

A photograph of a baby sitting in a high chair. The baby's eyes are closed, and they appear to be sleeping or resting. A hand is holding a spoon with a green handle, bringing it towards the baby's mouth. The baby is wearing a light blue long-sleeved shirt. The high chair has a blue cushioned backrest.

Gode måltider til barn med spisevansker

**Nasjonal kompetansetjeneste for habilitering av barn med spise- og ernæringsvansker
OUS-Rikshospitalet**

Gode måltider til barn med spisevansker

Hva er spisevansker

Læring i måltidene

Måltidsglede og motivasjon

Gode måltider i barnehagen

Samarbeidspartnere

Spesialpedagogisk hjelp



Hva er spisevansker?

Definisjon av spisevansker

Spisevansker identifiseres når barn ikke følger det typiske utviklingsforløpet med de milepæler som er normale for å bli selvstendig og spise et normalt variert kosthold, og med den vekt- og vekstutvikling som er forventet for barnets alder.

Barn med spisevansker

- ✓ spiser for lite (bl.a. "failure to thrive", vegring, spedbarnsanoreksi)
- ✓ mestrer ikke de konsistenser på maten som forventes ut fra alder (bl.a. barn med munnmotoriske vansker/dysfagi, forsinket spiseutvikling)
- ✓ har et kosthold som ikke er tilstrekkelig variert (særspisere, selektivt kosthold)

Barn med spisevansker

Det er viktig å legge til rette ut fra det enkeltes barns behov. Det kan f eks være spesialtilpasset mat og/eller tilrettelegging av det fysiske miljøet.



Læring i måltidene

Det sosiokulturelle perspektivet

Barns læring skjer gjennom deltagelse i sosial praksis.

Læring blir ikke i det enkelt barn, den skapes her og nå sammen med andre.

Spising er en viktig sosial hendelse. En avslappet atmosfære ved bordet fremmer læring og matglede.

Barn med spisevansker har i måltidene behov for:

- å oppleve trygge fleksible voksne rollemodeller som evner å lese barns individuelle behov. Det er voksne som inviterer til imitasjon og trivsel ved f.eks. å spise samme mat som barnet mestrer og liker.

Barn med spisevansker har i måltidene behov for:

- følelsesmessig varm omsorg med gode sanseopplevelser for å lære å like i eget tempo
- oppleve mestring og tilhørighet til flokken til tross for spisevanskene.



Frederick G Cotman 1880

Matglede

(Steinsbekk, Belsky & Wickstrøm 2016)

Kontrollert motivasjon Emosjonell spising /ytre motivasjon	Autonom motivasjon Utviklingsfremmende/ Indre motivasjon
1. Restriksjoner Du får bare en sjokolade. Du får ikke yoghurt før du har spist opp brødskenen m skorpene	1. Forberedelse, Delta aktivt i forberedelse til måltidene. Gi oppgaver etter alder og evne
2. Kontroll Spis opp all maten din, du får ikke mer mat før du har spist opp all brødskorpen	2. Utforske Se, fornemme, lukte, smake , oppleve
3. Oppfordring Bare en skje til for mor med flybevegelser	3. Medvirke Selvregulering, deltagelse, beslutte.
4. Mat som belønning Så flink du er til å spise, Hurra her har du en is	4. Samspill Situert læring
5. Mat som trøst Huff, det var dumt, ta en bolle så går det bra	5 Tid Del et mål med tid= Måltid Avslutt i tide
6. Negative kommentarer. Du spiser jo ingenting, du er kresen og håpløs	

Mat- og måltidsglede

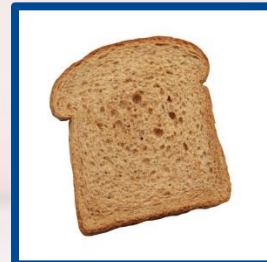
Å lære å spise mat med ulik konsistens er en sammensatt prosess.

Barn trenger tid til å lære å like og bearbeide mat.

Barn må bruke alle sansene for å bli kjent og trygg på maten. De må ha tid til å se, lukte, kjenne på, høre, smake på mat med ulik konsistens og smak.

Ulik mat krever ulik munnmotorisk bearbeiding; alt fra morsmelk til trevlet kjøtt.

