

# 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/Innstilling fra Sentralstyret:**

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/Innstilling fra Sentralstyret:**

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/Innstilling fra Sentralstyret:**

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/Innstilling fra Sentralstyret:**

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/Innstilling fra Sentralstyret:**

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/Innstilling fra Sentralstyret:**

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-21-02.1 Vedlegg 01 - Orienteringer fra Arbeidsutvalget til PM3 2021.pdf (4 sider)

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

Orientering *Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen*

**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 *Erik Ulateig*

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


Orientering

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

Orientering *Gesine Fischer*

*Skriftlige orienteringer ligger vedlagt.*

Nyvalgt leder og avtroppende velferds- og likestillingsansvarlig av Norsk studentorganisasjon, Tuva Todnem Lund og Jonas Økland, er invitert til å komme og orientere til Parlamentet.

 PM-21-02.8 Vedlegg 01 - Orienteringer om nasjonal studentpolitikk til PM3 2021.pdf (2 sider)

 PM-21-02.8 Vedlegg 02 - Resolusjoner vedtatt på LMNSO21.pdf (9 sider)

---

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

**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 fra tilleggsundersøkelsen for høgskolen med tallene fra 2018. 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 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:

1. Flere forebyggende tiltak.
2. Et psykisk helse team for studenter
3. Gjenåpning av helsestasjoner.

Lokalt og nasjonalt gjennomslag etter lanseringen

Vi har hatt flere møter med Høgskolen og SINN for å arrangere ekstraordinære vertskommune møter 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 må behandlende tilbud og den psykiske helsetjenesten i kommunen styrkes kraftig.

Studentassistentordningen ved høgskolen, og lavterskeltilbudene i SINN skal vedvare. For at flere forebyggende tiltak kan sikres og vedvare, vil vi sammen med HINN og SINN sikre flere midler. Noe StInn fikk gjennomslag for 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:

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

Vi la press på alle disse punktene og ny rektor 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 møte med NSO og medlemslagene 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 den psykiske helsetjenester i kommunene. Vi har fått flere medlemslag med på laget som ønsker å løfte stemmen med oss. Vi har også sagt at NSO må bruke dette 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 utdanningsutvalget og i arbeid rundt kvalitetsystemet. Rolle- og forventningsavklaring mellom student og fagansatt/emneansvarlig må etableres og styrkes. Derfor skal kvalitetsystemet kvalitetssikres. Emneansvarlig skal slik det fremgår i referatet fra møtene vi har hatt følge opp og ta kontakt med studenter som ikke delta i undervisning, eksamen eller ikke 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 oversiktlig, 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/Innstilling fra Sentralstyret:**

## 1. Politisk plattform vedtas

- PM-21-23 Vedlegg 01 - Foreslått Politisk plattform.pdf (25 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 Wigestrاند

**OTRS-sak:** 20085512

**Saksgang:** Parlamentet

**Saksoppmelder:** Jørgen Wigestrاند

**Opphav:** Jørgen Wigestrاند

### 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/Innstilling fra Sentralstyret:

- Parlamentet vedtar at Studenttingsmøter på vårsemesteret blir avholdt ila. de to første ukene i april.
- 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.

Alle kandidater til Arbeidsutvalget ble gitt case-oppgaver som de besvarte. Oppgavetekstene ligger vedlagt, og svarene ligger vedlagt i de relevante undersakene.

 PM-21-24 Vedlegg 01 - Oppgavetekst til case-oppgaver.pdf (1 sider)

## PM-21/24.1 - Valg av Leder

Valg *Ola Backen Strømnes*

### Om vervet:

Leder av Arbeidsutvalget er Stlnns øverste leder, og har det øverste ansvaret for driften i Stlnn. 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.

### Forhåndsmeldte kandidater:

- Gesine Fischer

### Valgkomiteens innstilling:


- Gesine Fischer

Gesine er den sittende lederen i Studentorganisasjonen i Innlandet, og velger å stille til gjenvalg. Hun er student på campus Lillehammer og studerer psykologi. Gesine har tidligere erfaring fra AU også som Velferds- og læringsmiljøpolitiskansvarlig i Stlnn, samt en rekke andre verv på steder som Fordelingsutvalget, Parlamentet, Læringsmiljøutvalget og en rekke andre ting. Valgkomiteen anser Gesine som en meget god kandidat til vervet som leder i studentorganisasjonen. Hun blir innstilt med Valgkomiteens anbefaling.

### 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-21-24.1 Vedlegg 01 - Kandidatskjema for Gesine Fischer.pdf (5 sider)

 PM-21-24.1 Vedlegg 02 - Svar på case-oppgave fra Gesine Fischer.pdf (4 sider)

## 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.

### Forhåndsmeldte kandidater:

- Sonja Tan Nguyen

### Valgkomiteens innstilling:


- Sonja Tan Nguyen

Sonja studerer på campus Hamar og holder på med sin mastergrad innen tilpasset opplæring. Hun er en engasjert sjel som er opptatt av studentpolitikken og studentenes hverdag. Hun er en grundig og strukturert person som er opptatt av at alt gjøres skikkelig og gjennomført. Med erfaring fra Parlamentet, Studentrådsstyret, Utdanningsutvalget og en rekke andre verv anser Valgkomiteen Sonja som en meget god kandidat til vervet som nestleder. Hun blir innstilt med Valgkomiteens anbefaling.

### 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 - Vedlegg 01 - Kandidatskjema for Sonja Tan Nguyen.pdf (3 sider)

 PM-21-24.2 Vedlegg 02 - Svar på case-oppgave fra Sonja Tan Nguyen.pdf (2 sider)

---

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.

**Forhåndsmeldte kandidater:**

- Andreas Gjerstad Møllerhagen

**Valgkomiteens innstilling:**

- Andreas Gjerstad Møllerhagen

Andreas stiller til gjenvalg i Arbeidsutvalget. Han studerer Lektor i språkfag engelsk på campus Hamar, og har en sterk motivasjon til å bedre studentenes hverdag, og ønsker at de skal ha muligheten til at studietiden skal gå så knirkefritt som mulig. Andreas er ingen nybegynner i StInn og kjenner godt til organisasjonen og dens oppbygning og virkemåte.

Valgkomiteen anser Andres som en god kandidat til rollen som Fag- og Forskningspolitisk ansvarlig i AU.

**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-21-24.3 Vedlegg 01 - Kandidatskjema for Andreas Gjerstad Møllerhagen.pdf (2 sider)

 PM-21-24.3 Vedlegg 02 - Svar på case-oppgave fra Andreas Gjerstad Møllerhagen.pdf (1 sider)

**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.

**Forhåndsmeldte kandidater:**

- Tiam Farazmand

**Valgkomiteens innstilling:**

- Tiam Farazmand

Tiam studerer sosial pedagogikk ved campus Elverum, og har tidligere erfaring som nestleder i SRS, verv i Utdanningsutvalget og som tillitsvalg på klasseplan. Han er interessert i å løse studenters problemer for å gi dem en enklest mulig studiehverdag, og er spesielt opptatt av psykisk helse.

Valgkomiteen anser Tiam som en god kandidat til Velferds- og Læringsmiljøpolitisk ansvarlig i AU.

**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 Vedlegg 01 - Kandidatskjema for Tiam Farazmand.pdf (1 sider)

14.50 - 15.00 **Pause**

10 min

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

25 min

Valg *Ola Backen Strømnes*

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

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 gagner organisasjonens rykte og verdier samt gi studentene informasjon om organisasjonen.

**Forhåndsmeldte kandidater:**

- Tiam Farazmand

**Valgkomiteens innstilling:**

- Tiam Farazmand


Tiam studerer sosial pedagogikk ved campus Elverum, og har tidligere erfaring som nestleder i SRS, verv i Utdanningsutvalget og som tillitsvalg på klasseplan. Han har tidligere "freelance" erfaring med streaming, facebook-bannere, videoredigering og en stor interesse for teknologi og data.

Valgkomiteen anser Tiam som en god kandidat til Kommunikasjonsansvarlig i AU.

**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 Vedlegg 01 - Kandidatskjema for Tiam Farazmand.pdf (1 sider)

 PM-21-24.5 Vedlegg 02 - Svar på case-oppgave fra Tiam Farazmand.pdf (1 sider)

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. 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.

**Forhåndsmeldte kandidater:**

- Håkon Holmås-Kvam
- Eivind Bjerke Thorsland
- Philip Berg

**Valgkomiteens innstilling:**

- Håkon Holmås-Kvam

Håkon er student ved campus Lillehammer og studerer rettsvitenskap. Han er en pliktoppfyllende og lærevilligstudent som ønsker å kunne bruke utdanningsløpet sitt sammen med vervet i Kontrollkomiteen.

Valgkomiteen anser Håkon som en god kandidat til Kontrollkomiteen.

- Eivind Bjerke Thorsland

Eivind stiller til gjenvalg i Kontrollkomiteen. Han har tidligere erfaring i komiteen og er allerede satt inn i måten det fungerer på. Eivind studerer Serviceledelse og Markedsføring på campus Rena. Han har tidligere erfaring fra SRS på Rena og studentsamfunnet. Valgkomiteen anser Eivind som en god kandidat til Kontrollkomiteen.

- Philip Berg

Philip stiller til gjenvalg i kontrollkomiteen. Han har tidligere erfaring i komiteen og er allerede satt inn i måten det fungerer på. Philip studerer rettsvitenskap på campus Lillehammer. Valgkomiteen anser Philip som en god kandidat til Kontrollkomiteen.

**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.

---

15.50 - 16.00 **Pause**  
10 min

---

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 valgt 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.

**Forhåndsmeldte kandidater:**

- *Ingen har meldt seg*

**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  
25 min

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

Valg            *Ola Backen Strømnes*

**OTRS-sak:** 20097972

**Saksgang:** Parlamentet

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

**Ophav:** 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:**

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.

**Forhåndsmeldte kandidater:**

- Mathias Brattås Remo
- Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen

**Valgkomiteens innstilling:**

- Mathias Brattås Remo

Mathias er student ved campus Lillehammer og studerer organisasjon og ledelse. Han er en engasjert sjel med et ønske om å gjøre studentverdagen så bra som mulig for alle. Han har erfaring fra studentsamfunnet og som fadderleder, nå for andre gang. Han ønsker en ny utfordring der han kan være med å jobbe med velferdstilbudet til studentene. Valgkomiteen anser Mathias som en god kandidat til SINN-Styret.

- Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen


Eloisa studerer på campus Hamar for å bli grunnskolelærer 1-7 trinn. Hun er interessert i å kunne gjøre en forskjell for studentene og bedre studiehverdagen, og liker å utfordre seg selv. Hun har tidligere erfaring som leder og nestleder ved SRS i Hamar, vara i SINN-styret og en rekke andre representantskap. Valgkomiteen anser Eloisa som en god kandidat til SINN-

styret.

**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-21-27 Vedlegg 01 - Kandidatskjema for Mathias Brattås Remo.pdf (1 sider)

 PM-21-27 Vedlegg 02 - Kandidatskjema for Eloisa Michaelsen.pdf (2 sider)

---

16.50 - 17.05

15 min

## PM-21/05 - Møteevaluering

*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



STUDENTORGANISASJONEN I INNLANDET  
**Tidsplan for PM3 27.05.2021**

Sist revidert: 12.05.2021 – 15:09

<b>Tid</b>	<b>Saksnr.</b>	<b>Sakstittel</b>	<b>Varighet</b>
<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>	---

## Orienteringer fra Arbeidsutvalget til PM3 2021

### 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 vedatt 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 helsetilbud 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 intensiv 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 etablere og styrkes. Derfor skal kvalitetsystemet kvalitesikres. 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 inni 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 Nestleder:**

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. StInns sosiale kanaler har hatt en rekkevidde på litt over 15.500 unike brukere med mye trafikk inn mot landingssiden for sentrale valg.

## Orienteringer om nasjonal studentpolitikk til PM3 2021

Det ble avholdt landsmøte i den norske studentorganisasjonen (LMNSO21). Landsmøte ble i år avholdt digitalt. Vår utdanningsinstitusjon var representert på landsmøte som jeg har vært gleden av å være delegasjons leder for. Det har vært sentrale valg i NSO og landsmøte har valgt følgende arbeidsutvalget som skal lede studentene i den kommende perioden:

**Leder:** Tuva Todnem Lund. Studerer ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) på Ås og kommer fra Horten og er avtroppende leder ved Studenttinget ved NMBU.

**Nestleder:** Herman Siggerud. Studerer ved Norges arktiske universitet (UIT) og kommer fra Bærum. Han er avtroppende leder ved Studentparlamentet ved UiT.

**Fag- og forskningspolitisk ansvarlig:** Magnus Dybdahl Studerer ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) og kommer fra Orkanger. Han er avtroppende Studentmedlem vi arbeidsutvalget ved Studenttinget ved NMBU.

**Fag- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig:** Vilde Veronica Haukeland Studerer ved OsloMet – Storbyuniversitetet og kommer fra Oslo. Hun er avtroppende Fagpolitisk ansvarlig for Studentparlamentet ved OsloMet.

**Velferds- og likestillingsansvarlig:** Simen Oftedahl Studerer ved Dronning Mauds Minne Høgskole i Trondheim og kommer fra Ålgård

**Internasjonalt ansvarlig:** Emily MacPherson Studerer ved Høgskolen i Innlandet og kommer fra Livingston i Skottland og flyttet Ulsteinvik.

Til **sentralstyret** ble følgende kandidater valgt:

Olea Magdalene Norset  
Anna Emilie Hagen  
Gesine Fischer  
Torjus Levisen Johansen  
Thomas Finnøy Trouiller  
Maika Marie Godal Dam  
Tina Tufte Holtsdalen  
Ola Gimse Estenstad  
Jonas Dahlberg Toft  
Frida Rasmussen  
Johannes Saastad  
Henriette Seim  
Iben Nettet

Les mer om valgresultatet til sentrale valg til flere utvalg og komiteer her:

<https://www.student.no/lm11/lm11-vedtak/>

På landsmøte ble flere viktige saker behandlet blant annet **handlingsplanen** og **fag politisk plattform**. Her kunne StInn feire flere nasjonale gjennomslag når det kommer til pedagogisk minstekompetanse og landsmøte har vedtatt at alle PHD utdanninger skal ha relevant pedagogisk opplæring implementert i graden sin, som er rettet seg mot undervisning. Les mer om fag politiske plattformen, og saker som ble behandlet på landsmøte her: <https://www.student.no/lm11/lm11-saker/>

Følgende **resolusjoner** ble vedtatt på landsmøte:

### **En god studietid for studenter med barn!**

Denne resolusjonen går ut på at foreldre som tjener under 2G i året skal få gratis barnehageplasser, SFO for barn under 10 år og at inntekts- og formuegrensen til Lånekassen for studenter med barn må økes.

### **Gratis sanitetsprodukter til studenter!**

Denne resolusjonen sier at sanitetsprodukter skal være gratis for alle studenter. Sanitetsproduktene skal også være lett tilgjengelig på alle studiesteder. Bærekraftsperspektivet blir også drøftet her, og fokuset legges på økt bruk av bærekraftige sanitetsprodukter blant studenter.

### **Hjelpe, ikke straffe!**

Den siste, og kanskje mest kontroversielle, resolusjonen går ut på at personer med rusproblemer skal møtes med helsehjelp. NSO mener også at det må bevilges mer penger til studentenes psykiske helse i statsbudsjettet. Resolusjonen legger også vekt på forskning og kunnskap rundt rusbruk og rusmidler. Landsmøtet har også vedtatt ny politisk plattform for forskningspolitikk og for organiseringen av universitets- og høgskolesektoren.

Sistnevnte resolusjon er et stort gjennomslag for oss i StInn som i flere år har jobbet rundt rusproblematikken blant studenter, og fått en del lokal gjennomslag i SINN, der jeg har vært representert i rus og levevaner prosjektet i SINN, som blant annet var bidragsyter til prosjektet første års student og ansettelsen av studentkoordinatorer. Spesielt kulepunktene:

- Posten «Studenters psykiske helse» i statsbudsjettet må økes.
- Studentsamskipnadene skal innføre lavterskel samtaletilbud for studenter.

Jeg har skrevet resolusjonen sammen med Daniel Hansen Masvik, og vi har fått flere medlemslag til å skrive under resolusjonen. Lavterskeltilbud er fortsatt ikke en selvfølge ved alle studentsamskipnader i Norge, og få tilbyr psykolog eller samtaletenester. Kulepunktet om økningen i statsbudsjett posten er svært viktig, og NSO har et særskilt ansvar til å sikre dette i kommende perioden. StInn må være på ballen til å følge opp siden vi er helt avhengig av flere midler for å styrke det psykiske helse tilbudet framover.

## 1 VEDLEGG 1: INNKOMNE RESOLUSJONER

### 2 RESOLUSJON 1 - EN GOD STUDIETID FOR STUDENTER MED BARN

3 *Forslagsstillere: Anna Emilie Hagen på vegne av HVL og Maya-Katrin Skjeldal på vegne av BI*

#### 4 EN GOD STUDIETID FOR STUDENTER MED BARN

5 Utdanning skal være for alle og skal være et sted hvor alle som ønsker å få påfyll av kunnskap får  
6 denne muligheten. Studenter kommer fra hver sin unike bakgrunn og vi som velferdsstat er nødt til  
7 å sørge for at alle samfunnets borgere har lik rett til utdanning og et tilpasset støtteapparat rundt  
8 seg. Studenter kommer fra familier med ulik inntektskilde og nivå, de kommer i alle aldre, og noen  
9 har barn før de starter på en utdanning, mens andre får barn i løpet av studietiden.

10 Ungdomskravet 2021 krever at det skal legges til rette for å ha barn som student. Vi må sørge for  
11 at studenter med barn får de beste forutsetningene for å kunne prioritere å studere samtidig som  
12 de er foreldre. NSO krever at det skal arbeides for å innføre gode tiltak som gir foreldre følelsen av  
13 å bli ivaretatt mens de er student i Norge.

#### 14 **Barnehageplass for alle**

15 I 2015 kom det et nasjonalt vedtak om reduksjon i foreldrebetaling for en barnehageplass med  
16 gratis kjemetid. Med kjemetid betyr 20 timer i uken hvor barnet får komme gratis i barnehagen.  
17 Ønsker foreldrene å ha barnet i barnehagen utenom disse timene må det betales for. Dette tiltaket  
18 kom slik at ingen familie måtte betale mer enn 6% av sin inntekt i barnehageplasser.

19 I Stavanger kommune ble det innført et tilleggstiltak for familier som året før tjente under 2G. Disse  
20 får gratis barnehetilbud for det kommende året. Med en stram økonomi vil slike tiltak sikre at  
21 foreldre kan bruke de midlene de har på andre nødvendigheter. Foreldre kommer i alle aldre og  
22 med forskjellig bakgrunn. Foreldre kan være studenter eller ønske om å bli studenter, og da er det  
23 viktig at de har et system rundt seg som sikrer deres økonomiske situasjon.

24 Det nasjonale tiltaket som kom i 2015 er et godt tiltak som har gjort det enklere for foreldre å ha  
25 barnet i barnehage uten store økonomiske konsekvenser, men vi ser at tiltaket kan bli sterkere ved  
26 å følge Stavanger kommune sine fotspor. Dette skal være et tiltak som gagnar alle foreldre som  
27 tjener under 2G, uavhengig om de studerer eller ikke.

28 Samskipnadene sine barnehager er finansiert etter kommunale satser. Barnefamilier bor gjerne  
29 ikke sentrumsnært eller tett på campus. Vi må sørge for at studenter med barn som ikke bosetter  
30 seg nær en barnehage i regi av samskipnadene, får hjelp til komme inn i en barnehage nær  
31 bostedet. Å få barn som student skal ikke være en byrde, men en glede for de kommende  
32 foreldrene og vi må sørge for at deres interesser og velferd blir ivaretatt. Ved alle handlinger som  
33 berører barn, enten de foretas av offentlige eller private velferdsorganisasjoner, domstoler,  
34 administrative myndigheter eller lovgivende organer, skal barnets beste være et grunnleggende  
35 hensyn. Det er viktig at barnet får mulighet til å skape en trygg relasjon til omgivelsene i  
36 nærområdet og til mennesker de gjerne skal følge resten av sitt eget utdanningsløp, samt at  
37 foreldrene ikke må ha en unødig belastning grunnet tidsbruk på pendling til barnehage utenfor  
38 nærområde.



### 39 **Inntekts- og formuesgrenser**

40 Som forelder kommer det en rekke kostander, og som student kan denne ekstra utgiften være  
41 belastende på et allerede strengt budsjett. I følge SIFO sitt referansebudsjett koster et barn fra 0-  
42 17 år mellom 900 000 kr – 1 000 000 kr totalt. Som blir en god sum i året. Studenter med barn har  
43 samme inntektsgrense som studenter uten barn, selv om kostandene er vesentlig større. En har  
44 mulighet å gjennom lånekassen søke om ekstrastipend og tilleggs lån for barn under 16.

45 Formuesgrensen for et foreldrepar er i dag på 853 315 kr, mens om en er aleneforsørger er den på  
46 444 300 kr. Dette gjør at det er vanskelig for studenter som er i en etableringsfase, som bygger  
47 egenkapital eller som allerede har formue i bolig.

48 Vi må sørge for at oppveksttiden til barna til studenter kan skje under trygge rammer, og at  
49 økonomien ikke blir begrenset til en sum som kan gi deg risiko for fattigdom. Derfor er det ønskelig  
50 å øke inntektsgrensen til studenter med barn for å gi de som er avhengig av ekstra inntekt en  
51 større økonomisk forutsigbarhet og trygghet.

### 52 **Studenters rettigheter på campus og i praksis**

53 Utdanningsinstitusjonene har en plikt overfor studentene å legge til rette for at de blir godt ivaretatt  
54 og at de har et støtteapparat rundt seg som gjør det enkelt for studenten å delta i utdanningen sin.  
55 En student som skal ha barn eller har barn skal vite at deres studieplass er ivaretatt og at den er  
56 der når studenten er ferdig med foreldrepermisjon.

57 En student som enda ammer skal ha rett på å få fri fra obligatoriske opplegg uten å få fravær for  
58 tapt tid. Institusjonen skal legge til rette for at studenter som er i praksis ikke skal måtte ta igjen  
59 praksistimer som går tapt. Her skal Arbeidsmiljøloven §12-8 følges, selv for studenter,

60 *(1) Kvinne som ammer sitt barn kan kreve den fri hun av den grunn trenger. Fritiden kan for*  
61 *eksempel tas ut i minst en halv time to ganger daglig eller som redusert arbeidstid med inntil én*  
62 *time hver dag.*

63 Mediebildet har vist oss at det gjentatte ganger skjer avvik fra loven om tilrettelegging for studenter  
64 ved praksis. Rammeplanstyrte praksiser gjør det vanskelig å argumentere for å ikke måtte ta igjen  
65 tapt tid grunnet medisinske grunner, men dette kan ikke gå ut over studentens psyke. Studenter  
66 med barn skal føle på gleden av å ha fått barn, og de skal føle at de blir ivaretatt av  
67 utdanningsinstitusjonen.

68 Utdanningsinstitusjonene skal ta brudd på UH-loven, §4-3 (5) om studenters rett til å få særskilt  
69 tilrettelegging, på alvor. NSO krever at slike brudd ikke skjer gjentatte ganger og at institusjonen  
70 skal ha bedre planer og tilbud om kompensasjonsoppgaver ved slike tilfeller.

### 71 **NSO mener at:**

- 72 • Foreldre som tjener under 2G i året skal få gratis barnehageplass.
- 73 • Studenter med barn skal få hjelp av kommunen til å få barnehageplass i nærheten av deres  
74 bosted.
- 75 • Inntekts- og formuesgrensen til Lånekassen for studenter med barn må økes.
- 76 • Utdanningsinstitusjonene skal tilrettelegge for studenter med barn under utdanningen,  
77 herunder undervisning, praksis, eksamener og andre obligatoriske aktiviteter.
- 78 • Utdanningsinstitusjonene skal ta brudd på UH-loven §4-3 (5) på alvor og sørge for at  
79 studenter alltid føler seg ivaretatt ved sin institusjon.

80 Kilder:

81 <https://www.udir.no/regelverk-og-tilsyn/barnehage/foreldrebetaling/moderasjonsordninger-foreldrebetaling/>

83 <https://www.stavanger.kommune.no/barnehage-og-skole/barnehage/pris-og-betaling/>

84 <https://lanekassen.no/nb-NO/stipend-og-lan/barn-og-fodsel/student-med-barn/>

85 <https://www.oslomet.no/om/sifo/referansebudsjettet>

86 <https://danskebank.no/nyheter/smar-te-vaner/saa-mye-koster-barna-deg>

87 <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/stottemateriell-til-rammeplanen/barnekonvensjonen/>

88 [https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdfv/178931-fns\\_barnekonvensjon.pdf](https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdfv/178931-fns_barnekonvensjon.pdf)

90 <https://sykepleien.no/2017/09/sykepleierstudentens-seksaring-ma-klare-seg-selv>

91 <https://www.nrk.no/mr/student-reagerer-pa-manglende-tilrettelegging-ved-graviditet-og-spontanabort-1.15383235>

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110 **RESOLUSJON 2 - GRATIS SANITETSPRODUKTER TIL STUDENTER**

111 *Forslagsstiller: Studenttinget på Vestlandet*

112 **GRATIS SANITETSPRODUKTER TIL STUDENTER**

113 Store deler av jordens befolkning opplever menstruasjon hver måned. Det samme gjelder  
114 studenter. Dette fører med seg kostnader til sanitetsprodukter som den menstruerende ikke kan  
115 velge bort. Alle opplever menstruasjonen ulikt, og til tross for å være en naturlig prosess kan den  
116 oppleves stigmatiserende. NSO mener at gratis og tilgjengelige sanitetsprodukter for studenter på  
117 campus vil motvirke stigma og lette den økonomiske byrden for mange.

118 Menstruasjon kan komme når man minst aner det, og det er ikke alltid gitt at studentene har  
119 sanitetsprodukter tilgjengelig. Dette kan påføre en unødvendig belastning. Ved å tilgjengeliggjøre  
120 bind og tamponger på campus har studentene en ekstra trygghet dersom menstruasjonen skulle  
121 komme uforventet. Dette gjør at studentene kan fokusere fullt ut på studiene.

122 Norge må se til Skottland og Frankrike, som har gjort bind og tamponger gratis og tilgjengelig for  
123 alle elever og studenter. Disse landene er foregangsland når det kommer til å normalisere  
124 menstruasjon, ved å fjerne de sosioøkonomiske belastningene. De har tilgjengeliggjort  
125 sanitetsprodukter på en skånsom og verdig måte, slik at det blir enklere å fokusere på det å være  
126 student. Det er derfor på tide at Norge følger etter, og viser at vi tar likestilling og menstruasjon på  
127 alvor.

128 **NSO mener at:**

- 129 • Bind og tamponger skal være gratis for alle studenter
- 130 • Sanitetsprodukter skal være lett tilgjengelig på alle campus

131

132

133 **RESOLUSJON 3 - HJELPE, IKKE STRAFFE**

134 *Forslagsstillere: Daniel Hansen Masvik, Gesine Fischer, Martine Jordana Baarholm, Erlend Søybye*  
135 *Grønvold, Ola Gimse Estenstad, Marte Emilie Skjennem og Andreas Knudsen Sund*

136 **HJELPE, IKKE STRAFFE**

137 De siste årene har rusproblematikk og alvorlige psykiske helseplager hos studentene økt. Dette er  
138 bekymringsverdig, og krever målrettede tiltak som ivaretar studenter i en sårbar situasjon. Vi har  
139 ingen å miste og nå må studentstemmen ta til orde for en human ruspolitikk. Vi i NSO må vise at vi  
140 bryr oss!

141 Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (Shot) har over flere år kartlagt studentenes vaner  
142 med rusmidler. Fra 2014 til 2018 steg bruken av rusmidler blant studenter i alderen mellom 18  
143 til 35 år fra 23% til 27%. I 2018 rapporterte 44 prosent av studentene en høy eller alvorlig høy  
144 risikoatferd knyttet til alkohol. I egen undersøkelse fra Norsk studentorganisasjon (NSO) i 2019  
145 rapporterer over 14000 studenter bruk av rusmidler for å fremme egen prestasjon. Av disse  
146 oppgir 24 % å ha brukt rusmidler som amfetamin, mens 22% brukte cannabis som  
147 prestasjonsfremmende rusmiddel. Til tross for et mindre utvalg enn Shot-undersøkelsen, viser  
148 begge undersøkelsene et gjennomsnittlig høyere rusbruk blant studenter enn resten av  
149 befolkningen. Samfunnsgrupper med lav sosioøkonomisk status og alvorlige helseplager har  
150 en høyere risiko for å utvikle rusmisbruk (substance abuse disorder SAD), og utvikle et  
151 problematisk forhold til rusmidler. Hver fjerde student rapporterer om alvorlige psykiske  
152 helseplager, 32% av alle studenter oppgir svært mye helseplager, og over halvparten av alle  
153 studenter oppgir å ha problemer med å dekke nødvendige utgifter (Shot, 2018).

154 Dette gjør studenter til en svært utsatt gruppe for å utvikle SAD, og problemer knyttet til  
155 rusmisbruk. Denne gruppen behøver å bli møtt med forståelse, mindre stigma, og  
156 helsefremmende tiltak. Derfor må NSO ta standpunkt i ruspolitikken. Det er viktig at studenter  
157 med rusproblematikk møtes av utdanningsinstitusjoner, studentsamskipnader og en  
158 helsesektor med kompetanse og forståelse, fremfor sanksjoner.

159 Dette krever forebyggende tiltak i studentsamskipnader og ved utdanningsinstitusjonene.  
160 Mange studentsamskipnader tilbyr studenter støtte i form av samtaler med kompetente  
161 rådgivere, og flere ansatte og studenter jobber med målrettede tiltak. Det behøves fortsatt  
162 bedre kartlegging, holdningsendringer, og behandlingsapparater for studenter. Studenter med  
163 alvorlige psykiske helseplager knyttet direkte eller indirekte til rusbruk behøver utredning og  
164 behandling av spesialisthelsetjenesten. I dag er det ofte ett års ventetid disse studentene  
165 møter, og i dette tidsrommet er det stor fare for å bli dårligere.

166 Det eksisterer for lite forskning på hvordan studenter som gruppe forholder seg til lovlige og  
167 illegale rusmidler. SHoT-undersøkelsene i 2010, 2014 og 2018 kartlegger noe og er god hjelp,  
168 men vi trenger mer kunnskap om omfanget, andre bakenforliggende årsaker og ikke minst  
169 hvordan studenters spesielle livssituasjon påvirker rusbruk. Ruspolitikken skal være  
170 kunnskapsbasert, ikke styrt av urealistiske skremmebilder. NSO, institusjonene,  
171 studentsamskipnadene og ikke minst kommunale helsetjenester har et felles ansvar for  
172 studentene.

- 173 **NSO mener:**
- 174 • Resultatene fra blant annet SHoT 2022 og Levekårsundersøkelsen skal aktivt brukes
- 175 for å gjennomføre ny forskning på studenters forhold til rusbruk og rusmidler.
- 176 • Politikken som føres på rusfeltet skal være kunnskapsbasert.
- 177 • Rusmisbrukere skal møtes med helsehjelp.
- 178 • Studentsamskipnadene skal innføre lavterskel samtaletilbud for studenter.
- 179 • Posten «Studenters psykiske helse» i statsbudsjettet må økes.
- 180

181 **RESOLUSJON 4 - STØRRE IVARETAKELSE AV STUDENTERS PSYKISKE HELSE;**  
182 **EN NØDVENDIGHET FOR BEDRE STUDIEKVALITET I EN PANDEMI**

183 *Forslagsstiller: Mikkel Sibe*

184 **STØRRE IVARETAKELSE AV STUDENTERS PSYKISKE HELSE; EN NØDVENDIGHET**  
185 **FOR BEDRE STUDIEKVALITET I EN PANDEMI**

186 Siden koronapandemien inntraff det norske land i mars 2020, har man sett en økning i antall  
187 studenter med helseplager. Utbredt helsehjelp som psykologhelsetjenesten har måttet entre banen  
188 på andre måter, og det vises til bekymring for studiemiljø og helse<sup>1</sup>. Køene blir lengre, og det blir  
189 bare vanskeligere å få den hjelpen man trenger.

