

# Høysensitive barn i barnehagen

*En kvalitativ studie om hvordan barnehageansatte tilrettelegger for høysensitive barns behov.*

Line Floor Ulvang



Masteroppgave i spesialpedagogikk  
Institutt for spesialpedagogikk  
Det utdanningsvitenskapelige fakultet

UNIVERSITETET I OSLO

Vår 2017



# **Høysensitive barn i barnehagen**

En kvalitativ studie om hvordan barnehageansatte tilrettelegger for høysensitive barns behov.

© Line Floor Ulvang

Juni 2017

Høysensitive barn i barnehagen: En kvalitativ studie om hvordan barnehageansatte tilrettelegger for høysensitive barns behov

Line Floor Ulvang

<http://www.duo.uio.no>

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo



# Sammendrag

## Oppgavetittel

Høysensitive barn i barnehagen

- en kvalitativ studie om hvordan barnehageansatte tilrettelegger for høysensitive barns behov

## Bakgrunn og formål

På grunnlag av studien til Aron og Aron (1997) ble begrepet "Sensory Processing Sensitivity" også kalt "høysensitivitet" på norsk, etablert. Ifølge Aron (2013) er hele 15-20 prosent av befolkningen høysensitive, og er dermed født med et nervesystem som er mer mottakelig for sanseintrykk. Både lyd, lukt, smak, tanker og følelser, oppleves derfor mer intenst for denne gruppen. På bakgrunn av personlighetstrekket sitt omfang, har jeg dermed ansett problematikken som relevant sett i sammenheng med det pedagogiske arbeidet som utføres i barnehagen. I tillegg anser jeg barnehagen som en sentral arena, der barna tilbringer store deler av livet sitt. Ved å utvikle kunnskap om hvordan hverdagen kan organiseres på en fordelaktig måte, har målet vært å avdekke hensiktsmessige strategier som kan anvendes for å møte sensitive barns behov i barnehagen. Ved å intervju fire barnehageansatte som har kunnskap og erfaring med høysensitive barn, har hensikten vært å skape ytterligere inspirasjon, kunnskap og forståelse om tematikken.

## Problemstilling

Med et mål om å belyse tiltak og organisering av barnehagehverdagen for høysensitive barn, har jeg valgt å belyse temaet ut i fra et voksenperspektiv. Barnehagens ansatte har derfor blitt betydningsfulle for det innsamlede datamaterialet og resultatene. Følgende problemstilling har blitt formulert:

*Hvordan tilrettelegger fire barnehageansatte for høysensitive barns behov i barnehagen?*

## Metode

Studien har blitt gjennomført som en kvalitativ intervjuundersøkelse, hvor informantenes erfaringer og opplevelser av høysensitive barn i barnehagen, har blitt vektlagt. En hermeneutisk tilnærming har blitt anvendt for å forstå og beskrive informantenes erfaringer og opplevelser ytterligere. Jeg har intervjuet fire barnehageansatte, med erfaringer og

kunnskap om tematikken. Studien har blitt utført ved hjelp av et semistrukturert intervju, som i etterkant har blitt transkribert fra lydopptak til skriftlig tekst. Datamaterialet har deretter blitt analysert ved hjelp av ”tematisk analyse”, hvor informantenes utsagn har blitt organisert og strukturert inn i meningsbærende kategorier. Datamaterialet har også blitt delvis styrende for valg av teori.

## **Resultater og konklusjoner**

Resultatene fra denne studien indikerer at tilrettelegging for sensitive barns behov i barnehagen, dreier seg om å finne strategier som gir barnet optimal grad av stimuli i hverdagen. Det anses som fordelaktig å dele opp gruppen, legge til rette for pauser, anvende tavler som illustrerer dagsplanen, samt hjelpe barnet til å fortolke omgivelsene. På denne måten unngår man at barnet bruker for mye energi på å vurdere, tolke og forsøke å skape oversikt over de mange inntrykkene i barnehagehverdagen. For å redusere og skjerme barnet fra overveldende inntrykk, ble også rommets innredning trukket frem som betydningsfullt. Enkel møblering og organiserte leker i kasser, kan bidra til at barnet opplever oversikt og trygghet i hverdagen. Samtidig bør de ansatte være tydelig i sine beskjeder og signaler, slik at man unngår at barnet overtolker eller mistolker de ulike signalene som blir sendt ut. Selv om mange av momentene innenfor tilrettelegging, peker mot betydningen av skjerming fra stimuli, kommer det også frem at man ikke skal ”overbeskytte” sensitive barn. I likhet med andre har de et behov for å utvikle seg gjennom eksponering og utfordringer. Dette må derimot skje på grunnlag av barnets forutsetninger, slik at de opplever mestring. En balanse mellom pauser, skjerming og eksponering av stimuli, anses i denne sammenheng som fordelaktig. Samarbeid med foreldre kan også synes å bidra positivt, da de ansatte kan få verdifulle innspill om hvordan hverdagen kan tilrettelegges på en hensiktsmessig måte. I tillegg ble samarbeidet med fagpersoner tillagt vekt, da det kan bidra til ytterligere kunnskap fra flere felt som kan belyse høysensitivitet. I tilfeller der sensitive barn opplever betydelige vansker, kan det vurderes om det er nødvendig med spesialpedagogiske tiltak. De ulike tiltakene som blir belyst gjennom studien, kan anses som fordelaktig for mange barn. Likevel kan de betraktes som særlig betydningsfulle for høysensitive barn, da forskning og teori tilsier at de responderer sterkere på miljømessige faktorer (Ellis og Boyce, 2008).





# Forord

Veien fra planlegging til ferdigstilling av masteroppgaven, har vært en spennende prosess. Jeg har møtt på flere utfordringer underveis, men har samtidig lært mye om både meg selv og den aktuelle tematikken. Likevel er det noen personer jeg ikke hadde klart meg uten. Først og fremst vil jeg takke min dyktige veileder Stine Solberg, som har gitt meg mange konstruktive tilbakemeldinger underveis i prosessen. Jeg vil også takke min kjære samboer, som har støttet og hjulpet meg i skriveprosessen. Takk for at du har vist meg tålmodighet, og for at du alltid hjelper meg med å holde humøret og motet oppe.

Jeg vil også takke familien min, som har bidratt til avkobling, pauser, og ikke minst med å redusere stressnivået som til tider har vært dominerende. Jeg vil også takke mine nærmeste studievenninner, som har bidratt med støtte og forståelse. Det har vært godt å ha noen å dele både frustrasjon og glede med.

Til slutt vil jeg takke informantene som var villige til å stille opp og dele sine erfaringer med meg. Uten deres hjelp hadde studien blitt vanskelig å utføre. Dere gjør en glimrende jobb, og jeg har stor respekt for det arbeidet dere gjør i barnehagen.



# Innholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>Innledning</b>	<b>1</b>
1.1	Bakgrunn og tema	1
1.2	Spesialpedagogisk relevans	2
1.3	Formål og presentasjon av problemstilling	4
1.4	Avgrensning	4
1.5	Oppgavens oppbygning	5
<b>2</b>	<b>Teoretisk forankring</b>	<b>7</b>
2.1	Høysensitivitet- et nytt begrep	7
2.1.1	Evolusjonsteori	8
2.1.2	Etablering av personlighetstrekket høysensitivitet	9
2.1.3	Selvtester	10
2.1.4	Temperament og personlighetsteorier	11
2.2	Høysensitive barn- egenskaper og behov	12
2.2.1	DOES- egenskaper hos høysensitive barn	13
2.2.2	Høysensitive barns behov	19
2.3	Tilrettelegging i barnehagen	21
2.3.1	Hverdagsaktiviteter og lek	21
2.3.2	Rommets funksjon og innredning	22
2.3.3	Balansen mellom å skjerme og utfordre sensitive barn	23
2.3.4	Verktøy for å skape forutsigbarhet i hverdagen	24
2.3.5	Foreldresamarbeid	25
<b>3</b>	<b>Metode</b>	<b>26</b>
3.1	Vitenskapsteoretisk grunnlag	26
3.1.1	Hermeneutisk tilnærming	26
3.1.2	Forforståelse	27
3.2	Kvalitativ metode	28
3.2.1	Semistrukturert intervju	29
3.3	Forberedelser til datainnsamling	30
3.3.1	Utvalg	30
3.3.2	Rekruttering av informanter og endelig utvalg	31
3.3.3	Intervjuguide	32
3.3.4	Prøveintervju	33
3.4	Datainnsamling	33
3.4.1	Gjennomføring av intervjuene	33
3.5	Analyse og bearbeiding	34
3.5.1	Transkribering	34
3.5.2	Tematisk analyse	35
3.6	Kvalitet	37
3.6.1	Validitet	38
3.6.2	Reliabilitet	40
3.6.3	Etiske refleksjoner	41
<b>4</b>	<b>Presentasjon av funn</b>	<b>43</b>
4.1	Informantenes opplevelse av høysensitive barn	43
4.1.1	Sensitivitet overfor stimuli	43
4.1.2	Emosjonelle kjennetegn	44

<b>4.2 Høysensitive barns behov i barnehagen</b> .....	<b>45</b>
4.2.1 Å skape forståelse i møte med inntrykk og stimuli .....	45
4.2.2 Å oppleve forutsigbarhet i hverdagen.....	47
4.2.3 Skjerming og fortolkning av leken.....	48
<b>4.3 Å tilrettelegge for et miljø som møter høysensitive barns behov i barnehagen</b> ...	<b>49</b>
4.3.1 Organisering og gruppeinndeling .....	49
4.3.2 Miljømessig innretning av rommene.....	50
4.3.3 Å anvende ulike verktøy for å skape en forutsigbar hverdag .....	51
4.3.4 Utfordringer og trygghet- en balanse.....	52
4.3.5 Strategier for å skape forståelse og trygghet i hverdagen.....	53
4.3.6 Å samarbeide med foreldre og andre fagpersoner .....	54
<b>4.4 Oppsummering av funn</b> .....	<b>57</b>
<b>5 Drøfting av funn</b> .....	<b>58</b>
<b>5.1 Informantenes opplevelse av sensitive barn</b> .....	<b>58</b>
5.1.1 Sensitivitet overfor miljøet- fordeler og utfordringer .....	58
5.1.2 Emosjonelle kjennetegn- empati og speiling .....	60
<b>5.2 Høysensitive barns behov i barnehagen</b> .....	<b>61</b>
5.2.1 Forståelse i møte med inntrykk - følelsesregulering og fortolkning .....	62
5.2.2 Å oppleve forutsigbarhet- betydningen av kommunikasjon og rutiner .....	63
5.2.3 Sensitive barn i møte med lek.....	64
<b>5.3 Å tilrettelegge for sensitive barns behov i barnehagen</b> .....	<b>65</b>
5.3.1 Organisering og gruppeinndeling .....	66
5.3.2 Miljømessig innretning av rommene.....	67
5.3.3 Verktøy for å skape forutsigbarhet .....	69
5.3.4 Komfortsonen- balanse mellom trygghet og utfordringer.....	70
5.3.5 Strategier for å skape forståelse og trygghet i hverdagen.....	72
5.3.6 Samarbeid med foreldre og andre fagpersoner .....	72
<b>6 Avslutning</b> .....	<b>76</b>
6.1 Oppsummering og konklusjoner .....	76
6.2 Avsluttende kommentarer og veien videre .....	78
<b>Litteraturliste</b> .....	<b>80</b>
<b>Vedlegg 1: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring</b> .....	<b>84</b>
<b>Vedlegg 2: Intervjuguide</b> .....	<b>86</b>
<b>Vedlegg 3: Tilbakemelding fra NSD</b> .....	<b>89</b>

# 1 Innledning

## 1.1 Bakgrunn og tema

Begrepet ”Sensory processing sensitivity”, også kalt ”høysensitivitet” på norsk, ble etablert av forskeren og psykoterapeuten Elaine Aron. Ifølge Aron og Aron (1997) referer begrepet til et personlighetstrekk, som inkluderer hele 15-20% av befolkningen. Interessen for temaet baserte seg på hennes egne erfaringer som høysensitiv, hvor hun både så likheter og forskjeller med atferdstrekket introversjon. Likevel fant hun ut at det var betydelige forskjeller, da 30% viste tegn på ekstroversjon. I tillegg ble beskrivelsen av introverte som mindre sosiale, ansett som en ufullstendig beskrivelse av personlighetstrekket som hun forsøkte å avdekke. Det var særlig egenskapen ”dyptgående bearbeidelse av inntrykk”, samt nervesystemets mottakelighet, som bidro som en ytterligere beskrivelse av personlighetstrekket. Aron og Aron (1997) anså derfor nødvendigheten av å etablere et nytt begrep, som i senere tid har blitt omtalt som ”høysensitivitet”.

Selv om personlighetstrekket har blitt etablert på grunnlag av forskning, er det flere fagpersoner som stiller seg kritisk til teorien om høysensitivitet. Journalist Mads Moltsen (2016) har intervjuet flere forskere som opplever fenomenet som upresist og forskningsmessig mangelfullt. En hovedtendens som går igjen blant de ulike forskerne er at de ikke benekter at det eksisterer personer som er mer sensitive enn andre, men likevel hevder de at en slik variasjon i personlighet ikke kan betraktes som en spesiell eller et veldefinert karaktertrekk. Samtidig forklarer forskerne at selvtestene er i overkant generelle, og at de ikke måler det de er ment å skulle måle. På denne måten hevder de at det heller ikke er hold for å kunne si at 20% av befolkningen er høysensitive. Likevel betrakter jeg teorien om høysensitivitet som interessant, da nyere forskning har dokumentert forholdet mellom høysensitivitet og kjennetegn som skiller seg ut fra andre (Acevedo, Aron, Aron, Sangster, Collins & Brown, 2014; Gerstenberg, 2012; Jagiellowicz, Xu, Aron, Cao, Feng, Weng, 2011). I denne sammenheng indikerer studier at sensitive personer har en høyere aktivitet i hjernen, i områder som vurderer sammensetninger og detaljer i sanseintrykk. I tillegg har det blitt målt en høyere aktivitet i speilnevronsystemet, som indikerer en særlig evne til å forstå og tilpasse seg andre. Stressnivået hos de høysensitive personene ble også målt som betraktelig høyere, i situasjoner der de skulle løse ulike oppgaver. Oppgavene ble derimot

utført mer detaljert og presist enn hos de andre deltagerne. Egenskapene som her har blitt dokumentert, sier noe om grunnlaget og forutsetningene for hvorfor mennesker reagerer forskjellig på både ytre og indre stimuli i hverdagen. Aron (2013) utdyper egenskapene ytterligere, ved å beskrive at det er nervesystemet som er mer mottakelig hos høysensitive mennesker. På denne måten både kjenner og føler de på lyder, lukter, tanker og smerte, i større grad enn andre. Forskjeller i nervesystemets mottakelighet, er stort sett arvelige, selv om miljøet kan anses å spille en betydelig rolle (Aron, 2013).

Ved å støtte meg til den aktuelle forskningen omkring høysensitivitet, samt mine erfaringer som pedagogisk leder i en barnehage, er det særlig de høysensitive barna som har vekket min interesse. Mangel på kurs og kunnskap, har ført til ytterligere nysgjerrighet om hvordan jeg og mine medarbeidere kunne ha tilrettelagt hverdagen for de høysensitive barna på en fordelaktig måte. Videre er det også denne nysgjerrigheten som har bidratt til valg av tematikk for denne studien. I praksis har jeg opplevd at miljøet ofte kan overvelde sensitive barn, og at de i møte med mange inntrykk kan uttrykke stress og intense reaksjoner. Opplevelsene stemmer også overens med Arons (2014) sine beskrivelser, hvor hun forklarer at sensitive barn kan bli hyppigere overstimulert av miljøet. I tillegg til disse likhetstrekkene, forklarer hun at barnets personlighet kan komme til uttrykk på varierte måter, da ulike erfaringer, oppvekstvilkår, og andre nedarvede trekk påvirker barnets atferd. Barnet kan være utadventt, tilbaketrukket, sjefete, krevende, eller svært tilpasningsdyktig. Det handler derfor om å møte barnets sensitivitet, men samtidig ta hensyn til barnas individuelle behov. Videre bør vurderinger om ytterligere tiltak tas hensyn til. I det følgende vil jeg derfor diskutere spesialpedagogikkens relevans opp mot den aktuelle tematikken.

## **1.2 Spesialpedagogisk relevans**

Pluess og Belsky (2009) hevder at sensitive barn er mer sårbare for belastende hendelser i livet. Dersom barnet opplever skilsmisse, mobbing, eller psykisk syke foreldre, blir det tydelig at barnets utfordringer blir mer uttalte enn hva man observerer hos andre barn som utsettes for den samme type motgang. Sensitivitet har derfor blitt ansett som en risikofaktor, som kan øke barnets sårbarhet i vanskelige situasjoner. I denne sammenheng kan det bli nødvendig å vurdere om hverdagen kan tilrettelegges ut i fra de ressursene som er tilgjengelig i barnehagen, eller om det blir nødvendig å henvende seg til en fagperson som har særlig kompetanse på det spesialpedagogiske feltet. Ifølge Sonne og Delskov (2015) kan en

spesialpedagog som har kompetanse og innsikt i barns atferd, bidra positivt for barn som opplever motgang eller belastende hendelser i livet. Det er også mulig å be om veiledning av personalgruppen, for å få ytterligere innsikt i hvilke strategier som kan anvendes i møte med sensitive barn og risikofaktorer. En ytterligere begrunnelse for hvorfor det er viktig å vurdere behovet for ekstra oppfølging, samt opparbeide seg innsikt i tematikken, kan begrunnes med Kunnskapsdepartementets (2011) presiseringer om barnehagens ansvarsområder. Her forklares det at barnehagen har et ansvar for å forebygge vansker, samt oppdage barn som har behov for individuell tilrettelegging. På denne måten er målet å skape et likeverdig tilbud, med utgangspunkt i barnets forutsetninger. Det fysiske miljøet trekkes også frem som betydningsfullt for å møte barnas individuelle behov. Jeg anser derfor oppgavens problemstilling som relevant, da det handler om å tilrettelegge hverdagen for å møte sensitive barns behov. Dersom behovet innebærer ekstra oppfølging, kan samarbeidet med en spesialpedagog betraktes som betydningsfullt for det pedagogiske arbeidet. Som tidligere nevnt, bør en slik vurdering basere seg på graden av utfordring som barnet stilles overfor i hverdagen.

Selv om barnet kan oppleve utfordringer i møte med belastende hendelser, er det viktig å påpeke at høysensitivitet ikke er en diagnose i seg selv. Sonne og Delskov (2015) hevder at mange foreldre ønsker en diagnose på sitt høysensitive barn, slik at det blir lettere å få hjelp fra det offentlige. Selv om ikke personlighetstrekket betraktes som en diagnose, kan det være sentralt å utelukke andre tilstander hos barnet. Ifølge August og August (2016) kan både introversjon, angst, stress, søvnproblemer eller fysiske lidelser, bidra til likhetstrekk i atferden. Sonne og Delskov (2015) trekker i denne sammenheng frem samarbeidet med andre fagpersoner, som kan utelukke eller bekrefte om det er høysensitivitet eller somatiske tilstander som er årsaken til at barnet opplever utfordringer i hverdagen. Dersom barnet uttrykker betydelige vansker, kan det også være aktuelt å kartlegge om barnet har en diagnose i tillegg til å være høysensitiv. August og August (2016) hevder at vurderingen av barnets atferd må ta hensyn til barnets helhetlige temperament, hvor andre personlighetstrekk også må inkluderes. Ulike faktorer må vurderes opp mot hverandre, og man må være forsiktig med å trekke forhastede slutninger. En tilstedeværende faktor, utelukker ikke nødvendigvis andre faktorer. Når faglige vurderinger, samt kunnskap om personlighetstrekket er tilstede, kan ulike strategier utformes og anvendes for å støtte barna i deres hverdag.

## 1.3 Formål og presentasjon av problemstilling

Den eksisterende forskningen og teorien som beskriver høysensitivitet, er i vitenskapelig sammenheng å betraktes som i ett relativt sett tidlig stadium, sammenlignet med nærliggende begreper som introversjon og ekstroversjon (Jung, 1971) og sjenanse (Kagen, 1994).

Forskningen har derfor i stor grad blitt sentrert rundt kjennetegn, karaktertrekk og definering av begrepet høysensitivitet. Mindre er det å finne på hvordan man tar vare på og tilrettelegger for de unike behovene som oppstår ved høysensitivitet, samt det pedagogiske arbeidet som utføres i barnehagen.

Kunnskapsdepartementet (2011) hevder at barnehagen er en institusjon hvor barnet tilbringer store deler av livet sitt, og anses som en betydningsfull arena for oppvekst og utvikling. Barn møter hverdagen i barnehagen med ulike forutsetninger, og det kreves derfor individuell tilrettelegging for å skape et likeverdig tilbud. I lys av dette ser jeg nødvendigheten av ytterligere kjennskap om høysensitive barn, slik at behovet for et likeverdig tilbud blir tilfredsstillt. For å belyse temaet vil jeg intervju fire barnehageansatte, med kunnskap og erfaring om sensitive barn. Formålet med studien er å belyse sensitive barns behov, samt hvordan det kan tilrettelegges for å møte disse behovene. Ved å ta utgangspunkt i barnehageansattes perspektiv, er det deres opplevelse og erfaringsgrunnlag, som blir utgangspunktet for det innsamlede datamaterialet. I tillegg er hensikten å bidra til bevissthet, gjenkjennelse og inspirasjon for andre pedagoger og ansatte i barnehagen. Følgende problemstilling har blitt formulert:

*Hvordan tilrettelegger fire barnehageansatte for høysensitive barns behov i barnehagen?*

## 1.4 Avgrensning

Som en grunnleggende forklaringsmodell av høysensitive barns egenskaper, har jeg valgt å anvende Aron (2014) sin forklaringsmodell "DOES". Jeg har valgt å ta i bruk denne teorien på grunnlag av hennes sentrale rolle som forsker og pioner innenfor høysensitivitet.

Forklaringsmodellen dokumenteres gjennom relevant forskning, som betraktes som godkjent av "Norsk Senter for Forskningsdata" sitt publiseringsverk.

Som en del av den overnevnte problemstillingen, blir begrepet "tilrettelegging" særlig relevant. Som beskrevet er forskningen fremdeles på et tidlig stadium, og omhandler i stor



grad avdekking og definering av tema. I en slik fase vil det være naturlig å tilnærme seg materialet på en utforskende måte. Jeg anser struktur, rutiner, samt hvordan de ansatte håndterer sensitive barns reaksjoner og atferd, som vesentlige. Begrepet favner i denne sammenheng både det pedagogiske, fysiske og psykiske aspektet ved organiseringen av sensitive barns hverdag. I vurderingen rundt ytterligere begrensning, veiet fordelen ved å gi informantene frihet i sin tolking av begrepet og helhetlige beskrivelse av sitt arbeid, tyngst. I kapittel 2.3 har jeg derfor valgt å inkludere de aspektene ved tilrettelegging, som informantene og teorien vektlegger i størst grad. Det vil også bli tydelig at de ulike strategiene som nevnes, kan ses i sammenheng med egenskapene som blir nevnt i DOES-modellen.

Med begrepet ”behov” ønsker jeg å belyse informantenes grunnlag for å kunne si noe om hvordan de tilrettelegger for sensitive barn i barnehagen. Imsen (2005) beskriver individets behov som en generell tendens, som oppstår på grunnlag av et samspill mellom ulike egenskaper, samt det miljøet som barnet ferdes i. På denne måten anser jeg høysensitivitet som en påvirkningsfaktor for hvilke behov som blir fremtredende. Likevel er jeg oppmerksom på at sensitive barn kan ha ulike behov, avhengig av det miljøet de befinner seg i, samt deres individuelle sammensatte egenskaper.

## **1.5 Oppgavens oppbygning**

For å belyse oppgavens problemstilling, har jeg i kapittel 2 gjort rede for personlighetstrekket høysensitivitet. I denne delen belyses bakgrunnen for hvordan begrepet har oppstått, samt sentrale egenskaper og behov hos høysensitive barn. Avslutningsvis presenteres både psykologiske, pedagogiske og fysiske aspekter, ved tilretteleggingen i barnehagen.

I kapittel 3 gjør jeg rede for studiens metodiske valg. I denne delen beskriver jeg hvordan undersøkelsen har blitt planlagt, utført, og analysert. I tillegg vurderes oppgavens validitet og reliabilitet, knyttet til sentrale beskriver som anvendes i kvalitative studier. Avslutningsvis beskrives etiske hensyn som betraktes som relevant for den aktuelle studien og dens formål.

I kapittel 4 blir resultatene fra undersøkelsen presentert, ved bruk av tematisk analyse. Funnene er organisert ved hjelp av meningsbærende kategorier og under- kategorier. Informantenes sentrale utsagn vil bli presentert både i sitatform, men også ved bruk av gjenfortelling.

Etter at funnene har blitt presentert og organisert, følger kapittel 5 hvor funn og teori knyttes opp mot hverandre, og drøftes med utgangspunkt i problemstillingen.

Avslutningsvis i kapittel 6, vil jeg trekke frem studiens hovedfunn, og deretter vurdere og presentere innspill til videre studier og forskning omkring temaet.

## 2 Teoretisk forankring

Personlighetstrekket høysensitivitet er et nytt fenomen innenfor forskningsfeltet, og jeg anser derfor en redegjørelse for begrepets opprinnelse som nødvendig. Beskrivelsene vil hovedsakelig basere seg på Aron (2013) som betraktes som en pioner sett i sammenheng med høysensitivitet. Jeg har også valgt å støtte meg til evolusjonsteori og personlighetsteori, for å skape ytterligere forståelse og innsikt i personlighetstrekket. I tillegg har jeg sett det som nødvendig å presentere kritiske bemerkninger fra fagpersoner, som omtaler ulike sider ved selvtestene som har blitt utviklet for å måle høysensitivitet. Dette har blitt gjort for å møte kritikken som har blitt omtalt fra fagfeltet. I tillegg kan bemerkningene indikere et behov for videre forskning omkring tematikken. Deretter presenteres teori og forskning som omhandler høysensitive barns kjennetegn og egenskaper, samt hvilke behov som kan bli fremtredende som en følge av disse. Avslutningsvis presenteres ulike strategier for hvordan tilretteleggingen i barnehagen kan utføres for å møte barnas behov i hverdagen. Inndelingen av teorikapittelet har blitt organisert, slik at de enkelte delene kan ses i lys av problemstillingen.

### 2.1 Høysensitivitet- et nytt begrep

Etter hvert som man setter seg inn i begrepet høysensitivitet, ser man raskt at Elaine Aron er et navn som hyppig gjentar seg i både litteraturen og i relevante forskningsartikler. Elaine Aron (2013) er både forsker, universitetsprofessor og psykoterapeut, samtidig som hun selv betegner seg som høysensitiv. Hennes interesse for å fordype seg og studere fenomenet, baserer seg på hennes egne opplevelser av å være høysensitiv. Jo mer hun studerte sine egne karaktertrekk, jo mer ønsket hun å finne lignende beskrivelser av personlighetstrekk i faglitteraturen. Aron (2004) forklarer at hun ble særlig interessert i begrepet i 1990, da hun nok en gang hørte en psykolog beskrive en pasient som hadde vansker, som ”highly sensitive”. Interessen førte til fordypning i temaet, men det var derimot lite faglitteratur og forskning på området. Hun mente likevel at hun så svært mange likhetstrekk med introversjon, og bestemte seg derfor for å gjøre et dypdykk i litteraturen som omfavnet begrepet. I likhet med andre personlighetsforskere ble evolusjonsteorien ansett som et grunnlag for å forstå hvor personlighetstrekket stammer fra.

### 2.1.1 Evolusjonsteori

I 1997 utførte Aron og Aron en studie som i større grad befester karaktertrekket høysensitivitet. Studien tar for seg arbeidet med å skille personlighetstrekket høysensitivitet fra andre personlighetstrekk. Det er særlig personlighetstrekket introvert og ekstrovert som har blitt en slags basis for arbeidet til Aron og Aron (1997). Begrepet introvert og ekstrovert kan kobles til studier langt tilbake i tid, som har dokumentert to ulike strategier som både mennesker og dyrearter tar i bruk som en overlevelsesstrategi. Wolf, Van Doorn og Weissing (2008) er en av flere som har studert de to ulike strategiene, og hevder at personlighetstrekkene kan gjenkjennes i over hundre ulike dyrearter. Forskjellene kommer til uttrykk gjennom ulike måter å reagere på miljøfaktorer. Den ene strategien handler om å vurdere situasjonen, forberede handlingen grundig, samt vurdere handlingen i etterkant. Denne egenskapen knytter Aron (2013) opp mot særlig sensitivitet. Den andre strategien innebærer effektivitet og spontanitet, hvor vurdering og refleksjon før handling blir tillagt mindre vekt. Her kan det nevnes flere forskere, som alle har brukt ulike betegnelser i sine studier om de to ulike strategiene. Jung (1971) bruker betegnelsene introverte og ekstroverte, mens Kagen (1994) kaller derimot begrepet for ”shyness”, og har utført sine studier på både voksne og barn. Higley og Suomi (1989) har hovedsakelig rettet sitt arbeid ved å knytte de to strategiene opp mot atferd i dyrearter. Et fellestrekk mellom de ulike forskerne på feltet, er at de alle hevder det er sterke bevis for at det kan skilles mellom to ulike strategier, som tas i bruk i møte med nye utfordringer eller situasjoner.

