

# SHOT

Tilleggsundersøkelse



# Studentenes helse- og trivselsundersøkelse

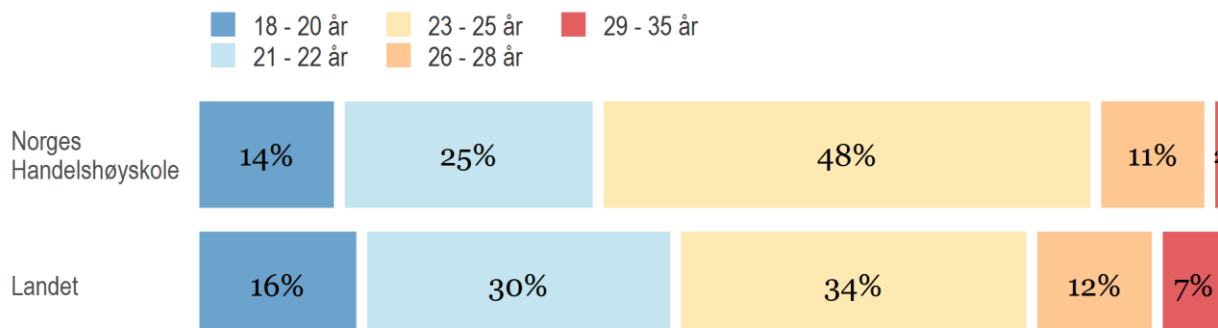
Norges Handelshøyskole



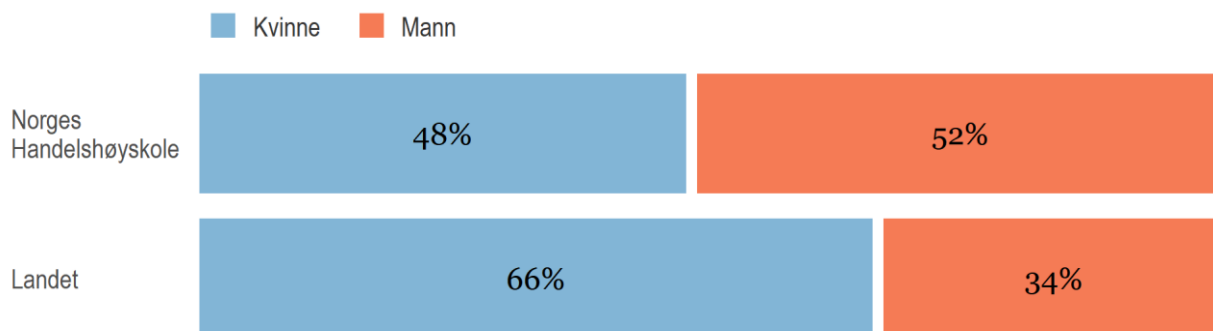
# Om institusjon

---

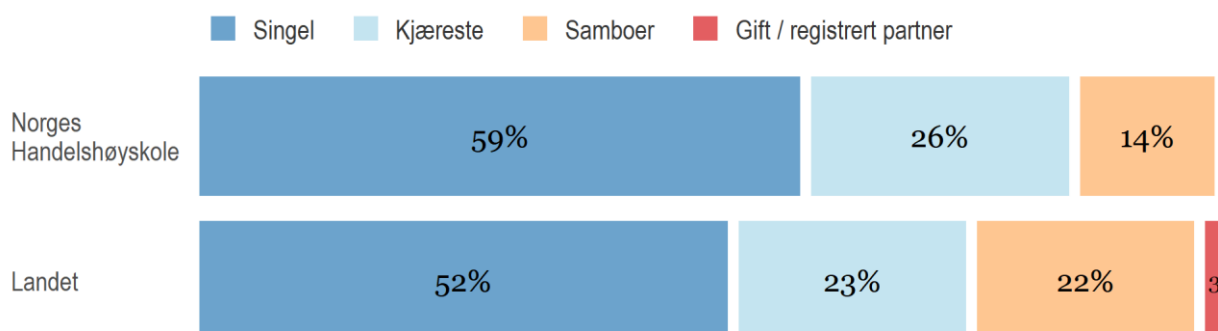
## Aldersfordeling



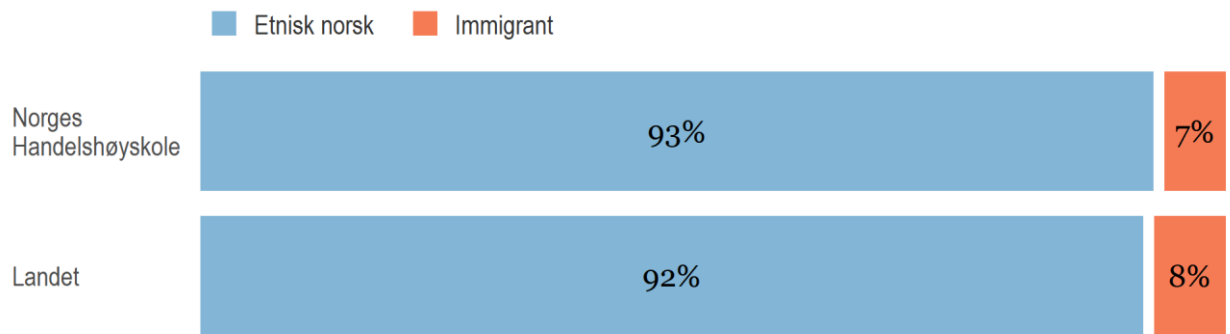
## Kjønn



## Hva er din sivilstatus?



## *Immigrant*



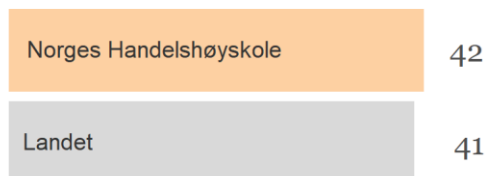
## Forhold på studiestedet

---

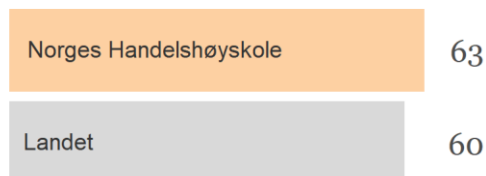
### Tilfredshet med studiebyen

*Hvor fornøyd du er med byen du studerer i (nå under covid-19-pandemien) når det gjelder (0-100 poeng):*

