



SiT Råd

Rapport for perioden desember 2005 til mai 2007

Alle tilbud og tiltak i SiT Råd skal bidra til økt
mestring av studentlivet

1 Bakgrunn og målsetting for prosjektet	2
2 Organisering	3
2.1 Referansegruppemøter	4
3 Samarbeidspartnere	5
4 Tilbud til studentene	5
4.1 Jus	6
4.2 Rus	6
4.3 Selvutvikling	Feil! Bokmerke er ikke definert.
4.4 Økonomi	7
4.5 ”Noen å snakke med” og nettrådgiving	7
4.6 Samliv	8
4.7 Stress	9
4.8 Ta ordet	10
4.9 Ernæring	10
4.10 Møteadferd/hersketeknikker	11
4.11 Sorg og livsmestring	11
5 Profilerings	12
6 Erfaringer og resultater	12
7 Videre arbeid	13
7.1 Konklusjon	14

1 Bakgrunn og målsetting for prosjektet

SiT Råd er et prosjekt med en tidsramme på tre år, fra 1. desember 2005 til 1. desember 2008.

I løpet av prosjektperioden skal det utvikles og tilbys ulike kurs, temamøter, rådgiving og gruppesamtaler. Tjenesten er ment å dekke behovet i studentmassen som befinner seg mellom det terapeutiske tilbudet ved SiT psykososiale helsetjeneste og studieveiledningen ved de ulike utdanningsinstitusjonene.

I april 2005 bad konsernstyret SiT Velferd om å etablere en ny enhet som skal tilby tjenester som bidrar til økt mestring av studentlivet. Temaene som eksemplifiseres som aktuelle er sorg, alvorlig sykdom, motivasjon, økonomi, stressmestring, rus, samliv og ernæring. Den nye tjenesten skal sees i sammenheng med konsernets helse- og trivselsstrategi og SiT Veldferds utviklingsstrategi.

I forkant av prosjektet ble det gjort grundige forundersøkelser for å avdekke behov i Trondheims studentmasse. Det ble sørget for:

- Et best mulig grunnlag gjennom helse og trivselsundersøkelsen for 2004

- Møter med nøkkelpersoner fra utdanningsinstitusjonene, SiT sin frontlinjetjeneste, representanter for studentene og ledelsen i SiT Velferd for å kartlegge deres opplevelser av studentenes behov
- Involvering av konsernstyret i SiT, studenter og ansatte gjennom strategiarbeidet.

Følgende hovedmål fastsatt i prosjektbeskrivelsen:

Tilbudene ved SiT Råd skal bidra til at studentene opplever økt mestring av studentlivet.

Som delmål ble det fastsatt at det skal tilbys ulike tjenester til studentene kategorisert i kurs, samtaleforum, grupper og individuell rådgiving. Dette ble tallfestet for den kommende perioden (fire kurs og to rådgivingstilbud innen utgangen av 2006).

Tilbudene evalueres av studentene fortløpende i prosjektperioden.

Det ble tidlig i prosjektperioden lagt føringer fra SiT Velferd at SiT Råd skal ivareta et bredt kontaktnett og arbeide ut mot studentmiljøet totalt.

2 Organisering

SiT Råd skal være bemannet med to hele stillinger, en prosjektleder og en prosjektmedarbeider. Begge skal etter prosjektbeskrivelsen arbeide direkte med studenter, initiere og følge opp studenter under en ”student – hjelper – student- filosofi”, samhandle med andre aktører for å fange opp behov samt at de to ansatte kan bli en ressurs internt i SiT.

Jenny Bremer, utdannet cand. polit i pedagogikk, og ansatt som rådgiver ved Trygdeetatens arbeidslivssenter – senter for et mer inkluderende arbeidsliv, ble ansatt som prosjektmedarbeider 1. desember 2005. Jenny Bremer fikk prosjektlederansvar f.o.m. januar 2007.

Marit Rønning Lund, utdannet førskolelærer og ansatt som pedagogisk leder ved SiT Barn ble spurt om å vikariere som prosjektmedarbeider i 50 % i perioden august 2006 – juni 2007.

