



De viktigste risiko- og beskyttelsesfaktorene

Barns utvikling og trivsel påvirkes av både risiko- og beskyttelsesfaktorer. Flere risikofaktorer over tid øker sårbarheten, mens beskyttelsesfaktorer kan dempe eller balansere risiko. Tidlig innsats gir best mulighet til å forebygge og styrke barnets ressurser. Nedenfor oppsummeres de viktigste risiko- og beskyttelsesfaktorene. Oversikten er basert på [Kvello](#) (2022) og [Folkehelseinstituttets oppsummering](#) (2025). Risiko- og beskyttelsesfaktorer henger sammen med- og er delvis overlappende med symptomer og tegn på mulig mistrivsel (se eget dokument, tilknyttet handlingsveilederen).

RISIKOFAKTORER	BESKYTTELSESAKTORER
Individnivå:	
<ul style="list-style-type: none">• Komplikasjoner ifbm. svangerskap og fødsel, f.eks. eksponert for rus i svangerskapet, prematuritet, lav fødselsvekt• Somatisk sykdom eller funksjonsnedsettelse• Utviklingsforsinkelser, språk- og lærevansker, kognitive utfordringer• Lav sosial kompetanse, vansker med relasjonsbygging• Lav frustrasjonstoleranse, impulsivitet, vansker med selvregulering• Psykiske vansker/lidelser, f.eks. angst, depresjon• Lav mestringstro og fremtidspessimisme• Tilbaketrukkethet, sjenerteth• Tidlig rusbruk eller annen risikofatferd• Tidlig seksuell debut• Selvskading• Risikofylt nettatferd• Seksuell orientering (ikke heterofil)• Ufrivillig skolefravær eller skolevegring• Vitne til- eller utsatt for vold, overgrep eller andre potensielt traumatiske opplevelser/barndomserfaringer	<ul style="list-style-type: none">• God fysisk helse og aldersadekvate ferdigheter• Gode kognitive ferdigheter og språkkompetanse• God evne til selvregulering og emosjonell styring• Positivt selvbilde, mestringstro og fremtidsoptimisme• God sosial kompetanse, evne til å etablere og opprettholde vennskap• Godt selvbilde, mestringstro og fremtidsoptimisme
Familie og relasjonelle forhold:	
<ul style="list-style-type: none">• Konflikt, spenning eller vold i familien• Omsorgssvikt, manglende tilsyn eller emosjonell utilgjengelighet hos foresatte• Fysisk eller psykisk sykdom hos foresatte• Rusmisbruk hos foresatte• Ustabile familierelasjoner, samlivsbrudd, hyppige omsorgsskifter, plassering i fosterhjem/beredskapshjem• Dårlige relasjoner mellom søsken eller til andre familiemedlemmer• Mangel på nettverk, støtte og sosial tilknytning i nærmiljøet• Negative vennskap eller venner som fremmer risikofylt atferd• Lav sosio-økonomisk status, økonomiske utfordringer, fattigdom	<ul style="list-style-type: none">• Trygge og nære og stabile relasjoner til omsorgspersoner og andre viktige voksne• Stabilitet og forutsigbarhet i hjemmet/familiesituasjon• God omsorgsevne og emosjonell tilgjengelighet hos omsorgspersoner• Positive og støttende relasjoner til søsken og øvrig familie• Sosial støtte og tilhørighet i nærmiljøet• Positivt sosialt nettverk med venner som fremmer prososial atferd• Relasjoner som gir anerkjennelse, trygghet og mestringfølelse• Mulighet for å delta i inkluderende aktiviteter sammen med jevnaldrende



<ul style="list-style-type: none">• Rasisme, diskriminering• Mobbing, utestenging og sosial avvisning	
Barnehage og skole:	
<ul style="list-style-type: none">• Lav tilknytning til barnehage eller skole• Høyt fravær, skolevegring eller ufrivillig fravær• Dårlig klassemiljø eller negative relasjoner til lærere og ansatte• Mobbing eller sosial ekskludering• Manglende støtte og oppfølging fra barnehage- og skolepersonell• Lavt faglig nivå og manglende tilrettelegging for læring• Ustrukturerte rammer og uklare regler• Overbelastning eller stress i hverdagen	<ul style="list-style-type: none">• Tilhørighet og positiv tilknytning til skole eller barnehage• Stabilt nærvær og lavt fravær• Godt klasse- eller gruppemiljø med klare og rettferdige rammer• Støttende og anerkjennende relasjon til lærere og ansatte• Inkluderende miljø og sosial aksept blant jevnaldrende• Tilrettelegging for læring, mestring og utvikling av ferdigheter• Muligheter for deltakelse, medvirkning og ansvar• Struktur og forutsigbarhet i hverdagen
Nærmiljø:	
<ul style="list-style-type: none">• Belastende nærmiljø (sosioøkonomiske utfordringer, kriminalitet)• Utrygge eller marginaliserte lokalsamfunn• Mangel på trygge leke- og møteplasser for barn og unge• Begrenset tilgang til fritidsaktiviteter eller organiserte aktiviteter• Mangel på voksenstøtte i fritidssammenheng	<ul style="list-style-type: none">• Trygt og inkluderende nærmiljø• Tilgang til inkluderende leke- og møteplasser• Muligheter for deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og hobbyer• God voksenstøtte, gode rollemodeller i fritidssammenheng• Kultur- og fritidstilbud som fremmer inkludering, deltakelse og mestring
Samfunn/kultur:	
<ul style="list-style-type: none">• Høy grad av sosial ulikhet og fattigdom i samfunnet• Diskriminering, rasisme eller sosial ekskludering• Begrenset tilgang til offentlige tjenester (helsetjenester, barnehage, skole)• Negative normer eller holdninger i samfunnet som fremmer vold, rus eller kriminalitet• Manglende tilrettelegging for barns rettigheter og deltakelse• Kulturelle barrierer som begrenser barns inkludering og medvirkning	<ul style="list-style-type: none">• Lave sosiale ulikheter og gode levekår• Inkluderende samfunn med lav diskriminering• Tilgang til offentlige tjenester som skole, barnehage, helsetjenester og fritidstilbud• Samfunnsverdier og normer som fremmer barns trivsel, læring og medvirkning• Lover og retningslinjer som ivaretar barns rettigheter og sikkerhet