



# DET SENSITIVE BARNET BAK ATFERDEN

Sara Jimenez

Innlevering 8. Juni 2015

Høgskolen i Telemark  
Bacheloroppgave i spesialpedagogikk

## Forord

*«For å få et eksepsjonelt barn må du være villig til å ha et eksepsjonelt barn»*

(Aron, 2014, s. 29).

Denne oppgaven handler om de høysensitive barna, karaktertrekket som fått stor plass i media de siste årene. Jeg har flere å takke for at denne oppgaven nå er ferdig. Først og fremst vil jeg takke min kjære venninne Kari Mette Florence Ask som introduserte fenomenet høysensitivitet for meg i august 2014. Vi har hatt flere interessante faglige samtaler som har bidratt til mitt valg av tema. En stort takk til deg! Siden vil jeg takke foreningen for høysensitive som har gitt meg forslag til litteratur og satte meg i kontakt med faggruppen for særlig sensitive barn. Tusen takk. Jeg vil også takke mine informanter i denne faggruppen, Ane With Lie og Line Langaard Solberg for at dere stilte opp for intervju. Deres kunnskap og erfaringer har bidratt med masse informasjon, men også engasjement. Jeg er veldig takknemlig for at jeg fikk møte dere, og få innsyn i deres kompetanse. En ekstra takk til deg Ane With Lie som har hatt tett kontakt med meg i løpet av hele våren. Dette har betydd utrolig mye for meg, og har gitt meg en følelse av støtte og mot til å fullføre denne oppgaven. Så tusen takk! Jeg vil også takke Trude Sletteland, leder for Senter for høysensitivitet, for ditt engasjement. Dette engasjementet har betydd veldig mye for meg i denne prosessen, så tusen takk for det! Gode venner har også bidratt med støtte og hjelp underveis, et stort takk til alle dere! Til slutt vil jeg si tusen takk til min veileder Oddvar Hjulstad for mange gode innspill og viktige bidrag. All hjelp og kunnskap du gitt meg i løpet av oppgaveskrivingen har betydd veldig mye for meg. Du har stilt opp over all forventning, og det setter jeg veldig stor pris på. Tusen takk!

# Innholdsfortegnelse

<b>Forord</b> .....	<b>2</b>
<b>Innhold</b> .....	<b>3</b>
<b>Sammendrag</b> .....	<b>5</b>
<b>Kapittel 1: Innledning</b> .....	<b>6</b>
1.1 Bakgrunn for valg av tema.....	6
1.2 Problemstilling.....	6
1.3 Oppgavens struktur.....	7
<b>Kapittel 2: Teoridel</b> .....	<b>8</b>
2.1 Historisk bakgrunn.....	8
2.2 Hva er høysensitivitet, og hva ligger til grunn for deres atferd?.....	9
2.2.1 Noen karakteristiske personlighetstrekk.....	9
2.2.2 Høysensitivitet og prosessering.....	9
2.2.3 Høysensitivitet og miljø.....	10
2.3 Hvilke faktorer i miljøet synes å være særlig kritiske for de sensitive barna?.....	10
2.3.1 Flytsonen.....	10
2.4 Kan atferden til de høysensitive barna bli misforstått?.....	11
<b>Kapittel 3: Metode</b> .....	<b>12</b>
3.1 Hva er metode?.....	12
3.2 Kvalitativ tilnærming.....	12
3.2.1 Det kvalitative forskningsintervju.....	13
3.3 Datakilder og forskningslitteratur.....	13
3.3.1 Gjennomføring av intervjuet.....	14
3.4 Kritiske refleksjoner.....	15
3.4.1 Reliabilitet.....	15
3.4.2 Validitet.....	16
3.4.3 Overføringsverdi.....	16
3.5 Etske aspekter.....	17

<b>Kapittel 4: Analyse og drøfting</b> .....	<b>19</b>
4.1 Hva er høysensitivitet, og hva ligger til grunn for deres atferd?.....	19
4.2 Hvilke faktorer i miljøet synes å være særlig kritiske for de sensitive barna?.....	20
4.2.1 Forandringer.....	20
4.2.2 Holdninger.....	21
4.2.3 Styrking av selvfølelsen gjennom tilpasset opplæring.....	22
4.3 Kan atferden til de høysensitive barna bli misforstått?.....	24
<b>Kapittel 5: Oppsummering</b> .....	<b>27</b>
Vedlegg 1: Informasjonsskriv.....	28
Vedlegg 2: Svar fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste.....	30
Vedlegg 3: Intervjuguide.....	32
<b>Litteraturliste</b> .....	<b>34</b>

## Sammendrag

Hensikten med denne studien er å utvikle kunnskap om og forståelse for de høysensitive barna. Egen erfaring med dette gjorde meg nysgjerrig på å undersøke de høysensitive barnas atferd videre, spesielt siden dette er et karaktertrekk som ikke er blitt helt anerkjent i alle fagmiljø, og da det er behov for mer kunnskap om de høysensitive barna ute i feltet. Underveis har jeg møtt noen skeptikere, men også mange engasjerte fagpersoner. Dette har gitt meg et reflektert bilde av dette karaktertrekket som har preget mitt syn på hvordan vi som fagpersoner møter disse barna.

Min problemstilling tar for seg hva høysensitivitet er og hva som kjennetegner dette karaktertrekket. Den tar også for seg hvilke miljøfaktorer som synes å være særlig kritiske med tanke på de sensitive barnas atferd, og hvorvidt de høysensitive barnas atferd kan forveksles med diagnosekriteriene til ADHD.

Fremgangsmåten i denne undersøkelsen er en kvalitativ studie og dataene bygger blant annet på intervju med to fagpersoner fra faggruppen for særlig sensitive barn. Jeg har også brukt forskningslitteratur av kliniske eksperter, samt egne erfaringer som mor til et barn med mange likhetstrekk med høysensitivitet.

Jeg har sett nærmere på kritiske faktorer i miljøet som kan påvirke de høysensitive barnas atferd. På grunn av et overstimulerende miljø kan disse barna ha utfordringer med blant annet konsentrasjon, da de blir forstyrret av all stimuli rundt seg. Men er det barnet som har utfordringer, eller er det faktorer i miljøet som skaper disse utfordringene? Gjennom å se på barn som befinner seg i sin flytsone vil jeg vise hva man kan gjøre for å redusere disse utfordringene. Dette krever at fagpersonene rundt barna har kunnskap om høysensitive barn. Hvis fagpersoner ikke har riktig kompetanse for å møte de høysensitive barna, kan det da like gjerne være pedagogikken som har utfordringer? Gjennom tilpasset opplæring vil vi kunne styrke de høysensitive barnas selvfølelse slik at de får mulighet til å oppleve mestring. Dette stiller krav til den pedagogiske tilretteleggingen i skolen. Alle elever har rett til et tilpasset arbeidsmiljø. Men hvis vi ikke tilpasser arbeidsmiljøet til de høysensitive barna, kan da et støyende og stimulerende miljø i skolen fremstille et sensitivt barn som et barn som lider av ADHD?

# Kapittel 1. Innledning

## 1.1 Bakgrunn for valg av tema

I denne bacheloroppgaven vil jeg se nærmere på kunnskap om fenomenet høysensitivitet, og om atferden til de høysensitive barna kan forveksles med symptomene til diagnosen ADHD. Bakgrunnen for dette er at tall fra barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP) viser at tusenvis av barn blir henvist til psykiatrien med en mistanke om ADHD, men at langt fra alle får diagnosen eller endt utredning. Klinisk pedagog Åse Egge ved BUP sier at det ofte er atferdsvansker og konsentrasjonsvansker barna blir henvist for, men at bare ca. en tredjedel av disse får diagnosen ADHD (Sandvig, 2011). Hva er grunnen til at så mange barn blir henvist?

I Helsedirektoratets nasjonale faglige retningslinjer for utredning, behandling og oppfølging av ADHD står det at diagnosen karakteriseres ved konsentrasjonsproblemer, hyperaktivitet og impulsivitet i så stor grad at det skaper funksjonsvansker i hverdagen (Helsedirektoratet, 2014). Kan det være andre årsaker enn ADHD bak disse symptomene?

Mange høysensitive barns utfordringer i skolen handler om at de blir overstimulert av alle sanseinntrykkene de blir utsatt for i løpet av en skoledag. Dette kan bli for mye for disse barna, og de kan reagere gjennom å trekke seg inn i seg selv, eller å bli aggressive og havne i konflikter med andre barn eller voksne (Hinge Thomsen, 2015). Hinge Thomson (2015) hevder at det i gjennomsnitt sitter minst fem høysensitive barn i hver skoleklasse. Dette er barn som suger inn inntrykk i større grad enn andre, og derfor har behov for litt flere pauser og trygge rammer. Hvis de får dette har de mye å tilføre fellesskapet.

## 1.2 Problemstilling

Hva er høysensitivitet, og hva kjennetegner dette karaktertrekket?

Hvilke miljøfaktorer synes å være særlig kritiske med tanke på de sensitive barnas atferd?

Kan de høysensitive barnas atferd forveksles med diagnosekriteriene til ADHD?

