

September 2023

De studerendes trivsel er udfordret

Introduktion

I disse år er der øget fokus på de unges (mis)trivsel – og med god grund. I Djøf kan vi se, at andelen af vores studerende medlemmer, der føler sig stresset og ensomme på studiet, stiger.

De studerendes bruger størstedelen af deres tid på studiet. Netop derfor er det helt afgørende, at universiteterne arbejder målrettet for at forbedre trivslen på landets universiteter. Universiteterne er godt i gang, hvor flere har iværksat handleplaner om trivsel, stress og det gode studiemiljø. Alligevel mistrives mange studerende, bl.a. pga. økonomiske bekymringer, fagligt stress, ensomhed og frygt for ikke at lande det første job efter studiet.

Djøf har gennemført en større spørgeskemaundersøgelse blandt Djøfs studerendes medlemmer på videregående uddannelser. Undersøgelsen giver et indblik i de studerendes trivsel samt deres oplevelser af det faglige og sociale miljø på deres studiested.

Analysen viser, at

- 3 ud af 5 studerende (59 %) er enige eller helt enige i, at der er et godt socialt studiemiljø på deres studiested. Andelen af studerende med denne positive oplevelse er dog faldet de seneste år. Andelen af studerende, som er uenige eller helt uenige i, at der er et godt studiemiljø, er steget fra 11 % i 2019 til 19 % i 2023.
- Næsten 3 ud af 10 studerende (28 %) er enige eller helt enige i, at de har oplevet ensomhed på deres studiested. Andelen, der oplever ensomhed, er svagt stigende. Især de studerende, der vurderer, at deres faglige niveau ligger under gennemsnittet, føler sig ensomme på deres studie.
- Størstedelen af de studerende er tilfredse med undervisningen og underviserne på deres studiested. F.eks. svarer 64 %, at de er enige eller helt enige i, at underviserne medvirker til et trygt studiemiljø. Dog er det kun omkring hver anden studerende (49 %), der svarer, at underviserne lægger vægt på, at de studerende skal kunne anvende den tillærte viden i praksis eller i nye kontekster.
- 30 % er uenige eller helt uenige i, at de føler sig trygge ved at stille spørgsmål i undervisningen.
- Cirka 3 ud af 5 studerende (58 %) oplever, at de i høj grad eller meget høj grad føler, at de hører til på studiet. 1 ud af 10 (11 %) vurderer dog, at det i mindre grad eller slet ikke er tilfældet.

Djøf mener

- Vi skal have trivsel helt ind i universitetets kerne, som vi også har foreslået i Djøfs Trivselsalliance¹. Det handler bl.a. om, at ledelserne i højere grad beskæftiger sig med og prioriterer trivsel. Trivselsarbejdet skal ind i hele institutionens virke og udvikling. Trivselsindsatserne skal gøres til en integreret del af undervisningen og studieaktiviteterne og være obligatorisk for alle allerede fra studiestart.
- Vi skal sikre nogle gode læringsmiljøer på universiteterne og undervisning med høj psykologisk tryghed. Undersøgelsen vidner om, at der stadig er et stykke vej endnu, når næsten hver tredje studerende ikke er tryk ved at række hånden op i timerne. Det skal vi have lavet om på.
- Studieaktiviteter og undervisning skal opleves meningsfuld og give de studerende mestringsstrategier til at lære frem for at blive slået ud af udfordringer. Det kræver et 360 graders blik på undervisning, design af uddannelser samt modtagelse af og forventningsafstemning med de studerende.
- En del af løsningen er trivselstiltag, som minimerer flertalsmisforståelser – følelsen af, at alle andre har bedre styr på det end en selv. Og at underviserne bliver sikret gode rammer og værktøjer til at skabe et trygt undervisningsmiljø, hvor de studerende har mod på at stille spørgsmål og være nysgerrige på det, der er svært.

¹ <https://www.djoef.dk/-/media/documents/d/djoefs-trivselsalliance-inspirationskatalog.pdf>

Indhold

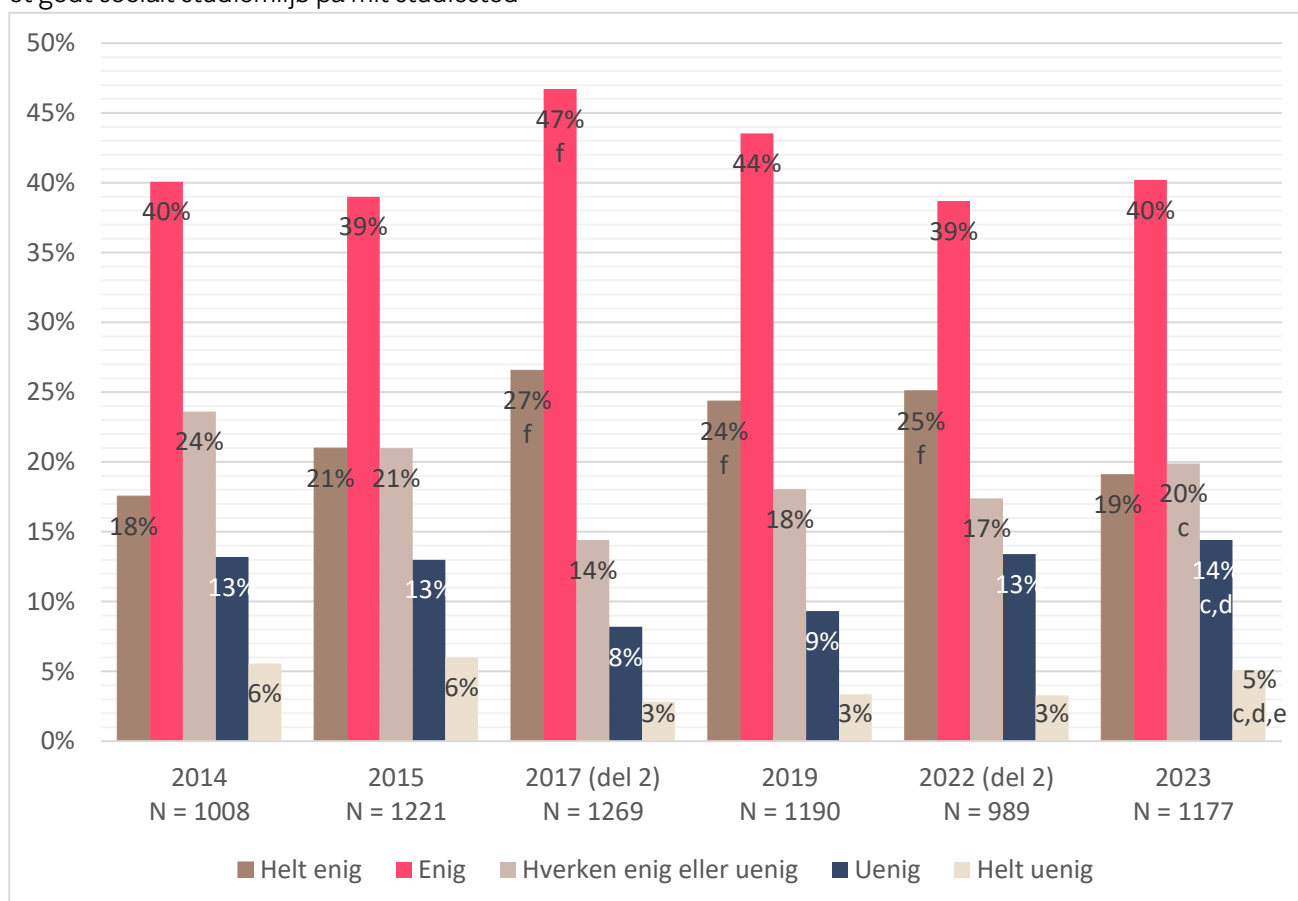
De studerendes trivsel er udfordret	1
Introduktion	2
Analysen viser, at	2
Djøf mener	3
Studerendes trivsel på uddannelsesstederne har faldende tendenser	5
Generel tilfredshed med undervisning men plads til forbedring	9
De studerendes tilhørsforhold til deres studie.....	12
Konkurrencepræget studiemiljø	15
Metode	17

Studerendes trivsel på uddannelsesstederne har faldende tendenser

Studiemiljøet på uddannelsesstederne vurderes overvejende positivt af de adspurgte studerende. Som det fremgår af figur 1, svarer 19 % af de studerende i 2023, at de er helt enige i, at de oplever et godt socialt studiemiljø på deres studiested, mens 40 % er enige.

