

Deres ref. 22/1734-87

28.10.2022

Vår ref. 2219

Innspill til Opptreppingsplanen for psykisk helse

Organisasjon for Norske Fagskolestudenter (ONF) vil takke for muligheten til å komme med innspill til Opptreppingsplanen for psykisk helse.

ONF organiserer over 24700 studenter, noe som tilsvarer 91% av alle fagskolestudenter. Vi har blitt bedt om å komme med innspill til opptreppingsplanen for psykisk helse, med fokus på studentenes situasjon. I tråd med bestillingen fra departementet søker vi å være konkrete og besvare de tre spørsmålene:

1. Hva er de viktigste utfordringene knyttet til studenters helse?

Under dette spørsmålet lister vi opp det vi mener er de tre største utfordringene.

2. Hva er de viktigste tiltakene for å fremme god psykisk helse og forebygge psykiske plager hos studenter?

Under dette spørsmålet lister vi opp tre tiltak vi mener vil bidra til å løse disse utfordringene.

3. Hvordan kan regjeringen jobbe for at studenter skal sikres tilgjengelig hjelp av god kvalitet?

Under dette spørsmålet lister vi opp tre ting regjeringen kan gjøre.

Etter denne gjennomgangen gir vi utfyllende informasjon og begrunnelser for punktene.

1. De viktigste utfordringene knyttet til studenters psykiske helse

- a. Ensomhet og manglende sosiale arenaer
- b. For dårlig tilgang på gode lavterskeltilbud innen psykisk helse
- c. Dårlig økonomi som gir stort arbeidspress og fremmer fysisk og psykisk uhelse

2. De viktigste tiltakene for å fremme god psykisk helse og forebygge psykiske plager hos studenter

- a. Sørge for at alle har tilgang til en samskipnad som tilbyr gode sosiale lavterskeltilbud.
- b. Tilgang til gratis lavterskeltilbud innen psykisk helse av god kvalitet (inkludert digitale lavterskeltilbud for studenter som studerer på nett eller desentralisert).
- c. En vesentlig bedre studentøkonomi som gir mindre stress og bekymring og mer rom for fritid og å ta sunne valg (hva angår mat, trening og sosial aktivitet mm)

3. Hvordan kan regjeringen jobbe for at studenter skal sikres tilgjengelig hjelp av god kvalitet?

- a. Regjeringen kan sikre alle rett til å være tilknyttet en samskipnad og sørge for at det følges opp
- b. Regjeringen kan pålegge samskipnadene, kommunene og andre instanser å samarbeide og fordele oppgaver på en slik måte at alle får tilgang til gratis, fleksible lavterskeltilbud innen psykisk helse, hvor alle får samtale og oppfølging uten ventetid.
- c. Regjeringen kan øke studiestøtta til 2G

Bakgrunn: Fagskolestudenter og deres utfordringer med psykisk helse

Fagskolestudenter er en mangfoldig gruppe. Noen har tilsvarende livssituasjon som universitet- og høyskolestudenter, men majoriteten er eldre studenter som kommer fra arbeidslivet. En naturlig følge er at 70% studerer deltid, og flere tar desentraliserte studier som er nett eller samlingsbasert. Snittalderen er 32,5 år, og med at mange studerer deltid, er det også flere som er i jobb.¹ Alderen betyr også at fagskolestudentene ofte har andre forpliktelser som barn, større hus, bil osv.²

Resultatene fra SHoT (2022)³ viser at en høy andel av fagskolestudentene opplever lav livskvalitet og sliter med psykisk uhelse. Det som tynger mest med tallene fra SHoT, er den høye andelen som har forsøkt å ta sitt eget liv – så mange som 8% av fagskolestudentene. Blant kvinnelige fagskolestudenter er andelen på 11%.

Færre fagskolestudenter oppsøker hjelp for både fysiske og psykiske plager, og opplever å ha lavere tilgang på tilbud som fremmer det psykososiale i nærområdet. Som en del av utfordringen, vet vi at mange fagskolestudenter ikke har tilgang på en samskipnad.