Aron (2014) argumenterer for fordelene ved å ha et stort mindretall som tenker før de handler. Det er særlig sammensetningen av de to ulike strategiene som får en positiv betydning i et fellesskap. Høysensitive personer kan oppdage potensielle farer, mens de ikke- høysensitive kan med sin effektivitet og spontanitet, ta seg av farene. Sensitive personer kan fungere som en slags veileder, ved å tenke på mulige konsekvenser og vurdere den beste strategien. Med sine ulike roller og strategier, arbeider personer og dyr med et høysensitivt og et ikke- høysensitivt personlighetstrekk best i fellesskap. Variasjoner i personlighet innenfor dyrearter og mennesker, ville ifølge Aron (2014) ikke eksistert dersom de ikke medførte fordeler i form av overlevelsesstrategier. Resultatene forsterker hennes påstand om at dette trekket ikke kan være en forstyrrelse eller ulempe, men heller betraktes som en fordel sett i lys av biologiens utvikling.

### **2.1.2 Etablering av personlighetstrekket høysensitivitet**

Med bakgrunn i en evolusjonsteoretisk forståelse av personlighetstrekk, utarbeidet Aron og Aron (1997) en studie hvor de som tidligere nevnt ønsket å avdekke forskjellene mellom særlig sensitivitet og introversjon. I denne sammenheng ble 40 personer intervjuet, hvor både egenerklærte høysensitive personer, samt ikke- høysensitive personer var inkludert.

Resultatene viste flere likhetstrekk med introversjon. Likevel var unntaket på hele 30%, som viste tegn på ekstroversjon. I tillegg opplevde de at beskrivelsene av det introverte personlighetstrekket ikke ga en fullstendig beskrivelse av personlighetstrekket som de forsøkte å avdekke. I denne sammenheng var det særlig beskrivelser av introverte personer som mindre sosiale, som bidro til ytterligere forskning. Gjennom de ulike intervjuene begynte Aron og Aron (1997) å forstå at forskjellene de forsøkte å avdekke kunne ligge i nervesystemets sensitivitet, samt en medfødt evne til grundig bearbeidelse av inntrykk. Det ble dermed ansett som nødvendig med et nytt begrep, som avdekker en personlighet som går på tvers av ekstroversjon og introversjon. Begrepet ”Høysensitivitet” som på engelsk blir kalt ”Sensory processing sensitivity” ble dermed etablert.

Selv om begrepet ”høysensitivitet” hovedsakelig har blitt etablert av Aron og Aron (1997), er det flere forskere som har omtalt personlighetstrekket under andre betegnelser. Ellis og Boyce (2008) anvender betegnelsen ”Biological sensitivity to context”, hvor høysensitivitet blir ansett som en av flere retninger innenfor miljøsensitivitet. I tillegg har Pluess og Belsky (2013) gjennom sine studier utviklet begrepet ”vantage sensitivity” som belyser individets fordeler ved å være særlig mottakelig overfor miljøet. Dersom personen eksponeres for positive opplevelser, vil mottakeligheten føre til at individet responderer på disse erfaringene i særlig stor grad. Chess og Thomas (1999) bruker betegnelsen ”low sensory threshold” og ”slow to warm up”, hvor de i likhet med sistnevnte trekker frem en særlig mottakelighet overfor stimuli. I tillegg blir nye inntrykk og situasjoner beskrevet som særlig utfordrende for disse barna, da de bruker lang tid på å tilpasse seg. Videre påpekes det at barna har et behov for å eksponeres over tid, slik at de blir trygg på situasjonen. Resultater fra Chess og Thomas (1999) sine studier, indikerer at 15% av barna falt inn under denne kategorien. Resultatene er interessante da de samsvarer med Aron og Aron (1997) sine studier, der 15-20% av befolkningen betraktes som sensitive.

### 2.1.3 Selvtester

På bakgrunn av studien som avdekket høysensitivitet som en egen personlighetstype, utformet Aron og Aron (1997) et standardisert spørreskjema. Anvendelsen av testen skal bidra til å indikere og kartlegge om personer er høysensitive. Testen skal utføres ved å svare nei eller ja på ulike spørsmål, og dersom du svarer ja på tolv eller flere av spørsmålene, er personen trolig høysensitiv. Aron (2014) har også utviklet et spørreskjema for barn, på grunnlag av en mengde intervjuer med foreldre. Spørsmålene er varierte, og omfatter alt fra å bli lett forskrekket, mislike klær som klør, bruke vanskelige ord for alderen, samt være oppmerksom på andres atferd og følelser. Aron (2014) hevder at testen må anvendes med et kritisk blikk, og påpeker at en slik test ikke kan betraktes som avgjørende for vurderingen av barns sensitivitet.

Ilse Sand (2016) er en av flere som stiller seg kritisk til spørreskjemaet som bli brukt for å avdekke høysensitivitet. Spørreskjemaet er basert på selvrapporing, hvor personens egne perspektiver eller forståelse av personlighetstrekket, blir sentralt for resultatet. Forfatteren stiller seg også kritisk til at deltagerne i Aron og Aron (1997) sin studie ikke har blitt observert, og at ikke familie og venner har fått muligheten til å si seg enig i resultatene som fremkom. Videre hevder hun at noen kan være raske til å hake av spørsmål som reflekterer positive trekk ved sin egen personlighet, mens andre kan trekke frem enkelte situasjoner hvor for eksempel deres empatievne har vært fremtredende. Det er likevel ikke sikkert at denne egenskapen definerer personen betraktelig i hverdagen. En slik selvrapporing kan dermed føre til ugyldige resultater (Sand, 2016).

Melby- Lærvåg (2017) stiller seg også kritisk til de ulike selvtestene som har blitt utviklet for å måle sensitivitet. Hun hevder at de ulike utsagnene, kan inkludere atferd hos alle barn, og at spørsmålene derfor er i overkant generelle. Aron (2014) hevder i likhet med Melby- Lærvåg (2017) at utsagn som ”å ikke like forandringer” samt ”være sensitiv for nye situasjoner”, kan være egenskaper som er tilstede hos alle barn. Likevel hevder hun at sensitive barns evne til å bearbeide inntrykk på et dypere plan, vil bidra til sterkere og hyppigere reaksjoner hos denne gruppen. I tillegg aktiveres en større del av områder i hjernen som bearbeider sanseinntrykk. Dette forklares ytterligere på bakgrunn av forskning i delkapittel 2.2.1.

Bruk av selvtester eller spørreskjemaer, kan ifølge August og August (2016) bidra til usikre konklusjoner. Begrunnelsen baserer seg hovedsakelig i at det ikke er utviklet normer for hvordan resultatene skal tolkes. Forfatterne trekker frem betydningen av å tolke resultatene i lys av observasjoner av barnets atferd, samt utvikle kunnskap og forståelse for tematikken. Det er særlig spørreskjemaet for barn, som trekkes frem som mindre presis i denne sammenheng. I fagfeltet jobbes det derfor med å utvikle systematiske metoder for hvordan man kan observere de ulike trekkene for denne aldersgruppen. I de kommende år vil det sannsynligvis bli utviklet mer presise målinger av særlig sensitivitet.

#### **2.1.4 Temperament og personlighetsteorier**

Med bakgrunn i en forståelse av høysensitivitet som et selvstendig personlighetstrekk, blir det videre i dette kapittelet gjort rede for hva et personlighetstrekk er, samt hvordan personlighetstrekk og temperament kommer til uttrykk hos barn. Det anses som relevant for å forstå hvordan gener og miljø spiller inn på barnets atferd.

Jan Strelau (1994) hevder at begrepet temperament refererer til grunnleggende og relativt stabile personlighetstrekk som har en fungerende funksjon overfor aspekter i atferd. Disse trekkene blir etablert tidlig i livet, og oppstår hos både mennesker og dyrearter. I tillegg kan temperament forandres ut i fra modning og faktorer i miljøet. Begrepet personlighet er derimot en bredere betegnelse, som inkluderer ikke bare temperament, men også andre fenomener som blant annet motivasjon, selvet, verdier og interesser. I det følgende vil jeg utdype begrepene ytterligere.

Larsen, Buss og Wismeijer (2013) definerer personlighet på følgende måte:

”Personality is the set of psychological traits and mechanisms within the individual that are organized and relatively enduring and that influence his or her interactions with, and adaptations to, the intrapsychic, physical, and social environments”(s.3). I denne definisjonen forklares personlighet som sett med psykologiske trekk og mekanismer i et menneske, og er i tillegg organiserte og tilstede over tid. Trekkene påvirker også hans eller hennes samspill og tilpasning til både det psykiske, fysiske og det sosiale miljøet. Videre forklarer Larsen et al (2013) at personlighetstrekk er karakteristikk som beskriver hvordan mennesker er forskjellige fra hverandre. En person som beskrives som sjenert, skiller seg ut fra personer som er mer utadvendte. Ulike personlighetstrekk kan også beskrive likheter mellom personer.

Individer som oppleves som sjenerte har likhetstrekk med hverandre, ved at de for eksempel er mer tilbøyelig for å oppleve angst i sosiale situasjoner. Et individs personlighet påvirker hvordan personen handler, samt hva slags syn man har på seg selv og på omverdenen. Grad av sosialisering, følelser, samt valg av miljø, avgjøres på bakgrunn av individets personlighetstrekk. På denne måten dannes det et grunnlag for hvordan mennesker former og lever livet sitt, samt hvilke mål og ønsker som personen setter seg (Larsen et al, 2013). På denne måten avgjør personligheten hvem man er som person, samt hvilke tendenser man uttrykker i ulike kontekster.

Det mest utbredte aspektet innenfor personlighetskarakteristikk av barn og spebarn, faller inn under kategorien ”temperament”. De fleste forskere er enige om at temperament kan beskrives som medfødte individuelle forskjeller, som trolig har sitt utspring fra genetiske årsaker (Larsen et al, 2013). Dette understrekes også av Rothbart og Darryberry referert i Rothbart (2011) som definerer temperament som et fenomen som er tilstede allerede fra fødselen av. Rothbart (2011) hevder at alle nyfødte har et bredt spekter av medfødte temperament. Strategien som omhandler ”å være sensitiv”, er en av disse trekkene.

Rothbart (2011) forklarer videre at begrepet temperament, refererer til en persons tendenser og kapasiteter, og er i tillegg sterkt avhengig av situasjonen og hva den innebærer. Trekkene som preger en persons temperament, kan dermed hevdes å ikke være tilstede kontinuerlig. Larsen et al (2013) hevder at tendenser kan forklares ved at spesifikke handlinger eller følelser oppstår hyppigere hos individer som kjennetegnes av et spesifikt trekk. Et angstfylt barn, kan oppleve frykt i møte med overraskende situasjoner, intens stimuli, eller i møter med personer som gir signaler for straff eller korrigerende avferd. Barnet kan være mer tilbøyelig for reaksjoner, samt oppleve høyere intensitet i uttrykkene. I tillegg kan barnet mangle evnen til selv- regulering. I denne sammenheng er det ikke snakk om en medfødt frykt, men heller om en frykt som oppstår på grunnlag av barnets medfødte sårbarhet eller temperament. Videre påpeker forfatteren at barnets forventninger, intensjoner og fysiske velbehag, kan gi utslag på barnets sårbarhet slik at reaksjonene blir mer intense (Rothbart, 2011).

## **2.2 Høysensitive barn- egenskaper og behov**

På grunnlag av overnevnte forklaringer og studier av hvordan personlighetstrekket har blitt avdekket, er det flere forskere og forfattere som har fattet interesse for de høysensitive barna.



I dette kapittelet vil jeg gå nærmere inn på oppgavens tema, som omhandler høysensitive barn i barnehagen. Jeg vil innledningsvis gjøre rede for hvem de høysensitive barna er, og hvordan de kan gjenkjennes i hverdagen. Deretter vil jeg beskrive sentrale kjennetegn, gjennom Elaine Aron sin forklaringsmodell- DOES. Avslutningsvis vil begrepet ”behov” beskrives nærmere, ved å knytte det opp mot høysensitivitet, men også individuelle forskjeller hos det enkelte barn.

Aron (2014) hevder at 50% av personligheten stammer fra medfødte temperamentsforskjeller, mens de resterende 50% skapes gjennom erfaringer og miljø. I likhet med Rothbart i delkapittel 2.1.4, hevder hun at ingen barn er født redde, sjenerte, negative, eller med et ønske om å unngå kontakt med andre. Reaksjonene og/eller egenskapene kan bedre forstås som en sårbarhet, som kommer lettere til uttrykk i møter med miljø og erfaringer. På denne måten kan høysensitivitet legge et grunnlag for hvordan barnet reagerer i møte med miljøet.

I barnehagen blir det ifølge Sonne og Delskov (2015) tydelig at de høysensitive barna har et nervesystem som fanger opp flere sanseinntrykk enn andre. I tillegg bearbeider barna inntrykkene grundig og mer nyansert, enn hva man kan observere hos ikke- høysensitive barn. Et resultat av sensitive barns personlighetstrekk er at de ofte oppfatter små detaljer, og forsøker å forstå sammenhenger i fenomener som oppleves i hverdagen. I en barnehagehverdag som består av mange inntrykk og høyt aktivitetsnivå, må kropp og hjerne aktiveres i større grad, for å redusere og skape struktur i de mange inntrykkene. Gjennom forståelse og sammenhenger, vil barna oppleve ro og trygghet. Det blir derfor viktig at barna utvikler gode strategier for å unngå overstimulering. Dette vil jeg utdype nærmere i følgende delkapittel.

### **2.2.1 DOES- egenskaper hos høysensitive barn**

Elaine Aron (2014) beskriver personlighetstrekket som en kombinasjon av fire egenskaper. Det påpekes at alle trekkene må være tilstede for at personlighetstrekket skal kunne omtales som høysensitivt. Ifølge August og August (2016) kan egenskapene ”overaktivering” samt ”sensitivitet for subtile stimuli” også være gjeldende hos barn med autismespekter forstyrrelser. I dette tilfellet vil egenskapene derimot være sterkere og mer særpreget. For denne gruppen vil heller ikke den samme utpregede empatien, stå like sentralt som hos de

høysensitive barna. Det er derfor viktig å se de fire egenskapene i sammenheng med hverandre, for å få en forståelse for hva et høysensitivt personlighetstrekk innebærer. Det vil også bli naturlig å trekke frem sensitive barns behov i barnehagehverdagen, sett i lys av egenskapene som beskrives. Jeg har valgt å gjøre rede for disse samlet, da jeg anser egenskaper og behov som nært knyttet opp mot hverandre. Egenskapene som blir gjort rede for i de følgende delkapitler, dokumenteres gjennom relevant forskning.

### **Dyptgående bearbeidelse av sanseinntrykk**

Høysensitive barn kjennetegnes blant annet for egenskapen ”dyptgående bearbeidelse av sanseinntrykk”. Dette innebærer at barna legger merke til små detaljer i omgivelsene, og har en særlig tilbøyelighet for å bearbeide eller reflektere over elementer og hendelser i miljøet. Egenskapen kan komme til uttrykk ved at barnet stiller dype spørsmål, bruker vanskelige ord for alderen, samt opplever utfordringer med å ta avgjørelser fordi valgene må vurderes grundig i forkant (Aron, 2014).

Nyere studier har dokumentert forholdet mellom høysensitivitet og egenskapen ”dybdebearbeidelse av sanseinntrykk”. Jeg anser studien til Jagiellowicz et al (2011) som særlig relevant for å belyse denne sammenhengen ytterligere. I studien deltok både høysensitive og ikke- høysensitive personer, hvor de skulle løse ulike visuelle oppgaver. To ulike fotografier ble presentert for deltagerne, hvor hensikten var å observere forskjeller på detaljnivå. I tillegg ble deltagerens hjerneaktivitet målt underveis i utførelsen. Hos de høysensitive deltagerne ble det oppdaget en særlig høy aktivering i hjernen, i de områdene som vurderer og registrerer sammensetninger og detaljer i sanseinntrykk. På denne måten fikk de en mer presis gjengivelse av detaljforskjellene i bildene.

På bakgrunn av studien ovenfor, blir forståelsen for hvordan hjernen virker inn når høysensitive barn oppfatter omgivelsene, tydelig. Det er snakk om en særlig høy aktivering i områder i hjernen som oppfatter stimuli. Barnas evne til å reflektere over inntrykk på et dypere nivå, kan føre til utfordringer med å finne seg til rette blant nye mennesker og nye situasjoner. Barnet bruker lang tid på å vurdere om situasjonen er trygg, og eventuelt hva den innebærer av konsekvenser. Likevel kan egenskapen komme til uttrykk på varierte måter, tilknyttet det enkelte barn og miljøet de befinner seg i (Aron, 2014).

I barnehagen vil sensitive barns evne til å reflektere dypt over situasjoner, komme til uttrykk gjennom daglige rutiner. Barnet kan oppleve stress i situasjoner hvor det er mange inntrykk å fordøye, og dette kan komme til uttrykk ved at barnet ikke mestrer en gitt oppgave.

Påkledning kan ta lang tid, dersom barnet blir distraheret av for mange inntrykk. Dersom barnet opplever å ikke mestre en oppgave, kan følelsen av nederlag bli særlig fremtredende. De ønsker å gjøre det riktig den første gangen, samtidig som de raskt forstår hva de ansatte ønsker fra dem. Forventningene og følelsen av å ikke mestre, kan føre til at langsomheten øker. Barnet kan dermed miste kontroll over situasjonen, og behovet for en tydelig voksenperson som kan veilede dem gjennom oppgaven, blir fremtredende. I situasjoner der påkledning, måltid og andre daglige rutiner skal utføres, kan barnet dermed få hjelp til å rette oppmerksomheten mot den konkrete oppgaven (August & August, 2016).

### **Overstimulering**

Når sansene anvendes for å oppleve noe i den fysiske verden, sendes milliarder av nerveceller, impulser og signaler til hverandre. Videre sendes også impulsene til musklene, slik at man kan reagere på inntrykk dersom det er nødvendig. Stimulering anses som betydningsfullt for individets opplevelse av verden. For sensitive barn kan inntrykkene oppleves som overveldende, og følelsen av å mangle et filter blir fremtredende. Barnet kan i denne sammenheng oppleve å bli overstimulert av omgivelsene (Thomsen, 2015).

Aron (2014) hevder at begrepet overstimulering er nært knyttet til høysensitive barns evne til å bearbeide sanseinntrykk på et dypere plan. Dype refleksjoner over det meste av hendelser og fenomener kan resultere i mental og fysisk utmattelse. Aron (2014) påpeker at alle barn kan bli utsatt for overstimulering fra tid til annen. Likevel ser man både hyppigere og sterkere reaksjoner hos de høysensitive barna. Høye lyder kan oppleves som smerte, klærne klør, småstein i skoen gjør vondt, og varme og kulde oppleves som svært ubehagelig. Det er med andre ord mange følelser som registreres og barnet bruker mye energi på å føle på, og reflektere over de mange inntrykkene. Overstimulering kan vise seg på ulike måter fra barn til barn, og kan blant annet innebære oppskakende sammenbrudd, problemer med å få barnet til å sove, samt intense reaksjoner på forandringer eller smerter. Ifølge Sonne og Delskov (2015) kan overstimulering også komme til uttrykk gjennom fysiske reaksjoner, som mange anser som uakseptable. Sparking, biting, kasting av møbler og verbalt ordbruk, kan være reaksjoner på overstimulering. I tillegg er det mange barn som uttrykker seg ved å trekke seg tilbake fra omgivelsene, og kan på denne måten oppfattes som sjenert eller introvert. Barnets

sammensatte personlighet, vil påvirke hvilke type reaksjoner som viser seg ved overstimulering.

Stress er også en faktor som kan bidra til overstimulering, og ifølge Aron (2014) er denne følelsen særlig fremtredende hos høysensitive barn som opplever overbelastende situasjoner. Den tyske forskeren Gerstenberg (2012) har utført en studie som dokumenterer sammenhengen mellom høysensitivitet og stress. Målet med studien var å avdekke hvordan personlighetstrekket virket inn på utførelsen av en visuell oppgave. Høysensitive og ikke-høysensitive personer deltok i testen, hvor begge skulle løse en oppgave der hensikten var oppdage en T i ulike posisjoner. Bokstaven ble gjemt mellom flere L-er på en dataskjerm. Stressnivået til deltagerne ble målt både før og etter deltagelsen. Resultatene indikerte at de høysensitive deltagerne både var raskere og mer nøyaktige, samtidig som stressnivået ble målt som betydelig høyere enn de andre deltagerne. Studien står i samsvar med egenskapene som beskriver det høysensitive personlighetstrekket. Evnen til å bearbeide sanseinntrykk, kan bidra til en særlig oppmerksomhet overfor detaljer og forandringer i miljøet (Aron, 2014), og denne egenskapen kan dermed knyttes til de høysensitive deltagernes effektivitet og nøyaktighet i den aktuelle oppgaven. Resultatene kan også relateres til Sonne og Delskov (2015) sin forklaring om at høysensitive personer har et nervesystem som blir påvirket i større grad av ytre og indre stimuli. Følelsen av stress og overveldelse i utfordrende oppgaver, blir derfor særlig fremtredende.

Haukedal (2014) hevder at overstimulering kan forklares gjennom begrepet toleransevindu eller komfortsone. Sonen illustrer ulike grenser for hva et menneske tåler av psykiske og fysiske påkjenninger. Høysensitive barn har en særlig tilbøyelighet for å havne utenfor denne sonen, da de beskrives som mer sårbare overfor påkjenninger i hverdagen. Innenfor toleransevinduet fungerer derimot barnet optimalt, og får full tilgang til sine ressurser og egenskaper. Opplevelsen av mange inntrykk, støy, uro og lite forutsigbarhet, kan derimot føre til overstimulering. I slike situasjoner kan barnet ha et behov for pauser og skjerming, slik at balanse og kontroll blir gjenopprettet. Samtidig kan barnet oppleve å kjede seg, dersom det er mangel på utfordringer og stimuli i hverdagen. Det handler derfor om å opprettholde en balanse mellom utfordringer og pauser, slik at barnet utvikler og tar i bruk sine egenskaper på en hensiktsmessig måte (Haukedal, 2014).

## **Empati og emosjonelle reaksjoner**

Følelsesmessige reaksjoner kan også ses i sammenheng med dybdebearbeidelse av sanserintrykk. Følelser kan virke styrende på hva barnet legger merke til, samt hva barnet husker. Emosjoner kan på denne måten betraktes som en motivasjonsfaktor som påvirker hvordan barn bearbeider inntrykk (Aron, 2014).

Sensitive barn beskrives som mer involvert i det som skjer rundt seg, og har dermed lettere for å observere og legge merke til detaljer i omgivelsene. I sosiale situasjoner viser ofte høysensitive barn innlevelsessevne, som kommer til uttrykk gjennom forståelse for andres handlinger og følelser. Barnas følelsesmessige mottakelighet kan vise seg på ulike måter. De kan gråte lett, forstå hva andre tenker og føler, opptre perfektionistisk, eller reagere sterkt på egne feiltrinn (Aron, 2014). Ifølge August og August (2016) vil sensitive barns emosjonelle mottakelighet, være en del av barnets personlighet. Det er derfor viktig at de ansatte ikke bagatelliserer barnets følelser, da det kan føre til en risiko for at barnet ikke forstår, aksepterer og regulerer den følsomheten som kjennetegner dem. Dersom barnets følelser blir avvist, kan det bidra til å redusere barnets evne til å mentalisere og reflektere. Dette kan bidra til en økt psykisk sårbarhet, da barnet kan betrakte seg selv som annerledes eller mislykket.

Høysensitive barns evne til å respondere sterkere på emosjonell stimuli, har blitt dokumentert gjennom ulike studier. Her anser jeg særlig Jagiellowicz, Aron, og Aron (2016) sin studie om forholdet mellom høysensitivitet og emosjonell reaktivitet, som relevant. I denne undersøkelsen tok forskerne i bruk ”International Affective Picture System” som er et standardisert sett av tusen bilder som har blitt vurdert som egnet for å fremprovosere sentrale emosjonelle følelser. Bildene var enten fremstilt som negative scener av forurensing, nøytrale bilder i form av en paraply, eller positive bilder i form av penger, smil eller ettertraktede biler. Resultatene viste at høysensitive personer reagerer sterkere enn andre, på både positive og negative fotografier. Likevel var det reaksjonene på de positive fotografiene som skilte seg markant ut, og særlig for de høysensitive deltagerne som opplevde at de hadde hatt en god barndom. Ifølge Fox, Zoukou, Ridgewell og Garner (2011) vil høysensitive personers emosjonelle oppmerksomhet overfor både negative og positive opplevelser, bidra til sårbarhet hos individer som befinner seg i negative miljøer. Men dersom det er en overflod eller en adekvat mengde av positiv emosjonell stimuli, vil deres emosjonelle oppmerksomhet kunne bidra til særlige fordeler. Dersom miljøet kjennetegnes av støtte og omsorg, vil det dermed bidra til at barnet får utnyttet sine egenskaper og ressurser på en hensiktsmessig måte.

I tillegg til sterke emosjonelle reaksjoner, blir høysensitive barns empati beskrevet som særlig fremtredende. Acevedo et al. (2014) har gjennom sin studie, dokumentert forholdet mellom høysensitivitet og respons overfor andres følelser. Både høysensitive og ikke- høysensitive personer deltok i denne studien. Deltagerne ble presentert for fotografier av ulike ansiktsuttrykk, der både fremmede personer og deltagerens partner var avbildet. Når fotografier som gjenga positive og negative uttrykk ble presentert, indikerte studien en sammenheng mellom de høysensitive deltagerne og en høyere aktivering i områder i hjernen som knyttes til oppmerksomhet og empati. Det var særlig fotografiene av deres romantiske partner, samt fotografiene som uttrykte positive følelser, som gjorde sterkest utslag hos de høysensitive deltagerne. Resultatene indikerte i tillegg en høyere aktivitet i speilnevronsyste­met. Dette viste seg særlig gjeldene når fotografier av mennesker de var glade i, samt fremmede mennesker med glade ansikter, ble presentert (Acevedo et al, 2014). Hjernens speilnevronsyste­m blir aktivert når man observerer og vurderer andres følelser og handlinger. Systemet bidrar deretter til å reagere som om vi skulle følt eller gjort det samme. På denne måten kan man forstå andre mennesker på et dypere plan. En høyere aktivering i speilnevronsyste­met, innebærer derfor at høysensitive barns empatievne blir særlig fremtredende (Aron, 2014).

August og August (2016) hevder at høysensitive barns empatievne kan vise seg på ulike måter, avhengig av miljøet barnet befinner seg i. Dersom barnet har en trygg tilknytning og god følelsesregulering, vil egenskapen uttrykkes gjennom positive handlinger og ansvarlighet. Når barnet befinner seg i utrygge omgivelser, kan derimot de intense følelsene bidra til overansvarlighet, handlingslammelse og i enkelte tilfeller stress og utmattelse. Ifølge Sonne og Delskov (2015) kan sensitive barn ofte bruke mye krefter på å passe på at andre har det bra. Dette kan føre til at egne følelser og behov blir forsømt. De ansatte i barnehagen bør derfor være observant på situasjoner der de opplever at barnet bruker for mye krefter på andre, og deretter hjelpe dem til å rette fokuset mot egne følelser og behov.

