



# EN BÄTTRE STUDENTHÄLSA

PSYKISK HÄLSA OCH VÄLMÅENDE UNDER STUDIERNA

**En rapport skriven av:**

**Ordförande:**

Alva Doyle

**Medförfattare:**

Johan Vanerell, William Moody,  
Maria Nordgren

**mst** moderata  
studenter

# OM RAPPORTEN

Rapportgruppen har, på uppdrag av Moderata studenter, sammanställt en rapport om hur politiken kan verka för att Sveriges studenter ska få tillgång till en bättre studenthälsa.

## **Rapportgruppen har bestått av:**

*Alva Doyle, vice ordförande Moderata studenter Skövde.*

*William Moody, ordförande Moderata studenter Mälardalens universitet, tidigare förtroendevald i äldrenämnden Umeå.*

*Maria Nordgren, vice ordförande Moderata studenter Borås, förtroendevald tekniska nämnden Borås.*

*Johan Vanerell, ordförande Moderata studenter Växjö, förtroendevald samhällsbyggnadsnämnden Växjö.*

Rapportgruppen har vägletts av Viktor Klar från Moderata studenters riksstyrelse.

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING:

<b>OM RAPPORTEN .....</b>	<b>1</b>
<b>INLEDANDE ORD .....</b>	<b>3</b>
<b>SYFTE OCH REFORMFÖRSLAG.....</b>	<b>4</b>
<b>AVGRÄNSNINGAR .....</b>	<b>4</b>
<b>METOD.....</b>	<b>5</b>
<b>BAKGRUND.....</b>	<b>6</b>
<b>REFORMFÖRSLAG .....</b>	<b>10</b>
MARKNADSFÖRINGSKRAV FÖR UNIVERSITET OCH HÖGSKOLOR GÄLLANDE STUDENTHÄLSAN. ....	10
EN STÖRRE EKONOMISK FRIHET FÖR STUDENTER, ETT SLOPAT FRIBELOPP UNDER SOMMAREN FÖR ETT ÖKAT VÄLMÅENDE. ....	12
SÄKRA MÖJLIGHETERNA FÖR ÅTKOMST TILL STUDENTHÄLSAN FÖR DISTANSSTUDENTER .....	14
GÖR DET MÖJLIGT ATT REMITTERA STUDENTER .....	15
STUDENTHÄLSAN I LAGEN OCH GRANSKNINGEN AV ATT SAGD LAG FÖLJS.....	16
PSYKOLOGSTUDENTER OCH STUDENTHÄLSAN- EN SAMHÄLLSNYTTIG SYMBIOS ..	17
<b>DISKUSSION .....</b>	<b>21</b>
<b>SLUTORD.....</b>	<b>22</b>
<b>KÄLLFÖRTECKNING .....</b>	<b>23</b>

## **INLEDANDE ORD**

Vi lever i en tid av innovation och nya upptäckter. Elektriska bilar, sparkcyklar, nya läkemedel, smart elektronik och artificiell intelligens. Det är bara några exempel på saker som får oss som skrivit denna rapport att tänka på vilken fantastisk tid vi lever i. Å andra sidan finns det tyvärr de individer som efter oförutsägbara händelser eller på annat vis har sett sitt psykiska välmående ta en vändning mot det värre.

Att stundvis må dåligt är mänskligt, men det finns personer vars vardag och livskvalitet på olika sätt påverkas negativt eller inte går ihop på grund av psykisk ohälsa.

Problematiken med psykisk ohälsa gäller inte minst studenter. I en kontext av onödigt lidande och den potential varje drabbad individ förmår att ha är ovanstående beskrivning för samhällets del inte lycklig. Om exempelvis en sjuksköterskestudent eller ingenjörstudent inte tar sig igenom sin utbildning med grund i psykisk ohälsa är det en enorm förlust för samhället. Ansvaret att förmedla och möjliggöra bästa möjliga lösningar för individer med sämre mående faller således på samhället. Ämnet är brett och det finns många potentiella lösningar som på olika vis kan tänkas mildra eller bidra till att förbättra arbetet med att förebygga och motverka psykisk ohälsa bland studenter.

# **SYFTE OCH REFORMFÖRSLAG**

Rapportens övergripande avsikt är att kartlägga potentiella brister i arbetet med att främja studenthälsan på Sveriges universitet och högskolor. Syftet med detta är inte att peka ut något enskilt lärosäte utan snarare att presentera ett resultat som kan ge en indikator på några tänkbara brister inom arbetet för att främja den svenska studenthälsan. Med avstamp i det syftet ämnar rapporten att ge förslag på några tänkbara reformer som kan tänkas förbättra den svenska studenthälsan.

## **AVGRÄNSNINGAR**

Vi har valt att avgränsa rapporten till att i huvudsak behandla frågor gällande vilken tillgång till och kännedom om studenthälsan studenter har. Vidare har vi analyserat de lagkrav som i dagsläget gäller och hur väl studenthälsan på olika håll i landet lever upp till de ställda kraven. I relation till de avgränsningar som görs går vi in på möjliga reformer med avstamp i enkätsvar, diskussion och vetenskapliga fakta. Avgränsningar görs med avstamp i relevans för den svenska studenthälsan. Validitet eftersträvas med grund i relevans baserat på tidsenlighet och vetenskapliga perspektiv. För att säkerställa reliabilitet baseras rapporten i huvudsak på välrenommerade organisationer samt myndigheter och vetenskapligt granskade artiklar.