190 I 2018 var det en av fire studenter, eller 29%, som kunne rapportere at de slet psykisk<sup>2</sup>.  
191 Sammenligner vi disse tallene med tall fra 2020, kan vi se en markant økning i antall studenter  
192 som av ulike grunner har fått dårligere psykososiale forhold, som følge av pandemien.  
193 Alarmerende mange studenter rapporterer også dårligere faglig utbytte, hvor tallet ligger på over  
194 80%.

195 Ser vi også på ulike studier, ser vi en økning i antall studenter som sliter med psykiske  
196 helseplager, ettersom Covid-19 har blitt en del av hverdagen<sup>3</sup>. Hele 39% av studenter sier at de  
197 sliter med angst, mens 40,3% av studenter sier at de sliter mentalt.

198 Dette er høye tall, som NSO ønsker at skal ha en markant nedgang. Dette mener vi kan komme på  
199 bordet om helsetjenesten styrkes, og det blir større muligheter for psykologisk helsefaglig hjelp.  
200 For NSO er det et prinsipp om at studentenes fysiske & psykiske helse er og skal være et offentlig  
201 ansvar. Den offentlige arena skal gi alle like muligheter til å få den hjelpen som er nødvendig for en  
202 god studiehverdag. Det skal aldri være for sent å si ifra, og rask henvisning til helsetjenester skal  
203 være en prioritet.

204 En styrket psykologhelsetjeneste for studenter er noe NSO har ønsket lenge, da siden pandemien  
205 inntraff. NSO mener at, ved å øke terskelen for å etterspørre hjelp, bygge ned stigma rundt  
206 psykiske plager & gjøre helsehjelp mer tilgjengelig, vil vi kunne komme til å se en markant økning i  
207 antall studenter som har et positivt utbytte av sitt studium.

208 Flere universiteter & høyskoler har allerede satt i gang tiltak for å jobbe med studentenes psykiske  
209 helse. Gjennom Studentsamskipnaden i Oslo, kan flere blant annet tilby rådgivere &

---

<sup>1</sup> Tiltak for oppfølging av studenter ved fagskoler, høyskoler & universiteter under koronapandemien  
(<https://www.regjeringen.no/contentassets/459df2260de74e57a9f1317bd0bb492f/tiltak-for-oppfolging-av-studenter-ved-fagskoler-hoyskoler-og-universiteter-under-pandemien.pdf>)

<sup>2</sup> Hver fjerde student sliter psykisk (2018) (<https://www.fhi.no/nyheter/2018/hver-fjerde-student-sliter-psykisk/>)  
SHOT undersøkelsen 2018 ([https://khrono.no/files/2018/09/05/SHOT%202018%20\(1\).pdf](https://khrono.no/files/2018/09/05/SHOT%202018%20(1).pdf))

Studiebarometeret 2020 (<https://docplayer.me/203391601-Rapport-studiebarometeret-2020-hovedtendenser.html>)

<sup>3</sup> Undergraduate and Graduate Students' Mental Health During the COVID-19 Pandemic

(<https://escholarship.org/uc/item/80k5d5hw>)

*The Impact of the COVID-19 Pandemic on Undergraduate and Graduate Students with Emotional or Mental Health Concerns or Conditions* (<https://escholarship.org/uc/item/83m75056>)

210 helsesykepleiere, mens det kan tilbys psykososiale lavterskeltilbud ved flere institusjoner, gjennom  
211 Studentsamskipnaden i Agder.

212 Selv om det er mange faktorer som kan bidra til studentenes helhetlige, psykiske helse, er et  
213 helhetlig psykologisk helsetilbud en grunnstein for at flere studenter skal kunne gjennomføre sine  
214 studier innen tiden.

215 **Oppsumert er NSO's krav til endringer for et godt, psykisk helsetilbud følgende;**

- 216 • Det skal settes større fokus på kartlegging av hvilket psykologtilbud de enkelte høyskoler  
217 og universiteter har å tilby.
- 218 • Oppfølging av elever gjennom grunnskole, ungdomsskole & videregående skole må  
219 styrkes.
- 220 • Større synlighet blant veiledere og rådgivere.
- 221 • Studenter som sliter psykisk, må kunne forsikres om at det ikke er stigmatiserende å  
222 etterspørre hjelp dersom dette trengs.
- 223 • Det må settes i gang ytterligere tiltak for å ivareta psykisk helse og et godt studiemiljø.

224

225 **RESOLUSJON 5 - KOMPETANSE FOR FREMTIDEN**

226 *Forslagsstiller: UiS delegasjonen*

227 **KOMPETANSE FOR FREMTIDEN**

228 Høyere utdanning har som hovedmål å gjøre studentene klare for fremtidens arbeidsliv. For at  
229 universitetene og høyskolene skal opprettholde dette ansvaret trenger de verktøyene for å tilby  
230 studieplasser som fremtidens samfunn trenger. Dessverre forhindrer gradsforskriften at vi utnytter  
231 vårt faglige potensiale.

232 Flere av yrkene som vi har behov for i fremtiden er utilgjengelige for egnede institusjoner grunnet  
233 gradsforskriften. Vi vet at det vil være større etterspørsel etter yrker som psykolog, psykiater og  
234 fastlege. Utviklingen blant unge viser at psykisk helsehjelp vil være en viktig prioritering, og om 25  
235 år vil vi trenge ca. 13 000 flere leger. Dette er yrker som man bare kan bli utdannet i ved visse  
236 utdanningsinstitusjoner.

237 På grunn av dette tar nesten halvparten av alle norske medisinstudenter utdanningen sin i  
238 utlandet. Dette må til for å sikre et tilstrekkelig antall leger i helsetjenestene. Samtidig konkluderer  
239 Grimstadutvalget at vi i større grad må utdanne våre egne leger. Med dagens gradsforskrift blir  
240 dette vanskeligere enn det trenger å være.

241 Gradsforskriften gir særrett for utdanning av bestemte yrker til noen få høyere  
242 utdanningsinstitusjoner. Disse yrkene omfatter bla. psykologer, jurister, teologer og leger. Så selv  
243 om flere høyere utdanningsinstitusjoner har miljøet, bakgrunnen og kompetansen til å tilby  
244 studenter sårt ettertraktede studier, får de ikke lov. Et eksempel er Universitetet i Stavanger. Her  
245 tilbys bachelorgrad i rettsvitenskap og master i Forretningsjus. Men siden rettsvitenskap er  
246 beskyttet av gradsforskriften har ikke UiS mulighet til å tilby en profesjonsgrad. Det er derfor  
247 svært positivt at Regjeringen i sin styringsmelding foreslår å endre gradsforskriften innen juss,  
248 teologi og psykologi.

249 Hvis høyere utdanning skal opprettholde sitt samfunnsansvar må vi endre gradsforskriften slik at vi  
250 kan bygge kompetansen vi trenger for fremtidens arbeidsliv. Det skal være kompetansen, ikke  
251 navnet på institusjonen, som skal bestemme om en skole kan tilby fremtidens studier eller ikke.

252 **NSO vil derfor:**

- 253 • Endre gradsforskriften slik at universitetene i større grad skal kunne bestemme hvilke studier  
254 de vil tilby, innenfor strenge krav til kvalitet



# SHOT

Tilleggsundersøkelse



## Studentenes helse- og trivselsundersøkelse

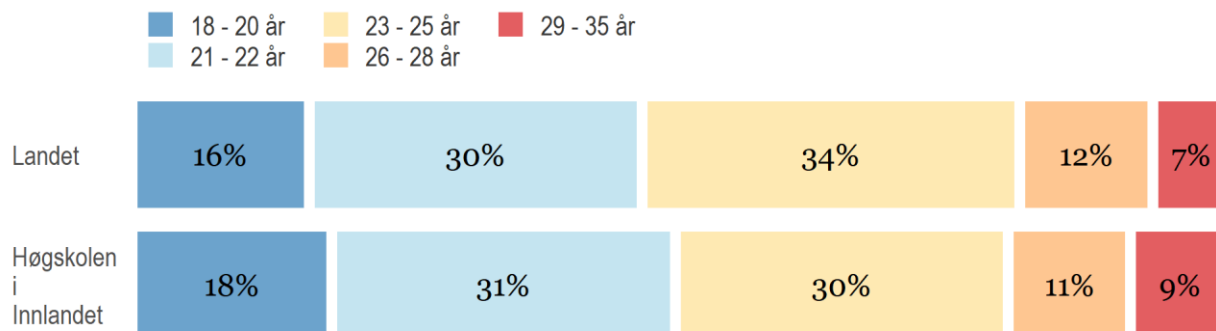
Høgskolen i Innlandet



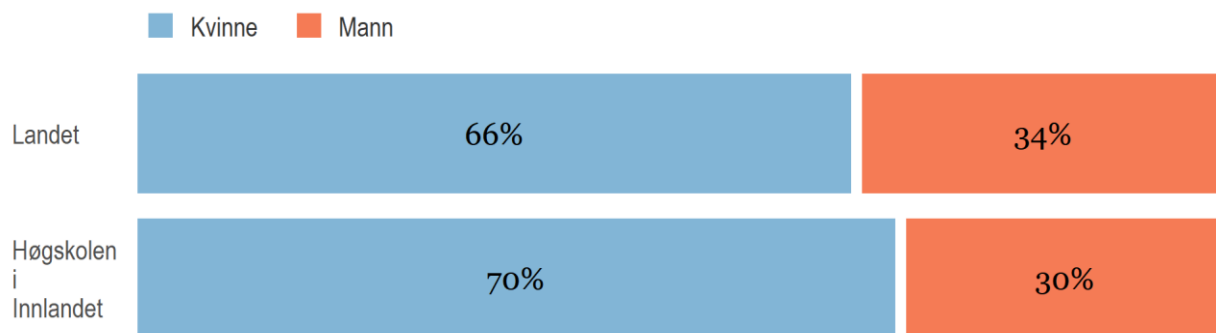
# Om institusjon

---

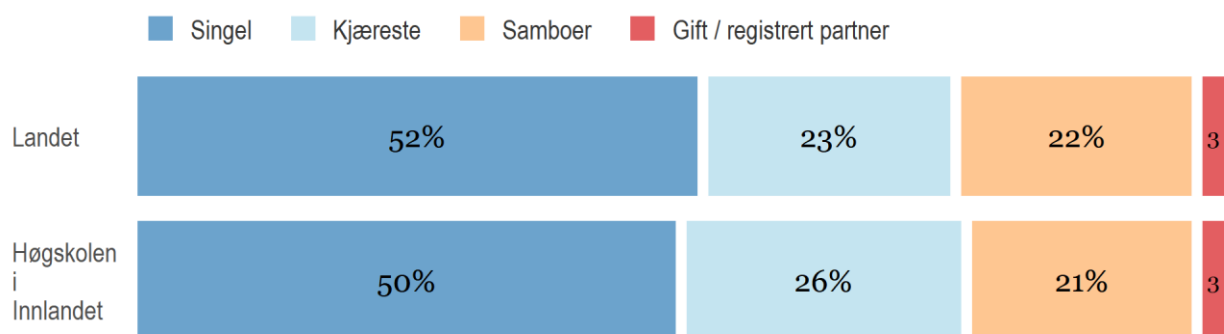
## Aldersfordeling



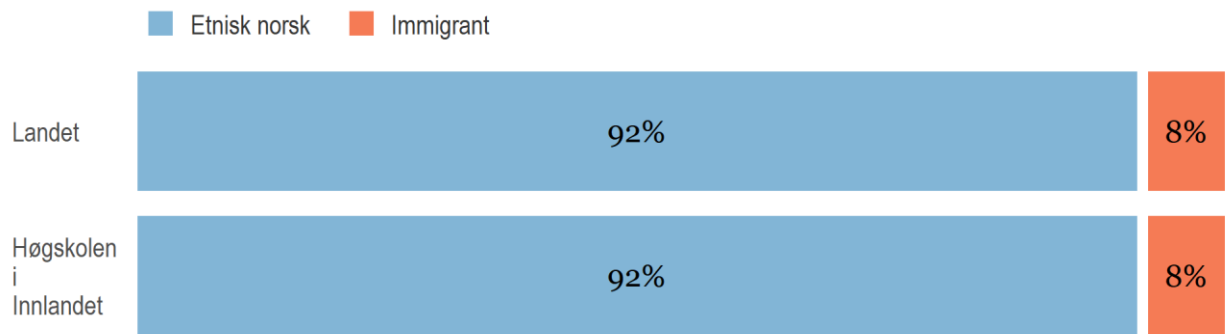
## Kjønn



## Hva er din sivilstatus?



## Immigrant

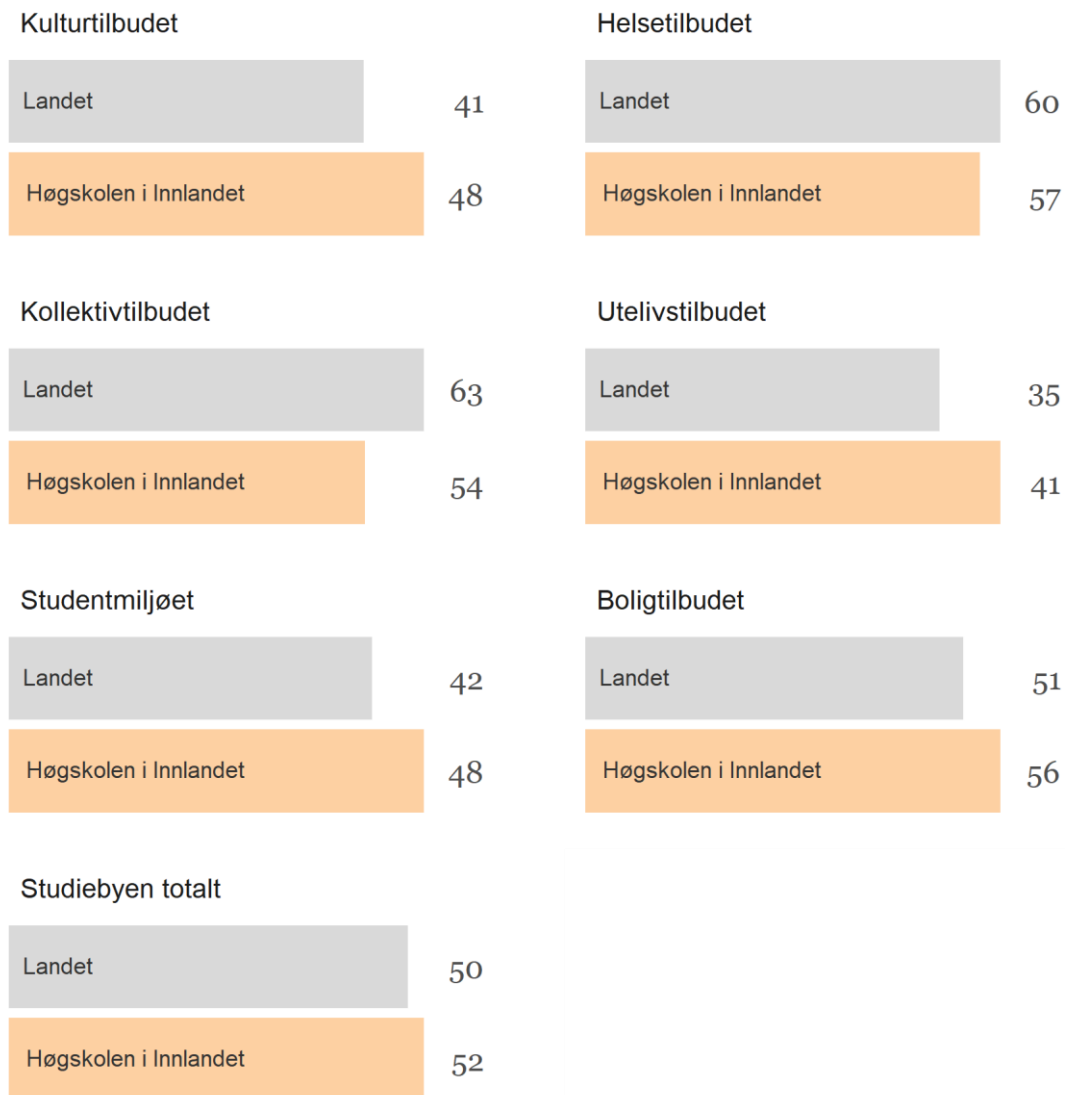


## Forhold på studiestedet

---

### 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):

### Undervisningen



### Egen arbeidsinnsats



### Arbeidsmengden på studiet



### Måten studiet er strukturert på



### Den faglige veiledningen



### Det fysiske læringsmiljøet

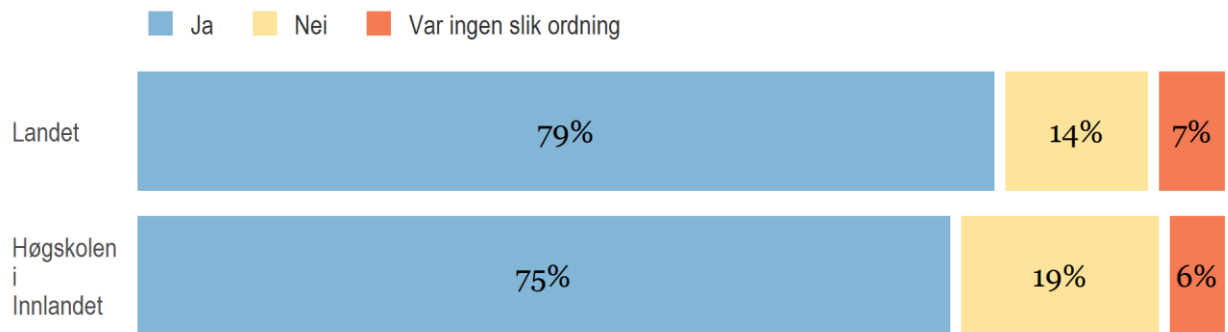


### Tilbakemelding på egen læring



## Deltakelse i fadderordning

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

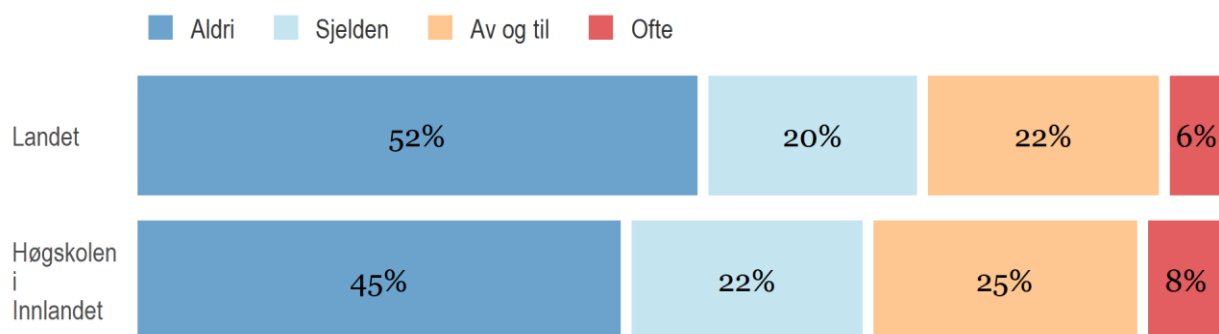


# Økonomi

---

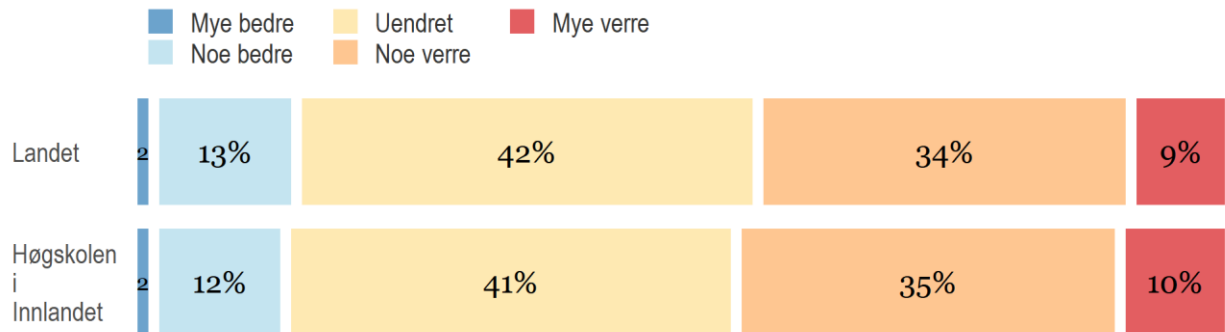
## Økonomiske vansker

*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?*



## Under pandemien

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



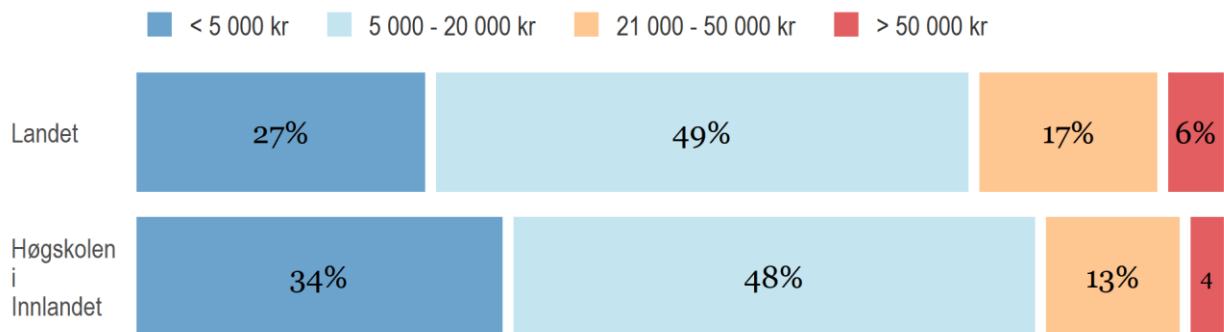


## Hjelp fra familien

Får du økonomisk hjelp fra familien din?



Hvor mye får du i året?

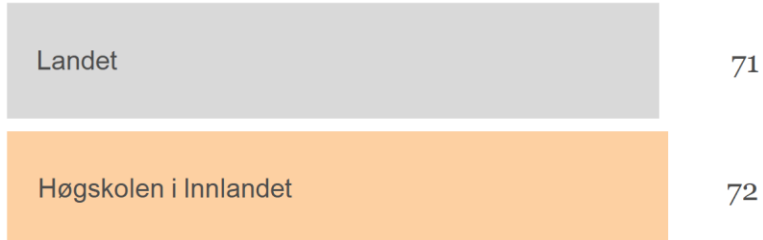


# Studieferdigheter

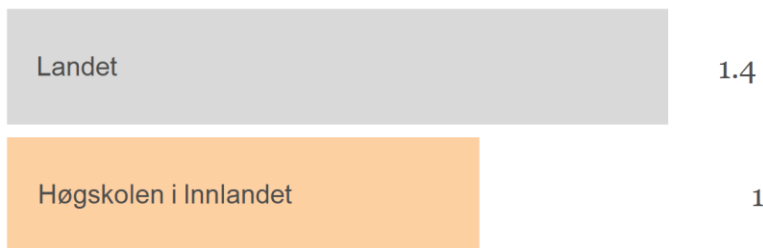
---

## Studiehverdagen under pademien

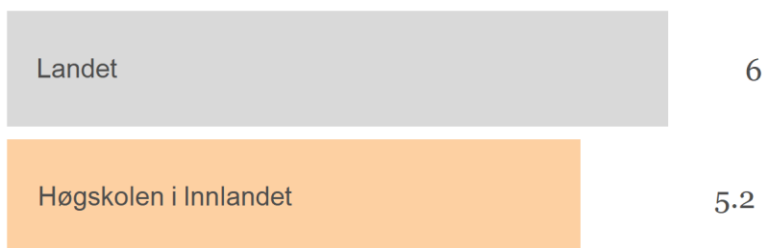
*Omtrent hvor stor andel av forelesningene har du fulgt digitalt siden start av studieåret i august 2020 fram til nå? (10-90)*



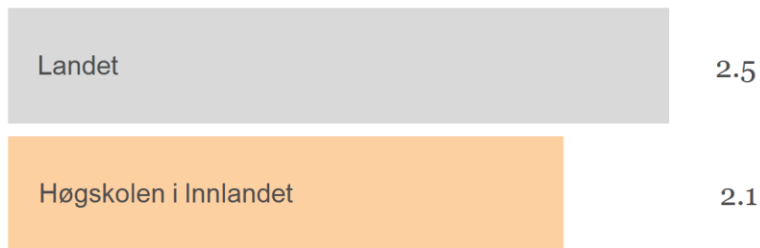
*Omtrent hvor mange dager har du hatt tilbud om fysisk undervisning på campus (eller andre steder) de siste 14 dagene?*



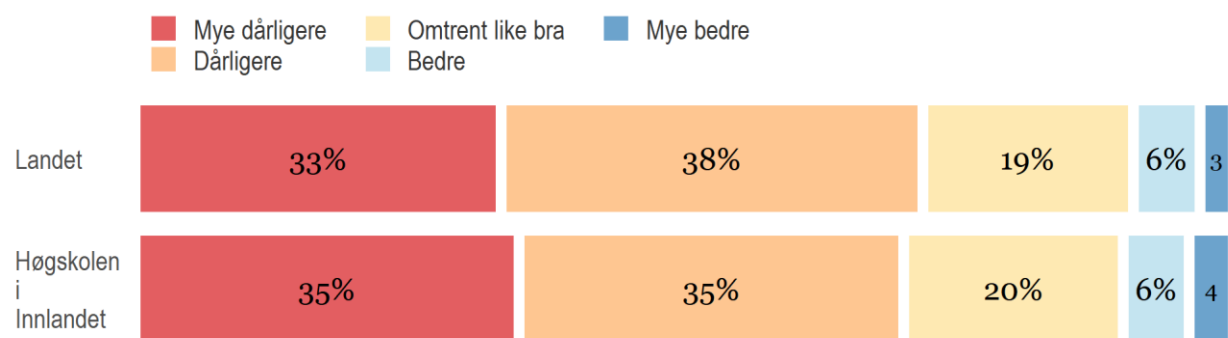
*Omtrent hvor mange dager har du hatt tilbud om digital (online) undervisning de siste 14 dagene?*



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



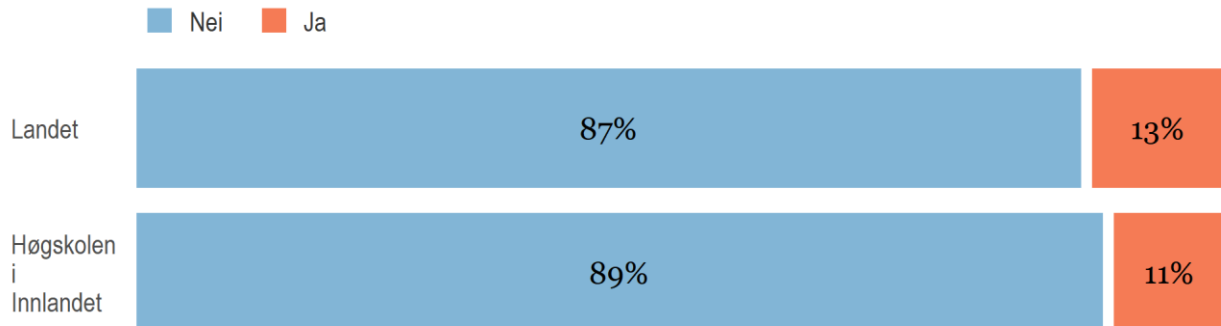
Hvordan synes du den digitale undervisningen fungerer så langt sammenlignet med tradisjonell undervisning?