### **Sensitiv for Subtile stimuli**

Høysensitive barns sensitivitet overfor stimuli, er i likhet med de overnevnte punktene tilknyttet egenskapen barna har til å bearbeide sanseintrykk på et dypere nivå. De har en særlig evne til å peke ut hårfine nyanser av lyder, lukter og detaljer i omgivelsene. Sensitiviteten overfor subtile stimuli, fører ofte til at de høysensitive barna bemerker

endringer i folks utseende, endringer i miljøet, samt opplevelse av ubehag ved sterke eller udefinerte lukter. Egenskapen kan i mange situasjoner oppleves som en fordel, ved at de kan se mer i et kunstverk eller hører mer i et musikkstykke. Likevel kan nervesystemet bli overbelastet, ved at inntrykkene blir for mange. Den skarpe oppmerksomheten kan forsvinne i situasjoner der barnet blir overstimulert eller føler seg stresset eller sliten. Behovet for pauser og skjerming fra stimuli, blir i denne sammenheng fremtredende (Aron, 2014). De ansatte i barnehagen bør derfor være oppmerksom på hvordan høysensitive barn kan skjermes dersom det blir for mange inntrykk. Det handler om å være i forkant, slik at man unngår situasjoner der barnet blir overstimulert. Solbriller kan tas i bruk ved skarpt lys, hørselsvern kan anvendes i situasjoner der lydnivået blir for høyt, og voksne kan unngå å bruke sterk parfyme eller sterke rengjøringsmidler. Mange høysensitive barn opplever også sensitivitet i forhold til smakssansen. Det kan være en utfordring å smake på nye matvarer, hvor både smak og konsistens kan påvirke barnas sanseintrykk. Den taktile følsomheten blir også beskrevet som fremtredende, da huden er særlig fintfølende overfor stimuli. Plagg med sømmer, merkelapper og materialer av ull, kan føles ubehagelige mot kroppen. Dette kan resultere i utfordringer når barnet skal kle på seg. Det kan derfor være en fordel at de ansatte i barnehagen gjør seg kjent med hva som virker best for det enkelte barn, og at man forsøker å hjelpe barnet slik at den fysiske følsomheten plager barnet minst mulig (Sonne & Delskov, 2015).

Studien som jeg refererte til i underkapittelet ”overstimulering” målte forholdet mellom høysensitivitet og utførelsen av en visuell oppgave. Studien blir også relevant i tilknytning til egenskapen ”sensitiv for subtile stimuli”, da resultatene viste at de høysensitive deltagerne løste oppgaven både raskere og mer nøyaktig enn de andre deltagerne (Gerstenberg, 2012). Resultatene dokumenterer høysensitive personers evne til å oppfatte små detaljer i omgivelsene. Som nevnt tidligere er det bearbeidelsen av sanseintrykk og aktivering av hjernen, som bidrar til mottakelighet overfor det subtile. Overnevnte presentasjoner av studier som omfatter hjernen, anses derfor også som relevant for å belyse egenskapen ”sensitivitet overfor stimuli”.

### **2.2.2 Høysensitive barns behov**

Imsen (2005) beskriver menneskers behov som en generell tendens som kommer til uttrykk hos alle mennesker i ulike situasjoner. Det påpekes at alle har ulike grader av behov, og at

behovene kan fremtre avhengig av den gitte situasjonen. Behovene som opptrer hos ulike individer oppstår som følge av et samspill mellom ulike egenskaper i personen.

Personlighetstrekk trekkes frem som sentralt i denne sammenheng, hvor høysensitivitet kan betraktes som relevant. I tillegg til personens egenskaper, blir den ytre situasjonen en sentral påvirkningsfaktor for hva slags behov en person opplever. På denne måten vil miljøet sette begrensninger og bestemme vekstvilkårene for en person.

I likhet med Imsen (2005), hevder August og August (2016) at sensitive barns behov må knyttes til hvert enkelt individ, samt det miljøet de ferdes i. Høysensitive barn er forskjellige, da barna har andre karaktertrekk enn høysensitivitet. En barnehagehverdag som stimulerer et sensitivt barn positivt, vil ikke nødvendigvis stimulere et annet sensitivt barn i samme grad. Barnehageansatte må derfor inkludere barnets andre karaktertrekk, som gir en ytterligere beskrivelse av deres helhetlige personlighet. Den amerikanske barnepsykologen Kristal (2005) har i denne sammenheng utviklet et skjema, som inneholder en uformell oversikt over barnets ulike temperament. Det handler blant annet om forskjeller i aktivitetsnivå, intensitet i uttrykkene, tilpasningsevne, utholdenhet, konsentrasjon, samt barnets humør. Dersom barnet kjennetegnes av lavere utholdenhet, vil barnet sannsynligvis ha et behov for aktiviteter hvor det ikke krever at barnet skal sitte stille over en lengre periode. Oppgavene kan med fordel deles opp, og utføres i flere omganger. Aktive sensitive barn, kan oppleve et behov for mer stimulering og bevegelse. Tilbaketrukne sensitive barn, kan derimot oppleve et behov for pauser, slik at de mestrer stimulerende aktiviteter i barnehagehverdagen (August og August, 2016).

I tillegg til de ulike behovene som oppstår på grunnlag av sensitive barns ulike temperamentstrekk, vil man oppleve varierte behov knyttet til det miljøet barnet ferdes i (August og August, 2016; Imsen, 2005). Et likhetstrekk mellom sensitive barn, viser seg gjennom deres særlige mottakelighet overfor miljøet. Ifølge Ellis og Boyce (2008) kan denne egenskapen føre til fordeler i enkelte miljøer, mens det derimot kan føre til utfordringer i andre kontekster. På denne måten vil omgivelsene påvirke hvilke behov sensitive barn opplever i barnehagehverdagen. Dersom barnet blir møtt med omsorg og forståelse, kan barnet oppleve utvikling og trivsel i samme grad som andre. Likevel vil sensitive barn oppleve ulike vekstvilkår, på grunnlag av tidligere erfaringer og forhold i hjemmet. Graden av behov for støtte og omsorg, vil derfor kunne variere ut i fra den helhetlige konteksten barnet befinner seg i.



Som tidligere nevnt i delkapittel 2.2.1 vil sensitive barns evne til å bearbeide inntrykk grundig, kunne føre til et særlig behov for balanse mellom aktivitet, pause, og mindre stimulering. Behovene vil nødvendigvis ikke bare gagne det sensitive barnet, da barn med autisme, ADHD, samt barn som har opplevd tidlige traumer, ofte har lignende behov. På denne måten kan ikke et enkelt behov knyttes til en bestemt gruppe eller en eventuell diagnose, da de ulike strategiene som anvendes i barnehagen kan betraktes som en fordel for flere barn. En slik tankegang vil kunne bidra til at forskjellsbehandling ikke utelukkende betraktes som en fordel for sårbare barn, men også som et viktig bidrag for å møte de ulike atferdsmønstrene som observeres i barnegruppa (August og August, 2016). Valg av organisering og strategier som nevnes i det følgende kapittel, vil derfor kunne anvendes i arbeid med alle barn. Likevel påpekes det at sensitive barns mottakelighet overfor stimuli, vil kunne bidra til å tilfredsstille deres behov i særlig stor grad.

## **2.3 Tilrettelegging i barnehagen**

På bakgrunn av begrenset forskning og teori på området, er det hovedsakelig tre forfattere som har blitt anvendt for å beskrive ulike strategier som kan anvendes i barnehagehverdagen. August og August (2016) har basert sine beskrivelser fra eget arbeid som psykolog og psykoterapeut, Sonne og Delskov (2015) har erfaringer som psykolog og barnehagepedagog, og Aron (2014) har bakgrunn som forsker, professor og psykoterapeut. Beskrivelsene som blir trukket frem er basert på egne erfaringer fra yrkespraksis, hvor samtaler med fagpersoner, foreldre og sensitive barn, har blitt anvendt for å skape innsikt i det pedagogiske arbeidet i barnehagen. I tillegg baserer forfatterne beskrivelsene opp mot egenskapene som ble nærmere beskrevet og dokumentert i DOES- modellen, hvor det hovedsakelig handler om å møte disse egenskapene på en hensiktsmessig måte. I de følgende delkapitler vil jeg gå nærmere inn på de strategiene som teorien vektlegger i størst grad, i arbeidet med å møte sensitive barns behov i barnehagehverdagen.

### **2.3.1 Hverdagsaktiviteter og lek**

Som nevnt i kapittel 2.2.1 bearbeider sensitive barn inntrykk på et dypere nivå. Egenskapen fører ofte til at barna observerer leken over en lengre periode, samt vurderer konsekvensene av å delta. I denne sammenhengen trekkes miljøet frem som en sentral påvirkningsfaktor, og kan i stor grad avgjøre hvilke sider ved barnets temperament som blir fremtredende. Dersom

sensitive barns tilbaketrukkethet blir misforstått av de ansatte, kan barnet bli presset inn i situasjoner hvor det ikke er klar for å delta. En slik situasjon vil kunne føre til at barnet ikke har utviklet et indre ståsted eller et engasjement for leken. En konsekvens av dette, er at barnet overlater ansvaret for leken til de andre barna, og lar de bestemme hvordan leken skal foregå (August & August, 2016).

I barnehagen er det også viktig å vurdere sensitive barns ulike behov i lek og aktiviteter. Noen sensitive barn mestrer det sosiale samspillet på en adekvat måte, men trenger ofte hjelp til å sette ord på tanker og følelser. Andre kan oppleve det sosiale samspillet som utfordrende, og trenger mer støtte for å engasjere seg og utvikle sosial kompetanse. Dersom sensitive barns sosiale følsomhet ikke blir møtt og forstått, kan barnets sårbarhet bli fremtredende. I lys av dette kan barnet begynne å utvikle symptomer på stress. De ansatte i barnehagen bør derfor jobbe kontinuerlig med å regulere konflikter som oppstår i barnegruppen, samt bryte destruktive sosiale mønstre. Sensitive barns sosiale følsomhet kan bli direkte påvirket av konflikter i lek, samt bli indirekte påvirket av å observere konflikter som oppstår i barnegruppen. Å arbeide mot et helhetlig positivt miljø, vil derfor gagne sensitive barn i særlig stor grad (August & August, 2016).

Ifølge Sonne og Delskov (2015) bør de ansatte i barnehagen respektere sensitive barns behov for å leke alene, eller i mindre grupper. Tilretteleggingen bør derfor ta utgangspunkt i daglige gruppeinndelinger, slik at barnet får mulighet til å finne ro og konsentrasjon til å fordype seg i den valgte aktiviteten. I tillegg til organisering av mindre grupper, blir de fysiske rammene presisert som betydningsfulle for opplevelsen av konsentrasjon og skjerming fra inntrykk. I det følgende kapittel vil jeg gjøre rede for hvordan barnehagens arealer kan innredes og organiseres på en hensiktsmessig måte.

### **2.3.2 Rommets funksjon og innredning**

På bakgrunn av sensitive barns evne til å bearbeide sanseinntrykk på et dypere plan, vil barnet ha utfordringer med å skille ut stimuli fra omgivelsene. Nervesystemets mottakelighet vil kunne bidra til en særlig sensitivitet overfor overfylte, og uoversiktlige rom. For å redusere støy og inntrykk, kan det også være en fordel å møblere rommet enkelt. Leker og materialer kan organiseres i kasser og esker, og man kan unngå å ha en overflod av bilder og

pynt på veggene. I tillegg bør rommet bestå av støydempende materialer, slik at unødvendig støy blir redusert (Aron, 2014).

Sonne og Delskov (2015) hevder at mindre og oversiktlige avdelinger, skaper gode vilkår for sensitive barns behov i barnehagen. Barnehager hvor de ulike rommene har forskjellig funksjon, kan bidra til oversikt og kontroll for de sensitive barna. På denne måten vet de hva som skal skje i de ulike rommene. Skillevegger og reoler kan anvendes for å dele opp større rom, slik at barna kan trekke seg unna dersom det blir for mange inntrykk i hverdagen. Det bør også være muligheter for å forandre rommene ut i fra de ulike behovene som kartlegges i barnegruppen. I denne sammenheng kan det ifølge August og August (2016) være en fordel å opprette ”stillerom”, hvor det kun er lov til å lese, slappe av og høre på rolig musikk.

### **2.3.3 Balansen mellom å skjerme og utfordre sensitive barn**

I de overnevnte delkapitlene legges det vekt på å skjerme sensitive barn fra inntrykk, gjennom gruppeinndelinger og innredning av rom. Likevel hevder Belsky referert i August og August (2016) at sensitive barns må eksponeres for utfordringer i hverdagen, slik at de gradvis kan bli trygg på aktiviteter og situasjoner som oppstår. Barnehageansatte bør derfor gi barna krav, konstruktiv kritikk, og i blant ”dytte” barnet inn i situasjoner som kan oppleves som utfordrende. Det bør imidlertid tas hensyn til at utfordringene blir tilpasset det enkelte barn, da alle barn har ulike forutsetninger, og behov for tilrettelegging. August og August (2016) hevder i denne sammenheng at sensitive barn kan ta til seg irettesettelser på en negativ måte, da de ofte vurderer sine egne handlinger grundig. På denne måten kan de bli mer sårbare overfor tilbakemeldinger. Likevel hevder August og August (2016) at de ansatte ikke bør fjerne kravene til sensitive barn, men heller anvende verktøy slik at de mestrer oppgaver på en best mulig måte. Ved å opprettholde de kravene man har stilt til barnet, sender man et signal om at man tror de mestrer oppgaven. En kombinasjon mellom å være støttende og konsekvent, vil i denne sammenheng være en fordel. I tillegg bør hverdagen tilrettelegges slik at det blir en variasjon mellom pauser, rolige aktiviteter, samt aktiviteter med et høyere nivå av stimuli. På denne måten får barnet muligheten til å eksponeres for stimuli, samtidig som pauser og rolige aktiviteter bidrar til skjerming.

Sonne og Delskov (2015) legger vekt på at utfordringene må skje når barnet har overskudd til å lære. Det anses derimot som en utfordrende oppgave å skulle avveie hvilke situasjoner, og i

hvor stor grad barnet skal eksponeres. I denne sammenheng blir det viktig å kjenne det enkelte barn, og vurdere barnets forutsetninger for å mestring. Dersom barnet opplever nederlag og melder seg ut, bør de ansatte vurdere om situasjonen kunne vært tilrettelagt på en annen måte. Ifølge Aron (2014) er det særlig viktig at sensitive barn er uthvilte, friske og har fått i seg næring, slik at barnet er fysisk klar for forandringer eller utfordringer i hverdagen. Sensitive barn reagerer sterkere på fysiske plager, og kan lett bli distraheret dersom de er sultne, trøtte eller syke. Det blir derfor viktig å justere forventningene ut i fra barnets fysiske tilstand. Barnets humør blir også trukket frem som en sentral faktor å ta hensyn til. I denne sammenheng bør de ansatte vente til barnets humør er stabilt, eller bruke humor som et hjelpemiddel for å snu situasjonen.

Sonne og Delskov (2015) hevder i tillegg at forutsigbarhet og forklaringer, blir vesentlig for sensitive barn i møte med utfordringer i hverdagen. I det følgende kapittel, vil jeg utdype nærmere hvilke verktøy de ansatte kan ta i bruk for skape forutsigbarhet.

#### **2.3.4 Verktøy for å skape forutsigbarhet i hverdagen**

Behovet for forutsigbarhet i barnehagehverdagen, blir særlig betydningsfull i situasjoner der det oppstår nye situasjoner eller forandringer i rutiner. Det er derfor viktig å forberede barnet grundig i forkant, ved å presisere hvordan den aktuelle situasjonen eller aktiviteten skal foregå (August og August, 2016). I tillegg vil rutiner skape oversikt og trygghet for de sensitive barna. Rutinene bør gjentas hver dag, slik at barna vet hva som skal skje, samt hva som forventes av dem til enhver tid. Mangel på rutiner vil kunne føre til urolige barn, mens et miljø som preges av faste rutiner, vil kunne føre til trygghet og konsentrasjon (Sonne & Delskov, 2015).

I barnehagen kan de ansatte ta i bruk bilder eller piktogrammer for å skape forutsigbarhet og forståelse i en situasjon. Bildene kan illustrere overgangen fra A til B, ved å for eksempel anvende fotografier av de ulike plaggene som barnet skal ha på seg den aktuelle dagen. På denne måten kan man veilede barnet trinnvis gjennom hele påkledningsprosessen. Et piktogram kan også illustrere hvem som henter barnet denne dagen. Dersom det skjer endringer i programmet, er det viktig at dette formidles videre til barnet. På denne måten kan de ansatte unngå situasjoner hvor barnet føler at det mister kontroll (Sonne & Delskov, 2015).

### **2.3.5 Foreldresamarbeid**

I tillegg til punktene som har blitt presentert i overnevnte delkapitler, anses foreldresamarbeid som sentralt for å møte det enkelte barns behov i barnehagen. Sonne og Delskov (2015) trekker frem en anerkjennende grunnholdning som betydningsfullt for samarbeidet med foreldrene. Med dette mener forfatterne at de ansatte i barnehagen ikke må fremstå som ”de som vet best”, og at en slik holdning vil kunne føre til at de ansatte går glipp av viktig informasjon. Det blir derfor viktig å betrakte foreldrene som en viktig medspiller i samtalen. Dialogen blir tillagt særlig vekt, på en slik måte at både ansatte og foreldre får mulighet til å trekke frem sin forståelse og oppfatning av barnet. Barnehagepersonalet må likevel ikke undervurdere sin egen kompetanse, men åpne opp for at foreldrene besitter kunnskap som kan være like verdifull og relevant som den kunnskapen de selv sitter inne med. Ifølge Sonne og Delskov (2015) har som regel foreldrene kunnskap om sine egne barns styrker og utfordringer, og kan fortelle om egenskaper ved barnet som ikke er like fremtredende i barnehagen.

Ansatte i barnehagen har også en sentral oppgave i å trygge foreldre til sensitive barn, på at det ikke er noe galt med barnet deres. Sonne og Delskov (2015) har møtt flere foreldre som har stilt spørsmål omkring sin egen oppdragelsesmetode, samt undret seg over at deres barn har en annen atferd enn flertallet. Foreldrene har i denne sammenheng opplevd en stor lettelse, når de får kjennskap til høysensitivitet. På denne måten vet de at det ikke bare gjelder deres eget barn. I tillegg hevder August og August (2016) at kommunikasjonen med foreldrene, kan bidra til å fremme positiv utvikling i både barnehage og hjem.

## 3 Metode

”Å bruke en metode, av det greske *methodos*, betyr å følge en bestemt vei mot et mål.” (Johanessen, Tufte, & Christoffersen, 2010, s. 29) Det handler om hvordan vi skal gå frem for å få informasjon om den sosiale virkeligheten, og ikke minst hvordan den innsamlede informasjonen skal analyseres (Johanessen et al, 2010). Frem til nå har oppgavens teoriramme blitt belyst, gjennom teori som har til hensikt å bidra til forståelse og beskrivelser omkring det valgte temaet. Oppgavens problemstilling omhandler hvordan fire ansatte i barnehagen tilrettelegger hverdagen for å møte sensitive barns behov. Det blir derfor relevant å samle inn data fra praksisfeltet, slik at problemstillingen blir belyst tilstrekkelig. Videre i dette kapitlet vil metodiske valg og vitenskapsteoretisk grunnlag belyses og begrunnes, samt hvordan innsamlingen av datamaterialet har blitt utført. Jeg vil også gjøre rede for hvilken analysemetode jeg har tatt i bruk, og hvorfor jeg anser denne metoden som særlig relevant for organisering og tolkning av det innsamlede datamaterialet. Avslutningsvis vil jeg gjøre rede for og diskutere aspekter ved oppgavens kvalitet, hvor både validitet, reliabilitet og etiske vurderinger, blir sentralt.

### 3.1 Vitenskapsteoretisk grunnlag

Opgavens vitenskapsteoretiske forankring har betydning for hvilken type data det søkes om, samtidig som det danner et utgangspunkt for den forståelsen forskeren utvikler. Innenfor kvalitative metoder betegnes fortolkende teoretiske retninger som særlig betydningsfulle, hvor ulike paradigmer som vektlegger mening og betydning blir sentrale (Thagaard, 2013). I det følgende vil jeg presentere mitt valg av vitenskapsteoretisk ståsted, slik at det kommer tydelig frem hva slags perspektiver jeg støtter min forståelse på videre i oppgaven.

#### 3.1.1 Hermeneutisk tilnærming

Jeg har valgt hermeneutisk perspektiv som et vitenskapsteoretisk grunnlag for denne studien. I hermeneutikken legges det vekt på å fortolke menneskers handlinger, ved å utforske en dypere mening enn det som umiddelbart blir oppfattet. Tilnærmingen baserer seg på at fenomener kan tolkes på flere nivåer, og at det dermed ikke eksiterer en ”riktig” sannhet (Thagaard, 2013). For at forskeren skal få tak i en dyptliggende mening, må budskapet ses i lys av den sammenheng delen inngår i. Forståelsesprosessen kjennetegnes ved at det er en stadig bevegelse mellom helhet og del, forsker og tekst, og forskerens forforståelse.

Bevegelsene mellom de ulike elementene refereres til som ”den hermeneutiske sirkel”, og illustrerer hvordan tolkningen av fenomener kan og må begrunnes. På denne måten er hensikten å tydeliggjøre tolkningens gyldighet, ved å stadig begrunne fortolkninger opp mot andre fortolkninger. Tolking av tekstens helhet, må begrunnes ved å vise til tolkning av tekstens deler, og omvendt må tolkning av tekstens deler, begrunnes opp mot tolkning av tekstens helhet (Johanessen et al, 2010). En meningsfortolkning slutter når man har oppnådd en indre enhet i teksten, som er uten logiske motsigelser (Kvale & Brinkmann, 2015).

Jeg anser en hermeneutisk tilnærming som egnet for denne oppgaven, da jeg ønsker å skape logiske eller gyldige tolkninger av informantenes mening. Slik jeg forstår den hermeneutiske tankegangen, vil rene beskrivelser alene, kunne føre til at meningsaspektet går tapt. Thagaard (2013) hevder i denne sammenheng at forskeren må presentere fyldige beskrivelser, som inkluderer tolkninger av hva informanten kan ha ment med sitt utsagn. Ved å beskrive og tolke sammenhengene som delene i intervjuet er knyttet opp mot, er hensikten å se mer enn det som formidles der og da. Jeg anser særlig bearbeidingen av datamaterialet som betydningsfullt for tolkningsprosessen. Jeg vil senere gjøre rede for mitt valg av tematisk analyse, hvor det i korte trekk handler om å dele opp teksten i ulike kategorier. Thagaard (2013) hevder at tematisk analyse har blitt kritisert for å løsrive utsnitt fra teksten, slik at det passer inn i de ulike kategoriene. På denne måten kan tekstens utsnitt miste sin sammenheng. For å ivareta et helhetlig perspektiv, er det derfor viktig at informasjonen fra hver deltager eller situasjon, settes inn i den sammenheng som utsnittet av teksten er en del av.

### **3.1.2 Forforståelse**

Med en hermeneutisk tankegang som bakgrunn, blir det som nevnt viktig å se sammenhengen mellom egen forforståelse og tolkningen av datamaterialet. Forforståelse beskrives av Dalen (2011) som et viktig grunnlag for hvordan man forstår et fenomen, og innebærer meninger og oppfatninger som man har allerede før fenomenet studeres nærmere. I forkant av denne studien hadde jeg skaffet meg både kunnskap og erfaring om høysensitive barn, gjennom praktisk arbeid i barnehage. Jeg hadde også fordypet meg i relevant teori om personlighetstrekket, og hadde dermed en forforståelse for temaet. Ifølge Johanessen et al. (2010) vil forskerens forståelseshorisont kunne påvirke hva forskeren ønsker å forske på, samt hvordan observasjonene vektlegges og tolkes. Intervjuguiden blir sentral i denne sammenheng, da den illustrerer hvilke tema jeg anser som særlig betydningsfulle for denne

studien. Egne erfaringer og forskningsbasert kunnskap danner grunnlaget for undersøkelsens hovedpunkter.

Dalen (2011) påpeker betydningen av å ta i bruk for forståelsen på en slik måte at informantens opplevelser blir betydningsfulle. Jeg forsøkte derfor å unngå at min for forståelse skulle styre informantenes svar. I tillegg formulerte jeg åpne spørsmål som en innledning til hvert hovedtema, slik at informantene fikk muligheten til å beskrive fenomenet med egne ord. På denne måten var jeg åpen for at nye aspekter kunne fremkomme under intervjuene, og at oppgavens teoriramme kunne bli justert på bakgrunn av det innsamlede datamaterialet.

Gjennom fordypelse i teori og studier omkring høysensitivitet, ble det tydelig at mange forskere og forfattere som skriver om personlighetstrekket, selv opplever seg som høysensitive. Jeg inntar dermed et utenifra perspektiv, hvor jeg selv ikke har opplevd de erfaringene og opplevelsene som kommer frem gjennom intervjuene. I enkelte tilfeller kan det være lettere å forstå meningen i det som formidles, dersom man inntar et avstandsperspektiv til selve opplevelsen. Likevel krever det sensitivitet fra forskeren, på en slik måte at man forstår hva opplevelsen handler om og betyr for andre (Fay, 1996). En slik sensitivitet har jeg forsøkt å opparbeide meg gjennom fordypning i teori, samtidig som jeg har tatt i bruk min for forståelse fra erfaringer fra tidligere arbeid med sensitive barn.

## **3.2 Kvalitativ metode**

Kvalitativ metode har som mål å utvikle forståelse for fenomener som er knyttet til personer og situasjoner i deres sosiale virkelighet (Dalen, 2011). Oppgavens problemstilling omhandler hvordan fire ansatte i barnehagen tilrettelegger hverdagen for høysensitive barns behov. For å svare på denne problemstillingen ville det derimot ikke være tilstrekkelig med en ren beskrivelse av de opplevde forholdene. Det blir også sentralt med fyldige beskrivelser og begrunnelser, for å danne en dyptgående forståelse for hvordan og hvorfor det tilrettelegges slik det gjør i barnehagene. Opplevelser, tolkninger og ikke minst erfaring, blir vesentlig for å forstå hvilke behov informantene opplever at de høysensitive barna har.

Ifølge Creswell (2013) brukes kvalitativ forskning når det trengs en kompleks, detaljert forståelse for et problem. En slik detaljert forståelse kan bare dannes ved å snakke direkte



med mennesker. Ved å oppsøke mennesker og tillate dem å fortelle åpent om sine opplevelser og erfaringer, kan man få dypere innsikt i deres virkelighet. Kvantitativ metode har også blitt vurdert som en mulig metode for å besvare problemstillingen, men ifølge Creswell (2013) vil en slik tilnærming føre til at unike aspekter ved informantenes utsagn, blir utelatt. Jeg ville dermed ikke fått den samme dybdeforståelsen for temaet. Jeg anså derfor kvalitativ metode som mest egnet, for å inkludere de mange aspektene som fremkom gjennom undersøkelsen. Fleksibiliteten som kjennetegner kvalitativ forskning, fører til muligheter til å improvisere og tilpasse underveis. På denne måten kan man i motsetning til kvantitative tilnærminger, fange opp det som er uventet og særpreget ved en situasjon (Befring, 2007). Informantenes varierte erfarings- og verdigrunnlag, vil skape ulike forutsetninger for hva slags informasjon som innhentes fra det enkelte intervju. Jeg ønsket derfor å gi rom for ulike perspektiver og oppfatninger, og anså semistrukturert intervju som en egnet metode for å fange opp de ulike aspektene. I det følgende kapittel vil jeg gjøre rede for denne intervjuformen ytterligere.

### **3.2.1 Semistrukturert intervju**

Jeg har valgt å samle inn data til undersøkelsen gjennom intervju som metode. ”Formålet med et kvalitativt intervju er å få fylldig og omfattende informasjon om hvordan mennesker opplever sin livssituasjon, og hvilke synspunkter og perspektiver de har på temaer som blir tatt opp i intervjusituasjonen” (Thagaard, 2013). Valg av intervju som metode, samsvarer dermed med den kvalitative tilnærmingens formål, hvor hensikten er å samle inn dybdeinformasjon fra deltagerens opplevelse og erfaringer.

Videre har jeg valgt å ta i bruk semistrukturert intervju. Intervjuformen kjennetegnes ved at man har en overordnet intervjuguide som utgangspunkt for intervjuet. Spørsmålene, temaene og rekkefølgen kan derimot varieres underveis. Forskeren kan på denne måten bevege seg frem og tilbake i intervjuguiden (Johanessen et al, 2010). Hensikten med å ta i bruk en slik intervjuform, var at jeg ønsket å følge opp informantenes fortellinger og beskrivelser underveis. Dette hadde derimot ikke vært mulig om jeg hadde anvendt et strukturert intervju, der både temaer, spørsmål og rekkefølge er fastlagt på forhånd. Intervjuet hadde i større grad vært preget av begrensninger, hvor spørsmålene ikke kan tilpasses den enkelte informant (Johanessen et al, 2010). Hensikten med å ta i bruk semistrukturert intervju, ble derfor å samle inn nyanserte og varierte oppfatninger omkring temaet. Dette ble gjort ved å stille

oppfølgingsspørsmål som var tilpasset den enkelte informants utsagn. I tillegg ble rekkefølgen av spørsmålene tilpasset det enkelte intervju, på grunnlag av samtalens forløp.

I intervjuer som preges av en løsere struktur, blir interaksjonen ifølge Thagaard (2013) særlig betydningsfull for resultatet. Det krever en forsker som er fleksibel, og som har evnen til å følge opp informantens utsagn. Som intervjuer var jeg derfor bevisst på å ha en lyttende og bekreftende holdning, slik at informanten skulle føle seg trygg på å dele sine opplevelser. En lyttende holdning ble også avgjørende for å kunne stille relevante oppfølgingsspørsmål, og dermed få muligheten til å belyse informantens perspektiver ytterligere.

