

# Studentenes helse og trivsel kartlegges

## Hvordan er det egentlig å være student inn i det tredje koronaåret?

**Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT) gjennomføres hvert fjerde år, og 8. februar ble undersøkelsen sendt ut på ny, til mer enn 180 000 norske studenter i hele landet og i utlandet.**

Undersøkelsen er den største, norske undersøkelsen om studenters helse og trivsel. Den er kanskje også den største undersøkelsen internasjonalt, heter det pressemeldingen fra Studentsamskipnaden SiO.

– Det har stor samfunnsverdi å få innsikt i hvordan studentene har det, og å se utviklingen innenfor helse, psykisk helse, trivsel og flere tema, sier Kari-Jussie Lønning, styringsgruppeleder for SHoT.

### Viktige svar om studentenes behov

Hovedundersøkelsen er tidligere gjennomført i 2010, 2014 og 2018. For å fange opp

endringer under koronapandemien ble det i 2021 gjennomført en kortere versjon av undersøkelsen. Kunnskapsgrunnlaget fra SHoT benyttes både til å utvikle bedre studenttilbud og som datagrunnlag for helseforskning

– Formålet med SHoT er å kartlegge utviklingen i studentenes helse- og trivsel-situasjon. Undersøkelsen er med på å gi oss svar på studentenes behov og opplevelse av studiehverdagen, sier Lønning.

### Temaer i SHoT-undersøkelsen 2022 er:

- Forhold på studiestedet
- Studieferdigheter
- Sosiale forhold
- Boligsituasjon
- Økonomi
- Trivsel og livskvalitet
- Fysisk og psykisk helse
- Rusmidler

- Søvn
- Suicidalitet og selvskading
- Mobbing og seksuell trakassering
- I tillegg blir studentene spurt om digital undervisning og koronarelaterte tema.

### Inkluderer flere grupper

Undersøkelsen gjennomføres av Folkehelseinstituttet på oppdrag fra studentsamskipnadene Sit (for studentene i Gjøvik, Trondheim og Ålessund), Sammen (for studenter på Vestlandet) og SiO (for studenter i Oslo-regionen).

– Nytt i 2022 er at også studenter over 35 år er inkludert i undersøkelsen. Fra og med fjorårets tilleggsundersøkelse er studenter ved landets fagskoler også inkludert som en egen gruppe, forteller Lønning.

Tidligere undersøkelsesrapporter er tilgjengelige på [www.studenthelse.no](http://www.studenthelse.no)



Foto: iStock.com