

# **Metoder och stödformer för högekänsliga barn på daghem**

En kvalitativ studie om hur personal inom småbarns-  
pedagogiken hjälper och stöder högkänsliga barn

Ida Korpikangas

Casper Lindström

Jenni Mantere

Jenna Ylitalo

Examensarbete för socionom (YH)-examen

Utbildning till socionom

Åbo 24.4.2021

## EXAMENSARBETE

Författare: Ida Korpikangas, Casper Lindström Jenni Mantere och Jenna Ylitalo

Utbildning och ort: Socionom (YH), Åbo

Handledare: Pia Liljeroth

Titel: Metoder och stödformer för högkänsliga barn på daghem – En kvalitativ studie om hur personal inom småbarnspedagogiken hjälper och stöder högkänsliga barn

---

Datum 26.04.2021

Sidantal 36

Bilagor 2

---

### Abstrakt

Detta examensarbete är en kvalitativ studie som utgjorde en del av projektet "Högkänslighet - en utmaning inom vård och omsorg?" i samarbete med Högkänsliga i Finland rf. Syftet var att kartlägga hurdana metoder och stödformer personal inom småbarnspedagogiken använder för att hjälpa barn med högkänslighet på daghem. Stöd från vuxna har stor betydelse för dessa barns välmående, utveckling och lärande. Arbetet hade två frågeställningar: vilka metoder kan användas för att stöda barn med högkänslighet på daghem samt hur använder personal inom småbarnspedagogiken dessa metoder och hur fungerar metoderna i praktiken. Målsättningen med arbetet var att utveckla kunskapen gällande högkänslighet hos barn samt öka medvetenheten om olika konkreta metoder och stödformer som stöder dessa barn.

Arbetet består av en teoridel som baserar sig på mångsidig litteratur om ämnet. En webbaserad enkätundersökning utformades för att undersöka vilka metoder och stödformer som används med högkänsliga barn på daghem. Resultaten från enkätundersökningen tyder på att daghemspersonalen använder mångsidiga metoder och stödformer för att hjälpa och stöda dessa barn. Dock var svaren mycket varierande och utförligare beskrivningar skulle ha varit önskvärt för att få en klarare helhetsbild av daghemspersonalens kunskap. Högkänslighet hos barn är ett viktigt ämne som kräver ökad kunskap och fortsatt forskning för att trygga och främja dessa barns välbefinnande.

---

Språk: svenska

Nyckelord: högkänslighet hos barn, verksamhetsmiljö på daghem, metoder och stödformer, beaktande och bemötande

## OPINNÄYTETYÖ

Tekijät: Ida Korpikangas, Casper Lindström, Jenni Mantere ja Jenna Ylitalo

Koulutus ja paikkakunta: Sosionomi (AMK), Turku

Ohjaaja: Pia Liljeroth

Nimike: Menetelmiä ja tukimuotoja erityisherkillä lapsille päiväkodissa – Laadullinen tutkimus siitä, miten varhaiskasvatuksen henkilökunta auttaa ja tukee erityisherkkiä lapsia

---

Päivämäärä 26.04.2021

Sivumäärä 36

Liitteet 2

---

### Tiivistelmä

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, joka oli osana projektia ”Erityisherkyys – haaste terveys- ja sosiaalihuollolle?” yhteistyössä Suomen erityisherkit ry:n kanssa. Tarkoituksena oli kartoittaa minkälaisia menetelmiä ja tukimuotoja varhaiskasvatuksen henkilökunta käyttää tukeakseen erityisherkkiä lapsia päiväkodeissa. Aikuisen avulla ja tuella on suuri merkitys lapsen kehitykselle ja oppimiselle. Työssä oli kaksi tutkimuskysymystä: mitä menetelmiä voidaan käyttää erityisherkkien lasten tukemiseen päiväkodissa sekä miten henkilöt, jotka työskentelevät varhaiskasvatuksessa, käyttävät menetelmiä ja miten ne toimivat käytännössä. Työn tarkoituksena oli kehittää tietoa lasten erityisherkkyydestä sekä lisätä tietoisuutta erilaisista konkreettisista menetelmistä ja tukimuodoista, jotka tukevat näitä lapsia.

Työ koostuu teoriaosuudesta, joka perustuu monipuoliseen kirjallisuuteen. Verkkopohjainen kyselylomake suunniteltiin, jotta voitiin tutkia mitä menetelmiä ja tukimuotoja henkilöt, jotka työskentelevät varhaiskasvatuksessa, käyttävät erityisherkkien lasten parissa. Kyselylomakkeen tulokset viittaavat siihen, että henkilökunta päiväkodeissa käyttää monipuolisia menetelmiä ja tukimuotoja auttaakseen ja tukeakseen erityisherkkiä lapsia. Vastaukset olivat kuitenkin hyvin vaihtelevia ja selkeämmät kuvaukset olisivat olleet toivottavia, jotta olisi saatu selkeämpi kuva päiväkodin henkilökunnan tietämyksestä. Lasten erityisherkyys on tärkeä aihe, joka vaatii lisää tietoisuutta ja jatkotutkimuksia lapsen hyvinvoinnin suojaamiseksi ja edistämiseksi.

---

Kieli: ruotsi

Avainsanat: lasten erityisherkyys, toimintaympäristö päiväkodissa, menetelmät ja tukimuodot, huomioonottaminen ja kohtaaminen

## **BACHELOR'S THESIS**

Authors: Ida Korpikangas, Casper Lindström, Jenni Mantere and Jenna Ylitalo

Degree Programme: Social services, Turku

Supervisor: Pia Liljeroth

Title: Methods and Forms of Support for Highly Sensitive Children in Day Care – A Qualitative Study How Staff in Early Childhood Education Help and Support Highly Sensitive Children

---

Date 26.04.2021

Number of pages 36

Appendices 2

---

### **Abstract**

This thesis is a qualitative study that was part of the project “High sensitivity – a Challenge in Health and Care?” in collaboration with Suomen erityisherät ry. The purpose was to map what methods and forms of support staff in early childhood education use to help children with high sensitivity in daycare. Support from adults is of great importance for these children’s well-being, development and learning. The thesis had two research questions: what methods can be used to support children with high sensitivity in daycare, how do people who work in early childhood education use these methods and how do the methods work in practice. The aim of the thesis was to develop knowledge regarding high sensitivity and increase awareness of various methods and forms of support for these children.

The thesis consists of a theoretical part based on diverse literature of the subject. A web-based survey was created to investigate the methods and forms of support used with highly sensitive children in daycare. The results from the survey indicate that those who work with highly sensitive children use versatile methods and forms to help and support these children. However, the answers were very varied and more detailed descriptions would have been desirable to get a clearer overall picture of the daycare staff’s knowledge. High sensitivity in children is an important topic that requires more knowledge and continued research to ensure and promote the well-being of these children.

---

Language: Swedish

Key words: children with high sensitivity, operating environment, methods and forms of support, consideration and encounter

## Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Litteraturöversikt.....	2
3	Högekänslighet hos barn.....	3
3.1	DOES – högekänslighetens delområden.....	3
3.2	Högekänslighetens uttrycksformer.....	4
4	Daghemmet som en trygg omgivning för det högekänsliga barnet.....	6
4.1	En utvecklingsfrämjande verksamhetsmiljö.....	7
4.2	Övergångssituationer i vardagen på daghemmet.....	8
4.3	Att observera och beakta det högekänsliga barnet.....	9
4.4	Att stöda barnets empatiförmåga.....	10
5	Metoder och stödformer för det högekänsliga barnet.....	10
5.1	Fyra centrala nycklar.....	11
5.2	Smågruppsverksamhet och gruppdynamik.....	13
5.3	Struktur och rutiner.....	14
5.4	Kommunikation med ett högekänsligt barn.....	15
5.5	Att stöda barnet i nya situationer.....	16
5.6	Mindfulness.....	17
5.7	Konkreta hjälpmedel.....	18
6	Metodpresentation.....	19
6.1	Urvalsmetod.....	19
6.2	Datainsamlingsmetod.....	20
6.3	Kvalitativ innehållsanalys.....	21
7	Resultat.....	22
7.1	Kunskap om högekänslighet hos barn.....	22
7.1.1	Kunskapsmängd.....	23
7.1.2	Kännedom.....	23
7.2	Metoder och stödformer.....	23
7.2.1	Konkreta hjälpmedel.....	24
7.2.2	Beaktande och bemötande.....	25
7.3	Kunskapens förvärvande.....	27
7.3.1	Inlärningsformer.....	27
7.3.2	Kommunikation.....	28
7.4	Metodernas och stödformernas praktiska funktion.....	28

7.4.1	Bedömning.....	29
7.4.2	Positiv inverkan och utmaningar.....	29
8	Etik.....	30
9	Trovärdighet och tillförlitlighet.....	31
10	Slutdiskussion.....	33
	Källhänvisningar.....	37
	Bilagor.....	39

## 1 Inledning

”Högekänsliga barn är lite som kanariefåglar i en gruva. De är dom första som reagerar då atmosfären ändras. De är extremt känsliga för att upptäcka atmosfäriska skillnader. Om det finns spänningar mellan vissa människor, reagerar de på dem omedelbart. Pedagoger borde tillvarata dessa underbara kanariefågelbarn.” (Satri, 2019, s. 175) (egen översättning)

I dagens läge finns det mer omfattande kunskap om högekänslighet hos barn och dess olika uttrycksformer. Högekänslighet är ett medfött personlighetsdrag som mellan 15–20% av världens befolkning har (Aron, 2014, s. 36). Högekänslighet (HSP) kan även kallas för sensory processing sensitivity (SPS). Dessa begrepp hänvisar till den biologiska benägenheten, som innebär att nervsystemet reagerar starkare och lättare till social- och miljörelaterade stimuli. (Acevedo, 2020, s. xiii). Den engelska termen highly sensitive person skapades år 1991 av den amerikanska psykologen och forskaren Elaine Aron (Aron, 2021).

Högekänsliga barn behöver hjälp och stöd i vardagen från vuxna för att lättare kunna fungera i och hantera olika situationer. På daghem är det betydande att säkra en trygg verksamhetsmiljö för att främja välbefinnandet hos dessa barn. För att kunna vägleda högekänsliga barn bör personal inom småbarnspedagogiken ha kunskap om och förståelse för olika metoder och stödformer. Varje barn med högekänslighet är unikt och format av barnets individuella egenskaper och upplevelser (Aron, 2002, s. 22).

Tidigare arbeten gällande barn med högekänslighet utforskades och det upptäcktes att det inte finns tillräckligt med forskning kring hur olika metoder och stödformer fungerar med högekänsliga barn. Målgruppen för arbetet är barn på daghem i åldern 0–5 men undersökningen är riktad till personal inom småbarnspedagogiken. Examensarbetet utgjorde en del av projektet ”Högekänslighet - en utmaning inom vård och omsorg?” som erbjöds av Yrkeshögskolan Novia och gjordes i samarbete med föreningen HSP Finland rf. Föreningen grundades år 2013 för att öka kunskap och förståelse för högekänslighet i Finland. Målet med organisationen är att stöda högekänsliga personer och deras välmående. (HSP Suomi ry, 2021)

Syftet med examensarbetet är att kartlägga hurdana metoder och stödformer personal inom småbarnspedagogiken använder för att hjälpa barn med högekänslighet på daghem.

Målsättningen är att utveckla kunskapen gällande personlighetsdraget samt öka medvetenheten om olika konkreta metoder och stödformer som stöder dessa barn. De centrala frågeställningarna i arbetet är:

- *Vilka metoder kan användas för att stöda barn med högkänslighet på daghem?*
- *Hur använder personal inom småbarnspedagogiken dessa metoder och hur fungerar metoderna i praktiken?*

## 2 Litteraturöversikt

De teoretiska utgångspunkterna för examensarbetet grundar sig på litteratur och forskning kring högkänslighet hos barn. I detta arbete har det främst använts böcker som har en koppling till ämnesområdet. Böckerna har lånats från följande bibliotek: VASKI (Varsinaissuomen kirjasto), Helmet (Huvudstadsregionens biblioteksnätverk), Asa och Åbo Akademi bibliotek. Litteratur i form av e-böcker, forskningar, vetenskapliga artiklar samt nätkällor har använts för att få en fördjupad förståelse om ämnet.

Under arbetsprocessen har flera sökord använts: *högkänslighet, högkänsliga barn, högkänslighet på daghem, högkänslighet hos barn, barn med högkänslighet, erityisherkkä lapsi, SPS, HSP, hjälp och stöd för högkänsliga barn, lasten erityisherkkyyks, highly sensitive person, highly sensitive child och Elaine N. Aron*. Som databaser användes EBSCO, Google Scholar, Science Direct och Semantic Scholar. Antalet träffar var många vid varje databas. En utmaning var att hitta specifika forskningar och artiklar med direkt koppling till examensarbetets syfte, speciellt gällande metoder och stödformer för högkänsliga barn. Även om all litteratur inte hade en direkt koppling till syftet, kunde de ändå tillämpas i viss omfattning. Resultat från ett examensarbete har använts eftersom det ansågs relevant i arbetet. Allt material granskades noggrant för att säkra relevansen. För att få aktuella resultat eftertraktades tidsrelevanta forskningar och artiklar. De som användes i arbetet var högst kring 10 år gamla. Dessutom användes endast svenska, finska eller engelska artiklar och forskningar som fanns tillgängliga i full text.