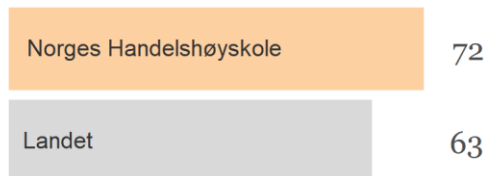
#### Kulturtilbudet



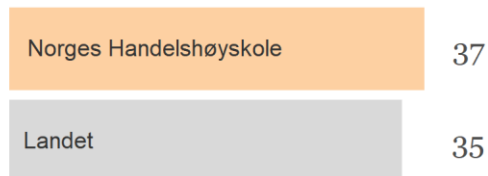
#### Helsetilbudet



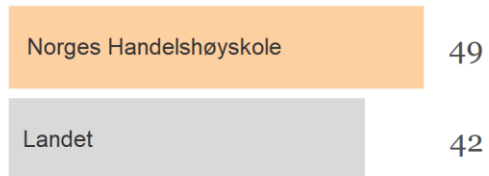
#### Kollektivtilbudet



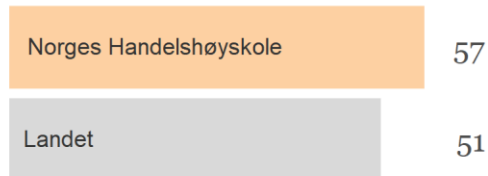
#### Utelivstilbudet



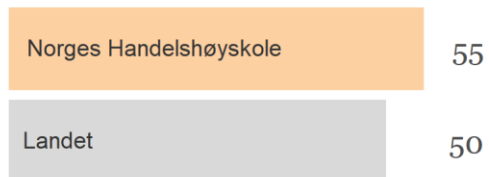
#### Studentmiljøet



#### Boligtilbudet



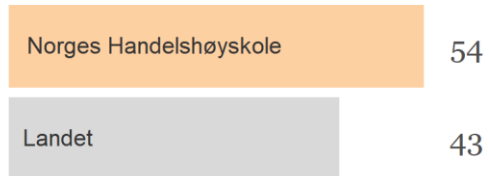
#### Studiebyen totalt



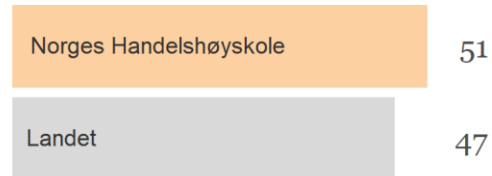
## Trivsel med studiet

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

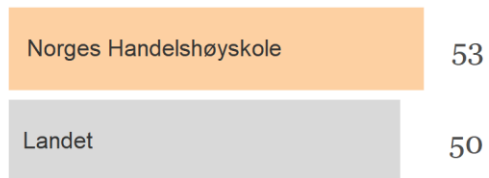
### Undervisningen



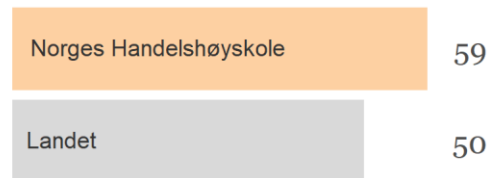
### Egen arbeidsinnsats



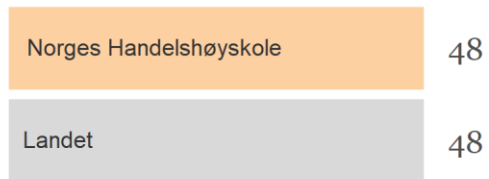
### Arbeidsmengden på studiet



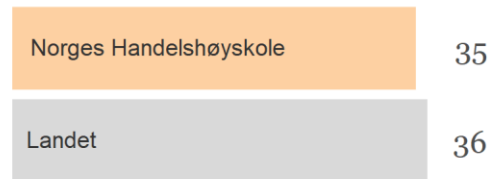
### Måten studiet er strukturert på



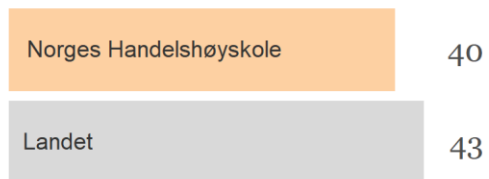
### Den faglige veiledningen



### Det fysiske læringsmiljøet

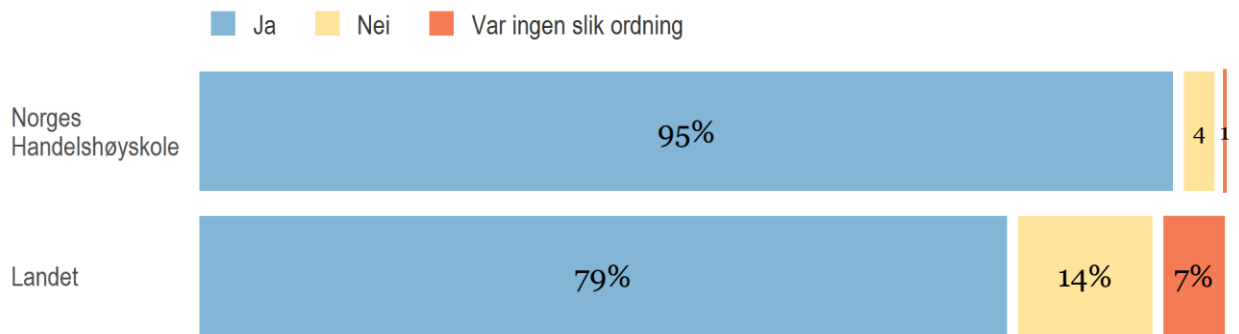


### Tilbakemelding på egen læring



## Deltakelse i fadderordning

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

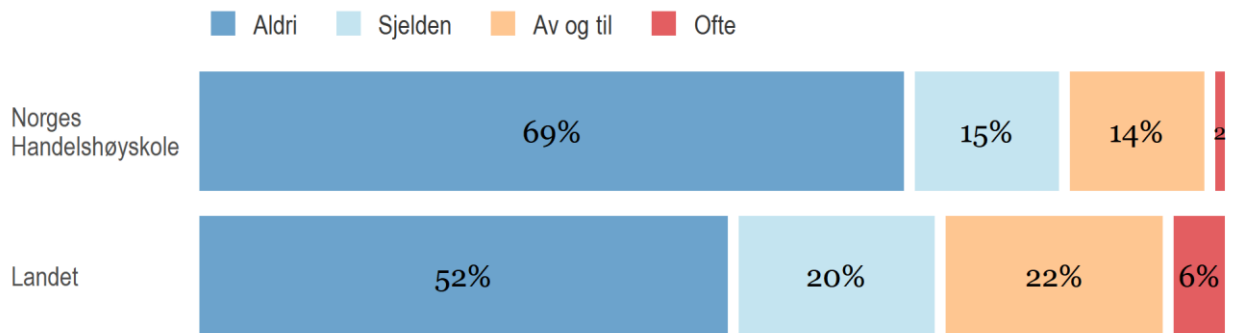


# Økonomi

---

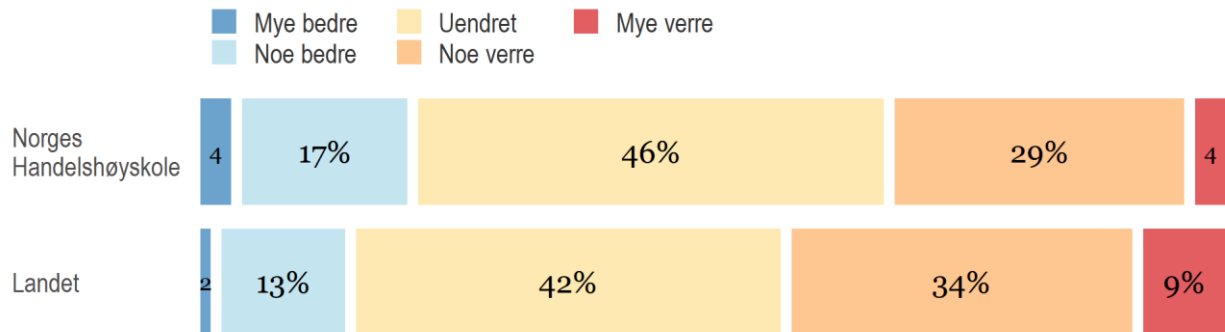
## Økonomiske vansker

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

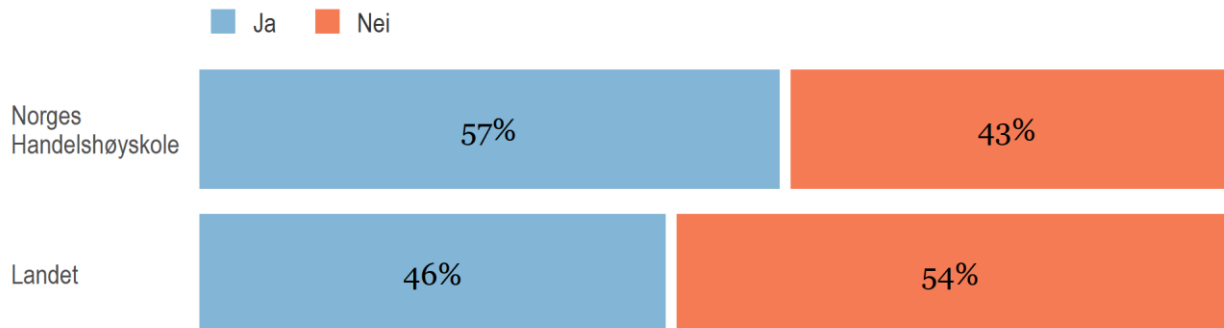
I hvilken grad har korona-pandemien påvirket økonomien din?



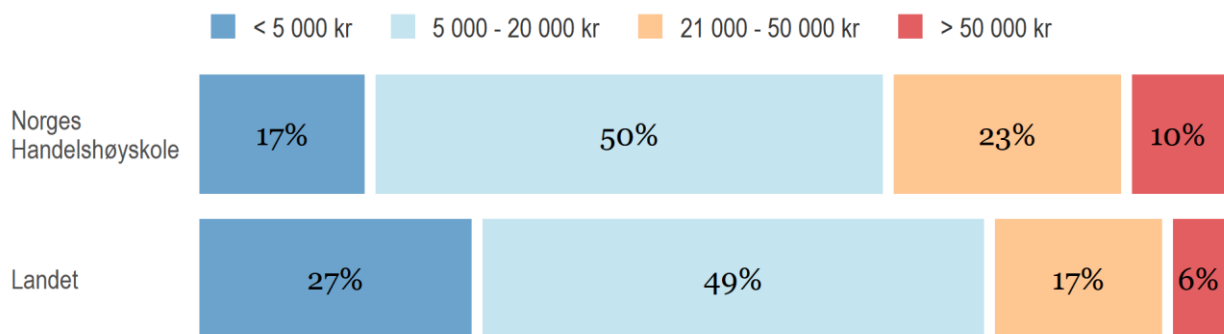


## Hjelp fra familien

Får du økonomisk hjelp fra familien din?



Hvor mye får du i året?

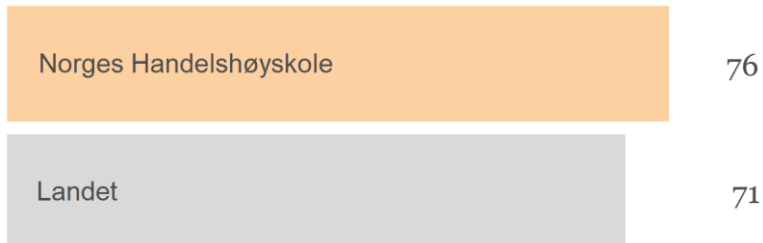


# Studieferdigheter

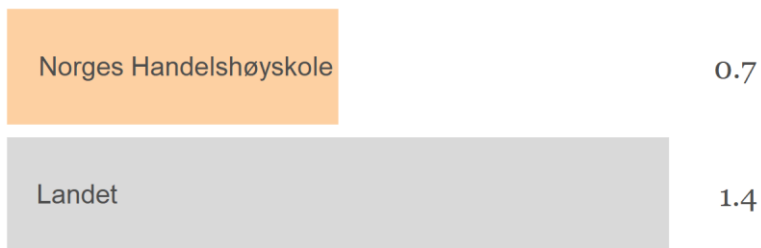
---

## Studiehverdagen under pademien

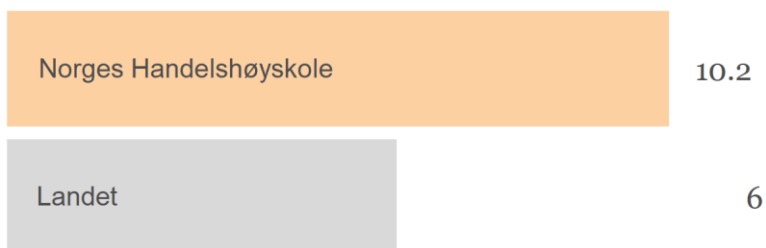
*Omtrent hvor stor andel av forelesningene har du fulgt digitalt siden start av studieåret i august 2020 fram til nå? (10-90)*



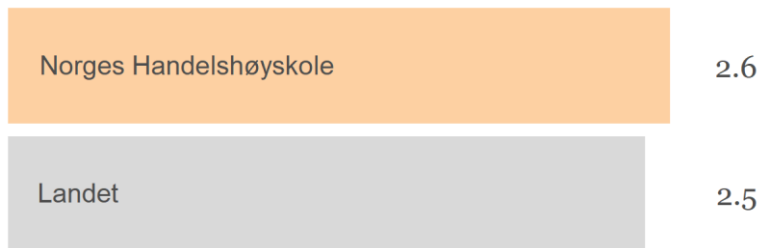
*Omtrent hvor mange dager har du hatt tilbud om fysisk undervisning på campus (eller andre steder) de siste 14 dagene?*



