

1. Risiko- og beskyttelsesfaktorer

En risikofaktor er noe som øker sannsynligheten eller risikoen for et visst utfall, for eksempel psykiske plager. Tilsvarende kan en beskyttende faktor minske sannsynligheten for et negativt utfall når risikofaktorer er tilstede. Risiko- og beskyttelsesfaktorer er identifisert på mange nivåer: hos individet og familien, hos venner, lærere, førskolelærere, på skolen eller barnehagen, i lokalsamfunnet og samfunnsstrukturer samt som et resultat av hendelser og forandringer i miljøet over tid.

	Risikofaktorer	Beskyttelsesfaktorer
Individnivå	- Positive holdninger til rusmidler - Tidlig debut - Manglende kunnskap om rus og risiko - Individuell sårbarhet - Utsatt for seksuelle og fysiske overgrep, fremtidspessimisme - Lavt selvbilde - Psykiske plager - Å være vitne til eller utsatt for vold (begge deler rammer hardt)	- Medfødt robusthet og kapasitet - Sosial kompetanse - Opplevelse av mening og sammenheng - Kreativitet - Hobbyer - Fritidsaktiviteter - Fremtidsoptimisme - Godt selvbilde - God selvtilit/trygg - Kunnskap
Familie	- Manglende tilsyn - Manglende interesse for den unge - Tilknytningsproblem - Dårlig samspill i familien og mye konflikter mellom voksne og voksne og barn - Tillatende oppdragerstil, rusmiddelbruk - Seksuelle og fysiske overgrep - Stor fattigdom - Foreldre med lav omsorgskompetanse - Rusmisbruk - Psykiske lidelser hos foreldre - Lav sosioøkonomisk status	- God relasjon til foreldrene/foresatte - God kommunikasjon og samspill (trygge og tydelige voksne) - Autorativ oppdragelse (kontroll og varm), struktur og regler - Høyere sosioøkonomisk status - God og stabil omsorgssituasjon - Synliggjøre forventninger- stille krav
Venner	- Rusbruk og kriminalitet hos venner - Venners antisosiale normer - Lav sosial status hos venner - Manglende venner	Tydelige normer, tilknytning, prososiale venner
Skole	- Dårlig skolemiljø/klima - Lave forventninger - Mobbing - Lese-og skrivevansker - Dårlig likt, manglende eller «dårlige» venner - Skulk - Manglende interesse for skolen	- God relasjon til skolen - Utvikle kompetanse og positive aktiviteter - God tilhørighet - Trygge og anerkjennende lærere - Mestringsfølelse
Nærmiljø	- Få ressurser til forebyggende arbeid - Høy kriminalitet - Normer som aksepterer konsum, tilgang på rusmidler - Dårlig bomiljø - Fattigdom	- Minst en betydningsfull voksen - Prososiale venner - Felles verdier-sunne verdier - Samfunnsstruktur som støtter mestringsstrategier - Delta på minst en fritidsaktivitet et fritidstilbud

(Med utgangspunkt i «Veilederen- Fra bekymring til handling, Helsedirektoratet 2010)