

# Møte i Sentralstyret 3 (SST3 2021)

ons. 19. mai 2021, 12.30 - 14.40

Videokonferanse



## Agenda

---

### Møtestart

---

#### 12.30 - 12.45 15 min SST-21/01 - Konstituering

*Beslutning*                      *Møteleder*

##### **Saksfremlegg:**

Innkalling, saksliste og tidsplan skal behandles, samt at møteleder, protokollfører og to personer til å signere protokoll for møtet må velges.

#### **SST-21/01.1 - Behandling av innkalling**

*Beslutning*                      *Møteleder*

##### **Saksfremlegg:**

Innkalling ble sendt ut gjennom AdminControl 12. mai.

##### **Forslag til vedtak:**

1. Innkallingen godkjennes

#### **SST-21/01.2 - Behandling av saksliste og tidsplan**

*Beslutning*                      *Møteleder*

##### **Saksfremlegg:**

Sakspapirene og tidsplanen fremkommer av møteboken i Styreportalen (ruten til venstre i visningsvinduet)

##### **Forslag til vedtak:**

1. Sakslisten godkjennes
2. Tidsplanen godkjennes
3. SST-21/10 - Schibsted Student realitetsbehandles

 Tidsplan for SST3 19.05.2021.pdf (1 sider)

#### **SST-21/01.3 - Valg av møteledelse**

*Beslutning*                      *Møteleder*

##### **Saksfremlegg:**

Det må velges en møteledelse som fører ordet, holder talerliste, behandler innkomne forslag og ellers administrerer møtet.

##### **Forslag til vedtak:**

1. Jørgen Wigestrands velges til å delta i møteledelsen
2. Bård Ræstad velges til å delta i møteledelsen

#### **SST-21/01.4 - Valg av protokollfører**

*Beslutning*                      *Møteleder*

##### **Saksfremlegg:**

Det må velges en person til å føre protokoll for møtet

##### **Forslag til vedtak:**

1. Bård Ræstad velges til å føre protokoll

## SST-21/01.5 - Valg av to personer til å signere protokollen

Beslutning Møteleder

### Saksfremlegg:

Det må velges to personer til å signere protokollen for møtet. Dette gjøres elektronisk med BankID gjennom Styreportalen.

### Forslag til vedtak:

Forslag fremmes under møtet

## SST-21/01.6 - Behandling av fravær

Beslutning Møteleder

### Saksfremlegg:

Jf. Vedtektene §3.3 har alle medlemmene av Sentralstyret møteplikt på sentralstyremøter.

Fravær meldes til nestleder av Arbeidsutvalget innen møtestart. Oppmøte fremgår av møteledelsens registrering under møtet. Møteledelsen legger frem hvem som har meldt sitt fravær innenfor fristen under møtet.

### Forslag til vedtak:

1. Deltagere med møteplikt som har meldt sitt fravær innen møtestart får godkjent fravær
2. Deltagere med møteplikt som ikke har meldt sitt fravær innen møtestart får ikke godkjent fravær

## Orienteringssaker

12.45 - 13.10  
25 min

## SST-21/02 - Orienteringer: Status siden forrige møte

Orientering Møteleder

### Saksfremlegg:

Sentralstyrets medlemmer orienterer muntlig om nyheter fra sitt arbeidsområde og andre saker som er relevant for Sentralstyrets arbeid. Det anbefales om at det orienteres om fremtidige saker som skal behandles i Sentralstyret.

### SST-21/02.1 - Orientering fra Arbeidsutvalget

Orientering Gesine Fischer

#### Orienteringer Leder:

Siden forrige PM har det vært utrolig hektisk rundt meg, og mange saker å jobbe med. Vi har sikret gjennomslag rundt 24 timers eksamen, jobbet med StInn-streamen, hatt seminarer for å planlegge og jobbe med alt som skal gjøres for vårsemesteret, gitt innspill til OU, hatt møter HINN, SINN og vertskommuner, NSO, og jobbet med flere gjennomslag rundt psykisk helse problematikken. Jeg er utrolig glad og stolt over arbeidsutvalget som har holdt hodet over vannet og sikret flere gjennomslag som aldri før. Både lokalt og nasjonalt. Det har skjedd mye og her er det viktigste plukket ut:

#### 24 timers eksamens saken og retningslinjer for arbeidsmengde og omfang av eksamener.

Siden forrige PM har jeg mobilisert og organisert AU for å jobbe med 24- timers eksamens saken. Vi gjorde en grundig utredning på hvordan vi skulle gå best mulig fram, og har siden jobbet på spreng med å sikre avviklingen av denne eksamensformen, samtidig som vi så at høgskolen måtte sikre noen tydelige retningslinjer for omfanget og arbeidsmengde av hjemmeeksamener. Per dags dato finnes det ikke noen krav om arbeidsmengde og omfang av hjemme eksamener, til tross for at disse finnes ved de fleste skoleeksamener, men AU anså disse som svake. Derfor har arbeidsutvalget utarbeidet 2 saksfremlegg for utdanningsutvalget (UU) som er høgskolens akademisk rådgivende organ i sikring av fagpolitiske og læringsmiljømessige saker, samt kvalitetssikring av utdanninger, eksamen og sensur ved Høgskolen i Innlandet. Saksfremleggene ble vist til tillitsvalgte ved studentrådet ved Lillehammer, der saken hadde sitt opphav. Etter grønt lys fra samtlige tillitsvalgte meldte AU opp saken til utdanningsutvalget. Se saksfremleggene vedlagt. Utdanningsutvalget stiller seg bak å sikre tydelige retningslinjer for alle hjemmeeksamener, og vil komme med en anbefaling til høgskolen om at 24 timers-eksamensform ikke anbefales ved HINN. Fakulteter som AMEK, LUB og ALB er allerede i en prosess av å gå vekk ifra 24-timers eksamen, og støtter at alle 24 timers eksamen avvikles, men flere ønsker ikke frata muligheten til at den kan brukes. Likevel vil de komme med en TYDELIG anbefaling om at denne eksamensformen ikke er ønsket, og vil rette dette til høgskolestyret.

LMNSO21

Jeg har vært leder for delegasjonen ved Innlandet til landsmøte i den norske studentorganisasjonen (LMNSO21) og delegasjonen på landsmøte gjennom flere møter i forkant av LMNSO. Vi har valgt en litt utradisjonell tilnærming for å bli kjent med alle kandidater som stilte til arbeidsutvalget i NSO. Delegasjonen vår inviterte alle kandidater til en digital og uformell kaffiprat, der vi fikk anledning til å både bli kjent med kandidater, og disse med hverandre. Her stilte vi spørsmål til alle kandidater, og som inspirerte til fine diskusjoner og delegasjonen opplevde at dem fikk et godt inntrykk av alle kandidater. Flere medlemslag ble inspirert av opplegget og gjorde det samme. Jeg har hjulpet Daniel H. Masvik med en resolusjon Hjelp, ikke straffe som ble vedtatt av NSO. Her fikk jeg gjennomslag for flere viktige saker vi har jobbet med i StInn. (Les mer om kandidatene som ble valgt og viktige saker fra LMNSO). Vi har satt innlandet på nasjonalt kart og fått gjennomslag for mange hjertesaker, mange har tatt kontakt med meg under og etter landsmøte som var imponert av StInn. En kandidat sa under intervjuene at hen er mye på siden vår og er det mest profesjonelle studentdemokratiet hen har sett. Tenker alle tillitsvalgte og i stab kan klappe seg selv på skulderen, ikke minst kommunikasjonsansvarlig som får oss alle til å se f\*\* bra ut i alle SoMe.

### **Møte med vertskommunene, fylkesrepresentant og komiteen for bærekraft og samfunnsutvikling.**

Jeg har i over et år lobbet opp mot fylkestinget og komite for bærekraft og samfunnsutvikling for å sikre gjennomslag for innlandets studenter når det kommer til bedre kollektivtransport, infrastruktur, velferdstilbud og psykisk helse tilbud for studenter. Derfor kalte jeg inn til møte med komiteen for bærekraft og samfunnsutviklingen, lillehammer kommune som jobber tettest opp mot komiteen, Johannes Gran Wahl (fylkestinget) og Jens Uwe (som vi har laget en allianse, husk sak om demografisk utviklingen forrige gang og workshopen jeg hadde med PM). Jeg holdt et foredrag for gruppe, og vi fikk gjennomslag og komiteen og fylkesrepresentanten vil nå løfte stemmen for et psykisk helse team for studenter i kommunene, helsestasjoner for alle studenter uavhengig av alder, et sted for å kunne drive med studentaktivitet, rabatter på kollektivtransport for alle studenter. Jeg har skrevet en artikkel med støtte fra AU som er publisert på hjemmesiden som fanger opp mye av dette: <https://www.inn.no/prosjektsider/studentorganisasjonen-i-innlandet/aktuelt/tiltaks pakken-studenters-mentale-vaksinering-under-pandemien>. Det er viktig at StInn framover er på ballen og ikke glemmer at det må enda mer til enn at vi får viktige folk for å løfte stemmen for oss. Derfor er det utrolig viktig at vi også har fått gjennomslag i SINN og HINN som skal være med oss nå framover (se derfor neste orienteringssakene).

### **Innlegg for høgskolen rundt refleksjoner av pandemien:**

Jeg har intensivt forberedt meg for å ha et bra innlegg for høgskolen for å sikre at vi tar med oss det beste ut av krisen, og ikke minst bruke forumet i ledergruppen til å sikre gjennomslag rundt den alvorlige psykiske uhelsen i studentmassen. Sistnevnte var viktig for meg å understreke ikke forsvinner med pandemien. Innlegget førte til at flere i høgskolen ble rørt til tårer og ønsker å sette opp flere møter for å sikre gjennomslag på fronten- saken er meldt opp som egen orienteringssak (se orienteringer rundt SHot-undersøkelsen og gjennomslag på fronten og veien framover). Dette innlegget satt i gang et utrolig viktig arbeid, og viser hvor sterk stemmen vår teller.

### **Oppfølging av SHoT og studenters psykiske helse lokalt og nasjonalt:**

Det har som nevnt skjedd så mye på fronten på så kort tid at jeg valgte å sende inn en egen orienteringssak. Jeg har måtte bruke mye tid på å sikre gjennomslag lokalt og skape en allianse med HINN og SINN for å sikre gjennomslag lokalt hos vertskommunene, og nasjonalt i møte med UHR- sektor og studentsamskipnadsrådet. Underveis har jeg holdt alle studentrådsledere oppdatert, og kalt inn til flere ekstraordinære møter slik alle var kontinuerlig orientert rundt saken og kunne gi innspill.

Vi skal at vi nå skille mellom forebyggende behandlingstilbud som skal gå til studenter flest, og behandlende tilbud som må sikres av spesialhelsetjenesten. Her trenger vi flere midler og jeg har kalt inn NSO i møte for at de aktiv skal jobbe for revideringen av statsbudsjettet. Jeg har også prøvd å mobilisere flere medlemsblad. Flere ønsker nå samme fokuset som oss å gjøre kommunale aktører ansvarlige for studenters helse og trivsel. Lokalt skal vi nå stå samlet med SINN og HINN for å sikre de mest sårbare studentene. Vi skal sikre flere midler og tiltak i kommunene, og jobbe aktiv for et psykisk helseteam og oppfølging mens studenter står i ventekø. Jeg har også foreslått og fått gjennomslag for et forebyggende varslingsystem, og sammen med

Rolle og forventningsavklaring mellom student og fagansatt/emneansvarlig må etableres og styrkes. Derfor skal kvalitetsystemet kvalitetesikres. Emneansvarlig skal slik det fremgår i referatet følge opp og ta kontakt med student som ikke delta i undervisning, eksamen eller leverer arbeidskrav. Dette er ikke bare for å sikre studieprogresjonen, men at studenter føler seg sett og blir fanget opp. Da vi vet at de som sliter psykisk har størst risiko for å falle av, men også bli dersom de ikke blir oversett av trygge «voksene».

### **Avlaste AU og sikre viktig velferds og fag- og politiskarbeid:**

Jeg har måtte avlaste og være ekstra på ballen hva det gjelder velferdspolitiskarbeid og fag- og forskningspolitisk arbeid. Vår dyktige Velferds og læringsmiljøpolitisk har startet i ny jobb og mange i AU har hatt eksamen, samt at også Nestlederne vår startet i ny jobb, noe som førte til at jeg til tider måtte gi alt for at AU skulle å overleve i den mest travelt måned. Det har derfor vært flere møter jeg har steppet inn og organisert at alt viktig arbeid likevel ble gjort. Styringsgruppen for framtidige møteplasser har vi hatt flere møter. Her sikrer jeg at studenters stemme er riktig representert, og at de framtidige spiseplassene stimuler til både læring men også sosialt samvær. Vi bruker aktiv miljøpsykologiene for å sikre at spisestedene og møte plasser er kvalitet sikret. Har dere noen direkte innspill hvordan ditt favoritt sted skulle sett ut, ta kontakt med meg! Jeg har mobilisert og organisert rundt politisk plattform og hatt flere arbeidsøkter med AU, samt invitert til flere uformelle drøftingsmøter der alle

sentrale tillitsvalgte og PM kunne komme med innspill (se egen sak for orientering).

### **Sikkerhetsnett for tillitsvalgte**

Det er både givende og krevende og være tillitsvalgte. Mange tillitsvalgte i dag opplever å få mer og mer ansvar, samtidig som de ikke får mer støtte. Spesielt sentrale tillitsvalgte som AU blir satt inn i mange sårbare situasjoner, men får ikke nødvendigvis verktøy til å håndtere det. Vi har sikret at studentassistenter som blir ansatt i høgskolen både får kursing og et sikkerhetsnettverk når de nå ansettes i Høgskolen og Studentsamskipnaden. Samtidig har ikke AU noe tydelig sikkerhetsnett. Vi er ikke beskyttet av arbeidsmiljøloven, og flere roller i høgskolen er uklart når det kommer til å gi støtte til AU. Vi har oppdaget i året som har gått at det er flere sikkerhetshull i høgskolen og studentsamskipnaden når det gjelder å ivareta tillitsvalgte i sårbare situasjoner. Vi har tatt saken med HR og ønsker at tillitsvalgte blir bedre ivaretatt, sikres flere rettigheter, at høgskolen har en tydelig ansvarsfordeling og vet hvordan de skal behandle saker rundt trakassering og mobbing, eller andre sensitive tema en tillitsvalgte måtte trenge hjelp med eller støtte til- en tillitsvalgt skal føle seg trygg på jobb og ha et sikkerhetsnettverk rundt seg slik andre ansatte i arbeidslivet, ikke minst skal vi bli behandlet som medmennesker av ansatte og samarbeidspartner uansett hvilke saker vi jobber med. Derfor har vi tatt saken med HR og skal i møte med høgskolen for å drøfte hvordan vi kan sikre et bedre sikkerhetsnett for tillitsvalgte.- Alle skal føle seg trygge og ivaretatt på arbeidsplassen sin. Sammen med AU skal jeg nå sikre at ingen andre tillitsvalgte måtte stå i stormer og kjempe kamper de ikke skal.

### **Overlapp:**

Jeg har begynt å planlegge, organisere og gjøre både AU og sentrale tillitsvalgte klar for overlapp-perioden. Overlapp er veldig viktig, slik at de nye skal føle seg forberedt og trygg i rollen som sentrale tillitsvalgte. Ikke minst får det oss til å reflektere rundt arbeidet som er gjort, som er nyttig for både StInn og en selv uansett hvor veien fører oss etterpå. SRS, SST, VK og KK har gjort en helt fantastisk innsats i året som har vært, og jeg vil at den skal overleve i StInn, studentene og tillitsvalgte. Overlappen starter derfor umiddelbar etter valgene, og det er viktig at dere går gjennom de møtene/råd og utvalgene dere mener det er helt essensielt at de nye sitter i som observatør frem mot overtagelse. Det er tillitsvalgte som har ansvar for å invitere den nye vervtakeren til disse møtene. De sentrale tillitsvalgte skal i forkant av overtagelsen kartlegge og drøfte hvilke arbeidsoppgaver den nye vervtaker kan og burde prøve seg på under overlappen. Jeg har bedt dem om å skrive et refleksjons der noen viktige punkter skal inngå som forbereder den nye vervtakeren på sin overtagelse.

### **Orienteringer Netsleder:**

Sittet i valgstyret for valg av nye representanter i høgskolestyret. Her kom det innen fristen 11 kandidater (6 kvinner og 5 menn). Valgurnene er åpne en uke fra 25.-31. mai.

Har vært så heldig å få delta på noen lengre møter og arrangementer, som: Innspilling av Streamen, Styremøte i Høgskolen, LMNSO, AU-seminar og OU-seminar. Hvorav det sistnevnte ble brukt for å ta en kvalitetssjekk av innholdet, før det ble sendt ut til en innspillsrunde. Innspillene blir samlet inn og behandlet, før det avholdes en fokusgruppe hvor bolken vil bli gjennomgått i helhet, før den sendes til behandling til PM4.

### **Orienteringer Fag- og forskningspolitiskansvarlig:**

Tiden siden forrige PM har hovedsakelig vært markert av innspurt til politisk plattform i tråd med resten av AU, samt innspurt på bachelor oppgave og eksamens prepp. Jeg kan fremdeles meddele at vi har sett framgang i et flertall av de sakene fra sist, da spesielt med tanke på 24 timers eksamen, ettersom at det er nå i fortgang med å få gode og solide retningslinjer på plass. Ellers har hovedvekten av min gjenværende tid vært ved arbeid innad i Emerge Student forum hvor vi nå er inne i en organisatorisk fase med å utarbeide organisasjonsstruktur og styringsdokumenter. Det kan og meddeles at vi trolig står nære ytterligere gjennomslag på fronten angående innsikt i dokumentasjon hos høgskolen slik at vår evne til saksbehandling vil forenkles opp mot HINN samt at vi vil i mye større grad kunne oppdage hva vi kaller for «gjenganger» saker, som har vært av stor betydning de siste par årene. Ellers vil jeg si at jeg ser fram til å høre deres tanker angående forslaget til politisk plattform, håper sterkt på at dere støtter forslaget.

### **Orienteringer Velferds- og læringsmiljøpolitiskansvarlig:**

Jeg har avlyst podcasten da jeg har fått en stilling i SINN, det ble konflikt ettersom de to instansene (SINN og StInn) jobber på mange av de samme arenaene. For å gjøre skiftet tydelig har jeg derfor måttet trappe ned på de arbeidsoppgavene i vervet som gjør meg «synelig» ovenfor disse samarbeidspartnerne. Namibiaforeningens møte ble forskjøvet grunnet sykdom. Spørreundersøkelsen til Ronja kunne ikke deles på canvas til vår overraskelse og skuffelse, denne vil bli delt i SoMe. LMU og Utvalg for mangfold og likestilling 28. mai. Eunike sofie har trukket seg og Tiam sitter som fungerende leder på elverum, vi hadde valg på fredag som var (har ikke utfallet). Vi hadde et langt lørdagsmøte der vi planla videre for elverum, forhåpentligvis vil dette hjelpe til å få et noe mer stabilt styre på plass.

### **Orienteringer Kommunikasjonsansvarlig:**

Kommunikasjonsansvarlig har siden forrige møte jobbet med rekruttering til sentrale valg. Det har vært kjørt flere poster og annonsekampanjer over de siste ukene. Jeg har også jobbet noe med OU-prosjektet, deltatt på LMNSO og deltatt på møter i klagenemda. Stlnns sosiale kanaler har hatt en rekkevidde på litt over 15.500 unike brukere med mye trafikk inn mot landingssiden for sentrale valg.

### **SST-21/02.2 - Orientering fra SRS Blæstad**

*Orientering*                      *Ola Strømnes*

### **SST-21/02.3 - Orientering fra SRS Elverum**

*Orientering*                      *Tiam Farazmand*

### **SST-21/02.4 - Orientering fra SRS Evenstad**

*Orientering*                      *Gabriel Warecka*

### **SST-21/02.5 - Orientering fra SRS Hamar**

*Orientering*                      *Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen*

### **SST-21/02.6 - Orientering fra SRS Lillehammer**

*Orientering*                      *Samuil Simeonov*

### **SST-21/02.7 - Orientering fra SRS Rena**

*Orientering*                      *Tinius Bemer*

---

## **Beslutningssaker**

---

13.10 - 13.25  
15 min

### **SST-21/09 - Behandle saker oppmeldt til Parlamentsmøte 3 (PM2) 2021**

*Beslutning*                      *Møteleder*

#### **Saksfremlegg:**

Sentralstyret skal jf. vedtektene § 3.1 innstille på saker til Parlamentet, med unntak av valg, som blir gjort av Valgkomiteen (VK). Arbeidsutvalget er saksbehandlere i saker som Sentralstyret skal innstille på til Parlamentet.

I innstillinger av saker til Parlamentet skal også Sentralstyret innstille på innkomne endringsforslag.

Saker som blir oppmeldt til Parlamentet etter at sakspapirene er sendt ut til Sentralstyret ettersendes.

#### **Forslag til vedtak:**

1. Sentralstyret behandler og innstiller i sakene som er oppmeldt innen fristen for innsending av saker til PM3 2021

 21.05.27 - Parlamentet - Sakspapirer UTEN INNSTILLINGER v1.1.pdf (135 sider)

### **PM-21/01 - Konstituering**

*Beslutning*                      *Møteleder*

#### **OTRS-sak:**

**Saksgang:** Sentralstyret

**Saksoppmelder:** Gesine Fischer

**Opphav:** Konstitusjonelt

#### **Forslag til vedtak:**

#### **PM-21/01.1 - Innkalling**

1. Innkalling godkjennes

#### **PM-21/01.2 - Saksliste og tidsplan**

1. Saksliste godkjennes
2. Tidsplan godkjennes

#### **PM-21/01.3 - Valg av møteledelse**

1. Henrik Wangberg velges som en del av møteledelsen
2. Erling Relling velges som en del av møteledelsen
3. Bård Ræstad velges som en del av møteledelsen
4. Jørgen André Wigestrands velges som en del av møteledelsen

#### **PM-21/01.4 - Valg av protokollfører**

1. Bård Ræstad velges til å føre protokoll for møtet

#### **PM-21/01.6 - Behandle fravær**

1. Deltagere med møteplikt som har meldt sitt fravær innenfor de gitte fristene får godkjent fravær
2. Deltagere med møteplikt som ikke har meldt sitt fravær innenfor de gitte fristene får ikke godkjent fravær

#### **PM-21/01.7 - Valg av tellekorps**

1. Kontrollkomiteen velges til å sitte i tellekorpset
2. Møteledelsen velges til å sitte i tellekorpset

### **PM-21/02 - Orienteringer: Status siden forrige møte**

*Orientering*                      *Møteleder*

**OTRS-sak:** 20055702

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Gesine Fischer

**Opphav:** Sedvane

**Forslag til vedtak:**

Sentralstyret velger saksfremlegger og vara for Sentralstyrets orientering til Parlamentet

---

**13.25 - 13.35**    ***Pause***  
10 min

---

**13.35 - 14.10**    **SST-21/09 - Behandle saker oppmeldt til Parlamentsmøte 3 (PM3) 2021**  
35 min            **fortsetter**

*Beslutning*                      *Møteleder*

#### **PM-21/23 - Behandling av Politisk plattform**

*Beslutning*                      *Gesine Fischer*

**OTRS-sak:** 20097712

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Andreas Gjerstad Møllerhagen og Gesine Fischer

**Opphav:** Arbeidsutvalget

**Forslag til vedtak:**

1. Politisk plattform vedtas

#### **PM-21/04 - Organisasjonsutviklingsprosjektet - Bolk 3**

*Beslutning*                      *Jørgen Wigestrands*

**OTRS-sak:** 20085512

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Jørgen Wigestrands

**Opphav:** Jørgen Wigestrands

### Forslag til vedtak:

1. Parlamentet vedtar at Studentingsmøter på våsemesteret blir avholdt ila. de to første ukene i april.
2. Parlamentet vedtar at Studentingsmøter på høstsemesteret blir avholdt ila. de to siste ukene i oktober.

## Resterende saker oppmeldt til PM3 2021

*Møteleder*

### Orienteringssaker:

- PM-21/22 - Resultater fra SHoT, gjennomslag på fronten, og veien framover

### Valgsaker:

- PM-21/24 - Valg av Arbeidsutvalget
- PM-21/25 - Valg av Kontrollkomiteen
- PM-21/26 - Valg av Valgkomiteen
- PM-21/27 - Valg av studentrepresentanter til SINN-styret

14.10 - 14.30  
20 min

## SST-21/07 - Erfaringsspalten: Hvordan evaluere perioden

*Diskusjon*      *Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen*

**OTRS-sak:** 20089676

**Saksgang:** Innmeldt

**Saksoppmelder:** Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen og Bård Ræstad

**Opphav:** Sedvane

### Bakgrunn:

I henhold til Stinn sine retningslinjer (§3.1) skal sentralstyret fungere som en arena for erfaringsutveksling og for å koordinere prosjekter og kampanjer som gjennomføres på tvers av studiestedene.

Det ble bestemt i SST1 11.02.19 at det hvert møte skulle diskuteres en sak og dele erfaringer rundt et spesifikt tema. Dette skal gå på rundgang blant medlemmene å finne tema for saken. For å sikre at møtet har en kontinuerlig erfaringsutveksling meldes saken "Erfaringsspalten" automatisk opp ved SST-møter.

Ved hvert møte velges det et tema som skal diskuteres.

### Saksfremlegg:

Nå som semesteret begynner å nærme seg slutten, er det naturlig å se tilbake på perioden som har vært og evaluere hvordan ting har gått. Erfaringsspalten brukes derfor denne gangen til å drøfte hvordan en kan evaluere perioden best mulig. Uansett om en gjør det på egenhånd, eller sammen med sitt styre.

### Diskusjonsspørsmål:

- Hvilke spørsmål burde en spørre?
- Hva er viktigst å evaluere?
- Hvordan kan en sikre at lærdommen blir brukt i neste periode?
- Hvordan kan en best erkjenne feilsteg uten å drepe motivasjon?
- Har dere satt noen spesifikke mål dere kan evaluere om dere har nådd?
- Hva kan en gjøre i starten av en periode for å gjøre evalueringen på slutten bedre?

14.30 - 14.40  
10 min

## SST-21/10 - Schibsted Student

*Beslutning*      *Samuil Simeonov*

**OTRS-sak:** 20098108

**Saksgang:** Sentralstyret

**Saksoppmelder:** Samuil Simeonov

**Opphav:** Samuil Simeonov

### Bakgrunn:

Schibsted har et tilbud om gratis tilgang til sine nyhetskilder for alle studenter. Det er en betydelig liste av studentorganisasjoner over hele landet som allerede har inngått denne avtalen.

**Saksfremlegg:**

Muligheten vi har foran oss er et gratis abonnement til det de mest leste avisene i landet. Det koster i praksis 5-6 posts på sosiale medier i året.

Forslag til vedtak:

1. Sentralstyret anmoder Arbeidsutvalget om å utrede muligheten til et samarbeid med Schibsted før behandling på PM4-21
2. Hvert studiested signerer egen avtale

 SST-21-10 Vedlegg 01 - Presentasjon av Schibsted Student 12.05.2020.pdf (20 sider)

 SST-21-10 Vedlegg 02 - Eksempel på avtale med Schibsted Student.pdf (5 sider)

## Agendapunkter som overskrider den tildelte møtetiden

14.40 - 14.45

5 min

(15 min)

### SST-21/10 - Schibsted Student

*Beslutning*

*Samuil Simeonov*

**OTRS-sak:** 20098108

**Saksgang:** Sentralstyret

**Saksoppmelder:** Samuil Simeonov

**Opphav:** Samuil Simeonov

**Bakgrunn:**

Schibsted har et tilbud om gratis tilgang til sine nyhetskilder for alle studenter. Det er en betydelig liste av studentorganisasjoner over hele landet som allerede har inngått denne avtalen.


**Saksfremlegg:**

Muligheten vi har foran oss er et gratis abonnement til det de mest leste avisene i landet. Det koster i praksis 5-6 posts på sosiale medier i året.

Forslag til vedtak:

1. Sentralstyret anmoder Arbeidsutvalget om å utrede muligheten til et samarbeid med Schibsted før behandling på PM4-21
2. Hvert studiested signerer egen avtale

 SST-21-10 Vedlegg 01 - Presentasjon av Schibsted Student 12.05.2020.pdf (20 sider)

 SST-21-10 Vedlegg 02 - Eksempel på avtale med Schibsted Student.pdf (5 sider)

14.45 - 14.55

10 min

### SST-21/04 - Møteevaluering

*Orientering*

*Møteleder*

**OTRS-sak:**

**Saksgang:** Sentralstyret

**Saksoppmelder:** Gesine Fischer

**Opphav:** Sedvane

Møtedeltagerne gir tilbakemelding til gjennomføringen av møtet på rundgang. Tilbakemeldingen noteres og arkiveres internt, så en kan forbedre gjennomføringen av fremtidige møter.

## Møteslutt



STUDENTORGANISASJONEN I INNLANDET  
**Tidsplan for SST2 19.05.2021**

Sist revidert: 12.05.2021 – 16:09

<b>Tid</b>	<b>Saksnr.</b>	<b>Sakstittel</b>	<b>Varighet</b>
<b>12:30</b>		<b>Møtestart</b>	---
12:30	SST-21/02	Konstituering	15 min
12:45	SST-21/01	Orienteringer: Status siden forrige møte	25 min
13:10	SST-21/09	Behandle saker oppmeldt til Parlamentsmøte 3 2021	00 min
13:10	<i>PM-21/01</i>	<i>Konstituering</i>	<i>10 min</i>
13:20	<i>PM-21/02</i>	<i>Orienteringer: Status siden forrige møte</i>	<i>05 min</i>
<b>13:25</b>		<b>Pause</b>	<b>10 min</b>
13:35	<i>PM-21/23</i>	<i>Behandling av Politisk plattform</i>	<i>25 min</i>
14:00	<i>PM-21/04</i>	<i>Organisasjonsutviklingsprosjektet - Bolk 3</i>	<i>05 min</i>
14:05		<i>Resterende saker oppmeldt til PM3 2021</i>	<i>05 min</i>
14:10	SST-21/07	Erfaringsspalten: Hvordan evaluere perioden	20 min
14:30	SST-21/04	Møteevaluering	10 min
<b>14:40</b>		<b>Møteslutt</b>	---

# Møte i Parlamentet 3 (PM3 2021)

tor. 27. mai 2021, 10.00 - 17.05

Videokonferanse



## Agenda

### Møtestart

10.00 - 10.05 **Velkommen ved leder**  
5 min

*Orientering*

10.05 - 10.20 **PM-21/01 - Konstituering**  
15 min

*Beslutning*                      *Møteleder*

**OTRS-sak:**

**Saksgang:** Sentralstyret

**Saksoppmelder:** Gesine Fischer

**Opphav:** Konstitusjonelt

**Saksfremlegg:**

Innkalling, saksliste, tidsplan og fravær skal behandles, samt at møteleder, protokollfører, tellekorps og to personer til å signere protokoll for møtet skal velges.

#### PM-21/01.1 - Innkalling

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

Førstegangsinnkalling til møtet ble sendt ut via mail 29. april.

Andregangsinnkalling sendes ut fem virkedager før møtet, 19. mai.

**Forslag til vedtak:**

1. Innkalling godkjennes

#### PM-21/01.2 - Saksliste og tidsplan

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

Saksliste og tidsplan ligger vedlagt i saken.

Tidsplan tar ikke høyde for at de to ettersendte sakene realitetsbehandles, mens utvidet tidsplan gjør det.

**Forslag til vedtak:**

1. Saksliste godkjennes
2. Tidsplan godkjennes

 Tidsplan for PM3 27.05.2021.pdf (1 sider)

#### PM-21/01.3 - Valg av møteledelse

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

Det må velges minst to personer til å føre ordet, være bisitter, innhente forslag til endringer, styre talerlista og ellers administrere møtet.

**Forslag til vedtak:**

1. Henrik Wangberg velges som en del av møteledelsen
2. Erling Relling velges som en del av møteledelsen
3. Bård Ræstad velges som en del av møteledelsen
4. Jørgen André Wigestrands velges som en del av møteledelsen

**PM-21/01.4 - Valg av protokollfører**

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

Det må velges noen til å føre protokoll for møtet

**Forslag til vedtak:**

1. Bård Ræstad velges til å føre protokoll for møtet

**PM-21/01.5 - Valg av noen til å signere protokollen**

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

To personer skal velges til å signere og godkjenne protokollen for møtet. Det er sedvane at disse personene er parlamentsdelegater.

**Forslag til vedtak:**

Noen oppnevnes under møtet

**PM-21/01.6 - Behandle fravær**

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

Jf. Vedtektene §2.3 har parlamentsdelegatene, Arbeidsutvalget, Kontrollkomiteen, og minst én studiestedsleder på vegne av Sentralstyret møteplikt på parlamentsmøter.

Fravær meldes via nettskjema minimum fire dager før møtet. Oppmøte fremgår av Kontrollkomiteens registrering under møtet. Kontrollkomiteen legger frem hvem som har meldt sitt fravær innenfor fristen under møtet.

**Forslag til vedtak:**

1. Deltagere med møteplikt som har meldt sitt fravær innenfor de gitte fristene får godkjent fravær
2. Deltagere med møteplikt som ikke har meldt sitt fravær innenfor de gitte fristene får ikke godkjent fravær

**PM-21/01.7 - Valg av tellekorps**

*Beslutning*                      *Møteleder*

**Saksfremlegg:**

Det må velges minst to personer som skal telle stemmer, både ved voteringer og valg som gjennomføres under møtet.

**Forslag til vedtak:**

1. Kontrollkomiteen velges til å sitte i tellekorpset
2. Møteledelsen velges til å sitte i tellekorpset

---

## Orienteringssaker

---

10.20 - 11.05  
45 min

**PM-21/02 - Orienteringer: Status siden forrige møte**

*Orientering*                      *Møteleder*

**OTRS-sak:** 20055702

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Gesine Fischer

**Opphav:** Sedvane

**Bakgrunn:**

Parlamentet orienteres om status siden forrige parlamentsmøte.

**Saksfremlegg:**

Orienteringene skal gi Parlamentet innsikt i arbeidet som har vært siden siste møte i Parlamentet. Orienteringene skal fortrinnsvis sendes inn skriftlig i forkant av møtet og leses opp av saksframlegger under møtet.

Orienteringene blir behandlet enkeltvis.

**PM-21/02.1 - Orientering fra Arbeidsutvalget (AU)**

Orientering            *Gesine Fischer*

*Skriftlige orienteringer ligger vedlagt.*

**PM-21/02.2 - Orientering fra Sentralstyret (SST)**

Orientering

*Skriftlige orienteringer ligger vedlagt.*

**PM-21/02.3 - Orientering fra Kontrollkomiteen (KK)**

Orientering            *Philip August Berg*

**PM-21/02.4 - Orientering fra Valgkomiteen (VK)**

Orientering            *Ola Backen Strømnes*

**PM-21/02.5 - Orientering fra Høgskolestyret**

Orientering            *Jørgen Wigestrånd*

**PM-21/02.6 - Orientering fra SINN**

Orientering

**PM-21/02.7 - Orientering fra andre råd og utvalg**

Orientering

**PM-21/02.8 - Orientering om nasjonal studentpolitikk**

Orientering

---

11.05 - 11.15 **Pause**  
10 min

---

11.15 - 11.30 **PM-21/22 - Resultater fra SHoT, gjennomslag på fronten, og veien framover**  
15 min

Orientering            *Gesine Fischer og Ane Skagestein Omholt*

**OTRS-sak:** 20097851

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Gesine Fischer og Ane Skagestein Omholt

**Opphav:** Arbeidsutvalget

## Bakgrunn:

Nylig kom resultatene fra SHoT (studentenes helse og trivsel) tilleggsundersøkelse. Tilleggsundersøkelsen ble gjennomført for å kartlegge studenters trivsel og helse under pandemien, og denne ble gjennomført våren 2021. Det er svært alarmerende tall vi møter i undersøkelsen, og SHoT viser en gradvis og tydelig forverring av studenters psykiske helse. StInn har jobbet i flere år rundt forbedring og forebygging av studenters psykiske uhelse. Siden Tilleggsundersøkelsen har AU jobbet på spreng med å iverksette flere tiltak, og har kunne feire flere gjennomslag på fronten.

Resultatene fra undersøkelsen er publisert og det er lagt frem for de ulike høyere utdanningsinstitusjonene i landet. Vi har sammenlignet resultatene for høgskolen med tallene fra 2018 med den nye tilleggsundersøkelsen. Vi har også drøftet utviklingen over tid med undersøkelsene som går tilbake til 2013. Ut ifra dette er det noen punkter vi særlig ønsker å trekke frem:

- Generell tilfredshet med studiestedet er dårligere. Dette gjelder; kollektivtilbud, bolig, studentmiljø og kollektiv, samt undervisning.
- Fysisk aktivitet har økt generelt færre utfører lite til ingen aktivitet, samme gjelder ca hver dag. Men 4-5 dager i uken har økt med 5%. dette betyr at flere studenter er i fysisk aktivitet ukentlig
- Fysisk helse generelt blir rapportert som dårligere
- Færre drikker alkohol og færre rapporterer om skadelig og risikofylt inntak
- Psykisk helse:
  - Andelen som rapporterer at de ikke opplever psykiske plager har sunket med 17% (seksjonen for middels er sløyfet/sammensatt og ikke sammenlignbar)
  - Andelen som opplever psykiske plager i alvorlig grad har økt med 32%
  - Ensomhet har økt med 9% (tilsynelatende samme med de som savner noen å være sammen med, men disse tallene finnes ikke i 2018 og er derfor ikke sammenlignbare)

Vi anbefaler alle sentrale tillitsvalgte til å orientere og holde seg aktiv oppdatert rundt SHoT. Vedlagt kan du finne både rapporten fra den nasjonale og lokale SHoT undersøkelsen. Les også mer på: <https://www.studenthelse.no/>

## Saksfremlegg:

### Gjennomslag og lobbyisme rett før lanseringen:

Vi har sikret flere gjennomslag på fronten vi i den siste tiden. Rett før undersøkelsen ble lansert inviterte vi komiteen for bærekraft og samfunnsutviklingen, opposisjonspartier i Lillehammer kommune og fylkesrepresentanten vil nå løfte stemmen for:

- Flere forebyggende tiltak.
- Et psykisk helse team for studenter
- Gjenåpning av helsestasjoner.

### Lokalt og nasjonalt gjennomslag etter lanseringen:

Vi har hatt flere møter med Høgskolen og SINN for å arrangere ekstra ordinære vertskommune møter med Blant før juni med spesiell fokus på psykisk helse.

StInn har et forebyggende fokus på psykisk helse, og sammen med SINN ønsker vi fortsatt å trekke disse fram og sikre at disse vedvarer også etter pandemien. samtidig som vi må styrke den psykiske helsetjenesten i kommunen.

Studentassistentordningen ved høgskolen, og lavterskeltilbudene i SINN skal vedvare. For at flere forebyggende tiltak kan sikres og vedvarer vil vi sammen med HINN og SINN sikre at flere midler. Noe StInn fikk gjennomslag på før jul, før regjeringen sikret flere midler til studentassistenter i læringsmiljøet. Samtidig må vi sikre at myndighetene setter av flere midler, noe som vi aktivt bruker vertskommune møter til i allianse med SINN og HINN. Under møtet med HINN og SINN var vårt største fokus:

- at vi nå må stå samlet å sikre de mest sårbare studentene.
- må sikre flere midler og tiltak i kommunene,
- et psykisk helseteam og oppfølging mens studenter står i ventekø.

Vi la press på alle disse punktene og Peer Jacob konkluderte med at vi igangsetter vertskommunemøter, møter med høgskole og universitetsrådet, og studentsamskipnadsrådet for å løfte dette.

### Nasjonal studentpolitikk:

Vi har også kalt inn og vært i med NSO for å diskutere resultatene fra SHoT og konklusjoner til ekspertgruppen. Les mer her: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/ekspertgruppe-skal-foresla-tiltak-for-psykisk-helse/id2838322/>. Vi ønsker å mobilisere flere medlemslag nasjonalt for å løfte stemmen for at det må iverksettes tiltak og midler til å styrke psykiske helsetjenester i kommunene. Vi har fått flere medlemslag på laget som ønsker å løfte stemmen. Vi har også sagt at dette må brukes i forhandlinger til revideringen av nasjonalbudsjettet, som vi mener AU i NSO har et særskilt ansvar for.

## Forebyggende varslingssystemer:

I tillegg har vi foreslått et forebyggende varslingssystem, hvor vi ønsker dette drøftes videre i UU. Rolle- og forventningsavklaring mellom student og fagansatt/emneansvarlig må etableres og styrkes. Derfor skal kvalitetssystemet kvalitetsikres. Emneansvarlig skal slik det fremgår i referatet følge opp og ta kontakt med student som ikke delta i undervisning, eksamen eller leverer arbeidskrav. Dette er ikke bare for å sikre studieprogresjonen, men at studenter føler seg sett og blir fanget opp. Da vi vet at de som sliter psykisk har størst risiko for å falle av, men også bli dersom de ikke blir oversett av trygge «voksene». Vi trakk fram eksempelet på Blæstad der det finnes en slik ordning som fungerer bra og forebyggende for studenten.

📄 PM-21-22 Vedlegg 01 - SHoT-resultat for Høgskolen i Innlandet.pdf (37 sider)

📄 PM-21-22 Vedlegg 02 - SHoT-tilleggsundersøkelse hovedrapport.pdf (55 sider)

## Vedtaksaker

### 11.30 - 12.15 45 min **PM-21/23 - Behandling av Politisk plattform**

*Beslutning*                      *Andreas Gjerstad Møllerhagen*

**OTRS-sak:** 20092370

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Andreas Gjerstad Møllerhagen og Gesine Fischer

**Ophav:** Arbeidsutvalget

#### **Bakgrunn:**

Etter flere innspillsrunder og uformelle drøftingsmøter med parlamentet og sentrale tillitsvalgte, kan vi nå endelig presentere og vedta Stlnns nye politiske plattform.

AU har jobbet på spreng med å kontinuerlig evaluere politiske prioriteringer og standpunkter som vil være viktig for studenter nå og framover. Disse er basert på tidligere arbeid, innspillene, samarbeidet og ikke minst på det året som har vært, der vi tar med oss det beste ut av krisen.

Blant de gode innspillene Parlamentet har gitt, var å sikre utfyllende bakgrunnsinformasjon, og oversiktlige sammenfattede stikkpunkter. Dette er noe utradisjonelt for politiske plattformer, men gjør den nyskapende, samtidsrettet, mer oversiktig, og anvendbar som politisk verktøy for samtlige tillitsvalgte, og eksterne aktører.

I samarbeid med parlamentet og sentrale tillitsvalgte har arbeidsutvalget nå laget godt politisk fundament, og verktøy for organisasjonen og tillitsvalgte til å jobbe ut ifra. Det viktig å presisere at momentene skal fungere som et overordnet verktøy og som kan vare i tid. De må bygge på erfaringene og verdier som kan være vedvarende, og skape et fundament for inspirasjon til resolusjoner, fanesaker, og politiske prioriteringer i politiskarbeid.

Kort om hvordan kan muligens plattformen inspirere til resolusjoner: For eksempel står det i plattformen: Linje 375: (..) StlInn mener at alle studenter skal være en del av det akademiske felleskapet. - Dersom parlamentet opplever at noen særskilte minoritetsgrupper burde fokuseres på, kan det da lages en resolusjon. For eksempel: minoritetsspråklige studenter har krav på bedre tilrettelegging! – Husk dette er **et eksempel** som kun **illustrerer** at plattformen skal være overordnet, og inkludere og fange opp mange ulike problemstillinger og grupper uten å nedprioritere andre, akkurat ved å inspirere til slike resolusjoner.

#### **Saksfremlegg:**

Arbeidsutvalget er stolt og takknemlig over det gode og tette samarbeidet under prosessen av å utarbeide og ferdigstille plattformen. Innholdet er et tydelig tegn på hvor åpne, reflekterte, framtidsrettet og mangfoldig Stlnns profil er og skal være; til det beste for studentene, og alltid et skritt foran.

Det er viktig at parlamentet tar stiling til innholdet, mens redaksjonelle endringer gjøres i etterkant. Arbeidsutvalget ser at det kan være behov for noen omformuleringer eller rette skrivefeil. Dette kan enkelt gjøres i etterkant, og er ikke nødvendig å bruke tid under i diskusjonen. Parlamentet burde ta stilling til de overordnede plattformene, og dersom det er noe som burde endres eller legges til, ber vi parlamentet å komme med tydelige og konkrete endringsforslag i samme ordlyd, slik det kan innføres.

#### **Forslag til vedtak:**

1. Politisk plattform vedtas

📄 PM-21-23 Vedlegg 01 - Foreslått Politisk plattform.pdf (24 sider)

📄 PM-21-23 Vedlegg 02 - Nåværende Politisk plattform rev.2018.04.11.pdf (8 sider)

12.15 - 12.30  
15 min

## PM-21/04 - Organisasjonsutviklingsprosjektet - Bolk 3

Beslutning Jørgen Wigestrand

**OTRS-sak:** 20085512

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Jørgen Wigestrand

**Opphav:** Jørgen Wigestrand

### Bakgrunn:

Den organisatoriske biten av Organisasjonsutviklingsprosjektet (OU), «Bolk 3» ble behandlet og vedtatt under EPM1 i år.

Under arbeidet med Bolk 4, oppdaget arbeidsgruppen en liten glipp fra Bolk 3. I forslaget til dato for når det skal avholdes møter i Studenttinget på vårsemesteret, krasjer datoene jevnlig med påske.

Utdrag fra forslaget fra «Bolk 3»

«Høst: mellom 15.-21. oktober.

Vår: mellom 1.-7. april

»

### Saksfremlegg:

Når en «bolk» er ferdig behandlet i PM, «låses» arbeidet som er gjort, og gir arbeidsgruppen et fast grunnlag til å basere videre arbeid på. Siden den organisatoriske biten av «Bolk 3» er låst, kan ikke arbeidsgruppen gjøre endringer uten tillatelse fra PM.

For å hindre at disse møtene krasjer med påsken i fremtiden, foreslås det derfor å øke tidsrammen med en uke, og heller skrive «i løpet av de to første ukene i april.»

Da kan de som avholder møtene tilpasse datoene bedre, samtidig som tidspunktene for møtene blir nokså konsise for hvert år.

### Forslag til vedtak:

1. Parlamentet vedtar at Studenttingsmøter på vårsemesteret blir avholdt ila. de to første ukene i april.
2. Parlamentet vedtar at Studenttingsmøter på høstsemesteret blir avholdt ila. de to siste ukene i oktober.

12.30 - 13.00  
30 min

## Lunsjpause

13.00 - 13.50  
50 min

## PM-21/24 - Valg av Arbeidsutvalget

Valg Ola Backen Strømnes

**OTRS-sak:** 20097965

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Ola Backen Strømnes og Eivind Skari

**Opphav:** Valgkomiteen

### Bakgrunn:

J.f §5 i valgreglementet skal VK innstille på kandidater til verv i de øverste organene i Studentorganisasjonen. Valgkomiteen i Studentorganisasjonen i Innlandet (StInn) skal aktivt oppsøke og innstille på kandidater til verv som angitt i punkt 5, valgreglement og vedtekter.

For at kandidatene skulle få muligheten til intervju og innstilling måtte eventuelle kandidater stille innen 10.05.2021 ved å sende sitt kandidatur på e-post til vk.stinn@inn.no. Eventuelle kandidater har fremdeles mulighet til å stille under møtet 27.05.2021.

### Om prosessen:

Fristen for å melde sitt kandidatur for Valgkomiteens vurdering ble satt til 10.05.2021 kl. 23:59. Da det ikke var tilstrekkelig med

kandidater i enkelte verv innen fristen ble fristen valgte Valgkomiteen å aktivt gå inn for å finne egnede kandidater til vervene. Valgkomiteen gjennomførte intervju med alle kandidatene som meldte seg innen fristen.

### **PM-21/24.1 - Valg av Leder**

Valg *Ola Backen Strømnes*

#### **Om vervet:**

Leder av Arbeidsutvalget er StInns øverste leder, og har det øverste ansvaret for driften i StInn. Leder skal påse at vedtak gjort av Parlamentet, Arbeidsutvalget eller Kontrollkomiteen blir fulgt opp i alle ledd av organisasjonen. Leder skal også følge opp nasjonal studentpolitikk (NSO), og skal være i tett dialog med høgskolens og samskipnadens ledelse.

#### **Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

### **PM-21/24.2 - Valg av Nestleder**

Valg *Ola Backen Strømnes*

#### **Om vervet:**

Nestleder fungerer som intern og organisatorisk leder, men skal også være leders stedfortreder. Nestleder skal være en intern brobygger, og skal være en ressursperson for resten av arbeidsutvalget. Nestleder har et særskilt ansvar for å følge opp tillitsvalgte på både lokalt og sentralt nivå, og ansvar for opplæring og skoling av lokale tillitsvalgte.