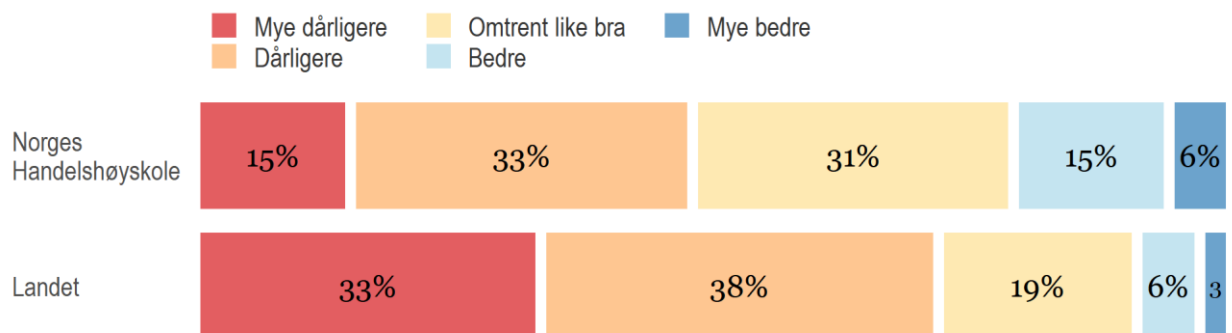
*Omtrent hvor mange dager har du hatt tilbud om digital (online) undervisning de siste 14 dagene?*



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



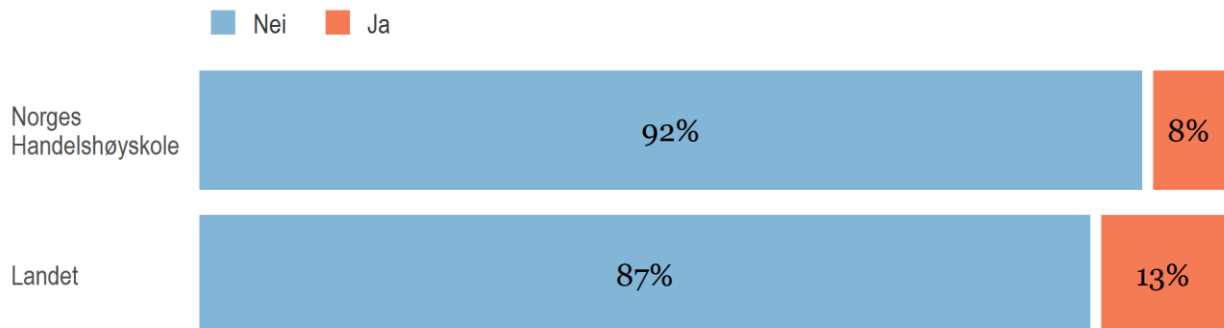
Hvordan synes du den digitale undervisningen fungerer så langt sammenlignet med tradisjonell undervisning?



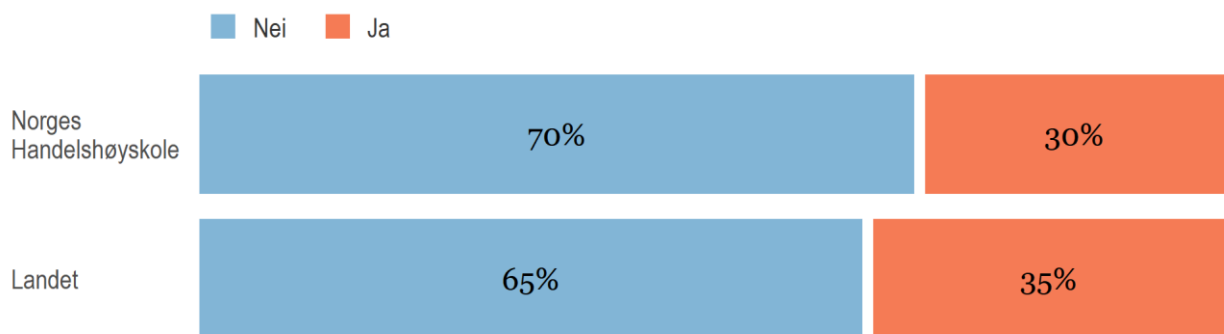
## Utfordringer med digital undervisning

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

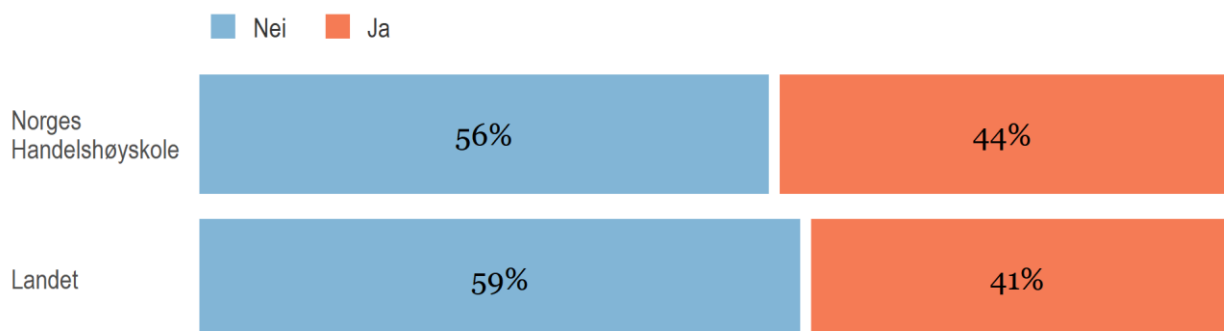
### *Manglende utstyr*



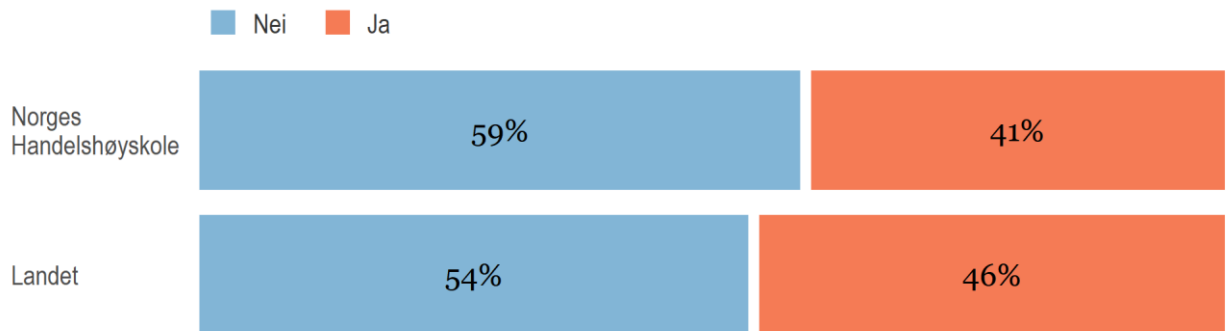
### *Ustabil internettforbindelse*



### *Har ikke god arbeidsplass hjemme*



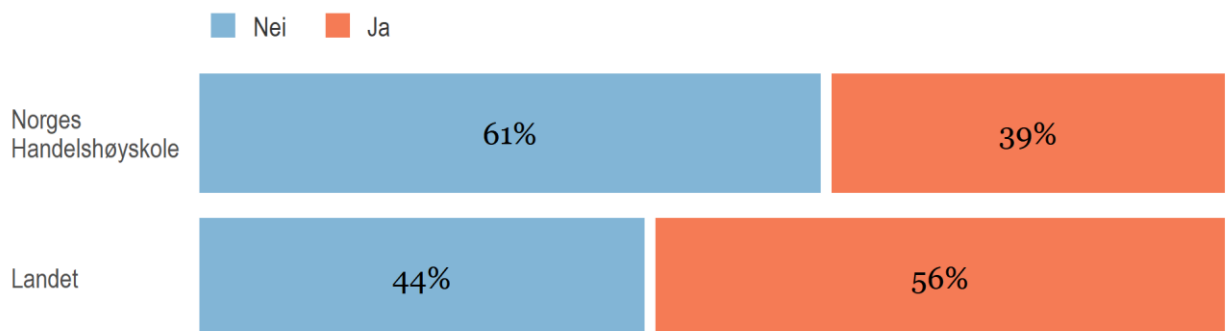
### Foreleser som mangler teknisk kompetanse