## **METOD**

Underlaget till rapporten har tagits fram med hjälp av internetbaserade källor. De sökmotorer som använts är Google, Google Scholar samt OneSearch. De internetbaserade källorna består främst i myndighetsrapporter, vetenskapliga artiklar och annan vetenskaplig litteratur. Kompletterande uppgifter har inhämtats genom personlig kommunikation.

# BAKGRUND

Vetenskapligt har studenthälsan som forskningsämne ofta sammanstrålat med den mentala ohälsan som till synes statistiskt ökat bland ungdomar under 2000-talet. Det nya fokuset på mental ohälsa bland unga har bidragit till flera stora kvantitativa arbeten. I jämförelsen mellan de statistiska slutsatserna som förekommer i relation till studenters mentala ohälsa framgår en rad likheter och skillnader som kan härleda till skillnader i institutionella protokoll hos lärosäten internationellt och Sverige gällande deras hantering av studenthälsan.

I Folkhälsomyndighetens rapport från 2018 angående hur psykisk ohälsa bland högskole- och universitetsstudenter ska förebyggas refereras statistik från runt om i världen, där den sammantagna statistiken visar på att 27-34% av tillfrågade studenter i enkätundersökningar lider av depressiva symptom (Folkhälsomyndigheten, 2018).

Det framgår också av rapporten att den mentala hälsan hos studenter är betydligt sämre än hos andra individer i samma ålder, samt att socioekonomiska faktorer hos studenter har effekter på deras mentala hälsa, i synnerhet koncept som sexualitet, ekonomisk stabilitet och huruvida en student tillhör en minoritetsgrupp i samhället (Folkhälsomyndigheten, 2018).

Bilden av hur situationen ser ut för studenters mentala välmående avspeglas även i Sverige, där 54% av tillfrågade studenter upplever att de alltid eller ofta känner sig stressade (CSN, 2018, s.23). Även här framgår att liknande externa faktorer som beskrivs i

Folkhälsomyndighetens rapport också förekommer hos svenska studenter, i synnerhet den statistiska skillnaden mellan män och kvinnor angående upplevd stress där 62% av kvinnor uppger att de ofta eller alltid känner sig stressade, jämfört med 43% bland män (CSN, 2018, s.25).

Enligt Folkhälsomyndighetens rapport har studenters psykiska välmående försämrats mellan de analyserade åren 2004-2016, samt att perioden 2014-2016 har 25% av svenska studenter uppgivit att deras psykiska välbefinnande har försämrats, jämfört med 16% under samma period bland yrkesverksamma (Folkhälsomyndigheten, 2018). En grundläggande slutsats att dra från materialet är alltså effekterna som högskolestudier har på studenter, pressen som en högskoleutbildning innebär inte bara är ett samhällsproblem i Sverige, utan i hela världen.

Om psykisk ohälsa är en så utbredd folksjukdom som statistiken verkar förmedla, vad säger det om de akademiska institutionernas förmåga att motverka den noterade ökningen av ångest, stress och depressiva symptom hos studenter? Ett problem som kan antas bidra till den negativa utvecklingen är den generella okunskapen bland studenter gällande vilken typ av resurser studenthälsan på deras skola har att erbjuda. I Sacos rapport framgår att 24% av tillfrågade studenter inte visste att det fanns stöd att få via studenthälsan vid deras lärosäte (Saco, 2020, s.17). Okunskapen bland studenter angående vilken typ av stöd det finns att få är utbredd, 40% uppger att de inte vet om de ens har fått information om studenthälsan, och 69% uppger att de inte visste när de skulle vända sig till studenthälsan vid deras lärosäte eller till primärvården (Saco, 2020, s.18).

Många institutioner gör uppföljningar baserat på enkäter och undersökningar genomförda bland studenter som lyckats ta kontakt med studenthälsan, vilket leder till en dubbel okunskap då studenter inte vet vad det finns för stöd att få, och skolorna i sig får en potentiellt felaktig bild angående vad som behöver göras för att utveckla studenthälsan för att hjälpa fler studenter (Saco, 2020, s.18). Forskning inom mental ohälsa bland studenter stödjer den tesen, då det kan argumenteras att de studenter som inte söker sig till studenthälsan är de som löper allra största risk för att utveckla depressiva tendenser (Hyun et al, 2006, s.246).

Det ska också noteras att det inte enbart är avsaknaden av information angående studenthälsan som lett till den negativa trenden bland studenters mentala hälsa globalt. I en kvantitativ studie från 2022 framgår att 81% av amerikanska



collegestudenter är medvetna om att det finns stöd att få via studenthälsan vid deras universitet, men trots att 51% av studenterna noterade att deras mentala hälsa försämrats under deras studietid var det endast 20% som sökte hjälp genom studenthälsan vid sitt lärosäte (Venable & Pietrucha, 2022, s.4-5).