Det første spørsmålet tilnærmes hovedsakelig med en gjennomgang av forskningsresultater og litteratur på dette området, samt gjennom intervju med fagpersoner på dette feltet. I tilnærmingen av det andre spørsmålet vil jeg bruke både intervju samt mine egne erfaringer som mor til et barn som er under utredning for ADHD, men som har mange likhetstrekk med

karaktertrekket høysensitivitet. Denne erfaringen har gjort meg oppmerksom på, og kritisk til mye av tenkningen rundt det samfunnet stempler som «problematferd». utfordringer i forhold til atferd knyttes til noe som utelukkende har sin årsak i barnet alene, men man kan like gjerne spørre om det er miljøet rundt barnet som skaper utfordringene.

\*

### **1.3 Oppgavens struktur**

I andre kapittel tar jeg for meg en litteraturgjennomgang som viser til forskningsresultater av karaktertrekket høysensitivitet, hva det er og hva det kjennetegnes av. Jeg vil se nærmere på atferden til disse barna og hvilke faktorer i miljøet som kan påvirke deres atferd, og om denne atferd kan forveksles med diagnosekriteriene til ADHD.

I tredje kapittel viser jeg til hvilken metode jeg har valgt for å gå frem i denne studien. Her presenterer jeg forskningslitteraturen jeg har valgt å bruke og hvorfor. Videre viser jeg til hvilken metode jeg har valgt for å innhente mer data i forhold til min problemstilling, og hvilke erfaringer jeg som mor har valgt å trekke inn og hvorfor.

I fjerde kapittel vil jeg analysere og drøfte forskningslitteratur, intervjudata og egne erfaringer opp mot min problemstilling. I tillegg til hovedlitteraturen har jeg også valgt å bruke litteratur fra Trude Sletteland og Emilie Kinge fordi de belyser viktige elementer rundt spesialpedagogisk praksis, dette vil jeg presentere nærmere i dette kapittel.

I det femte kapittelet har jeg oppsummert oppgaven for å gi en kort forklaring av hovedpoengene. Den tar for seg noen av de viktigste momentene fra oppgaven satt inn i et større sammenheng.

## Kapittel 2. Teoridel

Det jeg har valgt av litteratur er et oversiktsverk av de mest sentrale kildene. Jeg har valgt å ta utgangspunkt i Elaine N. Aron sin forskning. Aron er en amerikansk psykolog som driver med både forskning og klinisk behandling av pasienter og er ledende innen forskning av høysensitive mennesker (Aron, 2014, s. 26).

### 2.1 Historisk bakgrunn

Aron har forsket på karaktertrekket høysensitivitet siden 1991, og er selv høysensitiv, samt mor til et høysensitivt barn. Etter flere år med sterke følelsesmessige reaksjoner oppsøkte Aron en terapeut. Terapeuten fikk henne til å forstå at alle mennesker er veldig forskjellige, og at hun er et veldig følsomt menneske. Terapeuten hadde ikke studert dette så grundig, men hennes erfaringer viste at mennesker er mer eller mindre tolerante overfor stimuli. Aron bestemte seg for å lese mer om dette, men fant lite om det i faglitteraturen. Det nærmeste hun fant var psykiateren Carl Jungs tema om innadvendthet. Hans arbeid har hatt stor betydning for Aron, men majoriteten av de vitenskapelige arbeidene viste at innadvendte personer ikke er sosiale. Dette fikk Aron til å fundere over om man blandet sammen innadvendthet og sensitivitet. Gjennom en annonse i et nyhetsbrev på universitet der hun jobbet kom hun i kontakt med mange frivillige som ville stille opp for intervju. Lokalavisen skrev en artikkel om forskningen hennes som resulterte i at hun fikk henvendelser fra hundrevis av mennesker som kjente seg igjen i dette karaktertrekket. Basert på intervjuene utarbeidet hun et spørreskjema som ble sendt til tusenvis av mennesker i hele Nord-Amerika. I tillegg har hun brukt telefonintervjuer og observasjoner av høysensitive personer. Hennes bøker er basert på solid forskning utført av henne selv og andre (Aron, 2013, s.16-18).

Jeg vil også vise til forskning av den norske psykologen Trond Edvard Haukedal, som er en av landets ledende kurs- og foredragsholdere innen blant annet «Høysensitivitet – det glemte karaktertrekket» - veien fra sårbarhet til ressurs. Jeg har valgt å vise til Haukedal sin forskning da det er viktig å løfte frem hva Norge har gjort innen forskning i forhold til dette karaktertrekket. Gjennom amerikansk litteratur kom Haukedal i kontakt med karaktertrekket høysensitivitet for ca. ti år siden. Han har i sin kliniske praksis møtt stadig flere klienter som er høysensitive, og i 2014 skrev han «*Boken om høysensitivitet – veien fra sårbarhet til ressurs*». Haukedal skrev boken blant annet for å øke kunnskapen om høysensitivitet, da noe



av det som forundret han mest var hvor ukjent denne kunnskapen var, ikke minst blant fagfolk (Haukedal, 2014). Jeg har valgt Aron fordi hun introduserte dette begrepet, og Haukedal fordi han er norsk klinisk ekspert. Da det er viktig å forholde seg innenfor rammene til en bacheloroppgave har jeg valgt å ikke ta utgangspunkt i fler enn disse to.

## **2.2 Hva er høysensitivitet, og hva ligger til grunn for deres atferd?**

Aron kaller karaktertrekket for HSP «*Highly Sensitive Person*», og på norsk bruker vi høysensitiv eller særlig sensitiv. Hennes studier viser at 15-20 % av alle barn har dette karaktertrekket (Aron, 2014, s. 35). Høysensitivitet er et arvelig og medfødt personlighetstrekk, og ikke en diagnose eller sykdom. Det er ikke en ny oppdagelse at høysensitivitet er et personlighetstrekk, men betegnelsen er ny. Tidligere har høysensitivitet blitt forvekslet eller forklart som sjenanse (Aron, 2014, s.26). Aron (2014) uttrykker at høysensitive ofte blir betegnet som sjenerte på grunn av at de foretrekker å observere før de går inn i en gitt situasjon, men av alle høysensitive er faktisk 30% utadvendte.

### **2.2.1 Noen karakteristiske personlighetstrekk**

Å være høysensitiv handler om å være mer sensitiv, følsom, var og mottagelig for ulike typer av inntrykk. De har et nervesystem som er mer fintfølede og mottagelig for sanseintrykk, stemninger og stimuli enn hos de uten karaktertrekket. Disse inntrykkene bearbeides også dypere hos høysensitive (Aron, 2014, s. 16-19). Aron hevder at høysensitive registrerer mer av omgivelsene og at de tenker nøye igjennom ting før de handler. Aron hevder videre at dette resulterer i at de sensitive personene som regel er empatiske, oppvakte, intuitive, kreative, forsiktige og samvittighetsfulle (Aron, 2014, s. 37). Nervesystemet gjør at de oftere bruker høyre hjernehalvdel, hvilket blant annet fører til at de har større tendens til å tenke kreativt gjennom å sette sammen ulike elementer (Aron, 2013, s. 31).

### **2.2.2 Høysensitivitet og prosessering**

Aron (2014) viser til undersøkelser som har vist at høysensitive personer reagerer sterkere på opplevelser som er både positive og negative. Studier av hjerneaktivering hos høysensitive viser blant annet større aktivitet enn andre i speilnevrons systemet, og at disse nevronene blir aktivert når vi ser andre gjøre eller føle noe. De reagerer da som om vi skulle gjøre eller føle det samme. Speilnevronene sammen med andre deler av hjernen som var spesielt aktive for høysensitive i denne studien hjelper oss å forstå hva den andre personen planlegger eller føler, og dette fører til empati. Aron (2014) hevder at høysensitive personer har mer aktivitet enn

andre i de områdene av hjernen som fører til empati. Dette gjør at høysensitive personer kan ha lettere for å bli opprørt over grusomhet eller urettferdighet.

### 2.2.3 Høysensitivitet og miljø

Høysensitive er ekstra oppmerksomme på atmosfære og situasjoner som for eksempel hvordan andre mennesker har det. Når omgivelsene er for intense, sammensatte eller kaotiske over tid blir de overstimulerte på grunn av at de legger merke til alt som skjer (Aron, 2014, s.14-16). Aron (2014) uttrykker at det kan være overveldende med alle de inntrykkene som sensitive barn tar inn. De barna som ikke får tid til å bearbeide sine inntrykk vil kunne bli urolige, hyperaktive eller gå inn i seg selv (Aron, 2014, s. 40-41).