### 3 Högekänslighet hos barn

DOES modellen (Depth of processing, Overstimulation, Emotional reactivity and empathy, Sensing the subtle), har utvecklats av forskaren Elaine Aron för att lättare känna igen högekänslighet. Temperamentsdraget omfattas av olika kännetecken och är indelat i olika former. För att känna igen ett högekänsligt barn ska man vara medveten om den fysiska, psykiska och sociala aspekten av högekänslighet och hur dessa uttrycker sig i vardagen.

#### 3.1 DOES – högekänslighetens delområden

Begreppet DOES används inom forskning och omfattar fyra sammankopplade aspekter som kan avgöra om man är högekänslig. Initialerna står för djup bearbetning, överstimulering, emotionell mottaglighet och empati samt subtila stimuli. Dessa aspekter är centrala kännetecken för temperamentsdraget högekänslighet. (Aron, 2014, s. 8)

Djup bearbetning är det mest typiska kännetecknet hos ett högekänsligt barn. Det innebär att barnet bearbetar observationer och information på djupet samt överväger noggrant olika alternativ och är duktig på att kombinera interna och externa iakttagelser. (Erytyisherkät Suomi Ry, 2021). Barnets bearbetnings- och reflektionsförmåga kan även vara omedveten och märks tydligt i form av bland annat djupa frågor, smart humor och svårigheter att samspela med andra. Reflektionsförmågan hos dessa barn kan vara likt en vuxens (Aron, 2014, s. 8). I forskningen *The Highly Sensitive Child As a Challenge For Education* av Baryła-Matejczuk, Artymiak, Ferrer-Cascales & Betancort (2020 s. 53), förklaras Arons beskrivning på djup bearbetning som ett sätt att bearbeta information både i relation till det förflutna samt de konsekvenser handlingar har i framtiden.

Överstimulering innebär att barnet lätt känner stress då en för stor mängd information eller förnimmelse samlas i hjärnan. Stora, långvariga och intensiva händelser tar mycket krafter. För att ett högekänsligt barn ska kunna återhämta sig kan det behövas vila och frånvaro från en situation. (Erytyisherkät Suomi Ry, 2021). Som följd av djup bearbetning är överstimulering en naturlig men otrevlig känsla. Överstimulering märks ofta i form av kollaps på utflykter, sömnsvårigheter samt intensiva reaktioner på förändring eller smärta. (Aron, 2014, s. 10). När ett högekänsligt barn är starkt medveten om vad som händer

inombords, runtomkring sig samt om andra människors handlingar och beteenden har barnet större benägenhet att bli överstimulerat (Baryła-Matejczuk et.al, 2020, s. 54).

Emotionell mottaglighet och empati omfattar starka känslor och sinnesintryck. Ett högkänsligt barn känner empati och medkänsla samt har förmågan att sätta sig in i hur andra människor känner och tänker. (Erytyisherkät Suomi Ry, 2021). Det högkänsliga barnet är i regel mer emotionellt mottagligt, tar till sig lärdomar och vill prestera. Barnet är även lyhört och bryr sig mycket om andra. Det är vanligt att orättvisa och grymhet orsakar en stark negativ känsla hos ett högkänsligt barn. (Aron, 2014, ss. 12-13)

I den vetenskapliga forskningen av Baryła-Matejczuk et.al. (2020, s. 55) förklaras emotionell mottaglighet och empatiförmåga som ett karakteristiskt drag hos ett högkänsligt barn. Känslor stärker barnets förmåga att veta vad man ska lägga märke till, när man ska stanna upp och vad som ska undvikas. Ett högkänsligt barn är ofta en perfektionist som vill uppfylla andra människors förväntningar. Detta kan ibland leda till utbrott, gråtattacker och en känsla av att vara överstimulerad i situationer där andra barn inte hade haft någon reaktion alls.

Känslighet för subtila stimuli kännetecknas av en sensorisk och noggrann observation av omgivningen och interna erfarenheter. Dock innebär detta inte att sinnen hos ett högkänsligt barn är bättre än andras, utan det handlar om nervsystemets sätt att reagera. (Erytyisherkät Suomi Ry, 2021). Ett högkänsligt barn är känsligt för och starkt medveten om ljud, lukt och detaljer. Även tonfall, ansiktsuttryck samt tecken på uppmuntran är faktorer som barnet lägger märke till. (Aron, 2014, s. 14). Att vara känslig för subtila stimuli gör det lättare för barnet att tolka förväntningar från vårdnadshavare och pedagoger. Medvetenheten och observationsförmågan kan dock försvinna om barnet är överstimulerat eller känner press. (Baryła-Matejczuk et.al, 2020, s. 56)

### **3.2 Högkänslighetens uttrycksformer**

Högkänslighet kan delas in i tre olika uttrycksformer. Här ingår den fysiska, psykiska och sociala aspekten av temperamentsdraget. Alla dessa former omfattar olika egenskaper och kan betraktas hos alla personer med högkänslighet, oavsett ålder. Det är vanligt att ha drag från alla ovannämnda former men högkänslighet kan även framhävas enbart inom en av dem. I kapitlet hänvisas det till barn eftersom målgruppen för arbetet är 0–5 åringar. Utan

kunskap och förståelse kan högekänslighet lätt blandas ihop med olika kliniska diagnoser som exempelvis PTSD, schizofreni och autism (ASD) på grund av liknande kännetecken (Acevedo et.al, 2017, s. 1). För att undvika missuppfattningar är det viktigt att skilja på dem. Även ett expertutlåtande från en professionell kan vara nödvändigt. (Acevedo, 2020, s. 13)

Fysisk högekänslighet motsvarar sensorisk känslighet, som orsakas av ett sensibiliserat nervsystem. Hjärnan hos ett fysiskt högekänsligt barn bearbetar sensoriska stimuli noggrant. På grund av detta observerar barnet även de minsta detaljerna. Vanliga sensoriska känsligheter inkluderar ljud, ljus och färger. Även hunger, temperatur och spända kläder är vanliga sensoriska känsligheter. (Suomen erityisherät Ry, u.å). För ett fysiskt högekänsligt barn kan det bli obekvämt om någon kommer för nära eller försöker fysiskt röra (Satri, 2014, s. 23). Fysisk högekänslighet kan vara en fördel där man lätt njuter av dofter, ljud, ljus och smaker men det kan även vara en nackdel där olika sensoriska stimuli känns besvärliga. Ju mer man utsätter sig för de olika sensoriska stimuli kan man lära sig att hantera den fysiska högekänsligheten. Dock tar det inte bort faktumet att kroppen konstant ansträngs av det. (Heiskanen, 2017, ss. 17-19)

Psykisk högekänslighet omfattar känslomässig känslighet och kreativitet. Då ett barn är känsligt inom det psykiska området kan det ofta framkomma som gråtfärdighet, raseriutbrott, djupgående funderingar kring egna känslor samt att små saker tynger en. (Suomen erityisherät Ry, u.å). Att vara kreativ innebär en livlig fantasi, problemlösningsförmåga och idéförmåga. Även humor kan kopplas till kreativitet. Att vara högekänslig och kreativ innebär även ofta ett behov att få uttrycka sig själv på olika sätt, exempelvis via musik, dans eller konst. Dock är kreativiteten inte alltid endast en positiv sak då ens egna rädslor och oron även kan förstärkas. (Heiskanen, 2017, s. 26). Som ett psykiskt högekänsligt barn är det vanligt att inte tolerera någon form av brutalitet eller våld. Att se på våldsamma filmer eller nyheter kan orsaka en mängd negativa känslor, som exempelvis ångest. Bara att nämna brutala saker kan även framkalla visioner som orsakar oro och mardrömmar. (Satri, 2014, s. 23)

Social högekänslighet framträder i förmågan att kunna uppfatta andras uttryck och icke-verbal kommunikation. Ett socialt högekänsligt barn kan göra detaljerade observationer relaterade till interaktion samt dess slutsatser. Det kan även handla om att barnet upptäcker saker som är avsedda att hållas hemliga. (Satri, 2014, s. 24). Att upptäcka

förändringar i någon annans humör, att kunna läsa mellan rader samt ha förmågan att känna andras känslor, är exempel på social högekänslighet. Det omfattar alltså olika situationer gällande växelverkan, empati och emotionell intelligens. (Suomen erityisherät Ry, u.å). Ett högekänsligt barn har ofta stark instinkt för moral och etik. Det är även vanligt att barnet har en stark uppfattning om vad som är rätt och fel och hur man agerar för att gynna allas bästa. (Satri, 2014, s. 24)

Ett socialt högekänsligt barn brukar vara försiktig av sig i början. Det kan gälla försiktighet i både fysiska och sociala situationer där barnet förberett sig på olika riskfaktorer och hur man löser dem vid behov. Ju äldre man blir desto mindre brukar försiktigheten påverka en. Dock kan man även utveckla olika coping-metoder som döljer känsligheten från andra eller som hjälper en själv att behandla sina känslor. (Heiskanen, 2017, ss. 25-26)

#### **4 Daghemmet som en trygg omgivning för det högekänsliga barnet**

Daghemmet har en stor betydelse för ett högekänsligt barn eftersom det förbereder barnet för ett socialt liv utanför hemmet. För att barnet ska trivas på daghem bör man beakta olika faktorer som påverkar barnets välmående. (Aron, 2015, ss. 227, 230). Tryggheten utvecklas genom den vuxnas sätt att bemöta barnets behov och känslor i den tidiga barndomen. Då barnet har en trygg omgivning och trygga människor runt omkring sig skapar de även en grundläggande tillit till livet och andra människor. Barnet har då även en större chans att kunna lita på sig själv samt klara av olika utmaningar och situationer. (Heiskanen, 2017, ss. 57-58). De behandlade aspekterna är viktiga att beakta gällande alla barn, men speciellt högekänsliga barn gynnas och har behov av en trygg miljö.

Verksamhet inom småbarnspedagogiken främjar barnets utveckling, lärande och välbefinnande. Viktiga pedagogiska arbetssätt är bland annat uppdelning av verksamhet, anpassningsbar gruppindelning samt lärande i olika miljöer. Alla arrangemang ska anpassas efter barnets individuella behov. För att detta ska vara möjligt ska det enskilda barnets behov av hjälp och stöd kontinuerligt observeras, dokumenteras och bedömas. Även mångprofessionellt samarbete är viktigt för att garantera att verksamheten som utförs på daghem motsvarar barnets behov. Exempel på samarbetspartner är rådgivningspersonal,

barnskydd, hälsovården, socialvården och olika organisationer. (Utbildningsstyrelsen, 2018, ss. 36, 58-59).

#### **4.1 En utvecklingsfrämjande verksamhetsmiljö**

En bra verksamhetsmiljö har stor inverkan på ett högkänsligt barns välbefinnande. Det resulterar även i en smidigare vardag. Verksamhetsmiljön består av ett fysiskt, mentalt, socialt, funktionellt, pedagogiskt och kulturellt perspektiv. Ett barn som är känsligt för yttre stimuli behöver en sensoriskt vänlig verksamhetsmiljö för att trygga bästa möjliga grunden för att lära sig och växa. (Satri, 2019, s. 177)

Daghemmets strukturella faktorer, som bland annat gården och inomhusmiljön, är viktiga att ta i beaktande eftersom de påverkar det högkänsliga barnets välbefinnande och trygghet. Till dessa faktorer hör en trygg gård, adekvat och justerbar belysning, rymliga utrymmen samt möjlighet att dela utrymmen. Även väggarnas färger och material ska väljas noggrant för att undvika överstimulerande omgivningar. Funktionellt måste uppmärksamhet riktas mot överdrivna visuella- och hörselstimuli, som exempelvis för höga ljudnivåer eller en vägg full av pyssel. Dessa kan störa det högkänsliga barnets funktion och utveckling. En trivsamt psykisk verksamhetsmiljö garanterar barnets rätt att vara trygg och därför är det viktigt för pedagogen att överväga sitt eget sätt att arbeta i olika situationer och utrymmen. För att säkerställa en god psykisk verksamhetsmiljö är det betydelsefullt för pedagogen att tänka på bland annat sitt beteende, sättet att tala, interaktionsförmågan samt personliga egenskaper. (Koivunen, 2009, ss. 179-183).