### **3.3 Forberedelser til datainnsamling**

#### **3.3.1 Utvalg**

I kvalitativ forskning er det ingen fastsatte regler som tilsier hvor mange informanter man skal ta i bruk i studien. Det krever derimot en avveining mellom dybde og bredde (Gall, Gall, & Borg, 2007). På grunnlag av oppgavens omfang og tidsperspektiv, ønsket jeg å søke etter fire informanter til studien. På denne måten var hensikten å samle inn variert informasjon, samtidig som jeg fikk muligheten til å gå i dybden på materialet som ble samlet inn.

Utvalgsriterier for valg av informanter ble utformet med oppgavens formål som utgangspunkt. Jeg ønsket å se nærmere på hvordan fire ansatte i barnehagen tilrettelegger hverdagen for høysensitive barns behov, og det ble derfor naturlig å intervju ansatte med erfaring på området. I utgangspunktet var et av mine kriterier at informantene måtte være pedagoger i barnehage. Dette kriteriet ble imidlertid justert etter hvert som jeg gjorde vurderinger om hvem som kunne svare best mulig på spørsmålene i intervjuguiden. Jeg tok dermed i bruk strategisk utvelgning, som ifølge Thagaard (2013) handler om å velge informanter med egenskaper og kvalifikasjoner som er strategiske for oppgavens problemstilling. Kunnskap om høysensitivitet er ikke nødvendigvis et tema som er integrert i pedagogutdannelsen eller barnehageutdannelsen, men heller et tema som man kan utvikle kunnskap om gjennom erfaring. Kurs, faglig oppdatering gjennom teori, samt erfaring med høysensitive barn i barnehagen, utgjør et viktig kunnskapsgrunnlag omkring det gjeldende temaet. Oppsummert ble kriteriene for utvalg som følger:

- Over fem års praksiserfaring fra barnehage
- Erfaring med høysensitive barn i barnehagen

- Kunnskap om høysensitive barn
- Helst pedagogutdannelse (men ikke et krav)

### **3.3.2 Rekruttering av informanter og endelig utvalg**

På grunnlag av overnevnte kriterier, bestemte jeg meg for å kontakte ulike foreninger og nettsider som har kunnskap og kontakter i feltet som berører temaet. Gjennom samtaler med relevante fagpersoner, ble jeg satt i direkte kontakt med en barnehage som jobbet omfattende med temaet. Jeg fikk raskt svar om at de var villige til å stille opp med to informanter. I tillegg ble jeg satt i kontakt med en barnehagelærer som jobbet i pedagogisk team, og som hadde særlig kompetanse på temaet høysensitive barn. Jeg fikk også muligheten til å legge ut en forespørsel på deres facebook-side, som bidro til at jeg fikk samlet inn den siste informanten. Alle informantene har over 10 års erfaring fra arbeid med barn, og uttrykte både interesse og engasjement for de høysensitive barna.

**Informant 1:** Informanten har barnehagelærerutdannelse som bakgrunn, og har lang erfaring fra arbeid i barnehage. De siste årene har informanten jobbet i pedagogisk team, og jobber med veiledning og observasjon ut mot barnehagene. Informanten har særlig kompetanse om temaet ”høysensitive barn”, og jobber kontinuerlig med å tilrettelegge hverdagen til barna på en best mulig måte.

**Informant 2:** Informanten er utdannet barnepleier, men har mest erfaring fra arbeid i barnehage. Informanten er fast ansatt i barnehagen, og fungerer nå som en ekstra ressurs for barn med spesielle behov. Hun har også hovedansvaret for temaet ”høysensitivitet”, og har i samarbeid med styrer og andre fagpersoner, ansvaret for den faglige oppdateringen og oppfølgingen omkring det gjeldende temaet.

**Informant 3:** Informanten har varierte utdannelser, som blant annet innebærer ulike terapeutiske retninger. Informanten har i tillegg en pedagogisk utdannelse, som berører både skole, og institusjoner med vanskeligstilte mennesker. Han har vært ansatt i pedagogisk fagsenter, hvor han har møtt barn med ulike typer temperament. Informanten har en nåværende stilling som daglig leder i samme barnehage som informant 3.

**Informant 4:** Informanten jobber som pedagogisk leder i en barnehage, og har barnehagelærerutdanning som bakgrunn. Hun har i tillegg tatt fordypning i spesialpedagogikk avdeling 2, og videreutdanning innen psykiske lidelser, IKT og ledelse. Gjennom praktisk erfaring har informanten opparbeidet seg en særlig interesse for barn med ulike vansker, hvor blant annet tilrettelegging for høysensitive barn, har blitt en sentral del av hverdagen.

### 3.3.3 Intervjuguide

I forkant av intervjuene utarbeidet jeg en intervjuguide basert på studiens arbeidstittel og problemstilling. Ifølge Dalen (2011) skal intervjuguiden dekke de viktigste områdene som studien skal belyse. I prosessen med å utarbeide intervjuguiden var jeg derfor påpasselig med å sikre spørsmålenes relevans, ved å kontinuerlig stille meg kritisk til om de var relatert til oppgavens problemstilling. Prosessen viste seg å være arbeidskrevende ved at spørsmålene stadig måtte omformuleres og tilpasses.

Etter hvert i prosessen utviklet jeg tre hovedtemaer som jeg anså som relevant for besvarelsen av oppgaven; Erfaring og forståelse av fenomenet, sensitive barns behov, samt tilrettelegging. Intervjuguiden ble utarbeidet i tråd med Dalen (2011) sitt traktprinsipp, som handler om å starte med spørsmål som får informanten til å føle seg komfortabel. De innledende spørsmålene trenger nødvendigvis ikke å svare direkte på oppgavens mest sentrale temaer. ”Erfaring” ble derfor et egnet tema for de innledende spørsmålene, hvor informantene fikk mulighet til å svare på spørsmål knyttet til sin utdanningsbakgrunn og kunnskap om høysensitive barn.

Deretter rettet jeg spørsmålene mer mot de sentrale temaene, som omhandlet behov og tilrettelegging. Her ble det viktig å formulere spørsmål som innebar informantens opplevelse av høysensitive barns behov i barnehagen. I denne sammenheng stilte jeg spørsmål som omhandler de ansattes væremåte, barnehagens struktur, samt barnas følelsesmessige behov. I tilknytning til temaet tilrettelegging, formulerte jeg spørsmål som tok utgangspunkt i teori omkring temaet, hvor jeg deretter ba informantene å beskrive hvordan de jobbet med dette i barnehagen. Dalen (2011) hevder at det å vise til konkrete forskningsresultater og deretter be informantene om å uttale seg i forhold til dem, kan være en god metode for å få tak i informantenes mening. Overstimulering, grad av støtte og veiledning, samt rutiner, ble sentrale momenter i denne delen av intervjuguiden. Til slutt bør trakten ifølge Dalen (2011)

åpne opp for de mer generelle forholdene. Avslutningsvis spurte jeg derfor informantene om det var noe de ønsket å tilføye om tematikken.

### **3.3.4 Prøveintervju**

Ifølge Dalen (2011) kan et prøveintervju bidra til bevissthet omkring egen væremåte i intervjusituasjonen, samt gi tilbakemeldinger om hvordan spørsmålene er formulert. Målet var å øve på min rolle som intervjuer, og teste ut spørsmålene i intervjuguiden. Spørsmålene skulle være forståelige ved første opplesning, og det skulle være tydelig hva jeg ønsket å få svar på av informanten. Til prøveintervjuet valgte jeg en pedagog jeg selv har jobbet med, som jeg visste hadde erfaring med høysensitive barn i barnehagen.

Dalen (2011) hevder at prøveintervjuet ofte kan føre til en omredigering av intervjuguiden, da det kan dukke opp nye temaer som man ikke har tenkt over i forkant. Under prøveintervjuet beskrev informanten flere ganger viktigheten av foreldresamarbeid ved tilretteleggingen av barnas behov. På bakgrunn av dette inkluderte jeg foreldresamarbeid som et eget spørsmål i den endelige intervjuguiden. Kvale og Brinkmann (2015) redegjør for ulike responsteknikker fra intervjueren for å få informanten til å utdype svaret eller tenke over svaret sitt ytterligere. Denne teknikken var jeg bevisst på under prøveintervjuet, og informanten uttrykte at hun syntes dette var positivt. I etterkant lyttet jeg på opptaket fra intervjuet, og la merke til at gjentakelsene enkelte ganger var preget av fortolkning. Jeg bearbeidet derfor teknikken til de endelige intervjuene ved å fokusere på kun å gjenta ord og begreper, uten å legge til mer enn informanten selv hadde opprinnelig svart.

## **3.4 Datainnsamling**

### **3.4.1 Gjennomføring av intervjuene**

Når forberedelsene til intervjuene var gjennomført, tok jeg fatt på selve intervjuprosessen. Jeg intervjuet fire ansatte i barnehager som planlagt, og intervjuene tok alt fra 45 minutter til 1 time og 5 minutter. Det første intervjuet foregikk på kontoret til informanten, hvor jeg opplevde ro og stillhet til å utføre intervjuet. Det andre og tredje intervjuet foregikk på et pauserom og på et kontor i samme barnehage. Det siste intervjuet foregikk hjemme hos informanten, der vi kunne sitte uforstyrret i hennes stue. Intervjusituasjoner hvor forskeren oppsøker informantene på deres arbeidssted eller boplass, kalles ifølge Befring (2007) for et oppsøkende intervju. Valg av sted for intervjuene, bidro til at samtalene fant sted under rolige

og konsentrerte forhold. Lydopptakene har i etterkant vist seg å være av god kvalitet, uten bakgrunnsstøy.

I etterkant har jeg sett betydningen av å utføre intervjuene ansikt til ansikt, da jeg fikk muligheten til å observere og delta i en samtale hvor kroppsspråket var en del av kommunikasjonen. Kvale og Brinkmann (2015) beskriver ”ansikt til ansikt- intervjuer” som en mulighet for fysisk tilstedeværelse, hvor begge parter får adgang til ikke- språklige informasjon i form av gester og ansiktsuttrykk. Telefonintervju ble vurdert i ett tilfelle hvor reisestrekningen til informantens bosted var lang. Etter nøye avveininger valgte jeg likevel å sette av tid til å reise dit informanten hadde bosted. Under utførelsene av intervjuene gikk vi raskt inn i en dialog hvor kroppsspråket ble en del av dialogen. Jeg la også merke til at mine observasjoner av informantens tenkepauser og/eller usikkerhet, virket styrende på når og hvordan jeg stilte oppfølgingsspørsmål. Dalen (2011) hevder at forskeren må ha evnen til å lytte og vise interesse, samtidig som det er viktig å vise anerkjennelse, både ved måten det spørres og lyttes på. Dersom forskeren skal fremstille seg selv på denne måten, er det avgjørende at det forsterkes gjennom blick og kroppsspråk.

Jeg opplevde at intervjuguiden la til rette for at informantene kunne snakke åpent om sine erfaringer og opplevelser. I tillegg anså jeg at valget om å anvende semistrukturert intervju, bidro til gode samtaler med informantene. Jeg erfarte at de åpne spørsmålene som jeg stilte innledningsvis til hvert tema, motiverte informantene til å dele sine erfaringer. Samtidig opplevde jeg at de mer spesifikke og konkrete spørsmålene, bidro til at intervjuet fikk en struktur. På denne måten fikk jeg svar på spørsmål som jeg ønsket å få svar på, samtidig som det dukket opp nye aspekter som jeg ikke hadde tenkt på i forkant.

## **3.5 Analyse og bearbeiding**

### **3.5.1 Transkribering**

”Å transkribere betyr å transformere, skifte fra en form til en annen”(Kvale & Brinkmann, s. 205) Videre beskrives det som en oversettelse fra talespråk til skriftspråk.

Transkriberingsprosessen kan skape praktiske problemer, ved at det er en vesentlig forskjell mellom talespråk og skrevne tekster. Den fysiske tilstedeværelsen hvor man har mulighet til å lese kroppsspråk og lytte til informantens intonasjon, blir noe abstrahert når det skal transkriberes til skriftlig form (Kvale & Brinkmann, 2015). Under transkripsjons- prosessen

ble dette tydelig, da enkelte utsagn ikke ble like fengende eller velformulerte når det ble omgjort til skriftspråk. Gjentakelser og pauser bidro til at det skriftlige produktet ble lite sammenhengende. I intervjukonteksten ble derimot de samme ordene en naturlig del av den muntlige samtalen, da de skapte muligheter for refleksjon, underbyggelse av meninger gjennom intonasjon, samt rom for innspill fra kroppsspråket.

Direkte etter at jeg hadde utført intervjuene med informantene, begynte jeg selve transkripsjonsprosessen. Jeg skrev også en loggbok, slik at jeg skulle huske detaljer og observasjoner som ble gjort under intervjuet og i transkripsjonsprosessen. Under transkripsjonene ble det viktig for meg å skrive notater der sitatene skilte seg ut med for eksempel skifte av stemmeleie, latter og imitasjoner. Jeg forsøkte å transkribere informanten ordrett, slik at alle ord og uttrykk ble beholdt i sin opprinnelige form. Uttrykk som ”ehh” og ”øhh”, samt enkelte ”ja” og ”mhm” ble derimot betraktet som overflødig og forstyrrende når det muntlige språket skulle transformeres til tekstform. I tilfeller der ordene bidro til avbrytelser i tekstens sammenheng, valgte jeg å fjerne disse ordene. Jeg har også valgt å transkribere opptaket slik at teksten ble oversatt til norsk bokmålsform, der dette var nødvendig. Dette er et valg jeg har gjort for at teksten skulle bli mest mulig forståelig for etterarbeidet.

Dalen (2011) hevder at transkripsjonsprosessen gir forskeren en unik mulighet til å bli kjent med materialet. Etter hvert intervju, brukte jeg også transkripsjonsprosessen til å vurdere min egen rolle som intervjuer. Jeg la merke til hva som var bra, og hva jeg kunne forbedre til neste intervju. Jeg opplevde at min rolle som intervjuer stadig ble forbedret etter hvert som jeg fikk mer erfaring.

### **3.5.2 Tematisk analyse**

Etter at intervjuene var utført, og opptakene var transkribert, satt jeg igjen med en stor mengde ustrukturert datamateriale. For at materialet skulle bli håndterlig og forståelig, ble det derfor nødvendig å analysere og organisere innholdet. Ifølge Johanessen et al. (2010) betyr ”analyse”, å dele opp noe i biter eller elementer. Det som undersøkes er satt sammen av enkelte bestanddeler, og hensikten er å avdekke et budskap eller en mening. På denne måten finner man ulike mønstre og sammenhenger i datamaterialet.

Videre har jeg valgt å benytte meg av tematisk analyse. Analysemetoden kjennetegnes ifølge Thagaard (2013) ved at det fokuseres på dyptgående forståelse for hvert tema. Alle deltagernes perspektiver og utsagn omkring det gjeldende temaet, vil være av betydning for en utfyllende forståelse. Betydningen av klassifisering påpekes som særlig viktig, slik at man kan analysere temaer på tvers av materialet. Selv om teksten deles opp og løsrives fra sin opprinnelige sammenheng, er det viktig at forskeren ivaretar et helhetlig perspektiv. Som nevnt i delkapittel 3.1.1 har jeg valgt en Hermeneutisk forståelsesmodell, som krever en stadig bevegelse mellom datamaterialets deler og helhet. I sammenheng med en slik forståelse, ble hvert enkelt utsagn vurdert opp mot intervjuet som en helhet. I tillegg ble intervjuets helhet vurdert opp mot de enkelte utsagnene. I analyseprosessen har jeg derfor vært bevisst på å stadig vende tilbake til transkripsjonene, slik at informantenes utsagn ble vurdert opp mot sammenhengen sitatene fremkom i. Jeg har valgt å basere meg på de ulike fasene som Braun og Clarke (2008) presenterer i sin artikkel om tematisk analyse, og vil videre gjøre rede for denne prosessen ytterligere.

I første del av analyseprosessen bør forskeren ifølge Braun og Clarke (2008) lese nøye gjennom transkripsjonene. I denne fasen skal man gjøre seg kjent med innholdet, samt se etter mening og innhold som kan være av interesse for de neste fasene. Jeg var derfor påpasselig med å ta notater etter hvert som jeg leste intervjuene, slik at jeg hadde gjort meg opp noen meninger og tanker i løpet av leseprosessen. I denne fasen var jeg oppmerksom på mulige kategorier til den videre analysen.

Når jeg hadde gjort meg tilstrekkelig kjent med datamaterialet, startet prosessen med å utvikle de første kodene i datamaterialet. Ifølge Braun og Clarke (2008) skal forskeren i denne fasen identifisere aspekter som fremstår som relevant og interessant for resultatene. Ved å ta i bruk notater og fargetusjer, forsøkte jeg å dele opp teksten i ulike grupperinger. Jeg brukte separate datafiler, og kopierte deler fra hver transkripsjon slik at de tilhørte en samlet kategori. I denne fasen ble alle transkripsjonene kodet i mange ulike kategorier, med en bevissthet om at disse etter hvert ville bli redusert og bearbeidet videre i prosessen.

Den tredje fasen i analyseprosessen innebærer ifølge Braun og Clarke (2008) å utvikle temaer som identifiserer innholdet i de ulike grupperingene. Jeg valgte å ta i bruk de overordnede temaene fra intervjuguiden som omhandlet erfaring og forståelse for fenomenet, høysensitive



barns behov, samt tilrettelegging. Kategoriene ble dermed foreløpig plassert innenfor det temaet som fanget opp essensen på en best mulig måte.

I fase fire i analyseprosessen blir det ifølge Braun og Clarke (2008) viktig å bearbeide de foreløpige temaene og kategoriene. I denne delen av prosessen brukte jeg tid på å vurdere om kategoriene kunne slås sammen, eller om det var et behov for å dele de opp ytterligere. Braun og Clarke (2008) hevder at datamaterialet som representerer hvert tema, må samsvare på en meningsfull måte. I tillegg bør det være en klar avgrensning mellom innholdet i de ulike temaene. Den foreløpige analysen ble derfor lest gjennom og tolket på nytt. På grunnlag av nye vurderinger ble kategoriene justert, slik at innholdet samsvarte med de overordnede temaene. I tillegg ble antall kategorier redusert, da jeg så at flere overlappet hverandre.

Videre i analyseprosessen blir det ifølge Braun og Clarke (2008) viktig å definere og navngi de ulike temaene og kategoriene. På denne måten er hensikten å tydeliggjøre hva hvert tema handler om. På bakgrunn av vurderinger og tolkninger omkring meningsaspekter i teksten, utviklet jeg illustrerende navn på hvert enkelt tema og kategori.

Fase seks i Braun og Clarkes (2008) artikkel, handler om å presentere og produsere resultatene. Innholdet i hvert tema må presenteres på en slik måte at hver del bidrar til å forklare hva temaet eller kategorien handler om. I denne delen av prosessen var jeg bevisst på å anvende utsagn fra informantene, som illustrerte det typiske innenfor hver kategori. Under denne prosessen måtte jeg stadig vende tilbake til fase 5, da jeg så nødvendigheten av å navngi kategoriene og temaene på nytt. Når resultatene skulle presenteres, var jeg også bevisst mitt valg av hermeneutisk ståsted. Jeg har valgt å anvende flere lange sitater, slik at konteksten som utsagnene fremkom i, blir tydelig.

## **3.6 Kvalitet**

Dalen (2011) hevder at begrepene reliabilitet og validitet hovedsakelig har vært tilknyttet kvantitative studier. De standardiserte metodene som har blitt utviklet for å måle begrepene innenfor denne metoden, er derimot lite egnet innenfor kvalitativ forskning. Det er likevel nødvendig å drøfte spørsmål som er knyttet til både validitet og reliabilitet, men det må benyttes andre begreper og beskrivelser som er mer hensiktsmessige innenfor kvalitative tilnærminger. Begrepene ”gyldighet og troverdighet” har etter hvert blitt utviklet som en

dekkende beskrivelse for å vurdere kvalitetsaspektene ved kvalitativ forskning (Dalen, 2011; Thagaard, 2013; Kvale og Brinkmann, 2015). Videre i dette kapittelet har jeg derfor nærmet meg både reliabilitet og validitet, med beskrivelser som anses som egnet innenfor den kvalitative forskningstilnærmingen.

### **3.6.1 Validitet**

Validering handler om undersøkelsens gyldighet, hvor det skal fastslås om studien undersøker det den søker å undersøke. Kvaliteten på studien må vurderes, og funnene må kontinuerlig sjekkes, utspørres og fortolkes teoretisk (Kvale & Brinkmann, 2015). I vurderingen av studiens validitet, har jeg valgt å basere meg på punktene som Maxwell (1992) definerer, og beskriver som vesentlig når undersøkelsens validitet skal vurderes. Evaluerende validitet blir derimot beskrevet som mindre relevant enn de resterende punktene, og jeg har på grunnlag av oppgavens omfang valgt å ikke inkludere dette punktet.

#### **Deskriptiv validitet**

Det første punktet omtales som ”deskriptiv validitet”, og handler om nøyaktigheten av forskerens gjengivelse av informanten. Dersom intervjueren hører feil, transkriberer feil, eller glemmer enkelte ord, kan informantens mening bli mistolket av intervjueren. Ved å ta i bruk båndopptaker under intervjuene, sikret jeg informantenes utsagn slik de ble fremstilt verbalt. Valg av sted for intervjuene, førte også til at opptakene var fri for bakgrunnsstøy. Jeg valgte å transkribere informantene ordrett, slik at ikke mine tolkninger skulle bidra til mistolkning av informantens utsagn. Likevel kan en ordrett transkripsjon være deskriptivt ugyldig, da den ikke beskriver informantens stemme tilstrekkelig. Stress og tonehøyde kan være essensielt for forståelsen av intervjuet. Dersom dette utelates kan viktige momenter som informanten ønsker å fremheve, bli mistolket eller miste sin signifikans (Maxwell, 1992). I utsagn der informantene økte tonehøyden på stemmen for å illustrere eller understreke et sentralt poeng, ble dette notert i transkripsjonen. Jeg skrev også ned beskrivelser av sentrale kroppsbevegelser, som jeg anså som nødvendige for informantenes beskrivelser.

#### **Tolkningsvaliditet**

Det neste punktet som Maxwell (1992) gjør rede for, er begrepet tolkningsvaliditet. Gjennom tolkningsprosessen forsøker forskeren å forstå temaet ytterligere ved å finne sammenhenger og meninger i datamaterialet. Dalen (2011) hevder at utgangspunktet for tolkningsprosessen

er informantenes egne opplevelser og forståelse, slik det fremkommer gjennom deres utsagn i intervjuet. Det forutsetter at det foreligger valide, rike og fyldige beskrivelser fra informantene. Ved å stille oppfølgingsspørsmål, samt oppsummere og gjenta informantenes utsagn, var hensikten å bidra til ytterligere forståelse og beskrivelser. Dette ble særlig viktig i de tilfellene der informantene ikke snakket norsk, eller snakket med dialekt. Bruken av gjentakelser og bekreftelser har i etterkant vist seg å virke oppklarende i transkripsjonsprosessen, hvor informanten har brukt ord som ikke nødvendigvis lar seg gjenkjenne med det første. For å styrke tolkningsvaliditeten, skrev jeg også ned observasjoner og opplevelser, direkte etter at intervjuene ble utført. Jeg har også vært nøye med transkripsjonene, og har lyttet til opptakene flere ganger. Ved å reflektere og gjøre rede for hvilke meninger og oppfatninger jeg har om temaet på forhånd, har jeg forsøkt å ikke la min forforståelse avgjøre tolkningen av informantene. Ifølge Dalen (2011) vil forforståelsen likevel spille en rolle i fortolkningen, ved at informantenes direkte uttalelser, videreutvikles i en dialog mellom forskeren og datamaterialet.

### **Teoretisk validitet**

Maxwell (1992) beskriver teoretisk validitet som en forståelse som går utenfor den konkrete beskrivelsen og tolkningen. Det handler om den teoretiske konstruksjonen som forskeren bringer til, eller utvikler gjennom studien. Ifølge Dalen (2011) er det vesentlig at begrepene, mønstrene og modellene som anvendes, bidrar til å belyse de fenomenene som studien omfatter. Det kreves at forståelsen og sammenhengende som avdekkes, kan dokumenteres i datamaterialet og i forskerens fortolkning av dette. Jeg har i forkant av intervjuene gjort rede for oppgavens teorigrunnlag, og har i stor grad utformet intervjuguiden med denne kunnskapen som bakgrunn. I etterkant av intervjuene har jeg derimot sett et behov for å justere, ta bort, og tilføye ny teori, da det har fremkommet nye aspekter som jeg ikke har hadde tenkt på i forkant. På denne måten har jeg sikret meg teori som belyser oppgavens problemstilling, samt knyttet det opp mot funnene jeg har gjort i intervjuene.

### **Generaliserbarhet**

I kvantitative undersøkelser tillater designet en systematisk generalisering til større populasjoner. I kvalitative undersøkelser vil derimot ikke en slik generalisering egne seg, og man må heller nærme seg begrepet på andre måter. Vanligvis utvikles det en teori, som legger grunnlaget for forståelsen av personen eller situasjonen som studeres. Samtidig vil den samme prosessen, i forskjellige situasjoner, kunne lede til ulike resultater (Maxwell, 1992).

Formålet med oppgaven var å belyse hvordan høysensitive barns behov oppfattes og oppleves av ansatte i barnehagen, samt få nærmere kjennskap til hvordan det jobbes med tilrettelegging for at disse behovene skal bli møtt. Med et utvalg på fire informanter, og et valg om intervju som metode, vil det ikke være mulig å trekke slutninger til en større populasjon. Ifølge Andenæs (2000) vil kvalitativ forskning innebære fyldige beskrivelser, med lokal gyldighet. Det vil være mottakeren som avgjør hvor anvendelig et resultat er for andre situasjoner. Det blir derfor nødvendig med fyldige og relevante beskrivelser for at mottakeren skal kunne avgjøre resultatenes gyldighet. Jeg har forsøkt å beskrive mitt utvalg grundig, ved å fokusere på informantenes erfaring og kunnskapsnivå. Utvalget er basert på informanter som har lang erfaring, og som jobber omfattende med temaet høysensitivitet i barnehagen. Selv om resultatet ikke kan sies å gjelde for en større populasjon, er målet at mine beskrivelser og resultater skal danne et grunnlag for interesse, gjenkjennelse og mulig nyttiggjørelse for andre i samme situasjon.

### **3.6.2 Reliabilitet**

Som nevnt tidligere i kapittelet vil det være problematisk å ta i bruk reliabilitetsbegrepet på samme måte som i kvantitativ forskning. Det er ofte samtalen som styrer datainnsamlingen, og det er forskeren selv som brukes som instrument. En hver forsker er unik, både med tanke på erfaringsbakgrunn og samspill med informantene. Det blir derfor vanskelig å tolke materialet på samme måte. Forskeren kan derimot styrke påliteligheten ved å beskrive konteksten, samt gi leseren en detaljert beskrivelse av fremgangsmåten for forskningsprosessen. Beskrivelsene skal gjøre det mulig å spore dokumentasjon av data, metoder og avgjørelser gjennom prosjektet, samt det endelige resultatet (Johanessen et al, 2010).

Jeg har dokumentert prosessen ved å tydeliggjøre og begrunne mine valg, fra planlegging av intervjuguide til analyse av datamaterialet. Jeg har også gjort rede for min forforståelse, som jeg anser som særlig betydningsfull for å forstå hvilken bakgrunn jeg har for tolkning og forståelse for datamaterialet. Jeg har gitt en grundig beskrivelse av de valg jeg har foretatt meg i utarbeidelsen av intervjuguiden, samt gjennomføringen av intervjuene. Her betrakter jeg særlig beskrivelsene av hvordan jeg har valgt å formulere spørsmålene, som sentralt for påliteligheten av undersøkelsen. Jeg forsøkte som tidligere nevnt, å åpne opp for at informanten skulle komme med sine synspunkter, ved å ta i bruk åpne spørsmål. Kvale og

Brinkmann (2015) hevder også at ledende spørsmål kan tas i bruk for å styrke intervjuenes reliabilitet, dersom de brukes for å verifisere intervjuerens fortolkninger. Jeg tok derfor i bruk ledende spørsmål, i tilfeller der jeg opplevde et behov for en bekreftelse av informantenes utsagn.