#### **Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

---

13.50 - 14.00 **Pause**  
10 min

---

14.00 - 14.50 **PM-21/24 - Valg av Arbeidsutvalget fortsetter**  
50 min

Valg *Ola Backen Strømnes*

### **PM-21/24.3 - Valg av Fag- og forskningspolitisk ansvarlig**

Valg *Ola Backen Strømnes*

#### **Om vervet:**

Fag- og forskningspolitisk ansvarlig har ansvar for å utvikle og fremme studentorganisasjonens politikk innenfor fag, forskning og utdanningskvalitet. Blant Fag- og forskningspolitisk ansvarliges viktigste arbeidsoppgaver er å fremme organisasjonens meninger og kampsaker i Høgskolens råd og utvalg og overfor Høgskolens ansatte i et forsøk på å oppnå gjennomslag for studentenes saker. For å kunne gjøre denne jobben effektivt vil det være viktig for den som innehar vervet å være til stede der hvor beslutninger tas i Høgskolens forskjellige organer og å fremme forslag basert på StInns vedtatte politikk.

#### **Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

### **PM-21/24.4 - Valg av Velferd- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig**

Valg *Ola Backen Strømnes*

#### **Om vervet:**

Velferds- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig har ansvar for Studentorganisasjonens velferdspolitik, likestillingsarbeid og tilretteleggingsarbeid. Det er det vervet i StInn som arbeider tettest opp mot Studentsamskipnaden i Innlandet (Sinn) og studentersamfunnene i Innlandet. Velferds- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig har fast plass i Læringsmiljøutvalget (LMU) ved HINN. Vervet har også som oppgave å opprettholde det sosiale miljøet innad i arbeidsutvalget.

#### **Saksfremlegg:**



Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

## 14.50 - 15.00 **Pause**

10 min

## 15.00 - 15.25 **PM-21/24 - Valg av Arbeidsutvalget fortsetter**

25 min

Valg *Ola Backen Strømnes*

### **Om vervet:**

Kommunikasjonsansvarlig har ansvar for markedsføring av organisasjonen og dens synlighet til medlemmer og utad. Dette gjøres både digitalt, eksempelvis igjennom sosiale medier og nettside; og fysisk, eksempelvis igjennom plakater og stands. Målet med å ha en kommunikasjonsansvarlig er at organisasjonen er synlig og markedsført på en måte som gir organisasjonens rykte og verdier samt gi studentene informasjon om organisasjonen.

### **Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

## **PM-21/24.5 - Valg av Kommunikasjonsansvarlig**

Valg *Ola Backen Strømnes*

## 15.25 - 15.50 **PM-21/25 - Valg av Kontrollkomiteen**

25 min

Valg *Ola Backen Strømnes*

**OTRS-sak:** 20097970

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Ola Backen Strømnes og Eivind Skari

**Opphav:** Valgkomiteen

### **Bakgrunn:**

J.f §5 i valgreglementet skal VK innstille på kandidater til verv i de øverste organene i Studentorganisasjonen. Valgkomiteen i Studentorganisasjonen i Innlandet (StInn) skal aktivt oppsøke og innstille på kandidater til verv som angitt i punkt 5, valgreglement og vedtekter.

For at kandidatene skulle få muligheten til intervju og innstilling måtte eventuelle kandidater stille innen 10.05.2021 ved å sende sitt kandidatur på e-post til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no). Eventuelle kandidater har fremdeles mulighet til å stille under møtet 27.05.2021.

### **Om prosessen:**

Fristen for å melde sitt kandidatur for Valgkomiteens vurdering ble satt til 10.05.2021 kl. 23:59. Da det ikke var tilstrekkelig med kandidater i enkelte verv innen fristen ble fristen valgte Valgkomiteen å aktivt gå inn for å finne egnede kandidater til vervene. Valgkomiteen gjennomførte intervju med alle kandidatene som meldte seg innen fristen.

### **Om vervet:**

3 verv. Medlemmene internkonstituerer leder seg imellom. Vervperioden er fra 1. juli 2021 til 30. juni 2022.

Kontrollkomiteen er et uavhengig organ i StInn, og skal kontrollere at arbeidsutvalget, Parlamentet og organisasjonens andre organer handler i samsvar med vedtak som er gjort, og i samsvar med StInn sine vedtekter og retningslinjer. Kontrollkomiteen behandler mistillitsforslag innad i organisasjonen.

### **Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

---

16.00 - 16.25 **PM-21/26 - Valg av Valgkomiteen**

25 min

Valg *Ola Backen Strømnes*

**OTRS-sak:** 20097971

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Ola Backen Strømnes og Eivind Skari

**Opphav:** Valgkomiteen

**Bakgrunn:**

J.f §5 i valgreglementet skal VK innstille på kandidater til verv i de øverste organene i Studentorganisasjonen. Valgkomiteen i Studentorganisasjonen i Innlandet (StInn) skal aktivt oppsøke og innstille på kandidater til verv som angitt i punkt 5, valgreglement og vedtekter.

For at kandidatene skulle få muligheten til intervju og innstilling måtte eventuelle kandidater stille innen 10.05.2021 ved å sende sitt kandidatur på e-post til vk.stinn@inn.no. Eventuelle kandidater har fremdeles mulighet til å stille under møtet 27.05.2021.

**Om prosessen:**

Fristen for å melde sitt kandidatur for Valgkomiteens vurdering ble satt til 10.05.2021 kl. 23:59. Da det ikke var tilstrekkelig med kandidater i enkelte verv innen fristen ble fristen valgte Valgkomiteen å aktivt gå inn for å finne egnede kandidater til vervene.

**Om vervet:**

3 verv. Medlemmene internkonstituerer leder seg imellom. Vervperioden er fra 1. juli 2021 til 30. juni 2022.

Valgkomiteen skal innstille på kandidater til ulike verv i StInn. Valgkomiteen er et uavhengig organ innad StInn og påvirker ikke politikken.

**Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

---

16.25 - 16.50 **PM-21/27 - Valg av studentrepresentanter til SINN-styret**

25 min

Valg *Ola Backen Strømnes*

**OTRS-sak:** 20097972

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Ola Backen Strømnes og Eivind Skari

**Opphav:** Valgkomiteen

**Bakgrunn:**

J.f §5 i valgreglementet skal VK innstille på kandidater til verv i de øverste organene i Studentorganisasjonen. Valgkomiteen i Studentorganisasjonen i Innlandet (StInn) skal aktivt oppsøke og innstille på kandidater til verv som angitt i punkt 5, valgreglement og vedtekter.

For at kandidatene skulle få muligheten til intervju og innstilling måtte eventuelle kandidater stille innen 10.05.2021 ved å sende sitt kandidatur på e-post til vk.stinn@inn.no. Eventuelle kandidater har fremdeles mulighet til å stille under møtet 27.05.2021.

**Om prosessen:**

Fristen for å melde sitt kandidatur for Valgkomiteens vurdering ble satt til 10.05.2021 kl. 23:59. Da det ikke var tilstrekkelig med kandidater i enkelte verv innen fristen ble fristen valgte Valgkomiteen å aktivt gå inn for å finne egnede kandidater til vervene. Valgkomiteen gjennomførte intervju med alle kandidatene som meldte seg innen fristen.

**Om vervet:**

2 verv + 1 vara. Vervperioden er på 2 år.

SINN er studentsamskipnaden for studentene ved Høgskolen i Innlandet, Limpi og Centric IT Academy og er styrt av studentene. SINN jobber for at studentene skal ha det best mulig i studietiden. De skal gi alle studenter et godt velferdstilbud som bidrar til et helhetlig læringsmiljø. Virksomhetsområdene omfatter bolig, barnehage, kantine, bokhandel og rådgivningstjeneste/helsetilbud. Målet deres er å bidra til at Høgskolen i Innlandet skal ha landets mest fornøyde studenter.

**Saksfremlegg:**

Valgkomiteen ber Parlamentet om å gjøre en helhetlig vurdering av kandidatene som fremstiller seg for valg og velge de best egnede kandidatene basert på personlige egenskaper, motivasjon og Valgkomiteens innstilling.

---

**16.50 - 17.05 PM-21/05 - Møteevaluering**

15 min

*Orientering*                      *Møteleder*

**OTRS-sak:**

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Sedvane

**Opphav:** Sedvane

Møtedeltagerne gir tilbakemelding til gjennomføringen av møtet på rundgang. Tilbakemeldingen noteres og arkiveres internt, så en kan forbedre gjennomføringen av fremtidige møter.

---

**Møteslutt**

DRUFT

STUDENTORGANISASJONEN I INNLANDET  
**Tidsplan for PM3 27.05.2021**

Sist revidert: 12.05.2021 – 15:09

Tid	Saksnr.	Sakstittel	Varighet
<b>10:00</b>		<b>Møtestart</b>	---
10:00		Velkommen ved leder	05 min
10:05	PM-21/01	Konstituering	15 min
10:20	PM-21/02	Orienteringer: Status siden forrige møte	45 min
<b>11:05</b>		<b>Pause</b>	<b>10 min</b>
11:15	PM-21/22	Orientering om resultatene fra SHoT-undersøkelsen	15 min
11:30	PM-21/23	Behandling av Politisk plattform	45 min
12:15	PM-21/04	Organisasjonsutviklingsprosjektet - Bolk 3	15 min
<b>12:30</b>		<b>Lunsjpause</b>	<b>30 min</b>
13:00	PM-21/24	Valg av Arbeidsutvalget	---
13:00		<i>Valg av Leder</i>	25 min
13:25		<i>Valg av Nestleder</i>	25 min
<b>13:50</b>		<b>Pause</b>	<b>10 min</b>
14:00		<i>Valg av Fag- og forskningspolitisk ansvarlig</i>	25 min
14:25		<i>Valg av Velferd- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig</i>	25 min
<b>14:50</b>		<b>Pause</b>	<b>10 min</b>
15:00		<i>Valg av Kommunikasjonsansvarlig</i>	25 min
15:25	PM-21/25	Valg av Kontrollkomiteen	25 min
<b>15:50</b>		<b>Pause</b>	<b>10 min</b>
16:00	PM-21/26	Valg av Valgkomiteen	25 min
16:25	PM-21/27	Valg av studentrepresentanter til SINN-styret	25 min
16:50	PM-21/05	Møteevaluering	15 min
<b>17:05</b>		<b>Møteslutt</b>	---

# SHOT

Tilleggsundersøkelse



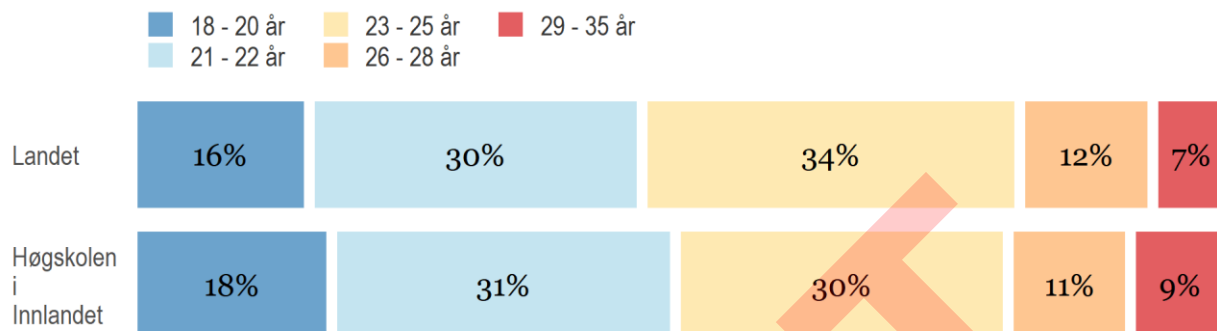
## Studentenes helse- og trivselsundersøkelse

Høgskolen i Innlandet

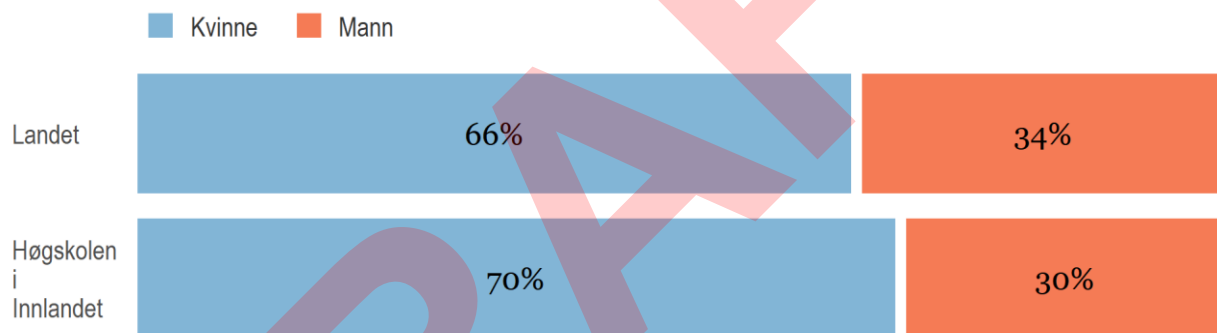


# Om institusjon

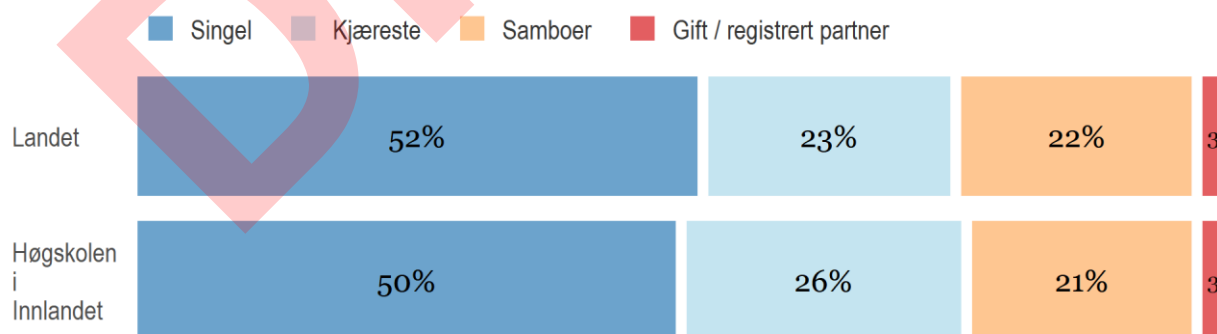
## Aldersfordeling



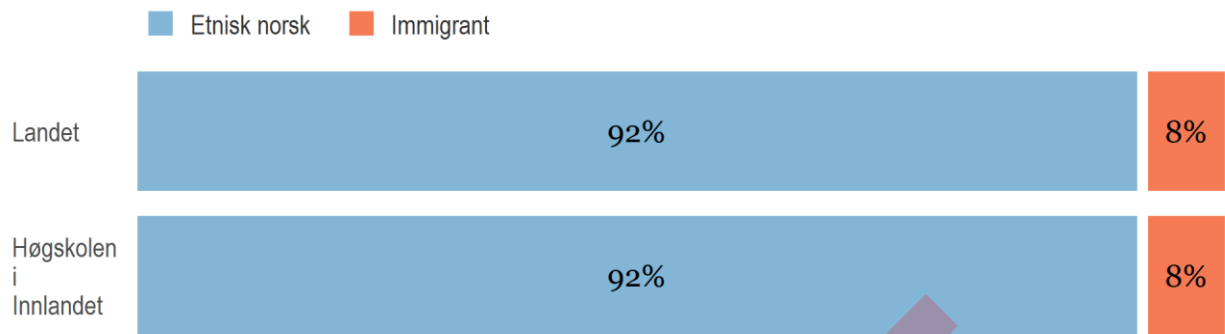
## Kjønn



## Hva er din sivilstatus?



## Immigrant



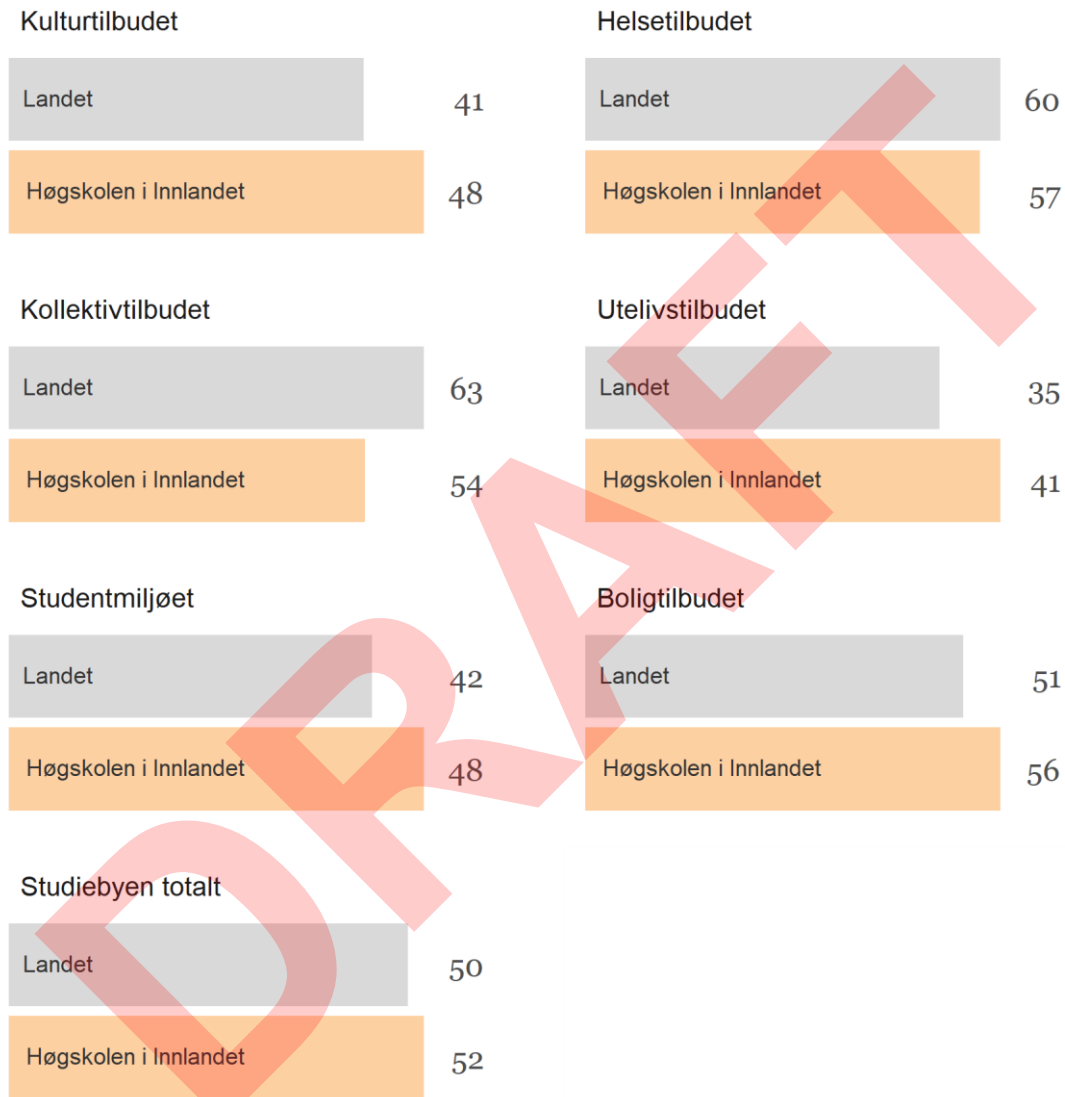
DRAFT

## 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):*





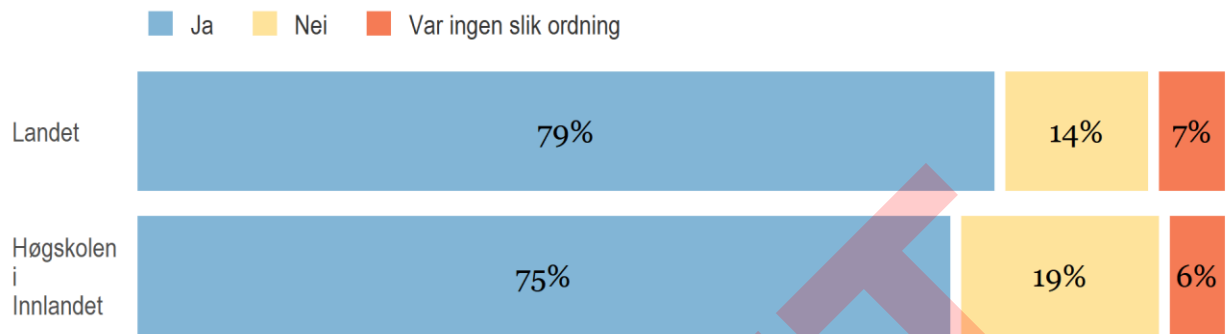
## Trivsel med studiet

Oppgi hvor fornøyd du er med disse faglige forholdene (nå under covid-19-pandemien) (0-100 poeng):



## Deltakelse i fadderordning

*Deltok du i fadderordning eller lignende på ditt næværende studieprogram da du var ny student?*



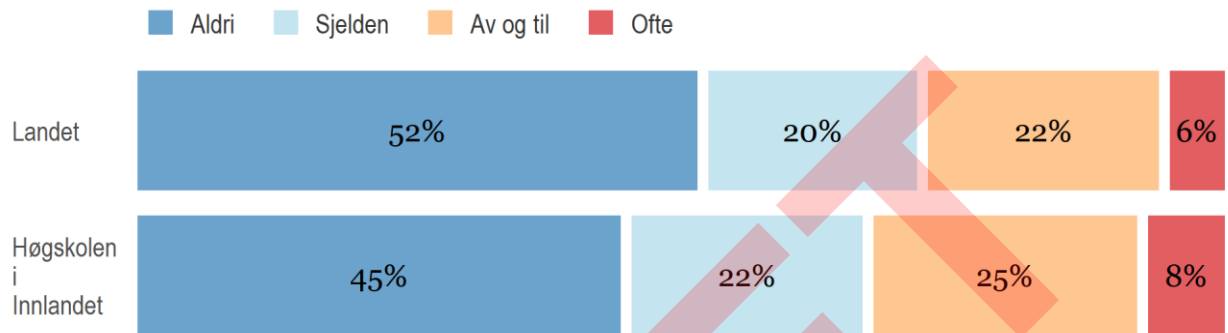
DRAGET

# Økonomi

---

## Økonomiske vansker

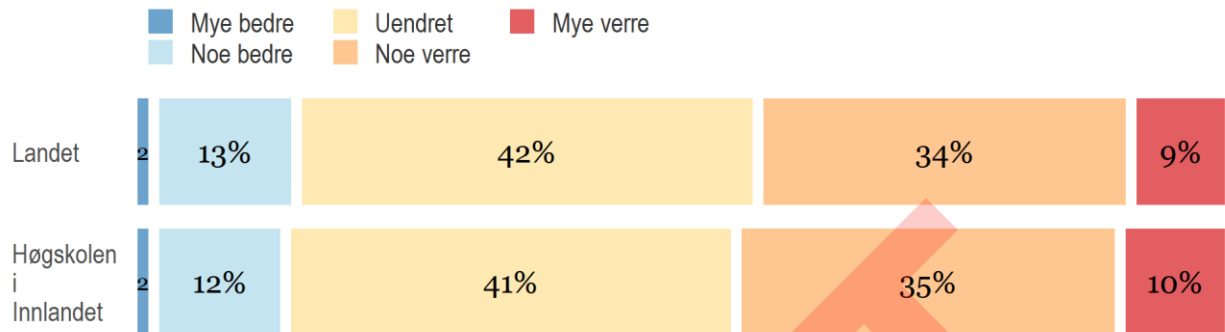
*Har det i løpet av de siste 12 månedene hendt at du/husholdningen har hatt vansker med å klare de løpende utgiftene, for eksempel til mat, transport, bolig?*



DRAG

## Under pandemien

*I hvilken grad har korona-pandemien påvirket økonomien din?*



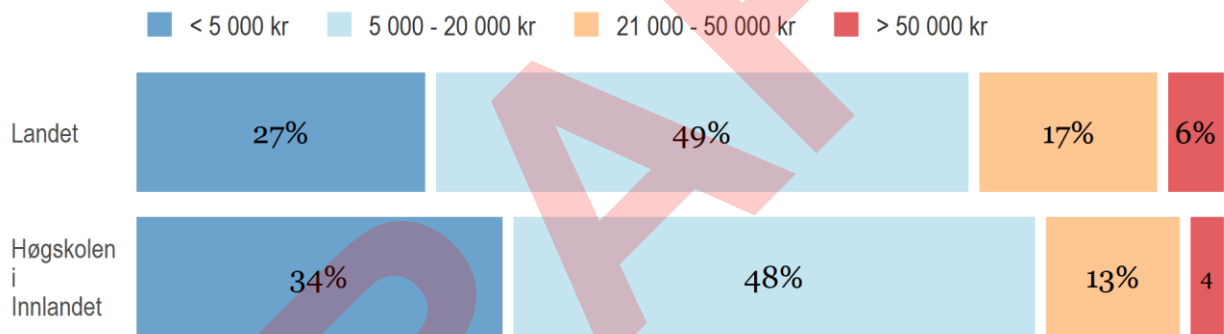
DRRAF

## Hjelp fra familien

Får du økonomisk hjelp fra familien din?



Hvor mye får du i året?

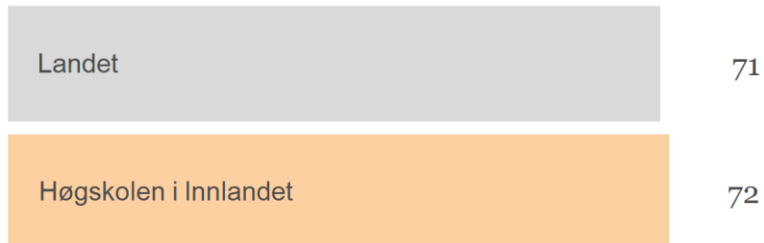


# Studieferdigheter

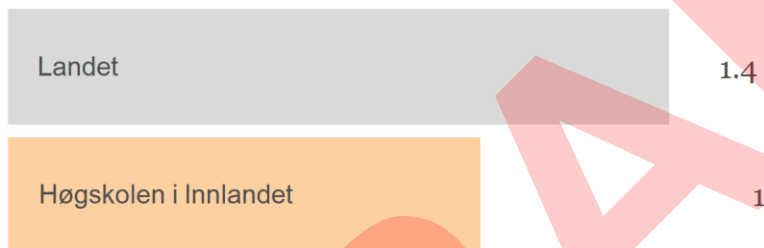
---

## Studiehverdagen under pademien

*Omtrent hvor stor andel av forelesningene har du fulgt digitalt siden start av studieåret i august 2020 fram til nå? (10-90)*



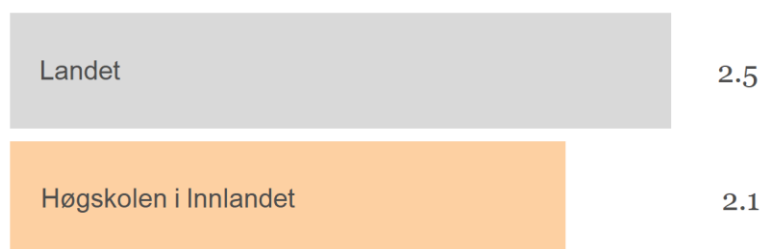
*Omtrent hvor mange dager har du hatt tilbud om fysisk undervisning på campus (eller andre steder) de siste 14 dagene?*



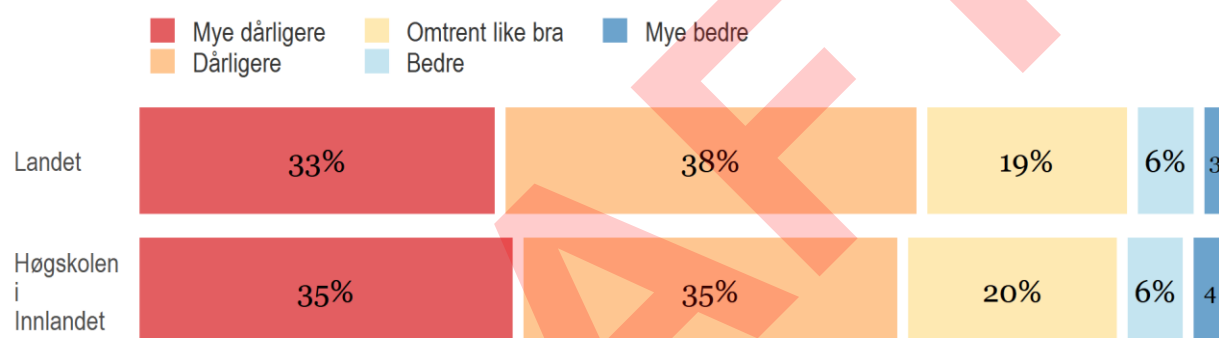
*Omtrent hvor mange dager har du hatt tilbud om digital (online) undervisning de siste 14 dagene?*



Omtrent hvor mange dager har du tilbragt på campus i løpet av de siste 14 dagene (undervisning, selvstudium, kollokvier og sosialt)?



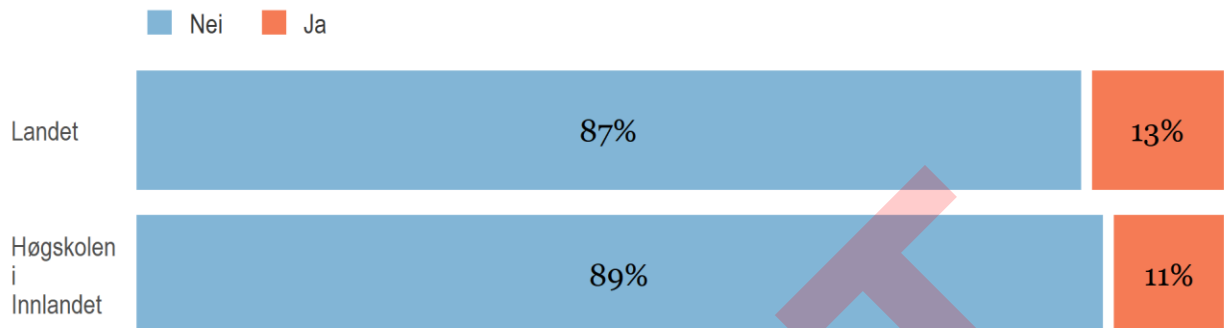
Hvordan synes du den digitale undervisningen fungerer så langt sammenlignet med tradisjonell undervisning?



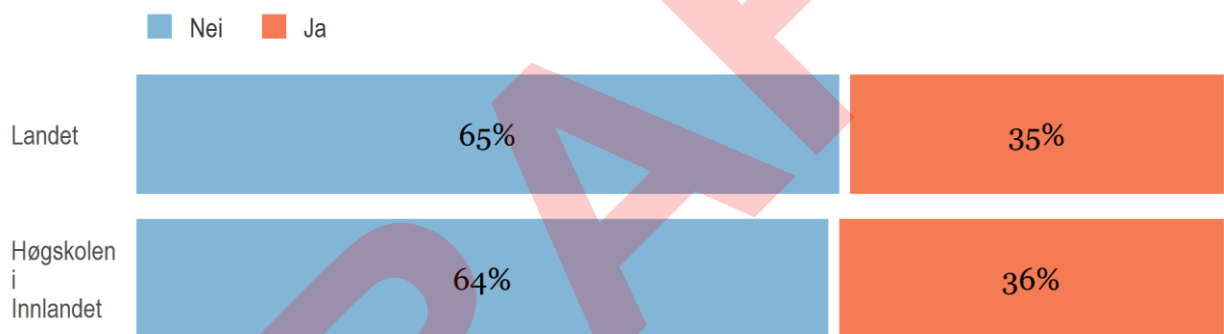
## Utfordringer med digital undervisning

Hva synes du er de viktigste utfordringene med digital undervisning så langt?

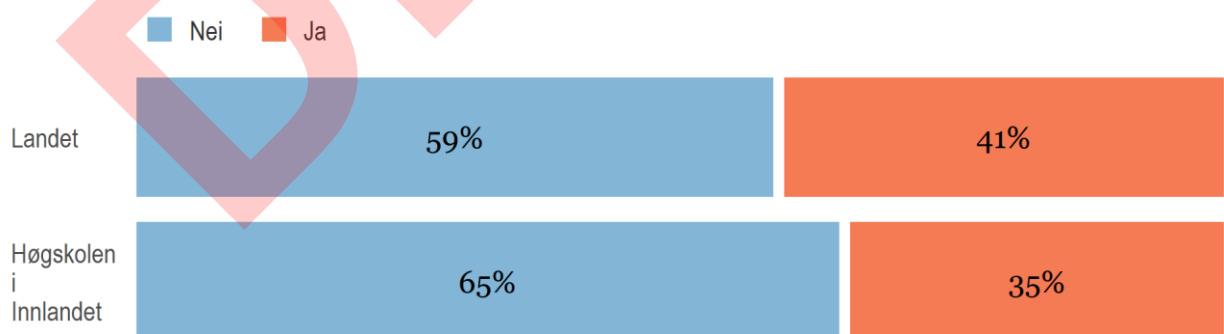
### Manglende utstyr



### Ustabil internettforbindelse

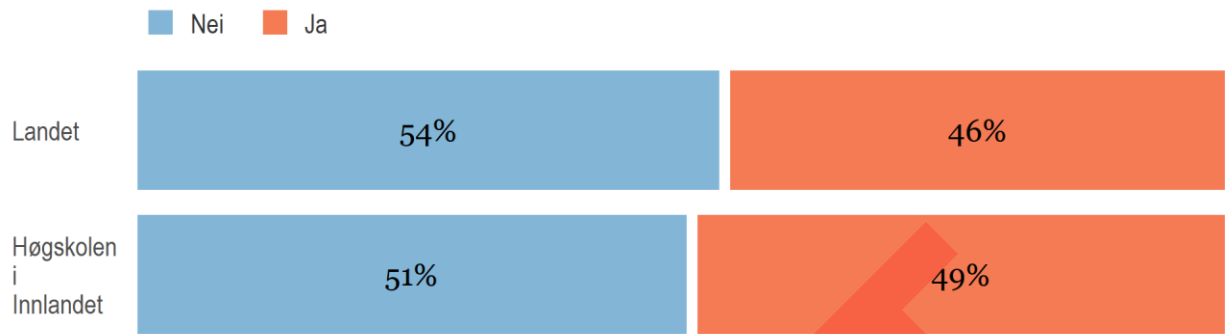


### Har ikke god arbeidsplass hjemme





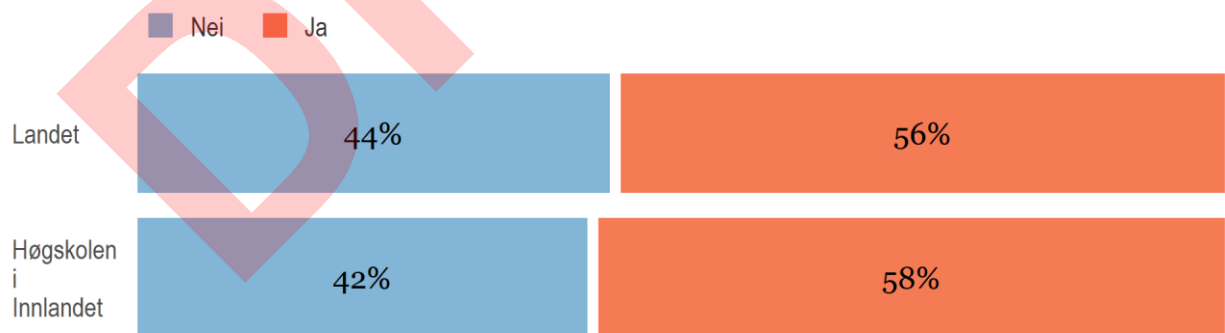
### Foreleser som mangler teknisk kompetanse



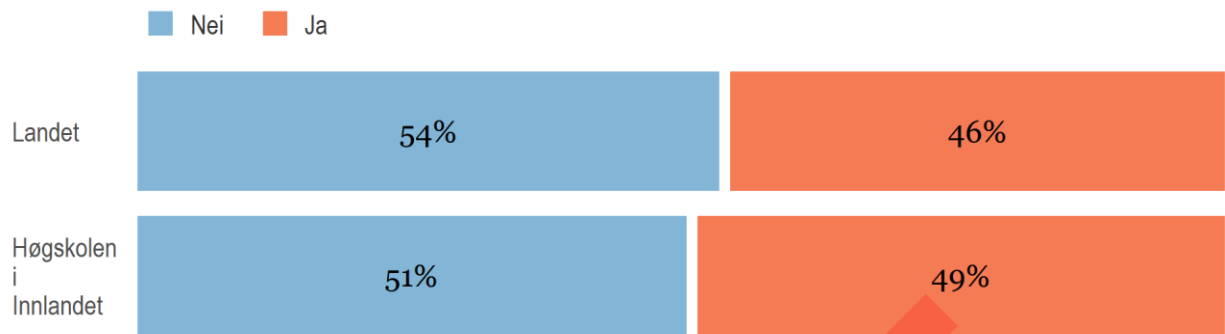
### Savner kontakt med medstudentene



### Savner kontakt med faglæreren



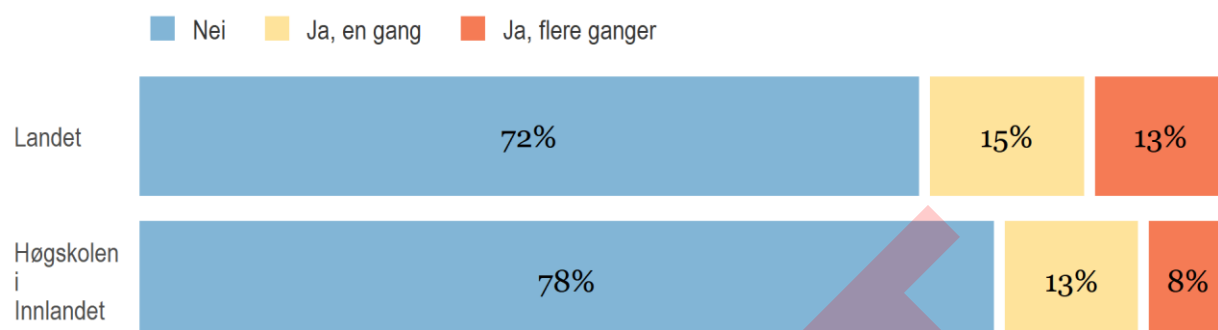
*Mindre engasjerende*



DRAFT

## Stryk

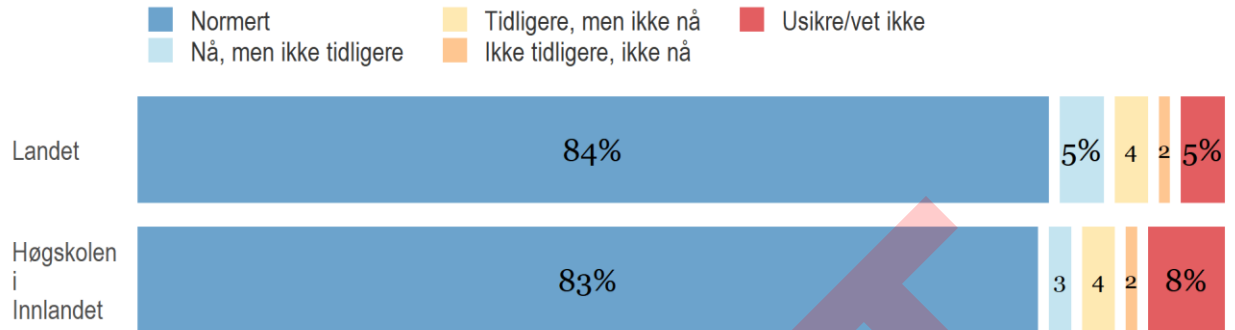
*Har du strøket til eksamen etter at du begynte på høyskole/universitet?*



DRAGET

## Studieprogresjon

### Studieprogresjon (samlet)



DRAGET

## Studietime

Hvor mange timer brukte du anslagsvis på studiene i løpet av forrige uke? (0-100)

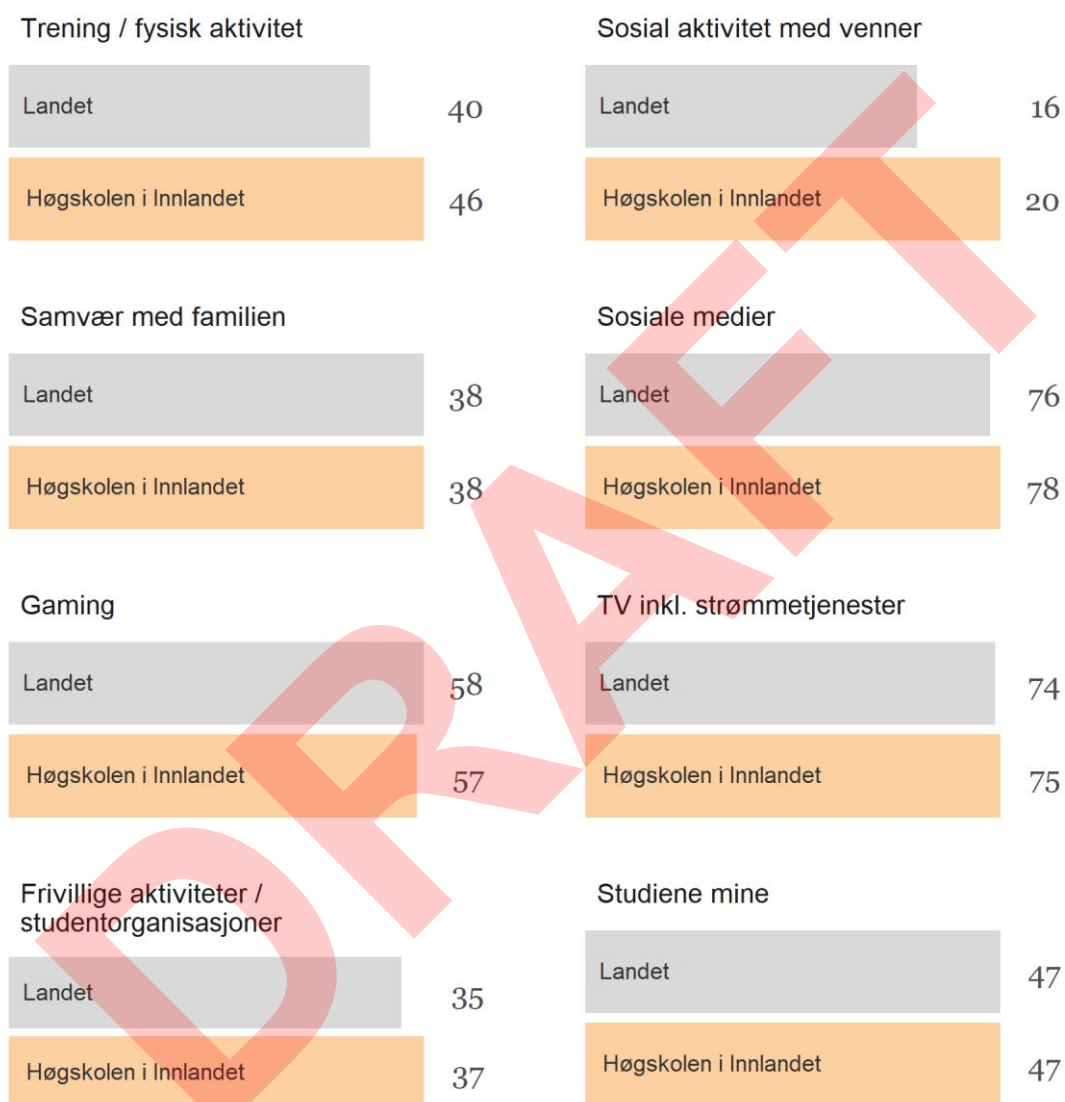
Landet	22.8
Høgskolen i Innlandet	18.4

DRAGET

## Livsstil og helseatferd

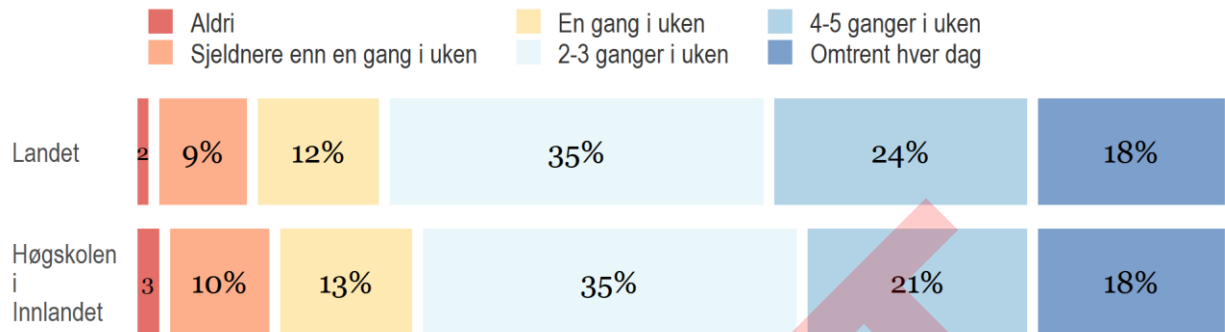
### Aktiviteter under pandemien

*I hvilken grad har du siden studiestart i august 2020 brukt mer eller mindre tid på følgende aktiviteter som følge av covid-19-pandemien?*

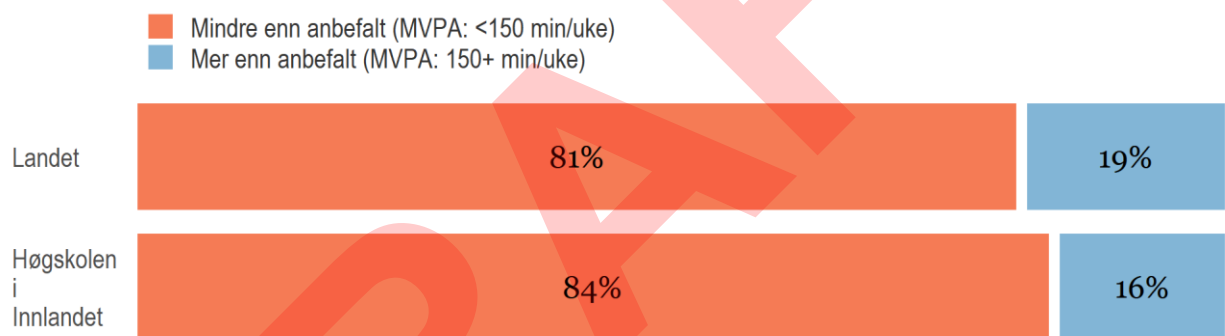


## Trenning og mosjon

Hvor ofte driver du mosjon? (Gjennomsnittlig)

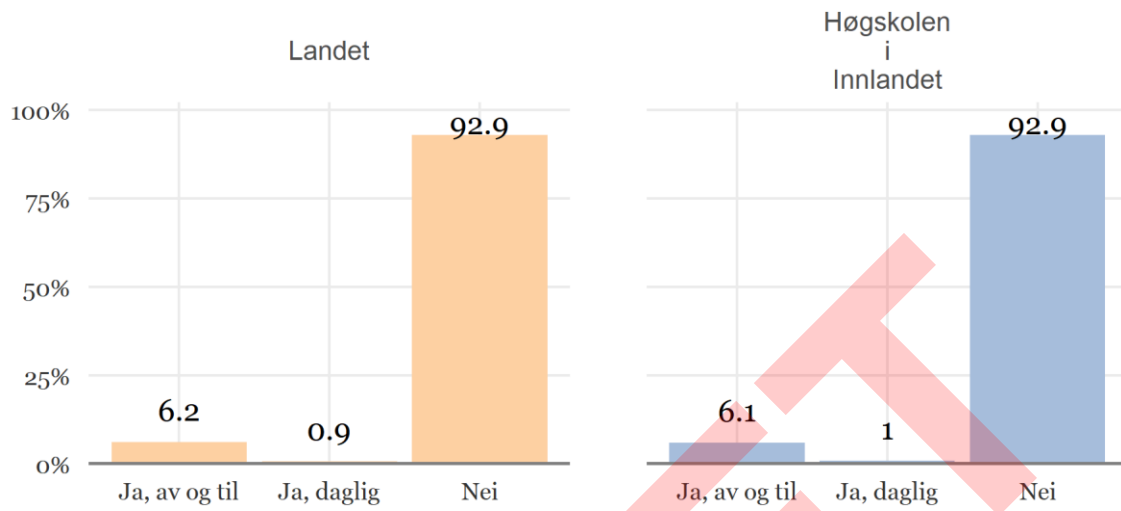


Moderat til høy fysisk aktivitet: 150 min/uke

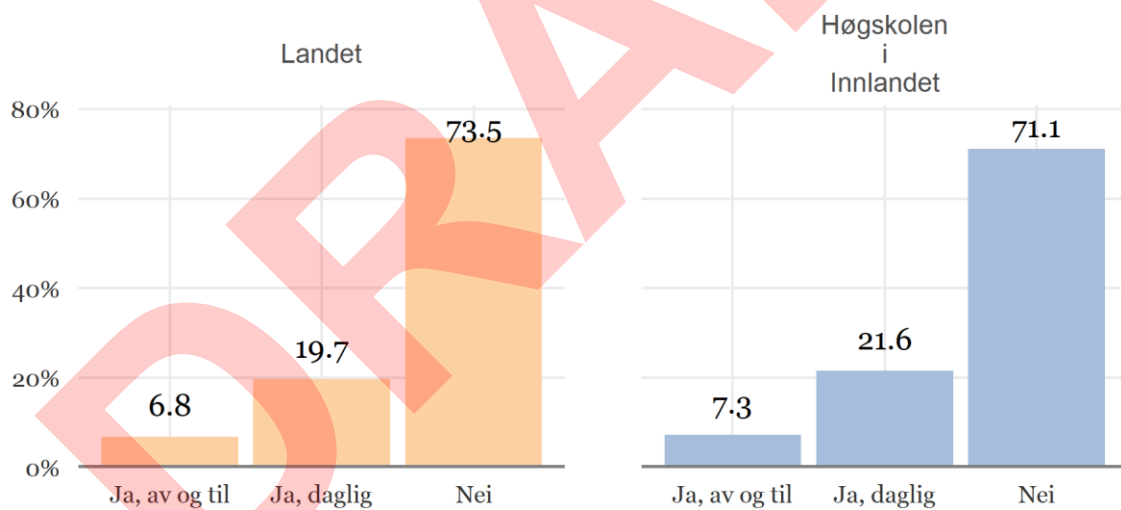


## Røyking og snus

Røyker du?