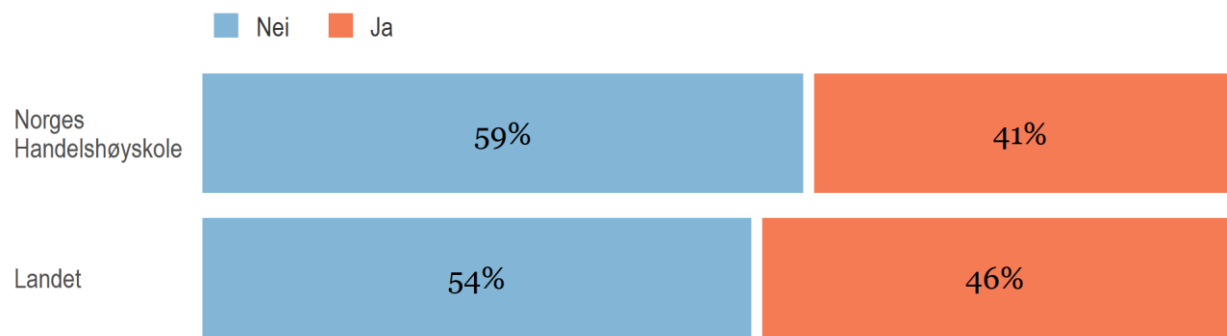
### Savner kontakt med medstudentene



### Savner kontakt med faglæreren

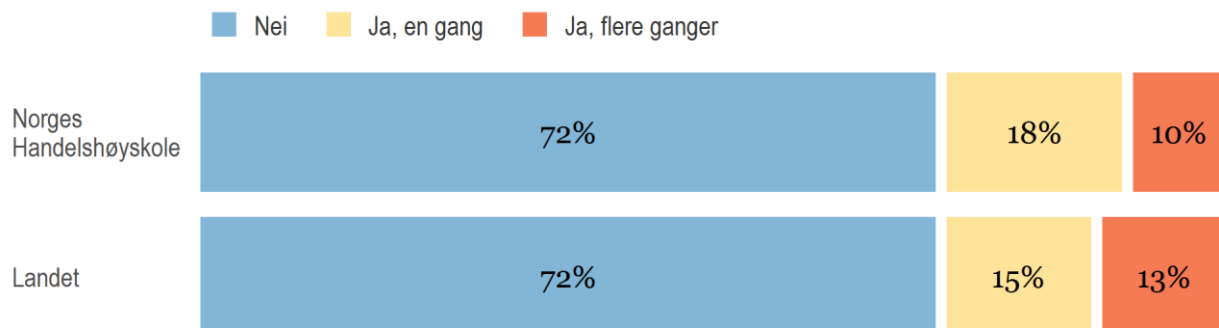


*Mindre engasjerende*



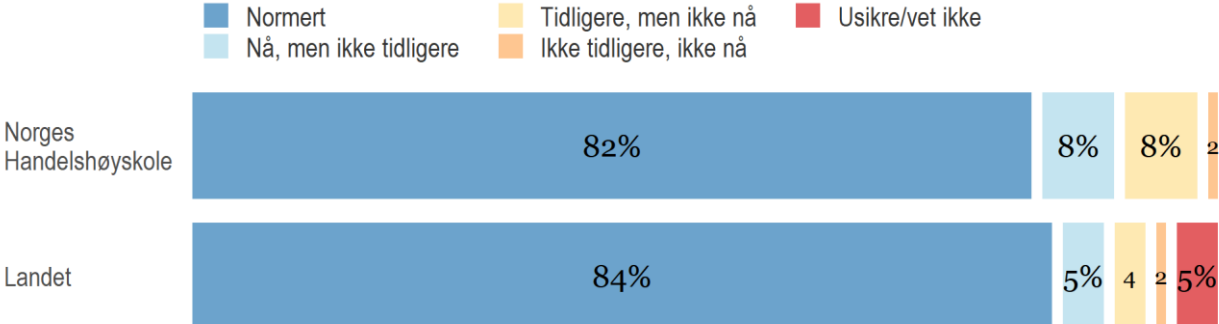
## Stryk

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



# Studieprogresjon

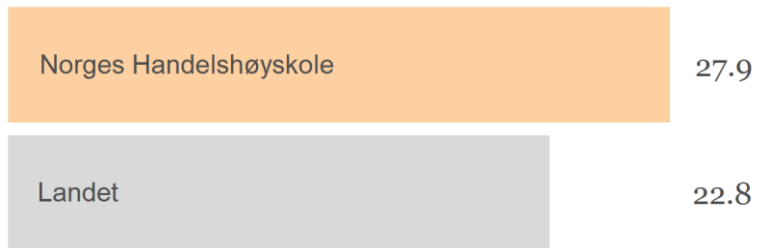
Studieprogresjon (samlet)





## Studietime

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



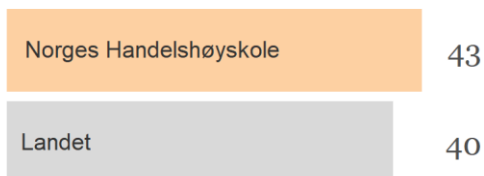
# Livsstil og helseatferd

---

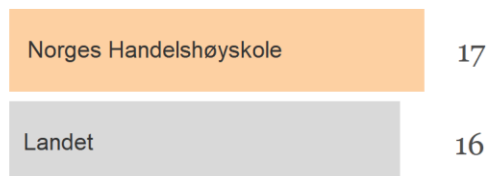
## Aktiviteter under pandemien

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

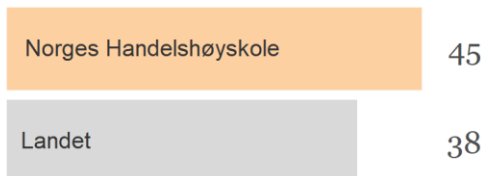
### Trening / fysisk aktivitet



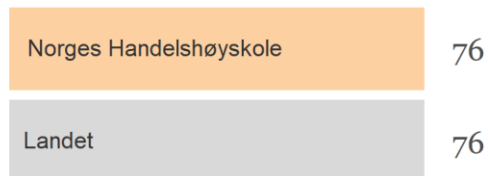
### Sosial aktivitet med venner



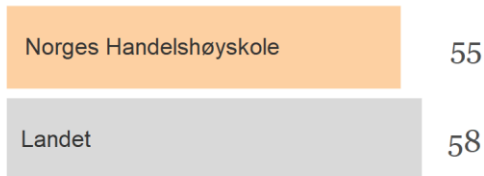
### Samvær med familien



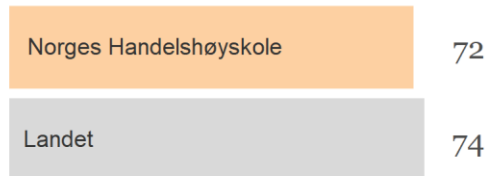
### Sosiale medier



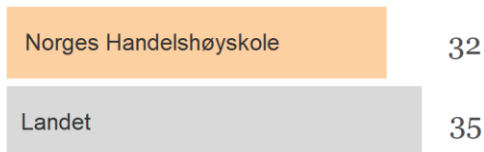
### Gaming



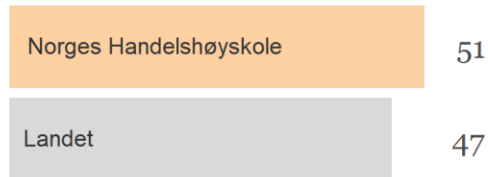
### TV inkl. strømmetjenester



### Frivillige aktiviteter / studentorganisasjoner

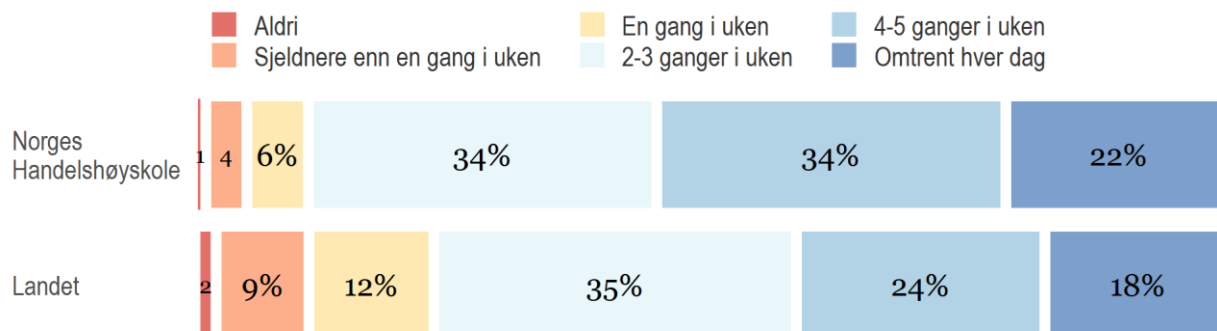


### Studiene mine

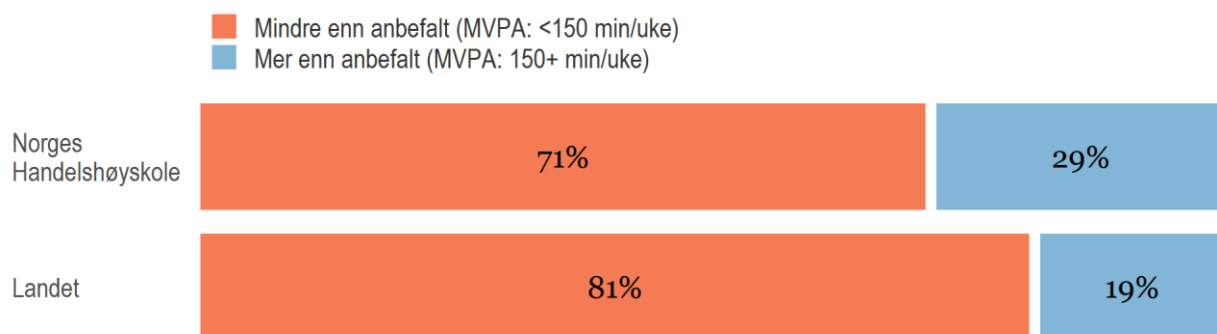


## Trenning og mosjon

Hvor ofte driver du mosjon? (Gjennomsnittlig)

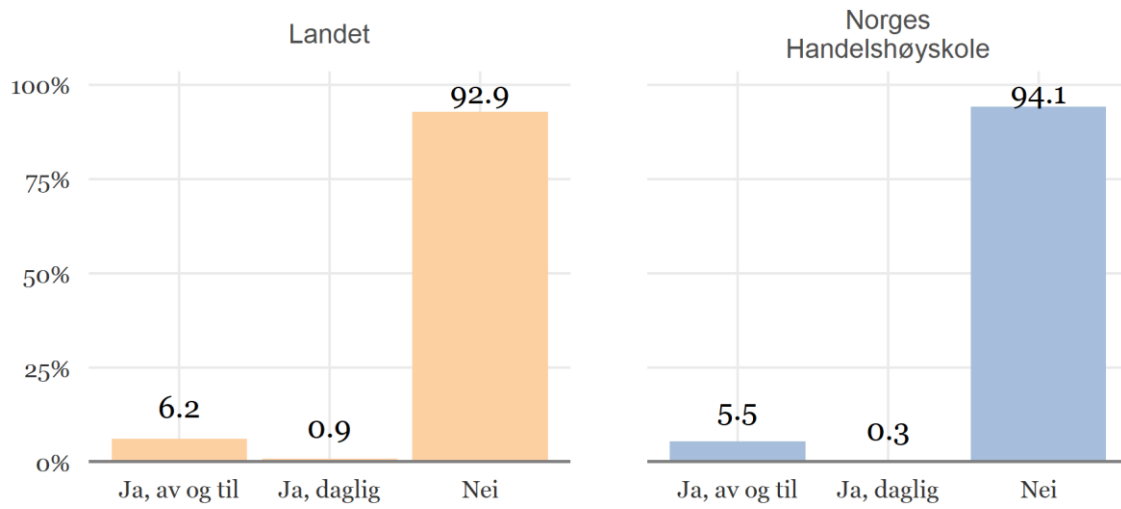


Moderat til høy fysisk aktivitet: 150 min/uke

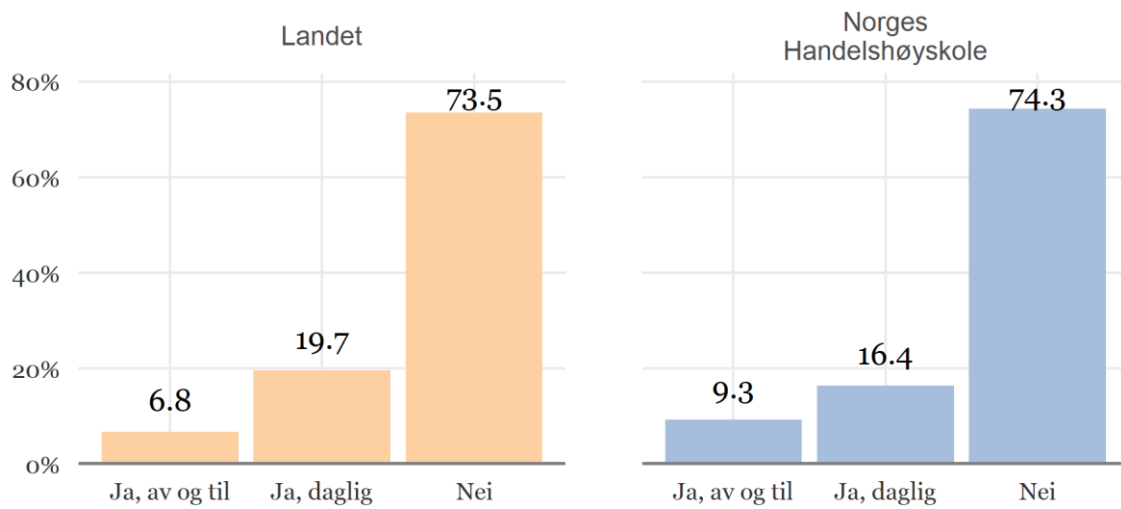


## Røyking og snus

Røyker du?