## **2.3 Hvilke faktorer i miljøet synes å være særlig kritiske for de sensitive barna?**

Haukedal hevder at hvordan vi er og hvordan vi fungerer i hverdagen påvirkes av tre forhold. Dels av samfunnet og våre sosiale omgivelser, men også av vår egen selvoppfatning og vårt selvbilde (Haukedal, 2014, s. 30). Haukedal hevder videre at alle mennesker påvirkes av disse forholdene, men at de høysensitive påvirkes tre-fem ganger lettere og sterkere. Ifølge Haukedal vil derfor en god barndom og en trygg oppvekst, der barnet blir anerkjent og bekreftet som det er være ekstra viktig for livet videre. De høysensitive som har et godt og sterkt selvbilde vil utgjøre en stor ressurs, mens de høysensitive som har et dårlig selvbilde vil kunne bidra til at personen er svært sårbar. Haukedal (2014) hevder at det som skaper en atmosfære som gjør at de høysensitive kan være seg selv er gode relasjoner, god energi og positive holdninger.

### 2.3.1 Flytsonen

Aron (2013) uttrykker at de høysensitive fungerer best når de er i flytsonen, altså når de verken er overstimulert eller understimulert. Flytsonen handler om å befinne seg i en balanse mellom utfordringer og ferdigheter. Den enkelte vil oppleve stimulering i ulik grad, selv hvis de befinner seg i samme situasjon og dermed utsettes for like mye stimuli. Det er viktig at lærere har kunnskap om dette i klasserommet, for hvis enkeltindividet skal kunne utvikle seg må det befinne seg innenfor flytsonen (Aron, 2013, s. 26). Målet for de høysensitive er forståelse for dette og at man gjør nødvendige grep for at det skal kunne oppnås. Når sensitive barn er overstimulert vil noen kunne bli hyperaktive eller ukonsentrerte, men de vil bli helt i orden igjen når stimuleringen reduseres (Aron, 2014, s. 338). Aron hevder at hvis man skal forsøke å stanse en uønsket atferd må barnet først bli oppmerksom på årsaken til den.

Gjennom for eksempel å anerkjenne at barnet muligens føler seg veldig overveldet akkurat nå, kan man foreslå ulike måter å håndtere overstimuleringen på. Et eksempel er å få litt tid i et fredelig sted som lese området (Aron, 2014).

#### **2.4 Kan atferden til de høysensitive barna bli misforstått?**

Både Haukedal og Aron beskriver at det er lett å misforstå atferden til høysensitive barn. Haukedal viser til sin kliniske praksis når han skriver om en syv år gammel gutt som møtte opp for samtale sammen med sine foreldre. Gutten hadde en hverdag preget av konflikter både hjemme og på skolen, han var i stor følelsesmessig ubalanse. Omgivelsene opplevde en sårbar og lett påvirkelig gutt, som også hadde store konsentrasjonsproblemer. Haukedal skriver at denne gutten var høysensitiv, men at pedagogisk-psykologisk-tjenesten (PPT) på skolen hadde gitt ham diagnosen ADHD (Haukedal, 2014, s. 167).

Aron uttrykker at «*Noen overstimulerte HSB blir hyperaktive og opptrer som om de skulle ha ADHD*» (Aron, 2014, s. 41), men Aron hevder videre at når de ikke blir overstimulert og prioriterer riktig, er det ingenting i veien med deres konsentrasjonsevne. Aron uttrykker at høysensitive barn som i perioder registrerer hver eneste lyd eller bevegelse kan ha utfordringer med å konsentrere seg i distraherende omgivelser (Aron, 2014, s. 273). Aron hevder at man kan identifisere det faktiske problemet gjennom å se om atferdsmønstret kan ha en forbindelse med faktorer i miljøet å gjøre, som for eksempel en ny lærer. Det kan ofte handle om dårlig kjemi. Hvis læreren for eksempel forventer at alle elevene skal være konsentrerte til enhver tid vil dette kunne føre til mer overstimulering og dermed vil barnet ha enda vanskeligere med å konsentrere seg (Aron, 2014, s. 273). Aron hevder at hvis omgivelsene på skolen er for støyende og stimulerende vil dette kunne fremstille et sensitivt barn som et barn som lider av ADHD (Aron, 2014, s. 273).

## Kapittel 3. Metode

Min problemstilling tar for seg hva fenomenet høysensitivitet er og hva som kjennetegner dette karaktertrekket, samt om atferden til høysensitive barn kan forveksles med kriteriene til ADHD, og hvilke faktorer i miljøet som synes å være særlig kritiske for de sensitive barna. I denne oppgaven ser jeg på hva forskningslitteratur sier, samt betraktninger til fagfolk med klinisk erfaring. Innsamling av litteratur er forskningsbaserte tekster til Aron og Haukedal. Bakgrunnen til at jeg valgt disse to er at de er de mest sentrale kliniske eksperter opp mot min problemstilling. Som tidligere nevnt er Aron ledende innen forskning av høysensitive mennesker, og Haukedal har lang erfaring fra samtaler med klienter som er høysensitive her hjemme. I denne oppgaven ønsker jeg å få mer kunnskap fra fagpersoners erfaringer, derfor har jeg valgt å bruke intervju i tillegg til forskningslitteratur og mine egne erfaringer som mor.

### 3.1 Hva er metode?

En metode er en fremgangsmåte for å skaffe frem eller etterprøve kunnskap. Metoden er vårt redskap når vi skal undersøke noe, den vil være til hjelp for å samle inn data (Dalland, 2013). Man skiller mellom kvantitativ og kvalitativ metode, og de bidrar på hver sin måte til å få en bedre forståelse av vårt samfunn. Fordelen med kvantitativ forskning er at den kan gi data i form av målbare enheter, som for eksempel hvor mange av de høysensitive barnas atferd er det rimelig å anta kan forveksles med diagnosekriteriene til ADHD. Da hensikten med oppgaven min ikke går ut på kvantitativ forskning har jeg valgt kvalitativ. Jeg har valgt denne metoden fordi den vil kunne fange opp mening og opplevelser som ikke kan måles, og den vil kunne belyse mine spørsmål på en faglig interessant måte (Dalland, 2013, s.111-112).

### 3.2 Kvalitativ tilnærming

*«Et overordnet mål for kvalitativ forskning er å utvikle forståelsen av fenomener som er knyttet til personer og situasjoner i deres sosiale virkelighet»* (Dalen, 2011, s. 15). Dette samsvarer med mitt mål for oppgaven om å bedre min forståelse, og få en innblikk i fagpersoners egne erfaringer og kunnskap. Gjennom å forske kvalitativt kan man forstå deltakernes perspektiv (Postholm, 2010, s. 17). Kvalitativ tilnærming kan gi en helhetsforståelse, og datainnsamlingen er preget av åpenhet og fleksibilitet, dette passer mitt valg av intervju som forskningsmetode.

### 3.2.1 Det kvalitative forskningsintervju

Jeg har valgt å bruke kvalitativ forskningsintervju. Denne formen for innhenting av data vil være mest optimal i forhold til hva jeg vil forske på. Gjennom å intervjuer mennesker kan man få tak i deler av en annen persons liv, noe som kan være vanskelig å fange opp på andre måter (Postholm, 2010, s. 68). Gjennom bruk av kvalitativ forskningsintervju ønsker jeg altså å få en innblikk i fagpersonenes egne erfaringer og kunnskaper. Dette vil foregå gjennom et halvstrukturert intervju med intervjuguide. Denne typen av intervju skaper trygghet da du bruker deg av en intervjuguide som omfatter sentrale temaer og spørsmål som skal dekke de viktigste områdene studien skal belyse (Dalen, 2011, s. 26). I et halvstrukturert intervju finnes rom for at intervjuet kan ta en annen retning enn hva man hadde tenkt på forhånd. Dette kan gjøre at man får tak i refleksjoner rundt sine spørsmål, istedenfor å holde seg strikt til et strukturert intervju. Ulempen med dette er at det kan gå mye tid til ting man ikke tenkt igjennom på forhånd, slik at det ikke finnes rom for det som var planlagt. På en annen side kan man få tak i spennende informasjon som man ikke regnet med, gjennom akkurat fleksibilitet. I et halvstrukturert intervju kan intervjuobjektet være med å styre retningen på intervjuet, hvilket kan bidra til en bedre og mer naturlig relasjon mellom intervjuer og intervjuobjektet. På denne måten er det også mulighet til oppfølgingsspørsmål som kan frembringe mer inngående og detaljert informasjon. Hensikten med mitt valg av intervju er å forstå det som blir forsket på. Postholm (2010) uttrykker at forskeren er det viktigste forskningsinstrumentet i kvalitativ forskning. Dette betyr at forskeren må beskrive sine erfaringer og opplevelser gjennom en presentasjon av sin subjektive og individuelle teori.

Postholm (2010, s. 128) uttrykker videre at «(..) forskeren skal møte med et åpent sinn, ikke med et tomt hode». Dette viser at forskeren ikke kan legge bort sin førforståelse, men at man skal være den bevisst å klargjøre den for seg selv, men også for andre. Dette handler om prosessen der forsker skal reflektere over sin egen rolle i forskningsprosjektet. Førforståelsen er viktig for utvikling av forståelse og for senere tolkning (Dalen, 2011, s. 16). Dette er en studie delvis fra et innenfra perspektiv, i den forstand at jeg vil bruke egne erfaringer som mor. Som tidligere nevnt er jeg mor til et barn som er under utredning for ADHD. De erfaringene jeg gjort før og under denne utredningen vil jeg reflektere rundt i denne oppgaven.