Bruker du snus eller lignende?

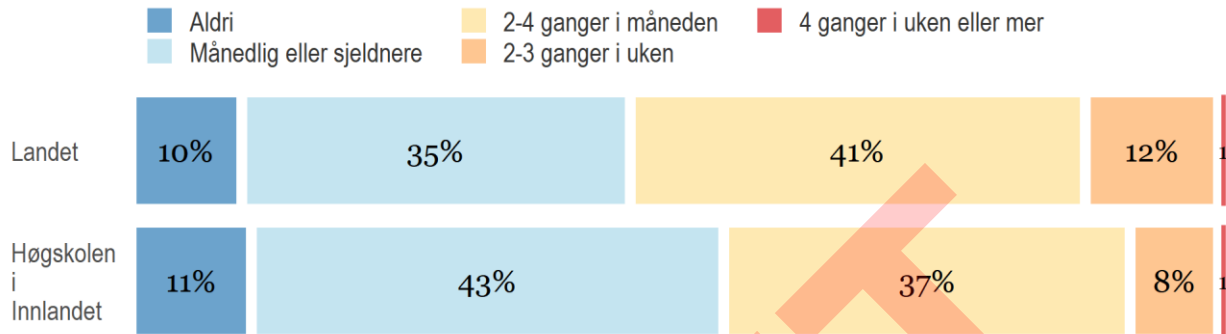




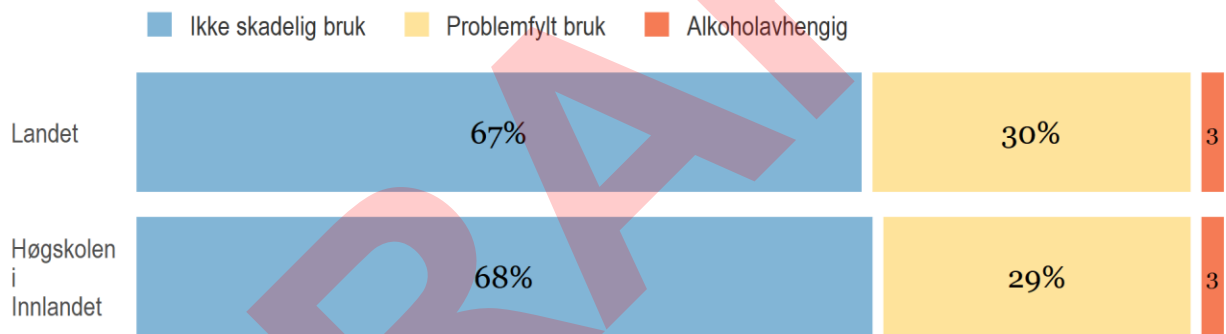
## Alkoholbruk

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

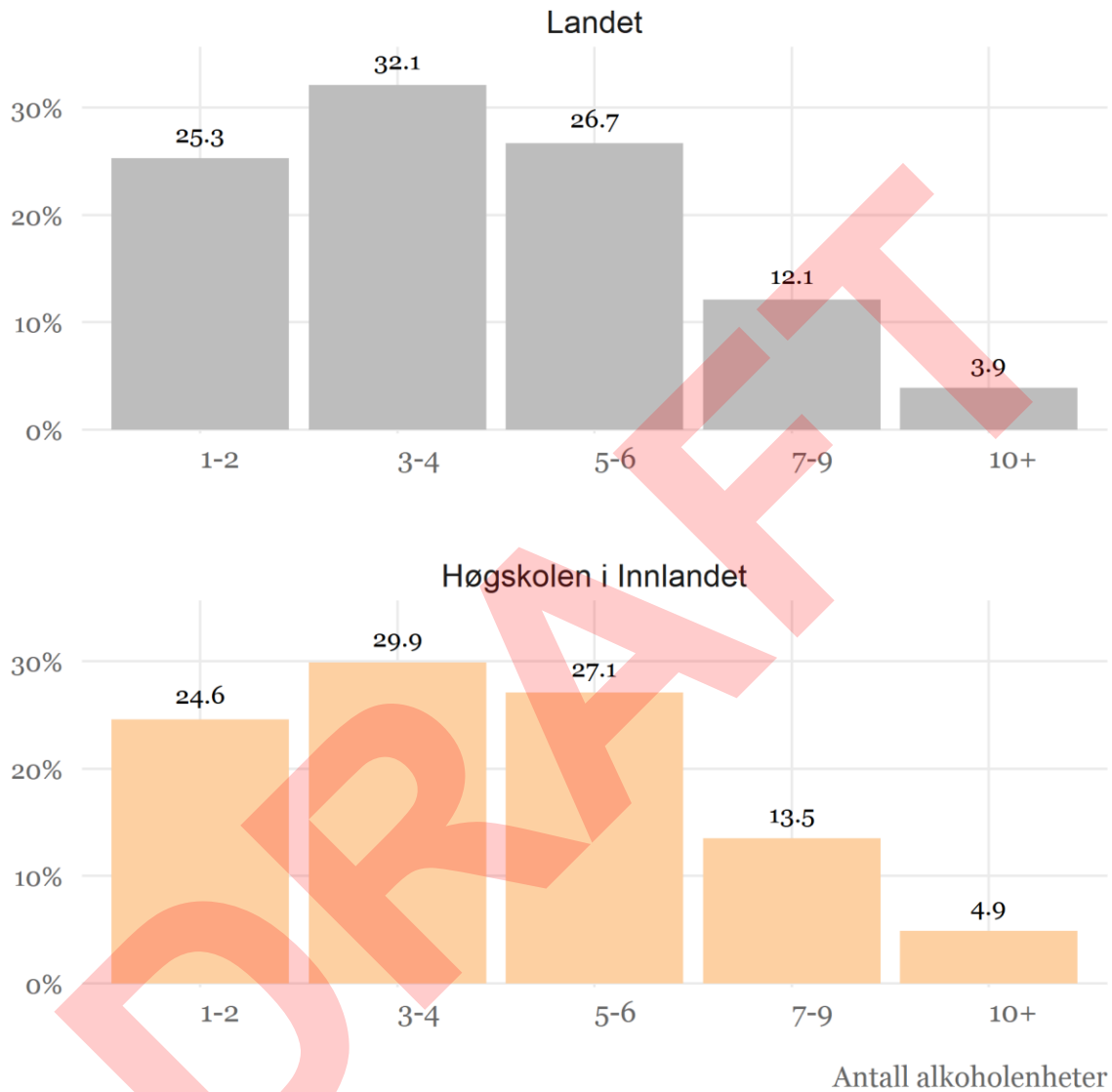
*Hvor ofte drikker du alkohol?*



*Problemfylt alkoholbruk*

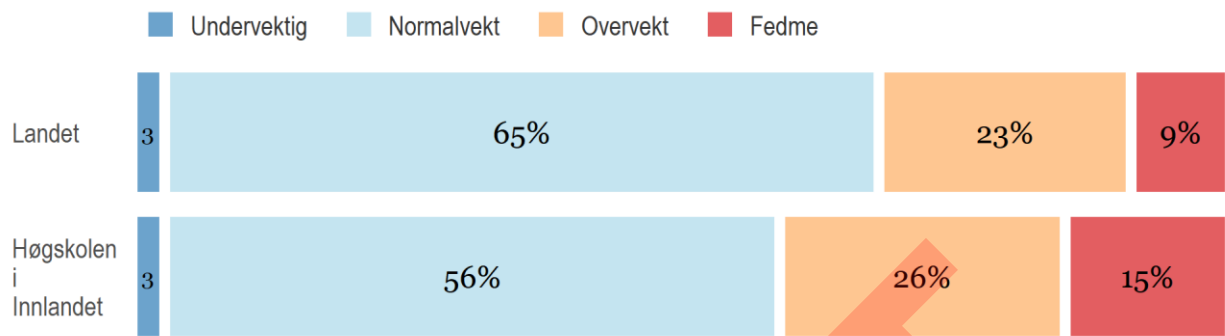


Hvor mange alkoholenheter (en liten øl, et glass vin, eller en drink) drikker du typisk på en dag du drikker?



## BMI (kroppsmasseindeks)

BMI kategori



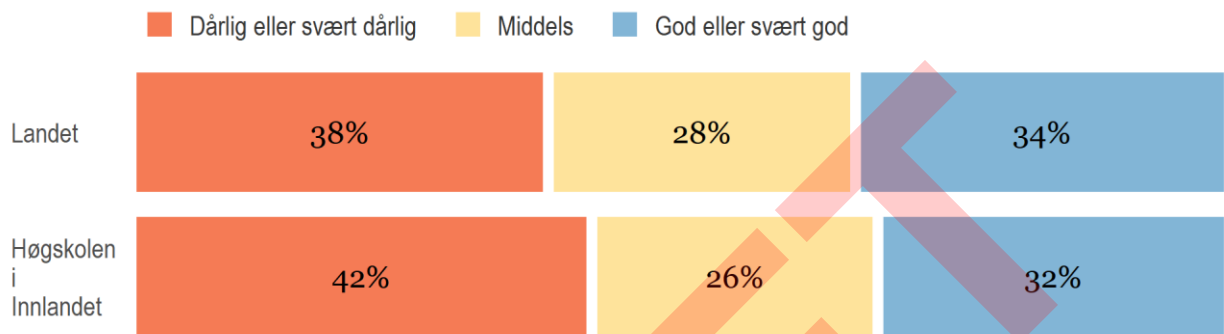
# Psykisk helse og trivsel

---

## Livskvalitet

Livskvalitet er målt med Satisfaction With Life Scale (SWLS).

### Livskvalitet totalt

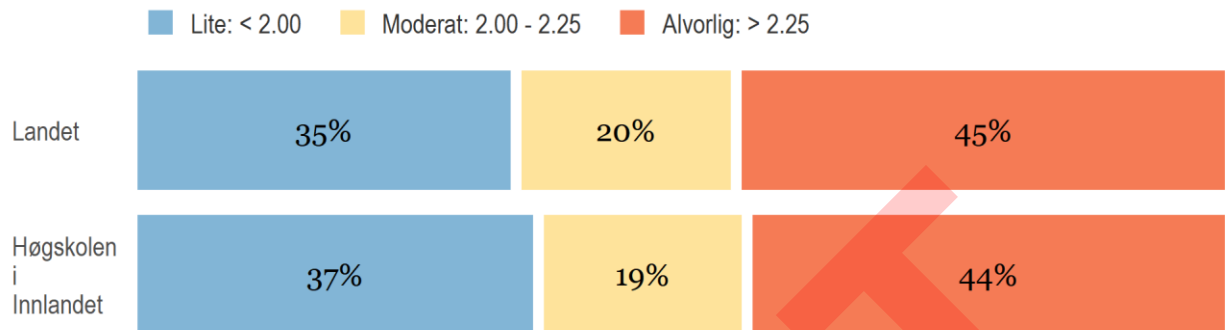


DRAG

## Psykiske plager

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

*HSCL5 3-delt*

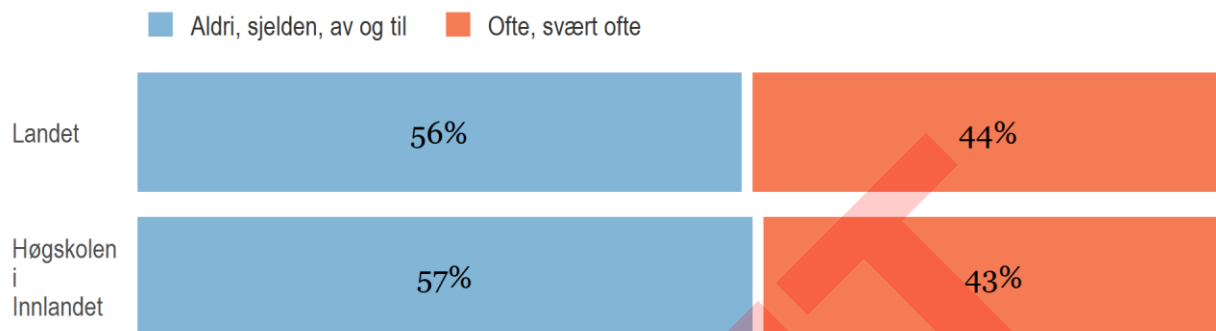


DRAGET

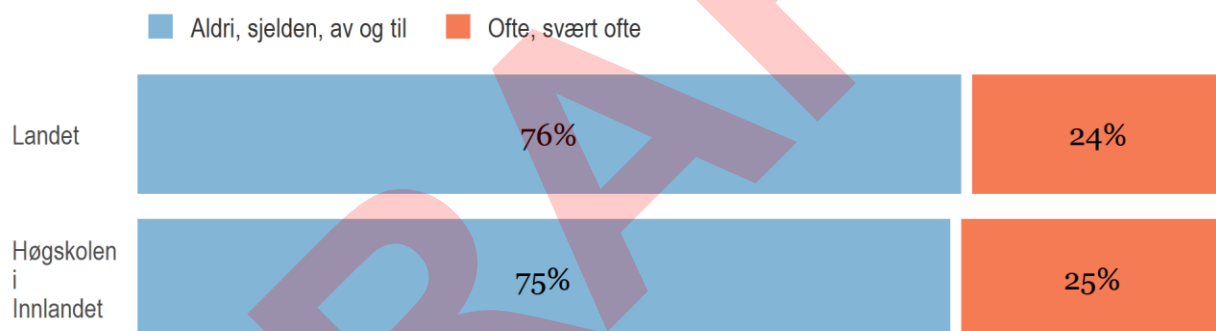
## Ensomhet

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

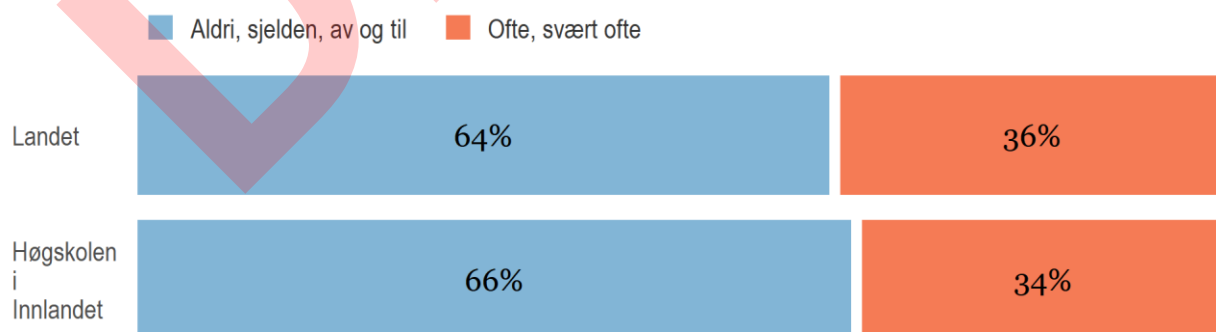
*Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med?*



*Hvor ofte føler du deg utenfor?*

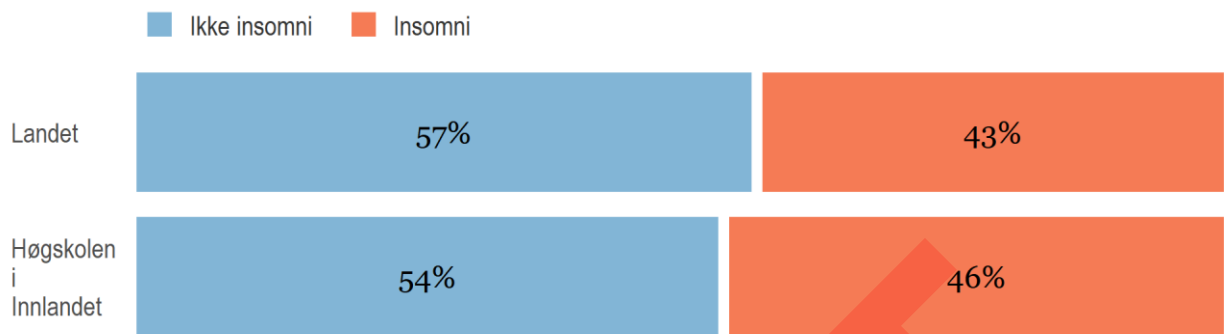


*Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?*

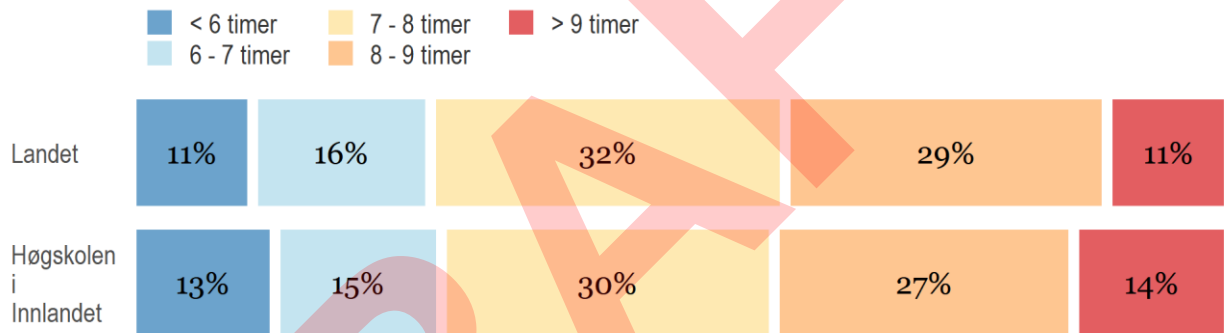


## Søvn

### Insomni (kroniske søvnproblemer)

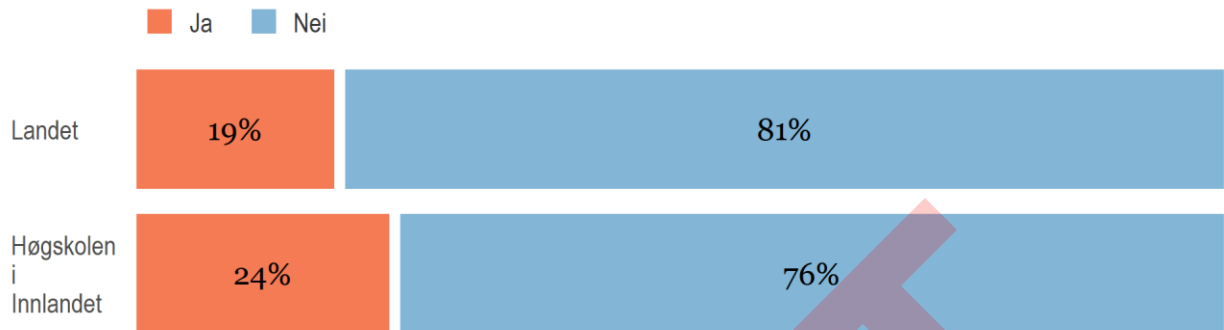


### Søvnlengde (gjennomsnitt på hverdager)

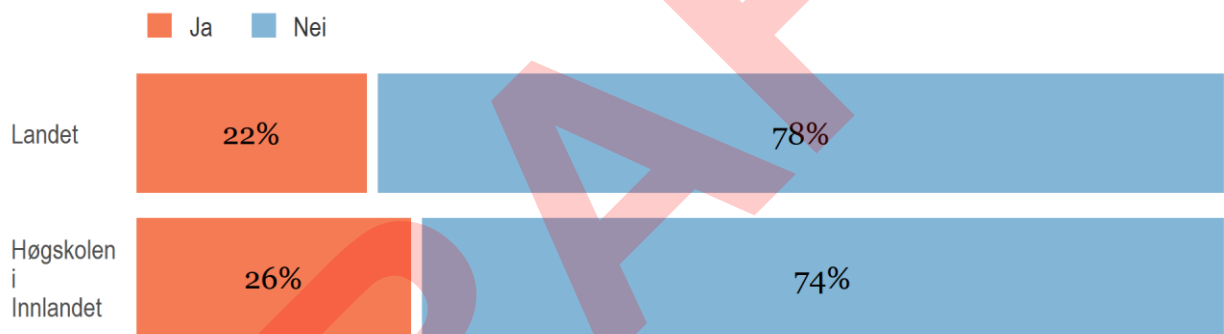


## Selvskading

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



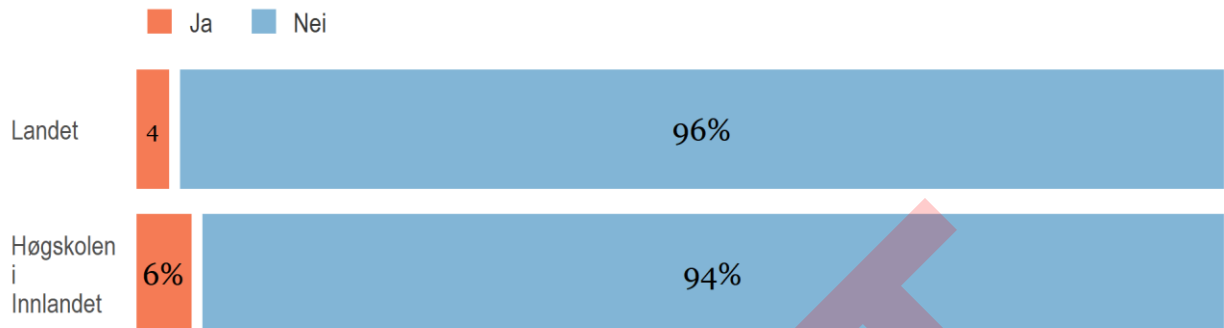
*Har du noen gang seriøst tenkt på å skade deg selv med vilje?*





## Selvmord

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

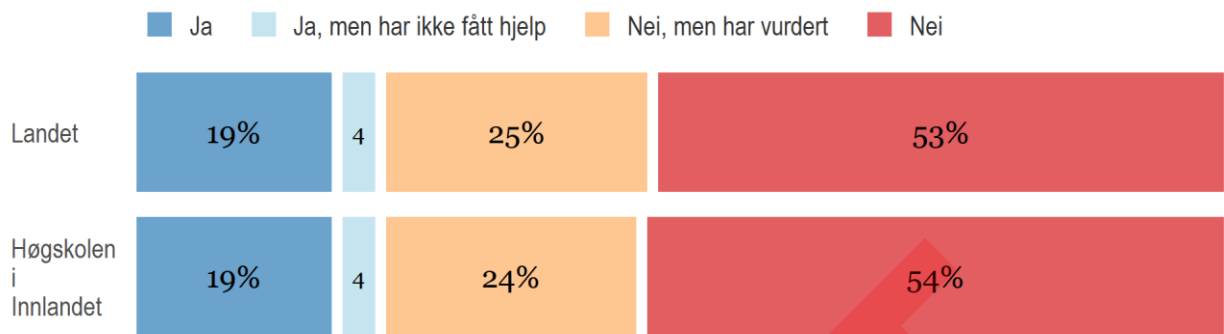


*Har du noen gang seriøst tenkt på å ta ditt eget liv?*



## Hjelpsøking

Har du søkt hjelp for psykiske vansker i løpet av det siste året?

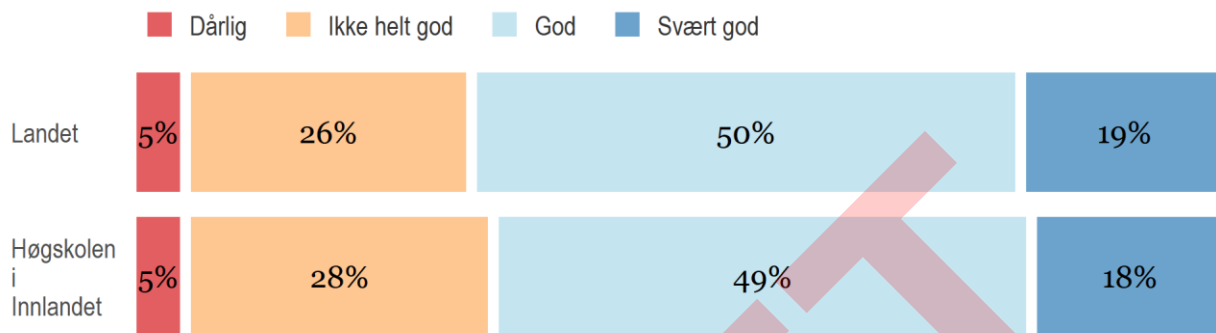


# Fysisk helse

---

## Egen helse

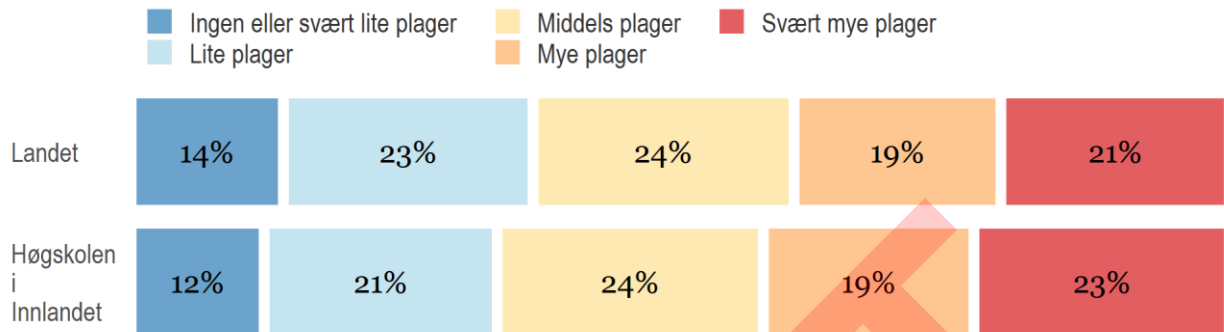
Hvordan er helsen din nå?



DRÅFF

## Somatiske plager

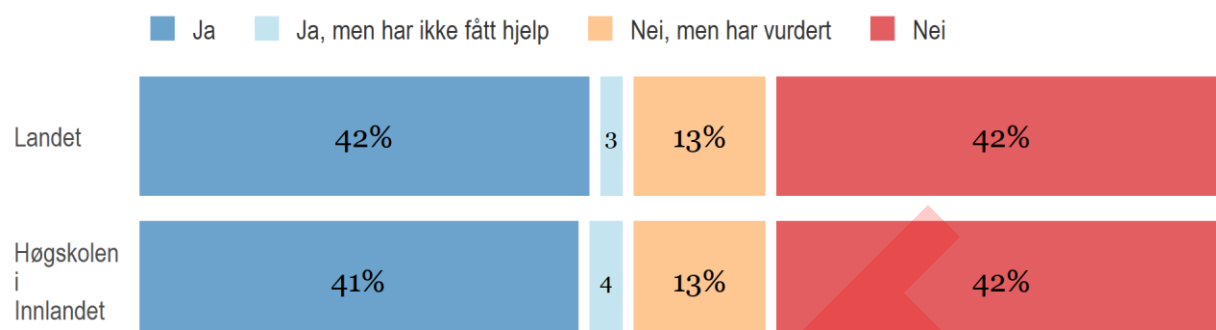
### Somatiske plager



DRAGET

## Hjelpsøking

Har du søkt hjelp for fysiske plager i løpet av det siste året?

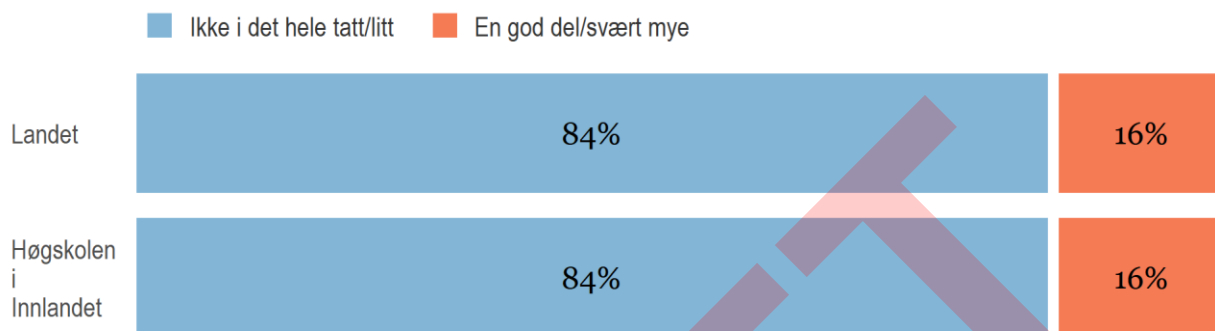


# Covid-19

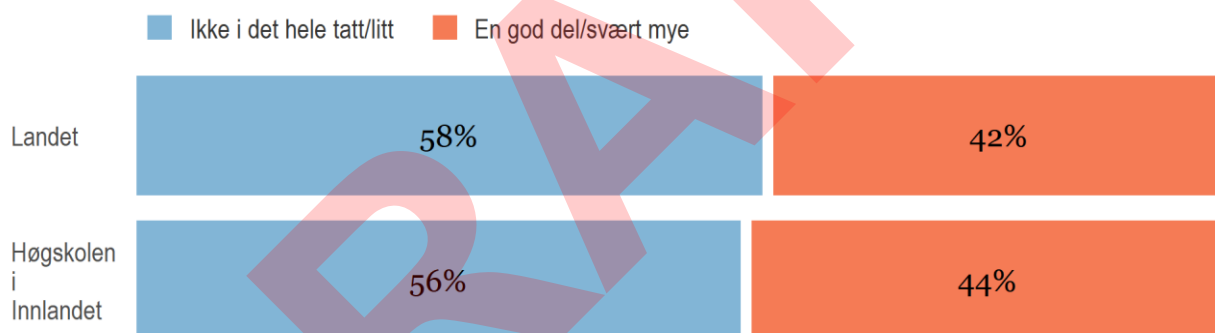
---

## Bekymring for smitte

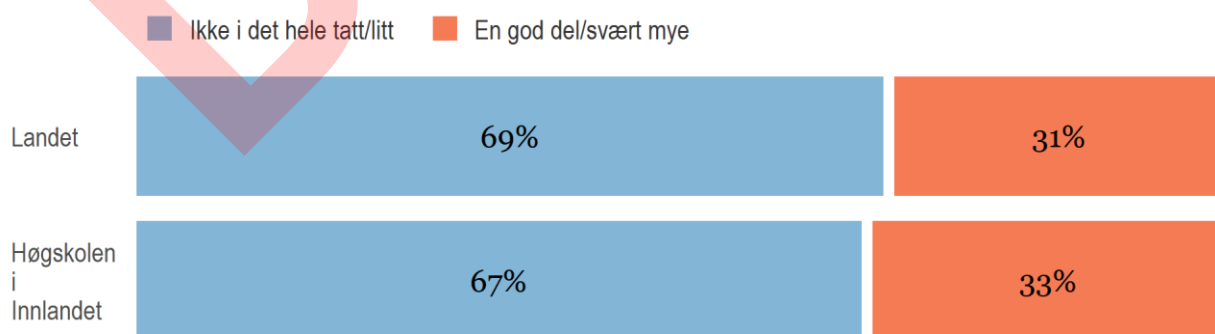
*Jeg bekymrer meg for at jeg kommer til å bli smittet av covid-19*



*Jeg bekymrer meg for at noen i min nære familie kommer til å bli smittet av covid-19*

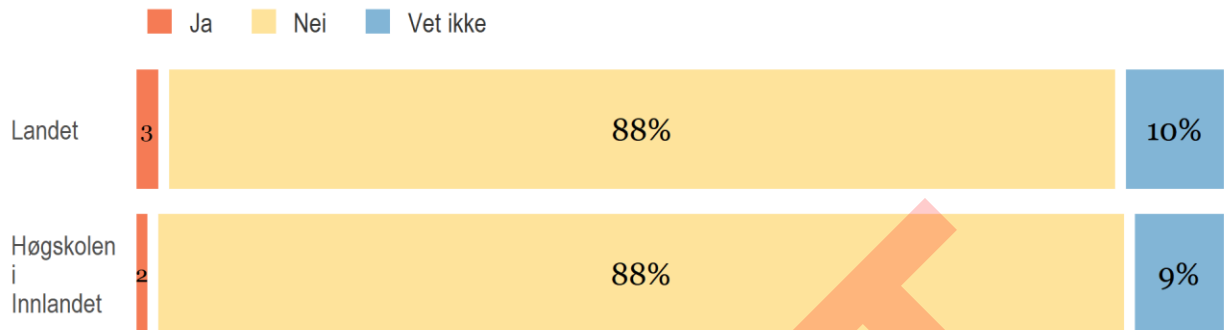


*Jeg bekymrer meg for at andre i min slekt kommer til å bli smittet av covid-19*



## Smitte og karantene

Har du vært smittet av covid-19?

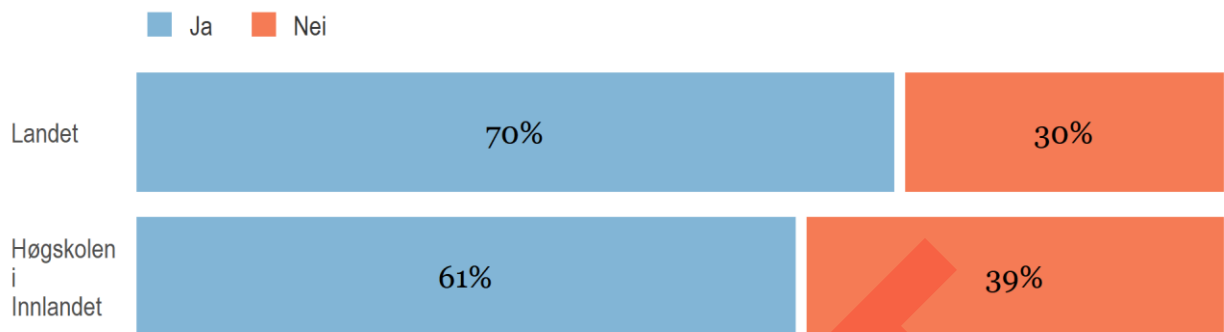


Har du vært i karantene pga. covid-19?

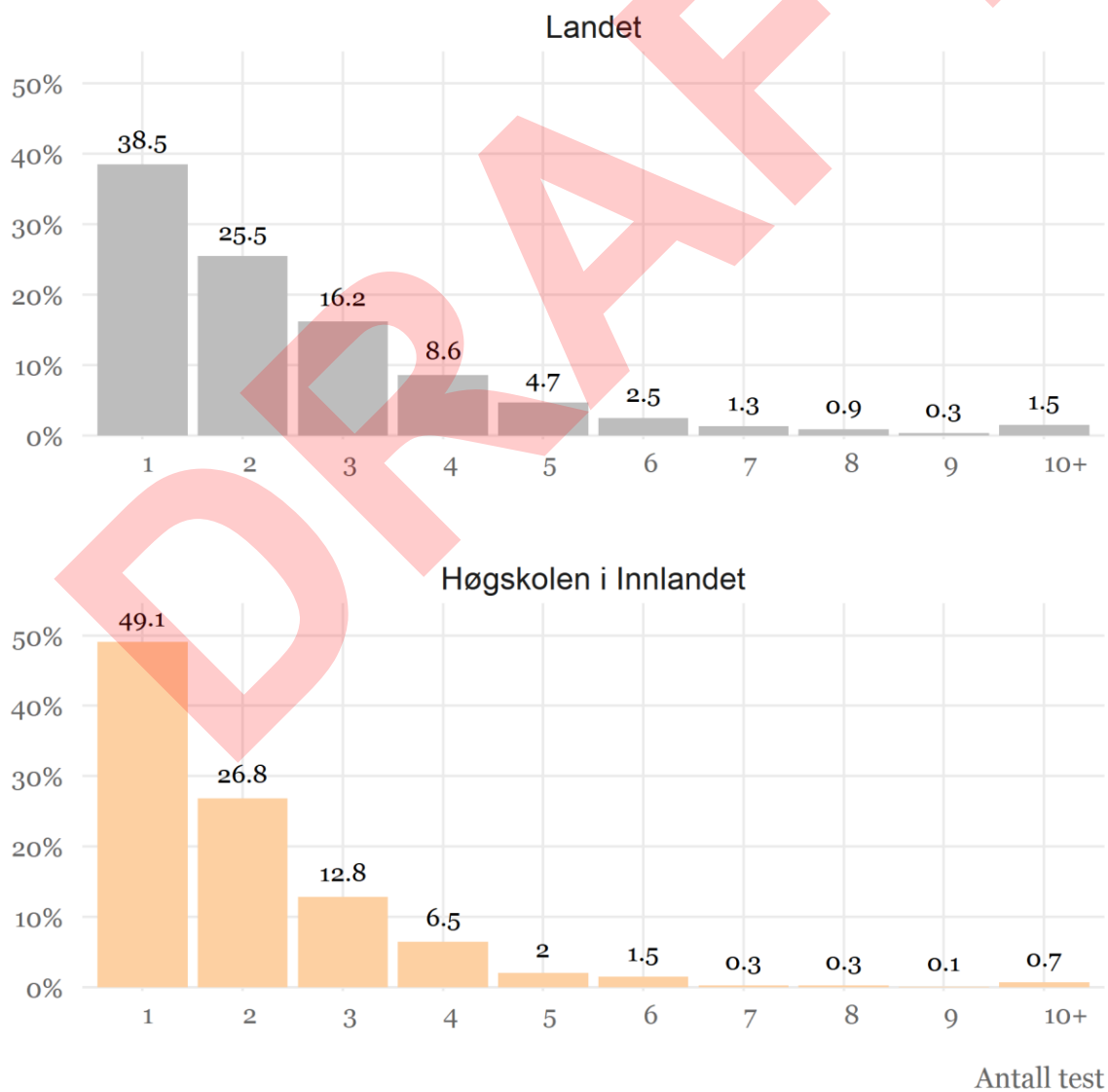


## Testing

Har du testet deg for covid-19?



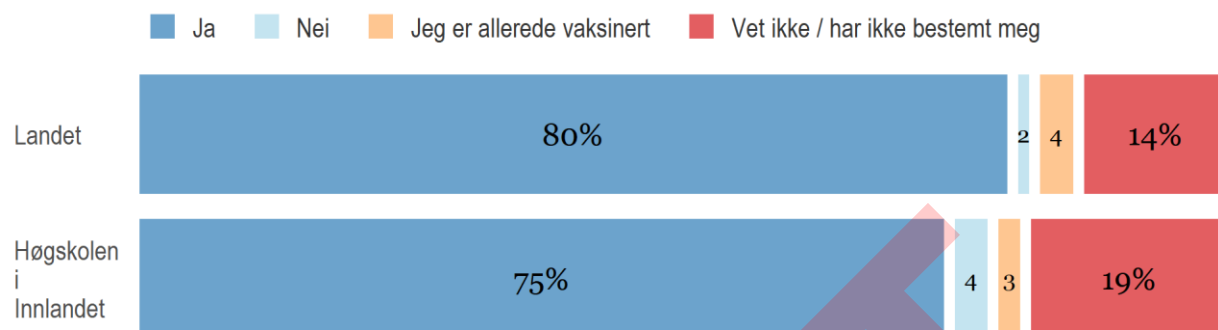
Angi hvor mange ganger:





## Vaksinere

*Kommer du til å vaksinere deg mot covid-19?*



DRAGET

# SHOT

Tilleggsundersøkelse 2021



# Studentenes helse- og trivselsundersøkelse

Hovedrapport

## Børge Sivertsen

Folkehelseinstituttet, Avdeling for helsefremmende arbeid

## HOVEDFUNN

- Blant deltakerne i årets undersøkelse er 65,7 % kvinner og 33,9 % menn, mens 0,4 % oppgir annen kjønnsidentitet.
- Et stort flertall av studentene har hatt inntektsgivende arbeid siste året (81 %), og dette gjelder noen flere kvinnelige (83 %) enn mannlige studenter (78 %).
- 6 % av studentene rapporterer at de ofte har hatt problemer med å klare løpende utgifter. Sammenlignet med de tre siste SHoT-undersøkelsene (2010, 2014 og 2018), representerer disse tallene en forbedring av den økonomiske robustheten blant studentene.
- 68 % av studentene oppgir at de har god eller svært god helse. Dette gjelder flere mannlige (74 %) enn kvinnelige studenter (66 %), og opplevelsen av å ha god eller svært god helse synker med økende alder. Det er en tydelig forverring av egenvurdert helse i årets undersøkelse sammenlignet med 2018.
- Det er små forskjeller i fysiske sykdommer fra 2018 til 2021, men det sees en liten økning i de fleste spesifikke helseplagene fra 2018 til 2021.
- Mange studenter rapporterer fysiske sykdommer/plager. De vanligste sykdommene/plagene er allergi/intoleranse (28 %), migrene og eksem (11-12 %). Det er kun små regionale forskjeller i forekomsten av fysiske sykdommer/plager.
- 40 % av studentene har hatt mye eller svært mye helseplager siste uke. Andelen er betydelig høyere blant kvinnelige (48 %), enn blant mannlige studenter (24 %). Det er flest av de yngste og eldste studentene som rapporterer høye nivåer av helseplager siste uke, mens problemet er mest utbredt blant studenter i Sørøst-Norge.
- Følelse av trøtthet og lite energi (50 %) er den vanligste helseplagen, stress (46 %) men også søvnproblemer (27 %), nakkesmerter (26 %) og hodepine (21 %) er utbredt.
- Det har vært en økning i andelen studenter som har søkt hjelp for fysiske plager siste året. Mens 42 % av studentene rapporterte om å ha søkt slik hjelp i 2021, var tilsvarende andel på 38 % i 2018, 35 % i 2010 og 33 % i 2014.
- 77 % av studentene trener 2-3 ganger i uken eller mer, mens kun 2,5 % aldri mosjonerer. En-femtedel (18 %) av studentene mosjonerer omtrent hver dag. Det er små kjønnsforskjeller. Etter en jevn nedgang fra 2010 til 2018 når det gjelder andelen som trener 2-3 ganger i uken eller mer, ser vi en betydelig økning i andelen til 2021.
- Årets undersøkelser viser at økningen fra 2010 til 2018 i andelen studenter med overvekt/fedme har flatet ut, og er nå likt som i 2018 (32 %). Andelen er fortsatt større enn i 2014 (26 %) og 2010 (23 %).
- Det er en svak nedgang i andelen som oppgir god livskvalitet sammenlignet med de foregående SHoT-undersøkelsene. Mens omtrent fire av ti studenter oppga god livskvalitet fra 2010 til 2018, sank denne andelen til 34 % i 2021. Samtidig er den kun en liten økning i andelen studenter med dårlig livskvalitet fra 2010 til 2018 (fra 13 % til 16 %).
- Det har vært en betydelig økning i rapporterte psykiske plager fra 2010-undersøkelsen og frem til årets tilleggsundersøkelse. Mens gjennomsnittskåren på HSCL-5 økte jevnt fram til 2018, var det en kraftig økning til årets undersøkelse. Andelen studenter med det som kan karakteriseres som høyt nivå psykiske plager har økt fra nesten hver 6. student i 2010 til nesten halvparten i 2021.
- Økningen sees både blant kvinnelige og mannlige studenter, men er mer markant hos kvinnelige.
- 18 % av studentene oppgir å ha en psykisk lidelse, og de vanligste lidelsene er depresjon (12,3 %) og angst (10,5 %).

- Forekomsten av andelen studenter som oppgir å ha en psykisk lidelse har økt fra 16 % i 2018 til 18 % i 2021.
- Totalt oppgir 19 % å ha søkt hjelp for psykiske plager siste 12 måneder.
- Kvinnelige studenter har litt over dobbelt så stor sannsynlighet som mannlige for å ha søkt hjelp for psykiske plager.
- Omfanget av selvskading og selvmordstanker er høyt blant studentene. Én av fem svarer at de har skadet seg selv med vilje og like mange at har tenkt seriøst på å ta sitt eget liv, men ikke faktisk forsøkt å gjøre det. Fire prosent oppgir å ha forsøkt å ta sitt eget liv.
- Det har vært en jevn økning av andelen som rapporterer selvmordstanker siden 2010; fra 8 % i 2010, til 15 % i 2021.
- Mer enn 4 av 10 studenter (43 %) oppfyller de formelle kriteriene for en insomni diagnose. Kvinnelige studenter har høyere forekomst av insomni enn de mannlige studentene (47% vs. 35 %). Det har vært en jevn økning i søvnproblemer siden 2010.
- Hele 44 % savner ofte/svært ofte noen å være sammen med, 24 % føler seg ofte/svært utenfor, mens 37 % føler seg ofte/svært ofte isolert. Over halvparten (54 %) av studenter svarer ofte/svært ofte på minst ett av disse tre spørsmålene. Én av seks studenter svarer ofte/svært ofte på alle tre spørsmålene om ensomhet.
- Andelen studenter som røyker daglig er svært lav (0,9 %), og har falt jevnt siden 2010. Reduksjonen i daglig røyking ses blant begge kjønn.
- Det er forholdsvis høy andel studenter som snuser daglig (20 %), og dette tallet er det samme som i 2018. Andelen daglige snusere har økt noe siden 2018 hos menn, men ikke hos kvinner.
- Over 90 % av studentene drikker alkohol. Herunder er det rundt 1 % av studentene som drikker 4 ganger i uken eller mer, og 13 % som drikker 2-3 ganger i uken.
- Andelen studenter som drikker alkohol har endret seg forholdsvis lite de siste årene. Det har imidlertid vært en reduksjon i andelen studenter som drikker 2-3 ganger i uken (13 %) de siste fire årene. Det er også en liten økning i andelen som sier de aldri drikker alkohol: denne andelen har ligget jevnt på 8 % siden 2010, men steg til 10 % i 2021.
- Det er langt flere studenter i 2021 (67 %) som har en alkoholbruk som kan regnes som normal ut ifra terskelverdiene fra AUDIT, sammenlignet med i 2018 (56 %). Denne bedringen de siste tre årene kan forklares ved at færre studenter har en risikofylt alkoholbruk i 2021 (30 %) sammenlignet med i 2018 (38 %). Bedringen har skjedd på tvers av kjønn.
- Andelen studenter som har vært smittet av covid-19 var på 2, 9 % (utenlandsstudentene: 10 %).
- 84 % av studentene sa at de kom til å vaksinere seg mot covid-19.
- 16 % av studentene var bekymret for at de selv kom til å bli smittet av covid-19 (dobbel så mange kvinner som menn), mens 4 av 10 studenter var bekymret for at noen i sin nære familie kom til å bli smittet av covid-19.
- Siden studiestart i august 2020 har studentene brukt mer tid på TV, sosiale medier og gaming.
- Studentene oppgir å bruke mye mindre tid på sosiale aktiviteter, samt noe mindre tid på samvær med familien, frivillige aktiviteter, og trening. Tid brukt på studiene var nesten uendret.
- Rundt halvparten av studentene oppgir at mer enn 80 % av forelesningene har vært digitale siden august 2020.
- 7 av 10 studenter vurderer den digitale undervisningen som dårligere eller mye dårligere sammenlignet med tradisjonell undervisning.
- 8 av 10 studenter oppgir manglende kontakt med medstudenter og mindre engasjerende forelesninger som de viktigste utfordringene. 57 % av studentene oppgir at de savner kontakt med faglæreren.
- Det er særlig de yngste studentene som oppgir at de savner medstudentene og faglæreren.
- Mer enn hver tredje student (31%) bruker mer enn 10 timer daglig på skjermtid, noe som er en økning fra 28 % i 2018.