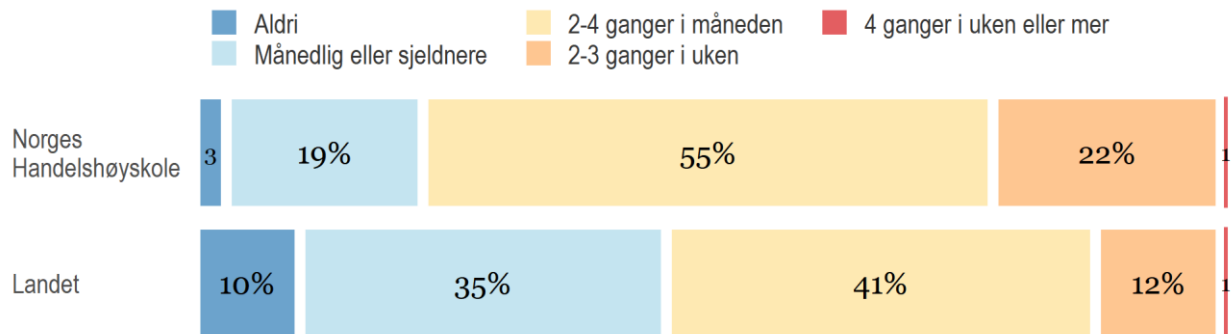
Bruker du snus eller lignende?



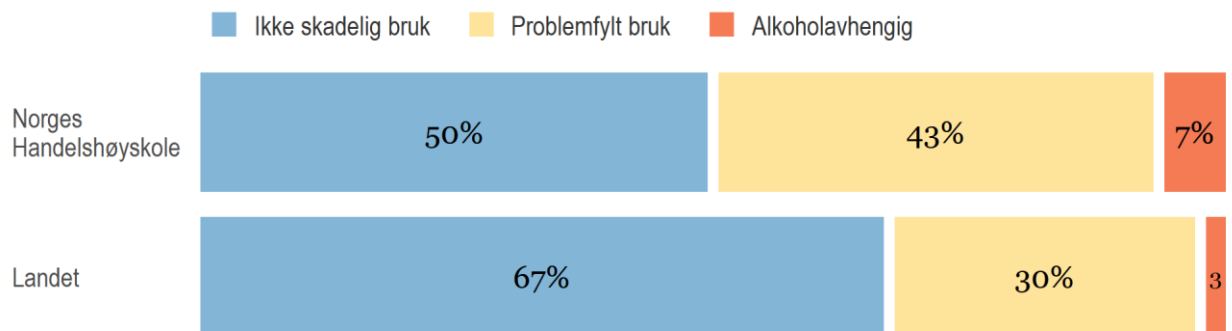
## Alkoholbruk

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

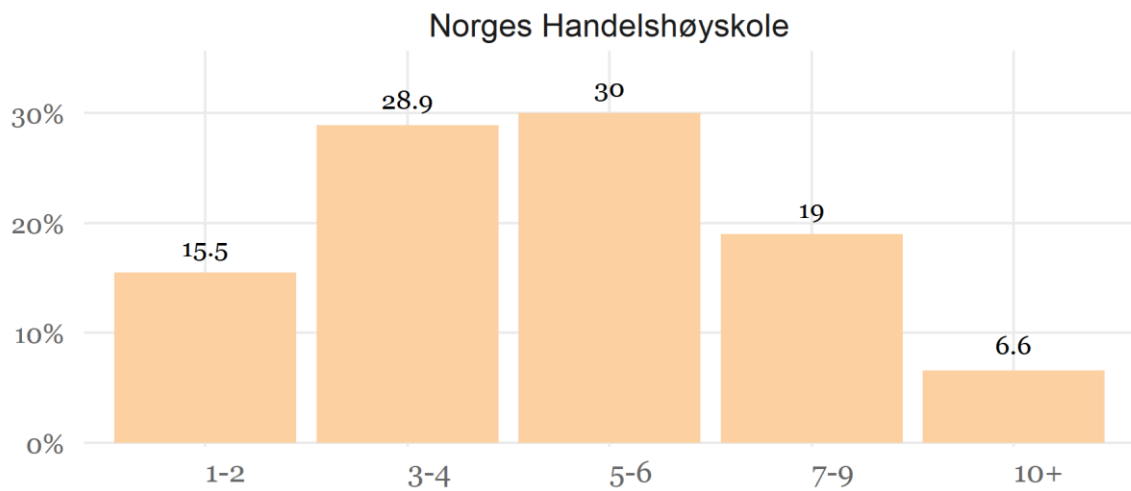
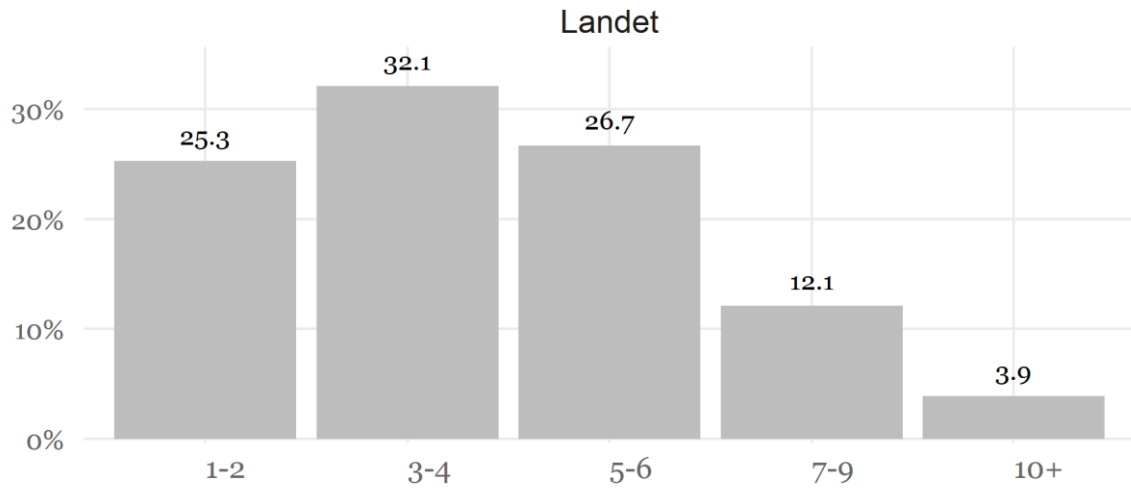
*Hvor ofte drikker du alkohol?*



*Problemfylt alkoholbruk*



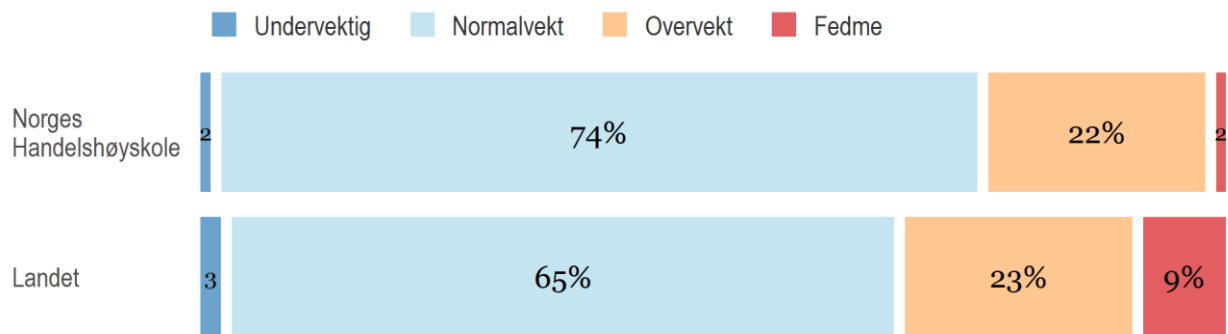
*Hvor mange alkoholenheter (en liten øl, et glass vin, eller en drink) drikker du typisk på en dag du drikker?*