F.o.m. 1. juli 2007 er Marit Rønning Lund ansatt i 100 % som prosjektmedarbeider i SiT Råd

Velferdsdirektør i SiT Velferd, Suzette Paasche, representerer prosjekteier og har ledet styringsgruppen i SiT Råd.

Styringsgruppen har vært sammensatt av ledelse i SiT Velferd, student, representant for Velferdstinget, studentprest, psykolog ved SiT psykososiale helsesenter, leder av studentservice ved NTNU, studiekoordinator ved HiST, prosjektleder og prosjektmedarbeider.

I den første tiden ble det gjennomført møter i styringsgruppa ca en gang per måned. Etter hvert har det vært møter i styringsgruppa ca to ganger i semesteret.

Prosjektet har hatt klare rammer. Styringsgruppas rolle har derfor i stor grad vært en ressursgruppe i prosjektet mht innspill, kvalitetssikring og fremdrift.

Det er utdanningsinstitusjonene som har ansvaret for studentenes læringsmiljø. SiT er i følge lovverket den aktør som i samarbeid med utdanningsinstitusjonene og studentene skal utvikle og tilby et så godt velferdstilbud til studentene som mulig. For at SiT Råd skal kunne bidra til studentenes mestring, er det viktig at utdanningsinstitusjonene er aktive bestillere og varsler SiT om de utfordringer de ser hos studentene. Sammen bidrar vi til å utvikle Trondheim til en enda bedre by å studere i – StudiebyEN.

2.1 Referansegruppemøter

Det er i perioden avholdt syv referansegruppemøter med ulike grupper. For å opprettholde en bred kontaktflate er referansegruppene ikke faste, men opprettes ad hoc. Så langt er det avholdt referansegruppemøte med studenter ved HiST (studentparlamentet), studenter ved NTNU (studenttinget), husvertene (SiT Bolig) internt i SiT, studieveiledere ved hhv HiST og NTNU.

Hensikten med referansegruppemøtene er å gi informasjon og få innspill. Verdifull informasjon har kommet opp i møtene mht innspill til bestående og til nye tilbud ved SiT Råd.

3 Samarbeidspartnere

For å sikre kvalitet på det mangfold av tema SiT Råd skal ivareta er det av avgjørende betydning at prosjektet knytter til seg eksterne aktører. I den første tiden i prosjektet ble det brukt relativt mye tid til å etablere kontakter. Det ble gjennomført møter med studieveilederne ved HiST og NTNU, Læringsmiljøutvalgene, Trondheim politikammer, Jushelpa i Midt – Norge, ulike avdelinger ved HiST (program for Sosionomutdanning, Trondheim Økonomiske Høyskole, Matteknologisk utdanning), Studentprestene, HMS – tjenesten ved NTNU, Barne- og familieenheten i Trondheim kommune, Midt – Norsk Rusinfo, Nasjonalforeningen for folkehelse, SiB, SiO med flere.

Samarbeidet med de ovenfor er i stor grad videreført i andre driftsår for prosjektet, om enn i mindre skala. Det er lagt mest vekt på samarbeid med ulike avdelinger i HiST for å gjennomføre ”student – hjelper – student” aktiviteter. Det er også gjennomført et samarbeid med likestillingsrådgiver Svandis Benediktsdottir, organisasjonsavdelingen ved NTNU.

4 Tilbud til studentene

Det er i perioden desember 2005 – juni 2007 utviklet en rekke tilbud til studentene. Temaene som er berørt er:

- Juss
- Rus
- Selvutvikling
- Økonomi
- ”Noen å snakke med” og nettrådgiving
- Samliv
- Stress
- Ta ordet
- Ernæring
- Møteadferd/ hersketeknikker
- Sorg og livsmestring

Temaene som er berørt i perioden er i tråd med føringer i konsernstyrerapport og prosjektbeskrivelse, samt at kravet om å være fleksibel og dynamisk avhengig av behov som avdekkes, er ivarettatt.

