

BEATA NISIEWICZ  <https://orcid.org/0009-0005-8882-8623>

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 4 im. Janusza Korczaka w Krakowie  
The Janusz Korczak 4th Psychological and Pedagogical Counselling Centre in Cracow  
e-mail: beata.nisiewicz@alumni.uj.edu.pl

BOŻENA GULLA  <https://orcid.org/0000-0002-7773-0170>

Instytut Psychologii Stosowanej, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie  
Institute of Applied Psychology, Jagiellonian University in Cracow  
e-mail: bozena.gulla@uj.edu.pl

## Wysoka wrażliwość w aspekcie rozwojowym. Badania longitudinalne dzieci w okresie wczesnoszkolnym

### High Sensitivity in Developmental Contexts: Longitudinal Studies of School-Age Children Stage

#### Abstract

Manifestations of high sensitivity can be recognized even in the youngest children. Therefore, it is not possible to test it through activities that may disrupt its proper functioning. The research presented aims to investigate the development of this trait. There have been no longitudinal studies focusing on this trait in children, as they have not been widely researched or passed between devices that connect children with their parents. The study analyzed data from 131 children aged 8–11, including 84 tested twice, and 33 pairs of parents. The *Highly Sensitive Child Scale* in the Polish adaptation by Baryła-Matejczuk and Poleszak, and the *Highly Sensitive Person Scale* translated by Golonka and Gulla were used for measurement.

The collected data confirm the validity of distinguishing three significantly different groups among children that are under control. It was noticed that girls have a higher sensitivity level than boys, and high sensitivity characterizes them more often than boys at a statistically significant level. The similarity in sensitivity levels between children and their parents has also been confirmed, along with the statistical significance in both parents. The percentage of highly sensitive children in the study group does not align with Elaine Aron's theory assumptions and previous research findings. Additional predictions have been partially supported by the data.

While the obtained validation results have been expanded upon, it is important to note the absence of this type of testing, and these initial findings can serve as preliminary values for further in-depth analyses in the future.

**Keywords:** sensitivity, high sensitivity, highly sensitive child, parents

**Słowa kluczowe:** wrażliwość, wysoka wrażliwość, wysoko wrażliwe dziecko, rodzice

## WYSOKA WRAŻLIWOŚĆ – WPROWADZENIE DO KONCEPCJI

Wysoka wrażliwość to termin odnoszący się do wrażliwości przetwarzania sensorycznego, czyli uwarunkowanej genetycznie dyspozycji obejmującej głębsze przetwarzanie poznawcze bodźców i wyższą reaktywność emocjonalną (Aron i in., 2012). Właściwość ta dotyczy około 15–20% populacji spośród około 100 różnych gatunków (Aron i in., 2012; Aron, 2017a).

Omawiany konstrukt można opisać przy użyciu akronimu **DOES** (Aron, 2017a). **D** odnosi się do głębi przetwarzania (*depth of processing*), czyli niezwykle dokładnego analizowania informacji oraz wiązania aktualnych wydarzeń z analogicznymi doświadczeniami w przeszłości i danymi zapisanymi w pamięci. **O** opisuje przestymulowanie (*overstimulation*), wynikające z dostrzegania mnogości bodźców i dogłębnego ich przetwarzania. **E** dotyczy reaktywności emocjonalnej i empatii (*emotional reactivity and empathy*), co przejawia się w intensywnym reagowaniu zarówno na pozytywne, jak i negatywne doświadczenia, oraz w większej aktywności mózgowej w obszarach związanych z empatyzowaniem, jak neurony lustrzane i wyspa (Acevedo i in., 2010, za: Aron, 2017a). **S** natomiast wyraża wyczuwanie subtelności (*sensing the subtle*), definiowane jako zauważanie wielu drobnych szczegółów, niuansów i trudnych do uchwycenia różnic, a wynikające ze szczególnie dokładnego przetwarzania bodźców zmysłowych.

Nie ma wśród badaczy konsensusu, czy wysoka wrażliwość jest zmienną dychotomiczną, czy też raczej powinniśmy ją ujmować w kategoriach kontinuum. Aron i Aron (1997) w początkach swojej koncepcji traktują ją raczej dwudzielnie, wskazując, że człowiek może się nią charakteryzować bądź nie. Lionetti i in. (2018) na podstawie badań przeprowadzonych w grupie dorosłych zwracają uwagę na istnienie trzech grup, skupiających osoby o wysokiej, średniej i niskiej wrażliwości. Około 30% to osoby wysoko wrażliwe, nazwane przez autorów – podobnie jak przez Boyce’a i Ellisa (2005) – „orchideami”, ze względu na szcze-

gólne warunki środowiskowe, jakich potrzebują do rozwoju swojego potencjału. Kolejne 30% to niewymagające „mlecze” – najmniej wrażliwi, natomiast pozostałe 40% to „tulipany”, które odznaczają się wrażliwością o przeciętnym nasileniu. Podobne wnioski ze swoich badań wysnuli Pluess i in. (2017), koncentrując się na wrażliwości w grupie dzieci i młodzieży w wieku 8–19 lat. Badacze również wyróżnili trzy grupy, biorąc pod uwagę poziom wrażliwości. Wysoko wrażliwi stanowili 20–35%, średnio wrażliwi 41–47%, natomiast nisko wrażliwi 25–35%.

Wrażliwość przetwarzania sensorycznego sama w sobie nie jest zaburzeniem, jednak w niekorzystnych warunkach może się wiązać z licznymi trudnościami i zwiększać ryzyko nieprawidłowego rozwoju (Baryła-Matejczuk i in., 2020; Greven i in., 2019). Badania wskazują na związki wysokiej wrażliwości między innymi z: lękiem (Bakker i Moulding, 2012; Jonsson i in., 2014), wyższym poziomem stresu (Bakker i Moulding, 2012; Benham, 2006), depresją (Bakker i Moulding, 2012; Serafini i in., 2017), problemami internalizacyjnymi (Boterberg i Warreyn, 2016), niższym poziomem zadowolenia z życia (Booth i in., 2015) oraz pozabezpiecznymi stylami przywiązania i suboptymalnymi stylami wychowania (Branjerdporn i in., 2019). Jednakże badania wskazują również na liczne powiązania wysokiej wrażliwości z pozytywnymi wymiarami funkcjonowania. Zauważono, że dyspozycja ta łączy się między innymi z: większą kreatywnością (Bridges i Schendan, 2019a, 2019b), uzdolnieniami (Mullet i Rinn, 2017), zwiększonymi kompetencjami społecznymi w interakcji z pozytywnymi stylami wychowania (Slagt i in., 2018), obniżeniem depresji, przemocy i wiktymizacji w wyniku pozytywnej interwencji (Pluess i Boniwell, 2015; Nocentini i in., 2018) oraz możliwością indukcji pozytywnego nastroju (Lionetti i in., 2018).

Chociaż wysoka wrażliwość ma w świetle badań podłoże wrodzone, nie należy zapominać o korelacjach genotypowo-środowiskowych. Pluess (2019) zauważa, że wysoko wrażliwe dzieci mogą być bardziej podatne na oddziaływanie niekorzystnych bodźców, jednak mogą

też zyskiwać o wiele więcej w sytuacji wspierających doświadczeń. Sadowski i in. (2018) zwracają uwagę, że rozwój takiego dziecka, poprowadzony we właściwy sposób, może prowadzić do pełnego wykorzystania jego możliwości, a co się z tym wiąże – pomyślnego życia i braku trudności w utrzymaniu zdrowia psychicznego.