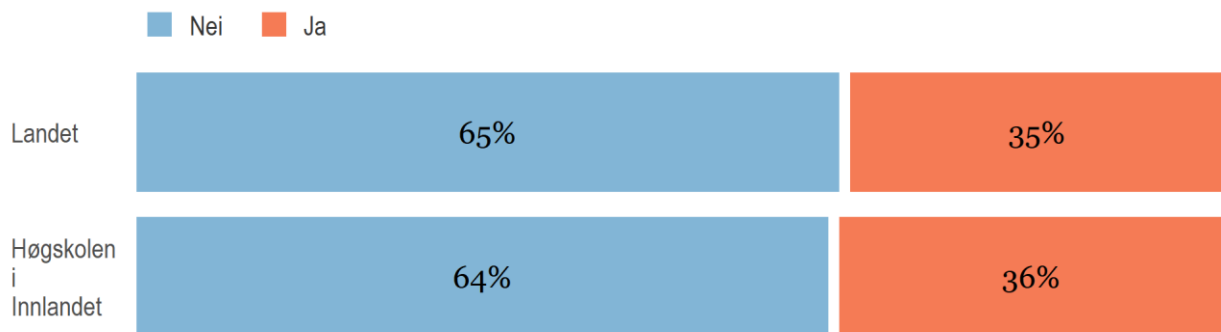
## Utfordringer med digital undervisning

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

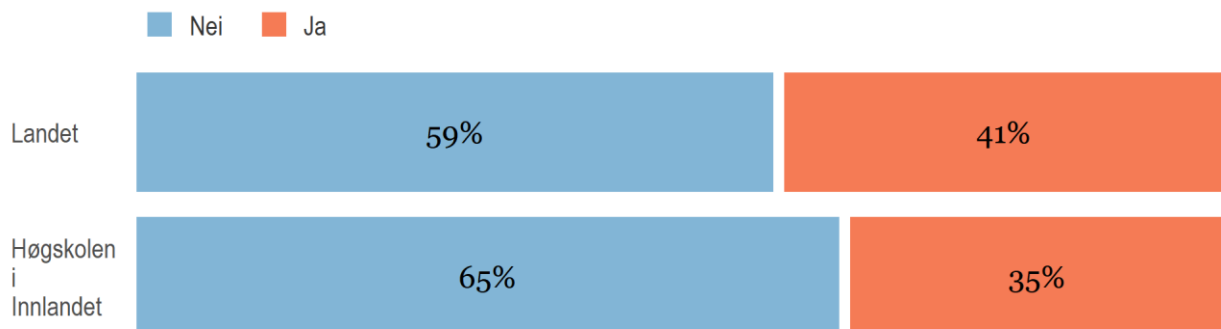
### Manglende utstyr



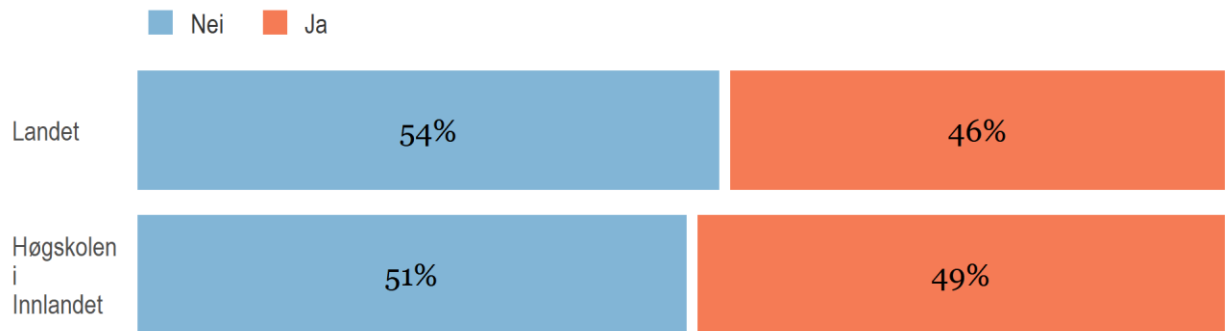
### Ustabil internettforbindelse



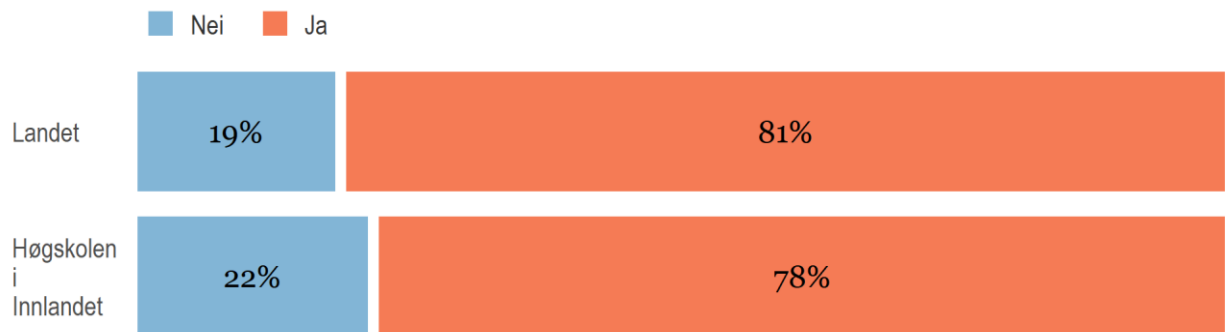
### Har ikke god arbeidsplass hjemme



### *Foreleser som mangler teknisk kompetanse*



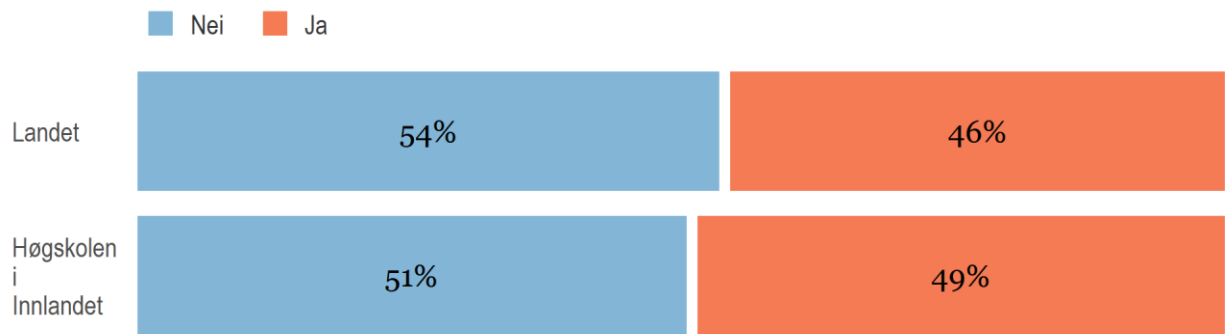
### *Savner kontakt med medstudentene*



### *Savner kontakt med faglæreren*

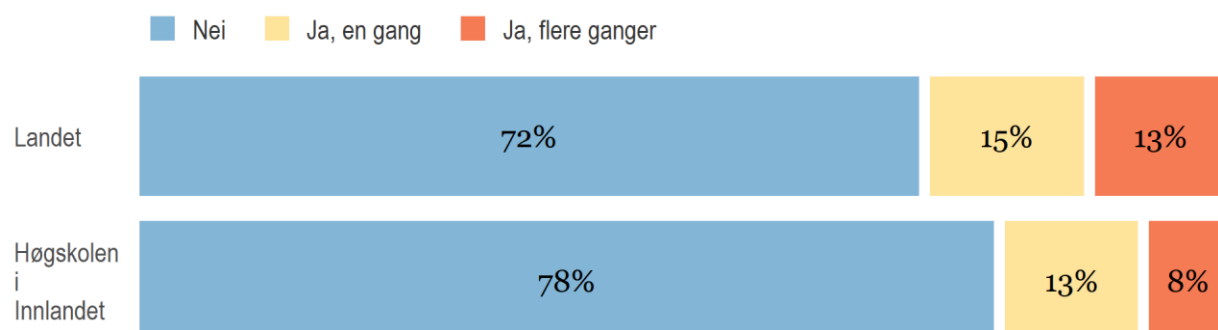


*Mindre engasjerende*



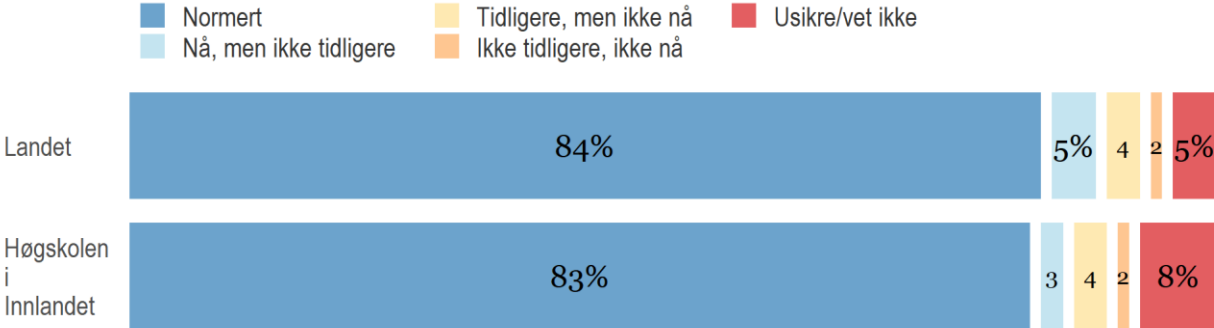
## Stryk

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



# Studieprogresjon

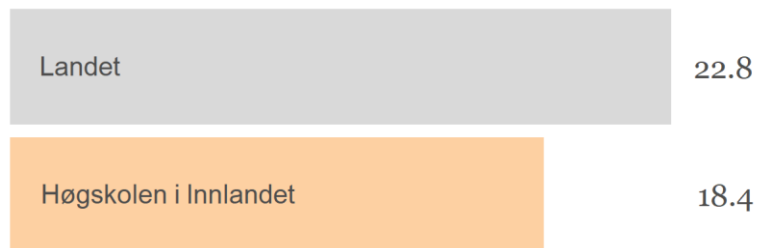
Studieprogresjon (samlet)





## Studietime

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



## 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?*

#### Trening / fysisk aktivitet



#### Sosial aktivitet med venner



#### Samvær med familien



#### Sosiale medier



#### Gaming



#### TV inkl. strømmetjenester



#### Frivillige aktiviteter / studentorganisasjoner

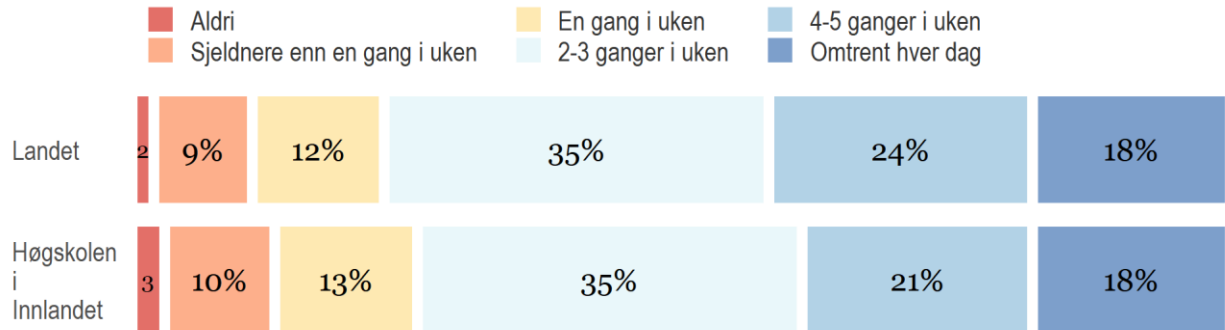


#### Studiene mine

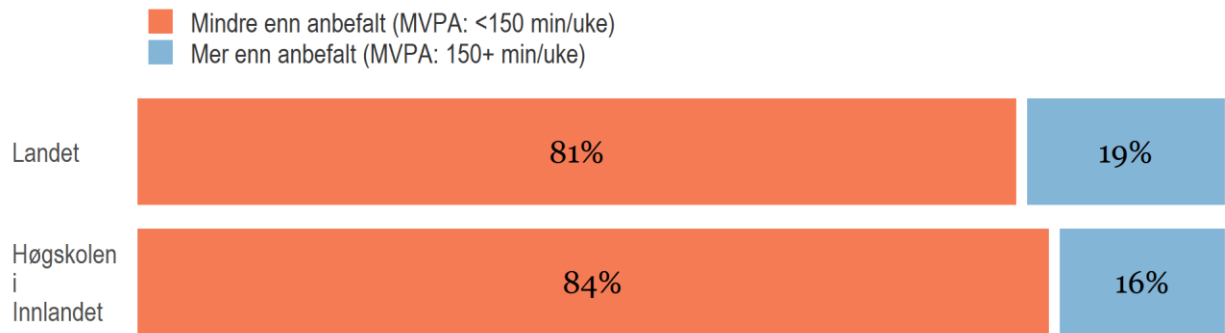


## Trenning og mosjon

Hvor ofte driver du mosjon? (Gjennomsnittlig)

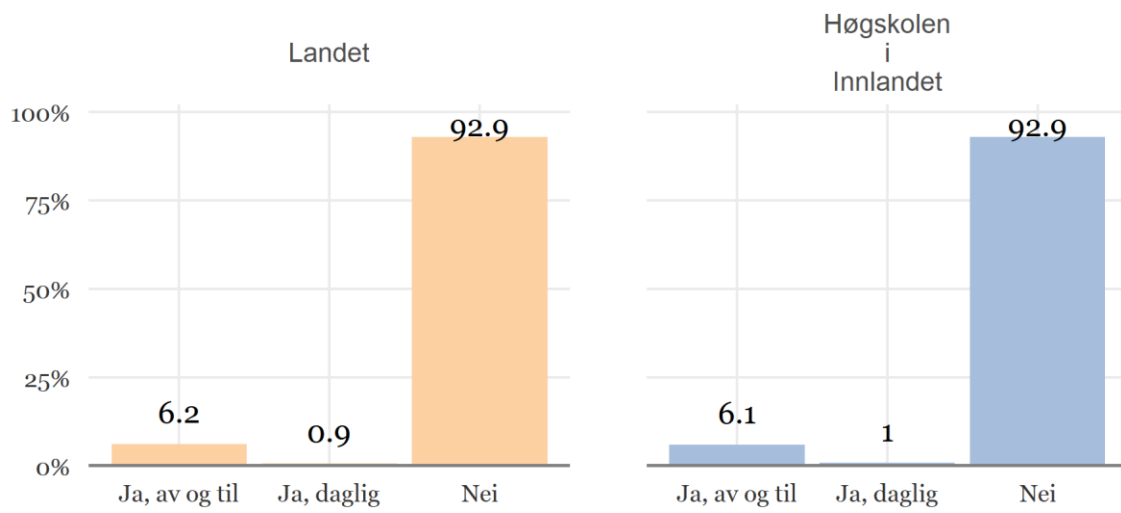


Moderat til høy fysisk aktivitet: 150 min/uke

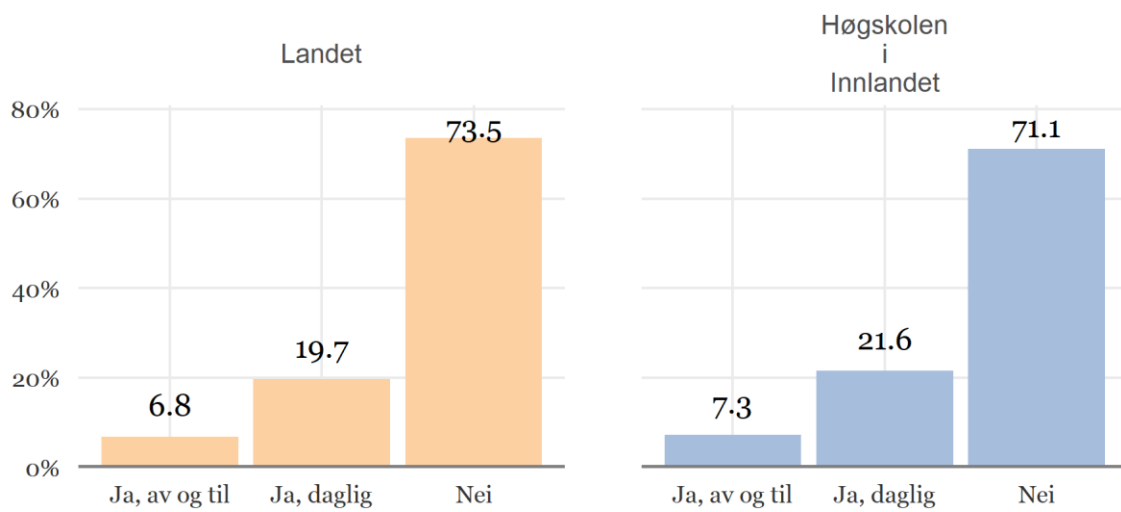


## Røyking og snus

Røyker du?



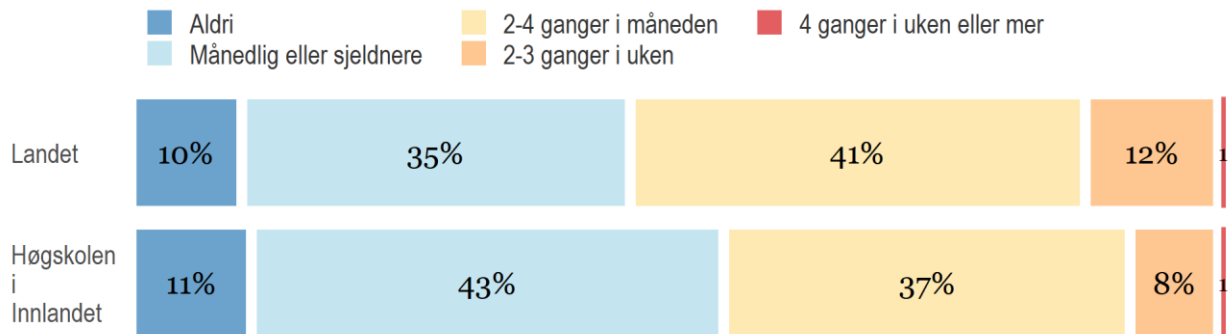
Bruker du snus eller lignende?



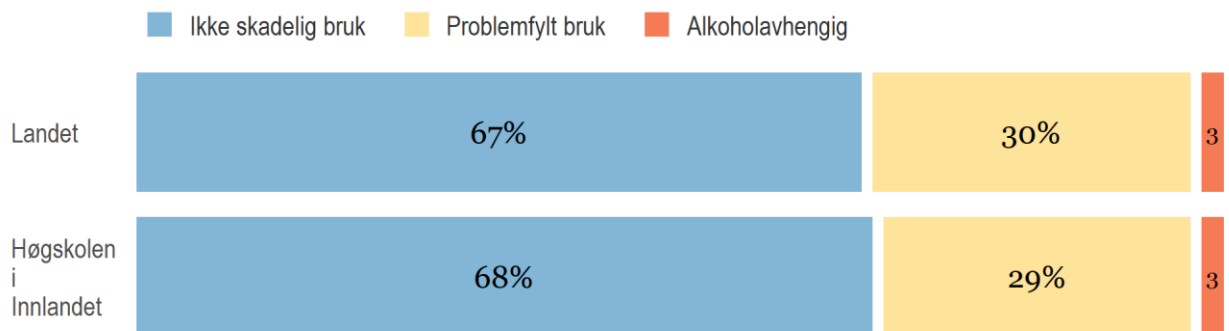
## Alkoholbruk

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

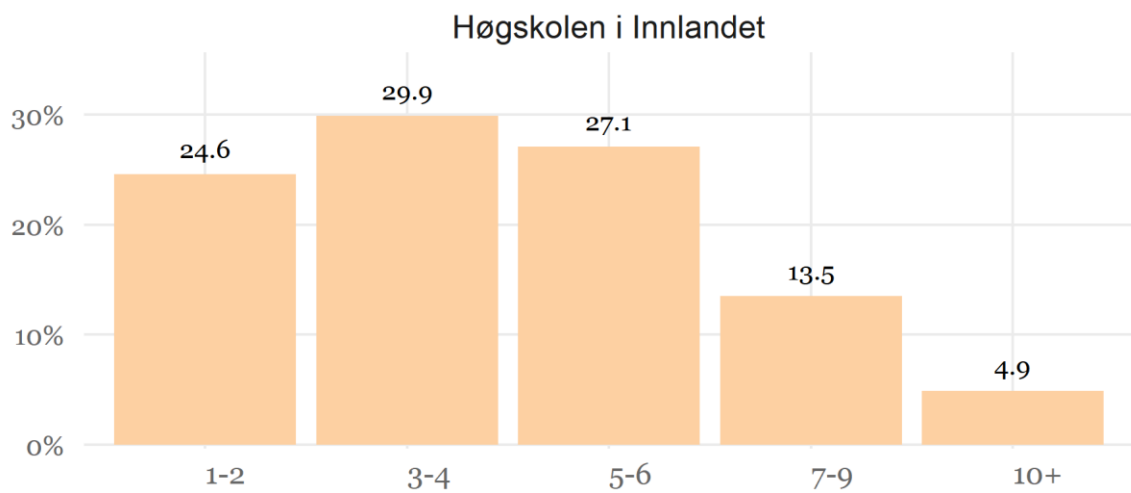
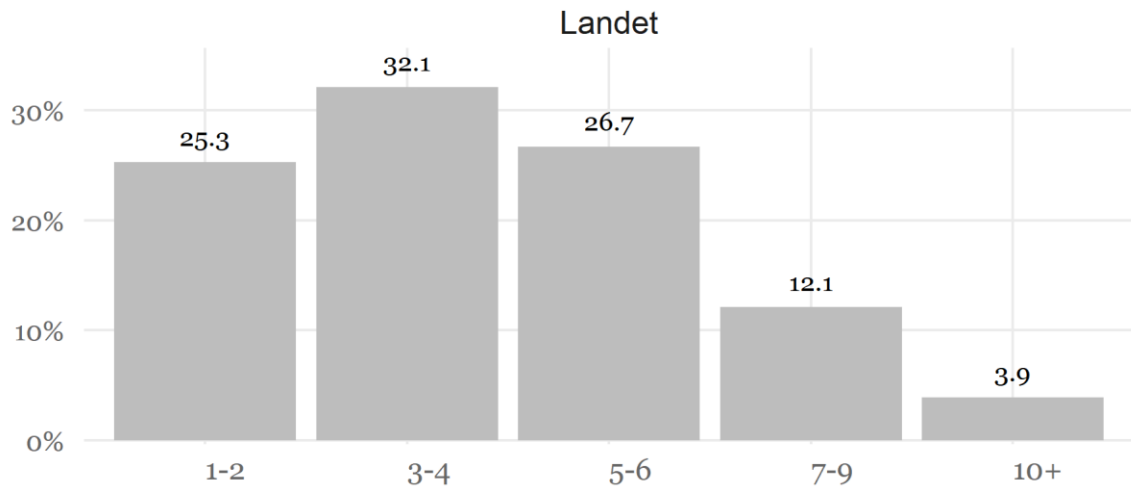
*Hvor ofte drikker du alkohol?*



*Problemfylt alkoholbruk*



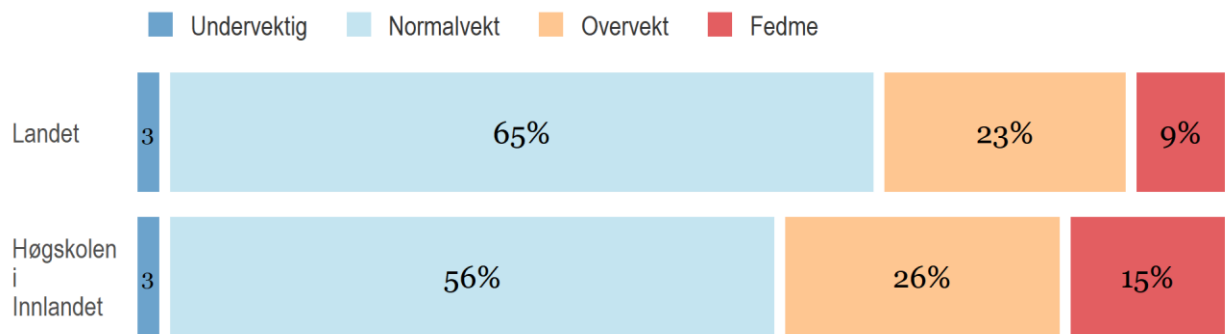
Hvor mange alkoholenheter (en liten øl, et glass vin, eller en drink) drikker du typisk på en dag du drikker?



Antall alkoholenheter

## BMI (kroppsmasseindeks)

*BMI kategori*



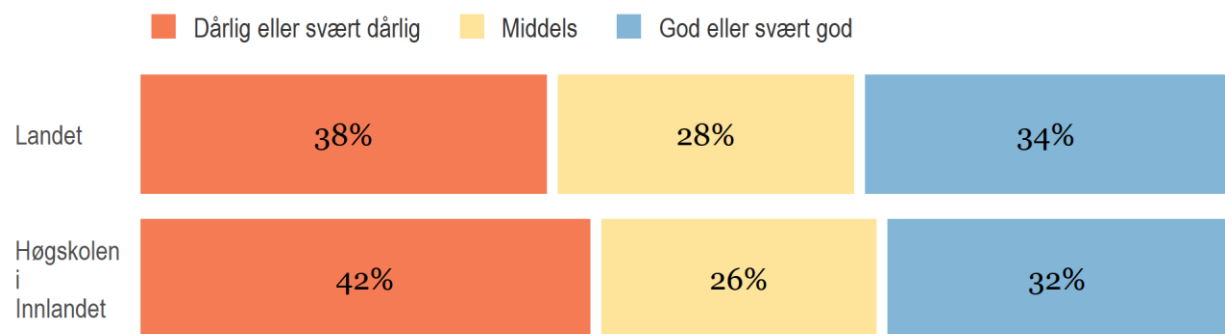
# Psykisk helse og trivsel

---

## Livskvalitet

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

### *Livskvalitet totalt*

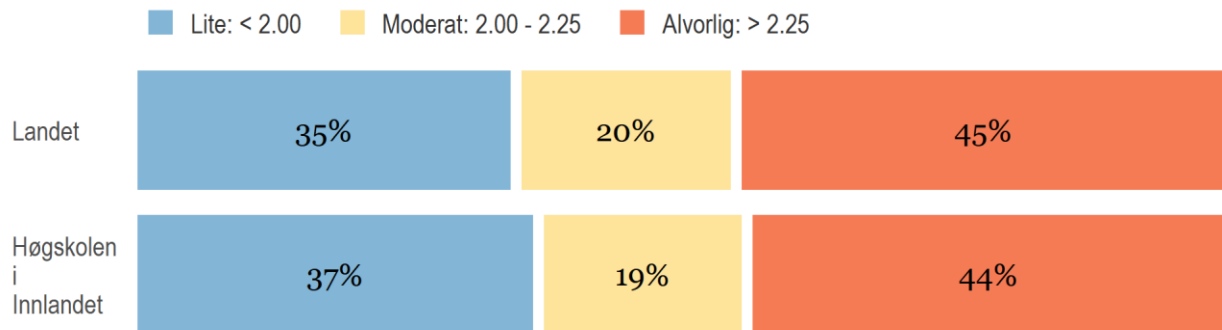




## Psykiske plager

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

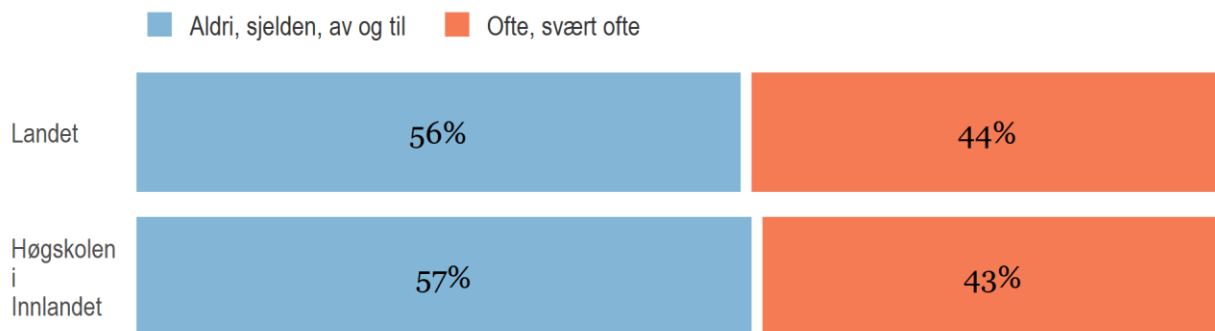
*HSCL5 3-delt*



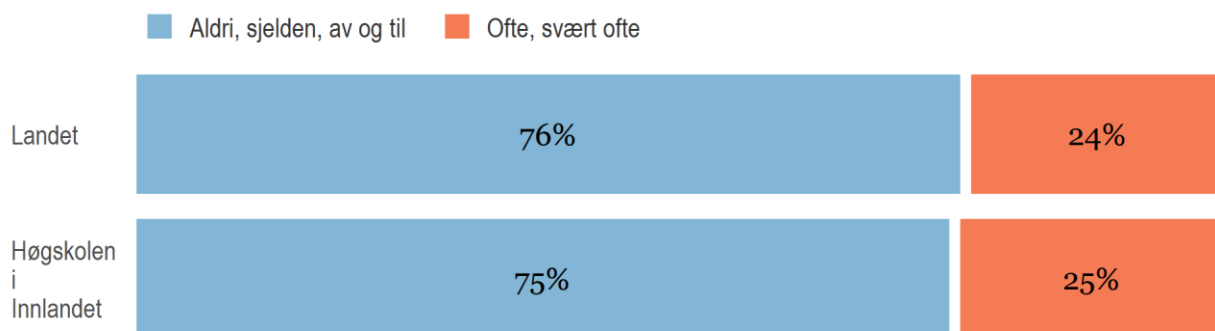
## Ensomhet

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

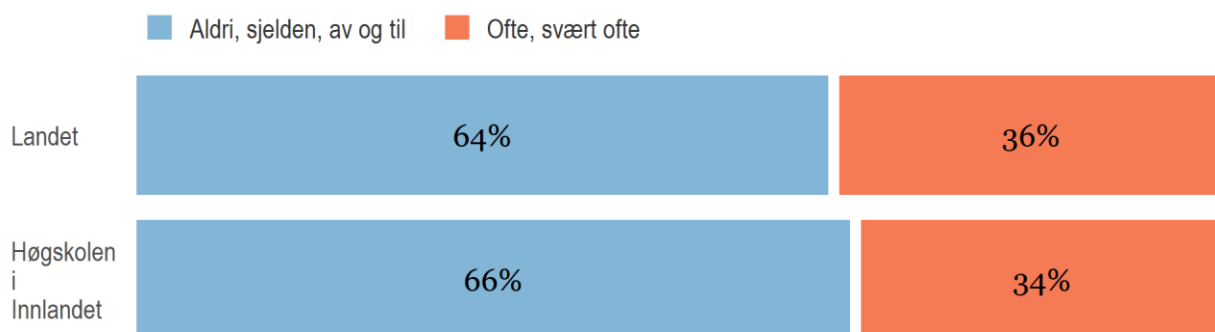
*Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med?*