4.1 Jus

Det ble tidlig i prosjektperioden etablert kontakt med Jushjelpa i Midt – Norge. Målet med møtene var å bli kjent med Jushjelpa sine erfaringer og tilbud, samt at Jushjelpa fikk inngående kunnskap om SiT Råd, mål og aktiviteter. Som følge av kontakten ble det også gjennomført to ”studentjus – kurs” på Lucassenteret, hvor erfarne saksbehandlere fra Jushjelpa informerte om relevant lovverk for studenter.

Gjennom disse kursene ble SiT Råd og Jushjelpa ytterligere kjent med hverandres oppgaver og Jushjelpa fikk markedsført sin tjeneste overfor studentene. Deltakerne på kurset gav positive evalueringer på det å få tilbud om slike kurs. Det var relativt få deltakere på de to kursene. Det ser ut til at det er studenter som har negative erfaringer med husleiekontrakt etc som deltar og ser nytteverdien av slike kurs, og at målgruppen på den måten blir relativt liten. Kursaktiviteten er derfor foreløpig på vent, mens den løpende kontakten mellom SiT Råd og Jushjelpa i Midt – Norge for henvisninger av studenter og gjensidig informasjon, videreføres.

4.2 Rus

Det å arbeide med rus og rusforebygging blant studenter er et følsomt tema, hvor SiT fort kan oppfattes som moraliserende overfor studentene. Derfor valgte SiT Råd å innlede et samarbeid med studentene for å finne veier å gå mht rusforebyggende tiltak i studentmassen. I april 2006 ble det gjennomført flere møter med studentrepresentanter for få en oversikt over rusforebyggende tiltak per i dag, samt finne studentenes egne ønsker for SiT Råd sine bidrag. Politiet og Rusbehandling i Midt Norge ble trukket inn i møtene som fagpersoner. Studentene imøtekom invitasjonene med initiativ og motivasjon. Det er SiT Råd sin oppfatning at studentene tydelig har satt pris på at problemer med rus blir satt på dagsorden. Møtene har konkret resultert i:

- Åpent temamøte om rus i oktober 2006
- Samarbeid med fadderordningene på hhv Dragvoll og HiST hvor SiT Råd stiller seg til rådighet for å bistå faddersjefene i rusarbeid
- Erfaringsmøter hvor faddersjefer ved hhv Dragvoll, Gløshaugen og HiST har fått mulighet til å dele erfaringer omkring rusforebyggende tiltak i fadderuka.

- Kontakt med Samfundet og det arbeidet som gjøres i ”baksida” mht rusforebygging
- Temamøte for hovedfaddere og fadderledere i Quak! hvor deltakerne fikk diskutere og reflektere omkring forebyggende og inkluderende tiltak i fadderuka.

Temamøte sammen med Quak! ble gjennomført 2. mai. Hovedfaddere og fadderledere var invitert. Disse vil igjen være ansvarlige for faddere, som igjen vil være ansvarlige for nye studenter. I forkant av møtet samarbeidet SiT Råd med hhv faddersjef og rusansvarlig i Quak! Det ble utformet relevante caseoppgaver hvor deltakerne fikk diskutere rundt ulike problemstillinger. Tema som ble berørt var ”alkohol og fellesskap”, ”alkohol og problemer”, ”hva er rusmisbruk”, ”faresignaler for avhengighet”, ”den vanskelige samtalen”. Fadderlederne vil gjennomføre liknende møter for sine faddere for slik å sikre at informasjonen blir spredd.

Møtet ble svært godt mottatt av Quak! og kan være en god modell for videre samarbeid med Dragvoll og Gløshaugen.

Totalt kan vi konkludere med at SiT Råd har nådd ut til en betydelig studentmasse når det gjelder arbeidet med å forebygge rusproblemer.