I ett svenskt kvalitativt examensarbete om högkänslighet bland barn på daghem intervjuades bland annat en specialpedagog om vilka olika åtgärder, fördelar och lösningar som skapar bättre förutsättningar i verksamhetsmiljön för det högkänsliga barnet. Specialpedagogen lyfter fram hur viktigt det är att noggrant fundera och kartlägga mängden stimulans som uppstår i den fysiska miljön på daghem. Enligt andra deltagare i undersökningen som arbetar inom småbarnspedagogiken är det bra att undvika väggytor som ger upphov till för stor mängd sinnesintryck hos barn. Genom att anpassa möbleringen, skapa mera utrymme samt skärma av rummen har man bättre förutsättningar till att ta alla barns behov i beaktande samt säkerställa en lugnare atmosfär på daghemmet. (Stolpe & Rosengren, 2019, ss. 27-29)

För att ett högkänsligt barn ska ha en bra och fungerande social verksamhetsomgivning är det viktigt att gruppdynamiken, människorelationer samt växelverkan är positiv. Den pedagogiska verksamhetsomgivningen är bra för barnet då den vuxna har förståelse för barnets lärande. Pedagoger bör ha koll på att ett barn som är i behov av särskilt stöd har en regelbunden och upprepande dagsrytm för att känna emotionell trygghet på daghem samt för att ha en bättre tidsuppfattning. Inom den kulturella verksamhetsomgivningen ska barnet ges rum för individuella egenskaper och utvecklingsvårigheter. Varje barns behov ska beaktas oavsett av kulturella och religiösa skillnader. (Koivunen, 2009, ss. 183-186)

## 4.2 Övergångssituationer i vardagen på daghemmet

Med övergångssituationer menas lägen mellan de dagliga aktiviteterna på daghem. Pedagogen har en viktig roll i övergångssituationer gällande högkänsliga barn eftersom dessa situationer även fungerar som inläringstillfällen (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 177). I vardagen på daghemmet sker det flera övergångssituationer som orsakar oroligheter på grund av otydlighet och brådska. Exempel på situationer som högkänsliga barn vanligtvis upplever som utmanande och obekväma är då leken avbryts, då man ska följa tidtabeller vid matsituationer eller då man ska gå ut. (Satri, 2019, s. 182)

I övergångssituationer agerar dessa barn ofta utan tydlig vägledning och de kan ha svårt att veta vad de ska göra och hur. För att göra övergångarna enklare och smidigare måste man hålla reda på två saker: steg för steg åtgärder samt att pedagogen alltid följer med barnen i dessa situationer. (Koivunen, 2009, ss. 58-59). Det är viktigt att förutse möjliga risker i dessa övergångssituationer och möjligtvis ha någon liten aktivitet planerad för väntetiden, som exempelvis att sjunga eller leka någon lek. Detta får barnen att koncentrera sig och använda sin energi i ett positiv syfte. (Kanninen & Sigfrids, 2012, ss. 177-178)

Utevistelser är en central del inom småbarnspedagogiken och det innebär flera på- och avklädnings situationer dagligen. Ifall pedagogen märker att en påklädningsituation skapar kaos, irritation och väntande ska pedagogen ingripa. (Mikkola & Nivalainen, 2010, s. 40). För att lugna ner en övergripande situation före man exempelvis är på väg ut, kan pedagogen be alla barn att städa undan leken samtidigt. Därefter kan alla barnen samlas och leka olika "vänte lekar" tillsammans med pedagogen. Från en "vänte lek" kan pedagogen enkelt skicka några barn i taget för att klä på sig. Barn på daghem kan lätt börja

rusa, men genom att be dem att exempelvis smyga, gå som en björn, gå baklänges eller hoppa på ett ben kan man lugna ner situationen. (Koivunen, 2009, s. 59)

### **4.3 Att observera och beakta det högkänsliga barnet**

Gemenskapen på daghemmet ska vara säkert där pedagogens uppgift är att ge stöd och trygghet. På daghem lär sig barnet innebörden av gränser såväl som normer som också ökar barnets självmedvetenhet om sina egna behov och motivation. Barnet bör betraktas både som en individ och som en del av gemenskapen där både barnets egna behov och andras behov tas i beaktan. (Mikkola & Nivalainen, 2010, ss. 19-20)

Ett regelbundet uppmuntrande och uppmärksammande av ett högkänsligt barn är en viktig del i att stärka barnets självkänsla (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 163). Målet med individuell observation är att lära känna barnet och förstå barnet bättre samt få mera information om barnets utveckling och dess olika aspekter. Att göra enskilda observationer är viktigt eftersom det gör det lättare att planera olika sätt för att bäst stödja barnet. Observationerna är även viktiga för vårdnadshavare då pedagogerna kan ge viktig och relevant information om barnets aktiviteter. (Koivunen, 2009, ss. 24-26). Pedagogens uppgift är att lyfta fram, tacka och belöna barnet för dess goda beteende för att stärka barnets individuella utveckling (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 166). Ibland fungerar dock observation på daghem inte av olika anledningar. Det kan exempelvis handla om brist på tid, pedagogernas olika åsikter om behovet att observera ett barn samt brist på erfarenhet och kunskap gällande observation. (Koivunen, 2009, s. 28)

Det är också möjligt för pedagogen att bedöma det högkänsliga barnet med hjälp av ett observationsformulär. Med formuläret kan pedagogen dela upp utvärderingen i olika delområden. Att använda formuläret kan dock vara utmanande eftersom observationen kan vara svår att avgränsa, vilket även påverkar resultatet negativt. Koivunen upplyser (enligt Kovanen, 2003) om utvärderingsmetoden VARSU (Varhaisen oppimaan ohjaamisen suunnitelma), vars syfte är att bedöma barnet grundligt och genom detta förbereda en grund för vidare vägledning. Som metod är VARSU särskilt bra då barnet riskerar en sjukdom, skada eller utvecklingsfördröjning som har en direkt inverkan på barnets utveckling. (Koivunen, 2009, s. 26)

#### **4.4 Att stöda barnets empatiförmåga**

Empati är ett brett begrepp som innebär bland annat förmågan att acceptera och förstå sig på andra människor samt deras beteenden och känslor. Att ha goda sociala färdigheter, en vilja att lyssna, hjälpa och stöda personer i behov samt att vara hjärtlig och omtänksam ingår även i empatiförmågan. (Heiskanen, 2017, s. 198). Att vara högekänslig betyder dock inte att man automatiskt är särskilt empatisk. Empatiförmågan påverkas starkt av upplevelser i barndomen samt uppfostran. Ju mera empati barnet själv upplevt, desto lättare har barnet att känna empati för andra. Ett högekänsligt barn kan ibland vara alldeles för överstimulerad och på grund av det upplevas i vissa situationer som känslolokall. (Satri, 2019, s. 60)

Pedagoger kan stödja ett högekänsligt barns känslomässiga liv genom att lära barnet vad empati är. Dock är det inte alltid enkelt, eftersom barn kan ha svårt att uttrycka sig. Empati kan delas in i kognitiv och emotionell empati. Kognitiv empati strävar efter att tänka på saker ur någon annans perspektiv samt att ha en positiv attityd i förhållande till andras problem. Emotionell empati omfattar informell och medveten reaktion till andras känslor samt att betrakta andras problem delvis som egna problem. I en situation där man vill stödja empatisk förmåga är det viktigt att pedagogen upprepar vad barnet har sagt för att ge barnet känslan av att vara förstådd. Genom detta förstår barnet att pedagogen har tagit budskapet på allvar. (Koivunen, 2009, ss. 35-36)

Empatiförmåga förekommer hos de flesta som en biologisk reaktion. I hjärnan finns det så kallade spegelceller som återspeglar en annan persons känslotillstånd i sig själv, som om det vore ens egen känsla. Spegelcellmekanismen aktiveras ofta starkt och extra känsligt hos högekänsliga personer. Förståelse av högekänsliga barn förutsätter alltså ofta medvetenhet om den emotionella omgivningen. (Heiskanen, 2017, s. 22)

### **5 Metoder och stödformer för det högekänsliga barnet**

Vårdnadshavare och professionella inom småbarnspedagogiken har en viktig roll i att stöda det högekänsliga barnets självkänsla samt i att utveckla världsbilden. Ett av målen är också att stödja det högekänsliga barnets växelverkan med barn som inte är högekänsliga. Att uppfostra och vägleda ett högekänsligt barn kan vara krävande, men det hjälper när man har information om hur det görs och förståelse för hur viktig det är. (Aron, 2015, s. 21). Då



ett barn endast har ett litet behov av stöd under en kort period kan enskilda stödformer tillämpas för att ingripa i ett tidigt skede. Då behovet av stödet är större och mer genomgripande kan flera stödformer som kompletterar varandra sammanställas. (Utbildningsstyrelsen, 2018, s. 58). I detta kapitel presenteras viktiga metoder och stödformer samt konkreta hjälpmedel som kan användas för att främja det högkänsliga barnets utveckling och lärande på daghem.

## 5.1 Fyra centrala nycklar

Forskaren Elaine Aron presenterar fyra olika sätt som hjälper vuxna att bemöta och arbeta med ett högkänsligt barn i vardagen. Aron kallar dem för de fyra nycklarna som omfattar självkänsla, att minska skamkänslor, kloka gränser och att veta hur man pratar om högkänslighet. Dessa fyra nycklar fungerar som en grund för användningen av olika metoder och är en central del i att stöda och hjälpa det högkänsliga barnet.

Självkänslan utvecklar en grundläggande inställning hos barn som antingen kan vara positiv eller negativ. Det finns olika orsaker till att självkänslan inte är så stabil som den skulle kunna vara. Det kan exempelvis handla om att det högkänsliga barnet är självkritiskt eller har utvecklat en omedveten känsla av att inte passa in då barnet ofta kan uppleva eller uppfatta situationer på annorlunda sätt. För att främja barnets självkänsla är det viktigt att som vuxen vara medveten om hur man uttrycker sig. Det kan handla om exempelvis hållning, ton eller ansiktsuttryck. Eftersom ett högkänsligt barn kan vara självkritiskt är det viktigt att ge barnet beröm om färdigheter, kreativitet eller förmågan att tänka igenom saker. (Aron, 2014, ss. 153-154, 158)

Den andra nyckeln handlar om skam samt hur man kan minska skamkänslorna hos ett högkänsligt barn (Aron, 2015, s. 138). Ett högkänsligt barn har högre tendens att känna skam och skuldkänslor i jämförelse med andra barn (Baryła-Matejczuk et.al, 2020, s. 59). Skam kan orsaka ett dåligt mående hos barnet och försöka få barnet att rätta sina misstag. Då man uppfostrar ett högkänsligt barn är det viktigt att man beaktar barnets skamkänslor samt när de uppstår. På sådant sätt kan man reflektera med barnet vad skammen grundar sig på. (Aron, 2002, s. 138)

Som vuxen är det viktigt att observera sitt beteende och sätt att prata. Att prata på ett nedlåtande sätt eller förvänta sig för mycket av barnet kan leda till att det uppstår skamkänslor eller skuld ifall barnet inte kan uppnå de mål som den vuxna förväntar sig. Att visa acceptans och förståelse för barnets känslor kan vara en avgörande faktor för barnets välbefinnande. (Aron, 2015, s. 140). För att främja barnets välbefinnande ska både pedagoger och vuxna undvika att barnet utsätts för situationer som kan framkalla känslor av skam eller skyldighet. En sådan situation kan uppkomma då barnet exempelvis råkat söndra en leksak. Detta kan leda till att barnet känner sig misslyckad och att barnet inte uppfyller andras förväntningar. (Baryła-Matejczuk et.al, 2020, s. 59).