*Hvor ofte føler du deg utenfor?*

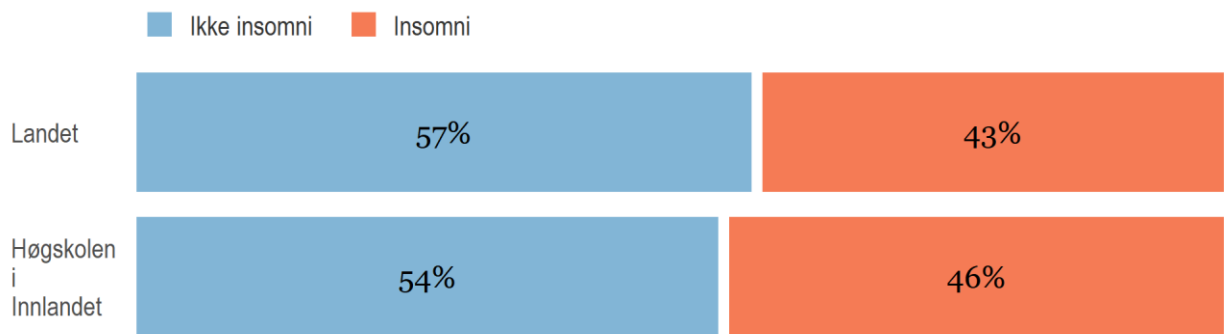


*Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?*

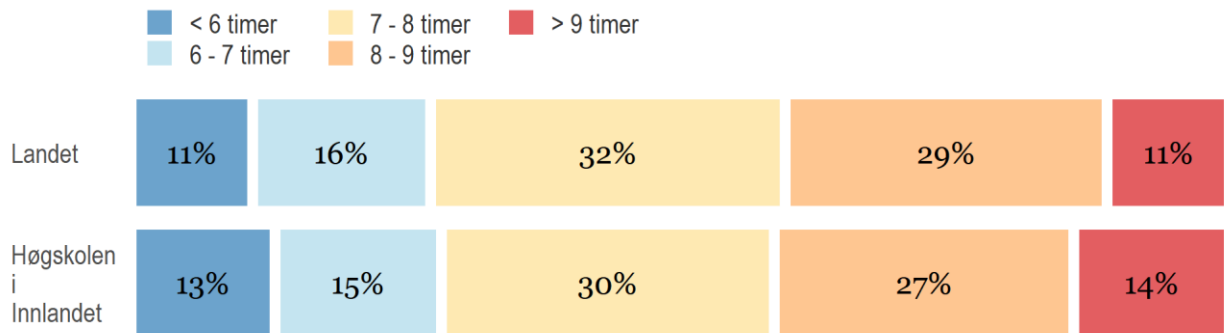


## Søvn

### Insomni (kroniske søvnproblemer)

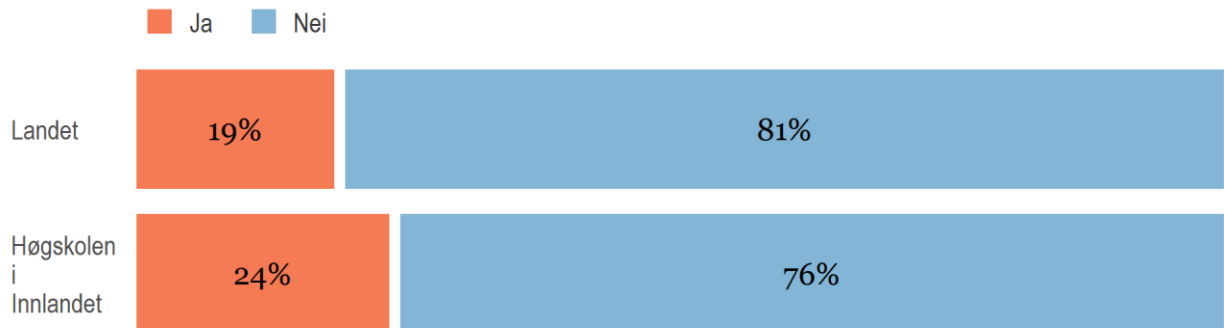


### Søvnlengde (gjennomsnitt på hverdager)



## Selvskading

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

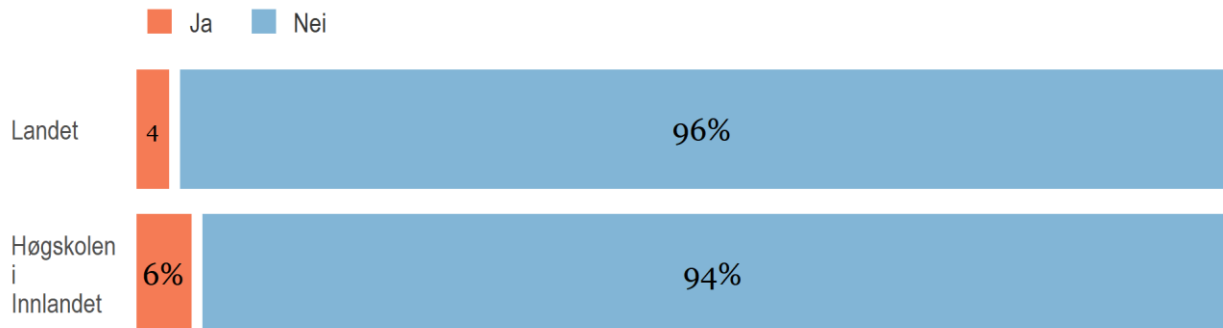


*Har du noen gang seriøst tenkt på å skade deg selv med vilje?*



## Selv mord

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

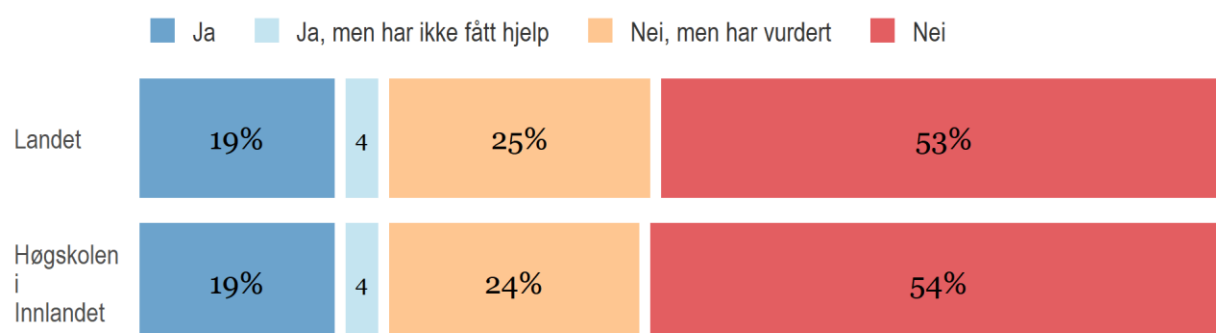


*Har du noen gang seriøst tenkt på å ta ditt eget liv?*



## Hjelpsøking

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

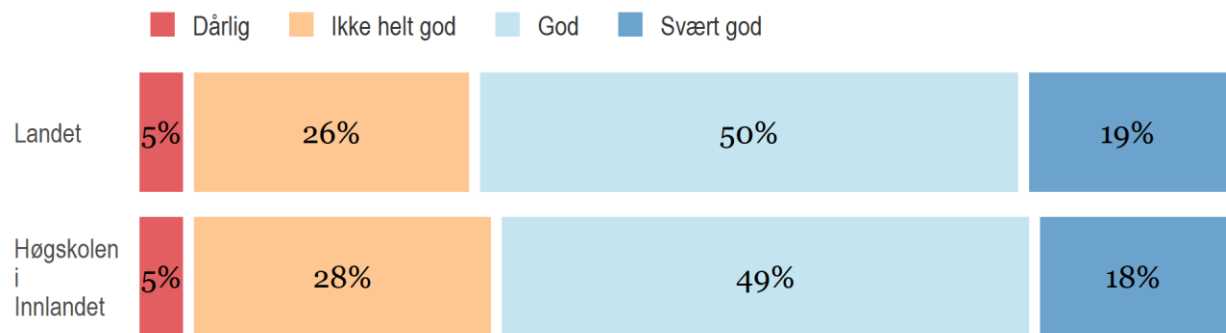


# Fysisk helse

---

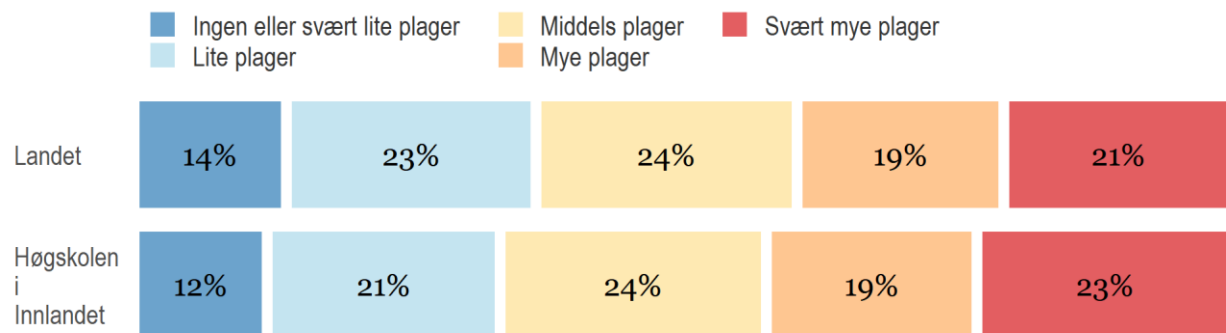
## Egen helse

*Hvordan er helsen din nå?*



## Somatiske plager

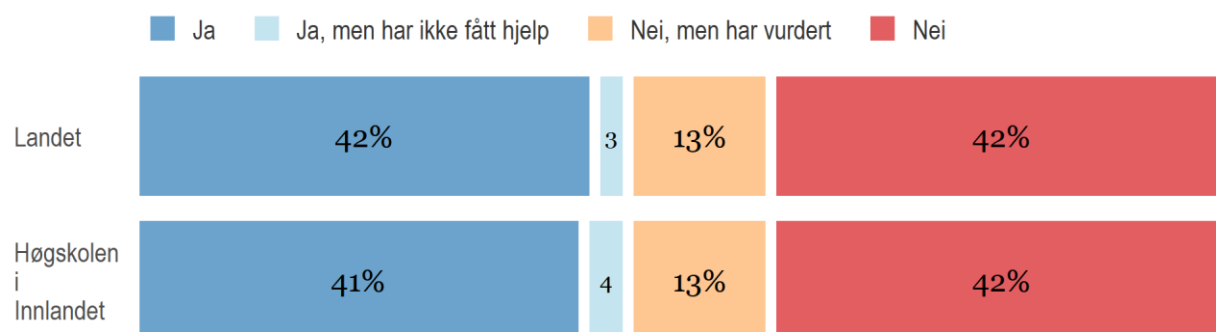
### Somatiske plager





## Hjelpsøking

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

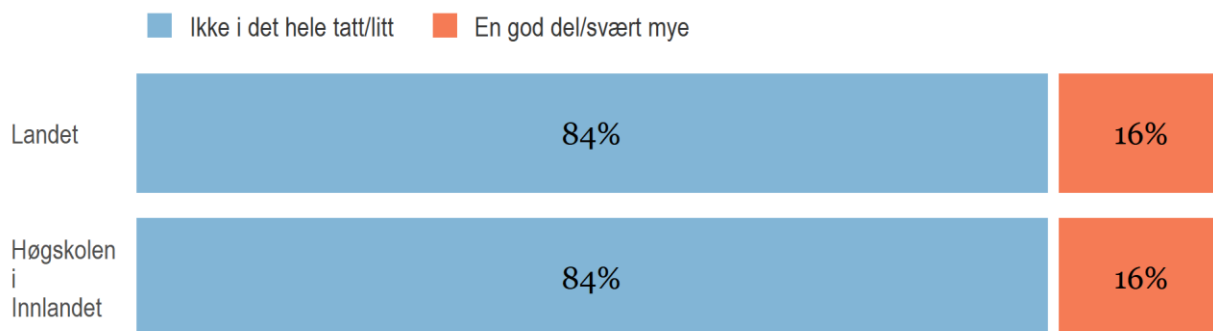


# Covid-19

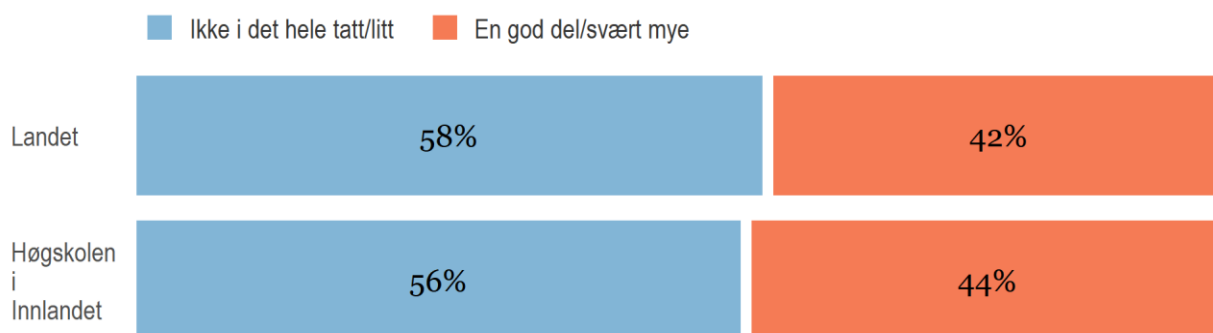
---

## Bekymring for smitte

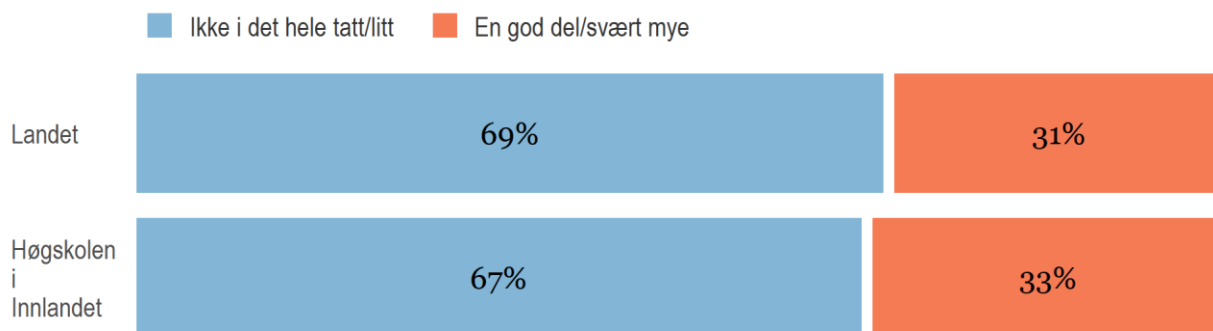
*Jeg bekymrer meg for at jeg kommer til å bli smittet av covid-19*



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

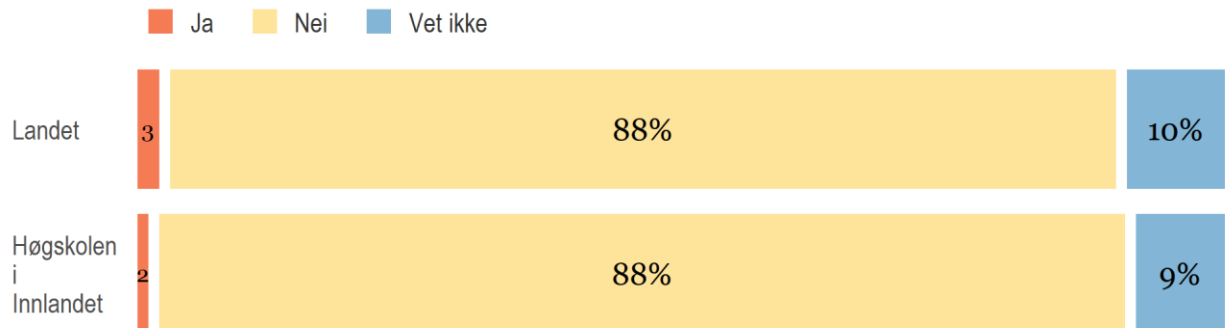


*Jeg bekymrer meg for at andre i min slekt kommer til å bli smittet av covid-19*



## Smitte og karantene

*Har du vært smittet av covid-19?*

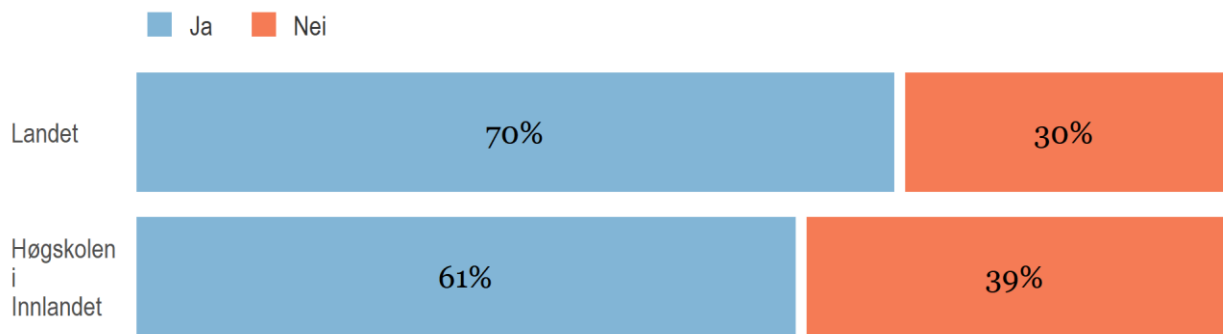


*Har du vært i karantene pga. covid-19?*

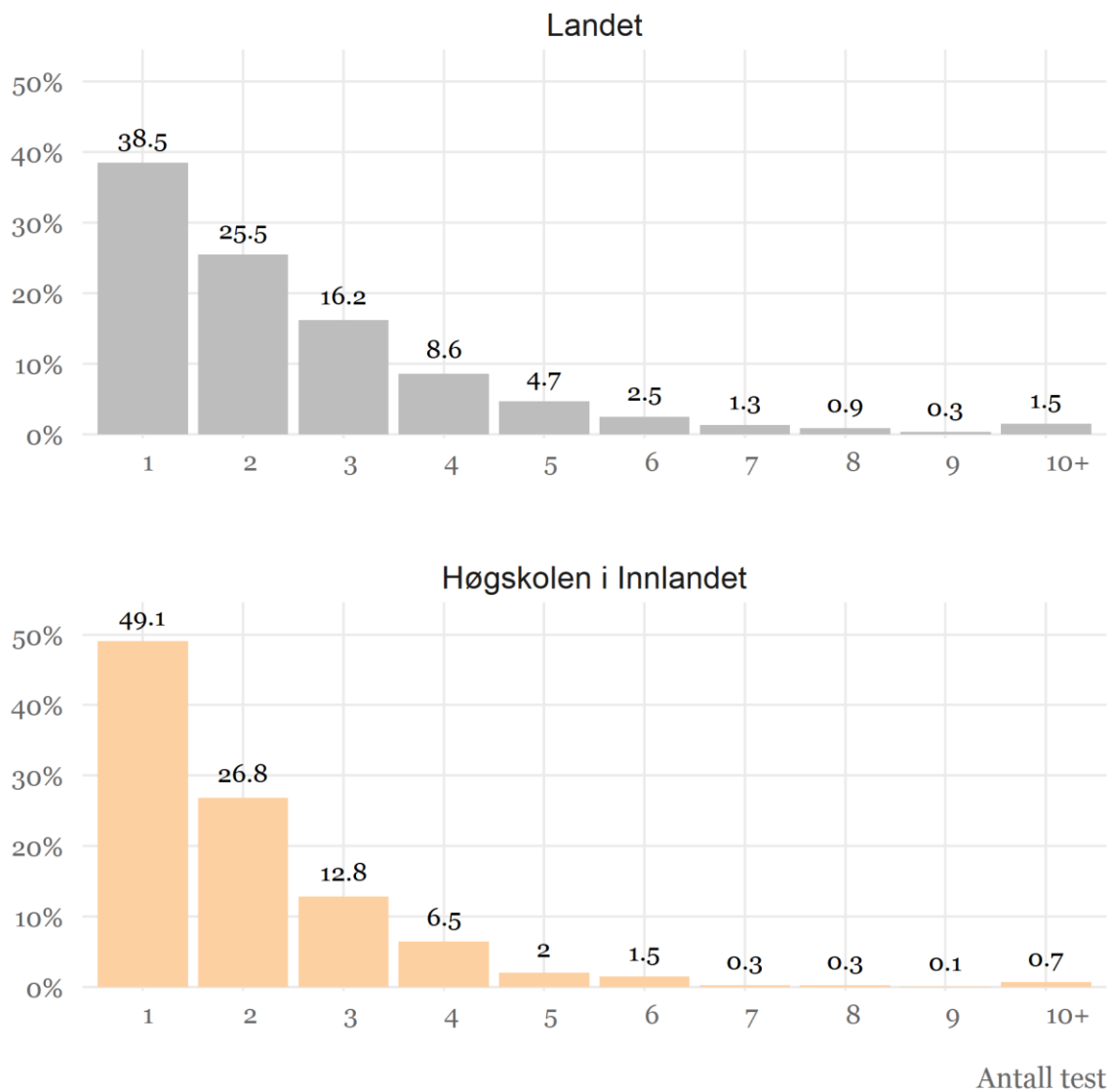


## Testing

Har du testet deg for covid-19?

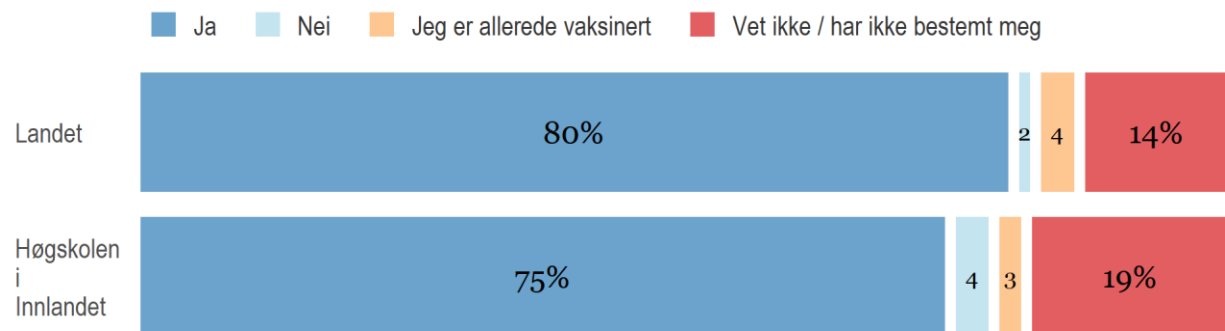


Angi hvor mange ganger:



## Vaksinere

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



# 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<sup>1</sup>. 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 %)

## METODISK TILNÆRMING

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. norsk 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 forskjellig 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	Utlend
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**).

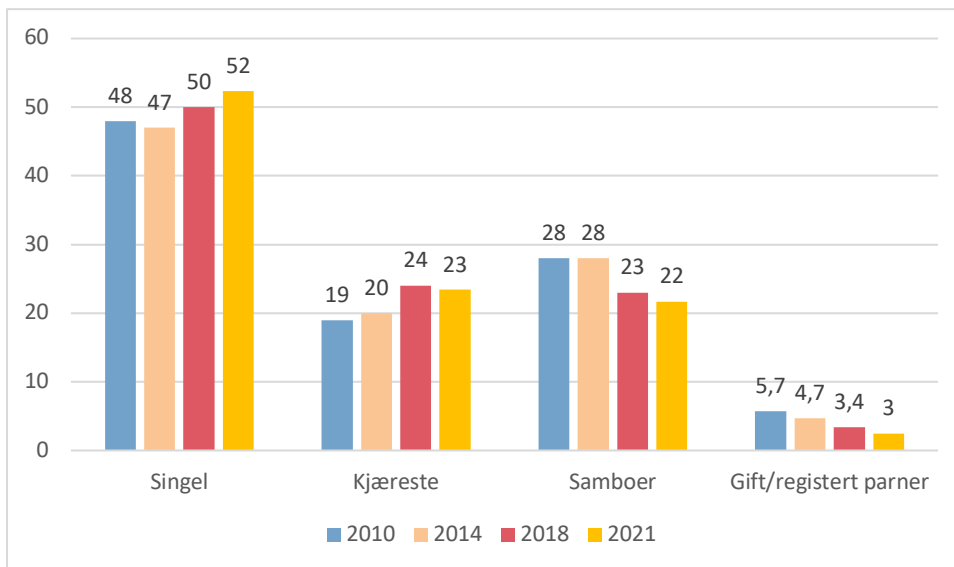
TABELL 1.3.1 SIVILSTATUS. KOLONNEPROSENT.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sør-Øst	Vest	Midt	Nord	Utlend
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/registert parner	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	Totalt	Mann	Kvinne	Mann	Kvinne	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

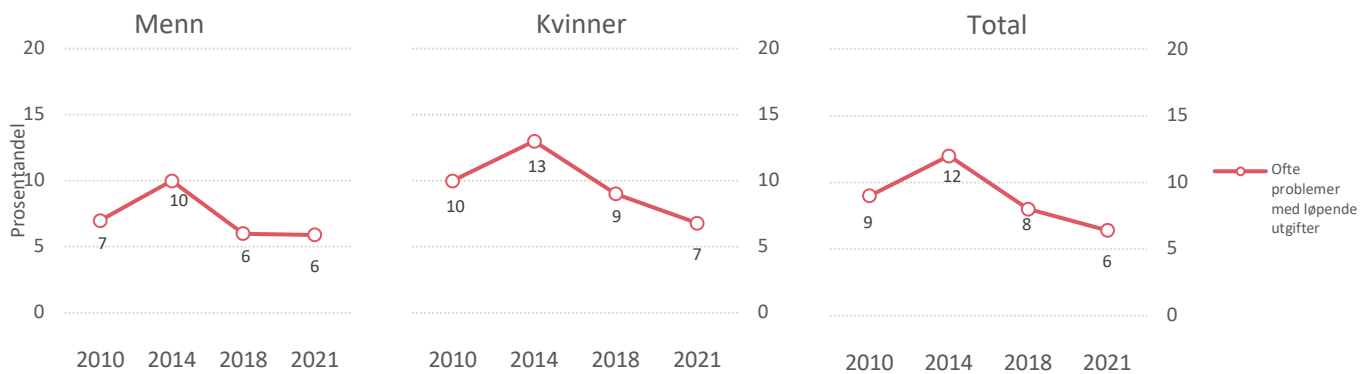
ofte har problemer med å klare løpende utgifter, mot bare 6 % i de yngste aldersgruppene. Videre er det noen regionale forskjeller. Flest studenter i Sørøst-Norge (8 %) oppgir å ofte ha problemer med å klare løpende utgifter.

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

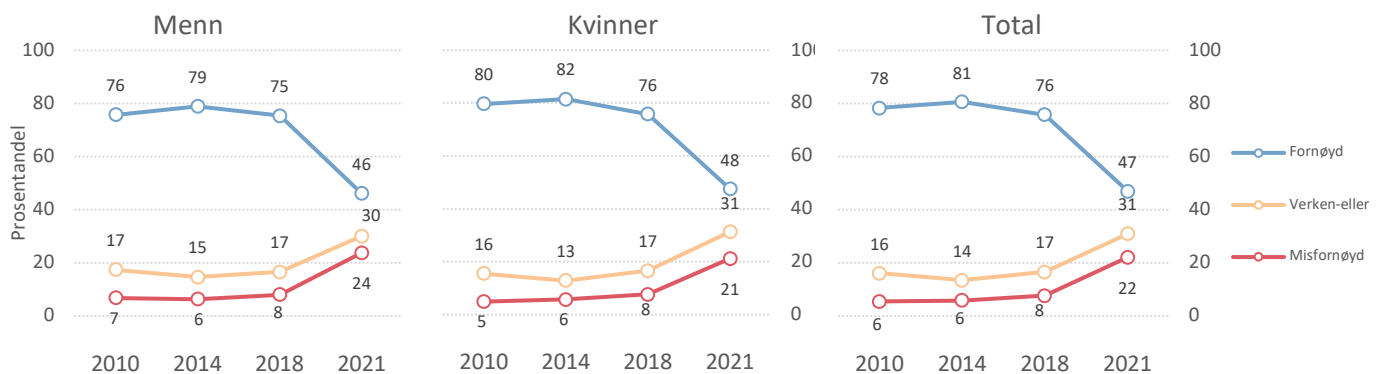
	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinne	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøst	Vest	Midt	Nord	Utlend
Misfornøyd*	22	24	21	18	22	24	25	21	29	16	13	15	23
Verken-eller	31	30	31	29	28	30	36	44	34	30	25	31	28
Fornøyd**	47	46	48	54	50	46	39	35	37	54	63	54	49

\*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.

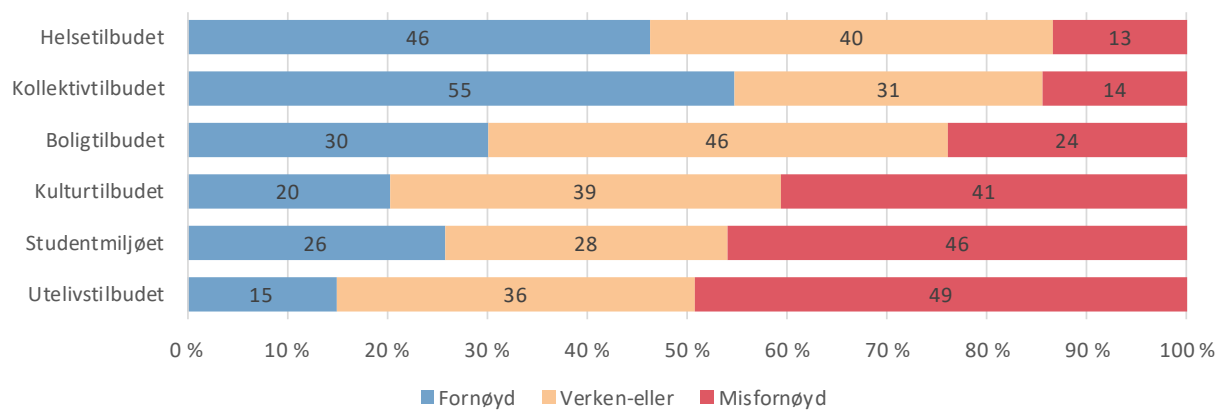
FIGUR 4.1.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ALT I ALT. TRENDER



#### 4.1.2 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER UNDERTEMA

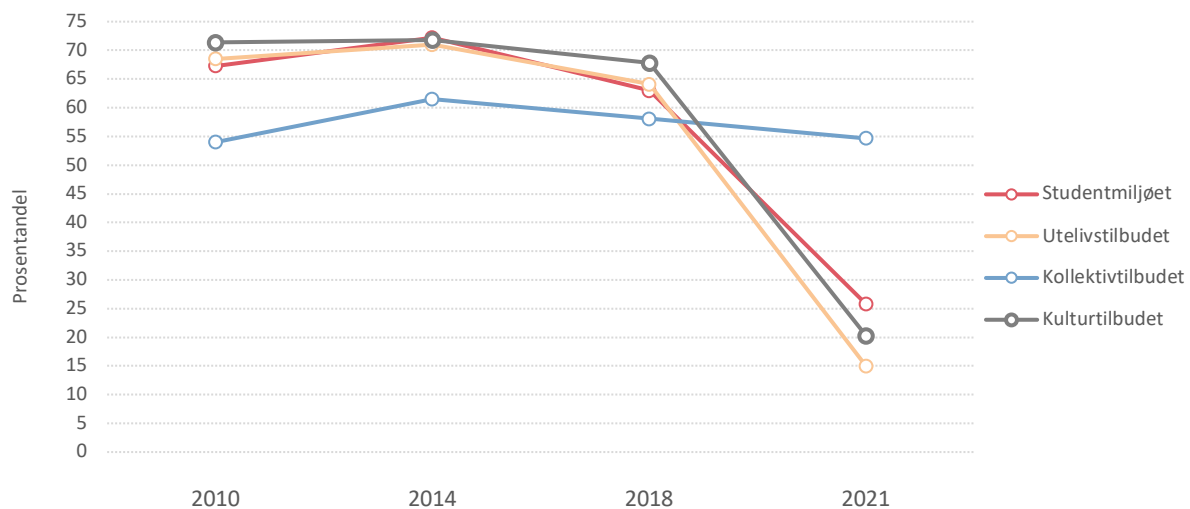
Når det gjelder tilfredshet med studiebyen fordelt på spesifikke tematiske områder (**Figur 4.1.2.1**), viser årets undersøkelse at rundt halvparten av studentene er fornøyd med kollektivtilbudet (55 %) og helsetilbudet (46 %), mens færrest er fornøyd med utelivstilbudet (15 %), kulturtilbudet (20 %)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

FIGUR 4.1.2.1 TILFREDSHET MED STUDIEBYEN ETTER TEMA. KOLONNEPROSENT



Årets SHO-T-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 %).

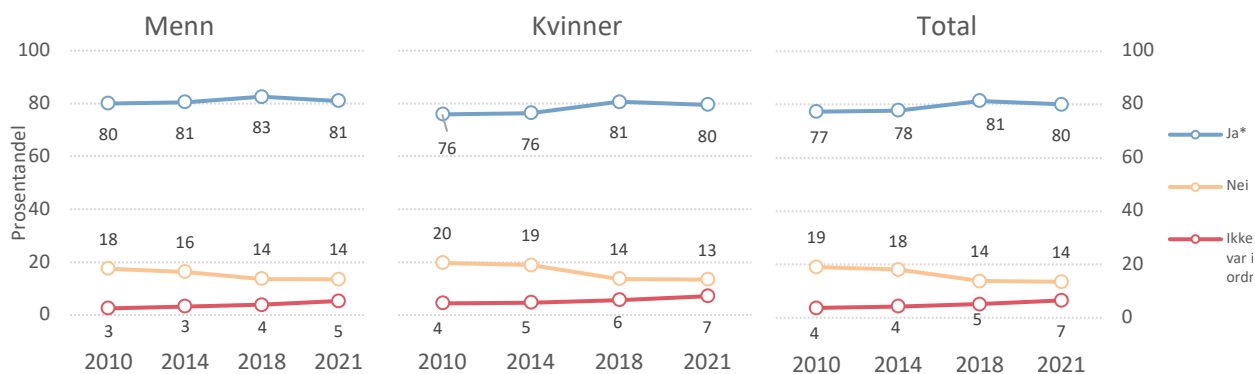
TABELL 4.3.1 DELTAKING I FADDERORDNING DA MAN VAR NY STUDENT. KOLONNEPROSENT

	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	TOTAL 2018	TOTAL 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

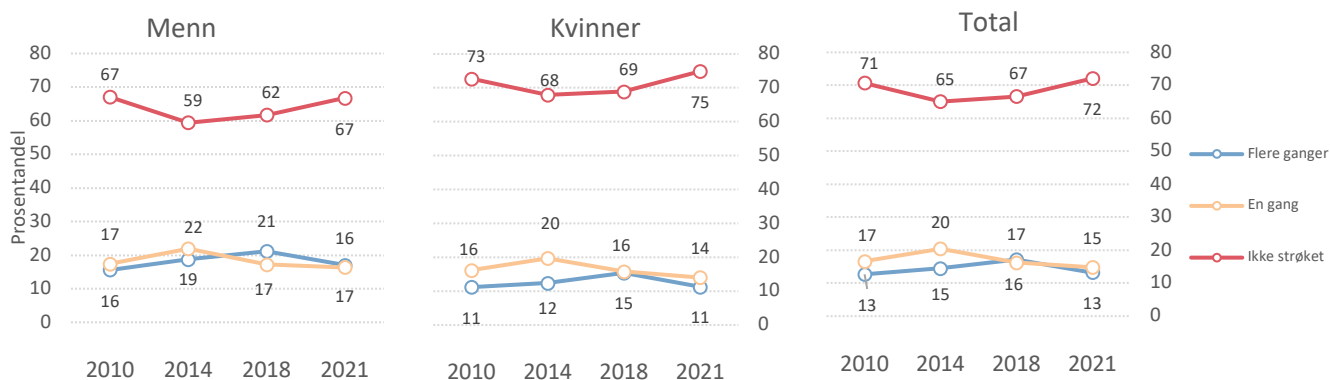
I årets undersøkelse oppgir 28 % at de har strøket til eksamen etter at de begynte på høyskole/universitet. Litt over halvparten av disse (totalt 15 %) har strøket kun én gang, mens totalt 13 % har strøket flere ganger. Andelen som oppgir å ha strøket på eksamen har gått ned fem prosentpoeng siden 2018-undersøkelsen (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.