Greven i in. (2019) podkreślają, że w przeważającej mierze próby zgłębienia konstruktów wysokiej wrażliwości opierały się na badaniach przekrojowych. Modele longitudinalne mogłyby pomóc w wyjaśnieniu przyczynowości oraz przeanalizowaniu zagadnienia długo- i krótkoterminowych dynamicznych zmian w odpowiedzi na bodźce środowiskowe. Takie projekty badań nie były wcześniej prowadzone.

## WYSOKA WRAŻLIWOŚĆ W ASPEKcie ROZWOJOWYM

Zdaniem Aron (2010), wszystkie cztery aspekty tego konstruktów muszą wystąpić, by można było uznać, że dziecko odznacza się wysoką wrażliwością (za: Aron, 2017b). Międzynarodowy zespół kierowany przez Baryłę-Matejczuk (2021) przyjmuje natomiast założenie, że wrażliwość przetwarzania sensorycznego u dzieci można analizować za pośrednictwem badania ich funkcjonowania w sferze fizycznej, emocjonalnej, interpersonalnej i poznawczej.

O wysokiej wrażliwości niemowlaka może świadczyć duża reaktywność emocjonalna, przejawiająca się w skłonności do szybkiego wybuchania płaczem, a także „zarażanie się” emocjami i nastrojem rodziców oraz problemy ze snem, których przyczyną może być zbyt duże obciążenie bodźcami. Dla wrażliwych przedszkolaków charakterystyczne jest stawianie pytań, które dotyczą bardziej skomplikowanych i poważniejszych zagadnień, niż te zadawane przez rówieśników, jak problematyka egzystencjalna, moralna czy etyczna. Ta grupa dzieci doświadcza też bólu i dyskomfortu z większą intensywnością ze względu na niezwykle wrażliwość sensoryczną, co może prowadzić do wybuchów złości i agresji. Jed-

nocześnie wysoko wrażliwi dzieci w wieku szkolnym często są utalentowane muzycznie, plastycznie, matematycznie oraz przyrodniczo, a ich zainteresowania nierazko dotyczą „dorosłych” spraw, jak prowadzenie biznesu czy gra w szachy. Obawiają się jednak oceny innych, szukają aprobaty nauczyciela i łatwo ich zawstydić. Wysoko wrażliwi uczniowie są bardziej narażeni na stanie się ofiarą przemocy, jednak równocześnie bardziej pozytywnie reagują na prowadzone interwencje, mające na celu redukcję zachowań przemocowych w szkole (Nocentini i in., 2018). Adolescencja jest tym momentem życia, w którym nastolatki z wysoką wrażliwością podejmują nowe aktywności, bez problemów w zakresie nadmiernej stymulacji, dzięki najniższemu natężeniu wysokiej wrażliwości właśnie w tym czasie (Aron, 2017b). Trudność może jednak sprawiać im adaptacja do kolejnych placówek edukacyjnych, budowanie relacji romantycznych czy formowanie własnej tożsamości. Wynikające z tego angażowanie się w ryzykowne zachowania, jak zażywanie narkotyków, może być przejawem walki z lękiem lub depresją, ryzykowny seks – sposobem na poradzenie sobie z dużym stresem dokonywania wyborów, a inne formy autodestrukcji – wołaniem o pomoc. Badania Pluessa i Boniwell (2015) dowiodły jednak, że po trwającym 12 miesięcy poznawczo-behawioralnym, opartym na psychologii pozytywnej, programie prewencji grupa wysoko wrażliwych dziewcząt uzyskała istotnie niższe wyniki w zakresie depresji w porównaniu z rówieśnikami o niższym natężeniu tej charakterystyki. Wrażliwe uczennice, choć mogą być bardziej narażone na doświadczenie depresji niż ich rówieśniczki, są jednocześnie bardziej podatne na interwencje psychologiczne i odnoszą z nich więcej korzyści.

Nie można jednak zapominać, że choć wysoka wrażliwość oddziałuje na zachowanie dziecka i wpływa na jego codzienne funkcjonowanie, to jest to tylko jedna spośród wielu jego charakterystyk, dlatego też w całości nie determinuje jego zachowania. Trudno zatem jednoznacznie opisać wysoko wrażliwe dziecko ze względu na różnice wynikające z wyposażenia biologicznego i temperamentalnego oraz znaczenie otaczającego środowiska.

## WRAŻLIWOŚĆ DZIECKA W KONTEKŚCIE WRAŻLIWOŚCI I POSTĘPOWANIA WYCHOWAWCZEGO RODZICÓW I OPIEKUNÓW

Na istotne znaczenie postaw osób z najbliższego otoczenia, zarówno rodzinnego, jak i szkolnego, dla procesu rozwoju wysoko wrażliwego dziecka zwraca uwagę Baryła-Matejczuk (2021). Badaczka proponuje model wspierania, który obejmuje trzy składowe: identyfikację potencjału wysoko wrażliwego dziecka, psychoedukację rodziców i opiekunów oraz zapewnienie im wsparcia, a także wymianę doświadczeń między wszystkimi osobami zaangażowanymi w wychowanie. Russel (2021) natomiast zauważa, że w trudnym procesie wychowania klinicyści mogą udzielić wsparcia rodzicom przez właściwe rozpoznanie obszarów, w których dziecko ma trudności. Niezbędne jest użycie skali *Highly Sensitive Child* (Pluess i in., 2017), ale także innych narzędzi oceny funkcjonowania dziecka, co pozwoli specjalistom rozpoznać przyczynę trudności dziecka i wskazać rodzicom właściwą ścieżkę oddziaływań.

Odpowiednie wsparcie pomaga wysoko wrażliwym dzieciom w uznawaniu własnej wrażliwości jako zasobu, a nie deficytu czy obciążenia. Sadowski i in. (2018) zwracają uwagę, że czasami wysoko wrażliwe dzieci same mają trudności w zaakceptowaniu swojej charakterystyki, więc starają się ją ukryć. Osiągnięcie przez dziecko stanu dobrego samopoczucia, który umożliwi prawidłowy rozwój psychiczny i społeczny, jest możliwe jedynie w sytuacji, gdy ma ono poczucie bycia akceptowanym przez rodziców, niezależnie od tego, czy spełnia ich oczekiwania (Stachyra, 2000). Następstwem niewłaściwych postaw rodzicielskich mogą być natomiast nieadaptacyjne zachowania dziecka, takie jak reakcje lękowe, przynębienie, zmienność nastrojów, nieposłuszeństwo czy nadpobudliwość (Baryła-Matejczuk i Domańska, 2018).

Tymczasem, zdaniem Aron (2017b), zachodzi większe prawdopodobieństwo, że dziecko odznacza się wysoką wrażliwością, jeśli jeden

z rodziców lub oboje także charakteryzują się tą tendencją. Rozważanie funkcjonowania wysoko wrażliwych rodziców wydaje się szczególnie istotną kwestią, gdyż w świetle badań tendencja ta, w koincydencji z innymi zmiennymi, bezpośrednio wpływa na ich zachowanie wobec własnych dzieci. Badania Turner i in. (2012) dowiodły, że kiedy preferencje sensoryczne matek i ich dzieci są sprzeczne, opiekunki najczęściej miewają kłopoty z panowaniem nad swoimi emocjami, co powoduje, że reagują burzliwie. Ta niezgodność sposobów działania z własnymi ideałami wychowawczymi prowadzi do wzmocnienia niepewności dotyczącej idealnego pełnienia ról rodzicielskich. W świetle badań Branjerdporn i in. (2019) można stwierdzić, że wyższe poziomy lękowego i unikającego wzorca przywiązania w dorosłości, wyróżnione na podstawie teorii Bowlby'ego (1973), są związane z większą wrażliwością sensoryczną. Rodzice charakteryzujący się wyższym poziomem pozabezpiecznego przywiązania (Ainsworth i in., 1978), odznaczają się także wyższym poziomem autorytarnych i permissywnych stylów rodzicielskich. Dorosli, którzy mieli wyższy poziom wrażliwości sensorycznej, zgłaszali również bardziej autorytarne lub permissywne style rodzicielskie.

