



# HELT ÆRLIG

Studentenes helse- og trivselsundersøkelse 2018

SHoT 2018 er også kjent som HELT ÆRLIG-undersøkelsen

03-09-2018 06:00 CEST

## Skal du skrive om SHoT 2018/ HELT ÆRLIG-undersøkelsen?

SHoT 2018-rapporten legges frem 5. september 2018. Her finner du nyttig informasjon og bakgrunn om undersøkelsen. SHoT er Norges største undersøkelse av studenters helse og trivsel, og har vært med å sette studenthelse på det politiske kartet siden 2010. I 2018 har hele 50 055 norske heltidsstudenter under 35 år besvart undersøkelsen.

### HELT ÆRLIG

SHoT 2018, også kjent som HELT ÆRLIG-undersøkelsen, gir viktig innsikt i

hvordan studentene har det og hvordan velferdstilbudet til studenter kan bedres. Forrige undersøkelse i 2014 viste blant annet at en av fem studenter har alvorlige psykiske symptomplager, dobbelt så høyt som i befolkningen ellers. Disse tallene oppdateres 5. september.

## **Formål**

Undersøkelsen kartlegger forutsetninger og rammebetingelser for studentenes læring og mestring. Hovedformålet er å belyse psykososiale forhold og hvordan disse påvirker studiesituasjonen og hverdagen for øvrig.

## **Initiativ fra studentsamskipnadene**

SHoT-undersøkelsen er initiert av Studentsamskipnaden i Gjøvik, Ålesund og Trondheim ([Sit](#)), Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus ([SiO](#)) og Studentsamskipnaden på Vestlandet ([Sammen](#)). Det er [Folkehelseinstituttet](#) som har gjennomført undersøkelsen og analysert resultatene i 2018.

## **Oppfølging av SHoT 2014 og 2010**

SHoT 2018 er en oppfølging av SHoT 2014 og SHoT 2010, og undersøkelsene dekker i all hovedsak de samme tema. I SHoT 2014 deltok 13 663 studenter. Det er tidligere gjennomført undersøkelser med mer avgrenset fokus på Universitetet i Oslo i 2003 og 2005 (HELT-undersøkelsene). Ved Sit ble det gjennomført undersøkelser blant norske studenter i 2004 og 2007, samt blant internasjonale studenter i 2009 (HoT-undersøkelsene).

## **Støtte**

SHoT 2018 er gjennomført med tilskudd fra Kunnskapsdepartementet og Helsedepartementet.

## **Datainnsamlingen**

Datainnsamlingen ble gjennomført i perioden 6. februar til 20. mars 2018 via e-post.

## **Studenthelsebegrepet**

Studietiden er viktige år der vaner dannes. I SHoT 2014 ble det blant annet avdekket at en av fem studenter sliter med alvorlige psykiske symptomplager og slike funn viser undersøkelsens viktighet. Studenthelsebegrepet setter fokus på hva som gjør studentgruppa unik og hva som kan gjøres for å bedre studenthelsen.

Nettsiden [www.studenthelse.no](http://www.studenthelse.no) ble lansert i januar 2018, for å tilgjengeliggjøre kunnskapen fra SHoT 2010 og SHoT 2014 ved en pedagogisk fremstilling. Hovedresultater fra 2018-undersøkelsen publiseres også her.

## **Forskning**

Styringsgruppen for SHoT inngikk samarbeid med FHI om forskning på dataene i 2014. Det resulterte i flere forskningsartikler publisert i internasjonale anerkjente tidsskrift. Dette samarbeidet er fortsatt for 2018-dataene. Det betyr at det også vil bli publisert forskningsartikler på de nye 2018 dataene.

Talspersoner for Studentens helse- og trivselsundersøkelse

- Kari Jussie Lønning, leder for styringsgruppen for SHoT, e-post: [KARLOE@vestreviken.no](mailto:KARLOE@vestreviken.no), tlf.: 402 24 981
- Hege Råkil, direktør Sammen Råd & Helse, e-post: [hege.rakil@sib.no](mailto:hege.rakil@sib.no), tlf.: 959 93 233
- Espen Munkvik, velferdsdirektør Sit, Velferdsadministrasjon, e-post [espen.munkvik@sit.no](mailto:espen.munkvik@sit.no), tlf.: 901 56 162

---

*Studentsamskipnaden SiO leverer tjenester til ca. 71 000 studenter ved 26 læresteder i Osloregionen. SiOs ambisjon er å gjøre Oslo til Norges mest attraktive by å studere i, gjennom å bidra til by- og campusutvikling og et attraktivt boligtilbud. SiO tilbyr ca 8600 studentboliger, helse-, rådgivning- og karrieretjenester, barnehageplasser, serveringssteder og et bredt treningstilbud gjennom SiO Athletica. SiO har 890 medarbeidere (500 årsverk) og en omsetning på om lag 1,1 milliarder kroner. [www.sio.no](http://www.sio.no).*

## Kontaktpersoner



### **Kari Jussie Lønning**

Leder for styringsgruppen for SHoT

Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT) 2018

402 24 981