¹ Se delkapittel 3.4 og 3.5 i [Tilstandsrapport for høgare yrkesfagleg utdanning 2022 \(hkdir.no\)](https://hkdir.no)

² Se delkapittel 2.4, 4.1

³ Se de vedlagte resultatene fra SHoT

Utfyllende informasjon og begrunnelse for forslagene:

Utfordring 1: Ensomhet og manglende sosiale arenaer

Ensomhet og manglende sosiale arenaer er en utfordring for mange fagskolestudenter. Årsaken er blant annet at mange studerer desentralisert ved samlings- og/eller nettbaserte utdanningsløp og dermed befinner seg langt unna studiestedet. Ved dette er det flere som mangler tilhørighet til en samskipnad, både grunnet lokasjon og om de studerer på nett, samlingsbaser eller ved en stedbasert institusjon som av ulike årsaker velger å ikke koble seg til den lokale samskipnaden. Disse faktorene gir løsere tilknytning til et studentmiljø. Vi vet det å forebygge og redusere ensomhet gjennom faste sosiale møtearenaer og samlingssteder med mål å skape fellesskap også bidrar til å bedre psykisk helse og livskvalitet.

Etter anbefaling fra en ekspertgruppe nedsatt under pandemien, ble det tildelt midler for å igangsette sosiale lavterskeltilbud til alle studenter.⁴ En forutsetning var at midlene skulle være tilgjengelig for alle studenter uavhengig tilkobling samskipnad, institusjon, studiested osv. Tiltaket viste seg å ha stor effekt. Dette kan vi lese ut fra resultatene i studiebarometeret for fagskolestudentene og tilbakemeldingene studentene ga oss i etterkant. Når mange blant annet ikke har tilgang på tilbudene via samskipnader, bidrar dette til å nå studentene som ikke er påkoblet disse. Vi anbefaler dermed å se på en permanent løsning for tildeling av slike midler. Videre vil det være viktig å jobbe for at samskipnadene når bredere og favner flere med desentraliserte tilbud.

For å få til dette og mer, er det vesentlig at samskipnad, studieinstitusjon og kommune styrker kontakten seg imellom. Dette med hensikt å samkjøre og strategisk informere om de tilbudene som finnes, slik at studentene vet om det sikkerhetsnett som befinner seg i rundt dem. Det er derfor viktig å igangsette faste og regelmessige dialogmøter hvor aktørene møtes og løfter aktuelle problemstillinger om hvordan de sammen kan jobbe for en bedret studenthelse.

Studieinstitusjonene, kommunene og samskipnadene må i tillegg legge til rette for flere gode sosiale møtearenaer og andre tiltak som bidrar til forebyggende psykisk helsearbeid.

⁴ [TILTAK for oppfølging av studenter ved fagskoler, høyskoler og universiteter under koronapandemien \(regjeringen.no\)](https://regjeringen.no)

Ansvarsfordelingen må avklares og regjeringen legge press på partene for å sikre dette. Eksempler på slike møtearenaer kan være konsertarenaer, møtelokaler, treningshaller, rom med teknisk utstyr for å huse interessegrupper, plass for enkelt å iverksette arrangementer, lokalt samlingssted for ulike aktiviteter. Det kan også være aktuelt å se til en nettbasert løsning hvor en samler informasjon over alle slike anlegg, lokaler ol. som er tilgjengelig for slikt bruk i hele landet.

