

## Boekbespreking

### Hoogsensitieve leerlingen

Susanne Nieuwenbroek

(Uitgeverij Quirijn, Esch, 2006, ISBN-13 97890 808555 5 7, 91 pp.)

Prijs € 12,50 tot 1 juli 2007

In 1997 publiceerden Elaine and Arthur Aron in het vooraanstaande wetenschappelijke tijdschrift *Journal of Personality and Social Psychology* hun bevindingen omtrent sensory-processing sensitivity, een term die bij het Nederlandse publiek bekend is geworden onder de term hoogsensitiviteit of hooggevoeligheid. In de opvatting van Aron en Aron verwijst sensory-processing sensitivity naar een fundamentele eigenschap van het zenuwstelsel bij een relatief grote minderheid van mensen en dieren (ca. 20%). Deze eigenschap maakt dat zij zintuiglijke indrukken intenser ervaren dan wezens die een minder sensitief zenuwstelsel hebben. Aron en Aron maken aannemelijk dat deze hoge intensiteit niet het gevolg is van exceptioneel goede zintuigen; de ervaren intensiteit is volgens hen het gevolg van 'diepere' informatieverwerking. Om het wat concreter te maken: hoogsensitiviteit is de geneigdheid om zintuiglijke indrukken van diverse aard, uiteenlopend van geluid, licht, cafeïne, honger, pijn, kunst en de stemming van anderen intens te verwerken. Een van de mogelijk negatieve gevolgen van deze intense verwerking is het gevoel overspoeld te worden door indrukken.

Sensitiviteit is volgens Aron en Aron in het verleden onterecht gelijkgesteld met emotionaliteit of neuroticisme. Hoewel er een positieve correlatie is tussen hoogsensitiviteit en emotionaliteit hebben Aron en Aron in zeven empirische studies aangetoond dat hoogsensitiviteit slechts gedeeltelijk samenhangt met emotionaliteit en introversie. Hoogsensitieve respondenten die aangaven een ongelukkige of traumatische jeugd te hebben gehad bleken relatief hoge scores

op introversie en emotionaliteit te hebben, terwijl deze scores voor hoogsensitieve respondenten met een gelukkige jeugd vergelijkbaar waren met respondenten die aangaven niet hoogsensitief te zijn (zie ook Aron, Aron & Davies, 2005; Liss, Timmel, Baxley & Killingsworth (2005).

Tegelijk met haar wetenschappelijke publicaties heeft Elaine Aron, die ook psychotherapeute is, haar bevindingen over en ervaringen met hoogsensitiviteit en adviezen hoe met de mogelijk negatieve effecten om te gaan (i.c., het overweldigd worden door een bombardement van sensorische informatie) verwoord in een zelfhulpboek. Deze gepopulariseerde versie werd in 2002 in het Nederlands vertaald en al snel verschenen er vele boeken over hoogsensitiviteit van een keur aan Nederlandse auteurs. Geen van deze publicaties kan de toets der wetenschappelijke kritiek doorstaan, omdat de inhoud in veel gevallen gebaseerd is op eigen ervaringen van de auteurs en/of op die van hun cliënten. Aan de authenticiteit van de ervaringen doe ik niets af, wel aan de niet-wetenschappelijk onderbouwde interpretaties van het begrip hoogsensitiviteit en aan de eigenschappen die aan hoogsensitieve mensen en kinderen worden toegeschreven. Ik vind dit jammer, omdat dit zo zorgvuldig onderzochte construct hiermee een eigen leven is gaan leiden, waardoor het de kans loopt om de hoon van wetenschappers over zich af te roepen. Uiteraard heeft de academische wereld haar eigen verantwoordelijkheid en moet zij wetenschappelijke middelen hanteren om de waarde van het begrip hoogsensitiviteit te bepalen en zich niet uitsluitend verlaten op wat er buiten de wetenschap over gezegd of geschreven wordt.

Als wetenschapper ben ik gevoelig voor het gegeven dat er zoveel populaire boeken verschijnen over dit onderwerp. Ze lijken in een belangrijke behoefte te voorzien. Het merendeel van de zelfhulpboeken betreft volwassenen, en daarmee is het

boek “Hoogsensitieve leerlingen” redelijk uniek. Behalve dit is het boek van Susanne Nieuwenbroek tot op zekere hoogte ook een gunstige uitzondering wat haar pretenties betreft. Zij gaat minder dan het geval is in de andere Nederlandse publicaties haar wetenschappelijke boekje te buiten. Desondanks wordt ook in haar boek de hoogsensitieve leerling enkele algemeenheden toegedicht die gezien de definitie van hoogsensitiviteit wellicht voor de hand liggen, maar die niet wetenschappelijk onderbouwd zijn. Hoewel ik als wetenschapper geneigd ben heel voorzichtig te zijn met uitspraken en veronderstellingen, begrijp ik de beweegredenen van mensen in de praktijk. Zij willen of kunnen vaak niet wachten op verantwoorde uitspraken van de wetenschap op vragen en thema’s die relevant zijn voor hen, vooropgesteld dat deze überhaupt belangstelling heeft voor dat wat in de praktijk speelt.