4.3 Økonomi

Økonomi var ett av temaene hvor SiT Råd ønsket å benytte seg av studenter som ressurs for medstudenter. Det ble derfor tidlig i perioden etablert kontakt med TØH for å finne studenter som kunne utvikle og holde økonomikurs. Flere studenter meldte sin interesse, og to fikk jobben. Dessverre meldte begge avbud kort tid etter. Det ble derfor brukt egen kompetanse i SiT Råd i økonomikurset i september 2006. Kurset var en kombinasjon av ernæring og økonomi. ”Hvordan overleve på studielånet - og hvordan lage god og billig studentmat”, var overskriften. SiT kafé ved Bernt Knutsen hadde ansvar for ernæringsdelen. Det ble servert eksempel på god og billig mat, informasjon om mat og kosthold ble gitt, samt at studentene fikk en kort innføring i regnskapsføring og sparetips. Mange meldte seg på kurset som skulle holdes i tre sekvenser på tre ulike campuser. Dessverre var det mange som ikke møtte opp. De deltakerne som kom var derimot veldig fornøyd i følge evalueringen.

4.4 ”Noen å snakke med” og nettrådgiving

Samarbeid med PSU (Program for sosionomutdanning) ved HiST ble initiert våren 2006. Programansvarlig Oddrun Bollingmo stilte seg positiv til initiativ fra SiT Råd om

sosialrådgiving til studenter, fra studenter. SiT Råd sitt initiativ ble gjort på bakgrunn av at SiT hadde sponset DUS (Den Uavhengige Sosialrådgivingen). SiT Velferd hadde ønske om å ta opp igjen samarbeidet. Konseptet var også forenelig med ”student – hjelper – student – filosofi” og med det at SiT Råd i følge prosjektbeskrivelsen skal tilby noe rådgiving. Høsten 2006 ble fire sosionomstudenter fra avgangsklassen rekruttert til å gi råd- og veiledning til medstudenter, samt at studentene skulle gi veiledning på nett når det kom inn relevante spørsmål på SiT sin nettrådgiving. Sosionomstudentene skulle få faglig veiledning fra Jorunn Franzen ved PSU før og etter samtalene. Det ble vurdert som hensiktsmessig å ikke definere sosialrådgivingen for snevert. Derfor ble ”noen å snakke med” lansert, hvor terskelen for å ta kontakt for å snakke om små og store problemer skulle være lav.

I perioden oktober 2006 til mai 2007 har Lucassenteret vært åpent fra kl 18 – 20 på onsdagskvelder. Sosionomstudentene har gitt råd- og veiledning til studenter som har kommet innom Lucassenteret, og på spørsmål i nettrådgivingen. Tema for veiledningen har blant annet vært problemer med kjæresten, kjærlighetssorg, problemer med studieprogresjon/eksamener, konsentrasjonsvansker, usikker på valg av studier, usikkerhet/lav selvfølelse. Totalt har det vært 10 studenter innom for samtale. I tillegg har det vært 70 henvendelser på nettrådgivingen.

Det viktigste sosialrådgivingen har bidratt til slik SiT Råd vurderer det, er en lav terskel for det å snakke om problemene sine. Det har ofte vært hensiktsmessig å tipse om å kontakte SiT Psykososiale helsetjeneste, fastlege, studieveiledere, studentprester og andre aktuelle instanser.

Denne tjenesten blir lagt ned etter vårsemesteret 2007. Det vil vurderes om den blir tatt opp igjen, men da under en revidert form.

4.5 Samliv

Det var tidlig lagt føringer på at SiT Råd skulle prøve ut kurs i samliv for studenter jmf tilrådning til konsernstyre 29.04.2005 ”kurstilbud for grupper, ulike tema som samliv, flørting, beholde gnisten i parforholdet, foreldrerollen, seksualitet”. I den forbindelse ble det tatt kontakt med Bente Noodt, tiltaksleder i barne- og familietjenesten Heimdal. Noodt informerte om prosjektet ”Godt samliv” i Trondheim kommune. ”Godt Samliv” er et parkurs for nybakte foreldre. Hensikten med kurset er å gi støtte og inspirasjon i en periode med store

forandringer og utfordringer i hverdagen og i parforholdet. Kurset bygger på erfaringer og forskning på de utfordringer vi møter som par og foreldre.

