

# SHOT

Tilleggsundersøkelse 2021



26-04-2021 13:39 CEST

## Halvparten av studentene sliter psykisk

**I dag ble de rykende ferske tallene om studentenes helse offentliggjort. Halvparten av studenter opplever alvorlige psykiske symptomer, viser tilleggsundersøkelsen til SHoT fra studentsamskipnadene. I 2018 viste tallene på landsbasis at 32 prosent av studentene slet med alvorlig psykiske plager, i år er tallet 45 prosent.**

Covid-19 har, som forventet, forverret både den psykiske og fysiske helsen for studentene.

- Årets undersøkelse bekrefter at studentene opplever digital undervisning som vanskelig. Mange har flyttet og mangler nettverk, og blir sittende med egne tanker, sier avdelingsleder Helse Tromsø, Bente Bjørkly Høiset.

57 % av studentene ved Norges arktiske studentsamskipnad opplever at de har moderate til alvorlige psykiske plager, sammenliknet med 43 % i 2018. 18 % av studentene oppgir å ha en psykisk lidelse, mot 16 % i 2018. 37 % av studentene føler seg ensomme, kontra 23 % i 2018. 29 % av studentene føler seg isolert, mot 18 % i 2018. 78 % av studentene opplyser at de savner kontakt med medstudentene.

Overnevnte tall for Norges arktiske studentsamskipnad er noe bedre enn landsgjennomsnittet. Dette kan sees i sammenheng med at våre studenter er mer på campus enn studentene på landsbasis.

Studentenes vurderer sin egen helse betydelig dårligere i 2021 sammenliknet med 2018. 43 % av studentene har søvnproblemer, kontra 32 % i 2018. Når det gjelder å søke hjelp for psykiske vansker, opplyser 22 % av studentene at de har gjort dette, mot 15 % i 2018.

- Tallene viser at menn søker sjeldnere hjelp for både sine psykiske og fysiske plager. Dette er gjenkjennbart fra før korona, og gjelder for helsetjenester generelt, sier Høiseth.

Det er ikke bare studentenes psykiske helse som er forverret. 74 % av studentene opplever sin egen fysiske helse som god eller svært god, kontra 78 % i 2018. 46 % har søkt hjelp for fysiske plager, mot 44 % i 2018.

- Som vi fryktet og trodde, så ser vi at studentene savner hverandre og de sosiale møteplassene. Heldigvis er vi godt i gang med lavterskeltiltak gjennom regjeringens studentpakke, hvor 60 studenter skal lage

arrangementer og aktiviteter for andre studenter, sier administrerende direktør Hans Petter Kvaal.

-----

### Om SHoT-undersøkelsen:

Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT) kartlegger studentenes helse og trivsel i bred forstand, med hovedvekt på psykososiale forhold. Dette er Norges største studentundersøkelse om temaet. Så mange som 50 055 studenter svarte på SHoT-undersøkelsen i 2018.

SHoT tilleggsundersøkelse 2021 ble gjennomført i mars og april. Formålet var å kartlegge hvordan studentenes helse- og trivselsituasjon har vært det siste året. Dette er en kortere undersøkelse med et utvalg av temaer som skal fange opp forhold knyttet til koronapandemien.

Ti studentsamskipnader deltok, og til sammen representerer dette 71 % av alle studenter på norske universitet og høyskoler. Undersøkelsen er en oppfølging av SHoT 2018.

Undersøkelsen gjennomføres av Folkehelseinstituttet på oppdrag fra studentsamskipnadene SiO, Sammen og Sit.

---

Norges arktiske studentsamskipnad er velferdsorganisasjonen for de 16000 studentene som er tilknyttet UiT – Norges arktiske universitet og UNIS Universitetsstudiene på Svalbard.

Vår oppgave er å sørge for gode rammer i studietida slik at studentene opplever mestring, trivsel og trygghet. Det gjør vi gjennom tilbud om studentboliger, rådgiving, barnehager, mat og drikke, idrett og studenthus. Vi

har alltid studenten i fokus.

Samskipnaden har omkring 450 ansatte, og våre tilbud er tilknyttet campusene i Alta, Hammerfest, Harstad, Narvik, Svalbard og Tromsø.

## Kontaktpersoner



### **Sarah Yttermo Reibo**

Pressekontakt

Kommunikasjonssjef

[sarah.y.reibo@samskipnaden.no](mailto:sarah.y.reibo@samskipnaden.no)

+47 91 84 81 20



### **Hans Petter Kvaal**

Pressekontakt

Administrerende direktør

Ledelse

[hans.petter.kvaal@samskipnaden.no](mailto:hans.petter.kvaal@samskipnaden.no)

95075050



### **Bente Bjørkly Høiseth**

Avdelingsleder Studentrådgivinga

Helse

[bente.b.hoiseth@samskipnaden.no](mailto:bente.b.hoiseth@samskipnaden.no)

40820267