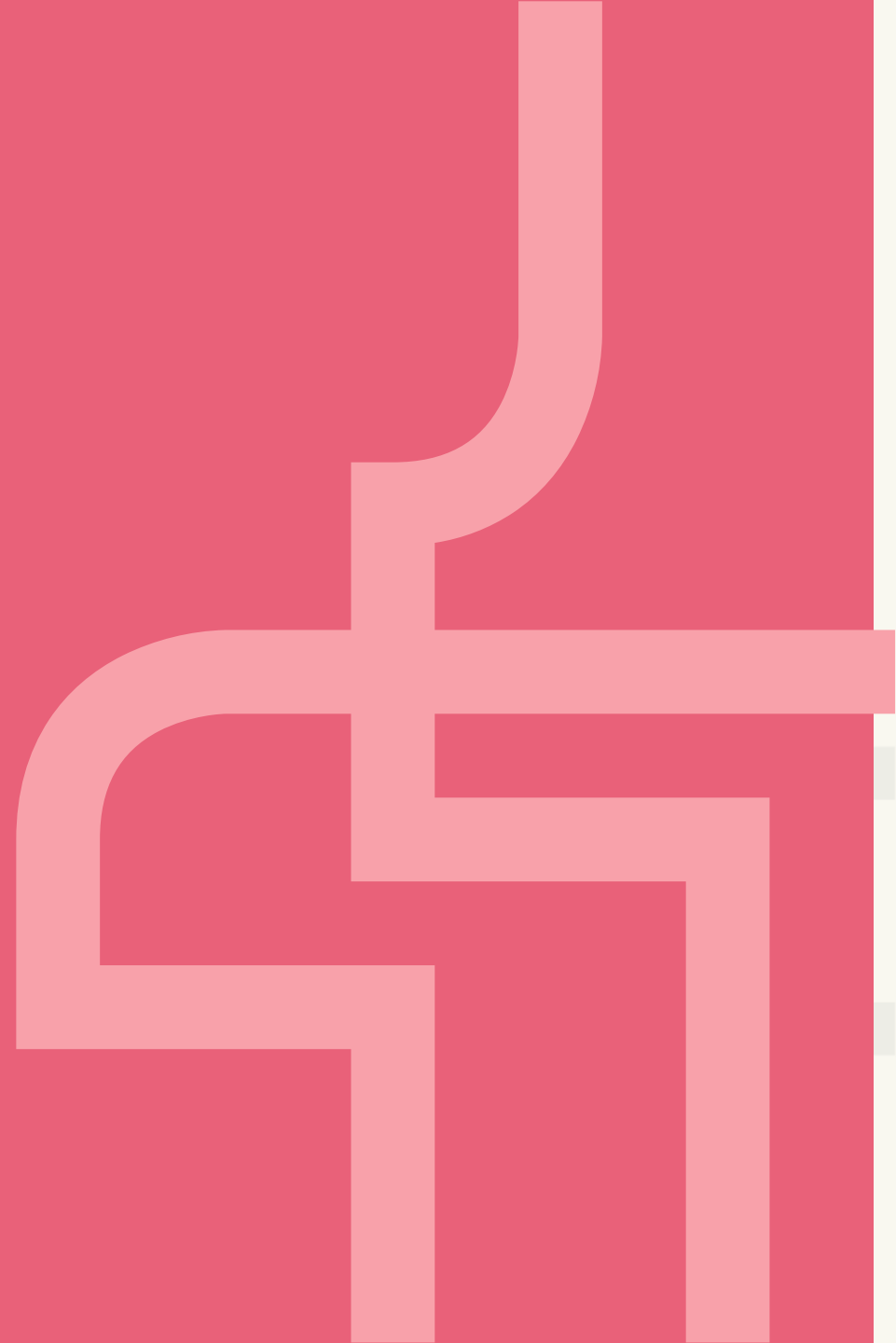


SHOT

Tilleggsundersøkelse 2021

Espen Munkvik

 sit



Norges største undersøkelse om studenthelse

 e sit



sammen
Studentsamskipnaden på Vestlandet



Hvert fjerde år, men så kom pandemien



SHoT 2007, 2009, 2010, 2014, 2018
og 2021



folkehelseinstituttet



DU BEISER ALDRU ALENE

Lånekassen

e sit

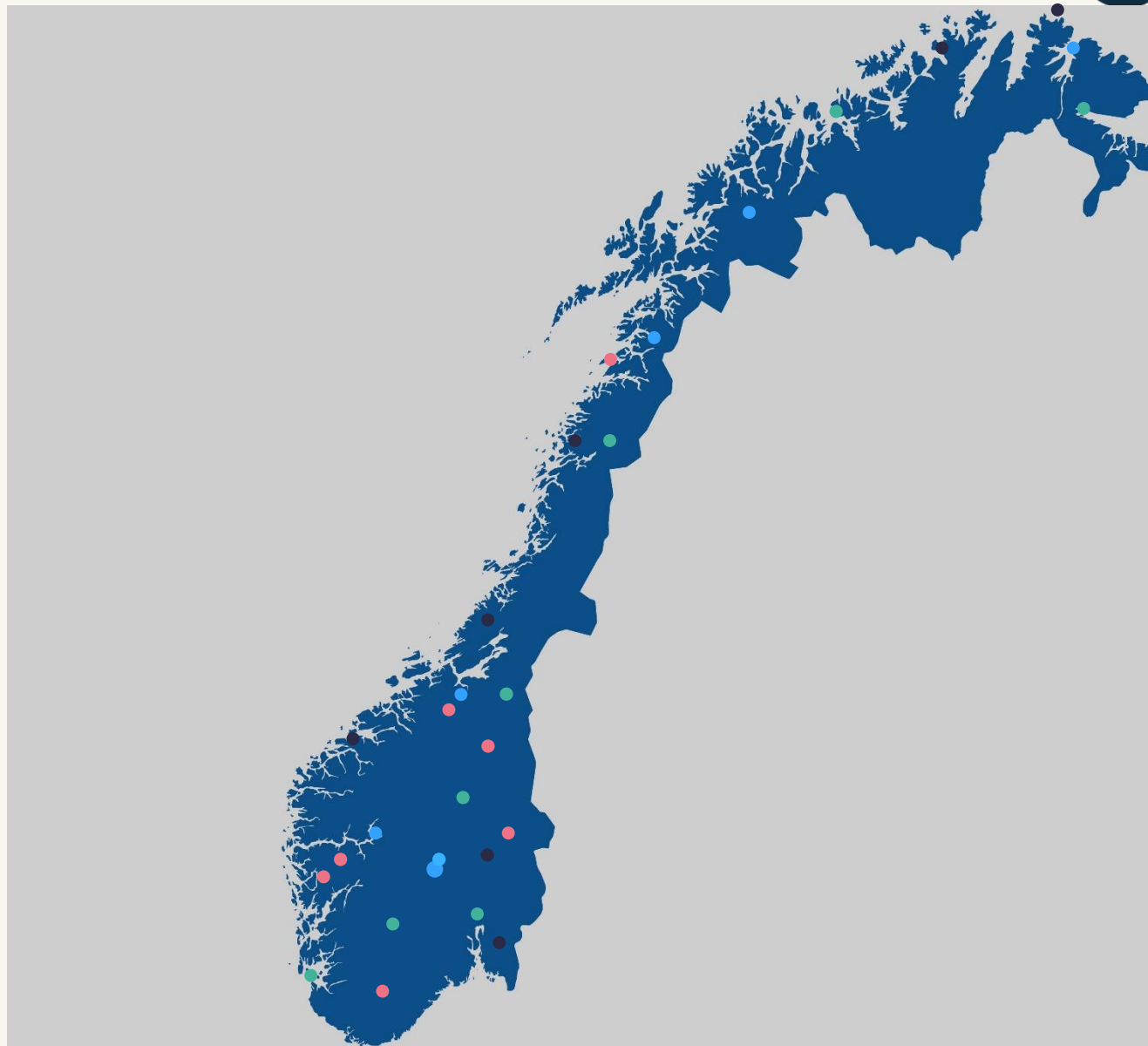
62498

studenter svarte
på undersøkelsen



Metode

1. Anerkjente målemetoder
2. REK-godkjent
3. Forskning på resultatene



2018



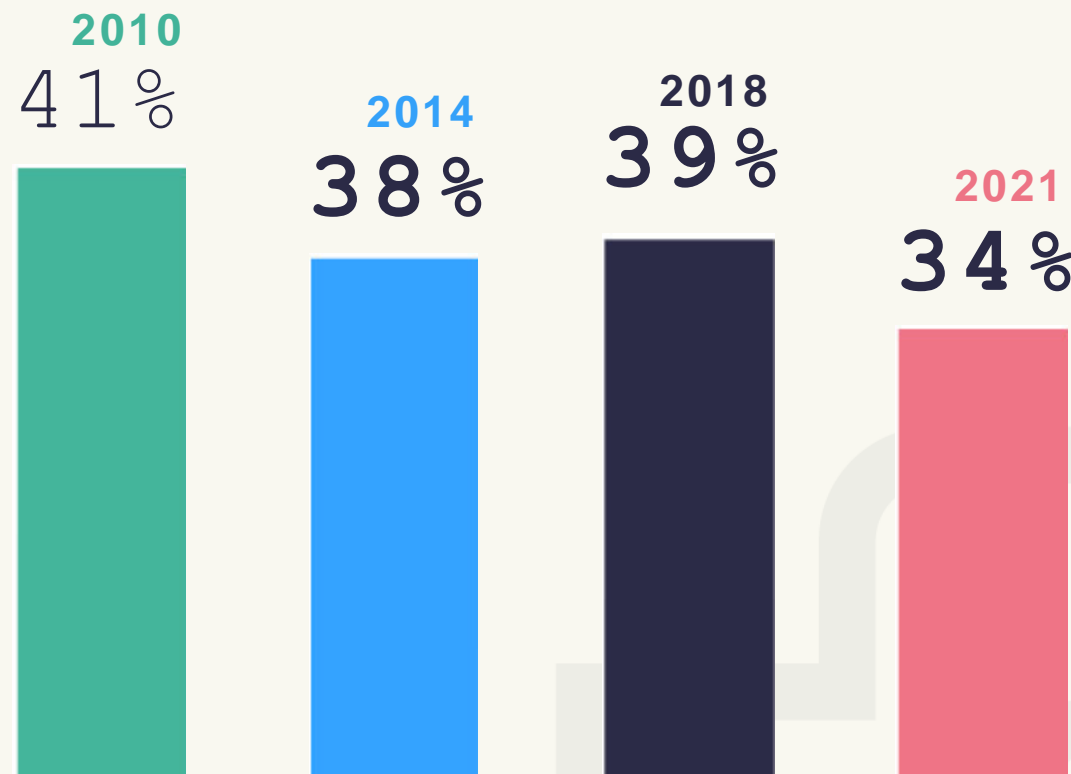
2021

Tydlig preget av pandemi

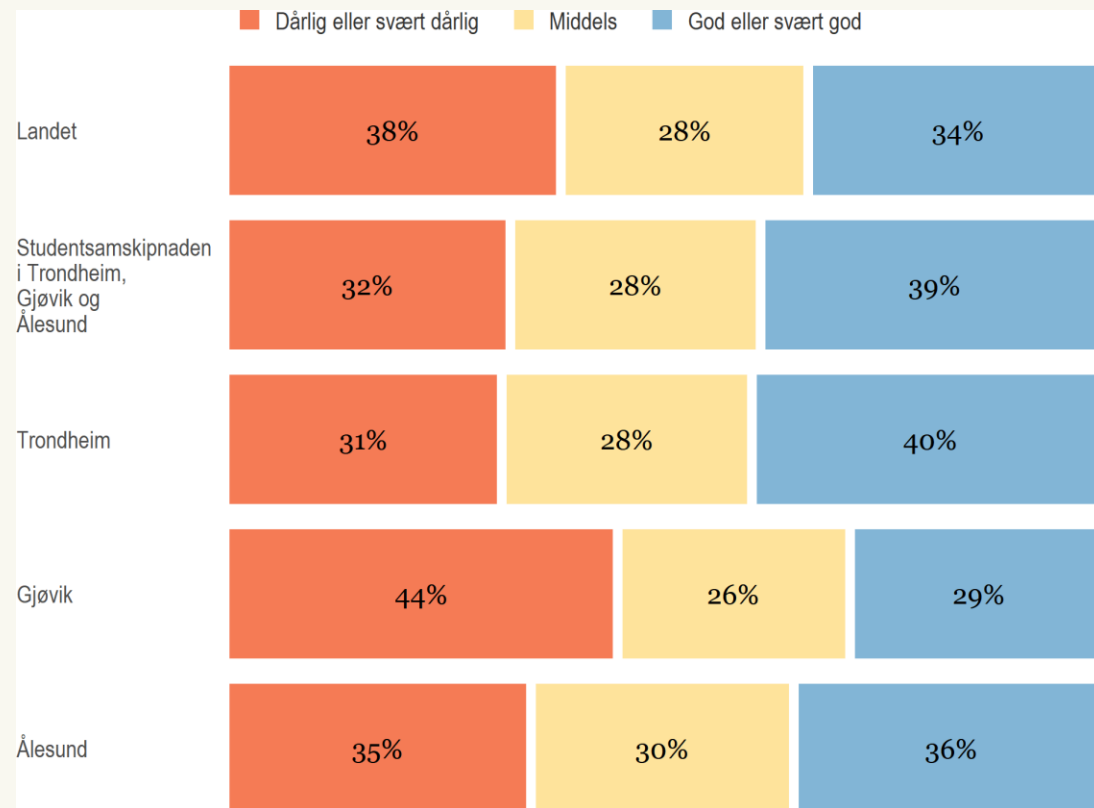


Livskvalitet

Færre oppgir god livskvalitet



Psykisk helse og trivsel

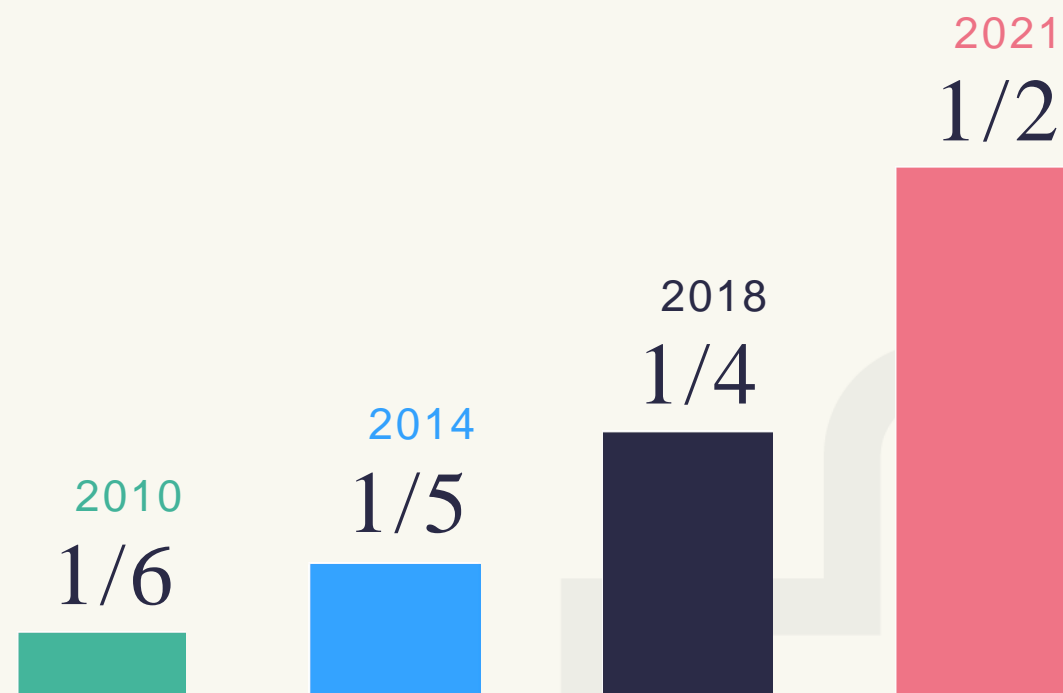


- Livskvalitet totalt



Psykisk helse

Annen hver student sliter psykisk

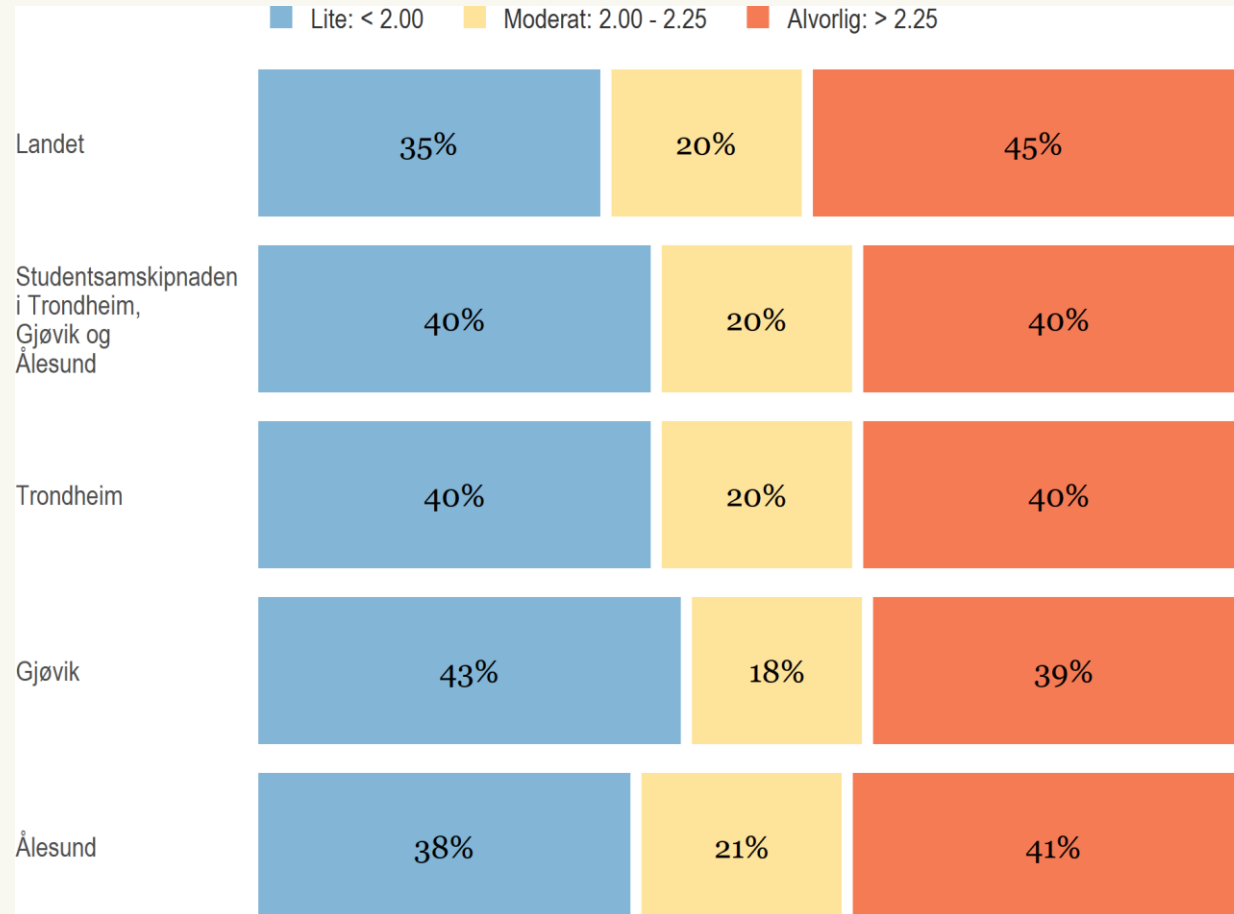


Psykiske plager

Psykiske plager er målt med en kortversjon av Hopkins Symptom Checklist (HSCL-5).