### **3.6.3 Etiske refleksjoner**

Forskning som kan bidra til konsekvenser for andre mennesker, må bedømmes ut i fra etiske standarder. Etikk handler om prinsipper, regler og retningslinjer som skal vurderes i tilknytning til de valgene forskeren har foretatt seg i prosjektet (Johanessen et al, 2010). Retningslinjene skal fungere som en veileder, samt bidra til å utvikle forskningsetisk skjønn og refleksjon (NESH, 2006). For å ivareta de forskningsetiske utfordringene som er knyttet opp mot mitt prosjekt, vil jeg drøfte sentrale punkter som jeg anser som særlig relevante for de valgene jeg har foretatt meg. Intervju innebærer direkte kontakt med mennesker, hvor forskeren kan påvirke informantene. I det følgende kapittel, vil jeg derfor drøfte informert og fritt samtykke, konfidensialitet, og hensynet til utsatte grupper.

#### **Informert og fritt samtykke**

Som et utgangspunkt for alle forskningsprosjekt, må forskeren innhente deltageres informerte samtykke. Samtykke skal innhentes på en slik måte, at ikke informantene opplever ytre press til å delta. Informantene skal også informeres grundig om hva deltagelsen innebærer for dem (NESH, 2006). I forkant av intervjuene sendte jeg informantene et informert og fritt samtykkeskjema, hvor jeg beskrev prosjektets formål, metode, samt relevante konsekvenser for deltagelsen. Som en konsekvens av deltagelsen, ble det viktig å informere deltagerne om bruken av lydopptak. Forsvarlig lagring, anonymisering og sletting av opptak etter at prosjektet var avsluttet, ble også presisert i denne sammenheng. Jeg beskrev i korte trekk hva spørsmålene ville handle om, uten å sende informantene en konkret intervjuguide. Dalen (2011) hevder i denne sammenheng, at det er begrenset hvor mye informasjon forskeren kan legge frem i forkant, da kvalitative studier innebærer fleksibilitet. Ved å ta i bruk semistrukturert intervjuform, var også hensikten at spørsmålene kunne endres og tilpasses ut i fra informantenes meninger og oppfatninger underveis i intervjuet. Likevel ble informantene tilstrekkelig informert gjennom en beskrivelse av sentrale temaer. Alle informantene ble informert både skriftlig og muntlig om retten til å kunne trekke seg til

enhver tid, uten at dette medførte ulemper. Ifølge NESH (2006) har forskeren et ansvar for at dette kommer tydelig frem, og at prinsippet gjelder uavhengig av en signert avtale.

### **Konfidensialitet**

En etisk forsvarlig forskningspraksis, innebærer at forskeren behandler innsamlet informasjon konfidensielt og fortrolig. Publisering og formidling av forskningsmaterialet skal være anonymisert, og personlige opplysninger skal være aidentifisert (NESH, 2006). I informasjonsskrivet som ble tilsendt informantene i forkant, ble det presisert at ingen av deltagerne skulle bli gjenkjent i det ferdige produktet. Jeg la også vekt på at lydopptaket skulle bli lagret forsvarlig frem til oppgaven var avsluttet, og at ingen andre skulle lytte til opptaket. Når utvalget ble beskrevet tidligere i metodekapittelet, var det særlig viktig at informasjonen ikke skulle bidra til å identifisere deltagerne. Jeg har derfor ikke beskrevet antall år informantene har jobbet i barnehage, deres bosted, arbeidsplass eller navn.

I tillegg til aidentifisering av deltagerne, ble det viktig å påpeke betydningen av å holde barnas identitet skjult. Jeg ønsket å samle inn informasjon om informantenes opplevelser og erfaring omkring høysensitive barn, og var derfor tydelig på at jeg ønsket informasjon om de generelle erfaringene. I forkant av hvert intervju, ba jeg derfor informantene om å unngå beskrivelser og fortellinger om spesifikke barn. I situasjoner der jeg opplevde at spesifikke barn og hendelser ble nevnt, var jeg påpasselig med å endre beskrivelsene i transkripsjonen.

### **Hensynet til utsatte grupper**

Ifølge (NESH, 2006) har forskeren et spesielt ansvar for å ta hensyn til utsatte gruppers interesse gjennom hele forskningsprosessen. Innsamling av informasjon om personers og gruppers egenskaper og atferd, bør utføres med forsiktighet. I tillegg trekkes det frem at utsatte grupper ikke alltid er rustet til å beskytte egne interesser overfor forskeren, og det derfor stilles krav til hvordan forskeren nærmer seg disse gruppene (Dalen, 2011). Ved å belyse tematikken fra barnehageansatte sitt ståsted, var hensikten å beskytte barnas sårbarhet. For å beskytte barna ytterligere, har jeg som tidligere nevnt valgt å samle inn opplysninger om barnehageansattes generelle erfaringer om høysensitive barn. På denne måten var hensikten å unngå at spesifikke barn og hendelser ble nevnt, slik at enkeltbarn ikke kunne identifiseres eller gjenkjennes i datamaterialet.

## 4 Presentasjon av funn

I dette kapittelet presenterer jeg tre hovedtemaer som har til hensikt å illustrere informantenes utsagn og forklaringer på en organisert og ryddig måte. Jeg har valgt å ta i bruk de tre hovedtemaene som utkrystalliserte seg fra analyseprosessen, som omhandler informantenes erfaring og forståelse om fenomenet, deres opplevelse av høysensitive barns behov, samt hvordan de tilrettelegger hverdagen for å møte barnas behov. Innenfor hvert tema har jeg delt opp i ytterligere kategorier og under-kategorier, som illustrerer essensen av informantenes uttalelser. Jeg har valgt å navngi de ulike kategoriene, slik at de samsvarer med informantenes fortellinger i størst mulig grad. Presentasjonen vil bære preg av både gjenfortelling, samt sitering fra informantenes uttalelser. Jeg har hele veien vært bevisst på å beholde sitatens mening og intensjon, selv om en slik gjenfortelling vil innebære en viss grad av egen tolkning. Jeg har også vært bevisst mitt valg av et hermeneutisk perspektiv, ved å kontinuerlig ha oversikt over sammenhengen som sitatene opprinnelig fremkom i.

### 4.1 Informantenes opplevelse av høysensitive barn

Informantene som deltok i intervjuene, forklarte at de hadde skaffet seg kunnskap om høysensitive barn gjennom ulike kurs, foredrag og relevant teori. I tillegg beskrev tre av informantene seg selv som særlig sensitiv på ulike områder i livet, og gjenkjente mange likhetstrekk i sine egne opplevelser fra barndommen. Et fellestrekk blant informantenes erfaringer og kunnskap om høysensitive barn, ble beskrevet gjennom en særlig sensitivitet overfor miljøet, samt en utpreget emosjonell følsomhet.

#### 4.1.1 Sensitivitet overfor stimuli

Informantene trakk i denne sammenheng frem deres opplevelser av høysensitive barn som særlig sensitive overfor lyd, lukt og berøring. I tillegg ble behovet for pauser og skjerming, trukket frem som en sentralt i situasjoner der barnet ble utsatt for overveldende stimuli. Utsagn fra informant 4 illustrerer fellestrekene blant informantenes uttalelser:

*Det er selvfølgelig ikke bare for de sensitive, men også for alle, for det er ikke bra med mye lyd. Men spesielt i forhold til de sensitive, så ser vi mye mer roen når de kommer inn i et rom som det er godt for dem å være i. Men det er ikke bare i forhold til lyd, men lukt også. Vi kan faktisk se at de sensitive blir mer urolige når vi skal ha*

*middag for eksempel. Når det lukter mat i barnehagen, eller visst personalet har vært uheldig å tatt på for mye parfyme. Da får vi kommentarer på det. "Her lukter det noe rart", kan de si.*

Informant 2 legger også vekt på sensitive barns mottakelighet overfor lyd, og forklarer at hun opplever at barna kan trekke vekk dersom det blir for mye støy i samlingsstunder. I tillegg trekker informanten frem sensitive barns taktile følsomhet, som kommer til uttrykk i påkledningssituasjoner. I denne sammenheng forklarer hun at barna har særlige preferanser knyttet til hvordan klærne skal være på, og at det derfor kan være et behov for hjelp fra de ansatte. Hun forklarer det på denne måten:

*Helst noe som ikke klør, eller ting som blir skrukkete på kroppen. Det er veldig mange sånne justeringer da, under påkledning.*

Videre forklarer informantene at de har observert et særlig behov for pauser og skjerming fra stimuli i hverdagen. I denne sammenheng påpeker samtlige av informantene at dette kan gjelde for alle barn, dersom miljøet kjennetegnes av mye støy. Likevel var det tydelig at de opplevde en særlig sensitivitet som skilte seg ut fra flertallet i barnegruppen. I denne sammenheng ble overgangssituasjoner, og situasjoner hvor barnegruppen var samlet, trukket frem som en sentral arena hvor barnets sensitivitet ble særlig fremtredende.

#### **4.1.2 Emosjonelle kjennetegn**

Et likhetstrekk som alle informantene trekker frem, er deres opplevelse av høysensitive barn som svært forskjellige. I denne sammenheng blir barnas ulike emosjonelle reaksjoner, beskrevet som en sentral opplevelse av barna. Noen av barna viser følelser mer "utad", mens andre retter følelsene mer innover. På denne måten kan barnas reaksjoner uttrykkes gjennom både sinne, frustrasjon, gråt eller tilbaketrekning. I tillegg til barnas ulike emosjonelle reaksjoner, opplever informantene likhetstrekk ved at sensitive barn responderer sterkere på andre barns atferd i lek og andre aktiviteter. Barnas utpregede empatievne, trekkes frem som sentralt i denne sammenheng. Informant 1 omtaler barna som "hjertebarn", og forklarer at de har en slags hjertekraft som ikke helt kan forklares. Med dette mener hun at sensitive barn skiller seg ut ved at deres empati for andre er sterkere enn hva hun ser hos andre barn. Informant 2 opplever også en sterk empatievne og eksemplifiserer med følgende utsagn:



*Veldig empati for andre. Og det er så ekstremt at jeg observerte en gang. De satt på hvert sitt bord med god avstand, og så sier en ”nei nå trenger hun på det andre bordet hjelp til det, kan du hjelpe til”, ikke sant? Og da er det et barn med ekstra behov, og da tenker jeg, hvordan kunne du se det når du holdte på med noe der, men de har liksom antenner da, som ikke andre nødvendigvis har i samme grad. Og visst andre slår seg eller det skjer noe, så er de veldig raske til å komme å si i fra.*

Informant 4 trekker frem en ytterligere opplevelse av høysensitive barns emosjonelle karaktertrekk. Hun forklarer at sensitive barn ofte speiler seg i andre barns atferd, og at de på denne måten har en evne til å tilpasse atferden i samspill med andre. Hun trekker særlig frem samspillet med barn som har atferdsproblemer, og forklarer at de ofte trekkes mot disse barna. Hun forklarer derimot at hun ikke vet årsaken til hvorfor det er slik. I denne sammenheng opplever informantene at barnet kan bli overstimulert, ved at det tilpasser seg ”den voldsomme leken”. Det er ifølge informantene ikke bare snakk om å speile seg i barn med atferdsvansker, men også i barn som viser en rolig atferd og som leker på en adekvat måte. I slike situasjoner opplever hun derimot at leken blir god, ved at barna kan leke sammen over en lengre periode.

## **4.2 Høysensitive barns behov i barnehagen**

Som en del av hovedtemaene fra intervjuguiden, ble høysensitive barns behov i barnehagen et sentralt samtaleemne. I denne sammenheng opplevde informantene at sensitive barn bearbeidet følelser i større grad, og de derfor hadde et behov for voksenstøtte i situasjoner der det ble vanskelig å tolke signaler og inntrykk fra omgivelsene. I tillegg trakk informantene frem behovet for forutsigbarhet i hverdagen, samt behovet for skjerming og fortolkning av leken. På bakgrunn av informantenes uttalelser omkring temaet, vil de følgende underkategoriene utdype de ulike aspektene ytterligere.

### **4.2.1 Å skape forståelse i møte med inntrykk og stimuli**

Informantene snakket utfyllende om sensitive barns behov for å bli møtt av forståelsesfulle ansatte, som hjelper barnet til å sette ord på følelser. I tillegg opplevde informantene at sensitive barn ofte bruker mye tid på å bearbeide inntrykk, og at de ansatte derfor bør hjelpe

barnet i fortolkningsprosesser. Informant 3 trekker frem betydningen av å tone seg inn på barnas forståelse, samt hjelpe dem til å formulere seg selv til andre.

*Men det er jo ofte at sensitive barn responderer veldig godt på inntoning og mentalisering, hvor de på en måte kan få litt hjelp til å formulere seg, at de kan formulere seg selv til andre. Det er ikke alltid at de har ordene til å beskrive hvordan de har det. Dersom de voksne ikke fanger opp hvordan de har det, så kommer det ofte via en handling tilbake. På denne måten blir ikke barnets kompetanser synlig, fordi man ikke imøtekommer og speiler barnet.*

Videre forklarer informanten at han opplever voksenstøtte som sentralt i situasjoner der barnet har utfordringer med å tolke signaler som blir sendt ut fra ansatte og andre barn. Han undrer seg over om det kan være sentralnervesystemet som fortolker det som blir sendt ut på en annen måte. I denne sammenheng opplever han at barnet har et behov for voksne som er tettere på, og som kan hjelpe barnet til å fortolke situasjonen. Når jeg spør informanten om det handler om hjelp til å forklare ulike fenomener eller situasjoner, svarer han at det heller er snakk om en fortolkning. Han hevder at forklaring blir mer som en fasit. Videre legger han til at det handler om en felles fortolkning, hvor barnet får hjelp til å sortere tanker og følelser. På denne måten kan man sammen få en forståelse for fenomener som oppstår i hverdagen. Informant 4 diskuterer også sensitive barns evne til å fortolke fenomener på et dypere plan, og utdyper i følgende utsagn:

*De tenker nok mye mer på ting, og kanskje å ting som jeg ville oppleve som en bagatell, men så kan de gå å tenke over det i lang tid. Dersom de ikke får snakket om det, eller får utløp for det, eller at de ikke blir møtt, så kan det ta lang tid før de kommer over det.*

I tillegg til å hjelpe barnet til å fortolke inntrykk i hverdagen, la to av informantene særlig vekt på sensitive barn i møte med vanskelige situasjoner i hjemmet. I denne sammenheng kom det frem at åpenhet og kommunikasjon med foreldre var vesentlig, slik at de ansatte fikk innsikt i barnets hjemmesituasjon. På denne måten fikk de ansatte mulighet til å støtte barnet, i situasjoner der barnet opplever belastende hendelser. Informantene opplever at sensitive barn er særlig sårbare overfor risikofaktorer som oppstår i hjemmet, og at det derfor kreves ansatte som kan bidra som ekstra støtte. Informant 4 forklarer det på denne måten:

*Og visst det oppstår en risikofaktor, i forhold til de høysensitive. Dersom de mister noen, visst foreldrene går fra hverandre, eller det skjer noe annet i livet deres, så må vi kanskje gå to skritt tilbake. Sensitive barn er ofte mer sårbare for endringer i livet, og da må vi kanskje gå tilbake litt. Jeg pleier jo å si det i forhold til komfortsonen, at vi kanskje har 10 centimeter, mens de kanskje bare har fem. Så visst det skjer en risikofaktor, så vil det påvirke barna i større grad, enn hva det kanskje ville gjort hos andre.*

Videre spør jeg informanten om hva det vil si å ta noen skritt tilbake. Hun presiserer ytterligere ved å forklare at det handler om å være tettere på. Dersom barnet har lært å kle på seg uten å motta så mange beskjeder, kan det igjen bli nødvendig med veiledning i form av tydelighet og enkle beskjeder. Informant 3 trekker også frem høysensitive barns ekstraordinære behov i situasjoner der barnet utsettes for risikofaktorer. Han refererer til flytsonen, og forklarer at denne sonen vil variere alt ettersom hva som skjer i hjemmet. Dersom foreldrene flytter til hvert sitt hjem, kan flytsonen ifølge informanten bli vesentlig forskrudd i perioder. I denne sammenheng trekker han frem betydningen av å hjelpe barnet til å forstå situasjonen ytterligere. Dette kan hjelpe barnet til å håndtere følelsene som oppstår.

#### **4.2.2 Å oppleve forutsigbarhet i hverdagen**

Informantene trakk særlig frem høysensitive barns behov for en forutsigbar hverdag. Tydelige beskjeder og forklaringer om hva som skal skje i forkant av de ulike aktivitetene, ble i denne sammenheng betraktet som et fremtredende behov for sensitive barn. Følgende utsagn fra informant 2, illustrerer fellestrekkene blant informantenes uttalelser:

*De må jo ha en mer forklaring på ting føler jeg, enn det andre barn trenger. Dersom vi skal gi en beskjed, så har de ofte et behov for en mer spesifikk beskjed. Om vi skal på tur, så holder det ikke å bare si at vi skal på tur. De vil helst vite når, hvor, og hvor lenge, og hva som skal skje på den turen. Det er den forutsigbarheten som er så viktig.*

Samtlige av informantene forklarer at det kan være en fordel å samle barna for å snakke om innholdet i den aktuelle dagen. I denne sammenheng ble morgensamlinger trukket frem som betydningsfullt, hvor de ansatte fikk muligheten til å formidle dagens innhold. I tillegg

opplevde informantene at rutiner bidrar til å skape ytterligere struktur og oversikt i hverdagen. Rutinene bør være nokså like hver dag, slik at de bidrar til forutsigbarhet. Dersom det skjer forandringer i rutinene, opplevde informantene derimot forklaringer og forberedelser som betydningsfullt. På denne måten kan de ansatte være i forkant, slik at barnet unngår å bruke mye energi på å vurdere og gruble over hva som skal skje. Informant 4 legger til at sensitive barn kan bli mer urolig og stresset, dersom de ikke har oversikt over dagens forløp. Hun utdyper i følgende utsagn:

*Vi har gjort erfaringer av at barna kommer flyvende inn fordi de ikke vet hva som skal skje i løpet av dagen, og ikke vet hva dette er, og da har vi bare forklart, og så har bare skuldrene senket seg sånn (viser med å trekkene skuldrene ned).*

Informant 1 trekker også frem behovet for forutsigbarhet, men utdyper ytterligere hvorfor dette er særlig betydningsfullt for høysensitive barn. Hun hevder i denne sammenheng at barna tar inn mange inntrykk, og at de derfor har et behov for at noen hjelper dem med å strukturere og organisere tankene. På denne måten opplever hun at den voksne kan bidra til å redusere ”kaoset” av tanker som barnet sitter inne med.

### **4.2.3 Skjerming og fortolkning av leken**

Et ytterligere fellestrekk blant informantenes beskrivelser av høysensitive barns behov, handler om at barna trenger støtte og veiledning for å komme inn i leken. Samtlige av informantene omtaler sensitive barn som ”observasjonsbarn”. Med dette utsagnet refereres det til sensitive barns vurderende holdning overfor leken. Det kommer frem at barna ofte bruker tid på å forsøke å tolke samspillet, samt konsekvensene av å delta i leken. Det var derimot ulike svar knyttet til hvordan de ansatte kan møte barnas behov i lek. Informant 2 vektlegger ankomsten i barnehagen, og utdyper det ytterligere med følgende sitat:

*Noen av de sensitive barna må ofte tas imot tettere ved ankomst. De trenger den voksne til å være med inn på avdeling, og sette i gang lek. Fordi sensitive barn er ofte observasjonsbarn. Litt sånn stå på utsiden å observere før de går inn i leken, for å vurdere hva de andre barna gjør, eller om de blir godtatt i leken.*

I likhet med sistnevnte trekker også informant 3 frem behovet for støtte i leksituasjoner, men utdyper ytterligere ved å forklare at det handler om hjelp til å fortolke det som skjer.

Høysensitive barn har ifølge informanten en evne til å fortolke, fordype, planlegge, samt observere leken før de velger å delta. De ansatte bør derfor hjelpe barnet til å fortolke den ekstra informasjonen som barnet kan risikere å stå med.

Informantene trakk også frem betydningen av å respektere barnas behov for å leke alene eller i små grupper. I tillegg opplevde informantene at sensitive barn ofte har et behov for å trekke seg tilbake, og ta en pause fra hverdagens aktiviteter og lek. Informant 3 forklarer det på denne måten:

*Dersom en hjerne eller sentralnervesystemet har vært utsatt for mye lyd over tid så krever det faktisk restituering for å komme ut i verden igjen. Og det må man ta på alvor. Det kan hende noen barn ligger å slapper av litt i garderoben på en behagelig plass, og det skal en voksen på en måte har romlighet nok til å respektere. Man trenger ikke å dra barnet inn i lek akkurat da. De skal faktisk få lov til å være litt for seg selv.*

I likhet med sistnevnte forklarer informant 1 at man ikke bør presse barnet til å leke med andre til enhver tid, og at de kan ha et behov for å være alene i blant. Likevel presiserer informanten at det ikke bør bli et mønster, for da bør de ansatte gripe inn.

### **4.3 Å tilrettelegge for et miljø som møter høysensitive barns behov i barnehagen**

Som et av hovedtemaene i intervjuguiden, ble tilrettelegging for høysensitive barns behov i barnehagen, et sentralt samtaleemne. Som tidligere nevnt delkapittel 4.2 trakk informantene frem sensitive barns behov i form av forutsigbarhet, trygghet, skjerming og voksenstøtte. I denne delen bygger jeg videre på informantenes utsagn, hvor deres beskrivelser av hvordan de tilrettelegger hverdagen for å møte barnas behov, blir sentralt.

#### **4.3.1 Organisering og gruppeinndeling**

Informantene opplevde at høysensitive barn hadde et behov for å skjermes fra stimuli i hverdagen, og i denne sammenheng kom det frem at sammensetninger og inndelinger i grupper var en sentral del knyttet til hvordan de tilrettela hverdagen for høysensitive barn.

Informantene trakk frem overgangssituasjoner, måltid, og påkledning som situasjoner hvor de forsøker å organisere barnegruppen hensiktsmessig. I disse situasjonene forsøkte informantene å dele opp gruppen, med et mål om å skjerme barna for unødvendige stimuli. I følgende utsagn utdyper informant 2 hvordan hun organiserer en påkledningssituasjon i barnehagen:

*Ja og i klessituasjoner så deler vi også opp i barna i grupper. Det er en gruppe i garderoben og en gruppe inne på avdelingen, og så er det ofte en gruppe inne på det lille rommet. Bare for at det ikke skal bli kjempe kaos. For det er jo 26 barn som skal kle på seg (latter). Og de sensitive har jo ofte behov for den voksenhjelpen i disse situasjonene. For ting skal være nøye på. Helst noe som ikke klør, ting som blir skrukkete på kroppen. Det er veldig mange sårne justeringer under påkledning. Da er det greit å ha en voksen der, som kan hjelpe til.*

I tillegg til påkledning blir organiseringen av måltidet trukket frem som betydningsfullt. Informantenes beskrivelser er nokså samstemte i denne sammenheng, og alle forklarer at de deler opp gruppen slik at ikke alle sitter rundt det samme bordet. Informant 4 trekker derimot frem en ytterligere strategi, hvor det handler om å plassere de sensitive barna strategisk. Videre forklarer hun at de kan plasseres enten på en side eller en ende av et bord. Hun referer i denne sammenheng også til situasjoner hvor barna står i kø for å gå på do eller vaske hendene. Hun plasserer dem enten sist eller først i køen. Informanten begrunner valget av strategi, med at høysensitive barn ofte trenger oversikt og kontroll i ulike situasjoner.

### **4.3.2 Miljømessig innretning av rommene**

Informant 3 trekker frem lyd og lukt som de sansene som påvirker mennesker mest, og hevder at dersom man har sensitive trekk knyttet til disse, vil man sannsynligvis ha flere utfordringer med konsentrasjonen. Han forklarer videre at dersom rommet ikke er riktig innrettet kan det forstyrre barnas tilstedeværelse i det som skjer i barnehagen, og på denne måten skape triggere for en dårlig konsentrasjon. Videre forklarer informantene at de har tilrettelagt avdelingene med ulike rom og huler, slik at barna får muligheten til å trekke seg vekk fra stimuli og inntrykk i hverdagen. På denne måten fungerer rommet som en ”ladestasjon”, hvor barnet får muligheten til å ta en pause fra hverdagens inntrykk. Informant

4 legger til at hun kan se at barna blir rolige når de kommer inn i et rom som det er godt for dem å være i. I denne sammenheng trekker hun særlig frem behovet for å skjerme for lyd.

Informant 1 forklarer derimot at rommene kan ha ulike funksjoner, slik at barnas varierte behov blir ivaretatt. Sensitive barn som opplever et behov for pauser, kan oppleve et ”stillerom” som tilfredsstillende, mens for eksempel et ”puterom” kan bidra positivt dersom barnet har behov for å få utløp for energi. I tillegg hevder informanten at de ansatte bør være bevisst på hva som er i de ulike rommene, samt hva slags farger som anvendes. Sensitive barn kan reagere sterkere på rommets innredning. Informant 2 trekker også frem betydningen av rommets innredning:

*Dersom rommet er overfylt, bråkete, dårlig luft, skarp belysning, eller masse rot, kan dette gjøre et voldsomt inntrykk på særlig sensitive barn. De trives best i rom som ikke er overstimulerte, hvor det er minst mulig på veggene, og mest mulig orden. Leker bør stå i kasser, og være organisert. Da får de den forutsigbarheten, at de vet hvor ting er. Det blir heller ikke for mye å ta inn over seg for barnet.*

I tillegg til rommets funksjon og innredning, forklarer samtlige av informantene at de har installert støydempende plater i flere av rommene i barnehagen. Hensikten er å redusere støy fra omgivelsene.

### **4.3.3 Å anvende ulike verktøy for å skape en forutsigbar hverdag**

Tidligere i intervjuet kom det frem at samtlige av informantene opplevde at sensitive barn hadde et behov for oversikt og forklaringer på hva som skal skje i løpet av en dag. I denne underkategorien utdyper informantene nærmere hvordan de tilrettelegger og organiserer dagen, slik at dette behovet blir møtt. To av informantene forklarer at de bruker konkrete og dagstavler som nyttige verktøy for å skape oversikt over rutiner og aktiviteter i løpet av en dag. Verktøyet betraktes som positivt for alle barna på avdelingen, men informantene opplever en særlig positiv effekt hos de høysensitive barna. Følgende utsagn fra informant 4 illustrer fellestrekkene i hvordan de to informantene jobber med forutsigbarhet:

*Det som vi bruker som vi ser er lurt, for det første så har vi sånne tavler hvor de møter hvem som er på jobb, med bilder. Vi bruker veldig mange konkrete i forhold til*

*de. Det er det første de møter, hvem som er på jobb. Og så når de kommer i garderoben, så har vi en dagstavle hvor det står hvilken dag det er. Hva vi skal gjøre med bilder nedover, og hva slags vær det er i dag.*

Videre forklarer informanten at hun ikke spesifiserer hva slags klær barna skal ha på seg denne dagen. Hun begrunner dette valget med at dersom været endrer seg, og de sensitive barna må ha på seg noe annet enn det som er planlagt, kan det føre til utfordringer. Tidligere i intervjuet forklarte informanten at høysensitive barn ikke er glad i forandringer eller uforutsigbarhet i hverdagen.

#### **4.3.4 Utfordringer og trygghet- en balanse**

Samtlige av informantene hevdet at sensitive barn bør eksponeres for utfordringer i barnehagehverdagen. I denne sammenheng kom det frem at de ansatte bør stille krav, samtidig som man bør tar hensyn til barnets forutsetninger og behov. Informant 2 beskriver det på følgende måte:

*I samlingsstunden ser vi ofte at sensitive barn kan trekke seg unna, så prøver vi å ikke la dem trekke seg sånn vekk at de ikke på en måte er med på det vi gjør da. At de er i nærheten, men at det er helt greit at de går bak den seksjonen der. Likevel hører de hva vi sier og hva vi gjør. For vi ser jo at de etter hvert kommer mer og mer frem å ikke sant. Når de bare får vent seg til det. Får vent seg til hvordan det skjer.*

Informanten hevder i denne sammenheng at barna skal delta på aktiviteter i barnehagen, men at de kan få muligheten til å delta på sine premisser. Uttalelsen gjenspeiler fellestrekk i informantenes beskrivelser om å tilrettelegge for både utfordringer og beskyttelse. Informant 1 legger derimot vekt på eksponering og utfordringer i større grad, og hevder at ”det er ingen barn som går i stykker” av å oppleve nederlag eller gjøre en feil. Hun forklarer at barna må få lov til å feile, slik at de gradvis kan eksponeres. Jeg spør videre om de kan utfordres i samme grad som andre barn, og informanten svarer at man må finne en balansegang. Hun påpeker betydningen av å kjenne barnet, da høysensitive barn er forskjellige. Informant 3 trekker derimot frem samfunnsperspektivet, og forklarer videre hvordan de ansatte kan stille krav som bidrar til utvikling:



*Så mye av jobben her går jo i å arbeide med de voksnes sensitivitet, i forhold til å tone seg inn på barns forståelse. Og gi barn forståelse i en form som stiller krav. De skal være en del av en helhet, ellers funker de ikke i samfunnet. Man må hele tiden sørge for å stille krav tilsvarende der barnet er, men utfordre litt mer enn det også.*

Informant 4 legger derimot vekt på miljøets betydning for høysensitive barns evne til å mestre utfordringer i hverdagen. Hun forklarer at det ikke nytter å gi barnet utfordringer i et miljø hvor barnet er utsatt for mange inntrykk og mye støy. Hun opplever høysensitive barns hjerne som et filter med store hull, og at de derfor tar til seg mange inntrykk.

