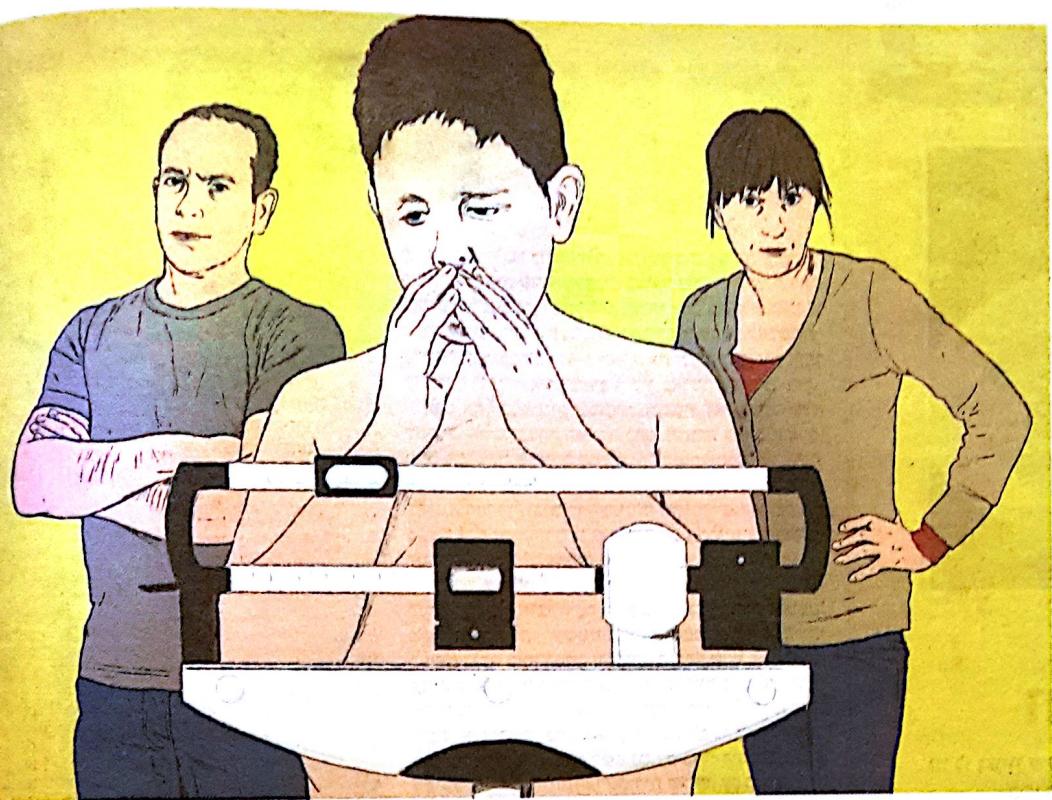


השנה | אביגיל בקוביץ

# משפחה על המשקל

ילד עם עודף משקל עלול להפוך מטרה לעגגה ולהצקות גם בתונת המשפחה, לכארה המקום הכיבתו עכשו. אז איך מתמודדים עם הסוגיה בלי להעליב ובאווריה תומכת?



איו. רות נטלי

## הורים, זה בידים שלכם

איך יכולים הורים לעזרה לילדים לגודל במשקלם ועם דימוי גוף בריא

- להורות דוגמה: קיבל את עצםם ואת גופכם, התמידו בפעילויות והפכו אותה לחלק מהו ההוראה, אל תשוו בין הילדים, אל תחסמיו העורות והקסיות למשקל או לזרות הגוף של ילדיכם ושל אחרים, אteil תעירו הילד על חיזית המזון שלו או על הקמות, התיחסו בקרירותם למוצרים חברתיים לא מzialים במדיה ובחברה בקשר לדוחן ולזרות גוף.
- סביבה ביריאת: אגנו לבך שבניה היה מגנונן מנותות ביראים וטעריהם, צור מנגנון זה מסודרת של אדרחות משנתה, אך פיזיו על הרצען ועל בחרה של אוכל ולא על מניעת וועל גבולה של...
- קידום חבריאות: הרינגן מסאות ומאנכילה לא בראיא, אל תשקלו ולעוזר השוואות רבות בין דימוי המשקל לבין ההוראה של מזבבו ואף להפלוות ממחינת כמיות המזון וסוג המאכלים הנינטים לו.

- תמידה ובשיות: אהבו את כל ילדים לאחננים וול זרות לשנטות. תקשיבו בזיהה לא בקורתית כאשר הילד משמש אתכם בחזרות הגיעות והחתות נפיות בוגרונות למשקל ובכלל...

הכי מובה שמדובר בילד, הכלת אספה לא יותר לרירה במסל אל מטבח תפיסת נפח ודייט פזמי בעיתירים, כמו גם יחסם משובחים בכך המשפחתי.

הסתבת היא דיאטetics קליטת מסלול בשונה ובהתהנתה אכילה מכך שמת האכילה

שלא תעיצם את הגטייה להשנה של ילדינו. בתא המשפחתי שלנו נוכל לתרם מקרים של קבלת השנות ומסרים נגד מרניות הרוון החברתי והפה' נזיה שהוא מעוררת.

**הוראה בעורף משקל מול ילד בעורף משקל:** לרוב, ילד בעל עודף משקל יש לפחות הורה אחר עם משקל עדר ששה כהה בילדותו. הרוץ העז שollowים כהים כאלה "להגן" על הילד מפני חזרות שהווים על טרנס פיזיולוגיים של הורותם בקשר לדרכם המורוות לתם מילודות: הקנותה, הדאגה, אשם, דיאטות, קבוצות, הורות הורה וועה.