Disse tal har været ret konstante over tid med enkelte udsving. Imidlertid har der været en stigning i antallet af studerende, der hverken er enige eller uenige i udsagnet - fra 14 % i 2017 til 20 % i 2023. Desuden er andelen af studerende, der er uenige eller helt uenige i udsagnet, også steget signifikant fra 11 % i 2019 til 19 % i 2023. Dette indikerer, at en stigende andel af de studerende oplever udfordringer i forhold til det sociale studiemiljø på deres studiested.

Figur 1: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om det sociale miljø på dit studie? - Jeg oplever, at der er et godt socialt studiemiljø på mit studiested

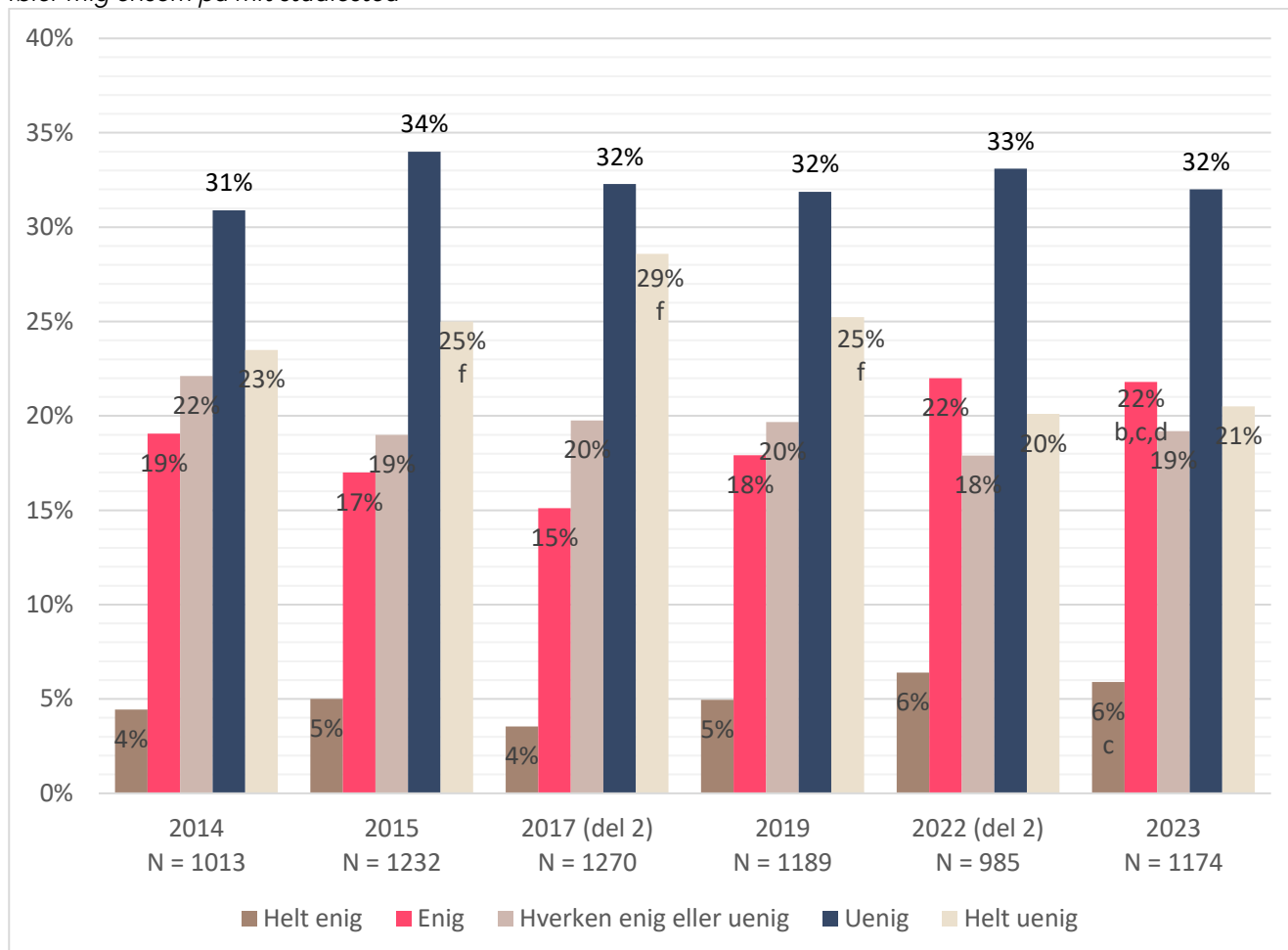


Note: Signifikant større end: ^a 2014, ^b 2015, ^c 2017, ^d 2019, ^e 2022, ^f 2023. Der er kun udregnet signifikante forskelle relativt til resultaterne fra 2023.

Hvis vi ser på følelsen af ensomhed, er der en lille, men stadig stigende andel af studerende, der oplever dette. I 2023 svarer hhv. 6 % og 22 %, at de er helt enige eller enige i, at de oplever at føle sig ensomme på deres studiested. Det er en svag stigning sammenlignet med tidligere år, og det indikerer, at der er en udfordring mht. omfanget af ensomhed blandt

studerende. Et flertal er dog stadig uenige i udsagnet – hhv. 32 % er uenige, og 21 % er helt uenige. Resultaterne er illustreret i figur 2.

Figur 2: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om det sociale miljø på dit studie? - Jeg oplever, at jeg føler mig ensom på mit studiested



Note: Signifikant større end: ^a 2014, ^b 2015, ^c 2017, ^d 2019, ^e 2022, ^f 2023. Der er kun udregnet signifikante forskelle relativt til resultaterne fra 2023.

I figur 3 ses det, at følelsen af ensomhed blandt studerende synes at være korreleret med selvvalueret fagligt niveau. Følelsen af ensomhed er mest udbredt hos studerende, som svarer, at deres faglige niveau er under gennemsnittet. 44 % i denne gruppe udtrykker enighed ift. ensomhedsspørgsmålet. Dette er en signifikant højere andel end blandt studerende, der vurderer sig selv på samme niveau som gennemsnittet (21 %) eller over gennemsnittet (29 %). Studerende, der vurderer deres faglige niveau som over gennemsnittet, er mere tilbøjelige til at være uenige i ensomhedsudsagnet (59 %). Det indikerer en mulig sammenhæng mellem faglig selvbeurte og social trivsel på studiet.

De studerendes svar i fritekst giver ligeledes et indtryk af, at det kan være særligt svært at passe ind i det sociale studiemiljø, hvis man føler, at man er fagligt udfordret. Studerende skriver f.eks.:

”Jeg føler ikke, at jeg hører til grundet den stigende konkurrence blandt mine medstuderende - dette betyder også et dårligere socialt miljø”.