Wysoka wrażliwość pełni zatem rolę mediatora w zależności między przywiązaniem lękowym a rodzicielstwem – zarówno autorytarnym jak i permissywnym – oraz między przywiązaniem unikającym a permissywnym stylem opieki nad dziećmi. Badaczki zauważają, że wykorzystanie oceny poziomu wrażliwości może być pomocne przy identyfikowaniu rodziców narażonych na przejawianie autorytarnego lub permissywnego stylu wychowania. Aron i Aron (1997) zwracają uwagę, że zależność między dorastaniem w korzystnym środowisku rodzinnym a brakiem nieszczerliwego dzieciństwa wydaje się być wyraźna zwłaszcza wśród wrażliwych mężczyzn. Związek ten mediuje głównie zaangażowanie ojca, co może wynikać z jego tradycyjnej roli wobec syna w kulturze zachodniej. Istotne dla powiązania może być również często występujące negatywne postrzeganie wrażliwości

u mężczyzn przez społeczeństwo, co potwierdzałoby szczególnie ochronną rolę środowiska rodzinnego.

Jednakże wysoko wrażliwi rodzice często potrafią komunikować się ze swoimi wysoko wrażliwymi dziećmi w sposób podobny do ich myślenia, znają odpowiedzi na ich rozterki, wiedzą, jak dbać o ich odpowiedni poziom stymulacji oraz mają doświadczenie w radzeniu sobie z wyzwaniem wynikającym z tej charakterystyki. Podobnie w przypadku posiadania mniej wrażliwego potomstwa, wysoko wrażliwy rodzic potrafi lepiej dostrajać się do swojego dziecka i wykazuje się kreatywnością w wychowaniu (Aron i in., 2019). Jednak bardziej wrażliwi rodzice muszą dbać, by dawać swoim niewysoko wrażliwym dzieciom odpowiednią ilość okazji do zdobywania nowych doświadczeń, natomiast w przypadku dzieci z wysoką wrażliwością przetwarzania sensorycznego muszą zwracać uwagę na stawianie granicy między sobą a dzieckiem i unikanie nadmiernej identyfikacji z nim (Aron, 2017b).

Jednak pomimo tego, że główna odpowiedzialność za opiekę i wychowanie dzieci aż do osiągnięcia pełnoletniości spoczywa na rodzicach (Brezinka, 2007), nauczyciele także odgrywają w tym procesie ważną rolę. Pozytywny klimat szkoły, w dużej mierze zależący od jej pracowników, może stać się czynnikiem ochronnym w zakresie rzadszego występowania, mniejszego nasilenia lub późniejszego rozpoczynania takich zachowań ryzykownych młodzieży, jak: używanie substancji psychoaktywnych, przemoc, systematyczne dokuczanie, wykroczenia i przestępstwa, zaburzenia zachowania, wagary oraz ryzykowne zachowania seksualne (Ostaszewski, 2012). Działania nauczycieli wywołują efekty dydaktyczne, ale też wychowawcze i społeczne, pozostawiając ślad w wartościach, przekonaniach i zachowaniach innych członków społeczności szkolnej i lokalnej (Brzezińska, 2008). Opiekunowie nie mogą także zapominać, że są dla swoich uczniów możliwym obiektem do naśladowania (Brezinka, 2007), zatem ich świadome, ale także nieplanowane działania wywierają wpływ na wychowanków.

## METODA BADAWCZA

### Problem badawczy i hipotezy

Celem badań była eksploracja związków między poziomem wrażliwości dzieci i ich rodziców w kontekście akceptacji rodzicielskiej. Cele poznawcze obejmowały określenie, jaką część badanej grupy stanowią dzieci wysoko wrażliwe, i analizę dynamiki wrażliwości u dzieci. W badaniach zgłębiano także relację między poziomem wrażliwości dziecka i jego rodziców. Celem praktycznym było natomiast sformułowanie zaleceń dotyczących optymalnych warunków rozwoju dzieci o zróżnicowanym poziomie wrażliwości w kontekście rodzinnym i szkolnym. Sformułowano trzy hipotezy badawcze.

**Hipoteza 1.** W badanej grupie można wyróżnić dzieci o wysokim, przeciętnym i niskim poziomie wrażliwości, gdzie największą część stanowią średnio wrażliwi.

Badania Pluessa i in. (2017) wykazały, że grupę dzieci i młodzieży w wieku 8–19 lat można podzielić na trzy podgrupy, biorąc za kryterium poziom wrażliwości. Analizy wykazały, że wysoko wrażliwi („orchidee”) stanowili 20–35%, natomiast nisko wrażliwi („mlecze”) obejmowali 25–35% badanych. Najliczniej reprezentowani byli średnio wrażliwi („tulipany”), których było aż 41–47%. Prace naukowe koncentrujące się na wrażliwości przetwarzania sensorycznego u dorosłych, podobnie uznają za zasadne wyróżnianie trzech klastrów (Lionetti i in., 2018), gdzie największą część konstituują osoby przeciętnie wrażliwe.

**Hipoteza 2.** W okresie około 12 miesięcy wrażliwość dzieci powinna zmieniać się w niewielkim stopniu.

W opinii Aron i współpracowników (2012), wysoka wrażliwość jest cechą w znacznym stopniu związaną z wyposażeniem genetycznym człowieka. Zgodnie z tym założeniem, charakterystyka ta nie powinna podlegać znaczącym zmianom na przestrzeni czasu. Możliwa nieznaczna dynamika poziomu wrażliwości może zachodzić pod wpływem oddziaływań środowiskowych i wychowawczych.

**Hipoteza 3.** Istnieje podobieństwo w poziomie wrażliwości dzieci i ich rodziców.

Wrażliwość, poza oddziaływaniami środowiskowymi, podlega także wpływowi czynników biologicznych i genetycznych. Dziecko przychodzi na świat ze zbudowanymi w określony sposób narządami zmysłów i charakteryzuje się właściwą dla siebie pobudliwością. Można się zatem spodziewać podobnej czułości analityków sensorycznych u dziecka i przynajmniej u jednego z rodziców, ze względu na częściowo współdzielony materiał genetyczny. Niebagatelne znaczenie dla poziomu wrażliwości ma również stymulacja, wychowanie i socjalizacja. Rodzice w opiece nad swoim dzieckiem starają się uwzględnić także własne potrzeby, dlatego przekazują mu postawy i wartości, które sami wyznają. To sprawia, że z dużym prawdopodobieństwem dziecko może być uwrażliwione na te same bodźce, co jego rodzice. Aron (2017b) także zauważa, iż jest bardziej prawdopodobne, że dziecko jest wysoko wrażliwe, jeśli jeden z jego rodziców lub oboje odznaczają się tą charakterystyką.

### Charakterystyka badanych

Do udziału w badaniu początkowo zostali zaproszeni rodzice i ich dzieci, uczęszczające do trzech szkół, następnie przeprowadzono dodatkowe poszukiwania osób badanych poprzez dobór losowy metodą kuli śnieżnej, udostępniając informacje w grupach dla rodziców, na forach i blogach internetowych oraz w szkołach.