Antall alkoholenheter

## BMI (kroppsmasseindeks)

BMI kategori



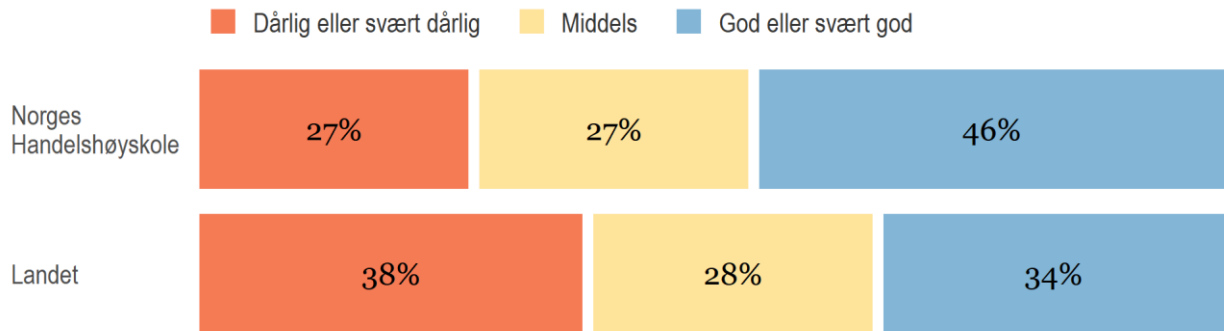
# Psykisk helse og trivsel

---

## Livskvalitet

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

### Livskvalitet totalt

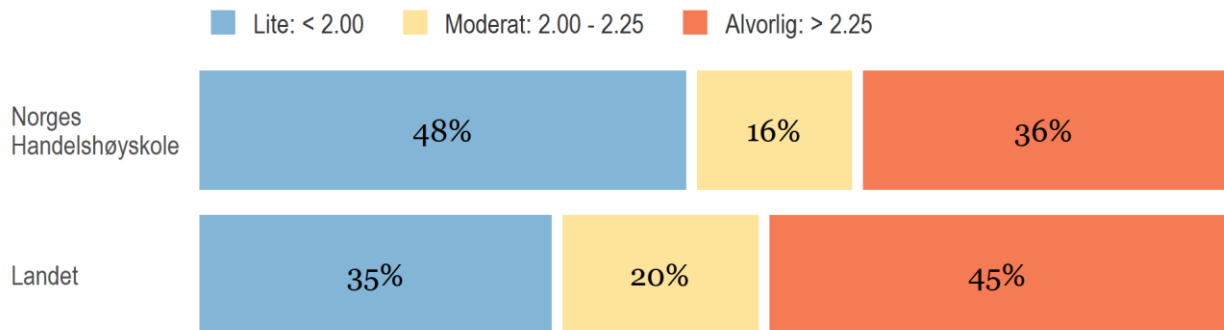




## Psykiske plager

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

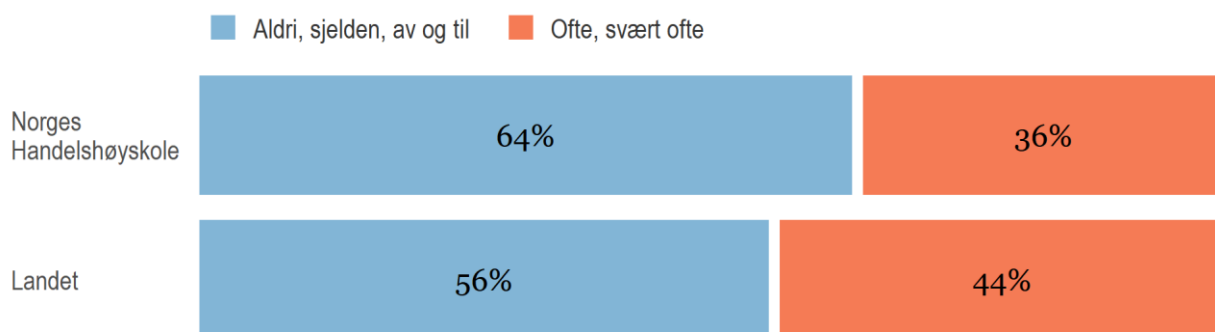
*HSCL5 3-delt*



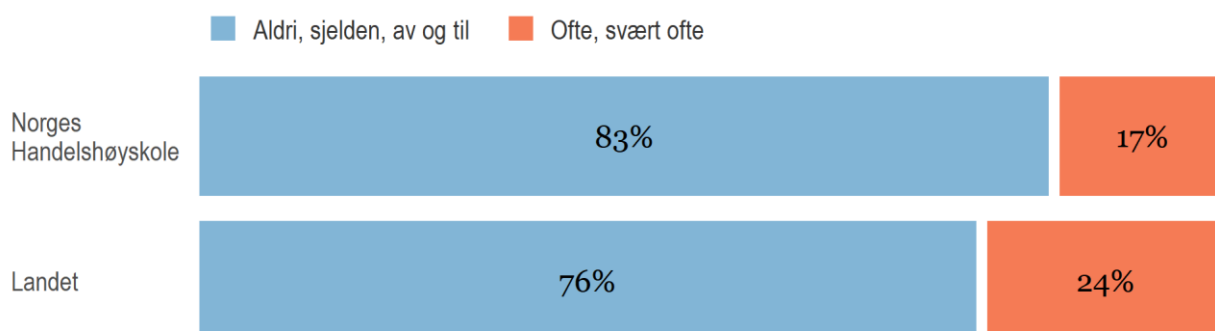
## Ensomhet

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

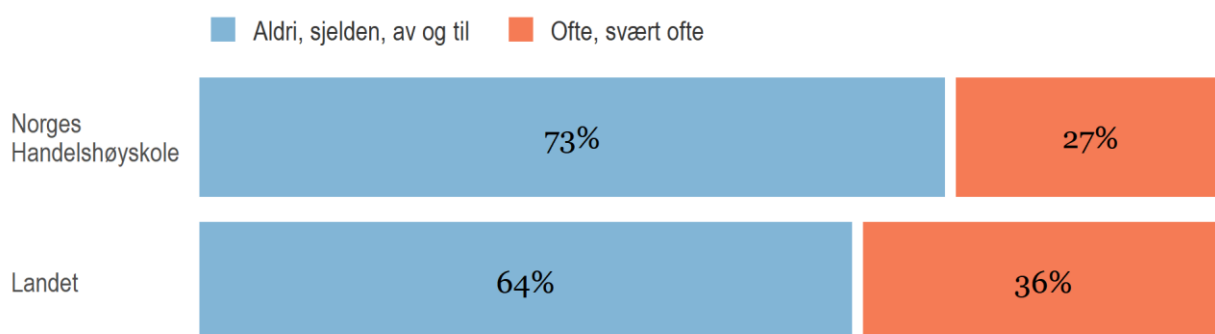
*Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med?*