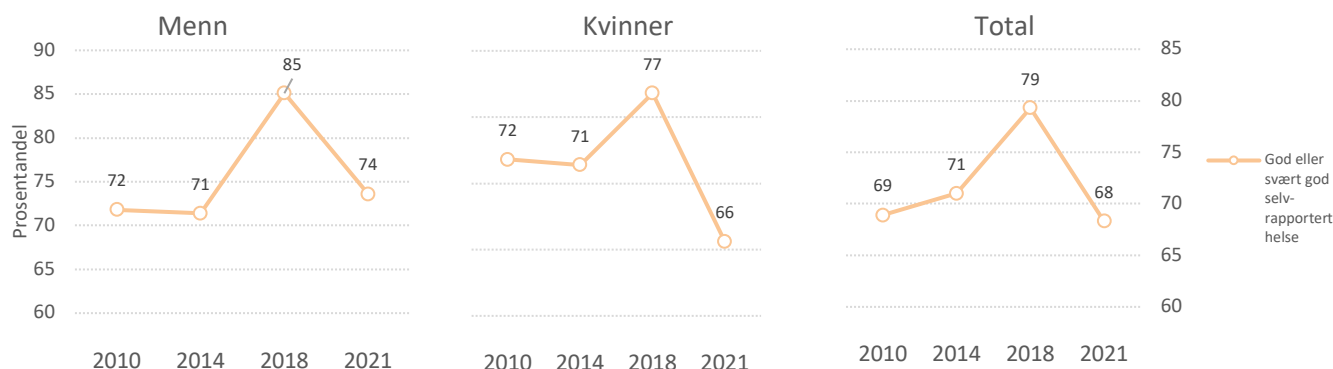
Tabell 6.1.1 Hvordan er helsen din nå? Kolonneprosent

	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
<b>God eller svært god</b>	<b>68</b>	<b>74</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>66</b>	<b>65</b>	<b>65</b>	<b>71</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>68</b>

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 trøtthet. Det er en nedgang i brystsmertter, mens nivået på smertter 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
Ryggsmerter	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.

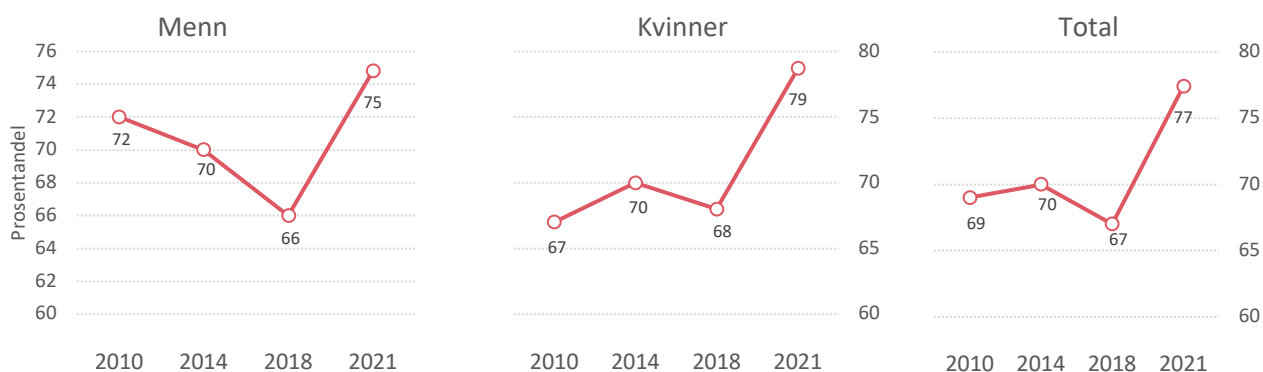
Studenter i aldersgruppen 18 til 28 år trener alle mye, og det er kun små forskjeller mellom aldersgruppene innenfor dette spennet. Imidlertid er det markant flere i den eldste aldersgruppen (29-35 år) som trener lite.

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.

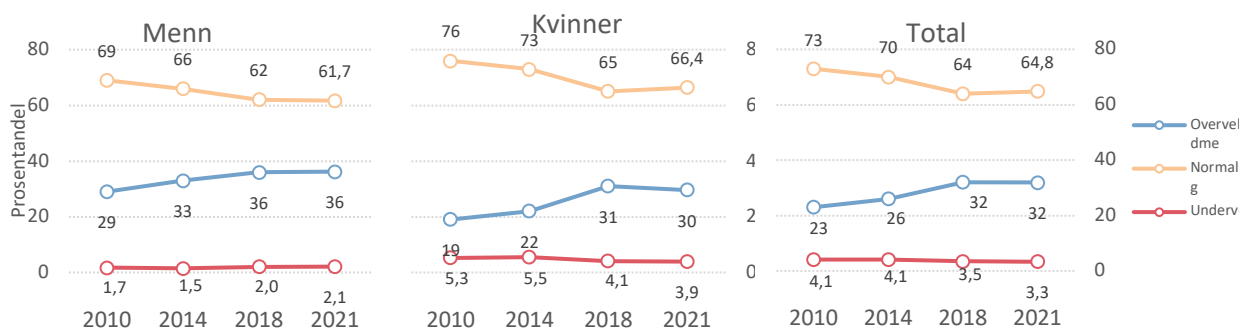
Studenter i Nord-Norge skiller seg ut med en noe høyere andel som har overvekt/fedme (39 %) sammenlignet med studenter i Norge for øvrig (alle 32 %). Motsatt skiller utenlandsstudenter seg ut med en lavere andel med overvekt/fedme (27 %). Det er kun små regionale forskjeller i forhold til undervekt,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



## Hjelpøking 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 %) 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.

## 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.

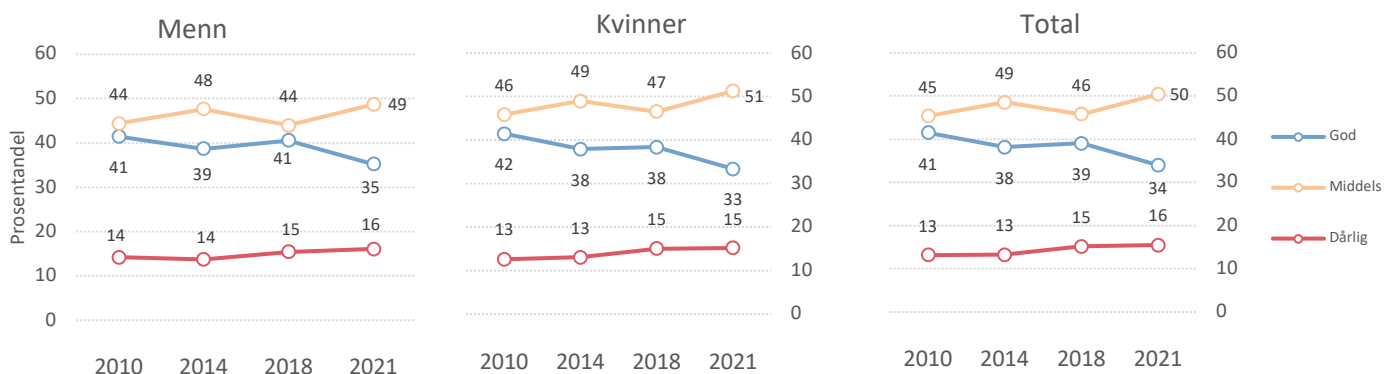
I årets undersøkelse rapporterer 34 % god livskvalitet, mens 51 % oppgir å ha middels og 16 % dårlig eller svært dårlig livskvalitet. Likt med 2014-undersøkelsen er det små forskjeller i livskvalitet mellom kjønn og aldersgrupper.

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.

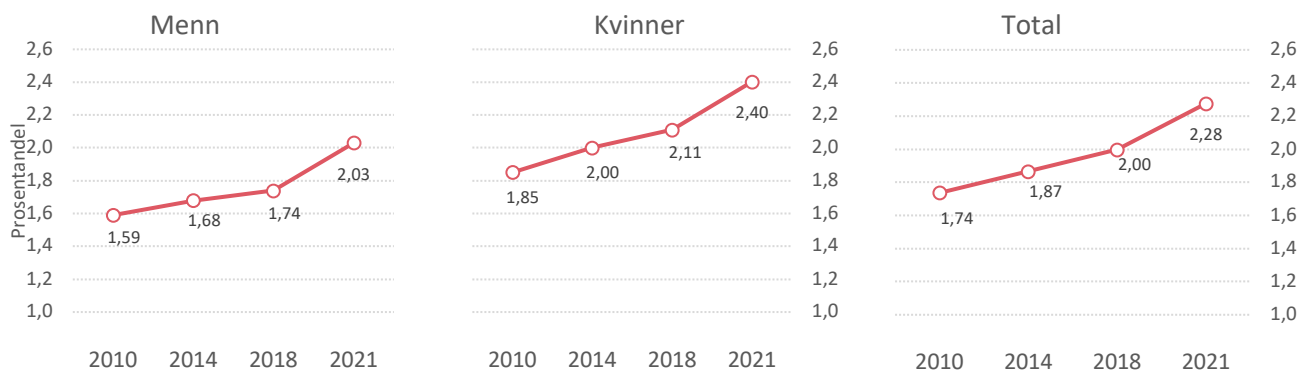
Mellom de geografiske regionene sees også noen forskjeller i rapporterte psykiske plager. Nivået av psykiske plager er lavest blant studentene i Midt- og Nord-Norge, og høyest i Sørøst-Norge og hos utenlandsstudentene.

<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.

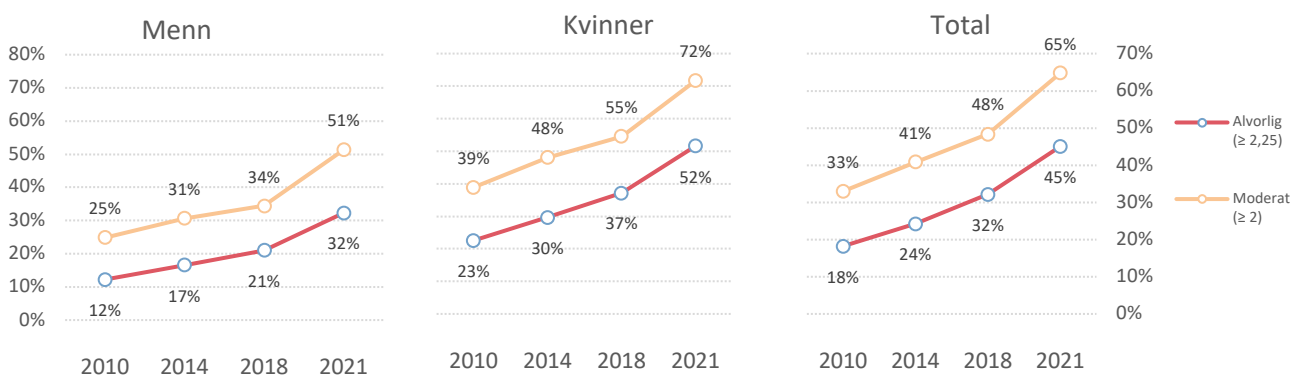
TABELL 7.2.1 PSYKISKE PLAGER MÅLT MED HSCL-5. KOLONNEPROSENT.

	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	Utland
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.

Totalt oppgir studentene i gjennomsnitt å sove 7:30 timer i døgnnet. 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 %).

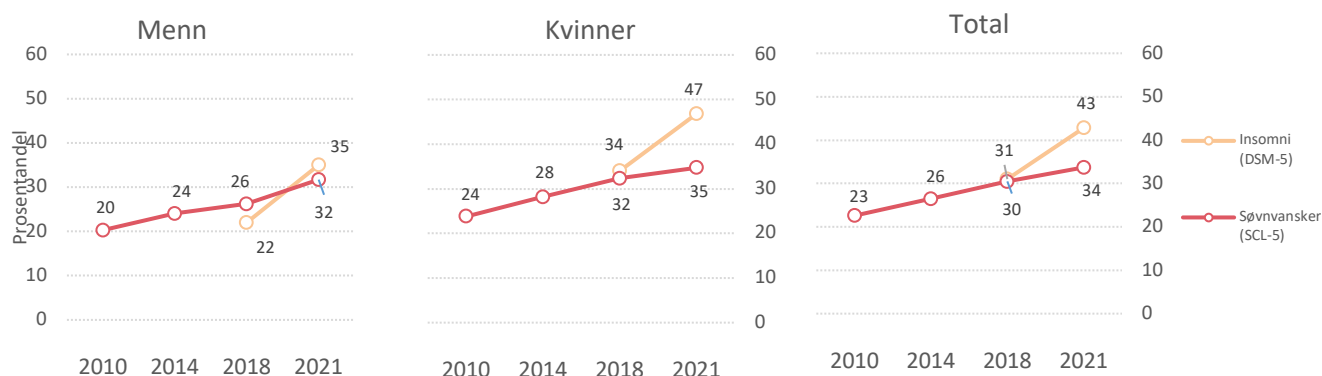
Sammenlignet med 2018 ser vi en kraftig økning av symptomer på insomni (**Figur 7.5.1**). Søvnproblemer ble også målt med ett enkelt ledd som inngår i alle 4 SHOT-undersøkelsene. Vi ser en tilsvarende økning i søvnproblemer her: fra 23 % i 2010, via 26 % i 2014 og 30 % i 2018, til 34 % i 2021. Mønsteret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

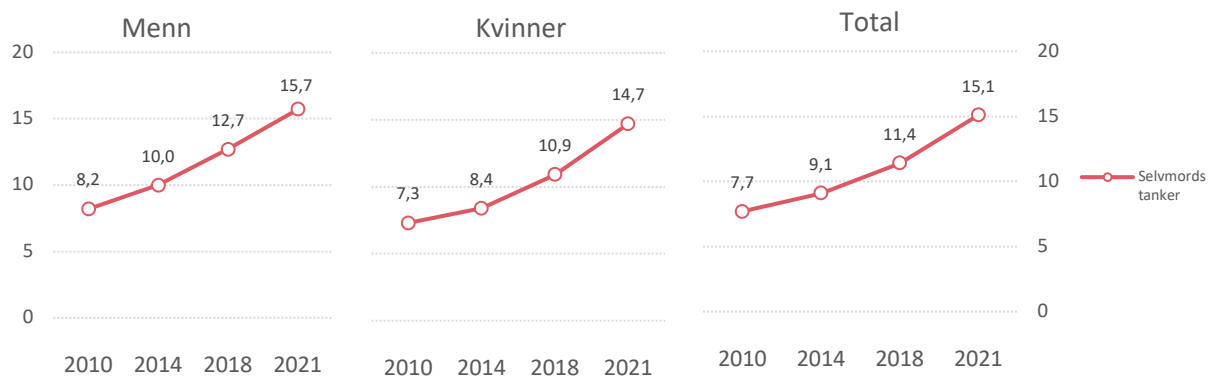
TABELL 7.6.1 SELVSKADING- OG SELVMORDSTANKER OG/ELLER -HANDLINGER. KOLONNEPROSENT.

	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.



## 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

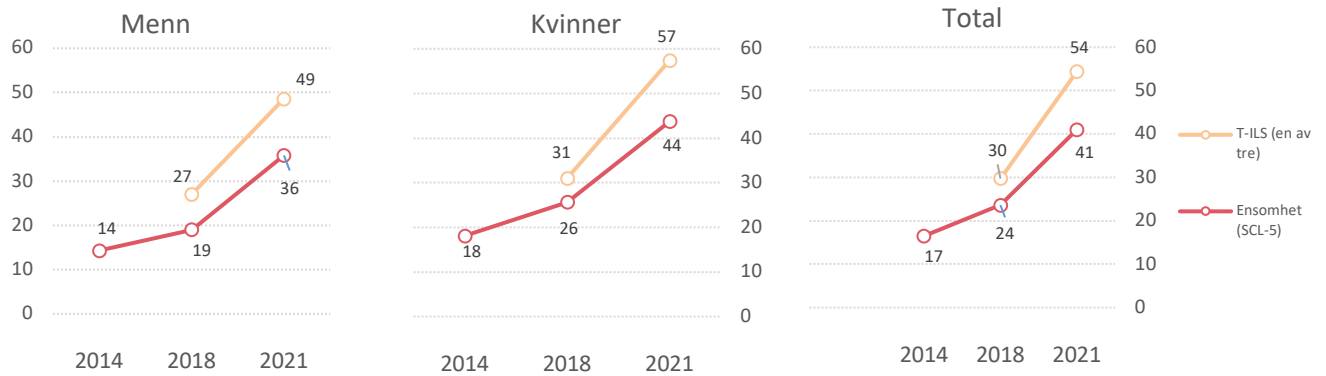
\*Andel som har svart «ofte» eller «svært ofte»

<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

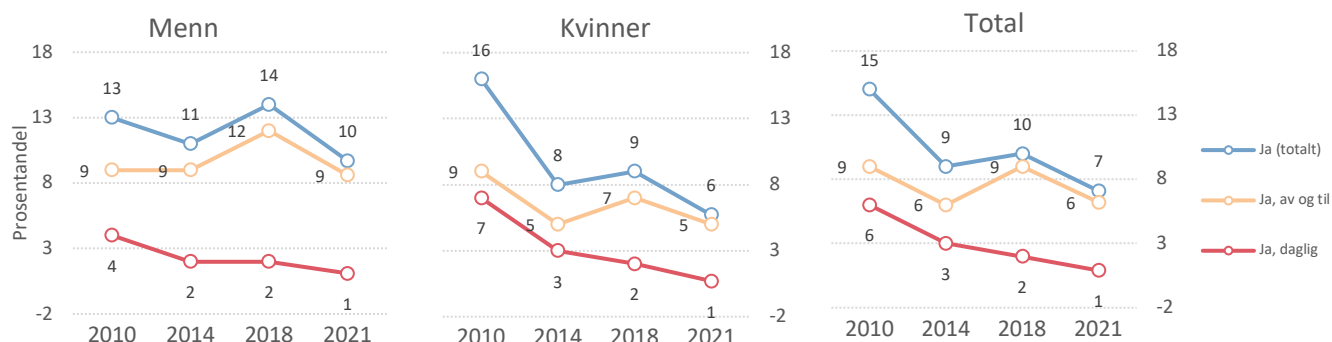
Årets undersøkelse viser at det er svært få studenter som røyker daglig (ca. 0,9 %), mens ytterligere 6,2 % røyker av og til (**Tabell 10.1.1**). Noen flere mannlige enn kvinnelige studenter røyker daglig, men det er snakk om relativt små forskjeller. Høyest forekomst av daglig røyking ses blant de eldste 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

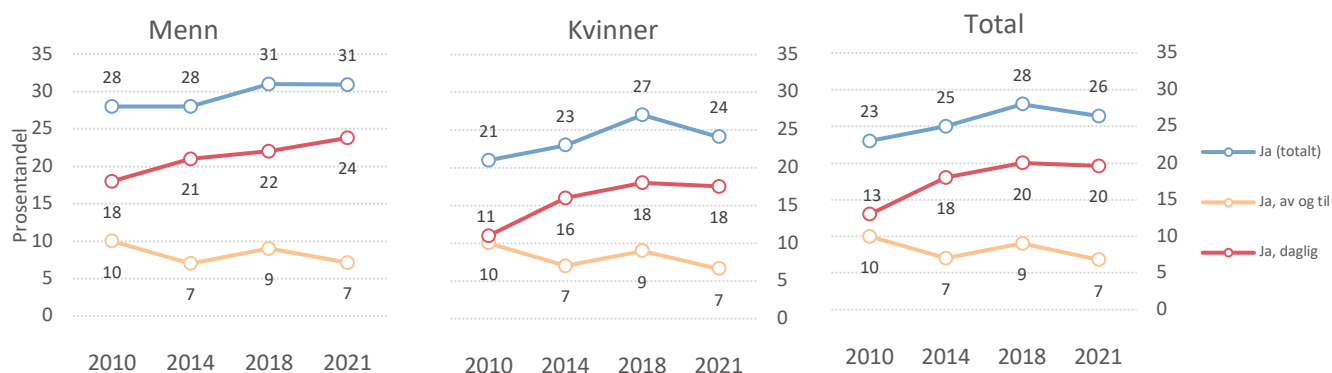
Snusing er utbredt blant studentene, og det er i dag 1 av 5 studenter som oppgir at de snuser daglig (**Tabell 10.2.1**). I motsetning til røyking, er det en tydelig overvekt av de som snuser daglig sammenlignet med de som snuser av og til. Det er noen flere mannlige studenter som snuser daglig enn kvinnelige 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 2021.

## 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 kjønnsforskjellen 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.

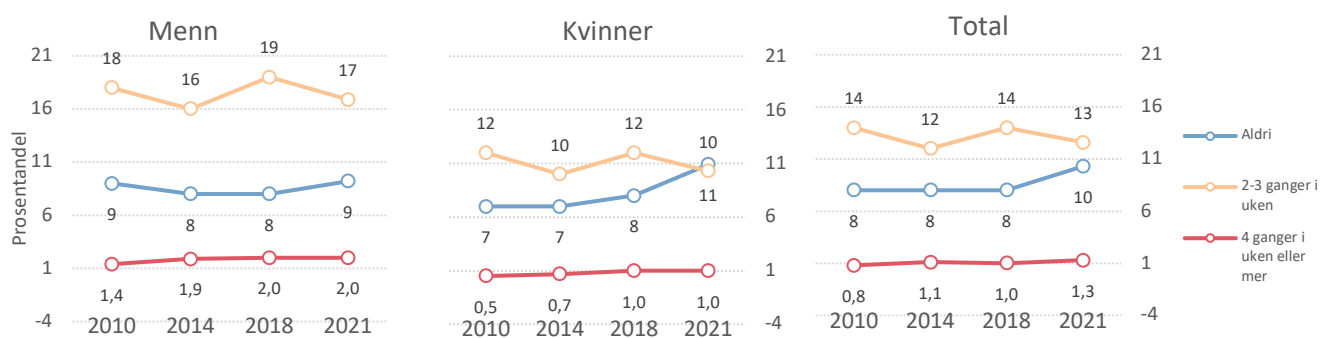
Andelen som drikker 4 ganger eller mer i uken stiger med økende alder, slik at dette tallet ligger på 2,5 % i den høyeste aldersgruppen, sammenlignet med 0,5 % i den yngste.

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 %).

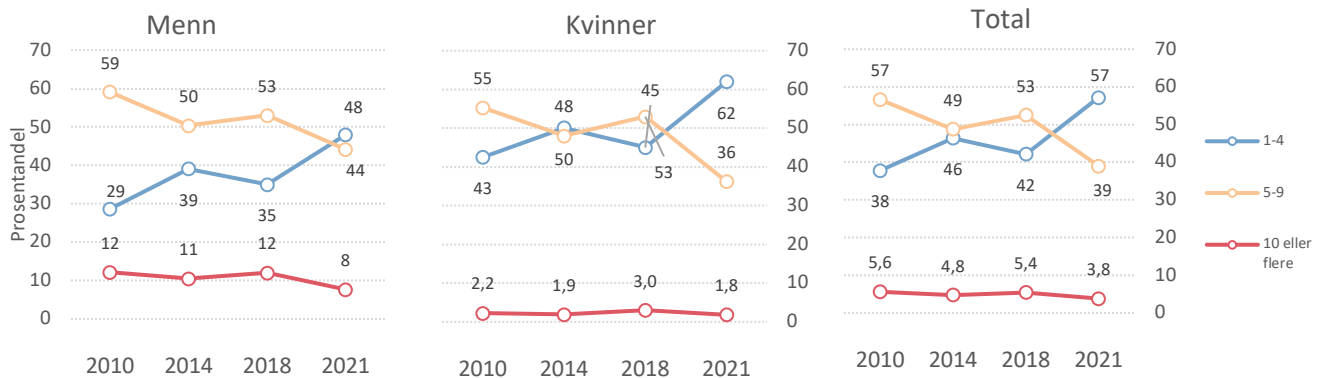
TABELL 10.4.2.1 HVOR MANGE ALKOHOLENHETER DRIKKER DU? KOLONNEPROSENT

	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.

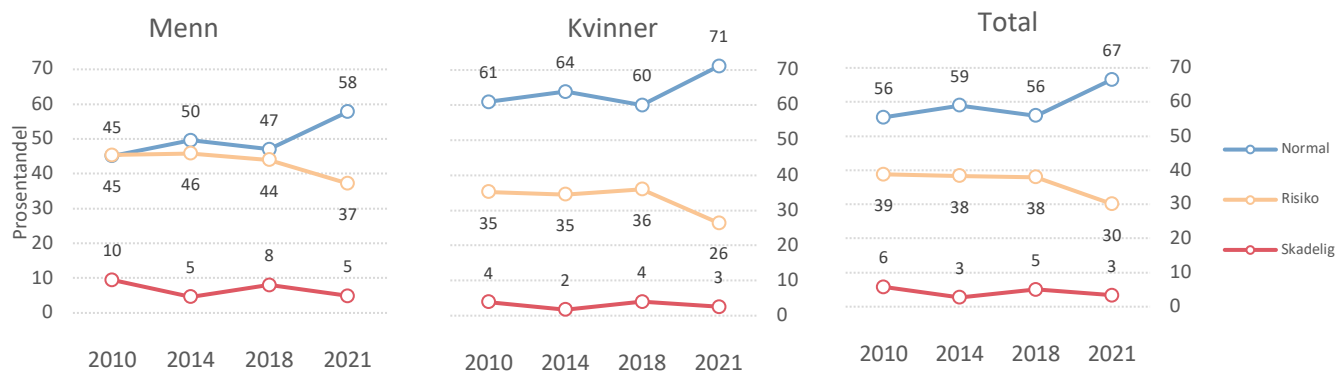
Det er høyest andel studenter med risikofylt/skadelig alkoholbruk i Midt-Norge og Vest-Norge, mens andelen er lavere i Sørøst- og Nord-Norge. Blant utenlandsstudenter er det en noe høyere forekomst av de som rapporterer risikofylt/skadelig alkoholbruk sammenlignet med innenlandsstudenter, men det er 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 (dobbelt 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	Utland
< 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 SKJERMTID 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 SKJERMBRUK 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



# **POLITISK PLATTFORM**

Foreslått til Parlamentet 27.05.2021

1	<b>Innholdsfortegnelse</b>	
2	<b>1 FNs bærekraftsmål</b> .....	<b>3</b>
3	<b>2 Studentøkonomi</b> .....	<b>4</b>
4	2.1 Studentøkonomi og nasjonal studentpolitikk .....	6
5	2.2 Studentøkonomi og Høgskolen i Innlandet:.....	6
6	2.3. Studentøkonomi og Studentsamskipnaden: .....	7
7	2.4 Studentøkonomi, vertskommunene, fylkeskommunen og andre interesser:...	7
8	<b>3 Studentvelferd</b> .....	<b>7</b>
9	3.1 Studentaktivitet og kulturtilbud .....	10
10	3.2 Studentbolig .....	11
11	3.3 Studenthelse.....	11
12	3.3.1 Psykisk helse .....	11
13	3.3.2 Seksuell Helse.....	12
14	3.3.3 Tannhelse.....	12
15	3.3.4 Fysisk helse og trening .....	13
16	3.4 Ernæring for studentene .....	13
17	<b>4 Læringsmiljøpolitikk</b> .....	<b>14</b>
18	4.1 Det fysiske læringsmiljøet.....	15
19	4.2 Det digitale læringsmiljøet.....	15
20	4.3 Det psykososiale læringsmiljøet .....	16
21	4.4 Tilrettelegging.....	16
22	<b>5 Likestilling, likeverd og mangfold</b> .....	<b>17</b>
23	<b>6 Fag- og forskningspolitikk</b> .....	<b>18</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 .....	23
34	6.11 Kvalitetssikringsarbeid .....	23
35	6.12 Kvalitetssystemet.....	23
36		



37

## 38 1 FNs bærekraftsmål

39

40 1. Et bærekraftig akademia er viktig for studenter. Derfor mener StInn at  
41 Høgskolen og andre interessenter skal ha et formål om å gjøre målrettede tiltak  
42 for å nå FNs bærekrafts mål.

43

44 2. StInn er særskilt opptatt av at de sosioøkonomiske forskjellene i studentmassen  
45 skal utjevnes.

46

47 3. StInn mener det må være en god infrastruktur og kollektivtransport for alle  
48 studenter. Disse må være tilgjengelige og rimelige ved alle studiesteder.

49

50 4. FNs bærekrafts målene er brede og ambisiøse, og lett å forankre under flere  
51 plattformer. Derfor mener StInn at bærekrafts målene skal inkluderes i  
52 politiskarbeid der det er mulig.

53

54 Bærekraftsmålene skal være godt forankret i Høgskolen i Innlandet. Samtidig er disse mange,  
55 brede, ambisiøse og vanskelig å nå. Derfor mener StInn at målene HINN og andre eksterne  
56 aktører setter seg, skal være målbare tiltak som skaper bærekraftige løsninger over tid.  
57 Høgskolen i Innlandet er spredt ut over et svært geografisk område, med meget dårlig  
58 infrastruktur og kollektivtilbud. StInn mener Høgskolen og vertskommunene skal ha som mål å  
59 gjøre mobilitet tilgjengelig, enkle og rimelig til og fra campus, og ulike studiesteder.

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



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

69

## 70 2 Studentøkonomi

71

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

75

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

79

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

83

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

86

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

90

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

93

94

95 *Studenter lever per dags dato under eksistensminimumet. Fattigdomsgrensen i*  
96 *Norge ligger etter definisjonen for en husholdning i Norge på 330 520 kroner i*





97           året (2020). En student får etter å ha mottatt full studiestøtte med stipend og  
98           lån, mindre enn halvparten av det som regnes som eksistensminimumet. Det er  
99           også mindre enn minstebeløp for livsoppholdssatsen og økonomisk stønad i Nav.  
100           Som konsekvens av dette er 7 av 10 studenter nødt til å skaffe seg deltidsinntekt.  
101           Studiebarometeret 2020 viser at over 58% av studentmassen bruker i snitt 12,1  
102           timer i uken på betalt arbeid for å få økonomien til å gå rundt.

103           Studenter som bruker mer tid på betalt arbeid og mindre tid på studier har lavere  
104           sjanse til å fullføre studiet. Studenter med lav sosioøkonomisk status har mindre  
105           sjanse for å fullføre studier enn studenter med foreldre av høy sosioøkonomisk  
106           status. 6 av 10 studenter oppgir at de er økonomisk avhengig av foreldre. Ifølge  
107           SSB får studenter med foreldre med høy utdanning og høy inntekt mer  
108           økonomisk støtte enn andre. Mer enn halvparten av studentene får  
109           økonomisk støtte hjemmefra. Mer grunnleggende undersøkelser gjort fra SSB  
110           viser dog at det ikke er økonomiske utfordringene, men hvor høy inntekten til  
111           foreldre er som avgjør hvor mye studenten får. Dette har som konsekvens at  
112           studenters utdanning og prestasjon vil være avhengig av deres sosioøkonomiske  
113           status. Dette strider mot prinsippet om lik rett og muligheter til utdanning. StInn  
114           har gjennom flere år fått tilbakemeldinger om at studenter sier opp leilighetene i  
115           Studentsamskipnader da de ikke har råd til å betale leien om sommeren grunnet  
116           kun 11 måneders studiestøtte. StInn står for at alle studenter skal få studiestøtte  
117           i alle de 12 månedene i året.

118           Studenter med lav sosioøkonomisk status har mindre sjanse til å fullføre studier  
119           enn studenter med foreldre med høy sosioøkonomisk status. 6 av 10 studenter  
120           oppgir at de er økonomisk avhengig av foreldre. Ifølge SSB får studenter med  
121           foreldre med høy utdanning og høy inntekt mer økonomisk støtte. Mer enn  
122           halvparten av studentene har foreldre som deres økonomiske støttespiller ifølge  
123           SHoT-undersøkelsen. Spesielt unge, enslige og heltidsstudenter med lav inntekt  
124           tar i større grad imot økonomisk hjelp. Mer grunnleggende undersøkelser gjort  
125           fra SSB viser dog at det ikke er økonomiske utfordringene, men hvor høy  
126           inntekten til foreldre er som avgjør hvor mye studenten får. Dette har som  
127           konsekvens at studenters utdanning og prestasjon vil være avhengig av deres

128 *sosioøkonomisk status. Dette strider mot prinsippet om like muligheter for og*  
129 *under utdanning. StInn har gjennom flere år fått tilbakemeldinger om at*  
130 *studenter sier opp leilighetene i Studentsamskipnader da de ikke har råd til å*  
131 *betale leien om sommeren grunnet kun 11 måneders studiestøtte. Den norske*  
132 *studentorganisasjonen ønsker at studiestøtten skal økes til 1,5 G (som tilsvarer*  
133 *152.000 i året, pr. mai 2020) i tillegg til 12 måneders studiestøtte.*

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

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

145  
146

## 147 2.1 Studentøkonomi og nasjonal studentpolitikk

148

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

## 156 2.2 Studentøkonomi og Høgskolen i Innlandet:

157



158 StInn mener at Høgskolen i Innlandet aktivt må tilrettelegge for at studenter uavhengig av deres  
159 sosioøkonomiske status får lik rett og mulighet til utdanning. Høgskolen skal sørge for at  
160 fasiliteter som gir studenter muligheten til å lese, og studere på campus skal være tilgjengelig  
161 for alle studenter. Det skal være mulig å låne bøker gratis. Mulighet for praktisk skal ikke være  
162 avhengig av studenters økonomi. StInn mener at Høgskolen skal sikre at utgifter under praksis  
163 dekkes.