- Noe mat er lett å spise, som smørepålegg uten brødskrive og myk frukt, godt kokte grønnsaker med mer.
- Annen mat som kjøtt, hard frukt og gjærbakst er vanskeligere, som barnet trenger mer tid og erfaring får å like og kunne tygge & svelge.
- Mange barn foretrekker mat med homogen konsistens, dvs. mat uten klumper.



Normalvariasjon Selvregulering



- ❖ Ingen barn er like. Alle barn har forskjellig temperament og uttrykk for følelser på ulike måter.
- ❖ I måltidene kan barn gi uttrykk for å være sultne eller mette. De kan si eller vise hva de vil smake på og hvor mye de vil spise.
- ❖ Erfaringer fra barndommen kan ha betydning for forholdet til mat og måltider senere i livet

Gode måltider i barnehagen



Ca 3000
måltider

Måltidene har en viktig pedagogisk funksjon som gir mulighet for uformell og formell læring for alle barn, også barn med spisevansker.

God
planlegging

Læreplan i barnehagen

- ❖ Det pedagogiske arbeidet i måltidene må inn i barnehagens årsplaner.
- ❖ Alle ansatte i barnehagen bør og kan arbeide systematisk med mat og måltider.

Hva er sentralt ?

1. planlegging

2. gjennomføring

3. vurdering

Barnehagens rammeplan

medvirkning

tolkning

utprøving

Rammeplanen legger opp til at måltidene er bundet til barnehagens egen kultur- og verdigrunnlag. Samtidig legger den opptil høy grad av medvirkning og inkludering som nøkkelfaktor for god kvalitet i måltidene

Nasjonale retningslinjer for mat og måltider i barnehagen.

Helsedirektoratet (2019)

- ❖ De Nasjonale retningslinjer for mat og måltider i barnehagen gir anbefalinger for kostholdet og måltidene i barnehagen.
- ❖ Både **rammeplanen** og retningslinjene er viktige dokumenter for å fremme en god måltidskultur og gode matvaner hos barna.



Spesialpedagogisk hjelp

Forsinket eller avvikende spiseutvikling gir rett til spesialpedagogisk hjelp og spesiell tilrettelegging i måltidene.

Det kan bl.a. være

- **ekstra bemanning** i form av assistent som deltar i alle måltidene og
- **spesialpedagogisk oppfølging**

Tilpasning, inkludering og likeverd

Når måltidene ivaretar

**Tilpasning,
Inkludering og
Likeverd**

**vil barn uavhengig av hvor
barnet er i sin
spiseutvikling, med tiden
klare mer og forstå mer
hva måltidet handler om,
både for seg selv og andre**

Samarbeidspartnere

Viktige samarbeidspartnere vil alltid være foreldrene.

I tillegg har vi;
Helsestasjon,
PPT pedagogisk-psykologisk tjeneste,
BUP barne- og ungdomspsykiatrisk helsetjeneste,
Spise- og ernæringsteam ved habiliteringstjenesten eller sykehusene.

Hovedfokus for gode måltider til barn med spisevansker

Medvirking og mestring

Alltid inviter til samhandling

Tilby konsistens og smak barnet liker og mestrer

Gi lite mat på tallerken

La barnet oppleve positiv grensesetting

Enkle sanseopplevelser

Du er alltid rollemodell for barnet

Etterstrebe tilpasning, inkludering og likeverd for barn med spisevansker spesielt og alle barn generelt.

Referanser og litteratur:

1. Feeding problems in infants and children: assessment and etiology, KC Borowitz, SM Borowitz - Pediatric Clinics, 2018 - pediatric.theclinics.com
2. Tidlig trygg i Trondheim 2016. Parental feeding and child eating, An investigation of reciprocal effects n=797(Steinsbekk, Belsky & Wickstrøm 2016)
3. Assessment of Pediatric Dysphagia and feeding disorders: Clinical and Instrumental Approaches. Developmental Disabilities research review 14:118-127 (2008)
4. Feeding problems in childhood - a practical guide –Radcliffe Medical Press, Oxford 2000 ISBN:1-85775-208-2
5. The complexity of feeding problems in 700 infants and young children presenting to a tertiary care institution. Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition 2003; 37 :75-84