### 3.3 Datakilder og forskningslitteratur

I forskningslitteraturen har jeg valgt å bruke Aron og Haukedal da de er mest sentrale opp mot min problemstilling. Både Aron og Haukedal har gjennom egen erfaring opplevd at det kan

oppstå misforståelser rundt atferden til høysensitive barn, og at denne atferd kan forveksles med symptomene til diagnosen ADHD. Jeg kunne satt meg mer inn i hva andre har gjort i forhold til forskning av karaktertrekket høysensitivitet, men med de rammene vi har i denne oppgaven måtte jeg gjøre noen begrensninger, og da var Aron og Haukedal mest sentrale i forhold til mitt tema. Utvalget for mitt intervju består av to fagpersoner med ekspertise kompetanse som arbeider i «faggruppen for særlig sensitive barn». Disse er Ane With Lie og Line Langaard Solberg. Hovedkriteriene for utvalget var at de skulle ha kompetanse knyttet til karaktertrekket høysensitivitet. Fagpersonene i denne faggruppen er selv høysensitive, og har førstehåndserfaring med disse barna. De jobber forebyggende gjennom å spre informasjon og kunnskap direkte mot pedagoger og personale i barnehagen, og har nylig startet opp for åpne seminar for foreldre til høysensitive barn. At jeg valgte å kun bruke et intervju, har noe å gjøre med de rammene vi har i en bacheloroppgave. For å bruke denne tiden mest mulig effektivt og med fokus på kvalitet av data, måtte jeg gjøre noen begrensninger. I dette forskningsprosjektet ønsker jeg å få mennesker til å reflektere over barns atferd, derfor mener jeg at det holder med et intervju med to fagpersoner tilstede. Tanken er å løfte frem dette perspektivet å få litt mer dybde i kunnskap, erfaringer og forståelse rundt disse barna og deres atferdsmønstre.

### 3.3.1 Gjennomføring av intervjuet

Som forsker i en kvalitativ studie ønsket jeg at mine informanter skulle være kjent og føle seg trygge i intervjusituasjonen, derfor fikk de velge sted og tid. Vi møttes på et kafe på formiddagen. Jeg ble fra og til litt forstyrret av all bakgrunnsstøy som gjorde det litt vanskelig å høre hva informantene sa. Dette gjorde at jeg ble litt stresset over om det vi sa skulle komme på opptaket, det gjorde også at jeg mistet litt fokus om hva mine informanter sa til tider. Jeg fikk derfor ikke stilt alle de oppfølgingsspørsmålene jeg hadde ønsket. Det som hjalp meg var blant annet at mine informanter hva veldig gode til å snakke og fortelle om ting som jeg ikke hadde tenkt på forhånd. At det var to viste seg å være veldig praktisk, da de kunne utfylle hverandre med hva de tenkte om de forskjellige temaene. De gjorde dette på en naturlig måte som skapte den samtalen som jeg var ute etter. Deg hadde satt meg godt inn i intervjuguiden på forhånd hadde jeg flere av spørsmålene klare, så fikk lurt de inn på passende sted uten å følge intervjuguiden slavisk. Dette skapte en god og naturlig samtale. Etter at intervjuet var gjennomført begynte jeg selv å transkribere opptaket. Dette gav meg en unik sjanse til å bli kjent med materialet. Den innsamlede informasjonen begynte jeg deretter å organisere og

bearbeide. I bearbeiding av materialet var jeg opptatt av å få frem likheter og forskjeller mellom litteraturforskning, empirien og egne erfaringer.

### **3.4 Kritiske refleksjoner**

Vi lærer vitenskapsteori for å få ulike perspektiver på det vi holder på med. Det handler om å få utsikt, men også for å kunne betrakte oss selv og vår virksomhet fra et utenfra perspektiv (Kvarv, 2010, s. 5). Tanken er å gi oss et bedre grunnlag for å kunne vurdere og kritisere forskningsresultater, men også de forutsetningene som ligger til grunn for forskningsresultatene (Kvarv, 2010). En måte å se vitenskapen på er å ta utgangspunkt i vårt hverdagsliv og prøve å forstå, tolke og analysere dette. God forskning kjennetegnes av soliditet, originalitet, faglig relevans og samfunnsmessig eller praktisk nytteverdi (Grenness, 2012, s. 32). Denne studien er laget for utdanning innen spesialpedagogikk, tanken er at fagpersoner som jobber med barn skal kunne ha nytte av disse refleksjonene i sin praksis. Forhåpentligvis skal denne studien kunne bidra til en grundigere forståelse i forhold til høysensitive barn og deres atferd.

#### **3.4.1 Reliabilitet**

Reliabilitet innebærer at vi kan stole på resultatene fra undersøkelsen, det handler altså om nøyaktighet eller pålitelighet. Dalen (2011) hevder at forskerens rolle er en viktig faktor i kvalitativ forskning, og at rollen utformes i samspill med informanten og i den aktuelle situasjonen. Dette er grunnen til at det er vanskelig å etterprøve resultatene, da både det enkelte individ og omstendighetene endrer seg. Det blir derfor vanskelig å etterprøve fremgangsmåten nøyaktig i en kvalitativ studie, sammenlignet med en kvantitativ studie (Dalen, 2011). Det jeg har gjort for å øke reliabiliteten er å sikre at undersøkelsen har blitt gjennomført på en gjennomtenkt og systematisk måte. I forhold til nøyaktighet av data som brukes oppdaget jeg tilfeldig at jeg tolket en del av intervjudata feil i forhold til hva informanten mente. Deres svar var basert på en dypere kunnskap enn hva jeg selv har, dette gjorde meg observant på det asymmetriske forhold i situasjonen. Jeg ble bevisst på hvordan dette kan påvirke min innsamlede data, både intervjudata og forskningslitteratur. Derfor valgte jeg å sende noen av dataene som jeg var usikker på til informantene mine for å garantere at jeg oppfattet budskapet riktig, og for å ha mest nøyaktig data til analysen. Gjennom å foreta noen prøveintervjuer ville jeg se hva jeg kunne forandre på for å få mest mulig ut av dette ene intervjuet jeg valgte å gjennomføre. Samtidig er det viktig å gå igjennom

slik at opptaksutstyr virker som det skal. Dette ble gjort med hensyn til nøyaktighet rundt undersøkelsens måte å samle inn data på.

### 3.4.2 Validitet

I kvalitativ forskning handler validitet om hvor relevant dataene er (Dalen, 2011). Burde jeg ha brukt en annen metode istedenfor kvalitative intervju? Hadde en spørreundersøkelse eller observasjon kunnet gi meg et bedre svar? I forhold til den første delen av min problemstilling som tar utgangspunkt i forskningslitteratur og kvalitativ intervju, gir dette et godt grunnlag for å undersøke og å finne data. I forhold til min andre del av problemstillingen støtter jeg meg på intervju, denne metoden er ikke den mest riktige da det kun gir et perspektiv fra to informanter. Men i forhold til de rammene vi har i denne oppgaven gir de et perspektiv. Jeg kunne brukt meg av observasjon av eget barn, men dette hadde ikke gitt meg den forståelsen og innsikt i feltet som jeg ønsket. Man kan ikke observere menneskers meninger, tanker og opplevelser, dette er altså grunnen til at jeg har valgt å bruke meg av intervju istedenfor observasjon som forskningsmetode. Så for å styrke dataene har jeg valgt å bruke intervju. Jeg har i tillegg valgt å se hva de mest sentrale kliniske ekspertene i forskningslitteraturen tenker om dette, samt å bruke egne erfaringer for å få enda et perspektiv og for å kunne knytte det opp imot praksis. Var mitt valg av metode et fornuftig valg? I forhold til hva jeg ønsker å belyse med denne oppgaven kunne jeg som sagt valgt å gjøre det på andre måter, men med de rammene og med den hensikt denne studien har føler jeg at jeg fått belyst det på en god måte gjennom mitt valg av metode.

### 3.4.3 Overføringsverdi

Da jeg tar utgangspunkt fra egne erfaringer er det viktig å ha med seg at de erfaringer og opplevelser jeg har er mine, og dermed ikke mulige å generalisere. Dette gjelder også mine intervjudata da jeg kun brukt meg av et intervju (Dalland, 2012). Dette er deres kompetanse og forståelse av feltet, noe man heller ikke kan generalisere. Min hensikt med oppgaven er ikke å gi et svar, men å vise til hva som kan skje i praksis. Det jeg ser som en styrke ved metoden er at den går kvalitativt inn for å få to fagpersoners perspektiv i forhold til temaet, og at den belyser Aron og Haukedals forskning om dette karaktertrekket og hva de tenker i forhold til kritiske miljøfaktorer rundt høysensitive barn. At jeg har valgt å komplettere mine erfaringer med fagpersoners erfaringer gjør at man kan få ulike perspektiver, noe som igjen kan skape et interessant bilde. Svakheterne ved metoden er dels at det kun finnes rom for ett intervju, dette viser kun et perspektiv, hvor mye tyngde kan vi legge i dette? Men som



tidligere nevnt ønsker jeg ikke å gi et svar, men å skape en refleksjon. At jeg bruker meg av egne erfaringer har både fordeler og ulemper. Fordelen er at jeg kan gi et innenfra perspektiv om hva som kan skje i praksis. Ulempen er at jeg befinner meg midt oppe i en sårbar situasjon, og dette gjør det vanskelig å se det objektivt. Dette er grunnen til at jeg vil vise min subjektive side i prosjektet, det er svært viktig at dette kommer frem. I et helhetlig bilde opplever jeg det som en styrke for min oppgave at jeg har personlig tilknytning til området jeg forsker på. Jeg er selv høysensitiv og min datter har mange likhetstrekk med dette karaktertrekket, men også med kriteriene til ADHD. Dette er grunnen til at jeg blitt bevisst om hvor viktig det er å reflektere over barns atferd i ulike kontekster.