Kryterium przyjęcia do grupy badawczej był wiek dziecka mieszczący się w granicach 8–11 lat. Dolna granica wiekowa wynikała z konieczności wykazywania się umiejętnością czytania, natomiast górna wiązała się z chęcią przebadania uczniów w początkowych latach szkolnych, kiedy to następuje konfrontacja z wymaganiami stawianymi przez placówki edukacyjne i adaptacja do nich. Jest to też czas wieloaspektowego rozwoju i przyswajania wielu nowych wiadomości, umiejętności, postaw i zachowań. W rezultacie do badania z użyciem skali *Highly Sensitive Child* dołączyło w pierwszym etapie 131 dzieci oraz w drugim – 84 dzieci. Utrata osób badanych była spowodowana

czynnikami natury organizacyjnej, np. liczne nieobecności dzieci w szkole związane z okresem chorobowym w czasie dokonywania drugiego pomiaru. Rozkład badanych dzieci przedstawia tabela 1.

Spośród grupy dzieci badanej dwukrotnie, 33 z nich wzięło udział w badaniu wraz z obojgiem rodziców. Próba w tej części badania składała się z 33 matek w przedziale wiekowym 29.3–48.2 ( $M = 39.01$ ;  $SD = 4.67$ ) i 33 ojców w przedziale wiekowym 35.1–53.11 ( $M = 41.38$ ;  $SD = 4.66$ ). Badane dzieci to 15 dziewczynek w wieku 8.0–11.0 ( $M = 9.91$ ;  $SD = .76$ ) oraz 18 chłopców w wieku 8.0–10.8 ( $M = 9.59$ ;  $SD = .80$ ).

### Procedura badawcza i narzędzia badawcze

Badanie uczniów zostało przeprowadzone w kontakcie bezpośrednim, natomiast materiały badawcze dla rodziców zostały im dostarczone za pośrednictwem dzieci. Procedura obejmowała dwukrotny pomiar wrażliwości u dzieci (powtarzane badanie po około roku) oraz jednokrotny pomiar wrażliwości u rodziców. Przy opracowywaniu procedury badawczej opierano się o informacje zawarte w *Kodeksie dobrych praktyk w badaniach z dziećmi prowadzonych z perspektywy nauk społecznych*.

Skala *Highly Sensitive Person* Elaine Aron (1996) została przetłumaczona przez Krystynę Golonkę i Bożenę Gullę na podstawie kwestionariusza samoopisowego zamieszczonego na stronie <https://hsperson.com/test/highly-sensitive-test/>. Osoba badana ocenia, w jakim stopniu dotyczy ją składających się na skalę 27 stwierdzeń, korzystając ze skali Likerta – od 1 (*wcale*), przez 4 (*średnio*), aż do 7 (*ekstremalnie*). Wynik, stanowiący średnią odpowiedzi ze wszystkich pozycji skali, pozwala na przyporządkowanie do grupy „orchidei”, „tulipanów” lub „mleczy” (Lionetti i in., 2018). Narzędzie posiada właściwości psychometryczne odpowiednie do zastosowań badawczych (m.in. Lionetti i in., 2018; Pluess i in., 2017), o czym świadczy wysoka rzetelność (alfa: .85–.87) w badaniach autorów (Aron i Aron, 1997).

Skala *Highly Sensitive Child* opracowana przez zespół pod kierownictwem Michaela Pluessa (2017) przetłumaczona przez Monikę Baryłę-Matejczuk i Wiesława Polezaka przy

**Tabela 1.** Rozkład dzieci badanych skalą *Highly Sensitive Child* w I i II etapie badania

Płeć	I etap		II etap	
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
Dziewczynki	69	53	48	57
Chłopcy	62	47	36	43

Źródło: opracowanie własne.

**Tabela 2.** Poziom wrażliwości w badanej grupie dzieci

		I pomiar		<i>Me</i>	II pomiar		<i>Me</i>
		<i>N</i>	%		<i>N</i>	%	
		131	100	–	84	100	–
Poziom wrażliwości	Wysoki	70	53.4	5.25	33	39.3	5.33
	Przeciętny	48	36.7	4.42	42	50.0	4.38
	Niski	13	9.9	3.25	9	10.7	3.42

Źródło: opracowanie własne.

pomocy metody *back-translation*, z zachowaniem oficjalnej procedury i zgodnie z rekomendacjami autorów (w oparciu o: Pluess i in., 2017; Baryła-Matejczuk, informacja osobista i zgoda na wykorzystanie, 17 października 2021). Kwestionariusz zawiera 12 pozycji, do których dzieci odnoszą się na siedmiostopniowej skali Likerta od 1 (*zdecydowanie nie*), przez 4 (*umiarkowanie*), aż do 7 (*zdecydowanie tak*). Wynik, będący średnią punktów ze wszystkich pytań, wskazuje na przynależność do jednej z trzech grup: badani o wysokim, średnim lub niskim poziomie wrażliwości. Narzędzie, ze względu na wystarczającą spójność wewnętrzną i odpowiednie właściwości psychometryczne, może być wykorzystywane w celach badawczych, jednak nie może służyć indywidualnemu diagnozowaniu (Pluess i in., 2017). Badania wykazały dostateczną rzetelność oryginalnej wersji

skali – alfa Cronbacha równa .71–.82, natomiast w polskiej wersji wyniosła .63–.72.

## WYNIKI

### Rozkład podgrup dzieci różniących się poziomem wrażliwości

Rozkład ogólnego wyniku skali *Highly Sensitive Child*, analizowany z wykorzystaniem testu Shapiro–Wilka, zarówno w badaniu pierwszej grupy 131 dzieci ( $p < .01$ ), jak i 84 dzieci ( $p < .05$ ), różni się od normalnego, dlatego w przypadku zmiennej *poziom wrażliwości dziecka* wykorzystano testy nieparametryczne.

Do wyróżnienia wśród dzieci trzech podgrup różniących się poziomem wrażliwości wykorzystano punkty odcięcia wynoszące 3.7 oraz 4.8,

określone przez Pluessa i in. (2017). Rezultat zastosowania wymienionych wartości w analizie wyników badanych dzieci prezentuje tabela 2.

Zasadność wyróżniania trzech podgrup w grupie 131 badanych dzieci, ze względu na niespełnienie założeń testów parametrycznych, sprawdzono z użyciem testu Kruskala–Wallisa. Wyróżnione trzy grupy różnią się pod względem poziomu wrażliwości na poziomie istotnie statystycznym ( $H_2 = 103.84$ ;  $p < .001$ ). Porównania *post hoc* dwóch grup z użyciem testu Dunna również sugerują istotnie statystycznie różnice. Wyniki testu Kruskala–Wallisa w przypadku grupy 84 dzieci także wskazują na

istotne statystycznie różnice między wyróżnionymi trzema grupami ( $H_2 = 67.64$ ;  $p < .001$ ). Podobnie porównania *post hoc* dowodzą istotnych statystycznie różnic. Wartości median dla poszczególnych grup wyróżnionych ze względu na poziom wrażliwości w pierwszym i drugim pomiarze zamieszczono w tabeli 2.

Przeprowadzona analiza pozwala wnioskować o częściowej prawdziwości hipotezy 1. W badanej grupie można wyodrębnić dzieci o wysokim, przeciętnym i niskim poziomie wrażliwości, jednak średnio wrażliwi nie stanowią największej części w grupie 131 dzieci.

**Tabela 3.** Rozkład dzieci badanych skalą *Highly Sensitive Child* w I i II pomiarze

		I pomiar		II pomiar	
		N	%	N	%
		84	100	84	100
Poziom wrażliwości	wysoki	46	54.8	33	39.3
	przeciętny	29	34.5	42	50.0
	niski	9	10.7	9	10.7

Źródło: opracowanie własne.

