



Norsk studentorganisasjon

INNSPILL TIL NY FOLKEHELSEMEDLING

Norsk studentorganisasjon (NSO) takker for muligheten til å gi innspill til ny folkehelsemelding.

Studentenes psykiske helse

Studentenes helse- og trivsels undersøkelse (SHoT) 2018¹ viser at det har vært en betydelig økning i rapporterte psykiske plager fra 2010-undersøkelsen og frem til årets undersøkelse. Gjennomsnittskåren på HSCL-25 har økt jevnt og andelen studenter med det som kan karakteriseres som alvorlige psykiske plager har økt fra nesten hver 6. student i 2010 til over hver fjerde i 2018. I tillegg oppgir hele 23 % at de ofte eller svært ofte savner noen å være sammen med, 29 % studenter kjenner på følelsen av ensomhet. Dette er alvorlige tall om hvordan studentenes psykiske helsesituasjon er i dag. Studentene har også i den samme undersøkelsen rapportert om egen livskvalitet, der fire av ti oppgir at de har en god livskvalitet, men hele 15 % svarer at de har en dårlig eller svært dårlig livskvalitet.

Fra SHoT 2014² ble det gjort en sammenligning av studenter med befolkningen for øvrig i samme aldersgruppe når det gjelder psykiske symptoplager. Mange undersøkelser fra inn- og utland har vist at studenter har høyere psykiske symptombelastninger enn befolkningen for øvrig. Sammenligningen med tall fra den norske befolkningen viser at omfanget er langt større blant studenter enn befolkningen i samme aldersgruppe. Det er ikke gjort sammenligninger med resultatene fra SHoT 2018 og befolkningen for øvring på dette tidspunktet.

Studietiden er en periode som en stor del av befolkningen går igjennom. Studentmassen er preget av store utskiftninger, men behovene for en tilstedeværende vertskommune vil være stabile eller økende. Derfor er det så viktig å gi studentenes psykiske helse et tydelig løft med konkrete tiltak for å bedre en uheldig situasjon.

Psykisk helse i et lengre perspektiv

Hvis vi ser på studentenes psykiske helse i et langtidsperspektiv er det spesielt to overganger som er viktige. Når studentene flytter hjemmefra, vekk fra de stabile rammer og oppfølging fra videregående skole, til et nytt sted. Som nevnt tidligere følges studenter opp i mye mindre grad, derfor kan en allerede stressende tid fra videregående forværre seg når en trer inn i høyere utdanning. En møter helt nye utfordringer med de

¹ <https://shotstorage.blob.core.windows.net/shotcontainer/SHOT2018.pdf>

² http://www.studentvelferd.no/dokumenter/2014/09/SHoT-2014_Rapport_.pdf

faglige kravene som settes og mange bor hjemmefra for første gang med de utfordringene det kan bringe både av praktiske gjøremål og sosialt.

Studenter som har psykiske helseplager må bli møtt på samme måte, uavhengig hvilken utdanningsinstitusjon og vertskommune de er tilknyttet. Det krever at studiekonsulenter og helsepersonell hos vertskommunen har kompetanse på hvordan de skal ta imot og veilede studenter som har psykiske helseplager. De må vite hvordan man imøtekommer studenter i slike situasjoner, og de må vite hvor studentene kan bli henvist.

NSO mener at regjeringen må sette av øremerkede midler til opplæring av studiekonsulenter hva gjelder tilrettelegging for studenter med psykiske utfordringer. I tillegg må studenter med særskilt behov for tilrettelegging grunnet psykiske plager få en individuell oppfølgingsplan basert på anbefalinger fra helsepersonell. Både institusjonene og vertskommunene står ansvarlige for at oppfølgingsplanen for studenter med psykiske plager blir fulgt opp gjennom hele studieløpet.

Den andre overgangen er når en går fra å være student og inn i arbeidslivet. Dersom de utfordringene SHoT-undersøkelsen viser at mange av studentene opplever blir ignorert, vil dette kunne få konsekvenser for mulighetene den enkelte har i arbeidslivet og/eller behovet for oppfølging.

Psykisk helse er noe alle har, og som alle tar med seg. Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer god 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 muligheter til å bidra overfor andre og i samfunnet. God psykisk helse er en positiv tilstand – ikke bare fravær av sykdom og vansker

Med dette mener NSO at det er viktig å se på psykisk helse i et langtidsperspektiv. Den psykiske helsen du har, og de utfordringene en sliter med blir ikke borte fordi man trer ut av studiene, en SHoT undersøkelsen kan tyde på at de forværrer seg i studietiden. For at vi ikke skal få en slik forværring videre i fasene av livet, trenger vi å sette inn innsatsen i de første overgangsfasene, samtidig som vi jobber med tiltak for å forbedre situasjonen for dagens studenter.

Studentenes fysiske helse

I følge SHoT 2018 oppgir de fleste studentene å ha god helse. Samtidig er det også en god del som melder om sykdom og plager. De vanligste sykdommene/plagene er allergi/intoleranse, migrene og eksem. Av helseplager rapporterer mange trøtthet, lite energi, søvnproblemer, nakkesmerter og hodepine. Det er mulig det er relevant å se de fysiske plagene i sammenheng med de psykiske.

38 % av studentene har søkt hjelp for fysiske plager det siste året og flest kvinnelige studenter. NSO er opptatt av at alle studenter har god tilgang på helsehjelp når de har behov for dette.