Vårdnadshavaren har en viktig uppgift i att ha tydliga ålders- och situationsanpassande normer samt kloka gränser för hur man betar sig i familjen. Det kan vara betydelsefullt att diskutera normerna tillsammans med hela familjen. Då man kommit på reglerna tillsammans är det enklare för barnet att följa dem på grund av att barnet redan internaliserat reglerna. Däremot ska man inte överskatta barnets kunnande att anpassa sig efter reglerna man kommit överens om. Om man lämnar barnet till en annan vårdare är det viktigt att den personens normer och uppfostringsmetoder är liknande som vårdnadshavarens. (Aron, 2014, ss. 169-171)

Då det gäller att komma överens om gränser och regler med ett högekänsligt barn är det bra att använda sig av fantasi och kreativitet. För hårda straff kan leda till oönskade effekter. (Baryła-Matejczuk et.al, 2020, ss. 59-60). När ett barn bryter mot en regel eller inte följer normer gällande uppförande kan det bero på att antingen barnet eller vårdaren är överstimulerad. Det viktiga då är att vårdaren lugnar ner sig först, sedan hjälper man barnet. Som vuxen ska man inte förvärra överstimuleringen hos ett högekänsligt barn. För barnet är det viktigt att känna sig hörd och därför ska man som vuxen lyssna och visa empati samt få en förklaring och förståelse för barnets känslor. Man får inte glömma att barnet behöver flera upprepningar av regler och normer. Barnet och vårdaren kan tillsammans komma överens om en påföljd som kan fungera som en påminnelse för att barnet inte ska göra om misstaget. För att ge barnet en känsla av hopp kan man även berätta vad som kan göras om något liknande händer i framtiden. (Aron, 2014, ss. 173-175)

Den fjärde nyckeln handlar om hur man som vuxen kan prata om högekänslighet tillsammans med barnet. Diskussionerna bör alltid anpassas så att barnet förstår och inte

blir förvirrad av den nya informationen. Högekänsligheten ska inte förknippas som en orsak för olika konflikter eller problem. Därför kan den vuxna lära barnet att vara lösningsorienterad i stället för att barnet ska utgå från att misslyckas på grund av högkänsligheten. Att även identifiera andra människor med högkänslighet som barnet ser upp till kan vara en bra metod för att stärka barnets självkänsla. Genom att bygga upp barnets självkänsla, sätta gränser samt ha en uppmuntrande och positiv förståelse för personlighetsdraget kan barnet själv i framtiden sätta gränser och minska på den potentiella känslan av att vara stigmatiserad. (Aron, 2014, ss. 183-185)

## 5.2 Smågruppsverksamhet och gruppdynamik

Högekänsliga barn på daghem gynnas av mindre barngrupper samt en lugn omgivning. Då det gäller smågruppsverksamhet är det bra att använda sig av strukturella arrangemang, som exempelvis att minska antalet barn i en grupp. (Aron, 2015, s. 230). På daghem delas barnen in i olika smågrupper där smågruppsverksamhet utförs i. Smågrupperna kan vara olika stora och bero på barnens individuella behov. Med hjälp av mindre grupper har det högekänsliga barnet lättare att lära känna andra barn och därmed skapa vänskapsrelationer. Små grupper skapar en gemenskap och kan också göra det enklare för barnet att förenas med en större grupp. Med hjälp av smågruppsverksamhet kan man även säkerställa en högre kvalitet på individuell inläring och utveckling. (Mikkola & Nivalainen, 2010, s. 34)

I en rapport framkom det att smågruppsverksamhet ansågs vara en lika viktig stödform som lek och användning av sagor. Med hjälp av smågruppsverksamhet kan man stärka det högekänsliga barnets delaktighet. Dessutom är smågruppsverksamhet bra för att engagera alla barn till gemensamma regler och för att ta alla barn i beaktande i verksamheten. Genom att minska på gruppstorlekar kan man även öka tiden med en pedagog och ett enskilt barn. Dessutom kan man även garantera högre kvalitet samt intensivare vägledning för barn i mindre grupper. Därför finns det ett vardagligt behov av utrymmen för smågruppsverksamhet på daghem. (Määttä et.al, 2017, ss. 39, 48-49)

Varje barngrupp är unik och full av olika barn. Det skapas en hierarki i gruppen där det finns struktur och regler enligt vilka gruppen arbetar. Ofta består barngruppen av olika roller som barn ger varandra, som bland annat ledare, makthavare, idol och syndabock. Relationer som barn utvecklar i sina grupper har stort inflytande på utvecklingen av barnens

beredskap, emotionella liv samt utvecklingen av både social och personlig identitet. Vänskapsrelationer kan ge både negativa och positiva effekter för barn. (Koivunen, 2009, ss. 52-53)

En positiv växelverkan mellan pedagog och barngrupp är centralt för att skapa en trygg gruppdynamik. Att systematiskt lära ut och påminna barn om regler och normer i gruppen främjar arbetsmiljön, tryggheten och en positiv atmosfär. (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 154). Pedagogens roll är avgörande för att forma gruppdynamiken eftersom pedagogen kan påverka dess utveckling både positivt och negativt. Det är viktigt att pedagogen fungerar som en förebild för barnen, är medveten om barnens roller och vidtar omedelbara åtgärder ifall negativa fenomen förekommer i gruppen. (Koivunen, 2009, s. 32)

En av pedagogens viktigaste uppgifter är att se till att alla har det bra och att ingen blir utanför eller mobbad i gruppen. Pedagogens sätt att arbeta har stor inverkan på bildandet och utvecklingen av gruppdynamiken. Pedagogens dåliga agerande påverkar gruppen negativt, medan ett gott agerande ger motsatt effekt. Gruppfenomen har flera positiva effekter på barnen: de lär sig att kommunicera och samarbeta med varandra, de lär sig nya saker av varandra, de får glädje av att göra saker tillsammans samt lär sig att alla är olika. Dock finns det även negativa gruppfenomen, som inkluderar bland annat syndabocksyndrom och maktförhållanden mellan barn. Dessa kan till och med förstöra vänskapsrelationer. (Koivunen, 2009, s. 55)

### **5.3 Struktur och rutiner**

Struktur och olika rutiner är viktiga grunder för det högekänsliga barnets lärande och utveckling av kognitiva och sociala färdigheter. Pedagogernas uppgift är att utveckla en balanserad vardag så att barnet lättare kan vara beredd på vad som komma skall och via det känna trygghet. Alla barn har olika behov av vardag och aktiviteter vilket förutsätter varierande verksamhet genom dagarna. Exempel på det kan vara ledd verksamhet, fri lek, vilostunder och samlingar. Inlärd rutiner som utövas på daghem som exempelvis hur man ber om hjälp, ber om ordet, bordsetik, vilostunder samt att dela med sig hjälper barnet att förstå hur man beter sig i olika situationer. (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 175)

Att ha en klar struktur i vardagen är särskilt viktigt för ett högekänsligt barn som behöver stöd i de dagliga aktiviteterna på daghem. Med hjälp av struktur i vardagen främjar man

barnets trygghetskänsla och minskar på rastlöshet. När man planerar strukturerad verksamhet krävs det tid och noggrannhet. Planen ska innehålla målet för aktiviteten, vilken metod som används, var aktiviteten genomförs, när aktiviteten börjar och slutar, vem som deltar samt hur man pratar med barnen. Pedagogerna ska fundera på hur man får barnen inspirerade. Om man behöver extra material ska de hämtas i förväg eftersom en aktivitet som avbryts ofta leder till att barnens koncentrationsförmåga försämras. (Koivunen, 2009, ss. 62-64)

#### **5.4 Kommunikation med ett högkänsligt barn**

Kommunikation är en viktig del av den sociala interaktionen. Det består av verbal och icke-verbal kommunikation. I kommunikation med ett högkänsligt barn är det viktigt att pedagogerna har ögonkontakt med barnet samt befinner sig på samma höjd, det vill säga på huk så att ögonen möts. Det är även viktigt att använda sig av ord som barnet förstår. Koivunen hävdar (enligt Sandberg, et.al, 2002) att tjat och överanvändning av ord ska undvikas. Pedagogerna ska reflektera kring sitt tonfall vid kommunikation med barnet och även känna igen sina egna känslor, eftersom det direkt inverkar på barnet. En negativ ton kan orsaka rädsla eller andra negativa känslor hos barnet. (Koivunen, 2009, ss. 47-48)

Med ett högkänsligt barn är det viktigt att diskutera om känslor för att barnet ska kunna sätta namn på sina känslor och upplevelser. Även orsaken till känslan är betydelsefull för att barnet ska ha kontroll över sin oro. Som vuxen ska man tala med barnet om hur man själv hanterat känslor som bland annat sorg, rädsla och lycka. Både negativa och positiva känslor hos barnet ska besvaras med uppmärksamhet och respekt. Att prata om saker som kan gå fel samt om misstag är betydelsefullt för att ett högkänsligt barn ska ha förståelse för dessa situationer (Aron, 2014, ss. 91, 88). Genom att en vuxen kommenterar saker högt får barnet även en uppfattning om hur en vuxen tänker och hanterar saker. I dessa fall behöver barnet inte oroa sig ifall den vuxnas tystnad är ett tecken på ilska eller besvikelse. (Aron, 2015, s. 95)

Eftersom ett högkänsligt barn kommunicerar med olika gester, blickar, signaler och toner är det viktigt för den vuxna att tänka på vilken samtalsstil man använder. Barnet kan lätt uppfatta den vuxnas sätt att tala som något negativt, fräckt och frispråkigt. På grund av detta är det särskilt viktigt att prata på ett lugnt och omtänksamt sätt med ett högkänsligt

barn. När ett barn tappar kontrollen och blir exempelvis arg, rädd eller ledsen, är det viktigt att den vuxna undviker att gå med i barnets emotionella kraft. Målet med detta är att ta emot barnets känslomässiga reaktion och försöka lugna ner barnet. Den vuxna ska inte bli frustrerad utan försöka vara förstående för barnets känslighet. (Aron, 2015, ss. 95-96)

## **5.5 Att stöda barnet i nya situationer**

Nya situationer kan vara skrämmande för ett högekänsligt barn. När ett barn upplever nya situationer är det viktigt att den vuxna hjälper barnet att känna sig tryggt och ger stöd i svåra situationer. (Aron, 2020, s. 217). Genom att förutse en ny situation kan man hjälpa ett barn att förbereda sig inför den. Före händelsen är det en bra idé att diskutera med barnet vad som möjligtvis kommer att hända. Detta hjälper barnet att få en översikt av situationen och underlättar barnets förmåga att anpassa sig. Om möjligt kan man exempelvis på förhand bekanta sig med nya platser och människor. (Satri, 2019, s. 181)

I nya situationer är det viktigt att respektera det högekänsliga barnets känslor och prata om dem, oavsett om de är positiva eller negativa. Det kan även vara bra att diskutera med barnet om icke-önskvärda händelser. Barnet ska alltid ha möjligheten att slippa situationen om det blir obekvämt. Dock bör barnet uppmuntras till olika situationer oavsett om det kommer att gå bra eller dåligt. (Aron, 2020, ss. 220-221). För att försäkra barnets trygghetskänsla ska den vuxna ha en förståelse för barnets nervositet gällande nya situationer (Satri, 2019, s. 182).

När man väl befinner sig i en ny situation med ett högekänsligt barn finns det vissa saker man kan göra för att underlätta barnets nervositet. Barnet ska ges möjligheten att vänja sig vid den nya situationen i små steg. Till en början ska den vuxna möta situationen tillsammans med barnet och finnas där som stöd. Om det finns andra barn i omgivningen kan den vuxna försöka uppmuntra dem till interaktion. Barnet ska ändå försäkras om att det är okej att tveka och känna blandade känslor. Dock ska den vuxna påminna barnet om att det är viktigt att försöka, även om man är tveksam. När man som vuxen märker att barnet känner sig bekväm i situationen kan man gå åt sidan, men ändå finnas nära till hands. Eftersom nya situationer kan upplevas belastande för ett högekänsligt barn krävs det tålamod och empati av den vuxna. (Aron, 2020, s. 222)

## 5.6 Mindfulness

Mindfulness omfattar olika övningar som hjälper att acceptera medveten närvaro i syfte att exempelvis stärka förmågan att koncentrera sig och lära känna igen känslor. Enligt mindfulness handledaren Eliisa Nyström kan mindfulness även användas inom småbarnspedagogiken. Ett högkänsligt barn kan gynnas av mindfulness, eftersom det lär barnet att bli lugnt och medvetet om vad som händer inom sig och i omgivningen. På detta sätt lär sig barnet även att känna igen sina känslor. Det väsentliga vid övningarna är att de är tillräckligt kortvariga och att den vuxna alltid förhåller sig lugn och närvarande. Till en början kan det vara tillräckligt med endast 10–20 sekunders pass. Nyström förklarar att övningarna kan användas både med yngre och äldre barn på daghem. Med regelbundna övningar kan man skapa en lugn närvaro i vardagen. (Satri, 2019, ss. 188-189)

Även barn känner av stress i vardagen och behöver därför regelbundet stanna upp och lugna ner sig för att deras välmående ska främjas. Psykisk Hälsa Finland rf har skapat ett material i form av en animations övning som heter "Taran tarina". Med hjälp av övningen kan barnen följa med Taras äventyr i djungeln och samtidigt lugna ner sig, fokusera och tänja. "Taran tarina" är en bra paus i vardagen på daghem som är enkel och kräver endast lite tid, små utrymmen och ett mjukt underlag. (Mieli Ry, 2018)

Författaren Anna Bjärkvik har gjort en mindfulness bok som heter "En känsla av mig" som är riktad till barn. Bokens syfte är att vägleda barn mot ett inre lugn samt bli medveten om sin kropp. Meningen är att stärka självkänslan samt lära känna sig själv. Boken består av öppna frågor som ger tid till diskussion och reflektion tillsammans med barnet. Med hjälp av boken har både den vuxna och barnet en möjlighet att uppleva både fysiska och sinnesenliga upplevelser. (Grytenius, 2018). En annan bok som kan användas med högkänsliga barn är "Modiga Morris – en vecka upp och ner". I boken får man följa med Morris när han möter vardagliga problem i olika situationer. Boken ger verktyg som barnet kan använda sig av i vardagen för att lättare kunna hantera svåra situationer och känslor. Genom att läsa boken lär sig barn att se på en situation från ett annat perspektiv. Boken ger även tips för vuxna på vilket sätt man kan prata med barnet och hur man kan få ett mer positivt känsloläge. (Forssen Ehrlin, 2018, s. pärm)

## 5.7 Konkreta hjälpmedel

För att stöda det högkänsliga barnets utveckling och lärande på daghem är det viktigt med planering och specialkompetens. Med hjälp av olika hjälpmedel har barnet möjlighet att komma fram i gruppen och öva på grundläggande färdigheter. (Utbildningsstyrelsen, 2018, s. 58). Resursförstärkande hjälpmedel är till stor nytta i arbete med ett högkänsligt barn. I kapitlet behandlas bland annat känslkort, bilder och tecken samt Time- timer klockan.