SiT Råd vurderte dette som et godt og etablert utgangspunkt for samlivskurs i SiT, men ønsket modifikasjoner for å gjøre kurset mest mulig relevant for studenter. Bente Noodt tipset SiT Råd om å kontakte Torbjørn Solberg i Nasjonalforeningen for folkehelse for å kjøpe kursledere og konsept derfra. I møter med Nasjonalforeningen ble det leid inn to erfarne kursledere som skulle ha ansvar for samlivskurs i SiT. Disse la føringer for innhold i kurset.

Det ble første gang tilbudt kurs til studentforeldre i oktober 2006. Kurset ble avlyst da for få meldte seg på. Kurset ble utvidet til å omfatte par uten barn, og SiT Råd gikk på ny ut med kurstilbud i februar 2007. Totalt sju par meldte seg på dette kurset. Tre par møtte ikke opp, og kurset ble gjennomført for fire par. Deltakerne vurderte kurset svært positivt.

Kurslederne som var leid inn fra Nasjonalforeningen hadde erfaringer på at det var hensiktsmessig å ha egne kurs for heterofile og homofile. Siden bare ett homofilt par viste sin interesse ble det ikke eget kurs for disse. Men det ble presisert at SiT Råd gjerne ville arrangere samlivskurs for disse ved en senere anledning (korrespondanse per e-mail).

Dagen etter kurset (15. februar 2007) ble det stort oppslag i Adressavisa om at et lesbisk par ikke fikk delta på samlivskurs i SiT. Saken fikk stor oppmerksomhet i norske nettaviser. For å imøtekomme kritikk gikk SiT Råd ut med nytt samlivskurs samme dag, i samarbeid med nye kursledere (Björg Bekkadal, sertifisert kursleder gjennom PREP) for både homofile og heterofile par. Dette kurset fikk også få påmeldte og kurset ble avlyst.

Som følge av lite pågang på kursene planlegges det ikke nye samlivskurs under denne lesten. Det anses derimot som viktig at det jobbes videre med samliv i SiT Råd. Nye metoder vil derfor bli vurdert i det videre arbeidet.

4.6 Stress

To temamøter om stressmestring er gjennomført i perioden (november 2006 og mars 2007), ledet av psykolog og styringsgruppedlem i SiT Råd Arild Rugset. Totalt har 20 studenter deltatt.

Møtene har blant annet tatt for seg varselssignaler på stress, tiltak for å imøtekomme stresssignalene, fysiske og psykiske reaksjoner på stress, avstressings øvelser og erfaringsdeling.

Deltakerne har fått tilbud om oppfølgingsgrupper men det har ikke meldt seg mange nok til å bli gjennomført.

Deltakerne har evaluert tilbudet svært positivt.

Det ble også arrangert kurs om stress og mestring for studenter på kjemi - 1. og 2. år. Kurset var arrangert i samarbeid med studentservice, og er et ledd i et større pilotprosjekt og studenter og stress blant kjemistudenter. Ca 40 studenter deltok. Det er mulig at en oppfølging er aktuell høsten 2007.

4.7 Ta ordet

Det er totalt gjennomført åtte ta ordet – kurs i perioden. Kursene har stor pågang og det er ventelister for hvert kurs. Det er plass til 10 deltakere per kurs, og hvert kurs går over fire dager à tre timer.

Kursene har blant annet fokus på betydningen mestringserfaringer, selvakseptering, selvtillit versus selvfølelse, målsetting, refleksjon, erfaringsdeling og kunnskap om fenomenet taleangst.

Det gis veiledning underveis og tilbud om videoopptak og veiledning i etterkant.

Det er Marit Rønning Lund og Jenny Bremer som leder disse kursene.

4.8 Ernæring

Høsten 2006 ble det som ett ledd i mottak av nye studenter gitt tilbud om kurs i økonomi og ernæring. Se kapittel 4.4 om økonomi.

I mars 2007 ble det gjennomført eget ernæringskurs i samarbeid med HiST, avdeling for mat- og medisinsk teknologi. Tre avgangsstudenter utviklet, ved hjelp av veiledning fra høyskolelektor Merete Askim, innholdet i kurset.