### 164 2.3. Studentøkonomi og Studentsamskipnaden:

165

166 Studenter er helt avhengige av rimelige, og varierte studenttjenester, helse- og velferdstilbud i  
167 studentsamskipnaden. Samtaletjenesten skal være gratis, og lett tilgjengelig. Tilbudene i  
168 kantinen skal være billige slik at studenter har råd til et variert og sunt kosthold. Boligene i  
169 studentsamskipnaden skal være billige slik at studenter har råd til å betale leien. StInn mener at  
170 leien ikke skal økes uten rimelig grunn, og StInn skal varsles i god tid om endringer av  
171 leiekostnader. Fleksible leie-tilbud skal være tilgjengelig. StInn mener at semesteravgiften skal  
172 ikke økes uten rimelig grunn, og alltid komme studentene til gode. Studentsamskipnadene skal  
173 ikke profittere og opparbeide seg en stor egenkapital på bekostning av studentene. SINN skal til  
174 enhver tid orientere StInn knyttet til endringer i studentsamskipnaden med mulig konsekvens  
175 for studenters økonomi.

### 176 2.4 Studentøkonomi, vertskommunene, fylkeskommunen og andre

#### 177 interessenter:

178

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

## 188 3 Studentvelferd

189





- 190 1. StInn mener det er viktig med gode og varierte velferds og helsetilbud i  
191 samskipnaden og vertskommunene.  
192
- 193 2. Velferds- og helsetjenester i studentsamskipnaden skal være kunnskapsbaserte  
194 og treffe studenter flest.  
195
- 196 3. StInn mener at man aktiv må skille mellom forebyggende og behandlende tilbud.  
197 Myndighetene og vertskommunene har et særskilt ansvar til å sørge for  
198 forsvarlig helsehjelp til studenter. Studentsamskipnaden skal jobbe  
199 forebyggende mot studenthelse. Studentkoordinatorene skal drive  
200 forebyggende arbeid i studentmassen og legge til rette for varierte  
201 lavterskeltilbud.  
202
- 203 4. Alle velferdstilbud skal utarbeides i samarbeid med studentdemokratiet. StInn  
204 mener at tilbudene i studentsamskipnaden treffer studentene bedre når du  
205 utarbeides sammen med StInn.  
206
- 207 5. Det skal være lavterskel for å drive med studentvelferd og studentaktivitet ved  
208 alle campus og i alle kommuner. Vertskommunen, studentsamskipnaden og  
209 høgskolen skal tilrettelegge for studentaktivitet av og for studenter.  
210
- 211 6. StInn mener at alle studenter skal ha tilgang til studentbolig med forsvarlige  
212 leiepriser. Studentboligene i studentsamskipnaden skal være universell  
213 utformet, innovative og bærekraftige, og være tilrettelagt for å ivareta  
214 studentenes psykososiale behov. Alle studentboliger skal være tilrettelagt for å  
215 studere og være læringsstimulerende.  
216
- 217 7. Studenter har økt risiko for å utvikle alvorlige helseproblemer under studietiden.  
218 StInn mener at alle studenter har krav på forsvarlig helsehjelp i kommunen og  
219 skal unngå lange ventelister.  
220

- 221 8. Mange studenter sliter med alvorlige psykiske helseplager som behøver  
222 utredning og behandlingen av spesialhelsetjenesten. StInn mener at  
223 myndighetene og vertskommunene skal sikre flere psykisk helsetilbud for  
224 studenter. Samtaletjenester i studentsamskipnaden skal tilbys ved alle  
225 studiesteder.
- 226
- 227 9. Studenter har økt risiko for å utvikle kjønnsykdommer og seksuell uhelse. StInn  
228 mener at det skal ivaretas god seksuell helse i studentmassen, og at det jobbes  
229 med målrettede tiltak for å ivareta dette. StInn mener det skal være gratis  
230 helsestasjoner for alle studenter uavhengig av alder i alle kommuner.
- 231
- 232 10. Tannhelse er en del av den generelle helsen, og studenter har behov for et  
233 rimelig tannhelsetilbud. StInn mener at det må sikres gode og rimelige  
234 tannhelsetilbud for alle studenter. StInn mener at alle studenter skal ha  
235 mulighet til å benytte seg av tannhelse tilbudet gjennom tannpleiebehandling  
236 studiet ved HINN.
- 237
- 238 11. StInn mener at alle kantiner og tilbud på campus skal tilby næringsrik og sunn  
239 mat, og at godt drikkevann skal være lett tilgjengelig.
- 240
- 241 12. StInn mener at vertskommunen, HINN, SINN og andre relevante instanser skal  
242 tilrettelegge for at studenter har et fullverdig og rimelig tilbud for fysisk aktivitet  
243 både individuelt og sammen med andre studenter.

244

245 *Studenter er helt avhengig av gode velferdstilbud. Studenter skårer dårligere på*  
246 *livskvalitet og har en dårligere levestandard sammenlignet med andre samfunnsgrupper*  
247 *i befolkningen. Studenter er derfor avhengig av brede, gode, rimelige og ikke minst lett*  
248 *tilgjengelige velferdstilbud både i studentsamskipnaden og i kommunen. StInn at både*  
249 *nye og eksisterende tilbud skal være synlige og lett tilgjengelige for studenter. StInn*  
250 *mener at velferdstjenester skal være rimelige, kunnskapsbaserte og lages i samarbeid*  
251 *med studentene og deres behov. Studentdemokratiene skal aktiv brukes i å utvikle og*

252 utvide velferdstilbud. Velferds- og helsetjenester skal være kostnadsgunstige, slik at  
253 studenter med dårlig økonomi har tilgang til viktige helse- og velferdstilbud.

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

258 Studentsamskipnaden skal sikre forebyggende og helsefremmende tiltak rettet mot  
259 studenter flest. Myndighetene og vertskommunene har et særskilt ansvar til å sørge for  
260 forsvarlig helsehjelp til studenter i kommunen, i tråd med helsedirektoratets krav til  
261 faglig og omsorgsfull hjelp. Studenter som har behov for utredning og behandlingen av  
262 spesialhelsetjenesten skal unngå lange ventelister, og få et tilbud og hjelpeapparat mens  
263 de står på ventelisten. Grunnet at studenter utgjør en sårbar befolkningsgruppe på  
264 bakgrunn av sin dårlige livskvalitet og økonomi, må helsefremmende tiltak være lett  
265 tilgjengelige og rimelige for studenter. Derfor mener StInn at gratis helsestasjoner  
266 tilgjengelige for alle studenter, uavhengig av alder må sikres i alle kommuner.

267 Sunnkosthold skal være ett enkelt og tilgjengelig alternativ ved alle kantiner, slik at  
268 studenter lett kan opprettholde en sunn livstil. StInn mener at både seksuell- og  
269 tannhelse er en del av den generelle helsen og burde behandles likeverdig. Derfor mener  
270 StInn at det må være gratis helsestasjoner i alle kommuner, og et rimelig tannhelsetilbud  
271 for alle studenter.

### 272 3.1 Studentaktivitet og kulturtilbud

273

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





## 284 3.2 Studentbolig

285

286 StInn mener at både studentsamskipnaden, vertskommunene og myndighetene skal jobbe aktiv  
287 for flere studentboliger. StInn mener at kommunen skal legge til rette for eiendommer til  
288 studentbolig, og gjøre det attraktivt til å både bosette seg under og etter fullførte studier.  
289 Studentsamskipnaden burde etterstrebe å aktiv utkonkurrere privatboligmarked, slik at private  
290 bolig kun blir et valg og ikke en tvangs opsjon for studenter. Studentboliger skal være rimelige.  
291 Fleksible leieforhold og utsettelse av leie skal kunne tilbys ved behov.

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

## 306 3.3 Studenthelse

307

### 308 3.3.1 Psykisk helse

309

310 Studenter har økt risiko for å oppleve alvorlige psykiske symptomplager under studietiden. Disse  
311 har behov for utredning og behandling av spesialhelsetjenesten. Per dags dato er det lite hjelp  
312 studentene får, og Studentsamskipnaden kan verken stå til ansvar for å utrede eller behandle  
313 studenter som krever oppfølging av spesialhelsetjenesten. Psykologene ved SINN har fått  
314 muligheten til å henvise studenter til spesialhelsetjenesten og DPS, men her venter studenter  
315 ofte lange køer. Gjennomsnittlig ventetid er 1 år. Studenter med alvorlige helseplager har ingen  
316 tid å miste, og har behov for et støtteapparat. Studenter med alvorlige helsemessig utfordringer



317 har økt risiko for å falle av studier. Den manglende helsehjelpen øker risikoen for at studenter  
318 blir dårligere og ikke vender tilbake til studiet.

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

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

### 331 3.3.2 Seksuell Helse

332

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

342

### 343 3.3.3 Tannhelse

344

345 StInn mener at tannhelsen er en del av den generelle helsen, og derav burde være et likeverdig  
346 tilbud som alle andre helsetilbud. Lik alle andre helseutfordringer kan også uhelse knyttet til  
347 tannhelsen være en alvorlig helsemessig utfordring for studenter, og kan true studier og  
348 livskvalitet. Tannhelsen utgjør en ekstra risiko for studentbudsjettet. StInn ønsker at





349 studenttilbudet i tannhelse må tilpasses til en realistisk og oppnåelig kostnad som studenter  
350 faktisk har råd til. Derfor ønsker StInn at alle studenter ved HINN skal kunne benytte seg av  
351 tannhelsetilbudet på campus Elverum gjennom tannpleieutdanningen, og at kostnader knyttet  
352 til dette skal tilrettelegges for.

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

### 360 3.3.4 Fysisk helse og trening

361

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

### 368 3.4 Ernæring for studentene

369

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

373 Alle campuser må ha godt drikkevann lett tilgjengelig. Kantinene på hver campus må oppfylle  
374 visse krav. Maten som serveres må være næringsrik. Av varmmat skal det tilbys fisk to-tre  
375 ganger i uken, og vegetar minimum en. Det skal alltid være et vegetar og vegansk alternativ.  
376 SInn kantine skal tilrettelegge for allergener, slik at alle studenter har tilgang på næringsrik  
377 mat. Det skal være mulighet for å få kjøpt frukt og grønt gjennom hele kantineens åpningstid.  
378 StInn ønsker at salatbaren skal være rabatert på dagene med mindre sunne alternativer av  
379 varmmat.



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

## 382 4 Læringsmiljøpolitikk

383

384 1. Læringsmiljøet ved HINN skal være innovativt, inkluderende og helsefremmende. Derfor  
385 mener StInn at høgskolen har et særskilt ansvar til å tilrettelegge for et godt og inkluderende  
386 psykososialt læringsmiljø som forebygger utenforskap blant alle studenter.

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

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

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

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

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

402

403 *Høgskolen har et ansvar for å tilrettelegge for et stimulerende og restituerende*  
404 *læringsmiljø, som ivaretar lærings- og hvilepotensialet hos studenter. StInn mener at*  
405 *læringsmiljøet på alle campus og studentboligene skal være helse og*  
406 *prestasjonsfremmende, og tilrettelagt for den enkelte. Studenter er ingen homogen*  
407 *gruppe, men et stort mangfold med ulik læringspotensialet og behov. Derfor mener*  
408 *StInn at Høgskolen skal tilrettelegge for at studenter uavhengig av sitt læringspotensial,*  
409 *kognitive, fysiske eller mentale kapasitet kan bruke høgskolens fysiske, digitale, og*  
410 *læringsmiljømessige arealer. Studenter med nedsatt psykisk og fysisk funksjonsevne skal*



411 kunne benytte seg av skolens læringsmiljø arealet. Læringsmiljøet ved HINN skal være  
412 varierende, og stimulere til aktiv læring.

413

#### 414 4.1 Det fysiske læringsmiljøet

415

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

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

433 Alle forelesere skal til enhver tid bruke mikrofon slik at studenter med nedsatt hørsel skal kunne  
434 følge undervisningen. Høgskolen skal tilrettelegge for at tolk kan være til stede for studenter  
435 med særskilte behov for ordningen. StInn mener at emneansvarlige har ansvar for å ivareta at  
436 studenter med nedsatt funksjonsevne blir inkludert i læringsfelleskapet.

437

#### 438 4.2 Det digitale læringsmiljøet

439

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





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

### 451 4.3 Det psykososiale læringsmiljøet

452

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

### 464 4.4 Tilrettelegging

465

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

472 Undervisere skal godta forespørsler om utsettelse av frist på arbeidskrav, dersom gyldig grunn  
473 blir gitt. Dette vil være sykdom, dødsfall eller alvorlig sykdom i familien eller nære relasjoner,  
474 studentpolitisk arbeid og andre årsaker underviser anser som gyldig. Dokumentasjon av lege  
475 skal være gyldig, og ikke settes spørsmålsteget ved. StInn mener at HINN og eksamenskontoret



476 ikke kvalifiserer til å vurdere om studenter er for friske eller syke til å ha krav på tilrettelegging,  
477 og dokumentasjon på sykdom med sykdom fra legen skal være nok. Det er allerede en stor  
478 psykisk belastning å lide av funksjonsnedsettelse, og høgsolen skal til enhver tid forebygge  
479 større psykisk belastning ved å gjøre tilretteleggings oppfølging lavterskel og tilgjengelig for  
480 studenten.

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

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

## 490 5 Likestilling, likeverd og mangfold

491 1. StInn mener at likestilling, likeverd og mangfold skal styrkes og videreutvikles i  
492 StInn, HINN, SINN og andre relevante samarbeidspartnere.

493

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

507



## 508 6 Fag- og forskningspolitikk

509

- 510 1. StInn mener at gode samarbeid mellom StInn og dets samarbeidspartnere  
511 (spesielt HINN) er vitalt for å sikre og videreutvikle studiekvalitet, og at det  
512 samme er sant for fag og forsknings miljøene både lokalt og nasjonalt.  
513
- 514 2. Stinn mener at høgskolen og studentorganisasjonen skal sikre  
515 studentrepresentasjon i alle ledd, og god informasjonsflyt mellom disse for å  
516 ivareta kvalitetssikringsarbeidet ved høgskolen.  
517
- 518 3. StInn mener at for å best ruste studentene for de utfordringer og byrder de  
519 møter på både under og etter studiet, er arbeidsrelevants i utdanningene  
520 sentralt.  
521
- 522 4. StInn mener at praksis er helt essensielt viktig for studietilværelsen og viktig for  
523 å kunne lettere og tidligere knytte sine faglige erfaringer til arbeidslivet man  
524 trolig har å forvente etter endt studie.  
525
- 526 5. StInn mener at samarbeid på tvers av fagmiljøer har en gunstig effekt og danner  
527 et sterkt grunnlag for å fremme slik praksis videre.  
528
- 529 6. Tilbakemeldinger til studenter skal være rettferdige, tydelige og skal fremme  
530 videreutvikling for hver enkelt student.  
531
- 532 7. StInn mener at det skal være tilbakemeldings arenaer på lavt og høyt nivå fra  
533 studentmassen opp mot høgskolen, som har som formål å bedre kvaliteten på  
534 høgskolens praksis og utforming.  
535

536 *StInn mener at autonomi under utdanning er et av de viktigste kriteriene for å trives*  
537 *under studietiden, og tilegne seg relevant kunnskap som man kan anvendes under og*  
538 *etter fullførte studier. Økt autonomi under studietiden, både for studenten og for*





539 *fakultetet fremmer læring og minsker risiko for frafall. For å ivareta studenters*  
540 *selvbestemmelsesrett skal undervisningen derfor aktivt inkludere studentmedvirkning.*  
541 *Undervisning og praksis skal være i høyest grad fleksibel, slik at studenter kan være med*  
542 *på å bestemme relevansen for deres egen utdanning.*

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

549

## 550 6.1 Arbeidslivsrelevans

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

561

## 562 6.2 Praksis

563 StInn står for at praksis tilbudene og ordningene ved HINN skal være i konstant utvikling med  
564 formål å styrke eksisterende tilbud, men og å utvide og opprette nye tilbud der det ikke var til  
565 stede tidligere. Det er av den grunn at studenter har i mange år ønsket seg mer og bedre  
566 praksis. Dette grunnet hovedsakelig i at praksis for mange er en klar motivator for studiene, og  
567 kan styrke følelsen av at arbeidet med studiene fører til noe konkret. Derfor vil dette, og derfor  
568 svekke følelsen av mangel på arbeidsrelevans i studiet. Praksis er også viktig for å skape en  
569 situasjon hvor studenter fort kan finne ut om studiet er rett for dem eller ikke. Det vil da kreve,  
570 og derfor bruke mindre tid og ressurser både av studenten og av institusjonen. Studenter



571 behøver fleksible praksis tilbud, og økt grad av autonomi under utdanningen som tilrettelegger  
572 for faglige og praksis tilbud. Per dags dato er det få akademiske utdanninger som har integrert  
573 praksis i graden. StInn mener at KD og UH-sektoren i større grad må tilrettelegge for at  
574 studenter kan få fleksible praksis tilbud integrert i graden. StInn mener og at det må være  
575 tilgjengelige og rimelige reise tilbud til og fra praksis som ikke knekker en students økonomi  
576 eller evne til å delta i det sosiale. StInn ønsker at studentene skal ha autonomi når det kommer.  
577 StInn mener og at det skal være en kontinuerlig prioritet å utvide og forbedre praksis  
578 ordningene og tilbudene ved høgskolen, og en presedens for å vedlikeholde en høy kvalitet på  
579 begge. StInn mener at KD og UH-sektoren i større grad må tilrettelegge for at studenter kan få  
580 fleksible praksistilbud integrert i graden. Studentene skal ikke belastes økonomisk for å  
581 gjennomføre praksis. Dette gjelder ikke kun reisevei til og fra praksisplass, men det kan  
582 eksempelvis også være studenter som må flytte under praksisperioden for å kunne gjennomføre  
583 praksis.

584

### 585 6.3 Livslang læring

586 Livslang læring kan gjerne slås sammen med avsnittet som omhandler arbeidslivsrelevans, jf.  
587 6.1. Utdanningene våre skal være av høy kvalitet, forskningsbaserte, relevante, tilrettelagte og  
588 de skal ruste oss for fremtiden. Livslang læring skal være en viktig del av alle våre utdanninger.  
589 Det handler om at vi skal være rustet til å møte et samfunn i stadig endring, og at utdanningene  
590 i Norge skal tilpasse seg, og legge til rette for akkurat dette.

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

595

### 596 6.4 Tverrfaglighet

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





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

608

### 609 6.5 Tilbakemeldinger til studenter

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

615

### 616 6.6 Evalueringer på studiet og Utdanningsinstitusjonen

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

622

### 623 6.7 Eksamensform og gjennomføring

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



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

638

## 639 6.8 Vurderingsformer og gjennomføring

640 StInn mener at ved alle vurderinger skal det skal være veiledning for sensor ved eksamens  
641 avleggelse. StInn mener at det skal også være automatisk tilbakemelding på alle eksamener og  
642 avgjørende vurderinger. StInn mener at sensor skal holde seg til frister og sørge for objektivitet  
643 og tilrettelagt gjennomføring av vurderinger. Og at det skal være konsekvenser dersom disse  
644 fristene og kravene ikke overholdes.

645

## 646 6.9 Krav og tilbakemeldinger til emne og forelesere

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

651 StInn mener at forelesere skal ha en pedagogisk kompetanse som er godt tilpasset emnet og  
652 utdanningen, hvor kriteriene er satt i samarbeid med StInn. StInn mener at alle forelesere og  
653 andre parter som skal ha en underviser rolle ved HINN skal ha fullført og bestått et kurs i  
654 universitet og høgskole pedagogikk og gjennomført en prøveforelesning før ansettelse. Dersom  
655 det skulle komme fram at deres pedagogiske kompetanse er utilstrekkelig at de blir nødt til å  
656 oppdatere sine kunnskaper og kompetanse gjennom obligatorisk kursing, og ny  
657 prøveforelesning. StInn står og for at individene i den typen situasjon skal få økonomisk støtte.  
658 StInn krever og at alle forelesere og undervisere ved HINN skal ha tilstrekkelig IT kompetanse til  
659 å ta i bruk de ressurser og systemer tilgjengelig og nødvendige ved HINN, og at disse  
660 egenskapene skal oppdateres dersom nødvendig, eventuelt gjennom obligatorisk kursing.  
661 Studentstemmen skal alltid lyttes til under disse omstendighetene ettersom at de er de med  
662 førstehånds erfaring dersom overnevnt kompetanse er utilstrekkelig.

663



## 664 6.10 Internasjonalisering

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

679

## 680 6.11 Kvalitetssikringsarbeid

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

691

## 692 6.12 Kvalitetssystemet

693 StInn mener at det skal være studentrepresentasjon på alle nivåer i kvalitetssystemet. StInn  
694 mener og at det skal være en form for kompensasjon til disse representantene. StInn mener at  
695 studenter som melder in saker til høgskolen, skal få oppfølging og tilbakemelding på sakene,



696 underveis og etter, angående resultat og behandling av saken uavhengig av sakens sensitivitet,  
697 så fremt studenten ønsker det. StInn mener at kvalitetssystemet skal være konstruert på en slik  
698 måte at tilbakemeldinger til saksmeldere er automatiske. Og at innmeldte saker og  
699 saksbehandlingen skal dokumenteres der mulig for å best sikre at gjentakende saker vil være  
700 lettere å lokalisere og behandle, både for Høgskolen og for StInn. StInn mener også at  
701 tillitsvalgte skal ha muligheten for å få innsikt i disse dokumentene for å kunne bedre  
702 saksbehandling.









# **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



# 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 høgskolen 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 høgskolen 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 høgskolen 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 høgskolen 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 høgskolen 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 kjønnssykdommer
- 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 kantinematen 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







## Leder

Beskriv kort en sak du mener StInn burde arbeide med/ for. (Ikke lengre enn 100 ord) Skriv en artikkel om denne saken. Se for deg at artikkelen ville blitt publisert i Khrono.no. De antatte leserne av artikkelen er primært studentpolitikere og høgskoleansatte i Norge. Du trenger ikke tenke på bilder. Maks 1 A4-side.

Beskriv hvordan du ville mobilisert StInn for å arbeide med/ for denne saken. Maks 1 A4-side med tekst.

## Nestleder

En nyvalgt studentrådsleder kontakter deg og forteller at kulturen for studentpolitikk på studiestedet har nesten forsvunnet helt. De ønsker bistand i å gjenoppbygge denne kulturen, slik at alle vervene er fylt med engasjerte tillitsvalgte som føler at de har den lokale studentmassen i ryggen. Hvordan går du frem for å nå dette målet? Dette kan inkludere organisatoriske endringer, dersom du ønsker det. Maks 2 A4-sider med tekst.

## Kommunikasjonsansvarlig

Parlamentet har uttrykt et sterkt ønske om at StInn skal bli mer synlig for studentmassen på HINN. En betydelig del av budsjettet har blitt satt av for å nå dette målet. Hvordan oppnår du dette? Maks 1 A4-side med tekst.

## Fag- og forskningspolitisk

ansvarlig Skriv et forslag til en resolusjon om en sak du bryr deg om - et tema som ikke allerede dekkes av en allerede eksisterende resolusjon. Vi anbefaler å bruke de eksisterende resolusjonene som grunnlag og inspirasjon, spesielt for oppbygging og form. Maks 1 A4-side med tekst.

## Velferd- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig

Skriv et forslag til en resolusjon om en sak du bryr deg om - et tema som ikke allerede dekkes av en allerede eksisterende resolusjon. Vi anbefaler å bruke de eksisterende resolusjonene som grunnlag og inspirasjon, spesielt for oppbygging og form. Maks 1 A4-side med tekst.

Format:

- Skriftstørrelse 12
- Times New Roman
- Linjeavstand 1.5



# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Gesine Fischer		<b>Fødselsdato</b>	
<b>Studieretning</b>	Bachelor i psykologi		<b>Studiested</b>	Lillehammer
<b>Fakultet</b>	Handelshøgskolen Innlandet - fakultet for økonomi og samfunnsvitenskap (HHS)			
<b>Stiller til</b>	Leder	<b>Organ</b>	Arbeidsutvalget	
<b>Litt om meg</b>				
<p>Hei!</p> <p>Jeg er Gesine, nåværende leder i Studentorganisasjonen i Innlandet, og psykologistudent ved Høgskolen i Innlandet. Det er snart et år siden jeg fylte ut dette skjemaet her, med et brennende engasjement for vervet som leder og det arbeidet som følger med. Dette engasjementet er enda sterkere i dag.. For når jeg nå sitter her og skal fortelle «litt» om meg selv, så føles det så naturlig å introdusere meg selv som leder i StInn. Det er blitt min hverdag, lidenskap og driven. Å tre inn i lederrollen har jeg hatt en stor ærefrykt for, ikke minst for det ansvaret og viljen for å få gjort den beste jobben en leder evner å gjøre. Samtidig føles det i dag mer som å kle på seg og gå, riktig nok på en sti som skifter farge og retning og som jeg må forsikre meg alltid fører oss dit vi skal. Med mine fantastiske tillitsvalgte i ryggen, er stien og ferden blitt et vakkert og givende eventyr, som ikke er fortalt ferdig enda.</p> <p>Jeg har alltid vært opptatt av forebyggende arbeid og å skape en bedre tilværelse for alle. Men ved siden av å kjempe for at andre skal ha en bedre studiehverdag og lykkes som student, er jeg opptatt av å ikke ta meg selv for høytidelig, og kose meg med det enkle livet. Jeg elsker rolige stunder med mat, venner og mørk humor, og en adoptert katt. Sistnevnte har gjort hjemmekontoret under pandemien til en slags koselig tortur.</p>				
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>				
<p>For meg har det alltid vært- og fortsatt er- å utrette en positiv forskjell for våre studenter i en krevende studiehverdag, og ikke minst fortsette det gode arbeidet jeg har bygget med mine fantastiske tillitsvalgte. Å jobbe med forebygging har vært min største frustrasjon og motivasjon i mitt tidligere arbeid.</p> <p>I året som har gått er frustrasjonen blitt mindre, og mulighetene og motivasjonen større. Jeg har i mine år som lokale, sentrale og nasjonale tillitsvalgte smakt på den unike og krevende muligheten til å virkelig utrette en positiv forskjell for studenter. Dette skal jeg fortsette med. I det året som har gått har jeg sett de rundt meg vokse, og det gode arbeidet vårt blomstre. Vi har sikret gjennomslag, som vil overleve og bedre studenttilværelsen på langsikt. Det at jeg nå kan se tilbake på mitt arbeid, min kartlegging, mine utredninger, mitt samarbeid og mine gjennomslag for en bedre studenttilværelse på lang sikt, er min motivasjon til å fortsette.</p> <p>Jeg skal fortsette og være det ansiktet og limet organisasjonen og studentene trenger framover. Blant mine største ambisjoner i fjor har vært å effektivisere oss, jobbe for studenter istedenfor å drifte oss selv, og sikre langsiktige tiltak for de vi skal jobbe for, og ikke minst få oss til å stå sterkere sammen som organisasjon. De målene jeg satt for meg selv, organisasjonen og studentene har vi nådd, og nå skal vi sikre at disse vedvarer og kontinuerlig forbedres.</p> <p>Det er dette samarbeids- og løsningsorienterte fokuset som har ført oss dit vi er i dag. En stødig, og ressurssterk organisasjon som alltid løfter hodet i de mest krevende situasjoner for å se etter løsninger. En organisasjon med reflekterte, varme og sterke tillitsvalgte som sikrer studenter en</p>				

bedre studie hverdag og en bedre utdanning. Vi kan alltid bli bedre, og gjennom året som har gått vil jeg få oss til å være enda bedre og sterkere sammen.

Jeg har fått oss gjennom krisen, og jeg skal få oss ut av den- Sammen skal vi sikre en bedre studiehverdag for studenter nå, og til de som kommer etter oss!

### Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?

Til tross for store utfordringer og den krevende tiden for samtlige studentdemokratier Norge rundt, har vi i StInn aldri fått mer til. Vi har gjennomgått de aller største kriser, men likevel aldri sikret oss mer gjennomslag og stått sterkere sammen. Og det synes! Studenter roser oss, statsråd og ansatte bruker oss som allianser istedenfor motstandere, og andre vil benytte seg av våre ressurser. Dette er fordi jeg har valgt å ta med meg det beste ut av krisen. Jeg ser ressursene i mine tillitsvalgte, og løfter og styrker den. Gjennom dette ressursorienterte fokuset har vi sikret flere tiltak som nå har og vil føre til en bedre studiehverdag for studentene på langsikt:

Etter ett års arbeid, egne undersøkelser, og strategisk politisk arbeid har vi sikret langsiktige tiltak for det psykososiale læringsmiljøet, og forebygger nå aktiv ensomheten i undervisningsrommet. Andre større utdanningsinstitusjoner ønsker å benytte seg av mitt arbeid. Noe som har vært en bidragsyter for det nasjonale gjennomslaget vi fikk for å ansette flere studentassistenter i læringsmiljøet. Les mer om gjennomslaget her:

<https://www.inn.no/prosjektsider/studentorganisasjonen-i-innlandet/aktuelt/ensomheten-i-undervisningsrommet>

Vi har sikret gjennomslag nasjonalt for å sikre flere midler til studentassistenter i studentsamskipnaden og høgskolen. Samtidig som vi har sikret at høgskolen vil sikre at disse midlene varer ut. Les mer her:

<https://www.inn.no/prosjektsider/studentorganisasjonen-i-innlandet/aktuelt/stinn-i-moete-med-uhr-utdanningen-og-medlemslagene-i-norge>

Vi har sikret tverrfagliges samarbeidsprosjekter, og er i ferd med å øke arbeidslivsrelevans, mer praksis og fleksible praksisordninger. Les mer om arbeidet her:

<https://www.inn.no/prosjektsider/studentorganisasjonen-i-innlandet/aktuelt/mer-autonomi-under-utdanning-gjennom-oekt-fleksibilitet-arbeidslivsrelevans-og-prosjektutvikling>

Vi har sikret flere velferdstilbud og midler til å drive med studentaktivitet. Vi har sikret gjennomslag hos lokale og sentrale politikere som nå kjemper sammen med oss for gjenåpning av og flere helsestasjoner, et psykisk helse team i kommunen og flere velferdstjenester for studenter. For bare noen dager siden fikk vi blant de største gjennomslagene for psykisk helse som jeg har jobbet hardt og lenge for:

Vi får nå systemer som fanger opp studentene bedre. Vi går i allianse med ny rektor, stab og SINN for å invitere myndighetene til møter for å sikre midler til lokale psykiske helsetilbud og styrke psykiatrien. Allerede nå er vi i gang med å planlegge møter for å få med oss vertskommunene!

Og vi skal sikre så mye mer med meg som leder i ett år til!



### Hva er dine ambisjoner for StInn?

Mine ambisjoner for StInn er å fortsette å være en målrettet, tydelig, men samarbeidsvillig organisasjon som er ambisiøs uten å ta seg selv for høytidelig, og som representerer studenter som det mangfoldet de er! Jeg strever for at StInn gjør den beste jobben den evner å gjøre for organisasjonen, og ikke minst for våre studenter. Det vil si: å få gjennomslag for vår politikk og representere studentene i de arenaene der dem bli hørt. Et av mine største ambisjoner for StInn i året som har vært, var å effektivere vårt samarbeid- og prioritere det politiske arbeidet- ovenfor det organisatoriske. Vi måtte se bort ifra å drifte seg selv, og heller fokusere på våre studenter og internt samarbeid. Det skal være lav terskel for studenter å ta kontakt med StInn, samtidig som det skal være lavterskel å søke støtte innad i organisasjonen. Det har vi fått til gjennom flere samarbeidsarena, som jeg mener vi må bygge på, og alltid kan bli bedre på. Det er slik vi får gjennomslag for våre hjertesaker.