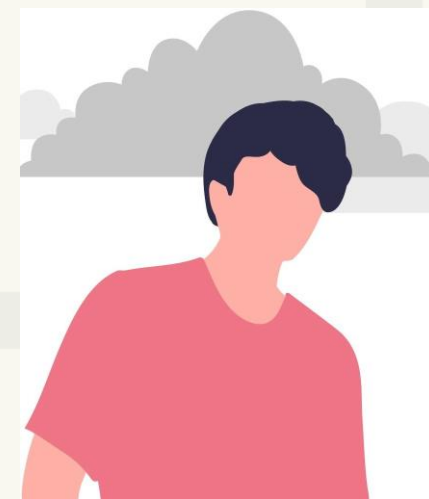


HSCL5 3-delt

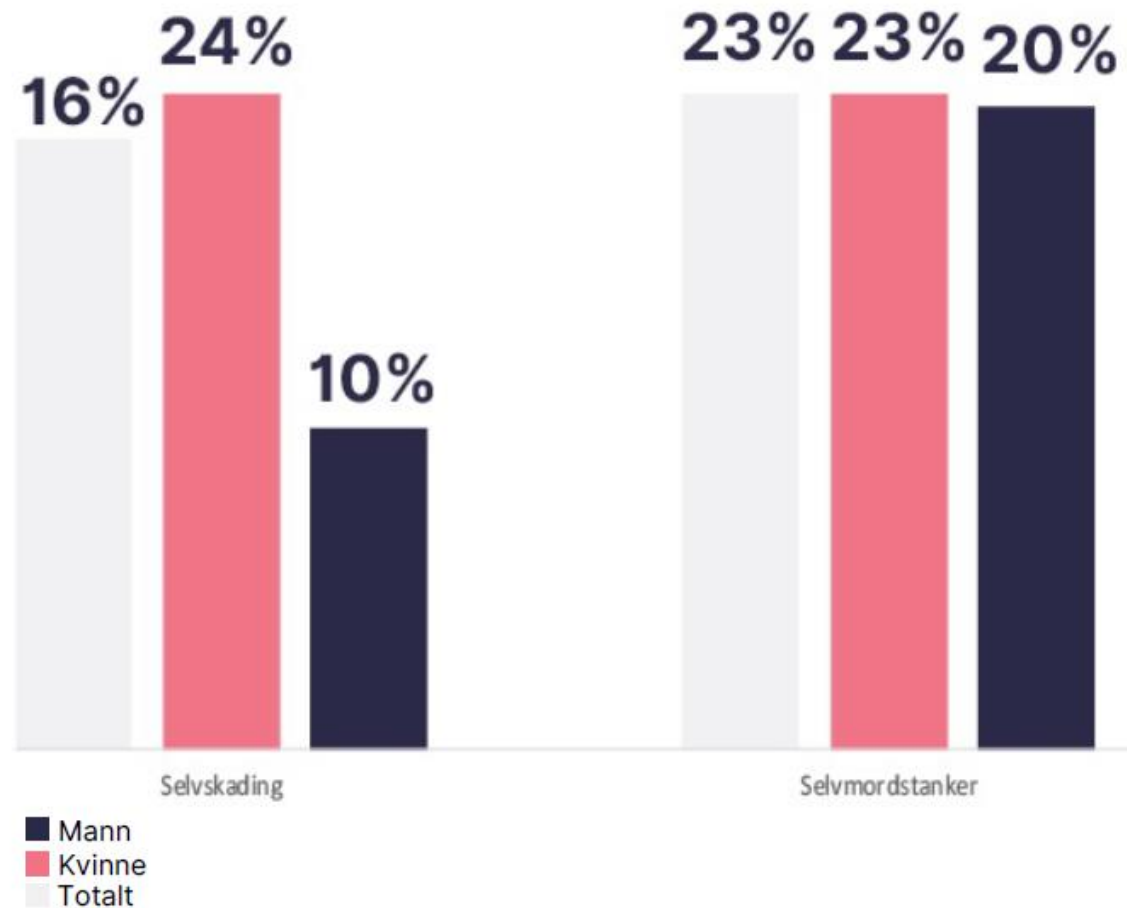


Psykiske lidelser

Totalt 18 %
av studentene sier at
de har en psykisk lidelse

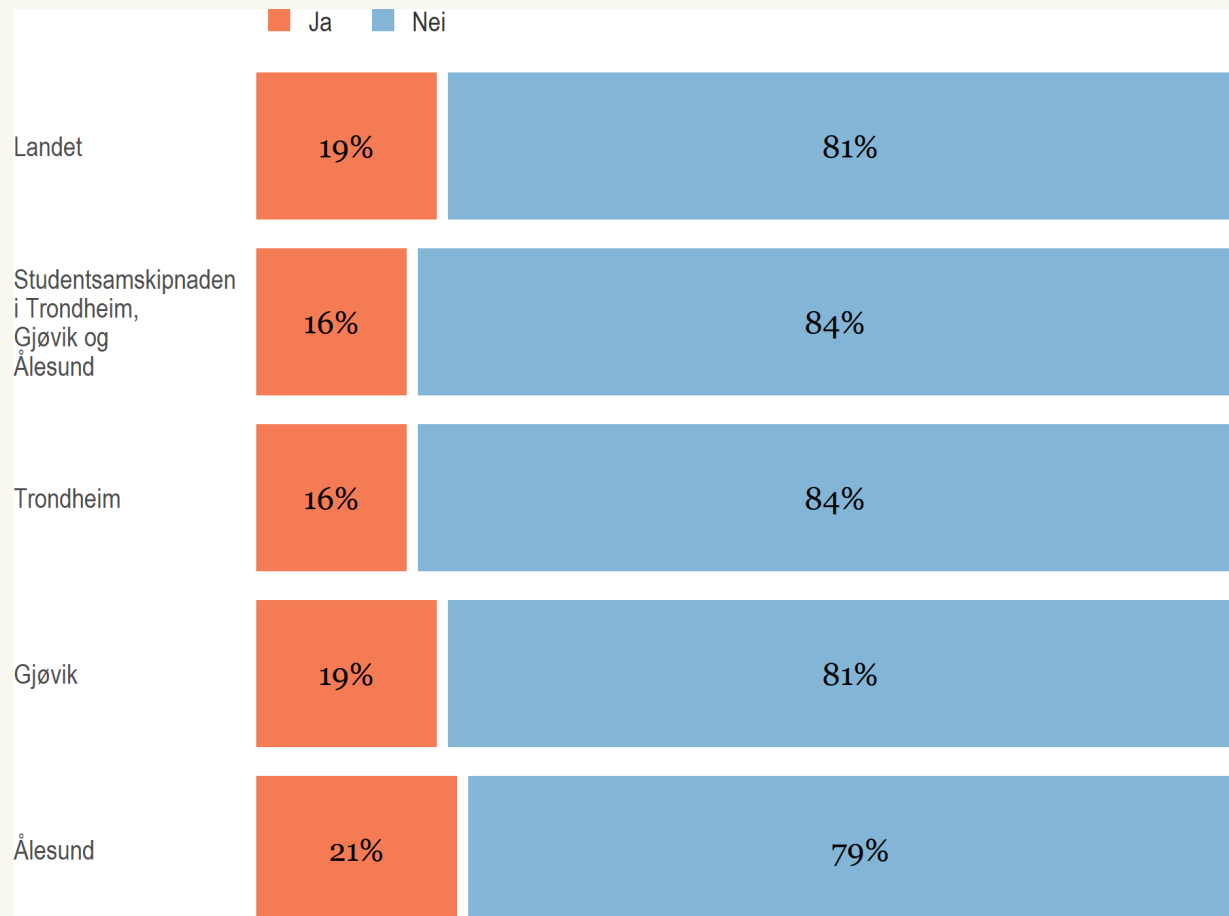


Suicidalitet og selvskading

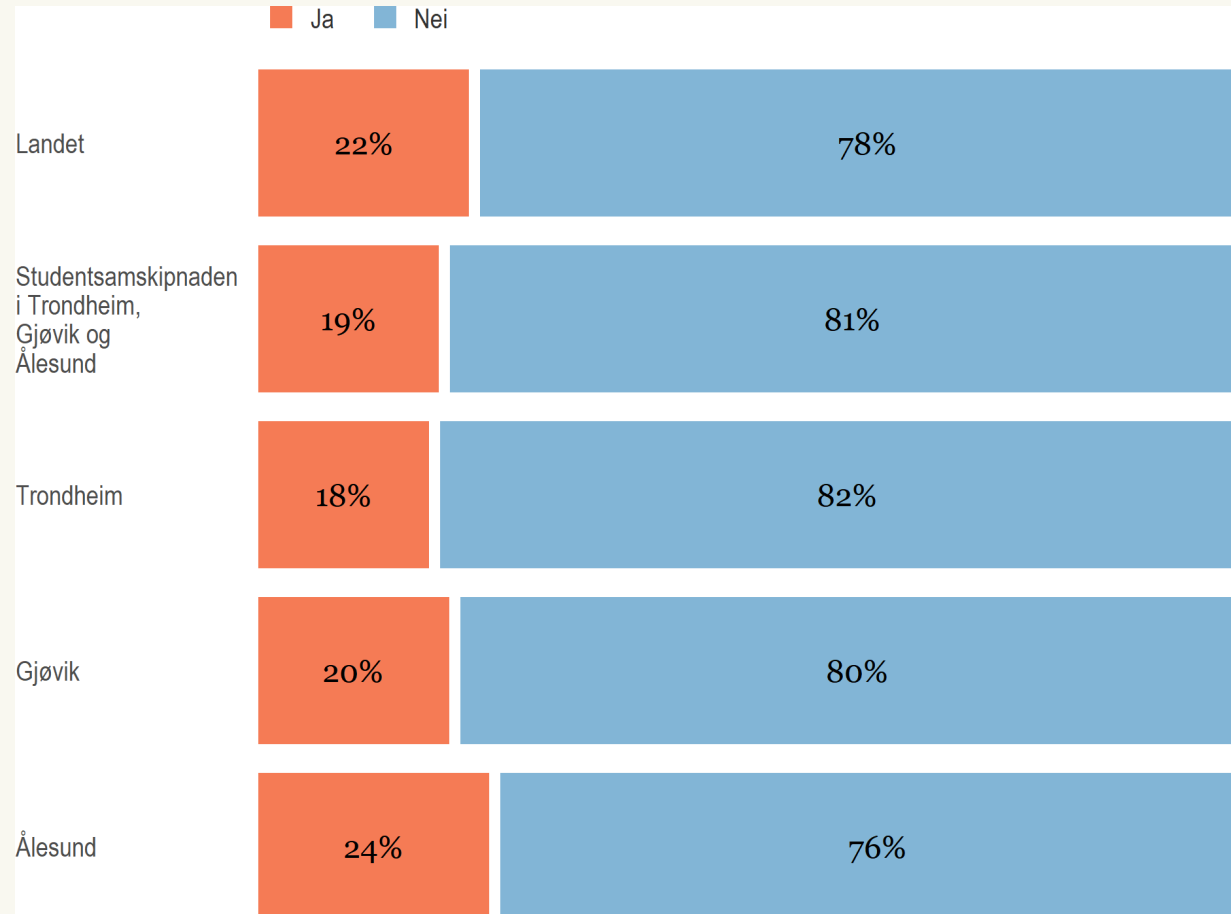


Selvskading

Har du noen gang skadet deg selv med vilje på en eller annen måte (uten intensjon om å ta ditt eget liv)

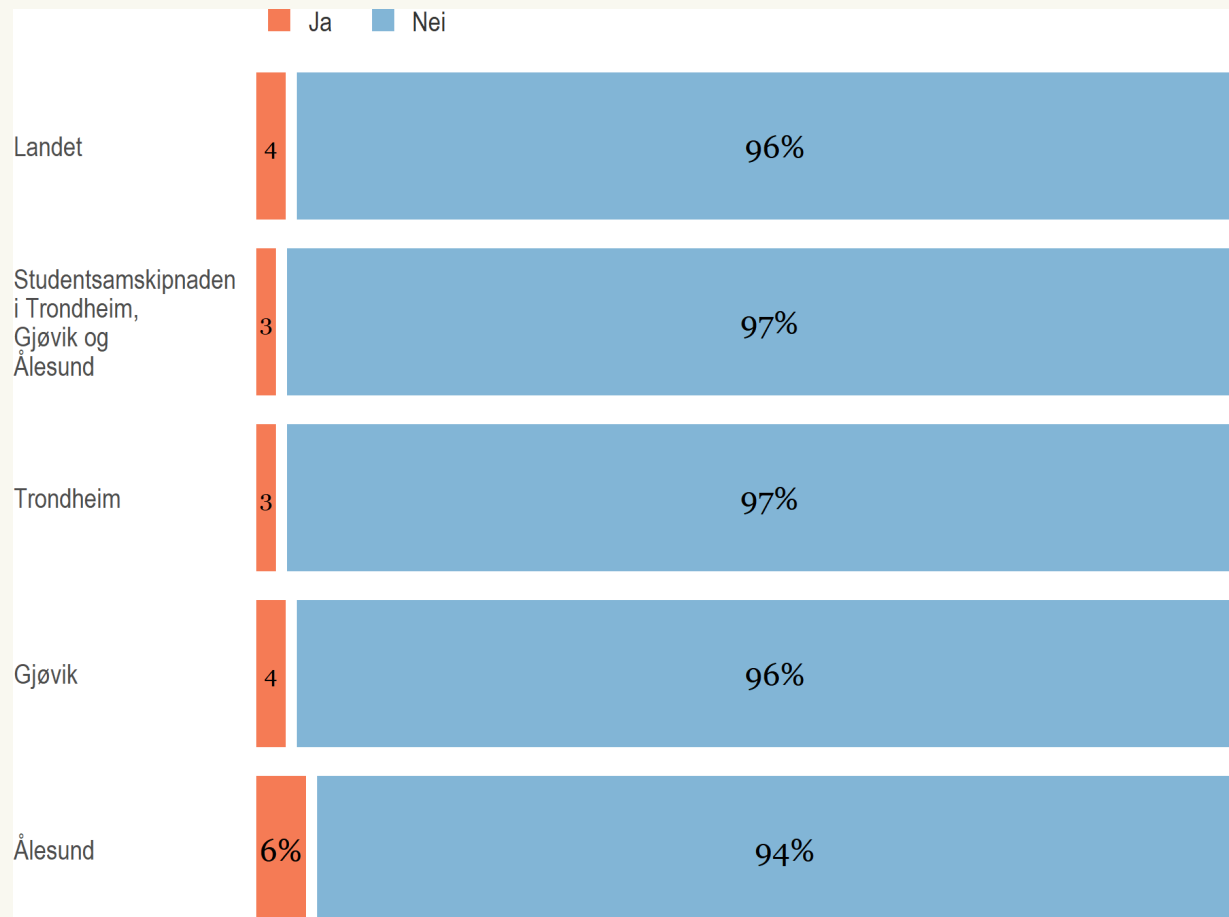


Har du noen gang seriøst tenkt på å skade deg selv med vilje?

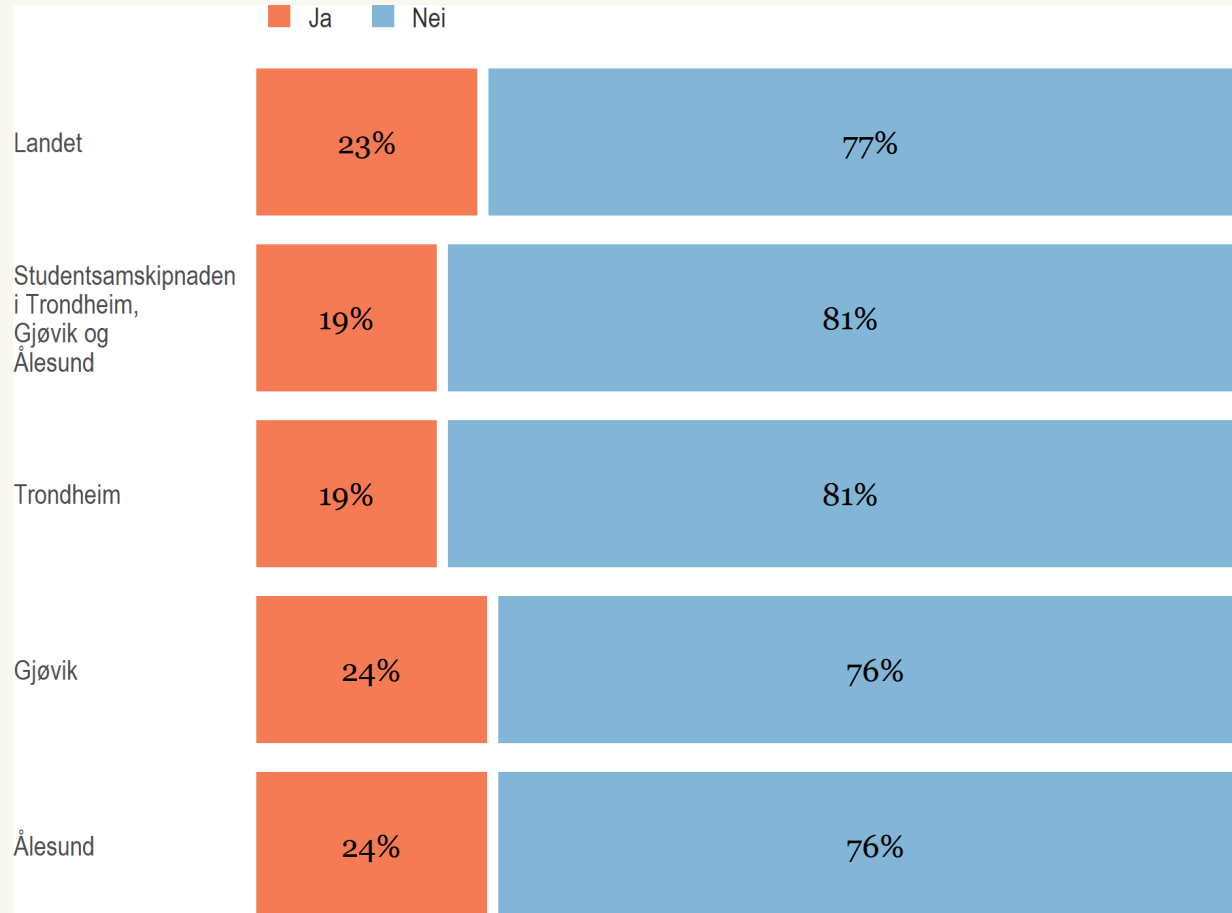


