



## Barn og unges signaler på mulig mistrivsel

Alle endringer i barn og unges atferd gir grunnlag for refleksjon og vurderinger.

### Risikofaktorer

#### Fysisk

- Anspent eller passiv
- Trekker seg tilbake og er stille
- Gråter mer enn før
- Vansker med søvn/søvnregulering
- Vanskelig forhold til mat
- Urolig i kroppen og rastløs
- Forsømt i forhold til hygiene, klær, tannhelse etc.
- Viser tegn til fysisk vold (merker, hoven etc.)
- Mange fysiske plager (vondt i hodet, magen etc.) Virker mer sliten og trett
- Selvskading

#### Sosialt

- Vansker med regulering av oppmerksomhet i forhold til omgivelsene
- Ukritisk i relasjon med andre
- Søker ikke/avviser voksenkontakt/hjelp
- Mer innesluttet
- Søker lite kontakt med andre barn
- Ekstrem på vakt i forhold til voksne/andre
- Påvirkes lett av uro i omgivelsene
- Mangler nysgjerrighet og interesse for omgivelsene
- Går mye alene/blir holdt utenfor
- Mestrer ikke å etablere/oppretholde kontakt
- Aggressiv i konflikt, ofte/gjentagende i konflikt
- Viser overdreven vilje til å ta ansvar og tilpasse seg
- Apatisk
- Snakker usant – har lett for å overdrive
- Konsentrasjonsvansker
- Seksualisert atferd

#### Psykisk

- Virker utrygg, redd eller skremt
- Er engstelig og gråter
- Lav selvfølelse/selvtillit (snakker nedsettende om seg selv eller sine nærmeste)
- Innesluttet
- Undertrykt sinne

#### Faglig

- Problemer med konsentrasjonen
- Problemer med innlæringen
- Språkvansker (endring)

#### Generelt

- Endringer av fysisk, sosial, psykisk eller faglig art
- Endring i atferd
- Fravær. Ofte borte fra barnehagen /skolen
- Holder ikke avtaler
- Manglende samarbeidsevne
- Viser uvanlig interesse for rus, vold og kriminalitet
- Forteller om en vanskelig livssituasjon/hendelse
- U hensiktsmessig nettbruk

Observasjonspunkter å være oppmerksom på hos barn/unge som vekker bekymring.

Risikofaktorene er til hjelp i undringsfasen.

Ha fokus på det du ser og hører, ikke årsak eller tolkninger.