### **3.5 Etiske aspekter**

I forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi (2006, s. 8) står det at «*Forskning er systematisk, sosialt organisert søken etter ny og bedre innsikt. Vitenskapelig kunnskap er en verdi i seg selv. Mange resultater av forskning kan også være nyttige for å forbedre forhold i samfunnet. Forskningens sentrale forpliktelser er streben etter sannhet. Vitenskapelig redelighet står derfor sentralt i forskningsetikken*».

Forskningsetikk handler altså om å ivareta personvernet og å sikre troverdigheten av forskningsresultatene (Dalland, 2012, s. 96). Det er viktig å være bevisst at etiske utfordringer er knyttet til alle ledd, alt fra planlegging til gjennomføring og formidling av resultatene. Dette samsvarer med Dalen (2011, s. 13) som skriver at det er viktig at man som forsker ivaretar informanten gjennom hele forskningsprosessen. Det mest kjente etiske kravet til forskning på mennesker er kravet om fritt, informert samtykke (Nyeng, 2012, s. 160). Det er viktig at informantene vet hva de sier ja til når de gir samtykke til å delta i prosjektet. Jeg har lagt et informasjonsskriv som ble sendt til informantene i god tid før intervjuet. I informasjonsskrivet fremkommer det på hvilken måte data vil bli lagret. Informantene ga samtykke til at jeg fikk bruke deres navn og deres faggruppe som referanse i oppgaven. I forhold til lydopptak fra intervjuet er det viktig at man blir enige om hvor lenge dette skal oppbevares før sletting. Det er også viktig å informere hvor og hvordan dette skal oppbevares, som for eksempel lydopptak på telefon og dator.

Da jeg i tillegg har brukt erfaringer fra eget barn er det viktig å være klar over fordeler og ulemper ved det. Fordelen er at det er en kjent person og derfor kan jeg se forskjellen av atferd i ulike kontekster, jeg ser hvilken atferd som er vanlig og hvilken som skiller seg ut.

Ulempen er at jeg kjenner denne personen så godt at jeg ikke reagerer på all atferd da det er hverdagslig atferd for meg. Da dette er en studie av barn kan jeg ikke få samtykke for deltakelse, dette setter meg i et dilemma da mitt navn står på oppgaven og dermed blir ikke mitt barn anonymisert. De etiske betraktninger jeg har tatt for å beskytte henne i størst mulig grad, er at jeg er selektiv med hva jeg har valgt å trekke frem av erfaringer. Jeg har derfor kun tenkt å bruke erfaringer rundt situasjoner, som i møte med fagpersoner og i endring av atferd i forhold til konteksten. Disse valg har jeg tatt av hensyn til etikken da jeg ikke ønsker at barnet mitt skal føle ubehag på grunn av min oppgave. Jeg er klar over de etiske aspektene i forhold til å studere eget barn. Det er mange usikkerhetsmomenter i utredningsfasen, men jeg ser det som viktig å løfte frem et innenfra perspektiv fra en forelder med et barn under utredning.

## **Kapittel 4. Analyse og drøfting**

I denne delen av oppgaven vil jeg analysere og drøfte materialet fra min undersøkelse, og knytte litteraturforskningen, intervjudata og egne erfaringer opp mot min problemstilling. I tillegg til hovedlitteraturen har jeg også valgt å bruke litteratur fra Trude Sletteland som er daglig leder for Impulssenteret AS og leder for Senter for høysensitivitet, og Emilie Kinge som er spesialpedagog og førskolelærer. Dette har jeg valgt å gjøre da de belyser viktige elementer rundt spesialpedagogisk praksis. Jeg har valgt å dele inn analyse og drøftinga i samme temaer som i litteraturgjennomgangen, dette for at oppgaven skal være oversiktlig.

### **4.1 Hva er høysensitivitet, og hva ligger til grunn for deres atferd?**

With Lie og Langaard Solberg beskriver høysensitivitet som et av flere personlighetstrekk, og at et menneske ikke er høysensitivt uten at det er en del av personligheten. De poengterer også at høysensitive mennesker er veldig ulike. Fordi alle høysensitive barn er så ulike finnes det ingen fasit. De som er innadvendte tenker man kanskje ikke er innadvendte likevel, men heller at det er en forsvarsmekanisme for å skjerme seg ubevisst fra veldig mye stimuli. De utadvendte barna kan ha lettere for å komme ut med følelsene sine, da følelsene ligger mer på utsiden. Disse følelsene vil derfor kunne bli forsterket når de blir overstimulerte.

Som Aron hevder har de en sterk rettferdighetssans, og dette kan føre til at de oftere enn andre havner i konflikter der de kan bli misforstått med sin hensikt. Ifølge Aron har de mer aktivitet i områder av hjernen som fører til empati, og derfor har de lettere for å bli opprørt over urettferdigheter. Vil de da kunne gå i forsvar for andre og for seg selv hvis de opplever å bli urettferdig behandlet? Hvis vi ikke har nok kunnskap om dette, vil det da kunne føre til at de blir oppfattet som barn som ofte havner i konflikter?

With Lie og Langaard Solberg gav uttrykk for at brist på kunnskap er en kritisk faktor for disse barna. Gjennom kunnskap kan vi sette grenser for barnet, og lære hvordan vi kan se signalene før de blir overstimulerte. Da kan vi gi dem den lille pausen de har behov for. Det er viktig å tenke helhetlig rundt disse barna da det er veldig mange faktorer som spiller inn. Det er viktig at de har ro i hverdagen og at det er forutsigbarhet og trygge rammer, det er altså viktig at det ikke går i et kjørt gjennom hele dagen. Når de er trygge og før de blir

overstimulerte er de veldig kreative og empatiske. De har en evne til å se, evne til kreativitet og til å skape mye i leken og i relasjoner.

#### **4.2 Hvilke faktorer i miljøet synes å være særlig kritiske for de sensitive barna?**

Som Haukedal hevder påvirkes vi av tre forhold for å forstå hvordan vi fungerer i hverdagen. Det er gjennom samfunnet, våre sosiale omgivelser og vårt egne selvbilde. Jeg vil videre vise hvordan de kan påvirke de særlig sensitive barnas atferd. Haukedal hevder at alle mennesker påvirkes av disse forholdene, men poengterer at de høysensitive påvirkes tre-fem ganger lettere og sterkere. Hva er det viktig at skolen tenker på i forhold til de høysensitive barna? With Lie og Langaard Solberg trekker inn forandringer, holdninger og styrking av selvfølelse som noen av de viktigste faktorene i skolen. Disse forholdene som Haukedal viser til, har jeg valgt å trekke inn i de faktorene som With Lie og Langaard Solberg viser til. Man kan plassere våre sosiale omgivelser under forandringer, samfunnet under holdninger og vårt eget selvbilde under styrking av vår selvfølelse. Men de går også veldig i hverandre.

##### 4.2.1 Forandringer

With Lie og Langaard Solberg viste til et eksempel i forhold til overgang mellom barnehage og skole. Når barn slutter i barnehagen og går over i barneskolen vil måten læreren møter barna på bli veldig viktig for at de skal få en god start. Skolen er en arena som krever mer ro og konsentrasjon enn hva man har behov for i barnehagen. Å få en ny lærer på skolen kan være veldig skremmende, vanskelig eller skape uro for et barn. Derfor er det viktig å forberede for nye ting.

Jeg har selv erfart at det har stor betydning å forberede min datter på ting før vi går inn i en gitt situasjon. Hvis jeg ikke forbereder henne kan hun løpe rundt og skrike, og hvis jeg sier ifra blir det ofte bare verre. De gangene jeg har forberedt henne på at vi for eksempel skal til legen og at der er det viktig at vi er stille og ikke løper rundt, får vi ofte et helt annet utfall av situasjonen. Da husker hun hva vi snakket om og hva som er viktig å tenke på når vi er i denne situasjonen. Hvis barnehagen eller skolen ikke forbereder disse barna på hva som er viktig å tenke på når de for eksempel skal ut på tur, kan det fort bli veldig mye masing. De er uforberedt på hva som er viktig å tenke på i denne situasjonen. Det er sannsynligvis veldig logisk for oss voksne at vi holder sammen når vi er ute på tur, men er det like logisk for alle barn?