Selvmord

Har du noen gang forsøkt å ta ditt eget liv, ved å ta en overdose piller eller på en annen måte?



Har du noen gang seriøst tenkt på å ta sit ditt eget liv?



2018: 30%

Ensomhet

svarte ofte/svært ofte
på et av tre spørsmål
om ensomhet

2021: 54%

svarte ofte/svært ofte
På et av tre spørsmål
om ensomhet

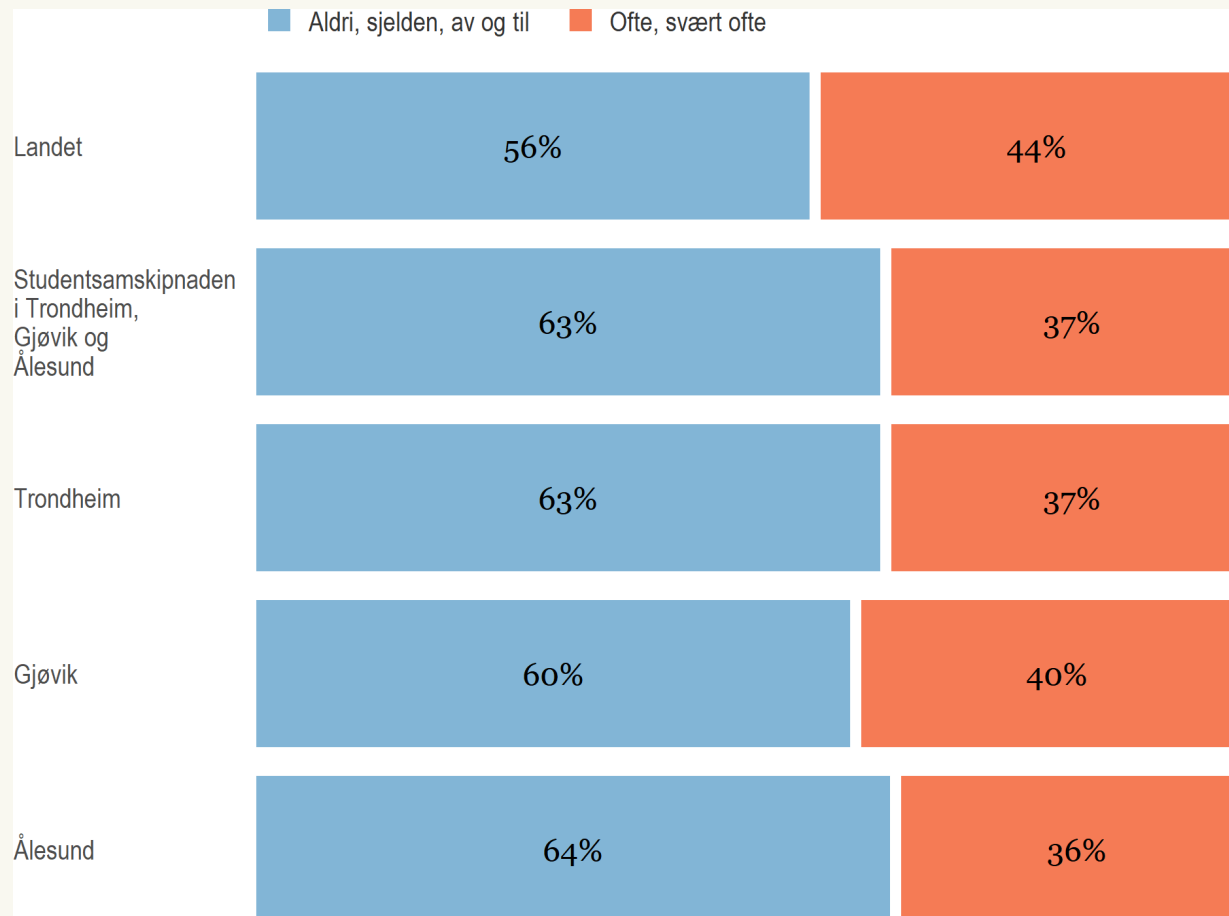
A decorative graphic in the bottom right corner consisting of several thick, light gray lines that form a series of connected, rounded rectangular shapes, resembling a stylized staircase or a path.