**Tabela 4.** Dynamika poziomu wrażliwości wśród dzieci ( $N = 84$ )

	I pomiar	II pomiar	N	%
Brak zmiany poziomu wrażliwości	niski	niski	4	4.8
	przeciętny	przeciętny	24	28.6
	wysoki	wysoki	18	21.4
	RAZEM		46	54.8
Zmiana poziomu wrażliwości	niski	przeciętny	5	5.9
	przeciętny	niski	2	2.4
	przeciętny	wysoki	9	10.7
	wysoki	przeciętny	19	22.6
	wysoki	niski	3	3.6
	RAZEM		38	45.2

Źródło: opracowanie własne.



Inspirując się powyższymi wynikami, postanowiono poszerzyć prowadzone analizy o dodatkowe aspekty. W grupie 131 dzieci do sprawdzenia różnic w poziomie wrażliwości ze względu na płeć wykorzystano test *U* Manna–Whitneya. Analiza pokazała, że grupa dziewczynek (*M*<sub>rank</sub> = 75.28; *Me* = 5.00) w porównaniu do grupy chłopców (*M*<sub>rank</sub> = 55.68; *Me* = 4.59) osiąga zdecydowanie wyższe wyniki w poziomie wrażliwości (*U* = 1499.0; *z* = -2.95, *p* < .005). Siła tego efektu jest umiarkowana (*rg* = .30).

Obliczono także test niezależności chi-kwadrat, porównując częstość występowania wysokiej wrażliwości u dziewczynek i chłopców. Stwierdzono istotną interakcję:  $\chi^2(2) = 8.14$ ; *p* < .05. Wysoka wrażliwość w badanej grupie 131 dzieci częściej występuje u dziewczynek (65.2%) niż u chłopców (40.3%).

### Dynamika wrażliwości wśród badanych dzieci

Rozkład zmiennej *poziom wrażliwości dziecka* mierzonej skalą *Highly Sensitive Child* analizowany z wykorzystaniem testu Shapiro–Wilka różni się od normalnego (*p* < .05), dlatego do oceny różnic w grupie badanych dwukrotnie dzieci (*N* = 84) zastosowano nieparametryczny test Wilcoxon.

Wyróżniono trzy podgrupy o zróżnicowanym poziomie wrażliwości, biorąc pod uwagę wynik uzyskany w pierwszym pomiarze. Roz-

kład dzieci należących do trzech grup wyróżnionych ze względu na poziom wrażliwości prezentuje tabela 3.

Sprawdzono istotność różnic wyników ogólnego poziomu wrażliwości między pierwszym a drugim pomiarem w wyróżnionych grupach, wykorzystując test Wilcoxon. Analiza wyników testowania wskazuje, że przeciętnie wrażliwe „tulipany” wykazywały się istotnie statystycznie wyższym wynikiem w skali wrażliwości podczas drugiego pomiaru (*Me* = 4.66) niż pierwszego (*Me* = 4.50; *Z* = -2.17; *p* < .05, *rc* = .45). Podobnie zaobserwowano istotnie statystycznie niższy wynik w drugim pomiarze (*Me* = 4.83) w stosunku do pierwszego pomiaru (*Me* = 5.33) w grupie wysoko wrażliwych „orchidei” (*Z* = -3.39; *p* < .001, *rc* = .58). Natomiast u „mleczki” nie stwierdzono zmian na istotnie statystycznym poziomie w zakresie wrażliwości między pierwszym (*Me* = 3.27) a drugim pomiarem (*Me* = 4.08, *Z* = -1.60, *p* = .11).

Następnie przeanalizowano dynamikę zmian poziomu wrażliwości dzieci (zob. Tab. 4).

Zaobserwowano zmianę poziomu wrażliwości przy drugim pomiarze u 38 dzieci, co stanowi 45.2% badanej grupy. Jeśli zachodziła dynamika, to zazwyczaj w kierunku niższego poziomu wrażliwości (28.6%). W przypadku większości dzieci były to różnice dotyczące jednego stopnia, natomiast w przypadku 3.6% nastąpiła zmiana z wysokiego poziomu wrażliwości na niski. Testowana hipoteza została jedynie częściowo potwierdzona.

**Tabela 5.** Podział badanych ze względu na poziom wrażliwości z wykorzystaniem punktów odcięcia

Poziom wrażliwości	Mama ( <i>N</i> = 33)				Tata ( <i>N</i> = 33)				Dziecko ( <i>N</i> = 33)			
	<i>N</i>	%	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	%	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	%	<i>M</i>	<i>SD</i>
wysoki	4	12.1	3.25	.19	13	39.4	3.13	.47	5	15.2	3.33	.36
przeciętny	11	33.3	4.43	.27	13	39.4	4.17	.32	11	33.3	4.33	.34
niski	18	54.6	5.16	.44	7	21.2	5.03	.41	17	51.5	5.53	.51

Źródło: opracowanie własne.

## Podobieństwo w poziomie wrażliwości dzieci i rodziców

Do wyodrębnienia rodziców o niskim, przeciętnym i wysokim poziomie wrażliwości posłużono się zidentyfikowanymi przez Lionetti i in. (2018) wartościami punktów odjęcia – 3.71 oraz 4.66. Natomiast do wyróżnienia trzech grup dzieci różniących się poziomem wrażliwości użyto przywołanych wcześniej (Pluess i in., 2017) punktów odjęcia o wartości 3.7 oraz 4.8. Tabela 5 prezentuje rozkład wrażliwości wśród badanej grupy rodziców i dzieci.

Zaobserwowano zgodność poziomu wrażliwości dziecka i obojga rodziców w czterech rodzinach, z czego trzy z nich charakteryzuje wysoki poziom wrażliwości, a jedną – przeciętny. Dodatkowo ten sam poziom wrażliwości u mamy i dziecka wystąpił w 11 sytuacjach, gdzie dziewięć przypadków dotyczy wysokiej wrażliwości, a dwa – przeciętnej. Jednakową wrażliwością wśród ojców i dzieci odznacza się sześć par – po dwie na każdym poziomie wrażliwości. Pozwala to wnioskować o jednakowym poziomie wrażliwości dziecka i przynajmniej jednego z rodziców w 21 obserwacjach, co stanowi 63.6% badanych rodzin. Tym samym można przyjąć potwierdzenie trzeciej hipotezy.

Dokonano także dodatkowego testowania w grupie rodziców. Przeprowadzona analiza korelacji Spearmana wskazuje, że istnieje istotny statystycznie silny związek między poziomem wrażliwości mamy a poziomem wrażliwości taty:  $\rho(31) = .57; p < .001$ .

## DYSKUSJA

Celem przeprowadzonych badań była eksploracja konstruktów wysokiej wrażliwości dziecięcej, jej rozpowszechnienia, dynamiki oraz związków z wrażliwością rodziców. W odniesieniu do hipotezy 1 okazało się, inaczej niż postulowano, że w grupie 131 dzieci największą część (53.4%) stanowili wysoko wrażliwi, co jest znacząco wyższym wynikiem od uzyskanego w badaniach Pluess i in. (2017), gdzie „orchidee” obejmowały 20–35% badanych. Uzyskany rezultat odbiega także od otrzymanego przez

Baryłę-Matejczuk i in. (2022) na próbie polskich dzieci, w której wysoko wrażliwi obejmowali 37.7%, „tulipany” tworzyło 20.5% badanych, a największą grupę (41.8%) wyznaczały dzieci o najniższym poziomie wrażliwości. Wyniki nie są również zgodne z badaniami Tilmanna i in. (2021), gdzie wysoko wrażliwi stanowili 32.44% badanych dzieci, najmniej wrażliwi – 14.29%, natomiast głównym członem grupy byli przeciętnie wrażliwi (53.27%). Brak zbieżności co do liczebności grup o zróżnicowanym poziomie wrażliwości w różnych badaniach może wiązać się z różnicami kulturowymi, zmianami związanymi z etapem rozwoju, a także właściwościami samego narzędzia, na co zwracają uwagę Baryła-Matejczuk i in. (2022). Jednakże prowadzone analizy potwierdziły zasadność wyróżniania wśród dzieci trzech grup różniących się istotnie poziomem wrażliwości, co jest zbieżne z wynikami wcześniejszych badań (Baryła-Matejczyk i in., 2022; Pluess i in., 2017; Tillmann i in., 2021).