Som Aron uttrykker det fungerer de høysensitive barna best når de er i flytsonen. Disse barna har behov for hjelp med å finne denne balansen mellom utfordringer og ferdigheter for at de skal kunne utvikle seg. Aron uttrykker videre at gjennom å anerkjenne barnets følelser, kan man gjøre de oppmerksomme på årsaken til overstimuleringen og foreslå måter å håndtere det på. Her har fagpersoner et stort og viktig ansvar. Dette kjenner jeg selv igjen fra egne erfaringer med min datter. Etter en lang dag i barnehagen kan det oppstå mange konflikter når vi kommer hjem på grunn av at hun er trøtt, utslitt og overstimulert. Hvis jeg først anerkjenner at hun er trøtt etter en lang dag og så hjelper henne med å finne måter å hente seg inn på, har hun lettere for å hente seg inn igjen. Som Aron uttrykker det vil disse barna bli helt i orden igjen når stimuleringen reduseres, men dette må vi som er rundt barna hjelpe de med. Er det nok at man som mor hjelper sitt barn med dette hjemme, eller har de behov for denne hjelp også i skolen? Som With Lie uttrykker det «(..) for at man skal få en generalisert effekt av en behandlingsform så må det inn på ulike instanser, alt som berører barnet i hverdagen». Dette stiller krav til kunnskap om hvordan fagpersoner hjelper de høysensitive barna å håndtere dette.

#### 4.2.2 Holdninger

With Lie og Langaard Solberg poengterer at alle barn er mer eller mindre sensitive. Hvis skolen klarer å inkludere de høysensitive barna vil de få det bedre i klassen. Det er ikke sikkert at man trenger å tilrettelegge så mye praktisk, men heller tilrettelegge holdninger til atferd rett og slett. Det danner seg veldig fort holdningsmønstre. Hvis man har en forventning om at et barn skal oppføre seg på en viss måte så kommer barnet etter hvert til å leve opp til denne forventningen. Hvis de blir møtt på feil måte kan de utvikle og tro at det er noe alvorlig i veien med seg selv og sitt reaksjonsmønster.

Når de sensitive barna blir overstimulert blir de lett oppjaget eller reagerer med annen uhensiktsmessig atferd. I en travel hverdag med barnehage eller skole, fritidsinteresser, leke avtaler osv. er det lett for å bli overstimulert. Det kan ofte oppstå konflikter når et barn blir overstimulert og reagerer gjennom at for eksempel å bli oppjaget. Konfliktene kan være mellom barnet og lekekamerater, lærere, pedagoger eller foreldre. Barnets atferd kan bli misforstått i en negativ retning, noe som kan føre til mange irettesettelser og kjefting, hvilket kan påvirke barnets selvtillit og selvfølelse. Som Aron (2014) uttrykker det lærer de høysensitive barna mye mer av en vennlig korrigerende enn av en streng overstimulerende straff.

Dette er erfaringer jeg selv kjenner igjen fra fagpersoner som uttrykt at min datter ofte havner i konflikter i barnehagen. Da jeg som mor stilte spørsmålet om hvordan de håndterer disse konfliktene var det tydelig at de ikke hadde tenkt igjennom dette. En mistanke om irttesettelser istedenfor en rolig og grei forklaring kan her være årsaken til gjentagende konflikter. Dette viser hvor viktig det er at vi snakker til barna på en grei måte, og forklarer ting som kanskje ikke er logisk for dem. Vi ønsker jo at de skal lære og utvikle seg, men hvordan skal de klare det uten vår hjelp som pedagoger? Er det barna som har vanskeligheter, eller kan det like gjerne være pedagogikken som har vanskeligheter?

#### 4.2.3 Styrking av selvfølelsen gjennom tilpasset opplæring

With Lie og Langaard Solberg uttrykker at de høysensitive barna ofte har en tidligere evne til selvrefleksjon som gjør at de kan stille spørsmål om hva som er galt med meg eller at jeg ikke er god nok, noe som kan gjøre dem sårbare. Det er viktig å bygge opp selvfølelsen til alle barn, men spesielt til de særlig sensitive barna sånn at de blir sterkere i seg selv. De har ofte et aktivt og komplisert tankesett, og en veldig sterk indre kritiker som kan komme ganske tidlig. With Lie og Langaard Solberg sier at selvbilde og selvfølelse er utrolig viktig, og at det handler om verdien som menneske. Det handler ikke om hvor flink eller intelligent du er, men at du er god nok, ansvarsfull, modig, kreativ altså hvem du er. Å være opptatt av prestasjoner fremmer ikke nødvendigvis menneskets verdi av at jeg er god og bra nok. Det er viktig å møte barna der de er og for hvem de er, dette gjennom å anerkjenne og se dem.

Noe av det viktigste man kan bidra med i skolen, ifølge Haukedal, er å se hver enkelt og å gi positive tilbakemeldinger. De høysensitive som er ekstra sårbare har enda større behov for dette. Det er også viktig at man tilrettelegger undervisningen slik at de kan få gjøre oppgavene i sitt tempo og i mindre grupper. Dette vil bidra med å gjøre det enklere for disse elevene å beholde oppmerksomheten. Dette mener Haukedal bør kunne gjøres med utgangspunkt i lov om tilpasset opplæring (Haukedal, 2014).

I Opplæringsloven § 1-3 *Tilpassa opplæring og tidleg innsats* fremhever de at skolen har plikt for å skape best mulig tilpasning av opplæringen til den enkelte elevens evner og forutsetninger. Dette poengteres også i St.meld. nr. 18 (2010-2011) *Læring og fellesskap* der det står at «*Tilpasset opplæring er et generelt prinsipp for skolens virksomhet og kjennetegnes av variasjon av arbeidsoppgaver, lærestoff, arbeidsmåter, læremidler og variasjon i organiseringen av opplæringen. Tilpasset opplæring innebærer ikke at opplæringen skal*

*individualiseres, men at læringsmiljøet tar hensyn til variasjoner i elevenes evner og forutsetninger.»* Skolen har en viktig rolle i forhold til tilrettelegging for tilpasset opplæring, da barna vil få gode muligheter til å lykkes og dermed oppleve mestring. Dette vil kunne styrke selvtilliten deres, derfor er det viktig å sørge for at de får hyppige og konkrete mestringsopplevelser i læringsprosessen. Her vil jeg poengtere at motivasjon er en veldig viktig faktor og en forutsetning for læring, altså en viktig del av pedagogisk tilrettelegging. En annen viktig pedagogisk utfordring vil alltid være å stimulere til motivasjon for læring og å tilrettelegge aktiviteter og læringsinnhold slik at det blir motiverende å lære.

Hvis vi ikke har nok kunnskap og forståelse for de høysensitive barna, hvordan skal vi da kunne tilrettelegge best mulig og følge opp hva som står skrevet i Opplæringsloven og i regjeringen? Ifølge Opplæringsloven § 1-3 har alle elever rett til tilpasset arbeidsmiljø, men hvordan skal vi kunne tilpasse for disse barna hvis vi ikke har nok kunnskap om dette karaktertrekket?

Sletteland (2013) skriver at mennesker er forskjellige, men at dette ser ut til å glemmes i skoledebatten. Noen hjerner fungerer annerledes enn andre, dette har forskning dokumentert. I disse tilfellene er det viktig at man kan legge forholdene til rette, slik at disse hjernene kan få muligheten til å utvikle seg optimalt. Videre skriver Sletteland (2013) at hun tror at skolen vil bli et bedre læringssted for alle barn hvis man tar hensyn til de høysensitive behov. Men for å få til dette må skolen forstå hvordan høysensitive barn fungerer. Handler det kun om brist på kunnskap om dette karaktertrekket, og om hva som er viktig å ta hensyn til i forhold til tilpasset opplæring for de høysensitive barna? Kan det også handle om brist på ressurser? Har skolene de ressurser de trenger for å tilrettelegge for den enkelte individ? Kanskje vi ikke har behov for masse ressurser hvis vi kan forstå hva som er god tilrettelegging for alle elever? Hvis vi har mer fokus på mestringsopplevelser for å styrke selvtilliten til barna, vil vi da kunne jobbe mer hensiktsmessig utfra de ressursene vi allerede har? Dette istedenfor å bruke brist på ressurser som en «unnskyldning» for dårlig tilpasset opplæring. Det viktigste er vel at vi gjør det beste utfra de mulighetene vi har? Sletteland (2013) uttrykker at «*Det som er bra for en høysensitiv, er også bra for alle andre. Men det som går bra for de fleste, trenger ikke nødvendigvis være levelig for en høysensitiv*». Derfor mener Sletteland (2013) at disse barna kan være en god målestokk for en ny og bedre skolemodell.

### **4.3 Kan atferden til de høysensitive barna bli misforstått?**

With Lie og Langaard Solberg uttrykker at det er mange like symptomer som kan gjøre at man kan forveksle høysensitivitet med ADHD. Dette fordi når et høysensitivt barn er overstimulert og utslitt, kan det bli omtrent utagerende. De kan også bli urolige, ukonsentrerte og tullete, men ikke i alle situasjoner. Når omgivelsene er rolige, trygge og kjente har de en kjempe evne til å konsentrere seg. Her er forskjellen til barn med ADHD som ofte har et generelt problem med oppmerksomhet, impulsivitet og hyperaktivitet som kan påvirke evnen til å planlegge.

