

Lise og Martin August har gennem deres arbejde med udbredelsen af kendskabet til sensitive børn og voksne bidraget til, at der i Danmark er kommet et stort fokus på og alment kendskab til sensitivitet.

I *Sensitive børn – fra sårbarhed til styrke* har de samlet den nyeste internationale forskning og teorier om sensitivitet, samt deres mangeårige erfaring med sensitive børn. Bogens målgruppe er fagpersoner, der beskæftiger sig med børn, som bl.a. pædagoger og lærere, men også forældre til sensitive børn vil her kunne finde nyttig viden og inspiration.

Miljøsensitivitet

I Danmark er begrebet sensitivitet især blevet kendt gennem den amerikanske forsker og psykolog Elaine Arons teori om særlig sensitivitet/sensitivitet i sansebearbejdningen (SPS). Hun refererer til børn, der er kendetegnet ved dyb bearbejdning af fysiske og sociale indtryk, såvel som egne fortolkninger af disse indtryk. De særligt sensitive børn bliver desuden hurtigere end andre børn overstimulerede, når indtryk er nye, intense, uforudsete eller på anden måde udfordrer barnet.

Men i *Sensitive børn – fra sårbarhed til styrke* breder August & August det videnskabelige fundament for at arbejde med sensitive børn og deres forældre langt mere ud. De refererer til den nye paraplybetegnelse miljøensitive børn, som inkluderer forskellige teoridannelser, der alle har rod i evolutionsteori og trækteori, og med hovedskikkelser som Jay Belsky og Thomas Boyce. Ud over særlig sensitivitet drejer det sig om forskellig modtagelighed, biologisk sensitivitet for konteksten og fordelsensitivitet.

En udvidelse af stress-sårbarhed-modellen

Ud fra tidligere forskning og stress-sårbarhedsmodellen blev de sensitive børn fundet at være mere sårbare over for belastninger i miljøet. Den nye forskning i sensitive børn udvider denne model med antagelsen om, at sensitive børn også påvirkes mere gunstigt af at befinde sig i positive og støttende omgivelser.

Børnene synes kognitivt og/eller socialt at kunne drage fordel af positive interventioner eller støttende miljøer, hvorimod de mindre sensitive børn ses mindre påvirkelige over for tilsvarende interventioner.

Miljøsensitivitet hviler på en ny forståelse af forholdet mellem gener og miljø: man beskæftiger sig fagligt med genetiske årsager til sensitivitet, og forskningen i børnenes gener og stressrespons understreger, at barnets miljø har en afgørende betydning for, om negative eller positive sider af sensitiviteten kommer til udtryk.

Der er således ulemper ved at være mindre sensitiv, som vi tidligere har overset og ikke taget højde for i undervisning og pædagogisk arbejde.

Vægt på forskellighed og nuancer

Bogens første fem kapitler er overordnet en teoretisk gennemgang af den seneste forskning og teorier. Undervejs gives mange praktiske eksempler, der implementerer de anvendte teorier, og hvert kapitel afrundes med 10 konkrete anbefalinger.

Et af bogens budskaber er nødvendigheden af at forstå sensitivitet ud fra en bredere kontekst, hvor sensitivitet ikke ses isoleret, men forstås i samspil med barnets øvrige træk, andre egenskaber og miljøet.

Der findes forskellige typer sensitive børn. Nogle er udadvendte og opsøgende, andre mere tilbageholdende og andre igen mere intense og vedholdende. Ved at bygge det praktiske arbejde med de sensitive børn på traditionen fra Chess & Thomas teori om forståelsen af børn ud et temperamentsperspektiv, giver det en mere positiv beskrivelse af børn, der tidligere er kaldt besværlige eller indledningsvist tilbageholdende.

Bogens anden halvdel er i højere grad praktisk målrettet med afsæt i den forudgående teoretiske gennemgang. Her behandler den grundigt og mere specifikt en række relevante problemstillinger og temaer, der knytter sig til sensitive børn i forskellige aldersgrupper, med en lang række konkrete anbefalinger og redskaber til fagpersoner. Her kunne dog savnes et fokus på de digitale medier, der i dag udgør en væsentlig kilde til overstimulering for mange børn.

Miljøets betydning

Centralt i August og Augusts præsentation er et biologisk udgangspunkt i den øgede følsomhed i børnenes nervesystem. De kan hurtigere end andre blive overvældede eller overstimulerede af indtryk og har en øget stressfølsomhed. Når børnene er overstimulerede indvirker det negativt på deres tilpashedsfølelse og præstationsniveau.

En rød tråd gennem bogen er opmærksomhed på hjælpe børnene til at føle sig trygge, rolige og tilpas stimuleret eller udfordret, og støtte dem i at håndtere overstimulation, der, hvis den er langvarig, kan have en skadelig virkning.

Børnene har især brug for at lære strategier til at blive mere robuste, som fx at lære at reflektere, mentalisere og regulere følelser. Fint i tråd med den biologiske baggrundsramme introduceres Paul Gilberts model med tre følelsesregulerende systemer til at forklare, hvordan fokus på samhørighed og varme i kontakten kan støtte børnene i at stimulere deres beroligelsessystem.

På vej mod et mere positivt og nuanceret syn på sensitive børn

Ved at genkende og støtte sensitive børn bevæger man sig væk fra et forenklet syn på børnene, hvor man kun fokuserer på deres sårbarhed, når de vokser op i et belastende miljø og møder modgang i livet. Bogen bidrager hermed til at modvirke, at man undgår at rubricere dem negativt i entydige kategorier og forebygge behovet for at diagnosticere børnene.

En hovedpointe i bogen er, at sensitive børn ikke kun er sårbare børn, som man tidligere har troet. Det er ikke bare børn, der skal skånes, støttes og tages hensyn til. Børnene er derimod på godt og ondt mere påvirkede af, om miljøet i hjem, skole og institutioner er trygt, berigende og positivt stimulerende. Fordi barnet er så stærkt præget af samspillet med det omgivende miljø i hjem, skole og institutioner, vil samspillet med forældrene og de professionelle kunne sætte dybere positive spor i barnet.

Bogens perspektiv er interessant ved både at gøre opmærksom på de tidligere oversete potentialer og kvaliteter, der ligger i de sensitive børns modtagelighed, og ved at understrege den større betydning fagpersoner har i forhold til disse børn, og hvorvidt følsomheden udvikler sig til en styrke eller en sårbarhed.

Bogen adskiller sig fra tidligere danske bøger om emnet ved at være en faglig og grundig veldokumenteret bog, der giver en sammenhængende og systematisk gennemgang af det videnskabelige grundlag for sensitivitet og tilfører den nødvendige bredde og nuancering, der savnes i de mere populærvideenskabelige forklaringer på sensitive børns adfærd.

Samtidig er det, i kraft af de mange eksempler og konkrete råd, en meget praktisk anvendelig bog.

Bogen kan anbefales, såvel til psykologer som andre faggrupper og også til forældre. Den er et velkommet bidrag, der forhåbentlig kan medvirke til yderligere debat og fokus ud fra et videnskabeligt grundlag.

Af Lene Misfeldt, psykolog, Sensitiv Eksistens