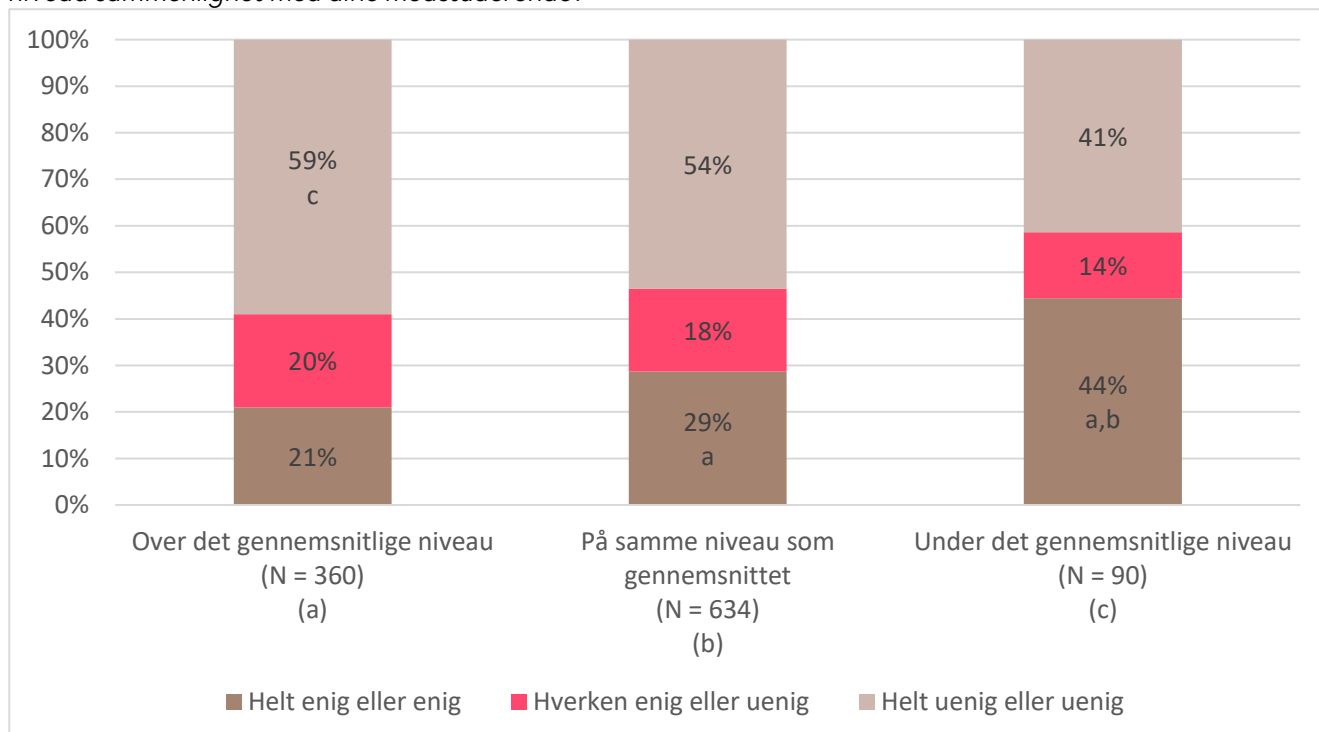
”Jeg føler mig ikke lige så god og klog som mine medstuderende - føler til tider at jeg ’faker’ og jeg ikke har dét der skal til”

Særligt fremhæver flere studerende, at de oplever det såkaldte *imposter syndrome*, som indebærer, at man tvivler på egne evner og frygter at blive afsløret som en ”svindler”. Studerende skriver således herom:

”Jeg lider tit af ’imposter syndrome’ hvor jeg føler, at jeg ikke hører til på studiet, fordi jeg er bange for, at jeg ikke er god nok.”

”Jeg sidder tit fast med læsning, hvis der er noget, jeg ikke forstår, hvilket gør, at jeg bruger ekstra lang tid på læsning, end jeg måske burde. Det gør en lidt usikker på, om man er lige så klog som alle andre, og så kommer imposter syndromet frem, og man tvivler på, om man overhovedet er god nok til studiet”

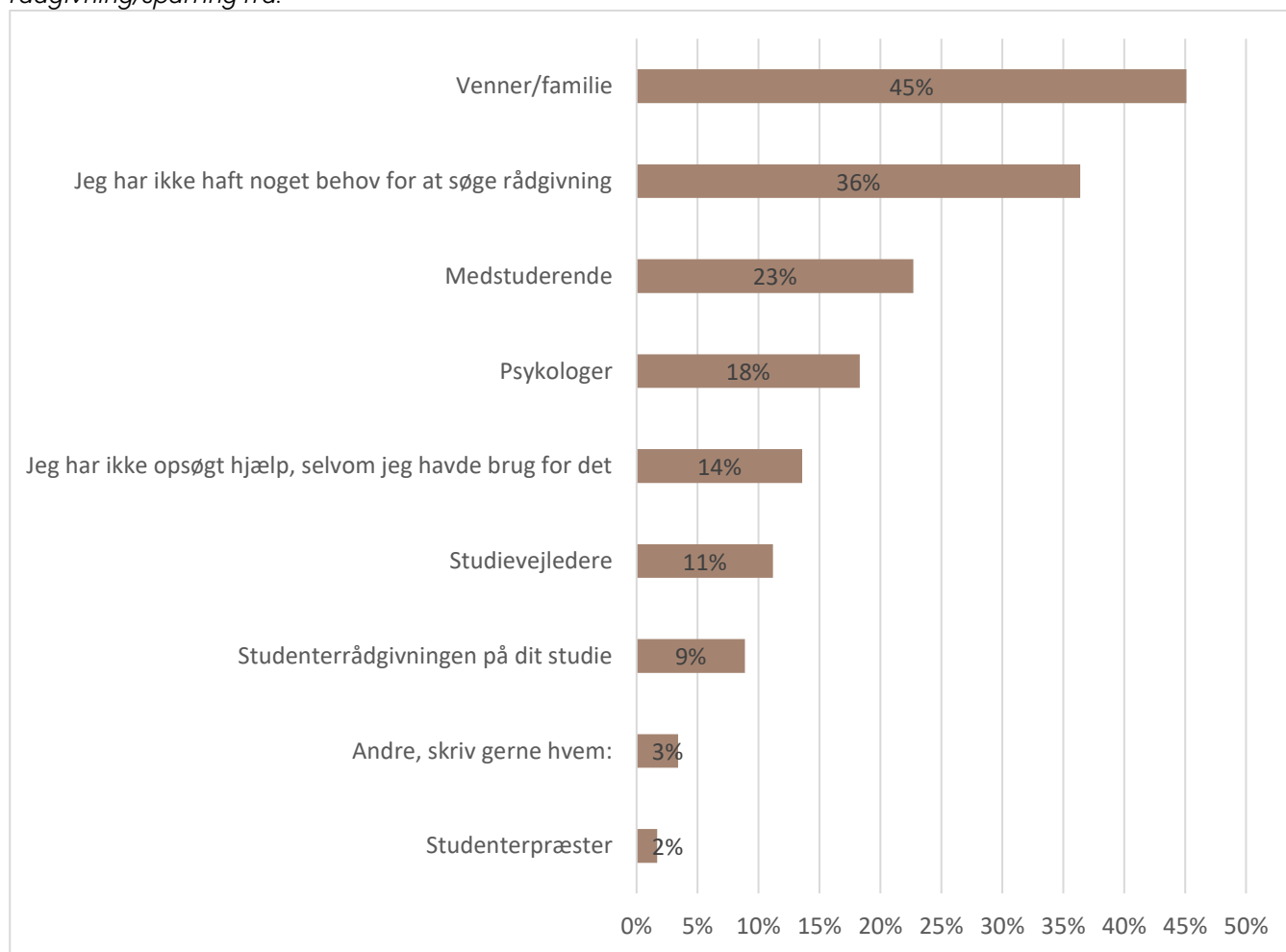
Figur 3: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om det sociale miljø på dit studie?
- Jeg oplever, at jeg føler mig ensom på mit studiested – krydset med - Hvordan vurderer du dit faglige niveau sammenlignet med dine medstuderende?



Note: Signifikant større end: ^a Over det gennemsnitlige niveau, ^b På samme niveau som gennemsnittet, ^c Under det gennemsnitlige niveau.

Resultaterne fra figur 4 indikerer, at når studerende oplever ensomhed eller sociale udfordringer, er venner og familie den mest anvendte form for støtte (45 %). Medstuderende (23 %) og psykologer (18 %) udgør også udbredte rådgivningsformer. Dog er der også en stor gruppe studerende, der ikke opsøger hjælp, de måske har brug for. Hele 14 % af de studerende har ikke opsøgt hjælp, selvom de følte behovet for det. Endnu 36 % har ikke set et behov for at søge rådgivning.