Universitetskanslersämbetet (UKÄ) ger på regeringsuppdrag en bild över hur läget kring studenthälsan ser ut vid Sveriges universitet och högskolor. Det är värt att understryka 1 kap. 11§ i högskoleförordningen som viktig i avseendet då lagen fastslår högskolornas ansvar för att studenter ska ha tillgång till hälsovård och särskilt förebyggande hälsovård. Det med ändamålet att främja studenters psykiska och fysiska hälsa. Uppdraget genomfördes med hjälp av enkätundersökningar via studentkårerna bland olika lärosäten i Sverige. Den bild som ges är att studentkårerna runtom i landet generellt är nöjda med den studenthälsovård som erbjuds. I särskild bemärkelse lyfts kunnig och engagerad personal fram. Samtidigt förmedlas en bild av långa väntetider till följd av otillräcklig tillgänglighet (Holmvall et al. (2020, s. 1-11).

UKÄ poängterar att inga anmärkningsvärda brister noterats men att det samtidigt finns utvecklingsområden. I den bemärkelsen omnämns att tillgången till studenthälsan varierar beroende på vart i landet du bor. En skillnad som uppstår till följd av de olika lärosätenas storlek men även olika sätt att prioritera. Ett annat utvecklingsområde som lyfts fram är att mindre lärosäten som vänt sig till lösningen med att upphandla externa aktörer i mindre utsträckning följer upp arbetet med studenthälsovård än de lärosäten som driver studenthälsovården i egen regi. Ett annat utvecklingsområde som lyfts fram är låga möjligheter att påverka arbetet med studenthälsan från studenterna. Arbetet med att tydliggöra studenthälsovården för studenter som studerar på distans omnämns också. I den kontexten visar enkätsvar att majoriteten av lärosätena erbjuder anpassad studenthälsovård för distansstudier medan andra lärosäten inte märkt någon särskild efterfrågan på studenthälsovård i samband med distansstudier. Studentkårernas generella kännedom om och arbete kring studenthälsovård för distansstudier visade sig vara minimalt.

Kunskapsunderlaget om hur studenter i dagens Sverige faktiskt mår understryks också med grund i att det i samband med UKÄs presenterade studie inte funnits någon nationell longitudinell studie som kan fastslå hur studenter i Sverige faktiskt mår. Holmvall et al. (2020, s. 1-62). UKÄ lyfter fram några förslag på reformer i relation till utvecklingsområdena och menar bland annat att mer samordning mellan lärosäten behövs. Det för att få bukt med skillnaderna i tillgänglighet. Förslaget betyder mer detaljerat att ett lärosäte får ansvaret och resurserna som behövs för att bedriva en mer långtgående nationell samordning av studenthälsovården.

Ett annat förslag som lyfts är en ökad digital omställning av studenthälsan. Något som skulle kunna medföra ökad tillgänglighet för både campus och distansstudenter. Det genom exempelvis en gemensam webbplats för studenter att ta del av studenthälsovård.

Holmvall et al. (2020, s. 61-65)

# REFORMFÖRSLAG

Med grund i tidigare presenterad bakgrund och med hänvisning till rapportens etablerade syfte och frågeställning presenteras i avsnittet nedan en rad tänkbara förslag på reformer. Reformerna tar avstamp i vad som syftar till eller på annat sätt kan öka den generella hälsan hos studenter. Det är givet att presenterade reformer på annat vis även medför andra tänkbara konsekvenser. I en kontext av andra tänkbara konsekvenser bemöts reformerna ur ett perspektiv som syftar till att se hur studenthälsan på olika vis kan förbättras.

## MARKNADSFÖRINGSKRAV FÖR UNIVERSITET OCH HÖGSKOLOR GÄLLANDE STUDENTHÄLSAN.

Oavsett hur effektiv studenthälsan vid ett lärosäte antas, eller kan bevisas vara, är det poänglöst om enbart ett litet antal studenter faktiskt söker sig till den. Det kan argumenteras att ett ännu större problem är de grupper med studenter som behöver hjälp och stöd med deras mentala hälsa, men har fått otillräcklig information från sina lärosäten gällande vad skolan har för resurser att erbjuda sina studenter. Som tidigare noterats är det i många fall betydligt allvarigare än så, där studenter inte ens vet var deras studenthälsa finns eller hur den går att kontakta. Det framgår av tidigare rapporter att inte enbart är kunskapen om utbudet lågt, utan i vissa fall vet inte studenter att studenthälsan överhuvudtaget existerar vid deras lärosäte (saco, 2020, s.17). Det kan argumenteras att faran som dessa siffror representerar således är dubbel, då studenter som redan befinner sig i riskzonen för depressiva tendenser eller värre inte söker sig till studenthälsan, men även individer som anser sig själva som friska saknar kunskaperna och informationen som krävs för att potentiellt hjälpa en vän som behöver stöd genom att referera dem vidare till lärosätets studenthälsa.