Som Aron hevder er det ingenting i veien med konsentrasjonsevnen deres når de ikke blir overstimulert og prioriterer riktig. Aron hevder at utfordringene deres i forhold til konsentrasjon påvirkes av distraherende omgivelser. Fra egen erfaring har det blitt observert at min datter legger merke til alt som skjer rundt henne i barnehagen, dette skaper konsentrasjonsproblemer for henne. De har sagt at hun kan sitte lengre med aktiviteter når hun blir skjermet. På en lekeobservasjon hos BUP satt hun og spilte et spill sammen med en voksen i ca. 17 minutter. Dette viser at hun kan konsentrere seg når omgivelsene tillater det.

With Lie og Langaard Solberg uttrykker at det er rimelig å anta at det er de utadvendte barnas atferd som kan forveksles med symptomene til ADHD, da deres følelser ligger på utsiden. Langaard Solberg uttrykker at hvis disse barna hadde fått trygge grenser og mer ro så kunne de kanskje funnet en annen måte å uttrykt sitt indre på. Dette samsvarer med Aron da hun uttrykker at de høysensitive barna som ikke får tid til å bearbeide sine inntrykk vil kunne bli urolige og hyperaktive.

Aron (i: Morset, 2013) sier i et intervju at mange med karaktertrekket blir misforstått, og det har vist seg at barn som blir sett på som spesielt vanskelige ofte er høysensitive. Dette mener Aron skyldes at en følge av å være høysensitiv som barn, er at de kan bli hyperaktive på grunn av et overstimulerende miljø. Spørsmålet om noen av disse barna blir feildiagnostisert med ADHD trenger vi mer forskning på ifølge Aron.

Haukedal (i: Mørch-Larsen, 2014) mener at vi har et diagnosehysteri i psykisk helse i Norge i dag. Han mener at altfor mange får diagnoser som blant annet ADHD. Noen av årsakene til dette mener Haukedal er mangel på kompetanse, men også for store krav fra ulike instanser om å stille diagnoser. Egen erfaring samsvarer med det Haukedal mener om at vi har et



diagnosehysteri i Norge i dag. Haukedal viste til et eksempel fra praksis om en syv år gammel gutt som var høysensitiv, men som PPT på skolen hadde uttrykt hadde ADHD. Dette samsvarer med min datter som fikk sin mistanke om ADHD før hun fylte to år. Men nå som vi er under utredning hos BUP har jeg innsett at de ikke stiller en diagnose så enkelt som jeg befarte. Haukedal mener at altfor mange får diagnoser som blant annet ADHD. Dette skjer sikkert i noen tilfeller, men den største utfordringen, i forhold til at de tar opp masse ressurser, er at altfor mange blir henvist til BUP om en mistanke om ADHD. Min erfaring har vist at hvis BUP er usikre under en utredning blir barna godt fulgt opp videre for å se om ulike tiltak kan endre barnets atferd. I vår situasjon vil de følge opp min datter i ny barnehage til høsten for å se om faktorer i dette miljø kan påvirke hennes atferd. I tillegg har jeg som mor fått tilbud om foreldreveiledning, da dette kan ha stor betydning for barnets atferdsmønstre. Dette viser hvor mange faktorer rundt barna som kan påvirke deres atferd.

Kinge (2012) skriver at fagpersoner som står isolert, uten et tverretatlig samarbeid lett kan miste helhetsperspektivet da de kun ser med sine fagbriller. Hun gir ulike eksempler på ulike faggrupper, og skriver at de som arbeider på det spesialpedagogiske fagfeltet *«(..) vil lett kunne søke svar i ulike diagnoser som kan forklare læringsvansker og uhensiktsmessig atferdsuttrykk»* (Kinge, 2012, s. 59). Kinge mener at styrken ligger i det tverretatlige samarbeidet som vil kunne bidra til et helhetssyn som er basert på en felles vurdering, og ikke den enkeltes. Spesialpedagoger som alle andre faggrupper har sin bakgrunn for å tolke et barns atferd. Vil vi ha større behov for tverretatlige samarbeid for å kunne ha en helhetstenkning rundt de høysensitive barna? Når ulike fagpersoner med ulik faglig bakgrunn møtes får man gode diskusjoner med ulike syn på barnet.

With Lie og Langaard Solberg mener at fokus fra skolen bør rettes mer mot å støtte og anerkjenne barna. Vi skal være forsiktige med å sette merkelapper på barna, da setter vi de i en bås som er veldig vanskelig å komme seg ut av. Barnet kommer da i en offer situasjon, når målet egentlig bør handle om å få frem styrkene.

Samlet sett sier forskning at det kan skje misforståelser rundt atferden til høysensitive barn. Det er dermed rimelig å anta at barn der man har en mistanke om ADHD kan være høysensitive. Det er flere faktorer som styrker at høysensitive barns atferd kan forveksles med kriteriene til ADHD. Når et høysensitivt barn er overstimulert av alle sanseinntrykk i miljøet vil de kunne få liknende symptomer som til diagnosen ADHD. Dette kan gjøre at fagpersoner

kan tro at de har en diagnose, når de kanskje egentlig er høysensitive. Tilbake til tallene fra BUP som viser at tusenvis av barn blir henvist med en mistanke om ADHD, men at bare ca. en tredjedel av disse får diagnosen. Hva er grunnen til at så mange barn blir henvist? Denne studien har vist at de kan være noen barn som er høysensitive som blir henvist om en mistanke om ADHD. Men hvor mange tilfeller dette er, hvis det skjer, kan jeg ikke svare på utfra denne kvalitative studien. Målet var å få et reflektert bilde av atferden, og å se om noen av disse barnas atferd kan forveksles med diagnosekriteriene til ADHD. At høysensitive barn påvirkes spesielt av noen kritiske faktorer i miljøet viser hvor viktig det er med kunnskap om hvordan disse faktorene kan påvirke barnets atferd. Hvis vi skal kunne hjelpe må vi forstå barnet, og da har vi behov for mer kunnskap. Hvem er det sensitive barnet bak atferden?

## Kapittel 5. Oppsummering

I denne besvarelsen har jeg sett på fenomenet høysensitivitet, og om atferden til de høysensitive barna kan forveksles med kriteriene til diagnosen ADHD. Jeg har støttet meg på forskningslitteratur til Aron og Haukedal, samt intervju med fagpersoner. I tillegg har jeg valgt å trekke inn egne erfaringer for å belyse hva som kan skje i praksis.

Det som er viktig å ha med seg i forhold til hva som ligger til grunn for de høysensitive barnas atferd, er at de er veldig ulike og opplever stimulering i ulik grad. Så hvis du møtt et høysensitivt barn, er det viktig å tenke på at du kun møtt et høysensitivt barn. Brist på kunnskap har vist seg å være en av flere kritiske faktorer rundt disse barna. Derfor er det veldig viktig å tenke helhetlig rundt de særlig sensitive barna, da det er flere faktorer som spiller inn. Å se barnet i interaksjon med sine omgivelser har stor betydning for å kunne forstå hva som påvirker det høysensitive barnet. Dette vil kunne hjelpe oss med å unngå misforståelser av barnets atferd, og dermed kan vi unngå å sette de i båser som er veldig vanskelig å komme seg ut av. Målet bør jo egentlig handle om å få frem styrkene til barna gjennom å se på deres muligheter og ressurser. For at de høysensitive barna skal få mulighet til å bruke sine ressurser er det viktig at skolen tar hensyn til forandringer og forbereder for disse. Det er også viktig at skolen tilrettelegger holdninger og opplæringen slik at de kan få muligheten til å styrke sin selvfølelse.

Dette karaktertrekket har ikke blitt helt anerkjent i alle fagmiljø, derfor er det fortsatt mye usikkerhet rundt hvordan disse barna blir fulgt opp i barnehagen og skolen. Vi trenger mer kunnskap om de høysensitive barna og om dette karaktertrekket generelt. Som Kinge poengterer er det veldig viktig med et tverretatlig samarbeid for å ivareta barn på en best mulig måte, og for å kunne se deres atferd utfra ulike perspektiver. Med mer fokus på dette samarbeidet i skolene, men også i barnehagen, hadde vi kanskje kunnet redusere antallet henvisninger til BUP.

Som tidligere nevnt kan man bli kritisk til tenkingen rundt det som samfunnet stempler som «problematferd». Hvis de høysensitive barna ofte blir misforstått med sin hensikt, handler det da egentlig om å være vanskelig eller om å ha det vanskelig?

## **Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet**

### ***”Det sensitive barnet bak atferden”***

## **Bakgrunn og formål**

I 2009 utgjorde ADHD og atferdsproblemer 40-50% av alle henvisninger hos BUP, men bare ca. en tredjedel av disse fikk diagnosen ADHD.

Problemstilling:

Kan høysensitive barnas atferd mistolkes med diagnosekriteriene til ADHD? Hvilke miljøfaktorer synes å være særlig kritiske med tanke på de sensitive barnas atferd?