Ett barn känner olika känslor dagligen och därför är det viktigt för barnet att få uttrycka dem på daghemmet. Det hjälper barnet att anpassa sig till daghemsgruppen och skapar en trygghet. Pedagogerna ska hjälpa barnet att inse att alla känslor är värdefulla och kan uttryckas på olika sätt. Det är även viktigt att påminna barnet om att en känsla är varken rätt eller fel. Genom övning lär sig barnet att namnge och känna igen sina egna samt andras känslor. (Järvenpää, u.å). Känslkort är ett hjälpmedel som fungerar i flera olika situationer. De kan bland annat tillämpas i lekar och sagostunder. Genom känslkorterna lär sig barnet att prata om, identifiera och förstå olika känslor. (Nurmi, u.å)

Ett bra och användbart hjälpmedel för strukturerad aktivitet i olika situationer är bilder. De hjälper barnet att få en översikt av en aktivitet. (Koivunen, 2009, ss. 62-64). De är även viktiga för att kunna namnge olika situationer och för att förbereda barnet på vad som kommer att hända under dagen. (Satri, 2019, s. 182). Olika tecken och bilder kan även användas för att stöda barnets språk och kommunikation (Utbildningsstyrelsen, 2018, s. 102). "Språk och samspel" är en språkutvecklande verksamhet som har skapat en "Dagisstig", vars syfte är att stöda kommunikation på daghem med hjälp av olika symboler. Den består av fyra skilda pärmar som kan sammankopplas enligt behov och intresse och den utvecklas av ökade kommunikativa färdigheter. Pärmen kan användas allmänt och gemensamt för en hel barngrupp, men vissa barn kan ha behov av en egen pärm. Pedagogers användning av stödtecken och symboler utvecklar språket och talet hos barnen. (Folkhälsan, 2020)

Som ett hjälpmedel gällande tidsuppfattning och planering av tid kan en Time timer-klocka användas. Med hjälp av den kan kvarstående tid vid olika situationer uppskattas och den är även behändig i överflyttningssituationer. Klockan hjälper barnet att få en bättre översikt hur lång tid det är kvar tills det är dags att exempelvis avsluta en lek eller gå ut. Klockan kan även användas i hemmiljön för att förutse olika situationer. (Satri, 2019, s. 182)



Ett barns starka sensoriska känslighet kan stödas med hjälp av individuella lösningar. Ett hjälpmedel kan till exempel vara brusreducerande hörselskydd som skyddar hörseln hos ett högkänsligt barn. Ett barn som är känsligt för ljus kan dra nytta av tonade solglasögon samt användning av keps. Vardagen hos ett barn som är sensitivt för känsel kan underlättas genom att barnet är bekvämt klädd i form av skönt och lämpligt material. Enligt specialpedagogen Meri Lähteenoksa finns det några knep som kan underlätta vardagen för ett högkänsligt barn. Ett luktkänsligt barn kan gynnas av en näsduk med valfri doft, ett hörselkänsligt barn kan gynnas av lämplig musik att lyssna på och ett visuellt barn kan gynnas av ett lugnande objekt. Ett överansträngt barn kan även ha nytta av ett tyngdtäcke, vars syfte är att lugna tillvaron samt lindra känslan av överansträngning. (Satri, 2019, ss. 177-179)

## **6 Metodpresentation**

Examensarbetet är en empirisk studie med kvalitativ ansats. Som metod har en enkätundersökning använts för att få svar på forskningsfrågorna. Den halvstrukturerade enkätundersökningen var riktad till personal inom småbarnspedagogiken. Med hjälp av den undersöktes daghemspersonalens kunskap gällande högkänslighet hos barn samt viktiga metoder och stödformer som används i vardagen med högkänsliga barn på daghem. Syftet med enkätundersökningen var att lyfta fram mångsidiga metoder samt väcka intresse, uppmärksamhet och medvetenhet gällande ämnet. För att välja representanter för undersökningen användes snöbollsurval. Data-analysmetoden som tillämpades i arbetet var kvalitativ innehållsanalys.

### **6.1 Urvalsmetod**

I detta arbete har snöbollsurval använts som metod för att nå respondenter i en bred utsträckning. Snöbollsurval är en teknik som används i mindre forskningar för att få en lämplig mängd svar för en viss undersökning. Målet är att snöbollen rullar vidare och växer i storlek för att öka respondenternas antal. Till en början kontaktades på förhand utvalda personer som arbetar inom småbarnspedagogiken för ett eventuellt deltagande i undersökningen. Därefter kunde dessa personer dela undersökningen vidare till andra lämpliga personer inom branschen. (Denscombe, 2010, s. 37). Enkäten var först tillgänglig den 10.2–24.2.2021. Inom den utsatta tiden kom det 25 svar. Därefter bestämdes det att

enkäten skulle förbli öppen i ytterligare en vecka och under den tiden hade tre nya svar kommit. Det slutliga antalet blev 28 svar.

Som alla metoder, har snöbollsurvalet både för- och nackdelar. Snöbollsurvalet kräver resurser och tålamod och det kan ta länge att få svar. Snöbollsurvalet garanterar inte några resultat då den kan sluta rulla när som helst och i så fall måste man börja om med att hitta lämpliga personer som kan delta i undersökningen. (Jacobsen, 2007, s. 124). Metoden är lätt att utföra och ger variation i svaren. Dessutom sparar snöbollsurvalet tid då ett forskningslov inte behövs.

## 6.2 Datainsamlingsmetod

Det finns flera olika typer av enkätundersökningar. I detta arbete användes en webbenkät som skapats via en färdig enkätmall där respondenternas svar sparades automatiskt i ett dataregister. Då en enkätundersökning används finns det både för- och nackdelar. En nackdel är exempelvis att varken respondenter eller forskare kan ställa följdfrågor vid behov. En fördel med webbenkäten är att respondenter har tid att i lugn och ro svara på frågorna. (Eijlertsson, 2019, ss. 14-16)

Flera faktorer inverkar på varför en webbaserad enkätundersökning valdes som metod. Delvis påverkade den rådande situationen med Covid-19 pandemin med alla dess restriktioner. På grund av dem uteslöts alternativet att intervjua deltagare ansikte mot ansikte. Genom den elektroniska enkäten nåddes professionella inom småbarnspedagogiken i en bredare utsträckning i Finland.

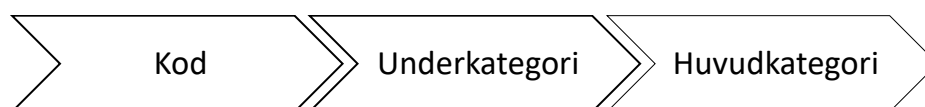
Frågorna i enkäten baserade sig på den teoretiska bakgrunden. Enkäten gjordes både på svenska (bilaga 1) och finska (bilaga 2) och bestod av sex öppna frågor. Öppna frågor valdes för att få mera information och längre svar från respondenterna. På detta sätt hade deltagarna möjlighet att besvara frågorna på eget modersmål samt på ett mer djupgående och sammanhängande sätt. Frågeformuläret delades i tre olika slutna Facebook grupper där det finns personal inom småbarnspedagogiken. Möjligheten att dela enkäten i slutna Facebook grupper krävde medlemskap. Dessutom delades frågeformuläret på privata Facebook profiler, via Whatsapp samt email till andra privata personer. Via dessa personer skickades enkäten sedan vidare till kollegor inom branschen.

Enkäten var självadministrerad. Respondenterna fick läsa ett informationsbrev som beskrev syftet med arbetet samt respondenternas rättigheter. I informationsbrevet stod det att enkätundersökningen är riktad till personer som arbetar inom småbarnspedagogiken. Eftersom både pedagoger och barnskötare hade möjlighet att svara på enkäten, används begreppet daghemspersonal då resultaten diskuteras i arbetet. På grund av att respondenternas identitet inte var relevant i arbetet, besvarades frågeformuläret anonymt.

### 6.3 Kvalitativ innehållsanalys

Innehållsanalys är en analysmetod som används för att analysera data på ett systematiskt och objektivt sätt. Målet med innehållsanalys är att analysera data genom att lyfta fram de mest centrala synpunkterna. Syftet med innehållsanalys är att sammanfatta material och få en allmän uppfattning om det som undersöks så att informationsvärdet förblir oförändrat. Dataanalysen kan antingen vara induktiv – databaserad eller deduktiv - teoribaserad. Detta arbete utgör en induktiv dataanalys. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, ss. 105-106, 110)

Dataanalysen påbörjades genom en granskning av rådata från enkätens svar. Svaren i den finska enkäten översattes till svenska. För att få en helhetsuppfattning lästes svaren av undersökningen noggrant flera gånger, först individuellt av alla skribenter och sedan analyserades de tillsammans. Dataanalysprocessen omfattar följande steg: *Kodning, Underkategorisering, Kategorisering*. Processen påbörjades med kodning, vilket innebär att beskriva data med ord som återspeglar innehållet. Med hjälp av koder sammanställdes data till mindre delar. Av koder bildades underkategorier som kopplar ihop koder av samma ämnesområde. Slutligen bildades fyra kategorier av alla underkategorier för att beskriva helheten. (Granskär & Höglund-Nielsen, 2008, ss. 163-164)



**Figur 1** Analysprocess

## 7 Resultat

I detta kapitel presenteras resultaten från enkätundersökningen. Resultaten har kopplats till den teoretiska delen i arbetet och presenteras i flytande text. I dataanalysen av respondenternas svar samlades 48 olika koder som sammanställdes till åtta olika underkategorier och sedan till fyra huvudkategorier. Resultaten för huvudkategorierna presenteras separat under egna kapitel. Varje kapitel har en egen tabell som visar resultaten för varje fråga i undersökningen i sin helhet.

### 7.1 Kunskap om högekänslighet hos barn

I enkäten fanns en bakgrundsfråga: Vad vet du om högekänslighet hos barn? Huvudkategorin *Kunskap om högekänslighet hos barn* är indelad i två underkategorier: *Kunskapsmängd* och *Kännedom*. Frågan ställdes för att kartlägga vilken kunskap professionella har om högekänslighet hos barn. I undersökningen ansågs ingen annan bakgrundsinformation vara relevant för syftet av studien. Frågan kunde tolkas på olika sätt, vilket ledde till att svaren var varierande. Svaren innehöll bland annat vad och hur mycket respondenterna vet om högekänslighet. Frågan gav 22 svar och det uppkom 6 bortfall. (Figur 1)

Kod	Underkategori	Huvudkategori
Hög kunskap Låg kunskap Översiktlig kunskap	Kunskapsmängd	Kunskap om högekänslighet hos barn
Egenskap, inte diagnos Sensitivt nervsystem Känslighet för beröring Känslighet för lukt Känslighet för ljud Obekväm beklädnad (sömmar, spända kläder) Reaktion på förändringar Pratas för lite om ämnet Rätt vanligt, något man beaktar	Kännedom	

Tabell 1: Kunskap om högekänslighet hos barn

### 7.1.1 Kunskapsmängd

Resultaten i denna underkategori kan inte kopplas till teoridelen i arbetet. Endast några av respondenterna sade sig veta mycket om ämnet högkänslighet. Det framkom att en respondent i stor helhet visste vad högkänslighet handlar om, medan en annan respondent inte visste så mycket om ämnet.

### 7.1.2 Kännedom

En del av respondenterna yttrade sig om att det pratas för lite om ämnet och att det inte beaktas på alla daghem. Däremot poängterade en respondent att högkänslighet börjar bli mer vanligt och någonting man lättare uppmärksammar. I vissa svar framhövdes det att högkänslighet är en egenskap och inte en sjukdom eller diagnos. I ett svar nämnde respondenten att högkänslighet är medfött och att det innebär att ha ett sensitivt nervsystem.

En del av svaren i denna fråga kan kopplas till den fjärde aspekten av DOES-modellen, *känslighet för subtila stimuli*. Enligt Aron (2014 s.14) är ett högkänsligt barn känsligt för och starkt medveten om ljud, lukt och detaljer. I enkätundersökningen framkom det att högkänsligheten påverkar människans grundläggande sinnen där känslighet för ljud och lukt var dom mest förekommande svaren. Då det gäller högkänslighetens uttrycksformer kan flera respondenters svar kopplas till fysisk högkänslighet. Satri J. (2014 s.23) nämner att det kan bli obekvämt för ett fysiskt högkänsligt barn om någon kommer för nära eller försöker fysiskt röra. Att vara sensitiv för beröring betonades i många av respondenternas svar. Som andra sensoriska känsligheter framförde respondenterna att högkänsliga barn ofta är känsliga för spända kläder och sömmar i kläder. Enligt Aron (2020 s.217) kan nya situationer vara skrämmande för ett högkänsligt barn och i enkätundersökningen nämnes upprepade gånger att ett högkänsligt barn reagerar starkt på nya situationer och förändringar.