Figur 4: Har du på grund af ensomhed eller sociale problemer på dit studiested benyttet dig af rådgivning/sparring fra:



Note: Spørgsmålet er kun stillet til de studerende, der har svaret, at de er enige eller helt enige i figur 2, og/eller at de er uenige eller helt uenige i figur 1. N = 406.

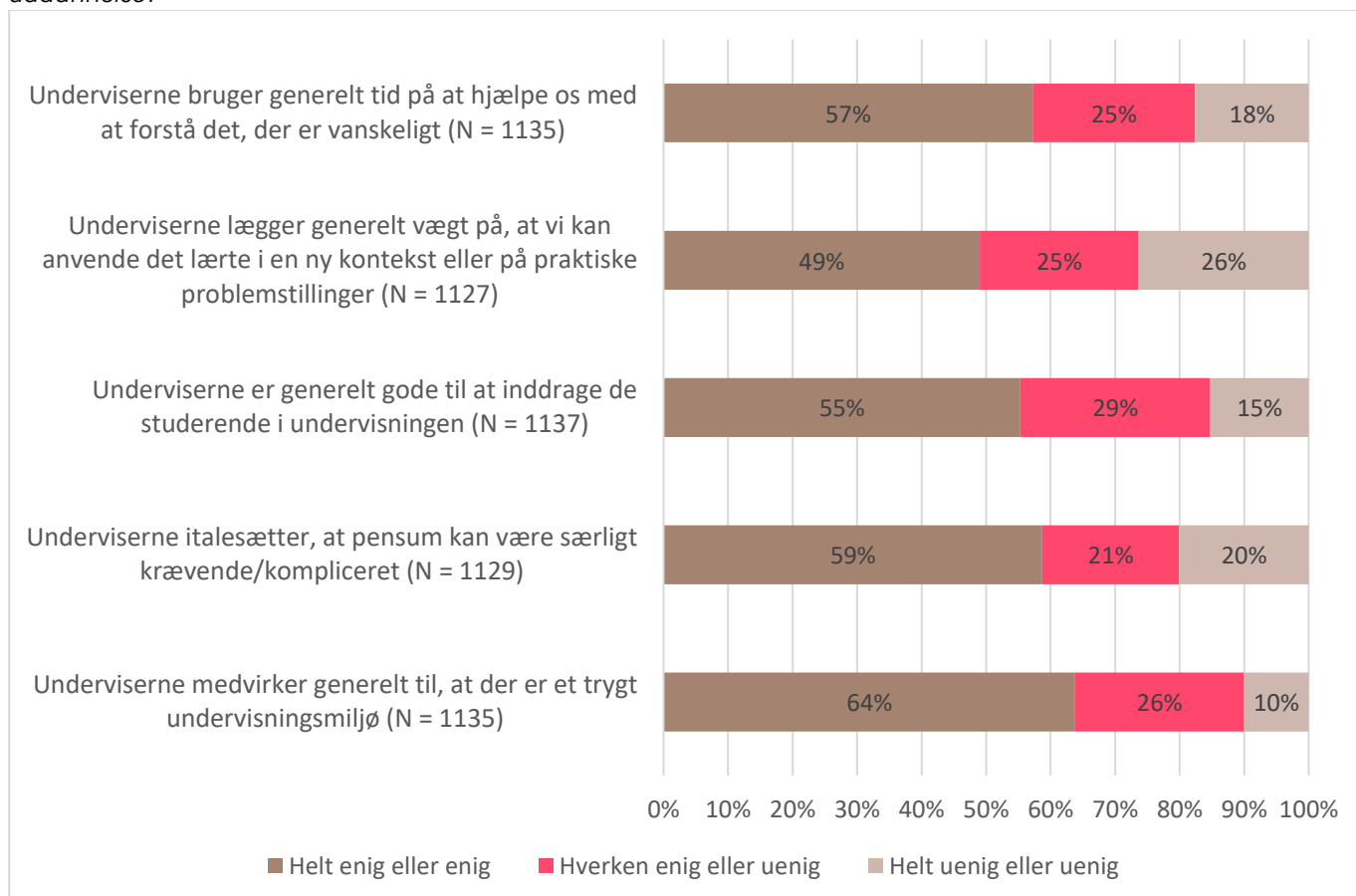
Generel tilfredshed med undervisning men plads til forbedring

Vi har stillet en række spørgsmål om undervisere og undervisningen på studiesteder. Et flertal (64 %) af de studerende er enige eller helt enige i, at underviserne bidrager til at skabe et trygt undervisningsmiljø. Desuden svarer 59 % af de studerende, at de er enige eller helt enige i, at underviserne formår at italesætte, når pensum kan være særligt krævende/kompliceret. Det bør dog samtidig bemærkes, at en ud af fem (20 %) af de studerende svarer, at de er uenige eller helt uenige i dette udsagn.

57 % af de studerende svarer, at underviserne generelt bruger tid på at hjælpe dem med at forstå vanskelige dele af pensum, mens 18 % er uenige eller helt uenige i dette udsagn.

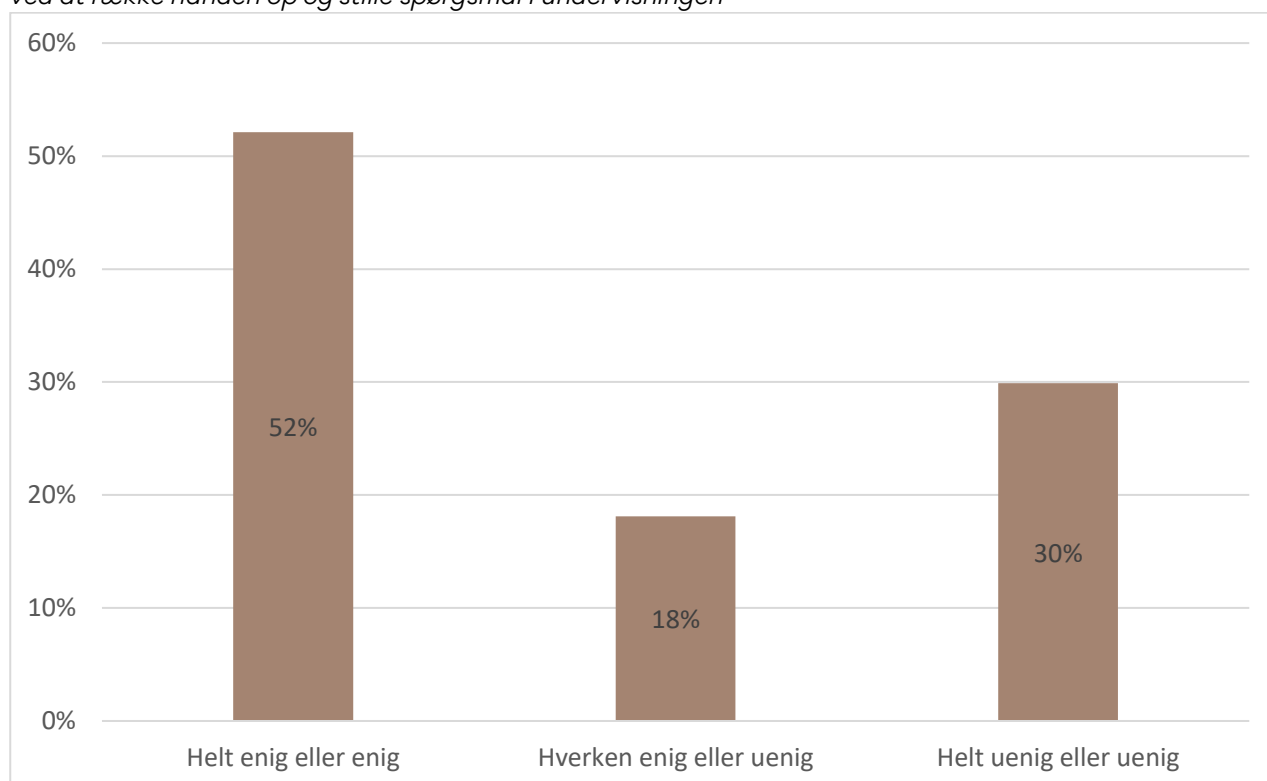
De studerende er særligt tilbøjelige til at være uenige i et udsagn om, at underviserne generelt lægger vægt på, at de studerende kan anvende det, de lærer, i nye kontekster eller på praktiske problemstillinger. Kun halvdelen (49 %) af de studerende svarer, at de er enige eller helt enige i dette udsagn, mens et stort mindretal (26 %) af de studerende er uenige eller helt uenige i dette udsagn. Resultaterne er illustreret i figur 5.

