

"Jag skulle aldrig säga att mitt barn är blygt, utan att hen är observant"

En kvalitativ studie om högkänslighet bland barn i förskolan

Av Emma Stolpe och Klara Rosengren

Barn- och ungdomsvetenskapliga institutionen

Självständigt arbete 15 hp, VT 2019

Förskoledidaktik

Förskolläraryrket (210 hp), Stockholms universitet



"Jag skulle aldrig säga att mitt barn är blygt, utan att hen är observant"

En kvalitativ studie om högekänslighet bland barn i förskolan

Syfte	<ul style="list-style-type: none">• innebörden av begreppet högekänslighet• särskilda behov hos högekänsliga barn• högekänslighet i relation till förskolans miljö
Metod	<ul style="list-style-type: none">• intervjuer• föräldrar till högekänsliga barn i förskolan• förskolepersonal med förkunskaper om högekänslighet
Resultat	<ul style="list-style-type: none">• högekänslighetens olika uttryck• uppväxtvillkor i förskolan• förskolans miljö

Förskolans miljö; Hur lyder förskolans styrdokument?

I förskolans läroplan står det att:

- *"Utbildningen i förskolan ska planeras och genomföras på ett sådant sätt så att den främjar barnens **utveckling, hälsa och välbefinnande**. Förskolan ska erbjuda barnen en god miljö och en väl avvägd dagsrytm med **både vila och aktiviteter** som är **anpassade efter deras behov** och vistelsetid." (Lpfö18)*

Förskolans miljö; Hur lyder förskolans styrdokument?

I förskolans läroplan står det att:

- "Förskolan ska ta **hänsyn till barns olika förutsättningar och behov** och anpassas till alla barn i förskolan ... Förskolan ska **särskilt uppmärksamma** barn som av olika anledningar behöver mer ledning och stimulans eller **särskilt stöd**. Alla barn ska få en utbildning som är utformad och anpassad så att de utvecklas så långt som möjligt. Barn som tillfälligt eller varaktigt behöver mer stöd och stimulans ska få detta utformat utifrån sina egna behov och förutsättningar." (Lpfö18)

Förskolans miljö; Förutsättningar för en god omsorg i förskolan?

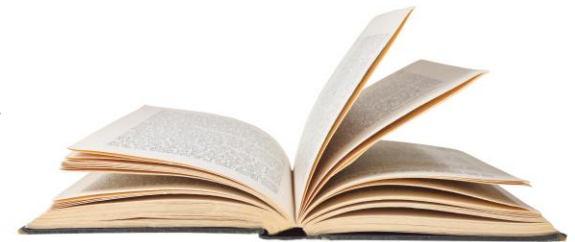
Skolverkets rapport om barngruppers storlek i förskolan:

- "**stora barngrupper** försvårar personalens möjligheter till att se och bemöta enskilda barn vilket är en riskfaktor för kvaliteten i förskolan"
- "förskolans lokaler bör vara anpassade till barns möjligheter till såväl lek och socialt samspel som **rum för vila och avskildhet**"
- "problematiskt med dagens större barngrupper som kan medföra till buller, **höga ljudnivåer och stress** hos både barn och personal" (Skolverket 2016)

Förskolans miljö; Förutsättningar för en god omsorg i förskolan?

Ur "Det högkänsliga barnet" av Elaine Aron (2014):

- *"högkänsliga barn kan bli överväldigade av situationer som ett fullt klassrum eller högljudda miljöer, speciellt om de befinner sig i en sådan miljö alltför länge"*
- *"eftersom högkänsliga personer är i minoritet utmärker sig deras reaktioner ofta som avvikande för andra (ex. känsloutbrott, blir rädda, tysta, tillbakadragna)" som beror på överstimulans"*
- *"det kan även misstas handla om uppmärksamhetsproblematik när det i själva verket handlar om ett överflöd av intryck som i sig kräver vila"*



Förskolans miljö; Väcker tankar och funderingar...

- Vilka kunskaper, verktyg och förutsättningar behövs för att bemöta högkänsliga barns behov?
- Hur uppfattar förskolepersonal fenomenet högkänslighet? Vad kan detta innebära för barn i en förskolekontext?
- Hur kan förskolan anpassa verksamheten efter högkänsliga barns förutsättningar och behov?



Undersökningsmaterial och deltagare

- Kvalitativa semistrukturerade intervjuer
- 10 stycken deltagare från olika orter i Sverige
- 7 föräldrar till högkänsliga barn (som går i förskola/förskoleklass)
 - 2 av dessa föräldrar intervjuades även i rollen som förskolepersonal
- 3 förskolepersonal
 - 2 förskollärare, 1 specialpedagog
- Samtliga med förkunskaper om högkänslighet



Resultat och analys; Kluster och teman

1. Högekänslighetens olika uttryckssätt

- Egenskaper och uttryck
- Utmaningar
- Behov

2. Högekänsliga barns villkor i förskolan

- Pedagogers förståelse av HSP
- Uppväxtvillkor
- Kunskapsbehov

3. Förskolans miljö

- Svårigheter och begränsningar
- Åtgärder och fördelar

Resultat och analys; Högekänslighetens olika uttrycksätt

Egenskaper och uttryck



- ljudkänsliga
- empatiska
- reflekterande
- sociala
- avvaktande
- observanta
- kreativa
- detaljsinne

“Främst så är det ju att mitt barn är ljudkänsligt”

Hur kan högkänsligheten ta sig uttryck hos ett högkänsligt barn? Ett exempel...