Ensomhet

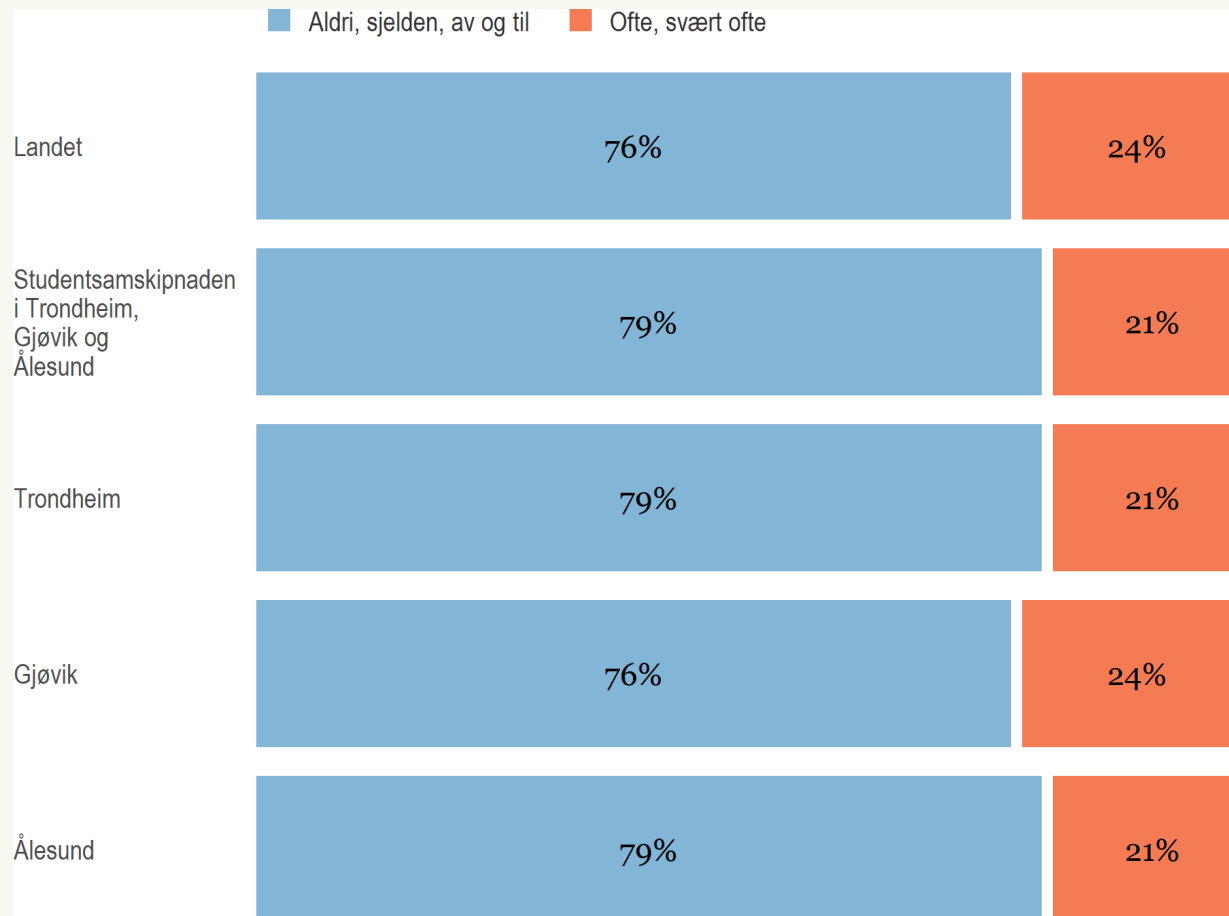
Ensomhet er målt med skalaen «The Three-Item Loneliness Scale» (T-ILS), en kortversjon av the UCLA Loneliness Scale.



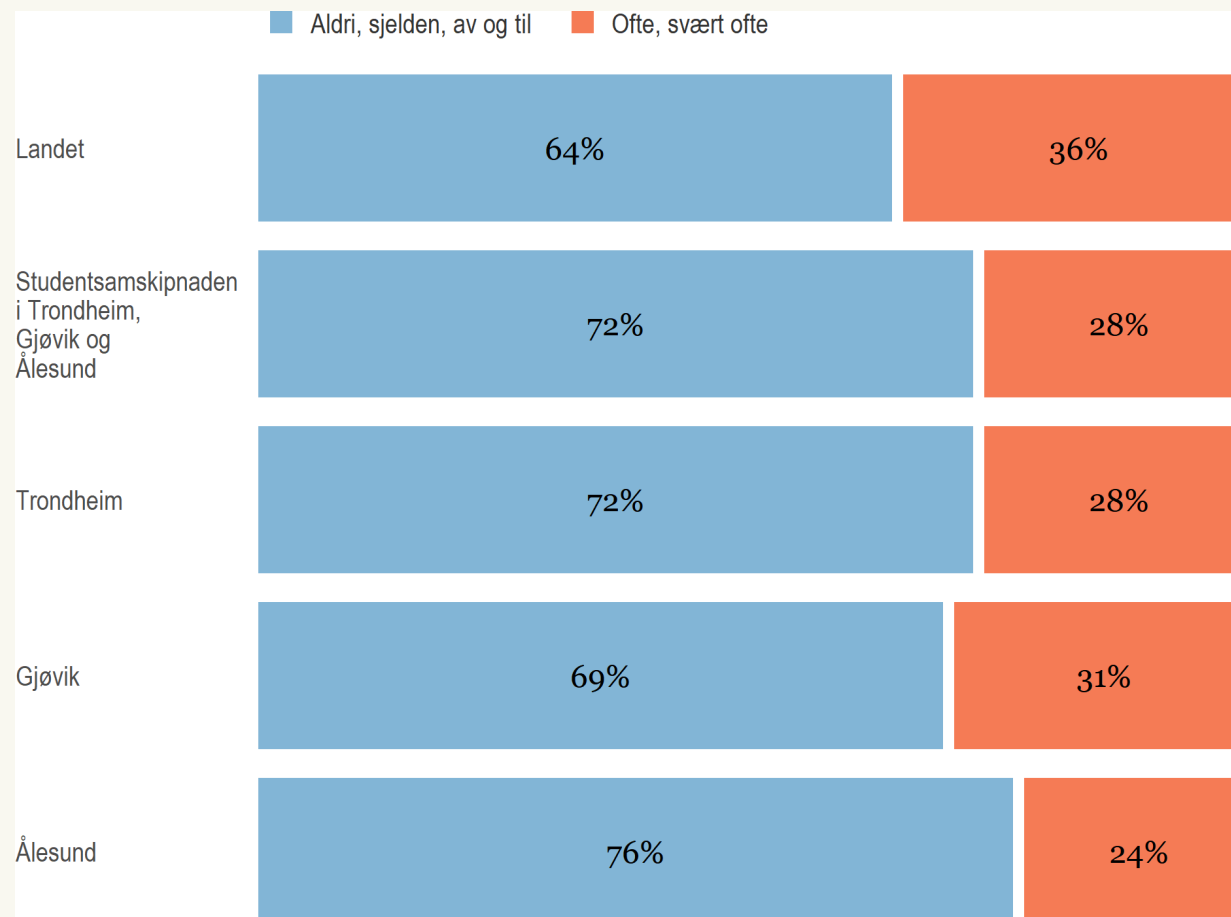
Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med?



Hvor ofte føler du deg utenfor?



Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?



Ensomhet

•**44%** oppgir at de ofte/svært ofte savner noen å være sammen med.
24% oppgir at de ofte/svært ofte føler seg utenfor.

37% oppgir at de ofte/svært ofte føler seg isolert.

Fysisk helse

68 % av studentene oppgir at de har god eller svært god helse.



Miljøforhold utenfor helsetjenestene

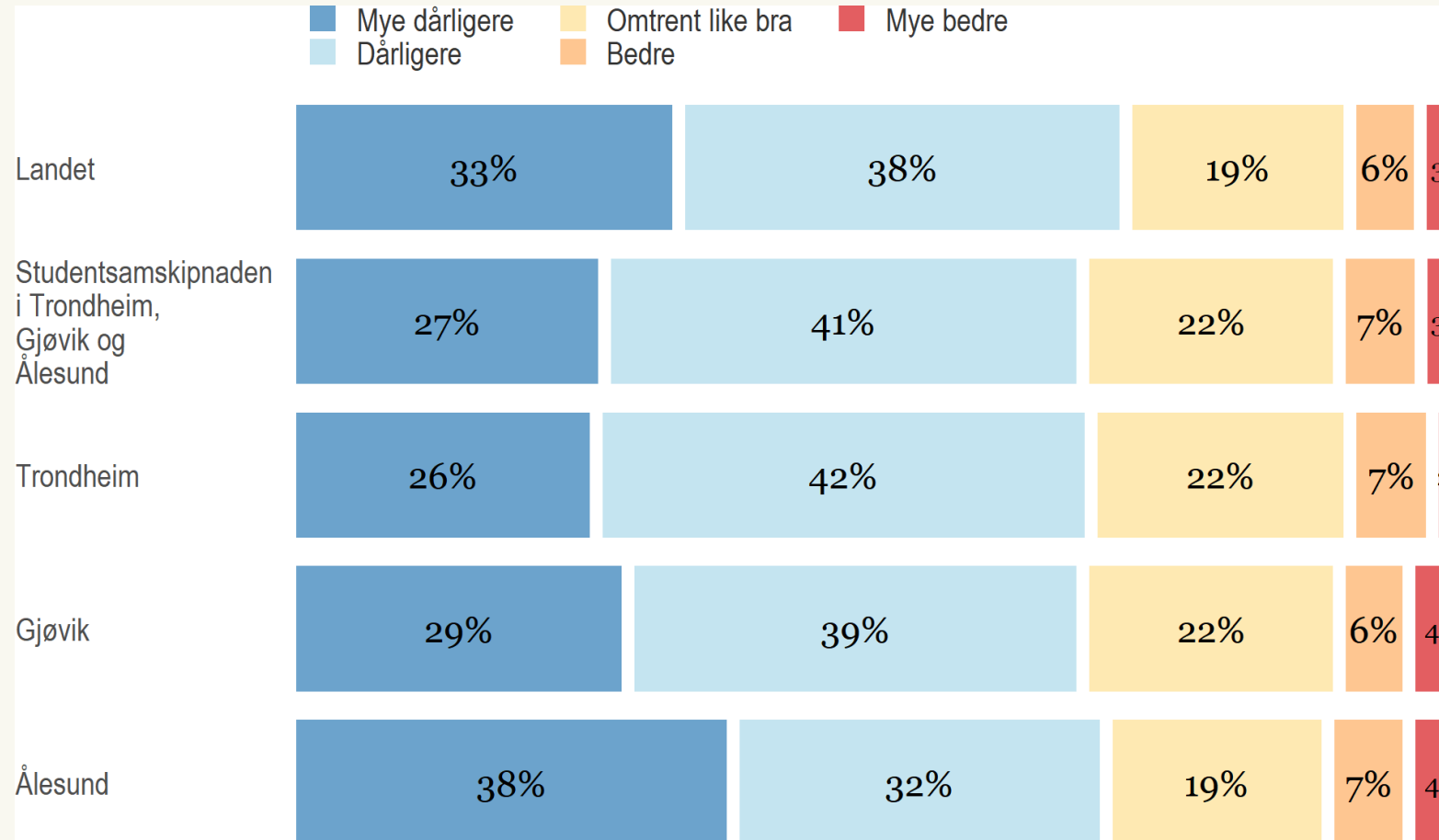


- Prioriter arenaer utenfor helsetjenestene. Det er ikke helsevesenet helsen produseres. Den produseres der folk lever sitt liv – i familien og barnehagen, på skolen og arbeidsplassen, i idretten og kulturlivet, og på aldershjemmet. Familien, barnehagen og skolen er viktigst. Bedre helsetjenester har relativt liten effekt på befolkningens helse. Det er det vi gjør ellers som teller (Hogan, 2002; Major et al., 2011).

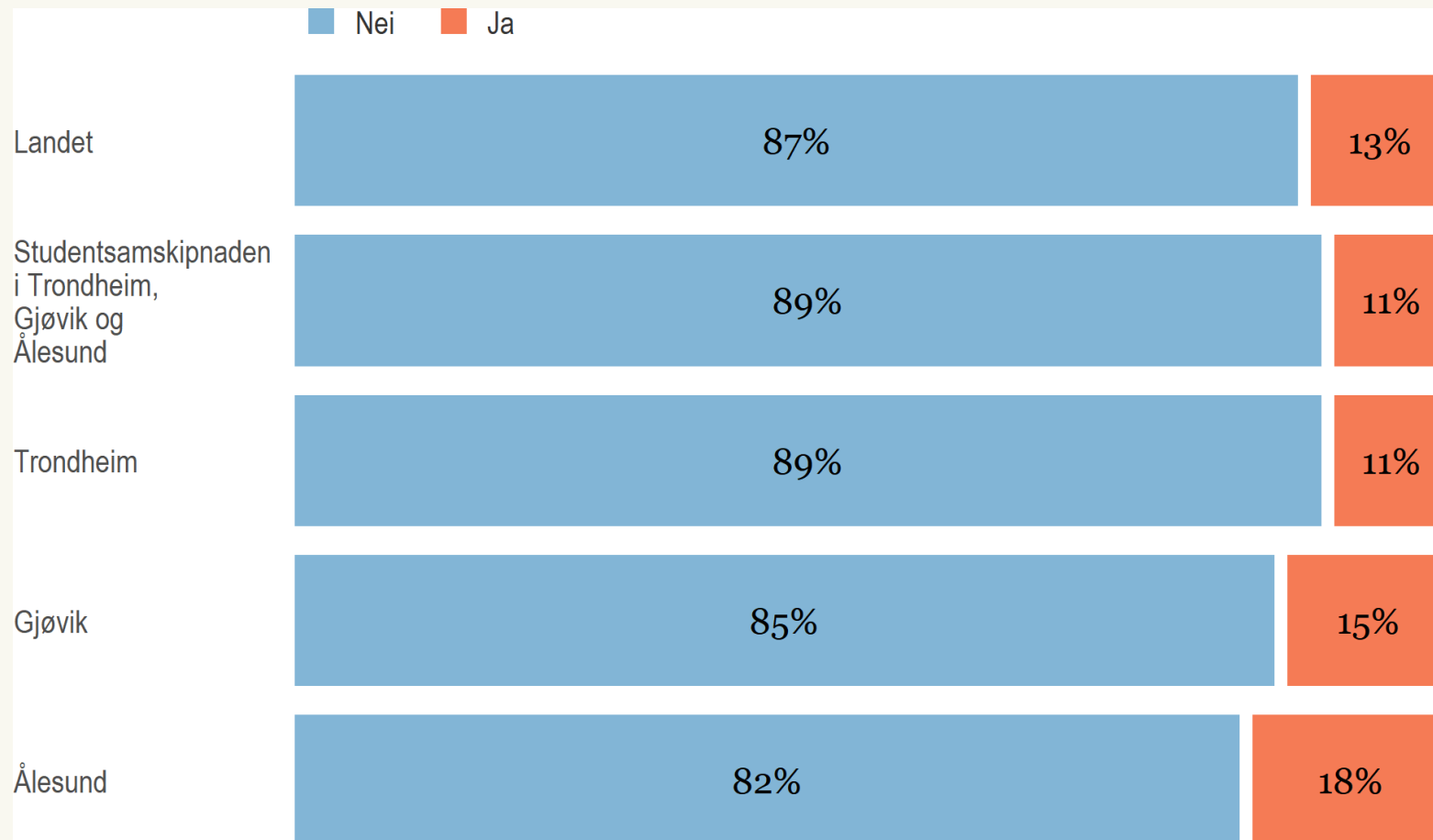
7 av 10 vurderer den digitale undervisningen som dårligere eller mye dårligere.