Figur 5: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om dine undervisere og undervisningen på din uddannelse?



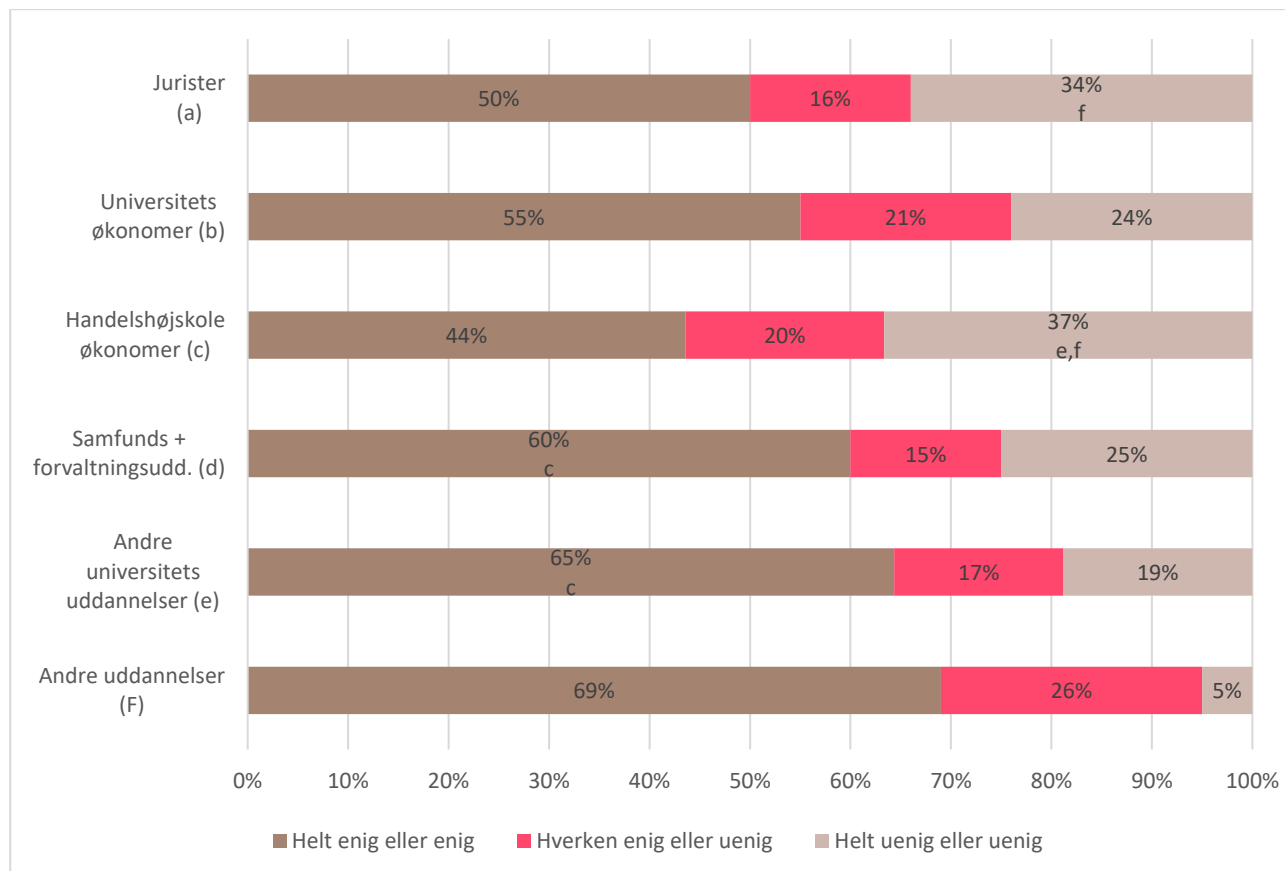
Figur 6 præsenterer de studerendes oplevelse af tryghed i forbindelse med at stille spørgsmål i undervisningen. Resultaterne er mere blandede på dette område. Selvom over halvdelen af de studerende (52 %) udtrykker enighed eller fuld enighed i, at de er trygge ved at række hånden op og stille spørgsmål, er der en betydelig gruppe studerende (30 %), der udtrykker uenighed eller fuld uenighed. De studerendes forbeholdenhed for at stille spørgsmål i timerne kommer også til udtryk i de studerendes kvalitative besvarelser, hvor en studerendes eksempelvis skriver, at: "[...] de fleste undervisere ikke bidrager til et miljø, hvor man kan stille spørgsmål i undervisningen". Det indikerer, at der stadig er væsentlige udfordringer forbundet med at skabe en atmosfære, hvor alle studerende føler sig trygge nok til aktivt at deltage i undervisningen.

Figur 6: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om undervisningen på din uddannelse? - Jeg er tryk ved at række hånden op og stille spørgsmål i undervisningen



Figur 7 viser de studerendes besvarelser af det ovenstående spørgsmål opdelt på uddannelsesretninger. Der er betydelige forskelle på tværs af studier. Blandt handelshøjskoleøkonomer og jurastuderende er hhv. 37 % og 34 % uenige eller helt uenige i, at de er trygge ved at række hånden op i timerne, hvilket er en markant større andel end på andre uddannelser.

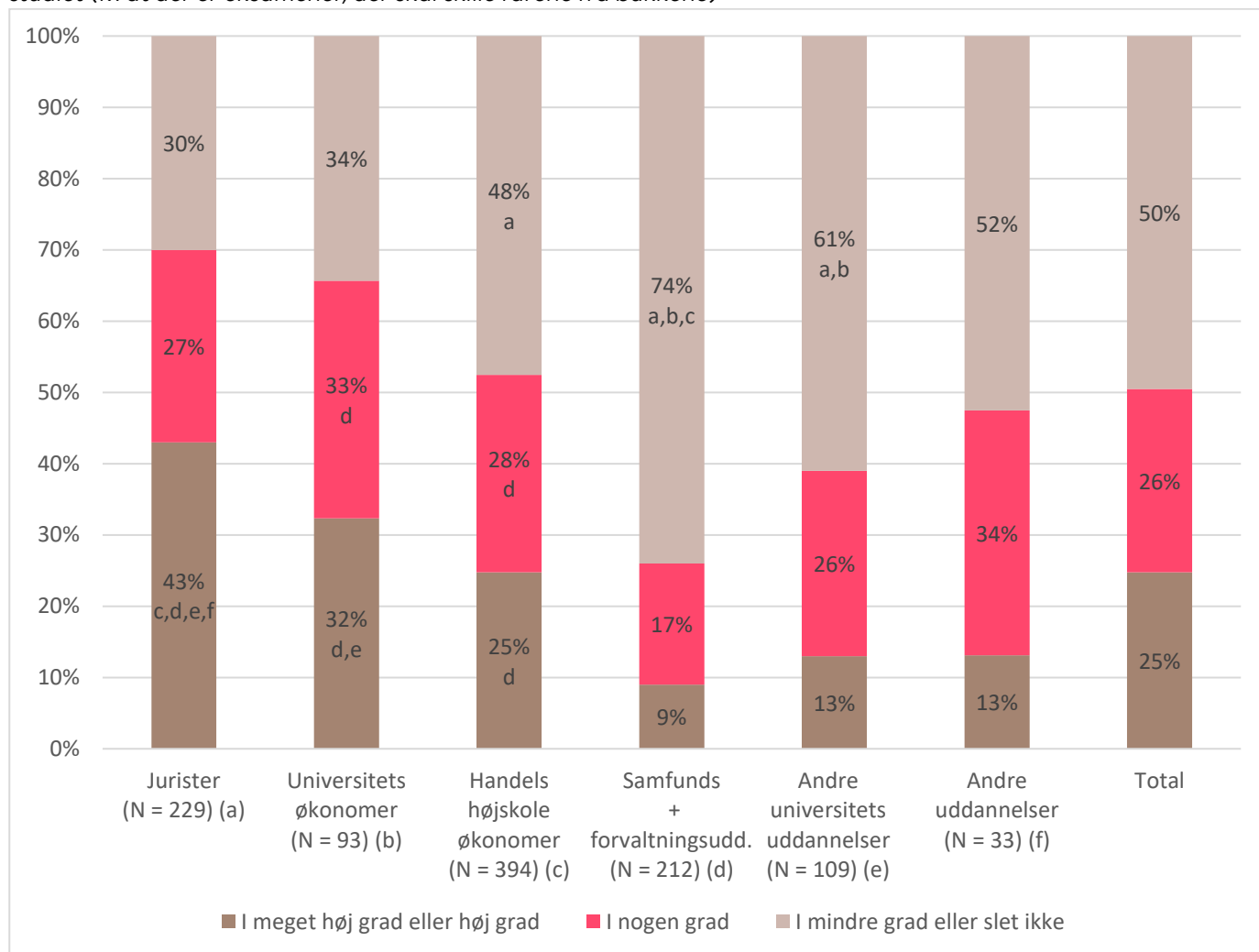
Figur 7: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om undervisningen på din uddannelse? - Jeg er tryk ved at række hånden op og stille spørgsmål i undervisningen - opdelt på uddannelsesretning