Som också noterades tidigare framgår av internationella exempel, i huvudsak genom studier genomförda vid amerikanska universitet där hela 81% av tillfrågade studenter vet vad studenthälsan har att erbjuda och var den finns (venable & pietrucha, 2022, s.4-5). Det amerikanska systemet i relation till marknadsföring har helt klart varit lyckad, där lärosäten själva ansvarar för och utformar hur deras

studenthälsa ska se ut och vad den ska erbjuda (Abrams, 2022, s.60). Det understryker faktumet att svenska lärosäten gör för lite när det kommer till marknadsföring, eftersom samma system förekommer i Sverige. Som moderata studenter är vi fortfarande av uppfattningen att skolorna kan bäst själva när det kommer till vad som behöver göras, och vi vill gärna undvika onödig byråkrati som binder lärosäten i regler kring hur deras studenthälsa drivs. Det framgår dock att detta inte helt går att undvika, och att vissa krav måste ställas av staten.

Den slutsatsen som måste dras är att marknadsföringen måste bli mer konsekvent. Som noterats ska inte svenska lärosäten straffas med byråkrati och överförmyndarskap, men marknadsföringen av studenthälsan måste bli mer prioriterad. Reformförslaget vi vill presentera är därför ett marknadsföringskrav för svenska lärosäten gällande studenthälsan.

Det behöver förekomma ett minimum gällande hur ofta informationen skickas ut. Vi föreslår därför ett marknadsföringskrav som skulle innebära att samtliga lärosäten, bortsett från sedan tidigare etablerade marknadsföringstillfällen, exempelvis vid introduktionsveckor för nya studenter, ska skicka ut information om skolans studenthälsa och vad som erbjuds vid den.

Det går inte att garantera att studenter kommer att läsa eller memorera informationen som presenteras, och det måste därför skickas ut med mer regelbundna intervaller för att öka kunskapen. Vi anser att tillfällen där studenthälsan har möjlighet att presentera sig och sitt arbete kan vara positivt för studenter ska veta, rent geografiskt, vart de ska gå, något som ekas i forskningen (Venable & Pietrucha, 2022, s.12). Som tidigare noterats så anser vi som moderater att lärosätena själva är kompetenta nog att planera och strukturera hur deras förbättrade marknadsföringskampanj ska se ut, utifrån deras specifika förutsättningar.

Kravet skulle innebära att lärosäten, som del av avtalet för fortsatt anslag skulle behöva presentera eller skicka ut marknadsföring gällande studenthälsan minst tre

gångar per termin, antingen enbart digitalt via skolmail, för att garantera att studerande studenter inte kan missa informationen, eller både digitalt och fysiskt, om lärosätet exempelvis vill ha affischering och presentationer på plats i skolan, och digitala utskick i sociala medier samt mail. Innehållet i det materialet som skolan skickar ut är upp till lärosätet själva att utforma, dock finns det gott om utvecklingstillfällen, som noterat i bakgrundsdel.

## **EN STÖRRE EKONOMISK FRIHET FÖR STUDENTER, ETT SLOPAT FRIBELOPP UNDER SOMMAREN FÖR ETT ÖKAT VÄLMÅENDE.**

En reform som länge landat väl hos moderata studenter är idén om ett avskaffat fribelopp. Möjligtvis har den idén främst myntats i klassisk frihetlig anda med avstamp i tanken om ökad individuell frihet och möjlighet att själv bestämma över sitt eget liv. Det finns däremot dessutom en koppling mellan psykiskt välmående och ekonomisk stabilitet. Om denna koppling skriver Hagquist et al. (2020, s.817-831) i socialmedicinsk tidskrift. Artikeln hänvisar till att det redan på 90-talet var relativt fastställt att ungdomar med sämre ekonomi även hade ett sämre mående. Exempel som att när en individs kompisar går på bio eller konsert men individen själv måste tacka nej för att den privata ekonomin inte tillåter det. Det är ett exempel på en situation som framkallar en så kallad ekonomiskt betingad stress. Något som fastställs av Hagquist et al. (2020, s.825-826) är att sambandet mellan ekonomisk stress och annan psykisk ohälsa ter sig tydligt. Däremot understryks även de individuella omständigheterna. Med andra ord finns det alltså ett samband mellan psykisk ohälsa och ekonomisk stress även om det kan finnas andra påverkande faktorer på en individnivå (Hagquist et al, 2020, s.817-831).

I en Novus undersökning från 2020 på uppdrag av Sveriges förenade studentkårer presenteras det ekonomiska läget för studenter. Stickprovet med ett urval på 300 studenter visar att det sammantaget finns en relativt stor oro för hur försörjningen ska se ut. Det ges en bild av att 2 av 3 studenter planerat att försörja sig under sommarmånaderna genom att ta anställning. Drygt hälften av de tillfrågade

studenterna kände stor eller viss oro för hur försörjningen ska se ut under sommaren och hösten 2020 (Novus, 2020).

Som Novusundersökningen visar är det många studenter som tänker i banor av att jobba under sommaren. Det kan således vara en rimlig tanke att avskaffa fribeloppet under sommarmånaderna, för att studenter inte ska riskera att maximera fribelopp under sommaren. Studenter ska rimligtvis kunna få möjligheten att fortsätta jobba under terminerna någon kväll eller helgdag i veckan, även fast man försörjt sig genom att jobba under sommaren. Det bidrar till studenters ekonomiska stabilitet. Med det sagt är tanken om ett helt avskaffat fribelopp även i grunden något positivt om än kanske inte en lika eftertraktad idé att vinna gehör bland de politiska partierna i övrigt. Hursomhelst är det en god idé ur flera synsätt att antingen höja fribeloppet, partiellt avskaffa det eller avskaffa det helt som en förbättrande åtgärd för studenters ökade välmående.