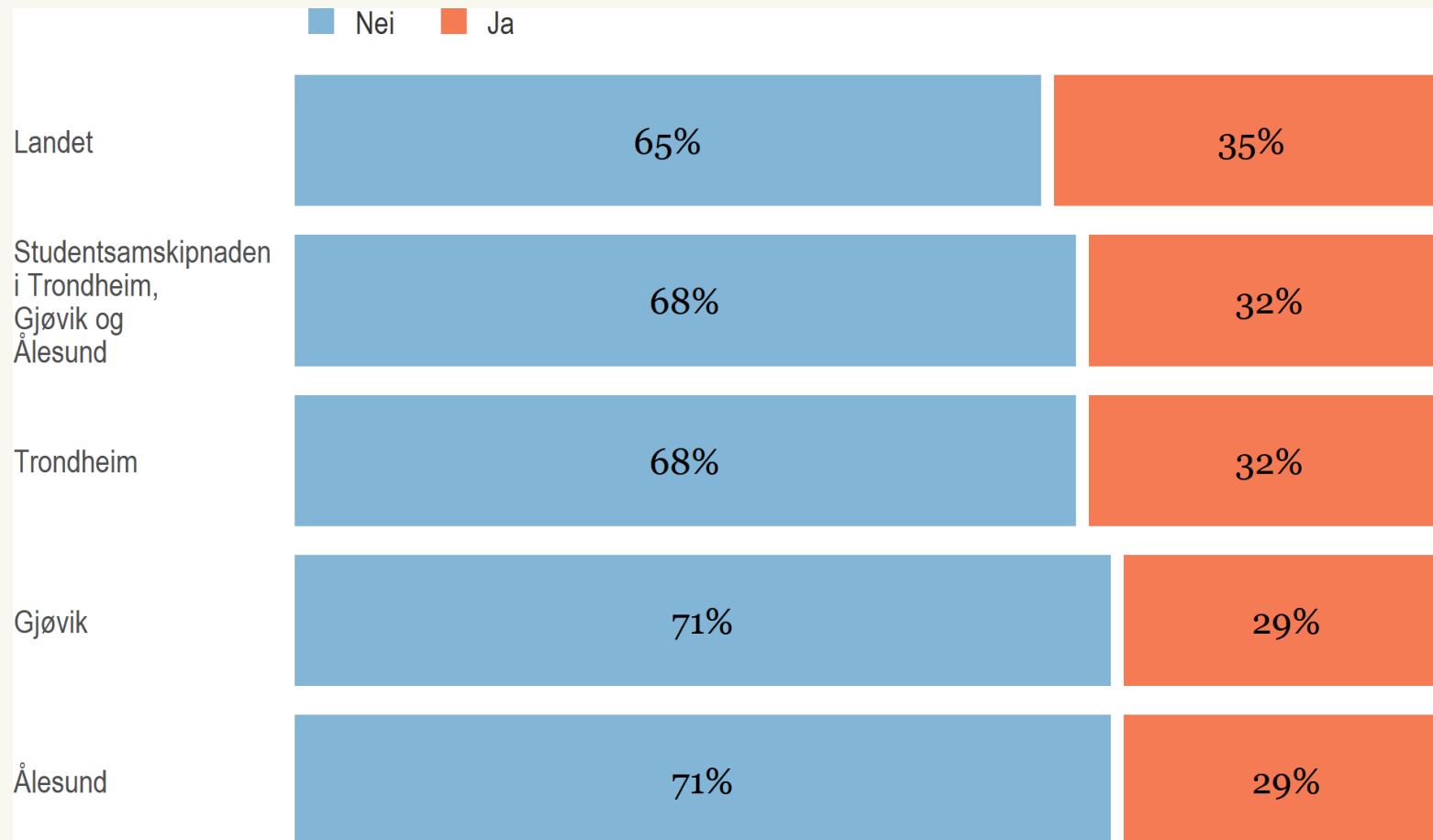
Hvordan synes du den digitale undervisningen fungerer så langt sammenlignet med tradisjonell undervisning?