Według hipotezy 2, dynamika wrażliwości u dzieci w badanym okresie powinna być niewielka. W okresie około 12 miesięcy od pierwszego pomiaru poziom wrażliwości u „orchidei” był znacząco niższy, u „tulipanów” znacząco wyższy, a u „mleczki” nie stwierdzono istotnych statystycznie zmian. Można przypuszczać, że przyczyną spadku poziomu wrażliwości w grupie „orchidei” jest swego rodzaju „uodpornienie” spowodowane habituacją, dzięki której odbierane bodźce sensoryczne stają się mniej obciążające. Nie bez znaczenia jest też rola rówieśników i ich oddziaływania socjalizacyjne. Zachodząca u wysoko wrażliwych dzieci zmiana ma charakter adaptacyjny i pozwala im lepiej odnajdywać się w społeczeństwie, które niejednokrotnie wykazuje się nieakceptującą postawą wobec nich. Zachowania i cechy bezpośrednio wynikające z charakteryzowania się wysoką wrażliwością bardzo często nie są pożądanymi ani docenianymi. Być może prowadzi to do ukrywania swojej prawdziwej natury przez najwrażliwszych, a nawet dokonywania zmian we własnej percepcji świata. Jest zatem prawdopodobne, że oddziaływania środowiskowe mają bardziej znaczącą rolę w kształtowaniu wysokiej wrażliwości niż początkowo wydawało się

autorom koncepcji. W przypadku „tulipanów” można się spodziewać, że zmiana poziomu wrażliwości w kierunku jej wyższego stopnia dokonuje się pod wpływem oddziaływań ze strony środowiska rodzinnego i szkolnego, mających na celu rozbudzenie empatii i czułości na bodźce emocjonalne. Jeśli chodzi o „mlecze”, uzyskane rezultaty wskazują, że nawet w okresie rozwojowym zmienna jest stosunkowo stabilna, gdyż jest bezpośrednio związana ze specyfiką układu nerwowego. Można też przypuszczać, że konieczne jest odznaczanie się określonym poziomem wrażliwości, aby móc ten stopień kształtować w dalszym rozwoju. Cecha ta bowiem nie jest jedynie warunkowana właściwościami konstytucjonalnymi, ale podlega także oddziaływaniom otoczenia. Niewykluczone, że u najmniej wrażliwych osób ten związek nie zachodzi właśnie ze względu na niewystarczające podstawy pierwotne. Zaobserwowane zmiany należy jednak traktować z pewną dozą ostrożności, gdyż badanie opierało się na samoocenie poziomu wrażliwości przez dzieci. Nie jest pewne, czy posiadały one wystarczającą zdolność do wglądu, by wnioskować na własny temat, a także czy właściwie rozumiały pozycje kwestionariusza. Dlatego też niezbędne są dalsze badania.

Zgodnie z hipotezą 3, istnieje podobieństwo w poziomie wrażliwości dzieci i ich rodziców. Zaobserwowano zbieżność w przynależności do podgrup zróżnicowanych pod względem wrażliwości w przypadku większej części rodzin (63.6%). Brak takiej zgodności w przypadku pozostałych badanych triad może wskazywać na istotną rolę stymulacji, socjalizacji i wychowania, w odróżnieniu od znaczenia podłoża genetycznego.

Obecne badania wskazują także, że poziom wrażliwości może być w pewnym stopniu związany z płcią. Wyniki zdają się potwierdzać wcześniejsze przypuszczenia Baryły-Matejczuk i in. (2021), gdzie autorzy zwracali uwagę na istotnie wyższy poziom wrażliwości wśród badanych dziewcząt, przy wielkości efektu równej  $d = .21$ , oraz Pluessa i in. (2017), gdzie wielkość efektu była równa  $d = .34$ . W niniejszej próbie dowiedziono istotnych statystycznie różnic przy wielkości efektu równej  $rg = .30$ . Jeśli ta

tendencja znalazłaby potwierdzenie w kolejnych obserwacjach, należałoby przyjrzeć się, czy omawiana cecha przejawia się u dziewcząt w odmienny sposób i czy zmagają się one z innymi trudnościami niż wrażliwi chłopcy. Uprawdopodobnienie tych przewidywań powinno prowadzić do rozważań dotyczących metod wczesnej identyfikacji wysoko wrażliwych dzieci i planu wspierania ich rozwoju w zgodzie z ich indywidualnymi potrzebami i możliwościami.

Interesującą obserwacją wywiedzioną z wyników niniejszego badania jest także istnienie istotnego statystycznie silnego związku we wrażliwości obojga rodziców. Jeśli to współwystępowanie znalazłoby potwierdzenie w testowaniu innych, większych prób, można by zastanawiać się, czy badane osoby częściej poszukują partnerów o podobnym poziomie wrażliwości. Jednak zdaniem Aron (2017a) wysoko wrażliwi zazwyczaj nawiązują relacje z mniej wrażliwymi ludźmi. Inna hipoteza mogłaby zakładać, że poziom wrażliwości ujednotliwa się pod wpływem związku, dlatego warto byłoby zapytać badanych o staż relacji. Można by również zastanawiać się, czy podobny poziom wrażliwości rodziców przekłada się na ich spójne podejście w wychowywaniu dzieci. Te przypuszczenia wymagałyby dalszych dociekań.

## WNIOSKI

Z przeprowadzonej analizy wynika, że poziom wrażliwości wśród dzieci jest zróżnicowany, a w konsekwencji ich potrzeby i możliwości mogą być odmienne. Konieczne jest zatem dostosowanie metod postępowania do każdej z podgrup. Niezbędne w tym zakresie jest dostarczanie rodzicom i opiekunom rzetelnej wiedzy, której zastosowanie pozwoli właściwie planować i adresować podejmowane działania. W kontekście rodzinnym istotnym aspektem jest respektowanie dążeń wszystkich członków, nawet jeśli są one trudne do pogodzenia. Należy zwrócić uwagę zwłaszcza na natężenie stymulacji, regulację emocji oraz radzenie sobie z przeciążeniem bodźcami. Niezwykle ważne jest także unikanie nadmiernej identyfikacji

w sytuacji zgodności poziomu wrażliwości rodzica i dziecka.