Studentenes Helse- og Trivselsundersøkelse (SHoT) kartlegger studentenes helse og trivsel i bred forstand. Formålet er å gi innsikt i hvordan studentene har det og som underlag i arbeidet med forbedring av velferdstilbudet til studenter.

SHoT gjennomføres hvert fjerde år, sist i 2018. Styringsgruppen for SHoT besluttet desember 2020 å gjennomføre en tilleggsundersøkelse, grunnet Covid-19 pandemien og alle smitteverntiltak som også har omfattet studentgruppen. Tilleggsundersøkelsen ble gjennomført 1. mars – 5. april 2021, et år før neste hovedundersøkelse SHoT 2022. 181 828 norske heltidsstudenter ble invitert til å svare på undersøkelsen. **62 498** studenter både i Norge og i utlandet svarte. Det gir en svarprosent på 34,4. Med over 62 000 svar har vi et unikt kunnskapsgrunnlag og Norges største studenthelseundersøkelse. I denne hovedrapporten presenteres dataene for gruppen 18-35 år, for å sikre riktig sammenlikning med de tidligere SHoT undersøkelsene. Datainnsamlingen ble gjennomført på internett og ved utsendelse av epost til alle studentene som fylte inklusjonskriteriene. Det ble sendt ut informasjonsmateriell til alle samskipnader, studentpolitikere og utdanningsinstitusjoner. Det ble gjort en stor innsats på kort varsel, for å skape oppmerksomhet om undersøkelsen og oppfordre studenter til å svare. Styringsgruppen laget en kampanje for å understøtte engasjementet; «HELT ÆRLIG». Noen utdanningsinstitusjoner la til rette for at studentene kunne svare i undervisningstiden.

På oppdrag fra studentsamskipnadene SiO, Sit og Sammen er tilleggsundersøkelsen utført av Folkehelseinstituttet (FHI). Prosjektet er godkjent av Regional komité for medisinsk - og helsefaglig forskningsetikk (REK), og alle deltagere fikk innledningsvis en detaljert orientering om undersøkelsens personvern og forskningsetikk. Tilleggsundersøkelsen har med de mest sentrale temaene fra hovedundersøkelsene i 2010, 2014 og 2018. Et viktig mål for tilleggsundersøkelsen var at den skulle være kort (inntil 10 minutter å besvare). I tillegg skulle den inneholde målrettede spørsmål knyttet til unntakssituasjonen siste året. Temaene i undersøkelsen er; demografiske opplysninger, bolig, økonomi, forhold på studiestedet, studiegjennomføring, fysisk helse, psykisk helse og trivsel, søvn, sosiale forhold, rus og Covid-19 spørsmål.

I 2018 inngikk styringsgruppen avtale med FHI om gjennomføringen av undersøkelsen. Dette samarbeidet er videreført. I fellesskap har Styringsgruppen og FHI utarbeidet spørreskjema til tilleggsundersøkelsen, forberedt utsendelse, analyse av dataene og skrevet rapporten. Samarbeidet med FHI har gitt oss en ønsket utvikling både i form av en enda mer forskningstung undersøkelse og ikke minst at vi nå på svært kort tid har kunnet utarbeide en tilleggsundersøkelse.

Vi er stolte over at vi allerede i dag, 26. april kan legge frem resultatene. I 2014 inngikk styringsgruppen avtale med FHI om forskning på dataene, denne er også videreført for tilleggsundersøkelsen og for SHoT 2022. Det er per i dag publisert mer enn 40 artikler fra funnene i SHoT undersøkelsene som gir både ny innsikt og kunnskap.

SiO, Sit og Sammen tok initiativet til SHoT etter at HOD og KD utredet situasjonen for psykisk helsetjeneste for studenter i 2008. Utredningen ga følgende anbefaling; «..at det jevnlig gjennomføres nasjonale undersøkelser av studenters levekår, og at det sikres at disse undersøkelsene også har fokus på hva som forårsaker problemer for studenters psykiske helse.»

Rapporten dokumenterer hovedresultatene fra tilleggsundersøkelsen, med noen sentrale nedbrytninger. De enkelte utdanningsinstitusjonene og samskipnadene får tilsendt sine data med egne grafikksett med hovedresultater på studiestedsnivå. Styringsgruppen har også etablert en nettside for å gjøre utvalgte hoved data lett tilgjengelig for alle som er interessert. Der finnes også data fra 2010, 2014 og 2018. <https://www.studenthelse.no>. Vi vil takke FHI for et meget godt samarbeid og arbeidet med tilleggsundersøkelsen og rapporten. Vi vil også takke utdanningsinstitusjoner, studenter og studentsamskipnader for samarbeidet i forbindelse med gjennomføringen av tilleggsundersøkelsen. Takk til Kunnskapsdepartementet og Helsedirektoratet som ved omsøkte midler finansierer en stor del av kostnadene ved SHoT.

Kari-Jussie Lønning  
Leder av styringsgruppen, SiO

Hege Råkil  
Sammen

Espen Munkvik  
Sit

Trond Morten Trondsen  
SiO

SHoT er en landsomfattende spørreundersøkelse som har til hensikt å frembringe ny kunnskap om hvordan norske studenter har det. Hovedfokus for undersøkelsen er samspill mellom helse, livskvalitet og studieprestasjon/-gjennomføring, og ved å følge endringer i studentenes helse over tid kan vi få holdepunkter for hva som gir god helse og bedre livskvalitet. Slik vil vi bidra til at studenttilværelsen blir en så god tid som mulig. Kunnskapen fra SHoT er en unik ressurs for alle studentsamskipnader, utdanningsinstitusjoner, studentpolitikere, kommuner og beslutningstakere generelt. SHoT er initiert av Sammen, Sit og SiO. SHoT har en styringsgruppe som består av de tre velferdsdirektørene fra SiO, Sammen og Sit og ledes av tidligere leder for SiO Helse. Som i 2018 er det Folkehelseinstituttet som har gjennomført årets tilleggsundersøkelse, og er således forskningsansvarlig institusjon for undersøkelsen.

Formålet med årets tilleggsundersøkelse var å kartlegge hvordan studentenes helse- og trivselsituasjon har vært det siste året, altså under Covid-19 pandemien. Det var en kortere undersøkelse med et utvalg av temaer som også fanger opp forhold knyttet til koronapandemien. Datainnsamlingen ble gjennomført mellom 1. mars og 5. april 2021 og inkluderte alle norske heltidsstudenter som tar høyere utdanning (både i Norge og i utlandet). Målgruppen i denne rapporten er fulltidsstudenter i alderen 18-35 år, men i årets tilleggsundersøkelse hadde også eldre studenter mulighet til å delta. Også fagskoler i Norge deltok i årets tilleggsundersøkelse, men disse inngår ikke i denne rapportens tallmateriale.

Alle besvarelsene ble samlet inn elektronisk via den nettbaserte plattformen Tjenester for Sensitive Data (TSD) ved Universitetet i Oslo. Både planleggingen og gjennomføringen av helseundersøkelsen foregikk i tett samarbeid med styringsgruppen for SHoT. SHoT 2021 er godkjent av Regionalkomiteen for medisinsk og helseforskningsetikk i Vest-Norge (nr. 176205). Et elektronisk informert samtykke ble signert etter at deltakerne hadde fått en detaljert beskrivelse av undersøkelsen. Studenter fra 33 utdanningsinstitusjoner deltok i tilleggsundersøkelsen. Følgende studentsamskipnader deltok i undersøkelsen, sortert etter andel deltagende studenter:

- Studentsamskipnaden SiO: 14641 (24,6 %)
- Studentsamskipnaden i Trondheim, Gjøvik og Ålesund: 11019 (18,5 %)
- Studentsamskipnaden på Vestlandet (Sammen): 8949 (15,0 %)
- Studentsamskipnaden Sørøst Norge: 3057 (5,1 %)
- Norges arktiske studentsamskipnad: 2853 (4,8 %)
- Studentsamskipnaden i Agder: 2441 (4,1 %)
- Studentsamskipnaden i Stavanger: 2150 (3,6 %)
- Studentsamskipnaden i Innlandet: 1936 (3,2 %)
- Studentsamskipnaden i Ås: 1825 (3,1 %)
- Nord studentsamskipnad: 1590 (2,7 %)
- Studentsamskipnaden i Østfold: 1108 (1,9 %)
- Studentsamskipnaden i Volda: 590 (1,0 %)
- Studentsamskipnaden i Molde: 491 (0,8 %)
- Studentsamskipnaden i Indre Finnmark: 20 (0,03 %)
- Vet ikke: 2569 (4,3 %)
- Ingen samskipnad: 4374 (7,3 %)

181 828 studenter oppfylte inklusjonskriteriene og mottok invitasjon per e-post og SMS. I løpet av de 5 ukene undersøkelsen varte, ble studenter som ikke hadde svart på undersøkelsen sendt opptil tre påminnelser (to på e-post og én på SMS). Totalt fullførte 62 498 studenter spørreskjemaene, noe som gav en responsrate på 34,4%. I denne hovedrapporten presenteres dataene for gruppen 18-35 år, for å sikre riktig sammenlikning med de tidligere SHoT undersøkelsene. Det innebærer at 59 765 av svarene presenteres her.

Svarprosenten gjør at man må ta noe forbehold med hensyn til å generalisere funnene fra årets SHoT-undersøkelse til hele studentpopulasjonen. Bortsett fra kjønn og alder har vi ikke mulighet til å undersøke representativiteten til det deltagende utvalget. Sammenlignet med alle inviterte studenter (58,4% kvinner [n = 102 690] og 41,6% menn [n = 73 007]), besto utvalget som deltok i årets tilleggsundersøkelse en enda større andel kvinner (65,7%) enn menn (33,9%). Gjennomsnittsalderen var 23,2 (standardavvik = 3,3) år, og som i 2018 var aldersfordelingen blant de deltagende studentene i år nærmest identisk med aldersfordelingen blant alle inviterte studenter.

Resultatene presenteres hovedsakelig med bruk av deskriptiv statistikk. Nærmere bestemt har vi for hvert tema valgt å presentere prosentvis fordeling totalt og fordelt på henholdsvis kjønn (mann, kvinne), aldersgruppe (18-20, 21-22, 23-25, 26-28, 29-35) og region. Som i 2018 følger regioninndelingen i rapporten disse fylkesgrensene:

- Sør-øst: Agder, Vestfold og Telemark, Viken, Oslo og Innlandet
- Vest: Rogaland og Vestland
- Midt: Møre og Romsdal og Trøndelag
- Nord: Nordland og Troms og Finnmark

Når funnene presenteres på tvers av regioner har vi også inkludert en egen kolonne for utenlandsstudenter, dvs. norske studenter som studerer ved en utenlandsk utdanningsinstitusjon. Merk at i noen tilfeller vil summering av rader og kolonner ikke alltid bli 100, noe som skyldes avrunding av desimaltall til hele tall.

### Trender og sammenlignbarhet med tidligere SHoT-runder

For de spørsmål som er stilt (på tilsvarende måte) i tidligere undersøkelser som i årets, har vi gjort enkle sammenstillinger av resultatene på tvers av undersøkelsesår.

Det er viktig å merke seg at målgruppene var forskjellige på tvers av undersøkelsesår. I SHoT 2010 var utvalg av studenter fra følgende samskipnader med: SiO, SiB, Sit, SOPP, SiTEL og SiF. I 2014 var ikke SiS, SOPP og SiTel med. I 2018 var alle 13 samskipnadene med. Det er derfor kun SiO, SiB (nå Sammen) og Sit som er inkluderte i alle fire undersøkelsesårene. I figurene som presenteres har vi valgt å inkludere alle deltagende studenter i målgruppen for hvert av undersøkelsesårene. For å være sikre på at forskjeller på tvers av år bare skyldes nevnte forskjeller i utvalg, har vi gjort sensitivitetsanalyser som inkluderer kun de samskipnadene som var inkludert alle tre årene (SiO, tidligere SiB, tidligere SiT). Som i 2018 var stort sett funnene fra disse sensitivitetstestene tilsvarende funnene som inkluderte alle deltakere fra hvert undersøkelsesår.

## 1. BESKRIVELSE AV UTVALGET, STRATIFISERT PÅ REGION OG TOTAL

### NOEN SENTRALE FUNN:

- Blant deltakerne i årets undersøkelse er 65,7% kvinner og 33,9% menn, mens 0,4% oppgir annen kjønnsidentitet. Kjønnfordelingen blant alle inviterte var 58,4% kvinner og 41,6% menn.
- Gjennomsnittsalderen på deltakerne er 23,3 år. Det sees bare små forskjeller i alder mellom de mannlige og kvinnelige deltakerne og mellom deltakerne på tvers av de geografiske regionene.
- Halvparten av deltakerne oppgir å være single, omtrent én av fire har kjæreste og like mange samboer. Bare over to prosent er gift/registrert partner. Fordeling på sivilstatus er rimelig stabil på tvers av undersøkelsesår, med en svak nedgang i andel som oppgir status som samboer eller gift/registrert partner.
- De aller fleste deltakerne, på tvers av kjønn, aldergrupper og geografiske regioner, har norsk landbakgrunn. Seks prosent er født i utlandet og like mange har foreldre som begge er fødte i utlandet.
- En langt større andel var førstesemesterstudenter i 2010-undersøkelsen (21%) enn i 2014 (5%) og 2018 (1%) og 2021 (0,3%). Dette kan nok hovedsakelig forklares av at SHoT 2010 ble gjennomført høstsemesteret mens de to neste i vårsemesteret.
- Det er små forskjeller i demografiske variabler sammenlignet med 2010, 2014 og 2018.

### 1.1 KJØNN

Som ved tidligere SHoT-undersøkelser, er det en overvekt av kvinner blant deltakerne; i år er 65,7% kvinner, 33,9% menn, mens 0,4% oppgir annen kjønnsidentitet.

Kjønnfordelingen blant alle inviterte var 58,4% kvinner og 41,6% menn. Det vil si at responsraten er noe høyere blant kvinner. Andelen menn er noe høyere i 2021 enn tidligere år (**Tabell 1.1**). Kjønnfordelingen varierer også noe mellom aldersgruppene og de geografiske regionene: Overvekten av kvinner synker med stigende alder (unntatt 29-35 år), og den er lavest i Midt-Norge (60,7%).

TABELL 1.1 KJØNN. KOLONNEPROSENT

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	TOTAL 2014	TOTAL 2010	Alder					Region				
					18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Kvinne	65,7	69,1	66,5	65,8	70,8	67,7	63,5	62,1	65,7	68,0	67,1	60,7	68,5	68,0
Mann	33,9	30,7	34,0	34,0	28,9	31,9	36,2	37,5	33,9	31,6	32,5	39,0	31,1	31,7
Annet	0,4	0,2	N/A	N/A	0,3	0,4	0,3	0,4	0,4	0,4	0,3	0,3	0,4	0,4



## 1.2 ALDERSFORDELING

Målgruppen for undersøkelsen var som tidligere fulltidsstudenter mellom 18-35 år. I årets tilleggsundersøkelse hadde også studenter eldre enn 35 år mulighet til å delta, men for bedre å kunne sammenligne årets tall med de tidligere rundene av SHOT, inngår ikke studenter over 35 i denne rapporten. Gjennomsnittsalderen på deltakerne er 23,3 år. Det sees bare små forskjeller i alder mellom de mannlige og kvinnelige deltakerne og mellom deltakerne på tvers av de geografiske regionene (**Tabell 1.2.1**). En mindre andel av utenlandsstudentene enn innenlandsstudentene er i den yngste aldersgruppen (18-20 år) (12% versus 16%).

Aldersfordelingen blant alle inviterte var som følger; 14% 18-20 år, 30% 21-22 år, 35% 23-25 år, 14% 26-28 år, 8% 29-35 år. Denne fordelingen er ganske lik den blant deltakerne (**Tabell 1.2.1**), selv om de yngre studentene er noe bedre representert blant dem som deltok sammenlignet med alle inviterte (16 % vs. 14%).

TABELL 1.2.1. ALDER. KOLONNEPROSENT.

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	TOTAL 2014	TOTAL 2010	Kjønn		Region				
					Mann	Kvinne	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utland
18-20 år	16	18	13	20	14	18	16	17	16	15	12
21-22 år	31	32	27	28	29	32	29	31	33	28	29
23-25 år	35	33	36	32	37	34	34	35	38	35	41
26-28 år	12	12	15	12	13	11	13	11	9	13	13
29-34 år	7	6	10	7	7	7	8	6	4	10	5
Gjennomsnitt	23,3	23,1	24,0	23,2	23,5	23,2	23,5	23,1	22,9	23,7	23,4

## 1.3 SIVILSTATUS

Halvparten av deltakerne oppgir å være single, 23% har kjæreste og like mange samboer, mens bare 2,5% prosent er gift/registrert partner. Fordeling av sivilstatus er rimelig stabil på tvers av undersøkelsesår, med en svak nedgang i andel som oppgir status som samboer eller gift/registrert partner (**Figur 1.3.1**). Andelen som er samboer eller gift/registrert partner øker som ventet med aldersgruppe. På tvers av de geografiske regionene er det små forskjeller i sivilstatus, med unntak av en noe høyere andel single/kjæreste og motsatt lavere andel samboere/gifte/registrerte partnere blant utenlandsstudentene enn blant innenlandsstudentene (**Tabell 1.3.1**).

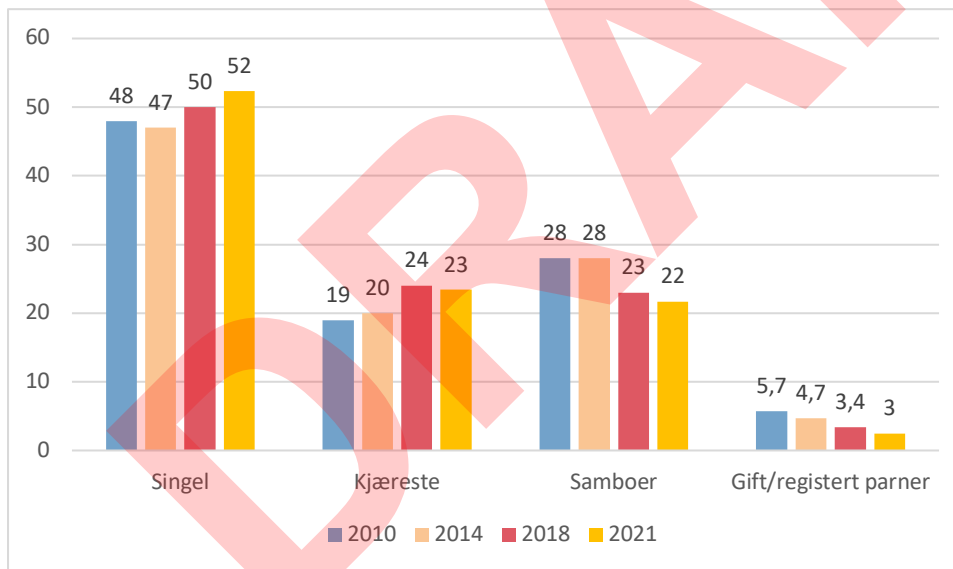
TABELL 1.3.1 SIVILSTATUS. KOLONNEPROSENT.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Singel	52	57	50	63	58	50	41	33	51	53	55	50	58
Kjæreste	23	23	24	27	26	24	19	11	23	24	24	20	29
Samboer	22	18	24	10	16	25	35	38	23	21	20	27	12
Gift/registrert partner	2,5	1,9	2,8	0,1	0,3	1,6	4,8	18	2,8	2,6	1,3	2,8	1,3

TABELL 1.3.2 SIVILSTATUS. TRENDER

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	TOTAL 2014	TOTAL 2010	2021		2018		2014		2010	
					Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
Singel	52	50	47	48	57	50	56	47	53	44	57	43
Kjæreste	23	24	20	19	23	24	23	24	18	21	18	19
Samboer	22	23	28	28	18	24	18	25	25	30	20	32
Gift/registrert partner	2,5	3,4	4,7	5,7	1,9	2,8	3	3,7	4,3	4,8	4,7	6,3

FIGUR 1.3.1 SIVILSTATUS. TRENDER



## 1.5 LANDBAKGRUNN

De aller fleste deltakerne har norsk landbakgrunn. Dette gjelder på tvers av kjønn, aldersgrupper og geografiske regionene. Seks prosent er født i utlandet, like mange har foreldre som begge er fødte i utlandet. Andelen født utenfor Norge er noe høyere i den eldste aldersgruppen enn de øvrige (10%), ellers sees bare små eller ingen forskjeller.

TABELL 1.5.1 EGET OG FORELDES FØDELAND NORGE ELLER UTENFOR NORGE.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Selv født i Norge	94	95	95	95	96	95	94	90	94	96	97	97	92
Selv født i utlandet	6	5	5	5	4	5	6	10	6	5	4	3	8
Begge foreldre fødte i utlandet	6	6	6	7	6	5	6	9	8	5	4	4	4

## 1.6 STUDIELENGDE

**Tabell 1.6.1** viser hvor mange semestre de deltakende studentene i hver av SHoT-undersøkelsene har studert ved universitet eller høyskole. En langt større andel hadde bare studert i ett semester i 2010-undersøkelsen (21%) enn i 2014 (5%), 2018 (1%) og 2021 (0,3%). Dette kan nok hovedsakelig forklares av at SHoT 2010 ble gjennomført høstsemesteret mens de to neste i vårsemesteret. Det er uklart hva som skyldes forskjell i andel førstesemesterstudenter mellom 2014 og 2018-undersøkelsene, mens den svært lave andelen i 2021 muligens kan relateres til covid-19-pandemien.

TABELL 1.6.1 ANTALL SEMESTER STUDERT VED UNIVERSITET ELLER HØGSKOLE. KOLONNEPROSENT.

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	TOTAL 2014	TOTAL 2010	2021		2018		2014		2010	
					Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
1 sem.	0,3	1	5	21	0,2	0,3	0,6	0,6	6	5	23	20
2-3 sem.	28	27	26	21	27	29	26	27	25	26	21	21
4-5 sem.	22	22	23	18	22	22	23	22	21	23	18	19
6-8 sem.	24	29	27	17	25	23	25	26	28	26	17	17
9 sem. +	26	24	20	23	26	25	25	24	20	19	22	22

## 2. BOLIG

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Hvem studentene bor sammen med

- Flere kvinnelige enn mannlige studenter bor sammen med samboer/partner, mens mannlige studenter bor med venner eller i kollektiv.
- Flere yngre studenter bor med venner/i kollektiv, og flest eldre studenter bor med samboer/partner eller alene.
- Andelen studenter som bor med samboer/partner er markant lavest i Nord-Norge og blant utenlandsstudentene.

#### 2.1 HVEM BOR DU SAMMEN MED

Årets SHoT-undersøkelse viser at nesten halvparten av studentene (45 %) bor sammen med venner eller andre i kollektiv (**Tabell 2.1.1**), mens en fjerdedel bor med samboer eller partner (26 %). Av de resterende, så bor 19 % alene, og 11 % med foreldre/foresatte. Det er noen kjønnsforskjeller med tanke på bosituasjon. Flere mannlige studenter bor sammen med venner eller i kollektiv, mens flere kvinnelige studenter bor med samboer eller partner.

TABELL 2.1.1 HVEM BOR DU SAMMEN MED NÅ? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn	
		Mann	Kvinne
Bor alene	19	18	19
Bor med samboer/partner	26	22	27
Bor med venner/andre i kollektiv	45	49	43
Bor med foreldre	11	11	11

Det er en tydelig overvekt av den yngste studentgruppen (18-20 år) som bor med venner eller i kollektiv (45 %), mens denne andel ligger kun på 12 % i den eldste aldersgruppen (29-35 år) (**Tabell 2.1.2**). Motsatt er det er klar alderseffekt knyttet til å bo med samboer/partner, og over halvparten av de eldste studentene bor sammen med samboer/partner, imot kun 11 % blant de yngste studentene. Det er også flest eldre studenter som bor alene (28 %).

TABELL 2.1.2. HVEM BOR DU SAMMEN MED NÅ? STRATIFISERT PÅ ALDER OG REGION.  
KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Bor alene	19	18	19	19	16	17	22	28	21	18	13	25	23
Bor med samboer/partner	26	22	27	11	17	28	42	56	27	25	22	31	16
Bor med venner/andre i kollektiv	45	49	43	49	54	46	30	12	40	46	61	38	44
Bor med foreldre	11	11	11	21	13	8	6	4	12	11	5	6	17

Det er flest studenter i Midt-Norge (61 %) som bor med venner eller i kollektiv, mens tallet er lavest i Nord-Norge. Utenlandsstudentene skiller seg markant ut fra resten av studentene ved at få av dem bor med samboer/partner (16 %). Andelen studenter som bor alene er også lavest i Midt-Norge (13 %) og Vest-Norge (18 %), mens den er høyest i Nord-Norge (25 %).

### 3. ØKONOMI

#### NOEN SENTRALE FUNN:

##### Inntektsgivende arbeid siste år

- Et stort flertall av studentene har hatt inntektsgivende arbeid siste året (81 %), og dette gjelder noen flere kvinnelige (83 %) enn mannlige studenter (78 %).

##### Økonomisk problemer

- 6 % av studentene rapporterer at de ofte har hatt problemer med å klare løpende utgifter.
- Flere kvinnelige studenter rapporterer at de har hatt disse problemene det siste året, og problemene er vanligst blant de eldste aldergruppene (26-35 år).
- Det er flest studenter i Sørøst-Norge som rapporterer å ha hatt disse problemene siste år.
- Sammenlignet med de tre siste SHoT-undersøkelsene (2010, 2014 og 2018), representerer disse tallene en forbedring av den økonomiske robustheten blant studentene.

#### 6.1 INNTEKTSGIVENDE ARBEID I LØPET AV DET SISTE ÅRET

I årets SHoT-undersøkelse kommer det fram at 81 % av studentene har hatt inntektsgivende arbeid siste året (**Tabell 3.1.1**). Det gjelder noen flere kvinnelige enn mannlige studenter. Flest studenter i aldersspennet 21 til 28 år har hatt inntektsgivende arbeid siste året, og det er kun små regionale forskjeller. Utenlandsstudentene ligger noe lavere (74 %) sammenlignet med innenlandsstudentene i andelen som har hatt inntektsgivende arbeid siste året.

TABELL 3.1.1 HAR DU HATT INNTEKTSGIVENDE ARBEID I LØPET AV SISTE ÅRET? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ja	81	78	83	75	82	84	82	74	82	83	80	83	74
Nei	19	22	17	25	18	16	19	26	19	17	20	17	27

#### 3.3 ØKONOMISK ROBUSTHET

Årets SHoT-undersøkelser viser at det er kun rundt halvparten av studentene (52 %) som oppgir at de i løpet av siste året aldri har hatt problemer med å klare de løpende utgiftene, for eksempel til mat, transport og bolig (**Tabell 3.3.1**). Det er jevnt fordelt mellom de som oppgir at de sjelden har hatt slike problemer (20 %), og de som oppgir at de av og til har hatt slike problemer (22 %). Totalt er det kun 6 % av studentene som oppgir at de ofte har hatt slike problemer siste år.

Det er noe flere kvinnelige enn mannlige studenter som oppgir at de ofte har hatt problemer med å klare løpende utgifter. Dette problemet øker med økende alder, og i den eldste gruppen av studenter (29-35 år) oppgir 10 % at de

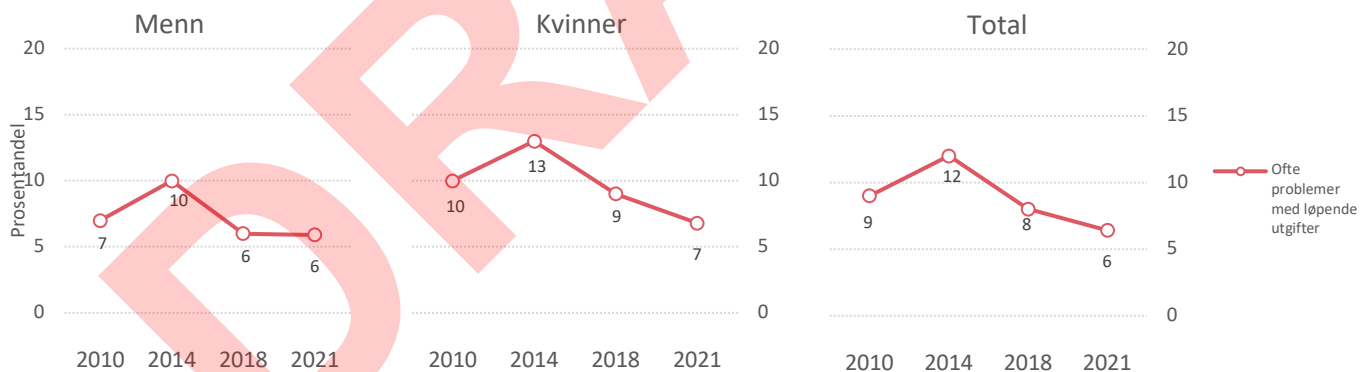
ofte har problemer med å klare løpende utgifter, mot bare 6 % i de yngste aldersgruppene. Videre er det noen regionale forskjeller. Flest studenter i Sørøst-Norge (8 %) oppgir å ofte ha problemer med å klare løpende utgifter.

TABELL 3.3.1 HAR DET I LØPET AV SISTE 12 MÅNEDENE HENDT AT DU HAR HATT VANSKER MED Å KLARE DE LØPENDE UTGIFTENE? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Aldri	52	57	49	57	54	51	46	43	48	55	59	49	54
Sjelden	20	18	21	19	20	20	21	20	21	19	19	20	19
Av og til	22	19	24	19	21	22	25	27	24	20	18	24	21
Ofte	6	6	7	6	6	6	9	10	8	6	4	7	6

Sammenlignet med SHoT-undersøkelsene i 2010, 2014 og 2018, så kommer studentene i 2021 noe bedre ut med tanke på økonomisk robusthet (**Figur 3.3.1**). Nærmere bestemt er det det en reduksjon i andelen studenter som rapporterer at de ofte har hatt problemer med å klare løpende utgifter siste året (6 % i 2021, sammenlignet med 8 % i 2018, 12 % i 2014, og 9 % i 2010). Trenden er sammenlignbar på tvers av kjønn.

FIGUR 3.3.1 MANGLENDE ØKONOMISK ROBUSTHET. TRENDER



## 4. FORHOLD PÅ STUDIESTEDET

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Tilfredshet med studiebyen/-stedet

- Omtrent halvparten av studentene (47 %) rapporterer at de er fornøyde med studiebyen/-stedet totalt sett. Tilfredsheten er lavest blant de eldste studentene (35 %), og blant studenter i Sørøst-Norge (37 %), mens den er høyest blant studenter i Midt-Norge (63 %).
- Sammenlignet med de tre andre SHoT-undersøkelsene, viser tilfredsheten med studiebyen i 2021 en dramatisk reduksjon.
- Den største misnøyen i 2021 er knyttet til kulturtilbudet, studentmiljøet og utelivstilbudet.
- Det er noen kjønnsforskjeller knyttet til tilfredsheten på disse områdene, men de største variasjonene ses på tvers av ulike studieregioner i Norge, og mellom innenlands- og utenlandsstudenter.

#### Deltakelse i fadderordningen

- Et klart flertall (80 %) av studentene rapporterer at de deltok i fadderordningen da de var nye som studenter. Flest yngre studenter og færrest av de eldste studentene angir at de deltok i fadderordningen. Andelen er markant lavest blant utenlandsstudentene. Den er også noe lavere i Nord- og Sørøst-Norge sammenlignet med resten av landet.
- Andelen studenter som deltar i fadderordningen har økt noe de siste årene, fra 77 % i 2010 til 80 % i årets undersøkelse.

#### Trivsel med studiet

- Studentene rapporterer gjennomgående dårlig trivsel på tvers av de kartlagte områdene, og markant dårligere enn i 2018-undersøkelsen.
- Andelen som rapporterer at de er ganske eller svært fornøyd er høyest når det gjelder egen arbeidsinnsats og måten studiet er strukturert på (37 %), og lavest på det fysiske læringsmiljøet (20 %).
- Det er kjønnsforskjeller i forhold til hvor tilfredse studentene er med de ulike delområdene av studiet. Kvinnelige studenter er mer fornøyde med undervisningen og egen arbeidsinnsats, mens mannlige studenter er oftere fornøyde med det fysiske miljøet og veiledningen.
- Studenter i Nord-Norge skiller seg positivt ut i forhold til tilfredshet med studiet.

### 4.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN

#### 4.1.1 TILFREDSHET ALT I ALT

Årets SHoT-undersøkelse viser at noe under halvparten av studentene (47 %) er fornøyde med studiebyen alt i alt (**Tabell 4.1.1**). Det er små forskjeller på tvers av kjønn, men det er færre av de eldste studentene som rapporterer fornøydhet med studiebyen enn av de yngre studentene. Det er i tillegg betydelige regionale forskjeller. Flest studenter i Midt-Norge (63 %), Vest-Norge (54 %) og Nord-Norge (54 %) angir at de er fornøyde med studiebyen. Til sammenligning er fornøydheten markant lavest i Sørøst-Norge (37 %).



TABELL 4.1.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ALT I ALT. KOLONNEPROSENT

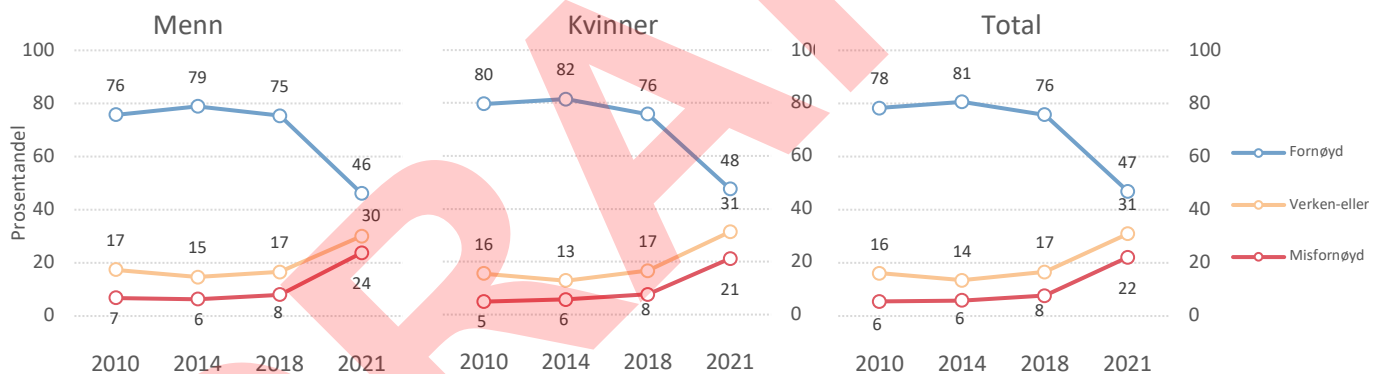
	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utlend
Misfornøyd*	22	24	21	18	22	24	25	21	29	16	13	15	23
Verken-eller	31	30	31	29	28	30	36	44	34	30	25	31	28
Fornøyd**	47	46	48	54	50	46	39	35	37	54	63	54	49

\*Inkluderer de som har svart "ganske misfornøyd" og "svært misfornøyd"

\*\*Inkluderer de som har svart "ganske fornøyd" og "svært fornøyd"

Det har videre vært en nedgang i den generelle tilfredsheten med studiebyen siden 2014 (**Figur 4.1.1**), etter at denne hadde økt noe fra 2010 til 2014. Det dramatiske fallet i årets undersøkelse må sees i lys av den pågående pandemien. Det er små kjønnsforskjeller knyttet til denne trenden.

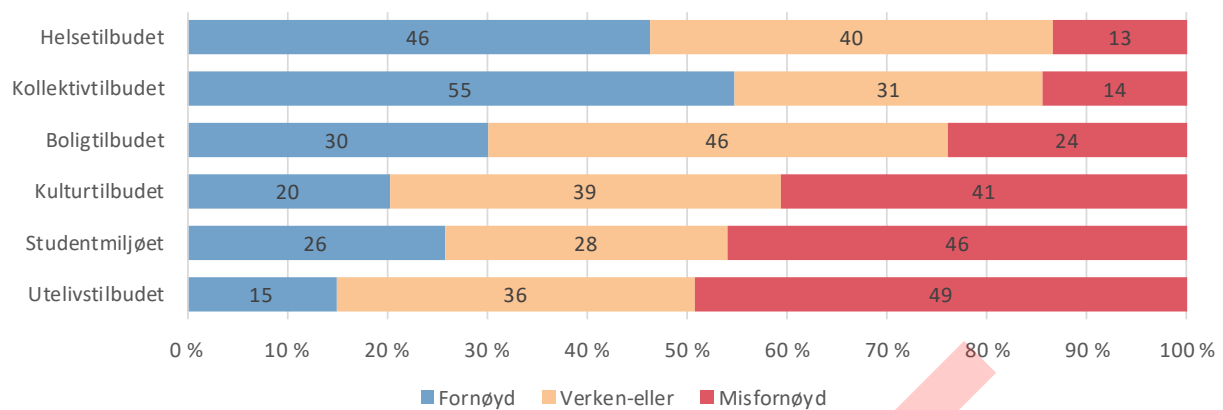
FIGUR 4.1.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ALT I ALT. TRENDER



#### 4.1.2 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER UNDERTEMA

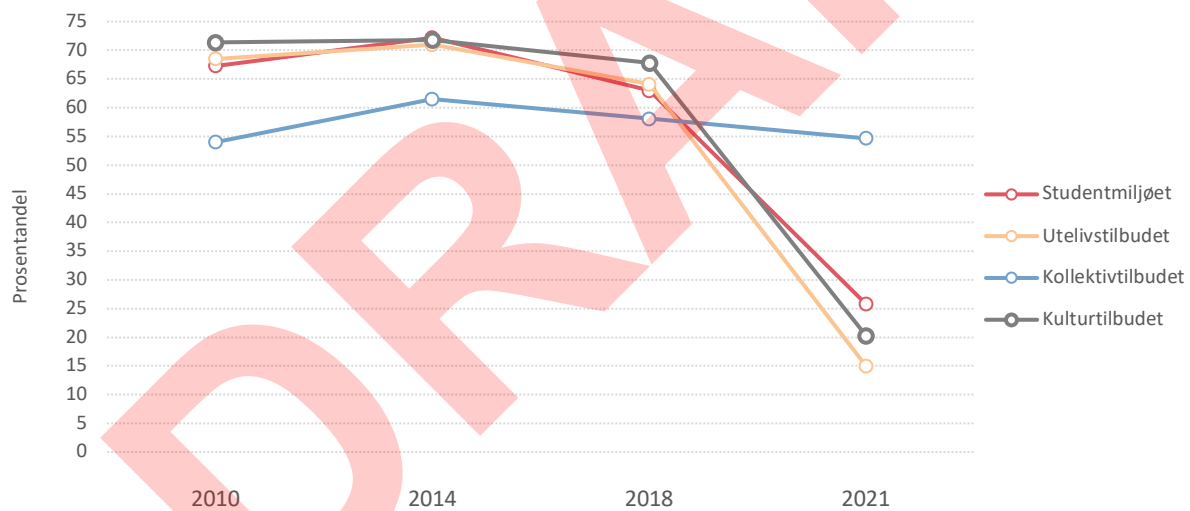
Når det gjelder tilfredshet med studiebyen fordelt på spesifikke tematiske områder (**Figur 4.1.2.1**), viser årets undersøkelse at rundt halvparten av studentene er fornøyd med kollektivtilbudet (55 %) og helsetilbudet (46 %), mens færrest er fornøyd med utelivstilbudet (15 %), kulturtilbudet (20 %) og studentmiljøet (26 %).

FIGUR 4.1.2.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER TEMA. KOLONNEPROSENT



Årets SHoT-undersøkelse viser at det har vært en kraftig reduksjon i tilfredshet med studiebyen i forhold til både utelivstilbud, studentmiljø og kulturtilbud (**Figur 4.1.2.2**) sammenlignet med tallene fra 2010, 2014 og 2018. Unntaket er at tilfredsheten med kollektivtilbud, som er omtrent den samme i 2021 som i de tidligere undersøkelsene.

FIGUR 4.1.2.2 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER TEMA. TRENDER



Det er små kjønnsforskjeller i tilfredsheten med studiebyen (**Tabell 4.1.2.1**). Studenter i Sørøst-Norge har relativt sett lavest tilfredshet sammenlignet med studenter i resten av landet i forhold til alle temaområdene, og den største misnøyen sees hos de eldste studentene.

TABELL 4.1.2.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER TEMA. STRATIFISERT PÅ KJØNN, ALDER OG REGION. KOLONNEPROSENT\*

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Kulturtilbudet	20	20	21	36	40	43	45	37	14	23	30	26	19
Helsetilbudet	46	45	47	44	47	48	45	43	43	51	52	50	42
Kollektivtilbudet	55	54	55	61	58	54	50	39	55	59	55	47	54
Utelivstilbudet	15	16	14	14	16	15	13	11	11	18	19	19	17
Boligtilbudet	30	30	30	35	33	30	25	20	25	33	41	28	37
Studentmiljøet	26	28	25	29	29	26	20	17	20	27	38	30	29

\*Inkluderer de som har svart "ganske fornøyd" og "svært fornøyd"

Det er gjennomgående store forskjeller i tilfredshet med studiebyen på de ulike studiebyene (Tabell 4.1.3).

TABELL 4.1.3 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER STUDIESTED. KOLONNEPROSENT\*

	Kulturtilbudet	Helsetilbudet	Kollektivtilbudet	Utelivstilbudet	Studentmiljøet	Boligtilbudet
Total	21	47	55	15	26	31
Alta	31	47	13	11	30	23
Bergen	23	53	67	18	26	32
Blæstad	22	27	16	12	47	47
Bodø	22	46	39	14	30	34
Bø	37	29	19	22	49	50
Drammen	14	39	43	12	16	24
Elverum	15	32	15	12	24	27
Evenstad	15	29	15	3	68	44
Fredrikstad	18	37	27	13	15	22
Førde	22	52	22	6	34	34
Gjøvik	15	36	30	13	27	36
Grimstad	15	33	23	12	31	39
Halden	7	21	13	7	16	18
Hamar	24	32	31	13	27	24
Hammerfest	15	52	15	22	48	19
Harstad	9	27	12	5	19	31
Haugesund	17	40	34	20	29	34
Horten og Tønsberg	13	39	31	11	17	28
Kautokeino	35	24	12	12	12	18
Kjeller	7	38	48	10	10	15
Kongsberg	14	32	14	7	23	26
Kristiansand	25	44	56	20	33	42
Kristiansund	28	43	30	23	40	26

Levanger	14	37	14	6	25	36
Lillehammer	25	41	44	20	32	44
Mo i Rana	21	39	5	14	23	39
Molde	25	43	31	13	40	39
Namsos	15	39	10	3	18	31
Narvik	9	31	11	9	22	26
Nesna	14	21	11	7	29	32
Notodden	15	22	7	10	23	25
Oslo	11	48	68	10	13	18
Porsgrunn	13	37	27	8	20	23
Rauland	40	55	10	5	80	45
Rena	19	29	9	9	38	28
Ringerike	9	28	20	13	30	34
Sandnes	13	44	41	9	13	28
Sandvika	9	55	55	9	0	9
Sogndal	32	45	12	18	49	46
Stavanger	23	45	51	21	23	30
Stavern	24	27	20	9	55	51
Steinkjer	21	37	12	8	24	32
Stjørdal	9	14	12	2	28	37
Stord	10	37	8	7	22	29
Svalbard	60	20	25	80	100	80
Tromsø	29	55	57	23	32	27
Trondheim	31	54	61	20	38	41
Vesterålen	0	0	0	0	0	25
Volda	31	44	19	21	46	52
Ålesund	29	46	35	23	35	36
Ås	19	36	49	10	41	41

#### 4.3 DELTAKELSE I FADDERORDNING

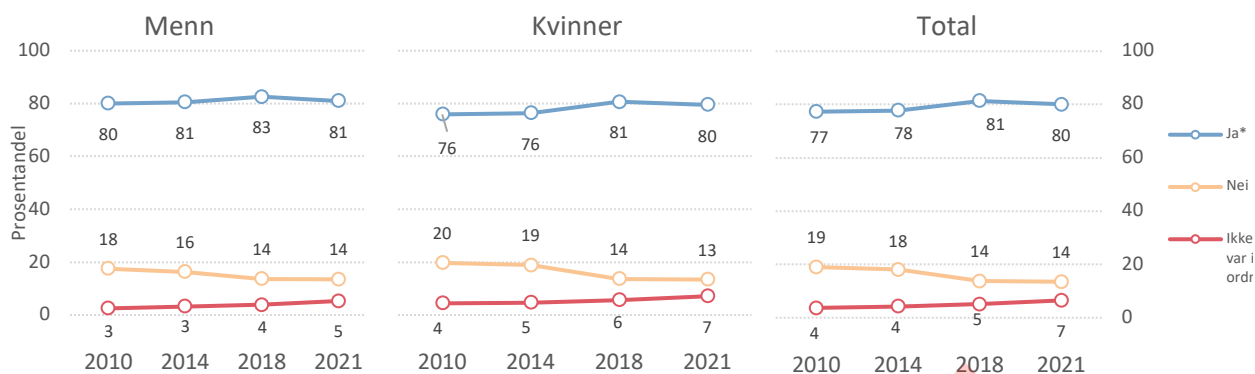
Et klart flertall (80 %) av studentene rapporterer i årets SHoT-undersøkelse at de deltok i noen grad i fadderordning da de var nye som studenter (**Tabell 4.3.1**). Andelen som deltok i fadderordning som nye studenter er markant høyere i aldersspennet 18 til 22 år enn for eldre studenter, og i den eldste studentgruppen (29-34) har under halvparten (43 %) deltatt i en slik ordning. Det er betydelig færre utenlandsstudenter enn innenlandsstudenter som deltok i fadderordning som nye studenter. Andelen er også lavere i Nord-Norge (78 %) og Sørøst-Norge (78 %) sammenlignet med øvrige studieregioner i Norge. Studenter i Midt-Norge rapporterer oftest å ha deltatt i fadderordningen (90 %).

**TABELL 4.3.1 DELTAKING I FADDERORDNING DA MAN VAR NY STUDENT. KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ja*	80	81	80	87	88	82	67	43	78	85	90	78	59
Nei	14	14	13	8	9	12	22	41	15	12	8	17	13
Ikke aktuelt/var ingen slik ordning	7	5	7	5	4	7	11	16	7	4	3	5	28

En noe større andel av studentene deltar i fadderordningen i tiden da de er nye som studenter (**Figur 4.3.1**). Andelen har steget fra 77 % i 2010 til 80 % i 2021, og økningen er tydeligst hos kvinner.

FIGUR 4.3.1 DELTAKING I FADDERORDNING DA MAN VAR NY STUDENT. TRENDER



Deltagelsen på fadderordningen varierte mye, noe som er naturlig gitt den ulike smittesituasjonen i Norge høsten 2020 (Tabell 4.3.2).

TABELL 4.3.2 DELTAKING I FADDERORDNING ETTER STUDIESTEDER. KOLONNEPROSENT

	Ja	Ja, delvis	Nei	Ikke aktuelt
Total	62	21	13	5
Alta	31	12	50	8
Bergen	69	19	9	4
Blæstad	78	15	7	0
Bodø	57	23	17	3
Bø	51	22	22	5
Drammen	37	28	23	12
Elverum	53	21	19	8
Evenstad	53	38	6	3
Fredrikstad	41	24	31	4
Førde	48	20	19	13
Gjøvik	58	28	13	1
Grimstad	55	29	15	1
Halden	33	23	35	9
Hamar	42	24	26	8
Hammerfest	64	14	18	4
Harstad	47	25	24	5
Haugesund	48	27	22	3
Horten og Tønsberg	29	31	30	11
Kautokeino	18	12	24	47
Kjeller	36	27	21	16
Kongsberg	39	33	26	3
Kristiansand	56	21	15	8
Kristiansund	67	15	17	2
Levanger	45	28	20	7
Lillehammer	62	19	15	4

Mo i Rana	37	35	25	4
Molde	51	24	19	6
Namsos	48	34	18	0
Narvik	33	29	34	5
Nesna	3	7	28	62
Notodden	22	22	41	15
Oslo	59	22	12	7
Porsgrunn	34	36	27	3
Rauland	20	30	0	50
Rena	52	12	22	14
Ringerike	49	22	24	5
Sandnes	44	24	25	6
Sandvika	27	9	18	46
Sogndal	62	22	14	3
Stavanger	60	17	21	3
Stavern	70	22	2	7
Steinkjer	30	32	31	7
Stjørdal	65	16	9	9
Stord	40	30	27	3
Svalbard	60	20	0	20
Tromsø	62	20	13	5
Trondheim	77	15	6	2
Vesterålen	0	0	25	75
Volda	53	26	18	4
Ålesund	66	23	9	3
Ås	63	23	12	2

#### 4.6 TRIVSEL MED STUDIET

Som i 2018 inkluderte årets SHoT-undersøkelse et sett med spørsmål knyttet til trivsel med studiet, knyttet til bestemte temaområder som undervisningen, egen arbeidsinnsats, faglig veiledning og andre forhold som er av relevans for selve studiet (**Tabell 4.6.1**).