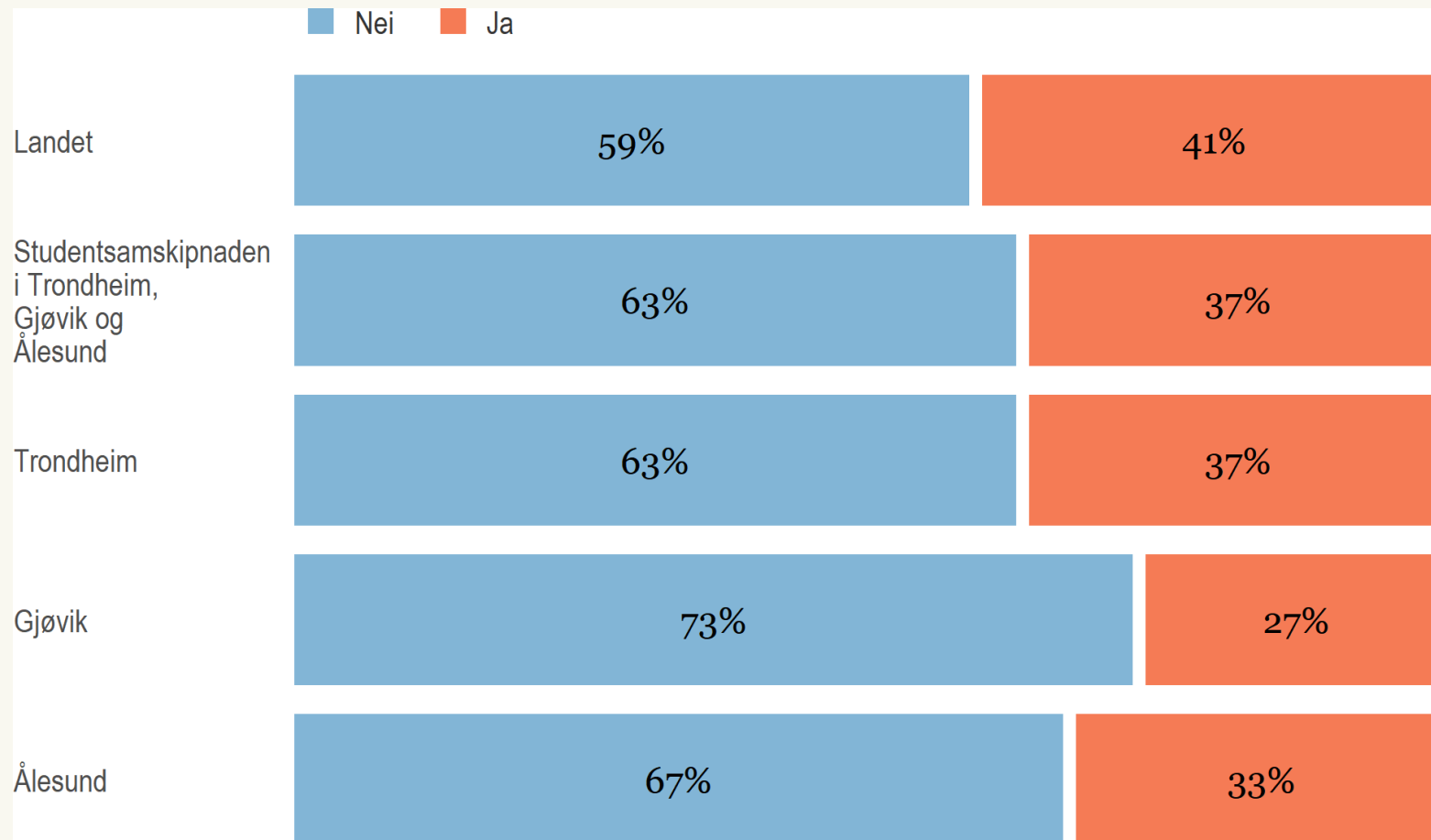
Manglende utstyr



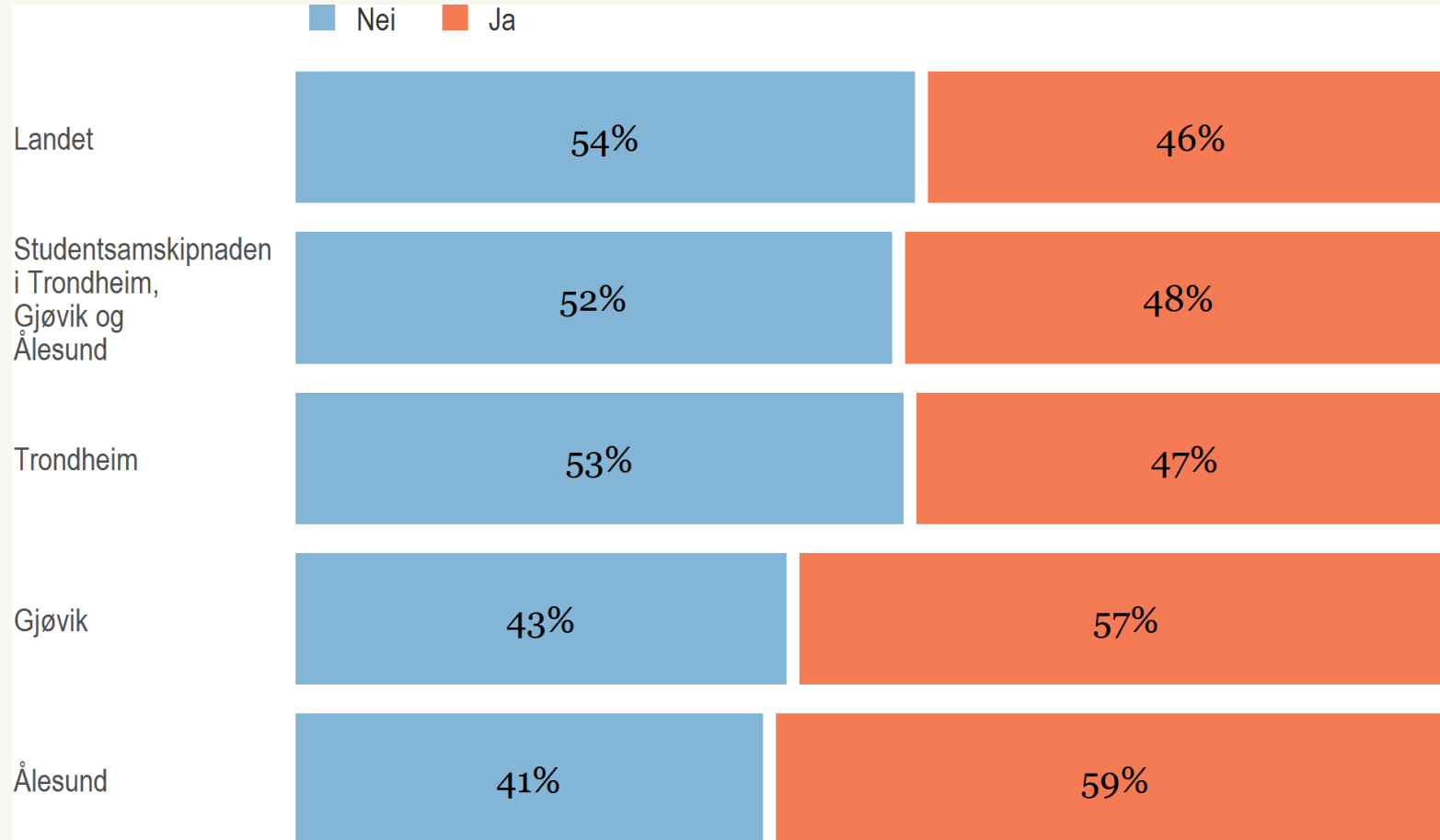
Ustabil internettforbindelse



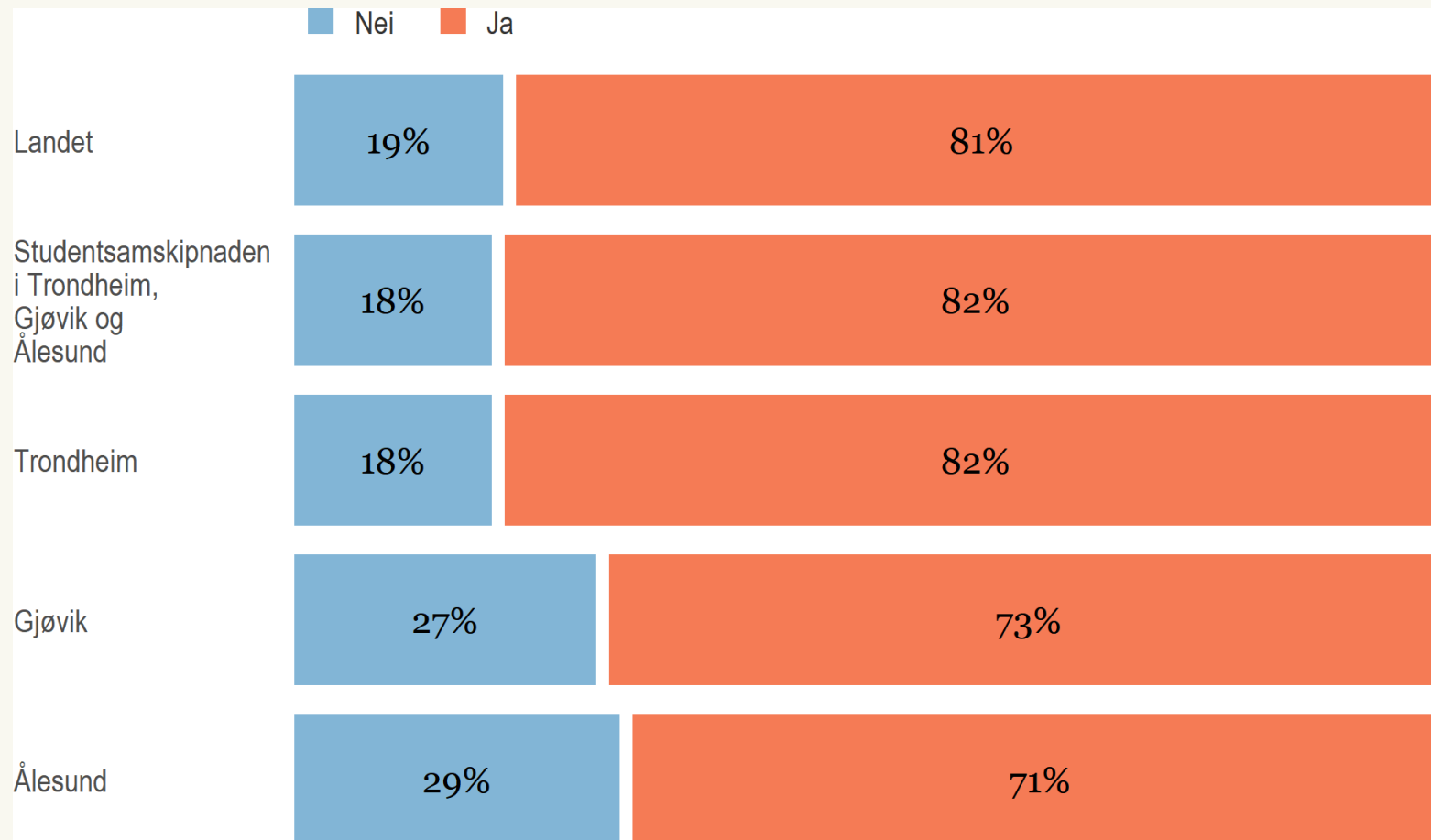
Har ikke god arbeidsplass hjemme



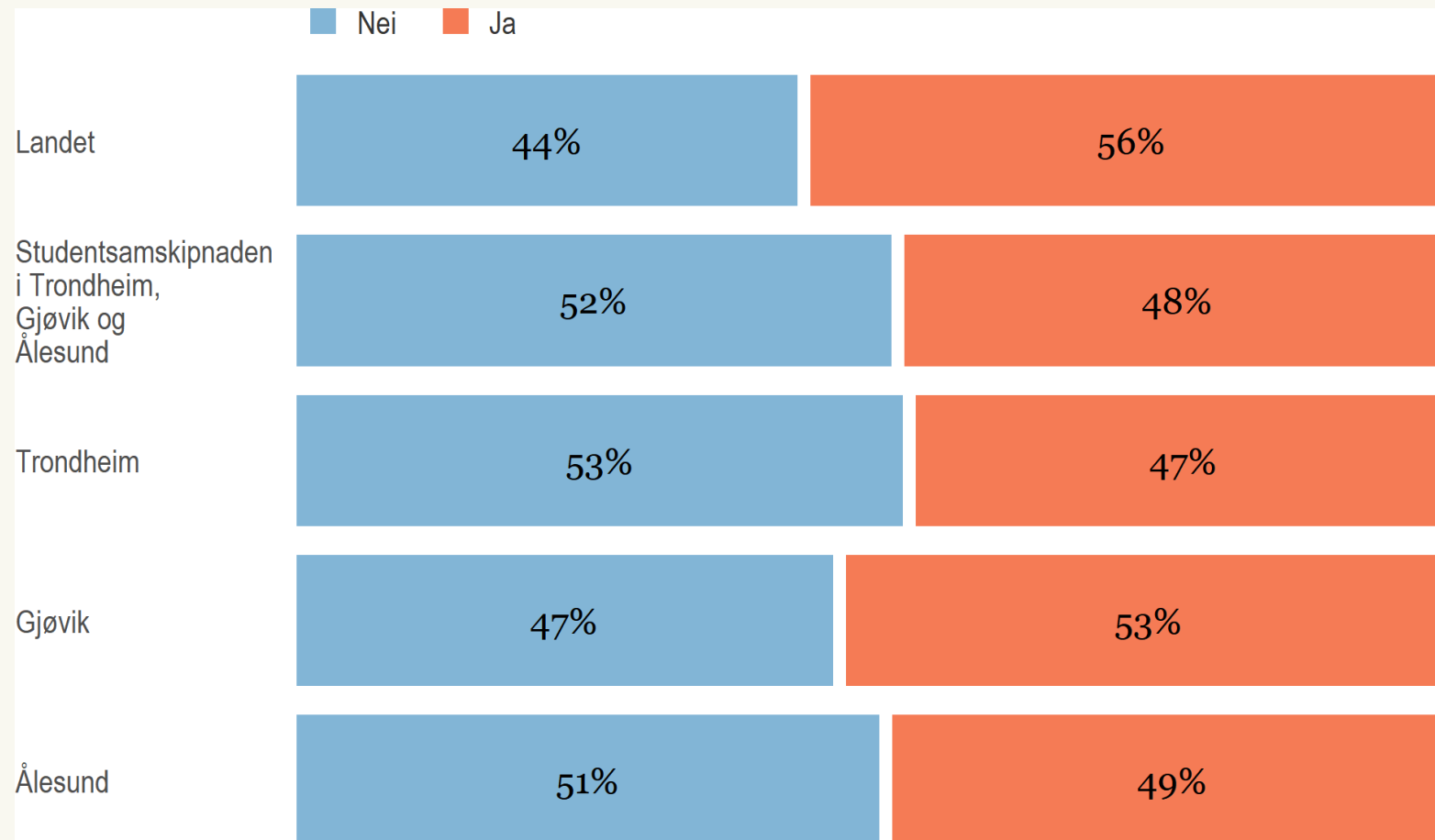
Foreleser som mangler teknisk kompetanse



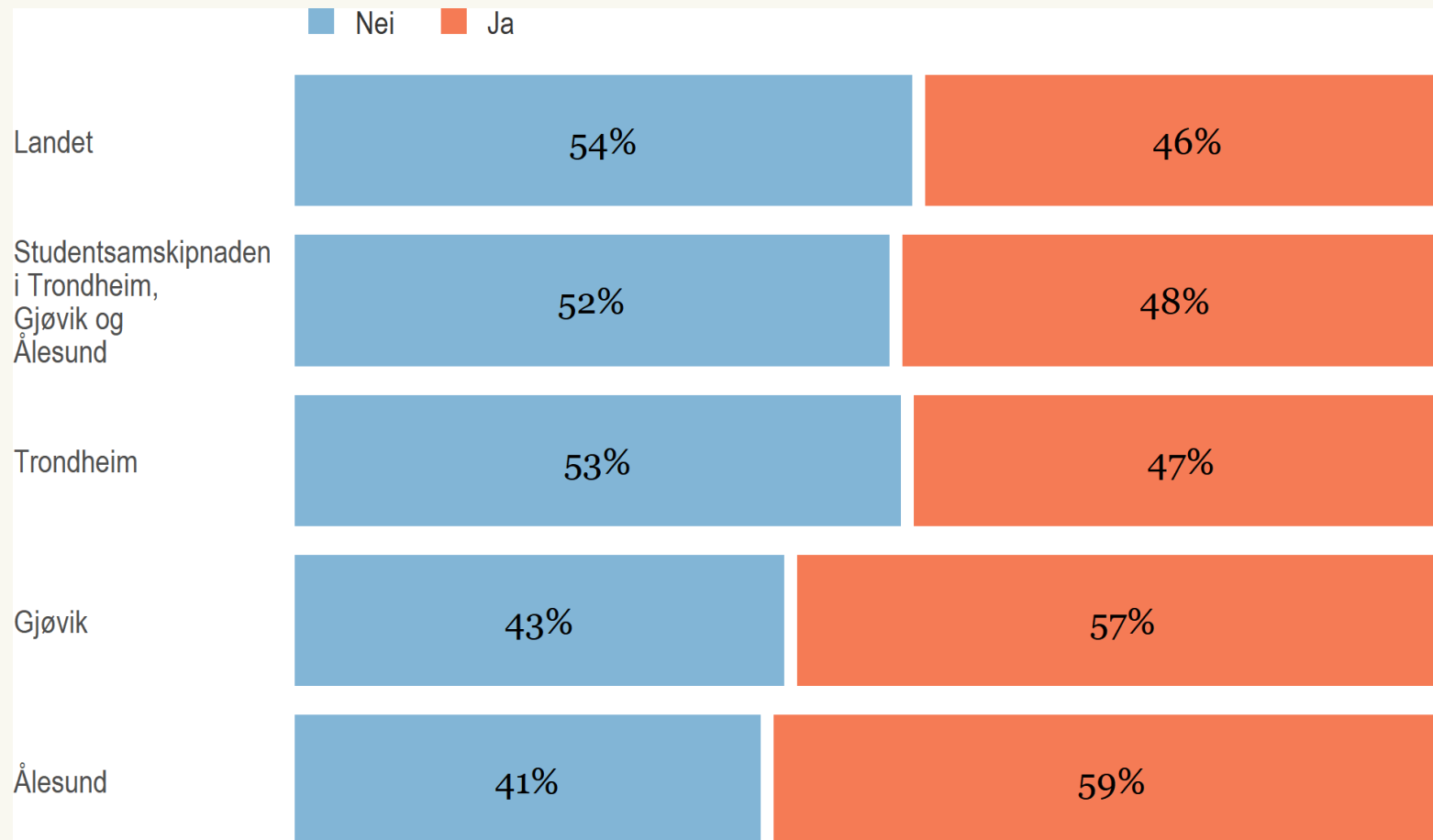
Savner kontakt med medstudentene



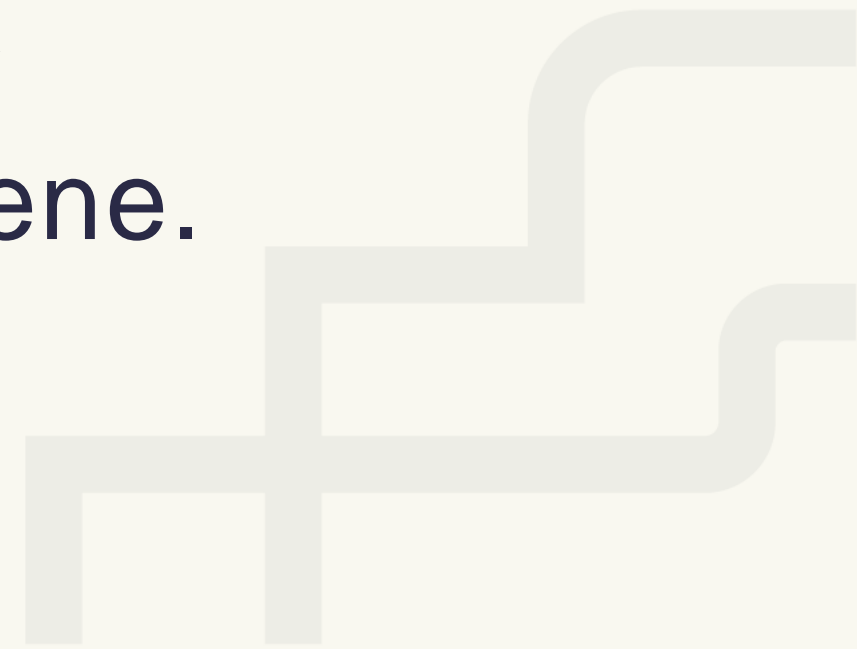
Savner kontakt med faglæreren



Mindre engasjerende



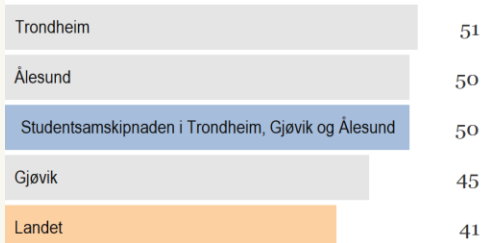
8 av 10 studenter oppgir manglende kontakt med medstudenter, og mindre engasjerende forelesninger som de viktigste utfordringene.