#### **4.3.5 Strategier for å skape forståelse og trygghet i hverdagen**

I delkapittel 4.2.1 forteller informantene at de opplever at sensitive barn har et behov for å få hjelp til å fortolke og forstå de mange inntrykkene som oppstår barnehagehverdagen.

Forståelsen for signaler som blir sendt ut fra barn og voksne, ble særlig trukket frem som vesentlig i fortolkningsprosessen. Som en forlengelse av dette behovet, trakk informantene frem ulike strategier som de opplevde var betydningsfulle i møte med sensitive barn.

Informant 3 forklarer at det handler om å være bevisst hvilke handlinger og responser man anvender i møte med barna. Han trekker særlig frem viktigheten av å være bevisst hvem man snakker med, hvor man retter blikket, samt hvilket kroppsspråk man velger å anvende. I tillegg hevder han at sensitive barn har ulike behov, og at det derfor er viktig at de ansatte har evnen til å tone seg inn på det enkelte barn. Informant 1 forklarer også at de ansatte må være bevisst sine handlinger og responser, og begrunner med følgende eksempel:

*jeg har et eksempel på et barn som spiste kake i barnehagen, og så skulle han bare ta et kakestykke, og så hadde han ikke noen tallerken, og så sier den voksne "du må ikke gjøre sånn" (hever stemmen). Og det har sittet i det mennesket helt til han ble voksen. Det at han gjorde noe som var feil.*

Videre forklarer hun at måten de ansatte uttaler seg på, kan få en større innvirkning enn det man tror. Hun opplever at sensitive barn kan ta til seg korreksjoner og irettesettelser i større grad enn andre, og at det derfor er viktig å være bevisst sitt eget kroppsspråk, stemmeleie og valg av ord. En slik tankegang stemmer også overens med informant 2 sine uttalelser. Hun

forklarer at hun ofte bruker en mildere tone, når hun skal forklare barnet hva som er greit eller ikke greit å gjøre. Hun forklarer at dette blir viktig, da barnas følsomhet kan utløse sterkere reaksjoner enn hos andre barn.

I tillegg forklarer samtlige av informantene at de venter til barnet har roet seg ned, før de kommuniserer med barnet. De opplever at barna ofte kan ”melde seg ut” dersom opplevelsen av inntrykk blir overveldende. En av informantene forteller om hvordan hun responderer overfor sensitive barn som opplever frustrasjon eller overstimulering i hverdagen:

*Sette ord på følelsene hele veien i forhold til de. Og gjerne spørre: ”har du lyst til å sitte på fanget?” Og så kan man se at atferden endrer seg over tid. Jeg har også sett av erfaring at noen barn faktisk trenger det- å sitte for seg selv. Kanskje ti meter unna meg, men han ser på meg hele tiden. Etter hvert så kommer de nærmere og nærmere, og til slutt så er de i fanget.*

Videre forklarer informanten at hun ofte får en god samtale med barnet, når opplevelsen av ro og trygghet er optimal. Det handler om å vise at man er tilstede, tilby et fang, og snakke rolig og tydelig til barnet. På denne måten kan man sammen skape en forståelse for situasjonen.

#### **4.3.6 Å samarbeide med foreldre og andre fagpersoner**

I utgangspunktet var foreldresamarbeid en del av spørsmålene fra intervjuguiden, men etter hvert som intervjuene ble utført kom det i tillegg frem sentrale aspekter ved samarbeidet mellom andre fagpersoner og instanser. Jeg valgte derfor å dele opp dette temaet i følgende kategorier: ”Kommunikasjon og samarbeid med foreldre”, samt ”bryte ned faggrensener.”

##### **Kommunikasjon og samarbeid med foreldre**

Samtlige av informantene forklarte at de anså foreldresamarbeid som en vesentlig del av tilretteleggingen for høysensitive barn i barnehagen. I denne sammenheng ble kommunikasjon, foreldresamtaler og kurs, en fellesnevner som beskrev informantenes syn på foreldresamarbeid. Informant 4 uttrykker seg på denne måten:

*Nei det kan vel ikke sies nok hvor viktig det faktisk er. Og heller sette av tid til ekstra samtaler med de som har høysensitive barn. At man har god tid til å snakke med dem*

*sånn at vi er på lag. Mange ganger har de gode erfaringer som sier ”vi gjør det sånn, og vi gjør det sånn, prøv det.” Og ja, det fungerer kjempe godt. Så det er liksom nummer en, og så begynner vi med tiltak i barnehagen og tilrettelegging skritt for skritt.*

Informant 4 anser på denne måten samtaler med foreldrene som et utgangspunkt for den videre tilretteleggingen eller tiltakene som settes i gang for det høysensitive barnet. Informant 1 trekker også frem betydningen av foreldresamarbeidet, og hevder at det handler om å gjøre foreldrene trygge. Den daglige dialogen blir fremhevet som betydningsfull, da foreldrene kan bidra med nyttig informasjon. Hun påpeker at det er foreldrene som kjenner barnet sitt best.

Informant 3 forklarer i likhet med overnevnte at foreldresamarbeidet anses som viktig i barnehagen. I tillegg trekker han frem et perspektiv som belyser en annen side av foreldresamarbeidet. Han forklarer at foreldrenes egne erfaringer fra barndommen, kan påvirke deres intensjoner for egne barn. Dersom et barn viser tegn på høysensitivitet, er det ofte slik at foreldrene også viser tegn på personlighetstrekket. Han forklarer videre at foreldrene ofte ønsker å sikre at deres barn ikke får den samme opplevelsen som de hadde som barn, og at de derfor ofte kan ”pushe” barnet mer enn hva barnet egentlig tåler. Det blir derfor viktig å arbeide med foreldrenes bevissthet, slik at de forstår at barnehagen ofte har andre verktøy de kan ta i bruk, slik at barnet ikke tar skade av unødvendig eksponering. I tillegg trekker informanten frem nødvendigheten av å være tilgjengelig for foreldrene. Han forklarer at foreldrene i barnehagen har mulighet for ekstra samtaler, hvor de blant annet kan snakke med en ansatt som har særlig kompetanse om personlighetstrekket. Han forklarer det på denne måten:

*Så har vi mulighet for at de møter ansatte med særlig kunnskap om personlighetstrekket, eller andre med kompetanse her i barnehagen. Det er en som er familieterapeut også. Så du kan jo si at foreldresamarbeidet er jo avgjørende i et hvert barns liv. Det er ultimativt den viktigste ressurs et barn har i livet.*

Videre forklarer han at de har to foreldresamtaler i året som er obligatoriske. I samtalen legges det vekt på en direkte, omsorgsfull og forståelsesfull fremtoning i møte med foreldrene. Informanten påpeker betydningen av å gjøre foreldrene bevisst på at de jobber på samme lag. Informant 3 som jobber i samme barnehage, forklarer at de også er tilgjengelige

for foreldre som trenger samtaler utenom de fastsatte foreldresamtalene. Dersom de er usikre på om barnet er sensitivt, eller har et behov for å diskutere temaet ytterligere, setter de opp en ekstra samtale. I tillegg forklarer hun at de har mange relevante bøker liggende som foreldrene kan låne.

### **Bryte ned faggrenser**

To av informantene trakk frem samarbeidet med andre instanser og fagpersoner, som særlig betydningsfullt for arbeidet med høysensitive barn i barnehagen. Gjennom intervjuet begrunnet informant 3 barnehagens valg av tilrettelegging for høysensitive barn, ved å referere til forskning knyttet til blant annet hjerneforskere og biologer. Han hevder at det er viktig å bryte ned faggrenser, slik at man samler kunnskap fra ulike felt. På denne måten legger man et grunnlag for det pedagogiske arbeidet i barnehagen. Videre referer han til celle- biologen Bruce Lipton, som beskriver forholdet mellom miljøet og barnets gener ytterligere:

*Han er veldig spennende å lese i forhold til hvordan miljøet påvirker genene, for han sier at man inntil noen få år tilbake at de genene du er født med "thats life", sånn blir ditt liv. Og det har man funnet ut at det stemmer overhodet ikke. Det må noen miljømessige faktorer til for å aktivere et gen, og den miljømessige faktoren her, det er jo barnehagen. Så hvilke gener er det vi aktiverer her i de barn som vi har? Og så vet man jo også nå at de første årene i livet de er kanskje mer viktig enn det vi hadde trodd. Hva er det for noen mønster som aktiveres i hjernen?*

Informant 4 trakk også frem betydningen av samarbeid, og forklarte at barnehagen hun jobbet i samarbeidet tett med både Pedagogisk psykologisk tjeneste, samt helsestasjonen. Hun trekker frem et samarbeidsorgan som hun kaller for "Tidlig innsats- team", hvor både pedagogiske ledere, styrer, Pedagogisk Psykologisk Tjeneste, samt helsestasjonen, er inkludert. Videre forklarer informanten at problemstillinger knyttet til sensitive barn, ofte har vært et samtaleemne i disse møtene. I denne sammenheng kan de andre fagpersonene i teamet uttrykke et ønske om å se nærmere på situasjonen. PPT kan ha et ønske om å utføre en "dat.con" kartlegging, mens helsestasjonen ofte har et fokus på å utelukke somatiske lidelser eller andre sykdommer. Videre peker hun på samarbeidet som betydningsfullt, da man kan blande personlighetstrekket med blant annet tette ørekanaler, kronisk mage- tarm

sykdommer, eller barnemigrene. Det er ifølge informanten viktig å utelukke det somatiske før man begynner å tilrettelegge for det psykiske.

## 4.4 Oppsummering av funn

**Informantenes opplevelse av sensitive barn-** Informantene opplevde barna som særlig sensitive overfor stimuli i hverdagen. Både lyd, lukt, samt den taktile følsomheten, ble trukket frem av informantene. I tillegg ble sensitive barns emosjonelle følsomhet, beskrevet gjennom barnets evne til å forstå og tilpasse seg andre. I tillegg opplevde informantene at sensitive barn viste empati overfor andre, i større grad enn hva de har erfart hos andre barn.

**Høysensitive barns behov i barnehagen-** Informantene opplevde at sensitive barn har et behov for å få hjelp til å fortolke omgivelsene, da de ofte bruker mye energi på å bearbeide inntrykk fra hverdagen. Videre kom det frem at barna har et behov for tydelige beskjeder, rutiner og forberedelser, for å oppleve forutsigbarhet i hverdagen. På denne måten var målet å redusere og organisere ”kaoset” av tanker som barnet sitter inne med. I møte med lek, opplevde informantene at barna hadde et behov for å skjermes fra stimuli, ved å leke alene, eller i mindre grupper. I tillegg ble barnets behov for å fortolke og forstå leken, trukket frem.

**Å tilrettelegge for høysensitive barns behov i barnehagen-** Informantene forklarte at de forsøkte å tilrettelegge og organisere hverdagen, slik at barna opplevde optimal grad av stimuli. Å dele inn barna i grupper, samt innrede rommet enkelt og ryddig, ble ansett som betydningsfullt for å redusere stimuli og inntrykk i hverdagen. I tillegg forklarte informantene at de hadde installert støydempende plater i rommene, samt tilrettelagte huler og stillerom, hvor barna kan trekke seg tilbake. For å skape forutsigbarhet, anvendte to av informantene dagstavler og konkreter, som hadde som hensikt å bidra til oversikt over hverdagens aktiviteter. Selv om skjerming fra stimuli ble ansett som betydningsfullt, hevdet informantene at sensitive barn også må utfordres og eksponeres i hverdagen. Likevel var det viktig at utfordringene ble tilrettelagt slik at barnas forutsetninger for å mestre ble tatt hensyn til. Videre ble de ansattes bevissthet om tonefall, valg av ord, samt kroppsspråk, viktig for å tydeliggjøre signaler som ble sendt ut. Avslutningsvis ble samarbeid med foreldre og fagpersoner, trukket frem som sentralt for å skape ytterligere forståelse for barnets behov for tilrettelegging i hverdagen.

## 5 Drøfting av funn

I dette kapitlet skal jeg drøfte overnevnte funn, knyttet opp mot relevant teori som har blitt presentert i kapittel 2. Følgende problemstilling vil bli belyst:

*Hvordan tilrettelegger fire barnehageansatte for høysensitive barns behov i barnehagen?*

Videre har jeg valgt den samme inndelingen som presentasjonen av funn, med et mål om å skape oversikt og struktur. Likevel har jeg sett det som nødvendig med ytterligere inndelinger, der teorien legger vekt på ulike perspektiver. Jeg har også endret betegnelsen på flere av kategoriene, slik at de samsvarer med tilhørende teori.

### 5.1 Informantenes opplevelse av sensitive barn

Som et grunnlag for informantenes opplevelser av sensitive barns behov og tilhørende strategier for tilrettelegging, ser jeg det som vesentlig å drøfte sentrale kjennetegn av personlighetstrekket. Under intervjuene ble det tydelig at spørsmål som omhandlet behov og tilrettelegging, ble besvart og begrunnet med deres oppfattelse av hvilke egenskaper som ofte lot seg gjenkjennes i hverdagen. Ved å utdype informantenes oppfattelse om sensitive barns egenskaper i tilknytning til teori, er målet å skape en forståelse for hvorfor det legges vekt på de ulike momentene som beskrives i innenfor behov og tilrettelegging. Det vil også bli naturlig at de ulike momentene under ”kjennetegn” blir hentet opp igjen kapitlene som følger. Jeg ønsker å påpeke at egenskaper kan oppfattes som individuelle, og at det derfor er informantenes forståelse og erfaringer som legger grunnlaget for den videre drøftingen.

#### 5.1.1 Sensitivitet overfor miljøet- fordeler og utfordringer

Slik jeg tolker informantene i studien, opplevde de at sensitive barn var særlig påvirkelig overfor miljøet. I denne sammenheng ble både lyd og lukt trukket frem som faktorer som barnet reagerte sterkt på. Reaksjonene kom til uttrykk gjennom et særlig behov for pauser og skjerming i hverdagen. Sensitivitet overfor subtile stimuli kan ifølge Aron (2014) føre til at barna legger merke til detaljer i omgivelsene, og kan på denne måten bidra til gjennomtenkte handlinger og vurderinger. Slik jeg tolker Aron (2014) vil ikke dette nødvendigvis være en ulempe, men det kan derimot bli en utfordring dersom nervesystemet blir overbelastet. Dersom barnet opplever å bli overstimulert, kan følelsen av stress og utmattelse bli

fredtredende. En slik forklaring stemmer også overens med uttalelser fra informant 4, hvor det kommer frem at hun betrakter sensitive barns hjerne som et filter med store hull. På denne måten hevder hun at sensitive barn kan oppleve utfordringer med å skille ut inntrykk fra omgivelsene. En mulig forklaring på informantenes opplevelse av sensitive barns behov for pauser og skjerming, kan derfor begrunnes med deres evne til å ta til seg inntrykk i større grad. I en barnehagehverdag som består av mange barn, varierte aktiviteter, samt et høyt lydnivå, kan en nærliggende konsekvens være at barnet må forholde seg til et mangfold av inntrykk.

Aron (2014) hevder i likhet med informantene at høysensitive barn har en særlig evne til å peke ut hårfine nyanser av lyder, lukter og detaljer i omgivelsene. I tillegg forklarer Sonne og Delskov (2015) at den taktile følsomheten blir tydelig, ved at ulike materialer i plagg kan føles ubehagelig mot kroppen. Informant 2 trekker også frem sensitive barns taktile følsomhet, og forklarer at barna ofte har et behov for støtte i påkledningssituasjoner. Hun opplever at barna har sterke preferanser om at klærne ikke skal skrukke seg på kroppen, samt at klærne ikke skal klø. Sensitive barns særlige mottakelighet overfor stimuli, kan knyttes opp mot Jagiellowicz et al. (2011) sin studie. Studien indikerte en høyere hjerneaktivitet, i de områder i hjernen som vurderer og registrerer sammensetninger og detaljer i sanseintrykk. Resultatene kan på denne måten bidra til ytterligere forståelse for hvorfor barna føler på, og oppfatter sanseintrykk i større grad enn andre.

På grunnlag av overnevnte forklaringer om sensitive barns evne til å bearbeide inntrykk på et dypere plan, kan egenskapen oppfattes som en fordel, da barnets evne til å vurdere og reflektere kan føre til nøyaktighet og gjennomtenkte handlinger. Samtidig betrakter jeg også egenskapen som en utfordring, dersom miljøet kjennetegnes av støy og mange inntrykk. I en påkledningssituasjon vil en samlet barnegruppe kunne føre til økt støynivå, i tillegg til at barnet vil forsøke å oppfatte og bearbeide de mange inntrykkene fra omgivelsene. En forklaring på barnets reduserte oppmerksomhet, kan derfor skyldes at inntrykkene blir for mange, og at barnet opplever utfordringer med å rette oppmerksomheten mot den aktuelle oppgaven. En slik tankegang stemmer også overens med Ellis og Boyce (2008) beskrivelse av miljø-sensitive barn, samt Pluess og Belsky (2013) sin beskrivelse av ”fordelaktig sensitivitet”. Et miljø som er preget av støtte og forståelse, vil prege sensitive barn i større grad enn andre. På denne måten kan miljøsensitivitet betraktes som en særlig fordel. På en annen side vil et miljø som ikke preges av den samme støtten og forståelsen, kunne bidra til

at barnet får utfordringer med å ta i bruk sine egenskaper. Ved å ta utgangspunkt i teorien om miljøsensitivitet, tolker jeg miljøet som avgjørende for om barnets egenskaper utvikles eller begrenses.

### **5.1.2 Emosjonelle kjennetegn- empati og speiling**

En av informantene trekker frem en interessant egenskap som hun opplever er fremtredende hos høysensitive barn. Hun definerer denne egenskapen som en speilingsprosess, som blir tydelig i samspill med andre barn og voksne. Slik jeg tolker informanten, handler det om at barnet tilpasser sin atferd, i lek og aktiviteter med andre barn. I sammenheng med en slik forståelse, har Acevedo et al. (2014) avdekket en særlig høy aktivering i sensitive personers speilnevronsystem i hjernen. Aron (2014) forklarer at speilnevronsystemet blir aktivert når man observerer og vurderer andres følelser og handlinger. Systemet bidrar deretter til å reagere som om individet skulle følt eller gjort det samme. En forklaring på informantenes opplevelse av egenskapen ”speiling”, kan derfor være at sensitive barn har en særlig tilbøyelighet til å reagere på andres handlinger. Videre vil de tilpasse sin atferd, ut i fra den forståelsen de har for den andre personen. Informanten trekker særlig frem samspillet med barn som viser en utagerende atferd, og hevder at sensitive barn i denne sammenheng kan vise den samme type atferd som det andre barnet. På denne måten kan barnet oppleve å bli overstimulert, ved at atferden tilpasses den voldsomme leken. I tillegg opplever informanten at barnet kan få utfordringer med å finne ro og balanse etter en slik lek. Likevel opplever hun at sensitive barn trekkes mot barn som viser utagerende atferd, men at hun ikke vet årsaken til hvorfor det er slik.

Selv om teorien begrunner egenskapen ”speiling” med en særlig høy aktivering i speilnevronsystemet i hjernen, er det begrenset med teori som kan bidra som en begrunnelse for hvorfor sensitive barn trekkes mot barn som viser utagerende atferd. Det kan tenkes at beskrivelsen bygger på enkeltopplevelser fra den ene informanten, hvor tilfeldigheter spiller inn. En annen forklaring kan relateres til Acevedo et al. (2014) sin beskrivelse av sensitive barns utpregede empatievne. Egenskapen kan i denne sammenheng bidra til at barnet ønsker å tilfredsstille andre barns behov i leken. En annen begrunnelse kan være at barnet observerer at andre barn har utfordringer i leken, og at barnet føler et ansvar for å bidra som en egnet lekekamerat. Aron (2014) beskriver sensitive barn som mer involvert i sosiale situasjoner, og at de ofte gir uttrykk for forståelse for andres handlinger og følelser. I tillegg forklarer Sonne



og Delskov (2015) at sensitive barn ofte bruker mye tid på å passe på at andre barn har det bra, og at dette kan resultere i forsømmelse av egne behov.

Informantene som deltok i studien, trekker også frem sensitive barns særlige empatievne, og forklarer i likhet med Sonne og Delskov (2015) at barna ofte er svært oppmerksom på andre barns behov. Informant 2 har i tillegg erfaringer med sensitive barn som viser en særlig omsorg overfor barn med særskilte behov. Videre forklarer hun at dette kommer til uttrykk ved at barnet fanger opp at det aktuelle barnet trenger hjelp, og deretter gir signaler om at de voksne må komme å hjelpe til. Informanten forklarer at hun opplever at sensitive barn har en utpreget evne til å fange opp slike situasjoner, og at denne evnen skiller seg ut mer markant enn hva hun ser hos andre barn. Informantens opplevelse kan basere seg på enkeltopplevelser fra hennes erfaringsbakgrunn, og det kan derfor tenkes at empatievnene kan komme til uttrykk på varierte måter. Likevel er det et fellestrekk blant alle informantene, at de opplever at sensitive barn er særlig oppmerksomme på barn som har slått seg, eller er lei seg av andre årsaker. Sonne og Delskov (2015) hevder i denne sammenheng at de ansatte bør være oppmerksomme på situasjoner der barnet bruker for mye krefter på andre, og at man bør hjelpe barnet til å rette fokuset mot egne følelser og behov. På bakgrunn av informantenes og teoriens uttalelser, kan jeg forstå at barnets utpregede empatievne kan oppleves som utfordrende, dersom barnets egne behov blir forsømt. Et stadig fokus mot andre barns behov, kan resultere i at barnet blir utmattet og sliten av å motta og reagere på emosjonelle inntrykk. Likevel kan det tenkes at egenskapen kan bidra positivt for omgivelsene, da barnet er med på å skape et miljø preget av empati og omsorg for andre. I tillegg bør barnets egenskaper verdsettes, slik at barnet utvikler et positivt syn på egne ferdigheter. En balanse mellom å fremme barnets empatievne, og samtidig hjelpe barnet til å ta hensyn til egne behov, kan dermed synes å bidra positivt i møte med sensitive barn.

## **5.2 Høysensitive barns behov i barnehagen**

I følgende tema, vil informantenes opplevelse av sensitive barns behov, bli drøftet nærmere. Imsen (2005) forklarer at behov kan beskrives som en generell tendens som kommer til uttrykk hos alle mennesker i ulike situasjoner. Det påpekes at alle har ulike grader av behov, og at de kan fremtre avhengig av den gitte situasjonen. I tillegg vil behovene som opptrer hos ulike individer, oppstå som et følge et samspill mellom personens ulike egenskaper. Høysensitivitet kan på denne måten betraktes som en faktor som kan bidra til spesifikke

behov hos barnet. Likevel vil både konteksten og barnets andre personlighetstrekk, være avgjørende for hvilke behov som blir fremtredende. Informantenes beskrivelser kan dermed betraktes som tendenser som har blitt observert i det daglige arbeidet med sensitive barn. Da informantenes perspektiv omfatter generelle erfaringer, blir det naturligvis utfordrende å skulle nyansere behovene ut i fra det enkelte barn. Likevel ser jeg det som nødvendig å påpeke at et behov kan oppleves individuelt, og at det er informantenes erfaringer og opplevelser fra sitt arbeid med sensitive barn som blir vesentlig for punktene som følger. Jeg vil også påpeke at andre barnehager, og andre typer miljøer, vil kunne føre til varierte behov hos barna. Videre vil behovene nedenfor, basere seg på egenskapene som tidligere har blitt drøftet i kapittel 5.1.

### **5.2.1 Forståelse i møte med inntrykk - følelsesregulering og fortolkning**

Slik jeg tolket informantene, opplevde de at sensitive barn ofte har et behov for hjelp til å fortolke omgivelsene. Det kom også frem at sensitive barn reflekterer over hendelser i større grad, og at det ofte gjelder situasjoner som kan oppleves som en bagatell for andre. Dersom barnet ikke blir møtt, eller får utløp for sine tanker, kan barnet bruke lang tid på å bearbeide disse tankene. Ifølge August og August (2016) vil sensitive barns emosjonelle mottakelighet, være en del av barnets personlighet. Videre hevdes det i likhet med informantene, at barnas følelser ikke bør bagatelliseres av de ansatte. På denne måten unngår man å at barnet ikke forstår, aksepterer, eller regulerer den følsomheten som kjennetegner dem.

Informant 3 undrer seg over om det kan være sentralnervesystemet som fortolker signaler fra omverdenen på en annen måte, og at dette kan anses som en mulig begrunnelse for hvorfor noen barn har et behov for hjelp til å fortolke disse inntrykkene ytterligere. En slik tankegang støttes av Aron (2014) som forklarer at sensitive barn bearbeider inntrykk mer dyptgående enn hva andre barn gjør. Slik jeg tolker informantene og Aron (2014) kan en slik tankeprosess føre til at barna overtolker de ulike signalene, da barnet vurderer alle aspektene ved en situasjon. Det handler derfor om å hjelpe barnet til å formulere seg, samt hjelpe barnet til å strukturere tanker og følelser som oppstår.

Informantene trekker også frem sensitive barn i møte med risikofaktorer, og forklarer at de opplever sensitive barn som mer sårbare overfor belastende hendelser som skilsmisse eller dødsfall. I slike situasjoner mener informantene at barna har et behov for tettere oppfølging,

samt at de har et behov for å sette ord på hendelsen. Informantenes utsagn kan sees i lys av Ellis og Boyce (2008) som hevder at sensitive barn er mer tilbøyelig for negative følelser i situasjoner der motgang blir fremtredende. Barnas evne til å bearbeide inntrykk mer grundig enn andre, kan føre til at både negative og positive inntrykk, føles mer intenst. Behovet for å få hjelp til å fortolke omgivelsene, samt sette ord på følelser og inntrykk, kan dermed betraktes som vesentlig for barnets bearbeidingsprosess.

### **5.2.2 Å oppleve forutsigbarhet- betydningen av kommunikasjon og rutiner**

Samtlige av informantene trakk frem høysensitive barns behov for forutsigbarhet og struktur i barnehagehverdagen. Slik jeg tolker informantene, opplevde de at barna hadde et behov for tydelige beskjeder og forklaringer om hva som skal skje i de ulike aktivitetene i barnehagen. August og August (2016) forklarer i denne sammenheng at behovet blir særlig fremtredende i nye situasjoner, samt i tilfeller der faste rutiner forandres. I likhet med informantene hevdes det at forberedelse i form av beskjeder og forklaringer blir betydningsfullt. En nærliggende forklaring på hvorfor behovet for forutsigbarhet oppleves som særlig fordelaktig for sensitive barn, kan begrunnes med barnets ”dyptgående bearbeidelse av inntrykk” (Aron, 2014). Barnet vil vurdere om situasjonen er trygg eller farlig, og dermed bruke mye energi på å bearbeide følelser og tanker som oppstår. Ved å kommunisere med barnet, og forklare hva aktiviteten innebærer, kan det tenkes at barnet får hjelp til å strukturere de mange inntrykkene som oppstår. En slik tankegang stemmer også overens med informantenes uttalelser, der det kommer frem at barna blir urolige og stresset, dersom de ikke vet hva som skal skje. I tillegg trekker informantene frem samlingsstunder, som en betydningsfull arena hvor de ansatte får muligheten til å formidle innholdet i den aktuelle dagen.

Høysensitive barn, har ifølge August og August (2016) også et behov for faste rutiner i barnehagehverdagen. Rutinene vil bidra til å skape oversikt og trygghet, og bør gjentas hver dag slik at barnet vet hva som forventes av dem. Dette samsvarer med informantenes uttalelser, som også vektlegger daglige rutiner som betydningsfullt for de sensitive barna. I tillegg forklarer informantene at de opplever rutiner som en viktig trygghetsfaktor for sensitive barn. Aron (2014) forklarer i denne sammenheng at sensitive barn har en særlig evne til å oppfatte og forstå hva som forventes av dem, og på denne måten kan rutiner bidra for å skape ytterligere forståelse. Likevel forklarer Aron (2014) at for mange inntrykk og stimuli i hverdagen, kan bidra til at barnet ikke mestrer oppgaven i samsvar med

forventningene som stilles. Forventningene og følelsen av å ikke ha kontroll, kan dermed bidra til ytterligere stress. Det blir derfor viktig å gi barnet ro og tid, samt veilede og hjelpe barnet i den aktuelle situasjonen. På denne måten kan man skape forutsigbarhet, i situasjoner der rutinene har skapt forventninger som barnet ikke mestrer.