## 7.2 Metoder och stödformer

Frågan som behandlade metoder och stödformer var: Vilka konkreta metoder använder du för att stöda högkänsliga barn på daghem? Huvudkategorin *Metoder och stödformer* är indelad i två underkategorier: *Konkreta hjälpmedel samt Bemötande och beaktande*.

Respondenterna lyfte fram flera olika konkreta hjälpmedel samt olika metoder för att stöda högkänsliga barn. Frågan gav 23 svar och det uppkom 5 bortfall. Två respondenter nämnde att de inte använder några särskilda metoder eller stödformer med högkänsliga barn. (Figur 2)

Kod	Underkategori	Huvudkategori
Bilder Hörselskydd Känslkort Tyngdtäcke Gymnastikboll Specialpennor Balanskudde Bitsmycken	Konkreta hjälpmedel	Metoder och stödformer
Smågruppverksamhet Inlärningsmiljöns beaktande Positiv pedagogik Förståelse för temperamentsdraget Respekt mot barnet Diskussion om högkänslighet med barnet	Beaktande och bemötande	

Tabell 2: Metoder och stödformer

### 7.2.1 Konkreta hjälpmedel

Enligt Satri J. (2019 s.177) är brusreducerande hörselskydd ett bra hjälpmedel som skyddar hörseln hos ett högkänsligt barn. Hörselskydd var det främst förekommande hjälpmedlet som nämndes bland respondenterna. Några respondenter betonade att användning av bilder med högkänsliga barn är viktigt. Flera studier (Koivunen 2009, Satri J. 2019 & Utbildningsstyrelsen 2018) anser bilder ha en positiv inverkan på strukturerad aktivitet och för att förbereda barnet på vad som komma skall samt för att stödja barnets språk och kommunikation. Även känslkort ansågs vara betydelsefullt enligt respondenterna för att stödja det högkänsliga barnet. Nurmi (u.å.) anser känslkorterna hjälpa barnet att prata om, identifiera och förstå olika känslor. En av respondenterna nämnde tyngdtäcke som ett hjälpmedel vars syfte enligt Satri J. (2019 s.179) är att lindra barnets känsla av överansträngning. Andra hjälpmedel som framkom endast en gång i respondenternas enskilda svar var balanskudde, gymnastikboll, bitsmycken och specialpennor.

### 7.2.2 Beaktande och bemötande

Määttä et.al (2017 s. 39) betonar smågruppsverksamhet som ett positivt sätt att stärka det högkänsliga barnets delaktighet och för att lättare ta i hänsyn alla barn i gemensam verksamhet. Resultaten i undersökningen påvisar att smågruppverksamhet är en viktig del för att stöda ett högkänsligt barn. I många svar indikerades beaktande av inlärningsmiljön som betydande för ett högkänsligt barn. Detta påpekas även av Satri J. (2019 s.177) som anser att en god verksamhetsmiljö påverkar det högkänsliga barnets välbefinnande och gör vardagen smidigare. Fortsättningsvis lyfter Satri J. fram att en sensoriskt vänlig verksamhetsmiljö ger det högkänsliga barnet bästa möjliga förutsättningarna för att utvecklas. Även strukturella faktorer på daghem ska enligt Koivunen (2009 s.179) beaktas. Enligt några respondenter är justerbar belysning samt låga ljudnivåer exempel på strukturella faktorer som gynnar ett högkänsligt barn.

Några respondenter lyfte fram att förberedning och förutseende av nya situationer hjälper det högkänsliga barnet. Exempelvis hävdade respondenterna att man kan diskutera tillsammans med barnet om vad som kommer att hända. Detta överensstämmer med Satri J. (2019 s. 181) som menar att det hjälper barnet att få en helhetsbild av händelsen eller situationen samt stödjer barnets anpassningsförmåga. Enligt Aron (2020, s. 220–221) är det viktigt att prata med barnet om både positiva och negativa känslor gällande händelsen. Aron tycker att barnet ska uppmuntras till olika situationer även om det kan kännas skrämmande. Ett svar i undersökningen nämnde även positiv pedagogik som centralt inom småbarnspedagogiken. Respondenten gav uppmuntrande och godkännande som exempel på det.

I den fjärde nyckeln av Aron (2014 s.183–185), som behandlar hur man som vuxen kan prata om högkänslighet med barnet, nämner hon att man alltid ska försäkra att barnet känner sig förstodd i diskussionen. Dessutom säger Aron att man inte ska prata om högkänslighet som om det vore något negativt. I undersökningen framförde endast en respondent att det är viktigt att diskutera om högkänslighet med barnet. Resultaten i undersökningen stämmer överens med Järvenpääs (u.å.) tankar om att det är viktigt att prata om känslor med högkänsliga barn så att de lär sig namnge och förstå sina egna och andras känslor. För att uppfostra och vägleda ett högkänsligt barn anser Aron (2015 s.21) att det hjälper när man har information och förståelse om hur det i praktiken görs. I

enskilda svar nämnde respondenterna lyhördhet, förståelse, vikt och sensitivt bemötande som grundläggande sätt att arbeta med ett högekänsligt barn.

Kanninen & Sigfrids (2012, s.174) samt Koivunen (2009, s. 62) hävdar att struktur och rutiner är viktiga för det högekänsliga barnets trygghetskänsla. Kanninen & Sigfrids menar att de har en stor inverkan på barnets lärande och utveckling av kognitiva och sociala färdigheter samt för en balanserad vardag på daghem. Enligt Koivunen (2009) är struktur i det högekänsliga barnets vardag särskilt viktigt för att stöda dem i de dagliga aktiviteterna samt för att minska på rastlöshet. Flertalet respondenter i undersökningen beskrev rutiner som en central del för det högekänsliga barnets trygghet.

Aron (2015 s.21) beskriver att både professionella och vårdnadshavare har ett stort inflytande gällande att stöda det högekänsliga barnets självkänsla och att utveckla deras uppfattning om livet. Enligt Koivunen (2009 s. 24) kan pedagoger genom observationer av barnet ge viktig information till vårdnadshavarna om barnets vardagliga aktiviteter. Viktigheten med samarbetet mellan professionella och vårdnadshavare påpekades av några respondenter. Kontinuerlig uppföljning av barnet nämndes av en respondent som ett viktigt sätt att samarbeta.

En respondent i undersökningen betonade att det enskilda barnets individuella behov bör tas i beaktning på daghemmet. Detta överensstämmer med utbildningsstyrelsens (2018 s.58–59) synpunkt om att planering av all verksamhet bör anpassas efter barnets individuella behov. För att möjliggöra detta ska barnets behov kontinuerligt observeras, dokumenteras och bedömas.

Mindfulness innebär olika övningar som hjälper det högekänsliga barnet att slappna av, stärka förmågan att koncentrera sig samt att känna igen sina känslor. Satri J. (2019 s.189) förklarar att en lugn närvaro kan skapas på daghemmet genom regelbundna övningar. Enligt en stor del av respondenterna har högekänsliga barn behov av att få utrymme och tid för att lugna ner sig. Som exempel nämndes andnings- och avslappningsövningar.



Detta är ett bra exempel på en av respondenternas svar som sammanfattar denna kategori:

*”Jag är närvarande, jag ger utrymme och tid att observera miljön, jag tvingar inte utan uppmuntrar. Vi går igenom mycket känslomaterial för att stärka barnets förmåga att identifiera och namnge sina känslor. Jag förklarar saker och fenomen som sker i omgivningen så att barnets förmåga att koppla samman känslor och händelser förstärks. För att inte missförstå barnet, är det viktigt att barnet lär sig uttrycka sina upplevelser. Ett exempel är ifall en påklädningssituation i tamburen är så belastande att barnet inte vill klä sig där utan hellre i en lugnare omgivning. I alla aktiviteter respekterar jag barnets upplevelser och förmedlar att högekänslighet är en förmåga, en positiv egenskap och att barnet har rätt att vara sig själv och bli accepterad som sådan.”* (egen översättning)

### 7.3 Kunskapens förvärvande

Eftersom det centrala syftet med enkätundersökningen var att utreda vilka metoder och stödformer personal inom småbarnspedagogik använder med högekänsliga barn, ansågs det även viktigt att kartlägga varifrån respondenterna fått sin kunskap. Kategorin *Kunskapens förvärvande* har delats i två underkategorier: *Inlärningsformer* och *Kommunikation*. Frågan som ställdes var: Varifrån har du fått kunskap om metoder och stödformer som används för högekänsliga barn på daghem? Frågan var med främst för intressets skull för att kartlägga från vilka olika källor respondenterna fått sin kunskap om stödformer och metoder för högekänsliga barn. Svaren i denna fråga är därför inte kopplade till teoridelen i arbetet. Frågan gav 20 svar och det uppkom 8 bortfall. (Figur 3)

Kod	Underkategori	Huvudkategori
Erfarenhet Internet Litteratur Utbildning	Inlärningsformer	Kunskapens förvärvande
Andra professionella Vårdnadshavare Kollegor	Kommunikation	

Tabell 3: Kunskapens förvärvande

#### 7.3.1 Inlärningsformer

Respondenternas förvärvande av kunskap om högekänslighet hos barn var varierande. En del har fått sin kunskap om högekänslighet hos barn från litteratur medan en annan del av

respondenterna har lärt sig om det via olika utbildningar och skola. Även internet nämndes som en givande kunskapskälla. Där ingår olika nätsidor, forskningar och sociala medier.

### 7.3.2 Kommunikation

Flera respondenter nämnde att de fått kunskap om högkänslighet via sina kollegor inom småbarnspedagogiken, speciallärare, ergoterapeuter och logoped. Även kommunikation och samarbete med högkänsliga barns vårdnadshavare har bidragit stort till en ökad kunskap om ämnet.

## 7.4 Metodernas och stödformernas praktiska funktion

Huvudkategorin *Metodernas och stödformernas praktiska funktion* är indelad i två underkategorier: *Bedömning samt Positiv inverkan och utmaningar*. Frågan som ställdes var: Hur upplever du att metoder som används på daghem fungerar? Frågan gav 22 svar och det uppkom 6 bortfall. I denna fråga kan endast underkategorin *Positiv inverkan och utmaningar* kopplas till teoridelen i arbetet. (Figur 4)

Kod	Underkategori	Huvudkategori
Bra Inte så bra Varierande	Bedömning	Metodernas och stödformernas praktiska funktion
Arbeteamets enhetlighet Förståelse för användning av metoder Regelbunden användning av metoder Samarbete med andra professionella Tillit och respekt för barnet Lugna ner barnet Hålla sig lugn som pedagog  Brådska Förståelse för barnet Förstå vad som orsakar barnets irritation Stora barngrupper Ingen användning av specifika metoder	Positiv inverkan och utmaningar	

Tabell 4: Metodernas och stödformernas praktiska funktion

#### **7.4.1 Bedömning**

Svaren som fokuserade på bedömningen av den praktiska funktionen var korta och odefinierade. Största delen av respondenterna svarade att användningen av metoder och stödformer på daghem för högekänsliga barn fungerar bra. Dock fanns det vissa respondenter som ansåg funktionaliteten av metoderna och stödformerna vara varierande. Endast några respondenter ansåg dem vara bristfälliga.

#### **7.4.2 Positiv inverkan och utmaningar**

En del respondenter nämnde att användningen av metoder och stödformer inte alltid går att påverka. Exempel på sådana situationer är då pedagogerna är för få jämfört med antalet barn som behöver särskilt stöd. Att hitta lämpliga metoder kan även vara utmanande då användningen av dem är varierande hos det enskilda barnet från dag till dag. En respondent framförde även sin åsikt om att regelbunden användning av metoder och stödformer på daghem är lönsamt. Detta överensstämmer med Kanninen & Sigfrids (2012 s.175) tankar om att struktur och rutiner på daghem främjar barnets utveckling och lärande.

”Varje barn är en individ, för en del fungerar vissa metoder bättre än för andra och tvärtom”  
(citat från en respondent)

Aron (2014 s. 88) framhäver att barnet och dess känslor ska bemötas med respekt och uppmärksamhet. Ett flertal respondenter ansåg respekt och förtroende för barnet vara centralt för att säkerställa metodernas praktiska funktion på daghem. I några svar framkom det att pedagoger bör förstå hur och varför dessa metoder och stödformer används för att främja deras funktion. En respondent ansåg användning av metoder och stödformer hjälpa barnet att lugna ner sig. En annan respondent påpekar att det är viktigt som pedagog att hålla sig lugn då olika metoder och stödformer används. I ett svar i undersökningen lyftes arbetsteamets enhetlighet fram som grundläggande. Flera respondenter ansåg det viktigt att regelbundet samarbeta med andra professionella. Enligt Grunderna för planen för småbarnspedagogiken (2018 s.36) är mångprofessionellt samarbete centralt för att stöda det individuella barnets behov på daghem.