Motargument som att studenter bör fokusera på studierna och inte arbete eller att bidragsdelen av studiemedlet istället ska höjas är värda att lyfta. Det första argumentet bemöts i sin enkelhet av det som inledningsvis lyfts med att det rimligen är individen själv som vet sin egen situation bäst och därefter är kapabel att fatta egna beslut. Det andra argumentet är ett legitimt argument i synnerlighet i tider av inflation och ökade levnadskostnader. Däremot finns det en risk med att höja löner eller bidrag utan motsvarande produktionsökningar varvid påtaglig risk för ökad inflation föreligger Ekonomifakta (2023).

Att låta studenter arbeta om de vill är alltså både ekonomiskt smart men även hälsofrämjande.

Det är värt att understryka den fakta som lyfts av Novus med grund i att datan representerar året 2020. Det är däremot rimligt att spekulera i att studenter idag 2023 inte känner större ekonomisk trygghet. Här kan vi med enkelhet hänvisa till en pandemi och inflation. Således bör detta årsintervall rimligtvis peka mot större incitament till att studenter ska få arbeta extra under studietiden och inte tvärtom.

## **SÄKRA MÖJLIGHETERNA FÖR ÅTKOMST TILL STUDENTHÄLSAN FÖR DISTANSSTUDENTER**

I UKÄs rapport från 2020 framgår det tydligt att det finns en allvarlig obalans mellan studenter som studerar på distans och de studenter som studerar på plats.

Rapporten beskriver av att bland 40 kartlagda lärosäten svarar 27 att de har studenter som enbart studerar på distans (UKÄ, 2020, s.49). Som moderater anser vi att alla människor som vill förbättra sina liv genom utbildning och senare även arbete ska ha möjligheten att göra det, oavsett deras förutsättningar. Detta kan i många fall leda till att kurser eller program måste tas helt, eller delvis på distans, något många av oss upplevde under coronapandemin. För de studenter som av olika skäl gör hela sin studietid på distans kan det vara ett praktiskt system för att bibehålla autonomi och slippa flytta, eller spara tid som krävs på annat håll för att hantera vardagen, så kan det också vara ensamt och svårt för dessa studenter, som genom sina distansstudier går miste om de sociala aspekterna som i många fall kan vara avgörande för att undvika psykisk ohälsa och stress genom närhet till vänner som ofta är i samma situation akademiskt, vilket ger en möjlighet att prata om sin stress och oro och då hitta stöd hos varandra (Hyun et al, 2006, s.249).

Det framgår också av UKÄs rapport att 19 av de 27 lärosäten som svarade att de hade distansstudenter också erbjöd någon form av alternativ studenthälsa, generellt ett nedskalat paket av erbjuden hjälp som kan fås digitalt via skolans studenthälsa, oftast genom video eller telefonsamtal, konsultationer, workshops och självhjälp via hemsidan. Det är väldigt positivt att det vid majoriteten av lärosätena med distansstudenter går att få stöd, om än med något avskalat utbud, då det bidrar till att fler människor känner att de har möjligheten att skaffa sig en högre utbildning, men samtidigt med tryggheten att det finns stöd att få på vägen oavsett var de råkar befinna sig. Allt mer problematiskt upplevs det då att 8 lärosäten alltså inte erbjuder någon alternativ vård för sina distansstudenter vid deras studenthälsa. Som

noterat saknas då både en social sfär med vänner som ett potentiellt skyddsnät, men också möjligheten att få stöd från organisationen i sig.

Vi anser att lärosätena själva ska kunna avgöra i vilken utsträckning de har möjlighet att erbjuda sina distansstudenter vård via studenthälsan, men vi anser också att de måste finnas möjlighet att erbjuda stöd via, i allra minsta grad, självhjälp via institutionens hemsida. Vi anser att samtliga högskolor ska erbjuda möjligheten till samtal via video eller telefon med studenthälsan vid institutionen, och att detta skall vara ett krav. Ännu en gång så vill vi undvika onödig byråkrati, och varje individuell skola ska som noterat ha möjligheten att själva avgöra vad deras studenthälsa på distans ska erbjuda. En total avsaknad av studenthälsa för distansstudenter bör dock inte vara minimikravet, personsamtal kan däremot vara det. För att så många som möjligt ska kunna utbilda sig och ta sig ut i arbetslivet måste alla lärosäten kunna erbjuda distansstudenter stöd via studenthälsan.

## **GÖR DET MÖJLIGT ATT REMITTERA STUDENTER**

Med tanke på den mängd psykisk ohälsa som existerar bland sveriges studenter anser vi att studenthälsovården bör kunna remittera studenter vidare till primär- och specialistsjukvården.

Psykisk ohälsa är något som alla kommer att uppleva någon gång i livet. Att vara stressad, vara orolig eller känna sig nedstämd är naturliga reaktioner till livet som händer runt om oss.

Ibland kan det dock vara svårt att hantera dessa känslor, särskilt när det kombineras med exempelvis tentor eller kandidatuppsatser, då spelar studenthälsan en viktig roll i att hjälpa studenter fortsätta framåt.

