

Hva mener vi med trivsel?

I korthet kan en si at trivsel handler om positive følelser og tilfredshet, en opplevelse av å ha muligheter, kunne utvikle seg, ha trygge og gode sosiale relasjoner, og bærekraftige sosio-økonomiske vilkår. Å ha det godt handler altså både om den helhetlige livssituasjonen, men kan også dreie seg om spesifikke settinger, som trivsel i barnehagen eller på skole.

Barneombudet beskriver [Retten til liv](#) (artikkel 6 i barnekonvensjonen) slik: «*Alle barn har rett til eit liv og ei framtid.*» Det betyr at barn og unge skal ha de beste mulighetene til å vokse opp og få et fint liv, og få hjelp til dette dersom det er noe hverdagen som er vanskelig.

I Moss oppvekstportal legger vi til grunn kunnskapsmodellen 'Barnets behov i sentrum' i vurdering av barn og unges trivsel. Denne hjelper oss å tenke over og se hele situasjonen til barnet / ungdommen, gjennom de tre hovedområdene vist i modellen under. Disse er: Barnets utvikling, foreldrenes omsorg og familie og miljø.



Hvordan oppdage og reflektere ved uro eller mistanke om mistrivsel?

Tegn og signaler på trivsel i oppdagerverktøyet beskriver en rekke forhold og observasjonspunkter som kan være tegn / symptomer på at et barn eller en ungdom ikke har det bra. Også tegn hos foreldrene har stor betydning og kan være like bekymringsfulle som de tegnene barnet eller den unge selv viser.

Det er viktig å ta utgangspunkt i familiens samlede situasjon når barns og unges trivsel, atferd og utvikling vurderes. Oppsummeringen over tegn og signaler som du får oppdagerverktøyet er ikke uttømmende eller fasitsvar – for eksempel kan foreldrenes omsorg være tilstrekkelig selv om barnet/ungdommen ikke trives, eller omvendt. Se derfor på dem som observasjonspunkter du kan navigere etter, eller som eksempler du kan være oppmerksom på hvis du er i tvil om et barn eller en ungdom trives.

Selv om du er i tvil om trivsel hos barn eller ungdom er det viktig å være klar over at barns, unges og familiers reaksjoner og motstandsdyktighet mot belastninger varierer – noen blir sterkt påvirket, mens andre nesten ikke påvirkes. Barn og unge kan også ha like reaksjonsmønstre selv om årsakene til reaksjonene er forskjellige. Som fagperson er det alltid viktig at du først og fremst bruker din faglige vurdering – og kun bruker oppdagerverktøyet som støtte i analysen av barnets eller den unges trivsel.

Veiledning til oppdagerverktøyet – tema trivsel:

Tegn på trivsel er aldersinndelt slik: Gravid, 0–1 år, 2–3 år, 4–5 år, 6–9 år, 10–12 år, 13–15 år og 16+ år. Velg barnet/ungdommens alder først.

Tegn på trivsel er beskrevet på tre nivåer – grønn, gul og rød – hvor ulike former for atferd og symptomer på barns, unges og foreldres trivsel beskrives som:

Normal / Grønn sone – god /moderat trivsel, som kan være starten på synkende trivsel. I denne situasjonen trenger en enten ikke eller i liten grad gripe inn eller en lokal innsats for å løse utfordringene i hverdagen.

Sårbar / Gul sone - forhold som vekker uro. Slike forhold krever økt oppmerksomhet og kan trenge at vi er flere om innsatsen med et tverrfaglig blikk på utfordringene.

Alvorlig / Rød sone atferd eller forhold hvor barn/unge er utsatt eller truet, og situasjonen krever at vi griper inn umiddelbart.

Er et barn eller ungdom i en alvorlig situasjon?

Dersom du har grunn til å tro at et barn eller ungdom er i en svært alvorlig situasjon må du handle umiddelbart.

Du sender bekymringsmelding til barneverntjenesten her: [Sende bekymringsmelding digitalt](#)
Dersom du har spørsmål som gjelder meldingen kan du ringe barnverntjenesten.

Er det fare for liv og helse, skal politiet kontaktes umiddelbart.

Merk!

Ved mistanke om at barnet / ungdommen er utsatt for alvorlig vold eller seksuelle overgrep i hjemmet skal IKKE foreldre / foresatte varsles i forkant av at bekymringsmeldingen sendes.

Telefonnummer i akutte situasjoner:

Barnevernets mottakstelefon [982 98 700](tel:98298700). Tilgjengelig mandag til fredag, kl. 08.00-15.45/(15.00).

Barnevernets vakttelefon [950 59 217](tel:95059217). Tilgjengelig også på kveldstid, helger og helligdager

Politiets nødtelefon: [112](tel:112)

Øst politidistrikt: [02800](tel:02800) / [64 99 30 00](tel:64993000)

Kilder:

Hjørring kommune / [Hjørring - Trivselsguiden](#)

Helsedirektoratet – Trivsel i skolen (rapport) [Trivsel i skolen.pdf](#)

Bufdir - Kunnskapsmodellen «barnets behov i sentrum» [Kunnskapsmodellen barnets behov i sentrum | Bufdir](#)