Tema som ble berørt var ernæringsteorier, næringsstoffenes funksjon, typisk studentmat, kostholdsråd, ulike case, merking og deklarerer.

Totalt var det 25 som meldte seg på kurset, men flere uteble. Det var 8 studenter som deltok på kurset. Tilbakemeldingene var svært gode.

4.9 Møteadferd/hersketeknikker

Som en videreutvikling av Ta ordet – kursene og etter innspill i referansegruppemøter ble det satt opp ett kurs i møteadferd i april 2007. Likestillingsrådgiver ved NTNU, Svandis Beneditsdottir, ble leid inn som kursholder.

Kursleder ønsket en gruppe på ca 15 studenter. Flere meldte seg på, og fikk dermed avslag. Flere studenter uteble. Totalt deltok 8 studenter.

Kurset var svært bra og relevant. Det vil ikke bli tilbud om egne møter om møteteknikker, men noe blir tatt med inn i Ta ordet – kursene.

4.10 Sorg og livsmestring

Til sammen 9 studenter har våren 2007 deltatt på sorg- og livsmestringsgrupper etter dødsfall blant sine nære. Studentprestene Birte A. Gresseth og Einar Vegge driver de to samtalegruppene om sorg og livsmestring på oppdrag av SiT Råd. Gruppesamlingene har funnet sted i studentprestenes lokaler på Dragvoll. Den ene gruppa går på kveldstid og har vårsemesteret 2007 hatt 11 samlinger, den andre går på dagtid og har vårsemesteret 2007 hatt 10 samlinger. Begge gruppene er åpne for å ta inn nye studenter etter innledende samtale med en av gruppelederne.

Deltakerne har gjennomgående meldt at samtalegruppe har vært vesentlig både for personlig utvikling og for å takle studielivet i en vanskelig livssituasjon. Gruppene gir studenter som opplever sorg anledning til å møte andre som har lignende erfaringer. Studentprestene har erfaring med sorg- og krisearbeid og videreutdanning innenfor sorgfeltet.

5 Profilering

Det er gjennom perioden satt fokus på profilering av SiT Råd. Følgende media har hatt artikler om tilbudene ved SiT Råd i den hensikt å informere: Universitetsavisa, Byavisa, Student – TV, Under Dusken, Student Radio og Høyskoleavisa.

I tillegg har SiT Råd hatt samarbeid med ”Relasjonsprosjektet” ved Kari Fagerberg. Det ble i den forbindelse utformet ”bord - ryttere” som stod ute på kafé bordene med informasjon om SiT Råd.

Det er i forbindelse med kurs utarbeidet plakater som har hengt på strategiske plasser ved de ulike campusene. Det er også utarbeidet ”flyers” for å informere om tjenesten ”Noen å snakke med”.

Referansegruppemøtene vurderer vi også som betydningsfulle i den hensikt å spre informasjon om SiT Råd.

Det er ikke gjort konkrete målinger på effekten av profileringen, men det er en jevn tilstrøm av påmeldinger til de ulike tilbudene.

6 Erfaringer og resultater

I løpet av perioden fra desember 2005 til juni 2007 har i overkant av 300 studenter deltatt på ulike tilbud ved SiT Råd. Det er noen studenter som bruker flere av tilbudene våre, men de er i mindretall. Den typiske ”brukeren” av SiT Råd deltar på ett kurs eller møte. Det er en liten overvekt av NTNU studenter, men HiST studentene er godt representert. Noen flere jenter enn gutter deltar på kursene og gruppene.

Overordnet mål for prosjektet SiT Råd er økt mestring av studentlivet. Delmålene som er satt i prosjektbeskrivelsen er å iverksette ulike tilbud i form av kurs, grupper og samtalemøter (temamøter). Delmålene er realisert i prosjektet. Det er gjennomført en rekke ulike tilbud til

studentene i form av kurs, grupper og temamøter. Hvorvidt de til sammen når hovedmålet om økt mestring av studentlivet er evalueringsskjemaene en indikator på.