**חשיבותם של הורים:** יחס הורים לעורף המשקל של הילד יעכב אם דילר היוזה את עצמו כ"זוקן לטל" קו" וישם אותו בסיכון לדמי עצמי גומו. דיאטה וגיסנות לשלוט באכילה שלו ורכבה במשקלם מהווים פגעה באוטונומיה של הילד ובאוטויה שלו על גופו. ילדים שנמצאים מושט אכילה צפויים עם הנשים לעלות יתרה במשקל מילודיהם שאינם ביריאת.

**שני הורים מול הילד בעורף משקל:** אם רק לאחד מורי המשפחה עדרם מושט גוטים ההורים לעורף השוואות רבות בין דימוי המשקל גוטים ההורים את הילד במצבי ואף להפלוות ממחינת כמיות המזון וסוג המאכלים הנינטים לו.

**חשיבותם של ההוראה:** ההשווה לאחורה, האפליה והוסר כבלת הגוף על ידי הרכבים גוטים ביחסו ובדרמי העצמי – מצב שלילן להוביל לדרכו"א. אכילה לקוים כמו אכילה בסתר או התפק' ולו... לה. לנו ההוראה שיש יכולת להגן על ילדינו על ידי שינויו השהי בית ותפיסה עצמאית המתחזים התנגדותם ביריאות ותפיסה עצמאית חיובית של הגוף.

**אחדים מوال אח בעורף משקל:** אם ההורים מתייחסים באפות שונה ומפלת לעיטה לאח השם – זה גונן ליטריזציה לאחוזה בו בזרה מפה' ופוגעת. וכך הופך הילד עם משקל עדר לשש התהנות מהמשך, והשומר להעליב אותו ולמנוע בו.

**חשיבותם של ההוראה:** ההורים אמורים להשרות אודודה מכבדת ומקבלת בין בני המשפחה, שמאפשרת לכל אחד מבני המשפחה להיות הוא עצמו בודד

רכות. עדר משקל זה לא נעים – בעיקר לילדים, מחוץ לבתיהם הם המשפחם לפניה פיות ומילולית, לילולו, לנידוי ולאיפול לרעה. התחששות מ顺势ת מסרים שאינם מכברים את השונת במשקל ובגודל הנגיף ומעוררים זלזול ופיגוע.

גם בכתי, המקומות הבוכרים לכארה, המזב לא משתפה השנה שם של הילדים עעוררת מתחים וקשישים רביים בין בני המשפחה. ההורים מודאגים וושששים שמא ילדם לא יתאים ל"תקון" החברתי, הם חדרים שאלא בראיות תרזה בסכהן, הם דואגים שמא השמנת ילדם מנגינה את ההוראה ככישלון, כל אלה מובילים הורים רבים לנסות לצאת ל"מחלחה" במשקל הנגן של ילדיהם. במוקטור שכבר 4,746 ילדים עם עודף משקל נמצאו כ-47 אחוז מהבנות ו-34 אחוז מהבנים מושתת על רשת המשקל מזרן מימי משפחתם הקרובה והמורחת. התמורות עדרם עם עדרם מושט אכן מרכיבת מואה. המערה הפכת לש מושט עדר – וודר עליה הילד השמן מזיאן עצמו מול ההוראה או מול אחיה, הנה רגואת ללהילכי התמורות במשקל מילודיהם המשפחה והמלצות יציד להתמודר עימן:

**הוראה בעורף משקל מול עצמן:** הורים רבים עם משקל עדרם הם מודרי אוכבה אישית. הם חוששים להתמודר עם בעית המשקל של ילדייהם בשל הקשי שלם להתמודר עם משקלם הם. הם חשבים כי כל עוד לא פתרו את בעית ההשמנה שלם, אין להם יכולת או כוחות שניינו מילדיהם.

**חשיבותם של ההוראה:** לא צריך להיות רוים כדי להיות ביראים או כדי לתרם נוראים במשפחה. תפידנו כהוראים הוא דעם אורח רום בראיא מפשחתי, להתפרק בקשרותם של ילדים ולא במשקל גוטם, ובכך כדי לאפשר לילדינו לנדרם עם משקל ועם דמיון גוטם ביריאת.

**הוראה בעורף משקל מול ההוראה האחורה:** לעיתם קרובי ההוראה במשפחה משליך על ההוראה עם עדרם מושט את האתירות להשמנת הילדים במשפחה.

**חשיבותם של ההוראה:** הגנטיקה היא המרכיב העיקרי המשפחתי על גודל הגוף ועל משקלם. אגנו ביכלים לשנות את גנטיקת, אך אנו יכולים ליצור סביבה

"חבט שלנו והולכת ומשוויה מיום ליום", אמר לי אב מודאג בשיחת טלפון. "היא כבר שמנה יותר מאחותיה הבוגרות. עד מעת היא תחיה שלנה כמו אשת". שיחה זו מתארת קושי וככב גורמים שפוצצים במשפחה

## היום במוסך

### זה ישבirsaim



גם בגיל 67 מעצצת האופה טובליה לא מחמיצה אף פעם את שחיתת הבוקר

تبעה: באסותה התעלמו ממבנה השד הצפוף, טעו במומורפיה – וענבל מותה בייסורים

מקה: לאמהות רות שאוכלה הרבה כהירין ויהיו ילדים שמנים

כל השקרים שגבאים מוכרים לנשים כדי לשמרו על שקט תעשייתי

התויפה שתפעיל את חולן האוטיסטית הרכונית

לכנית חינוך 3778