Note: Signifikant større end: ^a Jurister, ^b Universitetsøkonomer, ^c Handelshøjskoleøkonomer, ^d Samfund + forvaltningsudd., ^e Andre universitetsuddannelser, ^f Andre uddannelser.

Hver fjerde studerende (25 %) svarer, at de enten i høj grad eller meget høj grad oplever, at underviserne har givet indtryk af, at ikke alle kan klare sig igennem studiet. Som det fremgår af figur 8, er der i mange tilfælde betydelig forskel på tværs af uddannelsesgrupper. For jurastuderende og universitetsøkonomer oplever henholdsvis 43 % og 32 %, at de i meget høj grad eller høj grad kan genkende udsagnet. Omvendt er det kun 9 % af de studerende, der er i gang med en samfunds- eller forvaltningsuddannelse, der svarer det samme. For dem kan hele 3 ud af 4 studerende (74 %) i mindre grad eller slet ikke kende til udsagnet.

Figur 8: I hvilken grad har du oplevet, at undervisere har givet indtryk af? - at ikke alle kan klare sig igennem studiet (fx at der er eksamener, der skal skille fårene fra bukkene)



Note: Spørgsmålet er kun stillet til bachelorstuderende. Signifikant større end: ^a Jurister, ^b Universitetsøkonomer, ^c Handelshøjskoleøkonomer, ^d Samfunds + forvaltningsudd., ^e Andre universitetsuddannelser, ^f Andre uddannelser.

De studerendes tilhørsforhold til deres studie

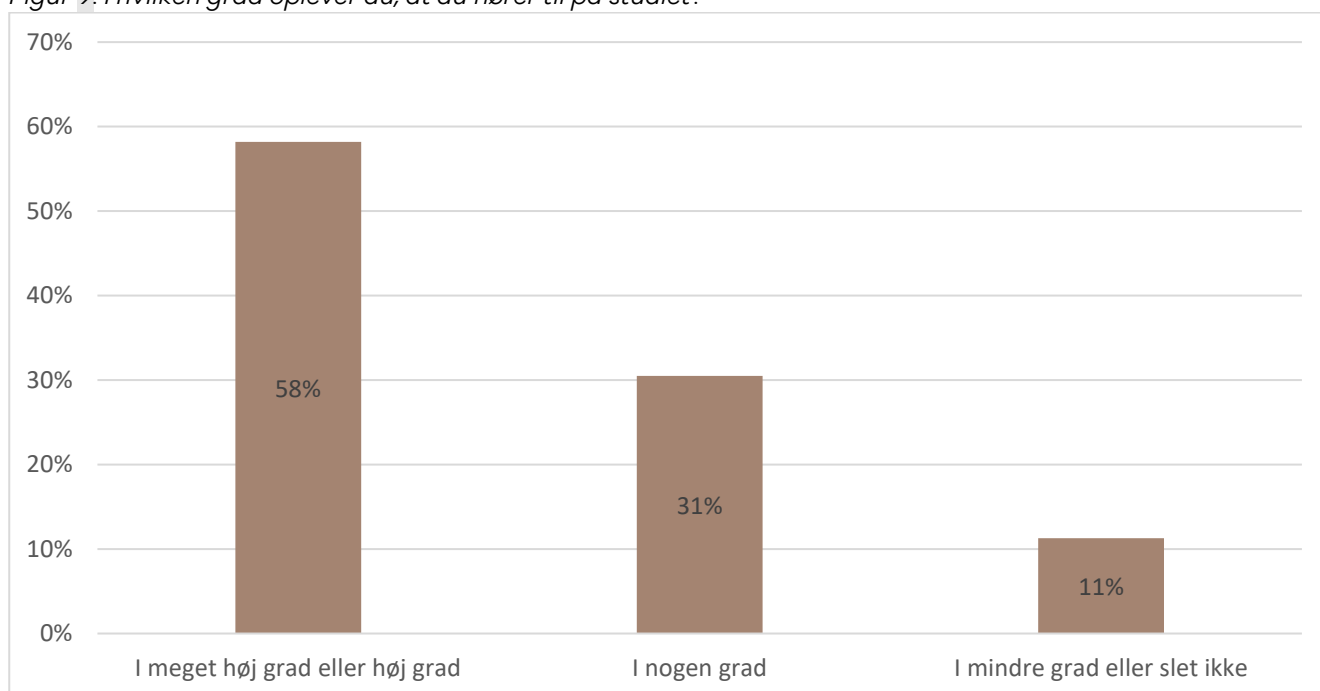
Følelsen af at høre til på sit studie er afgørende for studietrivsel og engagement. Figur 9 viser, at ca. 3 ud af 5 (58%) af de studerende udtrykker, at de i høj eller meget høj grad oplever, at de hører til på deres studie. En studerende skriver bl.a.: "At starte på statskundskab var som at komme hjem. Her har jeg mødt mennesker med samme interesser og passion som mig selv, og det har været helt fantastisk".

31 % svarer, at de i nogen grad oplever et tilhørsforhold. Endelig er der også en gruppe på 11%, der angiver, at de i mindre grad eller slet ikke oplever at høre til. Flere studerende giver også udtryk for, at de ikke føler, at de hører til på deres studier, i deres fritekstbesvarelser. Eksempelvis skriver en studerende: "Føler ikke, at jeg passer ind. Både

personlighedsmæssigt og udseendemæssigt. Jeg føler ikke, jeg har samme interesser som mine medstuderende, så jeg har intet at snakke med dem om." En anden skriver: "Jeg føler slet ikke, at jeg passer ind, og jeg identificerer mig overhovedet ikke med mine studiekammerater eller studiemiljøet."