Å prioritere organisatoriske utfordringer i vår egen drift er en selvfølge, men jeg skal fortsette å sikre at disse ikke skal gå på bekostning av det vi faktisk skal jobbe for, nemlig å representere studentene og StInns politikk. Dette ønsker jeg å gjøre ved å fortsette å minske det gapet mellom arbeidsutvalget og øvrige organer, og å orientere og samarbeide tettere med de dyktige representantene vi har i organisasjonen. Mye av det organisatoriske og politiske ansvaret handler om å skape et tettere samhold, og effektivisere kommunikasjon.

Jeg skal sikre at det gode arbeidet fortsetter, og at vi når året er omme kan feire minst like mange gjennomslag. Jeg skal fortsette å kjempe for dere, og representere studentene i de krevende saker og arenaene der stemmene blir hørt, samtidig som jeg skal være den ressursen StInn, mitt AU og studentene trenger til enhver tid.

### Hva er dine ambisjoner for det kommende året?

Det vil være en krevende periode, der vi må revaluere oss selv og arbeidet vi har gjort, slik at vi kan ta med oss det **beste ut av krisen**. I fjor blir jeg valgt som leder i den største krisen Norge har opplevd siden andre verdenskrigen. Studenter var blant dem som ble hardest rammet, samtidig som vi har utnyttet krisen til å sikre oss lenge etterlengte tiltak. Min største ambisjon er å sikre at disse vedvarer og flere langsiktige tiltak etableres. Vi har fått gjennomslag i SINN og HINN rundt studenters psykiske helse, men må sikre flere gjennomslag i vertskommunene og hos myndighetene. Derfor vil jeg styrke de alliansene vi har bygget for å stå sammen lokalt og nasjonalt for flere midler og tiltak. Vi skal sikre:

- Mer autonomi under utdanning
- Pedagogisk minstekompetanse blant forelesere
- Sikre flere og bedre forebyggende og behandlende tilbud for studenters (psykiske) helse
- Styrke rettigheter knyttet til eksamen, sensur og undervisning
- Flere og bedre velferdstilbud i kommunen
- Ansvarliggjøre vertskommunene for studenters helse og trivsel
- Mer arbeidslivsrelevans gjennom tverrfaglige samarbeidsprosjekter
- Forbedring og effektivisering av kvalitetssystemet
- Sikre en tydelig forventningsavklaring mellom student og emneansvarlig.
- En trygg og tydelig stemme for organisasjonen og studentene
- Et bedre sikkerhetsnett for studenter og tillitsvalgte

Jeg har en ambisjon om å være den sterkeste ressursen mitt AU trenger, slik at vi når de felles målene vi har satt oss. Dette sikrer jeg med et varmt og godt inkluderende miljø, gjennom god og tydelig kommunikasjon, og et våkent og åpent sinn. Alle skal føle seg sett og hørt, og alltid kunne føle seg trygge i sin rolle som tillitsvalgte. Både lokalt og sentralt i organisasjonen.

Vi har sikret **gjennomslag** på mange fronter, men nå må vi sikre at disse **vedvarer og myndighetene holder sine lovnader**. Til høsten går vi mot et stortingsvalg, og her må StInn gjennom både lokalt og nasjonalt samarbeid sikre at myndighetene holdes ansvarlig for studenters helse og trivsel. Derfor vil jeg aktivt jobbe med NSO, HINN, SINN, andre medlemslag og aktører for å sikre dette.

Nylig har jeg fått tillitten av å representere studentene i sentralstyret i NSO. Her vil være en tydelig stemme for Innlandets studenter, og gjøre det jeg har gjort i ett år, **ser etter løsninger og bygge borer**. Jeg skal sikre at NSO og statsråd, og partier som nå går mot stortingsvalget sikrer en tydelig studentrettet politikk. Under **krisepakke forhandlingene** var det flere opposisjonspartier som kom med viktige utspill som vi må følge opp. Nasjonalt har vi fått gjennomslag gjennom å øke **arbeidslivrelevans, fleksible praksisordninger, og tiltak rettet mot det psykososiale læringsmiljøet**. Men det er ikke kommet flere midler. Gjennom å styrke vår allianse med våre interessepartner skal vi sikre at målene faktisk nås.

**Autonomi under studietiden** er ikke bare **god undervisningskvalitet**, og mulighet til å påvirke studier og praksis. Mye er avhengig av **tilværelsen i og utenfor undervisningsrommet**. Kvalitetssikringsarbeid ved institusjoner og studentsamskipnader fikser ikke alt. Dersom studenter skal ha det bra, må det sikres nasjonale tiltak og midler for å bedre utdanningskvaliteten, psykososiale- og sosioøkonomiske utfordringer.

Vi må sikre at NSO holder seg til vedtatt politikk, og at **økonomiske sanksjoner fjernes** for studenter som ikke fullfører på normert tid. Vi skal **sikre at både eksisterende og nye velferdstiltak** i og utenfor undervisnings sikres, og varer ut. Vi skal fortsetter å utvikle og kontinuerlig forbedre oss som organisasjon, og jeg har en tydelig ambisjon om å **spille oss sterke, styrke felleskapet og samholdet i StInn**. Vi må styrke og **sikre studentrepresentasjon** i de viktige råd og utvalgene vi har i kvalitetssystemet, men også nasjonalt. Jeg vil fortsette **bygge på det lokale og nasjonalstudentpolitiske samarbeidet** med myndighetene og andre tillitsvalgte!

#### Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?

Utfordringene blir aldri mindre, men løsningene og evnene til å håndtere den blir man bedre på. Uavhengig av hvilken posisjon en inntar i organisasjonen så er et av de store utfordringene å ikke få gjennomslag eller gehør for det en jobber med. Tålmodigheten blir definitivt satt på prøve, og derfor er det viktig at man er dyktig til å prioritere og tilpasse seg utfordrende situasjoner en møter. Det er viktig med tett samarbeid, og et godt forhold til de man jobber opp mot og sammen med. Det er slik vi sikrer oss mest mulig progresjon, men også god støtte dersom resultatet uteblir. Det er dog ikke bare tilpasningsdyktighet og tålmodighet, men også utholdenhet og evnen til å stå i stormer som kan bli satt på prøve. Jeg mener dog at man som leder i sitt arbeid og samarbeid med andre kan forebygge slike utfordringer, og også evner til å overkomme utfordringene dersom de oppstår. I mine år som tillitsvalgt har jeg sett tydelig utfordringene både en selv og andre kan møte, og jeg mener at mye av dette kan forebygges med en tydelig ledelse, god kommunikasjon og forutsigbarhet, og et tettere samarbeid mellom alle organer og vervene i organisasjonen. For

selv om man ser utfordringer, er det viktigere å se løsninger. Gjennom å være fokusert, løsningsorientert og samarbeidsvillig kan vi forebygge og overkomme utfordringene vi møter.

#### Relevant erfaring

- Leder av studentorganisasjonen i Innlandet 2020 til dags dato
- Velferds- og læringsmiljøpolitiskansvarlig i StInn 2019-2020
- Leder av læringsmiljøutvalget ved HINN 2019-2020
- Leder av fordelingsutvalget 2019-2020
- Leder av komiteen for utdanningskvalitetsprisen ved HINN 2019
- Representant for Råd for samarbeidet med arbeidslivet ved HINN 2019-2021
- Representant i arbeids og organisasjonsutviklingsprosjektet i StInn 2018-2020
- Styremedlem i styringsgruppen for rus og levevaner-prosjektet i SINN 2019-2020
- Representant for referansegruppen for fremtidens helseplan i SINN 2019-2020
- Studentrepresentant i referansegruppen for handlingsplanen for likestilling likeverd, og mangfold ved HINN 2019-2020
- Studentrepresentant for mangfolds- og likestillingsutvalget ved HINN 2020-til og med 2022
- Parlamentsdelegat i StInn 2018-2019
- Klassetillitsvalgte i StInn 2018- 2019
- 2017-2019 Tillitsvalgt for minoritetsspråkligklasse ved Olsvikåsen VGS

Annet relevant arbeidserfaring:

- Dramapedagogiskleder og skuespiller ved Vestlandske Teatersenter 2013-2016
- Pedagogisk leder i barnehage 2014-2015
- Miljøarbeider i Lillehammer kommune 2017-2020
- Foredragsholder i kompetansedelings konferanse 2021
- Studentrepresentant i paneldebatten for finansering og dimensjonering av høyere utdanning- Lifelong Learning Conference 2021

Relevante kurs:

- Kurs i kommunepsykologi 2019
- Kurs i journalføring 2018
- Kurs i observasjonskompetanse 2018

Meritter:

- Talentutviklingsstipend av Bergen Kommune 2012

#### Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?

Jeg har erfaring i både lederskap og medarbeiderskap fra mine tidligere arbeidsplasser og vervene mine i og utenfor Studentorganisasjonen, og jeg føler meg veldig trygg i begge posisjonene. Det er likevel lederposisjonen som har fått meg til å blomstre og trives mest i. Erfaringene har gitt meg innsikt i hvordan det er å både jobbe opp mot en leder, men også være en leder. Som både leder og medarbeider i et team, er den viktigste prioriteringen for meg å lage et godt og trygg miljø rundt meg, der alle føler seg sett og hørt, samtidig som vi jobber målrettet. Å kunne gjøre akkurat dette har vært utrolig givende, og denne drivkraften har gjort det naturlig for meg å innta lederrollen. Å være leder av læringsmiljøutvalget, ulike organer og komiteer i HINN og SINN, men ikke minst og størst av alt som leder i StInn; har vært en brått læringskurve, og jeg kan med ydmykhet si at det har vært utrolig utfordrende. Men erfaringene har gjort meg rystet til å lede organisasjonen også i det kommende året, og ut av krisen.

Skjemaet sendes til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no)

## Demografisk utvikling – En tryggere framtid for Norge gjennom bærekraftig investering i studenter og høyere utdanning

Nylig har staten gitt distriktsdemografiutvalget oppgaven til å utrede konsekvenser av demografiske utfordringer i distriktene. Utvalget skulle utrede hvilke konsekvenser utfordringer knyttet til demografi har for statlig, kommunal og privat sektor. Det ser dystert ut for Norge. Befolkningen blir eldre, unge flytter fra distriktene, og Norge slik mange kjenner den trues med å forsvinne sammen med distriktene. Demografisk utvikling og dimensjonering av høyere utdanningen er ikke bare lenger en bagatell, men truer Norges utvikling generelt. Den utgjør en trussel for samfunnsøkonomi, helse, velferd og utdanning. Naturlig nok vil demografiske utfordringer påvirke høyere utdanningssektor, nærings- og arbeidslivet, og dermed studentene. Samtidig så påvirker studenter og høyere utdanning den demografiske utviklingen - Kan disse også være løsningen for distriktene og Norges framtid?



Hentet fra Bondebladet: Foto: Illustrasjonsbilde Shutterstock

Den demografisk utvikling utgjør i dag en stor trussel for vertskommunenes økonomiske og bærekraftige utvikling. De fleste unge velger å flytte til sentrale strøk, likevel søker mange høyere utdanning i mindre kommuner, som skaper liv i distriktene og får dem til å overleve. Under to betingelser; studentene må trives der de bor og studerer! På lands basis velger over 70% av alle studenter å bosette seg der de studerer, både under og etter fullførte studier. Er de fra samme kommunen øker det til over 80%. Dette betyr skatteinntekter,

arbeidskraft, og overlevelse av kommunene dersom studenter bosetter seg der. Ved Høgskolen i Innlandet er det mer enn 16000 studenter, spredt utover 6 sentrale studiesteder, likevel er det sammenlignet med landets gjennomsnittet få studenter som velger å bosette seg i Innlandet.

### **En student må trives for å bli, og for at velferdsstaten holdes ved like!**

Studenters helse og trivsels undersøkelse (SHoT) har over flere år vist en gradvis nedgang av opplevd livskvalitet, og en alvorlig økende psykisk helse problematikk blant studenter. Innlandets studenter skårer noe høyere på opplevd isolasjon og ensomhet. Mye kan skyldes på desentraliseringen, og at mange studenter befinner seg i små hybler på isolerte studiesteder, med lite kontakt til medstudenter og en dårlig infrastruktur. Myndigheten og vertskommune har gjort lite for studentene i kommunene her. Det er *få* til *ingen* tilbud i kommunen for denne samfunnsgruppen. Til stor fortvilelse måtte Studentorganisasjonen i Innlandet over flere år registrere den alvorlige mangelen på velferds- og helsetjenester, kultur og studentaktivitets tilbud, og konsekvensene det har på studenters livskvalitet. Til tross for denne alvorlige utviklingen har det skjedd lite i kommunene.

### **Ansvarsfraskrivelse for studenters velvære, eller kunnskapsløshet?**

Å investere i studenter er den mest bærekraftige investeringen for kommunene, distriktene og Norge. Det vertskommunene fortsatt ikke har registrert er den ressursen og økonomiske betydningen studenter utgjør for samfunnet. Kommunene tjener i dag 24.761 kr for hver student som melder flytting. Samtidig er det mellom 8-9 av 10 studenter ved HINN som jobber ved siden av studiene, og dermed bidrar til skatteinntekter og utgjør en viktig arbeidskraft i kommunen.

### **Dimensjonering og finansering av høyere utdanningen for å redde distriktene!**

Det handler om Norge, lyder det fra regjeringens utvalg som utredet konsekvensene om demografisk utvikling i distriktene. Svulstige nasjonalistiske ord, som dog er av så stor betydning som vi må forstå alvorligheten av, og iverksette tiltak for. Dette gjør vi ved viktig og riktig dimensjonering og finansering av høyere utdanning. Det vil si; investere i studenter, arbeidslivrelevante og tilgjengelige utdanninger. Gjennom fleksible utdannings- og praksisordninger, etter- og videreutdanninger, kan flere erverve seg viktig kunnskap som Norge trenger. Hva Norge trenger utredes gjennom fag-og forskningspolitisk arbeid ved utdanningsinstitusjonene, men også gjennom tett kontakt med nærings- og arbeidslivet. For å gjøre dette må man ha økt autonomi, og studenter må involveres mer. Studenter som er koblet tett på arbeidslivet under utdanning har økt sjanse til å fullføre graden sin, og få jobb etter endt utdanning. Dette både tiltrekker studenter til utdanning, og få de til å bli værende etterpå.

### **For skal studenter i dag løse morgen dagens problemer, må disse inviteres i!**

Vertskommunene må se verdien av å koble på flere studenter i arbeids- og næringslivet. Skal studenter være den ressursen Norge trenger, må de anees som den. Det skjer store endringer i akademia i dag. Mer autonomi til institusjonene, flere fusjoner, økt

arbeidslivrelevans, og flere utradisjonelle utdanninger. Samtidig kommer det ikke nok midler, og dette kan true overlevelsen til utdanningene - og dermed true Norges utvikling. Med høye ambisjoner må det også komme flere midler og bærekraftige investeringer.

## **Morgens dagens universiteter- ikke lenger et klubbhus av hvite menn over 50!**

Utdanningsinstitusjonene skal lage arbeidslivsrelevante studier, etter- og videreutdanning som tilfredsstillende morgendagens behov, produserer samtids og framtidrettet forskning som er med på å løse de kompliserte problemstillingene verden står ovenfor. Samfunnet er i stadig endring, Norge blir en større og mangfoldig befolkning, sosioøkonomiske forskjeller vokser og bærekraftmålene skal nås. Slike kompliserte problemstillinger kan ikke løses uten høyere utdanningsinstitusjoner som er innovative og tilrettelegger for fleksible framtidrettede utdanningsløp. Derfor må man se bort fra utdaterte utdanningsmonopoler preget av konservative holdninger.

## **Skal vi ta vare på tradisjoner må vi tenke utradisjonelt!**

Akademiet har vært preget av gamle lover, som gjør at kun få institusjoner kan tilby relevante utdanninger. Nå kan dette endres, og vil kunne revolusjonere sektoren ved å gi økt autonomi til flere. Det er naturlig å søke seg til det trygge, også i akademiet. Mennesker er vanedyr, og «det nye» kjennes skummelt. Skumlere er det dog å la Norge slik vi kjenner det bli ruinert fordi academia og konservative holdninger hindrer innovative utdanningsløp og institusjoner. Paradoksalt må vi endre vaner, tenke utradisjonelt og innovativt på høyere utdanning for å ivareta det tradisjonelle Norge. Norge med distrikter som blomstrer, med bønder som både kan leve av sin jobb og bidra til bærekraftig land- og jordbruk til den norske befolkningen.

Desentralisert høyere utdanning har skapt både hodebry og åpenbaringer for akademiet. Høgskolen i Innlandet er et godt eksempel på en innovativ utdanningsinstitusjon som kan løse problemene som følger med den mørke demografiske utviklingen i Norge. HINN har et tydelig mål om å bli et universitet med en sterk regional kraft, og ressurs for Innlandet, distriktene, arbeids- og næringslivet, og med en tydelig bærekraftig profil.

## **I dag sikrer bønder og agronomer et bærekraftig land og jordbruk, og forsker på psykisk uhelse blant bønder**

Det er bare noen få år siden Høgskolen i Innlandet startet prosessen for å bli et universitet. En høy ambisjon som førte til lange diskusjoner om effektivisering, finansering og dimensjoneringen av utdanningsløpene. Et av de største spørsmålene var om Blæstad, en land- og jordbruksskole ville kunne passe inni den nye profilen? For at utdanningsinstitusjonen og studiestedet Blæstad skal holde dagens standard må det investeres millioner, og utdanningskvaliteten må økes og produsere mer forskning. Studentorganisasjonen i Innlandet var tydelig: Blæstad må beholdes, ikke bare for studentene, men for Norge. StInn fikk gjennomslag, og i dag er HINN stolt over Blæstad og den løftes fram nasjonalt. Fjerning av utdaterte utdanningsmonopoler kan sikre mangfoldige

utdanninger ved flere institusjoner som kan skape tverrfaglige utdanninger som er mer framtidsrettet, og dekker morgens behov. Slik Blæstad gjør den dag i dag; ved å forske på en bærekraftig land- og jordbruk, og den psykiske uhelsen blant bønder.

### **Å investere i studenter og høyere utdanning, betyr å investere i Norges framtid og trygghet!**

Altfor lenge har vertskommunene og myndighetene ikke sett dette potensialet og denne ressursen utdanningsinstitusjonene og studentene utgjør. Hvordan har det seg at en så viktig samfunnsgruppe som studenter blir nedprioritert? De holder velferdsstaten og Norges framtid vedlike for at resten av befolkningen kan benytte seg av denne. Studenter bidrar med sine skatteinntekter, et fungerende næringsliv, og service- og velferdstilbud i kommunen. De fyller jobbene i helse og omsorgstjenesten, og skal ta seg av den eldrebølgen. De er bønder som gir befolkningen mat på bordet, og redder klimakrisen. Det er hårreisende at vertskommunene ikke har tatt noe ansvar for studenters helse og trivsel i kommunen. At vertskommunene ikke ser gevinsten ved å investere i studentvelferd, grenser dog mer på kunnskapsløshet enn ansvarsfraskrivelse.

### **Kommunale aktører må våkne opp, ikke minst må myndighetene sikre overlevelsen av distriktene!**

For at flere studenter skal trives og utdanningsinstitusjoner skal kunne overleve, trenger de flere midler og mer autonomi. Midlene må direkte komme studentene til gode. Det må investeres i lavterskeltilbud, helse- og velferdsfremmende tiltak, slik at studenter kan drive med meningsfull studentaktivitet i kommunen. Trives studenten, presterer den og utdanningsinstitusjonen, bidra til nærings- og arbeidslivet, - og få distriktene til å overleve. Sånn at Norge slik du kjenner den, forbli det vakre og trygge stedet for befolkningen og sine etterkommende. En bærekraftig utvikling og en bærekraftig Norge.



# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Sonja Tan Nguyen	<b>Fødselsdato</b>	28.12.1997
<b>Studieretning</b>	Master i tilpasset opplæring	<b>Studiested</b>	Hamar
<b>Fakultet</b>	Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk (LUP)		
<b>Stiller til</b>	Nestleder	<b>Organ</b>	Arbeidsutvalget
<b>Litt om meg</b>			
<p>Hei. Mitt navn er Sonja Tan Nguyen og jeg er 23 år gammel. Jeg holder på med å fullføre mitt første år på master i tilpasset opplæring. I skrivende stund sitter jeg som hoveddelegat i Parlamentet. Jeg sitter også som studentrepresentant i Utdanningsutvalget og Fakultetsrådet (Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk), og er medlem av arbeidsgruppen for organisasjonsutvikling i StInn (OU-prosjektet).</p> <p>Jeg trives svært godt med studentpolitisk arbeid, og klarer ikke å se for meg hvordan studenttilværelsen min hadde vært om jeg ikke var engasjert i noe. Det var gjennom studentpolitikken at jeg fant min stemme. Det som engasjerer og motiverer meg er vårt fellesskap og den viktige jobben vi gjør for studentene. Å kunne få representere studentenes stemme og bidra til at andre skal ha det bra er svært meningsfylt for meg. Jeg trives veldig godt med å være student og fordype meg i fagene mine, og har et sterkt ønske om å bidra med min kunnskap og erfaring inn i Studentorganisasjonen i Innlandet.</p>			
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>			
<p>Kjære Parlamentet, Jeg ønsker å stille til valg som nestleder av Studentorganisasjonen i Innlandet for perioden 2021-2022. I løpet av de siste fem årene som aktiv student har jeg arbeidet målrettet, og opparbeidet meg erfaring gjennom tillitsverv på lokalt og sentralt nivå. Nå kjenner jeg på et sterkt ønske og iver etter å bruke min kunnskap og erfaring inn i det sentrale arbeidet i StInn, og arbeide for studentene ved Høgskolen i Innlandet.</p> <p>For meg har det alltid handlet om å kunne få representere studentenes stemme. Jeg har vært opptatt av å opparbeide meg relevant erfaring for å kunne ta på meg verv med mer ansvar og større arbeidsoppgaver, og nå kjennes det riktig å ta det store steget og satse fullt på studentpolitikk. Det er så givende for meg å kunne gjøre noe for andre, og jeg har så lyst til å jobbe for studentene våre. Jeg ønsker å sitte igjen med en følelse av at jeg har gjort alt det jeg kan, for de nåværende og kommende studentene ved høgskolen når jeg er ferdig som student. Jeg vet at fellesskapet vårt fungerer, og jeg har lyst til å være med å sørge for at våre rettigheter som studenter blir ivaretatt og studentenes stemme blir hørt.</p> <p>I den siste innspurten som student har jeg et ønske om å kunne avslutte dette fantastiske eventyret ved StInn. Det hadde vært en ære å kunne få være deres nestleder og arbeide for våre nesten 16 000 studenter det kommende året.</p>			
<b>Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?</b>			
<p>Det som gjør meg til en egnet kandidat til vervet som nestleder av Studentorganisasjonen i Innlandet er at jeg er opptatt av å gjøre et grundig og godt arbeid. Jeg beskrives som et strukturert, pliktoppfyllende og ryddig menneske, som kommer forberedt til møter, holder oversikt og kontroll på arbeid og viktige frister. Videre vil jeg bidra med reflekterte innspill og veloverveid argumentasjon, samtidig arbeide for et fellesskap hvor alle skal føle seg inkludert og kunne si sin mening. Jeg trives veldig godt med organisatorisk arbeid, og vil kunne være en god støtte for leder, arbeidsutvalget og øvrige tillitsvalgte. Det som også gjør meg til en egnet kandidat til dette vervet</p>			



er min brede erfaring gjennom verv i ulike organisasjoner, utvalg og komiteer, som jeg ønsker å bringe med meg inn i det sentrale vervet i StInn.

### Hva er dine ambisjoner for StInn?

Mine ambisjoner for StInn er å effektivisere og videreutvikle organisasjonen vår. Jeg ønsker å arbeide målrettet mot de målene som organisasjonen setter, og ta opp samtalen om de sakene som er viktige for oss overfor relevante aktører. Jeg ønsker å bidra med mitt engasjement, kunnskap og erfaring inn i det politiske og organisatoriske arbeidet. Det vil også være naturlig for meg å ta over og følge opp arbeidet med OU-prosjektet, som jeg har fått muligheten til å bidra og ta del i de siste månedene gjennom arbeidsgruppen for bolk 4. Jeg har også en ambisjon om å følge opp våre lokale og sentrale tillitsvalgte, slik at de føler seg trygge og komfortable i sine verv. Dette vil bidra til å styrke fellesskapet vårt, legge grunnlaget for å videreutvikle organisasjonen vår og nå målene som vi setter sammen. Jeg ønsker at StInn skal være en synlig organisasjon som studentene ønsker å engasjere seg i og som blir en naturlig del av studiehverdagen.

### Hva er dine ambisjoner for det kommende året?

Det kommende året har jeg en ambisjon om å kunne arbeide med studentpolitikk på heltid, videreutvikle Studentorganisasjonen i Innlandet og gjøre det jeg kan for studentene ved Høgskolen i Innlandet. Jeg har lenge hatt en liten drøm om å kunne arbeide med studentpolitikk på heltid, men det har vært viktig for meg å føle meg klar for å ta på et slikt ansvar og opparbeide meg relevant erfaring som jeg kan ta med meg inn i vervet. Jeg har brukt årene på å tilegne meg erfaring gjennom lokale og sentrale verv, og nå føler jeg meg klar for et verv med mer ansvar og større arbeidsoppgaver.

Jeg kan se for meg å trives veldig godt som nestleder i StInn med å støtte opp leder, ta ansvar for det organisatoriske arbeidet, være en ressursperson for resten av arbeidsutvalget og følge opp tillitsvalgte på lokalt og sentralt nivå. Det hadde vært helt fantastisk å kunne arbeide med studentpolitikk på heltid. Jeg har videre en ambisjon om å kombinere vervet sammen med studiet og de andre vervene som jeg innehar. Når det er sagt så er planen å ta valgmemnet i høstsemesteret og utsette masteroppgaven til våren 2022. På den måten får jeg bedre tid til å forberede meg og skrive masteroppgaven, samtidig som jeg vil kunne arbeide for studentene på heltid.

### Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?

I vervet som nestleder kan jeg se for meg at en utfordring kan være bruken av tid og ressurser. Det kan bli en utfordring å finne en god balanse mellom å støtte opp leders politiske arbeid evt. være leders stedfortreder, nestlederens organisatoriske oppgaver, samtidig som jeg ønsker å følge opp resten av arbeidsutvalget og støtte opp de tillitsvalgte i deres arbeid. Her er kommunikasjonen og samarbeidet innad i arbeidsutvalget og mellom de ulike leddene avgjørende for å kunne drive organisasjonen.

En annen utfordring vil være å gjøre de gode prioriteringene og ta de gode avgjørelsene på vegne av organisasjonen. I et slikt verv vil det være viktig for meg å holde seg oppdatert på nasjonal og lokal studentpolitikk, arbeide målrettet mot organisasjonens mål og gjøre de prioriteringene og valgene som er til det beste for studentene. Det skal og bør være en utfordring å forvalte en tillit som organisasjonen har gitt. Jeg har lyst til å kjempe for fellesskapet vårt, våre utdanninger, vår studiehverdag og våre rettigheter.

### Relevant erfaring

- Hoveddelegat i Parlamentet (Hamar) (2021-d.d)
- Studentrepresentant i Fakultetsrådet (LUP) (2021-d.d)
- Arbeidsgruppe for utviklingsutvikling i StInn (OU-prosjektet), bolk 4 (2021-d.d)

- Studentrepresentant i Utdanningsutvalget (2020-d.d)
- Studentmedlem i arbeidsutvalget for Pedagogstudentene i Utdanningsforbundet (2020-2021) (Regionskontakt for region sørøst)
- Klassesillitsvalgt for master i tilpasset opplæring, 1. året (2020)
- Arbeidsgruppe for klima-og miljøspørsmål i Utdanningsforbundet Innlandet (2020)
- Studentmedlem i fylkesstyret til Utdanningsforbundet Innlandet (2020)
- Studentmedlem i lokallagsstyret til Utdanningsforbundet Hamar (2020)
- Medlem av Fadderstyret, Hamar (2020)
- Styremedlem i Studentrådsstyret (2020)
- Landsstyremedlem i Pedagogstudentene i Utdanningsforbundet (2019-2020)
- Nestleder, senere lokallagsleder for Pedagogstudentene INN Hamar (2019-2020)
- Klassesillitvalgt for grunnskolelærerutdanningen 5.-10. trinn (2019-2020)
- Vararepresentant i SINN-styret (2018-2020)
- Hoveddelegat i Parlamentet (Hamar) (2018)

### Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?

Jeg er opptatt av å skape et inkluderende, åpent og trygt miljø, hvor alle skal få muligheten til å kunne si sin mening, oppleve at de blir lyttet til og tatt på alvor. For å unngå å gjenta meg selv kan spørsmålet om hvilken rolle jeg tar, sees i sammenheng med spørsmålet om hva som gjør meg til en egnet kandidat til vervet. I et team vil jeg være opptatt av at alle skal føle seg komfortable og trygge i sine verv, og kunne være en støttespiller for den enkelte hvis det skulle være behov. For meg handler det om å bygge de gode relasjonene, opprettholde en åpen og god dialog, ta vare på fellesskapet vårt og anerkjenne hvert enkelt menneske for den de er. Jeg ønsker å løfte menneskene rundt meg slik at de får blomstre og oppnå de målene som de setter seg.

Jeg trives både med å arbeide selvstendig og i team og vil blant annet bidra med et stort engasjement for studentene, en høy arbeidskapasitet og et øye for detaljer. Jeg er veldig glad i å planlegge, holde orden og struktur på arbeidet mitt, noe som vil kunne komme godt med i et verv som nestleder. Videre vil jeg kunne bidra med et helhetsperspektiv inn i arbeidet, og samle de fem stemmene i arbeidsutvalget som har ansvaret for den daglige driften av organisasjonen vår.

Skjemaet sendes til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no)

## Besvarelse på caseoppgave for kandidater som stiller til arbeidsutvalget: Nestleder

Kjære Valgkomiteen,

Først ønsker jeg å takke dere for en interessant og spennende caseoppgave. Dette er absolutt en realistisk situasjon som en fremtidig nestleder sammen med leder og resten av arbeidsutvalget kan befinne seg i. Det er mange måter å gå frem for å gjenoppbygge kulturen for studentpolitikk ved et studiested på, og i denne besvarelsen vil jeg gjøre rede for ulike alternativer å møte en slik situasjon på.

I denne sammenhengen ville jeg passet på å ha en god og åpen dialog med den nyvalgte studentrådslederen og styret, for å få en oversikt over hvordan situasjonen er, og høre om de har noen tanker om hvordan vi kan gå frem med å gjenoppbygge studentpolitikken på studiestedet. For meg er det viktig å holde en åpen dialog, hvor de involverte partene føler seg inkludert, lyttet til og tatt på alvor. Gjennom denne samtalen vil vi kunne legge en plan for hvordan vi sammen kan gå frem med å løse denne situasjonen. Det er også viktig å tydeliggjøre at jeg, sammen med leder og resten av arbeidsutvalget, vil stille oss disponible for studentrådslederen og styret, slik at de føler seg trygge og ivaretatt. Dette kan være en utfordrende og krevende situasjon for en studentrådsleder å befinne seg i. Det kan også oppleves som frustrerende, slik at det er viktig at de opplever å bli ivaretatt og blir møtt med varme og anerkjennelse for at de tar kontakt om denne situasjonen.

For å gjenoppbygge kulturen for studentpolitikken ved studiestedet ville jeg videre presentert en handlingsplan som inkluderer fire ulike fremgangsmåter. For at vi skal kunne få fylt opp vervene med engasjerte tillitsvalgte, så må studentene først få muligheten til å bli bedre kjent med Studentorganisasjonen i Innlandet, mulighetene for å kunne engasjere seg og hvor mye de kan bidra som enkeltindivider; Din stemme har en avgjørende betydning, og som tillitsvalgt vil du kunne få muligheten til å kunne påvirke din egen studiehverdag. For at studentene skal få muligheten til å bli bedre kjent med organisasjonen og mulighetene gjennom å engasjere seg som tillitsvalgt, må vi møte studentene der de befinner seg. Dette handler om å være synlige, og vi kan bli synlige gjennom å stå på stand. For mange tillitsvalgte er dette deres første møte med en studentorganisasjon. Her vil vi få muligheten til å være synlige på studiestedet og bli bedre kjent med studentene. Vi kan møte studenter som er interesserte og motiverte, men som ikke vet hvor de skal henvende seg eller hvem de skal

kontakte. Det kan også være studenter som er nysgjerrige og ønsker mer informasjon, som vi kan følge opp i etterkant.

