



HELT ÆRLIG

Studentenes helse- og trivselsundersøkelse 2018

Hele 50 055 norske studenter har svart på undersøkelsen, også kjent som HELT ÆRLIG-undersøkelsen.

05-09-2018 11:00 CEST

Hver fjerde student sliter psykisk

Mer enn en av fire studenter opplever alvorlige psykiske symptomer viser en ny undersøkelse fra studentsamskipnadene. - Fra en av seks i 2010, til en av fem i 2014 og nå er det mer enn en av fire som sliter. Dette må vi ta på største alvor, sier leder for Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT) 2018, Kari Jussie Lønning.

Studentsamskipnadene Sammen, Sit og SiO står bak Norges største undersøkelse om studenters helse og trivsel. I dag ble 2018-rapporten lansert.

Tallene for psykiske symptomplager er høyere enn for andre i samme alder. Undersøkelsen viser en betydelig økning av antallet studenter som rapporterer å ha alvorlige psykiske symptomplager. Det øker hos begge kjønn, men endringen er mer tydelig hos kvinnelige studenter.

Undersøkelsen viser også at én av fem studenter svarer at de har skadet seg selv med vilje og like mange at har tenkt på å ta sitt eget liv. Omfanget av selvskadning er vesentlig høyere blant kvinnelige enn blant mannlige studenter.

- Studenter er i en overgang til voksenlivet. De skal klare seg selv, etablere nytt sosialt nettverk og levere på høye krav. Med tanke på omfanget av psykiske symptomplager ser dette ut til å gjøre studentene mer utsatte og sårbare, sier Lønning.

Studenthelseeksperten understreker samtidig at flertallet av studentene trives og har det bra. De fleste studentene rapporterer at de mestrer studiehverdagen. Et klart flertall av studentene (76 %) er fornøyde med studiestedet og majoriteten (88 %) svarer at de er blitt godt mottatt på nåværende studieprogram. 79 % av studentene oppgir at de har god eller svært god helse.

SHoT-undersøkelsen gir omfattende innsikt i hvordan studentene har det i dag. Lønning viser til at et sentralt formål med undersøkelsen er nettopp å gi innsikt i hvordan studentene har det og hvordan velferdstilbudet til studenter kan bedres.

- Studenter er en ressurssterk gruppe som er flinke til å benytte seg av de mestringsverktøy de får. Nå blir det viktig å diskutere med studentene, samskipnadene, utdanningsinstitusjonene og statsråden hvordan vi skal følge opp, avslutter Lønning.

50 054 studenter i alderen 18-35 år fra hele landet og norske studenter i utlandet har besvart undersøkelsen som kartlegger studentenes helse og trivsel i bred forstand. SHoT-undersøkelsen er initiert av Studentsamskipnaden i Gjøvik, Ålesund og Trondheim ([Sit](#)), Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus ([SiO](#)) og Studentsamskipnaden på Vestlandet ([Sammen](#)). Styringsgruppen har inngått samarbeid med [Folkehelseinstituttet](#) og de har gjennomført undersøkelsen og analysert resultatene i 2018. Se hele rapporten på: www.studenthelse.no.

Talspersoner for Studentenes Helse- og Trivselsundersøkelse

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

SiO (Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus) leverer tjenester til mer enn 67 000 studenter ved 24 læresteder i Osloregionen. SiOs tilbud skal bidra til høy studiekvalitet og lik rett til utdanning, og inkluderer blant annet 8 900 studentboliger, helsetjenester, barnehager, cirka 40 serveringssteder og et bredt treningstilbud gjennom SiO Athletica. SiO har rundt 600 medarbeidere og en omsetning på om lag 1,1 milliarder kroner. www.sio.no

Kontaktpersoner



Kari Jussie Lønning

Leder for styringsgruppen for SHoT
Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT) 2018
402 24 981