Det er kun 4 % av studentene som aldri trener og generelt er studenter en gruppe som er gode på fysisk aktivitet.

Det er mye relevant informasjon om studenters fysiske og psykiske helse i SHoT 2018 og NSO anbefaler departementet å ta kontakt med folkehelseinstituttet/ansvarlige for SHoT for ytterligere innsikt i studenters helsesituasjon.

Ansvar

Et viktig spørsmål å få svar på i folkehelsemeldingen er: hvem som har ansvaret for studentenes helse. Det er flere aktører med ansvar og NSO er bekymret for at arbeidet er for fragmentert. Utdanningsinstitusjonene, studentsamskipnadene, vertskommunene og staten har ansvaret, men hvem som egentlig har, eller tar, ansvar for hvilke aspekt av studentenes helse er et vanskeligere spørsmål å svare på.

Norsk studentorganisasjon opplever heller ikke at aktørene selv alltid vet hva de har ansvar for. Alle utdanningsinstitusjoner har en studentsamskipnad, men tilbudene som finnes ved disse er veldig ulike. Dette skal også være et supplement til den ordinære offentlige helsetjenesten. Det er viktig å se på om vertskommunene har de nødvendige ressursene for å ivareta de studentene som på lik linje som andre borgere også bor i den kommunen, uavhengig av hvor en er folkeregistrert. Dette gjelder ikke bare økonomiske ressurser, men også hvilken kompetanse som finnes på studenthelse.

SHoT 2018 har også i undersøkelsen kartlagt i hvor stor grad studentene er fornøyd med helsetilbudet i sitt studiested. Studentene svarer veldig spredt på tilfredsheten med helsetilbudet. Det som går igjen i studentenes svar er at de er mest fornøyd med helsetilbudet i de store studiebyene, mens de mindre studiebyene og kommunene kommer i stor grad mye dårligere ut. Dette er et problem som bør løftes i folkehelsemeldingen. Hva kan staten gjøre for å bistå vertskommunene til studentene, slik at det ikke skal være nødvendig å bo i en stor by når man studerer for å få et godt helsetilbud? Har noen vertskommuner behov for ekstra overføring for å kunne sikre at studentenes helseutfordringer blir tatt tak i?

I lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. er kommunene pliktig å inngå samarbeidsavtale med det regionale helseforetaket. For å sikre at studentene får det helsetilbudet de trenger burde departementet også se på om de kommunene som er vertskap til studenter skal pliktes å inngå en samarbeidsavtale med studentsamskipnadene i tillegg.

Hvem ser studentene?

NSO opplever at studentene ofte ikke får det nødvendige fokuset i politiske satsninger i helsesektoren fordi en hverken er helt ungdom eller en del av arbeidslivet. Arbeidslivet har mange reguleringer som trykker arbeidstakeren og ofte er en i en mer etablert livsfase som yrkesaktiv og har derfor mer avklarte kontaktpunkter i det offentlige helsevesenet. Elever og ungdom bor som oftest med sine foresatte og har derfor mye av den samme stabiliteten. Samtidig er grunnskole og videregående institusjoner med mulighet for en sterkere politisk styring som også gir mer handlingsrom for tiltak.

NSO mener ikke at et fokus på studenthelse skal gå på bekostning av annet viktig arbeid, men savner de tiltakene som er målrettet for å sikre studenter et godt helsetilbud og en bedre helse. Her må også departementene samarbeide. Dette er ikke bare helsepolitikk eller utdanningspolitikk, men begge deler. Studentenes læringsmiljø påvirker deres helse. Når 23 % av studentene oppgir at de svært ofte savner noen å

være sammen med så kan det både få helsemessige utslag og påvirke læringsutbyttet negativt.

NSO mener at vi må fokusere både på strakstiltakene og på det forebyggende arbeidet. Studentkultur, studentidrett og studentmedia må være prioriterte felt i arbeidet med studenters helse. Ansvar for finansieringen bør være delt mellom studentene, utdanningsinstitusjonene, samskipnadene og det offentlige. For at studentfrivilligheten skal kunne være en del av det forebyggende arbeidet er det et behov for å sikre gode og forutsigbare rammevilkår, da er det viktig at det offentlige, gjennom vertskommunene, også tar ansvar og prioriterer studentene.

Folkehelsemeldingen 2014-2015

I forrige folkehelsemelding var NSO glad for at studentene ble nevnt i meldingen, men skulle gjerne sett at også studentene ble fulgt opp ytterligere med tiltak i meldingen. I kapittel 9.3 Barn og unges helse bel studentene gitt et avsnitt om beskrivelser fra SHoT 2014. Det er veldig bra at studentenes situasjon blir beskrevet, men dessverre blir det alt for tynt når det vi har behov for er et helhetlig arbeid med både forebygging og strakstiltak. Vi må se på overgangen fra videregående til høyere utdanning når det kommer til psykisk helse, fordi mye kan ligge i overgangen, men samtidig er det særtrekk ved studenttilværelsen som også gjør at studentene også trenger særskilte løsninger.

Vi håper derfor at når vi nå har fått den tredje SHoT undersøkelsen som viser forverrede tall spesielt på psykisk helse at dette blir gitt plass i folkehelsemeldingen og at det kommer konkrete tiltak for å bedre situasjonen.