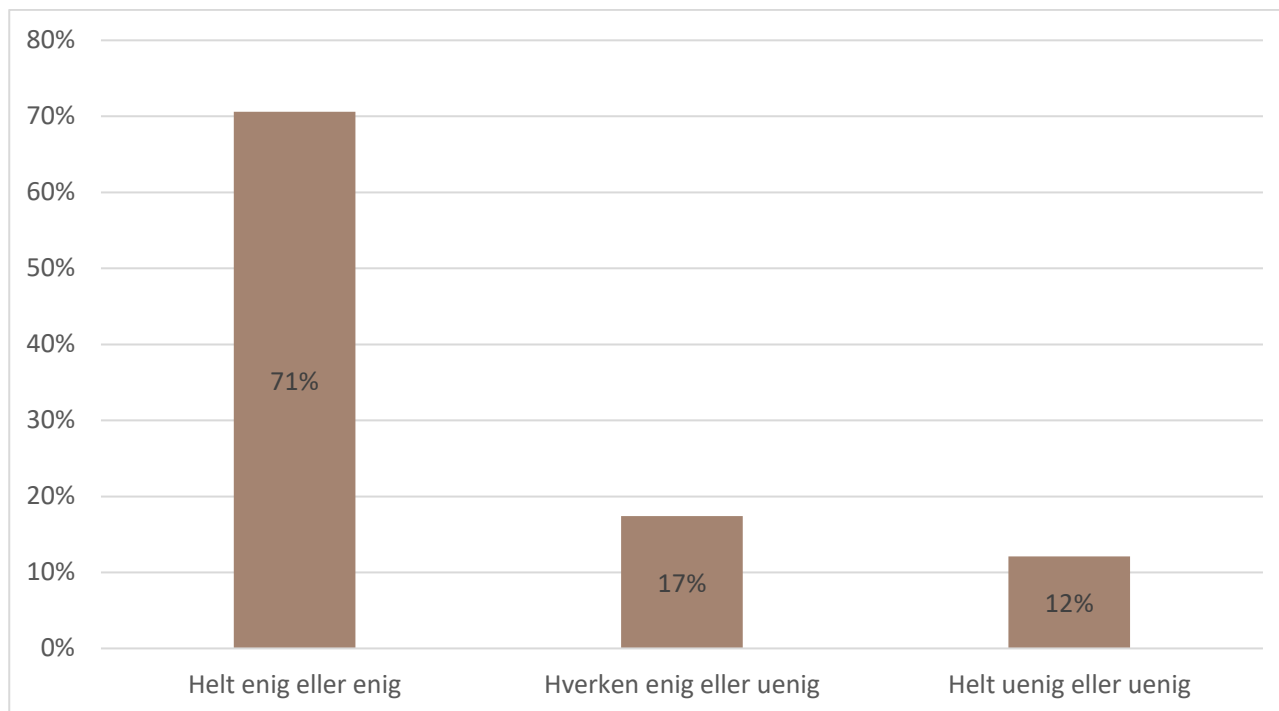
I fritekstbesvarelser giver flere studerende udtryk for, at det kan være svært at passe ind, når man har en anden social baggrund eller etnisk herkomst end majoriteten på studiesteder. En studerende skriver for eksempel, at "med sort hår og en familie med få resurser er det svært at føle man hører til." En anden studerende skriver "Det kan være svært at være omgivet af studerende, der kommer fra meget velstillede familier, når man ikke selv gør."

Figur 9: I hvilken grad oplever du, at du hører til på studiet?



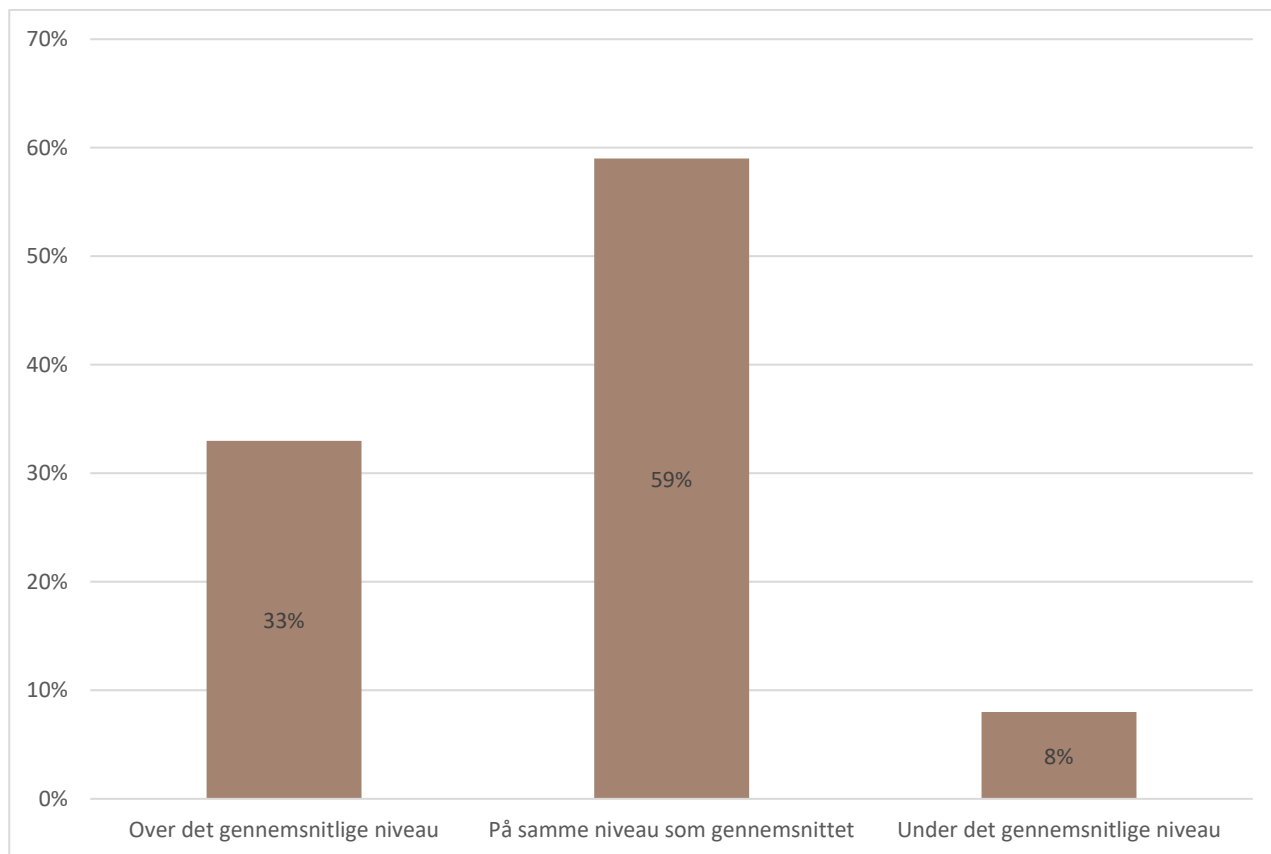
En stor del af de studerende (71 %) erklærer sig helt enige eller enige i, at det er let at tale med deres medstuderende om problemer og vanskelige spørgsmål. Kun 12 % af de studerende erklærer sig uenige eller helt uenige i dette, mens 17 % er hverken enige eller uenige. Figur 10 viser resultaterne.

Figur 10: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om undervisningen på din uddannelse? - Det er let at tale med mine medstuderende om problemer og vanskelige spørgsmål



Ca. 3 ud af 5 studerende (59 %) vurderer, at deres faglige kompetencer er på niveau med gennemsnittet. En stor andel (33 %) svarer, at de vurderer deres kompetencer over det gennemsnitlige niveau, og kun 9 % mener, at de ligger under det gennemsnitlige niveau. Resultaterne fremgår af figur 11.

Figur 11: Hvordan vurderer du dit faglige niveau sammenlignet med dine medstuderende?