Tilfredshet med **studiebyen**



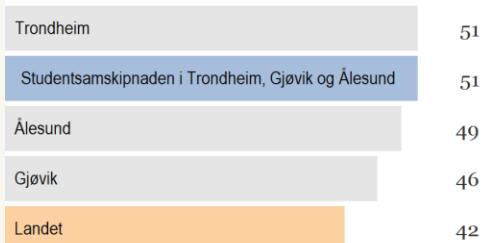
Kulturtilbudet



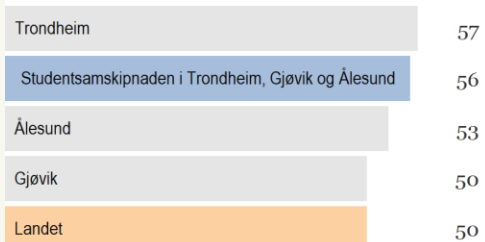
Kollektivtilbudet



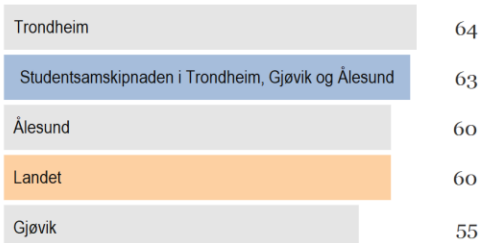
Studentmiljøet



Studiebyen totalt



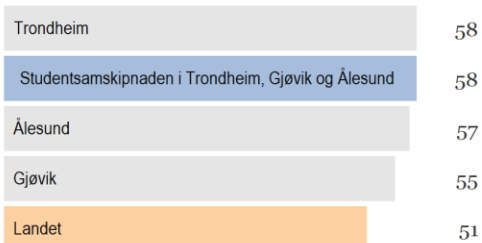
Helsetilbudet



Utelivstilbudet



Boligtilbudet

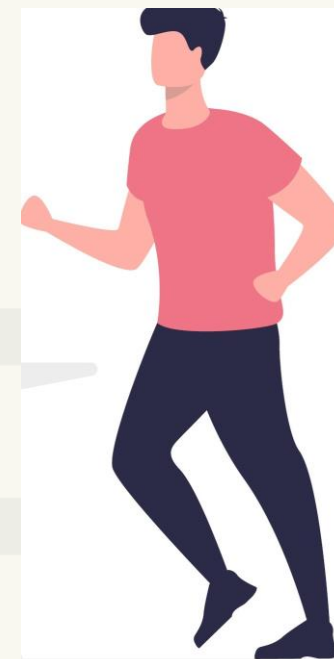


• Forhold på studiestedet

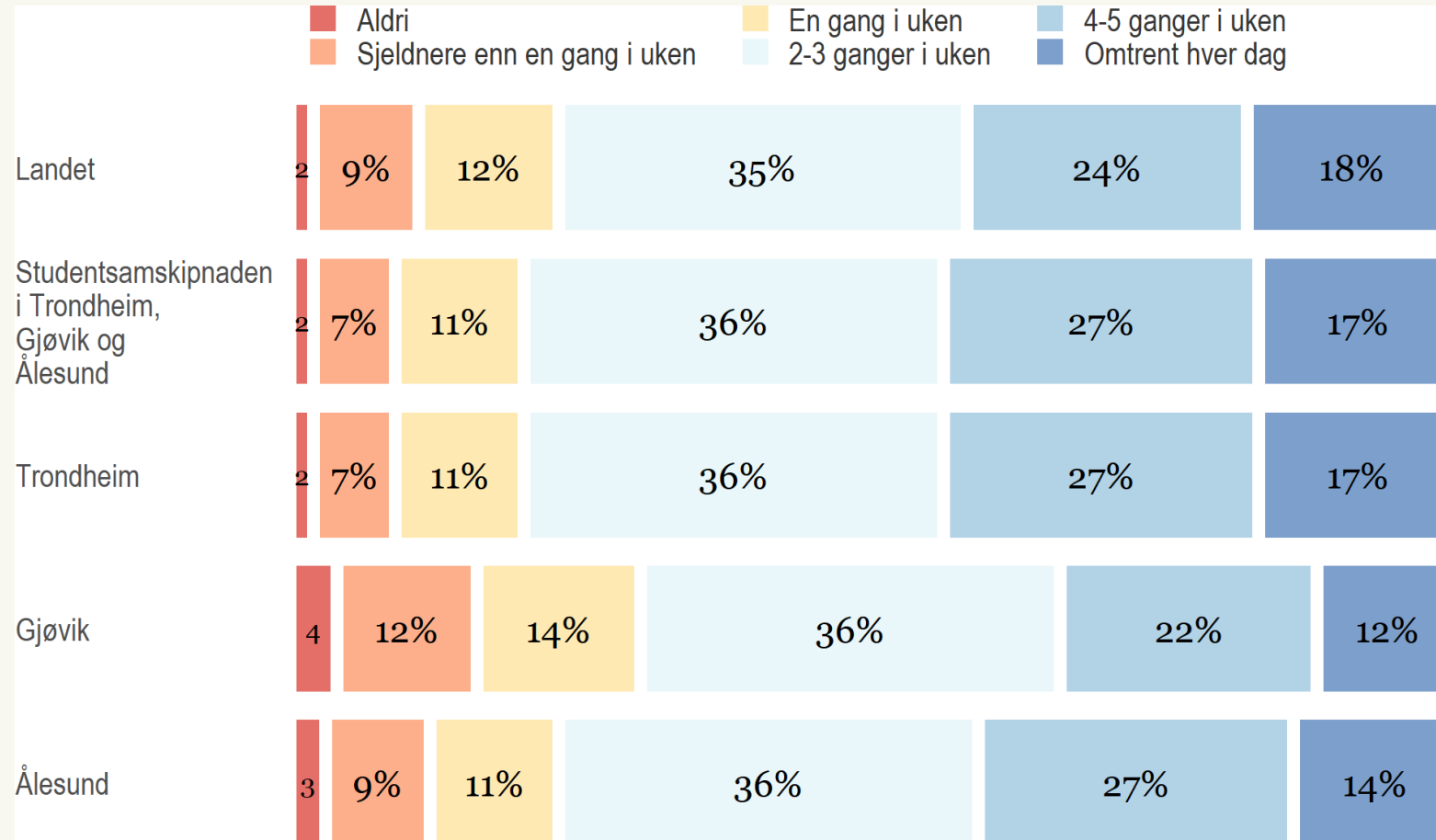
- Tilfredshet med studiebyen
- Hvor fornøyd du er med byen du studerer i (nå under covid-19-pandemien) når det gjelder (0-100 poeng):

Trening

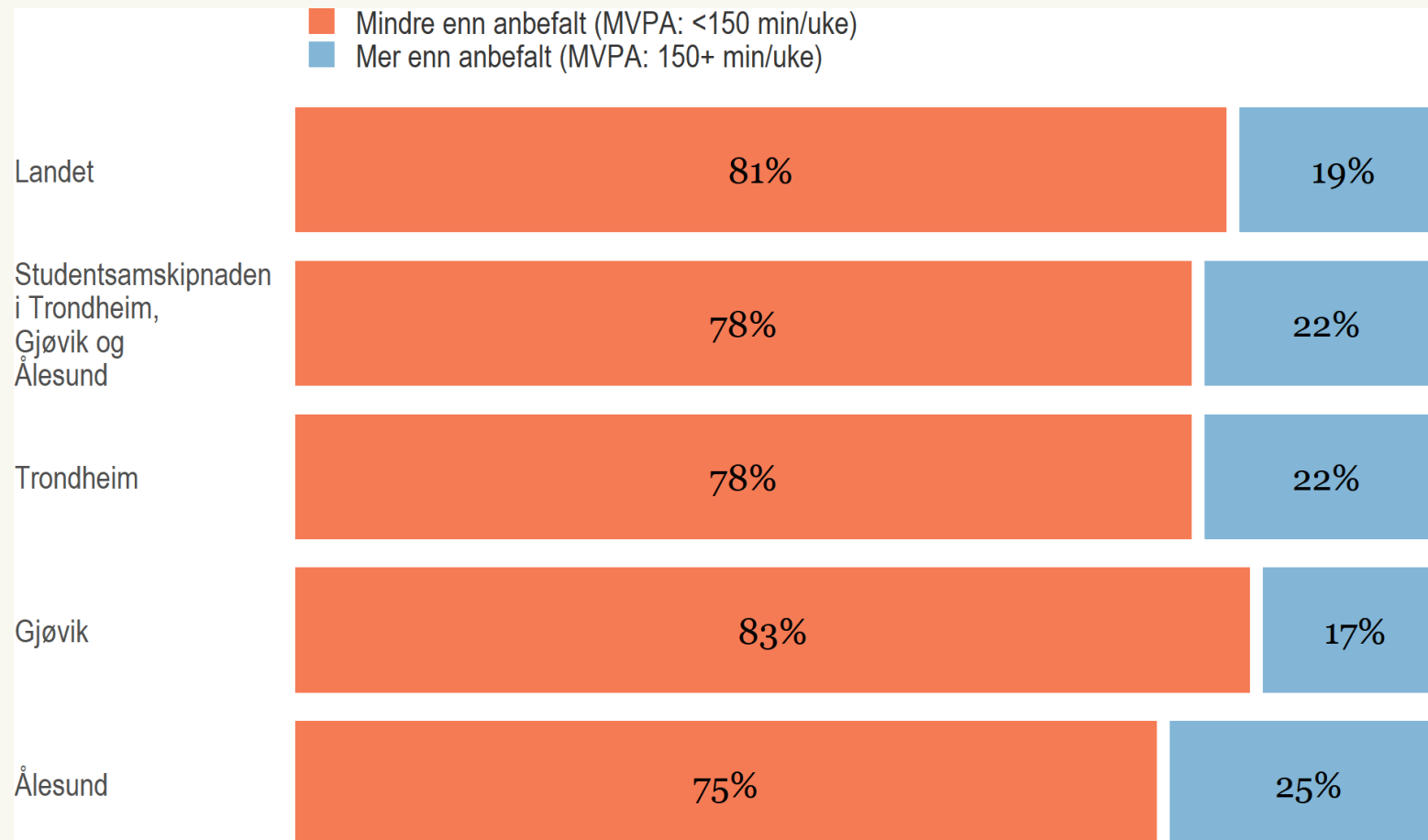
Nesten **4 av 5** trener
2-3 ganger i uken
eller mer



Hvor ofte driver du mosjon? (Gjennomsnittlig)

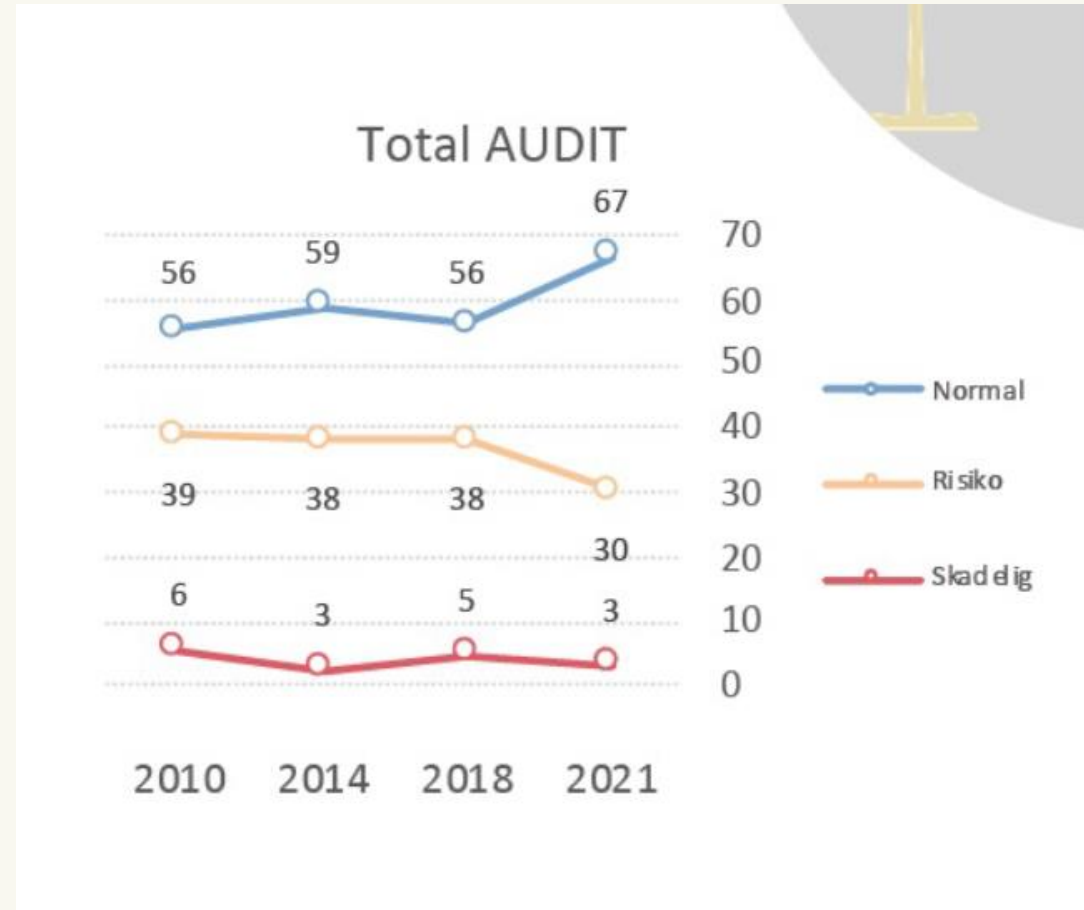


Moderat til høy fysisk aktivitet: 150 min/uke



Alkohol

Studentene drikker mindre

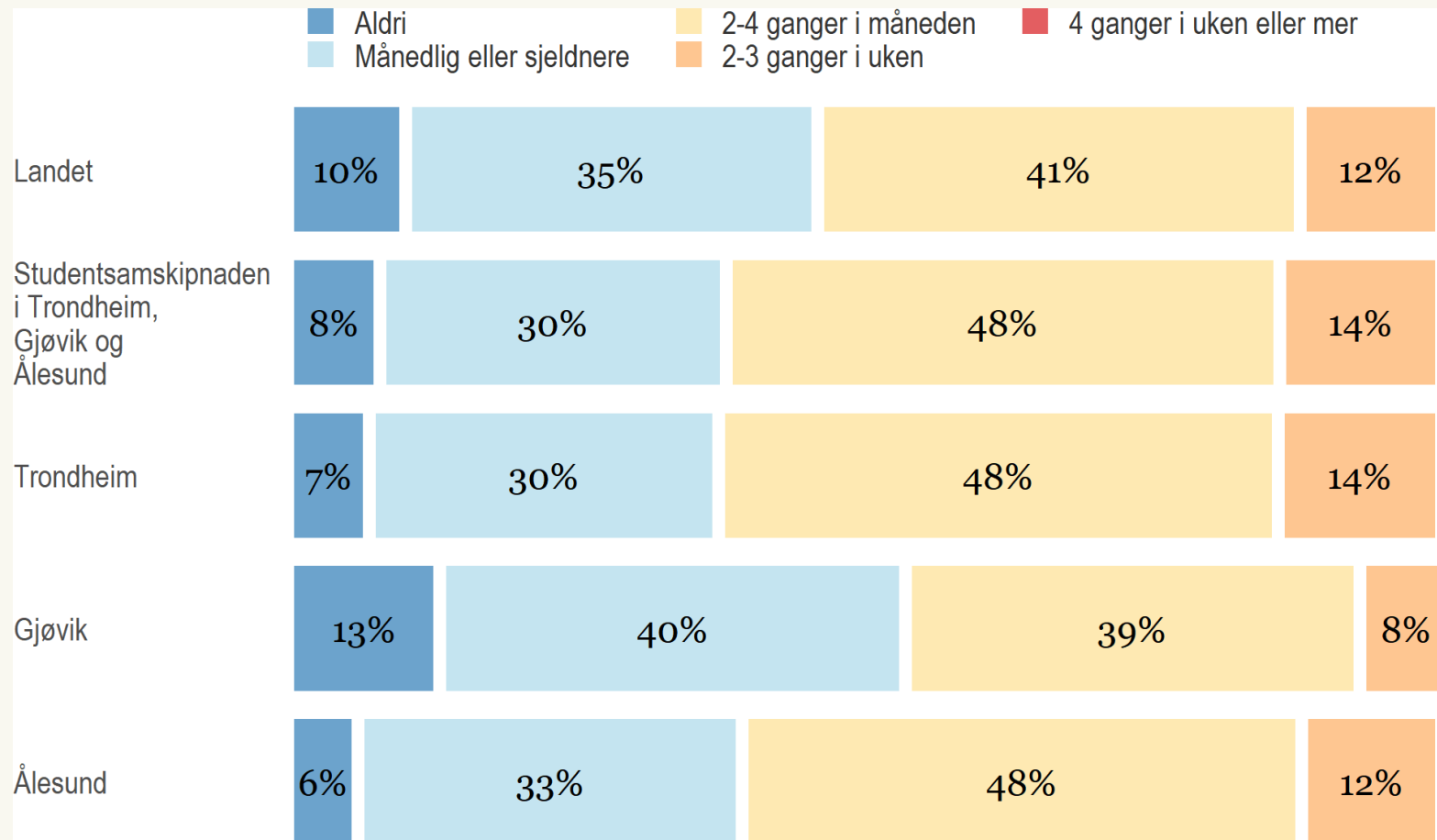


Alkoholbruk

Alkoholbruk er målt med AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test).