När psykisk ohälsa däremot går över till psykiska sjukdomar, såsom depression, ångest, ätstörningar m.fl., så är det inte säkert att studenthälsan har möjlighet att erbjuda den hjälp som studenten behöver. Hela 69% av de tillfrågade studenterna i



Sacos undersökning svarade att de inte visste när de skulle vända sig till studenthälsan vid deras lärosäte eller till primärvården (Saco, 2020, s.18). Idag har studenthälsan möjlighet att rekommendera studenten att kontakta primär- och specialistvården, men det är studenten själv som behöver ansvara för att söka sig vidare till ännu ett ställe i hopp om att få hjälp, vilket kan kännas överväldigande för en student som ofta har mycket skolarbete som prioriteras.

Därför är det viktigt att legitimerad personal på studenthälsan ska ha möjlighet att remittera en student vidare till primär- och specialistsjukvården, om det anses nödvändigt för studentens hälsa.

## **STUDENTHÄLSAN I LAGEN OCH GRANSKNINGEN AV ATT SAGD LAG FÖLJS**

Som tidigare redovisat lever vi idag i ett samhälle där den psykiska ohälsan bland unga är ett samhällsproblem. Därmed är det rättfärdigat att fastställa att det finns ett stort behov för studenthälsan eller någon liknande instans på varje högskola och universitet i landet. Idag står det i Högskoleförordningen (SFS 1993:100), punkt 11 att: "Högskolorna ska ansvara för att studenterna har tillgång till hälsovård, särskilt förebyggande hälsovård som har till ändamål att främja studenternas fysiska och psykiska hälsa." (SFS 2009:770). Högskoleförordningen är ett komplement till högskolelagen där det finns bestämmelser som gäller universitet och högskolor som staten är huvudman för. Universitetskanslersämbetet (UKÄ) beskriver på sin hemsida i ett avsnitt om Universitet och högskolor hur det finns ett antal icke statliga utbildningsanordnare, men att de flesta är mindre och endast undervisar i ett eller ett par ämnen (Universitetskanslersämbetet (2023, 11 Januari). Oavsett detta bör även dessa utbildningssamordnare täckas av lagen, då det oavsett storlek alltid bör finnas tillgänglig studenthälsa till godo för de studenter som väljer att studera där istället för under staten. En ändring i lagen eller ytterligare en bestämmelse bör därför ses över för att se till att det blir ett krav för alla högskolor och universitet i landet att studenthälsan finns tillgänglig.

Inte nog med att studenthälsan bör vara ett krav hos varje utbildningsanordnare så bör även granskningen av att lagar följs skärpas åt. Idag är det universitetskanslersämbetet som har i uppdrag att granska alla universitet och högskolor, både kvalitetsmässigt och juridiskt. Det är även till UKÄ man anmäler ifall man anser att ens lärosäte brutit mot lagen på något vis. Vi anser det vara en positiv sak att UKÄ finns och utför dessa granskningar. Det är även positivt att de har en tydlig hemsida där man lätt hittar information om hur deras processer går till och vad deras arbete går ut på. Exempelvis kan man under "Det här är UKÄ" läsa om att en del av deras verksamhet går ut på att utföra uppdrag från regeringen, såsom att utföra fallstudier om akademisk frihet eller stärka lärosätenas arbete med föreskrifter (Universitetskanslersämbetet, 2023, 14 Juni). Regeringen bör därför inte ha några förhinder mot att ge UKÄ i uppdrag att utföra en nationell granskning av studenthälsan och se till att det uppnår kraven för tillgänglighet och kvalitet.

## **PSYKOLOGSTUDENTER OCH STUDENTHÄLSAN- EN SAMHÄLLSNYTTIG SYMBIOS**

Det råder inga tvivel om vilken kritiskt samhällsviktig roll som vårdstudenterna spelade under coronapandemin. Vårdstudenterna var så viktiga för att täppa till luckorna i vården att fribeloppet temporärt avskaffades för att kunna underlätta för dessa studenter att arbeta i vården, utan att tappa den livsviktiga tillgången till studiemedel (SR, 2020). En naturlig symbios uppstod genom detta beslut, där vården, under aldrig tidigare skådade nivåer av stress kunde underlättas av studenter som aktivt sökte sig till arbete, och dessa studenter kunde både få betalt utan att riskera sitt leverne, men också få tillgång till den erfarenhet som inte går att hitta i en bok. Vår ställning gentemot fribeloppet behöver knappast diskuteras, men vi tror att den symbios som påvisats tidigare kan ske igen inom en helt annan del av vården, nämligen studenthälsan.

Av den här rapporten framgår att den svenska studenthälsan lider av många ont, inte minst utbud. I många fall är det enkelt att se dessa för vad de är, nämligen problem, men vi ser tvärtom här en möjlighet för samarbete och utveckling mellan studenthälsan och psykologstudenter att ta vara på en existerande resurs och uppmuntra potentiella vägar in i studenthälsan som arbetsplats för psykologstudenter men också som en grundläggande möjlighet att etablera sig på arbetsmarknaden med faktisk arbetslivserfarenhet. Vad blir då den konkreta bedömningen i relation till ett faktiskt reformförslag?

