

Studentenes helse og trivselsundersøkelse 2018

5. september ble resultatene fra studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT 2018) offentliggjort på en pressekonferanse i Oslo. SHoT er Norges største studenthelseundersøkelse og omhandler studenters fysiske og psykisk helse, livskvalitet og studieprestasjon. SHoT-undersøkelsen blir utført på oppdrag fra studentsamskipnadene Sit, SiO og Sammen. Det er Folkehelseinstituttet som gjennomfører undersøkelsen og analyserer resultatene i 2018.

50 055 norske heltidsstudenter under 35 år har besvart årets undersøkelse. Undersøkelsen gjennomføres hvert fjerde år og ble sist gjennomført i 2014. Mer informasjon om SHOT: <https://studenthelse.no/>

Langt flere studenter sliter med psykiske plager

16 % av studentene hadde alvorlige psykiske plager i 2010, mens nå har 29 % av studentene dette. Økningen sees både blant kvinnelige og mannlige studenter, men er mer markant hos kvinnelige. Hver 3. kvinnelige student rapporterer nå om alvorlige psykiske plager.

I undersøkelsen har studentene svart på en rekke spørsmål som til sammen avklarer om de har psykiske plager, og hvor sterke disse plagene er.

Trondheims posisjon som beste studieby står ved lag

Studentene i Trondheim er mest fornøyde med studiebyen sin. 91 % er fornøyde, 6 % svarer hverken eller og 3 % er misfornøyde med Trondheim som studieby. Dette viser SHOT, den nasjonale Helse- og trivselsundersøkelsen for studenter. Men Bergen ligger like bak, her er 87 % av studentene fornøyde med studiebyen sin.

I Gjøvik er 58 % fornøyde med studiebyen, og i Ålesund er 65 % fornøyde. Gjennomsnittet for alle studiesteder er 76 % fornøyde studenter.

Det er særlig høy tilfredshet med studentmiljøet og utelivstilbudet som gjør at Trondheimsstudentene gir byen en så bra skåre. Tilfredsheten med kollektivtrafikken er derimot lav.

Studentene i Trondheim er også mer engasjert i frivillig arbeid enn studentene på de andre studiestedene i Norge. Halvparten av studentene i Midt-Norge er engasjert i frivillig arbeid.

Få studenter blir mobbet

5 % av studentene sier de har blitt mobbet av medstudenter i løpet av de siste månedene, mens 3 % sier de er blitt mobbet av ansatte på lærestedene.

Mange studenter sliter med å sove

En av tre studenter har symptomer på en insomni-diagnose. Flere kvinnelige studenter sliter med søvnproblemer enn de mannlige studentene.

Hver fjerde student har blitt seksuelt trakassert

Én av fire studenter oppgir å ha blitt utsatt for en eller annen form for seksuell trakassering. De vanligste formene for seksuell trakassering er uønsket berøring, klemming eller kysning og

Styret i Sit

Styresak O54 / 2018

nærgående blick eller kroppsbevegelser. Totalt er 4,7 % av kvinnelige og 0,4 % av mannlige studentene utsatt for voldtekt.

Det er en markant kjønnsforskjell i omfanget av seksuell trakassering. 1/3 av kvinnene og knapt hver 10. mann er blitt utsatt for seksuell trakassering. Flertallet er blitt trakassert av noen utenfor utdanningsinstitusjonen, mens et mindretall er trakassert av medstudenter eller ansatte.

Arbeidet videre

Det er en alvorlig utvikling vi ser i samfunnet når så mange unge sliter med alvorlige psykiske helseplager. Både Sit og utdanningsinstitusjonene er opptatt av at studentene skal trives og oppleve mestring i studiehverdagen. Læringsmiljøet påvirkes av forhold som ensomhet, stress og bekymringer. Utdanningsinstitusjonene og Sit har et nært samarbeid for å ivareta studentenes helse, og forebygge helseproblemer. Sit møter fast på utdanningsinstitusjonenes LMU møter.

Sit har med bakgrunn i resultater fra SHoT utviklet nye tilbud og forsterket velferdstilbud til studentene. Sit har arbeidet forebyggende innen ulike studentmiljø, blant annet for å bidra til bedre fungerende studentorganisasjoner. Sit råd har ulike kurs og seminarer rettet mot driften av studentdrevne organisasjoner. For eksempel lederkurs, økonomikurs og møtefasilitering. Sit har etter siste undersøkelse hatt et sterkt fokus på studentenes psykiske helse, i tillegg til at vi har økt kapasiteten til psykososial helsetjeneste og rådgivingstjenesten, så har Sit også opprettet rådgivertilbud ved campus Gjøvik og forsterket rådgivertilbudet i Ålesund.

Mange fagmiljø, legger ekstra godt til rette for førsteårsstudenten, med vekt på inkludering og tilhørighet. Fadderordninger og linjeforeninger har også en avgjørende rolle i mottaket. Sit har gjennom prosjekt Lykkepromille arbeidet med alkoholreduserende opp mot fadderforeningene og gjennomført seminarer og kurs for faddere i hvordan de best mulig skal inkludere nye studenter uten et overdrevet fokus på alkohol. Dette prosjektet har blant annet hatt fokus på alkoholreduserende tiltak og gode tiltak for mottak av studenter.

Mange studenter opplever utfordringer med studiene. Sit og utdanningsinstitusjonene arbeider tett med utvikling av tilbud til studentene. I samarbeidsmøtene koordinerer Sit og utdanningsinstitusjonene tilbudene som gis til studentene, slik at en har minst mulig overlapping. I hovedsak tilbyr utdanningsinstitusjonene karriereveiledning, studieveiledning og tilrettelegging under studiet mens Sit sine tilbud fokuserer på studielivet som helhet. For eksempel så tilbyr NTNU karrierekurs, kurs for masterstudenter inne skriving av oppgave og Sit tilbyr kurs av mer generell karakter som ta ordet i forsamlinger, eksamensangst og for eksempel kurs innen stressmestring. Slike tiltak skal bidra til økt studiemestring, hindre uønsket frafall, feilvalg og forsinkelser.

SHoT undersøkelsen gir en unik sjanse til å rette fokus på studentspesifikke utfordringer.

Saksbehandler: Espen Munkvik

Tilrådning:

Tatt til orientering

Trondheim, 31. august 2018

Audhild Kvam