Respondenterna lyfte även fram olika utmaningar då det gäller att garantera funktionaliteten av metoder och stödformer. Exempel på utmaningar som nämndes var pedagogers bristande förmåga att förstå bakomliggande orsaker för barnets irritation. Även stora barngrupper och brådska ansågs som belastande och som utmaningar enligt vissa respondenter. Aron (2015 s.230) beskriver att en lugn omgivning samt strukturella arrangemang som exempelvis mindre barngrupper gynnar ett högkänsligt barn på daghem. I två svar kom det även fram att personal på vissa daghem inte använder några metoder eller stödformer överhuvudtaget för högkänsliga barn.

## 8 Etik

I examensarbetet har det utgått från Forskningsetiska delegationens anvisningar *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland (2012)*, som Yrkehögskolan Novia följer. För att en vetenskaplig forskning ska vara etiskt acceptabel, tillförlitlig och övertygande måste den ha förutsättningar för god vetenskaplig praxis. Forskningsetik har beaktats i arbetet på många olika sätt. Arbetet har följt forskningssamfundets metoder som omfattar ärlighet, flitighet och noggrannhet. Deltagarnas och forskarnas rättigheter har granskats och accepterats av alla parter. Andra studier som använts har respekterats och hänvisats till på rätt sätt. Om det hade funnits ett behov av forskningslov, skulle det ha skaffats. I detta arbete var det dock inte nödvändigt. Studiens design, implementering, rapportering och data har lagrats enligt kraven för vetenskapliga data. (Forskningsetiska delegationen, 2012, s. 6)

Gällande enkätundersökningen har principer som grundar sig på etisk lag följts. Fyra forskningsetiska krav har beaktats: informationskrav, samtyckeskrav, konfidentialitetskrav och nyttjandekrav. Informationskravet uppfylldes genom att deltagarna för undersökningen informerades tydligt om att deltagandet är frivilligt. Ett samtyckeskrav innebär rättigheten att självständigt och frivilligt göra valet om att delta i undersökningen. Deltagarna gav sitt samtycke genom att de svarade på enkäten. I och med att enkäten besvarades anonymt har även konfidentialitetskraven uppfyllts. Nyttjandekravet omfattar att de uppgifter som fås av enkäten endast ska användas för undersökningens syfte. Deltagarnas svar behandlades konfidentiellt och raderades efteråt. (Eijlertsson, 2019, ss. 35-36). I arbetet har resultaten för undersökningen återgetts sanningsenligt utan att data har förfalskats eller syftningen ändrats. Detaljer som inte gynnade arbetets syfte

reducerades och endast det aktuella som skulle mätas togs i beaktan. (Jacobsen, 2007, ss. 26-27, 24)

Deltagarna till undersökningen fick läsa ett informationsbrev i samband med enkäten. Brevet innehöll ingående information om vem som skulle vara lämplig att besvara enkäten samt forskningens syfte, mål och samarbetsparter. Respondenternas svar behandlades konfidentiellt och användes endast för denna undersökning. I formuläret fanns skribenternas och en handledares kontaktuppgifter ifall frågor skulle uppstå. Frågeformuläret och informationsbrevet granskades av Yrkeshögskolan Novias lektorer som fungerade som handledare och etiska granskare i examensarbetsprocessen.

## **9 Trovärdighet och tillförlitlighet**

Genom att mäta trovärdighet och tillförlitlighet, andra ord för validitet och reliabilitet, kan säkerheten i en undersökning inspekteras. Trovärdighet i en enkätundersökning omfattar hur väl frågorna mäter det man har som avsikt att mäta. Tillförlitlighet innebär att flera mätningars resultat stämmer överens. För att en undersökning ska förverkliga kraven för trovärdighet ska urvalet – antalet personer som svarar på enkäten, vara stort och bortfallen – antalet personer som vägrar delta i undersökningen eller lämnar några frågor obesvarade, få. För att kunna mäta trovärdighet ska frågorna i en enkätundersökning vara jämnlöpande med syftet och kopplade till den teoretiska basen. (Eijlertsson, 2019, ss. 117-119, 29)

För att uppnå trovärdighet och tillförlitlighet i arbetet har flera saker tagits i beaktande. Frågorna i enkätundersökningen formulerades utgående från undersökningens syfte. Det fanns en koppling mellan resultaten från undersökningen och den teoretiska bakgrunden. För att få mer utförliga och fritt formulerade svar bestod enkäten av endast öppna frågor. Enkäten skickades först till en sakkunnig person som arbetar inom småbarnspedagogiken för att prova den. Frågeformuläret godkändes sedan av examensarbetets handledare och kunde därmed skickas ut till deltagarna. I arbetet har stegen för en innehållsanalys strukturerat följts. På grund av att enkätundersökning valdes som metod var respondenternas svar i textform, vilket underlättade analysbearbetningen. På grund av att respondentantalet för enkätundersökningen var endast 28, kan resultaten inte generaliseras bland all daghemspersonal.

Gällande enkätundersökningen fanns det vissa utmaningar. Då analyseringen av resultaten påbörjades märktes det att antalet svar för vissa frågor i enkätundersökningen inte stämde överens med antalet respondenter. En fråga visade exempelvis att 14 respondenter har svarat men då svaren räknades syntes endast nio svar. Därmed förekom det en del bortfall i undersökningen. Orsakerna för bortfallen är oklara men kan ha berott på tekniska problem eller att respondenterna lämnat vissa frågor obesvarade. På grund av Covid-19 pandemin uteslöts alternativet att intervjua ansikte mot ansikte, vilket skulle ha möjliggjort djupare behandling av frågorna. Följdfrågor kunde inte ställas åt något håll, vilket skulle ha behövts i analysprocessen för att klargöra möjliga missuppfattningar.

I arbetet användes snöbollsurval som metod för att nå respondenter i en bred utsträckning. Målet för respondentantalet var att få minst fem svar per man och det slutliga antalet blev 28. Antalet uppnådde förväntningarna. Fördelar med denna metod är att den är effektiv för att snabbt utöka antalet respondenter och inte så tidskrävande. Gällande undersökningen i arbetet var det dock förvånansvärt hur snabbt "snöbollen" slutade rulla då förväntningarna i början var höga.

Med hjälp av en kvalitativ innehållsanalys framfördes de mest centrala synpunkterna i svaren. Dataanalysprocessen var till en början svår att greppa. Flera olika böcker lästes om hur en kvalitativ innehållsanalys görs men informationen var svårtolkad. För att analyseringen kunde påbörjas var de olika stegen och begreppen viktiga att förstå sig på. Med hjälp av litteratur och handledning valdes det som bäst lämpade sig för detta arbete.

I litteraturen använder sig författarna ofta av begreppet pedagog. Även om undersökningen i detta arbete hänvisar till personal inom småbarnspedagogiken, användes begreppet pedagog i teoridelen i arbetet. Till en början skickades enkätundersökningen till några bekanta som arbetar inom småbarnspedagogiken varefter enkäten via dem delades till andra kollegor inom branschen. I användning av snöbollsurval och på grund av att undersökningen var anonym fanns det en risk för att obehöriga svarat på enkäten, även om det fanns ett informationsbrev som riktade sig till målgruppen. Enkäten gjordes på två språk för att inkludera daghemspersonal med både finska och svenska som modersmål. I analysprocessen var det tidskrävande att översätta svaren från den finska enkäten till svenska och då svaren från båda enkäterna sammanställdes fanns det en risk för

missförstånd på grund av språket. För att undvika detta lästes svaren individuellt före de analyserades tillsammans.

Träffarna på de olika databaserna var många. Dock behandlade de flesta forskningar och artiklar andra saker gällande högekänslighet hos barn och kunde därmed inte kopplas till arbetets syfte. Trots detta ansågs några få forskningar och artiklar relevanta för arbetet. Flera vetenskapliga studier som möjligtvis kunde ha varit passande var inte tillgängliga utan åtkomst. Detta var ytterligare en orsak till att möjligheterna gällande att hitta lämpliga forskningar och artiklar var begränsade.

## **10 Slutdiskussion**

En empirisk studie med kvalitativ ansats valdes för att utreda daghemspersonalens kunskap, tankar och idéer gällande att hjälpa och stöda högekänsliga barn på daghem. Via detta utvecklades syftet med examensarbetet som var att kartlägga hurdana metoder och stödformer personal inom småbarnspedagogiken använder för att hjälpa barn med högekänslighet på daghem. Frågeställningarna i arbetet var: Vilka metoder kan användas för att stöda barn med högekänslighet på daghem? Hur använder personal inom småbarnspedagogiken dessa metoder och hur fungerar metoderna i praktiken? Med hjälp av frågeställningarna utformades en webbaserad enkätundersökning som besvarade daghemspersonalens kunskap om olika metoder och stödformer samt hur de tillämpar dem i praktiken. Genom att läsa detta arbete har man goda förutsättningar att öka sin kunskap gällande personlighetsdraget. Via teoridelen och undersökningen i arbetet får man en insikt i flera olika metoder och stödformer som kan tillämpas på daghem med högekänsliga barn. Därmed har syftet samt målsättningen med arbetet uppnåtts.

Trots att det nu för tiden finns mera litteratur och forskning kring högekänslighet hos barn, kan det konstateras att det fortfarande finns brist på litteratur och material som konkret förklarar hur man kan hjälpa och stöda barn med högekänslighet. Eftersom det till en början var utmanande att hitta exempel på stödformer och metoder för högekänsliga barn, ansågs det nödvändigt och ändamålsenligt att samla ihop flera av dem på ett och samma ställe för att enkelt få information om dem. Det största fokuset i arbetet har varit att främja det högekänsliga barnets välbefinnande på daghem. Därmed valdes barn i åldern 0–5 som målgrupp. Dock var undersökningen riktad till personal inom småbarnspedagogiken

eftersom syftet var att undersöka metoder och stödformer som används med högkänsliga barn på daghem.

Den första frågeställningen i arbetet är: "Vilka metoder kan användas för att stöda barn med högkänslighet på daghem?". Genom frågan "Vilka konkreta metoder använder du för att stöda högkänsliga barn på daghem?" i undersökningen besvarades den första frågeställningen. Från undersökningen kan det konstateras att daghemspersonalen använder mångsidiga metoder och stödformer med högkänsliga barn. Även teoridelen i arbetet behandlar flera olika sätt på hur man som vuxen kan hjälpa och stöda dessa barn i vardagen. Resultaten i undersökningen bevisar att smågruppsverksamhet är den främsta metoden som används av daghemspersonalen i arbete med ett högkänsligt barn. Smågruppsverksamhet har en positiv inverkan på barnets delaktighet samt i beaktandet av barnet på daghemmet (Määttä et.al, 2017, s. 39). Även en god verksamhetsmiljö är något som daghemspersonalen lägger mycket fokus på. Verksamhetsmiljön påverkar barnets välbefinnande, utveckling och vardag (Satri, 2019, s. 177). Det mest förekommande hjälpmedlet som framfördes i undersökningen var brusreducerande hörselskydd, som används för att skydda barnets hörsel (Satri, 2019, s. 177). Även bilder och känslkort lyftes upp som viktiga hjälpmedel. Bilder kan exempelvis användas för att stödja barnets språk och kommunikation (Utbildningsstyrelsen, 2018). Med hjälp av känslkort kan barnets kännedom om sina egna och andras känslor utvecklas (Nurmi, u.å).

Den andra frågeställningen i arbetet är: "Hur använder personal inom småbarnspedagogiken dessa metoder och hur fungerar metoderna i praktiken?". Meningen med denna frågeställning var att utreda på vilka sätt daghemspersonalen använder sig av olika metoder samt att få deras åsikter gällande metodernas praktiska funktion. Genom frågan "Hur upplever du att metoder som används på daghem fungerar?" besvarades halva frågeställningen. En till fråga skulle ha behövts för att få ett utförligare svar på hela frågeställningen. För att få svar på vilka sätt metoder används på daghem, kunde följande fråga ha ställts i undersökningen: "Beskriv hur du tillämpar metoderna i vardagen på daghemmet?".

Resultaten var mycket varierande i denna fråga. Ett fåtal respondenter fokuserade på att bedöma den praktiska funktionen kortfattat. Däremot fokuserade de flesta respondenterna på olika faktorer som antingen inverkar positivt eller är utmanande



gällande den praktiska funktionen. För att garantera metodernas praktiska funktion tyder resultaten i undersökningen på att förtroende och respekt för barnet är grundläggande. Det är viktigt att tänka på hur barnet bemöts samt hur barnets känslor uppmärksammas (Aron, 2014, s. 88). Regelbundet samarbete med andra professionella framfördes av flera respondenter. Mångprofessionell yrkespraxis behövs för att beakta det individuella barnet (Utbildningsstyrelsen, 2018, s. 36). Som de största utmaningarna beskrev respondenterna brådskande och stora barngrupper. Mindre barngrupper och en lugn omgivning har positiv inverkan på ett högkänsligt barn (Aron, 2015, s. 230).

