

## Nær en av tre studenter er ofte ensomme

*Nesten en av tre norske studenter opplever ofte eller svært ofte ensomhet i form av å savne noen å være sammen med, føle seg utenfor eller føle seg isolert. Tallet er hentet fra Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT 2018), som offentliggjøres i september.*

Nær en av fire studenter savner ofte eller svært ofte noen å være sammen med. En av seks studenter føler seg ofte eller svært ofte isolert og like mange oppgir at de ofte eller svært ofte føler seg utenfor. Nesten en av tre studenter (29 %) svarer «ofte» eller «svært ofte» på minst ett av disse tre spørsmålene, mens én av ti studenter (10 %) svarer «ofte» eller «svært ofte» på alle de tre spørsmålene som måler ensomhet.

*– Dette er bekymringsfullt. Studenter er i en overgangsfase. Mange flytter hjemmefra for første gang, skal skaffe seg nytt nettverk og klare seg selv, samtidig som de skal prestere i studiene. Dette kan føre til at de kjenner på ensomhet og sårbarhet, og det kan gi utslag i psykiske plager. Derfor må vi ta dette på alvor, sier Kari Jussie Lønning, lege og leder for styringsgruppen til SHoT.*

Hele 50 055 norske studenter har svart på undersøkelsen, også kjent som HELT ÆRLIG-undersøkelsen, som er utført av Folkehelseinstituttet på oppdrag fra studentsamskipnadene Sit, SiO og Sammen. Lønning mener det nå blir viktig å følge opp tallene.

*– Jeg vil sterkt oppfordre de nye studentene til å delta på både sosiale og faglige aktiviteter helt fra semesterstart. Og jeg vil oppfordre utdanningsinstitusjoner og studentsamskipnader til å tilrettelegge gode, sosiale møteplasser for studentene. Studenter er en ressurssterk gruppe som er flinke til å benytte seg av mulighetene, og vi må gi dem dette.*

Kari Jussie Lønning er i Arendal 16.08. og er tilgjengelig på tlf 40 22 49 81.

Tabellen under viser svarene fordelt på kjønn, alder og region.

	Totalt	Kjønn		Alder					Region				
		Mann	Kvinn	18-20	21-22	23-25	26-28	29-35	Sørøs	Vest	Midt	Nord	Utlan
Savner noen å være sammen med*	23	21	24	28	22	22	24	24	23	22	23	26	26
Føler deg utenfor*	17	14	18	19	16	16	19	21	18	16	16	19	18
Føler deg isolert*	16	15	17	19	15	15	18	20	17	15	15	18	18
Ofte-svært ofte ensom 1 av 3 spørsmål	29	27	31	34	28	28	30	32	30	28	28	32	32
Ofte-svært ofte ensom 3 av 3 spørsmål	10	8	10	11	9	9	11	12	10	9	10	11	10

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

- Studentenes helse- og trivselsundersøkelse (SHoT 2018) er Norges største studenthelseundersøkelse og omhandler studenters fysiske og psykisk helse, livskvalitet og studieprestasjon. SHoT-undersøkelsen blir utført på oppdrag fra studentsamskipnadene Studentsamskipnaden i Gjøvik, Ålesund og Trondheim (Sit), Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus (SiO) og Studentsamskipnaden på Vestlandet (Sammen). Det er Folkehelseinstituttet som gjennomfører undersøkelsen og analyserer resultatene i 2018.
- Hele 50 055 norske heltidsstudenter under 35 år har besvart årets undersøkelse som legges frem 05.09.18. Undersøkelsen gjennomføres hvert fjerde år og ble sist gjennomført i 2014.