

Undervisning, forældrerådgivning  
og foredrag målrettet:

- lærere
- pædagoger
- dagplejere
- plejefamilier
- forældre og unge
- sundhedspersonale



v/ Dorthe Gjerlevsen  
Psykoterapeut og Supervisor

[www.sensitive-care.dk](http://www.sensitive-care.dk)  
Tlf. 30 31 03 95  
[dorthe@sensitive-care.dk](mailto:dorthe@sensitive-care.dk)



*Trivsel, Udvikling og Læring*

# Særligt sensitive børn

REDSKABER  
der virker

## 15-20 % af alle børn er født med et særligt sensitivt nervesystem.

De er født med et mere fintfølede nervesystem og kan f.eks. være særligt følsomme overfor lys, lyde, dufte og stemninger omkring dem. Det er typisk børn, der foretrækker rolige og kendte omgivelser, har en intuitiv fornemmelse af andres humør og let bliver forskrækkede ved høje lyde. De er typisk observerende og vælger det sikre frem for det risikable. Ofte stiller de mange spørgsmål og får øje på detaljer. Derudover er de gode til at fordybe sig i f.eks. egne lege og vil gerne gøre tingene rigtigt ved første forsøg.

Tidligere blev disse børn omtalt som lidt stille, tilbagetrukne, sarte eller overreagerende. I dag viser den psykologiske forskning, at den skærpede sensitivitet er en del af barnets personlighed.

Særligt sensitive børn er i højere grad modtagelige overfor store som små stimuli.

Et særligt sensitivt barn kan derfor let blive overstimuleret af de mange indtryk, de møder i dag-

ligdagen, dagpleje, vuggestue og hjemmet.

Bearbejdningen af alle de disse stimuli, sker både finere, dybere og længere end hos flertallet af børn. Det er netop herved, at særligt sensitive børn adskiller sig væsentligst fra andre børn.

---

*At være særligt sensitivt er helt normalt og ikke en diagnose.*

---

Hvis børnene bliver overstimulerede, kan de reagere meget forskelligt. Overstimulering kan komme til udtryk, ved at barnet bliver:

1. stille og indesluttet
2. uroligt og ukoncentreret
3. vredt og eksplosivt

## Høj begavelse:

2 - 5 % af alle børn er højtbegavede. De har brug for passende udfordringer for at trives og præstere. 80 % af de højt begavede er samtidig sensitive.

## Trivsel, udvikling og læring:

Særligt sensitive børn kan have brug for mere tid til *forberedelse* og introduktion ved forandringer, nye oplevelser og udfordringer.

Børnene har brug for klare *rammer, forudsigelighed* og voksne der forstår dem og som kan støtte og opmuntre i nye situationer.

Irettesættelser i det offentlige rum eller en hård tone kan gøre sensitive børn forskrækkede og kede af det. Børnene trives med *venlig guidning*.

Børnenes trivsel, udvikling og læring fremmes, når de har mulighed for at bruge deres fantasi, sans for detaljer og når de kan øve nye færdigheder hvor der er ro og plads til et skridt af gangen.