Gällande enkätundersökningen var vissa av respondenternas svar utförliga och beskrivande där de tog upp begrepp och beskrev dem vidare. De flesta svaren var dock mer korta och onyanserade där vissa begrepp togs upp men ingen vidare beskrivning fanns. På grund av detta var det till en början utmanande att koppla resultaten till teorin. För att få längre och mer beskrivande svar kunde vissa frågor i enkätundersökningen ha formulerats och preciserats tydligare. Exempelvis kunde frågan "Vad vet du om högkänslighet hos barn?" ha omformulerats till "Vad vet du om den fysiska, psykiska och sociala aspekten av högkänslighet hos barn?". Detta för att tydliggöra att högkänslighet omfattar flera uttrycksformer. Även om många bra saker nämndes i resultaten, hade det varit önskvärt med utförligare beskrivningar för att lättare kunna analysera och uppfatta vad som menades med vissa svar. Eftersom svaren i undersökningen var så olika, var det utmanande att få en helhetsbild av respondenternas kunskap. Detta bevisar att kunskapen hos daghemspersonalen är varierande och det kan konstateras att vidare forskning och ökad kunskap om ämnet behövs. Respondenternas tankar och idéer om olika metoder och stödformer gav ändå värdefull information.

Det är viktigt att vårdnadshavare och personal på daghem har förståelse för och kan sätta sig in i högkänsliga barns känslor och upplevelser. Att vägleda dem kan vara utmanande och därför är kunskap och förståelse för temperamentsdraget ytterst viktigt. Att mer effektivt sprida och öka medvetenhet om redan existerande metoder och stödformer som används med högkänsliga barn är betydelsefullt och avgörande för dem. Genom att tidigt ingripa med hjälp och stöd undviker man att utmaningarna förvärras. Som ett förslag på fortsatt forskning kunde en handbok eller något konkret material skapas för daghemspersonal och vårdnadshavare om viktiga metoder och stödformer för högkänsliga barn. Även nya metoder och stödformer kunde utvecklas som hjälp för dessa barn. För att

belysa ämnet mer ur barnets perspektiv, kunde det vara bra att de äldre högkänsliga barnen inom småbarnspedagogiken får vara delaktiga i utvecklandet för att uttrycka sina önskemål, tankar och idéer.

## Källhänvisningar

- Acevedo et.al, A. P. (2017). *The functional highly sensitive brain: a review of the brain circuits underlying*. California och New York: Royal society.
- Acevedo, B. (2020). *The highly sensitive brain. Research, Assessment, And Treatment of Sensory Processing Sensitivity*. United Kingdom: British Library.
- Acevedo, B. (2020). *The higly sensitive brain - research, assesment, and treatment of sensory processing sensitivity*. Nikki levy. [Online]  
[https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=JPjkDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=The+highly+sensitive+brain.+Research,+Assessment,+And+Treatment+of+Sensory+Processing+Sensitivity,+u.o.:+British+Library.&ots=fKvPfH5JGM&sig=zTK5TaK7L\\_7rjvqm1uUT\\_tbcs5w&redir\\_esc=y#v](https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=JPjkDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=The+highly+sensitive+brain.+Research,+Assessment,+And+Treatment+of+Sensory+Processing+Sensitivity,+u.o.:+British+Library.&ots=fKvPfH5JGM&sig=zTK5TaK7L_7rjvqm1uUT_tbcs5w&redir_esc=y#v) [Hämtat: 12.3.2021]
- Aron, E. (2014). *Det högkänsliga barnet - Att växa och må bra i en överväldigande värld*. Tallin: Tallin bookprinters.
- Aron, E. N. (2002). *Highly sensitive child*. Broadway books.
- Aron, E. N. (2015). *HSP-Erityisherkkä lapsi*. Helsinki: Nemo.
- Aron, E. N. (2020). *Erityisherkkä lapsi*. Krutuu: Otavan kirjapaino.
- Aron, E. N. (2021). *www.hsperson.com*. [Online] <https://hsperson.com/> [Hämtat: 23.2.2021]
- Baryła-Matejczuk et.al, A. F.-C. (den 31 03 2020). *The Highly Sensitive Child as a challenge for education – introduction to the concept*. [Online]  
[doi:doi.org/10.26881/pwe.2020.48.05](https://doi.org/10.26881/pwe.2020.48.05) [Hämtat: 26.2.2021]
- Denscombe, M. (2010). *The good research guide - for small-scale social research projects, fourth edition*. Berkshire: McGraw-Hill Education.
- Eijlertsson, G. (2019). *Enkäten i praktiken - en handbok i enkätundersökning*. Studentlitteratur.
- Erityisherkät Suomi Ry. (2021). *www.erityisherkät.fi*. [Online]  
<https://www.erityisherkat.fi/erityisherkkyys/> [Hämtat: 15.2.2021]
- Folkhälsan. (den 27 11 2020). *www.folkhalsan.fi*. [Online]  
<https://moodle.folkhalsan.fi/course/view.php?id=222> [Hämtat: 16.3.2021]
- Forskningsetiska delgationen. (2012). *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*. Helsinki: Forskningsetiska delegationen.
- Forssen Ehrlin, C.-J. (2018). *Modiga Morris - En vecka upp och ner*. Italgraf media.
- Granskär, M., & Höglund-Nielsen, B. (2008). *Tillämpad kvalitativ forskning för hälso- och sjukvård*. Studentlitteratur.

- Grytenius, L. (den 13 04 2018). *www.gryteniusacademy.se*. [Online]  
<https://www.gryteniusacademy.se/lattlast-for-dig-med-hogkansliga-barn/>  
[Hämtat: 4.3.2021]
- Heiskanen, H. (2017). *Herkkyiden voima - Opas omannäköiseen elämään*. Keuruu: Otavan kirjapaino.
- HSP Suomi ry. (2021). *erityisherkat.fi*. [Online]  
<https://www.erityisherkat.fi/erityisherkkyyts/>:  
<https://www.erityisherkat.fi/yhdistys/> [Hämtat: 18.2.2021]
- Jacobsen, D. I. (2007). *Förståelse, beskrivning och förklaring - introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*. Nayana Press.
- Järvenpää, A. (u.å). *www.mieli.fi*. [Online] <https://mieli.fi/fi/tunnenallet> [Hämtat: 25.3.2021]
- Kanninen, K., & Sigfrids, A. (2012). *Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin*. Juva: Bookwell Oy.
- Koivunen, P.-L. (2009). *Hyvä päivähoito - työkaluja sujuvaan arkeen*. Juva: WS bookwell Oy.
- Mieli Ry. (den 23 01 2018). *www.mieli.fi*. [Online] <https://mieli.fi/fi/mindfulness-animaatioseikkailu-lapsille-verkossa> [Hämtat: 27.2.2021]
- Mikkola, P., & Nivalainen, K. (2010). *Lapselle hyvä päivä tänään*. Saarijärvi offset Oy.
- Määttä et.al, K. H. (2017). *Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: Utbildningsstyrelsen.
- Nurmi, R. (u.å). *www.mieli.fi*. [Online] <https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/tunnekortit-varhaiskasvatukseen> [Hämtat: 7.3.2021]
- Satri, J. (2014). *Sisäinen lepatus - herkän ihmisen tietokirja*. Helsinki: Basam books.
- Satri, J. (2019). *Herkkyys voimvaraksi*. Helsinki: Viisas elämä.
- Stolpe, E., & Rosengren, K. (2019). *Jag skulle aldrig säga att mitt barn är blygt*. Stockholm: Stockholms universitet.
- Suomen erityisherkat Ry. (u.å). *ww.erityisherkat.fi*. [Online]  
[http://media.wix.com/ugd/ea89b1\\_fd339e439f4c4553ab9dbc4a336c8bca.pdf](http://media.wix.com/ugd/ea89b1_fd339e439f4c4553ab9dbc4a336c8bca.pdf)  
[Hämtat: 8.2.2021]
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2002). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Utbildningsstyrelsen. (2018). *Grunderna för planen för småbarnspedagogik*. Helsingfors: PunaMusta Oy.

## **Bilagor**

Bilaga 1 Informationsbrev och enkät på svenska

Bilaga 2 Informationsbrev och enkät på finska

## Bilaga 1 Informationsbrev och enkät på svenska

### Undersökning om metoder och stödformer för barn med högekänslighet på daghem

Till dig som jobbar inom småbarnspedagogiken på daghem.  
Information och förfrågan om deltagande i enkätundersökning.

Vi är fyra socionomstudenter från yrkeshögskolan Novia. Vårt examensarbete behandlar ämnet högekänslighet hos barn (0–5 år). Syftet med examensarbetet är att undersöka hurdana metoder personal på daghem använder för att stödja högekänsliga barn. Examensarbetet utgörs som en del av projektet "Högekänslighet - en utmaning inom vård och omsorg" och görs i samarbete med föreningen Högekänsliga i Finland rf.

Syftet med enkätundersökningen är att ta reda på om och hur personal på daghem använder olika metoder och hur de fungerar i praktiken. Deltagandet i undersökningen är frivilligt och deltagarnas identitet avslöjas inte. Enkäten innehåller sex frågor. Svaren i undersökningen kommer att behandlas konfidentiellt och inga svar delas med utomstående.

Enkäten kommer att vara tillgänglig ända fram till 24.2.2021

Projektgruppens kontaktpersoner:  
Casper Lindström - caslin@edu.novia.fi  
Ida Korpiakangas - idakor@edu.novia.fi  
Jenna Ylitalo - jenyli@edu.novia.fi  
Jenni Mantere - jenman@edu.novia.fi

Projektansvarig:  
Pia Liljeroth - Pia.liljeroth@novia.fi

#### 1. Vad vet du om högekänslighet hos barn?

Pitkä vastausteksti

#### 2. I vilken ålder är barnen du arbetar med?

Pitkä vastausteksti

#### 3. På vilka sätt uttrycks högekänslighet hos barn på daghemmet?

Pitkä vastausteksti

#### 4. Vilka konkreta metoder använder du för att stödja högekänsliga barn på daghemmet?

Pitkä vastausteksti

#### 5. Varifrån har du fått kunskapen om metoder och stödformer som används för högekänsliga barn på daghemmet?

Pitkä vastausteksti

#### 6. Hur upplever du att metoderna som används på daghemmet fungerar?

Pitkä vastausteksti

#### Övriga kommentarer

Pitkä vastausteksti

## Bilaga 2 Informationsbrev och enkät på finska

### Tutkimus menetelmien ja tukimuotojen käytöstä päiväkodissa erityisherkkien lasten kanssa

Sinulle, joka työskentelet varhaiskasvatuksen parissa.  
Informaatio ja tiedustelu osallistumisesta kyselyyn.

Olemme neljä sosionomiopiskelijaa ammattikorkeakoulu Noviasta. Teemme lopputyön aiheesta erityisherkkät lapset (0-5v) ja tarkoituksenamme on selvittää minkälaisia menetelmiä kasvattajat käyttävät päiväkodissa tukeakseen lapsia, joilla on erityisherkkyyttä. Lopputyö tehdään osana projektia "Erityisherkkyyttä – Haaste terveydenhuollossa" ja yhteistyössä Erityisherkkät Suomessa –yhdistyksen kanssa.

Kyselyn tarkoituksena on tutkia kuinka kasvattajat käyttävät eri menetelmiä ja kuinka ne toimivat käytännössä. Osallistuminen on vapaaehtoista ja kyselyyn vastataan anonymisti. Kyselyssä on kuusi kysymystä ja vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Tietoja ei jaeta ulkopuolisille.

Kysely on auki 24.2.2021 asti.

Projektiryhmän yhteystiedot:  
Jenni Mantere (jenman@edu.novia.fi)  
Casper Lindström (caslin@edu.novia.fi)  
Ida Korpikangas (idakor@edu.novia.fi)  
Jenna Ylitalo (jenyli@edu.novia.fi)

Projektivastaava:  
Pia Liljeroth (Pia.liljeroth@novia.fi)

#### 1. Mitä tiedät erityisherkkyydestä lapsilla?

Pitkä vastausteksti

#### 2. Minkä ikäisten lasten kanssa työskentelet?

Pitkä vastausteksti

#### 3. Miten lasten erityisherkkyyttä tulee esille päiväkodissa?

Pitkä vastausteksti

#### 4. Mitä konkreettisia menetelmiä käytät tukeaksesi erityisherkkäitä lapsia päiväkodissa?

Pitkä vastausteksti

#### 5. Mistä olet saanut tietoa niistä menetelmistä ja tukimuodoista joita käytät päiväkodissa erityisherkkien lasten kanssa?

Pitkä vastausteksti

...

#### 6. Miten koet menetelmien toimivan päiväkodissa?

Pitkä vastausteksti

#### Muuta lisättävää

Pitkä vastausteksti