Det bör vara möjligt för psykologstudenter att under sina studier få praktisera hos studenthälsan vid sitt lärosäte. Det är praktiskt av flera anledningar, och inte heller ett nytt koncept. I Lund finns det möjlighet att få psykoterapi till ett nedsatt pris hos deras fakultet för psykologi, och man får då gå hos en psykologstudent under deras utbildning. Inte bara vinner individen som behöver stöd, utan psykologstudenten får också möjligheten att praktisera och öva på det som ska komma att bli deras arbete (Psykoterapimottagningen, LU, 2023).

Förslaget skulle underlätta för psykologstudenter i deras praktik, eftersom de får möjligheten att praktisera vid en redan etablerad verksamhet, och kan lätt få råd och tips angående vad de behöver göra för att förbättra sig. Då studenthälsan redan finns vid varje universitet blir det ett bra alternativ för praktik för den student som kanske inte har möjligheten att resa eller byta stad för att kunna genomföra sin praktik, utan kan då istället stanna vid sitt universitet. Genom att bli en del av studenthälsan kan praktiserande psykologstudenter fokusera på just psykologin, inte administrativt arbete gällande hur mottagningar kan eller ska drivas som praktiserande studenter helt enkelt inte har användning av förens betydligt senare, troligtvis efter att deras studier är över. Symbiosen slutar inte där.

Studenter som praktiserar kommer givetvis behöva översikt och hjälp från en mentor eller annan ansvarig vid studenthälsan, men de bidrar också med det perspektivet som studenthälsan i allra högsta grad saknar, vilket är just studentens. Vem vill en student helst prata med? Praktiserande psykologstudenter kan ge friskt blod och nya perspektiv till verksamheter som inte vet vad deras utbud borde bestå av, och kan

under översikt vara med och hålla samtal med studenter, och det kan antas att studenter som söker sig studenthälsan i många fall kommer känna sig betydligt tryggare med att prata med någon som på sätt och vis är i samma situation. Detta har fungerat utmärkt i den privata sektorn, och bör därför kunna implementeras utan vidare problematik även i den offentliga sektorn (it-hälsa, 2019).

Studenter ska ha fler möjligheter, inte färre, och när vi nu ser att den svenska studenthälsan totalt tappat riktning och reson är det hög tid för arbetsamma studenter att komma in i den etablerade verksamheten för att bringa klarhet och riktning. Det innebär inte att det inte finns frågetecken. Den psykiska hälsan hos våra studenter måste vara den allra viktigaste faktorn, och varje individ som söker sig till studenthälsan för stöd måste uppleva att de får den hjälp de behöver, på det sätt de behöver. Varje individ ska givetvis få möjligheten att avgöra om de vill få hjälp av en kurator istället för att tvingas få hjälp av en praktikant, men det innebär ändå att det finns en möjlighet för praktiserande studenter att exempelvis sitta med och ta del av hur arbetet de en dag själva ska utföra går till i praktiken.

Sammantaget är den potentiella symbiosen tydlig. I en inte helt oväntad ordning har den privata sektorn sedan tidigare visat att det finns en stor potential för etableringen av system som inte bara hjälper individuella psykologstudenter, utan hjälper samhället i stort. Vi i Moderata Studenter bör anse det som en självklarhet att arbetsamma studenter som vill praktisera också ska få möjligheten, och den potentiella fullträff detta kan innebära för individen, både den som vill ha hjälp men också den som vill ha arbetslivserfarenhet. En röd tråd genom denna rapport är en motvillig acceptans av att vissa former av krav ställda gentemot högskolor och universitet är nödvändiga, men att dessa ska riktas med varsamhet, och att valfriheten i så lång utsträckning som möjligt ska bevaras. Så även här, och det är med det sagt som följande reformförslag presenteras:

Högskolor och universitet bör erbjuda ett antal praktikplatser vid sin studenthälsa för sina psykologstudenter.

Trots att formuleringen kan verka något indirekt är detta ett aktivt beslut. Lärosäten bör ges så stor valmöjlighet som möjligt trots kraven, och de bör därför även själva få avgöra hur många praktikplatser de vill erbjuda, i relation till skolans storlek, antal psykologstudenter vid fakultetet, och möjligheten för studenthälsan att bistå med platser.

## DISKUSSION

Idag är det universitetskanslersämbetet som utför granskningen av alla universitet och högskolor. Medan detta är bra kan frågan alltid ställas om det går att flytta detta stora uppdrag steget närmare instanserna i fråga. Idag har vi exempelvis kommunala nämnder som ansvarar för våra grundskolor, gymnasieskolor och vuxenutbildningar och ser till att de fungerar bra.

Hade det gått att tillsätta en nämnd även för högskolor och universitet i de städer där detta finns eller hade man kunnat inkludera det i någon av de redan existerande nämnderna?

Frågan är även om granskning kan gå för långt? Poängen med granskning är att se till att instanser följer lagarna och för att säkerställa att de uppnår en viss nivå av kvalité, men samtidigt får det inte förhindra universiteten och högskolorna från att kunna utföra sin undervisning. Blir det för mycket byråkrati och detaljstyre så förhindrar det utvecklingen av undervisningen och kan i sitt led förhindra den akademiska friheten. Samtidigt hade det varit bra om varje kommun har i uppdrag att granska sina lärosäten för att säkerställa att lösningar kan ske så smidigt som möjligt.