Resultatene viser at det er gjennomgående lav tilfredshet på de ulike delområdene. 3 av 10 studenter oppgir at de er fornøyde med undervisningen, mens det er lavest tilfredshet på det fysiske læringsmiljøet, hvor 2 av 10 svarer at de er fornøyde.

Det er noen kjønnsforskjeller på de ulike områdene, og i særlig grad har mannlige en høyere tilfredshet med den faglige veiledning enn kvinnelige studenter, mens kvinnelige studenter er mer fornøyde med egen arbeidsinnsats.

Selv om rangeringen av hvilke forhold ved studiet studentene er mest og minst fornøyd med er jevnt over identiske på tvers av studieregioner i Norge, og mellom innenlands- og utenlandsstudenter, så er det også noen regionale forskjeller i andelen studenter som er tilfredse på de enkelte delområdene. Utenlandsstudenter er generelt mer tilfredse med egen arbeidsinnsats og tilbakemelding på egen læring enn innenlandsstudenter. Utover dette skiller studenter i Nord- og Midt-Norge seg positivt ut når det gjelder det fysiske læringsmiljøet sammenlignet med studentene i resten av landet.

TABELL 4.6.1 TRIVSEL MED STUDIET FORDELT PÅ TEMAER. KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Undervisningen	30	29	31	29	29	30	33	38	30	29	33	34	30
Egen arbeidsinnsats	37	35	38	36	35	36	37	43	36	35	38	39	41
Arbeidsmengden på studiet	34	34	33	34	32	34	34	37	33	33	35	38	31
Måten studiet er strukturert på	37	37	37	42	37	36	36	39	37	36	39	40	37
Den faglige veiledningen	33	36	32	30	30	34	38	39	34	30	34	37	34
Det fysiske læringsmiljøet	20	21	19	22	21	20	19	18	18	18	25	28	17
Tilbakemelding på egen læring	23	24	23	24	22	23	25	29	24	21	22	27	28

\* Andel fornøyd/svært fornøyd

Det var stor variasjon i trivsel ved de ulike studiestedene (Tabell 4.6.2)

TABELL 4.6.2 TRIVSEL MED STUDIET FORDELT PÅ STUDIESTEDER.

	Undervisningen	Egen arbeids-innsats	Arbeidsmengden på studiet	Måten studiet er strukturert på	Den faglige veiledningen	Det fysiske læringsmiljøet	Tilbakemelding på egen læring
Hele landet	31	36	34	37	33	20	23
Alta	42	41	42	39	40	31	29
Bergen	28	34	32	36	28	16	19
Blæstad	30	48	57	57	65	20	41
Bodø	25	35	30	31	31	21	22
Bø	49	46	43	42	41	41	27
Drammen	29	36	28	29	32	18	28
Elverum	28	41	40	39	32	21	28
Evenstad	59	41	47	62	56	41	24
Fredrikstad	31	35	34	37	33	13	21
Førde	37	47	40	39	36	25	31
Gjøvik	30	36	34	31	34	26	24
Grimstad	25	43	35	35	38	23	24
Halden	28	37	29	33	35	17	28
Hamar	30	39	34	28	34	23	33
Hammerfest	32	43	36	36	39	29	36
Harstad	25	37	42	31	31	18	23
Haugesund	25	44	29	32	34	18	26
Horten og Tønsberg	31	37	34	33	33	28	29
Kautokeino	24	41	24	41	29	47	29
Kjeller	25	40	33	32	39	14	28
Kongsberg	38	41	35	32	36	26	28
Kristiansand	31	38	37	40	38	26	27
Kristiansund	36	38	36	44	36	29	27

Levanger	29	38	35	35	37	24	30
Lillehammer	31	39	37	38	34	19	28
Mo i Rana	30	49	44	42	39	23	20
Molde	44	42	40	39	43	36	29
Namsos	26	42	24	27	40	22	28
Narvik	38	38	35	42	40	30	29
Nesna	52	31	38	35	41	14	28
Notodden	59	44	53	53	53	43	40
Oslo	27	33	32	36	32	14	22
Porsgrunn	28	40	27	26	30	25	26
Rauland	65	60	75	45	75	75	60
Rena	37	38	35	43	31	23	26
Ringerike	28	37	33	40	33	21	27
Sandnes	19	27	33	36	25	19	25
Sandvika	36	64	36	36	55	18	27
Sogndal	37	39	41	40	37	39	29
Stavanger	31	39	34	35	31	20	23
Stavern	24	43	26	32	38	40	32
Steinkjer	33	35	48	42	45	25	23
Stjørdal	19	30	33	14	33	37	35
Stord	29	34	22	27	36	27	33
Svalbard	40	40	40	40	60	80	60
Tromsø	36	40	41	43	40	31	28
Trondheim	32	38	35	40	32	24	20
Vesterålen	25	50	0	0	0	0	0
Volda	38	38	37	32	42	40	32
Ålesund	29	30	32	32	29	35	21
Ås	41	42	35	46	40	21	28

\* Andel fornøyd/svært fornøyd



## 5. STUDIEFERDIGHETER

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Studieprogresjon

- De fleste studentene oppgir å følge normert studieprogresjon, både inneværende semester (89 %) og tidligere i studiet (87 %). Det sees en økning i andel som oppgir å følge normert studieprogresjon fra de tidligere SHOT-undersøkelsene.

#### Tid brukt på studiene forrige uke

- Studentene oppgir i gjennomsnitt at de brukte 22,9 timer på studiene i løpet av forrige uke. Dette er en liten nedgang fra 2018 (24,2 timer ) og klar nedgang fra 2014, der studentene i gjennomsnitt brukte 27,1 timer på studiene. Nedgangen er tydelig for begge kjønn.
- Som i 2018 sees ingen store kjønnsforskjeller i tid brukt på studiene.
- Utenlandsstudentene utmerker seg med å bruke relativt sett mye tid på studiene (gj.snitt 31 timer forrige uke).

#### Stryk

- 28 % oppgir at de har strøket til eksamen etter at de begynte på høyskole/universitet. Det sees en nedgang i andel som har strøket siden 2018-undersøkelsen (33 %), og andelen er nå ganske lik som i ved 2010-undersøkelsen. Bildet er det samme for menn og kvinner.

### 5.1 STUDIEPROGRESJON

Som ved tidligere SHOT-undersøkelser er studentene spurt om de følger normert studieprogresjon (definert som 30+ studiepoeng på et halvt år), henholdsvis inneværende semester og tidligere i studiet. For sistnevnte spørsmål er førstesemesterstudentene ekskluderte fra beregningsgrunnlaget.

De fleste studenter oppgir å følge normert studieprogresjon, både inneværende semester (89 %) og tidligere i studiet (87 %). Det sees en økning i andel som oppgir å følge normert studieprogresjon både på inneværende semester og tidligere i studiet. Omtrent 6-7 % oppgir å ikke følge normert progresjon. Nesten like mange svarer at de ikke vet om de følger normert studieprogresjon tidligere i studiet eller inneværende semester (6 %).

TABELL 5.1.1 STUDIEPROGRESJON. KOLONNEPROSENT.

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	TOTAL 2014	TOTAL 2010	2021		2018		2014		2010	
					Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
Tidligere i studiet*												
Ja	87	82	84	83	88	87	84	81	84	84	82	83
Nei	7	11	12	13	7	6	12	10	13	11	15	12
Vet ikke	6	7	4	5	5	7	5	8	3	5	3	5
Inneværende semester												
Ja	89	86	84	81	89	88	88	85	84	83	83	80
Nei	6	8	10	10	7	5	8	8	11	10	10	10
Vet ikke	6	6	6	9	5	6	4	7	4	7	7	9

## 5.2 TID BRUKT PÅ STUDIENE FORRIGE UKE

Studentene ble spurt hvor mange timer de anslagsvis brukte på studiene i løpet av forrige uke, anslått i hele timer medregnet undervisning og selvstudium. Det samme spørsmålet ble stilt i 2014- og 2018-undersøkelsene (**Tabell 5.2.2**). På grunn av skeivfordelte data presenteres både gjennomsnitt og median timer brukt på studiene.

Studentene oppgir i gjennomsnitt at de brukte 23 timer på studiene i løpet av forrige uke (median 20 timer). Dette er en klar nedgang fra 2014, der studentene i gjennomsnitt oppga å bruke 27 timer (median 27 timer) på studiene forrige uke, og 2018 (snitt 24 timer og median 21 timer). Denne nedgangen i tid brukt på studiene sees både for de kvinnelige og de mannlige studentene.

I årets undersøkelse sees ingen klare kjønns- eller aldersforskjeller når det gjelder tid brukt på studiene. Det er også få regionale forskjeller, med unntak av studentene i Midt-Norge, som i snitt brukt mer tid på studiet (median 25 timer) enn resten av landet (median 20 timer). Også utenlandsstudentene utmerker seg med å bruke relativt sett mye tid på studiene (median 30 timer).

TABELL 5.2.1 ANTALL TIMER BRUK PÅ STUDIENE FORRIGE UKE. GJENNOMSNIITT OG MEDIAN.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Gjennomsnitt	22,9	23,4	22,6	22,0	22,6	23,6	22,9	22,3	21,4	22,1	26,1	23,1	31,2
Median	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	25	20	30

TABELL 5.2. 2 ANTALL TIMER BRUK PÅ STUDIENE FORRIGE UKE. GJENNOMSNIITT OG MEDIAN TREND.

	TOTAL			2021		2018		2014	
	2021	2018	2014	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
Gjennomsnitt	22,9	24,2	27,1	23,4	22,6	25,0	23,8	27,4	26,9
Median	20	21	27	20	20	21	21	27	27

### 5.3 STRYK

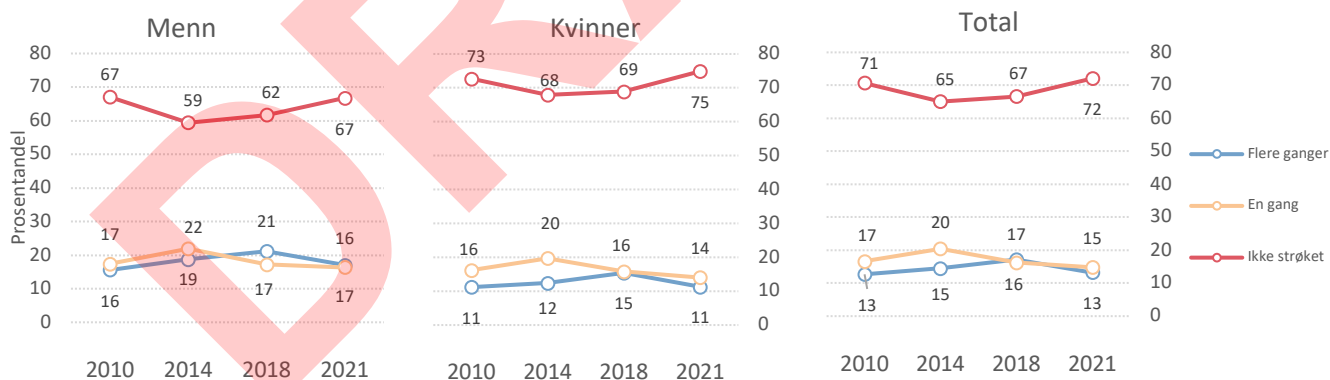
I årets undersøkelse oppgir 28 % at de har strøket til eksamen etter at de begynte på høyskole/universitet. Litt over halvparten av disse (totalt 15 %) har strøket kun én gang, mens totalt 13 % har strøket flere ganger. Andelen som oppgir å ha strøket på eksamen har gått ned fem prosentpoeng siden 2018-undersøkelsen (33 %), og er nå på samme nivå som i 2010-undersøkelsen (29 %). Dette bildet sees for både kvinnelige og mannlige studenter (**Tabell 5.3.1**).

En noe høyere andel mannlige enn kvinnelige studenter oppgir å ha strøket til eksamen (33 % versus 25 %). Andelen som har strøket og som har strøket flere ganger øker naturlig med alderen. Når det gjelder de geografiske regionene, sees også her noe variasjon. Andelen som har strøket er lavest i Sørøst (27 %) og høyest i Midt-Norge (32 %) (**Tabell 5.3.1**).

**TABELL 5.3.1 STRYK TIL EKSAMEN ETTER Å HA STARTET Å STUDERE PÅ HØYSKOLE/UNIVERSITET. KOLONNEPROSENT.**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ikke strøket	72	67	75	85	77	67	61	66	74	73	68	72	68
En gang	15	16	14	11	13	17	18	16	15	14	16	15	13
Flere ganger	13	17	11	4	10	17	21	18	12	13	15	13	19

**FIGUR 5.3.1 STRYK TIL EKSAMEN ETTER Å HA STARTET Å STUDERE PÅ HØYSKOLE/UNIVERSITET. TRENDER.**



## 6. FYSISK HELSE

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Opplevelse av egen helse

- 68 % av studentene oppgir at de har god eller svært god helse. Dette gjelder flere mannlige (74 %) enn kvinnelige studenter (66 %), og opplevelsen av å ha god eller svært god helse synker med økende alder.
- Studenter i Midt-, Vest- og Nord-Norge rapporterer oftest om god eller svært god helse (71-72 %), etterfulgt av utenlandsstudenter (68 %) og studenter i Sørøst-Norge (65 %).
- Det er en tydelig forverring av egenvurdert helse i årets undersøkelse sammenlignet med 2018.

#### Sykdommer/plager

- Det er små forskjeller i fysiske sykdommer/plager fra 2018 til 2021.
- Mange studenter rapporterer fysiske sykdommer/plager. De vanligste sykdommene/plagene er allergi/intoleranse (28 %), migrene og eksem (11-12 %). Det er kun små regionale forskjeller i forekomsten av fysiske sykdommer/plager.
- Kvinnelige studenter rapporterer noe oftere om sykdommer/plager enn mannlige studenter. Særlig har kvinnelige studenter oftere migrene, irritabel tarm og eksem.

#### Helseplager

- Det sees en liten økning i de fleste spesifikke helseplagene fra 2018 til 2021.
- 40 % av studentene har hatt mye eller svært mye helseplager siste uke. Andelen er betydelig høyere blant kvinnelige (48 %), enn blant mannlige studenter (24 %). Det er flest av de yngste og eldste studentene som rapporterer høye nivåer av helseplager siste uke, mens problemet er mest utbredt blant studenter i Sørøst-Norge.
- Følelse av trøtthet og lite energi (50 %) er den vanligste helseplagen, tett fulgt av stress (46 %), men også søvnproblemer (27 %), nakkesmerter (26 %) og hodepine (21 %) er utbredt. Kvinnelige studenter rapporterer oftere om alle typer helseplager som er undersøkt, enn hva mannlige studenter gjør. Det er begrensede forskjeller på tvers av alder, men de yngste studentene har noe oftere hodepine og svimmelhet, mens de eldste studentene har noe oftere smerter i rygg, nakke, armer, ben eller ledd.

#### Søkt hjelp for fysiske plager

- 42 % av studentene har søkt hjelp for fysiske plager siste året, og dette gjelder klart flere kvinnelige (47 %) enn mannlige studenter (33 %). Det er flest studenter i Nord-Norge som søkt hjelp for fysiske plager siste året, mens andelen er lavest blant utenlandsstudentene.
- Det har vært en økning i andelen studenter som har søkt hjelp for fysiske plager siste året. Mens 42 % av studentene rapporterte om å ha søkt slik hjelp i 2021, var tilsvarende andel på 38 % i 2018, 35 % i 2010 og 33 % i 2014. Endringer i spørreskjemaet gjør det imidlertid vanskelig å vurdere hvor stor den reelle økningen har vært i andelen studenter som har søkt hjelp for fysiske plager.

#### Trening og mosjon

- 77 % av studentene trener 2-3 ganger i uken eller mer, mens kun 2,5 % aldri mosjonerer. En-femtedel (18 %) av studentene mosjonerer omtrent hver dag. Det er små kjønnsforskjeller.
- Den eldste aldersgruppen av studentene (29-34 år) trener/mosjonerer generelt mindre enn yngre studenter.
- Etter en jevn nedgang fra 2010 til 2018 når det gjelder andelen som trener 2-3 ganger i uken eller mer, ser vi en betydelig økning i andelen til 2021.

## BMI

- Omtrent en tredjedel (32 %) av studentene er overvektige eller har fedme. Majoriteten av studentene er imidlertid normalvektige (65 %), mens et mindretall (3 %) kan regnes som undervektige. Flere mannlige enn kvinnelige studenter er overvektige eller har fedme, mens andelen studenter med overvekt/fedme øker med alder.
- I den eldste aldersgruppen (29-34 år) har hele 47 % overvekt/fedme sammenlignet med 26 % i den yngste aldersgruppen (18-20 år). Andelen studenter med undervekt er høyest i den yngste aldersgruppen (5 %), og synker gradvis med alderen.
- Studenter i Nord-Norge skiller seg ut med en klart høyere andel som har overvekt/fedme (39 %) enn resten av landet, mens den laveste andelen med overvekt/fedme ses blant utenlandsstudentene (27 %).
- Årets undersøkelser viser at økningen fra 2010 til 2018 i andelen studenter med overvekt/fedme nå har flatet ut, og er nå likt som i 2018 (32 %). Andelen er fortsatt større enn i 2014 (26 %) og 2010 (23 %).

### 6.1 HVORDAN ER HELSEN DIN NÅ

Årets undersøkelse viser at 68 % av studentene oppgir at de opplever en god eller svært god helse (**Tabell 6.1.1**). Det er en større andel av mannlige enn kvinnelige studenter som oppgir en god eller svært god helse. Videre er det flere studenter i aldersspennet 21 til 25 år som oppgir å ha god helse, sammenlignet med de eldste studentene. En lavere andel av studentene i Sørøst-Norge oppgir å ha god helse (65 %) sammenlignet med de andre regionene i Norge.

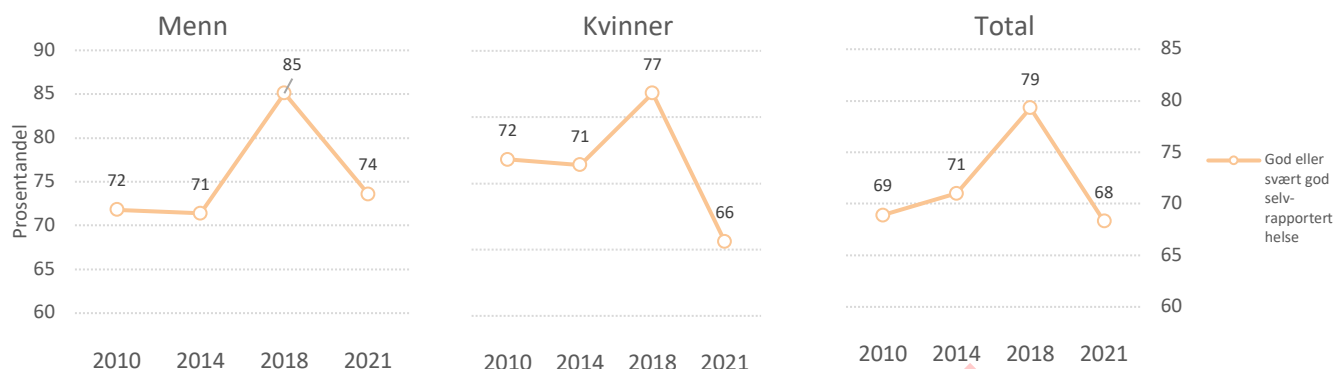
Tabell 6.1.1 Hvordan er helsen din nå? Kolonneprosent

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Dårlig	5	4	6	6	5	5	6	7	6	5	4	4	5
Ikke helt god	26	22	29	27	26	26	29	29	29	25	23	23	27
God	50	50	50	50	50	50	49	49	49	51	50	51	50
Svært god	19	24	16	18	19	20	17	16	16	20	22	22	18
God eller svært god	68	74	66	67	69	69	66	65	65	71	72	72	68

Spørsmålsleddet som målte egenvurdert fysisk helse ble endret mellom 2014- og 2018-undersøkelsene. I 2018 og 2021 ble det spurt «Hvordan er helsen din nå?», mens det i 2010 og 2014 ble spurt om «Hvordan vurderer du din egen fysisk helse i allminnelighet?». I tillegg var det noen andre responskategorier fra undersøkelsene i 2010/2014 til 2018. Dette gjør at det blir vanskelig å etablere pålitelige trendanalyser for egenvurdert fysisk helse.

Like fullt er det en klar forverring av fysisk helse blant studentene fra 2018 til 2021 (**Figur 6.1.1**). Andelen som rapporterte om en god eller svært god helse sank fra 79 % i 2018 til 68 % i årets undersøkelse. Trenden sees for begge kjønn, men er tydeligst for kvinner.

FIGUR 6.1.1 VURDERING AV EGEN FYSISK HELSETILSTAND. TRENDER\*



\*Inkluderer de som har svart «God» eller «Svært god» på spørsmålet «Hvordan er helsen din nå?» i 2018 og 2021; og de som har svart «God» eller «Svært god» på spørsmålet «Hvordan vurderer du din fysiske helse i alminnelighet?» i 2010 og 2014.

## 6.2 SYKDOMMER/PLAGER

Studentene ble i undersøkelsen spurt om hvilke sykdommer eller plager de har (Tabell 6.2.1). Den hyppigste sykdommen/plagen er allergi og intoleranse (28 %), etterfulgt av eksem (12 %) og migrene (11 %).

Det er enkelte regionale forskjeller i forekomsten av selvrapporterte sykdommer/plager, men disse er jevnt over små.

TABELL 6.2.1 HAR DU NOEN AV DISSE SYKDOMMENE/PLAGENE? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Allergi	28	26	29	29	28	28	29	28	29	29	28	25	27
Eksem	12	9	14	12	12	12	13	13	12	12	12	13	10
Migrene	11	5	14	12	11	11	12	13	12	11	10	12	12
Irritabel tarm	9	5	11	7	8	10	11	12	9	10	8	10	8
Astma	8	8	9	9	8	8	9	9	8	8	8	9	8
Synsvansker	5	4	6	7	6	4	4	3	5	6	5	5	4
Lese- og skrivevansker	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2
Hørselsvansker	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
Kjønnssykdommer	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	2

\*Følgende sykdommer/plager er utelatt fra tabellen pga. lav forekomst: diabetes (0.7 %), leddgikt (0.6 %), kronisk utmattelsessyndrom/ME (0.6 %), hjertesykdom (0.6 %), fibromyalgi (0.5 %), epilepsi (0.4 %), cerebral parese (0.1 %), kreft (0.1 %), multipel sklerose/MS (0.1 %). Også disse sykdommene/plagene er imidlertid med i summeskåren

Kvinnelige studenter rapporterer jevnt over om flere sykdommer/plager enn mannlige studenter. Tydeligst kommer denne kjønnsforskjellen til uttrykk i forekomsten av migrene, irritabel tarm og eksem.

Det er små forskjeller i sykdommer/plager fra 2018 til 2021 (Tabell 6.2.2).

TABELL 6.2.2 SYKDOMMENE/PLAGER. TREND. KOLONNEPROSENT

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	2021		2018	
			Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
Allergi	28	30	26	29	28	31
Eksem	12	10	9	14	7	12
Migrene	11	10	5	14	5	13
Irritabel tarm	9	8	5	11	4	10
Astma	8	9	8	9	8	9
Synsvansker	5	7	4	6	6	7
Lese- og skrivevansker	3	3	3	3	3	4
Hørselsvansker	2	2	2	2	2	2

### 6.3 HELSEPLAGER I LØPET AV DE 7 SISTE DAGENE

Som i 2018 ble det i årets SHoT-undersøkelser kartlagt somatiske helseplager. Disse symptomene ble undersøkt ved hjelp av screeningskjemaet Somatic Symptoms Scale (SSS-8). Anbefalte grenseverdier for å dele inn i nivåer av helseplager er basert på anbefalinger fra en nyere vitenskapelig artikkel som vurderte de psykometriske egenskapene til SSS-8 (Gierk et.al, 2014).<sup>1</sup> Nærmere bestemt blir det anbefalt en inndeling i ingen eller svært lite plager (0-3 poeng på SSS-8), lite plager (4-7 poeng), middels plager (8-11 poeng), mye plager (12-15 poeng), og svært mye plager (over 16 poeng).

Fire av 10 studenter oppgir at de har mye eller svært mye helseplager (**Tabell 6.3.1**) basert på denne inndelingen. Kvinnelige studenter har et lang høyere nivå av helseplager enn mannlige studenter. Det er videre et mønster at flere av de yngste og eldste studentene rapporterer høye nivåer av helseplager, mens andelen er lavest i aldersgruppen 23-25 år. Det er markerte forskjeller på tvers av studieregioner i forhold til hvor mange som angir å være mye eller svært mye helseplager. Studenter i Sørøst-Norge har oftest slike plager (43 %), mens andelen er lavest i Midt-Norge (33 %).

TABELL 6.3.1 NIVÅ AV HELSEPLAGER SISTE UKE BASERT PÅ SSS-8-KARTLEGGINGSSKJEMA. KOLONNEPROSENT.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ingen eller svært lite plager	14	23	9	12	13	15	14	12	12	14	17	15	12
Lite plager	23	30	20	22	24	24	23	21	22	24	27	24	23
Middels plager	24	23	24	23	24	24	23	25	24	24	24	24	24
Mye plager	19	14	22	19	19	18	20	18	20	19	17	18	19
Svært mye plager	21	10	26	23	20	19	21	24	23	20	16	20	22
<b>Mye eller svært mye plager</b>	<b>40</b>	<b>24</b>	<b>48</b>	<b>43</b>	<b>39</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>43</b>	<b>38</b>	<b>33</b>	<b>38</b>	<b>41</b>

<sup>1</sup> Gierk, B., Kohlmann, S., Kroenke, K., Spangenberg, L., Zenger, M., Brähler, E., & Löwe, B. (2014). The somatic symptom scale-8 (SSS-8): a brief measure of somatic symptom burden. *JAMA internal medicine*, 174(3), 399-407.

Gjennomsnitt (SSS-8)	10,3	7,9	11,5	10,8	10,3	10,0	10,3	10,9	10,8	10,1	9,3	10,1	10,6
----------------------	------	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	-----	------	------

Når det gjelder hvilken type helseplager studentene rapporterer å ha hatt siste uken (**Tabell 6.3.2**), så kommer det fram i årets undersøkelse at følelse av trøtthet og lite energi (50 %) er vanligst, samt stress (46 %). Også søvnproblemer (27 %), nakkesmerter (26 %), og hodepine (21 %) er forholdsvis utbredt blant studentene.

TABELL 6.3.2 HELSEPLAGER FORDELT PÅ UNDERTEMA. KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Hodepine	21	9	26	23	21	19	19	22	22	20	17	20	21
Nakkesmerter	26	13	32	26	25	25	27	30	29	24	21	25	29
Brystsmerter	7	4	8	8	7	6	7	8	7	6	5	6	7
Mageproblemer	17	9	21	17	17	17	16	15	17	17	15	18	17
Ryggsmertter	20	12	23	21	19	19	20	22	22	19	15	19	22
Arm, bein, ledd	10	7	12	10	9	10	11	14	11	10	9	10	10
Svimmelhet	8	3	10	10	8	7	7	7	9	7	6	7	8
Trøtthet	50	36	57	53	50	49	51	52	54	48	45	47	53
Søvnproblemer	27	23	28	29	26	25	28	29	28	26	23	26	29
Stress	46	31	53	48	46	45	45	45	48	44	42	43	52

Det er et gjennomgående mønster at kvinnelige studenter oftere rapporterer alle helseplagene som er undersøkt. Det er atskillig mindre forskjeller i forhold til helseplager på tvers av alder.

Det sees en liten økning i de fleste spesifikke helseplagene fra 2018 til 2021. Dette gjelder hodepine, nakkesmerter, mageproblemer, ryggsmertter, søvnproblemer og og trøtthet. Det er en nedgang i brystsmerter, mens nivået på smerter i arm, bein og ledd og svimmelhet er uendret fra 2018 til 2021 (**tabell 6.3.2**)



TABELL 6.3.2 HELSEPLAGER. TREND. KOLONNEPROSENT

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	2021		2018	
			Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
Hodepine	21	18	9	26	8	23
Nakkesmerter	26	19	13	32	8	24
Brystsmerter	7	15	4	8	9	18
Mageproblemer	17	15	9	21	7	19
Ryggsmert	20	15	12	23	9	18
Arm, bein, ledd	10	10	7	12	6	11
Svimmelhet	8	8	3	10	3	10
Trøtthet	50	45	36	57	31	51
Søvnproblemer	27	25	23	28	21	27

#### 6.4 SØKT HJELP FOR FYSISKE PLAGER

Undersøkelsen viser at 42 % av studentene har søkt hjelp for fysiske plager siste året (**Tabell 6.4.1**). Flere kvinnelige (47 %) enn mannlige (33 %) studenter har søkt hjelp for fysiske plager. Andelen som har søkt hjelp øker tydelig med stigende alder, mens det kun er små regionale forskjeller i hjelpsøking.

TABELL 6.4.1 HAR SØKT HJELP FOR FYSISKE PLAGER SISTE 12 MÅNEDER. KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ja	42	33	47	39	41	42	46	48	43	43	42	45	39
Ja, men har ikke fått hjelp	3,0	2,5	3,3	3,2	3,0	2,9	3,1	3,7	3,0	3,0	2,9	3,1	3,9
Nei, men har vurdert	13	13	13	14	13	13	13	12	14	12	12	12	12
Nei	42	51	37	44	43	43	38	37	40	42	43	40	45

Det har vært en økning i andelen studenter som har søkt hjelp for fysiske plager siste året. Mens 42 % av studentene rapporterte om å ha søkt slik hjelp i 2021, var tilsvarende andel på 38 % i 2018, 35 % i 2010 og 33 % i 2014.

#### 6.6 TRENING OG MOSJON

Årets SHoT-undersøkelsen viser at studentene jevnt over trener/mosjonerer relativt ofte (**Tabell 6.6.1**). Nesten 4 av 5 studenter (77 %) trener 2-3 ganger i uken eller mer, mens kun 2,5 % aldri mosjonerer.

Like mange mannlige som kvinnelige studenter trener omtrent hver dag, samtidig som det er flere mannlige studenter som aldri mosjonerer.

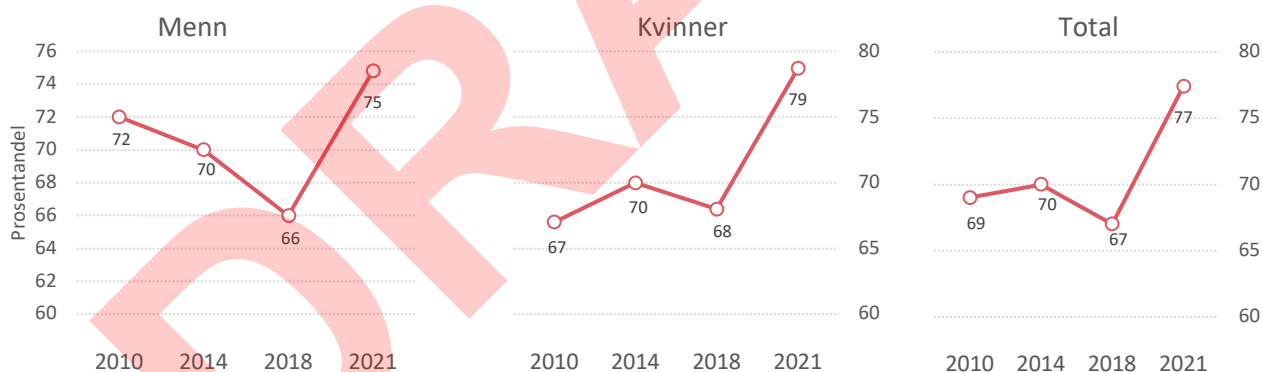
Studenter i aldersgruppen 18 til 28 år trener alle mye, og det er kun små forskjeller mellom aldersgruppene innenfor dette spennet. Imidlertid er det markant flere i den eldste aldersgruppen (29-35 år) som trener lite.

TABELL 6.6.1 HVOR OFTE DRIVER DU MOSJON? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Aldri	2,5	3,5	1,9	3,2	2,4	1,9	2,7	3,8	2,7	1,7	1,9	2,7	2,4
Sjeldnere enn en gang i uken	8,5	9,6	7,9	9,7	8,0	7,6	9,2	11,3	9,2	7,3	7,5	7,7	8,0
En gang i uken	12	12	12	12	11	11	12	14	13	11	11	10	12
2-3 ganger i uken	35	34	36	34	35	36	37	38	36	35	36	34	34
4-5 ganger i uken	24	24	25	23	26	25	23	19	22	27	27	27	24
Omtrent hver dag	18	18	18	19	18	18	17	15	18	19	17	18	19
2-3 ganger i uken eller mer	77	75	79	75	78	79	76	71	76	80	80	79	77

Etter en jevn nedgang fra 2010 til 2018 når det gjelder andelen som trener 2-3 ganger i uken eller mer, ser vi en kraftig økning i andelen til 2021 (Figur 6.6.1). Økningen er lik for kvinner og menn.

FIGUR 6.6.1 ANDELEN STUDENTER SOM MOSJONERER/TRENER 2-3 GANGER I UKEN ELLER MER. TRENDER\*



## 6.7 BMI

Studentene er spurt om vekt og høyde, og basert på denne informasjonen er det blitt beregnet kroppsmasseindeks (BMI) for studentene. Denne finner en ved å dele vekten i kilo med kvadratet av høyden i meter, og følgende terskelverdier er brukt: Undervekt (BMI < 18,5), normalvekt (BMI mellom 18,5 og 24,99), overvekt (BMI mellom 25 og 29,99), og fedme (BMI > 30).

Årets SHoT-undersøkelse viser at omtrent en tredjedel (32 %) av studentene er overvektige eller har fedme etter denne inndelingen (Tabell 6.7.1). Majoriteten av studentene er normalvektige (65 %), mens et mindretall (3 %) kan regnes som undervektige. Det er totalt sett flere mannlige studenter som er overvektige eller som har fedme (36 %) enn kvinnelige studenter (30 %). Det er samtidig flere kvinnelige studenter som er undervektige (4%) enn mannlige studenter.

Andelen studenter med overvekt/fedme øker med alder, og ligger i den eldste aldersgruppen (29-34 år) på 47 % sammenlignet med 26 % i den yngste aldersgruppen (18-20 år). På den annen side er andelen undervektige høyere i den yngste aldersgruppen (5 %), og synker gradvis med alderen til 2 % blant de eldste studentene.

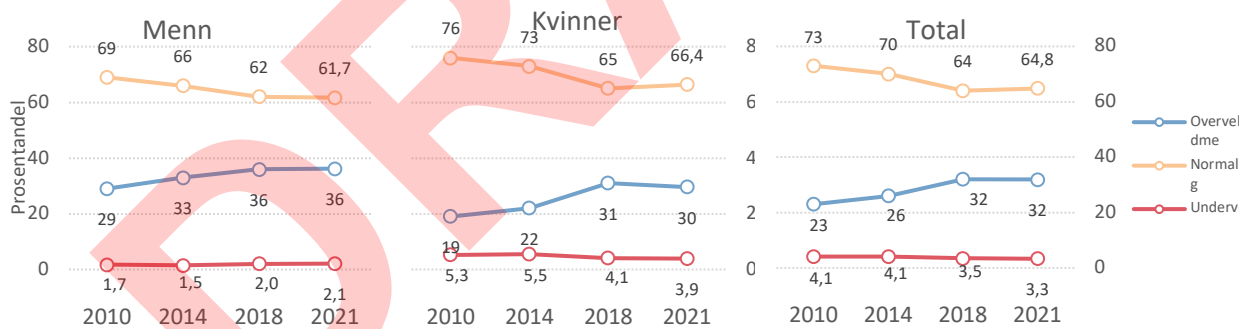
Studenter i Nord-Norge skiller seg ut med en noe høyere andel som har overvekt/fedme (39 %) sammenlignet med studenter i Norge for øvrig (alle 32 %). Motsatt skiller utenlandsstudenter seg ut med en lavere andel med overvekt/fedme (27 %). Det er kun små regionale forskjeller i forhold til undervekt, men andelen er høyest blant studenter i Sørøst-Norge (4%).

**TABELL 6.7.1 FORDELING AV UNDERVEKTIGE, NORMALVEKTIGE OG OVERVEKT/FEDME BLANT STUDENTENE. KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Undervektig	3,3	2,1	3,9	5,2	3,6	2,8	2,3	2,0	3,6	2,9	2,9	2,2	4,4
Normalvekt	65	62	66	69	67	65	59	51	64	65	67	59	69
Overvekt	23	28	21	20	22	23	28	29	23	24	23	27	21
Fedme	8,7	8,1	9,0	6,6	7,1	8,4	11,0	18,2	9,2	8,5	7,5	12,3	6,2
<b>Overvekt eller fedme</b>	<b>32</b>	<b>36</b>	<b>30</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>39</b>	<b>47</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>30</b>	<b>39</b>	<b>27</b>

Årets undersøkelse viser at den markante økning fra 2010 til 2018 i andelen studenter som har overvekt/fedme har flatet ut i 2021 (**Figur 6.7.1**). Fra 2018 til 2021 er andelen som har overvekt/fedme vært stabil både for menn og kvinner.

**Figur 6.7.1 Fordeling av undervektige, normalvektige og overvekt/fedme blant studentene. Trender**



## 7. PSYKISK HELSE OG TRIVSEL

Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer psykisk helse som en tilstand av velvære der individet kan realisere sine muligheter, håndtere normale stressituasjoner i livet, arbeide på en fruktbar og produktiv måte og ha mulighet til å bidra overfor andre og i samfunnet. God psykisk helse er altså en positiv tilstand – ikke bare fravær av sykdom og vansker. I 2015 nedsatte Samskipnadsrådet en arbeidsgruppe å nærmere definere begrepet studenthelse<sup>2</sup>. Arbeidet landet på følgende definisjon av studenthelse ; "God studenthelse er der studentene, gitt den særskilte livssituasjon de er i, har/opplever/får styrket sin evne og kapasitet til å mestre hverdagens og studentlivets vanskeligheter, utfordringer og krav."

Som ved tidligere SHoT-undersøkelser er flere aspekter ved psykiske helse og trivsel kartlagt, men siden årets tilleggsundersøkelse er noe kortere, er det benyttet færre mål og instrumenter enn i 2018. De fleste hovedinstrumentene er imidlertid brukt også i 2021.

Livskvalitet handler om å oppleve glede og mening, vitalitet og tilfredshet, trygghet og tilhørighet, om å bruke personlige styrker, føle interesse, mestring og engasjement. Livskvalitet er derfor en viktig verdi i seg selv. I tillegg har livskvalitet sammenheng med helserelevante gevinster som bedre fysisk og psykisk helse, sunnere livsstilvalg, sterkere nettverk og sosial støtte. Livskvalitet og trivsel styrker også motstandskraften i møte med belastninger. I SHoT er livskvalitet målt med skalaen «the Satisfaction with life scale» (Diener, 1985).

I årets SHoT-undersøkelsen er psykiske plager målt med en kort-versjon av det internasjonale anerkjente spørreskjemaet HSCL-25 (HSCL-5). Denne korrelerer svært høyt med HSCL-25 ( $r=0.93$ ), men man kan ikke uten videre sammenligne grenseverdiene på tvers av instrumenter. Som en tommelfingerregel kan man likevel si at en cutoff-verdi på 1.75 på HSCL-25, tilsvarer en cut-off på 2.0 på HSCL-5 (Strand et al, 2003).

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Livskvalitet

- Det er en svak nedgang i andelen som oppgir god livskvalitet sammenlignet med de foregående SHoT-undersøkelsene. Mens omtrent fire av ti studenter oppga god livskvalitet fra 2010 til 2018, sank denne andelen til 34 % i 2021. Samtidig er den kun en liten økning i andelen studenter med dårlig livskvalitet fra 2010 til 2018 (fra 13 % til 16 %).

#### Psykiske plager

- Det har vært en betydelig økning i rapporterte psykiske plager fra 2010-undersøkelsen og frem til årets tilleggsundersøkelse. Mens gjennomsnittskåren på HSCL-5 økte jevnt fram til 2018, var det en kraftig økning til årets undersøkelse. Andelen studenter med det som kan karakteriseres som høyt nivå psykiske plager har økt fra nesten hver 6. student i 2010 til nesten halvparten i 2021.
- Økningen sees både blant kvinnelige og mannlige studenter, men er mer markant hos kvinnelige.
- Nivået av psykiske plager er lavest blant studentene i Midt- og Nord-Norge og høyest i Sørøst-Norge og blant utenlandsstudentene.

#### Psykiske lidelse

- 18 % av studentene oppgir å ha en psykisk lidelse, og de vanligste lidelsene er depresjon (12,3 %) og angst (10,5 %).
- Forekomsten av andelen studenter som oppgir å ha en psykisk lidelse har økt fra 16 % i 2018 til 18 % 2021.

<sup>2</sup> <https://docplayer.me/66689908-Rapport-om-studenthelse-studentsamskipnadene-i-norge-samskipnadsradet.html>

## Hjelpsøking psykiske plager

- Totalt oppgir 19% å ha søkt hjelp for psykiske plager siste 12 måneder.
- Kvinnelige studenter har litt over dobbelt så stor sannsynlighet som mannlige for å ha søkt hjelp for psykiske plager.

## Selvskading og suicidalitet

- Omfanget av selvskading og selvmordstanker er høyt blant studentene. Én av fem svarer at de har skadet seg selv med vilje og like mange at de har tenkt seriøst på å ta sitt eget liv, men ikke faktisk forsøkt å gjøre det. Fire prosent oppgir å ha forsøkt å ta sitt eget liv.
- Omfanget av selvskading er vesentlig høyere blant kvinnelige enn blant mannlige studenter. Også selvmordstanker og selvmordsforsøk rapporteres noe hyppigere blant de kvinnelige studentene.
- Det har vært en jevn økning av andelen som rapporterer selvmordstanker siden 2010; fra 8 % i 2010, til 15 % i 2021.

## Søvn

- Studentene sover i gjennomsnitt syv og en halv time i døgnet (små kjønnsforskjeller).
- Mer enn 4 av 10 studenter (43 %) oppfylder de formelle kriteriene for en insomni-diagnose. Kvinnelige studenter har høyere forekomst av insomni enn de mannlige studentene (47 % vs. 35 %).
- Det har vært en jevn økning i søvnproblemer siden 2010.

## 7.1 LIVSKVALITET

Livskvalitet ble målt med samme skala som ved de tre andre undersøkelsene, som gjør det mulig å sammenligne over tid (Diener, 1985)<sup>3</sup>. Nivået av livskvalitet var rimelig stabilt over tid fra 2010 til 2018; men var noe lavere i 2021. Selv om andelen studenter som rapporterte dårlig livskvalitet var relativt likt tidligere år, sank andelen som oppga god eller svært god livskvalitet fra 39 % i 2018 til 34 % i 2021. Nedgangen var tydelig både for kvinner og menn.

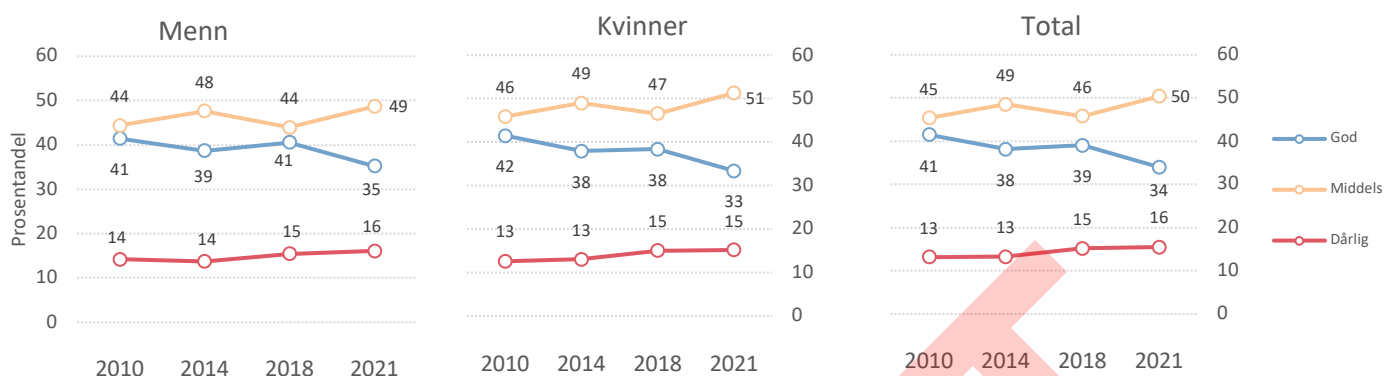
I årets undersøkelse rapporterer 34 % god livskvalitet, mens 51 % oppgir å ha middels og 16 % dårlig eller svært dårlig livskvalitet. Likt med 2014-undersøkelsen er det små forskjeller i livskvalitet mellom kjønn og aldersgrupper.

TABELL 7.1.1 LIVSKVALITET. KOLONNEPROSENT KATEGORIER OG GJENNOMSNIITT AV SUMMEN AV ENKELTSPØRSMÅL.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Svært dårlig	4	4	3	4	3	3	6	6	4	3	3	4	3
Dårlig	12	12	12	12	11	12	15	15	13	12	9	12	9
Litt under middels	23	22	23	22	23	22	24	23	23	23	21	22	21
Middels	34	32	34	34	34	34	32	30	33	33	35	32	34
God	21	22	21	21	22	22	18	19	19	21	24	22	24
Svært god	7,3	8,2	6,9	7,6	7,2	7,6	6,6	7,0	6,4	7,6	8,7	8,3	9,3
Gj.snitt (5-35)	21	21	21	21	22	22	20	20	21	21	22	22	22

<sup>3</sup> Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S: The satisfaction with life scale. *J Pers Assess* 1985, 49(1):71-75.

FIGUR 7.1.1 LIVSKVALITET, TRENDER.



## 7.2 PSYKISKE PLAGER

Psykiske plager ble mål av en 5-ledds kortversjon av den internasjonalt anerkjente skalaen «Hopkins Symptoms Checklist (HSCL-25)<sup>4</sup>. Den originale skalaen består av en liste av 25 symptomer eller problemer, der studentene ble bedt om å gi en vurdering av hvor mye hvert symptom var til plage eller ulempe for dem de siste to ukene. Svaralternativene er (1) «ikke i det hele tatt», (2) «litt», (3) «en god del» og (4) «svært mye». Basert på svarene kalkuleres en gjennomsnittsskåre, der økende skåre indikerer høyere nivå av plager. HSCL-5 består av 5 sentral ledd fra HSCL-25, og brukes ellers på samme måte, selv om grenseverdiene ikke er direkte overførbare.

Psykiske plager kan sees på langs et kontinuum fra lite til mye, eller i kategorier basert på bestemte grenseverdier. Grenseverdier for kliniske nivåer av psykiske plager settes der man finner den optimale balansen mellom å klare å fange opp de man ønsker å favne (sensitivitet) og å utelukke de som i realiteten ikke har klinisk nivå av plager (spesifisitet). Dette gjøres ved å sammenligne med vurderinger fra en grundig klinisk undersøkelse. For HSCL-25 er ulike gjennomsnittsskåre foreslått som grenseverdier for indikasjon på kliniske nivåer av psykiske plager, herunder både  $\geq 1,75$  og  $\geq 2,0$ . Det er viktig å merke seg at slike grenseverdier ikke er perfekte. Tidligere studier har vist at en grenseverdi på 1.75 og 2.0 på HSCL-25, tilsvarer en grenseverdi på 2.0 og 2,25 på HSCL-5. Når vi sammenligner årets undersøkelse med dem i 2010-2018, har vi laget nye HSCL-5-skåre på alle undersøkelsene. Verdiene i denne rapporten vil derfor ikke være direkte sammenlignbare med dem som tidligere er presentert i SHOT-rapporter.

På tvers av analysetilnærming sees en betydelig økning i rapporterte psykiske plager fra 2010-undersøkelsen og frem til årets tilleggsundersøkelse. Gjennomsnittsskåren (1-4) for psykiske plager totalt (HSCL-5 total) har steget fra 1,74 i 2010, via 1,87 i 2014 og 2,00 i 2018 til 2,28 i 2021 (**Figur 7.2.1**). Økningen forklares ikke av forskjeller i kjønn og aldersfordeling mellom utvalgene i de tre undersøkelsesårene. Andelen med det som kan karakteriseres som høyt nivå av psykiske plager (HSCL-25 kutt punkt på  $\geq 2,25$ ) har økt fra 18 % i 2010, via 24 % i 2014 og 32 % i 2018, til nesten annenhver student i 2021 (45 %) (**Figur 7.2.2**). Økningen i psykiske plager sees både blant kvinnelige og mannlige studenter.