Het is Nieuwenbroek in haar boek gelukt om het begrip hoogsensitiviteit verantwoord neer te zetten. Tevens maakt ze expliciet dat het geen afwijking, stoornis of ziekte is, en dus beslist geen nieuw diagnostisch concept is naast ADHD of dyslexie. Daarnaast doet zij een interessante poging om de sensitiviteit die veel kinderen met autisme kenmerkt te onderscheiden van hoogsensitiviteit zoals hier bedoelt, evenals het gedrag van een kind met ADHD en dat van een hoogsensitief kind. De analyse die zij maakt verdient het om wetenschappelijk onderzocht te worden. Waar ze echter wel haar boekje te buiten gaat is de veronderstelling dat hoogsensitieve kinderen vaak opvallend intelligent zijn en dat ze goed presteren op school (blz. 57-58). Het wetenschappelijk construct hoogsensitiviteit rechtvaardigt allerm minst de aanname dat er onder de groep hoogsensitieve kinderen een oververtegenwoordiging is van slimme kinderen. Behalve dat dit een ongerechtvaardigde uitspraak is vind ik het

ook een ongelukkige. De gedachtesprong dat een minder slim kind dan dus wel niet hoogsensitief zal zijn is immers snel gemaakt. We moeten voorkomen dat eigenschappen die vooralsnog niets met elkaar te maken desondanks met elkaar geassocieerd worden. Een andere onverantwoorde conclusie die over hoogsensitieve leerlingen wordt getrokken is de wijze waarop ze leren. Ze zouden niet urenlang achter elkaar kunnen studeren, omdat dit teveel van hun concentratie zou vergen en woordjes leren is ook iets wat hen veel moeite kost (blz. 37). Dergelijke specifieke uitspraken over de kwaliteit van het leren van kinderen die hoogsensitief zijn, zijn volstrekt uit de lucht gegrepen. Ook is het niet bekend hoe de motorische ontwikkeling van deze kinderen verloopt, en dus is de uitspraak dat ze grofmotorisch vaak faalangst hebben, maar fijnmotorisch juist sterk ontwikkeld zijn, ongefundeerd (blz. 51).

Dat Nieuwenbroek het wat mij betreft grotendeels weer goedmaakt komt door haar verwijzing naar de filosoof Emmanuel Levinas (blz. 73): “In het onderwijs is de boodschap van Levinas eigenlijk een dwingend appel op iedere leerkracht om er voor iedere leerling te zijn als persoon, en niet als object. Immers: in een object zit geen aangezicht. Een mens is als persoon subject. Iemand van vlees en bloed die uniek is, in alle opzichten. Opvoeden en leren zijn pas kansrijk als er een relatie wordt aangegaan van het ene subject (de leerling) met het andere subject (de leraar).” Hieruit concludeer ik dat Nieuwenbroek eigenlijk stelt dat alle leerlingen, hoogsensitief of niet, dezelfde respectvolle aandacht van de leerkracht verdienen en dat het tegelijkertijd helpt om te weten of een leerling de zintuiglijke informatie die haar of hem bereikt gemakkelijk aankan of mogelijk kan overweldigen. Op dezelfde manier helpt het leerkrachten wanneer ze weten of de leesachterstand van een leerling het gevolg

is van dyslexie of van onvoldoende of slecht onderwijs.

Ondanks mijn kritische noot over een aantal onterecht toegedichte eigenschappen aan hoogsensitieve kinderen is mijn slotconclusie dat dit een waardevol boek is voor leerkrachten die onbekend zijn met het begrip hoogsensitiviteit. Dit boek kan hen helpen om nog beter naar elk individueel kind te kijken.

Anna M.T. Bosman

## LITERATUUR

- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 345-368.
- Aron, E. N., Aron, A., & Davies, K. M. (2005). Adult shyness: The interaction of temperamental sensitivity and an adverse childhood environment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 181-197.
- Liss, M., Timmel, L., Baxley, K., & Killingsworth, P. (2005). Sensory processing sensitivity and its relation to parental bonding, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 39, 1429-1439.