Utfordring 2: For dårlig tilgang til gode lavterskel tilbud innen psykisk helse

Det er svært viktig at det satses på digitale lavterskeltilbud for å nå de desentraliserte studentene som i dag ikke har mulighet til å benytte seg av de eksisterende samskipnadstilbudene. Dette gjelder særlig lavterskel psykisk helsehjelp. Med den økende andelen nettstudenter og mengden desentraliserte studiesteder ser vi også behovet for å etablere en egen *digital samskipnad*. Dette gir mulighet til å rendyrke de digitale tilbudene som finnes i dag, og gjøre de enda mer tilpasset de studentene som studerer på nett. Her er det også viktig å koble på nettstudentene i utviklingen av tilbudet fra start, slik at de selv har muligheten til å aktivt bidra i utformingen.

Vi vet at ventelistene for å få psykisk helsehjelp i mange kommuner er altfor lange. Her må kapasiteten og tilgjengeligheten økes betraktelig. Her kan det være en ide å vurdere ulike modeller for lavterskeltilbud hvor roller og profesjonskrav ikke nødvendigvis trenger å følge etablerte mønstre. Samskipnader og kommuner må sammen sikre tilgjengelige lavterskelbehandlingstilbud av god kvalitet for de som trenger det, og at videre behandlingstilbud for de som har tyngre utfordringer er gratis og uten ventetid.

Utfordring 3: Dårlig økonomi som gir stort arbeidspress, bekymringer og fremmer uhelse

SSB rapporten «Studenters levekår 2021» viser at mange studenter har liten grad av økonomisk romslighet. Enslige forsørgere kommer dårligst ut, og ifølge SSB har 7 av 10 studenter som er enslige forsørgere problemer med å gjøre opp for seg. Studenter går med store underskudd hver måned hvis vi ser på studiestøtte opp mot normale utgifter, og følgelig har cirka 3 av 4 studenter en deltidsjobb.⁵ Studentene har økonomiske bekymringer som følge

⁵ [Studenters levekår 2021. En levekårsundersøkelse blant studenter i høyere utdanning \(ssb.no\)](https://ssb.no/undersokelse/2021/11/16/studenters-levekår-2021)

av lav studiestøtte som gir dårlig råd og mye lengre arbeidsuker enn en vanlig arbeidstaker. Dette er en direkte medvirkende årsak til psykisk uhelse.

Fagskolestudentene har ifølge Levekårsundersøkelsen en gjennomsnittlig arbeidsuke på mer enn ti timer over en normalarbeidsuke for en vanlig lønsmottaker, noe som gir et svært stort arbeidspress og lite tid til restitusjon og å ta vare på seg selv. Det gjør det også vanskeligere å være sosial, gå til legen, trene, osv. ONF mener det ikke er greit at studenter må jobbe vesentlig lengre arbeidsuker enn andre for å kunne dekke basale behov.

NSO gjorde beregninger av studentøkonomien i 2019⁶ med bakgrunn i tall fra SIFOs referansebudsjett, SSBs levekårsundersøkelse og leiemarkedsundersøkelsen. Disse viser at heltidsstudenten i 2019 går med personlig underskudd på i overkant av 5 000 kroner per måneden, 55 924 årlig, uten deltidsjobb eller økonomisk stønad fra foreldre, partnere eller andre alternative inntektskilder. Levekårsundersøkelsen (2022) viser at av fagskolestudentene har fått betalingsanmerkninger, noe som også henger sammen med lav studiefinansiering og dårlig råd. I en tid hvor prisene på strøm og matvarer stiger vesentlig og bolig er svært dyrt for de fleste studenter, er utviklingen ekstra bekymringsfull. Skal studentene få mulighet til å konsentrere seg om studiene, restituere seg og ta gode helsemessige valg, må studiestøtta økes vesentlig. ONF mener det vil være å investere i studenters fysiske og psykiske helse, livskvalitet og læring å øke studiestøtta til 2G.

Med vennlig hilsen
Organisasjon for Norske Fagskolestudenter

Henning Skau
Leder

Thea Tuset
Nestleder

⁶ Se tabell på NSOs nettside: [Studentøkonomi](#)
Organisasjon for Norske Fagskolestudenter
Karl Johans gate 5
0154 Oslo
post@fagskolestudent.no