I motsetning til tidligere runder av SHOT, finner vi en klar aldersgradient. De yngste studentene har høyest nivå av psykiske plager, mens nivået synker med stigende alder. Det er ingen klar aldersforskjell i grad eller gjennomsnitt av psykiske plager, slik det også var tilfelle i 2014-undersøkelsen.

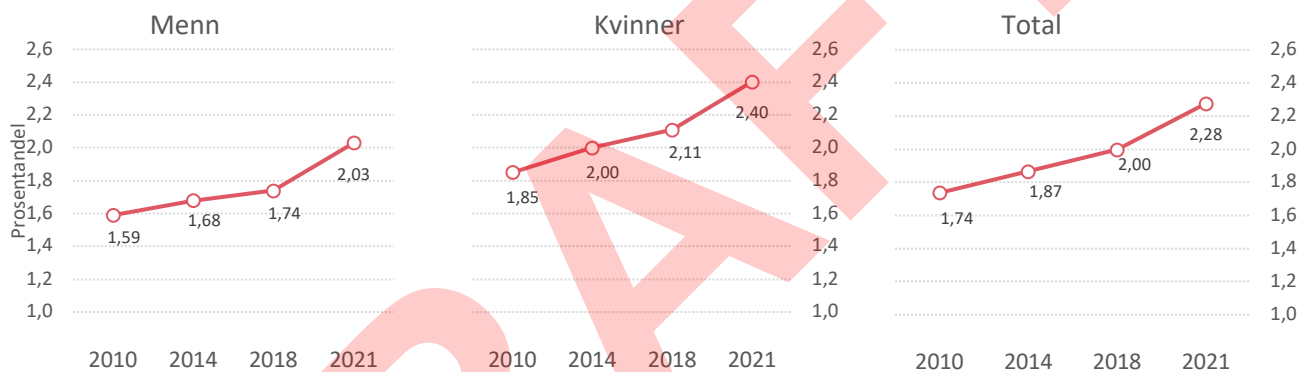
Mellom de geografiske regionene sees også noen forskjeller i rapporterte psykiske plager. Nivået av psykiske plager er lavest blant studentene i Midt- og Nord-Norge, og høyest i Sørøst-Norge og hos utenlandsstudentene.

<sup>4</sup> Derogatis LR, Lipman RS, Rickels K, Uhlenhuth EH, Covi L: The Hopkins Symptom Checklist (HSCL): A self-report symptom inventory. *Systems Research and Behavioral Science* 1974, 19(1):1-15.

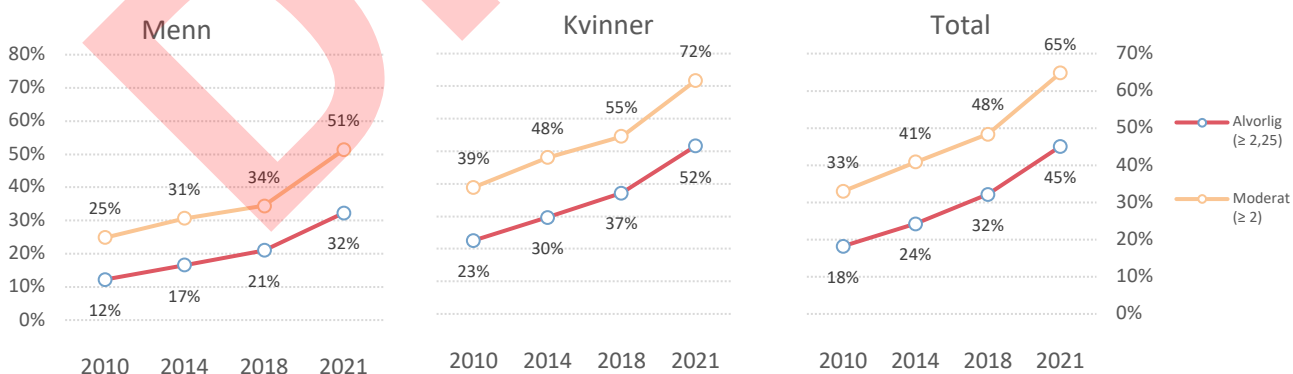
TABELL 7.2.1 PSYKISKE PLAGER MÅLT MED HSCL-5. KOLONNEPROSENT.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Lite (< 2)	35	49	28	31	34	36	37	41	32	36	40	42	33
Moderat (≥ 2)	65	51	72	69	66	64	63	59	69	64	61	58	68
Alvorlig (≥ 2,25)	45	32	52	49	46	44	44	40	49	43	40	40	49
Gj.snitt (1-4)	2,28	2,03	2,40	2,36	2,29	2,26	2,25	2,17	2,35	2,24	2,19	2,17	2,35

FIGUR 7.2.1 PSYKISKE PLAGER MÅLT MED HSCL-5. TRENDER, GJENNOMSNIITT.



FIGUR 7.2.2 PSYKISKE PLAGER MÅLT MED HSCL-5. TRENDER, KATEGORISK INNDELING.



### 7.3 PSYKISKE LIDELSE

Som tabell 7.3.1 viser, oppgir totalt 18 % av studentene å ha en psykisk lidelse. De vanligst forekommende lidelsene er depresjon (12,3 %) og angst (10,5 %), mens spiseforstyrrelse (2,6 %), PTSD (1,9 %), ADHD (1,6 %), OCD (1,1 %), og

bipolar lidelse (0,7 %) er relativt lavt forekommende. Forekomsten er betydelig høyere blant kvinnelige (21 %) enn mannlige (12 %) studenter.

TABELL 7.3.1 PSYKISK LIDELSE. TREND. KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Middt	Nord	Utland
Psykisk lidelse	18	12	21	17	17	18	22	24	20	17	16	16	17

Forekomsten av andelen studenter som oppgir å ha en psykisk lidelse har økt fra 16 % i 2018 til 18 % 2021. Økningen er tydeligst hos kvinner (18 % til 21 %), men sees også hos menn (11 % til 12 %; **tabell 7.3.2**)

TABELL 7.3.2 PSYKISK LIDELSE. TREND. KOLONNEPROSENT

	TOTAL 2021	TOTAL 2018	2021		2018	
			Mann	Kvinne	Mann	Kvinne
Psykisk lidelse	18	16	12	21	11	18

#### 7.4 SØKT HJELP FOR PSYKISKE PLAGER

Totalt oppgir 19 % å ha søkt hjelp for psykiske plager siste 12 måneder. Herunder oppgir 4 % at de har søkt, men ikke fått hjelp. Kvinnelige studenter har nesten dobbelt så stor sannsynlighet som mannlige for å ha søkt hjelp for psykiske plager (23 vs. 12 %). Vi finner også en tydelig aldersgradient her, men motsatt av den vi fant på nivå av psykiske plager; andelen av dem som har søkt hjelp for psykiske plager øker her med stigende alder.

Mellom de geografiske regionene i Norge ser vi også noen forskjeller i andel som har søkt hjelp for psykiske plager (**tabell 7.4.1**). Andelen er høyest hos studenter i Sørøst-Norge (21 %), fulgt av utenlandsstudentene (20 %).



TABELL 7.4.1 SØKT HJELP FOR PSYKISKE PLAGER DE SISTE 12 MÅNEDER. KOLONNEPROSENT\*.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utlend
Ja	19	12	23	16	18	20	24	26	21	19	17	18	20
Ja, men har ikke fått hjelp	4	3	4	4	3	3	5	4	4	3	4	4	4
Nei, men har vurdert	25	20	27	27	26	25	23	19	26	25	24	24	26
Nei	53	65	46	54	53	52	49	51	49	54	56	55	49

## 7.5 SØVN

Som i 2018 var det i årets SHoT tilleggsundersøkelse spørsmål om både søvnvaner og søvnproblemer. I tillegg til spørsmål om søvnlengde, var det inkludert spørsmål som gir en proxy for insomni-diagnose etter DSM-5 systemet (internasjonalt klassifiseringssystem for psykiske lidelser). Følgende, etablerte kriterier er brukt for søvnproblemer som indikerer insomni: innsovningsvansker og/eller oppvåkingsvansker, i tillegg til trøtthet og/eller søvnighet på dagtid. Disse søvnproblemene skal være til stede minst tre dager i uken med en varighet på minst tre måneder.

Total oppgir studentene i gjennomsnitt å sove 7:30 timer i døgnet. Det er liten forskjell i søvnlengde (5 min) mellom mannlige og kvinnelige studenter (**Tabell 7.5.1**). De eldste studentene utmerker seg med nesten en halv time kortere søvnlengde (07:02 timer) enn resterende. Studentene i Nord sover i gjennomsnitt ca. 9 min. kortere enn studentene ved de andre regionene (07:21 timer).

Etter overnevnte kriterier har mer enn 4 av 10 studenter (43 %) symptomer på en insomni-diagnose. Kvinnelige studenter har en høyere forekomst av symptomer på insomni enn de mannlige studentene (47 % vs. 35 %).

Omfanget av insomni varierer også med noe alder; sammenlignet med aldersgruppen 18-35 år (42 %) har de to eldste aldersgruppene høyere forekomst av insomni (26-28 år: 43 %, og 29-35 år: 51 %).

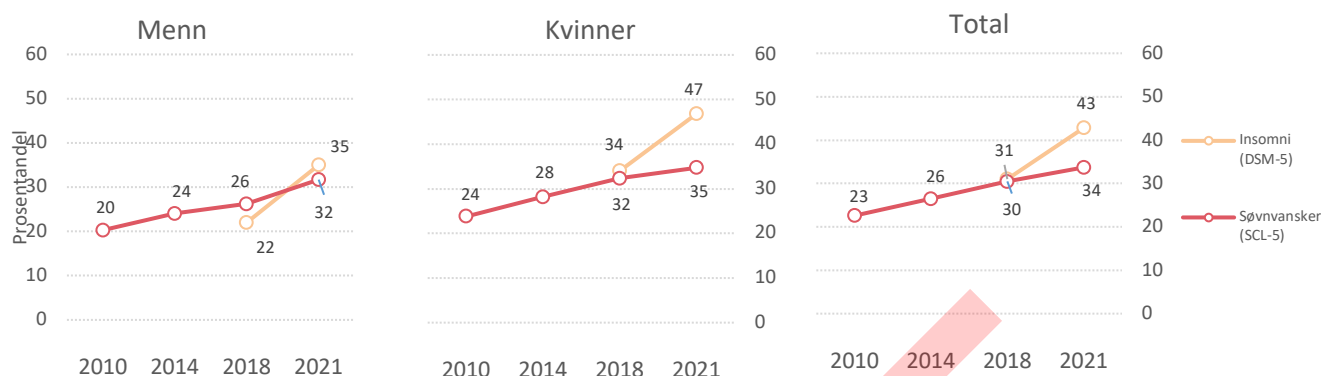
Sammenlignet med 2018 ser vi en kraftig økning av symptomer på insomni (**Figur 7.5.1**). Søvnproblemer ble også målt med ett enkelt ledd som inngår i alle 4 SHOT-undersøkelsene. Vi ser en tilsvarende økning i søvnproblemer her: fra 23 % i 2010, via 26 % i 2014 og 30 % i 2018, til 34 % i 2021. Mønsteret er det samme hos begge kjønn, men nivået av søvnproblemer er tydelig høyere hos kvinnelige studenter.

TABELL 7.5.1 SØVNLENGDE OG INSOMNI.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utlend
Søvnlengde*	07:30	07:26	07:31	07:33	07:35	07:31	07:21	07:02	07:30	07:32	07:33	07:21	07:21
Insomni	43	35	47	42	42	42	46	51	44	44	39	45	44

\*timer: minutter

FIGUR 7.5.1 SYMPTOMER PÅ INSOMNI (DSM-5). TRENDER.



## 7.6 SELVSKADING OG SUICIDALITET

Omfanget av selvskading og selvskadingstanker er høyt blant studentene. Én av fem svarer at de har skadet seg selv med vilje på en eller annen måte (uten intensjon om å ta sitt eget liv). Mellom én av fire og én av fem svarer at har tenkt seriøst på å skade seg selv eller å ta sitt eget liv, men ikke faktisk forsøkt å gjøre det. Litt over fire prosent oppgir å ha forsøkt å ta sitt eget liv (ved å ta en overdose piller eller på annen måte).

Omfanget av selvskading er vesentlig høyere blant kvinnelige enn blant mannlige studenter (24 % versus 10 %). Også selvmordstanker og selvmordsforsøk er noe hyppigere blant de kvinnelige enn de mannlige studentene.

Når det gjelder alder er det små forskjeller for selvskading, men for selvmordstanker og selvmordsforsøk er det mer en tendens til størst omfang blant de eldste studentene (**Tabell 7.6.1**).

Mellom regionene er omfanget av både selvskading og selvmordstanker og –forsøk høyest blant studentene i Nord og Sørøst og lavest i Midt og Vest.

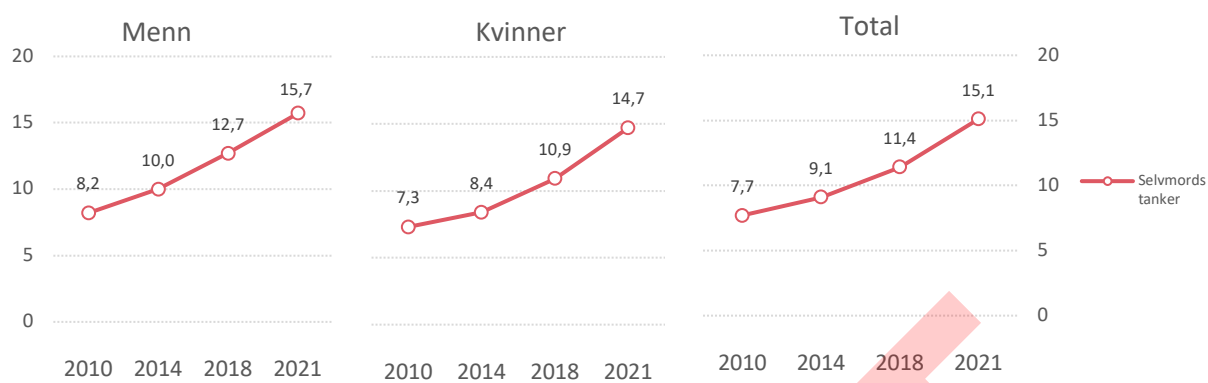
TABELL 7.6.1 SELVSKADING- OG SELVMORDSTANKER OG/ELLER -HANDLINGER. KOLONNEPROSENT.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Selvskading*	19	10	24	20	20	19	19	21	21	18	17	20	19
Selvskadingstanker*	22	13	27	24	23	21	22	22	24	21	20	23	22
Selvmordstanker	23	20	24	22	21	22	27	29	25	22	20	24	21
Selvmordsforsøk	4,3	3,1	5,0	3,8	4,0	4,0	5,6	7,5	4,9	3,9	3,4	4,9	3,8

\*uten intensjon om å ditt ta eget liv

Selvmordstanker ble også målt med ett enkelt ledd som inngår i alle fire SHOT-undersøkelsene (**Figur 7.6.1**). Dette enkeltleddet kartlegger de siste 14 dagene. Det har vært en jevn økning av andelen som rapporterer selvmordstanker (litt, en god del eller svært mye) siden 2010; fra 8 % i 2010, via 9 % i 2014 og 11 % i 2018, til 15 % i 2021. Mønsteret og nivået er relativt likt hos begge kjønn.

FIGUR 7.6.1 SYMPTOMER PÅ SELVMORDTANKER (DSM-5). TRENDER.



DRRAFET

## 8. SOSIALE FORHOLD

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Ensomhet

- Hele 44 % savner ofte/svært ofte noen å være sammen med, 24 % føler seg ofte/svært utenfor, mens 37 % føler seg ofte/svært ofte isolert. Over halvparten (54 %) av studenter svarer ofte/svært ofte på minst ett av disse tre spørsmålene. Én av seks studenter svarer ofte/svært ofte på alle tre spørsmålene om ensomhet.

### 8.2 ENSOMHET

Som i 2018 ble ensomhet i år målt med skalaen «The Three-Item Loneliness Scale» (T-ILS). T-ILS er en kortversjon av «UCLA Loneliness Scale», som er den mest brukte skalaen i internasjonal forskning. Kortversjonen har høy korrelasjon med langversjonen (Hughes og kollegaer, 2004)<sup>5</sup>. Studentene ble spurt hvor ofte de hadde følt følgende i løpet av det siste året: 1) »Hvor ofte føler du, at du savner noen å være sammen med?», 2) «Hvor ofte føler du deg utenfor?» og 3) «Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?». Svaralternativene var «aldri», «sjelden», «av og til», «ofte» og «svært ofte». **Tabell 8.2.1** viser andelen studenter som har svart «ofte» eller «svært ofte» for hver av de tre spørsmålene separat, samt andelen som har svart har svart «ofte» eller «svært ofte» henholdsvis på en av tre og på alle tre spørsmålene.

Overordnet oppgir 44 % ofte/svært ofte å savne noen å være sammen med, 24 % ofte/svært ofte å føle seg utenfor og 37 % ofte/svært ofte å føle seg isolert. Over halvparten (54 %) svarer ofte/svært ofte på minst ett av disse spørsmålene og omtrent hver 6. student svarer ofte eller svært ofte på alle tre spørsmålene (høy grad av ensomhet).

Høy grad av ensomhet er noe vanligere blant de kvinnelige enn de mannlige studentene. Omfanget av ensomhet er størst blant de yngste studentene. Særlig høy er andelen som savnet noen å være sammen med blant de yngste studentene (18-20 år: 50 %).

Det var noe variasjon i ensomhet mellom de geografiske regionene. Omfanget av høy grad av ensomhet er størst blant utenlandsstudentene (22 %) og i Sørøst-Norge (19 %) og minst i Midt- og Nord-Norge (14 %).

TABELL 8.2.1 ENSOMHET. KOLONNEPROSENT.

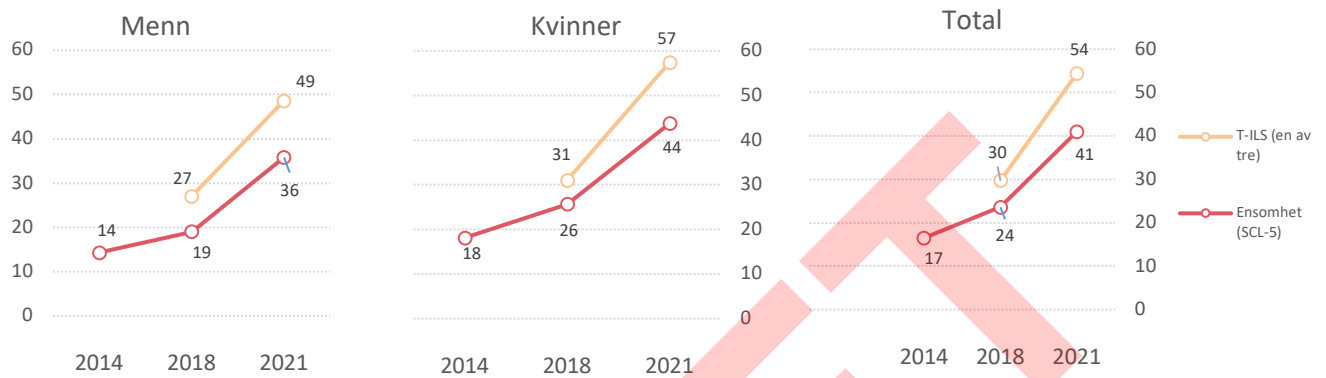
	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Savner noen å være sammen med	44	39	47	50	45	43	43	40	48	43	38	39	51
Føler deg utenfor	24	20	27	27	24	23	26	28	26	23	22	22	29
Føler deg isolert	37	32	39	39	35	36	38	38	42	34	29	30	43
Ofte-svært ofte ensom 1/3 spørsmål	54	49	57	59	54	53	54	52	59	52	47	49	60
Ofte-svært ofte ensom 3/3 spørsmål	17	14	19	19	16	16	18	20	19	16	14	14	22

\*Andel som har svart «ofte» eller «svært ofte»

<sup>5</sup> Hughes ME, Waite LJ, Hawkey LC, Cacioppo JT: A short scale for measuring loneliness in large surveys: Results from two population-based studies. *Res Aging* 2004, 26(6):655-672.

Sammenlignet med 2018 ser vi en kraftig økning i ensomhet (**Figur 8.2.1**). Mens 30 % av studentene svarte ofte/svært ofte på minst ett av disse spørsmålene i 2018, er andelen 54 % i årets undersøkelse. Økningen er sterkest hos kvinner (fra 31 % til 57 %), men betydelig også hos menn (fra 27 % til 49 %). Ensomhet ble også målet med ett enkelt ledd som inngår i de tre siste SHOT-undersøkelsene. Vi ser en tilsvarende økning i ensomhet her: fra 17 % i 2014, via 24 % i 2018, til 41 % i 2021. Mønsteret er det samme hos begge kjønn, men nivået av ensomhet er høyere hos kvinnelige studenter.

FIGUR 8.2.1 ENSOMHET. TRENDER.



## 10. RUSMIDLER

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Røyking og snus

- Andelen studenter som røyker daglig er svært lav (0,9 %), og har falt jevnt siden 2010. Reduksjonen i daglig røyking ses blant begge kjønn.
- Det er forholdsvis høy andel studenter som snuser daglig (20 %), og dette tallet er det samme som i 2018. Andelen daglige snusere har økt noe siden 2018 hos menn, men ikke hos kvinner.

#### Alkohol

- Over 90 % av studentene drikker alkohol. Herunder er det rundt 1 % av studentene som drikker 4 ganger i uken eller mer, og 13 % som drikker 2-3 ganger i uken.
- Andelen studenter som drikker alkohol har endret seg forholdsvis lite de siste årene. Det har imidlertid vært en reduksjon i andelen studenter som drikker 2-3 ganger i uken (13 %) de siste fire årene. Det er også en liten økning i andelen som sier de aldri drikker alkohol: denne andelen har ligget jevnt på 8 % siden 2010, men steg til 10 % i 2021
- Det er det færre som drikker mellom 5 og 9 alkoholenheter i 2021 (39 %) sammenlignet med i 2018 (53 %). På samme måte har andelen studenter som drikker 10 eller flere alkoholenheter også gått godt ned.
- Det er langt flere studenter i 2021 (67 %) som har en alkoholbruk som kan regnes som normal ut ifra terskelverdiene fra AUDIT, sammenlignet med i 2018 (56 %). Denne bedringen de siste tre årene kan forklares ved at færre studenter har en risikofylt alkoholbruk i 2021 (30 %) sammenlignet med i 2018 (38 %). Bedringen har skjedd på tvers av kjønn.

### 10.1 RØYKING

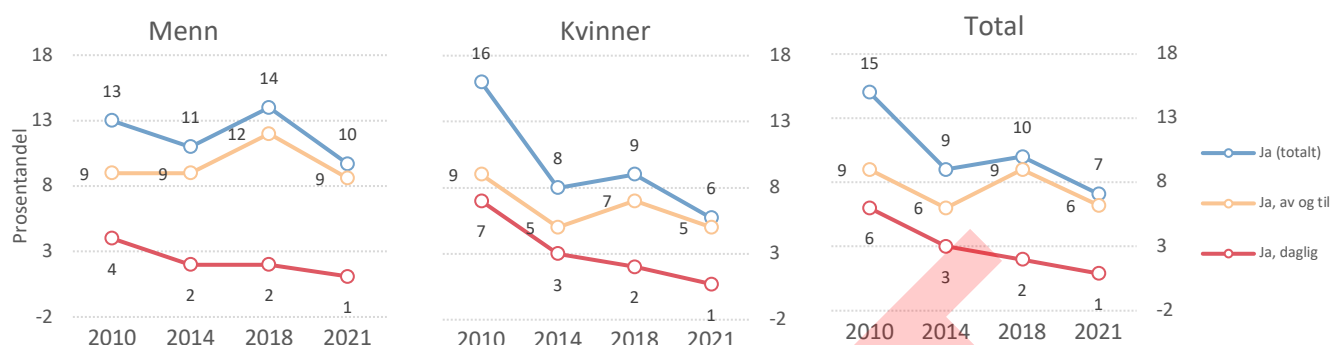
Årets undersøkelse viser at det er svært få studenter som røyker daglig (ca. 0,9 %), mens ytterligere 6,2 % røyker av og til (**Tabell 10.1.1**). Noen flere mannlige enn kvinnelige studenter røyker daglig, men det er snakk om relativt små forskjeller. Høyest forekomst av daglig røyking ses blant de eldste studentene (29 til 34 år), hvor 2,8 % angir at de røyker daglig. Det er færrest studenter som røyker i Midt- og Nord-Norge, men forskjellene på tvers av de geografiske regionene i Norge er små, og det er også kun små forskjeller mellom de som studerer i Norge og utenlandsstudentene.

**TABELL 10.1.1 RØYKER DU? KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ja, daglig	0,9	1,1	0,7	0,7	0,6	0,7	1,3	2,8	1,1	0,7	0,4	0,4	1,6
Ja, av og til	6,2	8,6	5	7,4	6,4	5,8	6	5,4	7,2	6,1	4,5	4,1	7,9
Nei	93	90	94	92	93	94	93	92	92	93	95	96	91

Det har vært en nedgang i den totale andelen studenter som røyker daglig fra undersøkelsene i 2010 (ca. 6 %) og i 2014 (ca. 3 %) via omkring 2 % i 2018, til 0,9 % i 2021 (**Figur 10.1.1**). Andelen studenter som røyker av og til har også sunket fra 2018 til 2021, men er på samme nivå som i 2014 (6 %).

TABELL 10.1.1 RØYKER DU? BEKREFTENDE SVAR. TRENDER



## 10.2 SNUS

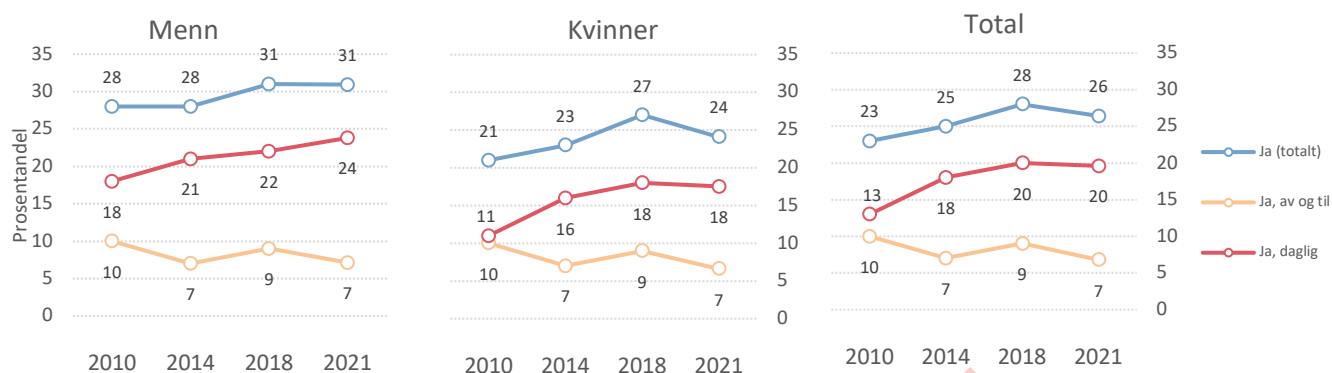
Snusing er utbredt blant studentene, og det er i dag 1 av 5 studenter som oppgir at de snuser daglig (**Tabell 10.2.1**). I motsetning til røyking, er det en tydelig overvekt av de som snuser daglig sammenlignet med de som snuser av og til. Det er noen flere mannlige studenter som snuser daglig enn kvinnelige studenter. Andelen studenter som snuser daglig øker med økende alder. Selv om andelen daglige snusere ligger forholdsvis høyt i alle regioner av landet, er det noen regionale forskjeller: Andelen er lavest i Midt-Norge (15 %) og høyest i Nord-Norge (22 %).

TABELL 10.2.1 SNUSER DU? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Ja, daglig	20	24	18	13	17	21	26	26	20	19	15	22	18
Ja, av og til	7	7	7	8	7	7	6	5	7	7	7	7	9
Nei	74	69	76	80	75	72	69	69	73	74	78	72	73

Etter en økning fra 2010 til 2018 i andelen studenter som snuser daglig, har trenden flatet ut i 2021. (**Figur 10.2.1**). Andelen både i 2018 og 2021 er på 20. Færre studenter snuser av og til i 2021 (7 %) sammenlignet med i 2018, noe som gjør at den totale andelen studenter som enten snuser daglig eller av og til har sunket noe de siste 3 årene (fra 28 % i 2018 til 26 % i 2021), men fortsatt er nivået noe høyere enn i 2010 (23 %) og 2014 (25 %).

FIGUR 10.2.1 SNUSER DU? TRENDER



\* Merknad: Svaralternativene «Nei, har sluttet» og «Nei» er slått sammen til «Nei» i undersøkelsesårene 2014 og 2010.

## 10.4 ALKOHOLBRUK

### 10.4.1 HVOR OFTE ALKOHOL?

Andelen studenter som drikker alkohol har endret seg forholdsvis lite de siste årene. Det har imidlertid vært en reduksjon i andelen studenter som drikker 2-3 ganger i uken (13 %) de siste fire årene. Det er også en liten økning i andelen som sier de aldri drikker alkohol: denne andelen har ligget jevnt på 8 % siden 2010, men steg til 10 % i 2021 (Figur 10.4.1.1).

Det er flere mannlige studenter som rapporterer å drikke minst 2-3 ganger uken enn kvinnelige studenter, og kjønnseffekten er enda sterkere blant de som drikker 4 ganger i uken eller mer. Med andre ord viser undersøkelsen at det er flest mannlige studenter som har den høyeste frekvensen av alkoholbruk gjennom uken.

Andelen som drikker 4 ganger eller mer i uken stiger med økende alder, slik at dette tallet ligger på 2,5 % i den høyeste aldersgruppen, sammenlignet med 0,5 % i den yngste.

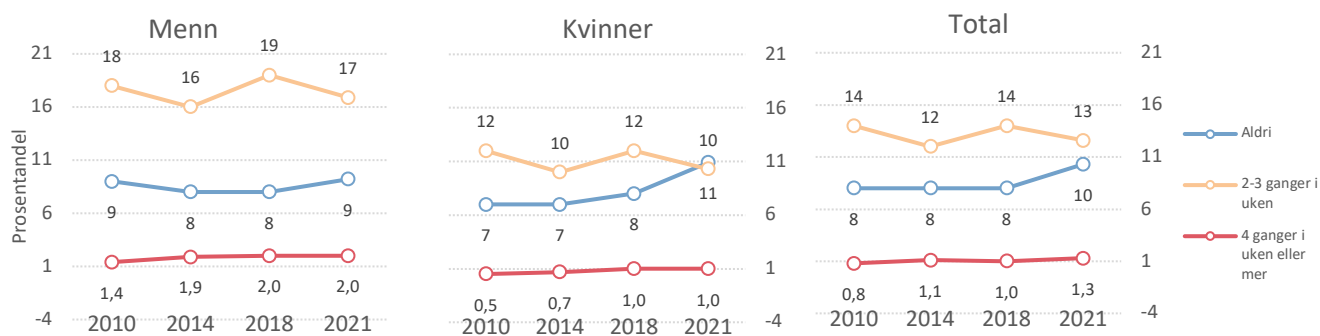
Det er noen regionale forskjeller i forhold til hvor ofte studentene drikker alkohol. Jevnt over ligger tallene på litt over 1 % på tvers av studieregionene med tanke på andel studenter som drikker 4 ganger i uken eller mer. Imidlertid er det utenlandsstudentene som utmerker seg ved at en høyere andel av studentene enten drikker minst 2-3 ganger i uken (22 %) eller 4 ganger eller mer (3,2 %).

TABELL 10.4.1.1 HVOR OFTE DRIKKER DU ALKOHOL? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Aldri	10	9	11	12	10	9	11	16	12	9	8	10	9
Månedlig eller sjeldnere	35	29	38	37	36	33	35	36	36	35	32	40	27
2-4 ganger i måneden	41	43	40	40	43	43	37	30	38	44	46	40	39
2-3 ganger i uken	13	17	10	10	11	14	15	16	12	12	13	9	22
4 ganger i uken eller mer	1,3	2,0	1,0	0,5	0,9	1,5	2,7	2,5	1,5	0,9	1,0	1,1	3,2

FIGUR 10.4.1.1 HVOR OFTE DRIKKER DU ALKOHOL? TRENDER\*





\*Studenter som drikker månedlig eller sjeldnere og 2-4 ganger i måneden er ikke vist i figuren.

#### 10.4.2 HVOR MYE ALKOHOL?

Det er klare kjønnsforskjeller i andelen som rapporterer at de drikker mye alkohol når de drikker (**Tabell 10.4.2.1**). Blant mannlige studenter er det 26 % som drikker 7 eller flere alkoholenheter, mens tilsvarende tall blant kvinnelige studenter er på 11 %. Denne kjønnsforskjellen er enda sterkere i forhold til å drikke 10 eller flere alkoholenheter. Med andre ord drikker mannlige studenter oftere mye alkohol når de først drikker.

Det er begrensede forskjeller i hvor mye alkohol som drikkes i ulike aldersspenn hos studentene, men årets undersøkelse viser samtidig at det drikkes mest alkohol i aldersgruppen 18-22 år, og det er en gradvis reduksjon med økende alder i forhold til andelen som drikker 7 eller flere alkoholenheter.

Andelen av studenter som drikker mye alkohol når de først drikker er forholdsvis lik på tvers av de ulike regionene i Norge, mens den er noe lavere blant utenlandsstudentene. Samtidig er det noen forskjeller, og Midt- og Vest-Norge har den høyeste andelen av studenter som drikker 7 eller flere alkoholenheter (18 %).

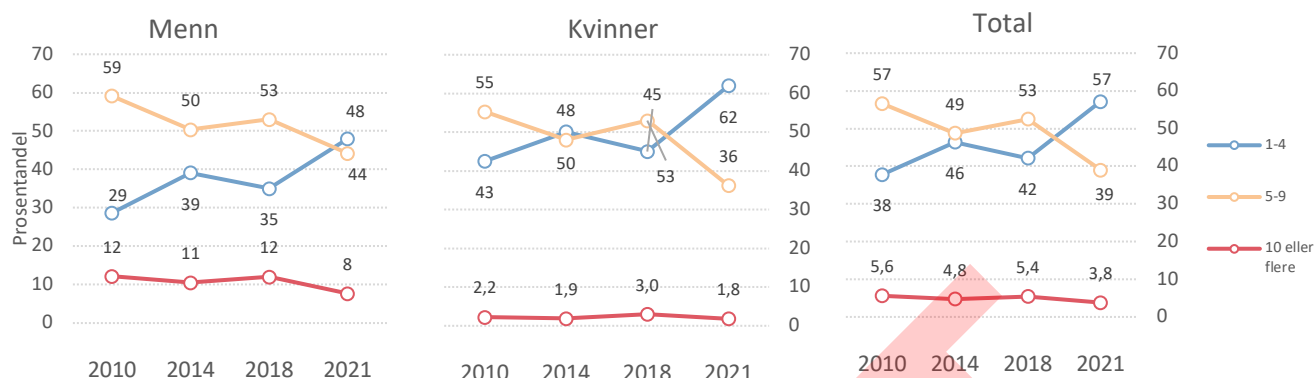
TABELL 10.4.2.1 HVOR MANGE ALKOHOLENHETER DRIKKER DU? KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
1-2	25	22	27	16	19	27	37	46	28	21	22	26	30
3-4	32	26	35	31	31	33	34	31	33	31	32	32	33
5-6	27	26	28	34	31	25	20	15	25	30	28	27	23
7-9	12	19	9	15	15	11	7	5	10	14	14	11	10
10 eller flere	4	8	2	5	5	4	3	2	3	4	4	4	4
7-10	16	26	11	20	19	15	10	7	14	18	18	15	13

Årets undersøkelse viser at det har vært en endring i drikkemønsteret hos studentene med tanke på hvor mye alkohol de drikker ved en typisk drikkeanledning (**Figur 10.4.2.1**). Nærmere bestemt er det færre som drikker mellom 5 og 9 alkoholenheter i 2021 (39 %) sammenlignet med i 2018 (53 %). På samme måte har andelen studenter som drikker 10 eller flere alkoholenheter også gått noe ned fra 2018 til 2021 (fra 5,4 % til 3,8 %). Dette henger sammen med en økning av andelen som drikker mellom 1 og 4 alkoholenheter (har gått opp fra 42 % i 2018

til 57 % i 2021). Samlet tyder dette på at det har vært en reduksjon i mengde alkohol som drikkes blant studentene de siste tre årene.

FIGUR 10.4.2.1 HVOR MANGE ALKOHOLENHETER DRIKKER DU? TRENDER



### 10.4.3 RISIKOATFERD KNYTTET TIL ALKOHOL

Det er fortsatt en betydelig andel studenter som viser risikofylt eller skadelig alkoholbruk (33 %), spesielt blant menn. Andelen studenter med risikofylt/skadelig alkoholbruk er høyest i alderen 18 til 22 år, og andelen med risikofylt/skadelig alkoholbruk synker gradvis etter dette i den eldste aldersgruppen.

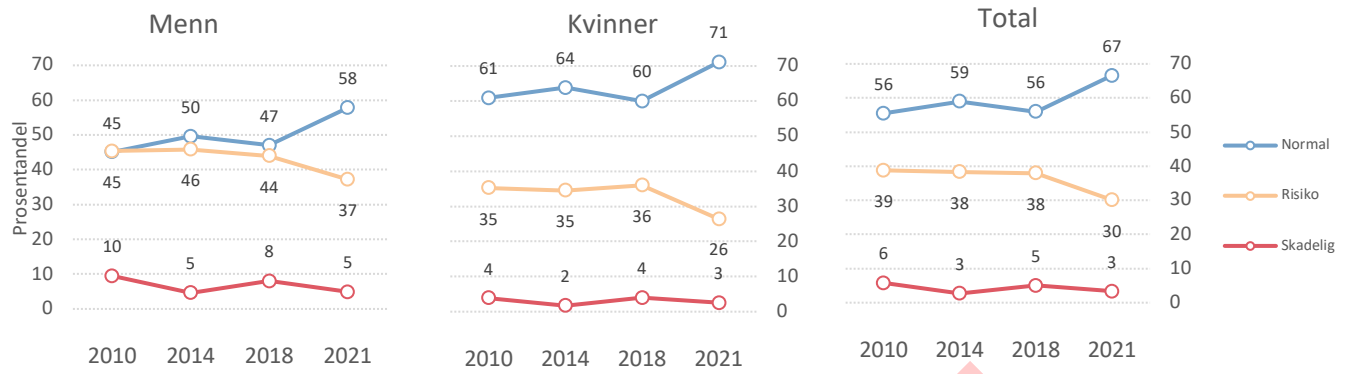
Det er høyest andel studenter med risikofylt/skadelig alkoholbruk i Midt-Norge og Vest-Norge, mens andelen er lavere i Sørøst- og Nord-Norge. Blant utenlandsstudenter er det en noe høyere forekomst av de som rapporterer risikofylt/skadelig alkoholbruk sammenlignet med innenlandsstudenter, men det er snakk om forholdsvis små forskjeller.

TABELL 10.4.3.1 RISIKOATFERD ALKOHOL (AUDIT). KOLONNEPROSENT

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Normal	67	58	71	64	63	67	73	78	70	64	63	70	62
Risiko	30	37	26	33	33	30	24	19	27	33	33	27	34
Skadelig	3,3	4,9	2,5	3,6	3,6	3,1	2,9	2,6	2,9	3,6	3,6	3,0	4,2
Gj.snitt (0-40)	6,2	7,1	5,7	6,4	6,5	6,2	5,6	4,9	5,8	6,5	6,6	6,0	6,6

Tallene fra årets undersøkelse viser at det er langt flere studenter i 2021 (67 %) som har en alkoholbruk som kan regnes som normal ut ifra terskelverdiene fra AUDIT, sammenlignet med i 2018 (56 %) (Figur 10.4.3.1). Denne bedringen de siste tre årene kan forklares ved at færre studenter har en risikofylt alkoholbruk i 2021 (30 %) sammenlignet med i 2018 (38 %). Bedringen har skjedd på tvers av kjønn.

FIGUR 10.4.3.1 RISIKOATFERD ALKOHOL (AUDIT). TRENDER



## 11. COVID-19-PANDEMIEN

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### COVID-19 relaterte spørsmål

- Andelen studenter som har vært smittet av covid-19 var på 2,9 % (utenlandsstudentene: 10 %).
- Halvparten av studentene rapporterte at de hadde vært i karantene pga. covid-19, og 7 av 10 studenter oppga at de hadde testet seg.
- 84 % av studentene sa at de kom til å vaksinere seg mot covid-19.
- 16 % av studentene var bekymret for at de selv kom til å bli smittet av covid-19 (dobbel så mange kvinner som menn). Bekymringen var størst blant de yngste studentene.
- 40 % av studenter var bekymret for at noen i sin nære familie kom til å bli smittet av covid-19.

#### Endret tidsbruk under pandemien

- Siden studiestart i august 2020 har studentene brukt mer tid på TV, sosiale medier og gaming.
- Studentene oppgir å bruke mye mindre tid på sosiale aktiviteter, samt noe mindre tid på samvær med familien, frivillige aktiviteter, og trening.
- Tid brukt på studiene var nesten uendret.

### 11.1 COVID-19

Da undersøkelsen ble avsluttet 6. april 2021, viste funnene at totalt 2,9 % hadde vært smittet av covid-19 (**Tabell 11.1.1**). Litt over halvparten av studentene (53 %) rapporterte at de hadde vært i karantene pga. covid-19, mens 70 % hadde testet seg for covid-19. Noen regionale forskjeller ble funnet. En langt større andel av utenlandsstudentene (10 %) hadde vært smittet av covid-19, og utenlandsstudentene hadde også testet seg mer og vært mer i karantene. Blant innenlandsstudentene var det flest studenter i Vest-Norge som både hadde testet seg og vært smittet av covid-19.

Når det gjelder vaksinerings mot covid-19, oppga 84 % av studentene at de kom til å gjøre dette. Det var små kjønns- og aldersforskjeller, men unntak av den eldste aldersgruppen (29-35 år), der en noe lavere andel (75 %) sa de ville vaksinere seg. Det var små regionale forskjeller mht. planlagt vaksinerings, men studenter i Midt-Norge og utlandet skilte seg positivt ut, der 88 % oppga at de kom til å vaksinere seg.

**TABELL 11.1.1 COVID-19 RELATERTE SPØRSMÅL. KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Har vært smittet av covid-19	2,9	3,1	2,8	2,7	3,0	3,0	3,0	2,5	2,8	3,5	1,2	1,3	10
Har vært i karantene pga. covid-19	53	51	54	55	56	53	48	43	50	53	53	43	88
Kommer til å vaksinere seg mot covid-19	84	84	84	84	85	85	81	75	83	84	88	83	88
Har testet seg for covid-19	70	64	73	67	71	71	69	68	67	73	71	62	90
Antall covid-19 tester:	2,5	2,3	2,5	2,3	2,5	2,5	2,5	2,3	2,3	2,5	2,4	2,1	4,3

Totalt oppga 16 % av studentene at de var en god del eller svært bekymret for at de selv kom til å bli smittet av covid-19 (**Tabell 11.2.1**). Andelen var klart høyere hos kvinnelige enn mannlige studenter (20 % vs. 9 %), og de yngste studentene (18-20 år) var generelt mer bekymret enn de eldre. Studenter i Sørøst- og Nord-Norge var de som var mest bekymret. Nesten halvparten 42 % oppga at de var bekymret for at noen i sin nære familie kom til å bli smittet av covid-19, mens om lag en tredjedel (31 %) var bekymret for at andre i sin slekt kom til å bli smittet. Omtrent de samme forskjellene mht. kjønn, alder og region ble funnet for disse leddene.

**TABELL 11.2.1 BEKYMRING FOR COVID-19-SMITTE. KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Jeg bekymrer meg for at jeg kommer til å bli smittet av covid-19	16	9	20	18	16	15	15	16	19	14	13	18	12
Jeg bekymrer meg for at noen i min nære familie kommer til å bli smittet av covid-19	42	29	49	45	44	41	40	39	45	41	35	45	38
Jeg bekymrer meg for at andre i min slekt kommer til å bli smittet av covid-19	31	21	37	35	33	30	27	27	34	30	26	33	30

I årets undersøkelse ble det kartlagt i hvilken grad studentene siden studiestart i august 2020 hadde brukt mindre eller mer tid (kodet fra 0 [mye mindre tid] til 100 [mye mer tid]) på ulike aktiviteter som følge av covid-19-pandemien (**Tabell 11.3.1**). Funnene viser at studentene har brukt mer tid på TV, sosiale medier og gaming, og mindre tid på trening, sosiale aktiviteter, samvær med familien, frivillig aktiviteter. Tid brukt på studiene var nesten uendret. Det var små forskjeller mht. kjønn og alder. Noen regionale forskjeller ble funnet, og blant annet skilte studentene i Sørøst-Norge og utlandet seg ut med å bruke mindre tid på trening/fysisk aktivitet enn resten av landet.

**TABELL 11.3.1 ENDRET TIDSBRUK SOM FØLGE AV COVID-19-PANDEMIEN. KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Trening / fysisk aktivitet	40	38	41	42	42	40	37	36	36	43	44	48	36
Sosial aktivitet med venner	16	17	16	21	18	15	12	12	14	17	20	21	16
Samvær med familien	38	36	39	41	40	37	32	33	37	39	38	35	42
TV (inkl. strømmetjenester)	75	71	77	74	75	75	74	71	76	74	72	73	73
Sosiale medier	77	70	80	79	78	76	73	70	78	76	74	75	77
Gaming	58	66	54	57	58	59	59	56	59	57	58	57	56
Frivillige aktiviteter / studentorganisasjoner	35	34	35	37	36	33	34	37	34	35	39	37	31
Studiene mine	47	46	47	49	47	45	45	47	45	46	49	48	53

\* Verdier er kodet fra 0 (mye mindre tid) til 100 (mye mer tid)

## 12. NY DIGITAL STUDIEHVERDAG

### NOEN SENTRALE FUNN:

#### Digitale forelesninger

- Rundt halvparten av studentene oppgir at mer enn 80 % av forelesningene har vært digitale siden august 2020.
- I løpet av de siste 2 ukene har studentene i snitt hatt kun tilbud om 1,4 dager fysisk undervisning, og tilbudet om fysisk undervisning er lavest i Sørøst-Norge.

#### Vurdering av den digitale undervisningen

- 7 av 10 studenter vurderer den digitale undervisningen som dårligere eller mye dårligere sammenlignet med tradisjonell undervisning. Misnøyen er størst blant studenter i Sørøst-Norge og blant utenlandsstudentene.
- 8 av 10 studenter oppgir manglende kontakt med medstudenter og mindre engasjerende forelesninger som de viktigste utfordringene. 57 % av studentene oppgir at de savner kontakt med faglæreren.
- Det er særlig de yngste studentene som oppgir at de savner medstudentene og faglæreren.

#### Skjermtid

- I løpet av et døgn bruker studentene totalt sett 7,6 timer på skjermtid.
- Mer enn hver tredje student (31 %) bruker mer enn 10 timer daglig på skjermtid, noe som er en økning fra 28 % i 2018.

### 12.1 DIGITALE FORELESNINGER

Litt over halvparten av studentene (52 %) oppgir at mer enn 80 % av forelesningene har vært digitale siden starten av studieåret i august 2020 og fram til mars 2021 (Tabell 12.1.1). Mønsteret er relativt likt på tvers av regioner, men andelen digitale forelesninger er noe mindre i Midt-Norge. I motsatt retning skiller utenlandsstudentene seg ut med å ha størst andel digitale forelesninger.

**TABELL 12.1.1 ANDEL DIGITALE FORELESNINGER. KOLONNEPROSENT**

Omtrent hvor stor andel av forelesningene har du fulgt digitalt siden start av studieåret i august 2020 fram til nå?