### **5.2.3 Sensitive barn i møte med lek**

Sensitive barns behov for støtte og veiledning i lek, ble trukket frem som en sentral opplevelse av informantene i undersøkelsen. Det handler ifølge informantene om å hjelpe barnet til å finne sin plass i leken, gjennom en opplevelse av trygghet og forståelse. I tillegg blir behovet for å leke alene, eller i mindre grupper, trukket frem som et sentralt behov. I denne sammenheng blir begrepet ”overstimulering”, knyttet opp mot barnas behov. I de følgende underkategoriene vil jeg drøfte informantenes utsagn, ved å trekke inn teori som bidrar til ytterligere forståelse.

#### **Et behov for å finne sin plass i leken**

Ifølge Aron (2014) kan sensitive barns evne til å bearbeide inntrykk grundig, føre til utfordringer med å foreta valg, da valget må vurderes grundig i forkant. I tillegg kan barnet oppleve nye situasjoner og nye mennesker som en utfordring, da hjernen arbeider aktivt med å vurdere konsekvensene av å delta i det sosiale samspillet. Informantene refererer i denne sammenheng til sensitive barn som ”observasjonsbarn”. Slik jeg tolker anvendelsen av begrepet, handler det om at sensitive barn ofte observerer og tolker situasjonen, før de velger å delta.

Informantene legger vekt på støtte og veiledning fra de ansatte, i situasjoner der sensitive barn har utfordringer med å finne sin plass i leken. Barnet kan ha et behov for å få hjelp til å fortolke situasjonen, slik at de blir tilstrekkelig trygg på å delta i leken. Slik jeg tolker informant 2, kan barnet bruke tid på å vurdere hva de andre barna gjør, samt om de bli godtatt i leken. En slik beskrivelse kan knyttes opp mot sensitive barns emosjonelle mottakelighet. Ifølge Aron (2014) fører denne egenskapen til at barnet engasjerer seg følelsesmessig, ved at de ofte vurderer og forstår andres følelser og handlinger. I tillegg blir egne følelser trukket frem som vesentlig, da barnet kan reagere sterkt på egne feiltrinn. På denne måten kan barnet oppleve situasjoner som utfordrende, ved at tankene stadig rettes mot mulige konsekvenser

og vurderinger om mestring. Dette kan anses som en begrunnelse for barnets observerende væremåte, og kan videre føre til et behov for å sette ord på tanker og følelser som oppstår.

### **Overstimulering- et behov for å leke alene eller i mindre grupper**

Ifølge Thomsen (2015) vil sensitive barn oppleve inntrykk og stimuli mer intenst enn andre barn. Hun forklarer at ”følelsen av å mangle et filter” blir fremtredende, da sensitive barn har utfordringer med å skille ut inntrykk. Aron (2014) forklarer at dype refleksjoner over det meste av hendelser og fenomener, kan resultere i at barnet blir fysisk og psykisk utmattet. I lys av dette hevder informantene at sensitive barns evne til å vurdere og reflektere over situasjoner, ofte kommer til uttrykk i lek. Dersom barnet er utsatt for mye støy fra omgivelsene, kan det oppstå et behov for pauser og skjerming i hverdagen. I tillegg forklarer informantene at de ansatte bør respektere barnets behov for å leke alene, eller i mindre grupper. En mulig forklaring på barnets behov for å trekke seg tilbake fra barnegruppen, eller velge å leke i mindre grupper, kan være at barnet selv er kapabel til å regulere egne behov. Dersom barnet kjenner at omgivelsene blir overveldende, anser jeg det som positivt at barnet selv kjenner sine begrensinger, slik at de unngår å bli overstimulert. Ifølge Aron (2014) kan alle barn kan oppleve overstimulering i ulik grad, men likevel ser man både hyppigere og sterkere reaksjoner hos de høysensitive barna. På denne måten kan behovet for pauser og skjerming, anses som særlig betydningsfullt for de sensitive barna.

## **5.3 Å tilrettelegge for sensitive barns behov i barnehagen**

På grunnlag av behovene som ble drøftet i foregående kapittel, vil jeg videre drøfte hvordan informantene møter disse behovene på en hensiktsmessig måte. Det handler om hvordan informantene tilrettelegger hverdagen for å møte barnas behov for forståelse, fortolkning, og trygghet i barnehagen. I tillegg blir sensitive barns behov for å oppleve balanse mellom skjerming og stimuli, vesentlig for punktene som følger. Jeg har valgt å ikke knytte et spesifikt behov, opp mot en spesifikk måte å tilrettelegge på. De ulike formene for tilrettelegging som nevnes nedenfor, kan dermed oppleves som flere måter å møte mangfoldet av behov på. En slik organisering har også blitt valg på grunnlag av intervjuenes forløp. Der ble det tydelig at informantene betraktet egenskaper, behov og tilrettelegging som generelle tendenser, og at det dermed var ulike måter å møte barnas behov på. I de følgende delkapitlene vil jeg drøfte informantenes erfaringer med tilrettelegging ytterligere.

### 5.3.1 Organisering og gruppeinndeling

For å skjerme sensitive barn fra overveldende stimuli og inntrykk i hverdagen, ble barna delt opp i grupper jevnlig. Overgangssituasjoner, påkledning, lek og måltid ble trukket frem som situasjoner hvor informantene betraktet gruppeinndeling som betydningsfullt. Sonne og Delskov (2015) hevder at en slik organisering vil kunne bidra til at sensitive barn opplever ro og konsentrasjon til å fordype seg i den valgte aktiviteten. En nærliggende begrunnelse for hvorfor en slik organisering kan bidra positivt, kan være at barnet får muligheten til å skille ut inntrykk fra omgivelsene. På denne måten får barnet muligheten til å fokusere på den valgte aktiviteten, samt samspillet mellom de få barna som er tilstede i gruppen. En annen forklaring på betydningen av gruppeinndelinger, kan begrunnes med sensitive barns emosjonelle følsomhet. August og August (2016) forklarer at barna kan bli særlig berørt av konflikter som oppstår i barnegruppa. Videre trekkes det frem at de både blir direkte berørt av å delta i en konflikt, men også indirekte påvirket av å observere ubehagelige situasjoner mellom andre barn. En begrunnelse for hvorfor sensitive barn kan oppleve overstimulering i situasjoner der barnegruppen er samlet, kan derfor være at barnet uttrykker en særlig emosjonell følsomhet overfor andre barn og voksne. Ved å dele opp gruppen blir det dermed færre barn å forholde seg til.

En ytterligere strategi som informantene trekker frem, handler om organisering ved måltidet. Her kommer det frem at de deler opp barna slik at ikke alle barna sitter rundt det samme bordet. Informant 4 legger til at hun ofte plasserer sensitive barn strategisk, ved at de får sitte på enden av hvert bord. Hun begrunner dette valget ved å forklare at hun opplever behovet for kontroll og oversikt som vesentlig. Om denne strategien kan anses som betydningsfull for de høysensitive barna, kan være vanskelig å svare på. Likevel kan den knyttes opp mot sensitive barns behov for oversikt og forutsigbarhet (Sonne og Delskov, 2015: August og August, 2016). Ved at barna får muligheten til å følge med på det som skjer, kan barnet oppleve kontroll og oversikt over miljøet. Samtidig kan det tenkes at en slik plassering kan føre til at barnet må forholde seg til et mangfold av inntrykk, og at de bruker mye energi på å bearbeide tanker og opplevelser. Likevel kan det betraktes som en fordel å plassere barna på enden av hvert bord, dersom barnegruppen i forkant har blitt delt opp i mindre grupper. På denne måten får de oversikt over de barna som er tilstede, og det blir dermed færre inntrykk å forholde seg til.

Ifølge informantene har sensitive barn ofte et behov for å leke alene, eller i mindre grupper. Både Sonne og Delskov (2015) og informantene, er samstemte på at de ansatte bør respektere dette behovet. Selv om inndelinger i grupper har som hensikt å redusere inntrykk, kan barnet ha et behov for ytterligere pauser i hverdagen. I slike situasjoner bør man i følge informantene ikke tvinge barnet til å leke med andre. Dersom det blir et mønster, hevder derimot informant 1 at de ansatte bør gripe inn. I denne sammenheng forklarer August og August (2016) at de ansatte bør vurdere sensitive barns ulike behov i leken. Noen sensitive barn mestrer det sosiale samspillet på en adekvat måte, mens andre kan trenge støtte for å engasjere seg og utvikle sosial kompetanse. Slik jeg tolker informantene og teorien, bør man finne en balanse mellom å respektere barnets behov for å leke alene, samtidig som man er bevisst hensynet til sosial utvikling.

### **5.3.2 Miljømessig innretning av rommene**

Å dele inn barna i grupper, vil trolig ikke være tilstrekkelig i alle situasjoner. Stimuli og inntrykk vil ikke utelukkende oppstå i menneskelige relasjoner og atferd, men også oppstå gjennom rommets funksjon og innredning (Aron, 2014). En av informantene forklarer at han anser lyd og lukt som de sansene som påvirker mennesker mest. Dersom man har sensitive trekk knyttet til disse, vil man sannsynligvis ha flere utfordringer med konsentrasjon. Videre forklarer informantene at dersom ikke rommet er riktig innrettet, kan det forstyrre barnets tilstedeværelse i det som skjer i barnehagen. På denne måten kan miljøet skape trigger for dårlig konsentrasjon. Informantenes uttalelser kan ses i lys av Arons (2014) beskrivelse av sensitive barns mottakelighet overfor subtile stimuli. Som tidligere nevnt kan denne egenskapen bidra til at barnet er særlig sensitiv overfor lyder, lukter og stimuli i miljøet. I likhet med informanten hevder Aron (2014) at barnets skarpe oppmerksomhet, kan forsvinne i situasjoner der barnet blir overstimulert av omgivelsene. En slik tankegang kan bidra som en nærliggende forklaring på hvordan miljøet i barnehagen bør tilrettelegges, og samsvarer i tillegg med informantenes uttalelser om betydningen av å redusere støy og stimuli i hverdagen.

Videre forklarer samtlige av informantene at de har installert støydempende plater i både bord og tak, slik at støynivået blir redusert betraktelig. I tillegg kommer det frem at organisering og innredning av ulike rom, er av betydning. Informant 2 forklarer at de forsøker å unngå å ha for mange bilder og plakater på veggene, og i tillegg legger hun vekt på

at lekene skal være organiserte og lett tilgjengelig. Dersom rommet er overfylt med leker, rot og dårlig luft, blir det ifølge informantene ”for mye å ta inn over seg”. En slik forklaring stemmer også overens med Arons (2014) beskrivelser, hvor det legges vekt på å unngå overflod av bilder og plakater på veggene. Enkel møblering, organisering av leker i kasser, samt installering av støydempende plater, blir også trukket frem som vesentlig i denne sammenheng. Jeg tolker informantene og Aron (2014) som at det handler om å skape et oversiktlig miljø, slik at barna opplever kontroll og forutsigbarhet.

Informantene i studien, trakk også frem rommets funksjon som sentralt, og forklarte videre at barnehagene er organisert slik at sensitive barn får muligheten til å trekke seg tilbake på et ”stillerom” eller tilrettelagte ”huler” på avdelingene. Slik jeg tolker informantene, vil en slik tilrettelegging ikke utelukkende være tilpasset de sensitive barna, men likevel oppfattes det som særlig fordelaktig for denne gruppen. August og August (2016) forklarer at det bør opprettes regler ved anvendelse av stillerom. De ansatte bør formidle til barna hva det er lov til å gjøre på dette rommet. Lese bok, slappe av, eller høre på musikk, er eksempler på aktiviteter som kan bidra til ro og avslapping.

Informant 1 forklarte derimot at rommene kan ha ulike funksjoner, slik at barnas varierte behov blir tilfredsstilt. I tillegg til ”stillerom”, trekker hun frem ”puterom” hvor barnet kan få utløp for energi. Informantens uttalelser er særlig interessante, da hun indikerer at sensitive barn kan ha flere behov enn å skjermes fra stimuli. Som Haukedal (2014) beskriver gjennom komfortsonen, bør balansen mellom trygghet og utfordringer tas hensyn til. I denne sammenheng kan det tenkes at en balanse mellom stimuli og skjerming, kan være en fordel for barna. I tillegg kan sensitive barn ifølge Kristal (2005) ha varierte karaktertrekk, som kan føre til ulike behov. Ved å tilrettelegge for rom med ulike funksjoner, vil barnet kunne oppsøke det rommet som tilfredsstiller deres behov i størst grad. På denne måten kan det tenkes at barnet selv får muligheten til å regulere balansen mellom utfordringer og skjerming i hverdagen. En slik type tilrettelegging vil trolig bidra positivt for flere barn. Ifølge August og August (2016) vil dette føre til at tilretteleggingen ikke betraktes som ”forskjellsbehandling”, da det bidrar til å møte et mangfold av personlighetstrekk og atferdsmønstre i barnegruppa.



### 5.3.3 Verktøy for å skape forutsigbarhet

I tillegg til gruppeinndelinger og innretning av rom i barnehagen, ble sensitive barns behov for forutsigbarhet trukket frem som sentralt av informantene. Behovet ble nærmere drøftet i delkapittel 5.3.2. I denne underkategorien, vil jeg drøfte hvilke verktøy som kan anvendes for å skape forutsigbarhet i hverdagen.

Informantene forklarer at de anvender dagstavler og konkreter, som viktige verktøy for å skape oversikt over rutiner og aktiviteter i løpet av en dag. Anvendelsen av et slik verktøy ble betraktet som en særlig fordel for alle barna i barnegruppen, men likevel opplevde informantene et særlig behov knyttet til høysensitive barn. Som nevnt tidligere hevder August og August (2016) at forberedelser er viktig dersom det oppstår nye situasjoner eller forandringer i rutinene. Sonne og Delskov (2015) legger til at det handler om skape oversikt, trygghet, samt en opplevelse av å vite hva som forventes av dem.

I likhet med informantene hevder Sonne og Delskov (2015) at piktogrammer og bilder kan tas i bruk for å skape forutsigbarhet og oversikt. I en påkledningssituasjon kan bildene illustrere overgangen fra A til B, ved å for eksempel anvende fotografier av de ulike plaggene som barnet skal ha på seg. Informant 4 forklarer derimot at været kan forandre seg i løpet av en dag, og at hun derfor venter med å beskrive hvilke plagg barnet skal ha på seg den aktuelle dagen. Hun opplever at sensitive barn er mer sårbare overfor forandringer, og kan derfor reagere sterkere på endringer i en eventuell dagsplan. Slik jeg tolker informanten og Sonne og Delskov (2015) kan eventuelle bilder og forklaringer av hva barnet skal ha på seg, anvendes i selve situasjonen, og ikke i forkant.

En forklaring på hvorfor dagsplaner kan bidra positivt for sensitive barn i barnehagen, kan være at aktivitetene i barnehagen blir strukturert og organisert visuelt. På denne måten kan barnet stadig oppsøke dagsplanen når behovet for oversikt blir fremtredende. Slik jeg forstår formålet med en dagsplan, vil den innebære en grovkisse over dagens innhold. En nærmere utdypelse av hvordan hver aktivitet vil utspille seg, vil derfor ikke fremkomme. Jeg anser derfor kommunikasjonen mellom barn og voksne som en viktig tilleggsfaktor, hvor samspillet kan bidra til ytterligere forståelse av forventninger. I tillegg vil det ofte oppstå forandringer i rutinene, og det kan derfor anses som en fordel med ansatte som møter barnets

behov. Som tidligere nevnt, vil støtte til å fortolke omgivelsene også være betydningsfullt i dette tilfellet.

#### **5.3.4 Komfortsonen- balanse mellom trygghet og utfordringer**

I overnevnte kategorier, har fokuset i stor grad vært rettet mot å skjerme sensitive barn fra stimuli i hverdagen. Selv om dette behovet ble betraktet som vesentlig, hevdet informantene at sensitive barn også har et behov for å eksponeres for utfordringer i hverdagen. Det kom frem at de ansatte bør stille krav til barna, samtidig som hensynet til barnets forutsetninger og behov bør ivaretas. Informant 3 hevder at man bør stille krav tilsvarende der barnet er, men samtidig gi utfordringer som barnet kan strekke seg etter. August og August (2016) hevder i likhet med informantene at det bør stilles krav til barna i hverdagen, men at det bør tilrettelegges på en slik måte at barnet opplever mestring. Ved å opprettholde de kravene man har stilt til barnet, vil man sende et signal om at man tror de mestrer oppgaven. En kombinasjon mellom å være støttende og konsekvent, vil i denne sammenheng være en fordel. Informant 2 forklarer at hun ønsker at sensitive barn skal delta på samlingsstundene i barnehagen. Likevel respekterer hun barnets valg om å trekke seg unna, samt delta på avstand. På denne måten stiller hun krav til deltagelse, samtidig som hun tar hensyn til barnets behov for skjerming.

Haukedal (2014) trekker også frem balansen mellom trygghet og utfordringer, og kobler det opp mot komfortsonen. Han forklarer at sensitive barn er mer sårbare overfor psykiske og fysiske påkjenninger, og har dermed lettere for å havne utenfor denne sonen. Dersom barnet blir overstimulert eller understimulert, vil ikke barnet få utnyttet sine egenskaper og ressurser tilstrekkelig. Haukedals (2014) forklaring er særlig interessant, da han også legger vekt på understimulering. En slik tankegang bidrar til forståelse for at sensitive barn også har et behov for å eksponeres og utfordres i hverdagen. August og August (2016) forklarer at hverdagen kan tilrettelegges slik at det blir en variasjon mellom pauser, rolige aktiviteter, samt aktiviteter med et høyere nivå av stimuli. På denne måten blir det en tilstrekkelig balanse mellom utfordringer og skjerming.

Informantene legger også vekt på at sensitive barn er forskjellige. Det handler derfor om å kjenne det enkelte barn, og deretter finne en hensiktsmessig balanse for det spesifikke barnet. Ved å ta utgangspunkt i informantenes uttalelser, anser jeg komfortsonen som et

individuell fenomen. Med dette mener jeg at barnets individuelle særpreg, vil bestemme hvordan de ansatte bør balansere hensynet til utfordringer og trygghet i hverdagen. Ved å vurdere hva som påvirker det enkelte barn positivt og negativt i hverdagen, kan det bidra til gjennomtenkte og tilpassede strategier. En slik tankegang kan knyttes til Imsen (2005), som beskriver barns ulike behov, knyttet opp mot samspillet mellom ulike egenskaper. På denne måten anser jeg inkludering av barnets andre personlighetstrekk, som vesentlig i vurderingen av hvordan hverdagen i barnehagen skal tilrettelegges. Kristal (2005) hevder at det kan være forskjeller i både aktivitetsnivå, intensitet i uttrykkene, tilpasningsevne, utholdenhet, konsentrasjon, samt barnets humør. Egenskapene som her beskrives, kan resultere i ulike behov hos sensitive barn. Dersom barnet kjennetegnes av en særlig høy konsentrasjon, vil tidskrevende oppgaver antageligvis egne seg for barnet. Sensitive tilbaketrukne barn, kan ifølge August og August (2016) ha et behov for hyppigere pauser, slik at de mestrer stimulerende aktiviteter i større grad. Når informantene påpeker betydningen av å kjenne det enkelte barn, tolker jeg det derfor som at ulike karaktertrekk spiller inn. Ved å ta utgangspunkt i sensitive barns forskjeller i temperament, forstår jeg komfortsonen som en indikator som illustrerer en omtrentlig grense for hva sensitive barn tåler av påkjenninger. Modellen vi derimot ikke kunne si noe mer om det enkelte barns variasjoner, i form av karaktertrekk og individuelle behov.

Miljøet trekkes også frem som betydningsfullt når det skal tilrettelegges for utfordringer i barnets hverdag. En av informantene, hevder at det ikke nytter å gi barnet vanskelige eller utfordrende oppgaver, dersom det er mye støy og inntrykk i omgivelsene. Aron (2014) trekker derimot frem en ytterligere faktor å ta hensyn til. Hun forklarer at sensitive barn må være fysisk klar for forandringer eller utfordringer i hverdagen. Sensitive barn reagerer sterkere på fysiske plager, og kan lett bli distraheret dersom de er sultne, trøtte eller syke. I lys av en slik tankegang, vil det være nærliggende å betrakte dette som et sentralt behov for alle barn. Dersom barn ikke får tilstrekkelig med søvn og mat, er det allment kjent at konsentrasjonen svekkes. Likevel vil sensitive barn være mottakelige for stimuli i større grad, slik at behovet for fysisk velvære og overskudd blir særlig betydningsfullt (Aron, 2014). Komfortsonen betraktes også som relevant i denne sammenheng, da fysiske inntrykk vil kunne påvirke om barnet blir overstimulert eller ikke. For at barnet skal få full tilgang til sine ressurser, må fysiske behov tilfredsstilles, samt miljøet være tilrettelagt på en hensiktsmessig måte.

### **5.3.5 Strategier for å skape forståelse og trygghet i hverdagen**

Informantene opplevde at sensitive barn har et behov for å få hjelp til å tolke signaler som ble sendt ut fra omgivelsene. Bevissthet om hvordan man ordlegger seg og hvilket kroppsspråk man anvender, ble ansett som betydningsfullt i møte med sensitive barn. Informantene opplevde at barna var mer sårbare, og at de kunne reagere mer intenst på irettesettelser og kritikk. En slik tankegang støttes også av August og August (2016), som forklarer at høysensitive barn er særlig tilbøyelig for å ta til seg irettesettelser på en negativ måte. Videre forklares det at barna ofte vurderer sine egne handlinger grundig, og at de derfor kan bli mer sårbare overfor signaler som kan oppleves som kritikk.

Slik jeg tolker teorien og informantene, er det ikke nødvendigvis slik at de ansatte har som hensikt å uttrykke en kritisk væremåte. Likevel kan barnets evne til å fortolke og reflektere over egne og andres handlinger, kunne bidra til at små aspekter ved situasjonen, kan mistolkes. Det kan være at den ansatte hever stemmen, er stresset, eller er brå i bevegelsene, slik at barnets tanker og refleksjoner sentreres omkring sin egen tilstrekkelighet eller mangel på mestring. Informantenes forklaringer om å møte barnet gjennom et tydelig og støttende kroppsspråk, kan derfor forstås som vesentlig i møte med sensitive barn.

Informant 2 forklarer at hun tar i bruk en ”mild tone”, i situasjoner der hun skal kommunisere med barnet om hva det er greit eller ikke greit å gjøre. Hun forklarer at dette er viktig, da barnets følsomhet kan utløse sterkere reaksjoner enn hva hun ser hos andre barn. Likevel hevder samtlige av informantene at kommunikasjon og tydelighet er viktig, men at man bør vente til barnet har roet seg ned fra en eventuell reaksjon. Videre forklares det at man bør tilby barnet et fang, snakke med en rolig og tydelig tone, slik at man sammen kan skape forståelse for situasjonen. På denne måten blir den voksnes væremåte, betydningsfullt for hvordan barnet tolker signaler som blir sendt ut fra omgivelsene.

### **5.3.6 Samarbeid med foreldre og andre fagpersoner**

#### **Foreldresamarbeid- en anerkjennende grunnholdning**

Alle informantene som deltok i studien, trakk frem samarbeid med foreldre som en vesentlig del av å tilrettelegge hverdagen for høysensitive barn. I denne sammenheng ble både foreldresamtaler, kurs, samt den daglige kommunikasjonen vektlagt. Informantene var også

bevisste på å sette av ekstra tid til samtaler, i situasjoner der foreldrene hadde et behov for å diskutere barnets personlighetstrekk ytterligere. Informantenes fokus og målrettede arbeid omkring temaet høysensitivitet, kan være et resultat av informantenes kunnskap og erfaringsbakgrunn. Det blir derfor naturlig at arbeidet rundt temaet, trolig blir utført mer systematisk og gjennomtenkt, enn hva det blir gjort i andre barnehager. Foreldrene ble på denne måten en viktig ressurs for det pedagogiske arbeidet omkring sensitive barn. Videre opplevde informantene at foreldrene ofte har erfaringer som barnehagens ansatte kan dra nytte av, i form av tiltak og strategier som kan bidra positivt for det enkelte barn. En slik forståelse kan begrunnes med at det er foreldrene som kjenner barnet sitt best, og bør dermed betraktes som betydningsfulle for hvilke valg som foretas i barnehagen. En slik tankegang samsvarer med informantenes erfaringer, da de forklarer at samarbeidet kan betraktes som et grunnlag for eventuelle tiltak.

Sonne og Delskov (2015) trekker frem en anerkjennende grunnholdning som betydningsfullt i møte med foreldrene i barnehagen. Det handler om å betrakte foreldrene som en viktig medspiller i samtalen. En slik tankegang samsvarer slik jeg ser det, med informantenes syn på foreldresamarbeid, da foreldrenes perspektiver og erfaringer blir tillagt vekt i det daglige arbeidet. Informant 3 trekker derimot frem et ytterligere perspektiv som omhandler foreldresamarbeidet. Han forklarer at foreldrenes egne erfaringer, kan påvirke deres intensjoner for egne barn. Videre forklarer han at foreldre til høysensitive barn, ofte viser tegn på lignende karaktertrekk. En forklaring på informantens opplevelse, kan begrunnes gjennom Arons (1997) beskrivelse av personlighetstrekket som arvelig og medfødt. På denne måten kan foreldrene ha opplevd lignende erfaringer fra sin egen oppvekst. Informanten forklarer deretter at foreldrene kan ha et ønske om at deres barn skal eksponeres for utfordringer, slik at de mestrer situasjoner som de selv har opplevd som vanskelige i barndommen. Informanten opplever at foreldrenes ønsker ikke alltid samsvarer med hva barnet har forutsetninger for å mestre. Slik jeg tolker informanten blir det viktig å forklare og begrunne hvilke verktøy man kan anvende i barnehagen, slik at man unngår å ”presse” barnet inn i situasjoner det ikke er klar for. Informantens beskrivelse kan knyttes opp mot enkelterfaringer i den aktuelle barnehagen, og det er dermed ikke sagt at dette er en problemstilling som fremtrer ofte. Som tidligere nevnt er det derimot dokumentert at personlighetstrekket er arvelig, og det kan dermed oppstå situasjoner hvor foreldrene kjenner igjen barnets utfordringer eller egenskaper fra egen barndom. Det kan også tenkes at disse erfaringene kan bidra positivt, da foreldrene har forståelse for barnets egenskaper og behov i

hverdagen. På denne måten kan man sammen utvikle strategier og løsninger for å skape en best mulig hverdag for barnet.

### **Samarbeid med andre fagpersoner**

Informantene som deltok i studien la vekt på varierte erfaringer og perspektiver som omhandlet samarbeid med andre instanser og fagpersoner. Informant 4 trakk særlig frem samarbeidet med Pedagogisk Psykologisk Tjeneste og helsestasjonen. I denne sammenheng deltok barnehagen i et team som hun kalte ”Tidlig innsats”, der pedagogiske ledere, styrer, samt en representant fra PPT og helsestasjonen var inkludert. Videre forklarer hun at sentrale problemstillinger knyttet til sensitive barn, ofte ble tatt opp under disse møtene. Hun forteller at helsestasjonen ofte er opptatt av å utelukke somatiske tilstander hos barnet, da man kan blande personlighetstrekket med tette ørekanaler, kronisk mage- tarm sykdom, eller barnemigrene. Dette støttes også av Sonne og Delskov (2015) som forklarer at samarbeidet med andre fagpersoner er av betydningen for å utelukke somatiske tilstander. August og August (2016) forklarer at både introversjon, angst, stress, søvnproblemer eller fysiske tilstander, kan forveksles med hørsensitivitet. Dersom barnet viser betydelige vansker kan det også ifølge Sonne og Delskov (2015) være en fordel å kartlegge om barnet har en diagnose i tillegg til å være hørsensitiv. På denne måten sikrer man seg at det pedagogiske arbeidet er sentrert på riktig grunnlag.