Prosjektet er en del av en bachelor studie fra Høgskolen i Telemark, Notodden, der forsker ønsker å innhente erfaringer og kunnskap til fagpersoner innen feltet.

## **Hva innebærer deltakelse i studien?**

Gjennom kvalitativ forskningsintervju ønsker jeg å få en innblikk i fagpersonenes egne erfaringer og kunnskaper innen feltet. Dette vil foregå gjennom et halvstrukturert intervju med intervjuguide.

Etter samtykke av informanten ønskes lydopptak av intervjuet, dette vil bli transkribert.

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

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det er kun forsker som vil ha tilgang på opplysningene. Det er opp til informantene selv hvis de vil bli gjenkjente i publikasjonen eller ikke. Dette kan avtales nærmere.

Prosjektet skal etter planen avsluttes den 6. juni og alle personopplysninger vil bli slettet, inkludert lydopptak.

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Sara Jimenez per telefon 98015277 eller veileder ved Høgskolen i Telemark, Notodden, Oddvar Hjulstad per telefon 90628648.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

## **Samtykke til deltakelse i studien**

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

**Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS**  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hørtengen gate 29  
11 5000 Bergen  
Norway  
Tel: +47 55 58 21 17  
Fax: +47 55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org nr: 985 321 884

Oddvar Hjulstad  
Institutt for pedagogikk Høgskolen i Telemark  
Postboks 203  
3901 PORSGRUNN

Vår dato: 06.03.2015

Vår ref: 42187 / 3 / AMS

Deres dato:

Deres ref:

**TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER**

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 11.02.2015. Meldingen gjelder prosjektet:

42187

Behandlingsansvarlig

Daglig ansvarlig

Student

*Det sensitive barnet bak atferden*

*Høgskolen i Telemark, ved institusjonens øverste leder*

*Oddvar Hjulstad*

*Sara Jimenez*

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, 06.06.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen Katrine Utaaker Segadal Anne-Mette Somby  
Kontaktperson: Anne-Mette Somby tlf: 55 58 24 10  
Vedlegg: Prosjektvurdering

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

*Avdelingskontorer / District Offices*

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. [nsd@uio.no](mailto:nsd@uio.no)  
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. [kyrre.svarva@svt.ntnu.no](mailto:kyrre.svarva@svt.ntnu.no)  
TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. [nsdmaa@svt.uio.no](mailto:nsdmaa@svt.uio.no)

# Personvernombudet for forskning



## Prosjektvurdering – Kommentar

Prosjektnr: 42187

Utvalget (fagpersoner) informeres skriftlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Høgskolen i Telemark sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på privat pc/mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Personvernombudet vil informere om at egne erfaringer ikke omfattes av personopplysningslovens bestemmelser. Opplysninger om eget barn vil omfattes av personopplysningsloven og studenten kan samtykke på vegne av sitt barn.

Vi gjør samtidig oppmerksom på at vi ikke har vurdert de etiske og metodiske utfordringene ved å bruke egne erfaringer i prosjektet, men legger til grunn at veileder/institusjon har godkjent dette prosjektdesignet.

Forventet prosjektslutt er 06.06.2015. 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 lydopptak

## Intervjuguide

### Innledning

- Forklare hensikten med intervjuet.
- Antyde til hva jeg er interessert i å få vite mer om.

### Anonymitetsbeskyttelse

- Dere vil ikke bli gjenkjent, eller noe fra deres praksis.
- Ingen vil få lytte til båndet.

### Åpningsspørsmål

- Hvor hørte dere om karaktertrekket høysensitiv for første gang?

### Bakgrunn og hensikt med faggruppen

- Når startet dere denne gruppen?
- Hva var hensikten med å starte denne gruppen?
- Hvordan kom dere i kontakt med hverandre, eller kjente dere hverandre fra før?
- Hva for slags arbeidsoppgaver har dere i gruppen?
- Har dere direkte kontakt med disse barna?
- Hvilke erfaringer har dere gjort i denne gruppen, både som faggruppe og ute i praksis?
- Hvordan jobber dere med høysensitive barn? Som støttegruppe, oppfølging, rådgiving og veiledning?
- Hvilken aldersgruppe har fått mest fokus?

### Høysensitive barn

- Hvordan skulle dere med egne ord forklare et «typisk» høysensitivt barn, skille mellom de innadvendte 70 % og de utadvendte 30%?
- Hvilke er de mest karakteristiske trekkene ved disse barna?
- Når kan de høysensitive barna virkelig få brukt sine ressurser?



- Hva påvirker dem for å kunne ta i bruk sine styrker på en hensiktsmessig måte?
- På hvilken måte kan de ses på som sårbare?
- Hvilke faktorer i barnets liv kan gjøre dem ekstra sårbare?
- Hvordan kan man merke at et høysensitivt barn blir overstimulert, skille mellom innadvendte og utadvendte?

### **Samfunnet og høysensitivitet**

- Har samfunnet nok kunnskap om dette karaktertrekket?
- Innen hvilke fagområder har man hatt mest fokus på dette karaktertrekket?
- Hvordan kan barnehagen og skolen tilrettelegge best mulig for disse barna?
- Hva er det viktigst å ha forståelse for i forhold til disse barna i barnehage/skole?

### **Atferden til høysensitive barn**

- Noen fagpersoner mener at det hadde vært enklere hvis høysensitivitet hadde vært en diagnose, slik at disse barna kunde utredes. Har dere noen tanker rundt dette?
- Da det er lite kunnskap om dette karaktertrekket, kan det bidra til at disse barnas atferd kan blir misforstått?
- Koblingen mellom atferden til sensitive barn og atferden til barn med ADHD, gjelder den først og fremst de utadvendte barnas atferd, eller gjelder det også de innadvendte?
- Tar man hensyn til hvordan barnet påvirkes i interaksjon med omgivelsene for å forstå barnet bedre? I forhold stimuli i ulike kontekster?

## Litteraturliste

- Aron, E. N. (2013). *Særlig sensitiv*. Latvia: Cappelen Damm AS
- Aron, E. N. (2014). *Særlig sensitive barn*. Latvia: Cappelen Damm AS
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming*. 2. utg. Oslo: Universitetsforlaget
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. 5. utg. Oslo: Gyldendal Akademisk
- Den Nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora. (2006). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, jus og teologi*. Oslo: Forskningsetiske komiteer. Hentet 19.02.2015 fra: <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/Samfunnsvitenskap-jus-og-humaniora/>
- Grenness, T. (2012). *Hvordan kan du vite om noe er sant?*. 2. utg. Latvia: Cappelen Damm Akademisk
- Haukedal, T. E. (2014). *Boken om hørsensitivitet – veien fra sårbarhet til ressurs*. Hordvik: Trond Haukedal Forlag AS
- Helsedirektoratet. (2014). *ADHD/hyperkinetisk forstyrrelse – nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging*. Hentet 19.05.15 fra <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/628/ADHD-IS-2062.pdf>
- Hinge Thomsen, U. (2015). *Er dit barn særligt sensitiv?*. Hentet 28.05.15 fra [http://www.skoleborn.dk/maj\\_2015/er-dit-barn-sarligt-sensitiv.html](http://www.skoleborn.dk/maj_2015/er-dit-barn-sarligt-sensitiv.html)
- Kinge, E. (2012). *Tverretattlig samarbeid omkring barn*. Oslo: Gyldendal akademisk
- Kvarv, S. (2010). *Vitenskapsteori – tradisjoner, posisjoner og diskusjoner*. 2. utg. Oslo: Novus Forlag
- Morset, T. (2013). *Sensitiv styrke*. Hentet 04.03.15 fra <http://www.psykiskhelse.no/index.asp?id=32127>
- Mørch-Larsen, B. (2014). *Altfor mange får diagnoser som ADHD, angst og depresjon*. Hentet 19.05.15 fra <http://www.ba.no/nyheter/article7577649.ece>
- Nyeng, F. (2012). *Nøkkeltbegreper i forskningsmetode og vitenskapsteori*. Bergen: Fagbokforlaget
- Opplæringsloven (2014) Tilpassa opplæring og tidleg innsats. Hentet fra [https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL\\_1#KAPITTEL\\_1](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL_1#KAPITTEL_1)

Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode – En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. 2. utg. Oslo: Universitetsforlaget

Sandvig, J. (2011). *Fagfolk advarer mot gale ADHD-diagnoser*. Hentet 19.05.15 fra

<http://www.aftenposten.no/nyheter/Fagfolk-advarer-mot-gale-ADHD-diagnoser-5334705.html>

Sletteland, T. (2013). *Høysensitive barn er kreative*. Hentet 01.03.15 fra

<http://www.bt.no/meninger/kronikk/Hoysensitive-barn-er-kreative-2938182.html>

St.meld. nr. 18 (2010-2011) Læring og fellesskap hentet fra

<https://www.regjeringen.no/nb/dokumenter/meld-st-18-20102011/id639487/?docId=STM201020110018000DDDEPIS&q=&navchap=1&ch=4>