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utlend
< 20%	6,2	8,0	5,3	5,0	5,2	7,0	8,7	6,3	5,4	6,1	8,0	7,0	4,4
20 - 40%	8,1	9,5	7,4	8,2	8,4	8,2	7,5	6,8	7,6	7,6	9,9	8,9	5,2
40 - 60%	13	14	13	14	13	13	13	11	13	12	16	13	11
60 - 80%	21	21	21	22	21	21	20	19	20	20	23	21	18
> 80%	52	47	54	52	52	51	51	57	54	54	43	50	61

I løpet av de siste 2 ukene rapporterer studentene i snitt å ha 1,4 dager med tilbud om fysisk undervisning på campus (eller andre steder) (**Tabell 12.1.2**). Tilbudet om fysisk undervisning er lavest i Sørøst-Norge, og høyest i Midt- og Nord-Norge. Tilsvarende mønster ser vi for faktiske antall dager tilbragt på campus, som i snitt er 2,5 dager i løpet av de siste 2 ukene. Studentene rapportere i snitt å ha fått tilbud om 6,1 dager med digital undervisning, og også her skiller Midt-Norge seg ut med flest antall dager. Tilbudet om digital undervisning var dog størst blant utenlandsstudentene (8,3 dager), noe som trolig kan sees i sammenheng med smittetrykket.

**TABELL 12.1.2 STUDIEHVERDAGEN DE SISTE 2 UKENE. ANDALL DAGER.**

Antall dager de siste 2 ukene...

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
... med tilbud om fysisk undervisning på campus (eller andre steder)	1,4	1,5	1,4	1,7	1,5	1,4	1,2	1,1	1,0	1,4	2,1	2,4	1,4
... med tilbud om digital undervisning	6,1	6,8	5,7	7,5	6,6	5,5	4,9	4,8	5,8	5,7	6,6	5,5	8,3
...tilbragt på campus	2,5	2,7	2,4	2,5	2,6	2,7	2,2	1,6	1,9	2,6	3,7	3,7	1,6

Når det gjelder studentenes vurdering av den digitale undervisningen rapportere 71 % at denne har vært dårligere eller mye dårligere sammenlignet med tradisjonell undervisning (**Tabell 12.1.3**). Vurderingen er noe dårligere blant menn enn kvinner, og blant de yngre studentene. Misnøyen er størst blant studenter i Sørøst-Norge og blant utenlandsstudentene. Færre enn 1 av 10 vurderer den digitale undervisningen som bedre enn tradisjonell undervisning.

**TABELL 12.1.3 VURDERING AV DEN DIGITALE UNDERVISNINGEN. KOLONNEPROSENT.**

Vurdering av den digitale undervisningen (sammenlignet med tradisjonell undervisning)

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Mye bedre	3,1	2,6	3,3	2,2	2,4	3	4,1	7	2,9	3,3	2,6	3,3	1,8
Bedre	6	6	6	5	6	6	7	9	5	6	7	7	6
Omtrent like bra	19	18	20	17	18	19	21	22	18	19	22	19	16
Dårligere	38	37	38	38	39	38	36	31	37	38	40	37	40
Mye dårligere	33	36	32	37	35	32	29	28	36	33	27	32	35
Jeg har ikke hatt digital undervisning	1,2	1,2	1,2	0,3	0,3	1,7	2,6	1,8	1,1	1,1	1,5	1,8	0,7
Dårligere/mye dårligere	71	73	70	75	74	70	65	60	73	71	67	69	75

Når det gjelder utfordringer med den digitale undervisningen, oppgir mer enn 80 % av studentene at manglende kontakt med medstudenter og mindre engasjerende forelesninger er de viktigste utfordringene (**Tabell 12.1.4**). 57 % av studentene oppgir at de savner kontakt med faglæreren, mens andelen som svarer at foreleser mangler teknisk kompetanse, og dårlig arbeidsplass hjemme, oppgis av henholdsvis 46 % og 42 %. Det er særlig de yngste studentene som oppgir at de savner medstudentene og faglæreren. Det er også de yngste som synes de digitale forelesningen er mindre engasjerende.

**TABELL 12.1.4 UTFORDRINGER MED DEN DIGITALE UNDERVISNINGEN. KOLONNEPROSENT.**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
Manglende utstyr	13	13	12	12	13	13	12	10	13	11	11	12	21
Foreleser som mangler teknisk kompetanse	46	45	47	45	49	46	45	43	45	48	47	51	50
Ustabil internettforbindelse	35	26	39	36	37	35	32	28	36	34	32	31	47
Har ikke god arbeidsplass hjemme	42	38	44	38	41	44	43	33	45	42	37	38	43
Savner kontakt med medstudentene	82	80	83	85	84	82	76	71	83	83	81	79	88
Savner kontakt med faglæreren	57	56	57	62	57	54	55	57	60	57	48	60	64
Mindre engasjerende	80	81	79	85	84	79	73	67	81	81	79	79	83

\* Andel som svarer ja

## 12.2 TIMER SKJERM TID I LØPET AV ET DØGN

I årets SHoT tilleggsundersøkelse er studentene også spurt om hvor mye tid de bruker i døgnet på skjermtid. Selv om skjermtid ikke er nærmere spesifisert i spørsmålet, så inkluderer dette underforstått både bruk av pc/Mac, nettbrett, mobil, tv og spillkonsoller.

Funnene viser at studentene totalt sett bruker rundt 7,6 timer på skjermtid i løpet av et døgn (**Tabell 12.2.1**). De fleste (66 %) bruker mellom 3 og 9 timer i døgnet. Det er sjelden å bruke mellom 0 til 2 timer, noe som kun gjelder for 3 % av studentene. Hele 31 % av studentene (en økning fra 28% i 2018) bruker mer enn 10 timer daglig på skjermtid, og herunder bruker 7 % av studentene 14 timer eller mer på skjermtid. Oppsummert viser disse funnene at det er gjennomgående en høy daglig skjermbruk blant studentene.

Det er klart flere mannlige enn kvinnelige studenter som bruker minst 10 timer på skjermtid daglig. Studenter i Midt-Norge og utenlandsstudentene bruker noe oftere minst 10 timer skjermtid, mens andelen er noe lavere i Sørøst-, Vest-, og Nord-Norge.

**TABELL 12.2.1 TIMER SKJERM BRUK TOTALT PER DØGN. KOLONNEPROSENT**

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utland
0 - 2 timer	3	2	4	2	3	3	3	5	3	3	3	3	3
3 - 5 timer	31	19	37	32	34	29	26	29	30	35	28	35	22
6 - 9 timer	35	34	36	40	36	33	32	32	36	34	33	36	34
10 - 13 timer	25	35	19	19	22	28	31	26	25	22	30	21	32
14 timer eller mer	7	11	5	6	6	7	8	8	7	6	7	5	10
Minst 10 timer	31	46	24	26	27	35	39	34	32	27	37	26	42
Gjennomsnitt (timer)	7,6	8,8	6,9	7,4	7,3	7,8	8,2	7,7	7,7	7,2	7,9	7,1	8,5



1	<b>Innholdsfortegnelse</b>	
2	<b>1 FNs bærekraftsmål</b> .....	<b>2</b>
3	<b>2 Studentøkonomi</b> .....	<b>3</b>
4	2.1 Studentøkonomi og nasjonal studentpolitikk .....	5
5	2.2 Studentøkonomi og Høgskolen i Innlandet: .....	5
6	2.3. Studentøkonomi og Studentsamskipnaden: .....	6
7	2.4 Studentøkonomi, vertskommunene, fylkeskommunen og andre interessenter:.....	6
8	<b>3 Studentvelferd</b> .....	<b>6</b>
9	3.1 Studentaktivitet og kulturtilbud .....	9
10	3.2 Studentbolig.....	9
11	3.3 Studenthelse .....	10
12	3.3.1 Psykisk helse .....	10
13	3.3.2 Seksuell Helse .....	11
14	3.3.3 Tannhelse .....	11
15	3.3.4 Fysisk helse og trening .....	12
16	3.4 Ernæring for studentene .....	12
17	<b>4 Læringsmiljøpolitikk</b> .....	<b>13</b>
18	4.1 Det fysiske læringsmiljøet.....	14
19	4.2 Det digitale læringsmiljøet .....	15
20	4.3 Det psykososiale læringsmiljøet .....	15
21	4.4 Tilrettelegging .....	16
22	<b>5 Likestilling, likeverd og mangfold</b> .....	<b>16</b>
23	<b>6 Fag- og forskningspolitikk</b> .....	<b>17</b>
24	6.1 Arbeidslivsrelevans .....	19
25	6.2 Praksis .....	19
26	6.3 Livslang læring .....	20
27	6.4 Tverrfaglighet.....	20
28	6.5 Tilbakemeldinger til studenter .....	21
29	6.6 Evalueringer på studiet og Utdanningsinstitusjonen .....	21
30	6.7 Eksamensform og gjennomføring .....	21
31	6.8 Vurderingsformer og gjennomføring .....	22
32	6.9 Krav og tilbakemeldinger til emne og forelesere .....	22
33	6.10 Internasjonalisering .....	22
34	6.11 Kvalitetssikringsarbeid .....	23
35	6.12 Kvalitetssystemet.....	23
36		
37		

38

## Politisk plattform

### 39 1 FNs bærekraftsmål

40

- 41 1. Et bærekraftig akademia er viktig for studenter. Derfor mener StInn at Høgskolen og  
42 andre interessenter skal ha et formål om å gjøre målrettede tiltak for å nå FNs  
43 bærekrafts mål.
- 44
- 45 2. StInn er særskilt opptatt av at de sosioøkonomiske forskjellene i studentmassen skal  
46 utjevnes.
- 47
- 48 3. StInn mener det må være en god infrastruktur og kollektivtransport for alle studenter.  
49 Disse må være tilgjengelige og rimelige ved alle studiesteder.
- 50
- 51 4. FNs bærekrafts målene er brede og ambisiøse, og lett å forankre under flere  
52 plattformer. Derfor mener StInn at bærekrafts målene skal inkluderes i politiskarbeid  
53 der det er mulig.

54

55 Bærekraftsmålene skal være godt forankret i Høgskolen i Innlandet. Samtidig er disse mange,  
56 brede, ambisiøse og vanskelig å nå. Derfor mener StInn at målene HINN og andre eksterne  
57 aktører setter seg, skal være målbare tiltak som skaper bærekraftige løsninger over tid.

58 Høgskolen i Innlandet er spredt ut over et svært geografisk område, med meget dårlig  
59 infrastruktur og kollektivtilbud. StInn mener Høgskolen og vertskommunene skal ha som mål  
60 å gjøre mobilitet tilgjengelig, enkelt og rimelig til og fra campus, og ulike studiesteder.

61 Derfor må det aktiv jobbes med at studenter og ansatte lett kan komme seg til og fra campus  
62 og benytte seg av tilbud i kommunen uten å måtte være avhengig av bil. Høgskolen i  
63 Innlandet skal benytte seg av digitale løsninger for å spare miljøet. Høgskolen og andre  
64 interessenter skal være med å aktiv sørge for å utjevne sosioøkonomiske utfordringer blant  
65 studenter. Høgskolens fasiliteter skal være bærekraftige, effektiviserbar, fornybar og gjøre  
66 det lett å ta et bærekraftig valg.

67 Grunnet bredden og omfanget i bærekraftsmålene, er disse lett å forankre i mye  
68 politiskarbeid. Derfor mener StInn at de ulike målene som er av interesse skal forankres i  
69 politiskarbeid og virksomhet der det er mulig.

70

## 71 2 Studentøkonomi

72

73 *Studenter lever per dags dato under eksistensminimumet. Fattigdomsgrensen i Norge*  
74 *ligger etter definisjonen for en husholdning i Norge på 330 520 kroner i året (2020). En*  
75 *student får etter å ha mottatt full studiestøtte med stipend og lån, mindre enn*  
76 *halvparten av det som regnes som eksistensminimumet. Det er også mindre enn*  
77 *minstebeløp for livsoppholdssatsen og økonomisk stønad i Nav. Som konsekvens av*  
78 *dette er 7 av 10 studenter nødt til å skaffe seg deltidsinntekt. Studiebarometeret 2020*  
79 *viser at over 58% av studentmassen bruker i snitt 12,1 timer i uken på betalt arbeid for*  
80 *å få økonomien til å gå rundt.*

81 *Studenter som bruker mer tid på betalt arbeid og mindre tid på studier har lavere*  
82 *sjanse til å fullføre studiet. Studenter med lav sosioøkonomisk status har mindre sjanse*  
83 *for å fullføre studier enn studenter med foreldre av høy sosioøkonomisk status. 6 av 10*  
84 *studenter oppgir at de er økonomisk avhengig av foreldre. Ifølge SSB får studenter*  
85 *med foreldre med høy utdanning og høy inntekt mer økonomisk støtte enn andre. Mer*  
86 *enn halvparten av studentene får økonomisk støtte hjemmefra. Mer grunnleggende*  
87 *undersøkelser gjort fra SSB viser dog at det ikke er økonomiske utfordringene, men*  
88 *hvor høy inntekten til foreldre er som avgjør hvor mye studenten får. Dette har som*  
89 *konsekvens at studenters utdanning og prestasjon vil være avhengig av deres*  
90 *sosioøkonomiskes status. Dette strider mot prinsippet om lik rett og muligheter til*  
91 *utdanning. StInn har gjennom flere år fått tilbakemeldinger om at studenter sier opp*  
92 *leilighetene i Studentsamskipnader da de ikke har råd til å betale leien om sommeren*  
93 *grunnet kun 11 måneders studiestøtte. StInn står for at alle studenter skal få*  
94 *studiestøtte i alle de 12 månedene i året.*

95 *Studenter med lav sosioøkonomisk status har mindre sjanse til å fullføre studier enn*  
96 *studenter med foreldre med høy sosioøkonomisk status. 6 av 10 studenter oppgir at*

97 de er økonomisk avhengig av foreldre. Ifølge SSB får studenter med foreldre med høy  
98 utdanning og høy inntekt mer økonomisk støtte. Mer enn halvparten av studentene  
99 har foreldre som deres økonomiske støttespiller ifølge SHoT-undersøkelsen. Spesielt  
100 unge, enslige og heltidsstudenter med lav inntekt tar i større grad imot økonomisk  
101 hjelp. Mer grunnleggende undersøkelser gjort fra SSB viser dog at det ikke er  
102 økonomiske utfordringene, men hvor høy inntekten til foreldre er som avgjør hvor mye  
103 studenten får. Dette har som konsekvens at studenters utdanning og prestasjon vil  
104 være avhengig av deres sosioøkonomiske status. Dette strider mot prinsippet om like  
105 muligheter for og under utdanning. StInn har gjennom flere år fått tilbakemeldinger  
106 om at studenter sier opp leilighetene i Studentsamskipnader da de ikke har råd til å  
107 betale leien om sommeren grunnet kun 11 måneders studiestøtte. Den norske  
108 studentorganisasjonen ønsker at studiestøtten skal økes til 1,5 G (som tilsvarer  
109 152.000 i året, pr. mai 2020) i tillegg til 12 måneders studiestøtte.

110 StInn ønsker å minske sosioøkonomiske forskjeller i studentmassen. Derfor mener  
111 StInn at 12 måneders studiestøtte må innføres, og at studiestøtten skal økes, slik at  
112 studenter slipper å leve under eksistensminimum, og være avhengig av deltidsinntekt,  
113 og støtte fra foreldre. StInn har et særskilt ansvar til å løfte dette i forum der dem har  
114 muligheten til å påvirke og sikre bedre økonomi og minske sosioøkonomiske forskjeller  
115 i tråd med FNs-bærekrafts mål.

116 Mange studenter i dag opplever at utstyrsstipendet ikke er tilstrekkelig for å kunne  
117 finansiere nødvendig utstyr til studie. StInn mener at nødvendig utstyr som kreves  
118 under utdanning må kunne dekkes, og skal ikke måtte betales av studentene selv.  
119 StInn er for en politikk som sikrer gratisprinsippet i høyere utdanning.

120

121 1. Over halvparten av alle studenter rapporterer at dem ikke har råd til å betale alle  
122 nødvendige utgifter, og de fleste er avhengig av en deltidsjobb. StInn mener at det  
123 skal være et valg, og ikke en nødvendighet med deltidsinntekt.

124

125 2. StInn står for lik rett og mulighet til utdanning uavhengig av sosioøkonomisk status.  
126 Derfor mener StInn at gratisprinsippet skal være godt forankret i alle høyere  
127 utdannings sektorer.

128

129 3. Grunnet studenters dårlige økonomi er disse helt avhengig av gode støtteordninger  
130 under utdanning. Derfor mener StInn at alle nødvendige studenttjenester, velferds-  
131 og helsetjenester skal være tilgjengelige og rimelige.

132

133 4. Studenter har faste og månedlige utgifter hele året, derfor mener StInn at 12 måneds  
134 studiestøtte burde være en selvfølge.

135

136 5. Målet om å bedre økonomiske vilkår for studenter er avhengig av lokale og nasjonale  
137 interessenter. StInn har et særskilt ansvar til å løfte studentøkonomi i de arenaene  
138 der det er viktig og mulig å påvirke.

139

140 6. StInn står for gratisprinsippet under høyere utdanning. Nødvendig utstyr og  
141 læringsmateriell skal bli dekket og ikke betales av studenten selv.

142

## 143 2.1 Studentøkonomi og nasjonal studentpolitikk

144

145 Siden økt studiestøtte er avhengig av nasjonalstudentpolitisk gjennomslag er NSO arenaen  
146 StInn kan løfte økonomiske utfordringer, og stille krav basert på dette. StInn mener at  
147 NSO aktiv skal jobbe for økt studiestøtte. StInn har et særskilt ansvar til å sørge for å bruke  
148 sine samarbeidsarenaer til å løfte politikk knyttet til studentøkonomien i møte med  
149 myndighetene som statsråd, UH-sektor, KD og andre interessenter. StInn mener at  
150 myndighetene må tilrettelegge for at den økonomiske belastningen på studentene minskes,  
151 og gratisprinsippet ivaretas.

## 152 2.2 Studentøkonomi og Høgskolen i Innlandet:

153

154 StInn mener at Høgskolen i Innlandet aktivt må tilrettelegge for at studenter uavhengig av  
155 deres sosioøkonomiske status får lik rett og mulighet til utdanning. Høgskolen skal sørge for  
156 at fasiliteter som gir studenter muligheten til å lese, og studere på campus skal være  
157 tilgjengelig for alle studenter. Det skal være mulig å låne bøker gratis. Mulighet for praktisk

158 skal ikke være avhengig av studenters økonomi. StInn mener at Høgskolen skal sikre at  
159 utgifter under praksis dekkes.

### 160 2.3. Studentøkonomi og Studentsamskipnaden:

161

162 Studenter er helt avhengige av rimelige, og varierte studenttjenester, helse- og velferdstilbud  
163 i studentsamskipnaden. Samtaletjenesten skal være gratis, og lett tilgjengelig. Tilbudene i  
164 kantinen skal være billige slik at studenter har råd til et variert og sunt kosthold. Boligene i  
165 studentsamskipnaden skal være billige slik at studenter har råd til å betale leien. StInn mener  
166 at leien ikke skal økes uten rimelig grunn, og StInn skal varsles i god tid om endringer av  
167 leiekostnader. Fleksible leie-tilbud skal være tilgjengelig. StInn mener at semesteravgiften  
168 skal ikke økes uten rimelig grunn, og alltid komme studentene til gode.

169 Studentsamskipnadene skal ikke profittere og opparbeide seg en stor egenkapital på  
170 bekostning av studentene. SINN skal til enhver tid orientere StInn knyttet til endringer i  
171 studentsamskipnaden med mulig konsekvens for studenters økonomi.

### 172 2.4 Studentøkonomi, vertskommunene, fylkeskommunen og andre interessenter:

173

174 Studenter er avhengig av gode og rimelige velferds og helsetjenester i kommunen.  
175 Vertskommunene skal tilrettelegge for rimelig og studentrettede kulturtilbud i kommunen.  
176 StInn mener at det skal være studentrabatter for alle studenter uavhengig alder. StInn mener  
177 at vertskommunen aktivt må jobbe for at Innlandstrafikk og andre interessenter skal tilby  
178 studentrabatt på kollektivtransport uavhengig studentens alder. Gratis helsestasjon for  
179 studenter og tilgang til psykolog og andre hjelpeapparater skal være tilgjengelig i alle  
180 kommuner. Myndighetene, vertskommunene og næringslivet har et særskilt ansvar til å sørge  
181 for at studenter får tett kontakt med nærings og arbeidslivet, slik at studenter sikres jobber  
182 under og etter fullført utdanning i de selvsamme kommunene.

## 183 3 Studentvelferd

184

- 185 1. StInn mener det er viktig med gode og varierte velferds og helsetilbud i samskipnaden  
186 og vertskommunene.

187

188 2. Velferds- og helsetjenester i studentsamskipnaden skal være kunnskapsbaserte og  
189 treffe studenter flest.

190

191 3. StInn mener at man aktiv må skille mellom forebyggende og behandlende tilbud.

192 Myndighetene og vertskommunene har et særskilt ansvar til å sørge for forsvarlig

193 helsehjelp til studenter. Studentsamskipnaden skal jobbe forebyggende mot

194 studenthelse. Studentkoordinatorene skal drive forebyggende arbeid i studentmassen

195 og legge til rette for varierte lavterskeltilbud.

196

197 4. Alle velferdstilbud skal utarbeides i samarbeid med studentdemokratiet. StInn mener

198 at tilbudene i studentsamskipnaden treffer studentene bedre når de utarbeides

199 sammen med StInn.

200

201 5. Det skal være lavterskel for å drive med studentvelferd og studentaktivitet ved alle

202 campus og i alle kommuner. Vertskommunen, studentsamskipnaden og høgskolen

203 skal tilrettelegge for studentaktivitet av og for studenter.

204

205 6. StInn mener at alle studenter skal ha tilgang til studentbolig med forsvarlige leiepriser.

206 Studentboligene i studentsamskipnaden skal være universell utformet, innovative og

207 bærekraftige, og være tilrettelagt for å ivareta studentenes psykososiale behov. Alle

208 studentboliger skal være tilrettelagt for å studere og være læringsstimulerende.

209

210 7. Studenter har økt risiko for å utvikle alvorlige helseproblemer under studietiden. StInn

211 mener at alle studenter har krav på forsvarlig helsehjelp i kommunen og skal unngå

212 lange ventelister.

213

214 8. Mange studenter sliter med alvorlige psykiske helseplager som behøver utredning og

215 behandlingen av spesialhelsetjenesten. StInn mener at myndighetene og

216 vertskommunene skal sikre flere psykisk helsetilbud for studenter. Samtaletjenester i

217 studentsamskipnaden skal tilbys ved alle studiesteder.

218

- 219 9. Studenter har økt risiko for å utvikle kjønns sykdommer og seksuell uhelse. StInn  
220 mener at det skal ivaretas god seksuell helse i studentmassen, og at det jobbes med  
221 målrettede tiltak for å ivareta dette. StInn mener det skal være gratis helsestasjoner  
222 for alle studenter uavhengig av alder i alle kommuner.  
223
- 224 10. Tannhelse er en del av den generelle helsen, og studenter har behov for et rimelig  
225 tannhelsetilbud. StInn mener at det må sikres gode og rimelige tannhelsetilbud for  
226 alle studenter. StInn mener at alle studenter skal ha mulighet til å benytte seg av  
227 tannhelse tilbudet gjennom tannpleiebehandling studiet ved HINN.  
228
- 229 11. StInn mener at alle kantiner og tilbud på campus skal tilby næringsrik og sunn mat, og  
230 at godt drikkevann skal være lett tilgjengelig.  
231
- 232 12. StInn mener at vertskommunen, HINN, SINN og andre relevante instanser skal  
233 tilrettelegge for at studenter har et fullverdig og rimelig tilbud for fysisk aktivitet både  
234 individuelt og sammen med andre studenter.

235

236 *Studenter er helt avhengig av gode velferdstilbud. Studenter skårer dårligere på*  
237 *livskvalitet og har en dårligere levestandard sammenlignet med andre*  
238 *samfunnsgrupper i befolkningen. Studenter er derfor avhengig av brede, gode,*  
239 *rimelige og ikke minst lett tilgjengelige velferdstilbud både i studentsamskipnaden og i*  
240 *kommunen. StInn at både nye og eksisterende tilbud skal være synlige og lett*  
241 *tilgjengelige for studenter. StInn mener at velferdstjenester skal være rimelige,*  
242 *kunnskapsbaserte og lages i samarbeid med studentene og deres behov.*  
243 *Studentdemokratiene skal aktiv brukes i å utvikle og utvide velferdstilbud. Velferds- og*  
244 *helsetjenester skal være kostnadsgunstige, slik at studenter med dårlig økonomi har*  
245 *tilgang til viktige helse- og velferdstilbud.*

246 *Studenter har økt risiko for å oppleve alvorlige helseproblemer sammenlignet med*  
247 *andre befolkningsgrupper. Likevel opplever mange studenter å ikke få den hjelpen de*  
248 *trenger. StInn mener at myndighetene og vertskommunene skal sikre forsvarlig*  
249 *helsehjelp til alle studenter. Det skal skilles mellom forebyggende og behandlende*



250 tilbud. Studentsamskipnaden skal sikre forebyggende og helsefremmende tiltak rettet  
251 mot studenter flest. Myndighetene og vertskommunene har et særskilt ansvar til å  
252 sørge for forsvarlig helsehjelp til studenter i kommunen, i tråd med helsedirektoratets  
253 krav til faglig og omsorgsfull hjelp. Studenter som har behov for utredning og  
254 behandlingen av spesialhelsetjenesten skal unngå lange ventelister, og få et tilbud og  
255 hjelpeapparat mens de står på ventelisten. Grunnet at studenter utgjør en sårbar  
256 befolkningsgruppe på bakgrunn av sin dårlige livskvalitet og økonomi, må  
257 helsefremmende tiltak være lett tilgjengelige og rimelige for studenter. Derfor mener  
258 StInn at gratis helsestasjoner tilgjengelige for alle studenter, uavhengig av alder må  
259 sikres i alle kommuner. Sunnkosthold skal være ett enkelt og tilgjengelig alternativ ved  
260 alle kantiner, slik at studenter lett kan opprettholde en sunn livstil. StInn mener at  
261 både seksuell- og tannhelse er en del av den generelle helsen og burde behandles  
262 likeverdig. Derfor mener StInn at det må være gratis helsestasjoner i alle kommuner,  
263 og et rimelig tannhelsetilbud for alle studenter.

### 264 3.1 Studentaktivitet og kulturtilbud

265  
266 Høgskolen og vertskommunen skal sikre lett tilgang til studentaktivitet av og for studenter.  
267 Studenter ønsker seg attraktive studentbyer med et mangfoldig kulturtilbud, og lav terskel for  
268 å drive med aktivitet. Derfor mener StInn at kommunene og viktige interessenter aktiv  
269 tilrettelegger for studentrettede kultur- og velferdstilbud, samt studentinvolvering i  
270 utviklingen av disse. StInn mener at samfunnene skal ha midler og fasiliteter til å kunne drive  
271 med viktig studentaktivitet og gode velferdstilbud for studenter. Derfor mener StInn at både  
272 høgskolen og vertskommunene skal sikre lokaler for studentaktivitetsgrupper som har behov  
273 for areal til å drifte studentaktivitet. Studentaktivitet skal ikke være avhengig av studenters  
274 økonomi. Vertskommunene skal aktivt tilrettelegge for at studenter får tilgang til  
275 studentrabatter for kultur og idrettstilbudene i kommunene.

### 276 3.2 Studentbolig

277  
278 StInn mener at både studentsamskipnaden, vertskommunene og myndighetene skal jobbe  
279 aktiv for flere studentboliger. StInn mener at kommunen skal legge til rette for eiendommer  
280 til studentbolig, og gjøre det attraktivt til å både bosette seg under og etter fullførte studier.

281 Studentsamskipnaden burde etterstrebe å aktiv utkonkurrere privatboligmarked, slik at  
282 private bolig kun blir et valg og ikke en tvangs opsjon for studenter. Studentboliger skal være  
283 rimelige. Fleksible leieforhold og utsettelse av leie skal kunne tilbys ved behov.

284 StInn mener at alle studenter skal ha tilgang til levelige studentbolig med høy standard,  
285 miljøvennlige, og moderne fasiliteter som fremmer trivsel og velvære. Studentboliger skal  
286 være læringsstimulerende og tilrettelagt for at studenten kan studere hjemmefra. Det skal  
287 være internettilgang på alle studentbolig, og SINN skal stå til ansvar for å at internettilgangen  
288 er det til enhver tid. Arbeidet på linjen skal ikke gå utover studenters studier, eksamen og  
289 viktige innleveringer. Både linjearbeid og renoveringer/oppgraderinger skal ikke forstyrre og  
290 foretas under eksamenstiden. Studentboligene skal ha høy standard. Gamle studentboliger  
291 med lav standard må oppgraderes for å sikre en forsvarlig boligstandard for studentene.  
292 Dersom boligene ikke kan oppnå krevd standard etter oppgradering, må nye boliger bygges.  
293 Studentboliger skal være universelt uformet, og både gjenspeile og være tilpasset det  
294 mangfoldet studentmassen er og skal være. Studentbolig skal øke psykososial trivsel og  
295 velvære, og invitere til sosialt samvær blant studenter. Samtidig som studenter lett skal  
296 kunne trekke seg tilbake. For at studentboligene skal overholde den krevde standarden, og  
297 ikke være helsehemmende, skal disse til enhver tid være i tråd med den byggetekniske  
298 forskriften.

### 299 3.3 Studenthelse

300

#### 301 3.3.1 Psykisk helse

302

303 Studenter har økt risiko for å oppleve alvorlige psykiske symptomplager under studietiden.  
304 Disse har behov for utredning og behandling av spesialhelsetjenesten. Per dags dato er det  
305 lite hjelp studentene får, og Studentsamskipnaden kan verken stå til ansvar for å utrede eller  
306 behandle studenter som krever oppfølging av spesialhelsetjenesten. Psykologene ved SINN  
307 har fått muligheten til å henvise studenter til spesialhelsetjenesten og DPS, men her venter  
308 studenter ofte lange køer. Gjennomsnittlig ventetid er 1 år. Studenter med alvorlige  
309 helseplager har ingen tid å miste, og har behov for et støtteapparat. Studenter med alvorlige  
310 helsemessigutfordringer har økt risiko for å falle av studier. Den manglende helsehjelpen øker  
311 risikoen for at studenter blir dårligere og ikke vender tilbake til studiet.

312 Studenter kan stå i fare for få ytterlige økonomiske konsekvenser for å ikke fullføre på  
313 normert tid. Samtidig er dette en økonomisk belastning for institusjonen fordi studenter ikke  
314 produserer studiepoeng som er en svært viktig inntektskilde til HINN. StInn mener derfor at  
315 myndighetene og vertskommunene har et særskilt ansvar for å sørge for at studenter kan  
316 benytte seg av helsetjenester i kommunen. Disse må være lettere tilgjengelige, og studenter  
317 som står på ventelisten må ha et midlertidig tilbud. Studenter som har legedokumentasjon  
318 for å være forsinket i utdanning skal ikke straffes med mer lån. Derfor mener StInn at de  
319 nasjonale sanksjonene for å ikke har fullført på normert tid skal fjernes for studenter som er  
320 forsinket i utdanning grunnet sykdom.

321 StInn ønsker at både velferds og helsetilbud skal sørge for å både ivareta de sykeste, men  
322 også være forebyggende. Derfor mener StInn at SINN og vertskommunene må lage og  
323 vedlikeholde lavterskel tilbud som øker trivsel, velvære og helsen for studenter flest.

### 324 3.3.2 Seksuell Helse

325

326 Den seksuelle helsen er en del av den generelle helsen. Å ha god seksuell helse er en  
327 forutsetning for å oppleve psykisk velvære. Studenter har økt risiko for kjønnssykdommer og  
328 utvikling av seksuell uhelse. Klamydia er enkelt å teste, og vi mener at det skal være lett  
329 tilgjengelig, gratis og anonymt å testes for det ved alle campuser. StInn mener at gratis  
330 testing av alle kjønnssykdommer må være lett tilgjengelig for alle studenter ved alle  
331 studiesteder. Informasjon om seksuell helse, sykdommer og prevensjonstilbud må være  
332 rimelige og lett tilgjengelig for studentene. For å ivareta studenters seksuelle helse er disse  
333 helt avhengig av tilbudene til helsestasjoner i kommunen. StInn mener derfor at alle  
334 vertskommuner skal ha en gratis helsestasjon, og skal være lett tilgjengelig for studenter  
335 uavhengig av deres alder.

336

### 337 3.3.3 Tannhelse

338

339 StInn mener at tannhelsen er en del av den generelle helsen, og derav burde være et  
340 likeverdig tilbud som alle andre helsetilbud. Lik alle andre helseutfordringer kan også uhelse  
341 knyttet til tannhelsen være en alvorlig helsemessig utfordring for studenter, og kan true

342 studier og livskvalitet. Tannhelsen utgjør en ekstra risiko for studentbudsjettet. StInn ønsker  
343 at studenttilbudet i tannhelse må tilpasses til en realistisk og oppnåelig kostnad som  
344 studenter faktisk har råd til. Derfor ønsker StInn at alle studenter ved HINN skal kunne  
345 benytte seg av tannhelsetilbudet på campus Elverum gjennom tannpleieutdanningen, og at  
346 kostnader knyttet til dette skal tilrettelegges for.

347 Å dekke tannhelseutgifter er for de aller fleste studenter ikke mulig, og til tross for  
348 studentrabatter hos mange tannleger vil studenten slite med å kunne betale for  
349 tannlegeutgifter. Derfor mener StInn at myndighetene aktivt må tilrettelegge for at studenter  
350 skal kunne benytte seg av tannhelsetilbud, uten negativ konsekvens for budsjett og studier.  
351 Uforutsette utgifter til tannlege gjør et for stort inngrep i studenters økonomi. StInn mener at  
352 estetikk prinsippet skal avskaffes, og at tannhelse skal innføres som en helse tilsvarende  
353 resten av kroppen.

#### 354 3.3.4 Fysisk helse og trening

355  
356 StInn mener at alle studenter skal ha mulighet til å utføre fysisk aktivitet i sin hverdag. Dette  
357 skal det tilrettelegges for gjennom forventet arbeidsmengde per dag og tilbud fra høgskolen,  
358 vertskommunen og lokale instanser. Det er ønskelig at treningssentrene i vertskommunen  
359 har et eget tilbud spesifikt rettet mot studenter og deres behov. Det skal være trenings  
360 fasiliteter ved alle studiesteder. Det skal lett kunne tilrettelegges for å drive med fysisk  
361 aktivitet alene eller sammen med andre studenter på hvert studiested.

#### 362 3.4 Ernæring for studentene

363  
364 *“Uten mat og drikke duger helten ikke”*. For StInn er studentenes helse viktig, og en stor del  
365 av dette handler om hva studentene spiser og drikker. Dette er opp til hver enkelt, men det  
366 er flere arenaer der små grep vil kunne ha effekt.

367 Alle campuser må ha godt drikkevann lett tilgjengelig. Kantine på hver campus må oppfylle  
368 visse krav. Maten som serveres må være næringsrik. Av varmmat skal det tilbys fisk to-tre  
369 ganger i uken, og vegetar minimum en. Det skal alltid være et vegetar og vegansk alternativ.  
370 SINN kantine skal tilrettelegge for allergener, slik at alle studenter har tilgang på næringsrik  
371 mat. Det skal være mulighet for å få kjøpt frukt og grønt gjennom hele kantineens åpningstid.

372 StInn ønsker at salatbaren skal være rabattert på dagene med mindre sunne alternativer av  
373 varmmat.

374 Vertskommunene skal samarbeide med næringslivet for å skape bedre studentrabatter på  
375 restauranter, cafeer og matbutikker.

#### 376 4 Læringsmiljøpolitikk

377

378 1. Læringsmiljøet ved HINN skal være innovativt, inkluderende og helsefremmende.

379 Derfor mener StInn at høgskolen har et særskilt ansvar til å tilrettelegge for et godt og  
380 inkluderende psykososialt læringsmiljø som forebygger utenforskap blant alle studenter.

381 2. Alle studenter i studentmassen skal føle seg inkludert i det psykososiale  
382 læringsmiljøet, og føle seg som en del av det akademiske felleskapet. StInn er opptatt av en  
383 mangfoldig studentmasse som behandles likeverdig. Derfor skal alle studenter uavhengig av  
384 sin funksjonsevne kunne delta i undervisning.

385 3. StInn mener at alle studenter som har krav på tilrettelegging skal få dette. Denne  
386 tilretteleggingen skal sikre utdanningskvalitet og læringsutbytte på lik linje med det ordinære  
387 studieløpet.

388 4. StInn mener at et godt fysisk læringsmiljø er avhengig av moderne fasiliteter som  
389 legger til rette for gode undervisningsarealer. Læringsmiljøet skal overholde en  
390 tilfredsstillende lys og lydforhold, og et forsvarlig inneklima i alle undervisningsrom som er i  
391 tråd med UH-loven.

392 5. StInn mener at HINN og undervisere skal godta sykdom, dødsfall i nære relasjoner og  
393 studentpolitisk arbeid som gyldige grunner for utsettelse av frist på innlevering av ulike  
394 arbeidskrav. Utover dette behandles oppgitt grunn med skjønn av underviser.

395 6. StInn mener at dokumentasjon fra lege er grunnlag til å avgjøre studentens behov for  
396 tilrettelegging, og at HINN og eksamenskontoret skal rette seg etter dette.

397

398 *Høgskolen har et ansvar for å tilrettelegge for et stimulerende og restituerende*  
399 *læringsmiljø, som ivaretar lærings- og hvilepotensialet hos studenter. StInn mener at*

400 *læringsmiljøet på alle campus og studentboligene skal være helse og*  
401 *prestasjonsfremmende, og tilrettelagt for den enkelte. Studenter er ingen homogen*  
402 *gruppe, men et stort mangfold med ulike læringspotensialet og behov. Derfor mener*  
403 *StInn at Høgskolen skal tilrettelegge for at studenter uavhengig av sitt*  
404 *læringspotensial, kognitive, fysiske eller mentale kapasitet kan bruke høgskolens*  
405 *fysiske, digitale, og læringsmiljømessige arealer. Studenter med nedsatt psykisk og*  
406 *fysisk funksjonsevne skal kunne benytte seg av skolens læringsmiljø arealet.*  
407 *Læringsmiljøet ved HINN skal være varierende, og stimulere til aktiv læring.*

408

#### 409 4.1 Det fysiske læringsmiljøet

410

411 Alle studiesteder skal være tilpasset antall studenter som tas opp til det studiestedet alle  
412 grupperom, lesesaler, undervisningsrom og eksamenslokaler skal være utformet etter bruk  
413 og universelt tilrettelagt for alle studenter studiestedene skal være døgnåpne det skal være  
414 tilgang til sosiale møteplasser på studiestedene høgskolen skal fokusere sterkt på skolestart  
415 og fadderordninger som et tiltak for å introdusere studenter til det akademiske og det sosiale  
416 miljøet ved skolen, og for å redusere ensomhet og frafall det skal ikke arrangeres ordinære  
417 forelesninger utenfor standard arbeidstid. Forelesninger skal ikke ha en varighet på lengre  
418 enn 4 timer uten lengre pauser etter maks timer.

419 Alle undervisningsrom skal ha oppdatert og fungerende teknologi når det kommer til lys, lyd  
420 og tilstrekkelig med strømuttak og internetttilgang. Tilrettelegging slik at alle fremtidige  
421 studenter uansett personlig tilstand kan studere ved institusjonen, dette reguleres i henhold  
422 til universell utforming i institusjonen. Det skal være kjønnsnøytrale sanitetsfasiliteter ved alle  
423 studiesteder. Inneklima og luftfuktighet i alle undervisningslokaler og oppholdsrom må til  
424 enhver tid være optimalt regulert. Høgskolen har et særskilt ansvar for tilrettelagt og sikker  
425 drift av lokaler og adkomstveier ved HINN. Høgskolen skal tilby lokaler på studiestedet som  
426 kan brukes som stillerom/bønnerom/ammerom. StInn mener at det er viktig at alle  
427 studentfasiliteter er utrustet for å håndtere eventuelle framtidige utfordringer.

428 Alle forelesere skal til enhver tid bruke mikrofon slik at studenter med nedsatt hørsel skal  
429 kunne følge undervisningen. Høgskolen skal tilrettelegge for at tolk kan være til stede for

430 studenter med særskilte behov for ordningen. StInn mener at emneansvarlige har ansvar for  
431 å ivareta at studenter med nedsatt funksjonsevne blir inkludert i læringsfellesskapet.

432

## 433 4.2 Det digitale læringsmiljøet

434

435 Det digitale læringsmiljøet referer til læringsprosesser, pedagog, undervisning, praksis og  
436 teknologi. StInn er opptatt av at digitale løsninger skal være en ressurs og ikke en hindring for  
437 læringspotensialet.

438 Det digitale læringsmiljøet skal være åpent og trygt for alle. Det må settes tydelige rammer  
439 for hva som forventes av både undervisere og studenter som må holdes oppdatert. Dersom  
440 vi skal ha et optimalt læringsmiljø og læringsutbytte på digitale plattformer må  
441 undervisningen være forutsigbar og variert på samme tid. Studentene skal vite hvilken grad  
442 av deltakelse som kreves av dem før de møter i undervisning. Variasjon som informeres om  
443 på forhånd vil kunne skape større forskjeller mellom de ulike forelesningene. Dette vil igjen  
444 kunne stimulere studentene ytterligere og forhåpentligvis lede til større grad av deltakelse,  
445 som igjen vil fremme læringsutbytte.

## 446 4.3 Det psykososiale læringsmiljøet

447

448 Ivaretagelse av studenters trivsel og helse er disse avhengig av gode faglige og  
449 sosiale arenaer, både i og utenfor undervisningssammenheng. Fellesarenaer som inviterer til  
450 sosiale og faglige interaksjoner, er viktig. Dette øker psykisk velvære og faglig  
451 progresjon blant studentene. Det psykososiale læringsmiljøet skal forebygge ensomhet og  
452 utenforskap, pådrive inkludering, samt stimulere til læring. Følelsen av å ha både tilhørighet  
453 kan skapes gjennom studiekamerater og trygge autoritetspersoner i studentmiljøet. Dette er  
454 viktig for studenters trivsel og læring i en sårbar studenttilværelse. Det psykososiale  
455 læringsmiljøet må derfor sørge for at denne tilhørigheten er tilgjengelig for studentene, gi  
456 dem faglig oppfølging, men også støtte og veiledning når det behøves. HINN har et særskilt  
457 ansvar til å fremme inkludering, tilhørighet og trivsel i undervisningssammenheng.  
458 Læringsmiljøet skal til enhver tid tilrettelegge for at studenter kan bli kjent med hverandre,  
459 gjennom hele studietiden.

#### 460 4.4 Tilrettelegging

461

462 Tilrettelegging i undervisningsrommet innebærer at alle skal ha mulighet til å delta på all  
463 undervisning. Dette krever at undervisningsrom og fellesarealer på campus er tilrettelagt for  
464 rullestolbrukere, blinde og døve, eller annen form for nedsatt fysisk og psykisk funksjonsevne.  
465 Undervisningen skal være tilgjengelig digitalt for dem som sliter med å komme seg til campus  
466 av ulike årsaker. De digitale læringsmiljøet skal sikre tilsvarende kvalitet og samme  
467 læringsutbytte som det fysiske.

468 Undervisere skal godta forespørsler om utsettelse av frist på arbeidskrav, dersom gyldig  
469 grunn blir gitt. Dette vil være sykdom, dødsfall eller alvorlig sykdom i familien eller nære  
470 relasjoner, studentpolitisk arbeid og andre årsaker underviser anser som gyldig.

471 Dokumentasjon av lege skal være gyldig, og ikke settes spørsmålstegn ved. StInn mener at  
472 HINN og eksamenskontoret ikke kvalifiserer til å vurdere om studenter er for friske eller syke  
473 til å ha krav på tilrettelegging, og dokumentasjon på sykdom med sykdom fra legen skal være  
474 nok. Det er allerede en stor psykisk belastning å lide av funksjonsnedsettelse, og høgskolen  
475 skal til enhver tid forebygge større psykisk belastning ved å gjøre tilretteleggings oppfølging  
476 lavterskel og tilgjengelig for studenten.

477 Høgskolen skal legge til rette for at studenter som har behov for tilretteleggingsverktøy,  
478 skal ha tilgang på disse under eksamen og i undervisningssammenheng. For å ivareta  
479 mangfolds og likestillings prinsippet mener StInn at det er helt essensielt å tilby og sikre  
480 studenter med tilretteleggings behov, tilrettelegging under studietiden og under eksamen.  
481 StInn mener at kun dokumentasjon fra lege er grunnlag til å avgjøre studentens behov for  
482 medisinsk tilrettelegging, og at HINN og eksamenskontoret skal rette seg etter dette.

483 StInn mener at HINN og undervisere skal godta sykdom, dødsfall i nære relasjoner og  
484 studentpolitisk arbeid som gyldige grunner for utsettelse av frist på innlevering av ulike  
485 frister. Utover dette behandles oppgitt grunn med skjønn av underviser og/rådgiver.

#### 486 5 Likestilling, likeverd og mangfold

- 487 1. StInn mener at likestilling, likeverd og mangfold skal styrkes og videreutvikles i StInn,  
488 HINN, SINN og andre relevante samarbeidspartnere.



489

490 Studentmassen er en heterogen gruppe, og består av et mangfold av ulike religioner,  
491 etnisiteter, kulturer, legninger, kjønnsidentiteter, personer fra forskjellige sosioøkonomiske  
492 status og funksjonsevne. StInn mener at man uavhengig av bakgrunn og forutsetninger skal  
493 ha like muligheter og rettigheter ved Høgskolen i Innlandet. Bevisstgjøring rundt mangfold og  
494 likeverd skal etableres i alle ledd i høgskolen. Det skall aktiv jobbes for å motarbeide  
495 diskriminering, rasisme og mobbing. StInn mener det er viktig at både studenter og ansatte  
496 med nedsatt funksjonsevne av både psykisk og fysisk grad inkluderes i likestillings og  
497 mangoldsarbeidet ved HINN. Målet om likestilling, mangfold og likeverd skal ikke gå utover å  
498 rekruttere de mest kvalifiserte søkerne i ansettelses- og opptaksprosessen ved Høgskolen i  
499 Innlandet. I de tilfellene søkerne er like godt kvalifisert skal den med minoritetsbakgrunn  
500 ansettes. Høgskolen har et særskilt ansvar til å sørge for at studenter og ansatte med  
501 minoritetsbakgrunn eller hindringer grunnet deres identitetsorientering, eller funksjonsevne  
502 får oppfølging og tilrettelegging for å kunne utføre arbeid og studiet.

503

## 504 6 Fag- og forskningspolitikk

505

- 506 1. StInn mener at gode samarbeid mellom StInn og dets samarbeidspartnere (spesielt  
507 HINN) er vitalt for å sikre og videreutvikle studiekvalitet, og at det samme er sant for  
508 fag og forsknings miljøene både lokalt og nasjonalt.
- 509  
510 2. Stinn mener at høgskolen og studentorganisasjonen skal sikre studentrepresentasjon i  
511 alle ledd, og god informasjonsflyt mellom disse for å ivareta kvalitetssikringsarbeidet  
512 ved høgskolen.
- 513  
514 3. StInn mener at for å best ruste studentene for de utfordringer og byrder de møter på  
515 både under og etter studiet, er arbeidsrelevants i utdanningene sentralt.

516

- 517 4. StInn mener at praksis er helt essensielt viktig for studietilværelsen og viktig for å  
518 kunne lettere og tidligere knytte sine faglige erfaringer til arbeidslivet man trolig har å  
519 forvente etter endt studie.  
520
- 521 5. StInn mener at samarbeid på tvers av fagmiljøer har en gunstig effekt og danner et  
522 sterkt grunnlag for å fremme slik praksis videre.  
523
- 524 6. Tilbakemeldinger til studenter skal være rettferdige, tydelige og skal fremme  
525 videreutvikling for hver enkelt student.  
526
- 527 7. StInn mener at det skal være tilbakemeldings arenaer på lavt og høyt nivå fra  
528 studentmassen opp mot høgskolen, som har som formål å bedre kvaliteten på  
529 høgskolens praksis og utforming.