# SLUTORD

Avslutningsvis vill vi framföra vår samlade ambition om att ovanstående reformförslag är förslag som moderata studenter i samlad anda ställer sig bakom för att påverka svensk politik i en riktning som främjar svenska studenters fysiska och psykiska hälsa och välbefinnande. Ett ökat välbefinnande som i slutändan gynnar oss alla. Varje sjuksköterskestudent eller ingenjörstudent som tar sig igenom sin utbildning är en enorm vinst för samhället.

# KÄLLFÖRTECKNING

Abrams, Z. (oktober 2022). Student mental health is in crisis. Campuses are rethinking their approach. *Monitor on Psychology*, 53(7).

<https://www.apa.org/monitor/2022/10/mental-health-campus-care>

CSN. (2020). Studerandes hälsa 2020. [PDF].

<https://www.csn.se/download/18.288bae581771a8c60a5232/1617106628985/Studerandes%20h%C3%A4lsa%202020.pdf>. Hämtad 2023-09-25

Ekonomifakta. (2023). Löneutveckling.

<https://www.ekonomifakta.se/fakta/arbetsmarknad/loner/loneutveckling-i-sverige/>.

Hämtad 2023-09-24.

Folkhälsomyndigheten. (2020). Påverkar covid-19-pandemin befolkningens psykiska hälsa?. [https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-](https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/p/paverkar-covid-19-pandemin-befolkningens-psykiska-halsa/)

[material/publikationsarkiv/p/paverkar-covid-19-pandemin-befolkningens-psykiska-halsa/](https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/p/paverkar-covid-19-pandemin-befolkningens-psykiska-halsa/). Hämtad 2023-09-25.

Folkhälsomyndigheten. (2023). Statistik om psykisk hälsa i Sverige.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/statistik-psykisk-halsa/>. Hämtad 2023-09-25.

Hagquist, & Gustafsson, J.-E. (2020). I spåren av 90-talskris och coronapandemi: Ökad ekonomisk stress och psykisk ohälsa bland unga? : Tema: psykisk hälsa hos unga. *Social-Medicinsk Tidskrift*, 5/6, 817–831.

Holmvall, K., Berlin Kolm, S., Annersten, F., Nordström, K. (2020).

Studenthälsovården vid Sveriges universitet och högskolor: redovisning av ett regeringsuppdrag. Universitetskanslersämbetet. <https://docplayer.se/204448976->



[Studenthalsovarden-vid-sveriges-universitet-och-hogskolor-redovisning-av-ett-regeringsuppdrag.html](#). Hämtad 2023-07-24.

Hyun, Quinn, B. C., Madon, T., & Lustig, S. (2006). Graduate Student Mental Health: Needs Assessment and Utilization of Counseling Services. *Journal of College Student Development*, 47(3), 247–266. <https://doi.org/10.1353/csd.2006.0030>

Novus. (Maj 2020). Högskolestuderandes försörjning Sommar/höst 2020. [PDF] [https://sfs.se/wp-content/uploads/2020/05/Novusrapport\\_SFS\\_H%C3%B6gskolestuderandes-f%C3%B6rs%C3%B6rjning\\_200518.pdf](https://sfs.se/wp-content/uploads/2020/05/Novusrapport_SFS_H%C3%B6gskolestuderandes-f%C3%B6rs%C3%B6rjning_200518.pdf). Hämtad 2023-09-25

Saco. (Maj 2020). Hur mår studenthälsan?. [https://www.saco.se/globalassets/saco/dokument/rapporter/2020\\_hur-mar-studenthalsan.pdf](https://www.saco.se/globalassets/saco/dokument/rapporter/2020_hur-mar-studenthalsan.pdf). Hämtad 2023-09-25.

SFS (1993:100). *Högskoleförordning*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/hogskoleforordning-1993100\\_sfs-1993-100/](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/hogskoleforordning-1993100_sfs-1993-100/)

UHR. (2020). Studiesituationen för studenter med psykisk ohälsa. [PDF]. <https://www.uhr.se/globalassets/uhr.se/publikationer/2020/uhr-studiesituationen-for-studenter-med-psykisk-ohalsa.pdf>. Hämtad 2023-09-26.

Universitetskanslersämbetet. (2023, 11 januari). *Universitet och högskolor*. Hämtad 2023-09-23 från <https://www.uka.se/sa-fungerar-hogskolan/universitet-och-hogskolor>

Universitetskanslersämbetet. (2023, 14 Juni). *Det här är UKÄ*. Hämtad 2023-09-23 från <https://www.uka.se/om-oss/det-har-ar-uka>

Venable, M. A. & Pietrucha, M. E. (2022). *College Student Mental Health Report*. BestColleges.com. <https://www.bestcolleges.com/research/college-student-mental-health/>

Quintiliani, L. o.a., (2021). Resilience and psychological impact on Italian university students during COVID-19 pandemic. Distance learning and health. *Psychology, Health & Medicine*, s.1-13.



**mst** moderata  
studenter