Alle tilbudene blir evaluert. Evalueringsskjemaet spør etter hvor nyttig kurset var i sin helhet (skala fra 1 til 6), hva som var spesielt nyttig og hva som kunne vært gjort annerledes.

Det er en tydelig positiv vurdering av alle tilbudene. Ved spørsmål om hvor nyttig kurset/møtet var for den enkelte er det kun den øvre del av skalaen som blir brukt (4 til 6), med overvekt av 5 og 6. Flere av Ta ordet – kurs deltakerne har i ettertid tatt kontakt med SiT Råd og takket for kurs som har gitt veldig positive resultater.

Det har vært en utfordring at studenter melder seg på kurs, men unnlater å møte opp. Dette til tross for at alle får en påminnelse om kurset de har meldt seg på noen dager før kursoppstart. Dette er særlig tydelig for de ”åpne” tilbudene som går på ernæring, økonomi, møteadferd, jus. Det vil si kurs hvor deltakerne ikke forsettes å ha et problem i forkant av kurset. For kurs som Ta - ordet og stressmestring er ikke dette et problem.

Totalt sett er det en jevn tilstrømming av deltakere på kursene / møtene.

7 Videre arbeid

De fleste tilbudene ved SiT Råd vil bestå i den påfølgende perioden.

For høstsemesteret 2007 planlegges det tre nye tilbud som en konsekvens av etterspørsel i referansgruppemøtene.

Det har fra både HiST og NTNU vært spørsmål om SiT Råd kan tilby noe som går på tidsplanlegging. Mange studenter har problemer med å strukturere dagen sin på en best mulig måte, det er ikke tid til alt man planlegger og det er vanskelig å nå de målene man setter seg. I følge Helse- og trivselsundersøkelsen for 2004 opplever en betydelig andel av studentene i alle fall av og til konsentrasjonsproblemer, arbeidspress, problemer med å forstå undervisningen eller at arbeidsoppgavene er uklare virker negativt inn på læringsmiljøet. 18 % av studentene sier at egne konsentrasjonsproblemer ofte påvirker studieprogresjonen.

Kurs i tidsplanlegging vil ha med seg elementer av forskjellen på ”å lese en bok om Platon” og ”å forstå Platon”. Fokus på at vi er ulike, at for noen passer det godt å lese lenge i strekk på lesesal (introvert), mens andre opplever det som meningsløst og kjedelig (ekstrovert), motivasjonssirkel, tidstyver, hukommelsesteknikker med mer vil være fokus i kurset.

Videre har det kommet innspill på at det er behov for å imøtekomme utenlandske studenter når det gjelder kulturell integrasjon. Dette må gjøres i nært samarbeid med utdanningsinstitusjonene. SiT Råd har i den forbindelse tatt kontakt med internasjonal seksjon ved NTNU for et eventuelt samarbeid. Vi opplever at utvekslingsstudenter ved HiST og NTNU har et meget godt tilbud fra utdanningsinstitusjonene og at SiT Råd i utgangspunktet ikke har noe å tilføye her.

Som en videreføring av en ”student – hjelper – student” filosofi er det også tatt kontakt med HiST, program for ergoterapeututdanning, for å vurdere om det kan utvikles kurs i hvordan man kan forebygge fysiske helseproblemer blant studentene.

7.1 Konklusjon

SiT Råd har halvveis i prosjektperioden etablert en god styringsstruktur, hvor samhandling med andre aktører innenfor tilgrensede områder er ivaretatt. Dette gjelder også i studentmiljøene hvor SiT Råd har etablert et godt samarbeid med blant andre Gjensekretariatet ved Samfundet, Studentparlamentet, Velferdstinget, Dragvollportalen, Quak! og Fadderutvalget ved Dragvoll.

Det er utviklet kurs, grupper og temamøter i tråd med føringer for prosjektet. De fleste tilbudene blir videreført og det er planer for utvikling av nye tilbud. Over 300 studenter har benyttet seg av tjenestene og tilbakemeldinger på evalueringsskjemaene er svært gode.

En mer helhetlig og grundig evaluering blir planlagt og gjennomført i prosjektets siste år.