530

531 *StInn mener at autonomi under utdanning er et av de viktigste kriteriene for å trives*  
532 *under studietiden, og tilegne seg relevant kunnskap som man kan anvendes under og*  
533 *etter fullførte studier. Økt autonomi under studietiden, både for studenten og for*  
534 *fakultetet fremmer læring og minsker risiko for frafall. For å ivareta studenters*  
535 *selvbestemmelsesrett skal undervisningen derfor aktivt inkludere studentmedvirkning.*  
536 *Undervisning og praksis skal være i høyst grad fleksibel, slik at studenter kan være*  
537 *med på å bestemme relevansen for deres egen utdanning.*

538 *Økt autonomi under studiet bidra til mer kunnskaps- og arbeidslivsrelevans, og er*  
539 *viktig tidlig i utdanningen. Det er svært mange ulike faglige og akademiske tilbud med*  
540 *mange ulike behov, men selv om disse utdanningstilbudene er svært forskjellige, skal*  
541 *disse ha et likeverdig tilbud. Likeverdig betyr ikke likt- men at uavhengig av hvor du*  
542 *studerer og hvor mange studiepoeng du tar, så skal du sitte igjen med mer kunnskap,*  
543 *og en større ressurs for samfunnet i ettertid.*

544

## 545 6.1 Arbeidslivsrelevans

546 Utdanningen og studier skal være relevante og forberede studentene på arbeidslivet. StInn  
547 mener at Høgskolen i Innlandet har et særskilt ansvar for å sørge for at studenter er rustet for  
548 arbeidslivet og er attraktive på arbeidsmarkedet. For at studenter skal kunne tilegne seg  
549 relevant kunnskap og svare til hva samfunnet behøver, er det viktig at de kobles på  
550 næringslivet tidlig i studieløpet. Studenter med praksis, og studenter som har tett tilkobling til  
551 både arbeids- og næringslivet under utdanning, har større sjanse for å fullføre den, og få seg  
552 jobb raskt i etterkant. Dette kan også arbeides for ved å øke antallet studier og utdanninger  
553 som tilbyr praksis tidlig i studieløpet, både for å tilegne seg relevant arbeidserfaring tidlig, og  
554 for å gjøre det mulig for studentene å se hva deres arbeidshverdag vill se ut etter endt studie,  
555 og hvorvidt studiet passer seg for dem.

556

## 557 6.2 Praksis

558 StInn står for at praksis tilbudene og ordningene ved HINN skal være i konstant utvikling med  
559 formål å styrke eksisterende tilbud, men og å utvide og opprette nye tilbud der det ikke var til  
560 stede tidligere. Det er av den grunn at studenter har i mange år ønsket seg mer og bedre  
561 praksis. Dette grunnet hovedsakelig i at praksis for mange er en klar motivator for studiene,  
562 og kan styrke følelsen av at arbeidet med studiene fører til noe konkret. Derfor vil dette, og  
563 derfor svekke følelsen av mangel på arbeidsrelevants i studiet. Praksis er også viktig for å  
564 skape en situasjon hvor studenter fort kan finne ut om studiet er rett for dem eller ikke. Det  
565 vil da kreve, og derfor bruke mindre tid og ressurser både av studenten og av institusjonen.  
566 Studenter behøver fleksible praksis tilbud, og økt grad av autonomi under utdanningen som  
567 tilrettelegger for faglige og praksis tilbud. Per dags dato er det få akademiske utdanninger  
568 som har integrert praksis i graden. StInn mener at KD og UH-sektoren i større grad må  
569 tilrettelegge for at studenter kan få fleksible praksis tilbud integrert i graden. StInn mener og  
570 at det må være tilgjengelige og rimelige reise tilbud til og fra praksis som ikke knekker en  
571 students økonomi eller evne til å delta i det sosiale. StInn ønsker at studentene skal ha  
572 autonomi når det kommer. StInn mener og at det skal være en kontinuerlig prioritet å utvide  
573 og forbedre praksis ordningene og tilbudene ved høgskolen, og en presedens for å  
574 vedlikeholde en høy kvalitet på begge. StInn mener at KD og UH-sektoren i større grad må  
575 tilrettelegge for at studenter kan få fleksible praksistilbud integrert i graden. Studentene skal

576 ikke belastes økonomisk for å gjennomføre praksis. Dette gjelder ikke kun reisevei til og fra  
577 praksisplass, men det kan eksempelvis også være studenter som må flytte under  
578 praksisperioden for å kunne gjennomføre praksis.

579

### 580 6.3 Livslang læring

581 Livslang læring kan gjerne slås sammen med avsnittet som omhandler arbeidslivsrelevans, jf.  
582 6.1. Utdanningene våre skal være av høy kvalitet, forskningsbaserte, relevante, tilrettelagte  
583 og de skal ruste oss for fremtiden. Livslang læring skal være en viktig del av alle våre  
584 utdanninger. Det handler om at vi skal være rustet til å møte et samfunn i stadig endring, og  
585 at utdanningene i Norge skal tilpasse seg, og legge til rette for akkurat dette.

586 StInn står for at livslang læring skal være et fokusområde i utdanningssektoren, også i form av  
587 at alle populasjoner i samfunnet skal ha den reelle muligheten til å ta del i studier uavhengig  
588 av alder og sosioøkonomisk status, samt at studiene skal ha integrert det selvsamme  
589 konseptet i sin planlegging, utforming og realisering.

590

### 591 6.4 Tverrfaglighet

592 StInn ønsker at det skal være lagt opp til tverrfaglig undervisningsformer, relevans og  
593 aktiviteter imellom høgskolens forskjellige studier og fakulteter. StInn har som ambisjon at de  
594 aller fleste studiene skal være av den natur at de forbereder studenter på arbeidslivet, da  
595 med tanke på både erfaring i praksis, og at fagoppsettet og utformingen skal være tilrettelagt  
596 arbeidsliv situasjonen og de ressurser som er nødvendige for å fungere slike situasjoner.

597 Arbeidslivet behøver mer tverrfaglig kunnskap. Derfor mener StInn at det det faglige og  
598 akademiske mangfoldet ved HINN skal aktivt brukes i forskning og utdanningen på tvers av  
599 studier og fakulteter. Det er viktig at Kunnskapsdepartementet og UH-sektor tilrettelegger for  
600 at studenter kan velge fag etter interesse og relevans, også i profesjonsutdanninger. Samtidig  
601 som institusjonene kan tilrettelegge for samarbeidsprosjekter i form av for eksempel  
602 kollaborative arbeidskrav.

603

## 604 6.5 Tilbakemeldinger til studenter

605 For at studenter skal kunne utvikle sitt fulle læringspotensial behøver studenter jevnlige og  
606 gode tilbakemeldinger på sitt arbeid, som er faglig, lærings- og pedagogisk begrunnet.  
607 Tilbakemeldinger skal tjene som et verktøy til å fremme progresjon og prestasjon under  
608 studiet. StInn mener at studenter skal få automatisk tilbakemelding på alle vurderinger, og at  
609 det skal være god toveiskommunikasjon og tillit skal vises begge veier.

610

## 611 6.6 Evalueringer på studiet og Utdanningsinstitusjonen

612 StInn mener at evalueringer/tilbakemeldingene på studiet skal inkludere studenter gjennom  
613 hele prosessen, og at de tilbakemeldinger som blir gitt skal ikke bare tas til etterretning, men  
614 skal brukes for konkrete forbedrings områder for høgskolen fra laveste til høyeste nivå. Disse  
615 tilbakemeldingene skal loggføres og brukes i kontinuerlig kvalitetssikring, og at  
616 studentorganisasjonen skal ha inn sikt dersom studentene anser det nødvendig.

617

## 618 6.7 Eksamensform og gjennomføring

619 Studentorganisasjonen i Innlandet mener at Høgskolen i Innlandet aktivt skal jobbe for  
620 rettferdige eksamensformer og rettergang. Studenter er en mangfoldig gruppe med ulikt  
621 læringspotensial, og ulike prestasjonsevner. Derfor må eksamensformene være varierte, slik  
622 at de faktisk måler studenters læringsutbytte og prestasjon. StInn skal motarbeide dårlig og  
623 urettferdige eksamensformer og bedre systemene som sikrer gode prosedyrer og vaner  
624 innad i eksamens- formulerings og -gjennomførsels staben/institusjonen/prosedyrer. StInn  
625 skal sørge for kontinuitet og rettferdighet fra år til år uavhengig av andre faktorer i omløp.  
626 StInn ønsker at høgskolen skal være åpne for variasjon i eksamensform ved forskjellige emner  
627 og løp i samsvar med studentene både ved de spesifikke emnet, men også via StInn.

628 Studentorganisasjonen i Innlandet mener at Høgskolen i Innlandet aktiv skal sørge for  
629 rettferdige eksamensformer. Studenter er en mangfoldig gruppe med ulik læringspotensialet,  
630 og ulike prestasjonsevner. Derfor må eksamensformene være varierte, slik at de faktisk  
631 måler studenters læringsutbytte og prestasjon. Vurderingene og behandlingen av hver enkelt  
632 student skal være rettferdige og tilrettelagte den enkelte students behov.

633

## 634 6.8 Vurderingsformer og gjennomføring

635 StInn mener at ved alle vurderinger skal det skal være veiledning for sensor ved eksamens  
636 avleggelse. StInn mener at det skal også være automatisk tilbakemelding på alle eksamener  
637 og avgjørende vurderinger. StInn mener at sensor skal holde seg til frister og sørge for  
638 objektivitet og tilrettelagt gjennomføring av vurderinger. Og at det skal være konsekvenser  
639 dersom disse fristene og kravene ikke overholdes.

640

## 641 6.9 Krav og tilbakemeldinger til emne og forelesere

642 StInn står for at studentene skal ha en direkte rolle i vurderingen av forelesere og emne som  
643 inkluderes i rapportene fra emneansvarlige til institusjonen, og at disse rapportene skal  
644 brukes for å finne fram til konkrete forberednings områder på institusjonen og at disse  
645 forbedringsmomentene blir innført i tråd med fag personell og studentorganisasjonen.

646 StInn mener at forelesere skal ha en pedagogisk kompetanse som er godt tilpasset emnet og  
647 utdanningen, hvor kriteriene er satt i samarbeid med StInn. StInn mener at alle forelesere og  
648 andre parter som skal ha en underviser rolle ved HINN skal ha fullført og bestått et kurs i  
649 universitet og høyskole pedagogikk og gjennomført en prøveforelesning før ansettelse.

650 Dersom det skulle komme fram at deres pedagogiske kompetanse er utilstrekkelig at de blir  
651 nødt til å oppdatere sine kunnskaper og kompetanse gjennom obligatorisk kursing, og ny  
652 prøveforelesning. StInn står og for at individene i den typen situasjon skal få økonomisk  
653 støtte. StInn krever og at alle forelesere og undervisere ved HINN skal ha tilstrekkelig IT  
654 kompetanse til å ta i bruk de ressurser og systemer tilgjengelig og nødvendige ved HINN, og  
655 at disse egenskapene skal oppdateres dersom nødvendig, eventuelt gjennom obligatorisk  
656 kursing. Studentstemmen skal alltid lyttes til under disse omstendighetene ettersom at de er  
657 de med førstehånds erfaring dersom overnevnt kompetanse er utilstrekkelig.

658

## 659 6.10 Internasjonalisering

660 StInn mener HINN skal ha et godt samarbeid med internasjonale universiteter og  
661 utdanningsinstitusjoner når det kommer til student ut- og innveksling, samt opprettelse og

662 vedlikehold av fagmiljøer. Høgskolen skal sette av tilstrekkelig med ressurser til å dekke  
663 internasjonale gjesteforelesere, god internasjonal fadderordning og praksisplasser for  
664 internasjonale studenter. StInn må jobbe for at gratisprinsippet skal gjelde for  
665 utvekslingsstudenter. For å øke relevansen for internasjonale studenter, må høgskolen tilby  
666 flere engelskspråklige emner. Studieprogrammene må være tilpasset slik at alle studenter får  
667 en reell mulighet for å dra på utveksling. All relevant informasjon for internasjonale studenter  
668 må oversettes til engelsk, slik at de får muligheten til å holde seg oppdaterte. StInn ønsker å  
669 videreutvikle mulighetene for studier og samarbeid internasjonalt og at vi vil sikre at grader  
670 anskaffet i Norge og utenfor har enkle og klare veier/tiltak for å gjøre graden arbeids-klar.  
671 StInn mener at Høgskolen skal opprette og vedlikeholde gode mentorordninger rettet mot  
672 alle studenter, spesielt internasjonale studenter, for å sikre integrering og en positiv  
673 studieopplevelse for alle.

674

#### 675 6.11 Kvalitetssikringsarbeid

676 Studentmedvirkningen er essensielt for ivaretagelsen av kvalitetssikringsarbeidet ved  
677 høgskolen. Studentdemokratiet og student- representasjon i råd og utvalg på alle nivåer i  
678 kvalitetssystemet er essensielt for å sikre at de demokratiske prinsippene i studenthverdagen  
679 ivaretas. Derfor mener StInn at høgskolen og studentorganisasjonen aktivt skal jobbe for å  
680 innføre og sikre studentrepresentasjon i alle ledd, og god informasjonsflyt mellom alle ledd.  
681 StInn mener at det skal sørges for god flerveis kommunikasjon i kvalitets hierarkiet. StInn  
682 mener at det skal være studentrepresentasjon i alle råd og utvalg ved HINN via StInn. Det skal  
683 aktivt sørges for at vedtak, informasjon og konklusjoner formet i og sammen med disse råd  
684 og utvalg skal informeres om til resten av studentmassen, StInn og andre interessenter, og at  
685 det skal vedlikeholdes en forholdsvis kort flerveis kommunikasjon i den kontekst.

686

#### 687 6.12 Kvalitetssystemet

688 StInn mener at det skal være studentrepresentasjon på alle nivåer i kvalitetssystemet. StInn  
689 mener og at det skal være en form for kompensasjon til disse representantene. StInn mener  
690 at studenter som melder in saker til høgskolen, skal få oppfølging og tilbakemelding på  
691 sakene, underveis og etter, angående resultat og behandling av saken uavhengig av sakens

692 sensitivitet, så fremt studenten ønsker det. StInn mener at kvalitetssystemet skal være  
693 konstruert på en slik måte at tilbakemeldinger til saksmeldere er automatiske. Og at  
694 innmeldte saker og saksbehandlingen skal dokumenteres der mulig for å best sikre at  
695 gjentakende saker vil være lettere å lokalisere og behandle, både for Høgskolen og for StInn.  
696 StInn mener også at tillitsvalgte skal ha muligheten for å få innsikt i disse dokumentene for å  
697 kunne bedre saksbehandling.

698

DRUAFET



# POLITISK PLATTFORM

Vedtatt av Parlamentet

11.04.2018

## Innhold

Innledning.....	3
1.0 Studenters rettigheter .....	3
2.0 Utdanningskvalitet .....	3
3.0 Forskning og kunstnerisk utviklingsarbeid.....	4
4.0 Læringsmiljø .....	4
5.0 Studentvelferd.....	5
6.0 Høgskolens organisering .....	6
7.0 Internasjonalisering: .....	6

DRAFT



# 1 Innledning

2 Dokumentet som følger er Studentorganisasjonen i Innlandet (StInn) sin politiske  
3 plattform som punktvis beskriver hvilke ståsted StInn har til saker som omhandler  
4 studentene ved Høgskolen i Innlandet (HINN).

## 5 1.0 Studenters rettigheter

6 *StInn mener at alle registrerte studenter har rett til...*

- 7 1.1 gratis utdanning for både norske og internasjonale studenter
- 8 1.2 psykisk, fysisk og akademisk trygghet under hele utdanningsløpet.
- 9 1.3 utdanning uavhengig av religion, politisk ståsted, kjønn, kultur, medisinsk  
10 tilstand og etnisitet.
- 11 1.4 et godt læringsmiljø som bidrar til trivsel og læring
- 12 1.5 høy faglig kvalitet og relevans ved studieprogrammet de tilhører
- 13 1.6 tilrettelegging ved særegne behov
- 14 1.7 å kunne sykemelde seg ved eksamen, obligatoriske arbeidskrav og -  
15 undervisning. Det skal tilrettelegges for å ta opp disse ved et senere tidspunkt.
- 16 1.8 å benytte seg av kontinuasjonseksamen uavhengig av bestått ordinær  
17 eksamen eller ikke
- 18 1.9 juridisk bistand i saker av høgskolerelevans
- 19 1.10 oppfølging, veiledning og rådgivning gjennom studietiden
- 20 1.11 tilrettelegging ved eksamen, obligatoriske oppgaver og –undervisning dersom  
21 man engasjerer seg i omfattende studentpolitiske verv

## 22 2.0 Utdanningskvalitet

23 *StInn mener at...*

- 24 2.1 alle ansatte undervisere skal ha godkjent kurs i høgskolepedagogikk
- 25 2.2 alle ansatte undervisere skal ha oppdaterte IT-kunnskaper som er relevant for  
26 undervisning, læringsplattform og eksamen
- 27 2.3 alle studenter skal ved enhver avlagt eksamen og innlevert obligatorisk  
28 oppgave få en formativ tilbakemelding
- 29 2.4 det skal benyttes digital eksamen ved alle eksamener ved HINN der dette  
30 viser seg som den beste eksamensformen
- 31 2.5 det skal benyttes et bredt spekter av undervisningsformer. Alle  
32 undervisningsformer som skal benyttes skal være begrunnet i forskning og  
33 vises at disse er passende for studiet og emner
- 34 2.6 det skal benyttes et bredt spekter av eksamensformer
- 35 2.7 forelesningene skal være forskningsbasert når det kommer til innhold
- 36 2.8 pensum som benyttes på emner og studieprogram skal være oppdatert,  
37 vurdert og godt egnet
- 38 2.9 det skal være god kvalitet i praksis med praksiskoordinatorer på studiestedene  
39 samt evalueringer av praksis underveis og i etterkant av perioden. Disse  
40 evalueringene skal gjennomgås i studieutvalget
- 41 2.10 det skal eksistere tiltak igangsatt av høgskolen der studenter kan få  
42 undervisningshjelp av andre kvalifiserte studenter
- 43 2.11 det skal gjennomføres delvis standardiserte evalueringer av emne og  
44 praksisperioder.
- 45 2.12 Det burde gjennomføres en evaluering alle av studieprogram hvert år

## 46 3.0 Forskning og kunstnerisk utviklingsarbeid

47 *StlInn mener at...*

- 48 3.1 de vitenskapelig ansatte skal inkludere studenter som assistenter ved egen
- 49 forskning og kunstneriske utviklingsarbeid
- 50 3.2 høgsolen skal finansiere et stipend der studenter kan søke midler til forskning
- 51 og kunstnerisk utviklingsarbeid ved bachelor-og masteroppgaver
- 52 3.3 det skal gjennomføres arrangementer på studiestedene der studentforskning og
- 53 3.4 –utviklingsarbeid er i fokus
- 54 3.5 høgsolen skal sørge for at studentene som uteksaminerer fra HINN innehar
- 55 god kunnskap innen forskningsmetode, både teoretisk og praktisk.

## 56 4.0 Læringsmiljø

57 *StlInn mener at...*

### 58 4.1 Fysisk læringsmiljø

- 59 4.1.1 alle studiesteder skal være tilpasset antall studenter som tas opp til det
- 60 studiestedet
- 61 4.1.2 alle grupperom, lesesaler, undervisningsrom og eksamenslokaler skal være
- 62 utformet etter bruk og universelt tilrettelagt for alle studenter
- 63 4.1.3 studiestedene skal være døgnåpne
- 64 4.1.4 det skal være tilgang til sosiale møteplasser på studiestedene
- 65 4.1.5 høgsolen skal fokusere sterkt på skolestart og fadderordninger som et tiltak
- 66 for å introdusere studenter til det akademiske og det sosiale miljøet ved
- 67 skolen, og for å redusere ensomhet og frafall
- 68 4.1.6 det skal ikke arrangeres ordinære forelesninger utenfor standard arbeidstid.
- 69 4.1.7 forelesninger skal ikke ha en varighet på lengre enn 4 timer uten lengre
- 70 pauser etter maks 3 timer
- 71 4.1.8 alle undervisningsrom skal ha oppdatert og fungerende teknologi når det
- 72 kommer til lys, lyd og tilstrekkelig med strømuttak og internettilgang.
- 73 4.1.9 tilrettelegging slik at alle fremtidige studenter uansett personlig tilstand kan
- 74 studere ved institusjonen, dette reguleres i henhold til universell utforming i
- 75 institusjonen
- 76 4.1.10 det skal være kjønnsnøytrale sanitetsfasiliteter ved alle studiesteder
- 77 4.1.11 det skal være godt inneklima og luftfuktighet i alle undervisningslokaler og
- 78 oppholdsrom
- 79 4.1.12 det skal være tilrettelagt for sikker drift av lokaler og adkomstveier ved HINN
- 80 4.1.13 høgsolen skal tilby lokaler på studiestedet som kan brukes som
- 81 stillerom/bønnerom/ammerom

### 82 4.2 Psykisk læringsmiljø

- 83 4.2.1 nulltoleranse for trakassering, mobbing og vold, både fysisk og psykisk, i
- 84 tillegg trusler om dette
- 85 4.2.2 høgsolen skal ha klare kanaler for rapportering og behandling av
- 86 trakkasering, mobbing og vold, både fysisk og psykisk, i tillegg til trusler om
- 87 dette.
- 88 4.2.3 studenter og ansatte må samarbeide for et godt læringsmiljø

- 89 **5.0 Studentvelferd**  
90 *StlInn mener at...*
- 91 **5.1 Studenthelse**
- 92 5.1.1 det skal foreligge et tilbud om gratis helsestasjon i vertskommunene der  
93 studiestedene befinner seg
- 94 5.1.2 alle studenter ved HINN skal ha tannlegeordninger med rabatterte priser i  
95 vertskommunen
- 96 5.1.3 det skal tilbys gratis psykologtjenester og rådgivertjenester for alle studenter.  
97 Rådgivertjenesten skal være likeverdig for alle studiesteder
- 98 5.1.4 det finnes synlig tilbud om hjelp til seksuell helse ved en helsestasjon eller  
99 ved Samskipnadens kontor ved studiestedet. Dette innebærer veiledning da  
100 det kommer til bruk av prevensjon, testing for graviditet og kjønns sykdommer
- 101 **5.2 Studentbolig og Studentbarnehager**
- 102 5.2.1 alle studentboliger skal nå en minimumsstandard når det kommer til kvalitet
- 103 5.2.2 alle studentboliger skal ha gunstige priser sett i sammenheng med stipend/lån
- 104 5.2.3 samskipnaden skal arbeide for den høyeste dekningsgraden av  
105 studentboliger i Norge.
- 106 5.2.4 samskipnaden skal samarbeide med alle vertskommuner da det kommer til  
107 uteområder rundt studentboligene, for eksempel belysning
- 108 5.2.5 samskipnaden skal tilby studentbarnehager for de studentene som har barn  
109 eller får barn under studietiden sin. Kostnadene for dette skal sees i  
110 sammenheng med stipend/lån
- 111 **5.3 Bokhandel**
- 112 5.3.1 samskipnadens bokhandel skal ha en løsning for de studentene som ikke har  
113 muligheten for å kjøpe pensumbøker/ kompendium på studiestedet sitt
- 114 5.3.2 åpningstider på de ulike bokhandelene skal være tilstrekkelige for alle  
115 studentene ved høgskolen
- 116 5.3.3 alle studenter skal ha mulighet til å kjøpe trykket versjon av kompendium
- 117 **5.4 Kantine/ Cafeteria**
- 118 5.4.1 kantinematn skal være variert og ha en kvalitet som bedrer studenthelsen
- 119 5.4.2 samskipnaden skal jobbe med å få til avtale med lokale leverandører for å  
120 minske miljøutslippet, og i tillegg ha et tilbud til studenter som tilrettelegger for  
121 et sunt og billig alternativ
- 122 5.4.3 det skal være et likeverdig alternativ til kantine på alle studiesteder ved HINN
- 123 5.4.4 det skal være alternativer for personer med allergener ved alle kantinene
- 124 **5.5 Studentsamfunnet**
- 125 5.5.1 studentsamfunnet skal ha som målsetting å ha velferdstilbud som er åpne for  
126 alle studenter
- 127 5.5.2 samfunnet ved HINN skal ha tilstrekkelige økonomiske midler for å driftes og  
128 for å kunne ha prosjekter som styrker studentvelferden
- 129 5.5.3 studenter skal verken være økonomisk ansvarlig eller ha juridisk ansvar for  
130 drifting av samfunnsmessige tiltak (fadderuker, studentbarer m.m)

## 131 6.0 Høgskolens organisering

132 *StlInn mener at...*

- 133 6.1 det skal finnes et studieutvalg ved alle program som høgskolen tilbyr
- 134 6.2 det skal være studentrepresentasjon i alle høgskolens råd, utvalg og styrer
- 135 6.3 det skal finnes organer i alle ledd (program, institutt, fakultet, institusjon) med
- 136 studentrepresentasjon som skal sørge for kvalitetssikring av studium
- 137 6.4 høgskolens kvalitetssikringssystem skal legge til rette for at det er en naturlig
- 138 saksgang oppover i systemet slik at saker blir behandlet i riktig organ
- 139 6.5 høgskolen skal legge til rette for at studenter og ansatte fungerer som partnere
- 140 mot målet om kvalitet i utdanning
- 141 6.6 demokratitid skal finnes til samme tid i alle studenters timeplan og skal holdes
- 142 fri for undervisning og eksamen med unntak av hjemmeeksamen

## 143 7.0 Internasjonalisering:

144 *StlInn mener at...*

- 145 7.1 høgskolen skal ha et godt samarbeid med internasjonale universiteter og
- 146 utdanningsinstitusjoner når det kommer til studentut-/innveksling og ressurser
- 147 som gjesteforelesere, praksisplasser o.l
- 148 7.2 høgskolen skal ta imot studenter gjennom "Students at Risk"
- 149 7.3 gratisprinsippet gjelder for utvekslingsstudenter
- 150 7.4 høgskolen skal tilby flere engelskspråklige emner
- 151 7.5 studieprogram skal være tilrettelagt slik at studenter kan dra på utveksling.
- 152 7.6 høgskolen skal tilrettelegge for at flere internasjonale studenter kan utveksle til
- 153 HINN
- 154 7.7 den internasjonale fadderordningen skal styrkes for å sikre trivsel
- 155 7.8 all informasjon ved høgskolen skal også være tilgjengelig på engelsk.
- 156

DRAFT





DRAFT



# Schibsted Student

Møte Høyskolen i Innlandet, 12.05.2021



# Schibsted Student



Vårt mål er å gi alle studenter tilgang til troverdige nyheter.

# Team

Schibsted Student består av et engasjert team som ønsker å bidra til mangfold og samfunnsengasjerte studenter

## SCHIBSTED STUDENT



**THOMAS HOVDE**  
Salgssjef



**MONA STENSLAND**  
Key Account Manager



**ANDREA EIKENES**  
Engasjementsansvarlig



**ÅDNE B. SVEDBERG**  
Customer Success Manager

## MANUS



**ANDREAS**  
Regissør &  
kreatør



**MARIE**  
Designer



**SIRI**  
Redaktør &  
kreatør



**THEA-SOFIE**  
Prosjektleder



**MARIANNE**  
Daglig leder



**MIA**  
Planner

# Hva er Schibsted Student?

## SLIK FUNGERER DET

- ✓ Schibsted Student gir studenter tilgang til våre nyheter Aftenposten, VG +, Bergens Tidende, Stavanger Aftenblad, E24 og Dine Penger
- ✓ Dette er **helt gratis** for studentene - tilgangen finansieres av en sponsor.
- ✓ Vi har idag avtale med 12 studiesteder NTNU, NHH, USN, NMBU, BI Oslo, BI Bergen, BI Stavanger, BI Trondheim, UIA, Høyskolen Kristiania, UIS, OsloMet.
- ✓ Samarbeidsavtale avtales med studentforeningen på det enkelte studiested. Noen steder også bibliotek eller administrasjon.
- ✓ Det benyttes Digital tilgang til våre nyheter gis gjennom IP adresser. IP styrt på campus men det er også mulighet å logge seg på hjemme gjennom VPN.



## STUDENTER

Studenter trenger tilgang til nyhetskilder både i studiehverdagen, men også som et verktøy i jobbsøking. Yngre målgrupper ser verdien i nyheter, men har ofte et trangt budsjett og lav betalingsmulighet.

## SPONSORER

Mange bedrifter ønsker å nå studenter med sitt budskap. Sponsorløsningen til Schibsted Student gir selskaper mulighet til å bygge sin merkevare, tilpasset til denne målgruppen.



## STUDIESTEDER

Universiteter og høyskoler må i stor grad konkurrere med hverandre og følge med i utviklingen for å være attraktive. Tilgang til nyheter gjennom skolene gir studentene verktøy som forbedrer engasjement og resultater.

# Målgruppeinnsikt

GEN Z

# Forhold til nyheter



**40 %**

OPPGIR NETTAVISER SOM SIN  
VIKTIGSTE NYHETSKILDE



**18 %**

FAKTASJEKKER DAGLIG  
NYHETER MOT  
INTERNASJONALE MEDIER



**53 %**

SIER SOSIALE MEDIER  
PÅVIRKER DEM TIL Å LESE MER  
NYHETER ENN FØR

**Schibsted**

Hvordan fungerer det ?



# Eksempel avtale

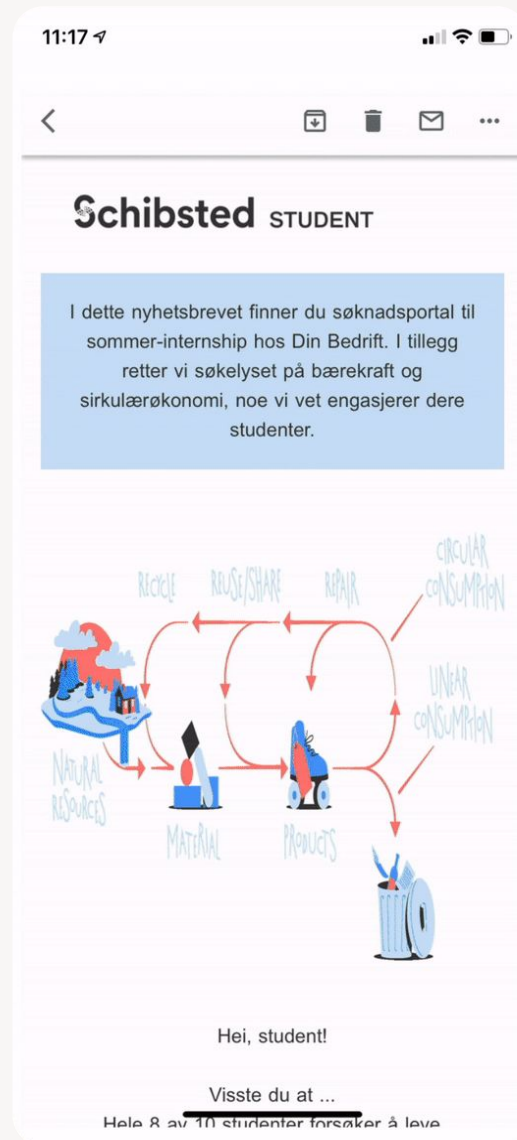
<b>KOMMUNIKASJONSFLATE</b>	<b>FREKVENNS (ESTIMAT ANTALL GANGER ÅRLIG)</b>
<i>Standplass</i>	3 dager
<i>Digitale plakater på campus</i>	Kontinuerlig informasjon gjennom hele avtaleperioden. SNO lager infomateriell og STA logo skal være synlig på denne informasjonen.
<i>Fysiske plakater/boards</i>	Etter avtale
<i>Facebook</i>	1 per kvartal (Litt større aktivitet)
<i>Instagram</i>	3 per semester
<i>Nettside</i>	2 per år



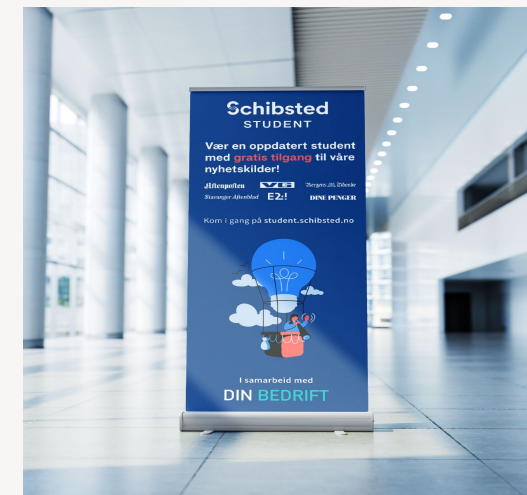
# Nyhetsbrev

- Skreddersydde nyhetsbrev med studentrelevant innhold, produsert av en dedikert ressurs hos oss.
- Schibsted som står som avsender, men åpner opp en plassering for sponsorinnhold
- Nyhetsbrevet blir kvalitetssikret redaksjonelt, og sponsorinnholdet blir tydelig merket
- Personopplysninger vil ikke bli utlevert til sponsor. Alle kommunikasjon skjer gjennom våre kanaler.

# Nyhetsbrev



# Stand



# Når studentene registrerer seg

The screenshot shows the Aftenposten website header with navigation links for 'A-magasinet', 'Oslo', 'Sport', and 'Meninger'. There are also links for 'Bli abonnent' and a 'Meny' icon. Below the header, there are three article teasers: '«good cop».', 'vaksineleveranser fra Johnson & Johnson', and '- forsker peker på bråk rundt miljøtiltak som årsak'. The main content area features a large blue banner for 'Schibsted STUDENT'. The banner includes the text 'Hei, BI-student!', a paragraph about free access to news, a note about monthly newsletters, and a 'Logg inn eller opprett konto' button. An illustration of a person working at a desk is also present. At the bottom of the banner, it says 'I samarbeid med DINBEDRIFT'. Below the banner are three small images: a person in a lab coat, a person wearing headphones, and a person in a news studio.

**Aftenposten** A-magasinet Oslo Sport Meninger [Bli abonnent](#) | Meny ☰

«good cop».

**vaksineleveranser fra Johnson & Johnson**

**- forsker peker på bråk rundt miljøtiltak som årsak**

SKISSE / FOR ABONNENTER 6 **NORGE** / 2 TIMER SIDEN POLITIKK / FOR ABONNENTER

## Schibsted STUDENT

### Hei, BI-student!

Vi gir deg fri tilgang til alt innhold på Aftenposten, VG, E24, Bergens Tidende, Stavanger Aftenblad og Fædrelandsvennen når du er logget på studentnettverket på skolen din. Start lesingen ved å logge inn eller opprette en Schibsted-konto.

*Du vil motta månedlige studentnyhetsbrev med relevant innhold fra Schibsted Student. Du kan når som helst melde deg av studentnyhetsbrevet om du ønsker det. God lesing!*

[Logg inn eller opprett konto](#)

I samarbeid med **DINBEDRIFT**

# Nettsiden til Schibsted Student



Schibsted STUDENT

## Hold deg oppdatert på nyhetsbildet med nyhetsinnhold fra Schibsted

De fleste studenter har gratis tilgang til alt innhold på Aftenposten, VG, E24, Bergens Tidende og Stavanger Aftenblad. Trykk på "Kom i gang" for å lage bruker!

[Kontakt oss](#) [Kom i gang](#)

Studenter ved disse studiestedene har tilgang til våre nyhetskilder

Tilgangen i samarbeid med

DIN BEDRIFT

- BI BERGEN
- BI STAVANGER
- BI TRONDHEIM
- NHH
- HØYSKOLEN KRISTIANIA
- BI OSLO
- NMBU (UNIVERSITETET I ÅS)
- UNIVERSITETET I STAVANGER
- NTNU
- UNIVERSITETET I SØRØST-NORGE
- UNIVERSITETET I AGDER
- OSLOMET

# Bannerannonser på alle nyhetskildene

The screenshot shows the Aftenposten website interface. At the top, the logo 'Aftenposten' is on the left, and navigation links 'A-magasinet', 'Oslo', 'Sport', and 'Meninger' are in the center. On the right, there are links for 'Bli abonnent' and a 'Meny' icon. The main content area is a teal banner with the heading 'DIN BEDRIFT' in white. Below this, there are four news snippets with timestamps: '10:49 Nyhetsstudio Fransk legemiddelselskap domt etter slankepille-dødsfall', '10:46 Koronaviruset Dette er kommunene med mest smitte', '10:28 Koronaviruset Rekordmange koronapasienter hos Helse Sør-Øst', and '09:50 Koronaviruset 37 nye smittetilfeller i Drammen'. A large article is featured with a photo of a hospital building and the headline 'Direktestudio – koronaviruset 248 innlagt hos Helse Sør-Øst - høyeste tall siden pandemien startet', with a sub-headline 'AKKURAT NÅ / 10 MINUTTER SIDEN'. Below this are two more article thumbnails: one with a photo of two hikers and the headline 'Nøkkeltimer for gigantskipet: Gjør nytt forsøk klokken 11.30' (sub-headline: 'Blokkerer Suezkanalen'), and another with a photo of a crowd. On the right side of the banner, there is an advertisement with the text 'Vi søker interns til sommeren.' and a 'Søk her' button. At the bottom right of the banner is an isometric illustration of a city with buildings, trees, and a hot air balloon.

# Instagram

**SCHIBSTED STUDENT**  
Informativ feed-post



**SCHIBSTED STUDENT**  
redaksjonell story



**STUDENTFORENINGER**  
Informativ feed-post





# Aktivering på studiestedet

Schibsted  
STUDENT



Husk at du som student har fri  
tilgang til nyheter fra *Aftenposten*  
– både hjemme og på campus.

Kom i gang på [student.schibsted.no](https://student.schibsted.no)

I samarbeid med  
DIN **BEDRIFT**

Schibsted

# Digitale eventer

The screenshot shows a Facebook event page. At the top, there's a search bar and navigation icons. The event banner features an illustration of a person working at a desk with a laptop and a lamp, with the text 'Schibsted STUDENT' and 'I samarbeid med DIN BEDRIFT'. Below the banner, the event title is 'Næringslivsuken på BI: Foredrag med Kristin Skogen Lund | Schibsted Student i samarbeid med Din Bedrift', and the date is 'FREDAG, 07. MAI, 2021 10:00 - 11:00'. The event is categorized as 'Nettarrangement'. There are buttons for 'Om', 'Diskusjon', 'Interessert', 'Skal', 'Inviter', and a share icon. A 'Bli med på arrangement' button is also present. The 'Detaljer' section lists: '3,9 k personer har svart', 'Event by Schibsted Student', 'På nettet: Lenke kommer', 'Fredag, 7. Mai, 2021 10:00 - 11:00', 'Price: Free · Duration: 1 hr', and 'Offentlig · Alle på eller utenfor Facebook'. The 'Gå sammen med venner' section shows '268 SKAL' and '3,6 k INTERESSERTE'. At the bottom right, there's a share icon.

Søk på Facebook

Finn venner +

Schibsted  
STUDENT

7.

I samarbeid med  
DIN BEDRIFT

FREDAG, 07. MAI, 2021 10:00 - 11:00

**Næringslivsuken på BI: Foredrag med Kristin Skogen Lund  
| Schibsted Student i samarbeid med Din Bedrift**

Nettarrangement

Bli med på arrangement

Om Diskusjon

☆ Interessert ⌚ Skal ✉ Inviter ↗ ⋮

**Detaljer**

- 3,9 k personer har svart
- Event by Schibsted Student
- På nettet: Lenke kommer
- Fredag, 7. Mai, 2021 10:00 - 11:00
- Price: Free · Duration: 1 hr
- Offentlig · Alle på eller utenfor Facebook

Se mer

Causes Online

**Gå sammen med venner** [Se alle](#)

268 SKAL 3,6 k INTERESSERTE

Personvern · Betingelser · Annonsering · Annonsevalg · Informasjonskapsler · Mer · Facebook © 2021

# Eventer på campus

The screenshot shows a Facebook event page for 'Schibsted Student'. At the top, there is a search bar and navigation icons. The event banner features a woman's portrait and the text 'Schibsted STUDENT' and 'I samarbeid med DIN BEDRIFT'. A calendar icon shows the date '1.' and the event time 'FREDAG, 01. OKT, 2021 13:00 - 14:00'. The event title is 'Interaktivt foredrag om mangfold med Aftenposten-journalist Ingeborg Senneset | Schibsted Student i samarbeid med Din Bedrift'. Below the title are tabs for 'Om' and 'Diskusjon', and buttons for 'Interessert', 'Skal', 'Inviter', and a share icon. A 'Bli med på arrangement' button is also present. The 'Detaljer' section lists: '2,3 k personer har svart', 'Event by Schibsted Student', 'Universitetet i Agder, H118', 'Fredag, 1. Okt, 2021 13:00 - 14:00', 'Price: Free · Duration: 1 hr', and 'Offentlig · Alle på eller utenfor Facebook'. The 'Se mer' section has 'Causes' and 'Online' buttons. The 'Gå sammen med venner' section shows '128 SKAL' and '2,3 k INTERESSERTE' with a 'Se alle' link. At the bottom right, there is a 'Personvern · Betingelser · Annonsering · Annonsevalg' link and a copyright notice 'Informasjonskapsler · Mer · Facebook © 2021'.

Søk på Facebook

Finn venner +

Schibsted  
STUDENT

1.

I samarbeid med  
DIN BEDRIFT

FREDAG, 01. OKT, 2021 13:00 - 14:00

**Interaktivt foredrag om mangfold med Aftenposten-journalist Ingeborg Senneset | Schibsted Student i samarbeid med Din Bedrift**

Nettarrangement

Bli med på arrangement

Om Diskusjon

☆ Interessert ⌚ Skal ✉ Inviter ↗

**Detaljer**

- 2,3 k personer har svart
- Event by Schibsted Student
- Universitetet i Agder, H118
- Fredag, 1. Okt, 2021 13:00 - 14:00
- Price: Free · Duration: 1 hr
- Offentlig · Alle på eller utenfor Facebook

Se mer

Causes Online

**Gå sammen med venner** [Se alle](#)

128 SKAL 2,3 k INTERESSERTE

Personvern · Betingelser · Annonsering · Annonsevalg ▶  
Informasjonskapsler · Mer · Facebook © 2021

# Spørsmål?



**Kontakt Mona Stensland**  
**Key Account Manager Utdanning**  
**+ 47 911 70 862**  
mona.stensland@schibsted.com



## **SAMARBEIDSAVTALE SCHIBSTED STUDENT**

Mellom SCHIBSTED NORGE AS  
og  
STUDENTORGANISASJONEN ved  
UNIVERSITETET I AGDER

## 1. Avtalens parter

Denne avtale om Schibsted Student gjeldende fra 01.11.19 er inngått mellom de juridiske Partene Schibsted Norge AS, org. nr. 996 334 767 MVA, Krinkelkroken 1, 5014 Oslo, heretter benevnt SNO, og Studentorganisasjonen ved Universitetet i Agder, heretter benevnt STA , org. Nr 970546200

## 2. Bakgrunn

SNO eier flere mediehus som utgir noen av Norges største aviser, med mange digitale produkter og tjenester, deriblant IP-styrt tilgang til innhold på SNO avisenes nettsider og web-apper. SNO sine nettaviser inkluderer titlene Aftenposten, Stavanger Aftenblad, Fædrelandsvennen, Bergens Tidende, VG+, E24+ og DinePenger+.

Per april 2019 er det 12000 studenter tilknyttet Universitetet i Agder.

## 3. Definisjoner

Denne samarbeidsavtalen omtaler digital tilgang til SNO sine nettaviser. Tilgang gis til alle studenter som er tilknyttet UiA sitt trådløse studentnettverk. Denne avtalen inkluderer retningslinjer for et eksternt Sponsorat og eksternt annonsering som finansierer tilgangen til studentene. Avtalen med en eksternt Sponsor reguleres i egen avtale med SNO.

## 4. SNO sine rettigheter og forpliktelser

SNO er pliktet til å gjøre sitt digitale innhold åpent for studiestedets angitte IP-adresser innen 2 uker fra avtale er inngått.

Fri tilgang for studentene forutsetter innlogging med SPID (Schibsted Payment Identification). SPID er Schibsted Medias Groups innloggingsportal. Mange studenter vil allerede ha en egen SPID konto fra tidligere bruk på f.eks FINN.NO.

SNO vil i sin avtale med Sponsor og annonsør tilrettelegge for følgende kommunikasjonsflater:

**Annonsering på SNO sine nettaviser:** Eksternt Sponsor og eksternt annonsør vil i avtalen med SNO ha tilgang til å IP-styre annonser mot studentene på SNO sine nettaviser. De målrettede annonsene vises i allerede eksisterende annonseflater på respektive nettsider.

**Nyhetsbrev fra SNO:** Sponsor, Eksternt Annonsør og SNO vil ha muligheten til å sende ut månedlige nyhetsbrev til innloggede studenter. Innholdet fra Sponsor tildeles en egen plassering og merkes som partner innhold. SNO vil stå som avsender av brevene, og e-post-listene vil ikke bli delt med Sponsor eller andre eksterne tredjeparter. Studentene vil ha mulighet til å melde seg av nyhetsbrevne.

Kommunikasjon vedrørende studentgodet vil markedsføres av SNO, Sponsor og studiestedets egne kanaler. Alle slike aktiviteter vil være i den hensikt å få flere til å benytte seg av tilbudet og at flere skal bli oppmerksom på studentfordelen.

Begge parter har rett til kunne referere til sponsoratet i øvrige markedsføring- og mediekanaler.

## 5. Studentorganisasjonen sine rettigheter og forpliktelser

Valg av Sponsor skal forhåndsgodkjennes av STA og SNO.

UIA plikter å dele IP-adresser tilknyttet studentnettverket med SNO. STA står selv ansvarlig for å avklare med skolens administrasjon og IT-avdeling.

STA skal legge til rette for at godet kommuniseres til studenter gjennom egne kanaler. Disse kanalene inkluderer stand, nettside, SoMe-flater, digitale skjermer, fysiske boards på campus, e-post til studenter etc, eventuelt andre interne kanaler. STA oppnevner en person som har ansvar for kommunikasjon av studentgodet til studentene.

STA forplikter seg til å kommunisere gode i disse tilgjengelige flatene:

<b>KOMMUNIKASJONSFLATE</b>	<b>FREKVENNS (ESTIMAT ANTALL GANGER ÅRLIG)</b>
<i>Standplass</i>	3 dager
<i>Digitale plakater på campus</i>	Kontinuerlig informasjon gjennom hele avtaleperioden. SNO lager infomateriell og STA logo skal være synlig på denne informasjonen.
<i>Fysiske plakater/boards</i>	Etter avtale
<i>Facebook</i>	1 per kvartal (Litt større aktivitet)
<i>Instagram</i>	3 per semester
<i>Nettside</i>	2 per år

STA inngår en ikke - eksklusiv avtale med SNO. Dette innebærer at studiestedet kan inngå lignende avtaler med andre aktører i samme bransje. STA informerer SNO om andre aktørers sponsorer slik at vi i fellesskap optimaliserer tilbudet til studentene.

## 6. Fakturering og betalingsvilkår

Det er ingen kostnader for STA i forbindelse med avtalen.

## 7. Lojalitet og informasjonsplikt

Partene skal i enhver sammenheng, både overfor hverandre og overfor tredjemann, opptre lojalt i forhold til hverandre og i forhold til Avtalen og dens intensjoner. I denne forbindelse skal Partene informere hverandre om ethvert forhold av betydning for Avtalen eller for deres samarbeid for øvrig. Slik informasjon skal gis den annen Part innen rimelig tid.

SNO og STA forplikter seg til å bevare taushet om alle opplysninger av konfidensiell art som, utveksles som ledd i samarbeidet.

## 8. Varighet og endringer

Avtalen løper fra 01.11.2019 til 31.07.2022. Partene kan si opp Avtalen skriftlig med 6 – seks – måneders varsel.

Eventuelle tillegg og endringer i avtaleperioden skal være skriftlige og tas inn i endringslogg, jfr. vedlegg 1. Endringen er først gyldig og bindende når begge Parter har signert endringsloggen.

Ved opphør, oppsigelse eller mislighold av Avtalen skal alle utestående økonomiske forpliktelser mellom Partene gjøres opp.

## 9. Mislighold

Avtalen kan sies opp med øyeblikkelig virkning dersom en av partene vesentlig har misligholdt sine forpliktelser etter Avtalen.

Oppsigelse skal være skriftlig og begrunnet. Dersom den misligholdende Part retter det mislighold oppsigelsen er basert på innen varselets utløp, kan vedkommende kreve at Avtalen skal løpe videre med mindre misligholdet er vesentlig.

## 10. Tvister

Konflikter om innhold, tolkning eller etterlevelse av denne Avtale, skal så langt det er mulig søkes løst gjennom forhandlinger. Fører slike forhandlinger ikke fram, vedtar partene Oslo tingrett som verneeting.

## 11. Underskrift

Denne Avtale er utstedt i 2 – to - originaleksemplarer, ett til hver av Partene.

Oslo, 01.11.2019

For Schibsted Norge AS

For STA

---

Mona Stensland  
Key Account Manager Utdanning

---

Benedicte Nordlie  
Leder Studentforeningen



# Schibsted

## VEDLEGG 1: ENDRINGSLOGG

Endring nr.	Punkt i avtalen	Beskrivelse av endring	Dato for endring

Denne endringslogg er undertegnet i 2 - to - eksemplarer, hvorav Partene beholder 1 - ett - eksemplar hver.

Oslo, \_\_. \_\_. \_\_\_\_ [signeres først ved eventuelle endringer]

For Schibsted Norge AS

For Studentorganisasjonen

\_\_\_\_\_  
Mona Stensland  
Key Account Manager Utdanning

\_\_\_\_\_  
Benedicte Nordlie  
Leder Studentforeningen