Świadomość, że wysoko wrażliwe dzieci mogą stanowić co najmniej jedną trzecią populacji, powinna prowadzić do zwrócenia uwagi na ich potrzeby i trudności w szczególny sposób. Baryła-Matejczuk i in. (2022) zauważają, że wiedza ta może w pewnym stopniu skłaniać do kwestionowania powszechnych metod edukacyjnych. Z uwagi na to, że jest to tak duża część społeczeństwa, być może należałoby prowadzić oddziaływania dostosowane do tej podgrupy wobec całego zespołu klasowego. Wiele z podejmowanych działań, jak m.in.: dostosowywanie natężenia stymulacji, nauka radzenia sobie z przeciążeniem, wprowadzanie ćwiczeń relaksacyjnych, wykorzystywanie materiałów o różnych modalnościach zmysłowych, czy stosowanie metod wychowawczych w duchu humanistycznego podejścia, może być funkcjonalnych w pracy z wszystkimi dziećmi, nie tylko wysoko wrażliwymi. W kontekście szkolnym niezwykle istotne jest przede wszystkim indywidualne podejście wobec każdego dziecka, obejmujące zwłaszcza dokładne poznanie każdego ucznia przez nauczyciela, dostosowywanie metod pracy do możliwości wszystkich podopiecznych, jak również nieustanną współpracę z rodzicami celem wymiany kluczowych informacji. Niemniej ważne jest korzystanie ze sposobu oceniania weryfikującego możliwości uczniów w kompleksowy sposób i wspierające ich w dążeniu do sukcesów.

Obecne badania sugerują, że w kształtowaniu wrażliwości, także wysokiej w ujęciu Elaine Aron, poza podłożem genetycznym, mogą brać udział także inne czynniki. Obserwacja ta rodzi konieczność jeszcze bardziej intensywnego zatroszczenia się o odpowiednie warunki występujące w otoczeniu dziecka. Szczególnie istotne jest zwrócenie uwagi na funkcjonowanie systemu rodzinnego, w tym na celowe działania podejmowane przez członków rodziny, jak również procesy socjalizacyjne. Niemniej ważna jest pozytywna atmosfera panująca w szkole, zapewniająca uczniom bezpieczeństwo i umożliwiająca wszechstronny rozwój.

W niniejszej analizie zauważono także istnienie podobieństwa w poziomie wrażliwości

dzieci i ich rodziców. Taka sytuacja może przynosić korzyści w postaci lepszego rozumienia potrzeb dziecka czy łatwości zapewnienia mu odpowiedniego poziomu stymulacji. Nie można jednak zapominać o umożliwianiu dziecku zdobywania nowych doświadczeń, także tych nie należących do repertuaru preferowanych przez rodzica aktywności. W przypadku posiadania liczniejszego potomstwa, należy zwrócić uwagę na indywidualne rozpoznanie i uzgadnianie dążeń każdego z nich.

Z uwagi na sformułowaną w obecnym badaniu konkluzję, że dziewczynki częściej odznaczają się wysoką wrażliwością, a dodatkowo poziom tej charakterystyki jest u nich istotnie wyższy niż u chłopców, niezbędne wydaje się otoczenie wyjątkową troską wysoko wrażliwych dziewczynek. Wymierne efekty wśród tej grupy przynosi prowadzenie oddziaływań psychoedukacyjnych, które mogą istotnie obniżyć poziom depresyjności oraz ograniczać wiktyimizację i występowanie objawów internalizacyjnych (Nocentini i in., 2018; Pluess i Boniwell, 2015). Niemniej ważne jest także zwrócenie uwagi na sposób ujawniania wrażliwości, szczególnie emocjonalnej, przez chłopców. W społeczeństwie ciągle obecne są stereotypy dotyczące wyrażania uczuć przez mężczyzn, jak np. „chłopaki nie płaczą”, które wpływają na ich emocjonalne funkcjonowanie, utrudniając otwartą komunikację interpersonalną (Mandal, 2004). Dlatego niezbędna jest także troska o kształtowanie właściwych warunków do rozwoju wysoko wrażliwych chłopców, którzy odnoszą podobne korzyści z interwencji psychologicznych (Nocentini i in., 2018).

Wyniki prowadzonych analiz pozwalają również przypuszczać, że istnieje zgodność w poziomie wrażliwości obojga rodziców. Taka obserwacja rodzi potrzebę zwrócenia uwagi szczególnie na sytuację odmiennego poziomu wrażliwości ich dziecka. Opisane okoliczności mogą bowiem prowadzić do próby nadmiernej ingerencji w funkcjonowanie dziecka, celem integracji jego dążeń z potrzebami opiekunów. Może pojawić się także wspomniane wcześniej ryzyko ograniczania aktywności dziecka jedynie do tych wybieranych przez rodziców.

W obliczu rosnącego zainteresowania konstruktem wysokiej wrażliwości, konieczne jest właściwe rozpoznawanie tej cechy u dzieci, odróżniając ją m.in. od spektrum autyzmu, zaburzeń integracji sensorycznej, mutyzmu wybiórczego, fobii społecznej czy lęku separacyjnego. Wszelkie niepokojące obserwacje należy skonsultować ze specjalistami, by zapobiegać sytuacjom braku terapii konkretnych zaburzeń z powodu traktowania wszystkich zachowań jako wynikających jedynie z wysokiego poziomu wrażliwości. Omawiana charakterystyka, choć sama nie stanowi zaburzenia, bardzo często współwystępuje z wymienionymi trudnościami, dlatego należy przeprowadzić dokładną diagnostykę różnicową.

Niniejsze badanie było pierwszą, znaną autorce, tego typu eksploracją. Obserwacje

longitudinalne, zwłaszcza w przypadku dzieci, dotyczyły jak dotąd niewielkiej ilości prób. Przedmiotem dalszych dociekań mogłaby być weryfikacja, jaką część populacji, szczególnie polskich uczniów, stanowią wysoko wrażliwi. Uzyskanie wyników zgodnych z obecnym badaniem, świadczących o znaczącym odsetku „orchidei”, powinno prowadzić do analizy konsekwencji tej obserwacji, a w dalszej perspektywie do opracowania metod pracy i wsparcia adresowanych wobec tej grupy. W kolejnych badaniach longitudinalnych należałoby także przeanalizować dynamikę wrażliwości wśród dzieci. Gdyby obserwacje z niniejszych analiz znalazły potwierdzenie, trzeba by pochylić się nad czynnikami mogącymi mieć wpływ na zachodzące zmiany w poziomie wrażliwości.

## BIBLIOGRAFIA

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychosocial Study of the Strange Situation*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates.
- Acevedo, B., Aron, A., Aron, E. N. (2010). *Association of sensory processing sensitivity when perceiving positive and negative emotional states*. Przedstawione na APA, San Diego.
- Aron, E. N. (2010). *Psychotherapy and the highly sensitive person: Improving outcomes for that minority of people who are the majority of clients*. London: Routledge.
- Aron, E. N. (2017a). *Wysoko wrażliwi. Jak funkcjonować w świecie, który nas przytłacza*. Łódź: Wydawnictwo Feeria.
- Aron, E. N. (2017b). *Wysoko wrażliwe dziecko. Jak je zrozumieć i pomóc mu żyć w przytłaczającym świecie?* Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Aron, E. N., Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345–368.
- Aron, E. N., Aron, A., Jagiellowicz, J. (2012). Sensory processing sensitivity: A review in the light of the evolution of biological responsiveness. *Personality and Social Psychology Review*, 16(3), 262–282. <https://doi.org/10.1177/1088868311434213>.
- Aron, E. N., Aron, A., Nardone, N., Zhou, S. (2019). Sensory processing sensitivity and the subjective experience of parenting: An exploratory study. *Family Relations*, 68(4), 420–435. <https://doi.org/10.1111/fare.12370>.
- Bakker, K., Moulding, R. (2012). Sensory-processing sensitivity, dispositional mindfulness and negative psychological symptoms. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 341–346. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.04.006>.
- Baryła-Matejczuk, M. (2021). *Wspieranie rozwoju dzieci wysoko wrażliwych*. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.
- Baryła-Matejczuk, M., Artymiak, M., Ferrer-Cascales, R., Betancort, M. (2020). The Highly Sensitive Child as a challenge for education – introduction to the concept. *Problemy Wczesnej Edukacji*, 48(1), 51–62. <https://doi.org/10.26881/pwe.2020.48.05>.
- Baryła-Matejczuk, M., Domańska, K. (2018). Profilaktyka wobec dzieci wysoko wrażliwych. Postawy rodzicielskie matek dzieci o różnym poziomie emocjonalności. W: Z. B. Gaś (red.), *Psychoprofilaktyka w świecie zagubionych wartości* (s. 95–113). Lublin: Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press.