*Hvor ofte føler du deg utenfor?*

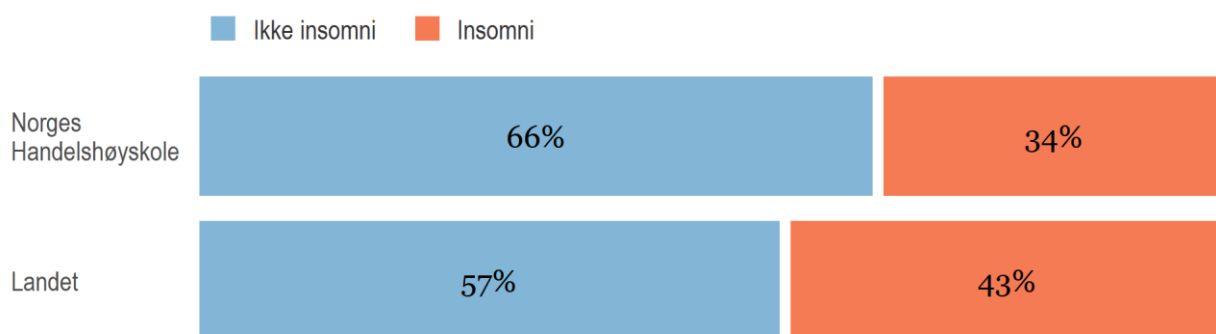


*Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?*

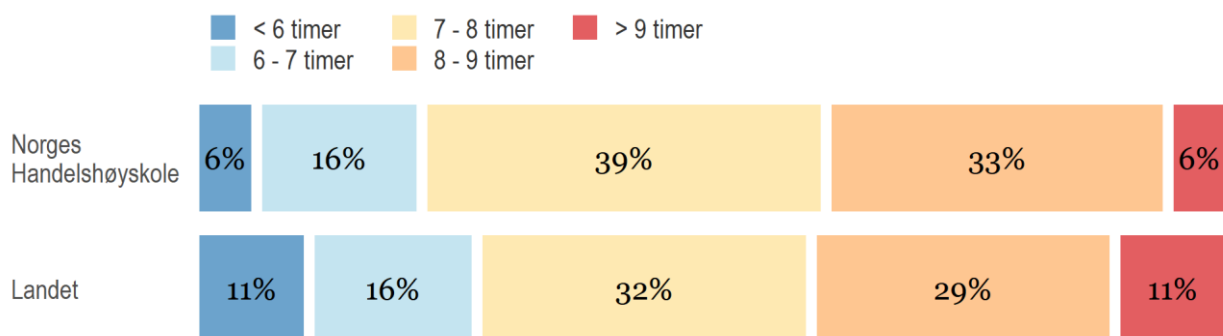


## Søvn

### Insomni (kroniske søvnproblemer)

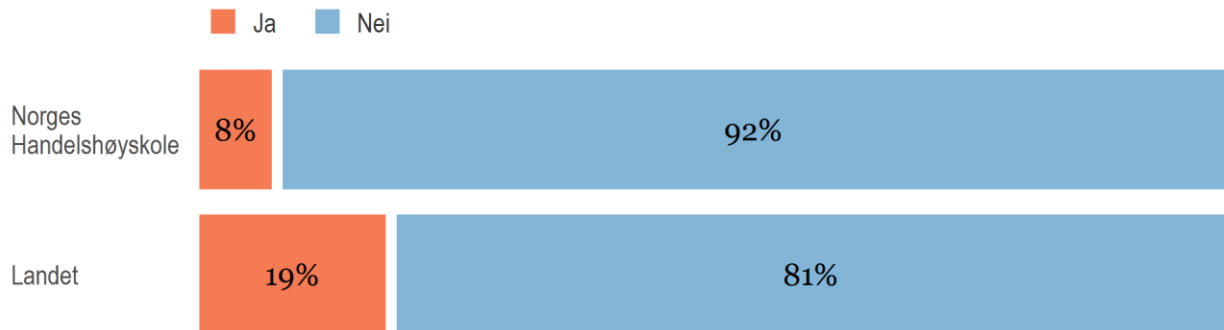


### Søvnlengde (gjennomsnitt på hverdager)

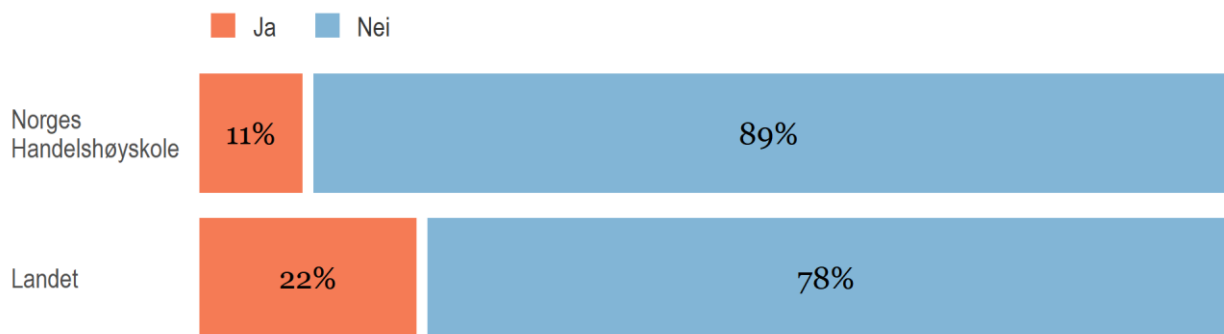


## Selvskading

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

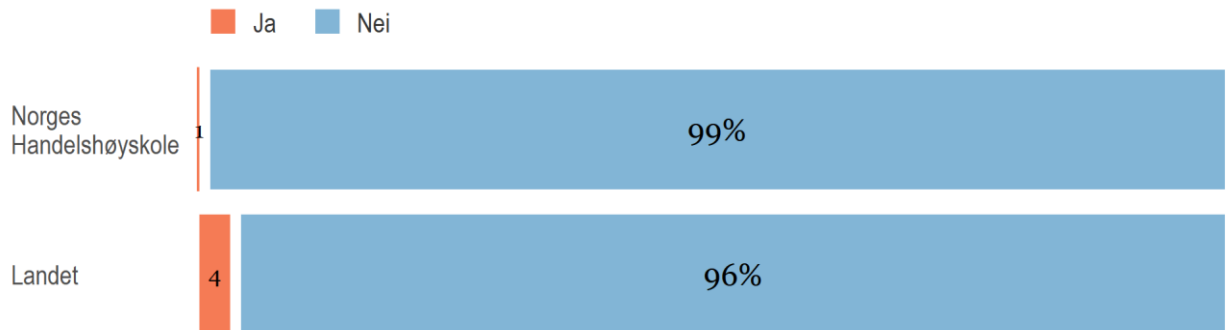


*Har du noen gang seriøst tenkt på å skade deg selv med vilje?*

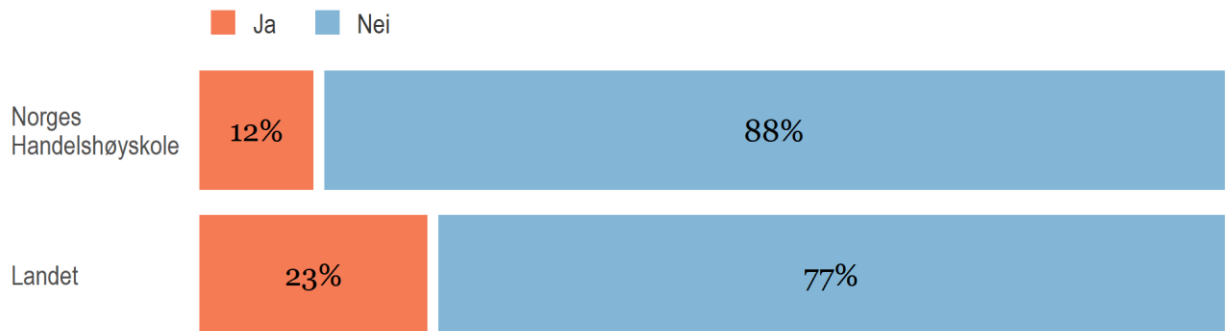


## Selv mord

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

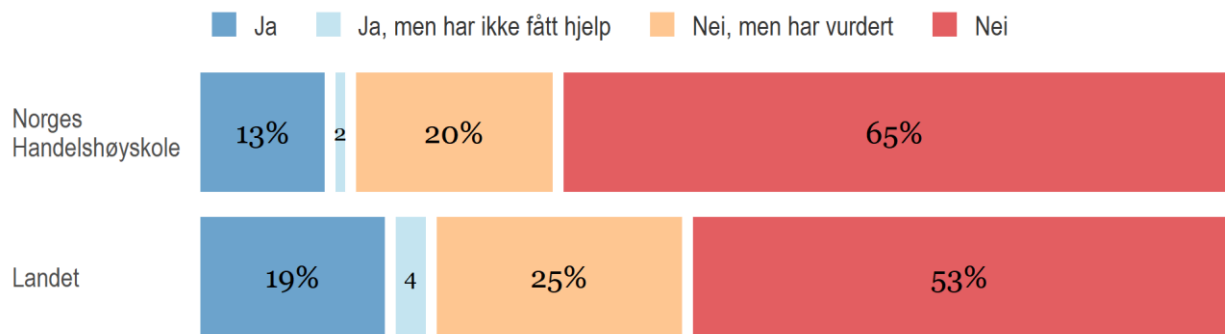


*Har du noen gang seriøst tenkt på å ta ditt eget liv?*



## Hjelpsøking

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

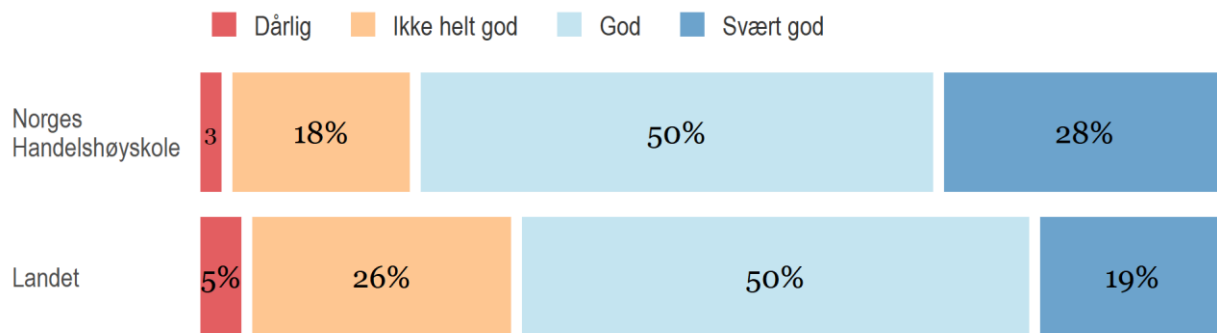


# Fysisk helse

---

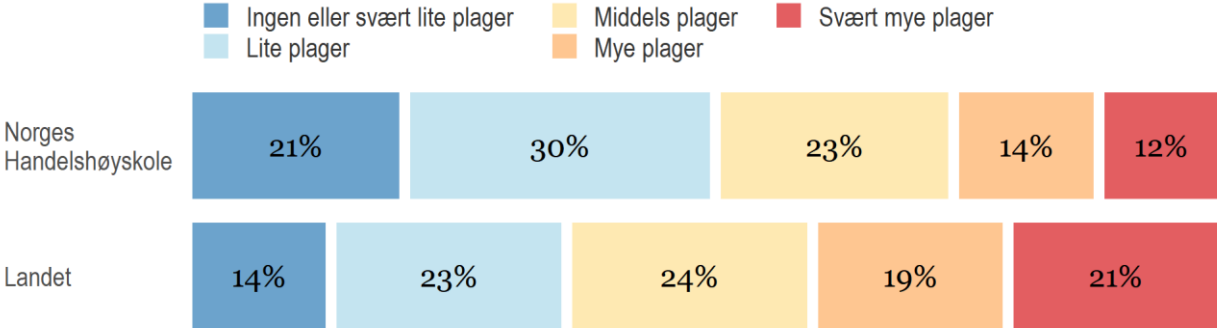
## Egen helse

Hvordan er helsen din nå?