Et relevant drøftingsmoment på bakgrunn av overnevnte beskrivelser, blir dermed spørsmålet om når eventuelle instanser og fagpersoner skal kobles inn. Slik jeg tolker hørsensitivitet, vil ikke personlighetstrekket skape betydelige vansker dersom miljøet er tilstrekkelig tilrettelagt. I tillegg vil andre personlighetstrekk som Kristal (2005) beskriver ytterligere, bidra til å påvirke om barnet opplever adekvate eller betydelige utfordringer i hverdagen. Mye av jobben som utføres i barnehagen, kan slik jeg ser det, utføres uten hjelp fra andre instanser og fagpersoner. I situasjoner der de ansatte har utfordringer med å forstå barnets personlighetstrekk, kan det derimot være en fordel med veiledning fra en spesialpedagog som har kunnskap om hvordan barnehagen kan tilrettelegges fordelaktig. Eventuelt kan samarbeidet også rettes mot å utelukke eventuelle diagnoser, der det er tvil om barnet er særlig sensitiv. På bakgrunn av kritikken av selvtester som ble nærmere presentert i kapittel 2.1.3, kan vurderingen av barnets personlighet, føre til utfordringer. Observasjoner av barnet, samt utelukkelse av andre faktorer som kan spille inn på barnets atferd, kan dermed bli nødvendig i en slik vurdering.

Dersom barnet utsettes for en risikofaktor, kan personlighetstrekket ifølge Pluess og Belsky (2009) øke barnas sårbarhet. Høysensitive barn faller dårligere ut, i sammenligning med andre barn som blir utsatt for samme type motgang i livet. En slik beskrivelse kan bidra som en begrunnelse for informantenes opplevelse av sensitive barns behov for tettere oppfølging i situasjoner der de opplever motgang. I slike situasjoner ser jeg betydningen av å vurdere omfanget av utfordringer som barnet stilles overfor. Det kan være at barnehagen kan gjøre nødvendige grep som fører til at barnet mestrer situasjonen, samtidig som utvikling av betydelige vansker kan kreve oppfølging fra andre instanser og fagpersoner.

Kunnskapsdepartementet (2011) hevder at barnehagen har et ansvar for å oppdage barn som har et behov for individuell tilrettelegging, samt forebygge vansker. I denne sammenheng ser jeg det som relevant å se nærmere på hva allmennpedagogikken kontra spesialpedagogikken, kan tilby barnet. Mange av de ulike momentene som har blitt nevnt i foregående kapitler, kan anses som betydningsfulle for mange barn. De kan dermed implementeres i hverdagen, uten at dette nødvendigvis setter barnet i bås. Dersom barnet opplever betydelige vansker, ser jeg det likevel som nødvendig med spesialpedagogiske tiltak. Dette fordi et likeverdig tilbud, kan kreve mer enn det allmennpedagogikken kan tilby.

I tillegg til samarbeid med PPT og helsestasjonen, trekker en av informantene frem betydningen av å bryte ned faggrensene. Jeg tolker informanten som at det handler om å trekke inn kunnskap fra ulike fagfelt, slik at man samler fagpersoner på et sted. I denne sammenheng ble blant annet hjerneforskere og biologer, trukket frem som sentrale fagpersoner. Ved å trekke inn kunnskap fra biologer, kan man ifølge informanten få ytterligere kunnskap om hvordan et spesifikt gen blir påvirket i møte med miljøet. En slik tankegang stemmer også overens med Rothbart (2011), som skriver at barnets medfødte sårbarhet, kan utløse reaksjoner eller tendenser i møte med miljøet. I delkapittel 2.2 presenteres også ulike studier av hjernen, som bidrar til ytterligere forståelse for hvordan hjernen til høysensitive barn responderer i møte med miljøet. Ved å ha kunnskap innenfor varierte fagfelt, kan man på denne måten tilrettelegge og forstå høysensitive barn ytterligere. Miljøet trekkes frem som sentralt i beskrivelsene, og bidrar derfor til et særlig fokus på betydningen av å organisere barnehagehverdagen på en hensiktsmessig måte.

## 6 Avslutning

I det avsluttende kapittelet vil jeg trekke frem studiens formål og problemstilling, og deretter beskrive hvilke funn som blir sentrale for oppgavens besvarelse. Videre vil jeg gjøre rede for veien videre, hvor refleksjoner og vurderinger av ytterligere forskning på feltet, blir trukket frem.

Formålet med denne studien var å se nærmere på høysensitive barn i barnehagen, samt hvordan hverdagen kan tilrettelegges for å møte deres behov. Det ble innledningsvis gjort rede for begrepets plassering forskningsmessig, hvor det kom frem at det fortsatt befinner seg i en tidlig fase. Teori og forskning omkring det pedagogiske arbeidet i barnehagen, sett i sammenheng med sensitive barn, kan dermed betraktes som begrenset. Gjennom denne studien har jeg derimot fått muligheten til å se nærmere på denne problematikken, ved å basere meg på erfaringer og opplevelser fra fire barnehageansatte sitt ståsted. Selv om utvalget kan sies å være begrenset, og det blir vanskelig å trekke generelle slutninger, har jeg likevel samlet inn interessante aspekter som kan bidra til inspirasjon, bevissthet og gjenkjennelse. Følgende problemstilling har blitt besvart:

*Hvordan tilrettelegger fire barnehageansatte for høysensitive barns behov i barnehagen?*

I det følgende kapittel vil jeg gå nærmere inn på besvarelsen av problemstillingen, med utgangspunkt i oppsummering og konklusjoner trukket frem fra studien. Sentrale funn vil bli oppsummert i de tre hovedtemaene som gjenspeiler seg fra funn og drøfting. På denne måten er målet at problemstillingen vil bli besvart på en oversiktlig måte.

### 6.1 Oppsummering og konklusjoner

#### **Kjennetegn hos sensitive barn**

Informantene trekker frem egenskaper som i stor grad samsvarer med Arons (2014) forklaringsmodell DOES. De opplever sensitive barn som særlig mottakelig overfor miljøet, og forteller at de reagerer sterkere på både lyd, lukt og taktil stimuli. Barnas evne til å fange opp og reagere på stimuli, blir i denne sammenheng knyttet opp mot en høyere aktivering i områder i hjernen, som vurderer og oppfatter sammensetninger og detaljer i sanseintrykk (Jagiellowicz et al., 2011). Videre forteller informantene at de opplever sensitive barn som særlig empatiske, samt at de har en evne til å forstå og tilpasse seg andre. Egenskapen



begrunnes med en høyere aktivering i speilnevronsystemet i hjernen (Acevedo et al., 2014). Informantenes erfaringer av sensitive barns egenskaper, blir betydningsfulle for hvilke behov og strategier for tilrettelegging som blir fremtredende.

### **Høysensitive barns behov i hverdagen**

Det første behovet som blir trukket frem, handler om å skape forståelse i møte med inntrykk og stimuli. Informantene forklarer at sensitive barn ofte har et behov for å få hjelp til å fortolke omgivelsene, da barna vurderer og reflekterer over hendelser i større grad. I møte med risikofaktorer, ble dette behovet ansett som betydningsfullt, da sensitive barn er særlig tilbøyelig for negative følelser i situasjoner der motgang blir fremtredende. I den andre kategorien ble sensitive barns behov for forutsigbarhet og struktur drøftet ytterligere. Barnas evne til å bearbeide inntrykk på et dypere plan, kan føre til at barnet bruker mye energi på å skape oversikt i hverdagen. Forklaringer, forberedelser og rutiner, ble trukket frem som betydningsfullt, slik at barna vet hva som forventes av dem til enhver tid. I den siste kategorien ble barnas behov i møte med lek, drøftet nærmere. I denne sammenheng kom det frem at sensitive barn ofte observerer leken, samt forsøker å vurdere mulige konsekvenser av å delta. Veiledning og fortolkning av leken, ble trukket frem som sentralt for at barna skal bli tilstrekkelig trygg på å delta. Informantene opplevde i tillegg at sensitive barn ofte kan ha et behov for å leke alene eller i mindre grupper. Dette kan begrunnes med at barnet har et behov for å skjermes fra inntrykk og stimuli.

### **Å tilrettelegge for sensitive barns behov i barnehagen**

Den første strategien som informantene brukte for å møte barnas behov, var å dele inn barna i grupper. På denne måten fikk barna mulighet til å fokusere på den valgte aktiviteten over tid. En slik organisering ble knyttet opp mot sensitive barns emosjonelle følsomhet, da de ofte er mottakelig og sårbare overfor konflikter og inntrykk fra barnegruppen (August og August, 2016). I tillegg ble barna plassert strategisk ved måltidet, slik at behovet for forutsigbarhet og oversikt ble tatt hensyn til. Det kom også frem at behovet pauser og alenelek bør respekteres, men dersom det blir et mønster bør de ansatte derimot gripe inn. Et ytterligere funn som ble fremtredende, handlet om tilrettelegging og bevissthet om rommets innredning. I denne sammenheng var målet å møte barnas behov for optimal grad av stimuli. Dette ble betydningsfullt for barnets konsentrasjon og tilstedeværelse i aktiviteter. Støydempende plater ble anvendt for å redusere støy, og rommene i barnehagen var innredet ryddig, organisert og med enkel møblering. I tillegg bør rommene ha ulike funksjoner, slik at

barnas varierte behov blir ivaretatt. Stillerom, huler, samt puterom, var eksempler på ulike funksjonelle rom, hvor barnet enten kan trekke seg tilbake eller få utløp for energi. Deretter ble ulike verktøy for å skape forutsigbarhet diskutert. Informantene forklarte at de brukte dagstavler og konkreter, for å skape oversikt over rutiner og aktiviteter. Likevel ble kommunikasjonen tillagt vekt, slik at ytterligere forklaringer og presiseringer ble muliggjort. Selv om informantene vektla skjerming av stimuli som betydningsfullt for tilretteleggingen i barnehagen, ble det tydelig at krav og utfordringer også bør prege det pedagogiske innholdet. Det kom frem at utfordringene derimot må tilpasses barnets forutsetninger og behov. I denne sammenheng ble komfortsonen knyttet inn, da det handler om å gi barnet tilstrekkelig balanse mellom stimuli og skjerming. På denne måten får de full tilgang til sine ressurser og egenskaper. Videre fulgte den fjerde kategorien, hvor ulike strategier for å skape forståelse og trygghet, ble diskutert. Det handler om å hjelpe sensitive barn til å tolke signaler og situasjoner, da de ofte fanger opp og reflekterer rundt alle sider og aspekter ved en situasjon. For å unngå misforståelser og feiloppfatninger, bør de ansatte være bevisst sitt kroppsspråk, tonefall, og valg av ord. I den siste kategorien ble samarbeid med foreldre og fagpersoner drøftet ytterligere. Resultatene indikerte en fordel ved å støtte seg til en anerkjennende væremåte overfor foreldrene, hvor deres innspill og perspektiver ble tillagt vekt. Samarbeidet ble ansett som et grunnlag for valg av pedagogiske tiltak. I tillegg ble samarbeidet med andre fagpersoner trukket frem som sentralt, da det kan bidra til ytterligere kunnskap og forståelse. Det kan også være betydningsfullt å samarbeide med en spesialpedagog, dersom barnet opplever uttalte vansker, i form av risikofaktorer.

De ulike strategiene som blir anvendt, kan sies å ha som hensikt å skape en hverdag hvor barnet opplever optimal grad av stimuli. Selv om skjerming av inntrykk er det som vektlegges i størst grad, kommer det frem at hverdagen bør tilrettelegges slik at det blir variasjon. En balanse mellom pauser, skjerming og eksponering av stimuli, blir dermed trukket frem som sentralt fra resultatene.

## **6.2 Avsluttende kommentarer og veien videre**

Informantene som deltok i denne studien, hadde bred kunnskap om personlighetstrekket høysensitivitet, samtidig som de jobbet målrettet med temaet i hverdagen. Informantenes kunnskapsbakgrunn, resulterer i oppfatninger og erfaringer som naturlig rettes mot tilrettelegging for sensitive barn i barnehagen. Dersom jeg hadde tatt i bruk informanter med

varierte oppfattelser og begrenset kunnskapsbakgrunn på feltet, er det ikke sikkert at et slikt fokus hadde preget resultatene i like stor grad. Jeg anser det derfor som nødvendig å påpeke at resultatene fra denne studien, er påvirket av deltagerens subjektive oppfatninger og erfaringer.

Som nevnt innledningsvis, har jeg valgt å ikke begrense problemstillingen min ytterligere. Dette fordi det er lite forskning og teori på området, og jeg ønsket derfor å åpne opp for informantenes tolkning og oppfattelse omkring problemstillingen. Resultatene kan derfor sies å inkludere et vidt spekter av behov og tilhørende momenter innenfor tilrettelegging. Dersom jeg hadde valgt å begrense problemstillingen ytterligere, ved å for eksempel fokusere på ”den fysiske tilretteleggingen”, hadde jeg fått mulighet til å fordype meg ytterligere i tematikken. Likevel finner jeg de ulike aspektene som fremkommer gjennom resultatene som interessante, da de innebærer varierte metoder for å møte barnas behov.

Avslutningsvis vil jeg trekke frem nødvendigheten av ytterligere forskning på feltet. Som nevnt i kapittel 2.1.3 er særlig selvtestene som har blitt utviklet for å måle høysensitivitet, blitt kritisert. Jeg anser derfor arbeidet med å kvalitetssikre de ulike testene ytterligere, som sentralt for veien videre. I tillegg bør testene utvikles, slik at det ikke er noen tvil om hva de faktisk måler. Presiseringer og ytterligere metoder for å tolke spørsmålene i testene, kan derfor anses som nødvendig. På denne måten blir det også lettere for pedagoger og foreldre, når de skal vurdere og forstå barnets personlighet og atferdsuttrykk.

I tillegg til behovet for å utvikle tester for å måle høysensitivitet, ser jeg det som nødvendig med ytterligere forskning om miljøets betydning for høysensitive barn i barnehagen. Egenskapene og behovene som har blitt drøftet i denne studien, er basert på fagfelleverderte forskningsartikler, som i stor grad dokumenterer barnets egenskaper. Likevel kan det synes at forskning som rettes mot strategier for tilrettelegging, ikke er basert på det samme forskningsgrunnlaget. Jeg anser derfor behovet for ytterligere empiri, som måler effekten av hvordan ulike strategier for tilrettelegging, kan påvirke sensitive barns trivsel og utvikling i barnehagen, som vesentlig. I tillegg kan et slikt fokus bidra til ytterligere kunnskap for ansatte i barnehagen, da det blir mulig å forholde seg til forskning som er basert på dokumenterte metoder.

# Litteraturliste

- Acevedo, B.P., Aron, E.N., Aron, A., Sangster, M. D., Collins, N. & Brown, L. L. (2014). The highly sensitive brain: an fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions. *Brain and Behavior*, 4(4), 580–594. doi: 10.1002/brb3.242.
- Andenæs, A. (2000). Generalisering: Om ringvirkninger og gjenbruk av resultater fra en kvalitativ undersøkelse. I H. Haavind (Red.), *Kjønn og fortolkende metode: Metodiske muligheter I kvalitativ forskning*. (s.287-320). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Aron, E. N. & Aron, A. (1997). Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversion and Emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345-368. doi: 10.1037/0022-3514.73.2.345.
- Aron, E. N. (2004). Revisiting Jung's concept of innate sensitiveness. *Journal of Analytical Psychology*, 49(3), 337-367. doi:10.1111/j.1465-5922.2004.00465.x.
- Aron, E. N. (2013). *Særlig sensitiv: La sårbarheten bli din styrke*. Oslo: Cappelen Damm.
- Aron, E. N. (2014). *Særlig sensitive barn*. Oslo: Cappelen Damm.
- August, L., & August, M. (2016). *Sensitive barn i pedagogisk arbeid: Fra sårbarhet til styrke*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Befring, E. (2007). *Forskingsmetode med etikk og statistikk* (2.utg.). Oslo: Det Norske Samlaget.
- Braun, V., & Clarke, V. (2008). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Chess, S. & Thomas, A. (1999). *Goodness of Fit. Clinical Applications From Infancy Through Adult Life*. New York: Routledge.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among five approaches*. (3 utg). Thousand Oaks: Sage Publishing.

- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode: En kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Den Nasjonale Forskningsetiske Komité for Samfunnsvitenskap og Humaniora. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. Hentet fra [https://www.etikkom.no/globalassets/documents/publikasjoner-som-pdf/60125\\_fek\\_retningslinjer\\_nesh\\_digital.pdf](https://www.etikkom.no/globalassets/documents/publikasjoner-som-pdf/60125_fek_retningslinjer_nesh_digital.pdf)
- Ellis, B. J., & Boyce, W. T. (2008). Biological Sensitivity to Context. *Association for Psychological Science*, 17(3), 183-187. doi: 10.1111/j.1467-8721.208.00571.x
- Fay, B. (1996). *Contemporary philosophy of social science: A multicultural approach*. Oxford: Blackwell publishing.
- Fox, E., Zoukou, K., Ridgewell, A., & Garner, K. (2011). The serotonin transporter gene alters sensitivity to attention bias modification: Evidence for a plasticity gene. *Biological Psychiatry*, 70(11), 1049-1054. doi: 10.1016/j.biopsych.2011.07.004
- Gall, M.D., Gall, J.P. & Borg W.R. (2007). *Educational research: An introduction*. (8.utg.). Boston: Allyn and Bacon
- Gerstenberg, F. (2012). Sensory- processing sensitivity predicts performance on a visual search task followed by an increase in perceived stress. *Personality and Individual Differences*, 53(4), 496-500. doi: 10.1016/j.paid.2012.04.019.
- Haukedal, T. E. (2014). *Boken om høysensitivitet: Veien fra sårbarhet til ressurs*. Bergen: Trond Haukedal Forlag.
- Higley, J., & Suomi, S. (1989). Temperamental reactivity in non- human primates. I G. Kohnstamm., & M. Rothbart. (Red.), *Temperament in childhood*. (s.153-167). New York: Wiley.
- Imsen, G. (2005). *Elevens verden: Innføring i pedagogisk psykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E., Cao, G. Feng, T. & Weng, W. (2011). The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social*

*Cognitive and Affective Neuroscience*, 6(1), 38-47. doi:10.1093/scan/nsq001

Jagiellowicz, J., Aron, A., & Aron, E. (2016). Relationship between the temperament trait of sensory processing sensitivity and emotional reactivity. *Social Behavior and Personality*, 44(2), 185-199. doi: 10.2224/sbp.2016.44.2.185.

Johanessen, A., Tufte, P., & Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (4. utg.). Oslo: Abstrakt Forlag.

Jung, C.G. (1971). *Psychological Types*. New Jersey: Princeton University Press.

Kagen, J. (1994). *Galen's Prophecy: Temperament in human nature*. New York: Basic Books

Kristal, J. (2005). *The Temperament Perspective: Working with Children's Behavioral Styles*. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing Co.

Kunnskapsdepartementet. (2011) *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Oslo: Kunnskapsdepartementet. Hentet fra [https://www.udir.no/Upload/barnehage/Rammeplan/rammeplan\\_bokmal\\_2011nett.pdf?epslanguage=no](https://www.udir.no/Upload/barnehage/Rammeplan/rammeplan_bokmal_2011nett.pdf?epslanguage=no)

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk

Larsen, R. J., Buss, D. M. & Wismeijer, A. (2013). *Personality Psychology: Domains of Knowledge About Human Nature*. Boston: McGrawe Hill Education.

Maxwell, J. A. (1992). Understanding and Validity in Qualitative research. *Harvard Educational Review*, 62(3), 279-300.

Melby-Lærvåg, M. (2017, 16. januar). Høysensitive barn: Hvem er de egentlig?. *Utdanningsnytt.no*. Hentet fra <https://www.utdanningsnytt.no/debatt/2017/januar/hoysensitive-barn---hvem-er-de-egentlig/>

Moltsen, M. (2016, 29. august). Forskning kritiske til teori om de spesielt sensitive. *Forskning.no*. Hentet fra <http://forskning.no/psykologi/2016/08/forskere-kritiske-til-teori-om-de-spesielt->

sensitive

- Pluess, M., & Belsky, J. (2009). Differential susceptibility to rearing experience: The case of childcare. *Journal of child psychology and psychiatry*, 50(4), 396-404. doi:10.1111/j.1469-7610.2008.01992.x
- Pluess, M., & Belsky, J. (2013). Vantage Sensitivity: Individual Differences in Response to Positive Experiences. *Psychological Bulletin*, 139(4), 901-916. doi: 10.1037/a0030196.
- Rothbart, M. K. (2011). *Becoming who we are: Temperament and personality in development*. New York: The Guilford Press.
- Sand, I. (2016). *Highly Sensitive people in an insensitive world*. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Sonne, L., & Delskov, A. (2015). *Sensitive barn*. Oslo: Spartacus Forlag.
- Strelau, J. (1994). The concept of Arousal and Arousability as Used in Temperament studies. I J.E. Bates, and T.D. Wachs (Red), *Temperament: Individual differences at the interface of biology and behavior*. (s.117-141). Washington: American Psychological Association
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget
- Thomsen, U.H. (2015). *Særligt sensitiv: Guide til det gode liv*. København: Rosinante & co.
- Wolf, M., Van Doorn, S., & Weissing, F.J. (2008). Evolutionary emergence of responsive and unresponsive personalities. *Proceeding of the National Academy of Sciences*, 105(41), 15825. doi: 10.1073/pnas.0805473105.

# Vedlegg 1: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

## Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

### *”En kvalitativ studie om høysensitive barn - Behov og tilrettelegging i barnehagen”*

#### **Bakgrunn og formål**

Jeg er en masterstudent som studerer spesialpedagogikk med fordypning i psykososiale vansker, og skal begynne med den avsluttende oppgaven nå i januar. I den sammenheng ønsker jeg å se nærmere på temaet ”høysensitive barn i barnehagen”. Jeg ønsker å samle inn informasjon fra 3-4 pedagoger som har erfaring med høysensitive barn i barnehagen, og som kan svare på spørsmål som innebærer kjennetegn, tilrettelegging og deres opplevelse av barnas behov.

#### **Hva innebærer deltagelse i studien**

Studien innebærer deltagelse i et intervju, hvor informanten skal svare på spørsmål relatert til erfaringer med høysensitive barn. Spørsmålene vil omfatte pedagogens opplevelse av høysensitive barns behov i barnehagen, hvor barnas reaksjoner på omgivelsene, deltagelse i lek og aktiviteter, samt barnas behov for voksenkontakt blir vesentlig. Spørsmålene vil også omhandle hvordan pedagogen tilrettelegger for at disse behovene skal bli møtt, gjennom spørsmål om struktur, miljø og oppfølging fra ansatte. Spørsmålene vil rette seg mot pedagogens generelle erfaring av fenomenet høysensitivitet i barnehagen, slik at det ikke vil bli nødvendig med spesifikke opplysninger om enkeltbarn.

Jeg vil ta i bruk lydopptak for å dokumentere intervjuet, og det må beregnes å ta omtrent 45 minutter- 1 time for å svare på spørsmålene. Vi avtaler nærmere tidspunkt og sted, ut i fra hva som passer for deg.

#### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Informasjonen som samles inn vil bli behandlet konfidensielt, og jeg vil være den eneste som har tilgang til lydfilen. Etter intervjuet skal jeg skrive direkte avskrift av lydopptaket



(transkripsjon), som vil bli lagret på privat pc med passord, frem til oppgaven avsluttes. Dersom det har kommet frem indirekte personopplysninger gjennom intervjuet, skal denne informasjonen skjules eller anonymiseres. Det skal ikke være mulig å gjenkjenne deltagere i studien. Lydopptaket vil bli slettet når oppgaven er ferdigstilt innen 20 august, 2017.

### **Frivillig deltagelse**

Det informeres om at det er valgfritt å delta i prosjektet, og at deltagerne kan trekke seg når som helst i prosessen uten å oppgi noen grunn.

Prosjektet er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD- Norsk senter for forskningsdata AS.

Min veileder for denne oppgaven er Stine Solberg: [stine.solberg@isp.uio.no](mailto:stine.solberg@isp.uio.no)

Ta kontakt dersom du ønsker å delta, eller har spørsmål.

Line Floor Ulvang

Kristiansandsgate 12 C

0463, Oslo

Mailadresse: [line\\_ulvang@hotmail.no](mailto:line_ulvang@hotmail.no)

Telefon: 92615556

### **Samtykkeerklæring:**

Jeg har mottatt og lest informasjonen om prosjektet, og er villig til å delta

Signatur.....

Dato.....

## Vedlegg 2: Intervjuguide

Informasjon
Forklare kort hensikten/formålet med intervjuet
Informere informantene om at de ikke vil bli gjenkjent i intervjuet og i det ferdige produktet.
Informere om bruken av lydopptak, og at ingen skal lytte til dette utenom meg. Taushetsplikt
Informere om at intervjuet skal handle om generelle erfaringer og opplevelser med fenomenet høysensitivitet i barnehagen. Ingen konkrete opplysninger om barn og voksne skal bli nevnt.
<i>Har du noen spørsmål før vi setter i gang med intervjuet?</i>
Erfaringer
<i>Hvor mange år har du jobbet som pedagog i barnehage?</i>
<i>Hvordan har du skaffet deg kunnskap om høysensitivitet?</i>
<i>Kan du beskrive hvordan du kjenner igjen et barn som er særlig sensitiv?</i>
Behov
<i>På bakgrunn av foregående spørsmål, kan du si noe om hvilke behov du opplever at høysensitive barn i barnehagen har?</i>

*Kan du si noe om hvilke behov du opplever at høysensitive barn har i forhold til veiledning og støtte i lek?*

*Kan du beskrive høysensitive barns følelsesmessige behov i hverdagen?*

*Kan du beskrive de høysensitive barnas behov for oppmuntring i barnehagehverdagen?*

*(Kontra Irettesettelser?)*

*Opplever du at høysensitive barn har ekstraordinære behov i situasjoner som måltid, påkledning, turer og samlingsstunder. Kan du eventuelt beskrive hvilke?*

### Tilrettelegging

*Ut i fra de behovene du nå har gjort rede for (oppsummere), hvordan tilrettelegger du hverdagen i barnehagen slik at disse blir møtt?*

*Gjennom relevant forskning forklares det at høysensitive barn lett kan bli overstimulert, dersom det er mye lyd og aktivitet rundt dem. Kan du si noe om hvordan du tar hensyn til dette når du tilrettelegger for barnas hverdag?*

*Kan du si noe om hvordan du opplever balansen mellom å beskytte barna, og la dem håndtere situasjoner på egen hånd?*

*Ifølge teorien kan Høysensitive barn kan reagere ved å både bli sint, lei seg og frustrert dersom hverdagen består av flere overraskelser og lite forutsigbarhet. Hvordan tilrettelegger du eventuelt for barnas behov dersom det skjer aktiviteter som ikke er en del av den daglige rutinen/strukturen?*

*Kan du si noe om hvordan du opplever betydningen av foreldresamarbeid i tilretteleggelsen av høysensitive barns hverdag?*

## Avslutning

Oppsummere funn

*Har jeg forstått deg riktig? Er det noe du ønsker å tilføye som du mener er vesentlig med tanke på høysensitive barns behov og tilrettelegging i barnehagen?*

# Vedlegg 3: Tilbakemelding fra NSD



Stine Solberg  
Institutt for spesialpedagogikk Universitetet i Oslo  
Postboks 1140 Blindern  
0318 OSLO

Vår dato: 13.02.2017

Vår ref: 52118 / 3 / STM

Deres dato:

Deres ref:

## TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 12.01.2017. Meldingen gjelder prosjektet:

52118	<i>En kvalitativ studie om høysensitive barn - behov og tilrettelegging i barnehagen</i>
Behandlingsansvarlig	Universitetet i Oslo, ved institusjonens øverste leder
Daglig ansvarlig	Stine Solberg
Student	Line Floor Ulvang

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 20.08.2017, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Kjersti Haugstvedt

Siri Tenden Myklebust

Kontaktperson: Siri Tenden Myklebust tlf: 55 58 22 68

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

## Personvernombudet for forskning



### Prosjektvurdering - Kommentar

---

Prosjektnr: 52118

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet, men vi ber om at formuleringen «[...]har blitt godkjent» tas bort, da vi formelt sett ikke gir godkjenninger. Det er tilstrekkelig å oppgi at prosjektet er meldt til oss.

Vi minner om at de ansatte har taushetsplikt, og kan ikke gi opplysninger som kan identifisere et enkeltbarn direkte eller indirekte. Det er svært viktig at intervjuet gjennomføres på en slik måte at taushetsplikten overholdes. Intervjuer og informant har sammen ansvar for dette, og bør drøfte innledningsvis i intervju hvordan dette skal håndteres. Informantene kan for eksempel ikke omtale et barn på en slik måte at det fremkommer at det dreier seg om et barn som per i dag er i barnehagen, og er det eneste med slike behov. Intervjuet bør derfor gjennomføres slik at det ikke fremgår om informanten snakker om nåtidige eller tidligere barnehagebarn. Dersom informant har pedagogisk erfaring med under 5 barn, bør dette ikke fremgå.

Personvernombudet legger til grunn at alle data behandles i tråd med Universitetet i Oslo sine retningslinjer for datasikkerhet. Vi legger til grunn at bruk av privat pc er i tråd med disse.

Forventet prosjektslutt er 20.08.2017. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette digitale lydopptak