En förälder berättar:

"Hen misstas ibland för att vara blyg upplever vi... och att vi har hört att det är vanligt. Och jag skulle aldrig säga att mitt barn är blygt, utan att hen är observant. Och jag tror att det är många barn som är högkänsliga som misstas för just det. För att de känner av först. För vårt barn är jättesocial, hen har många kompisar, hen är väldigt omtyckt. Och jag tror att det har att göra med sin högkänslighet just för att hen är så empatisk och att hen håller sig till regler och hen tycker inte om när det är orättvist för nån."

Resultat och analys; Högekänslighetens olika uttrycksätt

Utmaningar



- förändringar
- bullriga miljöer
- ändrade rutiner
- inskolningar
- nya situationer
- lämningar
- överraskningar

"Hen har det jobbigt med övergångar, små som stora. Större övergångar som att börja förskoleklass"

Resultat och analys; Högekänslighetens olika uttrycksätt

Behov



- tid – viktigt för olika avseenden
- smälta nya intryck
- förberedelse
- återhämtning
- stöttning
- känslöhantering
- lyhörda vuxna
- anpassad inskolningsperiod / anknytning

“Hen behöver tid att landa i en ny situation”

Resultat och analys; Högekänsliga barns villkor i förskolan

Pedagogers förståelse av HSP



- behov av att iaktta
- större behov av vila
- behov av att varva ner
- introvert / extrovert
- ofta tysta
- utåtagerande vid överstimulans

"Det måste få skanna av rummet ... att vara observant, det är ingenting negativt, det är ju hur barnet får sin trygghet"

Resultat och analys; Högekänsliga barns villkor i förskolan

Uppväxtvillkor



- övergångar mellan aktiviteter
- stora barngrupper
- begränsad personal
- samarbete hem - förskola

“Förskolan är ju en plats med hög stimuli konstant. Jag brukar tänka på det när jag själv går iväg på rast”

Resultat och analys; Högekänsliga barns villkor i förskolan

Kunskapsbehov

“ 'Ditt barn är bara tyst' ... det är ju ett slag i mitt föräldraskap, ungefär som att jag har misslyckats med mitt barn. Att ditt barn tar inte för sig. Men mitt barn kan ju visst ta för sig, om hen får rätt förutsättningar för det”

- konsekvenser av okunskap
- information vid förskolläroarutbildningar
- fortbildning på arbetsplatsen (förskolor/skolor)

“Om inte ens förskollärare får någon kunskap i det, hur ska dom ens kunna upptäcka de här barnen?”

Resultat och analys; Förskolans miljö

Svårigheter och begränsningar



- Organisation
- Sammansättning av personal
- Barngruppens storlek
- Lokalers utformning – stora öppna ytor
- Begränsad möjlighet till vila och återhämtning

"Stora barngrupper är ju aldrig bra, det ska man väl ha klart för sig"

Resultat och analys; Förskolans miljö

Åtgärder och fördelar



- sanera bland inredning och material – tydlighet och struktur
- hallsituationer – en mindre grupp i taget, rotera
- skapa rum i rummen
- mindre grupper, mindre sammanhang
- "sinnesrum"

“Sanera lite på väggar och tak och allt vad det är där man har alla prylar. Hjälp barn i hallsituationer där man kanske begränsar”

Studiens slutsatser

Högekänslighet hos barn i förskolan:

- ökad känslighet för nya intryck – ljud specifikt
- ökat behov av tid - bearbetning, förberedelser, återhämtning
- inkännande - stor påverkan av andras bemötande / miljörelaterade faktorer

Förskolans miljö:

- Betydande inverkan på välmående, utveckling och lärande. Tendenser till överstimulans - barngruppens storlek, lokalernas utformning, begränsade möjligheter till vila
- Skapa bättre förutsättningar - anpassningar utifrån högekänsliga barns behov, tydlig sparsam interiör, anpassad inskolning, mindre grupper – mindre sammanhang, ökad kunskap om HSP, lyhörda pedagoger.

Tack för er uppmärksamhet!

För vidare läsning...

Hela uppsatsen finns på DIVA - Digitala vetenskapliga arkivet

Länk: <http://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2:1333018>



Frågor?



Tid för diskussion...

- Upplevelser / erfarenheter gällande högkänslighet hos barn?
- Förskolans/skolans miljö för ett barn med högkänslighet?
- Vuxnas bemötande?
- Samarbete föräldrar - förskola/skola?

