

Pressemelding fra Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT)

## Hver fjerde student sliter psykisk

**(Oslo 5.9.18) Mer enn en av fire studenter opplever alvorlige psykiske symptomer viser en ny undersøkelse. - 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 symptomer er høyere enn for andre i samme alder. Undersøkelsen viser en betydelig økning av antallet studenter som rapporterer å ha alvorlige psykiske symptomer. 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 selvskading 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 symptomer 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 mestingsverktøy 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](http://www.studenthelse.no).

### 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