Hvor ofte drikker du alkohol?



Nøkkelfunn

- Studentenes vurdering av egen **helse og livskvalitet** går i negativ retning
 - 1/2 studenter rapporterer om alvorlige **psykiske plager**
 - 44% **savner** ofte/svært ofte noen å være sammen med
- 4 av 5 **trener** 2-3 ganger i uken eller mer
 - 84% ønsker **Covid-19** vaksine

Covid-19

2,9 % oppgir at de har vært smittet av covid-19

53 % rapporterte at de hadde vært i karantene pga. covid-19

7 av 10 studenter oppga at de hadde testet seg

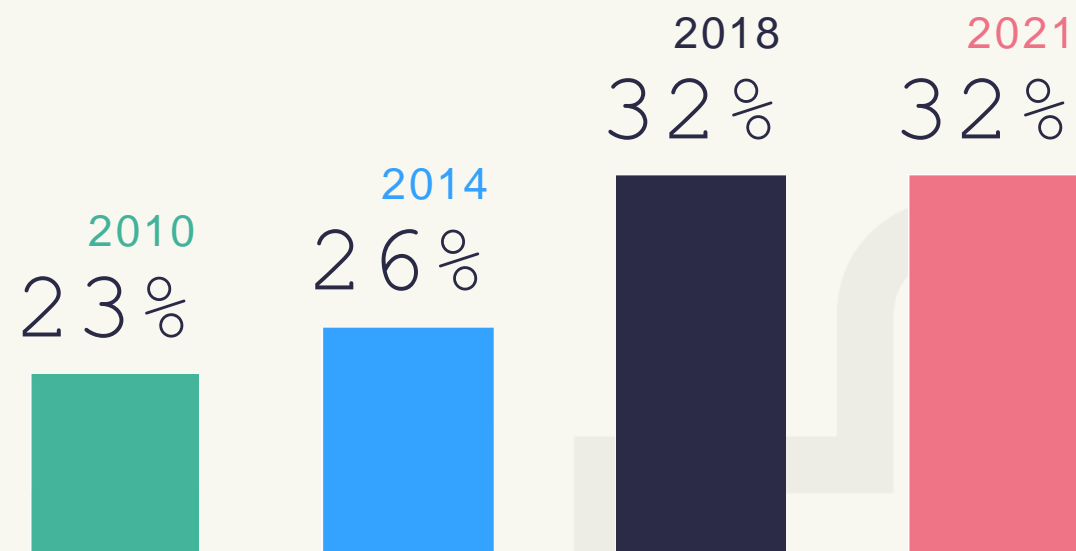
84 % rapporterer at de kom til å vaksinere seg mot covid-19

1. Introduksjon
2. Covid19-funn
3. Psykisk helse
4. Fysisk helse
5. Øvrige funn

SHOT

Tilleggsundersøkelse 2021

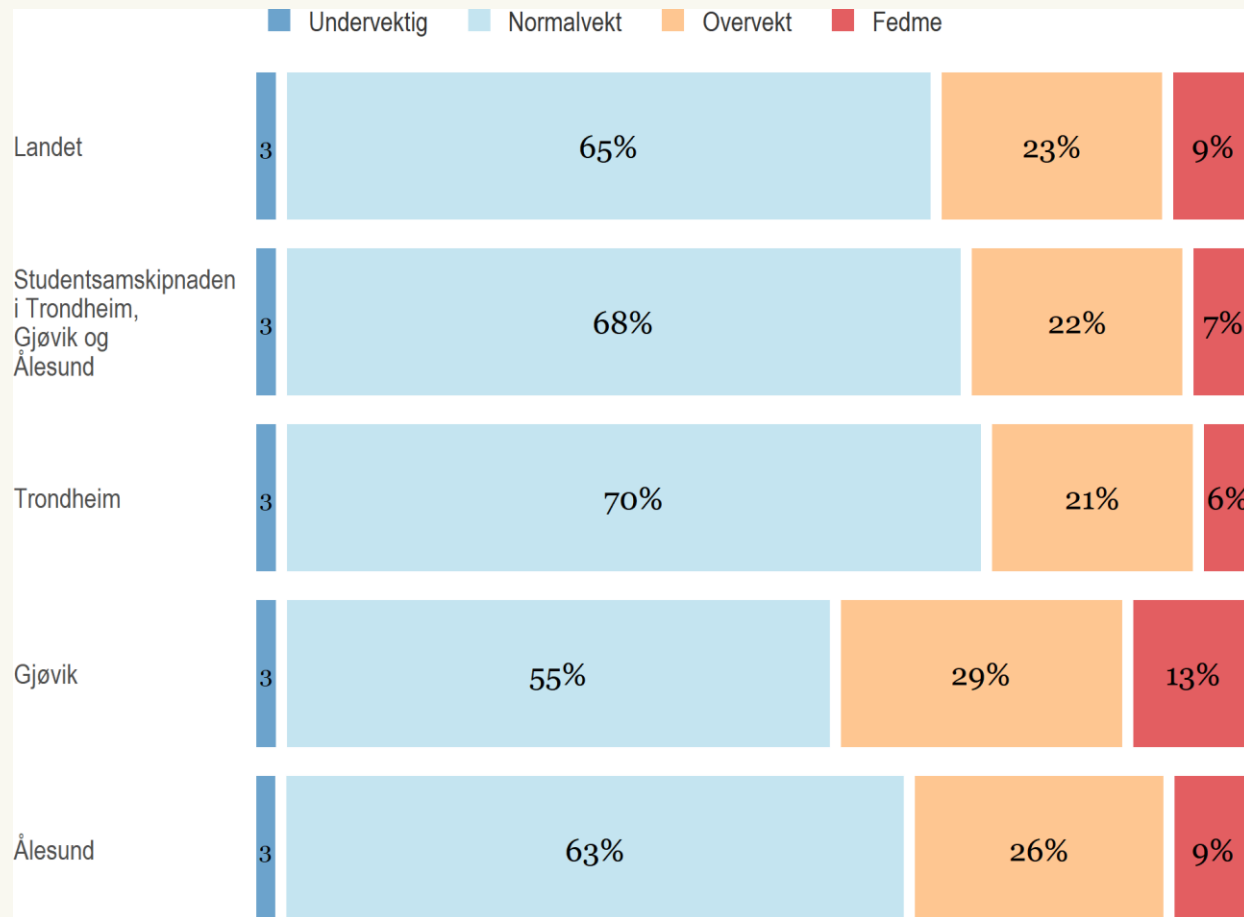
BMI og overvekt



BMI (kroppsmasseindeks)



BMI kategori

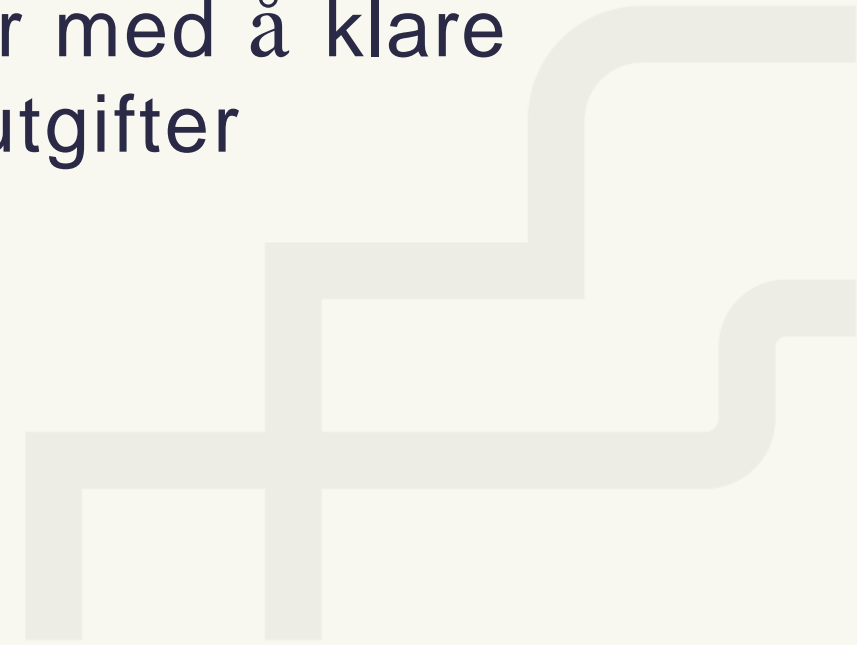


Økonomi



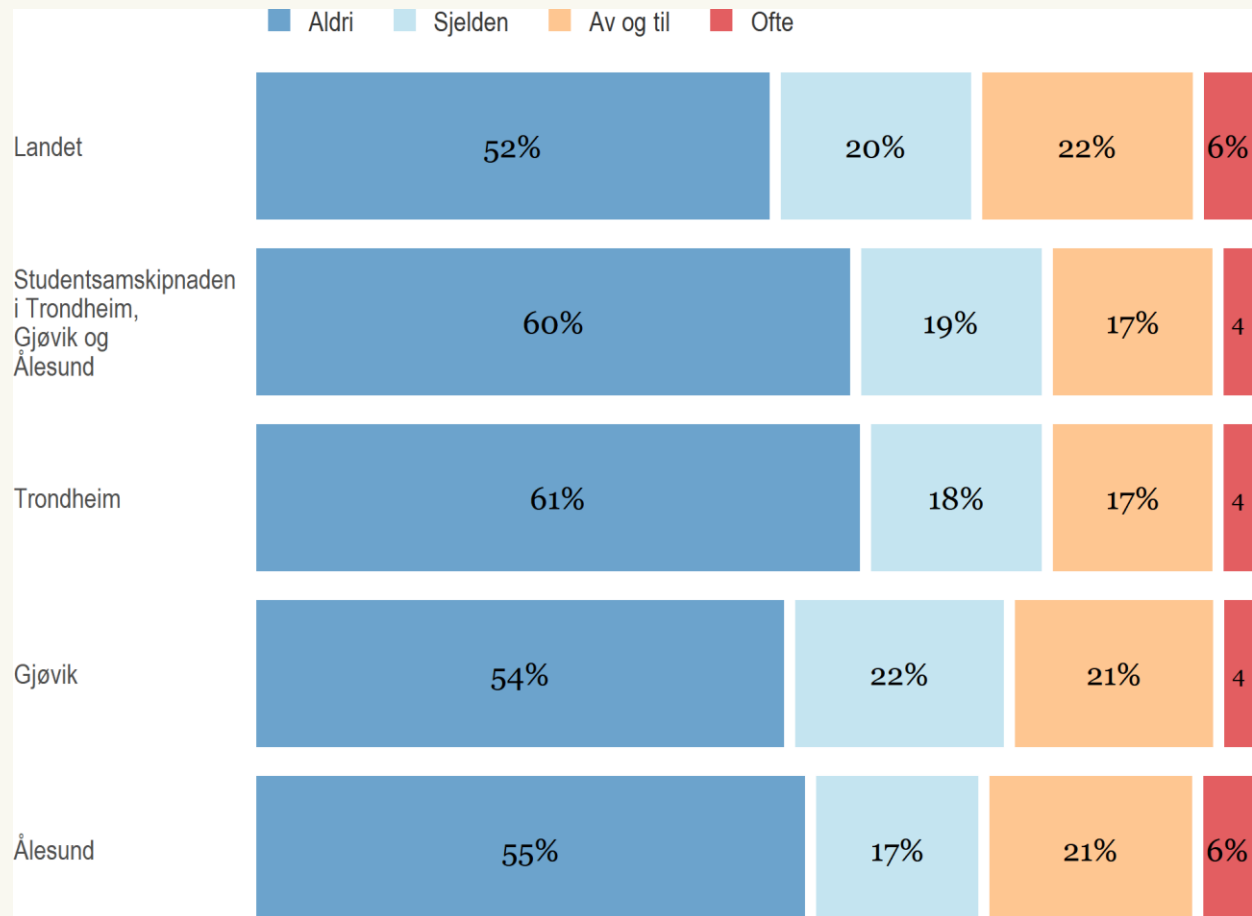
Totalt 6 %

av studentene har ofte problemer med å klare løpende utgifter



Økonomiske vansker

Har det i løpet av de siste 12 månedene hendt at du/husholdningen har hatt vansker med å klare de løpende utgiftene, for eksempel til mat, transport, bolig?



Fysisk helse



Helseplager