# Somatiske plager

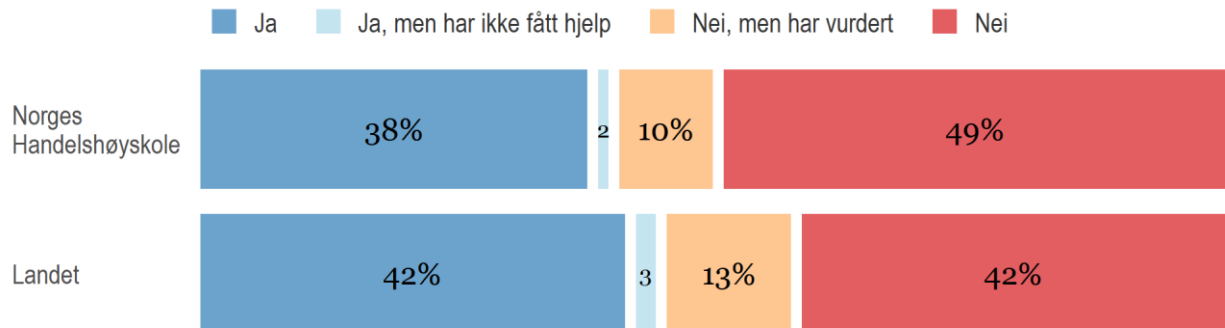
## Somatiske plager





## Hjelpsøking

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

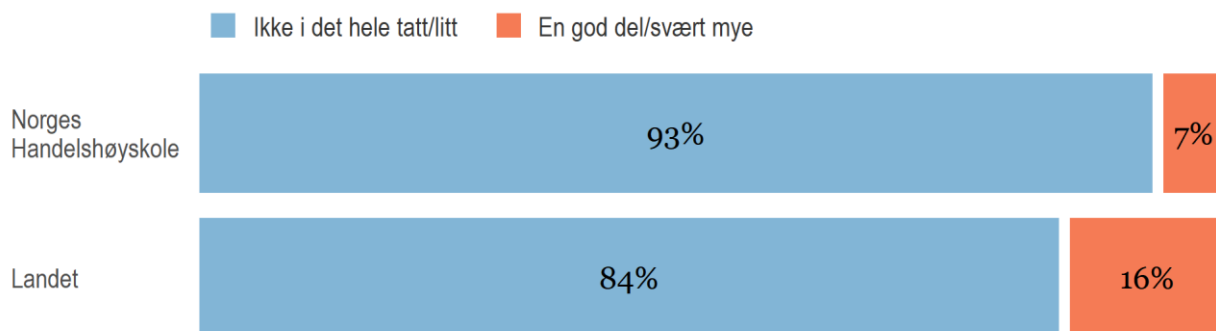


# Covid-19

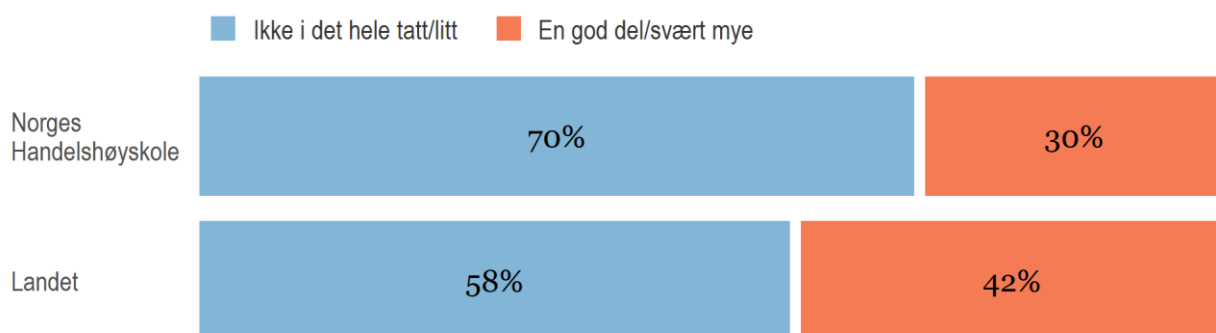
---

## Bekymring for smitte

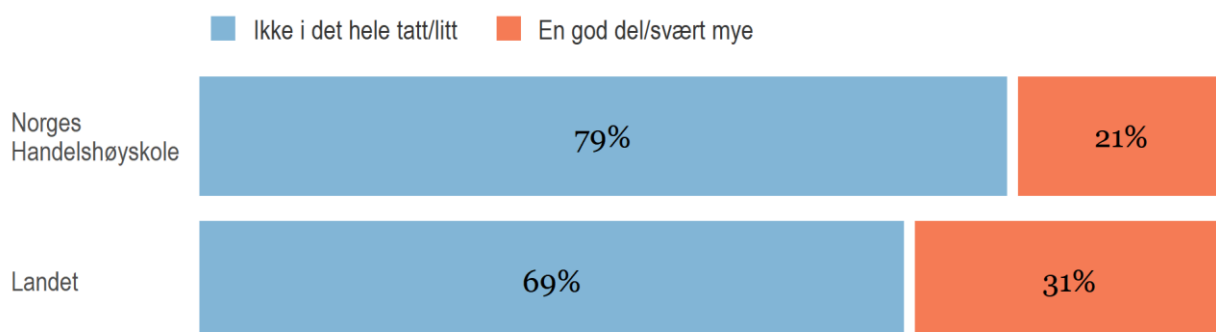
*Jeg bekymrer meg for at jeg kommer til å bli smittet av covid-19*



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

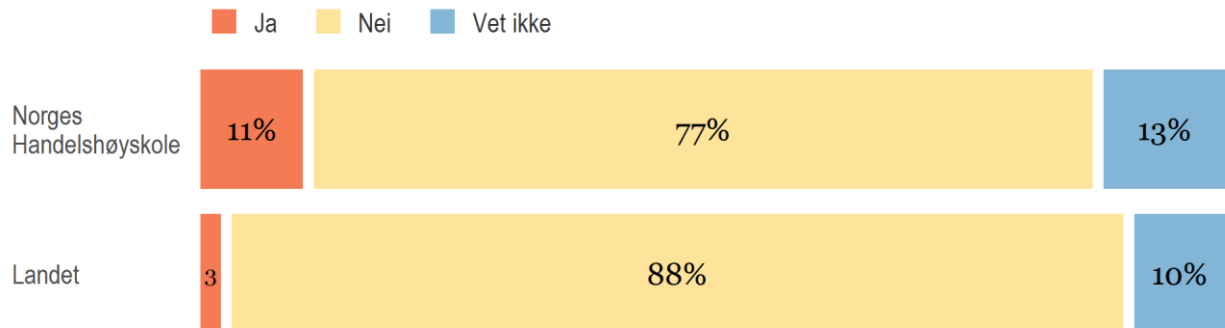


*Jeg bekymrer meg for at andre i min slekt kommer til å bli smittet av covid-19*

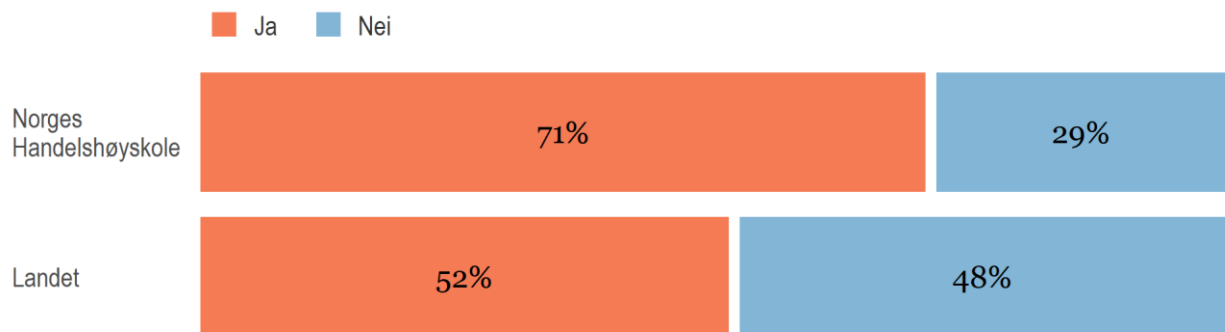


## Smitte og karantene

*Har du vært smittet av covid-19?*

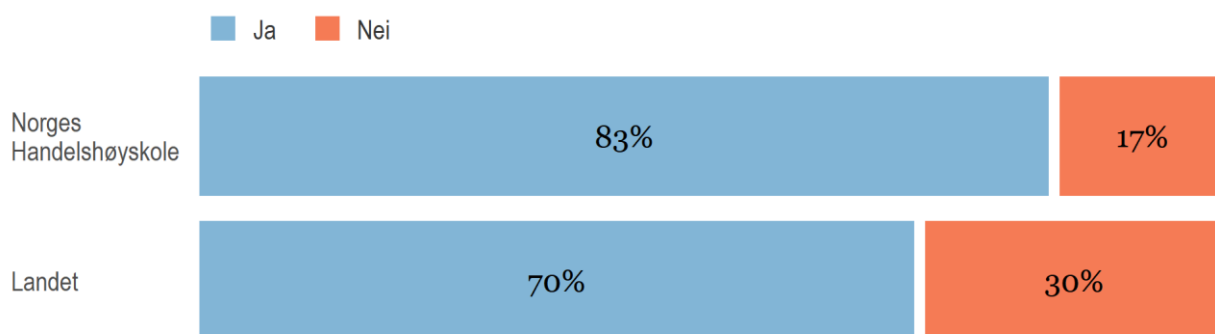


*Har du vært i karantene pga. covid-19?*

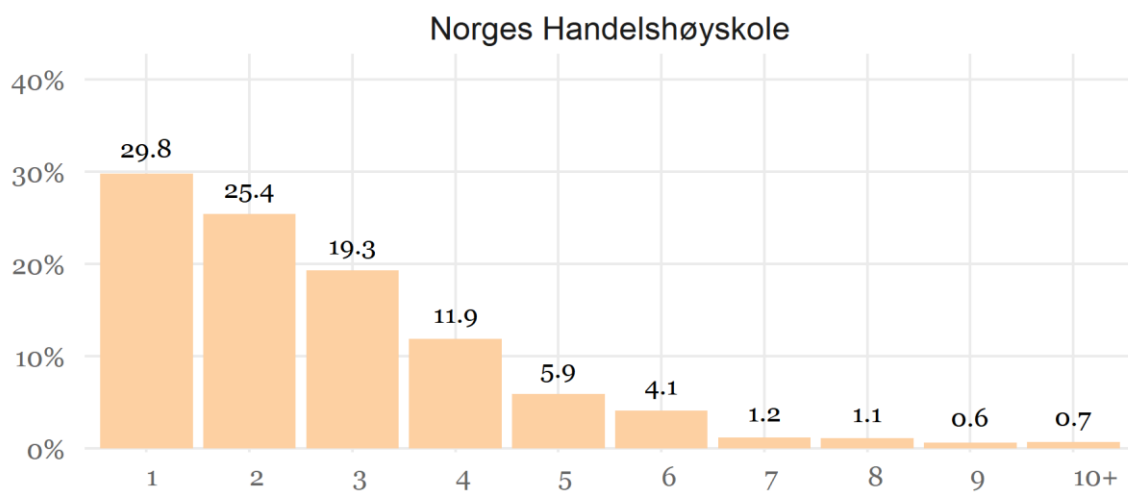
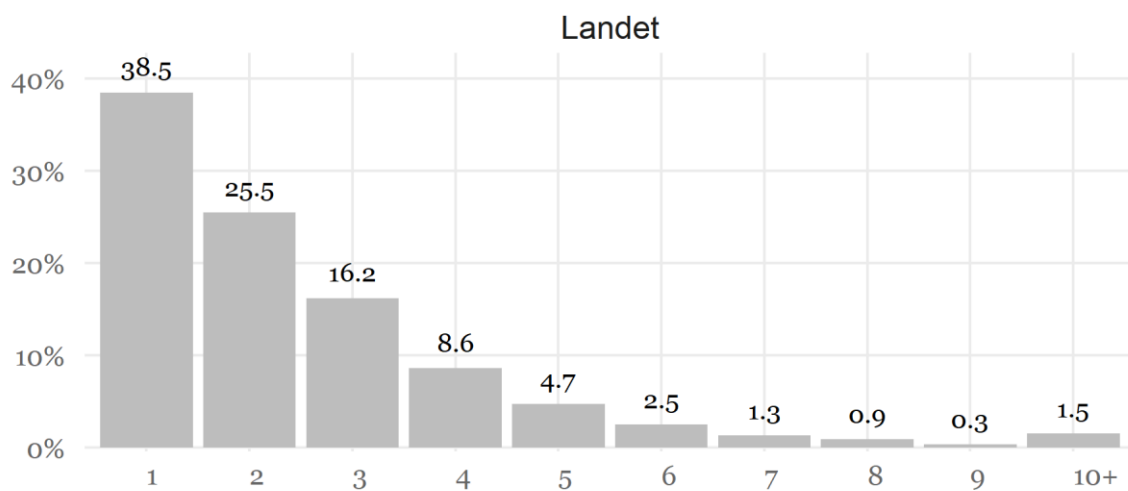


## Testing

Har du testet deg for covid-19?



Angi hvor mange ganger:



Antall test

# Vaksinere

Kommer du til å vaksinere deg mot covid-19?