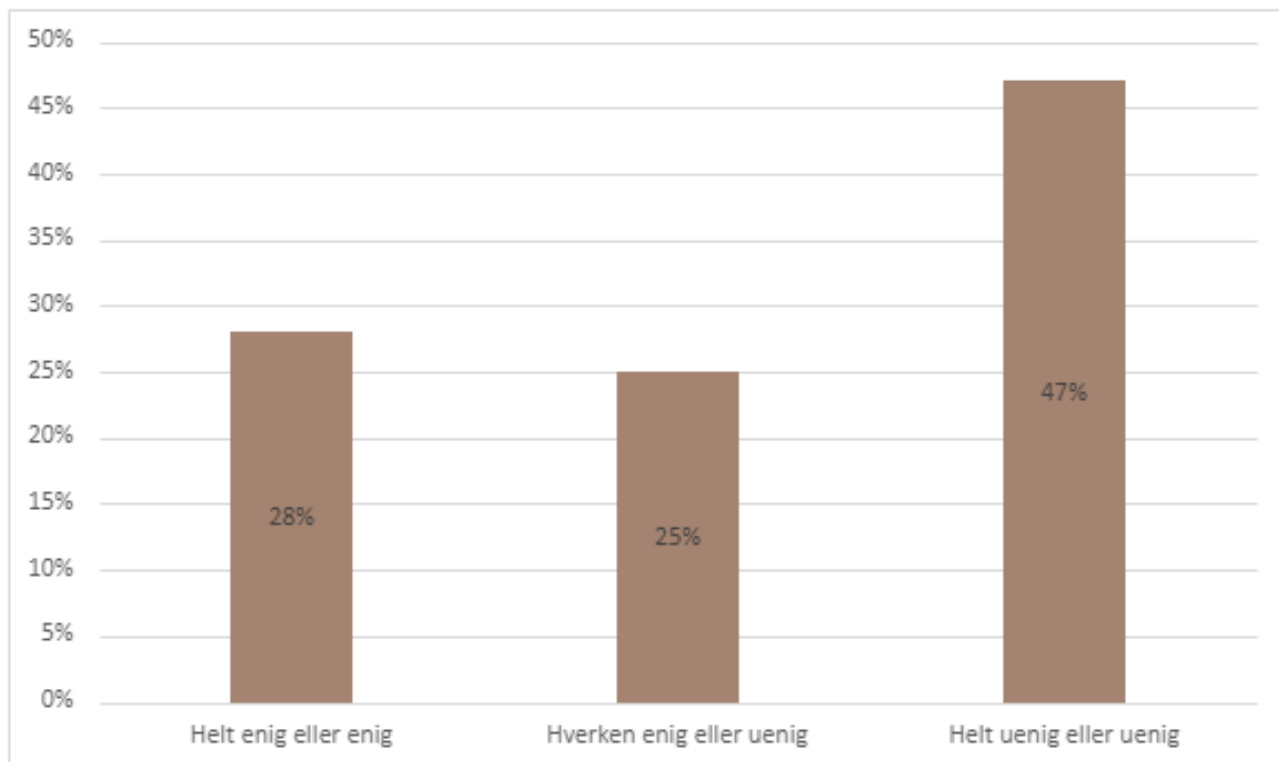


Konkurrencepræget studiemiljø

Figur 12 giver et indblik i de studerendes oplevelser med intern konkurrence på studiesteder. Det fremgår, at 28 % er enige eller helt enige i, at der er hård intern konkurrence på deres studie. Samtidig er 25 % hverken enige eller uenige, og 48 % er uenige eller helt uenige.

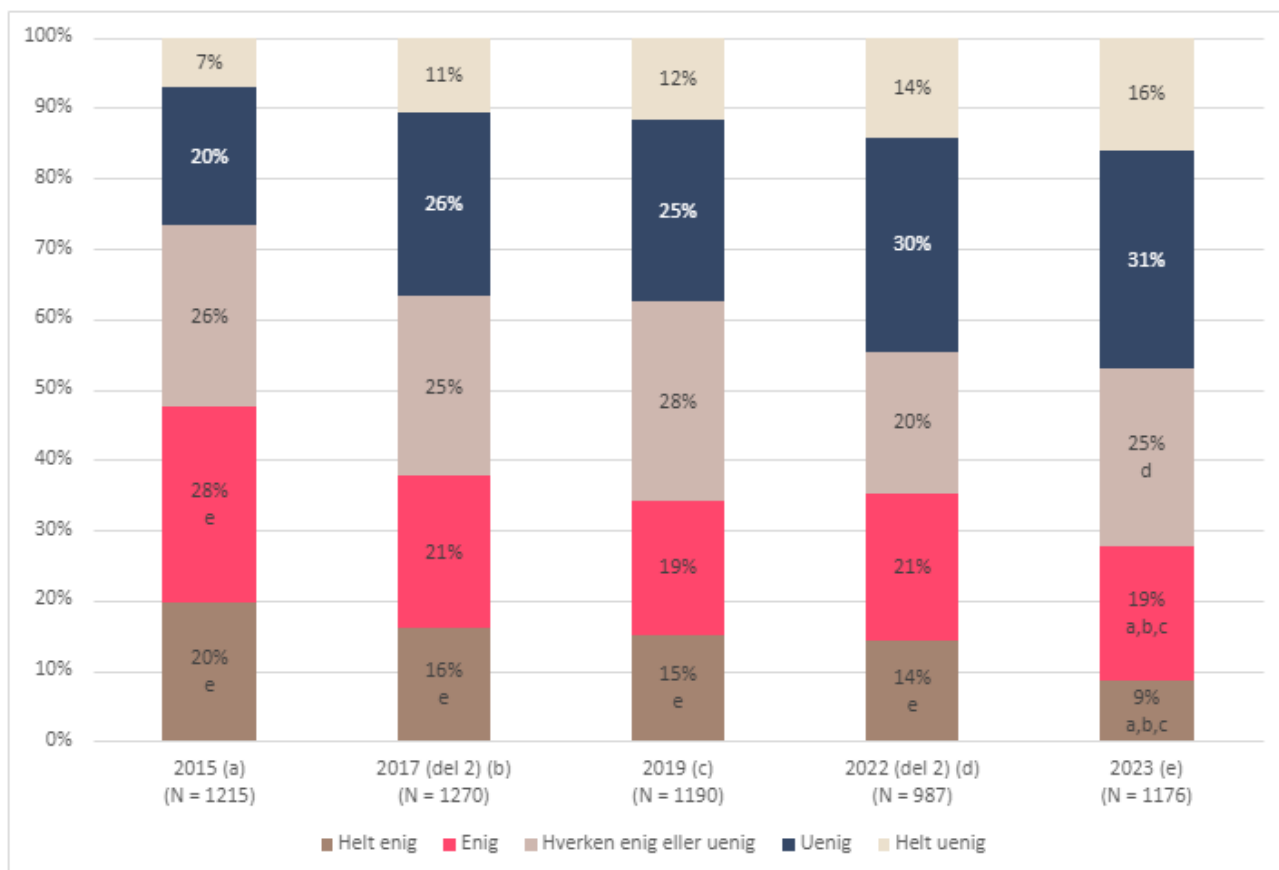
I de kvalitative besvarelser giver flere studerende udtryk for bekymringer i forhold til det konkurrenceprægede studiemiljø på deres uddannelse. Eksempelvis skriver en studerende: "Den interne konkurrence er latterligt høj og gør det helt generelt til et ubehageligt studiemiljø. Administrationen forstærker det kun ved at italesætte konkurrencen i virksomhederne, og det opfattes generelt som om topkarakterer er det eneste rigtige"

Figur 12: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om det sociale miljø på dit studie? - Jeg oplever, at der er hård intern konkurrence på mit studie



Vi ser en opmuntrende tendens, når vi kigger på udviklingen over tid med hensyn til dette spørgsmål. Figur 13 viser, at andelen af studerende, som er helt enige eller enige i, at der er hård intern konkurrence på deres studie, er faldet støt over de seneste år fra 48 % i 2015 til 28 % i 2023.

Figur 13: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om det sociale miljø på dit studie? - Jeg oplever, at der er hård intern konkurrence på mit studie



Note: Alle signifikansberegninger er lavet relativt til resultaterne i 2023. Signifikant større end: ^a 2015, ^b 2017, ^c 2019, ^d 2022, ^e 2023

Metode

Studielivsundersøgelsen i 2023 er blevet gennemført i perioden 25-05-2023 til 16-06-2023. Undersøgelsen er blevet udsendt til lige godt 11.000 tilfældigt udvalgte medlemmer fra den samlede medlemspopulation i Djøf Studerende. 1.088 personer har gennemført undersøgelsen, og 144 har afgivet nogle svar, hvilket giver en svarprocent på omkring 11 %. Resultaterne fra undersøgelsen er vægtet på køn og uddannelsesgrupper, da kvinder, jurister og samfunds- og forvaltningsuddannede i år i højere grad har besvaret undersøgelsen. Derfor vægtes data for at kunne tage højde for disse uligheder mellem populationen og besvarelserne, så forskelle i besvarelser mellem hhv. køn og uddannelsesgrupper ikke blot skyldes et større/lavere antal respondenter.