goed..." *Inzichten voor zorgprofessionals die met kinderen praten*. Amsterdam/ Utrecht: Care for Obesity/Mulier Instituut.

Gebruik van het logo van Care for Obesity is alleen toegestaan en zelfs vereist als de volledige producten van Care for Obesity worden gebruikt zonder dat er wijzigingen aan de opmaak en inhoud zijn aangebracht. Toevoegen van eigen logo's aan de producten van Care for Obesity is dan toegestaan.

Gebruik van tekstdelen en enkele beelden in eigen documenten is toegestaan. Dan volstaat een bronvermelding zoals hierboven aangegeven en is het niet toegestaan het logo van Care for Obesity te gebruiken. Maak je gebruik van tekstdelen en/of beelden dan gaan wij ervan uit dat je de juiste teksten en/of beelden gebruikt en deze niet zelf aanpast. Het integraal kopiëren van de volledige tekst en/of alle beelden uit de producten van Care for Obesity in eigen producten is niet toegestaan.

Meer weten?

- Niemer, S., Camfferman, R., Van Maarschalkerweerd, P., Sijben, M., Seidell, J. & Halberstadt, J. (2019). *Praten over gewicht met kinderen en ouders. Een folder voor zorg-, school- en wijkprofessionals*. Amsterdam: Care for Obesity.
- Sijben, M., van der Velde, M., van Mil, E., Stroo, J. & Halberstadt, J. (2018). *Landelijk model ketenaanpak voor kinderen met overgewicht en obesitas*. Amsterdam: Care for Obesity.
- Grootens, R., Van den Eynde, E., Halberstadt, J., Niemer, S., Seidell, J.C. & Dedding, C. (2018). *Tipsheet: Wat zorgt ervoor dat kinderen met overgewicht of obesitas een leefstijlinterventie starten en afmaken?* Amsterdam: Care for Obesity en Athena Instituut.
- www.VU.nl/C4O
- www.kindnaargezondgewicht.nl

Disclaimer

Deze folder is zorgvuldig samengesteld. Care for Obesity aanvaardt geen aansprakelijkheid voor of door onjuist gebruik van de folder en de mogelijke schade die daaruit kan voortvloeien. Aan de inhoud kunnen geen rechten worden ontleend. Je bent zelf verantwoordelijk voor een juiste naleving van wetten en regels. Wij wijzen je in het bijzonder op een juiste omgang met persoonsgegevens volgens de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Ook zijn wij niet verantwoordelijk voor de inhoud en actualiteit van websites of andere bronnen waar wij naar verwijzen. Deze dienen slechts ter illustratie.



Kijk voor meer informatie
op kindnaargezonderegewicht.nl

Ten behoeve van de aanpak Kind naar
Gezonder Gewicht ontwikkeld door

Care for **Obesity**

