



Forside / Pædagogik / Specialpædagogik

## 'Særligt sensitiv' kan blive det nye ADHD

Begrebet særligt sensitiv får større og større opmærksomhed. Ekspertter i psykologi advarer om, at børn kan få sværere ved at begå sig, hvis de får prædikatet særligt sensitiv.

Betegnelsen kan blive en reel diagnose, som kan indsnævre vores opfattelse af normalitet.



Af Mikkel Kamp

Op mod hvert femte menneske er særligt sensitivt, anslår den amerikanske psykolog og forsker Elaine N. Aron, der mange steder bliver fremhævet som den førende ekspert i særligt sensitive mennesker.

Efter få klik på internettet står det klart, at der er massiv interesse for begrebet i Danmark, hvor mange forældre søger svar på, hvorfor deres barn opfører sig anderledes end forventet. Det fremgår også, at mange – blandt andet via test på nettet – tilsyneladende finder ud af, at deres barn eller de selv er særligt sensitive.

Men det er langt fra sikkert, at det er rigtigt, og derfor er der risiko for, at prædikatet gør, at barnets udvikling er truet, siger professor MSO Barbara Hoff Esbjørn fra Institut for Psykologi på Københavns Universitet.

»Hvad vil det sige at være særligt sensitiv? Betyder det, at nogle børn lettere bliver oprørte? Det gør nogle børn, men derfor skal vi alligevel udfordre dem. Intet tyder på, at de skal behandles anderledes.«

»Det gavner ikke barnet, at de voksne siger: 'Du er markant anderledes end andre, og derfor skal du have lov til at trække dig'. Man gør børnene en bjørnetjeneste, fordi man kan bruge prædikatet til ikke at hjælpe børnene til at udvikle sig. På den måde kan det blive en selvopfyldende profeti,« forklarer hun.

### Diagnose måske på vej

Der findes ikke en diagnose, som hedder 'særligt sensitiv'. Begrebet bliver brugt om et personlighedstræk, men det kan blive en diagnose, mener Peter la Cour, der er sundhedspsykolog og leder af Videnscenter for funktionelle lidelser i København.

Han forklarer, at ADHD også begyndte som et randfænomen, indtil man i 1990'erne samlede en række personlighedskarakteristikker til en diagnose. Indtil videre mangler der dog en væsentlig brik, når det handler om særligt sensitive, nemlig interesse fra medicinalindustrien.

»Opblomstringen af ADHD kom samtidig med, at produktet Ritalin blev markedsført som behandling for ADHD. Der er endnu ikke et præparat på markedet til særligt sensitive, og derfor er der ikke stor interesse for at gøre det til en diagnose.«

»Men hvis nogen udvikler et præparat, så bliver det også en diagnose. Vi har flere gange set, at det fungerer sådan,« siger Peter la Cour.

Han tilføjer, at allerede eksisterende produkter måske kan ende med at blive lanceret som medicin til særligt sensitive.

### Medicin får diagnoser til at boome

En væsentlig faktor i forhold til diagnosticering er altså, om der findes medicin.

»En diagnose er ikke en objektiv størrelse, men en konstruktion, som har stor betydning. Antallet af depressioner er for eksempel steget dramatisk. Dengang jeg blev uddannet, fik to til tre procent en depression i løbet af et helt liv. I dag har otte til ni procent af den danske befolkning til enhver tid en depression,« siger Peter la Cour.

»Det er en kraftig stigning, som sandsynligvis ikke kan forklares med ændringer i samfundet eller den slags.«

Peter la Cour håber, at særligt sensitiv ikke bliver en diagnose, da det kan være med til at indsnævre den sti, man skal holde sig inden for, hvis man skal være normal. Han anerkender dog, at nogle er mere sensitive end andre, at det skal tages alvorligt, og at det er naturligt for forældre at søge svar.

»Almindelig menneskelig vantrivsel får et navn, og så er det ikke længere forældrenes skyld, at deres barn opfører sig anderledes. Man får en gyldig forklaring, og det er ikke mærkeligt, at almindelige mennesker sætter pris på det.«

»Det mærkelige er, at sundhedssystemet ligger under for det,« siger han og understreger, at han er ekspert i diagnoser, men ikke arbejdet med børn.

### **Ikke noget i vejen med sensitive**

I HSP Foreningen – Foreningen for Sensitive Mennesker – finder formand og psykolog Athina Delskov det usandsynligt, at der kommer en diagnose.

»Det giver ingen mening at opfinde en diagnose, der omfatter hver femte eller sjette dansker. Skulle der blive en diagnose, ville det være nødvendigt at afgrænse begrebet. Forskning viser, at omkring en tredjedel af de særligt sensitive får væsentlige vanskeligheder i livet, og det ville være dele af den gruppe, man skulle kigge på,« siger hun.

»Sensitiviteten er en risikofaktor, der kan øge sandsynligheden for psykisk sygdom, men den er ikke i sig selv en sygdom. Og den øgede viden må forventes at nedsætte andelen af sensitive, der får problemer med personlighedstrækket,« siger Athina Delskov.

### **Diagnose er både godt og skidt**

Athina Delskov kan se både fordele og ulemper, hvis der bliver formuleret en diagnose omkring generne ved at være særligt sensitiv.

»Nogle ville have lettere ved at få hjælp. I dag følger hjælpen i høj grad diagnoserne, og derfor kan nogle forældre sukke efter, at deres barn får en diagnose. De vil føle en diagnose som en stor lettelse,« siger hun.

Athina Delskov ville foretrække at ændre systemet, så man i højere grad kiggede på, hvem der reelt har brug for hjælp i stedet for kun at gå ud fra diagnoserne.

»Mange sensitive, der har problemer, kan hjælpes af med problemerne ved at ændre en smule på deres hverdag. Så hvis de fik en diagnose, og derefter fik styr på problemerne, skulle de af med diagnosen igen.«

»De fleste særligt sensitive fungerer normalt, hvis de er i et miljø med mennesker, der forstår dem og tager højde for deres personlighedstræk. Derfor vil mange særligt sensitive også synes, det var mærkeligt, hvis personlighedstrækket blev kædet sammen med en diagnose. Der er jo ikke noget i vejen med dem, når de har fundet strategier, der passer til dem,« siger formanden for HSP Foreningen.

---

### **Find mere viden om særligt sensitive børn og voksne:**

[Læs artiklen: Prædikat som særligt sensitiv kan skade børn](#)

[Læs om sensitive børn og tests på hsp-foreningen.dk](#)

| Senest opdateret 06-02-2015 |