- Baryła-Matejczuk, M., Fabiani, M., Ferrer-Cascales, R. (2021). *Supporting the development of Highly Sensitive Children*. Lublin: Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press.
- Baryła-Matejczuk, M., Kata, G., Poleszak, W. (2022). Environmental sensitivity in young adolescents: The identification of sensitivity groups in a Polish sample. *PLoS One*, 17(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271571>.
- Benham, G. (2006). The highly sensitive person: Stress and physical symptom reports. *Personality and Individual Differences*, 40(7), 1433–1440. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.021>.
- Booth, C., Standage, H., Fox, E. (2015). Sensory-processing sensitivity moderates the association between childhood experiences and adult life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 87, 24–29. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.020>.
- Boterberg, S., Warreyn, P. (2016). Making sense of it all: The impact of sensory processing sensitivity on daily functioning of children. *Personality and Individual Differences*, 92, 80–86. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.022>.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger. Volume II*. London: Hogarth Press and Institute of Psychoanalysis Publisher.
- Boyce, W. T., Ellis, B. J. (2005). Biological sensitivity to context: I. An evolutionary–developmental theory of the origins and functions of stress reactivity. *Development and Psychopathology*, 17(2), 271–301. <https://doi.org/10.1017/S0954579405050145>.
- Branjerdporn, G., Meredith, P., Strong, J., Green, M. (2019). Sensory sensitivity and its relationship with adult attachment and parenting styles. *PLoS One*, 14(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209555>.
- Bridges, D., Schendan, H. E. (2019a). Sensitive individuals are more creative. *Personality and Individual Differences*, 142, 186–195. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.09.015>.
- Bridges, D., Schendan, H. E. (2019b). The sensitive, open creator. *Personality and Individual Differences*, 142, 179–185. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.09.016>.
- Brezinka, W. (2007). *Wychowywać dzisiaj. Zarys problematyki*. Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Brzezińska, A. I. (2008). Nauczyciel jako organizator społecznego środowiska uczenia się. W: E. Filipiak (red.), *Rozwijanie zdolności uczenia się. Wybrane konteksty i problemy* (s. 35–50). Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Greven, C. U., Lionetti, F., Booth, C., Aron, E. N., Fox, E., Schendan, H. E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijtbeier, B., Homberg, J. (2019). Sensory processing sensitivity in the context of environmental sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 98, 287–305. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.01.009>.
- Jonsson, K., Grim, K., Kjellgren, A. (2014). Do highly sensitive persons experience more nonordinary states of consciousness during sensory isolation? *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 42(9), 1495–1506. <https://doi.org/10.2224/sbp.2014.42.9.1495>.
- Lionetti, F., Aron, A., Aron, E. N., Burns, G. L., Jagiellowicz, J., Pluess, M. (2018). Dandelions and orchids: Evidence for the existence of low-sensitive, medium-sensitive and high-sensitive individuals. *Translational Psychiatry*, 8(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/s41398-017-0090-6>.
- Maciejewska-Mroczek, E., Radkowska-Walkowicz, M., Reimann, M., Witeska-Młynarczyk, A. (2018). *Kodeks dobrych praktyk w badaniach z dziećmi, prowadzonych z perspektywy nauk społecznych (w tym interdyscyplinarnych childhood studies, etnografii, antropologii kulturowej, socjologii)*. Interdyscyplinarny Zespół Badań nad Dzieciństwem. Pobrane 22 listopada 2023 z: <http://childhoods.uw.edu.pl/kodeks/>.
- Mandal, E. (2004). Stereotypowe postrzeganie ról kobiet i mężczyzn jako wyznacznik karier zawodowych i funkcjonowania na rynku pracy. W: *Płeć a możliwości ekonomiczne w Polsce: czy kobiety straciły na transformacji?* Bank Światowy. Raport nr 29205. Pobrane z: <https://documents1.worldbank.org/curated/en/334011468763464477/pdf/292050PAPER0POLISH0Gender1report.pdf#page=18> (dostęp: 1.04.2023).
- Mullet, D. R., Rinn, A. N. (2017). *Giftedness and sensory processing sensitivity: Validation of two forms of the highly sensitive person scale* [poster]. American Educational Research Association Annual Conference 2017, San Antonio, Texas, USA. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18443.28961>.

- Nocentini, A., Menesini, E., Pluess, M. (2018). The personality trait of environmental sensitivity predicts children's positive response to school-based antibullying intervention. *Clinical Psychological Science*, 6(6), 848–859. <https://doi.org/10.1177/2167702618782194>.
- Ostaszewski, K. (2012). Pojęcie klimatu szkoły w badaniach zachowań ryzykownych młodzieży. *Edukacja*, 4, 22–38.
- Pluess, M. (2019). The importance of the environment for the well-being of sensitive children. W: L. Castelli, J. Marcionetti, A. Plata, A. Ambrosetti (red.), *Well-being in education systems*, 16–20. Bern: Hogrefe AG.
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K. J., Krapohl, E., Aron, E. N., Aron, A. (2017). Environmental sensitivity in children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and identification of sensitivity groups. *Developmental Psychology*, 54(1), 51–70. <https://doi.org/10.1037/dev0000406>.
- Pluess, M., Boniwell, I. (2015). Sensory-processing sensitivity predicts treatment response to a school-based depression prevention program: Evidence of vantage sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 82, 40–45. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.011>.
- Russell, B. (2021). *Highly Sensitive Child Scale for Preschool Age Children: Development, Initial Validation of a New Instrument* [niepublikowana praca doktorska]. University of Central Florida, Orlando.
- Sadowski, S., Buglewicz, E., Nastaj, J. (2018). Wysoko wrażliwe dziecko jako wyzwanie dla wychowawcy. W: K. Pujer (red.), *Humanistyka i nauki społeczne. Doświadczenia. Konteksty. Wyzwania. Tom 4*, 87–97. Mnichowice k. Wrocławia: Wydawnictwo Naukowe Exante.
- Serafini, G., Gonda, X., Canepa, G., Pompili, M., Rihmer, Z., Amore, M., Engel-Yeger, B. (2017). Extreme sensory processing patterns show a complex association with depression, and impulsivity, alexithymia, and hopelessness. *Journal of Affective Disorders*, 210, 249–257. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.12.019>.
- Slagt, M., Dubas, J. S., van Aken, M. A., Ellis, B. J., Deković, M. (2018). Sensory processing sensitivity as a marker of differential susceptibility to parenting. *Developmental Psychology*, 54(3), 543–558. <https://doi.org/10.1037/dev0000431>.
- Stachyra, J. (2000). Wpływ rodziny na kształtowanie się osobowości dziecka. *Symposium*, 2(7), 85–104.
- Tillmann, T., Bertrams, A., El Matany, K., Lionetti, F. (2021). Replication of the existence of three sensitivity groups in a sample of German adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 18(1), 131–143. <https://doi.org/10.1080/17405629.2020.1763791>.
- Turner, K. A., Cohn, E. S., Koomar, J. (2012). Mothering when mothers and children both have sensory processing challenges. *British Journal of Occupational Therapy*, 75(10), 449–455. <https://doi.org/10.4276/030802212X13496921049626>.