Å dra på klasseromsbesøk er en annen måte å være synlige og skape engasjement på. Ved siden av å stå på stand kan vi nå ut til enda flere studenter gjennom å komme på besøk i klasserommene. Dette er en god mulighet til å møte fremtidige tillitsvalgte, presentere oss for studentene, informere om organisasjonen og mulighetene som kommer med å være tillitsvalgt. Hvis studentrådslederen og styret ønsker det, så kan nestlederen evt. øvrige medlemmer av arbeidsutvalget bistå arbeidet og bli med på klasseromsbesøkene. Et annet alternativ til klasseromsbesøk er å arrangere informasjonsmøte. Dette kan arrangeres på ettermiddagstid, slik at flest mulige studenter får muligheten til å delta på arrangementet. Her kan studentrådslederen sammen med resten studentrådsstyret presentere seg og organisasjonen, og besvare eventuelle spørsmål som potensielle tillitsvalgte måtte ha. Dette kan være et mer avslappende og uformelt arrangement, som kan gjøre det enklere for studentene å møte opp på. Dette kan bli et sosialt, engasjerende og motiverende arrangement, som bygger opp under kulturen for studentpolitikk på studiestedet.

Det som videre kan bidra til å gjenoppbygge, styrke og opprettholde kulturen for studentpolitikk på studiestedet er å arrangere faglige og sosiale arrangementer. Dette kan eksempelvis være å arrangere en temakveld, hvor studentrådsstyret kan velge ut en eller flere saker som kan skape mye engasjement blant studentene. Her samles studenter på tvers av studier og fag, hvor vi kan snakke om og diskutere saker som har en betydning for oss. Et annet eksempel kan være å invitere gjesteforelesere som kan snakke om temaer som studentene ønsker å lære mer om det. Dette bidrar ikke bare til synlighet på studiestedet, men også sosiale møteplasser hvor studentene kan samles.

Avslutningsvis kan jeg også legge til at jeg gjennom mitt tidligere sentrale verv i Pedagogstudentene har vært i flere liknende situasjoner, hvor det er lokallag som har hatt utfordringer med å opprettholde engasjementet og rekruttere nye engasjerte tillitsvalgte til styret. Å ta vare på våre lokale og sentrale tillitsvalgte er avgjørende for å kunne opprettholde kulturen for studentpolitikk på studiestedet. Det er de tillitsvalgte som er grunnen til at vi kan drive organisasjonen, og som har bidratt til alle de politiske gjennomslagene lokalt og nasjonalt.

# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Andreas Gjerstad Møllerhagen	<b>Fødselsdato</b>	29.09.1999
<b>Studieretning</b>	Lektor Språkfag Engelsk	<b>Studiested</b>	Hamar
<b>Fakultet</b>	Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk (LUP)		
<b>Stiller til</b>	Fag- og forskningspolitisk ansvarlig	<b>Organ</b>	Arbeidsutvalget
<b>Litt om meg</b>			
<p>Hei! Mitt navn er Andreas Gjerstad Møllerhagen og er tredje års-student, jeg trives godt i sosiale sammenhenger og brenner sterkt for student rettigheter og velvære. Om meg på privaten bruker jeg ofte tid på Gaming, miniatyrmaling, brettspill og rollespill. Jeg elsker å prate med folk, og kan gjerne finne meg å slå av en prat med de aller fleste om det aller meste. Jeg har det siste året vært Fag- og forskningspolitisk ansvarlig i StInn, har trivdes veldig godt med det, og derfor bestemt meg for å stille til valg.</p>			
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>			
<p>Jeg ønsker å stille til valg fordi jeg ønsker å arbeide for en bedre studiehverdag for studentene ved HINN både på lokalt og nasjonalt nivå, jeg har stort engasjement for studentpolitikk og har alltid trives svært godt i organisasjonen. Jeg ønsker og å bygge på mine erfaringer og videreutvikle dem videre både for vervet, men også yrket jeg trer ut i etter studiene. I tillegg til dette har jeg et sterkt ønske om å sørge for at fremtidens studenter kommer til ha det bedre enn det vi har det i dag. Det å si at jeg er misfornøyd med de gjennomslag vi har fått i året som har gått ville vært feil, men jeg kan se mye som jeg vil fortsette å arbeide med. Det siste året har vært slitsomt og krevende, men har også vært en fantastisk tid jeg har fått mye ut av, både som person og som studentpolitiker. Jeg har et stort ønske og stor motivasjon for å arbeide videre for StInn som organisasjon, og for studentene ved HINN.</p>			
<b>Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?</b>			
<p>Mine erfaringer og egenskaper tilegnet etter snart 2 og et halvt år i organisasjonen og i samarbeid med høgskolen gir meg et sterkt grunnlag for å gjennomføre de oppgavene og oppfylle de forventningene som blir stilt til meg av mine medstudenter, kolleger og av parlamentet. Jeg brenne rsterkt for studentvelværd, men trives nok best med problemløsning og behandling som faller innenfor fag- og forskningspolitisk ansvarliges arbeidsområder. Jeg trives godt med å diskutere og gir meg sjeldent lett dersom det er noe som skurrer innen en formulering, debatt eller diskusjon. Og jeg er av den oppfatning av at jeg har pågangsviljen til å få gjennomslag for organisasjonens beste. Samt er en av mine sterkere kvaliteter å kunne distansere meg fra mine egne politiske meninger dersom de ikke skulle stemme overens med for eksempel saker som jeg skal fremme på vegne av organisasjonen og vil gjøre det etter beste evne. Jeg har og gode engelsk egenskaper i både sosial og akademisk kontekst som vil effektivisere og forenkle arbeid med internasjonale samarbeidspartnere.</p>			
<b>Hva er dine ambisjoner for StInn?</b>			
<p>Min første ambisjon for organisasjonen er at StInn skal styrke sine organisasjons lærings prosedyrer slik at våre tillitsvalgte vil møte raskere og bedre utstyrt så tidlig etter valget som overhode mulig. Men ikke på bekostningen av god trivsel innad i organisasjonen. Jeg ønsker og at StInn og dets samarbeidspartnere i eMERGE student forum vil ikke bare komme på bena, men også være fullt funksjonelt i sin kommunikasjon mellom hverandre, og til de forskjellige parlamentene. Jeg har og som ambisjon at StInn og høgskolen skal ikke bare komme seg etter pandemien, men og lære av den, og ha prosedyrer på plass for å sikre at dersom en ny situasjon med tilsvarende virkninger på samfunnet skulle dukke opp, at de erfaringene benyttes for å vedlikeholde så tilnærmet ordinær praksis som mulig uten problematikken vi har sett under covid-19 pandemien.</p>			
<b>Hva er dine ambisjoner for det kommende året?</b>			

Mine personlige ambisjoner kan summeres i at jeg vil få gjennomslag for innførselen av pedagogisk minste kompetanse for alle forelesere ved HINN (ideelt og på nasjonalt nivå). Jeg ønsker forbedring av kvalitetssystemet blant annet i form av implementeringen av informasjons arealer hvor dokumentasjon av saksbehandlingene innen HINN er tilgjengelige for studentrepresentantene, for å blant annet hjelpe mot «gjenganger» saker.

**Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?**

Arbeidet er i min egen erfaring svært tids- og energi krevende, og vil uten tvil være en stor utfordring i og av seg selv. Jeg kan se for meg at sjongleringen av makro og mikro saker vil være utfordrende å balansere, og kan være en stor påkjenning på både fysisk og psykisk velvære. Det er og en realitet at det er ofte vanskelig å være i mindretall i kontroversielle saker opp i mot høgskolen, men hvor man heldigvis har gode støttespillere både i de forskjellige råd og utvalg, resten av organisasjonen (Au, SST, Studentrådsstyrene og Parlamentet).

**Relevant erfaring**

Jeg har god kjennskap til organisasjonen og til HINN gjennom 2 og et halvt år i organisasjonen, 1.5 som student råds -leder og nestleder ved StInn Hamar, og 1 periode som Fafo i AU. Ellers har jeg vært lenge i elev politikken på ungdomsskolen og videregående.

**Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?**

Rollen jeg sikter til er Fag- og forskningspolitisk ansvarlig. Jeg trives godt i et team, og jeg vil si er lett å spørre om hjelp, men og at jeg har ikke noe problem med å be om hjelp heller. Jeg trives og godt med å diskutere, og benytter det ofte for å sikre belysning av problemstillinger fra forskjellige vinkler, og for å komme med nye forslag.

Skjemaet sendes til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no)

## Resolusjon om pedagogisk minste kompetanse hos forelesere.

I løpet de siste par årene har et problem og misnøye som har gått igjen i flere år, dette har vært at et stort antall forelesere og gjesteforelesere har hatt svært mangelfulle pedagogiske egenskaper og foreliggende i sine undervisnings-metoder og gjennomførsel. Dette har ført til et fortsatt økende ønske og krav om at organisasjonen må arbeide for innførselen av prosedyrer, krav og retningslinjer som kan medvirke i å løse dette problemet. Utfra dette framstår en resolusjon som et sikkert tiltak som vil ikke bare kommunisere organisasjonens mening, men også styrke sannsynligheten for gjennomslag i denne saken, da spesielt med tanke på problemets gjennomgående natur ved de forskjellige fakultetene. Med denne resolusjonen ønsker vi å utforme framgangsmåter og å redegjøre for/legge fram vårt ønske om at StInn som organisasjon skal ta for seg denne saken som et av sine gjennomgående fokusområder, både internt og eksternt. For å sørge for at alle studenters stemmer blir hørt, samt for å sikre at arbeidet med dette fortsetter. Målet med resolusjonen er og å forbedre student erfaringene igjennom hele høgskolen og for å bedre utbyttet av det faglige innholdet samt

Angående de interne prosessene som må gjennomføres foreligger at vi er nødt til å formulere våre forventninger og ønsker på en samlet og redelig måte som hele organisasjonen kan stille seg bak. Da spesielt med tanke på at det er snakk om ytterst mange studieretninger, som alle har forskjellige behov innenfor dette temaet som må legges til rette for. Spesielt med tanke på at man ikke ønsker å ødelegge eller svekke allerede gode studieretning for eksempel dersom et slikt krav hadde vært mer til skade for fagmiljøet og studentene enn til hjelp.

Når det kommer til det eksterne vil StInn benytte de ressurser og krav satt av organisasjonen til å arbeide for dets innførsel i både lokale og nasjonale retningslinjer. Det er også viktig at organisasjonen benytter seg av sine samarbeidspartnere både i og utenfor Høgskolen for å best formulere retningslinjer/prosedyrer som også er overkommelige for Høgskolens ansatte. Og for å videre befeste kriteriene i pedagogikkfaget gjennom fagmiljøene, samt for å kartlegge og behandle problemet.

Forslag:

Studentene i Innlandet mener:

- 1- At alle studenter har krav på en høy grad av pedagogisk kompetanse i møte med forelesere og deres studieprogram, uavhengig av studieretning.
- 2- At denne pedagogiske kompetansen skal være tilstrekkelig og holdes oppdatert for å sikre en positiv studentopplevelse, samt at utbytte fra undervisningen og arbeidskrav er konstruert på pedagogisk basis.
- 3- At StInn og Høgskolen skal sammen utforme disse retningslinjene for pedagogisk minste kompetanse, og utbygge kvalitetssystemet for å sikre overholdelsen av disse retningslinjene.
- 4- At pedagogisk minste kompetanse er et krav som burde innføres ved alle utdanningsinstitusjoner, for både studentene og for institusjonene selv.
- 5- At studentene ved de enkelte fakultetene og studieretningene skal inkluderes både i utformingen av kriteriene på grunn basis, og i kvalitetssikringsarbeidet på alle nivåer

# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Tiam Farazmand	<b>Fødselsdato</b>	05.09.1998
<b>Studieretning</b>	Sosial pedagogikk	<b>Studiested</b>	Elverum
<b>Fakultet</b>	Fakultet for helse- og sosialvitenskap (HSV)		
<b>Stiller til</b>	Velferd- og læringsmiljøpolitisk ansvar	<b>Organ</b>	Arbeidsutvalget
<b>Litt om meg</b>			
Jeg er en mann på 22 år gammel som ar utallig mye fritid som er teknisk anlagt, teknologi er noe jeg har drevet med i mange år. Samt sosialisering med andre er enkelt for meg og noe jeg er god på.			
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>			
Jeg er interessert studentens velvære og psykisk helse samt studentens studiehverdag og de problemene som kan oppstå.			
<b>Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?</b>			
Jeg føler meg egnet som kandidat til dette vervet på grunna av at jeg interessert i å løse studenten diverse hverdagslige problemstillinger,			
<b>Hva er dine ambisjoner for StInn?</b>			
Helt siden jeg ble valgt for tillitsvalg vara, til nestleder i Elverum, til verv i UU, så har jeg fått mer interesse for å fortsette			
<b>Hva er dine ambisjoner for det kommende året?</b>			
Mine ambisjoner for det kommende året er å stride for en lettere hverdag til studenter sånn at vi kan vise de fremtidige studentene hva Høyskolen i innlandet kan tilby med at de studerer hos oss.			
<b>Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?</b>			
Utfordringen her blir at jeg inn går i et nytt system som jeg er nødt til å bli vant til, ut i fra det jeg leser fra hjemme siden deres så ser jeg at dette kan være tunge ting å sette seg in i. Men jeg har klart så langt å sette meg in sakene med erfaringen jeg har erfaring fra, mitt verv i UU, Tillitsvalgt i klassen og nestleder i Elverum.			
<b>Relevant erfaring</b>			
Jeg har ikke svart på hvit erfaring bortsett fra mine nåværende verv som Nest leder i Elverum, Verv i UU (utdanningsutvalget) og tillitsvalgt for klassen min.			
<b>Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?</b>			
Jeg er en person som tar seg ansvaret på oppgaver og får dem gjort. Jeg er fleksibel å lett og samarbeide med. Som oftest av de tilbake meldingene jeg får under samarbeid så er jeg gull vert å ha som samarbeids partner og som kompis. Når det kommer til kritikk i arbeid det jeg gjør så vill jeg heller bygge på det og bedre gjøre dem framfor å ta det nært og negativt			

Skjemaet sendes til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no)



## Velferd- og læringsmiljøpolitisk ansvarlig

Skriv et forslag til en resolusjon om en sak du bryr deg om - et tema som ikke allerede dekkes av en allerede eksisterende resolusjon. Vi anbefaler å bruke de eksisterende resolusjonene som grunnlag og inspirasjon, spesielt for oppbygging og form. Maks 1 A4-side med tekst.

På dette så har jeg lyst til å skrive litt om psykisk helse, Dett har vert en sak eller en bemerkning på flere og flere studenter sliter med psykisk helse. Om dette spesielt nå for tiden er det vanskelig for mange å opprettholde den med tanken på pandemien som er rundt oss. Folk kan lett se den negative siden med å gå ut og tenke «på alt det du tar på har en risiko faktor for og bli smittet», en annen faktor kan også være med eksamen eller andre generelle (som jeg liker å kalle det) «Student problemer». Det har vert i fleste tilfeller at skolen ikke har en person du kan gå til som er det full tid eller del tid. Dette vil hjelpe studentene til å få en trygghet på at det er en person du kan gå til vis ting blir for mye. Trygghet og informasjon er nøkkelen til å hjelpe med å minke stresset, selv om informasjonen er ikke helt 100% i favør til studenten, så hjelper det med systematisere tankene samt få hjelp av personen de kan støtte seg på.

denne personen kan være en psykolog eller en miljøterapeut eller enn annen rolle som jeg har kjennskap til som også fungere. Dette er noe jeg har lyst til å pushe på pga det kommer bare godt ut fra det. Som oftest så opplever/hører at at andre studenter har et problem om hvem man skal gå til når læreren ikke klarer å komme med svar på hva eleven/studenten kan gjøre.

for å si ting kort, jeg mener at det burde komme med person som alle kan komme til for å få hjelp til å løse problemer, det eller å ha noen å snakke med for å få den pinlige opplevelsen eller et problem unna gjort så stresset kan bare forsvinne. Blant annet bli ferdig med det å fokusere mer på andre ting som eksamener eller andre eventuelle inleveringer.

# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Tiam Farazmand	<b>Fødselsdato</b>	05.09.1998
<b>Studieretning</b>	Sosial pedagogikk	<b>Stuedsted</b>	Elverum
<b>Fakultet</b>	Fakultet for helse- og sosialvitenskap (HSV)		
<b>Stiller til</b>	Kommunikasjonsansvarlig	<b>Organ</b>	Arbeidsutvalget
<b>Litt om meg</b>			
Jeg er en mann på 22 år gammel som ar utallig mye fritid som er teknisk anlagt, teknologi er noe jeg har drevet med i mange år. Samt sosialisering med andre er enkelt for meg og noe jeg er god på.			
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>			
Grunnen til at jeg vil stille til valg er at jeg er interessert i verver på grunn av at jeg har tidligere «youtube erfaring» når det kommer til 3-d modellering, jeg har drevet med Photoshop, stramming og litt video redigering.			
<b>Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?</b>			
Jeg ser meg selv som kandidat til dette pga min erfaring som er basert på fritiden/freelance oppgaver som jeg satte for meg selv kun basert på ønsket og pga «why not» erfaringene spesifikt er, som discord emojis, web kritisering av min egen onkel, facebook banner, redigering a rocket leauge videoer, jeg har streamet meg selv spille valorant, leauge of legends black ops cold war. «over all» har jeg selv lært hardwear for pc samt interesse for software development.			
<b>Hva er dine ambisjoner for StInn?</b>			
Helt siden jeg ble valgt for tillitsvalg vara, til nestleder i Elverum, til verv i UU, så har jeg fått mer interesse for forsette.			
<b>Hva er dine ambisjoner for det kommende året?</b>			
Mine ambisjoner for det kommende året er at jeg er å effektivisere vidreformidle budskapet og informasjon samt opprettholde og forbedre kommunikasjonen innad organisasjonen og blant studenter.			
<b>Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?</b>			
Jeg kan allerede se utfordringene som kommer personlig og profesjonelt, også med tanken på arbeids oppgaver samt min dyslektiske side så ser jeg og vet jeg at jeg kan mestre det.			
<b>Relevant erfaring</b>			
Har ingen svart på hvit erfaring om dette men som dere ser ovenfor har jeg fritid/freelance erfaring.			
<b>Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?</b>			
Jeg er en person som tar seg ansvaret på oppgaver og får dem gjort. Jeg er fleksibel å lett og samarbeide med. Som oftest av de tilbake meldingene jeg får under samarbeid så er jeg gull vert å ha som samarbeids partner og som kompis. Når det kommer til kritikk i arbeid det jeg gjør så vill jeg heller bygge på det og bedre gjøre dem framfor å ta det nært og negativt.			

Skjemaet sendes til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no)

## Svar fra case oppgave til AU

### Kommunikasjonsansvarlig

Parlamentet har uttrykt et sterkt ønske om at StInn skal bli mer synlig for studentmassen på HINN. En betydelig del av budsjettet har blitt satt av for å nå dette målet. Hvordan oppnår du dette? Maks 1 A4-side med tekst.

Måten jeg vill ha dytte dette framover er at jeg hadde sett på alle verktøy som er knytta til sosiale medier. Facebook, YouTube, Instagram, twitter etc. Reklamert det så godt som mulig, måten vi kan få til dette til å legge ut videoer/innlegg på hva det er å være student i innlandet samt hvordan det er å være tillitsvalgt i stinn eventuelt andre verv. Vi kan reklamere med de tillitsvalgte som vi har under StInn som deler det i møter, vi kan også promotere det med Hinn for nye studenter som søker seg inn.

Vis det er mulig skape ett bedre sammenslåing med Inn Nettsiden eller canvas samt Sinn, grunnen til at jeg nevner dette er, det første studenten blir tiltrukket til er canvas, eller inn nettsiden. Det første studenten vil bemerke er Hinn, vis det er mulig med å skape en annonse på hinn samt Sinn så får vi lettere tilgang til hva slags organer Hinn samarbeider med, dette vil ha en domino effekt på hva Stinn står for, hva Sinn er og hvordan Hinn fungerer som organisasjon. Till sammen vil dette hjelpe studenten med å få en lettere forståelse på hvor stor samarbeide er med Sinn, StInn og Hinn. Dette er en av de få idene jeg har for å hjelpe Stinn til å komme til student massen.

# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Mathias Brattås Remo	<b>Fødselsdato</b>	07.05.1996
<b>Studieretning</b>	Bachelor i organisasjon og ledelse	<b>Studiested</b>	Lillehammer
<b>Fakultet</b>	Handelshøgskolen Innlandet - fakultet for økonomi og samfunnsvitenskap (HHS)		
<b>Stiller til</b>	SINN-styret	<b>Organ</b>	SINN-styret
<b>Litt om meg</b>			
Jeg er en engasjert og hardtarbeidende student som er på min andre bachelor. Jeg har de siste årene som student på Lillehammer bidratt godt inn i studentmiljøet og sørget for at studentenes stemme blir hørt. Jeg har et sterkt engasjement og vil gjerne gi tilbake videre i et nytt verv, der jeg både kan utfordre på studentsynet og bli utfordret selv.			
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>			
Jeg ønsker å stille til valg for å hjelpe studentene. Det er viktig at velferdstilbudet ser studentstemmen, og at styret i SINN ivaretar den i beslutningene de tar.			
<b>Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?</b>			
Fra tidligere verv så har jeg skaffet meg erfaring som gjør meg til en egnet kandidat til SINN-styret. Lengre ned så har jeg oppgitt mine tidligere verv. Gjennom disse vervene vil jeg bringe inn en unik stemme, som representerer bredt og på tvers av ulike verv.			
<b>Hva er dine ambisjoner for StInn?</b>			
Mine ambisjoner for SINN er å sørge for at studentene får best mulig tilbud under studietiden, og sørger for at den blir ivarettatt. Jeg ønsker også å sørge for på vegne av studentene ved Innlandet at pengene blir forvaltet rett og brukt slik de er ment.			
<b>Hva er dine ambisjoner for det kommende året?</b>			
Det kommende året så har jeg ambisjoner om å opparbeide meg erfaring samtidig som å gjennomføre arbeid som igjen vil tjene studentene. Nå har SINN mottatt et tilskudd, der er det viktig å passe på at pengene blir brukt godt på studentene og tilbudene skal omfavne alle på Innlandet.			
<b>Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?</b>			
I ett verv i SINN-styret så kan jeg se for meg at det man må være med på å ta noen beslutninger som er vanskelige å ta, samtidig som at de er nødvendige. Man skal tenke på SINN som organisasjon der man skal ivareta de ansatte som gjør en jobb, og studentene som skal motta et tilbud.			
<b>Relevant erfaring</b>			
Styremedlem i Lillehammer Studentsamfunn fra 2019-d.d, Fadderleder for Fadderuka Lillehammer 2019 & 2021, Styremedlem i interimsstyret til Studentsamfunnet i Innlandet og Styremedlem & Sikkerhetskoordinator hos Infected LAN party i Asker.			
<b>Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?</b>			
Jeg føler jeg fungerer bra i et team, samarbeider godt med andre. Kan fort ta rollen som leder, samt rollen som utfører oppgaver. Det vil være viktig i en tid der leder i samskipnaden er ferdig, og man skal endre på rollene i styret.			

Skjemaet sendes til [vk.stinn@inn.no](mailto:vk.stinn@inn.no)

# Kandidatskjema

<b>Navn</b>	Eloisa Fernandes Andrade Michaelsen	<b>Fødselsdato</b>	27.11.1990
<b>Studieretning</b>	Grunnskolelærerutdanning 1-7	<b>Studiested</b>	Hamar
<b>Fakultet</b>	Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk (LUP)		
Kan vi offentliggjøre denne informasjonen? <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nei			
<b>Stiller til</b>	Hovedrepresentant i SINN-styret	<b>Organ</b>	SINN-styret
<b>Litt om meg</b>			
<p>Hei! Jeg heter Eloisa, og er en blid og engasjert 30-åring som studerer Grunnskolelærerutdanning 1.-7. Jeg tar også et årsstudium i organisasjon og ledelse ved siden av, og har fra før av en bachelor i psykologi. Jeg er fra Brasil, og elsker at jeg har blitt en artig kulturell blanding av så mye forskjellig. Hjemme hos meg kan man plutselig få både brigadeiro (brasiliansk søtsaker) og rakfisk på samme dag! Jeg er veldig sosial og utadvendt, og er glad i å ha mye å gjøre og utfordre meg selv. Noen av mine største hobbyer er å reise, å spille og å lese. Ellers er jeg over gjennomsnittlig glad i mat – rett og slett en skikkelig foodie.</p>			
<b>Hvorfor ønsker du å stille til valg?</b>			
<p>Først og fremst ønsker jeg å stille til valg fordi jeg er opptatt av å utgjøre en forskjell og å bidra til en bedre studenthverdag ved HINN. Med min erfaring og pågangsmot mener jeg at jeg har et godt utgangspunkt til å påvirke og styre beslutningene til studentenes beste. Jeg er også veldig glad i å utfordre meg selv og å lære nye ting, noe jeg helt sikkert vil få gjort i dette vervet. Ellers liker jeg også å være engasjert fordi det betyr mye for meg å tilhøre et så viktig og inkluderende fellesskap, der jeg kan møte nye mennesker og investere i nye vennskap.</p>			
<b>Hva gjør deg til en egnet kandidat til dette vervet?</b>			
<p>Mine erfaringer, min lidenskap og min motivasjon. I min snart 3-år-lange, veldig varierte og rike karriere innen studentdemokrati har jeg lært mye som vil være nyttig i dette vervet. I nåværende periode har jeg vært vara i SINN-styret, og det er også derfor jeg ønsker å stille til dette vervet. Som vara har jeg fått muligheten til å lære mer om SINN, ved for eksempel å være med i opplæring, og fikk lyst til å engasjere meg enda mer med det. Jeg vet dermed hva slags arbeid vervet innebærer og føler meg rustet til å bidra. I StInn har jeg vært både parlamentsdelegat i to perioder, nestleder og leder i studentrådet. Jeg har også vært med i Pedagogstudentene i to år, der jeg har vært landsmøtedelegat to ganger, og landsstyrerepresentant i én periode. Jeg har i tillegg vært fadderleder i to år, fordi jeg ønsket å bidra til at studentene skulle få en trygg og inkluderende studiestart, som kunne fremme trivsel og forebygge ensomhet. Med erfaringer fra forskjellig bakgrunn føler jeg at jeg kan takle mulige utfordringer vervet kan ha med seg, og gjøre en god jobb. Selv om jeg mener jeg har relevante erfaringer, så synes jeg at det ikke er det som er min sterkeste side – men heller min lidenskap. Jeg brenner for å lære og utvikle meg, og tar utfordringer på strak arm. Jeg er opptatt av å gjøre mitt beste, og utgjøre en forskjell med mitt bidrag. Til sist, er det min motivasjon som alltid driver meg frem. Jeg synes at slikt arbeid er veldig givende, og trives med å vite at jeg bidrar til et bedre studentliv for alle. Jeg ønsker at studentene på Høgskolen i Innlandet skal ha det best mulig, både faglig, fysisk og psykisk, og at deres meninger og velferd skal høres på og tas på alvor.</p>			
<b>Hva er dine ambisjoner for StInn?</b>			
<p>Jeg stiller til vervet som studentrepresentant i SINN, så jeg vil snakke litt mer fra det perspektivet. Som studentrepresentant i SINN er jeg først og fremst opptatt av å virkelig representere studentene. Dette krever i praksis at SINN og StInn samarbeider i større grad, noe som vil være en av mine hjertesaker som representant. For at dette skal skje mener jeg at det er viktig at SINN er mer synlig for studentene på hvert studiested, og jobber aktivt for å kjenne til deres meninger.</p>			

Parlamentet vil også være en viktig arena her – ikke bare for oppdateringer, men også for å ta imot innspill. Jeg vil være opptatt av å representere StInns vedtatte politikk som studentrepresentant i SINN-styret.

SINN er i tillegg en sentral aktør i en av mine hjertesaker: studentenes velferd og helse. Jeg ønsker å ha dette på agendaen til enhver tid, og jobbe for at studentene skal få hjelpen de trenger – enten forebyggende eller behandlende. Forebygging er noe jeg er spesielt opptatt av, og synes at SINN bør fokusere på å fremme god helse. Jeg ønsker også å se nærmere på velferd i forbindelse med studentboliger – dette er en svært viktig del av studentlivet, og noe vi må satse på.

Til sist ønsker jeg å jobbe for at SINN skal utvikle et fast samarbeid med vertskommunene som kan være produktivt for studentene. SINN må samarbeide med StInn for at vertskommunene skal ta ansvar for studentene, som den sårbare gruppen de er.

#### **Hva er dine ambisjoner for det kommende året?**

Som alltid er min ambisjon for året at jeg kan se tilbake og være fornøyd med min egen innsats. Dette innebærer at jeg har klart å finne den gode balansen mellom studie, verv og fritid. I det scenarioet ønsker jeg å oppnå mine mål i mine forskjellige verv, bli en litt bedre fremtidig lærer, tilbringe kvalitetstid med familie og venner, reise litt (hvis pandemien gir seg selvfølgelig, hehe) og kanskje prøve noen nye og spennende oppskrifter som jeg kan legge til i mitt repertoar.

#### **Hvilke utfordringer ser du for deg at du kan møte i et slikt verv?**

Ettersom jeg driver med mye, så er tidspress ofte en vanlig utfordring for meg. Det tror jeg også vil gjelde dette vervet, men å optimalisere min tid og være effektiv er noe jeg er vant til å gjøre, og er forberedt på. Vervet innebærer i tillegg mye informasjon å tilegne seg, og mye å sette seg inn i form av sakspapirer, dokumenter, rapporter og lignende. Selv om dette kanskje høres kjedelig ut for noen, så er dette egentlig noe jeg gjør med glede og synes kan være veldig spennende, så dette er en utfordring jeg klarer å takle. Fra min erfaring fra i fjor, tror jeg at en potensiell utfordring kan være å sette seg inn i økonomidelen av styrearbeidet, noe som jeg ikke har så mye erfaring med og synes kan være vanskelig. Dette er imidlertid noe jeg har interesse for å lære mer om, og vil gjerne bruke tid på å forstå, i tillegg til at jeg ikke redd for å stille spørsmål.

#### **Relevant erfaring**

- Parlamentsdelegat i StInn (2019 og 2020)
- Nestleder i StInn Hamar (2019/2020 og 2020 – kun første halvdel)
- Leder i StInn Hamar (2021 – kun siste halvdel og 2021-2021)
- Vararepresentant i SINN-styret (2020/2021)
- Fadderleder i Hamar (2020 og 2021)
- Fadderstyretmedlem i Hamar (2019)
- Landsmøtedelegat i Pedagogstudentene (2019 og 2020)
- Landsstyrerepresentant i Pedagogstudentene (2020)
- Styremedlem i Pedagogstudentene (2019-...)
- Fagarbeider på Østvangskole i Løten (2016-2018)

#### **Hvilken rolle tar du, og hvordan fungerer du i et team?**

Jeg har erfaring med å være både leder og medarbeider, og trives med begge roller. Jeg liker å jobbe med mennesker, og er opptatt av å se flere sider av samme sak. Jeg synes at vi blir bedre når flere kan bidra, og at alle innspill er viktige. Som medarbeider har jeg en tendens til å være en aktiv deltaker som kommer med mange innspill og idéer, og kan også ofte være den som stiller kritiske spørsmål og driver arbeidet frem. Jeg synes det er viktig å være ansvarsbevisst og pålitelig, og åpen i kommunikasjonen. Som leder er jeg opptatt av at vårt miljø skal føles trygt og av at vi skal ha en felles visjon som jeg har ansvar for å ivareta. Jeg synes at det er viktig som leder å ha en mer veiledende rolle, slik at alle i teamet kan føle seg nyttige og blomstre.